

# 《瑜伽智能学习与训练》

## 图书基本信息

书名：《瑜伽智能学习与训练》

13位ISBN编号：9787560984575

10位ISBN编号：7560984576

出版时间：2013-2

出版社：华中科技大学出版社

作者：吴尉

页数：179

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](http://www.tushu000.com)

# 《瑜伽智能学习与训练》

## 内容概要

《瑜伽智能学习与训练》内容简介：瑜伽是一种在全世界得到广泛传播的身心灵联结和整合的修炼方式。通过瑜伽的学习与练习可以有效地塑造形体、增进身心健康和培养创造力。《瑜伽智能学习与训练》综合了国内外瑜伽研究精华，并引入了面向问题分析与决策人工智能技术，将瑜伽的知识与训练方法融入知识系统中，构建了瑜伽智能学习与训练系统，以便于读者自主学习和练习。《瑜伽智能学习与训练》共分瑜伽基本概念、瑜伽基本姿势和瑜伽训练三大部分。瑜伽基本概念主要内容有瑜伽简介、瑜伽基础概念、瑜伽解剖学基础知识、瑜伽练习的基本要求。瑜伽基本姿势主要包括热身、向太阳致敬式、坐姿、站姿、平衡的姿势、倒立的姿势、休息和放松的姿势，还介绍了调息法。瑜伽训练包括瑜伽知识模型构建、训练计划制订和执行、训练计划修正，主要介绍了如何将瑜伽的理论和训练方法转化成知识存入到面向问题分析与决策的知识系统中，以及如何利用该知识系统制订、执行和修正适合自己的瑜伽训练计划。《瑜伽智能学习与训练》既可以作为一般瑜伽练习者学习与训练的教材，也可供瑜伽研究和知识系统开发人员使用。

# 《瑜伽智能学习与训练》

## 精彩短评

1、与市面上其他瑜伽课本不同，虽然也有瑜伽的各类知识介绍，体式讲解，但竟然是用了所谓现代计算机帮助对瑜伽的梳理，最终汇成瑜伽的各种入门步骤、进阶锻炼指导。书籍后一部分讲解了那套计算机软件系统，看起来其实更像九十年代早起的软件。只是，作者仅仅介绍了，却没告知这套系统对读者有什么用处（或关系），因为读者压根不知道上哪去找。

# 《瑜伽智能学习与训练》

## 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](http://www.tushu000.com)