

<<养生太极推手>>

图书基本信息

书名：<<养生太极推手>>

13位ISBN编号：9787810514149

10位ISBN编号：7810514148

出版时间：2000-8

出版时间：北京体育大学出版社

作者：黄康辉

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>

<<养生太极推手>>

内容概要

《养生太极推手》介绍养生太极推手的基础知识和基本技法。太极拳以其深奥的阴阳哲理及武术内涵，成为中华武林中健身、养生、技击的上乘功夫。它以其独特的内气运行、疏通经络、润泽脏腑而缓解衰老；以其松活弹抖、快慢相间、刚柔相济、螺旋缠丝、借力发劲而享武林一绝之盛名美誉。

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>