

# 爱上高尔夫的 7 堂课

## 爱上高尔夫的 7 堂课书籍信息

书名：爱上高尔夫的 7 堂课

I S B N : 9 7 8 7 5 1 3 3 1 9 8 7 4

作者：[日] L i f e E x p e r t & n b s p ;

出版社：新星出版社

出版时间：2 0 1 6 - 4

页数：3 3 0

价格：7 9 . 5 0

纸张：

装帧：

开本：

语言：未知

丛书：

T A G :

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：爱上高尔夫的 7 堂课 t x t e p u b k i n d l e 下载 电子书 2 0 2

# 爱上高尔夫的 7 堂课

## 爱上高尔夫的 7 堂课书籍简介

《爱上高尔夫的 7 堂课》及《爱上高尔夫的 7 堂课 . 推杆进阶篇》，是日本 L i f e E 爱好者们撰写的一套简单实用的高尔夫运动指导。书中包含了对高尔夫各方面技术的具体指导，包括长草区的击球法、煎蛋球攻略、切球的打法等，同时介绍了如何应对球场意外情况的技术诀窍及心理支持。将直接有助于高尔夫技术的提高，并通过练习高尔夫感悟人生智慧，实现赛场和人生的双赢。

想轻松入门？请看让你自在掌控的七堂课：

- 1 . 绝密技巧：避免 O B 区、长草区的击球法、煎蛋球攻略、切球打法等
- 2 . 应急方法： 如何应对逆风、失误、球场阻塞等情况
- 3 . 避免误区：如何跳出视觉误区、推球线误区、长距离推杆和短距离推杆的误区等

想晋级推杆达人？请看令你手到擒来的进阶教程：

打球姿势、握杆手法、挥杆方法、找准距离感、  
找准推球线、强化心理素质和关于练习方法的秘籍.....

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：爱上高尔夫的 7 堂课 t x t e p u b k i n d l e 下载 电子书 2 0 2

# 爱上高尔夫的 7 堂课

## 爱上高尔夫的 7 堂课目录

### 爱上高尔夫的 7 堂课

#### 目录

预备课 与头脑不好说再见 / 1

第 1 课 准备和开始 / 5

第 2 课 比赛规划 / 2 5

第 3 课 球场障碍 / 6 5

第 4 课 切球和推杆 / 8 5

第 5 课 强化心理素质 / 1 1 7

第 6 课 练习和练习场地 / 1 3 7

第 7 课 球具 / 1 6 3

### 爱上高尔夫的 7 堂课 . 推杆进阶篇

#### 目录

预备课 成为推杆高手并不难 / 1

第 1 课 关于姿势的秘籍 / 5

第 2 课 握杆方法的秘籍 / 2 1

第 3 课 挥杆方法的秘籍 / 3 3

第 4 课 找准距离感的秘籍 / 5 7

第 5 课 找准推球线的秘籍 / 7 7

第 6 课 强化心理素质的秘籍 / 1 0 1

第 7 课 练习方法的秘籍 / 1 1 7

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：爱上高尔夫的 7 堂课 t x t e p u b k i n d l e 下载 电子书 2 0 2

# 爱上高尔夫的 7 堂课

## 爱上高尔夫的 7 堂课作者简介

[日] L i f e E x p e r t

服务于现代人的日本智囊团，直击当下人们遇到的各种烦恼和疑问，为理想的生活方式提供多角度研究和技术支持。

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：爱上高尔夫的 7 堂课 t x t e p u b k i n d l e 下载 电子书 2 0 2

# 爱上高尔夫的 7 堂课

## 爱上高尔夫的 7 堂课其它

### 书籍介绍

《爱上高尔夫的 7 堂课》及《爱上高尔夫的 7 堂课 . 推杆进阶篇》，是日本 L i f e E 爱好者们撰写的一套简单实用的高尔夫运动指导。书中包含了对高尔夫各方面技术的具体指导，包括长草区的击球法、煎蛋球攻略、切球的打法等，同时介绍了如何应对球场意外情况的技术诀窍及心理支持。将直接有助于高尔夫技术的提高，并通过练习高尔夫感悟人生智慧，实现赛场和人生的双赢。

想轻松入门？请看让你自在掌控的七堂课：

- 1 . 绝密技巧：避免 O B 区、长草区的击球法、煎蛋球攻略、切球打法等
- 2 . 应急方法： 如何应对逆风、失误、球场阻塞等情况
- 3 . 避免误区：如何跳出视觉误区、推球线误区、长距离推杆和短距离推杆的误区等

想晋级推杆达人？请看令你手到擒来的进阶教程：

打球姿势、握杆手法、挥杆方法、找准距离感、

找准推球线、强化心理素质和关于练习方法的秘籍.....

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：爱上高尔夫的 7 堂课 t x t e p u b k i n d l e 下载 电子书 2 0 2

# 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：[爱上高尔夫的7堂课](#) [txt](#) [epub](#) [kindle](#) [下载](#) [电子](#)

[P爱上高尔夫的7堂课](#) [pdf](#) [下载地址](#) [网盘](#) [在线](#) 2024

[E爱上高尔夫的7堂课](#) [epub](#) [下载地址](#) [网盘](#) [在线](#) 2024

[A爱上高尔夫的7堂课](#) [azw3](#) [下载地址](#) [网盘](#) [在线](#) 2024

[M爱上高尔夫的7堂课](#) [mobi](#) [下载地址](#) [网盘](#) [在线](#) 2024

[W爱上高尔夫的7堂课](#) [word](#) [下载地址](#) [网盘](#) [在线](#) 2024

[T爱上高尔夫的7堂课](#) [txt](#) [下载地址](#) [网盘](#) [在线](#) 2024