

<<形体芭蕾核心程式(VCD)>>

图书基本信息

书名：<<形体芭蕾核心程式(VCD)>>

13位ISBN编号：9787883526292

10位ISBN编号：7883526294

出版时间：大连音像出版社有限公司

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<形体芭蕾核心程式(VCD)>>

### 内容概要

芭蕾燃脂塑身标准课程：舞姿练习，五位擦地，移重心，小跳，换脚跳，变位跳……，踮起脚尖，纤细美体，打造超完美双S曲线。

跳芭蕾的女人也许不美丽，但却挡不住一种优雅、一种沉静、一种由内而外散发的魅力。因为，芭蕾具有很强的塑造个人气质和形体的效果。

——刘亦菲

以前我总觉得芭蕾舞只有专业的舞者才能跳，后来才知道，任何人其实都可以跳芭蕾的，它不仅能提升人的气质，还可以很好的雕塑人的体态。

——徐若瑄

<<形体芭蕾核心程式(VCD)>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>