

<<八段锦>>

图书基本信息

书名：<<八段锦>>

13位ISBN编号：9787119056807

10位ISBN编号：7119056808

出版时间：2009-1

出版时间：外文出版社

作者：国家体育总局健身气功管理中心 编

页数：56

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：<http://www.tushu007.com>

<<八段锦>>

内容概要

《健身气功丛书：八段锦（法文版）》主要内容包括：双手托天理三焦、左右开弓似射雕、调理脾胃须单举、五劳七伤往后瞧、摇头摆尾去心火、两手攀足固肾腰、攒拳怒目增气力、背后七颠百病消等。

<<八段锦>>

作者简介

法

<<八段锦>>

书籍目录

Chapitre Origine et evolution Chapitre Caracteristiques Chapitre Conseils pour pratiquer Chapitre
Description des mouvements Section 1 Formes des mains et positions des pas Principales formes des mains
Principales positions des pas Section 2 Exercices illustres Preparation Posture 1 双手托天理三焦
Posture 2 左右开弓似射雕 Posture 3 调理脾胃须单举 Posture 4 五劳七伤往后瞧 Posture
5 摇头摆尾去心火 Posture 6 两手攀足固肾腰 Posture 7 攒拳怒目增气力 Posture 8 背后七
颠百病消 Fermeture Annexe: Les points d'acupuncture mentionnes dans le livre

<<八段锦>>

章节摘录

插图：

<<八段锦>>

编辑推荐

《八段锦(法文版)》为外文出版社出版发行。

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:<http://www.tushu007.com>