

中国台球协会推荐用书

台球

进阶技巧图解

庞卫国◎著



化学工业出版社

中国台球协会推荐用书

台球

进阶技巧图解

庞卫国◎著



化学工业出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

台球进阶技巧图解 / 庞卫国著. —北京: 化学工业出版社, 2010.1
ISBN 978-7-122-07269-6

I. 台… II. 庞… III. 台球-运动技术-图解 IV. G893.19

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第224556号

责任编辑: 蔡红 史懿

图片绘制: 陈春梅

责任校对: 战河红

装帧设计: 北京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: 北京画中画印刷有限公司

880mm×1230mm 1/24 印张6½ 字数 140 千字 2010年1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: 33.00元

版权所有 违者必究

前言 Foreword

台球为四大绅士运动之一，其早期的制作材料昂贵（早期的击打用球是用象牙制成的），流行于欧洲王室、贵族之间，故其装束、礼仪无不体现高雅之气，为众多绅士所推崇。

台球流行于我国已有二十余年，早在20世纪80年代，城市甚至是乡村的大街小巷就常见到人们在露天球台上打球。然而，由于当时爱好者的素质参差不齐，很多人在打球的时候赤身、赤脚、抽烟，甚至打丢球的时候开始谩骂，台球运动一度被大多数人视为“痞子运动”。近年来，台球运动在我国不断发展，涌现出丁俊晖、梁文博、潘晓婷等优秀球手，他们先后在国内、国际比赛中取得了很多优异成绩，群众对台球运动的关注程度逐年提升。同时，爱好者的素质不断提高，越来越多的高品位的人士纷纷加入台球爱好者的行列，人们对台球的看法已经有了很大的改观，台球在我国被重新冠以“绅士运动”的美称。

台球本身是一种力学与数学相结合的非对抗性运动，是力与美的结合。台球的理论简单来说，即力的分解与角度的计算。但由于球与球杆、台呢与库边之间的作用不同，再加上球台的周边环境（湿度）不同，所产生的效果亦千差万别。在观看台球比赛时，各色彩球穿梭于台面，你会惊奇地发现，那些用球杆击打的台球，在滚动、撞击后，最终停下来的位置竟然像用手摆上去的一样理想，你会由衷地赞叹大师们的高超技艺。

作为职业球手，经常有爱好者求教台球技艺，我感到应该出一本书将自己多年来对台球的理解告诉给广大的爱好者，使大家能够在球技提高的过程中少走弯路；并使那些喜爱看比赛的朋友们，更容易理解职业球手如何选择和使用不同的杆法、线路，更好地享受台球带来的力与美的视觉冲击。

本书全部照片均在北京球动力台球俱乐部拍摄，摄影者为马纯先生、萨萨的风；演示球杆由VL品牌专业球杆提供；并得到百度奥沙利文贴吧的帮助，由梅梅子制作全部示意图，萨萨的风、张莉莉负责图文整理和校对。在此一并表示感谢。

由于斯诺克与八球在器材、杆法和思路上有很多相通之处，但与九球差距较大，且我国台球以斯诺克和八球为主，再加上我本人并非九球职业球手，不敢妄加评说，故本书的实战内容只讲述斯诺克和八球，恳请读者见谅。

丁俊晖





目录 CONTENTS

1 台球运动介绍

台球的历史及比赛项目 / 002

台球器材 / 004

一、球台和球 / 004

二、击球必备的器材 / 006

台球简要规则 / 009

一、八球简要规则 / 009

二、斯诺克简要规则 / 009

2 给台球爱好者的练习建议

八球的阶段练习计划 / 011

一、刚入门的爱好者 / 011

二、可以连续进3~5颗球的爱好者 / 012

三、有清台能力的爱好者 / 013

斯诺克的阶段练习计划 / 014

一、刚入门的爱好者 / 014

二、可以连续得30~50分的爱好者 / 015

三、可以连续得50~80分的爱好者 / 016

四、可以连续得80~120分的爱好者 / 017

3 击球姿势与基础练习

正确的击球姿势 / 019

一、站位 / 019

二、握杆及手架 / 021

三、运杆 / 026

四、击球练习 / 027

准度的练习 / 030

一、主视眼的判断 / 030

二、准度的练习方法 / 031

三、贴库球、后障碍球和袋口白球 / 034

4 台球杆法技巧

击球点与力的分离效果 / 037

一、击球点 / 037

二、力的分离效果 / 038

低杆的种类与技术要领 / 039

一、定杆 / 039

二、低杆 / 040

三、搓球 / 044



高杆的种类与技术要领 / 046

- 一、高杆 / 046
- 二、推杆 / 048
- 三、登杆 / 049

旋转球的种类及技术要领 / 052

- 一、扎杆 / 052
- 二、旋转球 / 056

跳杆的技术要领 / 060

5

实战应用

八球实战技巧 / 063

- 一、开球 / 063
- 二、防止白球落袋 / 063
- 三、勾球 / 065
- 四、翻袋与二次撞击 / 066
- 五、清台练习 / 067

斯诺克实战技巧 / 069

- 一、开球 / 069
- 二、围单球 / 073
- 三、清彩球 / 076
- 四、围彩球 / 096
- 五、K球和炸球 / 101
- 六、低分球过渡 / 110
- 七、防守、障碍球 / 117
- 八、解球 / 126
- 九、组合球 / 131

6

球杆的选择与保养

- 一、球杆的材质及性能 / 135
- 二、球杆的配备 / 135
- 三、挑选球杆的要点 / 136
- 四、球杆的保养 / 137
- 五、手工杆与机械杆的辨别方法 / 138

附录1 台球的规则 / 139

美式台球（八球/十六彩）标准规则 / 139

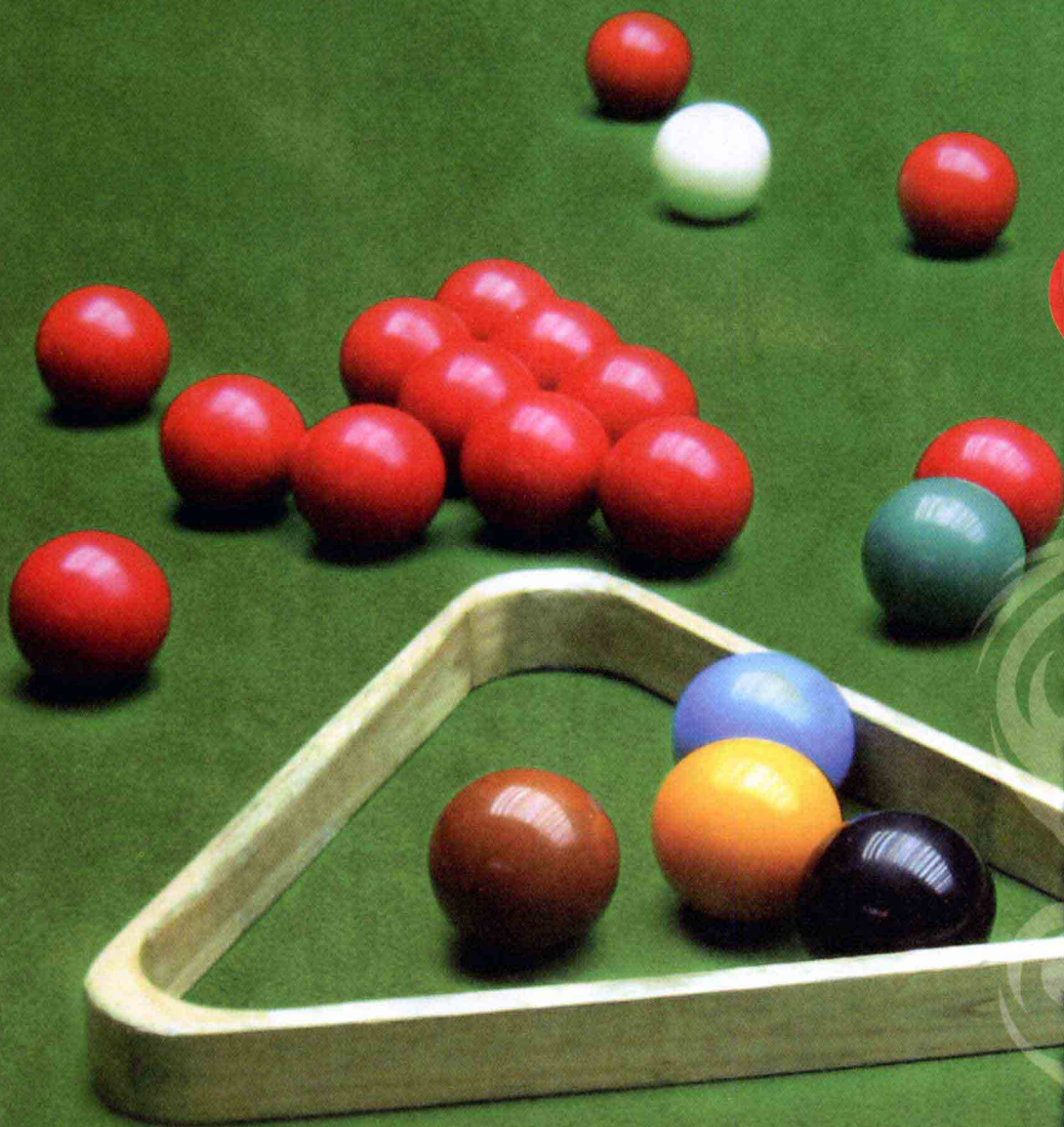
英式斯诺克台球竞赛规则 / 141

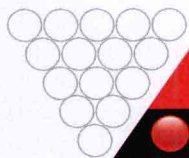
附录2 常用台球术语的中英文对照 / 146



1

台球运动介绍





台球的历史及比赛项目



台球被誉为四大绅士运动之一，相传起源于法国，至今已有五六百年的历史。台球运动兴盛于英国王室，无论从球员的着装、器材到规则、礼仪，都突显绅士的儒雅气质。

我国的台球运动起源于20世纪初期，兴起于80年代。1986年，我国成立了中国台球协会，并在当年举办了全国台球邀请赛，以后每年举办一次全国台球锦标赛。

世界台球常见的比赛项目有：斯诺克、八球（又称十六彩、美式落袋）、九球、比利、开伦等。从项目的难易程度来说，斯诺克难度最大。斯诺克（snooker）的英文含义为障碍，即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障碍球，从而使对方罚分，该项目技术覆盖面极广，观赏性也极强。八球和九球的台面比斯诺克小很多，难度相对降低，每局比赛时间较短，观赏性略逊色于斯诺克。比利和开伦在我国少有单独的比赛，在群众中也较为鲜见。

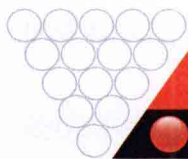
欧洲各国，由于人们行事比较严谨，且更注重绅士风格，所以斯诺克台球广为流行，代表国家为英国。美国是崇尚自由的国家，生活节奏也较快，因此更流行快节奏的八球和九球。

我国台球爱好者介于欧美之间，八球、九球、斯诺克均有固定爱好人群：斯诺克主要流行于南方，以香港、广州、上海为代表；八球主要流行于北方，以北京、东北三省为代表；九球在各地均有爱好者，但数量较少。我国的八球，在形式和球路上类似于迷你版斯诺克。国内八球在球台的材质和规则上都与国际不同，这是由于在斯诺克引入我国之初，技术难度较大，为降低难度，国内对原有的斯诺克进行了一些改造，球台的大小按照国际八球台来设计，台呢、袋口与斯诺克球台相同。

随着我国台球爱好者的技术水平和欣赏水平逐年上升，已经有越来越多的人喜爱和练习斯诺克。

目前，全国有6000多万台球爱好者，仅上海一座城市，就有台球厅1500多家。我国斯诺克选手丁俊晖、梁文博等，以及九球选手潘晓婷，在各自项目的世界职业赛事以及亚运会上取得了优异的成绩，充分带动了广大爱好者的积极性。台球运动正以其独特的欣赏性和绅士风采吸引着越来越多的人。相信在不久的将来，台球在我国会像乒乓球、羽毛球那样成为贴近人们生活的休闲、健身项目。





台球器材



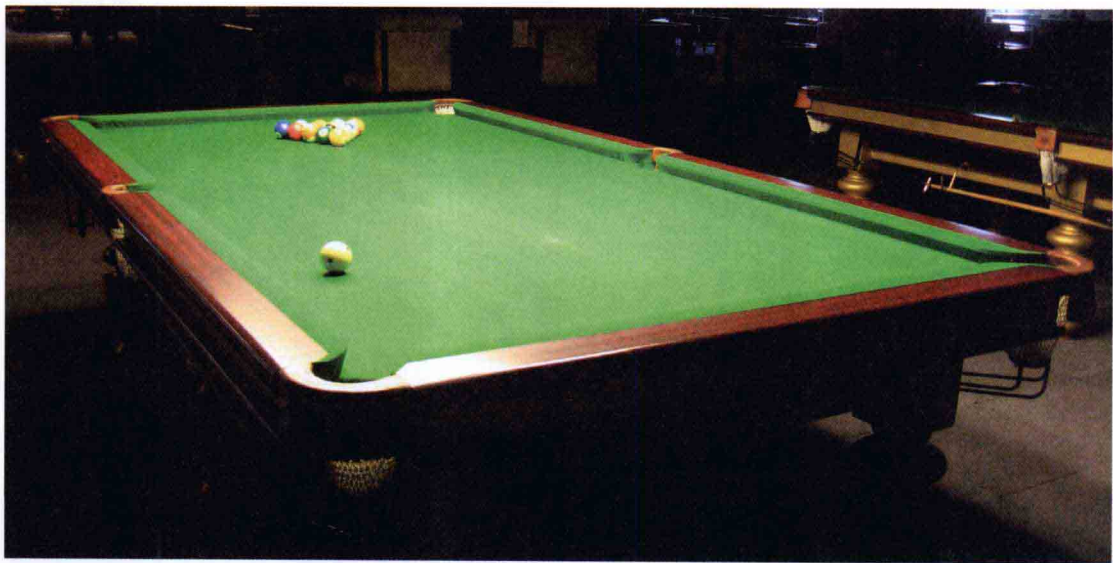
一、球台和球

八球球台和球

八球台外径长285厘米，宽153厘米，高85厘米。共16颗球，分为：白球1颗（又称主球，母球），1号球至15号球共15颗。这16颗球的色彩（或花色）均不相同，因此八球也称为16彩，由于八球较流行于美国，因此也被称为美式落袋。



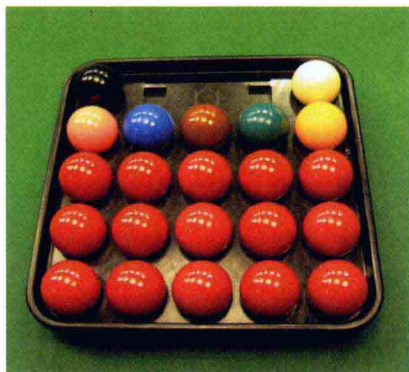
▲八球用球



▲八球球台及各色球的位置

斯诺克球台和球

斯诺克球台外径长385厘米，宽205厘米，高85厘米。共22颗球，分为：白球1颗，红球15颗（1分），黄球1颗（2分），绿球1颗（3分），咖啡球1颗（4分），蓝球1颗（5分），粉球1颗（6分），黑球1颗（7分），2分球至7分球统称为彩球。



▲斯诺克用球



▲斯诺克球台及各色球的点位

二、击球必备的器材

球杆

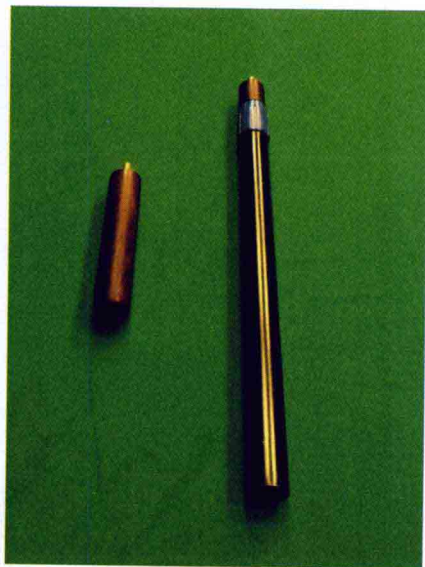
台球的球杆分为斯诺克球杆和九球球杆。

斯诺克球杆杆头的直径较小（具体的数值为9.3~10毫米），球杆整体前细后粗，粗细过渡均匀。斯诺克球杆由于杆头较小，因此击球的准度及击打点的精度更高。九球杆杆头粗细变化较小，杆头较大（通常为12毫米左右），更容易发力，但击球准度不如斯诺克球杆。由于我国的八球是由西方斯诺克转化而来，因此在我国斯诺克球杆最早也被用来打八球。由于八球的大小与九球相同，现在也有越来越多的人使用九球球杆打八球。

斯诺克球杆及部件包括：击球杆、短加长把、长加长把。



▲斯诺克球杆



▲短加长把与长加长把

九球球杆包括：冲球杆、击球杆、跳杆。

辅助器材

辅助器材包括：各类架杆、套筒、皮头、巧克粉等。



▲九球球杆(1)

注：从上到下分别为跳杆、击球杆、冲球杆



▲九球球杆(2)

注：从左到右分别为跳杆、冲球杆、击球杆



◀套筒及各种架杆

注：从左到右依次为套筒、十字架杆、高架杆、长架杆



◀蛇形架杆



▲油巧

注：深蓝色巧克粉，多用于八球、九球

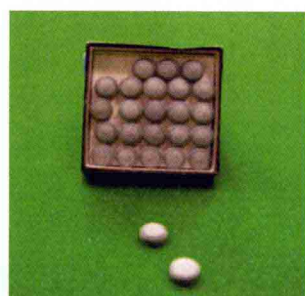


▲粉巧

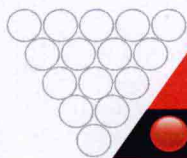
注：淡蓝绿色巧克粉，多用于斯诺克



▲皮头(1)



▲皮头(2)



台球简要规则



一、八球简要规则

开球时白球可放置于开球区内任意一点。如果开球时白球落袋，则由对手将白球码放回开球区中任意一点击球（必须向底袋击打）。

开球时，从1号球至15号球按三角形码放在底案区。任何目标球（除8号球）入袋或者飞出台面，都不再放回球台。击球一方选择全色球（1号球至7号球）入袋后，只能击打全色球；另一方则必须击打半色球（或称花色球，指9号球至15号球）。如果一方犯规，除开球外，另一方可以将白球放在球桌的任意一点击打。一方打完其选择的色球并最终将8号球打入指定球袋者获得该局胜利。

八球具体规则见附录1。

二、斯诺克简要规则

开球时白球可放置于开球区（D形区）内任意一点。如果开球时白球落袋，则由对手将白球码放回开球区中任意一点击球。

开球时，从1分球至7分球，都有其各自的点位。击球顺序为一红一彩（称为一套球），并且每次换手后都要从红球打起。红球入袋后不再取出，彩球入袋后放回原来的点位。当击打完所有套球后，应从分数最低的2分球开始，按分值由低到高陆续打到7分球，打入的彩球不再取出。比赛双方按照各自击球获得的分数计分，一方犯规时将相应罚分加到对方分数之上。一局比赛获得分数高者获胜，如果双方平分，则将7分球放回点位，击入7分球（在击入7分球的同时不犯规）者获胜。

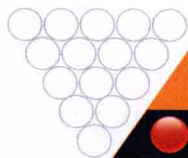
斯诺克具体规则见附录1。



2

给台球爱好者的练习建议

有很多爱好者经常问，到底需要经过怎样的练习才能使球技达到一个比较理想的水平；还有些爱好者，已经有了一定的实力，但继续练习，水平提高得很慢，甚至停滞不前。在这里，我以一名职业球手的经历，给大家一些练习的建议。



八球的阶段练习计划



在我国，大多数爱好者接触台球运动都是从八球开始的，有了一些基础之后，无论是继续练习八球，还是改打斯诺克或九球，都相对容易一些。我将八球爱好者的水平粗分为3个层次，分别给出不同的阶段练习重点。

一、刚入门的爱好者

对于刚入门的爱好者来说，强化基础是最重要的。有很多已经拥有一定实力的爱好者，由于基础没打好，导致水平难以提高，又不得不翻回头改练基础内容。

重点练习的内容

(1) 姿势

强化练习，每次击球都要使用正确的姿势，并逐渐养成一种习惯，为准度和杆法技巧的提高打下良好的基础。