

《网球提升：基础技巧与实战策略》

图书基本信息

书名：《网球提升：基础技巧与实战策略》

13位ISBN编号：9787115377898

出版时间：2015-2

作者：(英)利特尔福德, (英)马格拉斯

页数：176

译者：张妍妍

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

《网球提升：基础技巧与实战策略》

内容概要

《网球提升：基础技巧与实战策略》分为发球、击球、截击球、扣杀和高吊球等几个部分讲述击球要诀，每个动作都配有五个角度的示意图，分别从正面、背面、左侧、右侧和俯视角度，全方位展现脚部、躯干和持拍手的标准姿势，让您轻而易举地打出反手绝杀，或是用正手上旋球打出致命一击。

《网球提升：基础技巧与实战策略》将网球击打技法与场上实战策略相结合，以360度全方位、多角度、分步骤、图解击球动作与场上移动线路，并以四色高清大图、真人模特照片呈现所有动作及线路，帮助读者从基础技巧逐步晋级到网上实战。

《网球提升：基础技巧与实战策略》

作者简介

约翰·利特尔福德（John Littleford）、安德鲁·马格拉斯（Andrew Magrath）著 John Littleford, Andrew Magrath 网球是一项时尚与优雅的运动，近年来备受高校学生、城市中产的追捧，无论是作为社交活动还是运动计划的一部分，网球都不啻为一项极好的选择。本书将网球击打技法与场上实战策略相结合，以360度全方位、多角度、分步骤、图解击球动作与场上移动线路，并以四色高清大图、真人模特照片呈现所有动作及线路，帮助读者从基础技巧逐步晋级到网上实战。

《网球提升：基础技巧与实战策略》

书籍目录

引言
关于本书
如何击球
入门
握拍法
正手上旋球
双手反手上旋球
单手反手上旋球
单手反手削球
单手反手放小球
侧旋削球发球
上削、上旋发球
正手削球
正手放小球
正手高截击球
正手截击放小球
正手低截击球
正手半截击球
反手中截击球
反手截击放小球
反手低截击球
反手半截击球
接发球
正手上悬高吊球
反手上悬高吊球
正手扣杀
反手扣杀
正手抽球截击
单手反手抽球截击
双手反手抽球截击
谙习门道
入门必知
记分
发球与对打规则
球场礼仪
比赛战术
发球战术
接发球战术
第一击战术
斜线球与边线直线球
对打战术
进入临场状态的20步骤
双打战术与阵型
复出赛场
词汇表
索引
本书编写者

《网球提升：基础技巧与实战策略》

精彩短评

- 1、有基础技巧的练习，也有实战策略的讲解，适合用来入门和提高
- 2、反手绝杀、正手上旋，光看书里的教学就让人热血沸腾，真想快点学会这些大招。
- 3、网球击打技法与场上实战策略的有机结合，干货十足。
- 4、全方位抓拍击球动作，适合初学者观看
- 5、动作的分解步骤很详细，还配有不少的动作提示，一看就懂，学起来很容易。惟一要做的就是学会之后加强练习。
- 6、3.5。多角度的图示是亮点。要点再多，还是得练习实战中体会啊
- 7、印刷非常棒，看着很舒服。技法讲得很专业，图解的方式也易于学习和理解
- 8、印刷非常棒，纸张很舒服。讲得都是一些专业的网球技法，图解的方式让学习和理解都变得特别容易。
- 9、实用的网球技法全书，学会了好多招式，感觉自己的网球技术瞬间提升很多，信心爆棚
- 10、书中的技战术非常实用，配上详细的图解，学起来很简单

《网球提升：基础技巧与实战策略》

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