

《图解跆拳道手册-从白带到黑带完全自》

图书基本信息

书名：《图解跆拳道手册-从白带到黑带完全自修手册》

13位ISBN编号：9787562521006

10位ISBN编号：756252100X

出版时间：2006-6

出版社：中国地质大学

作者：林春生

页数：103

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

《图解跆拳道手册-从白带到黑带完全自》

内容概要

跆拳道是世界上最为风靡的搏击术之一，也是奥林匹克运动会的正式比赛项目。本书对跆拳道进行了比较完整的描述。由国内跆拳道资深研究者林春先生所著，内容包括跆拳道常识、脚法技术、品势、特技四大部分组合而成，按部就班地传授读者从白带新手到黑带高手的阶梯训练课程。作者亲自示范跆拳道脚法技术分解动作，并对每个脚法要领及在实战中的应用方法进行讲解。图文并茂、通俗易懂。不同水平的跆拳道练习者皆可从中获益，是跆拳道馆、俱乐部的理想参考教材。

《图解跆拳道手册-从白带到黑带完全自》

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