

<<保健按摩学>>

图书基本信息

书名：<<保健按摩学>>

13位ISBN编号：9787530424926

10位ISBN编号：7530424920

出版时间：2003-2

出版时间：北京科学技术出版社

作者：郁国民编

页数：165

字数：248000

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>

<<保健按摩学>>

内容概要

这是本关于保健按摩的教科书。
本书共分上、下、附三篇。
上篇概述保健按摩的基本知识、常用手法和各部位保健手法的训练；下篇具体介绍各种健身保健按摩，包括足部按摩保健法、运动保健按摩、美容减肥保健按摩、常见病症预防保健按摩、小儿保健按摩和保健按摩师基本知识等；附篇简介部分民间疗法和国外保健按摩。

<<保健按摩学>>

书籍目录

上篇 总论	第一章 绪论	第一节 保健按摩基本概念	第二节 保健按摩发展简史	第二章 保健按摩基本知识	第一节 保健按摩的特点	第二节 保健按摩的作用	第三节 保健按摩常用部位与标志	第四节 保健按摩常用人体方位	第五节 保健按摩常用体位	第六节 保健按摩手法补泻	第七节 保健按摩操作注意事项	第三章 保健按摩常用手法	第一节 推法	第二节 拿法				
	第三节 按法	第四节 摩法	第五节 擦法	第六节 揉法	第七节 搓法	第八节 叩击法	第九节 拨法	第十节 攘法	第十一节 一指禅推法	第十二节 抖法	第十三节 捏法	第十四节 捏脊法	第十五节 动法	第十六节 踩法				
	第四章 各部位保健手法训练	第一节 头颈部保健手法训练	第二节 上肢部保健手法训练	第三节 胸腹部保健手法训练	第四节 背腰部保健手法训练	第五节 下肢部保健手法训练	下篇 各论	第五章 健身保健按摩	第一节 人体各部位保健按摩	第二节 全身保健按摩	第三节 踩背按摩保健法	第四节 推油按摩保健法	第五节 第二掌骨桡侧全息穴区按摩保健法	第六节 耳部全息穴区按摩保健法				
	第六章 足部按摩保健法	第一节 足部按摩的起源	第二节 足部按摩的作用原理	第三节 足部基本解剖结构	第四节 足部常用手法	第五节 足部反射区	第六节 足部按摩注意事项	第七节 足部按摩诊断与辩证应用	第七章 运动保健按摩	第一节 运动保健按摩基本知识	第二节 运动前保健按摩	第三节 运动间歇保健按摩	第四节 运动后保健按摩	第八章 美容减肥保健按摩				
	第一节 美容保健按摩	第二节 减肥健美按摩	第九章 常见病症预防保健按摩	第一节 预防感冒的保健按摩	第二节 预防高血压的保健按摩	第三节 预防肩部疼痛不适的保健按摩	第四节 预防胃肠道疾患的保健按摩	第五节 预防颈腰部疼痛不适的保健按摩	第十章 小儿保健按摩	第一节 概述	第二节 小儿穴位按摩保健法	第三节 小儿捏脊保健法	第十一章 保健按摩师基本知识	第一节 保健按摩师职业道德	第二节 保健按摩师礼仪、礼节	第三节 保健按摩师岗位职责	第四节 保健按摩服务程序 附篇	第十二章 部分民间疗法与国外保健按摩简介

<<保健按摩学>>

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>