

XSBY

Billiard Basic & Actual Tactics



Billiard

桌球基础&实战技巧

Billiard Basic & Actual Tactics

中映良品 编著

优雅 魅力 绅士的贵族运动
智慧 体能 技巧的极致碰撞



桌球联合会 WPBSA世界台球联合会
台球和斯诺克联合会

Billiard

桌球基础&实战技巧

中映良品 编著 Billiard Basic & Actual Tactics



优雅 魅力 绅士的贵族运动
智慧 体能 技巧的极致碰撞

图书在版编目(CIP)数据

桌球 / 中映良品编著. —成都: 成都时代出版社,
2008.1

ISBN 978-7-80705-618-8

I. 桌… II. 中… III. 台球—基本知识 IV. G893

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 162211 号

桌球

ZHUOQIU

中映良品 编著

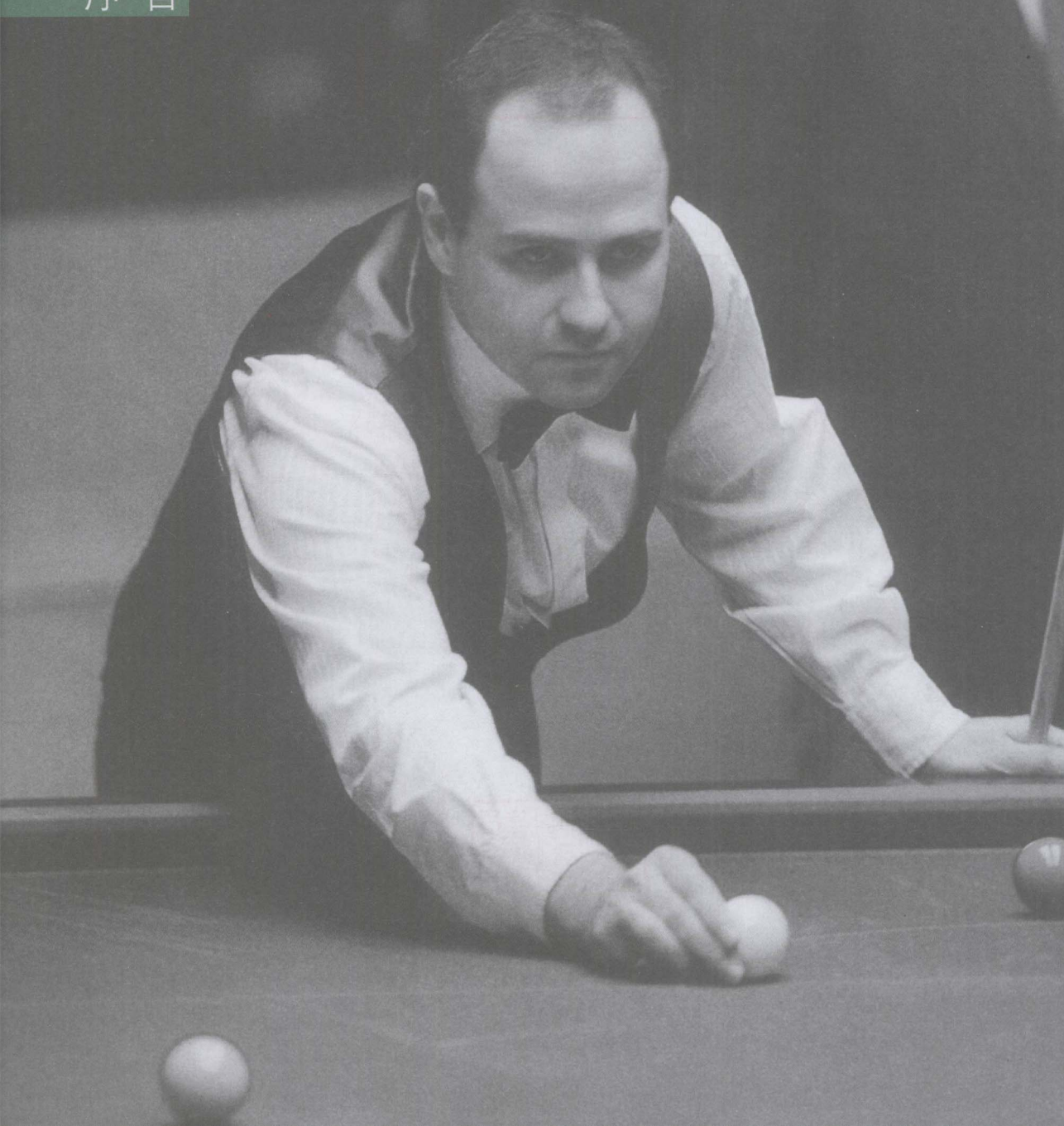
出品人	秦明
责任编辑	张林
责任校对	张旭
装帧设计	中映良品 (0755) 26740502
责任印制	莫晓涛

出版发行	成都传媒集团·成都时代出版社
电 话	(028) 86619530 (编辑部) (028) 86615250 (发行部)
网 址	www.chengdusd.com
印 刷	深圳市福威智印刷有限公司
规 格	889mm×1194mm 1/24
印 张	5
字 数	120千
版 次	2008年1月第1版
印 次	2008年7月第2次印刷
印 数	1-15000
书 号	ISBN 978-7-80705-618-8
定 价	29.80元

著作权所有·违者必究。举报电话: (028)86697083

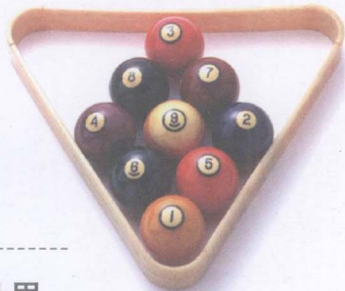
本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系。电话: (0755)26074333

序言



WISDOM & CHALLENGE COEXIST

Enter into Billiard's Precision World



智慧与挑战并存——走进桌球的精准世界

优雅、魅力、绅士的运动。清脆的击球、漂亮的旋转、干净的马甲和黑皮鞋，裁判雪白的手套、观众矜持的喝彩……处处透出贵族般的高雅气质。桌球在其发源地——英国被看作是非常神圣的运动，有着严格的风度和礼仪要求，因而与高尔夫和网球并称“三大贵族运动”。

神奇、充满着机遇和挑战的运动。且不说充满着玄秘的开球方式、扭转乾坤的小细节、比赛中层出不穷的冷门，单是那关于神童辈出的传奇，就足以让人们热血沸腾：“火箭”奥沙利文10岁时就拿到自己的第一个147分，15岁时成为世界青年锦标赛的冠军，18岁时已经是最年轻的世界排名赛冠军得主；“桌球皇帝”亨得利14岁便获得了全国16岁以下青少年锦标赛的冠军，15岁成为苏格兰业余锦标赛历史上最年轻的冠军得主，17岁便轻易地荣获了苏格兰职业锦标赛的冠军；丁俊晖8岁开始接触桌球，10岁打遍老家江苏宜兴无敌手，13岁获得亚洲邀请赛季军，18岁打败“天下第一杆”史蒂夫·戴维斯，夺得英国锦标赛冠军……

力与智结合、没有年龄限制、真正的全民运动。如果说国际象棋是挑战人类的智慧，跑步是

挑战人类的体能，那么桌球却是在同时挑战人类的智慧与体能。与其他健身运动不同，打桌球不会出太多汗。其实，如果只要能长时间站立，从儿童到耄耋老人，都可以参与，但这并不代表桌球就达不到锻炼身体的目的。据统计，打一场正规的斯诺克，桌球手将围绕桌台走10公里左右，而这还不包括在击球和起身过程中的弯腰运动。由此可见，台球的运动量相当惊人。其次，桌球不仅是一项运动，更是一种思维训练。随着撞击点不停地变换，击球杆法演化出推杆、定杆、拉杆等多种技巧。而正是瞄准点位置的选择、不同杆法的搭配、出杆力度的混合，以及室温、湿度对台布与运球的影响，使得撞球过程融入了最精妙的物理学、几何学，千变万化。有统计显示，两盘球的重合率为几亿分之一，真可谓“挑战永远在，诱惑也永远在”！

享受挑战的乐趣，体验运动的酣畅、智慧的撞击，体味奥沙利文带来的性感、亨得利贡献的经典、丁俊晖这样的后起之秀带来的活力和希望——兼顾时尚与优雅、休闲与健康、智慧与技术的桌球运动，魅力无限！

目录

CONTENTS



从野球到绅士——

桌球的悠远历史

Long History about Billiard

PART

1

- 1. 桌球简史 Brief History of Billiard 02
- 2. 英式斯诺克历史与发展 The History and Development of Snooker 07
- 3. 桌球运动在中国 Billiard Sport in China 10

桌球设备与规则

Apparatus & Principles

PART

2

- 1. 桌球设备 Apparatus 14
 - 球桌 ● 球 ● 球杆 ● 记分牌 ● 巧克粉和皮头 ● 球框 ● 架杆
- 2. 斯诺克规则 Principles of Snooker 18
 - 斯诺克球台标志 ● 球的分值 ● 开球 ● 计分方法和最高分
 - 比赛方法 ● 手中球 ● 跳球 ● 自由球 ● 犯规及处罚
- 3. 美式9球桌球竞赛规则 Principles of Nine Ball 21
- 4. 美式8球桌球竞赛规则 Principles of Eight Ball 22

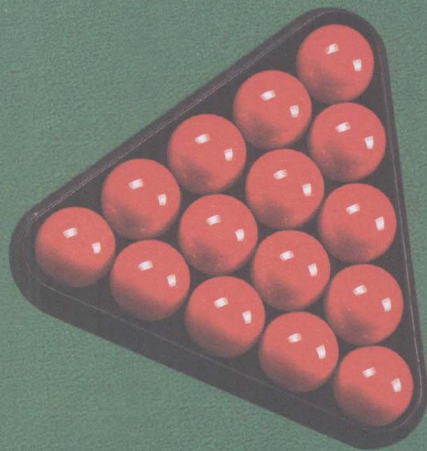
PART

3

桌球基本技术

Basic Technique

- 1. 握杆 Grip 26
- 2. 身体姿势 Body Gesture 29
- 3. 架杆 Bridge 33
- 4. 瞄准 Aim at 38
- 5. 运杆 Waggles 41
- 6. 出杆 Striking 42
- 7. 跟进 Follow Through 43





桌球实战技术

Actual Technique

PART

4

1. 跟进球 (上旋球) Topspin Ball	48
2. 定位球 Plain Ball	53
3. 缩杆球 Backspin Ball	57
4. 回旋球 (拉杆球) Screw Ball	61
5. 借助球 Plant Ball	66
6. 反弹球 Rebound Ball	70
7. 倒顶球 Rail Reflected Ball	76
8. 侧旋球 Sidespin Ball	80
9. 薄球 Thin Ball	83

桌球基本知识点 Basic knowledge

● 瞄准方法	39
● 击球点	50
● 母球的运动与路径	55
● 母球与目标球的运动与路径	60
● 厚度	64
● 力道强弱与橡皮边	68
● 球进行的路径与反射角、分离角	73
● 反射角依力道强弱而不同	79
● 橡皮边的入射角与反射角	84

PART

5

高级桌球技巧及赢球策略

Skill & Tactics

1. 进攻型打法 Attacking Ways 88

- ① 增大进球次数, 赢得最高分数
- ② 打好蓝球, 完美过渡
- ③ 巧打回旋球, 完全控制彩球
- ④ 清除障碍, 让彩球进球路线畅通无阻
- ⑤ 创造更多进球机会, 不断提高连杆成绩
- ⑥ 留足后路, 有备无患
- ⑦ 轰开红球堆, 享受冒险的乐趣
- ⑧ 打最后一个红球时, 考虑黄球

2. 防守型打法 Defending Ways 98

- ① 安全开球, 先发制人
- ② 谨慎交换防守权, 为以后的局面打好铺垫
- ③ 精心布局, 积极防守
- ④ 稳中求攻, 不轻易给对方机会
- ⑤ 做斯诺克
- ⑥ 化解斯诺克

3. 掌握比赛的要领 Command the Competition Essentials 108

- ① 工欲成其事 必先利其器
- ② 自己比对手重要
- ③ 健康的身体创造健康的大脑

附录:

桌球基本术语 Terminology	111
桌球礼节 Etiquette	113



part 1

Long History about Billiard

从野球到绅士—— 桌球的悠远历史

桌球运动已有600多年的历史了。据作家、桌球史学家亨德利克斯考证，世界第一张桌球的出现是在公元1400年。当时的球桌无袋，只有拱门或柱门。后来人们在桌子中心开了一个圆洞，继而又在桌子四角开了四个洞，洞的增加同时也激发了人们的玩球兴趣，直到在桌子开了六个圆洞，才演变成了今天落袋式桌球球台的雏形。

从单纯的简单到充满智慧的完善、从最初人们眼中的野球到浑身散发贵族气息的绅士运动，桌球走过了漫漫长路。

Brief History of Billiard

1》桌球简史

① 桌球的起源

关于桌球的起源有如下几种说法：

①起源于法国。1904年美国人道逊在他的著作中说，法王查理七世时期，已经有桌球运动了。桌球的名称来自法语，早在15世纪法国已出现了“桌球”一词，俄语中的单词BILLE(桌球)就是来自于法语。

②起源于中国。英国诗人科顿1674年所著之书中，描写了有关桌球的历史。书中谈到桌球是十字军东征时，从东方带到欧洲的一种古老的游戏，后经意大利和西班牙改进而成。



③起源于英国。英国人很喜欢这一运动，1836年12月，第一张桌球桌在伦敦设置，第一家桌球馆随后在伦敦开办，第一个桌球协会也是在英国自发成立。

② 三球打法的普及

在落袋式桌球风靡于英国的同时，法国研究并推广了一种完全不同形式、不使用球袋的桌球项目。

17世纪70年代，法国在以往使用2个球的打法中加入1个红球，演变成主球撞击2个目标球而得分的撞击式桌球的比赛形式。这种打法很快便流传开来，这就是现代三球打法的原型。

③ 桌球器具的发明与改良

新的器具的发明与改良，促使桌球技术的飞跃进步，也对桌球的普及起到了很大的作用。

例如，最初的球台由橡木等坚实的木材制成，后来改成大理石的材质，并已经向硬度和水平效果保持都更为理想的石板材质转变。

18世纪中期，球杆由从前的曲棍或短棒改良成笔直的形状，而桌球也由木质改良为象牙质地的。

到了18世纪中叶，台边由开始的布料卷成海参形状的东西，转为由皮革包裹，并用钉子钉在球台的外框上，里面填充牛、马的毛或鲸鱼须等材料，再充入空气，就成为犹如自行车胎的“空气垫台边”。经过这些改造，台边的品质得以逐步提高。

1885年，被誉为“美国桌球之父”的迷迦勒·菲朗将橡胶与皮革混合起来，制成一种具有永久弹力的，在当时可以说是具有划时代意义的台边。不过，这种台边还未达到十全十美的程度，它的缺点是当与球相碰撞时，其天然橡胶的部分容易破损。

如此，随着桌球器具的逐步改良，桌球技术也进一步得到了提高。但是，这些变化都属于球的滚动范围以内的东西，似乎还缺乏一些根本性的东西。也就是说，需要开发一种以追求球的滚动原理为目的，并且将这些运动理论最大限度地挖掘与发挥出来的桌球器具。

④ 巧克粉块的发明



我们现在不经意间使用的球杆皮头与巧克粉块，它们的发明打开了近代桌球史的新纪元。当然，巧克粉块的普及还是经历了相当长的变迁的。

球杆的形状在变得笔直以后，一开始只是将杆头削圆，可是除了撞击主球的中心部位，其它部位都因打滑而以失败告终。也有人尝试用锉刀将杆头磨得很粗糙，但这只会损伤球面而带来不好的效果。

直到19世纪初，英国人杰克·卡尔想出为了防止击球失误，在杆头上涂抹白垩粉的办法。这样既可以防止杆头打滑，又可以打击侧旋球。至此，球终于能够产生自旋运动了。

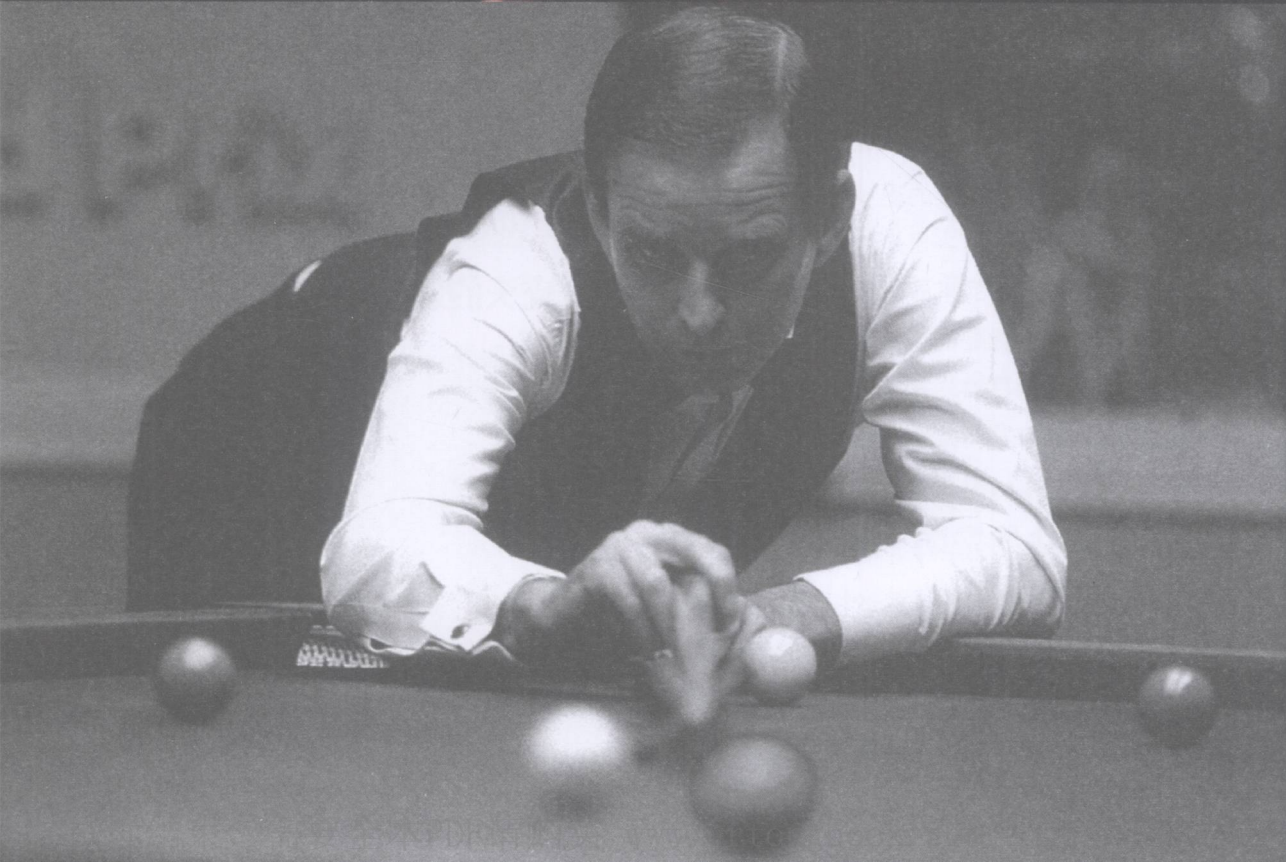
卡尔把这种粉称为魔术粉，他打出了侧旋球与缩杆球，在当时的桌球界中引起了巨大的轰动。这使得在以前不可能完成的、施予球前后左右的滚动技术成为现实，令桌球的技术又一次得到了飞速的发展。现在，之所以称侧旋球为英式击球，就是源于此项技巧是被英国人发明的缘故。

⑤ 皮头的发明

在发明魔术粉的大约10年后，桌球热在欧洲各地开始全面铺开，人们更加注重桌球器具的品质，并进行不断地摸索与革新。

法国人蒙果尔发现在杆头上附着有弹性的东西，可以令球的滚动更为自如，这就是现代皮头的原型。在杆头上附着皮革，并涂抹魔术粉，球便会如自己所希望的那样运动自如。

蒙果尔利用这些革新，打出了让人们惊讶无比的球——重击、轻击、跟进球、缩杆球、



侧旋球等技法的出现，在桌球界掀起了巨大的轰动。

从18世纪末开始，法国已经在流行撞击式的桌球打法。而皮头的发明，是三球打法兴起后半个世纪的事了。

⑥ 美国的桌球

美国的桌球源于18世纪，英国派遣的守备部队将桌球的器具传入了纽约的集会场所。据说到了19世纪，曼哈顿地区已经设立了最初的桌球场，那里摆放着英式的落袋式球台。

但是，这时的台边还不是由橡胶制成的，而是由布或皮革包裹毛发而成的。后来，当米迦勒·菲朗发明的新台边和法国职业桌球赛上选手使用的集中球技术深入美国后，欧洲式的桌球打法也得到了推广。美国由原先一边倒地流行落袋式桌球打法，转而开始关注撞击式的桌球打法。

在此之前，美国发明了一项全新的桌球打法——四球打法，并于1853年在纽约召开了桌球的竞技比赛。当时使用的是6个球袋的球台（这以后改换为4个球袋的球台），利用2个白球和2个红球进行比赛。这种打法传入日本之后，就逐渐演化成现在的四球打法了。

1860年，在纽约召开了又一次桌球竞技大赛，这是首届无球袋式四球打法的大赛，比赛是采取1分制、500分获胜的方法。

⑦ 四球比赛的废止与三球打法

进入18世纪70年代，桌球设施更加充实，技术也取得了长足的发展。由于选手已能够打出1500分，一局比赛获919分的记录，四球打法便显得既容易又幼稚，于是三球打法逐渐取代了其地位，成为桌球锦标赛中的主流项目。自1876年9月在斯隆松和赛普斯顿举行的桌球比赛以后，四球打法的项目便被废止，而全部改为三球打法了。

在四球打法被废止的3年前，即1873年，法国的一位名叫格鲁尼耶的选手来到美国，在纽约展示了他高超的三球打法。在这时的桌球竞技比赛中，出现了禁止将球集中于球台四角的规则。这条被称为“万年球”的比赛规则中规定，当目标球集中在角的11.43cm的线内时，不可以3次以上击球。此项规定还延续了如何连续得分的研究，并发明了美式连续球，即沿台边撞击以不打散目标球的技法。

⑧ 障碍线打法的诞生

美式连续球在此之后步入全盛时期，并创造了可观的成绩。但是，当美国选手伽果夫·歇佛在洛杉矶的桌球比赛中打满300分的让分后，桌球界不得不考虑对美式连续球的技术加以限制。于是，诞生了障碍线打法，它要求在台边相隔一段距离的位置引出直线以划分球台的各个区域，并在每个区域内限制击球的次数。

1883年3月，在美国芝加哥召开了首次障碍线打法的正规大赛。当时设立了20.32cm 2次击球项目，但还未设定障碍方框。在那次大赛中，伽果夫·歇佛在600分的比赛中打出连续得分220分，成为首位障碍线打法的世界冠军。

不过，随着桌球技术日新月异的进步，20.32cm 2次击球打法已变得相当容易，继而又出现了限制区域为30.48cm、40.64cm、45.72cm的项目，分数也改为500分。

⑨ 障碍方框的出现

1893年，一位叫做艾尔贝斯的选手出现在芝加哥的桌球大赛上，并与歇佛对阵。艾尔贝斯虽以45分之差败北，但他带来了新的技术——锚式击球，即将2个靠近障碍线与台边交点处的目标球通过跨线集中起来，利用主球的不同撞点与力度的控制，使目标球不再分散而无限制地连续得分的技法。在比赛中，歇佛也很快掌握了这项新技术，并与在艾尔贝斯的较量中取得了最后的胜利。

歇佛利用锚式击球提高了在1盘比赛的最高得分，桌球界因此制定了禁止锚式击球的规则，取而代之为“障碍方框”的规定，即在每条障碍线与台边的接点处各向左向右延伸8.89cm、距台边17.78cm的位置划出正方形的方框，在这些方框中不得2次或1次以上击球。

⑩ 三次台边反弹球打法时代的到来

1896年，障碍线的宽度已经扩大到了45.72cm。1926年的世界桌球锦标赛上，歇佛首战便已打满400分，使得障碍线打法也变成了一种单调而容易的项目。于是，人们将关注的目光逐渐转向18世纪20年代已传入美国的三次台边反弹球打法和落袋式桌球(美式)上。当时，相继出现了如威利赫拜、威杜卡·克朗等著名的桌球选手，迎来三次台边反弹球打法的全盛时期。

⑪ 世界桌球联合会的成立

1928年，以法国和秘鲁为中心，设立了世界桌球联合会。这个联合会是标榜非职业性的组织，并遵循奥林匹克宪章的约束规定与比赛规则进行运营。

该组织将总部建在秘鲁，每年在各国轮回举行三次台边反弹球打法、一次台边反弹球打法、障碍线打法、5项目竞技(3~4年一次)、艺术竞技等桌球大赛。日本也于1964年加入该组织，并每年向各类大赛派遣选手。1969年，在东京举办过世界三次台边反弹球锦标赛。

在世界三次台边反弹球锦标赛上，出现了一位天才式的选手雷蒙·格鲁曼，他连续摘取1963年尼斯锦标赛至1973年开罗锦标赛的11届冠军称号。另外，他在第2届世界5项目锦标赛上获得全胜，是一位传奇般的选手。

The History and Development of Snooker

2》 英式斯诺克历的史与发展

① 张伯伦时代：萌芽时期

斯诺克桌球的兴起可以追溯到公元1875年，是由驻扎在印度的一位英国军官内维尔·鲍斯·张伯伦(Neville Bowes Chamberlain)和他的一帮战友们首先发明的。

在斯诺克桌球产生之前，桌球游戏早就存在，而且有多种玩法。其中，有一种叫做“黑球入袋”(Black Pool)的玩法，在内维尔·鲍斯·张伯伦所在的军队中非常流行。这种玩法使用1个白球、15个红球和1个黑球。在那个炎热而漫长的夏天，内维尔·鲍斯·张伯伦和他的战友们觉得“黑球入袋”的玩法太过简单乏味，便决定结合这些游戏中有意思的部分改造成一种新的玩法：增加黄色、绿色、粉色三个彩球上去。不久，又嫌不够，再加上了棕色球和蓝色球。这样，便形成了至今已风行全球的22个球的斯诺克桌球。

据说，斯诺克桌球的命名也与内维尔·鲍斯·张伯伦有关。有一次，内维尔·鲍斯·张伯伦同一个伙伴在打这种由他们新发明的22个球的桌球时，一个很容易的进球对方没有打

中。他便顺口戏谑对方是“斯诺克”(斯诺克是那时当地军事院校里对一年级新生的流行称法)。他这么顺口一叫提醒了大家，使大家意识到，对于这种新的桌球玩法，大家都是新手，都是“斯诺克”。于是，斯诺克的叫法便开始流行并固定下来。

张伯伦最初的主张直到1885年才从印度传出去。小约翰·罗伯兹，这位伟大的桌球运动员，在班格罗遇见那个时代桌球最伟大的倡导者张伯伦后，将他的建议带回了桌球的故乡——英国。但是，当时在英国传统的Billiards桌球占据着主导地位，被认为是正统的和科学的玩法。斯诺克桌球一时只能是民间的一种娱乐方式，难于登上大雅之堂。



② 乔·戴维斯时代：跌宕成长时期

在斯诺克爱好者们坚持不懈的努力下，于1916年，首次举办了英格兰业余斯诺克锦标赛。然而，一直到20年代出现了斯诺克大明星乔·戴维斯(Joe Davis)，斯诺克桌球才真正开始在英国流行。

在早期，打斯诺克的一般概念是将明显可以进的球打进袋，然后打一个安全球，等待下次进球机会。但是乔·戴维斯已经发展和掌握了高超的连续进球的技术。他是第一位认识到控制白球回位的重要性的斯诺克选手，他利用控制白球的回位，创造连续进球机会，多次刷新单杆得分最高记录。这成为日后所有斯诺克选手必须掌握的一项技术，而比赛中极富策略的侧旋球也进一步加强了该动作的难度和复杂性。

乔·戴维斯的精湛技艺吸引了大批观众。1927年，在乔·戴维斯和他的朋友们的努力下，桌球协会和管理俱乐部(BA&CC)终于同意并且成功地在伦敦举办了历史上首届斯诺克桌球世界职业锦标赛，奠定了斯诺克在桌球界的地位。经过六个月的奋战，也完全在大家的预料之中，乔·戴维斯以绝对优势夺得了首届世界职业锦标赛的冠军。在一片胜利的欢呼声中，第一颗耀眼夺目的斯诺克明星诞生了。乔·戴维斯在以后每年举办的世界职业锦标赛中，一直稳坐冠军宝座，直到1946年退休为止。在所有的正式比赛中，乔·戴维斯没有输



过一场，而且每次决赛结果，冠亚军之间都差距悬殊。现在，世界前100名职业选手之间，已不再存在如此明显差距了。乔·戴维斯真可谓是斯诺克历史上的一位奇才。

乔·戴维斯退休以后，他的弟弟弗雷德·戴维斯(Fred Davis)和沃尔特·唐纳德森(Walter Donaldson)控制了世界职业锦标赛。直到1957年，约翰·普尔曼(John Pulman)登上冠军宝座，并且一直保持到1969年。不幸的是，在约翰·普尔曼的时代里，大众失去了对斯诺克的兴趣，斯诺克职业选手几乎从公众娱乐舞台上销声匿迹，但并不是他本人的错。

③ 群雄并起时代：蓬勃发展时期

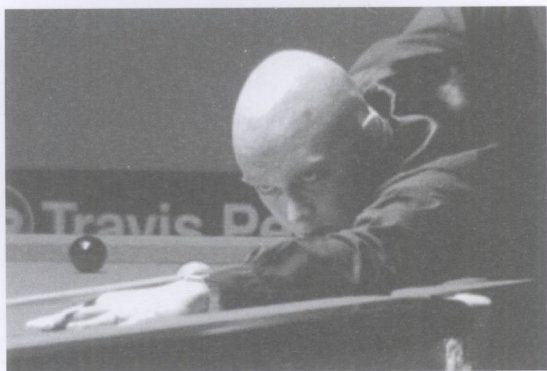
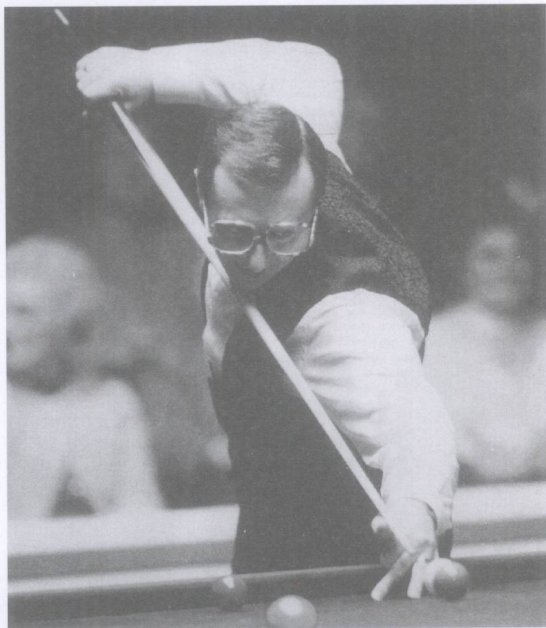
直到1969年，随着彩色电视的诞生，斯诺克桌球再次获得新生，并且得到蓬勃发展。当时，英国BBC电视台正在开发以迎合彩色电视播放的体育节目。而斯诺克桌球以其所具有的丰富色彩，显而易见是最能发挥彩色电视优势

的体育节目，理所当然得到了BBC电视台的青睐。很快，BBC电视台推出了斯诺克桌球的比赛专栏，并且直播一些斯诺克比赛实况。斯诺克桌球明星很快就成为家喻户晓的人物。随之，也诞生了一代新的斯诺克职业选手。

1969年，约翰·斯潘塞(John Spencer)赢得了他三次世界职业锦标赛冠军的第一次。1970年，雷·里尔顿(Ray Reardon)赢得了他六次世界职业锦标赛冠军的第一次。斯诺克的70年代可以说是雷·里尔顿的年代。亚历克斯·希金(Alex Higgins)夺得了1972年和1982年世界职业锦标赛的冠军。而特里·格里菲思(Terry Griffiths)则获得了这项大赛1979年的冠军称号。1980年的世界职业锦标赛的冠军头衔为克里夫·桑本(Cliff Thorburn)所获得。从1981年起，这项代表世界斯诺克最高水平的锦标赛桂冠，便经常成了史蒂夫·戴维斯(Steve Davis)的囊中之物。在80年代里，他六次夺得了这项大赛的冠军，成为新一代的斯诺克霸主。

丹尼斯·泰勒(Dennis Taylor)在1985年的世界职业锦标赛上击败史蒂夫·戴维斯的那场决赛，吸引了成千上万名观众，创下了英国BBC电视台1850万观众的体育节目收视记录。乔·约翰逊(Joe Johnson)意外赢得了1986年的冠军。1989年，史蒂夫·戴维斯又一次夺得这项大赛的冠军，得到的奖金高达105,000英镑。

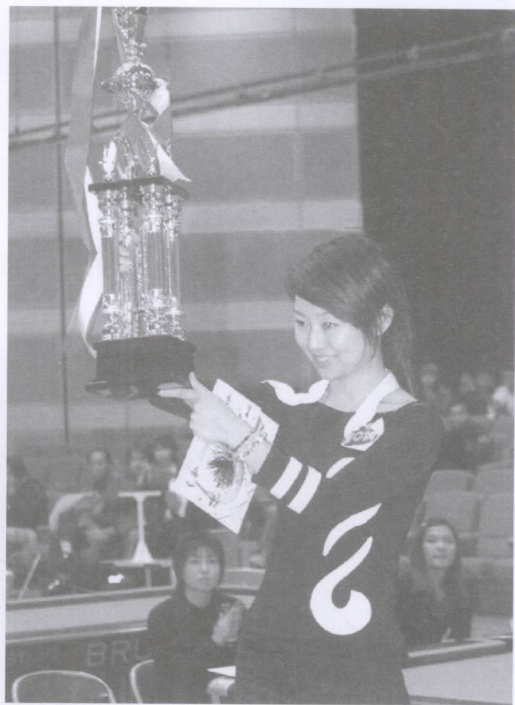
现在，斯诺克桌球已广泛地开展到了地球的各个角落。亚洲同欧洲是发展最快的地区。1988~1989年，两个世界排名赛首次分别在加拿大和法国举行。接着，一些世界排名赛又相继在香港、曼谷、杜拜举办。1998年的亚运会，桌球被列为金牌项目。今日，斯诺克桌球已成为全世界各国人民喜爱的一项国际性体育运动。



Billiard Sport in China

3》 桌球运动在中国

桌球于19世纪传入我国。20世纪初，我国的上海、天津、北京等大城市，一度成立了桌球总会。新中国成立后，于1960年曾举行过一次全国比赛，1985年，在天津和上海举办了全国比赛。1986年北京又举办了一次。现今的北京市桌球协会成立于1985年，随后，其他大城市也相继成立了桌球协会，并举办了各种桌球比赛。1986年，中国桌球协会正式成立，它举办了多次全国性的比赛，组织了国内运动员与世界高手们进行技术交流。1987年3月5日，在北京举行了“健牌杯”中国桌球大奖赛，有英国的8名选手和中国选手参加了比赛，大约有一亿观众通过电视传播观看了比赛，这次精彩的比赛掀起了一股桌球热。从此桌球在我国广泛流传



开来，每年都有许多比赛，我国选手的水平也在不断提高，并开始举办一些世界大赛。

由于我国的桌球运动开展得较晚，技术水平较低，与英、美等国相比还有一定差距。但是，近几年来，随着我国的国力日益昌盛，桌球活动日益普及，如今已有长足进步，已经接