

<<顶级教练教你踢足球>>

图书基本信息

书名：<<顶级教练教你踢足球>>

13位ISBN编号：9787534537837

10位ISBN编号：7534537835

出版时间：2003-3

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：布克斯顿

页数：128

译者：戴中明

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>

<<顶级教练教你踢足球>>

内容概要

本书为了解职业足球技术提供了一条捷径。

书中有大量练习，从基本控球技术和身体准备到攻防战术，涉及足球比赛的每个方面，而且都附有彩图，有利于青少年球员掌握和理解。

本书既有简洁明了的教学提示，也有非常细致的图表说明，从学生至职业球员都可套用。

泰德·布克斯顿有着30多年执教经历，在不同层次的足球队做过教练。

在美国的3年时间里执教北美足球联盟坦帕湾痞子队。

之后和许多年轻球员一起回到了英格半。

其中包括威斯利·麦克劳。

泰德执教过欧洲杯、亚洲杯以及世界杯球队。

<<顶级教练教你踢足球>>

书籍目录

序热身与伸展下肢伸展活动上体伸展活动整理活动比赛淡季的训练赛季前的常规训练饮食本书使用说明第一章 球性基础第二章 传球大师第三章 用头踢球第四章 精准射门第五章 运球第六章 扑救球第七章 准确踢定位球第八章 防守线第九章 集体配合术语参考地址

<<顶级教练教你踢足球>>

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>