

# 看图学打 斯诺克

灌木体育编辑组 编著

动作示范

耿铭齐

新生代斯诺克球手

2010年中国青少年斯诺克锦标赛青年组四强



**46分钟DVD**视频教学、**408幅**照片及示意图  
解析**18种**规范动作、**38种**初中高级击球技术  
**175个**演示案例辅助场下模拟练习



中国工信出版集团



人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS

# 看图学 打斯诺克

灌木体育编辑组 编著

人 民 邮 电 出 版 社  
北 京

## 图书在版编目(CIP)数据

看图学打斯诺克 / 灌木体育编辑组编著. — 北京 :  
人民邮电出版社, 2015.9  
ISBN 978-7-115-40133-5

I. ①看… II. ①灌… III. ①台球—图解 IV.  
①G893-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第177526号

## 内 容 提 要

本书详细地介绍了斯诺克运动的各方面知识,配以丰富的案例讲解、专业球手的照片演示和插图。全书共8个章节,包含了器材知识、基础知识、规则讲解、基础动作、初中高级技法和练习,以及斯诺克的战术讲解等内容。本书邀请新生代职业斯诺克球手作为本书的演示模特,以标准的姿势为读者进行示范,并以纵览和平视两个角度的台面示意图辅助案例讲解,详细讲解各式球局的打法。

---

◆ 编 著 灌木体育编辑组

责任编辑 李 璇

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京市雅迪彩色印刷有限公司印刷

◆ 开本: 700×1000 1/16

印张: 11.75

2015年9月第1版

字数: 278千字

2015年9月北京第1次印刷

---

定价: 49.80元(附光盘)

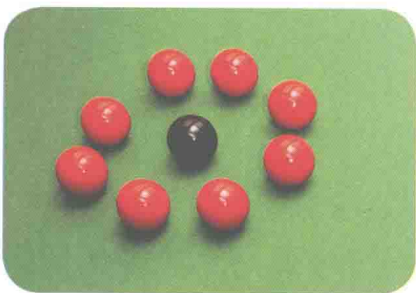
读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号



|                  |    |
|------------------|----|
| 1. 斯诺克的必备器材····· | 11 |
| 1.1 球台·····      | 11 |
| 1.2 球·····       | 12 |
| 1.3 球杆·····      | 13 |
| 1.4 巧粉·····      | 15 |
| 1.5 杆架·····      | 16 |
| 1.6 记分牌·····     | 18 |
| 1.7 球框·····      | 18 |
| 1.8 定位器·····     | 19 |



|                    |    |
|--------------------|----|
| 1. 斯诺克的基本规则·····   | 21 |
| 1.1 斯诺克球的放置·····   | 21 |
| 1.2 分值计算·····      | 22 |
| 1.3 比赛方式·····      | 23 |
| 1.4 结束标志·····      | 24 |
| 1.5 获胜者的定义·····    | 24 |
| 1.6 其他规则·····      | 24 |
| 1.7 运动员相关规则·····   | 27 |
| 2. 台球运动的心理调节·····  | 28 |
| 3. 台球运动中常见的术语····· | 29 |
| 4. 台球礼仪·····       | 34 |

## 第 3 章

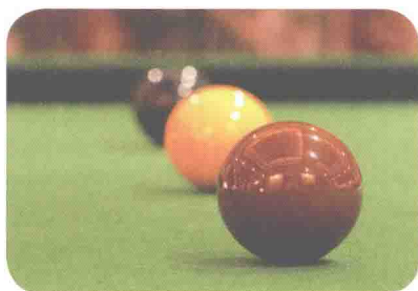
# 台球的基础知识



1. 站位姿势····· 37
  - 1.1 站立姿势····· 37
  - 1.2 脚的位置····· 39
  - 1.3 躯干姿势····· 40
  - 1.4 头部姿势····· 42
  - 1.5 手部姿势····· 42
2. 握杆手姿势····· 43
  - 2.1 球杆重心位置····· 43
  - 2.2 握杆的方法····· 43
  - 2.3 握杆的错误姿势····· 44
3. 架杆手的姿势····· 45
  - 3.1 基本手架····· 45
  - 3.2 高中低杆手架····· 46
  - 3.3 库边手架····· 47
  - 3.4 袋口手架····· 50
  - 3.5 障碍手架····· 51
  - 3.6 几种手架的对比····· 51
4. 主视眼的判断····· 52
5. 运杆的方法····· 53
6. 架杆的方法····· 54
- 疑问解答····· 56

## 第 4 章

# 台球基本技术

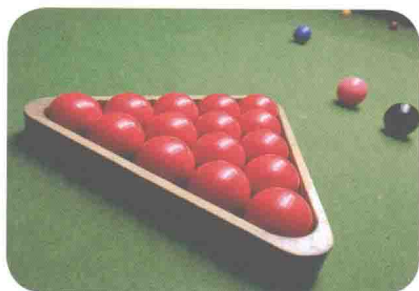


1. 击球技巧····· 59
  - 1.1 母球上的击球点····· 59
  - 1.2 击球力量的训练····· 60
  - 1.3 瞄准方法····· 62
  - 1.4 球的运动方向····· 63
2. 基本杆法····· 64

|      |    |    |
|------|----|----|
| 2.1  | 高杆 | 64 |
| 2.2  | 中杆 | 66 |
| 2.3  | 低杆 | 68 |
| 疑问解答 |    | 71 |

## 第 5 章

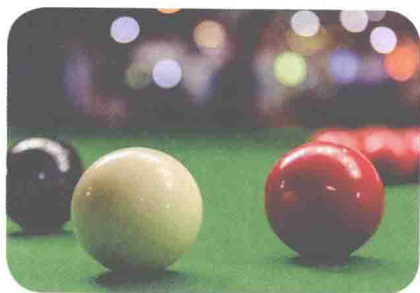
### 基本技术及练习



|     |         |    |
|-----|---------|----|
| 1.  | 斯诺克开球方法 | 73 |
| 2.  | 提高击球准度  | 75 |
| 2.1 | 确认母球击打点 | 75 |
| 2.2 | 杆头不要偏移  | 76 |
| 3.  | 击球准度训练  | 77 |
| 3.1 | 母球直线练习  | 77 |
| 3.2 | 角度球     | 78 |
| 4.  | 贴库球的练习  | 81 |

## 第 6 章

### 中级技巧练习



|      |         |     |
|------|---------|-----|
| 1.   | 高杆的种类   | 86  |
| 1.1  | 高杆跟进球   | 87  |
| 1.2  | 推杆      | 92  |
| 1.3  | 登杆      | 95  |
| 1.4  | 高杆吸库    | 98  |
| 2.   | 低杆的种类   | 100 |
| 2.1  | 拉杆      | 101 |
| 2.2  | 定杆      | 104 |
| 2.3  | 搓球      | 106 |
| 3.   | 旋转球     | 108 |
| 3.1  | 扎杆(弧线球) | 108 |
| 3.2  | 左右旋转球   | 110 |
| 疑问解答 |         | 112 |

## 第 7 章

## 高级技巧练习



1. 围单球 ..... 115
  - 1.1 7 分球 ..... 115
  - 1.2 6 分球 ..... 117
  - 1.3 5 分球 ..... 119
2. 清彩球 ..... 121
  - 2.1 2 分球校 3 分球 ..... 124
  - 2.2 3 分球校 4 分球 ..... 126
  - 2.3 4 分球校 5 分球 ..... 129
  - 2.4 5 分球校 6 分球 ..... 131
  - 2.5 6 分球校 7 分球 ..... 135
  - 2.6 7 分球校 2 分球 ..... 139
3. 围彩球 ..... 143
  - 3.1 直线形练习 ..... 143
  - 3.2 十字形练习 ..... 145
4. K 球和炸球 ..... 147
  - 4.1 K 球 ..... 147
  - 4.2 炸球 ..... 148
5. 解球 ..... 153
  - 5.1 解单球 ..... 153
  - 5.2 多库解单球 ..... 155
6. 组合球 ..... 159

## 第 8 章

## 斯诺克战术训练



1. 进攻性技术运用 ..... 162
  - 1.1 相对进攻技术 ..... 162
  - 1.2 绝对进攻技术 ..... 165
  - 1.3 击打过渡球 ..... 168
2. 防守性技术运用 ..... 174
  - 2.1 拉开母球和目标球的距离 ..... 174
  - 2.2 使母球贴库 ..... 177
  - 2.3 制造障碍球 ..... 179

# 看图学 打斯诺克

灌木体育编辑组 编著

人 民 邮 电 出 版 社  
北 京

## 图书在版编目(CIP)数据

看图学打斯诺克 / 灌木体育编辑组编著. — 北京 :  
人民邮电出版社, 2015.9  
ISBN 978-7-115-40133-5

I. ①看… II. ①灌… III. ①台球—图解 IV.  
①G893-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第177526号

## 内 容 提 要

本书详细地介绍了斯诺克运动的各方面知识,配以丰富的案例讲解、专业球手的照片演示和插图。全书共8个章节,包含了器材知识、基础知识、规则讲解、基础动作、初中高级技法和练习,以及斯诺克的战术讲解等内容。本书邀请新生代职业斯诺克球手作为本书的演示模特,以标准的姿势为读者进行示范,并以纵览和平视两个角度的台面示意图辅助案例讲解,详细讲解各式球局的打法。

---

◆ 编 著 灌木体育编辑组

责任编辑 李 璇

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京市雅迪彩色印刷有限公司印刷

◆ 开本: 700×1000 1/16

印张: 11.75

2015年9月第1版

字数: 278千字

2015年9月北京第1次印刷

---

定价: 49.80元(附光盘)

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号



### 耿铭齐

1999年3月出生于北京。

7岁起开始接触台球，13岁正式开始走上自己的斯诺克职业选手道路。

目前，他在国内的比赛中已获得不少奖项，是国内新生代斯诺克球手中的未来之星，有着巨大的潜力。

2010年，中国青少年斯诺克锦标赛青年组四强。

2013年，在世界斯诺克巡回赛张家港公开赛伊蒂丝来力分区赛昆明站中，获得亚军。

2014年，APTC中，在海宁站和徐州站的比赛中，均进入了正赛。

2014世界斯诺克球员巡回赛“海宁皮革城”杯海宁公开赛中，对阵“台球机器”美称的格雷姆·多特时，轰出了2:0的比分，显示出不俗的实力。



针对一些特殊问题或重要问题作出的提示。

专业球手标准示范。  
在规范动作里，会有球手的示范照片，帮助读者了解标准动作。

## 第7章 高级技巧练习

### 6. 组合球

组合指两个或以上的、在一次击打中会产生连带关系的球。

#### 特别提示

有两个点位需要确定，一是目标球的撞击点位，二是母球的击打点位。两者相辅相成。



台面俯视图帮助纵览全局。

#### 案例 1

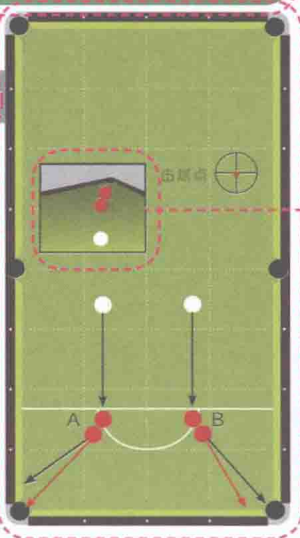
##### 自然角

如图所示，两颗球紧贴在一起，成为一条直线。

这种球避免从侧方击打，容易给前面的球加上侧面的力度，跑进球范围。要利用贴着球的连锁效果击打。如A路线。

黑色是预想行进路线，红色为实际行进路线。

右边的母球击球角度偏大，左边是矫正过后的路线。



球员视角平视图帮助代入击球实况。

159

演示案例辅助场下模拟练习。

本书配套光盘名称

## 看图学打斯诺克

- 1台球的基础知识
- 2架杆手的姿势
- 3击球技巧
- 4基本杆法
- 5斯诺克开球方法

书中所讲述的动作练习在光盘中有完整动作演示。

此处是播放按钮，点击后可观看视频。

播放全部

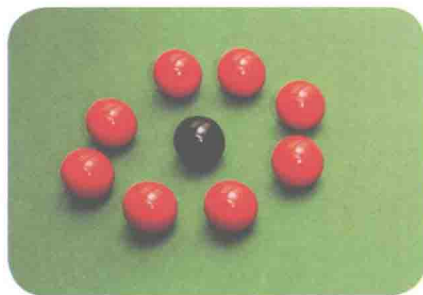


三库开球

动作名称，每个动作都有正常速度演示和慢速演示两种。



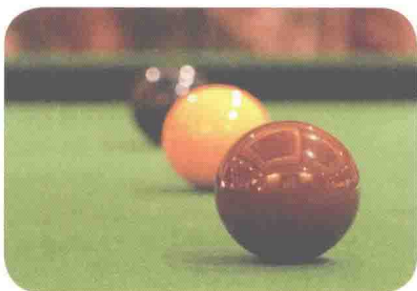
|                  |    |
|------------------|----|
| 1. 斯诺克的必备器材····· | 11 |
| 1.1 球台·····      | 11 |
| 1.2 球·····       | 12 |
| 1.3 球杆·····      | 13 |
| 1.4 巧粉·····      | 15 |
| 1.5 杆架·····      | 16 |
| 1.6 记分牌·····     | 18 |
| 1.7 球框·····      | 18 |
| 1.8 定位器·····     | 19 |



|                    |    |
|--------------------|----|
| 1. 斯诺克的基本规则·····   | 21 |
| 1.1 斯诺克球的放置·····   | 21 |
| 1.2 分值计算·····      | 22 |
| 1.3 比赛方式·····      | 23 |
| 1.4 结束标志·····      | 24 |
| 1.5 获胜者的定义·····    | 24 |
| 1.6 其他规则·····      | 24 |
| 1.7 运动员相关规则·····   | 27 |
| 2. 台球运动的心理调节·····  | 28 |
| 3. 台球运动中常见的术语····· | 29 |
| 4. 台球礼仪·····       | 34 |



1. 站位姿势 ..... 37
  - 1.1 站立姿势 ..... 37
  - 1.2 脚的位置 ..... 39
  - 1.3 躯干姿势 ..... 40
  - 1.4 头部姿势 ..... 42
  - 1.5 手部姿势 ..... 42
2. 握杆手姿势 ..... 43
  - 2.1 球杆重心位置 ..... 43
  - 2.2 握杆的方法 ..... 43
  - 2.3 握杆的错误姿势 ..... 44
3. 架杆手的姿势 ..... 45
  - 3.1 基本手架 ..... 45
  - 3.2 高中低杆手架 ..... 46
  - 3.3 库边手架 ..... 47
  - 3.4 袋口手架 ..... 50
  - 3.5 障碍手架 ..... 51
  - 3.6 几种手架的对比 ..... 51
4. 主视眼的判断 ..... 52
5. 运杆的方法 ..... 53
6. 架杆的方法 ..... 54
- 疑问解答 ..... 56



1. 击球技巧 ..... 59
  - 1.1 母球上的击球点 ..... 59
  - 1.2 击球力量的训练 ..... 60
  - 1.3 瞄准方法 ..... 62
  - 1.4 球的运动方向 ..... 63
2. 基本杆法 ..... 64

|      |    |    |
|------|----|----|
| 2.1  | 高杆 | 64 |
| 2.2  | 中杆 | 66 |
| 2.3  | 低杆 | 68 |
| 疑问解答 |    | 71 |

## 第 5 章

## 基本技术及练习



|     |         |    |
|-----|---------|----|
| 1.  | 斯诺克开球方法 | 73 |
| 2.  | 提高击球准度  | 75 |
| 2.1 | 确认母球击打点 | 75 |
| 2.2 | 杆头不要偏移  | 76 |
| 3.  | 击球准度训练  | 77 |
| 3.1 | 母球直线练习  | 77 |
| 3.2 | 角度球     | 78 |
| 4.  | 贴库球的练习  | 81 |

## 第 6 章

## 中级技巧练习



|      |         |     |
|------|---------|-----|
| 1.   | 高杆的种类   | 86  |
| 1.1  | 高杆跟进球   | 87  |
| 1.2  | 推杆      | 92  |
| 1.3  | 登杆      | 95  |
| 1.4  | 高杆吸库    | 98  |
| 2.   | 低杆的种类   | 100 |
| 2.1  | 拉杆      | 101 |
| 2.2  | 定杆      | 104 |
| 2.3  | 搓球      | 106 |
| 3.   | 旋转球     | 108 |
| 3.1  | 扎杆(弧线球) | 108 |
| 3.2  | 左右旋转球   | 110 |
| 疑问解答 |         | 112 |

## 第 7 章

## 高级技巧练习



1. 围单球 ..... 115
  - 1.1 7 分球 ..... 115
  - 1.2 6 分球 ..... 117
  - 1.3 5 分球 ..... 119
2. 清彩球 ..... 121
  - 2.1 2 分球校 3 分球 ..... 124
  - 2.2 3 分球校 4 分球 ..... 126
  - 2.3 4 分球校 5 分球 ..... 129
  - 2.4 5 分球校 6 分球 ..... 131
  - 2.5 6 分球校 7 分球 ..... 135
  - 2.6 7 分球校 2 分球 ..... 139
3. 围彩球 ..... 143
  - 3.1 直线形练习 ..... 143
  - 3.2 十字形练习 ..... 145
4. K 球和炸球 ..... 147
  - 4.1 K 球 ..... 147
  - 4.2 炸球 ..... 148
5. 解球 ..... 153
  - 5.1 解单球 ..... 153
  - 5.2 多库解单球 ..... 155
6. 组合球 ..... 159

## 第 8 章

## 斯诺克战术训练



1. 进攻性技术运用 ..... 162
  - 1.1 相对进攻技术 ..... 162
  - 1.2 绝对进攻技术 ..... 165
  - 1.3 击打过渡球 ..... 168
2. 防守性技术运用 ..... 174
  - 2.1 拉开母球和目标球的距离 ..... 174
  - 2.2 使母球贴库 ..... 177
  - 2.3 制造障碍球 ..... 179

# 第1章

# 台球器材

台球虽小，规矩不少。如果在打球前连使用的工具都不清楚，又怎能取胜呢？