

# 拳击多功能靶台A立式拳击多功能拳击靶台厂家

产品名称	拳击多功能靶台A立式拳击多功能拳击靶台厂家
公司名称	德州钮威特健身器材有限公司
价格	2800.00/台
规格参数	品牌:钮威特 型号:nvt-541 产地:山东省宁津县
公司地址	山东省德州市宁津县保店镇二堂苏
联系电话	18653431575

## 产品详情

立式拳击多功能靶台产品介绍：

拳击运动是一项较复杂的竞技体育项目，提高个人的运动能力和运动成绩，要求运动员反应机敏、动作协调、出拳迅速准确、并且具有超人的、全面的身体素质。在日常的拳击教学和训练中，通过手靶练习能够有效地提高运动员的技战术和身体训练水平、所以手靶训练的各种方法和手段，使自身能力有一个更好的提高，为以后的比赛打下牢固的基础。

拳击手靶练习是专业拳击运动员掌握拳击技能极为重要的训练手段,他可以提高拳击击打的准确性、出拳速度、反应速度和维持身体重心平衡的能力。在进行手靶练习时,在把握好出靶的距离、时机、位置及变化,用于提高拳击实战的应用技术、实战强度、有效距离、快速移动、连续进攻、变换攻击能力。

打手靶是拳击运动必不可少的一种训练手段,它能提高运动员出拳速度的同时也使运动员提高了实战的距离感和灵活性,对拳击训练者有很好的训练效果。