

太极拳与旋极术对练



[太极拳与旋极术对练_下载链接1](#)

著者:孙新杰

出版者:

出版时间:2009-2

装帧:

isbn:9787802337916

中华武术历史悠久，门类众多，其内容丰富多彩，高深莫溯。武术的健身、防身、技击等功效充分体现了中国人民的聪明智慧，深受世界各国人民的喜爱。武术中门类甚多，

其中太极拳具有鲜明的民族特色，学者日众，习者如云，在长期的发展过程中已经成为世界性的体育运动项目。
本书特别介绍了简化二十六式杨氏太极拳大架、七十五式旋极术对练、十三把旋极棍等套路及特点、旋极术理论，后附录：旋极术实用口诀。

作者介绍:

目录:

[太极拳与旋极术对练_下载链接1](#)

标签

评论

[太极拳与旋极术对练_下载链接1](#)

书评

[太极拳与旋极术对练_下载链接1](#)