



菲特尼斯网络有限公司
FITNESS NETWORK PTE LTD
91 WESTCOAST GROVE, SINGAPORE 127884
Tel: +65 9618 6886 Fax: +65 6777 0816
Website: www.daoyin.net
Email: info@daoyin.net
Reg. No: 199801958K

导引保健功 (第二套)

Dǎo Yǐn Bǎo Jiàn Gōng (Dì Èr Tào)

(Daoyin Baojian Gong 2)

- 一. 云端白鹤 yún duān bái hè
- 二. 骏马弘图 jùn mǎ hóng tú
- 三. 金梁玉柱 jīn liáng yù zhù
- 四. 百步穿杨 bǎi bù chuān yáng
- 五. 折体攀足 zhé tǐ pān zú
- 六. 童子拜佛 tóng zǐ bài fó
- 七. 扬鞭跃马 yáng biān yuè mǎ
- 八. 春风化雨 chūn fēng huà yǔ