

◎<参考书目>

◎<参考网站>

<参考书目>

- 1、《实用健美教程》，河南大学出版社，宋云清主编，1996年3月出版。
- 2、《健美操教程》，人民体育出版社，王洪主编，2000年12月出版。
- 3、《健美操》，高等教育出版社，张瑞林主编，2005年9月出版。
- 4、《舞蹈与健美操》，黄宽柔主编，高等教育出版社，2001年6月出版。
- 5、《全国健美操大众锻炼标准测试运动作》（录像、图解），国家体育总局审批，2000年。
- 6、《竞技健美操竞赛规则（2001-2004）》，国际体操联合会，2000年。
- 7、《健美操运动员二三级等级规定动作》（录像、图解），国家体育总局审定，2001年。
- 8、《国家级健美操指导员培训教材》，张莹等主编，国家体育总局体操管理中心，2001年。
- 9、《竞技健美操竞赛规则（2005-2008）》，国际体操联合会，2004年。



※<参考网站>

<http://www.caa.net.cn>

中国健美操网

<http://www.csara.cn>

中国学生健身网

<http://www.51tc.com>

健美操信息网

<http://www.badsa.com>

北京市健美操体育舞蹈协会网

<http://www.jianshen114.com>

健身114网

<http://www.yundongjianshen.com>

运动健身网

[返回页首](#)