

<<鸳鸯太极拳>>

图书基本信息

书名：<<鸳鸯太极拳>>

13位ISBN编号：9787801678485

10位ISBN编号：7801678486

出版时间：2005-9

出版时间：中国农业科技出版社

作者：王海鸥,姜周存

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>

## <<鸳鸯太极拳>>

### 内容概要

武术作为典型的中国传统文化，有着中华民族最鲜明的民族文化特色。

它融中国传统哲学、医学、兵学、美学等为一体，集中展现了中华民族的智慧。

武术作为一门技击和健身术，在我国有着悠久的历史 and 广泛的群众基础，千百年来，深受广大人民群众喜爱。

随着社会的发展和人民生活水平的提高，人们从满足温饱到开始追求完美的身心健康有了深刻的认识。

鸳鸯太极拳全套分为四段，共44个动作，完成全套动作约需5-6分钟。

经长期而系统之锻炼，可达到体用兼备之功效。

<<鸳鸯太极拳>>

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>