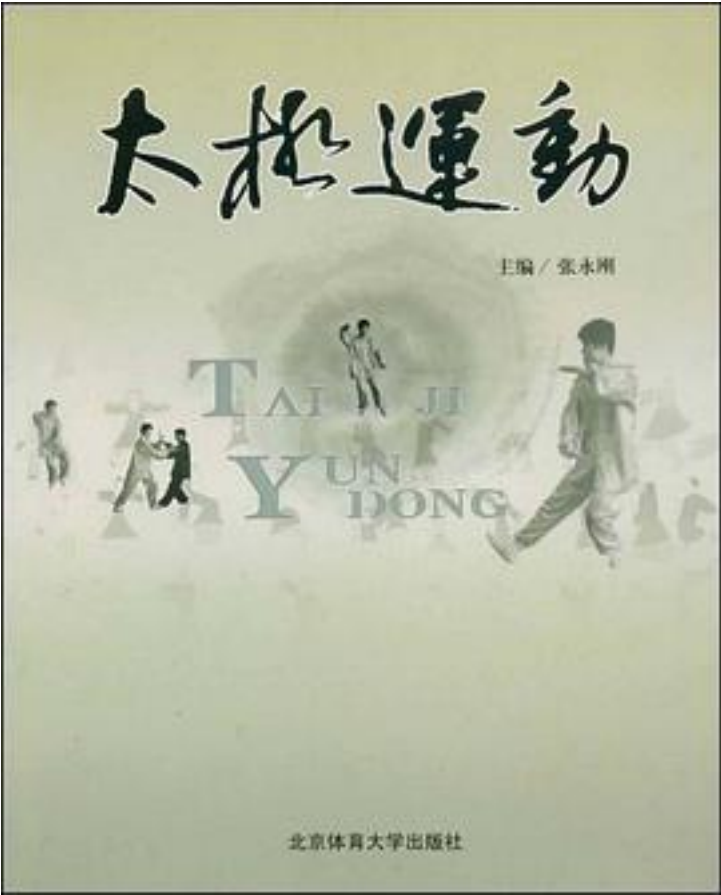


太极运动



[太极运动_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2008-9

装帧:

isbn:9787564400477

《太极运动》共分三个部分：理论篇、实践教学篇和实践拓展篇，分别从理论、实践、发展、推广机制等多个角度出发，吸收了许多前辈们的研究精华编著而成。理论篇从太极拳的起源入手，介绍了太极拳多年来的发展概况以及五大流派的划分及各自的特点。在此基础上又融入了太极文化研究的成果，详细介绍了太极拳与哲学、美学

相关学科的关系，对继承和发扬中国传统的太极武术文化起到了一定的推广作用。

实践教学篇中主要吸收了广为流传的、社会普及率较高的五项太极拳、械套路，图文并茂，详细讲解了每个动作的演练步骤、练习要点、易犯错误和攻防含义等内容，是广大中外太极拳爱好者的入门学习内容。

作者介绍:

目录:

[太极运动_下载链接1](#)

标签

评论

[太极运动_下载链接1](#)

书评

[太极运动_下载链接1](#)