

《中国擒拿法》

图书基本信息

书名：《中国擒拿法》

13位ISBN编号：SH8260-1498

10位ISBN编号：SH8260-1498

出版时间：1986年1月

出版社：岭南美术出版社

作者：柴森林,林鑫海 编著

页数：404页

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

《中国擒拿法》

内容概要

《中国擒拿法》是一本系统的擒拿大全书。本书从擒拿的基础理论知识、基础动作及基本功法谈起，介绍了“擒拿实用法三十八式”，包括人体各部的拿法、夺取兵器之法等。其中“擒拿连环破解法一百式”是按对拿对破，连环破解的形式整编而成的对练套路。全书突出了攻防演变技巧，展示擒拿技击之精妙；图文并茂，内容丰富，通俗易懂，可供广大读者学习武术和锻炼身体之用。

《中国擒拿法》

精彩短评

- 1、也是国粹啊~~~
- 2、很实用
- 3、流畅的画面，细致的讲解

《中国擒拿法》

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