

<<羽毛球技术训练与战术运用>>

图书基本信息

书名：<<羽毛球技术训练与战术运用>>

13位ISBN编号：9787500929130

10位ISBN编号：7500929137

出版时间：2006-7

出版时间：人民体育出版社

作者：陆淳

页数：177

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>

<<羽毛球技术训练与战术运用>>

内容概要

本书详细讲解了羽毛球的技术训练与战术运用，共分五个部分，包括羽毛球技术基本功，技术训练，球路训练，单、双打战术的运用与变化等，书中图文并茂，语言通俗易懂，适合羽毛球爱好者学习参阅。

<<羽毛球技术训练与战术运用>>

书籍目录

羽毛球技术基本功 一、握拍 二、发球 三、后场击球 四、前场击球 五、中场击球 六、羽毛球步法
羽毛球技术训练 一、发球练习 二、高球练习 三、吊球练习 四、杀球练习 五、搓球练习 六、勾球练习 七、推球练习 八、扑球练习 九、挑球练习
羽毛球球路训练 一、高吊球路 二、高杀球路 二、吊杀球路 四、杀上网球路 五、吊上网球路
单打战术的运用与变化 一、单打战术的取位 二、单打战术的发球 三、单打战术 四、单打进攻战术的应用与变化 五、单打防守战术的应用与变化
双打战术的运用与变化 一、双打的站位 二、双打的分工 三、双打的移动配合 四、双打战术 五、双打进攻战术的应用与变化 六、双打防守战术的应用与变化

<<羽毛球技术训练与战术运用>>

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>