

<<艺术体操 带操>>

图书基本信息

书名：<<艺术体操 带操>>

13位ISBN编号：9787546314587

10位ISBN编号：7546314585

出版时间：1970-1

出版时间：吉林出版集团

作者：王霞

页数：121

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>

<<艺术体操 带操>>

内容概要

艺术体操是一项艺术性很强，能充分体现女性特点的体育项目，是一种在音乐的伴奏下进行的，从事徒手或手持轻器械的体育运动。

《全民健身项目指导用书·艺术体操：带操》图文并茂，实用性强。

<<艺术体操 带操>>

书籍目录

第一章 概述第一节 起源与发展第二节 场地、器材和装备第二章 运动保健第一节 自我身体评价第二节 运动价值第三节 运动保护第三章 基本技术第一节 持带方法第二节 基本动作第四章 成套动作练习第一节 单一型组合第二节 综合型组合第五章 基本规则第一节 比赛方法第二节 裁判方法

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>