

<<学练二十四式太极拳>>

图书基本信息

书名：<<学练二十四式太极拳>>

13位ISBN编号：9787534538018

10位ISBN编号：7534538017

出版时间：2003-5-1

出版时间：第1版 (2004年1月1日)

作者：李秋宝

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>

<<学练二十四式太极拳>>

内容概要

本书介绍了24式太极拳的由来、特点、养生、保健和基本要领；阐述了每一个拳势的分解动作、要领说明、眼神视线、呼吸配合、劲力走向、朝向位置、技击攻防、易错问题和纠正方法；回答了学练太极拳的有关问题。

<<学练二十四式太极拳>>

书籍目录

题词

序

前言

第一章 概述

第二章 24式太极拳的基本要领

第三章 24式太极拳套路图解

第四章 太极拳入门问答

24式太极拳动作路线示意图

主要参考书目

作者简介

<<学练二十四式太极拳>>

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>