

图书基本信息

书名：<<保龄球入门与提高/运动与健康丛书>>

13位ISBN编号：9787533514884

10位ISBN编号：7533514882

出版时间：1998-9

出版时间：福建科技出版社

作者：林越英

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>

内容概要

本书从保龄球运动启蒙入手，简明扼要地介绍了发展概况、场地、设备、常见用语；详尽阐述了四步助走、五步助走、三步助走等投球技术，基本功练习，常见错误动作及其纠正等基本方法，让读者尽快入门。

在此基础上，本书进一步阐明了直线球、斜线球、曲线球、飞碟球的投球技巧，全中、补中的打法及其调整诀窍、技术示例等，还介绍了保龄球运动的规则与计分方法，读者可尽窥其中奥妙，迅速提高竞技实战水平。

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>