

<<台球技法练习图解>>

图书基本信息

书名：<<台球技法练习图解>>

13位ISBN编号：9787500924807

10位ISBN编号：7500924801

出版时间：2004-1

出版时间：人民体育出版社

作者：吕佩 编

页数：255

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>

<<台球技法练习图解>>

内容概要

本书共分七个部分，前五部分是关于台球技法练习方面的，从初级技法练习到中级、高级技法练习，以及美式台球的关键技法。

共设计了280多幅练习图解，并详细说明怎样进行技法练习和练习成绩考核标准。

如果你能按照本书规定的科目进行系统的练习，不仅学习了台球运动的基本理论知识，还能在技法上从初级到高级得到系统的提高。

如果成绩都能达到良好以上，那么，只要继续努力刻苦练习，你离职业运动员的彼岸就已经不远了。

后两部分介绍了关于台球心理学和台球运动文化方面的知识，作者的初衷是使台球爱好者不仅在台球技法方面能掌握系统的练习方法，而且在台球心理和精神文明方面也能注意培养，以使全面发展，而且在台球心理和精神文明方面也能注意培养，以使全面发展，成为一名基本功扎实、技战术应用娴熟、心态健康和具有高尚道德风尚的优秀运动员。

本书所列出的练习科目，包含了作者多年来在台球理论与技法方面的创新成果，充分运用了三角、几何、物理原理，把一些技法诀窍归纳为平线、对称点、1/2取点法、角的加倍瞄准和旋转修正，以及用最简单的数学计算来处理台球运动中的各种问题，尤其是破斯诺克障碍球，更具有独到的创新之处。

再配以直观、形象的图解，可适用于不同层次、不同水平的台球爱好者。

所以，本书的特点是通过图解把台球理论、技法诀窍和技法练习结合起来，用理论指导技法练习，而技法练习本身就是体会理论的要点。

<<台球技法练习图解>>

书籍目录

第一部分 技法练习的基础 一、站立姿势 二、击球动作 三、掌握球性 四、瞄准方法 五、台球器材的运用
第二部分 初级技法 一、单球直线球 二、跟杆球 三、缩杆球 四、定位球 五、双球练习 六、八袋练习
第三部分 中级技法 一、反弹球技法 二、倒顶球技法 三、借力球技法 四、组合球技法 五、撞堆与踢球 六、薄切球入袋 七、造障技法
第四部分 高级技法 一、破障碍技法概述 二、一库对称点破障 三、二库破障技法 四、三库破障技法 六、走位技法 七、综合练习 八、安全球
第五部分 美式台球技法练习 一、跳球技法练习 二、美式台球的开球 三、美式台球的借力球技法
第六部分 台球运动的心理训练 一、心理学基本知识 二、运动心理学简介 三、心理训练 四、优秀台球运动员的心理素质
第七部分 培植高尚的台球运动文化 一、文化和群体文化 二、台球文化的内涵附录 台球基本术语与名词后语

<<台球技法练习图解>>

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>