

威猛拳腿



[威猛拳腿_下载链接1](#)

著者:孙尊航

出版者:江苏科学技术出版社

出版时间:2006-8

装帧:

isbn:9787534548987

现代体育运动在开放、改革、国际化的时代潮流中发生了深刻的变革，摒弃了传统的纯

体育的思维定势，在更加广义的范围内拓展了体育所具有的社会功能和社会价值，是一个更为广阔的空间内展示了现代体育运动的生命活力。

本书为“动感中国人”现代竞技运动系列之一，是一本跆拳道基本知识、练法入门的学习参考书。从跆拳道运动项目的历史渊源、运动技术的结构、运动技术的掌握、运动创伤的预防、运动营养、运动与健康以及如何运动等方面，深入浅出地描绘了跆拳道运动项目的基本知识和基本技能，从理论上探讨了跆拳道运动的规律和特征。以青少年学生和热爱体育运动的社会各界人士为主要读者对象，其行文力求将知识性、科学性和趣味性融为一体，通过大量鲜活的事例，以通俗的语言、轻松的笔墨，讲述跆拳道的故事，极易将读者引入知识的殿堂，相信您的阅读将会是一段激动人心的旅程。配有大量图解和详细文字介绍。

作者介绍:

目录:

[威猛拳腿_下载链接1](#)

标签

评论

[威猛拳腿_下载链接1](#)

书评

[威猛拳腿_下载链接1](#)