



小马哥

教你打台球

马志宇 著

中式 8 球实用练习法



化学工业出版社

小马哥

教你打台球

——中式 8 球实用练习法

马志宇 著



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

小马哥教你打台球：中式8球实用练习法 / 马志宇著. —北京：
化学工业出版社，2011.10

ISBN 978-7-122-12282-7

I.小… II.马… III.台球-运动技术 IV.G893.19

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第184379号

责任编辑：史 懿

装帧设计：水长流文化发展有限公司

责任校对：郑 捷

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：北京画中画印刷有限公司

710mm×1000mm 1/16 印张6 字数89千字 2012年4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

前言

很多朋友经常问我：怎样打低杆？怎样打组合球？怎样在比赛中战胜对手？这些问题归结起来其实只有一句话：究竟怎样才能打好台球？

台球，特别是中式8球，已经越来越多地走进人们的生活。据相关部门统计，我国每天打台球的人数，已经超过100万人，台球厅遍布全国各地，是名副其实的大众运动。而这些爱好者，大部分以玩中式8球为主。

中式8球是由美式台球演变而来，兼顾斯诺克与美式台球的特点，且易上手，非常适合我国爱好者。由于中式8球的球数少，进球难度适中，一旦有较好的进攻机会，便可一杆清台，故在练习中，更要加强连续进攻的能力。这也正是我写本书的一个重要原因。我在书中为读者设计了多种有趣而又实用的击球、走位练习。希望读者能够通过本书中的阶梯性练习，逐步培养一杆清台的能力，并通过这些有趣的练习，享受台球带给你的快乐。

本书的器材由乔氏台球推广有限公司提供，本书的示意图由百度奥沙利文贴吧萨萨的风制作，小5、冰人、乔冰、于恩泽、曾立强、汤姆等及中式八球网协助本书的出版，在此一并表示感谢。

马志宇
2012年1月



第一部分 台球运动简介

一、起源	2	三、中式8球器材	4
二、分类	2	1. 球台	4
1. 英式台球	3	2. 球	5
2. 美式台球	3	3. 球杆	6
3. 法式台球	3	4. 架杆	8
4. 开伦式台球	3	5. 其他辅助用品	9
5. 中式8球	4		

第二部分 台球基本技术

一、基本姿势	11	四、出杆控制	16
1. 身体姿势	11	1. 主球直线练习	16
2. 握杆	12	2. 贴库主球入袋练习	17
3. 架杆手	12	五、瞄球方法	18
二、手架方式	12	六、准度练习	18
1. 一般手架	12	1. 5分点定杆练习	19
2. 凤眼手架	13	2. 5分点推杆练习	19
3. 兰花指手架	13	3. 5分点高杆练习	19
4. 库边手架	13	4. 5分球低杆练习	20
5. 障碍高手架	15	七、分离角理论	20
三、架杆动作	16		





第三部分 基本杆法及练习

一、中杆	22	1. 定杆技术	25
二、推杆	22	2. 实际应用	25
1. 推杆技术	22	五、高杆	26
2. 实际应用	23	1. 高杆技术	26
三、低杆	23	2. 实际应用	26
1. 低杆技术	23	3. 高杆吸库	27
2. 实际应用	24	六、顿杆	28
四、定杆	25	七、杆法走位练习	29

第四部分 高级杆法及练习

一、旋转球杆法及练习	32	1. 弧线球技术	35
1. 旋转球技术	32	2. 弧线球练习	36
2. 顺塞与反塞	33	三、跳杆	37
3. 旋转球练习	34	1. 跳杆技术	37
二、弧线球杆法及练习	35	2. 跳杆练习	38

第五部分 实用技术及练习

一、开球	40	1. 围球思路	41
1. 开球方式	40	2. 简单的围球练习	42
2. 开球动作	41	三、反弹球	43
二、围球	41	1. 反弹球线路计算	44

2. 反弹球练习	45	3. 袋口球校位练习	51
四、K球	46	4. 贴库垂直切球	52
1. K球线路计算	46	七、库边球处理	54
2. K球练习	46	八、走位技巧	58
五、组合球	48	九、清台	60
1. 组合球线路计算	48	1. 清台思路	60
2. 组合球练习	48	2. 清台练习	70
六、切球	49	十、吊球	78
1. 远距离切球练习	49	十一、解球	81
2. 中袋球校位练习	50		

第六部分 小马哥的台球心得

1. 选择一根称手的球杆	85	5. 注意击球的细节	86
2. 合理安排练习	85	6. 调整好心态	86
3. 提高出杆的稳定性	85	7. 做好赛前准备	87
4. 养成良好的击球习惯	85		

附录

附录1 台球（8球台、9球台）的其他玩法	88
附录2 中式8球国内重要战赛	89



第一部分

台球运动简介





一、起源



台球也称桌球、撞球，是一种用球杆在台上击球、依靠计算得分或击球入袋确定比赛胜负的室内娱乐项目。

台球源于英国，是一项在国际上广泛流行的高雅室内体育运动。据说是14世纪时，由伦敦一家名叫Billiard的当铺的老板发明的，台球的英文名称也源于此。18世纪末，台球作为一种游戏盛行于英国民间。19世纪初，世界上第一个公共台球室在伦敦开设。

最早的台球，桌面上只有两个主球，由于缺少挑战性，人们不断增加球数并改进打法，最终发展成为在今天十分流行的台球形式。台球的主要形式有：俄式落袋台球、英式落袋台球、开伦式台球、美式落袋台球、斯诺克台球，其中斯诺克和美式落袋最为普遍，分别有多种国际大型赛事。

台球于100年前传入我国，目前几乎存在于各大娱乐场所，中小型台球室更是遍及全国。



二、分类



台球流行于世界各国，从不同的角度有不同的分类方法，可以从国度、台球的数量以及台球的击球技巧进行分类。

按国度分为：法式台球、英式台球、美式台球等。

按数量分为：3球台球、4球台球、9球台球、16彩台球、22彩球台球等。

按击球技巧分为：斯诺克台球、8号台球、轮换台球等。

世界上最流行的台球种类为：英式台球、美式台球、法式台球和开伦式台球。

我国流行的中式8球是融合了英式台球、美式台球技法和形式后，衍生出的新的项目。

1. 英式台球

英式台球又包括英式比利台球和斯诺克台球两大类，主要流行于英国和欧洲大陆。英式比利台球又称为三球落袋式台球，属基础类型的台球，是世界上正式台球比赛项目之一。英式比利台球出现较早，要求具有较全面的技术打法，目前，世界许多著名斯诺克台球运动员，比利台球的基本功都相当扎实。斯诺克台球是英式台球中最重要的一个种类，也是世界流行的主流台球项目之一。“斯诺克”的含义为障碍，是从英文“snooker”音译而得名。斯诺克台球不仅自己可以击球入袋得分，也可以有意识地打出让对方无法直接击打到目标球的障碍球，从而使对方击球受阻罚分。因此，斯诺克台球竞争激烈，趣味无穷。

2. 美式台球

美式台球又称美式普尔、鲁尔球，是台球的一个重要流派，它与英式台球和法式台球并驾齐驱，广泛地流行于西半球和亚洲东部。很多人认为，美式台球是属于酒吧、街头巷尾的“下里巴人”式的游戏，然而这正是美式台球得以迅速大众化、普及化的原因之一。美式台球包括8球制台球、9球制台球、芝加哥台球、普尔台球和保龄台球等种类，其中8球制台球在我国已有广泛的群众基础。在我国大部分地区，尤其是北方，非常流行8球制台球，也就是本书所说的中式8球。

3. 法式台球

法式台球起源于法国，也称为卡罗姆台球，其玩法是连续撞击两个球，即用主球连续触及两个球，这是法式台球最基本的要求。与英式台球、美式台球相比，其最主要区别是没有球袋。卡罗姆台球有多种比赛方式，其中主要的是三边卡罗姆式台球。

4. 开伦式台球

开伦式台球起源于法国，现在在日本非常盛行，有“日本撞击式台球”之称，是国际大赛项目之一。开伦式台球所用的球台也没有球袋，是一种以球杆击球得分的打法。在我国的一些台球厅里存在很少量这种台球打法。开伦台球打法分为颗星开伦、三星开伦、四球开伦、直线开伦、台



线开伦等，但最流行的要算四球开伦打法了。

“四球开伦”有四个球，两个红球和两个主球，两个主球为比赛双方各自的主球。旧规则计分方法是：主球撞到两个或两个以上的球后，可以拥有击球权。主球击中一个红球、一个主球得2分；主球击中“双红”得3分；主球击中“双红”加一个主球得5分。这种2分制、3分制、5分制过去较为常用。但是，新规则全部采用1分制，只要碰到三个目标球中的两个，就可以得1分，消除了因球的配置所产生的得分差距，计算也比较简单。

5. 中式8球

中式8球俗称16彩台球。中式8球是由英式台球和美式台球演变过来的、适合我国国人娱乐的台球项目。它沿用了斯诺克台球的台布（台呢），而球台大小、所用球的花色及游戏规则基本上沿用了美式8球制台球。由于中式8球有着极好的走位感觉（与使用斯诺克台呢有关），同时保留了美式台球单局节奏快、进球难度适中的特点，深受广大爱好者喜爱。由于在我国最流行的是中式8球打法，故本书只介绍中式8球的技巧及练习方法。



三、中式8球器材



1. 球台

中式8球球台长285厘米、宽153厘米、高85厘米。开球线距最近底案的距离为45厘米，球台有6个球袋，中袋及底袋对角连线的交点为球堆的置球点。游戏时，将由15颗色球组成的三角形球堆的第一颗球，置于置球点上，确定球堆的整体位置，将主球（白球）置于开球线后任意位置击打球堆开球。



▲ 中式8球球台及置球位置

2. 球

中式8球共有16颗球，单颗球重170克，直径57.15毫米，16颗球中有1颗白球，又称主球，游戏时用球杆击打主球，撞击其他15颗球；其余15颗球称为色球或彩球，其中1~8号球为全色球（或称实球），9~15号球为半色球（或称花球），均用于被击打。游戏双方分别选择1~7号球，或者9~15号球，作为己方的球。击球时，一方只能用主球首先撞击己方的球，将己方7颗球全部打入球袋后，方能击打8号球入袋，首先将8号球打入袋中的一方获得该场比赛的胜利。



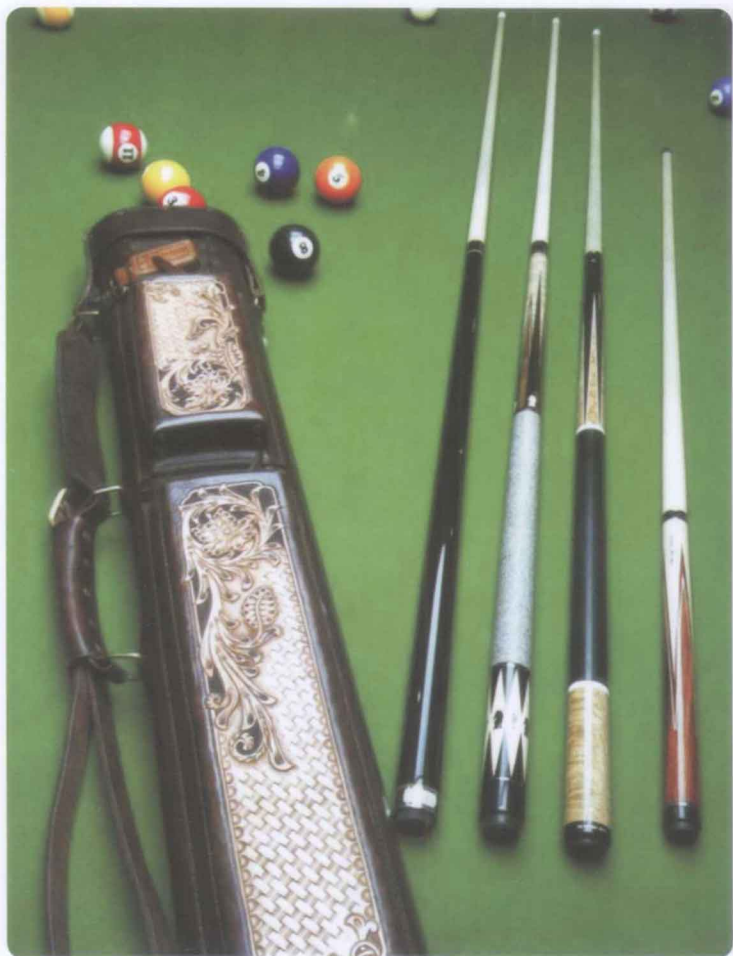
▲ 中式8球用球



3. 球杆

用于中式8球的球杆有9球杆和斯诺克球杆两种。

打中式8球，应该用9球杆还是斯诺克球杆？这是台球爱好者们争论最为激烈的话题。小马哥认为，球杆的使用因个人习惯、喜好而异，但我们首先要了解两种球杆的特性，了解斯诺克、9球、中式8球打法与球台特性的不同，才能根据自己的需要选择球杆。



▲ 中式8球的球杆和球杆盒（从左到右依次为冲杆、打杆、打杆、跳球杆）

(1) 中式8球与斯诺克运动之比较

中式8球台袋口较大，可以滑垒进袋，对准度的要求相对宽松；目标球必须是己方的球，且需要指明下球袋，因此主球走位要求高，经常需要使用各种旋转杆法进行长距离走位。

斯诺克球台袋口小，球台长，球小，对准度要求非常高；为保证准度以自然杆法为主，较少用到侧塞，走位强调力度控制，长距离走位较少。

(2) 9球杆与斯诺克球杆结构比较

粗细：9球杆前端直径为12.75~13毫米；斯诺克球杆前端直径为9~10毫米，斯诺克球杆要细得多。

皮头：9球杆皮头较大、较软，型号分为H（硬）、M（中性）、S（偏软）、SS（软），加塞效果更强；斯诺克球杆皮头较小、较硬，远距离准度误差小。

先角：即杆头。9球杆通常采用一寸长短的白色先角，材质为塑钢或合成材料；斯诺克球杆采用很短很薄的铜质或钛质先角，又称为铜箍。

前节：9球杆几乎全部采用北美枫木；斯诺克球杆以白蜡木为主，也有少量枫木的，硬度比9球杆高出很多。

后节：9球杆后节有多种材质，款式丰富，可镶嵌各种材料，通常在握把处缠亚麻线或缠皮；斯诺克球杆后节通常选黑檀或乌木等木材，款式以插花为主，无缠线。

接合：9球杆全部为2节式，前节与后节长度相同；斯诺克球杆有单节式和2节式之分，2节式又分3/4接合和1/2接合等。

重量：9球杆通常重量在18~21盎司；斯诺克球杆稍轻，重量从17~19盎司的都有。

(3) 9球杆与斯诺克球杆打击特性比较

两种球杆是为适合两种不同运动而设计的。

9球杆：硬度稍软但韧性更好，杆法效果犀利，下塞旋转强；缺点是杆头较粗，瞄准较吃力。

斯诺克球杆：硬度高，杆头比较细，因此利于瞄准；缺点是下塞比较吃力，杆法效果没有9球杆明显。

(4) 中式8球与球杆选择

中式8球是中国群众基础最为流行的台球运动，它是介于斯诺克和9球



之间的一种打法，在缩小的斯诺克球台上击打大球，规则与国际8号球规则相近。

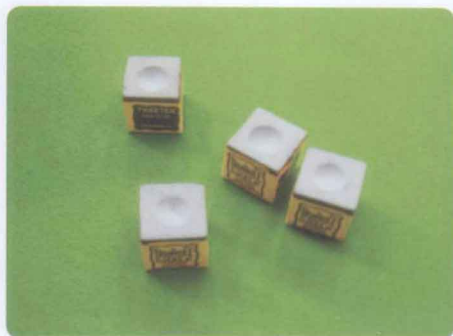
特殊的条件要求选手既要保证击球的精准度，又要具备使用各种旋转长距离走位的控制能力。进攻的局面比较多，防守较少。

因此在使用哪种球杆的问题上也是见仁见智，不过在专打中式8球的选手和爱好者中，已经有越来越多人放弃斯诺克球杆而改用9球杆。原因是瞄准方面通过练习可以慢慢适应，因为准度本身就是一种记忆，而9球杆的下塞走位控球能力是斯诺克球杆所无法达到的。

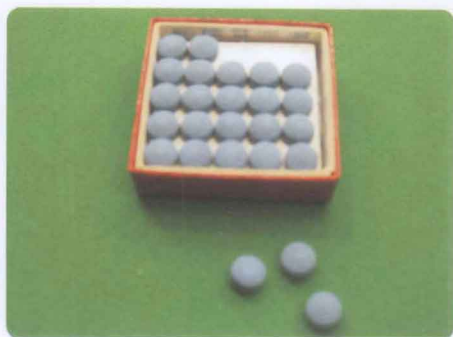
4. 架杆



5. 其他辅助用品



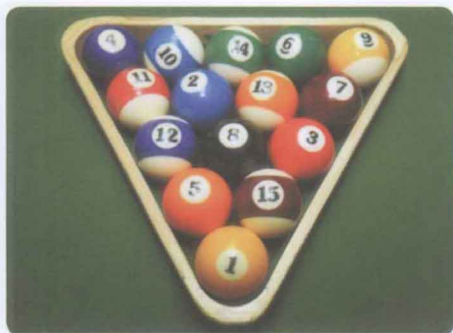
▲ 巧粉



▲ 皮头



▲ 架杆器



▲ 三角框和球



▲ 光照

第二部分

台球基本技术

