

<<阳光少年运动体能系列>>

图书基本信息

书名：<<阳光少年运动体能系列>>

13位ISBN编号：9787553701172

10位ISBN编号：7553701173

出版时间：王正伦 江苏科学技术出版社 (2013-01出版)

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>

<<阳光少年运动体能系列>>

书籍目录

第一篇 入门之路 第一讲 走出宫廷的贵族游戏 一、网球运动的起源与发展 (一)网球运动的起源 (二)近代网球运动的发展阶段 二、现代奥运会网球的发展 三、我国网球运动的发展 第二讲 日益盛行的时尚运动 一、网坛家族其他成员 (一)软式网球 (二)短式网球 二、网球运动的特征 (一)比赛时间长 (二)比赛跑动量大 (三)击球次数多 (四)心理素质要求高 三、打网球的好处第二篇 武器装备第三篇 进入“网谈”第四篇 “网事”悠悠第五篇 网坛瞭望附录

<<阳光少年运动体能系列>>

编辑推荐

王正伦主编的《教你打网球》从网球的历史渊源、运动技术的结构、运动技术的掌握、运动创伤的预防、运动营养、运动与健康以及如何运动等方面，深入浅出地描绘了网球的基本知识和基本技能，从理论上探讨了网球的规律和特征。

本书以青少年学生和热爱体育运动的社会各界人士为主要读者对象，其行文力求将知识性、科学性和趣味性融为一体，通过大量鲜活的事例，以通俗的语言、轻松的笔墨，讲述体育的故事，极易将读者引入知识的殿堂，相信您的阅读将会是一段激动人心的旅程。

<<阳光少年运动体能系列>>

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>