

<<网球技巧图解>>

图书基本信息

书名：<<网球技巧图解>>

13位ISBN编号：9787781051414

10位ISBN编号：7781051416

出版时间：2002-9-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：[日]丸山薰

译者：修翠华等

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>

<<网球技巧图解>>

内容概要

这本书的内容，是我在看一些世界大型比赛以及日常训练实践中总结出来的。

要运用头脑的智慧，就不仅仅是单纯的技术解说，我运用了大量的能想像到的场面的训练图，将重点放在如何使用技术上。

同时，我还特别提到了一些应该向世界超级网球明星学习的技术，并做了详细的分析解说。

在现在以上旋为主流的网球界里，打法上更要求运动员要能攻善守。

本书所介绍的各种击球的用法和战略，希望能帮助你更愉快地打网球，更希望能为你网球水平的提高助一臂之力。

<<网球技巧图解>>

书籍目录

- 前言
- 本书特色
- 球场及球网
- 裁判
- 握拍
- 站立姿势
- 第一篇 基本篇
 - 正手 单手握拍正手击球
 - 双手握拍正手击球
 - 反手 单手握拍反手击球
 - 双手握拍反手击球
 - 上旋球 单手握拍正手上旋球
 - 双手握拍正手上旋球
 - 单手握拍反手上旋球
 - 双手握拍反手上旋球
 - 上升击球
 - 截击球 单手握拍截击空中球
 - 双手握拍截击空中球
 - 扣球
 - 发球 回撤球拍
 - 防御
 - 削球
 - 平击球
 - 前进击球 单手握拍前进击球
 - 双手握拍前进击球
 - 反手平击球
 - 反手削球
 - 致胜球 单手握拍正手致胜球
 - 双手握拍正手致胜球
 - 单手握拍反手致胜球
 - 双手握拍反手致胜球
 - 网球是讲究步法灵活的运动
- 第二篇 提高篇
 - 接发球 技巧
 - 情景
 - 斜角球 技巧
 - 情景
 - 上旋高球 技巧
 - 情景
 - 急截球 技巧
 - 情景
 - 近网低球 技巧
 - 情景
 - 学习一流球手的高级技巧
 - 超级球星的成名绝技

<<网球技巧图解>>

双手握拍选手提高水平的技巧

为什么日本女选手变强了

第三篇 战略篇

第四篇 双打篇

第五篇 竞技状态和日程管理篇

第六篇 身体训练篇

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>