

# 《跟专家练台球》

## 图书基本信息

书名：《跟专家练台球》

13位ISBN编号：9787810512824

10位ISBN编号：781051282X

出版时间：1998-8-1

出版社：北京体育大学出版社

作者：唐建军

页数：228

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)

# 《跟专家练台球》

## 内容概要

体育是一门科学，凡对身心有益的动作，都有一定规律，按规律锻炼，会收事半功倍之效，且不出意外；逆规律而动，不仅事倍功半，亦会带来伤害，事与愿违。这套丛书的《跟专家练》，就是让你从专家那里得到科学的运动处方和练习要领，按规律锻炼，使身心得到健康，体质不继增强。

体育是一种社会活动，一个人关在房子里锻炼算不上真正的体育，也体会不到体育的真谛。《学做裁判》的核心是让你投身到社会的体育活动中去。须知人是离不开社会的，只有在一个和谐的群体中活动，人才会获得身心健康，正常发展。

## 作者简介

### 作者简介

唐建军，男，1960年出生。1984年毕业于北京体育学院，获教育学学士学位；1988年毕业于清华大学，获法学学士学位。1996年开始担任北京体育大学台球专项训练课（新开设）的教学、训练工作。1997年初参加全国青年台球集训队的教练工作。现任北京体育大学运动训练系小球教研室副主任。

## 书籍目录

### 知识篇

- 一 台球运动的起源和竞赛沿革
- 二 台球运动的代表性人物
- 三 台球竞赛的方法和规则简介
- 四 世界台球重大赛事

### 技法篇

- 一 台球的基本技术
- 二 台球的基本技术运用
- 三 台球实况技术运用

### 教学篇

- 一 台球基本技术教学
- 二 台球基本战术的教学

### 训练篇

- 一 台球训练计划的制定和安排原则
- 二 周训练计划的制订

.....

## 《跟专家练台球》

### 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)