

重庆乒乓球培训中心-学打乒乓球-租球桌-朝一阳乒乓

产品名称	重庆乒乓球培训中心-学打乒乓球-租球桌-朝一阳乒乓
公司名称	重庆朝一阳乒乓球俱乐部有限公司
价格	88.00/件
规格参数	品牌:朝一阳 课时:45分钟 所在地:重庆
公司地址	重庆市九龙坡区杨家坪兴胜路65号
联系电话	023-67111130 13330333137

产品详情

重庆乒乓球培训中心-学打乒乓球-租球桌-朝一阳乒乓；欢迎来电咨询朝一阳乒乓俱乐部。朝一阳乒乓俱乐部环境优美，专注于乒乓球培训。秉承“启蒙运动爱好，培育素质人才”的发展理念，始终专注于培训、引导3—16岁青少儿乒乓球运动，现如今长期会员已累计突破60000人次，为社会培养了众多积极健康、热爱生活的人才。

正常发球，拍型是对着对面。发勾手，是把横拍的拍头给他转过来，把这个正面的拍面对着我们身体里侧。

直拍的拿拍，就是把版型拍头往里侧，勾过来，让拍面对着我们的身体内侧。

然后就要讲一下这个高手发球的摩擦位置，就勾手侧上旋，怎么才能把球发出侧上呢？对方容易接飞，怎么发出来呢？就是把手勾起来以后，下一步就要注意看乒乓球的摩擦位置，还有球拍的摩擦位置，这个是非常关键的，高手侧上旋，这里就简单说一下，把拍头当做十二点方向，我们要用拍头十点钟即拍头两点钟方向这个区域，用这部分去摩擦。这部分是我们发勾手侧上旋的Z佳位置。

重庆乒乓球培训中心-学打乒乓球-租球桌-朝一阳乒乓

摩擦到球的一瞬间，想给球加侧上旋，一定是摩擦住以后手腕向前上方一带，就是侧上旋这种感觉，右侧偏底部构筑以后向前上方，我们加一个制动加一个摩擦就可以了。

勾手侧上选发球技巧，回勾区域向上制动，勾手侧上摩擦出球的右侧偏低以后，一定是手腕往前上方带，只要说你手腕摩擦住，往前上方一带球的上旋就提拉上去了。在发勾手的过程中的一个制动是非常重要的，就是要手腕儿板头上提。怎样去往上制动，怎么利用手腕板头，地球往上制动很简单，然后我们接触球的一瞬间，你的手指头手腕一定要往前上方顶一下。直拍也是在顶球的一瞬间往上顶。就是因为

我手腕手指突然捏住往上顶一下，可以把球的侧上旋旋转加满。