

REVIVAL OF USA 美国网球 如何走向复苏

以FESTY 跟着球星游拉美

FOCUS 网坛少数派 锦织圭 穆雷 西里奇

## 日本 SOLD BURN 三出 D X 株式が

¥20 HK\$30 国内统一刊号: CN11-1383/G8





# 

## 2015/04

# 056

## 美国网球 如何走向复苏

美国目前在世界网坛的地位相较以前有了质的退步,但不可否认美国的网球培训依旧是世界顶尖的,有天赋的年轻人还是会源源不断涌现,那么应该如何引导他们成为世界上最优秀的球员呢?

### CENTER COURT 中央球场

024 星光

锦织圭——一切都有可能

像穆雷一样自嘲

034 专访

西里奇——冲破一切荆棘

036 观察

网坛男同志——下一个

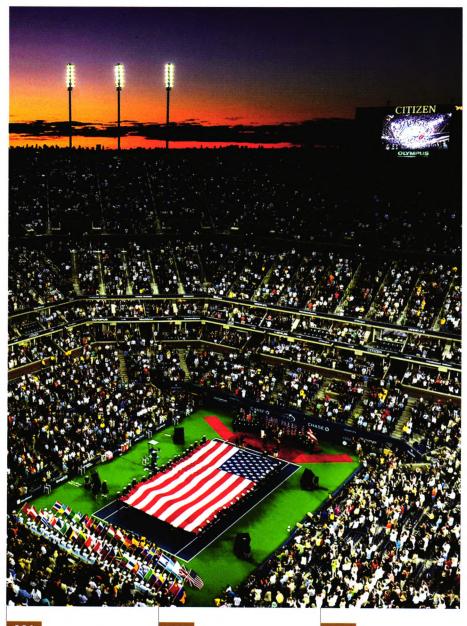
站起来的少数派?

040 影像

早春时节

050 聚焦

青少年外卡赛









## 

052 连载

一发致胜(三)——战火中 练球的我

#### TECH&GEAR 技术装备

068 大师讲堂

073 专栏

关于西班牙 cunit 网校 那些家长最关心的问题

074 战术

双打比赛的基本战术

076 体能

自身平衡力量训练

078 PTR 专栏

青少年网球教育的

相关策略(上)

080 费雷罗网校

截击技术报告

082 专栏

西班牙防守艺术

076

#### 体能训练

将居家健身常用的瑜伽垫 和目前非常流行的半平衡 球组合在一起,能够让你 的平衡能力以及身体的核 心力量得到很大改善。 083 心理

网球比赛是一段 成长和疗愈之旅

#### LIFESTYLE 网球生活

086 享乐

跟着球星游拉美

大师讲堂 你是否觉得球技 已经进入了瓶颈

你是否见得球技已经, 已经进入了那次是否可提升自己的 技术产生了所并生了。 定个栏目中我们 邀请了,为普通 球女——解惑。

068

092 健身

腹肌撕裂者

094 网球文化

"翻墙"去库扬

098 賞游

候鸟

100 活动

百年树人当趁早

——记中国网球协会

少儿网球发展联盟成立

102 姐姐妹妹一起来

——"马上网球"

妇女节活动

104 防护

网球运动员下背疼痛

106 业余赛事

几许风雨, 始终晴天

RADO

1

8





010 **卷首语**012 ACES
编读往来 / 电影《李娜》谁来演?
编辑推荐 / 有一种白叫"网球白"
看板 / 龙争虎斗
星踪 / 百变天王
知道 / 听说你也钟爱智能穿戴
特写 / 背靠背
月度人物 / 瓦伊迪索娃

毎期必有

**玩乐/**网坛那些乌龙事

## 改变: 从车主到特技车手

梅赛德斯-奔驰长轴距C级车, 驾驭改变

北京奔驰

谁说炫技是赛车手的专利?梅赛德斯-奔驰长轴距C级车,让你的驾驶风格也立刻变犀利。AMG车身风格组件,惊艳夺目,动感活力一触即发,搭载2.0升涡轮增压发动机,澎湃动力喷涌于心,11.47米的同级最小转弯直径,灵活性激增,驾驭始终自如,更有智能驾驶辅助系统,一路轻松掌控,保障驾乘安全。长轴距C级车,激发你的驾驶潜能。

更多详情,敬请莅临梅赛德斯-奔驰当地授权经销商,或致电400-810-8880。www.mercedes-benz.com.cn



Mercedes-Benz

The best or nothing.