

## 克孜勒苏柯体能综合训练架 反恐高空断桥

|      |                             |
|------|-----------------------------|
| 产品名称 | 克孜勒苏柯体能综合训练架 反恐高空断桥         |
| 公司名称 | 河北胜泽体育设施有限公司                |
| 价格   | 2500.00/套                   |
| 规格参数 | 颜色:军绿<br>加工方式:支持定做<br>尺寸:标准 |
| 公司地址 | 盐山县开发区                      |
| 联系电话 | 15076799612 15076799612     |

## 产品详情

3、灵敏型器械：脚踩梅花桩、双手转动转盘，可以练习手脚、头脑的反应能力以及四肢和大脑的协调能力长期的坚强长跑，也有助于肺活量，每周坚持跑3次左右，每次的时间也不用太长，大概20-40分钟左右就可以了，并且坚持半年的人，在肺活量方面就会有显著的，而且心跳也会比不锻炼的人慢些，干起其他的运动也就不容易累，不容易出现气喘、胸闷的现象

拓展训练的项目一般都是模拟某些情境折企业或个人的弊病和现象，或漏洞或思维偏差，通过这些现象，并将这些现象放大，形成一种冲击力，波及每个人的思想，从而改变个人行为在游泳时，保持流线型，就是适度紧张成一字型，在此基础上，加上手臂、腿部，就成了蛙泳、泳