

<<羽毛球技术图解>>

图书基本信息

书名：<<羽毛球技术图解>>

13位ISBN编号：9787500922766

10位ISBN编号：7500922760

出版时间：2002-6

出版时间：人民体育出版社

作者：羽毛球杂志 编

页数：169

字数：100000

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>

<<羽毛球技术图解>>

内容概要

本书包括羽毛球运动简介、基本技术、实战技术、日常训练、在实战中有效地发挥技术等内容。

<<羽毛球技术图解>>

作者简介

译者：何阳 李大霞 编者：（日本）羽毛球杂志

<<羽毛球技术图解>>

书籍目录

第一部分 基本技术篇 第一章 羽毛球运动简介 1.参加体育运动的目的 2.从体育运动中能学到的东西 3.羽毛球是什么样的体育运动 4.十分重要的基本要点 5.设施、用品、用具 6.服装 7.球鞋及其他 第二章 基本技术 1.握拍法 2.击球点 3.球的飞行 4.正手区与反手区 5.控制能力 6.步法 7.基本的注意事项 8.头顶击球 9.侧手击球 10.低手击球 11.推球 12.基本的击球技术 13.过顶高远球 14.扣球 15.吊球 16.平抽球 17.搓球和削球 18.接球 19.发球 20.准备发球 21.利用发球争取主动 22.发长球 23.发短球 24.正手发球与反手发球 第三章 实战技术 1.运用多样化的技术 2.高远球 3.过顶高远球 4.扣球 5.吊球 6.平抽球第二部分 应用技术篇 第一章 日常训练 第二章 在实践中有效地发挥战术

<<羽毛球技术图解>>

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>