

鹤舞蓬莱



[鹤舞蓬莱_下载链接1_](#)

著者:刘同为

出版者:

出版时间:2004-2

装帧:

isbn:9787538844344

《鹤舞蓬莱:木兰双圈》是在木兰拳的基础上，结合武术双圈的基本方法创编而成的，它兼有木兰拳和武术双圈的风格特点，具有健身和观赏价值。整套动作直观易学，图文并重，并附有动作要点注解，适合各个层次、不同年龄、不同基础的木兰拳爱好者自学自练。

作者介绍:

目录:

[鹤舞蓬莱_下载链接1](#)

标签

评论

[鹤舞蓬莱_下载链接1](#)

书评

[鹤舞蓬莱_下载链接1](#)