

## 刺杀木人桩和刺杀稻草人的高度是否可调节

产品名称	刺杀木人桩和刺杀稻草人的高度是否可调节
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	150.00/件
规格参数	品牌:胜川
公司地址	河北 盐山县 杨集乡 大郝工业开发区
联系电话	0317-6225629 13013226233

## 产品详情

116式木人桩法分成8节，以下：

第1节：十个姿势。由左式起，关键包含格斗式，攀颈手，上下摊手，横掌和间手。这节偏重于步骤姿态。

第二节：十个姿势。由右式起。

第三节：十个姿势。由拍巴掌起。着重点是内外门拍巴掌的转变。这节还出示了合理的防御掌法训练。