

<<网球致胜宝典(4DVD)>>

图书基本信息

书名：<<网球致胜宝典(4DVD)>>

13位ISBN编号：9787883529989

10位ISBN编号：7883529986

出版时间：中国康艺音像出版社

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>

## <<网球致胜宝典(4DVD)>>

### 内容概要

JAMES JENSEN ( USPTA PRO ) 美国职业网球协会特级教练。

网球实战技巧，顶级发球训练，网球正手击球技巧，网球反手击球技巧。

进攻防守策略，赛场得分绝招——最正确、规范的网球训练教程。

《网球致胜宝典》专门针对网球比赛中最实用有效的进攻策略和战术，面对不同类型的对手使用不同的进攻技巧；同时提供赛前赛中的比赛诀窍，让您轻松得分，赢得比赛。

无论您是初学者，还是有了一定的基础想获得提高的球手，本套教学节目将能满足您的需求，给您提供立竿见影的单打策略，迅速提升您的球场应战水平。

我们将从最基本的握拍方法开始，通过学习正确的发球动作、不同的击球方法训练及应用，把发球变成你的武器，使你获得全面的发球技术，轻易赢取得分并有效回击对手来球，无论你是初学者，还是有了一定的基础想获得提高的球手，本套教学节目将循序渐进地告诉你怎么做才能改进发球技巧，让你发挥出前所未有的击球威力。

网球正反手击球的基本要领包括力度，包括步法、深度、角度以及一球致胜性。

本片还将教给大家一些基本要领，包括步法、球拍的位置、握拍方法等等；然后按部就班讲述并示范打正手击球的标准动作通过全面的训练，保证你的正手击球技术一定会大有进步，让你在球场上能控制好击球的效果，随心所欲地掌握球的角度和方和压倒你的对手，使他们不得不佩服你的正反手击球技术。

<<网球致胜宝典(4DVD)>>

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>