

<<少林绝命腿>>

图书基本信息

书名：<<少林绝命腿>>

13位ISBN编号：9787810512626

10位ISBN编号：7810512625

出版时间：1998-08

出版时间：北京体育大学出版社

作者：王信得

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>

<<少林绝命腿>>

内容概要

少林绝命腿，ISBN：9787810512626，作者：王信得

<<少林绝命腿>>

书籍目录

- 目录
- 前言
- 第一章 少林金刚禅自然门简介
- 第二章 少林金刚禅自然门腿法应用要诀
 - 一 腿法要诀浅释
 - 二 腿法攻击人身要点
- 第三章 少林金刚禅自然门64腿击法
 - 一 单个腿法
 - 二 腾空腿法
 - 三 组合腿法
- 第四章 论腿击法之“法”
 - 一 松紧法
 - 二 机变法
 - 三 步法
 - 四 眼法
 - 五 腰法
- 第五章 浅谈绝招腿击法之“绝”
- 第六章 论腿击的劲力和速度
 - 一 爆发力和耐力
 - 二 耐力下降所致的危险
 - 三 爆发劲力和速度
 - 四 爆发劲力的应用
 - 五 关于腿击的速度问题
- 第七章 腿击要术 膝击
 - 一 “膝击”的作用
 - 二 膝击基本技法分析
- 第八章 少林十二绝命腿

<<少林绝命腿>>

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>