

《工间操(VCD)》

图书基本信息

书名：《工间操(VCD)》

13位ISBN编号：9787883043652

10位ISBN编号：788304365X

出版社：北京市青少年音像出版社

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

《工间操(VCD)》

内容概要

“工间操”主要针对广大上班族工作繁忙、生活节奏快、较少参加体育锻炼的现状而创编。

它以徒手体操动作为主，吸取了已颁布的八套广播体操的精华动作，融入艺术体操及现代健美操的基本舞步及造型，动作优美简捷，舒展大方，非常适合作为晨练及课间、工间健身项目在全社会进行普及、推广。

《工间操(VCD)》

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