

烟台陪练型乒乓球发球机 双蛇体育

产品名称	烟台陪练型乒乓球发球机 双蛇体育
公司名称	威海双蛇体育器材科技有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	山东威海高区创新创业基地B1座223室
联系电话	13906302482 13906302482

产品详情

企业视频展播，请点击播放

视频作者：威海双蛇体育器材科技有限公司

如何拉半出台高吊弧圈球

要点一：动作幅度小、前臂带动手腕快速发力摩擦 拉出半出台的超转的高吊弧圈球的技术精髓在于前臂和手腕，动作幅度要尽量控制小，加大前臂带动手腕的快速挥动，击球的瞬间进行强烈的制动，从而用的动作来进行快速摩擦，制造强烈的旋转。

因为要拉出半出台，向前的力量一定要控制小，否则球容易出台，大臂不能发力过多，否则弧线容易冒高。

要点二：极薄摩擦，将向前的力降到比较低 要把球摩擦转又半出台，摩擦一定要非常薄，陪练型乒乓球发球机厂，所以在摩擦球的时候，要体会到球拍吸住球，咬住球，去摩擦的感觉。

在球体的表面快速的蹭了一下头皮一样的感觉，这种极薄摩擦，几乎没有主动的向前发力，所以球往前飞行的速度很慢，摩擦的薄了，球在对面球台反弹后会快速的下落。

要点三：拉出的弧线的抛物线要大，但是弧线不能高 乒乓球在强烈上旋的过程中，触碰球台以后会将一部分的旋转转换为球运行的速度，所以如果球的弧线曲度不够凸起来的话，那么球反弹后，上旋转换成为了球向前飞行的动能，那么也难以控制半出台。

所以拉出来的这个球的曲度要大，但是弧线又不能高，如果能正好过网是相对好的。

要点四：拉球落点要控制的非常好，过网后的落点要离球网近 刚上面说的正好过网的意思就是，虽

然高吊的弧线略高弧线曲度大，但是如果我们能控制球，过网后的在对方球台的落点，离球网很近，那么反弹后再向下向前坠落的弧线就可以控制到半出台。

总是习惯性退台，有什么训练方法提高？

退台的原因除了步法跟不上之外，一个非常关键的因素是击球时机晚！你说你们打球速度都比较慢，是指动作慢呢还是球速度慢，我想其中有动作慢的成分，也有球速慢的成分。既然球速不快，那为什么还要退台？先不说步法移动的问题，是你的击球时机太晚造成了不得不退台，以空间换时间去击球。

所以，解决办法有三个：

一是保持正确的击球预备姿势，便于脚步快带移动；

二是迎前击球，在球的高点期以前击球，陪练型乒乓球发球机工厂，争取足够的击球时间，可以避免时间来不及的问题；

三是加强步法移动训练。站位近台的情况下，步法移动够快，烟台陪练型乒乓球发球机，你击球的效果和威胁就会大大增加。

可以试试以上方法。

首先是起来判断来球落点。利用脚下的步法步是取位，第二步是对来球落点后准确判断的判断。樊振东在图中用了一个小垫步相当于瞄准，过去击球是一个判断完成跨步过去取位相当准确。这个时候从后面可以看到这时候的上半身动作是一个压低，陪练型乒乓球发球机多少钱，腹部发力的一个准备动作。

咱们来看看手上动作，手腕内旋，盯住来球的左边部分避开来球转的中心轴。手腕、腹部、腰这时候是一个准备发力击球的过程，相当于蓄力而蓄力这部分的动力来源来自于腿。脚下踩实蹬转腰部瞬间发力。这时候手腕相当于力的一个传递给予球充分的摩擦，手腕制造旋转，小臂制造弧线。充分的送出去，要想球转及向前力量大比较充足，多多练习手腕的爆发力和体会蹬转收的那一瞬间。

烟台陪练型乒乓球发球机-

双蛇体育(推荐商家)由威海双蛇体育器材科技有限公司提供。威海双蛇体育器材科技有限公司是山东威海,相关产品的见证者,多年来,公司贯彻执行科学管理、创新发展、诚实守信的方针,满足客户需求。在双蛇体育领导携全体员工热情欢迎各界人士垂询洽谈,共创双蛇体育更加美好的未来。