

# 《乒乓球基础&实战技巧》

## 图书基本信息

书名：《乒乓球基础&实战技巧》

13位ISBN编号：9787883527022

10位ISBN编号：7883527029

出版时间：1970-1

出版社：大连音像出版社有限公司

页数：95

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)

# 《乒乓球基础&实战技巧》

## 内容概要

集体力、技巧、智力、意志于一体，最适合亚洲人体质的室内球类运动。

# 《乒乓球基础&实战技巧》

## 书籍目录

必须掌握的乒乓球知识Elementary-Knowledge 01 乒乓球的生命—球拍与球拍选择 02 乒乓球运动守则 03 乒乓球运动装备 04 至关重要的心理素质 乒乓球运动意识 05 乒乓球运动损伤与防治 乒乓球基本技术教程Elementary Technique 01 热身运动 02 握拍方法 03 基本站位、站姿和步法 04 发球与接发球技巧 05 攻球技巧 06 搓球技术 07 弧圈球技术 08 推挡球、快拨球技巧 09 双打站位与移动方法 乒乓球制胜战术Tactics to Win 01 发球抢攻战术 02 左推右攻战术 03 弧圈球战术 04 对攻战术 05 拉攻战术 06 搓攻战术 07 接发球战术 08 双打战术

# 《乒乓球基础&实战技巧》

## 媒体关注与评论

“中国‘乒乓球王国’的称号名不虚传。” ——乒乓球女皇（邓亚萍） “虚心学习，才能长久立于不败之地。乒乓球也是如此。” ——原国家乒乓球总教练（许绍发）  
“用积极的心态来激励自己，你一定能成功。” ——奥运冠军（张怡宁） “人生能有几回搏。” ——中国体坛第一世界冠军（容国团）

# 《乒乓球基础&实战技巧》

## 精彩短评

- 1、不错的一本书，不错的一本书！
- 2、技术层面的不是很详细。内容有点老了。
- 3、看了一下，有用

# 《乒乓球基础&实战技巧》

## 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)