

《网球入门宝典》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2011年09月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：精装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787540451264

编辑推荐

花*少的时间学会网球技术，用*小的篇幅尽览网球知识，*适合中国初学者的网球入门教材，李娜、费德勒、德约科维奇、萨拉波娃等众多世界**球星演示网球技术的每一个细节。

内容简介

本书比较系统地介绍了现代网球各种打法的基本技术，实战中战略战术的运用，并以各位超级球星的实战技术的图解形式，介绍单打、双打中应注意的一些问题和战略术应用。不论是网球爱好的初学者或是已有一定基础者，阅读《网球入门宝典》将会得到理论知识、基本技术、实战策略等方面的收获。

目录

第一章网球技术

- 1、热身与放松
- 2、球感练习
- 3、常用步法
- 4、快速上手窍门
- 5、握拍
- 6、预备姿势
- 7、球的飞行状态
- 8、正手
- 9、反手

双手反拍 / 单手反拍 / 反手削球

- 10、发球
- 11、截击
- 12、高压球

[显示全部信息](#)

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)