

# 《棒球基礎訓練&技術提升計畫》

## 图书基本信息

书名：《棒球基礎訓練&技術提升計畫》

13位ISBN编号：9789866681318

10位ISBN编号：9866681319

出版时间：2008

出版社：楓書坊文化出版社

作者：垣野多鶴

页数：160

译者：譯人館翻譯工作室

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《棒球基礎訓練&技術提升計畫》

## 內容概要

我們經常會用「那位選手具備優異的打擊能力」這樣的說法，以能力值的高低來評論選手。實際參與比賽的選手也會用「我的控球能力不太理想」這樣的說法，以能力值的高低來分析自己。能力值或許可以說是參與棒球運動者共通的思考方式。因此，本書將以能力值的觀點，解說棒球的練習方法。希望各位讀者能參考本書的內容，進一步發揮自己的長處，並改進自己的短處。各位在大幅成長之後，將會了解實際上棒球選手的的能力是綜合且多樣的，正因為如此，棒球才會如此吸引人。各位，開始努力提升自我的能力吧。你是否只是照本宣科，只求完成每天的訓練課程而已？如果是的話，那真是太可惜了。練習必須有明確的目的，才能獲得良好的效果。即使花費同樣的時間，進行同樣的練習。「為了提升揮棒速度而進行揮棒練習」與「沒有目標而一味地練習揮棒」兩者的意義是完全不同的。因為成長的關鍵就在於日常訓練課程的目的以及應注意的訓練重點之中。

# 《棒球基礎訓練&技術提升計畫》

## 作者簡介

垣野多鶴 (Kakino Tazuru)

西元1951年生於日本長崎縣，右打右投。畢業於長崎縣立佐世保高等學校、東海大學，於1974年進入三菱自動車川崎服務。

擔任強打及內野手而活躍於球場，自1980年開始以選手身份兼任監督職務帶領球隊，1989年辭去監督職務，1992年擔任日本代表隊打擊教練，協助日本代表隊於1996年亞特蘭大奧運獲得銀牌。1999年起再次接任三菱自動車川崎（2001年改名為三菱FUSO川崎）之監督職務。

2006年擔任多哈亞運日本代表隊監督，帶領業餘選手與擁有職棒選手之韓國、台灣隊對抗，並獲得銀牌。都市對抗棒球賽最多優勝（2000年、2003年、2005年）。

# 《棒球基礎訓練&技術提升計畫》

## 精彩短评

- 1、刷新对棒球的认识
- 2、超级好书！
- 3、毕业后送给棒球社了

# 《棒球基礎訓練&技術提升計畫》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)