

<<小马哥教你打台球>>

图书基本信息

书名：<<小马哥教你打台球>>

13位ISBN编号：9787122122827

10位ISBN编号：7122122824

出版时间：2012-4

出版时间：化学工业

作者：马志宇

页数：90

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>

## <<小马哥教你打台球>>

### 前言

很多朋友经常问我：怎样打低杆？  
怎样打组合球？  
怎样在比赛中战胜对手？  
这些问题归结起来其实只有一句话：究竟怎样才能打好台球？

台球，特别是中式8球，已经越来越多地走进人们的生活。  
据相关部门统计，我国每天打台球的人数，已经超过100万人，台球厅遍布全国各地，是名副其实的大众运动。

而这些爱好者，大部分以玩中式8球为主。

中式8球是由美式台球演变而来，兼顾斯诺克与美式台球的特点，且易上手，非常适合我国爱好者。

由于中式8球的球数少，进球难度适中，一旦有较好的进攻机会，便可一杆清台，故在练习中，更要加强连续进攻的能力。

这也正是我写本书的一个重要原因。

我在书中为读者设计了多种有趣而又实用的击球、走位练习。

希望读者能够通过本书中的阶梯性练习，逐步培养一杆清台的能力，并通过这些有趣的练习，享受台球带给你的快乐。

本书的器材由乔氏台球推广有限公司提供，本书的示意图由百度奥沙利文贴吧萨萨的风制作，小5、冰人、乔冰、于恩泽、曾立强、汤姆等及中式八球网协助本书的出版，在此一并表示感谢。

马志宇 2012年1月

## <<小马哥教你打台球>>

### 内容概要

马志宇先生总结多年的比赛及教学经验，将台球的各项基本功、实用技巧，简化为多组简单练习。

练习从易到难，图文并茂，在保持中式8球趣味性的同时，以典型的球形、线路、击球思想，指导爱好者迅速提高球技。

## <<小马哥教你打台球>>

### 作者简介

马志宇

有台坛“小马哥”之称，擅长中式8球、斯诺克、9球，是国内较少见的全能型球手。

1993-2006年，多次获得国内各种台球项目团体冠军、个人冠军；曾连续4届参加全国体育大会台球项目比赛(3次打进总决赛)；2010年担任中央电视台体育频道《台球大冲关》栏目教练。

作为国内多家台球论坛的版主、全国乔氏连锁俱乐部驻场教练，马志宇以丰富的教学经验和高超的球技为广大台球爱好者所喜爱。

## <<小马哥教你打台球>>

### 书籍目录

#### 第一部分 台球运动简介

- 一、起源
- 二、分类
  - 1.英式台球
  - 2.美式台球
  - 3.法式台球
  - 4.开伦式台球
  - 5.中式8球
- 三、中式8球器材
  - 1.球台
  - 2.球
  - 3.球杆
  - 4.架杆
  - 5.其他辅助用品

#### 第二部分 台球基本技术

- 一、基本姿势
  - 1.身体姿势
  - 2.握杆
  - 3.架杆手
- 二、手架方式
  - 1.一般手架
  - 2.凤眼手架
  - 3.兰花指手架
  - 4.库边手架
  - 5.障碍高手架
- 三、架杆动作
- 四、出杆控制
  - 1.主球直线练习
  - 2.贴库主球入袋练习
- 五、瞄球方法
- 六、准度练习
  - 1.5分点定杆练习
  - 2.5分点推杆练习
  - 3.5分点高杆练习
  - 4.5分球低杆练习
- 七、分离角理论

#### 第三部分 基本杆法及练习

- 一、中杆
- 二、推杆
  - 1.推杆技术
  - 2.实际应用
- 三、低杆

## <<小马哥教你打台球>>

1.低杆技术

2.实际应用

四、定杆

1.定杆技术

2.实际应用

五、高杆

1.高杆技术

2.实际应用

3.高杆吸库

六、顿杆

七、杆法走位练习

### 第四部分 高级杆法及练习

一、旋转球杆法及练习

1.旋转球技术

2.顺塞与反塞

3.旋转球练习

二、弧线球杆法及练习

1.弧线球技术

2.弧线球练习

三、跳杆

1.跳杆技术

2.跳杆练习

### 第五部分 实用技术及练习

一、开球

1.开球方式

2.开球动作

二、围球

1.围球思路

2.简单的围球练习

三、反弹球

1.反弹球线路计算

2.反弹球练习

四、K球

1.K球线路计算

2.K球练习

五、组合球

1.组合球线路计算

2.组合球练习

六、切球

1.远距离切球练习

2.中袋球校位练习

3.袋口球校位练习

4.贴库垂直切球

七、库边球处理

八、走位技巧

## <<小马哥教你打台球>>

### 九、清台

- 1.清台思路
- 2.清台练习

### 十、吊球

### 十一、解球

## 第六部分 小马哥的台球心得

- 1.选择一根称手的球杆
- 2.合理安排练习
- 3.提高出杆的稳定性
- 4.养成良好的击球习惯
- 5.注意击球的细节
- 6.调整好心态
- 7.做好赛前准备

## 附录

附录1台球（8球台、9球台）的其他玩法

附录2中式8球国内重要战赛

## <<小马哥教你打台球>>

### 章节摘录

版权页：插图：一、起源 台球也称桌球、撞球，是一种用球杆在台上击球、依靠计算得分或击球入袋确定比赛胜负的室内娱乐项目。

台球源于英国，是一项在国际上广泛流行的高雅室内体育运动。

据说是14世纪时，由伦敦一家名叫Billsyard的当铺的老板发明的，台球的英文名称也源于此。

18世纪末，台球作为一种游戏盛行于英国民间。

19世纪初，世界上第一个公共台球室在伦敦开设。

最早的台球，桌面上只有两个主球，由于缺少挑战性，人们不断增加球数并改进打法，最终发展成为在今天十分流行的台球形式。

台球的主要形式有：俄式落袋台球、英式落袋台球、开伦式台球、美式落袋台球、斯诺克台球，其中斯诺克和美式落袋最为普遍，分别有多种国际大型赛事。

台球于100年前传入我国，目前几乎存在于各大娱乐场所，中小型台球室更是遍及全国。

二、分类 台球流行于世界各国，从不同的角度有不同的分类方法，可以从国度、台球的数量以及台球的击球技巧进行分类。

按国度分为：法式台球、英式台球、美式台球等。

按数量分为：3球台球、4球台球、9球台球、16彩台球、22彩球台球等。

按击球技巧分为：斯诺克台球、8号台球、轮换台球等。

世界上最流行的台球种类为：英式台球、美式台球、法式台球和开伦式台球。

我国流行的中式8球是融合了英式台球、美式台球技法和形式后，衍生出的新的项目。

1. 英式台球 英式台球又包括英式比利台球和斯诺克台球两大类，主要流行于英国和欧洲大陆。

英式比利台球又称为三球落袋式台球，属基础类型的台球，是世界上正式台球比赛项目之一。

英式比利台球出现较早，要求具有较全面的技术打法，目前，世界许多著名斯诺克台球运动员，比利台球的基本功都相当扎实。

斯诺克台球是英式台球中最重要的一个种类，也是世界流行的主流台球项目之一。

“斯诺克”的含义为障碍，是从英文“snooker”音译而得名。

斯诺克台球不仅自己可以击球入袋得分，也可以有意识地打出让对方无法直接击打到目标球的障碍球，从而使对方击球受阻罚分。

因此，斯诺克台球竞争激烈，趣味无穷。



<<小马哥教你打台球>>

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>