《徒手拳:木兰报春(下)(VCD)》

图书基本信息

书名：《徒手拳:木兰报春(下)(VCD)》

13位ISBN编号：9787883632726

10位ISBN编号：7883632728

出版时间：1900-01-01

出版社：黑龙江文化音像出版社

作者：

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

《徒手拳:木兰报春(下)(VCD)》

内容概要

中国木兰拳系列包括徒手拳、单扇、单剑、双剑、单圈、双圈、双匕首、武扇、拂尘、花棍等十二个基本套路和主题歌活动操等附加套路。木兰拳以“美”著称，它博取民间各流派之长，熔刚健有力的武术功架和优美潇洒的民族舞姿及戏剧、气功健身原理于一炉，既能自娱观赏，它节奏快慢多变，张驰有致，演练时强调“精、气、神”，注重以神领形，以形传神。

木兰拳势优美，简便易学，很能适应现代人健身健美的需求，作为一种科学的健身方法，对人体很多方面的疾病都有着的防治效果。

《徒手拳:木兰报春(下)(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