

国手教你玩台球。

主编◎于光宇

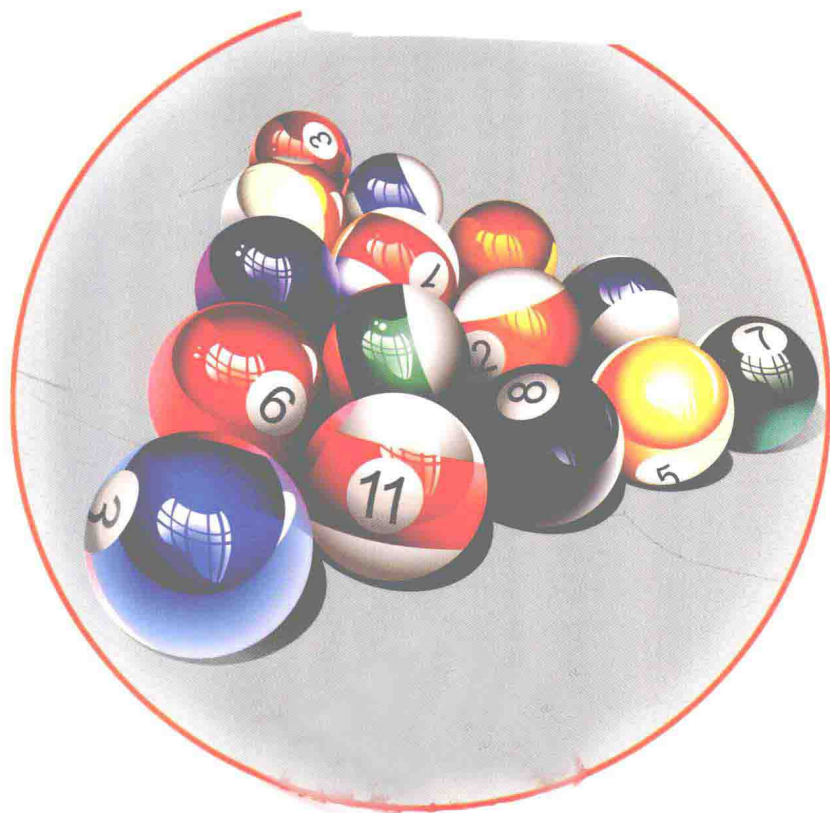


作者台球练习视频自由下载



吉林科学技术出版社

国手教你玩台球。



cue sport

△ 9 10 11 12 13 14 15

1 2 3 4 5 6 7 8

图书在版编目 (CIP) 数据

国手教你玩台球 / 于光宇主编. — 长春: 吉林科学技术出版社, 2013. 4

ISBN 978-7-5384-6581-5

I. ①国… II. ①于… III. ①台球—基本知识 IV. ①G893

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第065669号

国手教你玩台球

主 编 于光宇
编 委 王玉玺 余景玲 杨深桃 郝志丹 何利轩
展 超 罗润珏 崔振明 宋彩丽 孟祥龙
刘玲玲 王浩然 郭春焱 马树范
出 版 人 李 梁
责任编辑 李文博
图片摄影 尹海涛
摄影助理 张希维 白 云
封面设计 栗贺然
制 版 长春美印图文设计有限公司
开 本 710mm×1000mm 1/16
字 数 210千字
印 张 10
印 数 1-6000册
版 次 2014年10月第1版
印 次 2014年10月第1次印刷

出 版 吉林科学技术出版社有限责任公司
发 行 吉林科学技术出版社有限责任公司
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021
发行部电话 / 传真 0431-85677817 85635177 85651759
85651628 85600311 85670016
储运部电话 0431-84612872
编辑部电话 0431-85642539
网 址 www.jlstp.net
印 刷 延边新华印刷有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-6581-5

定 价 29.90元

如有印装质量问题可寄出版社调换

版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635185

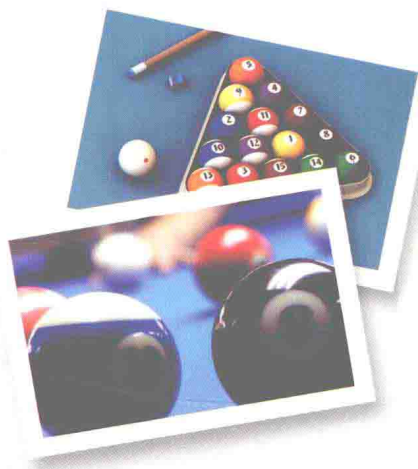
Contents 目录

第一章 台球的产生与发展

台球的起源·····	10
台球器材介绍·····	11
斯诺克比赛规则·····	14
花式九球比赛规则·····	17
台球基本术语·····	20
主球的基本击打点·····	22
中式台球比赛规则·····	23
其他辅助用品设施·····	27

第二章 台球器材与基本技术

球杆的选择·····	30
台球基本姿势·····	35
基本瞄准法·····	40
运杆和出杆·····	41
力度的控制·····	42
主球与目标球的分离角·····	43
击球杆法的技巧·····	44





正确发力的方法·····	48
跳球·····	49
弧线球·····	52
加塞技巧及运用·····	54
主球与库边的反弹关系·····	57
常见的借力球和传球进袋技巧·····	71
主球贴库的击打技巧·····	74
目标球贴库的击打技巧·····	75
打球时的心理·····	76
比赛心理指导·····	81
架杆的使用·····	84
中式八球练习方法及练习球形·····	86
防守技巧练习·····	96
台球礼仪·····	99

第三章 台球杆法与实战应用

中式八球的思路和全局观·····	102
开球技巧·····	107
中式八球练习方法及球形·····	114

英式斯诺克几种练习方法及球形····· 117

主球不旋转，反射角近似等于入射角·· 129

第四章 台球的技巧与问题解答

贴库球····· 132

战术运用····· 133

台球技巧····· 137

台球瞄准技巧····· 142

台球问题解答····· 143

目标球的瞄准方法····· 146

一次击球过程的分解····· 146

台球的常用术语····· 149

附录：台坛英才····· 156

台球视频资料下载地址：

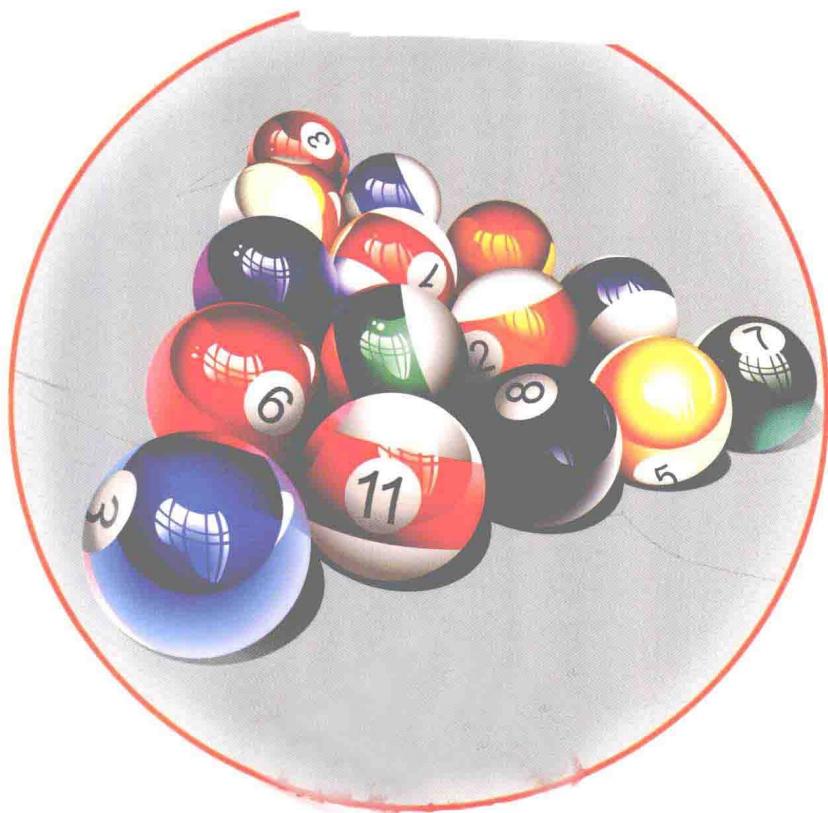
www.kanbox.com

用户名：taiqiu234@sina.com

密 码：taiqiu234



国手教你玩台球。



cue sport

△ 9 10 11 12 13 14 15

1 2 3 4 5 6 7 8

图书在版编目 (CIP) 数据

国手教你玩台球 / 于光宇主编. — 长春: 吉林科学技术出版社, 2013. 4

ISBN 978-7-5384-6581-5

I. ①国… II. ①于… III. ①台球—基本知识 IV. ①G893

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第065669号

国手教你玩台球

主 编 于光宇
编 委 王玉玺 余景玲 杨深桃 郝志丹 何利轩
展 超 罗润珏 崔振明 宋彩丽 孟祥龙
刘玲玲 王浩然 郭春焱 马树范
出 版 人 李 梁
责任编辑 李文博
图片摄影 尹海涛
摄影助理 张希维 白 云
封面设计 栗贺然
制 版 长春美印图文设计有限公司
开 本 710mm×1000mm 1/16
字 数 210千字
印 张 10
印 数 1-6000册
版 次 2014年10月第1版
印 次 2014年10月第1次印刷

出 版 吉林科学技术出版社有限责任公司
发 行 吉林科学技术出版社有限责任公司
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021
发行部电话 / 传真 0431-85677817 85635177 85651759
85651628 85600311 85670016
储运部电话 0431-84612872
编辑部电话 0431-85642539
网 址 www.jlstp.net
印 刷 延边新华印刷有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-6581-5

定 价 29.90元

如有印装质量问题可寄出版社调换

版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635185

自序



台球是一项集娱乐、休闲、健身为一体的运动项目，是我国人民目前最为喜爱、社会最为普及的一项运动之一。实践证明在中国无论男女老少，不分年龄、地位，都喜欢台球。因为台球不是单纯的体力运动，而是脑力和体力相结合，技巧为主的竞技运动。打球不仅可以强身健体，还能开发智力，修身养性，更能娱乐交友，这就是台球运动的魅力。尤其这几年，随着丁俊晖、潘晓婷以及后来一大批年轻优秀台球选手在国际赛场上出色的表现和取得优异的成绩，更大大促进了台球爱好者的热情和国家的重视。在中国的台球市场，斯诺克北京公开赛、上海斯诺克大师赛和世界女子台球锦标赛落户中国就是最好的证明。但是这些台球项目在国内并不是最普及的，最流行的。其实，大家经常玩的小台子，它一直有不同的叫法，如：美式十六球、普尔八球，现在叫中式八球、中式台球等。尤其北方地区很多人在玩，南方部分地区也在玩，至于斯诺克台球、花式九球等在南方某些地方也是非常流行的。当然因为斯诺克台球和花式九球是世界公认的比赛项目，比赛奖金也较高，所以国家相对会更重视斯诺克和花式九球。也有部分台球选手从最初打中式台球转行打斯诺克或花式九球，近些年随着中式台球的一些台球器材商家举办比赛数量的增多和奖金的提高，越来越受到台球爱好者的喜爱。国家也针对中式台球举办了全国排名赛，因此让更多的



台球爱好者和想走职业路线的台球选手有了更大的发挥空间。

从我接触台球到现在已经有25年了，有10年的时间是一边上班一边练台球，自己也算是一个业余高手了。可是在1997年一个偶然的机会参加了吉林省的台球比赛，才发现自己和那些职业选手台球水平相差很远，人家连自己球杆都是随身携带，比赛结果当然也是受挫了。求胜心促使我之后放弃了工作，执着地练起了台球。不到一年的时间，我拿到1998年吉林省运动会斯诺克团体冠军。之后我练球也更刻苦，比赛也更自信了，在台球厅里当上了教练，第一次赚到了靠打球挣来的工资。无论斯诺克、花式九球，还是中式台球，我都付出了很多精力去钻研和练习，当然台球也给了我回报。此后的很多年，无论省内还是国内我都取得了优异的成绩，大家也把我当成了吉林省的一面旗帜。后来我大部分精力都用在了中式台球上，一直到现在。随着年龄的增长，我竞技状态也在一步步下滑，虽然排名在国内前列，但是我不得不承认竞技状态大不如前。巧合的是，吉林科学技术出版社的朋友和我本人有着共同的愿望，那就是为了满足台球爱好者对台球的热爱和求学欲望，让更多的人了解台球，掌握技巧，决定把我25年的打球心得、技巧、经验、教学心得、比赛心得全部奉献给广大台球爱好者。因为中式台球这些年我钻研较多，又是大多数台球爱好者喜爱的项目，所以我会把中式台球作为重点讲解，斯诺克和花式九球为次，以下仅是我个人观点和心得，如有不当之处，请大家批评指正。

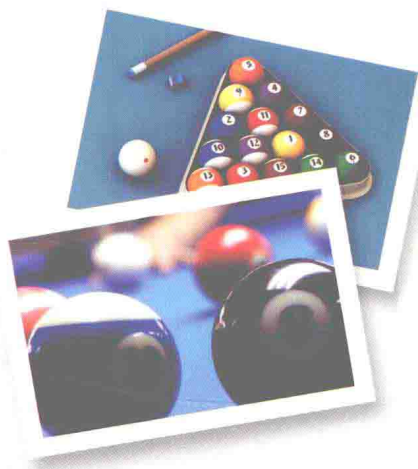
Contents 目录

第一章 台球的产生与发展

台球的起源·····	10
台球器材介绍·····	11
斯诺克比赛规则·····	14
花式九球比赛规则·····	17
台球基本术语·····	20
主球的基本击打点·····	22
中式台球比赛规则·····	23
其他辅助用品设施·····	27

第二章 台球器材与基本技术

球杆的选择·····	30
台球基本姿势·····	35
基本瞄准法·····	40
运杆和出杆·····	41
力度的控制·····	42
主球与目标球的分离角·····	43
击球杆法的技巧·····	44





正确发力的方法·····	48
跳球·····	49
弧线球·····	52
加塞技巧及运用·····	54
主球与库边的反弹关系·····	57
常见的借力球和传球进袋技巧·····	71
主球贴库的击打技巧·····	74
目标球贴库的击打技巧·····	75
打球时的心理·····	76
比赛心理指导·····	81
架杆的使用·····	84
中式八球练习方法及练习球形·····	86
防守技巧练习·····	96
台球礼仪·····	99

第三章 台球杆法与实战应用

中式八球的思路和大局观·····	102
开球技巧·····	107
中式八球练习方法及球形·····	114

英式斯诺克几种练习方法及球形····· 117

主球不旋转，反射角近似等于入射角·· 129

第四章 台球的技巧与问题解答

贴库球····· 132

战术运用····· 133

台球技巧····· 137

台球瞄准技巧····· 142

台球问题解答····· 143

目标球的瞄准方法····· 146

一次击球过程的分解····· 146

台球的常用术语····· 149

附录：台坛英才····· 156

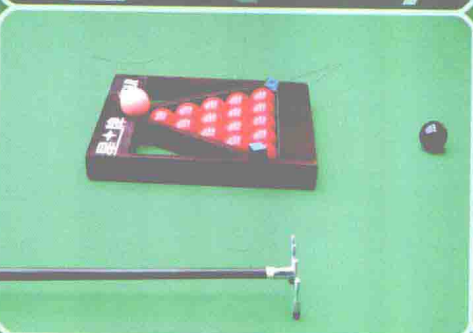
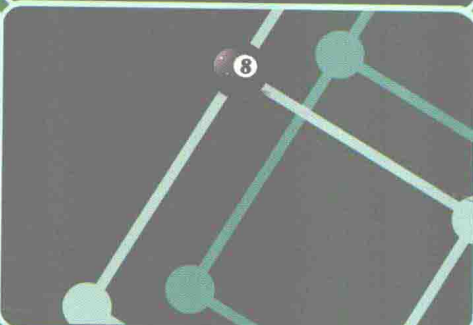
台球视频资料下载地址：

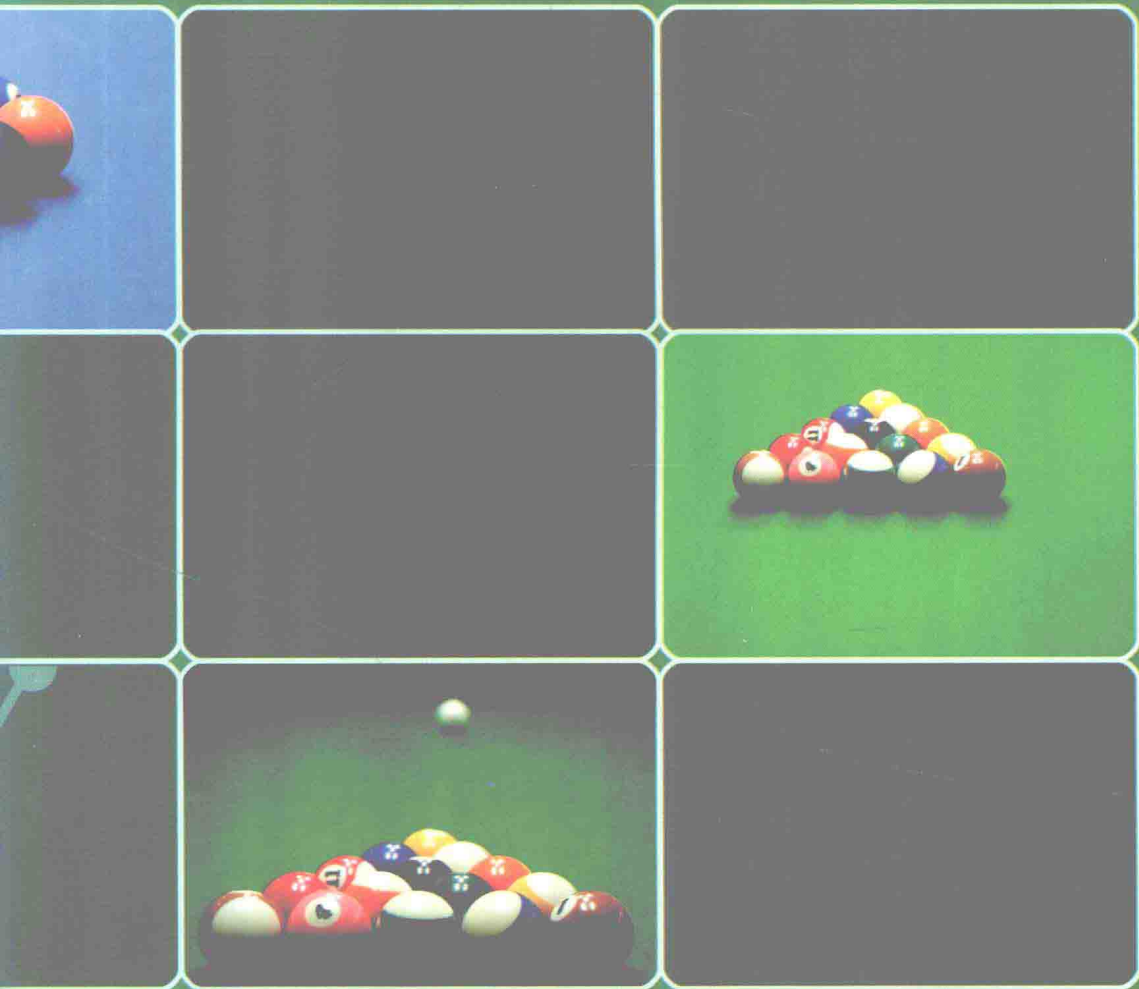
www.kanbox.com

用户名：taiqiu234@sina.com

密 码：taiqiu234







第一章

台球的产生与发展



台球的起源

主球

主球又叫主球，是台球比赛中选手从始至终用该球击打目标球，并利用该球运动的力量撞击其他球而得分的球。斯诺克台球和美式台球双方选手共同使用1个白色球作为主球。3球落袋式台球和4球撞击式台球，双方选手各使用1个白色球为主球，首杆选手使用带黑点的白色球为主球，2杆选手使用不带黑点的白色球为主球。

台球运动至今已有六百多年历史，但究竟起源于哪国，倒是众说纷纭。有说英国的，有说法国的，有说中国的，无法考证，但是很多资料表明起源于欧洲应该是正确的。早在英国的维多利亚女王时代和法国国王路易十四时代就有了台球的运动，经过数百年的发展与演变，发展到了目前的英式斯诺克、花式九球、中式台球、开伦台球、俄式台球。因为开伦台球和俄式台球在我国并不流行，国人也不熟悉，本书也就一带而过。

小贴士

1. **意外干扰**：是指正在击球的选手被非击球选手的影响，或其他事故和人员迫使击球选手移动球的情况。
2. **领先**：指得分领先，或得胜的局数领先。
3. **瞄准**：用球杆将主球指向某一设定的方向、岸边的位置或目标球的碰撞点。此时，眼睛、球杆运动方向和目标点形成一条直线，即如同用步枪射击时的眼、准星和目标三点成一线。

台球器材介绍

球台的组成：无论哪种球台框架一般都是选用优质木材并且硬度好的木头组成。台面由大理石板或青石板铺成，高档的球台用的都是青石板，因为它比大理石板的硬度更好，经过磨制，表面光滑，四边更整齐严密。斯诺克球台台面一般由五块石板组成，花式九球和中式台球台面是由三块石板组成。斯诺克台面和中式台球台面铺的是台泥，花式九球台面铺的是台布，而台面内沿四周再安上橡胶条（胶边）用台泥或台布包上。

触球

在球台上，用球杆杆头以外的物体，如手、衣服、领带等碰到球，均属于犯规行为。

目标球

目标球是选手用主球可以首先直接撞击的球。斯诺克式台球和美式台球，每一击的目标球都会变化。3球落袋式台球和4球撞击式台球，除主球外都是目标球。

