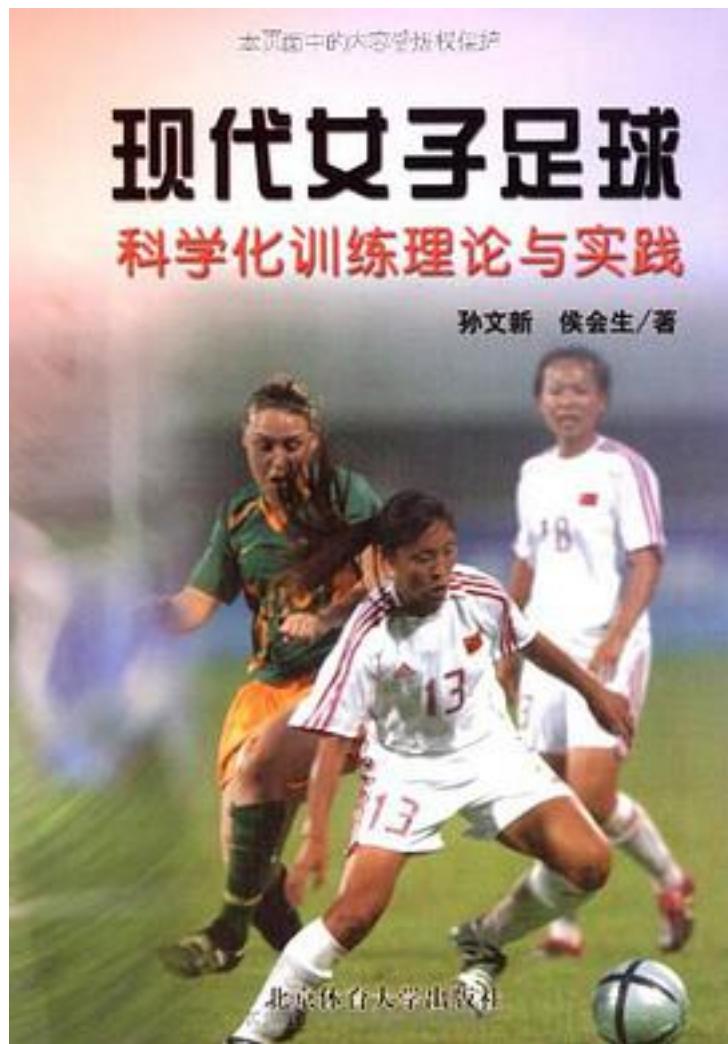


现代女子足球科学化训练理论与实践



[现代女子足球科学化训练理论与实践 下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-8

装帧:

isbn:9787564402075

《现代女子足球科学化训练理论与实践》除了涵盖世界女子足球发展的最新理论和实践内容外，重点以国内女子足球训练实践为基础，主要用于指导国内女子足球运动的训练实践，具有突出的现实性；第三，系统性，全书全面系统的阐述了国内外女子足球运动的发展趋势、竞技能力的训练理论和实践、高原训练以及机能评定等内容。

全书主要包括世界女子足球运动的发展、现代女子足球训练概述、现代女子足球运动员体能、技能、战术能力、心理能力和运动智能及训练、女子足球运动员高原训练和机能评定等八个部分。

作者介绍:

目录:

[现代女子足球科学化训练理论与实践](#) [下载链接1](#)

标签

训练

理论

女足

多学科

评论

很经典的一本书，把女足研究的方方面面都做了个介绍。虽说是近二十年前的东西，很多还是非常值得借鉴的，至少可以用来做参考文献。

[现代女子足球科学化训练理论与实践](#) [下载链接1](#)

书评

[现代女子足球科学化训练理论与实践 下载链接1](#)