

篮球培训网-腾龙体育(在线咨询)-姑苏篮球

| | |
|------|-----------------------|
| 产品名称 | 篮球培训网-腾龙体育(在线咨询)-姑苏篮球 |
| 公司名称 | 苏州世纪腾龙体育服务有限公司 |
| 价格 | 面议 |
| 规格参数 | |
| 公司地址 | 苏州市金阊区金门路3号彩香创投园N306 |
| 联系电话 | 15995736185 |

产品详情

苏州腾龙体育培训有限公司----苏州体育培训第壹品牌，品质服务值得信赖！

打篮球对身体有什么好处

增强1心脏功能

经常参加篮球运动，可以有效的增强1心脏功能，使每搏输出量增加，暑假篮球培训，使动脉血管壁的中膜增厚，平滑肌细胞和弹力纤维增加；打篮球还能使骨骼肌肉的毛xi血管分布数量增加，分枝吻合丰富；使心肌的毛xi血管数量增加，冠状动脉口增粗和重量增加；这些均有利于包括心脏本身在内的器guan供血和机能的大量提高。同时，打篮球还可以使血压有所下降，并且能够降低xue清胆固醇的含量，从而对于预防高1血压，冠1心病具有非常好的作用。

报名收费：

- (1) 初级班每班4-6人，1000元/每期，12次课，每次1.5小时。
- (2) 提高班每班4-6人，1000元/每期，12次课，每次1.5小时。
- (3) 特设私教精品指导班：时间场地可协商，每次120元/人，1—2人每次90分钟，学的好，学得精，学得快。

苏州腾龙体育培训有限公司----苏州体育培训第壹品牌，姑苏篮球，品质服务值得信赖！

投篮技巧

投篮技巧之基本姿势。

投篮前要摆正姿势，篮球培训网，持球时右手为主，左手为辅（习惯用左手人相反）。右手手掌托好球，五指自然分开。腋窝处、肘部内侧、右手背和小臂交接处都要成直角或接近直角。左手稍微用力放在篮球侧面，保证篮球平稳。上身摆正，不要耸肩，双脚自然落地，两脚间的距离与肩同宽。

苏州腾龙体育培训有限公司----苏州体育培训第壹品牌，品质服务值得信赖！

篮球的发展历程

随着场地设施的不断改进，篮筐取消了筐底，并改用铁圈代替桃篮，用木板制成篮板代替铁丝挡网，场地增设了中线、中圈和罚球线，比赛改由中场跳球开始。与此同时，场上比赛队员也通常改为每队5人，开始有后卫、守卫、中锋、前锋、留守等位置之分。此外，奈史mi斯制订了一个不太完善的竞赛规则，共13个条款，其中规定不允许带球跑、抱人、推人、绊人、打人等。这大大提高了篮球游戏的趣味性，并且吸引了更多的人来参加这一游戏，从而使篮球运动很快普及到了全美国。

报名收费：

- （1）初级班每班4-6人，1000元/每期，12次课，每次1.5小时。
- （2）提高班每班4-6人，1000元/每期，12次课，每次1.5小时。
- （3）特设私教精品指导班：时间场地可协商，每次120元/人，1—2人每次90分钟，寒假篮球培训，学的好，学得精，学得快。

篮球培训网-腾龙体育(在线咨询)-姑苏篮球由苏州世纪腾龙体育服务有限公司提供。篮球培训网-腾龙体育(在线咨询)-姑苏篮球是苏州世纪腾龙体育服务有限公司（www.tltysports.com）今年全新升级推出的，以上图片仅供参考，请您拨打本页面或图片上的联系电话，索取联系人：王跃成。