

<<陈氏养生太极新架83式>>

图书基本信息

书名：<<陈氏养生太极新架83式>>

13位ISBN编号：9787538171839

10位ISBN编号：7538171835

出版时间：2012-1

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：陈东武

页数：144

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>

<<陈氏养生太极新架83式>>

内容概要

《陈氏养生太极新架83式》主要体现了了套路招式上的不同，本册侧重于新架83式的演练和推手法的实战技法，最大的特点在于演练步骤图解详细，内容丰富，结合太极养生文化将强身健体与太极实战充分运用。

<<陈氏养生太极新架83式>>

书籍目录

- 第一章 陈氏太极拳概述
- 第二章 陈氏太极拳新架83式
- 第三章 陈氏太极拳的推手实战技法

<<陈氏养生太极新架83式>>

编辑推荐

张东武主编的《陈氏养生太极新架83式》对陈式太极拳的渊源发展和特点做了简单的概述，吸收了先辈们的太极拳理论以及编者在多年的教学中总结出的实践经验理论，对身体各部位的要求手型、步型之特点、全身关节活动以及陈式太极拳的核心——缠丝劲都作了具体论述；陈式太极拳新架83式(一路)的动作分解以及太极实战用法动作分解都一一讲解，相信大家阅读本书后会有所收益。

<<陈氏养生太极新架83式>>

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>