

中央球场

温布尔登

**THE LONGSET DAY**  
最长的一天

Chrisian

18号场地边的计时器跳到了11小时又5分钟，但它没有神奇般的再继续前进下去。随着伊斯内尔勇敢的一拍反手直线穿越成功，这场耗时三天的网球历史上最漫长一役终于画下了休止符。

36

37

## 036 | CENTER COURT 中央球场

### 最长的一天

18号场地边的计时器跳到了11小时又5分钟，但它没有神奇般的再继续前进下去。随着伊斯内尔勇敢的一拍反手直线穿越成功，这场耗时三天的网球历史上最漫长一役终于画下了休止符。

- 010 卷首语
- 012 编读往来
- 014 球友日历
- 016 名家专栏
- 018 星座斗数
- 020 大势 / 脱口秀 / 名流
- 022 PK 台 / 全景中国
- 024 妖人 / 知道 / 生日
- 026 赛果 / 排名 / 赛程

## 中央球场 CENTER COURT

### 030 冷门封锁线

在冷风劲吹的温布尔登赛场上，纳达尔与小威廉姆斯两位斗士穿越了冷门的考验，成为最大的赢家。

### 032 捷克时刻

### 034 兹沃娜列娃：纠结是一种态度

### 040 女王驾到

时隔 33 年，伊丽莎白女王再度造访全英俱乐部，引得万人空巷、全员景仰。英国王室与温布尔登不得不说的故事再度被搬上台面。

### 042 好大的规矩

### 045 温网经济学

### 046 网球斗乐：温布尔登的张力

### 048 大话温网

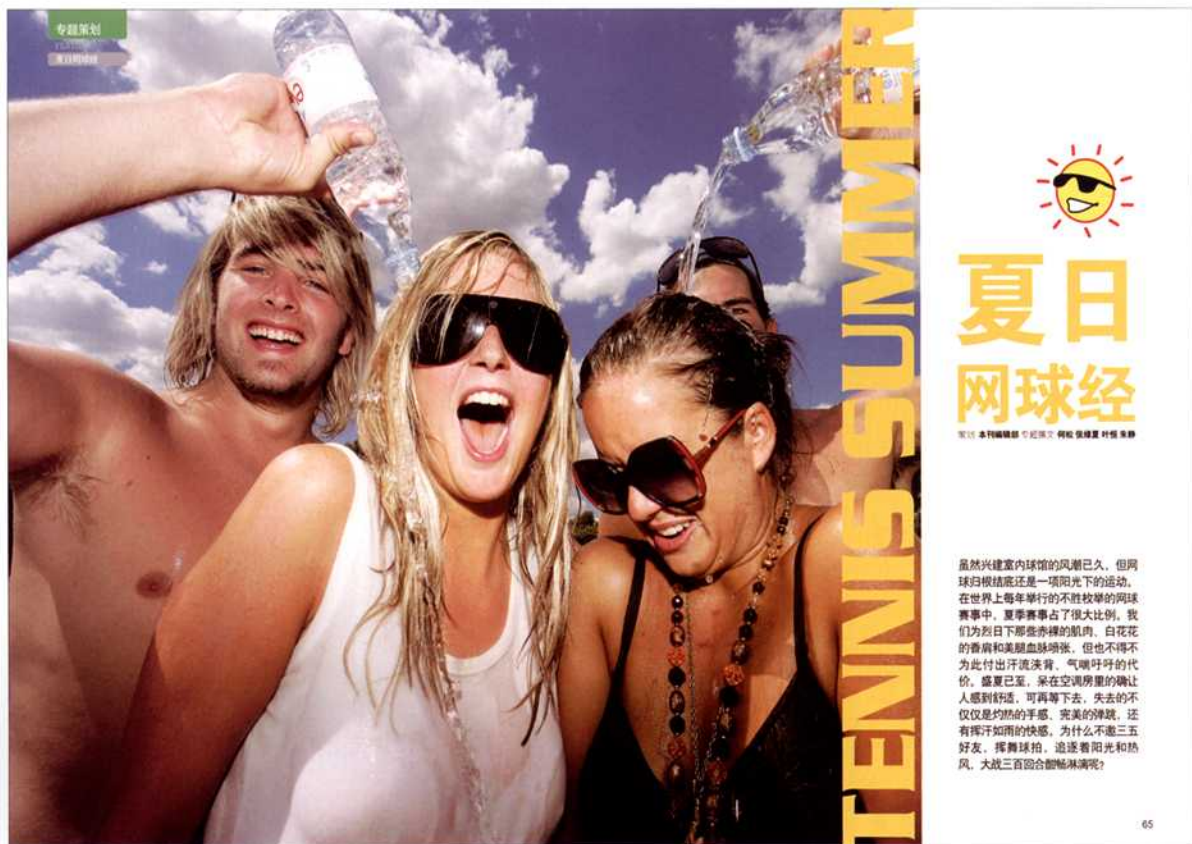
### 049 混乱的七月

### 050 冠军兵马俑“回归”倒计时

### 054 挑战无止境 嘉年华等你来——2010 北京国际网球挑战赛

### 060 金秋成都，尽揽冠军风采

### 062 阿加西自传中文版序：他永远超出你想象



虽然兴建室内球馆的风潮已久，但网球归根结底还是一项阳光下的运动。在世界上每年举行的不胜枚举的网球赛事中，夏季赛事占了很大比例。我们为烈日下那些赤裸的肌肉、白花花的香肩和美腿血脉喷张，但也不得不为此付出汗流浹背、气喘吁吁的代价。盛夏已至，呆在空调房里的确让人感到舒适，可再蹲下去，失去的不仅仅是灼热的手感、完美的弹跳，还有挥汗如雨的快乐。为什么不邀三五好友，挥腾球拍，追逐着阳光和热风，大战三百回合酣淋漓漓呢？

65

## 064 | FEATURE 专题策划

### 夏日网球经

我们为烈日下那些赤裸的肌肉、白花花的香肩和美腿血脉喷张，但也不得不为此付出汗流浹背、气喘吁吁的代价。

067 重庆：恨不得掉进冰窖

067 沈阳：太阳真的很厉害

068 广州：动不动就满身大汗

068 墨尔本：对手没水喝而退赛

069 福州：整个人都软掉了

069 横滨：体力考验

070 不在高温中爆发

就在高温中灭亡

070 网球热地

071 夏治“暑”患

072 夏日打球有学问

074 补液知多少

075 不惧烈日

## 技术装备 TECH&GEAR

### 078 绝不能犯的十个技术错误（上）

违背了这些原则，再怎么练习也无法提高你的技术水平。我们收集了十个这样的典型错误，并拿出针对性的解决方法与大家分享。

### 084 什么才是技术训练的关键？

### 086 Face to Face 第十四回：正手击球的基本要素

### 092 2010 上半年畅销产品推荐

### 096 配对，深入理解比赛的途径

### 098 让上旋击球变得容易

### 101 如何达成预想的击球效果？

### 102 肩部损伤的预防与康复

### 104 王良佐诊所

## 网人事 TENNIS LIFE

### 106 波叔和他的快乐网球

### 109 郑欣：我的网球年历

### 112 网球夫妻档

### 114 老毕：梦想在延续





## 中网时尚队：等你来挑战

by sunmeo 模特团队 KAPPA 摄影团队 PRICE 造型 赵洋摄影 摄影 陈博摄影 化妆 李博时化妆

她们是秀场中的时尚丽人，来到网球场拿起球拍的她们，是否也会有如T台上一般耀眼夺目，令人心悦诚服？不妨拿起你的网球拍，跟她们在球场上较量一番方见真章。

## 144 | FASHION 尚网

# 中网时尚队： 等你来挑战

她们是秀场中的时尚丽人，来到网球场拿起球拍的她们，是否也会有如T台上一般耀眼夺目，令人心悦诚服？不妨拿起你的网球拍，跟她们在球场上较量一番方见真章。

- 116 挑战赛进行时
- 118 华南理工：年轻的开拓者
- 122 “梦想基金”大学生网球主题创业计划为你而来
- 124 梦幻之旅尽在缤纷夏令营
- 126 爱网球，我们不怕桑拿天！
- 130 大连的“网球天堂”
- 132 人民公仆网球场展身姿
- 135 草地网球 BBQ
- 136 冠军的眼泪
- 137 肖福东：人生在勤，不索何获
- 138 网球雨中曲
- 138 业余者的“职业感”

### 尚网 FASHION

- 140 大男孩的玩具
- 142 囊中“电”玩

### 动态 NEWSLETTER

- 150-154 业余网球动态