

《高尔夫实用教材》

图书基本信息

书名：《高尔夫实用教材》

13位ISBN编号：9787222088924

10位ISBN编号：722208892X

出版时间：2012-3

出版社：云南人民出版社

作者：许毅涛

页数：176

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

《高尔夫实用教材》

内容概要

本书从高尔夫的起源、发展、挥杆技巧、规则、市场营销及迷你高尔夫等角度较全面的介绍了高尔夫这项运动，为高尔夫的初学者及选修高尔夫运动的学生提供了一本实用的教科书。

《高尔夫实用教材》

作者简介

许毅涛，云南省环境科学研究院高级工程师、云南师范大学文理学院特聘教授、云南省自然遗产保护委员会特聘生态学专家。多次前往“三江并流”核心区——白马雪山、梅里雪山等地进行科学考察，对云南的自然生态环境有较深入的研究；从事高尔夫运动近十年，在高校教授高尔夫概念、高尔夫市场营销及挥杆技巧等课程，学生遍布全国各地。先后主持和参加科研及规划项目二十余项，发表研究论文三十余篇，获云南省科技进步奖两项。对高尔夫球草坪管理和维护、高尔夫球场与环境生态的关系有深入的研究和独特的见解。

书籍目录

序前言绪论第一章 高尔夫运动简介 第一节 高尔夫运动 1.1.1.高尔夫运动的基本概述 1.1.2.高尔夫的英文名称 1.1.3.高尔夫文明 第二节 高尔夫的起源 1.2.1.高尔夫球运动起源于苏格兰 1.2.2.高尔夫球运动的流传 第三节 高尔夫运动的发展 1.3.1.高尔夫使用工具的发展 1.3.2.高尔夫的国外发展史 1.3.3.高尔夫在我国的发展 复习题第二章 高尔夫术语、场地和设施 第一节 高尔夫术语 2.1.1.球场用语 2.1.2.球杆用语 2.1.3.球的用语 2.1.4.击球用语 2.1.5.比赛用语 2.1.6.常用术语的英汉对照表 第二节 高尔夫场地及设备 2.2.1.高尔夫球场 2.2.2.球 2.2.3.高尔夫球杆 2.2.4.其他装备 复习题第三章 高尔夫热身运动与预防损伤 第一节 热身运动 3.1.1.热身运动基础知识 3.1.2.热身运动与练习 第二节 热身运动损伤的预防与处理 3.2.1.肌肉拉伤 3.2.2.关节韧带扭伤 3.2.3.起水疱 3.2.4.腱鞘炎 3.2.5.肌肉痉挛 3.2.6.晒伤 3.2.7.风伤 第三节 获得并保持高尔夫形体 3.3.1.练习一：脊柱转动的灵活性和柔韧性练习 3.3.2.练习二：平衡站立的练习 3.3.3.练习三：脊柱和臀部两个部位旋转柔韧性的练习 3.3.4.练习四：坐姿臀部旋转伸展的练习 复习题第四章 打高尔夫球入门 第一节 高尔夫球的飞行定律与飞行路线 4.1.1.高尔夫球的飞行定律 4.1.2.高尔夫球的飞行路线 第二节 高尔夫球的基本技术 4.2.1.挥杆前的准备 4.2.2.挥杆时的动作 4.2.3.全挥杆及注意事项 4.2.4.准备挥杆 4.2.5.挥杆方式的探讨 第三节 各种飞行路线球 4.3.1.速度与旋转 4.3.2.直线球 4.3.3.轻度曲线球 4.3.4.如何打刻意的小右曲球 4.3.5.曲线球 4.3.6.如何打左曲球 4.3.7.如何打右曲球 4.3.8.如何打高飞球 4.3.9.如何打低飞球 第四节 正常情况的击球 4.4.1.开球 4.4.2.球道木杆和铁杆在球道击球 4.4.3.使用劈起击登陆果岭 4.4.4.使用切击登陆果岭 4.4.5.果岭上的推击 复习题第五章 高尔夫实战技巧 第一节 如何击打沙坑球 5.1.1.沙坑球的击打方法 5.1.2.沙坑球的设定 5.1.3.根据球场中沙坑的特点选择打沙坑球的球杆 5.1.4.沙坑中上坡位击球 5.1.5.沙坑中下坡位击球 5.1.6.球道沙坑球 5.1.7.沙坑中“荷包蛋”球位的处理 5.1.8.长距离沙坑击球 第二节 如何击打长草中球 5.2.1.探讨球处于长草区不同位置的各种击球方式 第三节 如何击打球道坡位球 5.3.1.上坡位击球 5.3.2.下坡位击球 5.3.3.横跨上坡球位击球 5.3.4.横跨下坡球位击球 第四节 如何在风中打球 5.4.1.风对球的影响 5.4.2.如何判断风向 5.4.3.如何打顶风球 5.4.4.如何打侧风球 5.4.5.在强风中的策略 5.4.6.风中打1号木杆和推杆 第五节 如何在雨中打球 5.5.1.雨中打球前的准备 5.5.2.雨中打球的常识 5.5.3.雨中打球的技巧 第六节 如何打障碍球 复习题第六章 高尔夫礼仪 第一节 打高尔夫的基本礼貌 第二节 打高尔夫的行为规范 6.2.1.服装 6.2.2.安全 6.2.3.为其他球员着想 6.2.4.发球台礼仪 6.2.5.球场优先权 6.2.6.打球的速度 6.2.7.果岭礼节 6.2.8.爱护球场 复习题第七章 高尔夫常用规则 第一节 高尔夫规则的历史 7.1.1.高尔夫规则的历史 7.1.2.高尔夫规则的内容 第二节 高尔夫定义 第三节 高尔夫常用规则 7.3.1.高尔夫常用规则要点 7.3.2.比杆赛和比洞赛 7.3.3.在发球区方面的情况 7.3.4.球洞区通道方面的情况 7.3.5.沙坑中的情况 7.3.6.水障碍方面的情况 7.3.7.球洞方面的情况 复习题第八章 国际国内著名高尔夫赛事 复习题第九章 高尔夫市场营销 第一节 高尔夫市场营销概述 9.1.1.高尔夫市场营销引言 9.1.2.市场营销的基本概念 9.1.3.市场营销对我国高尔夫发展的意义 第二节 高尔夫市场营销特征 9.2.1.高尔夫的消费特征 9.2.2.高尔夫服务市场营销特征 9.2.3.高尔夫的市场营销观念特征 9.2.4.高尔夫的社会特征 第三节 高尔夫市场营销策划 9.3.1.高尔夫市场营销策划的概念 9.3.2.营销策划与营销计划的区别 9.3.3.高尔夫市场营销策划的方法 9.3.4.高尔夫市场营销策划报告的结构 第四节 高尔夫市场调研 9.4.1.高尔夫市场调研概述 9.4.2.高尔夫市场调研的内容 9.4.3.高尔夫市场调研的方法和步骤 第五节 高尔夫消费行为分析 9.5.1.高尔夫消费行为概述 9.5.2.高尔夫消费动机 9.5.3.影响高尔夫消费行为的主要因素 复习题第十章 球场商务交际 第一节 商务高尔夫基础 10.1.1.商务高尔夫产生的神奇效果 10.1.2.比赛分数 10.1.3.私人球场与公共球场 10.1.4.沟通与和谐 第二节 比赛计划 10.2.1.商务高尔夫的目标 10.2.2.挑选球队队友 10.2.3.其他赛前准备工作 10.2.4.球童的潜在价值 第三节 到达球场比赛 10.3.1.到达球场 10.3.2.比赛 10.3.3.商务高尔夫礼仪 第四节 第十九洞 10.4.1.礼物 10.4.2.跟进行动 第五节 高尔夫旅游 复习题第十一章 迷你高尔夫运动 第一节 迷你高尔夫的产生和发展 11.1.1.迷你高尔夫的产生 11.1.2.迷你高尔夫的特点 11.1.3.迷你高尔夫的发展 第二节 迷你高尔夫球场 11.2.1.比赛型球场的形式 11.2.2.娱乐型球场的形式 11.2.3.迷你高尔夫球场的障碍 11.2.4.室内迷你高尔夫球场 第三节 迷你高尔夫的基本技法 11.3.1.迷你高尔夫的使用器材 11.3.2.击球前 11.3.3.发球及进洞技巧 复习题附录： 高尔夫运动的部分网址 参考文献

《高尔夫实用教材》

编辑推荐

许毅涛编写的《高尔夫实用教材》从高尔夫的起源、发展、挥杆技巧、规则、市场营销及迷你高尔夫等角度，较全面地介绍了高尔夫这项运动，为高尔夫的初学者及选修高尔夫运动的学生提供了一本实用的教科书，对全国高尔夫教学具有积极的推动作用及有益的探索意义。

《高尔夫实用教材》

精彩短评

- 1、对于初学者还是有帮助的，可以帮助了解
- 2、比较简单，内容比较丰富，使用起来挺方便的。
- 3、此本书帮别人代买，没有心得体会。

《高尔夫实用教材》

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