

# 《跳云南舞》

## 图书基本信息

书名：《跳云南舞》

13位ISBN编号：9787541525148

10位ISBN编号：7541525146

出版时间：2004-3-1

出版社：云南教育出版社

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](http://www.tushu111.com)

# 《跳云南舞》

## 内容概要

在中华民族掀起全民健身热潮的今天，以云南26个民族舞蹈韵律为底蕴的民族健身舞系列《跳云南》诞生了。云南艺术学院舞蹈系丁建国老师积几十年民族舞蹈教学和研究经验，创编的这套健身舞是从民族舞蹈的审美动律学、运动学、健身学的角度出发、以原汁原味的少数民族舞蹈动作为基础，将文化、健身和娱乐融为一体，在别具特色的民族舞蹈动律中进行愉快的健脑、健身和健美运动。进行不同民族的健身舞锻炼，既是一次精神沐浴，又是和不同民族的一次身体上的对话，希望您在这优美轻快的舞步中找到健康，快乐和自信！《跳云南》民族健身舞系列1-10集（昆明世博园特辑），仅展现了10套不同民族风格的健身舞蹈，这些民族健身舞都是在认真研究后，注入时代的血液，通过提炼，加工和创新，推出源于生活而高于生活，具有锻炼价值，审美价值的新型民族健身舞。各套健身舞具有不同的审美价值和锻炼价值，我们强调是用不同的感情表达方式，支配、演释民族健身舞的动律，从生态学和生态心理学的深度，去理解各套民族健身舞的内涵，把民族健身舞的学习锻炼理念，提升为是精神和情感的需要，从而带动肢体锻炼的需要。得天独厚的民族舞蹈文化资源，是我们取之不尽的源泉，我们将在今后不断地推出《跳云南》民族健身舞系列中的其他健身舞，以满足您对民族健身舞的需求和热爱。

# 《跳云南舞》

## 书籍目录

傣族舞 佤族舞 藏族舞 白族霸王鞭舞 健身扇 彝族小三弦舞 云南花灯舞 景颇族舞 彝族烟盒舞 布依族舞

# 《跳云南舞》

## 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](http://www.tushu111.com)