

# 长短球 乒乓球发球机工厂 双蛇发球机厂商

产品名称	长短球 乒乓球发球机工厂 双蛇发球机厂商
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

### 乒乓球的灵魂：步法

#### [1、并步与交叉步]

并步与交叉步是相持转进攻时所运用的一种步法。两种步法在运用时的技巧在于把握进攻的时机。在主动相持的时候，因为进攻的意识比较强，所以运用这种步法相对比较容易，步法的启动相对也比较快，侧身也比较容易。在中性相持和被动相持的时候，侧身后的交叉步是不太好掌握的，必须要先找好时机，就是说要转进攻时推挡侧身的时机最关键。然后还原要快，保护正手位的空档。

#### [2、小碎步]

小碎步是步法中尤其重要的一种，也是衡量一个人步法跑得是否合理、协调的一个重要因素。小碎步主要适用于步法的调节，在步法移动到一定的位置时还没有找到合适的击球点，就要通过小碎步来作调整，争取更好的击球点。孔令辉、马林在比赛中使用这种步法相当成功，一些别人感觉位置很大的球好象是侧不开身了，浙江乒乓球发球机工厂，不到位了，他们总能调节出位置来。小碎步其实就是一种小垫步，主要是保持重心的稳定，利于启动速度。

### 乒乓球怎样才能发出超转的球

很多球友都为自己发球旋转不强而苦恼，解决办法往往是从动作入手，家用乒乓球发球机工厂，以为动

作越大，发球的旋转就会越强。当然，也有人从理论角度来加以分析：球拍和球接触时间越长，或说球在胶皮上划过的距离越长，球的旋转就越强……

## 1、引拍

这是一个很多人忽略的问题，长短球乒乓球发球机工厂，业余球友很多人发球引拍的距离小的可怜。这就像打拳一样，你把拳先伸到别人身前10厘米处，下旋球乒乓球发球机工厂，再直接出拳用尽全力打他，估计他连痛的感觉都没有，但是你如果把拳头先后引，再一次打过去，那力量可能会大上几十倍，发球时的引拍是一样的道理。

## 2、爆发力

决定球的旋转的最重要一点就是：触球瞬间的速度。也就是说触球时间，你的爆发力越强，球的旋转就越强。

## 3、腰与手的结合

这也是很多人忽略的，很多人知道拉弧圈时要用腰才有力，可是发球时却没想这个问题，没有侧身动作，腰几乎不动，单纯靠手腕力量是肯定不够的。

### [单步]

1、移动方法 以一只脚为轴，另一只脚向前、后、左、右不同方向移动，身体重心随之落在移动脚上。

2、实际运用于： 接近网小球； 削追身球； 单步侧身攻枣在来球落点位于中线稍偏左或对推中侧身突袭直线或对搓中提拉球时常用。

### [跨步]

#### 1、移动方法

一脚蹬地，另一脚向移动方向跨一大步，蹬地脚随后跟上半步或一小步，身体重心即移到跨步脚上。

2、实际运用于： 近台快攻打法，用来对付离身体稍远的来球； 削球打法，左、右移动击球； 跨步侧身攻，当来球速度较慢，但离身体稍远时，左脚向左前上方跨一大步，右脚随即跟上一小步，同时配合腰部右转动作，完成侧身移动。

长短球乒乓球发球机工厂-双蛇发球机厂商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（[www.weihaiss.cn](http://www.weihaiss.cn)）在其它这一领域倾注了无限的热忱和热情，双蛇体育一直以客户为中心、为客户创造价值的理念、以品质、服务来赢得市场，衷心希望能与社会各界合作，共创成功，共创辉煌。相关业务欢迎垂询，联系人：钟文鹏。