

享受网球生活

TENNIS 网球大师 MASTER

11/2014

V I P

陈君乐

不想当段子手的解说员
不是好博主

ROGER
FEDERER

费德勒
圆梦上海

LI NA

李娜
解密
“娜时刻”

STYLE

装备换新季

MARIA
SHARAPOVA

莎拉波娃
“升舱”之旅

FITNESS

马甲线
养成攻略

NOVAK
DJOKOVIC

德约科维奇
京城奇缘

TECH & GEAR

双手正拍秘籍

¥20 HK\$30 国内统一刊号: CN11-1383G8

ISSN 1002-3259



+ 获得更多信息加微信扫一扫
万方数据

中国网球协会指定会员专刊 | 中国网球国家队指定杂志 | ITF 职业赛杂志类独家合作媒体

038

“娜时刻” 的背后

当歌曲《离不开你》的前奏响起时，现场所有的人都意识到分别的时候就要来了，“……你敞开怀抱融化了我，你轻捻指尖揉碎了我……”，在那时没人能分清到底是谁融化谁，又是谁将谁捻碎。

VIP 会客室

012

陈君乐 不想当段子手的
解说员不是好博主

CENTER COURT 中央球场

026

星光

德约科维奇的京城奇缘
玛利亚的“升舱”之旅
卡洛琳的“卡位晋级”之旅
五年沉潜终破茧
新搭档 新启航
“娜时刻”的背后

048

劳力士特别呈现
费德勒 圆梦上海
星光盛宴

060

聚焦
ATP250 只是我们的起点
武汉公开赛 元年精彩不减



048



062



072



网球让世界认识武汉
小而精的广网
天网元年，新的开始
仁川亚运网事

- 078 **新秀**
王楚涵：向着前一百前进
- 079 **赛事**
下一站，珠海

TECH&GEAR 技术装备

- 082 大师讲堂
- 087 布鲁格专栏
斗牛士“3C”养成模式
- 088 海德课堂
双手正拍“秘籍”

LIFESTYLE 网球生活

- 092 **装备**
装备换新季
- 098 **健身**



健身

马甲线是 2014 年
美和性感的标志，
女生练马甲线已经
成为一种时尚，也
是当下最新的美腹
潮流，那么该怎么
练呢？下面就为大
家推荐六种简单的
方法，让你快速拥
有迷人的马甲线！

098

088

海德课堂

如何处理底线和网前的
中高球是业余网球比
赛中非常重要的一个
环节，业余比赛的强
度不比职业赛事，爱
好者们因为身体因素
受限不得不打出一些
中高的过渡球，而这
些球看起来好处理，
却其实有着极高的失
误率，本文将浅谈如
何处理反手高位球。



- 010 卷首语
- 014 ACES
- 编读往来 / 疯狂赛季
- 编辑推荐 / 上帝说，要有 BIG！
- 看板 / 11 月看板
- 知道 / “出走”的波兰人
- 玩乐 / 网坛多面手
- 特写 / 费德大战
- 月度人物 / 吉勒·西蒙
- 星踪 / 国色天香之中国网球季

“马甲线”养成攻略

- 106 **人物采访**
热衷网球公益的“电梯大王”
- 108 **业余赛事**
“网球大师”在民间
中网热浪迭起，明星点缀连漪
爱在中网，分享快乐
2014 昆仑山中网级别联赛
总决赛落幕
打造独特的“粤式”网球
2014 民生信用卡网球邀请赛
总决赛圆满落幕
相约上海，网聚城开
青春梦年少，市运网球风
- 128 **活动**
《网球大师》大师讲堂桂林行
- 130 **业余赛事**
网球情系，两岸四地
普及职工网球，培养生活美学
- 132 **活动**
2014WTA 网球嘉年华广州站
圆满落幕
专注网球，教学相长
我们开学了





RADO
SWITZERLAND

RADO HYPERCHROME
COURT COLLECTION
瑞士雷达表『皓星』系列
球场特别款
高科技陶瓷

全球品牌代言人 安迪·穆雷

