

<<武术>>

图书基本信息

书名：<<武术>>

13位ISBN编号：9787544008396

10位ISBN编号：7544008398

出版时间：1996-02

出版时间：山西教育出版社

作者：赵惠明

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>

<<武术>>

书籍目录

目 录

- 第一章 武术十式
  - 第一节 甩头亮掌
  - 第二节 大鹏展翅
  - 第三节 前俯下腰
  - 第四节 砸拳踢腿
  - 第五节 马步推指
  - 第六节 歇步亮掌
  - 第七节 仆步盖掌
  - 第八节 摆掌蛇形
  - 第九节 撩踢跳跃
  - 第十节 云手收势
  - 第二章 套路
  - 第一节 少年基础拳术第一路
  - 第二节 匕首小套
  - 第三章 基本功法
  - 第一节 腿法、跳跃
  - 第二节 基本动作
  - 第三节 组合动作
- 附：武术培训班训练纲目

#### 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>