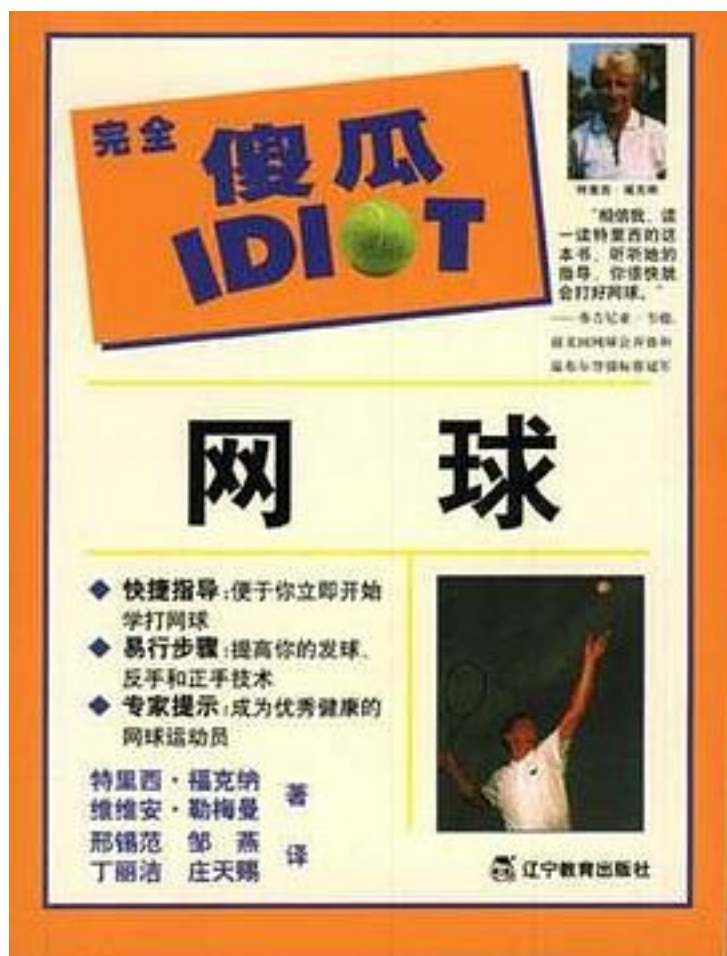


完全傻瓜指导系列



[完全傻瓜指导系列_下载链接1](#)

著者:特里西·福克纳

出版者:辽宁教育出版社

出版时间:2000-3

装帧:平装(无盘)

isbn:9787538257045

《完全傻瓜指导系列：网球》将帮你找到快捷容易的方法：购买你需要且买得起的装备；找到适合你的场地打球；选择最好的网球教练；伸展四肢，放松，做好打球准备；学会职业选手使用的基本握拍方式和基本发球方法；回击有难度的发球；知道什么时候上

网攻击；保持正确姿势，最大限度地运用你的精神战术和技术……还有数十张清晰照片向你展示所有正确的示范动作！

作者介绍:

特里西·福克纳——前澳大利亚网球冠军拥有12项国际头衔现任佛罗里达巴伦艾尔斯网球俱乐部的网球中心主任。目前，她是顶尖女子网球选手之一已经连续三年为世界50岁及50岁以上年龄组女选手中的一号种子选手。

维维安·勒梅曼——是一名代理商兼作家。

目录: 第一部分 什么是网球运动
第一章 网球运动的五个基本问题
第二章 神奇的网球故事：起源与发展
.....
第二部分 开始
第五章 准备好了吗？预备，开始！ 如何开始打网球
第六章 网球运动须知
.....
第三部分 网球的基础知识
第八章 让我们来学习如何握拍
第九章 场上移动：步法
.....
第四部分 你的优势分
第十四章 这些是我最喜欢：高级击球技术集锦
第十五章 让我们以健康的体魄去打球
.....
第五部分 比赛的前奏——一起来吧
第十八章 顽强的比赛
第十九章 准备活动
.....
第六部分 享受网球乐趣的几个不同方式
第二十二章 把孩子送到球场去
第二十三章 现在没有什么能阻止我们：适合年长者和有特殊需要的人的网球训练
.....
· · · · · (收起)

[完全傻瓜指导系列_下载链接1](#)

标签

体育

想要开口

书

评论

高二狂迷《网球王子》的时候读的.....

[完全傻瓜指导系列_下载链接1](#)

书评

[完全傻瓜指导系列_下载链接1](#)