

<<心意门巨擘武学精技>>

图书基本信息

书名：<<心意门巨擘武学精技>>

13位ISBN编号：9787500938064

10位ISBN编号：7500938063

出版时间：2011-1

出版单位：人民体育出版社

作者：闫无为

页数：142

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>

<<心意门巨擘武学精技>>

内容概要

《心意门巨擘武学精技：李政弹腿》分为6章，主要内容包括：武术究竟是什么，道武术之“道”，古典拳论，腿法初级训练，腿法中级训练，腿法实战应用篇。

<<心意门巨擘武学精技>>

书籍目录

第一章 武术究竟是什么第二章 道武术之“道”第一节 武术制敌之道 第二节 武术仁义之道 第三节 武术养生之道 第四节 武术禅定之道 第五节 影视武术之道第三章 古典拳论第四章 腿法初级训练 第一节 基本功训练 第二节 头路十字腿初级训练 第三节 二路团团转初级训练 第四节 三路一条鞭初级训练 第五节 四路鬼拉钻初级训练 第六节 五路劈打初级训练 第七节 六路过步劈打初级训练第五章 腿法中级训练第六章 腿法实战应用篇

<<心意门巨擘武学精技>>

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>