

<<格斗空手道>>

图书基本信息

书名：<<格斗空手道>>

13位ISBN编号：9787500908999

10位ISBN编号：7500908997

出版时间：1993-06-01

出版时间：人民体育出版社

作者：郑旭旭

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>

<<格斗空手道>>

内容概要

本书是“国际搏击丛书”的一种。

书中以基本技术--得意技；进攻--防守反击；击打威力的形成--训练计划的安排等九章，介绍格斗空手道，并选绘出七百余幅技术图加以直观解释，力求系统、简洁、实用，以期对格斗空手道的爱好者有所帮助，并给从事散打教学与训练的教师们提供一些有益的参考。

<<格斗空手道>>

书籍目录

- (节选) 第一章
- 格斗空手道概说 第二章
- 基本技法 第三章
- 攻击的要点 第四章
- 防守反击 第五章
- 连招进击的攻与防 第六章
- 击打威力的形成 第七章
- 得意技与“舍身技” 第八章
- 如何安排你的练习 第九章
- 比赛规则简介

<<格斗空手道>>

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>