

<<橄榄球技术图解>>

图书基本信息

书名：<<橄榄球技术图解>>

13位ISBN编号：9787500913719

10位ISBN编号：7500913710

出版时间：1999-06-01

出版时间：人民体育出版社

作者：何阳

页数：238

字数：200000

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>

<<橄榄球技术图解>>

内容概要

橄榄球、英文名称为Ruglog Football，是19世纪20年代发源于英国的一项体育运动，距今已有170多年的历史。

经过漫长岁月的演变，发展成为当今的英式橄榄球和美式橄榄。

本书介绍的是在世界大多数国家开展的英式橄榄球。

<<橄榄球技术图解>>

书籍目录

第一部分 基本技术篇 第1章 橄榄球的基本特点和要求 第2章 手处理球 第3章 踢球 第4章 跑动 第5章 撞 第6章 争边球 第7章 正集团争球 第8章 拉克和冒尔 第9章 各个位置的技术和素质 第10章 橄榄球运动员的身体训练 第二部分 全队战术篇 第1章 球队 第2章 前锋的战术 第3章 后锋的战术 第4章 全队的战术配合 第5章 训练计划的制定和准备 第三部分 规则篇 第1章 橄榄球的竞赛特点 第2章 运动员与裁判员 第3章 比赛时间和比赛的进行 第4章 得分的方法 第5章 极阵和反攻踢 第6章 比赛中的技术规则 第7章 集团争球、拉克、冒尔 第8章 越位和在位附录 严重犯规与罚踢

<<橄榄球技术图解>>

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>