

<<动感快步>>

图书基本信息

书名：<<动感快步>>

13位ISBN编号：9787807055853

10位ISBN编号：7807055855

出版时间：2007-10

出版时间：成都时代出版社

作者：黄忆，桂仕楠编著

页数：113

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>

## <<动感快步>>

### 内容概要

霓虹闪耀的舞池，华丽深情的音乐，优雅浪漫的摩登，热情奔放的拉丁……任谁能抵挡这翩然而舞的声色诱惑？任谁能拒绝这完美艺术的奢华之旅？摩登舞者在舞台上欢畅淋漓，男人带着力量和自信的步伐魅力难挡，女伴玲珑优美的曲线在亦随亦转中散布着无尽的魅力诱惑。深情的凝望，优雅的发缠，时而激情狂放，时而性感含蓄，这就是瑰丽优雅的永恒艺术——摩登舞。

本书介绍的就是摩登舞的知识。

该书由最具号召力和影响力的冠军搭档亲身演绎，采用多机位拍摄，大量正面和背面对比镜头，解决了以往教学片中学习者与教师方向不一致的矛盾，舞步动作规范精准，技术细节体贴入微，使复杂动作一看就懂，一学就会，系国内最优秀的国际标准交谊舞教材！

<<动感快步>>

作者简介

黄忆 (Richard)

国家A级教师, 国家级裁判

中国首届体育舞蹈国家队队员

20世纪90年代北京电视台全国第一套社交舞电视节目主要示范教师

先后在全国舞蹈锦标赛中荣获新人组, 公开组, 甲组大奖

1998年进入体育舞蹈职业组比赛至今十年有余, 仍活跃在锦标赛职业决赛舞台上, 更代表中国多次获得国际各项职业公开赛冠军及评审团大奖, 并代表中国获得亚洲体育节季军

曾在意大利参加专业进修, 师从国际标准舞大师学习标准舞的高级技巧

在从事舞蹈教学及比赛工作的同时, 至今仍然不断与众多名师学习交流, 吸取舞蹈艺术营养, 执着地追求舞蹈艺术的更高境界桂仕楠 (Selina)

毕业于国家专业院校标准舞专业

曾荣获标准舞十项全能冠军

## &lt;&lt;动感快步&gt;&gt;

## 书籍目录

国际标准交际舞简史 一、探索国标舞的起源 二、从欧洲宫廷艺术到世界共享 三、风格迥异的两大舞系 优雅含蓄摩登舞 热情奔放拉丁舞 四、静若处子、动若脱兔的快步舞 耀眼华丽的舞服盛宴

一、华美多姿舞服欣赏 二、得体舞服让你优雅天成 三、如何搭配与保养心爱的舞服 四、让你的脚下也摩登 跟定摩登学习优雅

一、解析摩登舞美之概念 二、让你一步修成的舞林秘笈 1. 手的位置和作用 2. 学跳国标舞的诀窍 3. 舞伴之间的配合技巧

动感快步气质课堂 一、标准舞姿训练教程 二、标准舞步训练教程 1. 直角右转步 2. 四快步 3. 前进锁步 4. 外侧右转 5. 摇晃追步 6. 直行追步 7. 快分式左转 8. V6步 9. 鱼尾步 10. 外侧右转 11. 右疾转 12. 六快步 13. 外侧右转 14. 右转后退锁步+跑步结束 三、花样组合训练教程 1. 右转 2. 右疾转 3. 伦巴交叉 4. 右疾转 5. 追步 6. 快分式左转左轴转 7. 鱼尾步 8. 外侧右转 9. 右疾转 10. 锁步 11. 双锁步 12. 外侧右转 13. 转锁步 14. 跳步、追步、跑步 15. 跳步、截步

摩登舞的魅力之源 一、音乐飘香，舞会有礼 二、以摩登之名，来一场舞林盛会 三、冬日舞妆色附录：赏心悦目，从规则开始——教你如何看懂体育舞蹈比赛

<<动感快步>>

章节摘录

插图

<<动感快步>>

#### 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>