

羽毛球



[羽毛球_下载链接1](#)

著者:毛秋明

出版者:湖南大学出版社

出版时间:2004-10

装帧:平装

isbn:9787810538480

《羽毛球》一书，以知识性、趣味性、指导性、实用性为宗旨，融羽毛球运动的理论和实践于一体，内容全面、系统、新颖为特点，既有羽毛球运动基本知识的阐述，又有羽毛球各项基本技术、战术及其训练方法的详细讲解，还对羽毛球运动身体素质训练的内容、方法以及运动的装备，竞赛规则等方面的知识进行了专题介绍，使读者能全面地获得羽毛球相关知识；编排科学，循序渐进，是本书的又一特点，作为羽毛球运动的练习者，须了解和掌握羽毛球的基本技术动作、训练方法、基本战术、运用准则和应变方法；图文并茂，易学易练，亦为本书的一大特点。书中通过大量图片，对各项技术动作，逐一分解，使练习者能获得直观感受。故本书具有较强的实用性。

作者介绍:

目录:

[羽毛球_下载链接1](#)

标签

评论

[羽毛球_下载链接1](#)

书评

[羽毛球_下载链接1](#)