

《56式陳式太極拳競賽套路》

图书基本信息

书名：《56式陳式太極拳競賽套路》

13位ISBN编号：9789867308030

10位ISBN编号：9867308034

出版时间：20050401

出版社：三藝

作者：竺玉明

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

《56式陳式太極拳競賽套路》

內容概要

本書除帶您了解陳式太極的起源與特點，還讓您輕鬆了解如何練好陳式太極拳的螺旋纏絲勁、競賽套路主要動作規格、身型、身法、眼法，並附有詳細的圖片及解說，讓您能由清晰的圖解，精準的落實每個動作，達到強身健體的功效。

《56式陳式太極拳競賽套路》

作者簡介

竺玉明

北京體育大學武術學院副教授，武術七段，並被列入中國武術人名大辭典。曾獲全國武比賽規定長拳、自選劍術、傳統器械長穗雙劍第一名及規定槍術第三名。

擔任北京體育大學武術代表隊教練，曾在全國武術比賽中獲團體總分，第一名單項傳統拳、傳統器械、對練一、二名成績。在中國中央電視台CCTV武術節目中教授三十二式太極劍與四十二式太極劍競賽套路。

在學術方面，參與武術大百科全書、全國武術館校、少林武術教材、中國查拳、四十八式太極拳、武術健身操、「太極拳動作與呼吸配合」、太極拳評分標準研究編寫工作。

《56式陳式太極拳競賽套路》

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