

陈式太极拳新解 (平装)



[陈式太极拳新解 \(平装\)_下载链接1](#)

著者:孙振波

出版者:黑龙江美术出版社

出版时间:2006年04月

装帧:平装

isbn:9787531815815

太极拳是科学，既有理论又有实践，理论与实践紧密结合的一门科学。学习太极拳需要老师指导，少走弯路，但是有些地方找不到老师，也可自学太极拳，像学习其他科学知识一样，从书本上学习太极拳的理论和演练的动作，不要错误认为太极拳神秘不可及，而失掉太极拳带给人们的健康和延年的幸福。为了广大群众走近太极拳，掌握太极拳，本书将从太极拳基本概念、太极拳动作架势、太极拳套路这三个方面，以新的理念讲述陈式太极拳。本书所述太极拳动作舒展大方，刚柔并济，缠丝性强，讲解详尽，相信会让太极拳爱好者获益匪浅。

作者介绍:

目录:

[陈式太极拳新解 \(平装\)_下载链接1](#)

标签

评论

[陈式太极拳新解 \(平装\) 下载链接1](#)

书评

[陈式太极拳新解 \(平装\) 下载链接1](#)