

网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】

网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】书籍信息

书名：网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】

I S B N : 9 7 8 7 5 4 0 4 5 1 2 6 4

作者：网球杂志 & n b s p ;

出版社：湖南文艺出版社

出版时间：2 0 1 1 - 0 9

页数：

价格：1 4 . 0 0

纸张：胶版纸

装帧：精装

开本：1 6 开

语言：未知

丛书：

T A G : 体育 / 运动 & n b s p ; 网球 & n b s p ;

豆瓣评分：

版权说明：本站所提供下载的 P D F 图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

信息来源：网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】 t x t e p u b
屋

网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】

网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】寄语

版权说明：本站所提供下载的P D F图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

信息来源：网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】 t x t e p u b
屋

网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】

网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】书籍简介

本书比较系统地介绍了现代网球各种打法的基本技术，实战中战略战术的运用，并以各位超级球星的实战技术的图解形式，介绍单打、双打中应注意的一些问题和战略术应用。不论是网球爱好的初学者或是已有基础者，阅读《网球入门宝典》将会得到理论知识、基本技术、实战策略等方面的收获。

版权说明：本站所提供下载的 P D F 图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

信息来源：网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】 t x t e p u b

屋

第一章 网球技术

- 1、热身与放松
- 2、球感练习
- 3、常用步法
- 4、快速上手窍门
- 5、握拍
- 6、预备姿势
- 7、球的飞行状态
- 8、正手
- 9、反手

双手反拍 / 单手反拍 / 反手削球

- 10、发球
- 11、截击
- 12、高压球

第二章 网球知识

- 1、网球起源
- 2、网球场名词
- 3、网球场规格
- 4、场地类型
- 5、网球比赛基本规则
- 6、网球规则问答
- 7、网球赛事介绍
- 8、国际网球组织
- 9、网球与奥运会

1 0、电脑排名系统

1 1、美国 N T R P 网球技术分级析

第三章网球装备

1、球拍

2、网球

3、球线

4、柄皮

5、网球鞋

6、网球服

7、网球小配件

第四章功能天地

1、网球观赛礼仪

2、均衡网球膳食

3、网球常见伤病与防治

附：网球英语

版权说明：本站所提供下载的 P D F 图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

信息来源：网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】 t x t e p u b
屋

网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】

网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】作者简介

金路为《网球》杂志资深技术编辑，教练，评论员。《网球》杂志出品。

版权说明：本站所提供下载的 P D F 图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

信息来源：网球入门宝典 网球杂志 著 湖南文艺出版社【正版书】 t x t e p u b
屋

尾页

版权说明

本站所提供下载的P D F图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多精彩内容请访问：[网球入门宝典](#) [网球杂志](#) 著 湖南文艺出版社【[正版书](#)】 [t x t](#)
书 2024 - 书籍下载屋

P	网球入门宝典	网球杂志	著	湖南文艺出版社【 正版书 】	p d f	下载地址	网盘
E	网球入门宝典	网球杂志	著	湖南文艺出版社【 正版书 】	e p u b	下载地址	网盘
A	网球入门宝典	网球杂志	著	湖南文艺出版社【 正版书 】	a z w 3	下载地址	网盘
M	网球入门宝典	网球杂志	著	湖南文艺出版社【 正版书 】	m o b i	下载地址	网盘
W	网球入门宝典	网球杂志	著	湖南文艺出版社【 正版书 】	w o r d	下载地址	网盘
T	网球入门宝典	网球杂志	著	湖南文艺出版社【 正版书 】	t x t	下载地址	网盘