

跆拳道基础入门（附光盘） [TAEKWONDO]



[跆拳道基础入门（附光盘） \[TAEKWONDO\]_下载链接1](#)

著者:杨龙 著

[跆拳道基础入门（附光盘） \[TAEKWONDO\]_下载链接1](#)

标签

评论

给弟弟买的，很喜欢，可以照着光盘练习

这本书内容通俗易懂，学习很有兴趣

跆拳道基础入门（附光盘） 比较感兴趣 随便看看

书不错，价格便宜，印刷精美，喜欢武术的朋友可以买

价格优惠，很不错的书，值得拥有。

入门级的，随便看看。。。

孩子暑假在学跆拳道，正好买本给他看 看，赫赫

就是实战内容太少，光盘先没看，书的内容还要进一步完善

侄子在学跆拳道，买了这本给他，他说他很喜欢

到货很快，是正版，支持京东

不错的书

终于换好了！哎！书还是不错的哦！

想要个基础的，叫我怎么锻炼身体，可惜不是，大篇幅介绍跆拳道由来，没意思

跆拳道基础入门（附光盘）这本书也的非常好很实用超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费很不错风靡全球韩国武道文化，坚韧精搏东方强身武术，奥运会正式比赛项目，第28届雅典奥运会中国，获4金1银世界最佳战绩。本书为中国高品质的运动健身丛书之一，高清晰度彩图展示。由世界跆拳道联盟国际教练亲身教授，详细解析基本技法、练功方法、品势组合。第一章聆听武魂之声——跆拳道跆拳道演变史朝鲜是跆拳道的发源地，而韩国则被公认为跆拳道的宗主国。世界跆拳道联盟章程中写到跆拳道是韩国文化的产物。受5000年朝鲜历史文化的影响，跆拳道具有鲜明的朝鲜民族特色。跆拳道是经过远东文化发展起来的朝鲜传统武术，它的形成是历史的必然。当人类第一次学会保护自己时，跆拳道的原始特征就已经自然地形成了，可以说，跆拳道的形成与发展历史，就像历史本身一样久远。就让我们一起来感受跆拳道悠远的历史吧！古代的跆拳道原始社会时期，朝鲜民族为了获取食物、抗击外来势力的入侵和抵御野兽的袭击，在反复的实践中逐渐发展出一些锻炼身体和参与战斗的方法，这些出自本能的发明，在社会进化的过程中逐步演化成有目的、有意识的斗技活动，‘形成古代跆拳道的雏形。当时人们斗技的目的除了获得食物、抗击入侵和抵御野兽外，更多的是用于参加斗技活动，史书都有所记载，可见当时斗技相当流行。朝鲜三国时代的跆拳道形式朝鲜半岛的三国时代是高丽、新罗和百济三国并存时期，大约在公元前一世纪左右，三国相继兴起，高句丽在朝鲜半岛北部，新罗在东南部，百济在西南部。为了争夺领土，纷争四起，这个时期跆拳道迅速发展以适应战争的需要。据古书记载跆拳道意指使用手和脚，磨练四肢和身体的灵活用法，是武艺的基础。可以看出，当时的练武之人都能灵活运用手和脚战胜对手，成为优秀的武士。新罗时代的跆拳道花郎道的青年武团，以事君以忠，事亲以孝，交友以信，临战无退，杀身有择为宗旨，组织年轻人聚在一起修炼学问，切磋武艺。这种制度造就了一批英勇无畏的勇士，保卫了新罗，为统一三国而尊定了基础。证明新罗广泛流行武艺的史实资料很多，如在帝王韵记、三国中记、古事等资料中都有有关跆拳道形式的记载。太极是跆拳道最基本的品势，是根据宇宙哲学的根本原理而创，攻击和防卫、前进和后退、刚柔快慢、国重缓急无不运用太极的阴阳理论，练习太极是跆拳道选手入门的必经之路。风靡全球韩国武道文化，坚韧精搏东方强身武术，奥运会正式比赛项目，第28届雅典奥运会中国，获4金1银世界最佳战绩。本书为中国高品质的运动健身丛书之一，高清晰度彩图展示。由世界跆拳道联盟国际教练亲身教授，详细解析基本技法、练功方法、品势组合。买书就上京东。

跆拳道基础入门（附光盘）阅读了一下，写得很好，推荐给了同学，同学们都来购买了，京东网的书超级赞正版价低送货速度很喜欢。第一章聆听武魂之声——跆拳道跆拳道演变史朝鲜是跆拳道的发源地，而韩国则被公认为跆拳道的宗主国。世界跆拳道联盟章程中写到跆拳道是韩国文化的产物。受5000年朝鲜历史文化的影响，跆拳道具有鲜明的朝鲜民族特色。跆拳道是经过远东文化发展起来的朝鲜传统武术，它的形成是历史的必然。当人类第一次学会保护自己时，跆拳道的原始特征就已经自然地形成了，可以说，跆拳道的形成与发展历史，就像历史本身一样久远。就让我们一起来感受跆拳道悠远的历史吧！古代的跆拳道原始社会时期，朝鲜民族为了获取食物、抗击外来势力的入侵和抵御野兽的袭击，在反复的实践中逐渐发展出一些锻炼身体和参与战斗的方法，这些出自本能的发明，在社会进化的过程中逐步演化成有目的、有意识的斗技活动，‘形成古代跆拳道的雏形。当时人们斗技的目的除了获得食物、抗击入侵和抵御野兽外，更多的是用于参加斗技活动，史书都有所记载，可见当时斗技相当流行。朝鲜三国时代的跆拳道形式朝鲜半岛的三国时代是高丽、新罗和百济三国并存时期，大约在公元前一世纪

左右，三国相继兴起，高句丽在朝鲜半岛北部，新罗在东南部，百济在西南部。为了争夺领土，纷争四起，这个时期跆拳道迅速发展以适应战争的需要。据古书记载跆拳道意指使用手和脚，磨练四肢和身体的灵活用法，是武艺的基础。可以看出，当时的练武之人，都能灵活运用手和脚战胜对手，成为优秀的武士。新罗时代的跆拳道花郎道的青年武团，以事君以忠，事亲以孝，交友以信，临战无退，杀身有择为宗旨，组织年轻人聚在一起修炼学问，切磋武艺。这种制度造就了一批英勇无畏的勇士，保卫了新罗，为统一三国而尊定了基础。证明新罗广泛流行武艺的史实资料很多，如在帝王韵记、三国中记、古事等资料中都有有关跆拳道形式的记载。跆拳道，风靡全球韩国武道文化，坚韧精搏东方强身武术，奥运会正式比赛项目，第28届雅典奥运会中国，获4金1银世界最佳战绩。本书为中国高品质的运动健身丛书之一，高清晰度彩图展示。由世界跆拳道联盟国际教练亲身教授，详细解析基本技法、练功方法、品势组合。跆拳道，太极是跆拳道最基本的品势，是根据宇宙哲学的根本原理而创，攻击和防卫、前进和后退、刚柔快慢、国重缓急无不运用太极的阴阳理论，练习太极是跆拳道选手入门的必经之路。风靡全球韩国武道文化，坚韧精搏东方强身武术，奥运会正式比赛项目，第28届雅典奥运会中国，获4金1银世界最佳战绩。本书为中国高品质的运动健身丛书之一，高清晰度彩图展示。由世界跆拳道联盟国际教练亲身教授，详细解析基本技法、练功方法、品势组合。

[illegible]

跆拳道基础入门（附光盘）[TAEKWONDO]_下载链接1

书评

跆拳道基础入门 (附光盘) [TAEKWONDO] 下载链接1