

<<滑板>>

图书基本信息

书名：<<滑板>>

13位ISBN编号：9787546400211

10位ISBN编号：754640021X

出版时间：2009-7

出版时间：成都时代出版社

作者：王汇丰

页数：103

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>

## <<滑板>>

### 内容概要

滑板不单是一项运动，还是一种年轻的生活态度；玩滑板的年轻人，永远不会变老。不过要说起滑板的历史，那可说不上年轻了，20世纪50年代末就有了滑板，据说由冲浪运动演变而来的。

滑板可以说是现代极限运动的鼻祖，许多X-game项目，都是滑板的“徒子徒孙”。

滑板，已成为迄今为止，世界上最cool的运动之一。

当你第一次做出AeeilL、Inveet、ollie，第一次Fakie尖翻，或者Boneless外转360度，那种感觉当然很Cool；可是当你摔了个四脚朝天，然后满不在乎地爬起来拍拍屁股，咕哝一声“不疼不疼”，不也是Cool得要命吗？

滑板，还是世界上最快乐的运动。

没有玩过滑板的人，是很难体会到的。

为什么这群人灰头土脸的像个猴，不管摔得多疼，从地上爬起来时，脸上都是带着笑容？

为什么他们可以不断重复同一个动作，从太阳上山到下山，就是不觉得累？

答案只有一个，就是为了快乐！

#### 作者简介

王汇丰，2005全国极限运动会新人冠军，2006全国极限运动大师赛冠军，2006年安踏精英赛广州站冠军，2006smp skatepark季军，2007smp skatepark冠军，2008AST巡回赛广州站亚军。

## &lt;&lt;滑板&gt;&gt;

## 书籍目录

PART1 StayEverYoung：我滑板，我年轻 一、滑板起源：在人行道上冲浪 二、滑板的构造 1. 板面 2. 支架 3. 轮子 4. 轴承 三、保护自己，免受伤害 1. 滑板鞋 2. 滑板服装 3. 背包 4. 护具， 四、玩滑板的注意事项， 1. 不要太胖 2. 不要轻易放弃 3. 不要玩得太疯 五、音乐让你滑得更HIGH 六、滑板“黑话” PART2 踏上滑板：四轮滑板基础入门 一、热身运动 1. 手臂扩胸运动 2. 腰部运动 3. 腿部伸展运动 4. 踝关节运动 二、苦练基本功 1. 站立 2. 滑行 3. 转弯 4. 停止PART3 凤驰电掣：极速提升滑板技巧 一、是时候来点炫的 1. 跳 2. 转身跳 3. 翻板跳 4. 过障碍方法 5. 斜面 二、玩儿x-G真HE频道里的滑板 1. 下楼梯 2. 滑横杆 3. 滑斜杆 4. 用桥滑行 5. 用板滑行 6. 在弧面上滑行PART4 精彩比赛：全面解密滑板竞技 一、滑板竞技的种类及特点 1. 自由滑板 2. U池滑板 3. 公路滑板 4. 街头滑板 5. 障碍滑板 6. 山地滑板 二、滑板运动会 1. 极限运动会 2. 挑战引力运动会 三、滑板的各项世界纪录附录 1. 四轮滑板的选购 2. 滑板的保养

<<滑板>>

章节摘录

插图：

<<滑板>>

编辑推荐

《滑板》:地球上最HIGH运动极限运动鼻祖快速掌握世界最热门的青少年极限运动——滑板的酷炫绝技

<<滑板>>

#### 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>