

<<杨式太极拳>>

图书基本信息

书名：<<杨式太极拳>>

13位ISBN编号：9787538456547

10位ISBN编号：7538456546

出版时间：2012-5

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：方方，程娜 编

页数：159

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>

<<杨式太极拳>>

内容概要

《杨式太极拳》不仅从养生功法的角度讲解了习练杨式太极拳的好处，还着重介绍了杨式太极拳的竞赛套路让读者一举两得。

<<杨式太极拳>>

书籍目录

第一章 杨式太极拳概述 第一节 杨式太极拳起源与发展 杨钰 杨鉴 杨攀熊 杨兆清 杨振铭 杨振铎 第二节 太极拳的运动形式、特点与动作要领 运动形式 运动特点 第三节 太极拳与中国传统文化 太极拳与中国传统哲学 太极拳与儒家文化 太极拳与道家文化 太极拳与中医理论 太极拳与《孙子兵法》 太极拳与传统艺术 太极拳与文学第二章 太极拳的传统理论基础 第一节 太极拳与阴阳学说 阴阳学说基本内容 阴阳学说对太极拳锻炼的指导 第二节 太极拳与五行学说 五行学说的基本内容 太极拳中事物之间的五行关系 第三节 太极拳与经络学说 太极拳与经络学说 经络学说的基本内容 经络学说在太极拳中的应用第三章 太极拳与健身医疗第四章 央视太极拳基本技术第五章 杨式太极拳竞赛套路第六章 太极拳的竞赛组织与评判

<<杨式太极拳>>

编辑推荐

杨式太极拳源于河南温县陈家沟的陈式太极拳，为清代拳师河北永年人杨露禅所创。

方方编著的《杨式太极拳(附光盘)》以杨式太极拳竞赛套路为主，并传统文化的内容融入其中，使全书内容构建更加丰富。

本书主要内容有杨式太极拳概述、太极拳的传统理论基础、太极拳与健身医疗、杨式太极拳的基本技术、太极拳的竞赛组织与裁判等。

书中内容配以图解、影像对杨式太极拳竞赛套路进行演示，随图以简要文字说明，做到简明扼要，清晰易懂，内容更加充实、更有新意。

<<杨式太极拳>>

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>