



TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou



Télécharger



Lire En Ligne

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou

HABERSETZER Roland, DREYER Serge

TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou HABERSETZER Roland, DREYER Serge

Cet ouvrage présente l'originalité d'associer enfin le style Yang, traité à partir des informations revues et complétées du précédent ouvrage de Roland Habersetzer sur le Tai-ji-quan, et le style Tui-shou à travers une partie totalement inédite réalisée par l'un des plus grands experts. De plus en plus de personnes, mal à l'aise dans un univers social très contraignant, sont à la recherche d'un nouvel équilibre. Plus qu'un art martial, le Tai-ji-quan est un véritable art de vivre aux nombreuses vertus, une école de maîtrise de soi, une aventure intérieure, il consiste à rechercher une force qui ne s'appuie pas sur le développement musculaire, mais sur la concentration de son énergie interne. Après avoir rappelé les principes fondamentaux et expliqué les origines historiques et philosophiques de cet art martial complexe, les auteurs détaillent clairement, grâce à de très nombreuses illustrations et des consignes simples, 108 mouvements du Yang et les exercices essentiels du Tui-shou. Un ouvrage unique, une référence incontournable !



[Télécharger TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou ...pdf](#)



[Lire en ligne TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou HABERSETZER Roland, DREYER Serge

350 pages

Présentation de l'éditeur

Cet ouvrage présente l'originalité d'associer enfin le style Yang, traité à partir des informations revues et complétées du précédent ouvrage de Roland Habersetzer sur le Tai-ji-quan, et le style Tui-shou à travers une partie totalement inédite réalisée par l'un des plus grands experts.

De plus en plus de personnes, mal à l'aise dans un univers social très contraignant, sont à la recherche d'un nouvel équilibre. Plus qu'un art martial, le Tai-ji-quan est un véritable art de vivre aux nombreuses vertus, une école de maîtrise de soi, une aventure intérieure ; il consiste à rechercher une force qui ne s'appuie pas sur le développement musculaire, mais sur la concentration de son énergie interne.

Après avoir rappelé les principes fondamentaux et expliqué les origines historiques et philosophiques de cet art martial complexe, les auteurs détaillent clairement, grâce à de très nombreuses illustrations et des consignes simples, 108 mouvements du Yang et les exercices essentiels du Tui-shou.

Un ouvrage unique, une référence incontournable ! Biographie de l'auteur

Roland Habersetzer a publié plus de 70 ouvrages et dirige chez Amphora la collection « Encyclopédie des Arts Martiaux ». Cette œuvre historique, technique et pédagogique, la plus importante source au monde consacrée aux Arts Martiaux, fait de lui un spécialiste internationalement reconnu. Docteur en Science du langage.

Serge Dreyer est le premier Occidental à avoir reçu le diplôme du 3^e duan de la Fédération de Tai-ji-quan de Taiwan. Il vit et enseigne le français à Taiwan d'où il assure la promotion du Tui-shu dans le monde.

Download and Read Online TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou HABERSETZER Roland, DREYER Serge #ELXWOD0634R

Lire TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou par HABERSETZER Roland, DREYER Serge pour ebook en ligne TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou par HABERSETZER Roland, DREYER Serge Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou par HABERSETZER Roland, DREYER Serge à lire en ligne. Online TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou par HABERSETZER Roland, DREYER Serge ebook Téléchargement PDF TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou par HABERSETZER Roland, DREYER Serge Doc TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou par HABERSETZER Roland, DREYER Serge Mobipocket TAI-JI-QUAN PRATIQUE - Styles Yang et Tui-shou par HABERSETZER Roland, DREYER Serge EPub

ELXWOD0634RELXWOD0634RELXWOD0634R