

「卓球IQを高める  
アドバイス」を紹介!

# 張本智和選手の 練習メニューを DVDと紙面で紹介!

基本打法    ドライブ打法  
台上技術    応用打法  
サービス    フットワーク  
戦術・メンタル・フィジカル

## 基本と勝つための トレーニング

 ナツメ社



ISBN : 978-4-8163-6625-3  
本体価格 : 1400 円