第一图书网, tushu007.com

<<提高你的网球IQ>>

图书基本信息

书名：<<提高你的网球IQ>>

13位ISBN编号：9787500933434

10位ISBN编号：7500933436

出版时间：2009-4

出版时间：查尔斯·阿普尔怀特、 罗文 人民体育出版社 (2009-04出版)

作者：查尔斯·阿普尔怀特

页数：128

译者：罗文

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

<<提高你的网球IQ>>

内容概要

《提高你的网球IQ》适用于从初学者到锦标赛选手等任何技术水平的球员。
它以提问的方式让你思考网球运动中所能遇到的各种问题——这些问题也是教练员经常提出来的——并鼓励你作出自己的选择。
当你选择答案后，翻到下一页，核对你的选择是否正确。
通过这种方式，你就能将解决问题的方法同自己的比赛联系起来，从而帮助你成为一名更加优秀的网球选手。
《提高你的网球IQ》阐述的重点是网球的技战术——即“做什么”，以及“怎么做”。
比赛战术划分为四部分，这四部分包括网球比赛中可能出现的所有状况：发球、接发球、后场和网前。
针对球员经常提出的一些基本问题，《提高你的网球IQ》还介绍了一些有关体能和心理训练的方法。
但是，这些介绍仅仅是对这两个方面做了一些浅显的讲解，而每个方面都能用一《提高你的网球IQ》来深刻阐述。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

查尔斯·阿普尔怀特参加过温布尔顿高水平比赛，并在国际比赛中担任英格兰队领队。
他的执教生涯超过35年，是全英草地网球协会的教练理事，以及匡际网球协会的顾问。
他拥有草地网球联盟职业教练员证书、美国职业网球联盟教练员证书和欧洲网球联盟教练员执照。

书籍目录

简介战术发球接发球后场网前比赛要素词汇

编辑推荐

《提高你的网球lQ》是一本皆在提高读者网球水平的自助手册，它能给你带来无穷乐趣，并为你创造在水平教练员的帮助下分析比赛的机会。
无论你是为了比赛还是娱乐，本书都能帮助你提高网球水平，检验你的网球技术以及对网球理论的掌握程度，从这种简单的问答形式中学习：列举典型状况、提出相关问题、让你自己回答，并给出高水平教练员的选择答案！
通过思考如何比赛来提高自己的比赛水平。
授课从未变得这样简单明了——或乐趣无穷！

第一图书网, tushu007.com

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