

《交谊舞》

图书基本信息

书名：《交谊舞》

13位ISBN编号：9787508719092

10位ISBN编号：7508719093

出版时间：2007-10

出版社：中国社会

作者：张鑫

页数：204

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.tushu000.com

《交谊舞》

内容概要

《交谊舞》是“中老年健身丛书”之一，该书介绍了交谊舞的基础知识，跳交谊舞对人体健康的益处，同时向读者展示了四步舞、三步舞、平四步舞、伦巴舞、探戈舞、恰恰恰舞、吉特巴舞等舞姿的基本舞步。全书共分4个章节，具体内容包括交谊舞基础知识、跳交谊舞的益处、如何学好交谊舞及交谊舞的基本技术。相信广大的中老年朋友一定能够从本套丛书中受益，找到适合您自己和您家人的健身方式和方法，为您的生活增添更多的乐趣和色彩！

《交谊舞》

书籍目录

前言第一章 交谊舞基础知识一、交谊舞的起源与演变二、交谊舞的舞步及舞种三、交谊舞的称谓及来源四、各种交谊舞的风格及特点五、交谊舞的基本位置六、名词解释七、交谊舞的礼仪八、如何欣赏交谊舞的舞曲第二章 跳交谊舞的益处一、交谊舞具有非常良好的健身作用二、交谊舞有益心理健康三、交谊舞具有社交作用四、交谊舞改善个人的风度气质五、邀请舞伴时应注意的细节第三章 如何学好交谊舞一、男性在交谊舞中如何表现自己二、女性在交谊舞中如何表现自己三、如何表现交谊舞的艺术魅力四、如何让肢体语言与音乐融合五、如何训练眼神来表达内心世界六、如何选择舞伴第四章 交谊舞的基本技术一、四步舞二、三步舞三、平四步舞四、伦巴舞五、探戈舞六、恰恰恰舞七、吉特巴舞

《交谊舞》

编辑推荐

《交谊舞》由中国社会出版社出版。

《交谊舞》

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.tushu000.com