

<<网球运动员体能与心理训练手册>>

图书基本信息

书名：<<网球运动员体能与心理训练手册>>

13位ISBN编号：9787500934950

10位ISBN编号：7500934955

出版时间：2009-1

作者：周海雄,郑建岳,许强

页数：346

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>

## <<网球运动员体能与心理训练手册>>

### 内容概要

《网球体能与心理训练手册》旨在为广大教练员和运动员从事体能与心理训练提供有益指导；另外，本书对网球运动员的培养规划和训练计划也作了详细论述，这对网球管理者加强运动员的培养工作，能起到积极的借鉴作用。

本书对体能训练方面进行了详细的叙述，结合图片介绍了许多科学实用的训练方法，这将对网球运动员的体能训练提供全面的帮助。

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>