

Брэд Гилберт,
Стив Джеймисон

ПОБЕДА



ПОБОЙ ЦЕНОЙ

Психологическое оружие в теннисе:
уроки мастера

С дополнительной главой
Андре Агасси



Издательство «Олимп–Бизнес»
Москва · 2017

УДК 796.342
ББК 75.557
Г47

*Благодарим за помощь в подготовке издания
Детскую теннисную спортивную школу «Белокаменная»
и ее друзей*

Гилберт, Брэд

Г47 Победа любой ценой. Психологическое оружие в теннисе: уроки мастера / Брэд Гилберт, Стив Джеймисон : под ред. С. Серебрякова : [перевод с английского]. — М.: Издательство «Олимп—Бизнес», 2017. — 328 с.: ил.
ISBN 978-5-9693-0121-4

Брэд Гилберт считается лучшим в мире мастером психологической игры в теннис. В книге «Победа любой ценой» выдающийся теннисист дает советы любителям. Великий мастер утверждает, что ключ к успеху — умение правильно мыслить, понимать, анализировать игру и использовать свои знания.

Книга не только является бестселлером 1990-х годов, но и стала обязательной частью учебной программы во многих школах и колледжах США.

«Победа любой ценой» написана очень увлекательно, доставляет истинное удовольствие, рассчитана на широкий круг читателей. Это безусловно одна из лучших книг, посвященных игре на победу.

УДК 796.342
ББК 75.557

Все права защищены. Воспроизведение всей книги или ее части в любом виде воспрещается без письменного разрешения издателя.

A member of: **BPR** 
Business Publishers Roundtable.com

ISBN 978-5-9693-0121-4

© 1993 by Brad Gilbert and Steve Jamison
All rights reserved.
© Издание, оформление.
Издательство «Олимп—Бизнес»,
2008, 2017

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Предисловие к русскому изданию</i>	<i>vii</i>
<i>Предисловие. Некрасивая победа?</i>	<i>1</i>
<i>Макинрой: некрасивое поражение мастера</i>	<i>3</i>

I. Изначальное преимущество

Матч начинается до начала матча

<i>Глава 1. Психологическая подготовка: преимущество до начала матча</i>	<i>11</i>
<i>Глава 2. Орудия труда: как экипировка помогает победить</i>	<i>37</i>
<i>Глава 3. Тянитесь к успеху</i>	<i>51</i>
<i>Глава 4. Подогрев в микроволновке: как быстро разогреть ваши удары</i>	<i>58</i>
<i>Глава 5. Четыре успокоительных: как преодолеть волнение перед матчем</i>	<i>67</i>
<i>Глава 6. Начните с умом: как сразу выйти вперед</i>	<i>75</i>

II. Играйте с умом

Как найти путь к победе

<i>Глава 7. Ключ к победе</i>	<i>93</i>
<i>Глава 8. Как разрушить построенный противником план игры</i>	<i>107</i>
<i>Глава 9. Семь скрытых преимуществ</i>	<i>154</i>
<i>Глава 10. Пит-стоп для теннисиста: ремонт ударов</i>	<i>187</i>
<i>Глава 11. Учитесь у ваших кумиров</i>	<i>201</i>

III. Игры разума, психологические приемы и спортивная хитрость

Из истории профессионального тура

Глава 12. Неистовые мастера: Коннорс и Макинрой	225
Глава 13. Смертельное оружие Лендла	248
Глава 14. Агасси: запредельная скорость	262
Глава 15. Как бороться с жульничеством	267
Глава 16. Матч на миллион долларов: битва с Уитоном.....	271
Глава 17. Будьте постоянно готовы к турниру	284
Глава 18. Путь к вершине Олимпа	290
Глава 19. Андре Агасси о «Победе любой ценой»	302