

《太極操》

图书基本信息

书名：《太極操》

13位ISBN编号：9789861670027

10位ISBN编号：9861670025

出版时间：2005年06月07日

出版社：新潮社

作者：徐悟

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《太極操》

內容概要

太極操是通過太極拳多姿多采的動作形態，演示大自然一些優美景象，釀造美好情懷的一套形意結合、身心雙練的古典養生操。太極操的意念活動以返璞歸真、回歸自然為宗旨。它通過大自然美好景象的意念再現和情懷感受來營造美好的精神境界，藉以淨化心靈，怡情養性。太極操的形體運動繼承了太極拳獨特的運動形式，融入了各家拳式的精華。

《太極操》

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:www.tushu111.com