

散打



[散打_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-2

装帧:

isbn:9787811135640

《散打》适合普通高等学校学生和散打爱好者。全书共分九章，图文结合、简单易学。其主要内容为：1.系统地介绍了我国散打运动的起源及发展的历史过程；2.概述了散打的技术、战术特点及动作要领并以实战范例加以分析；3.介绍了散打运动中较容易出现的运动损伤预防措施和急救方法；4.简要地介绍了散打运动的基本竞赛规则及裁判方法。

作者介绍:

目录:

[散打_下载链接1](#)

标签

武术

评论

[散打_下载链接1](#)

书评

[散打_下载链接1](#)