

<<看图学打高尔夫>>

图书基本信息

书名：<<看图学打高尔夫>>

13位ISBN编号：9787115263445

10位ISBN编号：7115263442

出版时间：2011-10

出版时间：人民邮电

作者：(美)谢丽尔·安德森//布莱恩·A.克罗威尔//汤姆·麦卡林|译者:同文世纪

页数：224

译者：同文世纪

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：<http://www.tushu007.com>

## <<看图学打高尔夫>>

### 内容概要

《看图学打高尔夫——图解高尔夫自学宝典》以数百张彩色图片为主，用浅显易懂的文字全面介绍了高尔夫这项运动，从高球的历史、球具选购技巧到比赛规则，从发球技巧、推球技巧到疑难问题攻略，通过循序渐进的学习过程帮助高尔夫初学者快速提高。

## <<看图学打高尔夫>>

### 作者简介

谢丽尔·安德森曾获美国LPGA2006年年度教师奖、PGA大都会地区年度最佳女球手称号、LPGA职业锦标赛亚军。

布莱恩·A.克罗威尔是纽约格林堡高尔夫俱乐部首席教练、PGA大都会教育委员会委员。

汤姆·麦卡林长期担任美国《高尔夫》杂志（GOLF Magazine）的副主编。

## <<看图学打高尔夫>>

### 书籍目录

- 第1章 高尔夫球入门
  - 1.1 高尔夫运动的历史
  - 1.2 重大赛事
  - 1.3 名将传奇
  - 1.4 如何打高尔夫
  - 1.5 球场的类型
  - 1.6 高尔夫球场各组成部分
  - 1.7 记分
  - 1.8 合理预期
  - 1.9 为什么应该打高尔夫
  - 1.10 高尔夫旅行
- 第2章 球具
  - 2.1 球杆
  - 2.2 球杆各组成部分
  - 2.3 去哪里购买球杆, 如何购买
  - 2.4 球和球座
  - 2.5 携带球杆: 高尔夫球袋和球车
  - 2.6 衣服、鞋子、手套
  - 2.7 其他重要又有用的装置
- 第3章 预备式——握法和站姿
  - 3.1 抓住球杆
  - 3.2 采用合适的握力
  - 3.3 选择一种握杆姿势
  - 3.4 手位
  - 3.5 摆好站姿
  - 3.6 选择球位
  - 3.7 瞄准
  - 3.8 调整球杆面击球角度
- 第4章 挥动铁杆
  - 4.1 挥杆
  - 4.2 站位
  - 4.3 挥杆练习
  - 4.4 上杆
  - 4.5 下杆
  - 4.6 击球
  - 4.7 送杆
  - 4.8 收杆
  - 4.9 挥杆路径
- 第5章 发球
  - 5.1 把球放在球座上
  - 5.2 挥杆
  - 5.3 选择球杆
  - 5.4 发球路径
  - 5.5 训练方法
- 第6章 切球和劈球

<<看图学打高尔夫>>

- 6.1 什么是切球
- 6.2 切球站位
- 6.3 切球挥杆
- 6.4 在球道切球
- 6.5 在粗草区切球
- 6.6 什么是劈球
- 6.7 劈球站位
- 6.8 劈球挥杆
- 6.9 训练方法
- 第7章 沙坑击球
  - 7.1 沙坑的类型
  - 7.2 果岭旁沙坑救球
  - 7.3 球道沙坑救球
  - 7.4 沙坑球位
  - 7.5 训练方法
- 第8章 推球
  - 8.1 如何推球
  - 8.2 握杆
  - 8.3 站位
  - 8.4 挥杆
  - 8.5 观察果岭
  - 8.6 控制距离
  - 8.7 训练方法
- 第9章 球场上
  - 9.1 入场登记
  - 9.2 热身
  - 9.3 备齐装备
  - 9.4 准备开始
  - 9.5 规则回顾
  - 9.6 记分
  - 9.7 关键的高尔夫礼仪
  - 9.8 高尔夫比赛形式
  - 9.9 高尔夫比赛指南
- 第10章 疑难问题攻略
  - 10.1 搞定右旋球
  - 10.2 搞定左旋球
  - 10.3 避免打厚
  - 10.4 避免打薄和削顶
  - 10.5 避免腾空球
  - 10.6 告别平直球
  - 10.7 认识你所掀翻的草皮
  - 10.8 凹坑击球
  - 10.9 果岭环击球
  - 10.10 树下击球
  - 10.11 粗草区击球
  - 10.12 侧坡击球
  - 10.13 下坡击球

<<看图学打高尔夫>>

- 10.14 上坡击球
- 第11章 提高球技
  - 11.1 参加课程
  - 11.2 有目的地练习
- 附录A：名词术语
- 附录B：挥杆动作
- 索引

<<看图学打高尔夫>>

编辑推荐

同名英文原版书火热销售中：Teach Yourself Visually Golf

<<看图学打高尔夫>>

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:<http://www.tushu007.com>