

<<网球入门>>

图书基本信息

书名：<<网球入门>>

13位ISBN编号：9787533757212

10位ISBN编号：7533757211

出版时间：2012-9

出版时间：安徽科学技术出版社

作者：王捷

页数：200

字数：163000

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>

<<网球入门>>

内容概要

王捷编著的《网球入门》内容简介：在阅读《网球入门》之前，你一定听朋友说过网球运动是如何的高雅，又是如何难打之类的话，你的内心充满兴奋和疑虑：我能不能学打网球？

我能学会吗？

我行吗？

……其实这些担心完全没有必要，因为网球是一项终身的体育活动，任何一个人都可以学习打网球。

《网球入门》就是为网球初学者编写的。

如果你是一位初学者，想跨入网球运动这扇大门，那就放下疑虑，让我们从网球运动的入门知识开始了解它，喜爱它，掌握它，进而享受它给我们带来的快乐！

本书一共分八章分别是：入门须知、实践步骤、技站平台、网球诊所、裁判与规则、有问有答43例、明星风采和网球史话等内容。

<<网球入门>>

书籍目录

- 1 入门须知
 - 1.1 网球运动礼节
 - 1.2 场地
 - 1.3 使用场地设备注意事项
 - 1.4 观赏网球比赛注意事项
 - 1.5 打网球必备的7种感觉
 - 1.6 打网球必备的9条要领
- 2 实践步骤
 - 2.1 运动前的准备
 - 2.1.1 网球服
 - 2.1.2 网球鞋
 - 2.1.3 网球拍
 - 2.1.4 网球
 - 2.1.5 辅助物品
 - 2.2 热身活动
 - 2.3 球感练习
 - 2.4 步伐练习
 - 2.5 网球墙练习
- 3 技站平台
- 4 网球诊所
- 5 裁判与规则
- 6 有问有答43例
- 7 明星风采
- 8 网球史话

<<网球入门>>

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>