

# 《高尔夫完全技术宝典》

## 图书基本信息

书名：《高尔夫完全技术宝典》

13位ISBN编号：9787546401270

10位ISBN编号：7546401275

出版时间：2011-4

出版社：成都时代出版社

作者：曾洪泉

页数：185

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)

# 《高尔夫完全技术宝典》

## 内容概要

《高尔夫完全技术宝典》是一本提高高尔夫球技最有效、最完美的训练教程。它引领读者迅速准确地把握高尔夫运动的全貌，从高尔夫球的必备知识入手，全面介绍此项运动各类道具、礼仪与竞技比赛规则。讲解、示范高尔夫的各项基本技术，如挥杆、推杆、切杆、击球……着重辅导提升打好沙坑球的基本功，分析高尔夫训练中最常见的失误，并给出完善球技、掌握竞技策略的建议。结合专业实践，剖析各项技术细节和动作要领，对训练及运动中常犯错误和问题提出解决方案。示范各种特殊球位处理技巧和方法，为读者推荐针对性的突破训练方案，列举职业球员的名家打法，分享更多技术秘诀。国际高尔夫教练贴身指导。基础技术、竞技策略、实战球技、特殊球位处理技能完整影视教学，为你提供最快捷的入门途径，指导突破瓶颈，帮助迅速提高球技，成为顶级高手。

# 《高尔夫完全技术宝典》

## 作者简介

曾洪泉，FPGA专业高级教练，多次荣获各类赛事冠军。

## 书籍目录

- 铁杆的全套挥杆动作
- 木杆的全套挥杆动作
- 沙坑球的全套挥杆动作
- 球的九种飞行路线（以右手球员为例）
- 第一章 握杆与站姿
  - 一、握杆
  - 二、站姿
- 第二章 挥杆
  - 一、铁杆
  - 二、木杆
  - 三、铁木杆
  - 四、球的飞行规律
- 第三章 沙坑球
  - 一、球道沙坑
  - 二、普通球位
  - 三、“荷包蛋”球
  - 四、上坡球位
  - 五、下坡球位
  - 六、球位比双脚高
  - 七、球位比双脚低
  - 八、沙坑边缘
  - 九、沙坑倒旋球
  - 十、长距离沙坑球
  - 十一、近距离软着陆沙坑球
  - 十二、浅沙对策
- 第四章 切杆与推杆
  - 一、切杆
  - 二、推杆
- 第五章 特殊球的处理
  - 一、风中开球
  - 二、上坡球位
  - 三、下坡球位
  - 四、球位比双脚高
  - 五、球位比双脚低
  - 六、长草区
  - 七、水障碍
  - 八、过树球位
  - 九、树下球位
- 第六章 心态
  - 一、上场前必须热身
  - 二、平常心态
  - 三、不要急着预估成绩
- 第七章 球杆、球具及服饰
  - 一、球杆
  - 二、服装、手套和球鞋
  - 三、其他配件
- ……

## 第八章 场地、规则与礼仪

# 《高尔夫完全技术宝典》

章节摘录

版权页：插图：

# 《高尔夫完全技术宝典》

## 媒体关注与评论

“本书解决了大部分高尔夫指导类图书中所存在的技术难题,并深入浅出地告诉你如何从一般的水平迅速提高成为一名高手。无论你是希望自己的击球能够多前进10米,还是希望能够尽可能多地避开沙坑,你都能在这里找到答案。”——国际高尔夫专业教练 Liewellyn “它让我受益无穷。可以毫不夸张地说,这是每个球手必需的训练方法,也是克服弱点,获取成功的最佳途径。”——高尔夫头号种子 Nick Faldo

# 《高尔夫完全技术宝典》

## 编辑推荐

《高尔夫完全技术宝典》特点:高尔夫技术完整图解宝典，数百个改善球技的实用诀窍，新手到高手的全方位学习教程，专业教练、冠军球手一致推荐的实用宝典，突破瓶颈、迅速提高、成为技术高手，国际专业高尔夫教练示范，基础技术、竞技策略，实战技巧、特殊秘诀，高清完整影视教学，从高尔夫运动的基础技术出发，全面教解高尔夫球运动的各种实用技能，满足从新手到高手的全方位学习需求。



## 精彩短评

- 1、到货快，这个是重点~！
- 2、内容很好，会好好学习，值得看
- 3、写得很详细，图文并茂
- 4、光盘内容有点粗糙.标准的动作应该都有慢镜播放。
- 5、适合初学者，光盘播放中女教练水平一般。
- 6、包装印刷都很精美的一本书。图片很多，内容还没有仔细看。希望有所帮助。
- 7、物美价廉、送货快；挺好的
- 8、买多三本送给刚入门的朋友
- 9、书不错，特别是配的实战画面，简单易懂
- 10、有光盘就好操作
- 11、很全面很满意！
- 12、光碟制作不错
- 13、学习到.....
- 14、书本质量不错，DVD也挺清晰的！！
- 15、打完回家看看都会有新的体会，还可以
- 16、好东西，对我帮助很大
- 17、还能看懂书的内容，入门学习的基本教程。
- 18、有图有真相。图文并茂，不错的初学者教材。
- 19、这本书使高尔夫初学者很容易掌握入门要领，非常实用。
- 20、dv拍得很美，很清晰，动作讲解很到位，自己感觉物有所值的，各种情况都有讲解，其实好像看dv就基本够了，若是有疑问再细看书上讲解
- 21、很不错,有帮助
- 22、书里面都是彩页插图，纸质挺好，书不厚，内容还没看，总体还行
- 23、书和碟的质量都不错
- 24、这样动作做起来真的不容易，但会了真的很帅 挥杆、推杆、切杆、击球
- 25、刚收到书，老爸已经迫不及待的按照书上的知道练习挥杆了
- 26、初学高尔夫时看了这本书，对自己的提高有很大帮助
- 27、书籍的印刷和纸质都不错的。
- 28、对稍有高尔夫基础的会有一定的系统帮助。
- 29、平时就喜欢高尔夫，买的书不错，图文并茂。是正版，可以跟着光盘学习
- 30、书、像并茂，不错
- 31、本书图文并茂，还有光盘送，不错
- 32、内容详实，图文并茂，有指导，赞一个！
- 33、书和影像结合 易懂
- 34、帮别人买的，不知道内容如何，评论的目的是挣分
- 35、书很精美，别人买的

# 《高尔夫完全技术宝典》

## 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)