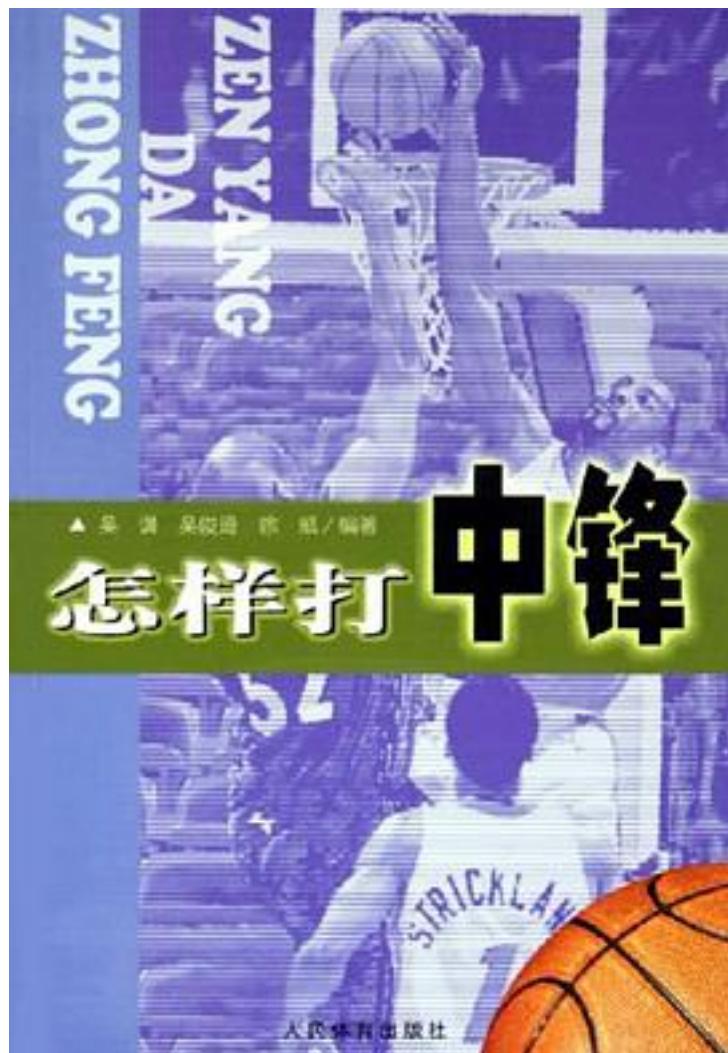


怎样打中锋



[怎样打中锋_下载链接1](#)

著者:吴谦

出版者:人民体育出版社

出版时间:2005-11

装帧:简装本

isbn:9787500927723

很多爱好打篮球的青年朋友很羡慕小巨人姚明的身高,能在NBA里驰骋球赛。一些高大身材的青年们更希望像姚明、奥尼尔、张伯伦、贾巴尔等一样成为一名NBA的传奇的中锋。本书可以帮助你深刻地认识、了解和理解中锋的位置特点,及其应该掌握和练就的技术、体能和意识,从而提高自己的技、战术水平。实现你的梦想!

当你走进篮球场,无论训练和比赛,此书会帮助你茅塞顿开、悟性大增。正如人们常说的“劳其心脑、苦其手脚”,书里多学、场上多练、边学边练、学练结合,可以使你从事篮球运动训练和参加篮球比赛过程中少走弯路,积累经验,早日圆你成为篮球运动这项“巨人游戏”的脊梁DD中锋梦。

作者介绍:

目录:

[怎样打中锋 下载链接1](#)

标签

#

评论

辣鸡

补

[怎样打中锋 下载链接1](#)

书评

[怎样打中锋](#) [下载链接1](#)