

《篮板球训练101例》

图书基本信息

书名：《篮板球训练101例》

13位ISBN编号：9787500923831

10位ISBN编号：750092383X

出版时间：2004-1

出版社：人民体育出版社

作者：乔治·卡尔

页数：123

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

《篮板球训练101例》

内容概要

篮球是世界上开展得最广泛的运动项目之一，也是广大爱好者乐于观赏和参与的体育运动。特别是近几年，随着我国篮球向职业化迈进，CBA、WCBA、CUBA以及各种类型的青少年篮球比赛日趋火爆，篮球运动在我国得到了空前的发展，这就对各级篮球训练提出了更高的要求。

为了进一步推动我国篮球运动的开展，向广大篮球工作者和教练员提供更多的专业读物，我们选择引进了这一套美国现代篮球训练丛书，并将陆续出版，其中包括：

《篮球进攻训练101例》

《篮球防守训练101例》

《篮板球训练101例》

《掷界外球训练101例》

《女子篮球训练101例》

本套丛书的作者多为美国职业篮球俱乐部的教练员，其中乔治·卡尔是密尔沃基雄鹿队的主教练，具有丰富的执教经验。书中介绍的各种练习方法和手段都是经过他们长期的实践经验总结并汇集起来的，有着很强的针对性和实用价值。每种练习方法图文并茂、简洁明了、易于练习和掌握。

希望本套丛书的出版能够对读者提供一些有益的帮助。

《篮板球训练101例》

作者简介

乔治·卡匀，（中）自1998年起担任密尔沃基雄鹿队的主教练。在执教雄鹿队的四年里，他率队连续三次杀入了季后赛。此前作为主教练，他还曾在西雅图超音速队执教了六个半赛季。其间，因雄鹿队获得了历史上最高的胜率而备受赞誉，并使该队迅速成为了NBA顶级球队的一员。在篮球界，乔治·卡尔已成为德高望重的且经验丰富的教练员之一。

特里·斯托茨（左）密尔沃基雄鹿队的助理教练员。曾为俄克拉何马大学队的队员，并获得过众多的奖顶。1992年，特里·斯托茨担任西雅图超音速队的球探，一年之后，成为该队的助理教练员。1998年，特里·斯托茨成为乔治·卡尔的教练组成员。

普赖斯·约翰逊（右）密尔沃基雄鹿队的素质教练员，在加入雄鹿队的教练组之前，约翰逊曾是一位非常成功的青少年篮球教练员，并主管华盛顿贝维尤篮球训练营。

书籍目录

- 第一章 基本技术训练
- 第二章 摆脱训练
- 第三章 卡位训练
- 第四章 一传训练
- 第五章 快攻训练
- 第六章 区域联防训练
- 第七章 提高训练
- 第八章 攻击性训练
- 第九章 耐力素质训练

《篮板球训练101例》

精彩短评

- 1、此书对本专业来说是一本很好的参考书，针对篮板球技术的训练给予了很专业的例子！在训练中是很好的借鉴！非常不错！
- 2、介绍球队的训练内容
- 3、书质量不错，内容很专业
- 4、不错的书，实用性强。
- 5、应该很好吧，但还没有到货，先评
- 6、尚可，照着书练还是有效果的。

《篮板球训练101例》

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