

<<羽毛球技术入门图解>>

图书基本信息

书名：<<羽毛球技术入门图解>>

13位ISBN编号：9787500924944

10位ISBN编号：7500924941

出版时间：2004-1

出版时间：人民体育出版社

作者：竹侯明

页数：118

译者：何阳

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>

<<羽毛球技术入门图解>>

内容概要

这本书的读者对象主要是中小學生。

當然，其他初學羽毛球的人，也可以從中得到有用的知識。

我的心願就是讓廣大讀者在輕鬆的氣氛中，通過閱讀這本書，通過有趣的漫畫，了解羽毛球技術的練習方法。

在書中，介紹了很我通過遊戲掌握技術的練習方法，讀者中以參照練習。

隨著課程的深入，我相信你們的羽毛球水平會不斷地提高。

<<羽毛球技术入门图解>>

作者简介

竹侯明，于1946年出生于日本北海道函馆市，是日本著名的青少年羽毛球教练。他结合中国和韩国的先进经验，制定出自己独特的训练方法，所培养出的运动员在日本全国比赛中，取得了很好的成绩。

<<羽毛球技术入门图解>>

书籍目录

第1章 羽毛球运动的普及国和强国第2章 球场与计分第3章 在发球时容易出现的犯规第4章 在对打中容易出现的犯规第5章 器材第6章 通过游戏掌握球性 第7章 通过游戏掌握球性 第8章 用球拍玩球第9章 第10章 利用墙壁进行热身第11章 中国式的滑步练习 第12章 中国式的滑步练习 第13章 趣味身体训练 第14章 趣味身体训练 第15章 滑步练习 第16章 滑步练习 第17章 不握拍的手第18章 准备姿势第19章 正手握拍第20章 反手握拍第21章 发远球第22章 发短球第23章 过顶击球的姿势第24章 过顶击球的练习第25章 如何克服过顶击球时的错误动作.....附录1 单打的战术附录2 组合练习法附录3 检查练习成果的要

<<羽毛球技术入门图解>>

章节摘录

插图

<<羽毛球技术入门图解>>

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>