### 第一图书网, tushu007.com

## <<散打轻松入门(VCD)>>

#### 图书基本信息

书名:<<散打轻松入门(VCD)>>

13位ISBN编号:9787887221407

10位ISBN编号: 7887221404

出版时间:北京体育大学音像出版社

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

### 第一图书网, tushu007.com

## <<散打轻松入门(VCD)>>

#### 内容概要

散打也叫散手,古时称之为相搏、手搏、技击等。

简单而言就是两人徒手面对面地打斗。

散打是中国武术一个主要的表现形式,以踢、打、摔、拿四大技法为主要进攻手段。

另外,还有防守、步法等技术。

散打也是现代体育运动项目之一,双方按照规则,利用踢、打、摔等攻防战术进行徒手搏击、对抗。 是中国传统武术的擂台形式,也是中国武协为了使武术能够与现代体育运动相适应所整理而成。

## 第一图书网, tushu007.com

# <<散打轻松入门(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