

《截拳》

图书基本信息

书名：《截拳》

13位ISBN编号：9787883526896

10位ISBN编号：7883526898

出版时间：2011-10

出版社：人民出版社

作者：卓文工作室

页数：119

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

《截拳》

内容概要

一提起李小龙，几乎是无人不知、无人不晓。截拳道就是这位著名华人武术家根据中国武术中的几类精要打法和腿法创立的一种对抗性项目。李小龙认为，截拳道不仅限于拳道，也是生命之道，是开启智慧的火炬。截拳道以简捷实用，随机应变为实战要旨，讲究不击则已，一击必中，所以要求修习者不但要有娴熟过硬的技术，更重要的是有灵活合理的战术！

书籍目录

- 第一章 正确理解截拳道理念
- 第二章 初级筑基
- 第三章 实战中赖以生存的技战术

《截拳》

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