

<<泰拳技巧图解>>

图书基本信息

书名：<<泰拳技巧图解>>

13位ISBN编号：9787810517218

10位ISBN编号：781051721X

出版时间：2002-11-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：武兵

页数：173

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>

<<泰拳技巧图解>>

内容概要

泰拳是一种运用拳、肘、腿、膝进行实战对搏的功夫，注重功力纯至和技术精细，其中“铁肘、钢膝、千金腿”被誉为泰拳的“三大杀手锏”，在擂台上曾令许多的功夫高手俯首称臣。

修炼泰拳可以强健身体，感悟拳理，修筑神勇的心境并争雄擂台。

如今学练泰拳者遍及五大洲百余个国家和地区，不少泰拳师被各国重金聘用传授泰拳，其礼遇之高、薪金之厚令世人羡慕不已。

随着中国功夫与泰国拳的交锋，人们领略了具有“五百年天下无敌婢”的泰拳的精功绝技，在中国掀起了一股空前的了解、研究和学习掌握泰拳的热潮。

时逢佳际，笔者将多年研习泰拳的所知所感倾心撰成此书，旨在令广大泰拳爱好者的学练时有所收益，而以此为最大的快乐。

<<泰拳技巧图解>>

书籍目录

一、泰拳发展源史（一）昔日泰拳（二）今日泰拳二、泰拳基本技术（一）泰拳步技（二）泰拳拳技（三）泰拳肘技（四）泰拳腿技（五）泰拳膝技（六）泰拳摔技三、泰拳实战技法（一）主动进攻拳法战例（二）防守反击拳法战例（三）主动进攻肘法战例（四）防守反击肘法战例（五）主动进攻腿法战例（六）防守反击腿法战例（七）主动进攻膝法战例（八）防守反击膝法战例（九）泰拳综合实战技法（十）泰拳基本防守技法四、泰拳基本理论（一）拜师仪式（二）人体要害（三）发力精髓（四）精神灵魂（五）训练乐趣（六）贴身近战（七）对博战术（八）泰拳的要素（九）泰拳的特点五、泰拳体能、功力、技术训练.....六、泰拳比赛规则七、泰拳损伤疗法八、泰拳心法九、泰拳自修要旨

<<泰拳技巧图解>>

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>