

# 《高尔夫挥杆原理》

## 图书基本信息

书名：《高尔夫挥杆原理》

13位ISBN编号：9787810038584

10位ISBN编号：7810038583

出版时间：2002-8

出版社：北京体育大学出版社

作者：耿玉东

页数：119

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)

# 《高尔夫挥杆原理》

## 内容概要

本书分为三部分，第1部分介绍球杆的种类和性能，了解这部分内容便于以后章节的学习，同时对你选择一套适合自己的球杆有很大帮助。第2部分系统讲述了挥杆原理和基本动作，让你从概念上、理论上深刻领悟挥杆的本质，在此基础上把挥杆过程分解成11个动作，透彻讲解每个动作的要点和注意事项。第3部分教你如何练球和矫正错误，帮助你从错误中走出来，找到一条正确的路，使你的球技再上一个新台阶。

# 《高尔夫挥杆原理》

## 书籍目录

第一章 认识球杆 球杆的性能和种类 球杆的选择 第二章 挥杆基本原理 击球原理 挥杆要素 第三章 击球准备 握杆 站姿 站姿 瞄球 第四章 挥杆分解动作 瞄球 起杆 上杆 顶点 下杆 击球 完成 收杆 第五章 高尔夫常用练习法 击球准备练习 转身与平衡练习 上杆练习 下杆与击球练习 用力与节奏练习 第六章 常见错误与矫正 击球准备 上杆 下杆与击球 其他附：常用高尔夫分类英语

# 《高尔夫挥杆原理》

## 编辑推荐

其它版本请见：《高尔夫挥杆原理》

# 《高尔夫挥杆原理》

## 精彩短评

- 1、不错的书，菜鸟必修！
- 2、浅显易懂，是入门级书
- 3、讲得很透彻，好！
- 4、解说详尽，是初学高尔夫的好帮手
- 5、此书较差，纸差，印刷质量差，内容不生动。
- 6、适合摆在书橱里，或用来了解Golf的历史。想用来学习就远不够了。
- 7、买来送给老公的，因为他是干这行的，我看了目录觉得很好，可是他说介绍的知识在简单了，不适合他们，适合刚入门的新手看
- 8、此书简洁明了,比市面上一般的书说明得更具体,是床头必备书!
- 9、入门挺好的书
- 10、非常适合像我一样的初学者阅读.
- 11、书的第一张都被撕开了，配货装货时能不能给好好放一下，我这也是用钱买的，请负点责任好不好！
- 12、仔细看看，还行。如果图解是照片就更好了。
- 13、讲解详尽，比外国人写的书更有针对性，适合初学者。唯一不足是手绘插图有些差劲，不过可以再买本别的书参照。
- 14、我一口气看完了此书，我的感觉是看第一遍时不知其可，看第二遍时懵懵懂懂，看第三遍时稍有体会，第四遍时有点领悟，总之这是一本蛮实用的书，一定要多看几遍，细细体会。美中不足的是里面的图解不是很清楚，而且有些简单。
- 15、价格也不贵,至少比到高尔夫店买核算.
- 16、高尔夫挥杆原理
- 17、全彩页，讲解的很透彻，练习方法也挺多的。唯一的缺点就是示范老师没那么帅，封面美女只出现在了封面。
- 18、送人了，受表扬了
- 19、作为一本关于高尔夫的入门介绍，这是一本价廉物美的书，基本上把高尔夫的整个挥杆动作的理论基础作了明确的阐述，所以对初学者是一本值得一读的书。但是如果连杆子都没有碰过的话，这本书有点累，可能会没有感觉，建议先挥挥杆，然后再读，理解力会提高很多。

# 《高尔夫挥杆原理》

## 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)