

《网球入门》

图书基本信息

书名：《网球入门》

13位ISBN编号：9787533757212

10位ISBN编号：7533757211

出版时间：2012-9

出版社：安徽科学技术出版社

作者：王捷

页数：200

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《网球入门》

内容概要

本书主要内容包括：入门须知、实践步骤、技战平台、网球诊所、裁判与规则、有问有答43例、明星风采等。

书籍目录

- 1 入门须知
 - 1.1 网球运动礼节
 - 1.2 场地
 - 1.3 使用场地设备注意事项
 - 1.4 观赏网球比赛注意事项
 - 1.5 打网球必备的7种感觉
 - 1.6 打网球必备的9条要领
- 2 实践步骤
 - 2.1 运动前的准备
 - 2.1.1 网球服
 - 2.1.2 网球鞋
 - 2.1.3 网球拍
 - 2.1.4 网球
 - 2.1.5 辅助物品
 - 2.2 热身活动
 - 2.3 球感练习
 - 2.4 步伐练习
 - 2.5 网球墙练习
- 3 技站平台
- 4 网球诊所
- 5 裁判与规则
- 6 有问有答43例
- 7 明星风采
- 8 网球史话

《网球入门》

精彩短评

- 1、不错，很好值得买。
- 2、还不错，、、、
- 3、系统的了解点理论的

《网球入门》

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:www.tushu111.com