

图书基本信息

书名：《飞镖》

13位ISBN编号：9787546408699

10位ISBN编号：7546408695

出版时间：2013-3

出版社：成都时代出版社

作者：尹斌

页数：88

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

内容概要

《飞镖》文字简练，图文并茂，并配有教学光盘，利于初学者在短时间内有效掌握飞镖运动的精要，快速提高运动技能，适合于所有的飞镖运动爱好者。运动俱乐部或学校可以将其作为了解飞镖运动的入门读物；酒吧等娱乐地所经营者亦可以借此了解飞镖，增加飞镖项目以招徕顾客；久坐办公室一族可以将其作为一种健身初级读物，在日常办公之余常加练习缓解身心疲劳；一般家庭也可以将其作为了解飞镖运动的游戏指南，增加游戏规则蕴含的趣味性；职业飞镖选手可以将其作为一种飞镖技术的参考读物，在总结中不断提高投镖技术水平。

书籍目录

Part1 风靡世界的飞镖运动 一、飞镖运动的起源与发展 1.飞镖运动的起源 2.飞镖运动的发展 二、飞镖运动的特点与价值 1.飞镖运动的特点 2.有益身心的运动 三、飞镖运动的技术特点 四、飞镖运动的器材 1.硬式飞镖器材 2.软式飞镖器材 3.其他飞镖配件 五、飞镖场地 1.飞镖场地的选择 2.镖盘的安装 3.投镖距离 4.投镖线 5.记分板 6.灯光要求 六、飞镖运动比赛通则 1.基本规则 2.争红心方法 3.飞镖礼仪 Part2 飞镖运动实战技术 一、飞镖运动的注意事项 1.安全很重要 2.适当的热身与放松 二、正确的握镖姿势 1.握镖的基本要点 2.常见的握镖方法 三、正确的运动站姿 四、精准的投掷技巧 Part3 飞镖运动技术训练 一、强本固基—基础练习 1.空挥练习法 2.节奏练习法 3.红心练习法 4.密度练习法 5.落点练习法 6.重点练习法 二、体智结合—计分练习 三、赛前练手—对抗练习 Part4 五花八门的飞镖游戏 一、01比赛 二、板球 三、515 四、杀手 五、上海 六、棒球 七、环绕时针 八、减一半 九、快跑 十、其他飞镖游戏 1.比高分 2.高尔夫 3.足球赛

章节摘录

版权页：插图： 计分原则 比赛开始后，以镖尖接触到镖盘的有效计分区为基本原则（软式的机器显示为准）。投掷飞镖以3镖为一轮。用手投出。每次投一镖，飞镖向镖盘投出离手后并超越了投掷线的，就算投出一镖。飞镖应投在有效记分区内，才能得分。如果出现飞镖投在镖盘以外、镖盘外沿、被镖盘弹回、投中后未及拔镖而掉落（在裁判报出分数之前）。扎在前一支镖的镖杆上等情况，均算投出一镖，但是不能得分。其他情况 镖尖并未扎入镖盘，而是搭在前两支镖上接触到镖盘，应予以计分。镖杆倒着扎入镖盘（投掷前尾翼已掉），不得分（除了镖尖，任何其他部位接触镖盘均不得分）。从铁圈下扎入镖盘。在使用正常状态的镖盘情况下。以飞镖首先接触的分区为准。正式规则中规定飞镖弹出用手接住后不能再投。飞镖掉落情况的处理。对最后一镖的处理有不同说法。在正式比赛中。通常在裁判报出分数前掉镖，则该镖无效。但也有一些联盟规定只要双方认可，该镖也可以得分。爆镖有三种情况：A.三镖或三镖之内投中的分数之和，超过所剩的分数；B.三镖或三镖之内投中的分数之和，等于所剩的分数，但最后一镖未投在双倍区；C.只剩一分的情况下。爆镖后，分数保留在此轮投掷前的剩余分数上。如果因为选手使用的飞镖将镖盘上的铁丝扎断，或者是铁丝将飞镖镖尖劈开，出现飞镖正好投在两个分区之间的情况，此时要按较高的分区计算选手的得分。当记分员在记录正确的情况下报错分数，使得选手判断错误而结束比赛时，这种情况属于选手自己爆镖。因为选手必须自己对得分和所投出的镖负责。

编辑推荐

《飞镖》从飞镖运动的基础知识、实战技术和技巧训练等方面，为读者较为全面地讲授了飞镖运动的入门及提高方法，同时详细介绍了十多种较为常见的飞镖比赛方式，方便读者在掌握飞镖技术后能够拥有更多的玩法选择，享受更加丰富的乐趣。

精彩短评

1、最初在亚马逊上看到，不知道为什么就是觉得这是部DVD。。。第三遍搜索的时候才发现，哦，原来这是本书啊。。。呵呵拿到手里的第一感觉：这么本薄薄的书也值18！。。。翻看了下，觉得，先不说内容，就印刷质量而言书籍还是很精美的~考虑到成本，加上还赠了张盘，15肯定是值了。仔细读了读，嗯，虽然感觉内容从网上应该也能搜到，不过还是有本书拿在手里感觉好~毕竟有人给你整理出来~18绝对是值的~~~然后，今天才想起看看光盘里有什么，发觉，原来，这本书最之前的部分在这里啊！~书完全可以作为光盘的解说词来使用，觉得应该是DVD《飞镖（附书1本）》呵呵就是觉得DVD的包装稍微有那么点掉价。。。如果换成纸质包装会显得高端很多~另外，如果你觉得相关内容网上都有，我还是那句，还是有本书拿在手里感觉好。。。

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