

享受网球生活

TENNIS MASTER

球大师

5/2015

体育 博览

FOREHAND
德约科维奇
正手赏析

FOCUS
巴黎谍影

VIP
吴文胜
网行天下

PREVIEW
罗兰·加洛斯
红尘滚滚

FEATURE
网坛辣妈
正能量

RAFAEL NADAL

纳达尔 法网保卫战

¥20 HK\$30 国内统一刊号: CN11-1383/G8

ISSN 1002-3259



9 771002 325002



+ 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



060

爱在母亲节

她们是干练智慧的职场女性，同时也是温柔细心的新手妈妈——正值母亲节，当可爱的小朋友和美丽的辣妈遇见明媚的春光，这是一次最温暖人心的邂逅……

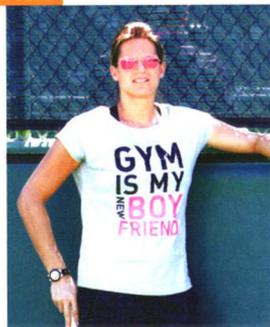
CENTER COURT 中央球场

- 027 **聚焦**
巴黎谍影
罗兰加洛斯：红尘滚滚
- 044 **星光**
纳达尔——法网保卫战
- 046 **连载**
一发致胜（四）
——初尝胜利的甜美滋味
- 052 **影像**
硬地收官
- 074 **赛事**
法网奖杯登陆魔都
青少年大师剑指法网

030



042



056



TECH&GEAR
技术装备

- 076 **大师讲堂**
- 081 **防护**
网球运动员膝关节伤害机制
- 082 **技术**
德约科维奇正手技术精解
- 084 **体能**
实心球平衡力量训练
- 088 **PTR 专栏**
青少年网球教育的相关策略(下)
- 090 **专栏**
培养网球直觉
- 091 **心理**
学会“息怒”
- 092 **健身**
我的腹肌我做主
- 094 **推荐**
春夏新品

084

体能训练

不少朋友的身体素质很不错,经过长期的练习,依靠自身力量的徒手训练渐渐觉得有些简单,那么可以尝试用各种器械进行负重的练习,比如我们学校体育课上常见的实心球。



LIFESTYLE
网球生活

- 096 **VIP 会客室**
吴文胜:中国网球的“走出去”和“请进来”

079

大师讲堂

你是否对于如何提升自己的技术产生了疑问呢?在大师讲堂这个栏目中我们邀请了资深的网球教练,为普通球友——解惑。



- 100 **俱乐部之星**
在上海天辰体验红土之魅
- 104 **网校**
全方位培养网球人才
万祥网校——我们在路上
- 108 **宣传**
新武网,新期待,
爱网球,一起来!
- 110 **赛事**
七年同舟共济
铸成精彩赛事青春新通告
- 116 **活动**
追忆往昔 景仰未来
- 118 **赛事**
王子回归,华丽首演
色彩演绎生活
- 121 **推广**
蓄势待发的西班牙 Cunit 网校
- 122 **赛事**
网球让生活跟更美好
- 124 **活动**
玩乐挑逗激情,文化引领兴趣

每期必有

- 012 **卷首语**
- 014 **ACES**
编辑往来 / 你最美好的追星回忆
编辑推荐 / 健身也有型
看板 / 兵家必争
知道 / “一生一贯”之法网
榜单 / 春季网坛红黑榜
特写 / 复活节的彩蛋
月度人物 / 费雷尔
星踪 / 网球之外,生活之中





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

