

《看图学打羽毛球》

图书基本信息

书名：《看图学打羽毛球》

13位ISBN编号：9787115387117

出版时间：2015-5

作者：张曦,牛雪彤

页数：203

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

《看图学打羽毛球》

内容概要

《看图学打羽毛球》由前中国国家羽毛球队队员、国家级运动健将做技术指导并拍摄图书内文演示动作和DVD视频教学动作，采用多角度、高清连拍的方式，使用海量高清图片，分解连贯动作，从连贯动作到布局细节等多个角度讲解关键动作。

《看图学打羽毛球》详细地介绍了羽毛球运动，同时包含了羽毛球的入门基础知识和丰富的案例讲解。全书共5个章节，包含了羽毛球的基础知识、球和球拍的选购技巧、热身活动、拉伸运动及羽毛球运动的基础技巧讲解等教学内容。

通过阅读《看图学打羽毛球》以及观看DVD视频教学光盘，您可以学到发球、挥拍、击球、接发球、步法以及关于运动损伤的基础知识。

《看图学打羽毛球》

精彩短评

1、张曦那些坐在地上微笑摆造型的各种照是什么鬼.....

《看图学打羽毛球》

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