

竞技跆拳道



[竞技跆拳道 下载链接1](#)

著者:王智慧

出版者:人民体育出版社

出版时间:2006-1

装帧:简装本

isbn:9787500928713

跆拳道是朝鲜民族的传统体育项目，在长期的发展过程中不断得到充实和演变，现已成为奥运会正式比赛项目。它以简捷实用、内外兼修、手脚并用的运动特点深受广大青少年的喜爱，并在世界范围内得到了广泛的传播和发展。据有关资料显示，目前世界上已有170多个国家和地区开展跆拳道运动，直接或间接参与这项运动的人数已达8000多万人。并且这些数字会随着跆拳道运动的发展而逐年上升。近年来，我国跆拳道竞技水平日益提高，尤其是我国选手在世界级比赛中屡创佳绩后，给国内跆拳道发展带来了前所未有的契机，参与跆拳道运动的人数也越来越多。特别是青少年的学习热情空前高涨，越来越多的人将跆拳道作为健身、修身和防身的时尚体育运动，通过练习跆拳道来达到修炼身心、磨练意志、培养品德的目的。在这样的大背景

下，急需一本与竞技训练相适合的著作，为此我起草并编写了此书。
本书作者结合自己多年的训练心得和经验，用现代体育的观点结合竞技比赛中较前沿的战术、战例，对竞技跆拳道进行了全面的分析与介绍。本着求真务实、去伪存真的原则，力求做到通俗易懂、简明易学，突出竞技比赛的实用性，以便跆拳道爱好者能够在有限的时间内较快地掌握其主要内容。

作者介绍:

目录:

[竞技跆拳道_下载链接1](#)

标签

没有做不到的事，只有不想做的事

评论

[竞技跆拳道_下载链接1](#)

书评

[竞技跆拳道_下载链接1](#)