

<<网球/运动医学与科学手册>>

图书基本信息

书名：<<网球/运动医学与科学手册>>

13位ISBN编号：9787500928898

10位ISBN编号：7500928890

出版时间：2006-8

出版时间：中国体育报业总社（人民体育出版社）

作者：伦斯特伦

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<网球/运动医学与科学手册>>

内容概要

这本国际奥委会（IOC）网球运动医学与科学手册将对各级水平选手具有价值，其目的在于为所有网球选手、教练员和队医提供一本网球比赛中常见损伤和其他医疗问题的权威参考书，书中的信息能够帮助他们决定采用哪种紧急、短期或长期的治疗方法，必要时为医生提供建议。

<<网球/运动医学与科学手册>>

作者简介

作者：(瑞典)伦斯特伦

书籍目录

第一章 网球运动中的生物力学 引言 常规力学因素 触球时机 握拍力度 球拍速度的产生 误差限度和连续对打速度 击球过程 发球 发球后的回球 正手 反手 截击空中球 击近点球 抽球 击球过程分析 主观分析方法 客观分析方法 预测性分析方法 参考文献第二章 网球拍 引言 拍框 击球中心 节点 球拍的功率 极化或滚动动量的惯性 纵轴方向的能量分布 球拍的重量和平衡 拍弦(网线) 现代球拍 失误球和球拍 比赛速度 新网球的大小 参考文献第三章 网球鞋和运动场地：运动伤害和竞技状态 引言 运动损伤 网球运动中下肢的损伤 生物力学环境 损伤机制 竞技状态 改进网球鞋和运动场地 小结 致谢 参考文献第四章 网球运动对生理机能的要求 引言 体能需求 运动中的应急能量 其他无氧代谢能源 有氧代谢 有氧还是无氧 网球运动的生理反应 加强训练的效果 小结 参考文献第五章 网球运动中的营养学第六章 高温环境中的网球运动：体液和电解质的平衡第七章 网球运动员的医疗护理第八章 旅行和时差第九章 力量训练、灵敏性训练与身体素质 第十章 网球运动前的准备计划第十一章 年轻网球运动员的一些特殊问题第十二章 网球运动致伤的病理生理学研究——概述第十三章 网球运动中的足部损伤第十四章 网球运动中踝关节的损伤第十五章 网球运动中的膝部损伤第十六章 网球运动中的膝部损伤第十七章 网球运动中的脊柱损伤第十八章 网球运动中的手部和腕部损伤第十九章 网球运动中的肘关节损伤第二十章 网球运动中的肩损伤第二十一章 网球运动损伤复原则第二十二章 网球运动中的心理学：获得心理优势第二十三章 ITF中的网球医学和科学第二十四章 职业网球运动员的医疗服务

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>