

新国学养生系列 养血健骨养生太极拳



作者：尤杏雪，杨静主编

出版社：长春：吉林科学技术出版社

出版日期：2011.05

总页数：169

介绍：本书分为四章，内容包括：太极二十四势的健身养生秘密；太极拳基础要记牢，科学养生不出岔；防大于治，太极拳手把手教你爱身体；特殊人群如何针对性练习太极拳。

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/12974902.html>) 查找全本阅读方式

新国学养生系列 养血健骨养生太极拳 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12974902.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12974902.html>

书名：新国学养生系列 养血健骨养生太极拳