

中国太极推手



[中国太极推手_下载链接1](#)

著者:张山 编

出版者:人民体育出版社

出版时间:1999-10

装帧:简装本

isbn:9787500918417

太极推手是太极拳运动的对抗形式，是太极拳传统练功方法之一，有广泛的群众基础。书中的理论和技术训练方面，都注意吸收了传统推手中的有益内容，摒弃那些神秘玄虚的东西。突出了竞技性：传统推手，注重体会懂劲和切磋商技艺，不以胜负为主要目的。注重了科学性：心理训练的重要性；强调武德修养：太极推手电一项对抗性强较激烈的竞技运动，全书内容体现了加强武德教育，注重武德修养。

作者介绍:

目录:

[中国太极推手_下载链接1](#)

标签

gyi

评论

[中国太极推手_下载链接1](#)

书评

[中国太极推手_下载链接1](#)