

<<我为运动狂>>

图书基本信息

书名：<<我为运动狂>>

13位ISBN编号：9787538151947

10位ISBN编号：753815194X

出版时间：2007-10

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：全英草地网球协会

页数：63

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>

<<我为运动狂>>

内容概要

《网球》是针对所有年龄阶段的网球运动初学者和爱好者量身打造的、完美的入门级自学手册!无论你是否是一名刚刚开始对网球着迷的初学者,还是已经参加了某个网球俱乐部的业余爱好者,都能在本书中找到自己需要的知识——清晰、简单的讲解,网球大师们的实战照片,所有的网球技巧都将毫无保留地展示在你的面前。

还等什么?赶快和我们一起进入网球的世界吧!本书包括以下精彩内容: · 网球技巧全解——从如何握拍到掌握网球运动的运动精神,再到网球技巧的全面解析!

- 各种击球方法——循序渐进地介绍各种击球方法:截击球、挑高球、高压球和放小球!
- 网球战术——教你如何利用良好的场地站位,分析对手的动作,以及如何做出相应的判断!
- 网球规则详解——单打和双打比赛的规则、比赛记分方法以及如何打抢七局!

<<我为运动狂>>

书籍目录

介绍 场地网球用具 球拍 成人用球拍 青少年适用的球拍 网球 鞋 服装规则 单打 发球
活球期和死球 接发球 交换场地 得分 双打比赛 抢七局战术 技巧和战术 比赛情况 基本战
术 双打心理素质 动机 思考 意识 迎接挑战 运动精神技巧 握拍方法 基本击球技巧 击落
地球 运动与平衡 双手反手击球 单手反手击球 旋转 发球 正手截击球 反手截击球 高压球
击球种类网球游戏 开始行动 学习和提高 参加比赛 Raw Tennis 阿里尔迷你网球 残疾人网
球及英国网球基金会术语表网坛名将

<<我为运动狂>>

章节摘录

插图

<<我为运动狂>>

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>