

北京市台球运动学校 / 指定用书

台球入门技巧图解

刘军◎著



化学工业出版社

台球入门技巧图解

刘军◎著



化学工业出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

台球入门技巧图解 / 刘军著. —北京: 化学工业出版社, 2011.9
ISBN 978-7-122-12046-5

I.台… II.刘… III.台球-图解 IV.G893-64

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第155941号

责任编辑: 史 懿

责任校对: 宋 玮

装帧设计: 水长流文化发展有限公司

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)

印 装: 北京瑞禾彩色印刷有限公司

710mm×1000mm 1/16 印张6 字数92千字 2011年10月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 29.80元

版权所有 违者必究
京化广临字2011-51号



刘 军

1986年开始从事台球专项训练，1992年即获得全国台球冠军。1996年至今，担任北京市台球运动学校专职教练，2008年担任学校训练部主任，多次受邀参加北京电视台台球栏目的制作。其凭借全面的台球技术、丰富的实战经验、深入浅出的教学讲解，深受学生的喜爱。

前言 FOREWORD

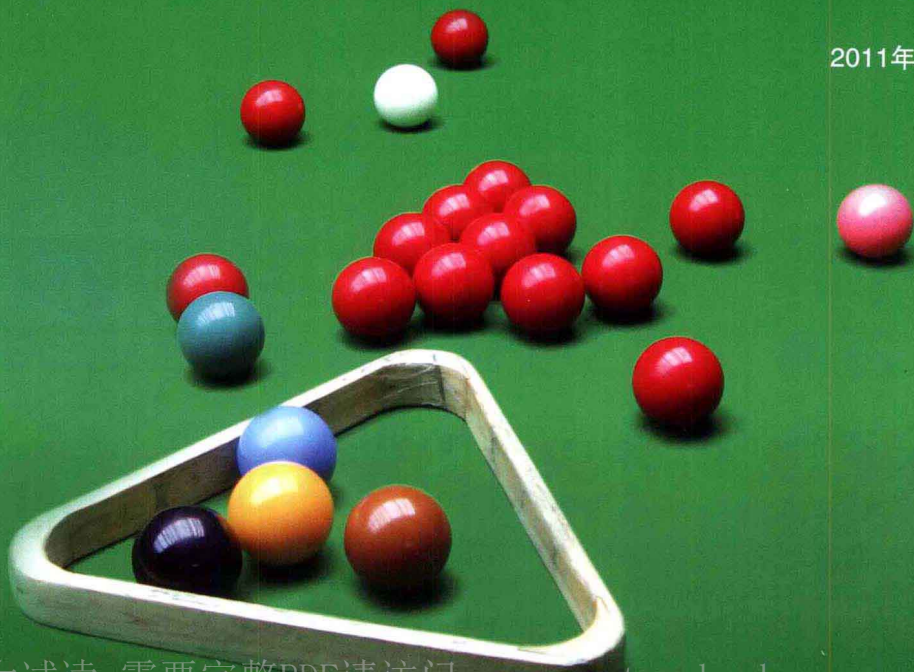
台球是我国人民喜闻乐见的运动项目，据统计，我国经常参加台球运动的爱好者约有2500万人。近几年，随着丁俊晖、梁文博、潘晓婷、刘莎莎等优秀球手在国际赛场上迅速崛起，国际台联将中国作为台球又一根据地，先后在中国设立了斯诺克中国公开赛、上海大师赛以及女子九球世界锦标赛等大型国际赛事。在刚刚结束的2011年斯诺克世界杯赛场上，丁俊晖、梁文博联手以4：2的比分，击败了北爱尔兰队，摘得桂冠，为国争光，给中国台球又注入一针强心剂。

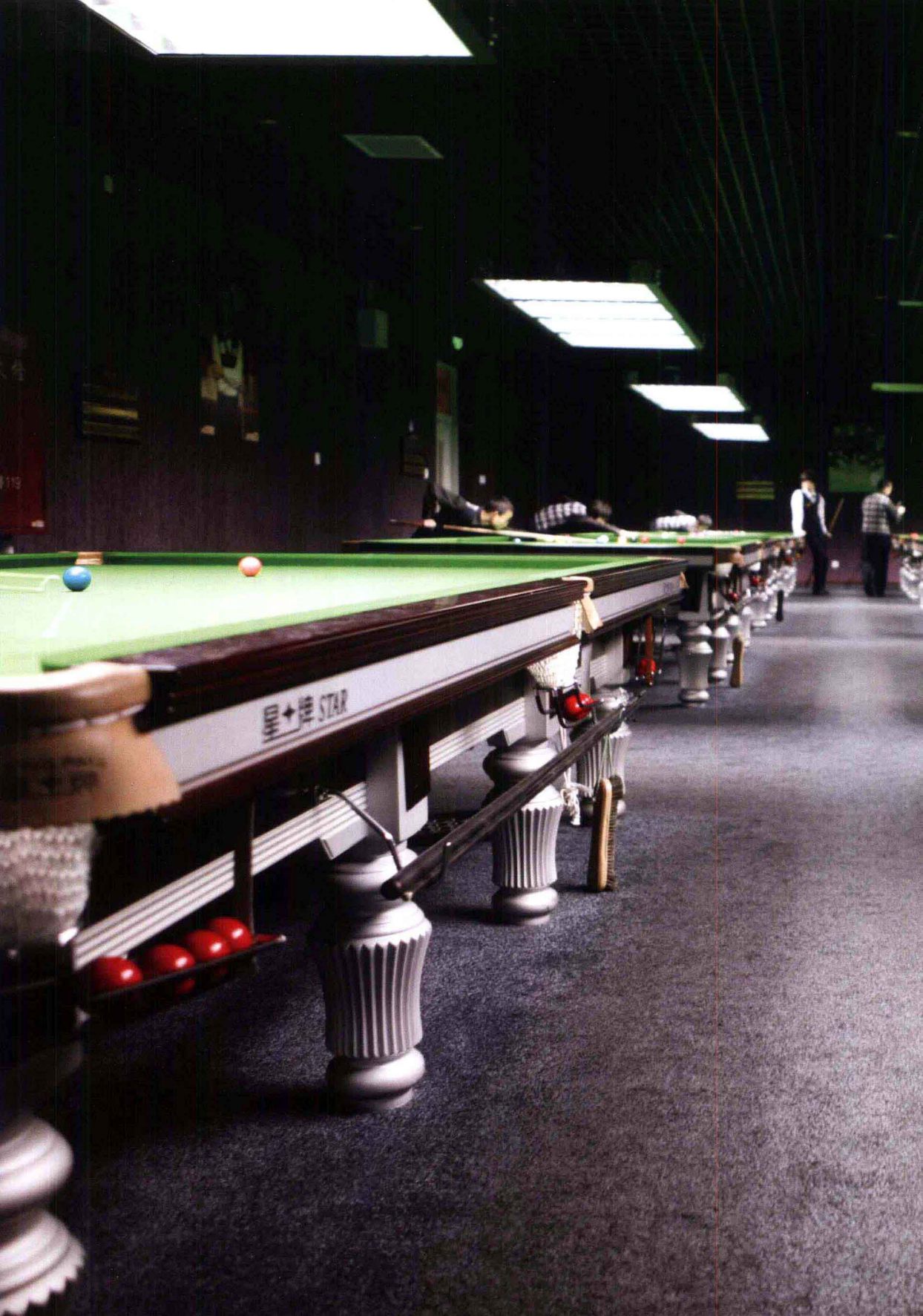
作为北京市台球运动学校主教练，经常会有学生、爱好者求教台球技术，笔者不由得想把30余年的比赛、教学经验都加以总结、整理，教授给广大台球爱好者。于是便与化学工业出版社合作本书，以期帮助大家更好地学会这项力与美相结合的运动。

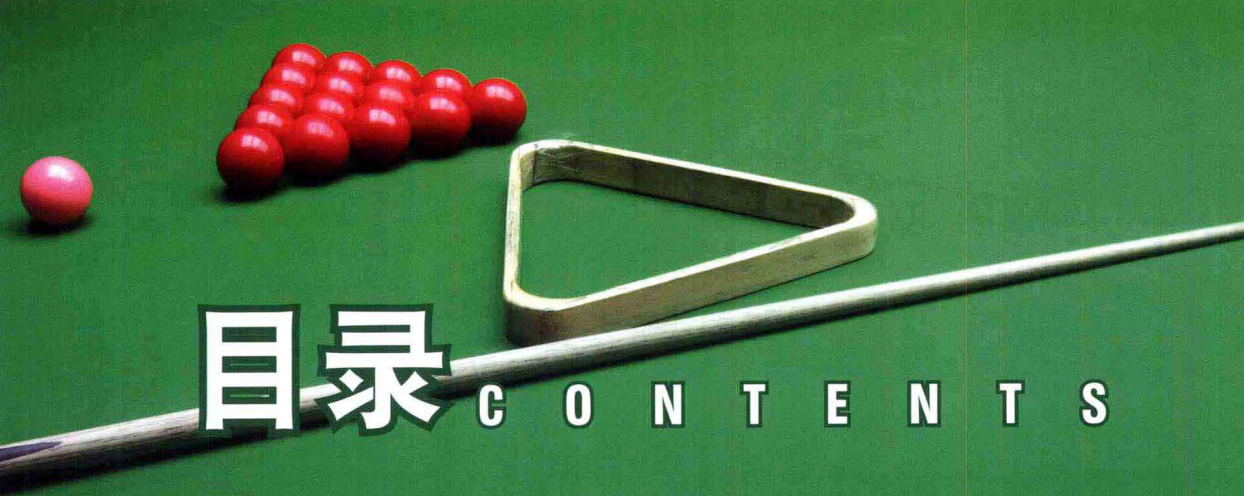
本书在编写过程中得到学校领导的鼓励与支持，全部图片于北京市台球运动学校拍摄。牛德孝、周兆昌、曲燕中负责本书的策划并对本书进行总体设计协调；刘晓霞、孔骥负责图文整理和校对；全部图片由李、刘鑫禹拍摄、制作；董大森、张滨、刘刚、倪占海等为本书提出了很好的建议；北京星伟体育用品有限公司为本书提供台球器材、设备等。在此一并表示深深的感谢！

作者

2011年9月







目录 CONTENTS

1 台球简介

- 一 台球的起源与发展.....02
 - 1. 台球运动的起源.....02
 - 2. 斯诺克台球.....02
 - 3. 我国台球运动的发展.....03
- 二 台球设备介绍.....05
 - 1. 台球器材.....05
 - 2. 其他辅助用品及设施.....10

2 台球基本功

- 一 基本姿势.....14
 - 1. 架杆手.....14
 - 2. 握杆手.....17
 - 3. 身体姿势.....18
- 二 基本技术.....20
 - 1. 瞄准.....20
 - 2. 运杆.....20
 - 3. 出杆击球.....21
 - 4. 力度.....22
- 三 基本原理.....23
 - 1. 球与台呢的摩擦.....23
 - 2. 主球与目标球的分离角.....23

3 台球的基本杆法

- 1. 中杆击球.....26
- 2. 高杆跟进球.....27
- 3. 低杆拉球.....28
- 4. 顺杆或反杆击球.....29
- 5. 弧线球.....31
- 6. 跳球.....32
- 7. 主球的9个击球点.....33

4 台球实战技术

一 开球.....38	五 K球和炸球.....56
1. 斯诺克开球.....38	1. 7分点炸球堆.....56
2. 中式八球开球.....39	2. 5分点炸球堆.....57
二 围打点位上的单个球.....40	3. 4分点炸球堆.....58
1. 围打7分球.....40	4. 2分点炸球堆.....59
2. 围打6分球.....44	六 防守.....60
3. 围打5分球.....46	1. 安全球.....60
三 顺序清彩球.....47	2. 制造障碍球.....63
1. 2分球校3分球.....48	3. 解障碍球.....65
2. 3分球校4分球.....49	七 组合球.....67
3. 4分球校5分球.....50	1. 自然角球.....67
4. 5分球校6分球.....51	2. 传球.....68
5. 6分球校7分球.....52	3. 借力球.....69
6. 7分球校2分球.....53	4. K球进袋.....70
四 串球练习.....54	八 翻袋球.....71

5 台球实战中的常见问题解答

1. 顺逆毛对球路的影响.....76	5. 运杆对击球的作用.....79
2. 主视眼的判断.....77	6. 顺反杆击球主球吃库后 的球速变化.....80
3. 击球动作对球技水平的 影响.....78	7. 主球贴库时的击打方法.....81
4. 随击(延伸)对击球效果 的影响.....78	8. 旋转球的瞄准方法.....81

附录

附录1 国际斯诺克重要赛事简介..84	附录2 斯诺克球星简介.....87
---------------------	--------------------



1

台球简介





台球的起源与发展



1. 台球运动的起源

台球是一项集体力与智力、轻与重、刚与柔于一身的室内体育运动。

在台球桌出现以前，人们是在户外的地上玩一种被称为滚球的游戏。后来这种游戏被人移到室内的台桌上，于是滚球游戏变成了室内的桌上游戏。世界上第一张台球桌出现在1400年，当时球桌上没有袋，只有拱门或门柱。不久桌面上被人们开了几个洞，于是这种室内桌上游戏的趣味性大增。在英国的维多利亚女王时代，台球作为一项正式的娱乐项目，进入了英国上流社会。

1510年，法国也开始了台球的娱乐活动，并深受法国人喜爱。在路易十四时期，台球活动蔚然成风，一些社会名流将它作为一项高尚的娱乐活动来推崇。而台球的名称Billiards就是来源于法语。

2. 斯诺克台球

斯诺克台球由英式台球发展而来，英式台球诞生于15世纪，最早的玩法非常简单，只有两个球，能够把对方的球打入袋中即获胜，如果自己的球落袋即失败。后来经过不断地发展和补充，球的数量不断增加，但是打法还相对单调，仍旧依靠准度击球落袋，没有太多的观赏性。

斯诺克（Snooker）的发明则相对晚了许多。关于斯诺克的起源，一个比较可信的说法是：在19世纪晚期，台球运动风行于驻扎在印度的英国军队中，当时流行的玩法是黑球入袋（Black Pool）。这种玩法采用了1个白球，15个红球和1个黑球。后来英国陆军上校内维尔·张伯伦（Neville Chamberlain）和他的战友们觉得这种玩法过于简单、乏味，便决定增加黄色、绿色和粉色3个彩球上去。不久，又加上了棕色球和蓝色球。这种新玩法很快流行开来，从而促使了斯诺克台球的诞生。而斯诺克一词则是当时英国军队中对军校一年级新生的流行叫法。这使得斯诺克被一些军人们用来称



呼这种新玩法的初学者，该叫法最终成为了这项运动的名称。

斯诺克锦标赛始于1916年，当时举办了首届英格兰业余斯诺克锦标赛。1927年，在乔·戴维斯等人的努力下，第一届斯诺克台球世界职业锦标赛在伦敦成功举办，并由乔·戴维斯本人获得冠军。

斯诺克台球在20世纪50~60年代遭遇了一个低潮，甚至于严重到1958~1963年间没有任何锦标赛举行。直到1969年，情况才迎来了转机。当时英国广播公司（BBC）为了推广新的彩色电视广播，发起了新的斯诺克锦标赛Pot Black。彩色的斯诺克台球和选手们的精彩表现很快吸引了观众的大量关注，斯诺克台球和彩色电视节目一起得以迅速推广。

几年之后，世界职业锦标赛也开始电视转播。斯诺克台球开始成为一项主流的职业运动，并于1977年引入世界职业选手排名。大量的资金开始注入这项运动，以史蒂夫·戴维斯（Steve Davis）为代表的新一代斯诺克职业选手不断涌现。在1982年，史蒂夫·戴维斯打出了历史上首个电视转播中的147满分。

斯诺克台球进入20世纪90年代后，涌现出多位享誉世界的年轻选手，斯蒂芬·亨德利、约翰·希金斯、罗尼·奥沙利文、马克·威廉姆斯等，他们为斯诺克运动注入了新的活力，也使斯诺克运动的水平得到了大幅度的提高。使这项运动向着进攻更加精确，防守更加严谨，对抗更加激烈的方向发展，提高了比赛的观赏性。这些优秀的运动员一直活跃在斯诺克台坛，至今仍是这项运动的领军人物。

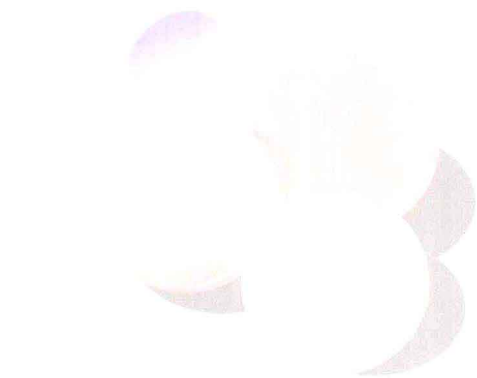
3. 我国台球运动的发展

自20世纪80年代以来，台球在我国民间日益普及，中国台球运动发展进入了第一个“黄金时期”。1987年在北京，举办了第一次“健牌杯”中国国际台球大赛，参赛选手包括了史蒂夫·戴维斯、丹尼斯·泰勒、吉米·怀特等世界一流好手，使我国台球爱好者领略到了台球运动的魅力，欣赏到台球大师们的精湛技艺，为台球运动在我国的发展打下了坚实的群众基础。进入20世纪90年代后，随着我国人民生活水平的提高，台球运动拥有了巨大的发展潜力和市场空间，在北京连续多年举办了“红牛杯”和“健牌杯”等高规格赛事，比赛中除了世界顶尖选手外，我国台球好手也参与其中，大大提高

了我国台球运动的整体水平。1998年的“红牛杯”上，当时的“亚洲第一人”，泰国著名选手詹姆斯·瓦塔纳在比赛中打出了单杆147满分，这是除英国本土以外比赛中的第一次147分，也使大家看到了我国选手和世界高手之间的差距。

如今，台球俨然成为中国最普及、参加人数最多的运动项目之一。有关部门的统计数据显示，目前，国内有超过5000万人打过台球，2500万人经常打台球，每天有50万~100万人在打台球。可以说，台球运动的普及程度甚至超过了中国的国球乒乓球。最近几年，国际台联把斯诺克中国公开赛、上海大师赛、女子九球世界锦标赛作为常设赛事扎根中国。在2005年4月的斯诺克中国公开赛上，年仅18岁的丁俊晖击败了“台球皇帝”斯蒂芬·亨德利，成为中国第一个拿到斯诺克职业排名赛冠军的运动员。随着丁俊晖的成功和一大批优秀运动员的崛起，中国台球运动的发展已经迎来了又一个春天。

目前，我国台球主要有斯诺克和中式八球两种形式。中式八球由美式台球发展而来，其采用了国际八球的比赛规则，但使用的是斯诺克台呢，因此其技术与斯诺克台球基本相似。鉴于此，本书以斯诺克台球技术为主，进行讲解。





台球设备介绍

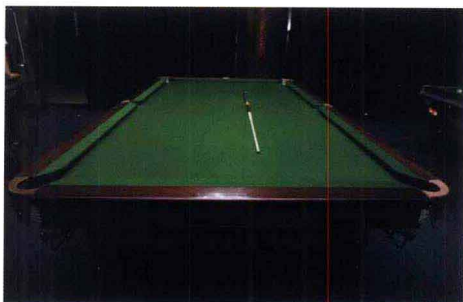


1. 台球器材

(1) 球台

球台有两种：有袋球台和无袋球台。有袋球台主要适用于美式台球和英式台球（斯诺克）；无袋球台主要适用于撞击式台球打法，如开仑球台。

球台一般是由坚硬的木材制成，特别是球台的四边，一般用好的木材，如柚木、橡木、樱木、楸木、菲律宾木制成。现在的球台在原有的基础上，为了增加撞击后的弹性和稳定性，又加了一层钢板，俗称钢库。



▲ 中式八球球台



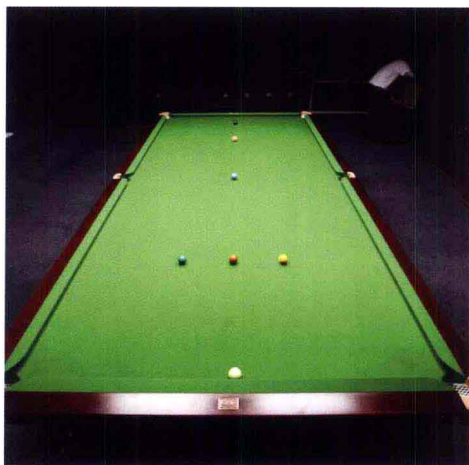
▲ 被拆下来的钢库



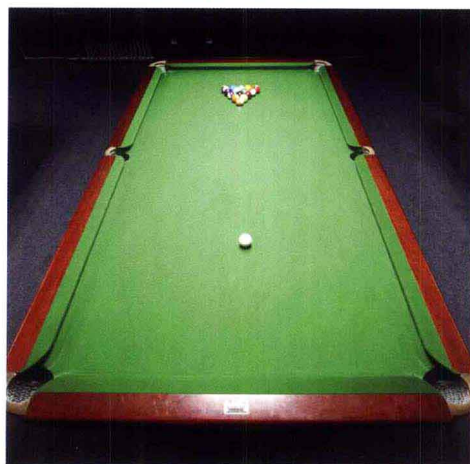
▲ 斯诺克球台

斯诺克台球的球台面由5块石板、美式台球的球台面由3块石板铺成。石板经过磨制，表面光滑，接缝严密，无孔隙。斯诺克石板上面再铺一层绿色的呢绒。呢绒铺好后，球在上面滚动不会发出“喳喳”的碾压声，球在台面上滚动平稳。

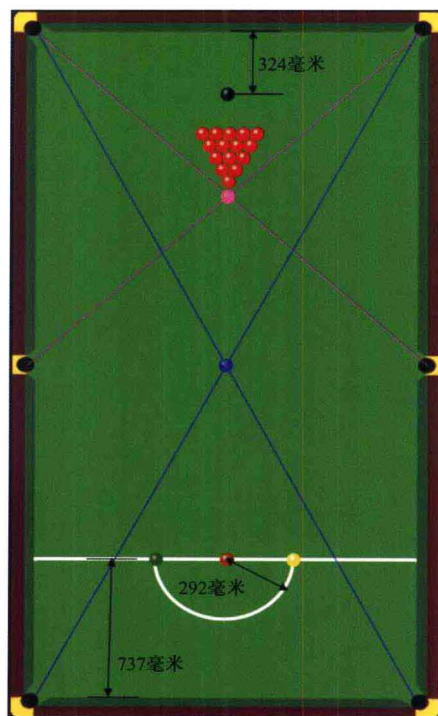
斯诺克和中式八球的彩球码放点位如下图所示。



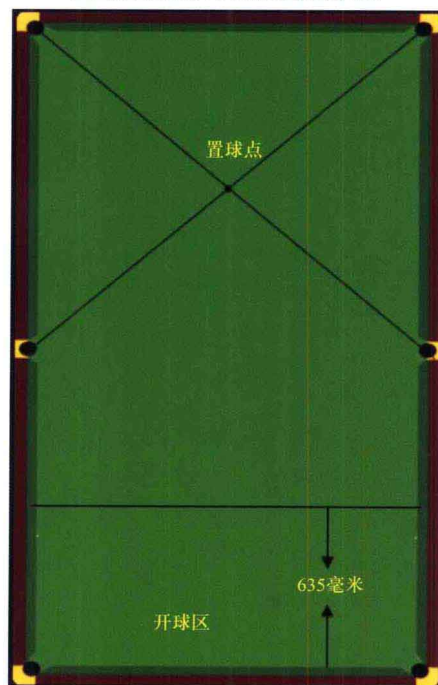
▲ 斯诺克彩球点位



▲ 中式八球彩球点位



▲ 斯诺克彩球点位画线示意



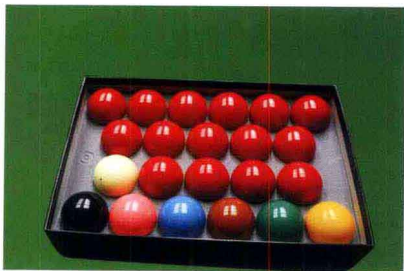
▲ 中式八球彩球点位画线示意



(2) 台球用球及简要击球规则

早期的台球都是由上好的象牙制成的，而现在使用的多是优质的化学合成材料。这种球弹性和韧性都较好，而且质地均匀，重心位置准确，不受气候环境影响。

① **斯诺克** 斯诺克台球直径52.5毫米，重量154.5克。其中主球（白球）1颗，1分球（红球）15颗，2分球（黄球）、3分球（绿球）、4分球（咖啡球或棕色球）、5分球（蓝球）、6分球（粉球）、7分球（黑球）各1颗。



▲ 斯诺克台球

斯诺克的简要规则 每次击球都要用主球首先击打红球，按照一红一彩（红球外的任意彩色球）的顺序，陆续击球。红球全部打完后，按照分值从低到高，顺序击打完彩球。双方分别将各自一局所得分数相加，分数高者获胜该局。

② **中式八球** 中式八球单球直径57.15毫米，重量170克。其中1~8号为全色球，9~15号为半色球（花球）。



▲ 中式八球台球

中式八球的简要规则 每方选择一种花色的球，即1~7号球或者9~15号球，当一方上手后，使用主球首先撞击的球，必须是己方选择的球。当己方球全部入袋后，再击打8号球，在己方球全部入袋后，先将8号球击入袋中的一方获胜。

(3) 球杆

球杆用优质的木材制成，长短、重量都没有统一的规定，但一般不应短于91厘米。一般斯诺克球杆杆头直径在10毫米左右，九球球杆（通常用于九球和中式八球项目）杆头直径12毫米。斯诺克球杆多采



▲ 斯诺克独枝杆

用独枝杆（一整只球杆）和3/4杆（两截球杆，截断位置的长短大约占整支球杆的3/4），九球杆通常为1/2球杆（两截球杆，截断位置的长短大约占整支球杆的1/2）。

选择合适的球杆是打好台球的第一步。您如果选择了一根适合自己的球杆，可能会用它打很长时间，或许是一生相伴。



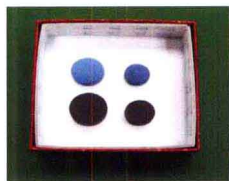
▲ 斯诺克3/4杆



▲ 九球杆（从左到右分别为开球杆、击球杆、跳杆）

（4）皮头

球杆的皮头用皮革或合成材料制成，是直接与球接触的部件，皮头的好坏直接影响击球效果。



▲ 皮头

（5）杆头

球杆的杆头一般由金属或化学合成材料制成，套在球杆前端，皮头粘在其上。



▲ 斯诺克球杆杆头



▲ 九球球杆杆头



(6) 加长器

加长器连接在球杆尾部，用于加长球杆。



▲ 从上到下分别为套筒、长加长把、短加长把

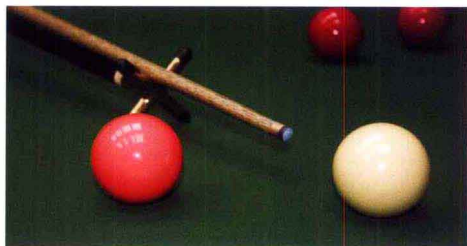
(7) 架杆

一般说来，球杆的支撑是由手来完成的，手可以根据情况灵活变化。但有时由于主球的位置和球形使用手架不太可能完成，就要用架杆来作为辅助工具。

最为常见的架杆是十字架杆，特殊的还有高架杆、鹿角架杆等，我们要根据球形来选择合适的架杆。



▲ 十字架杆



▲ 十字架杆的用法



▲ 高架杆



▲ 高架杆的用法