

# 多功能可调节拳击用品手靶 不倒翁吸盘式拳击靶台

产品名称	多功能可调节拳击用品手靶 不倒翁吸盘式拳击靶台
公司名称	德州钮威特健身器材有限公司
价格	2880.00/台
规格参数	品牌:钮威特 型号:nvt-528 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

多功能可调节拳击用品手靶 不倒翁吸盘式拳击靶台 产品信息：

多功能拳击靶台属于一种娱乐健身或训练拳击的专业器材，即可以用它来运动减肥和健身，也可以训练拳击的各种拳法和技能。它是任何喜爱运动的尤其是拳击运动的个人或团体的好伙伴，它的适用范围包括健身房、各类学校、家庭、公共场所等。

正在拳击训练和教学过程中,手靶因其特殊的训练价值而一直扮演着重要的角色,也备受众多教练和拳击运动员青睐。进行手靶练习可以提高拳法击打时的准确性、出拳速度、反应速度和维持身体重心平衡的能力,所以对于拳手来说,手靶训练是提高其技战术水平不可缺少的训练手段之一,无论是业余的还是专业的拳击运动员,都在广泛地运用手靶进行训练。因此我们必须了解手靶训练在拳击专业训练中的作用,并把握好手靶练习应遵循的法则,充分发挥手靶练习在拳击运动中的实际价值。

拳击运动是一项对运动员综合素质要求较高的竞技运动,除了要具备硬朗的身体素质外,运动员还要有快速的反应能力和综合协调的能力。针对拳击运动的特点,在日常拳击训练中加强对拳击运动员的手靶训练,能够有效地提高运动员的技能以及身体战斗力。故本文对拳击中的训练进行分析。固定手靶、活动手靶以及实战手靶是手靶练习中最主要的三种形式。由于手靶练习的效果明显,在拳击训练中,手靶训练是不可或缺的。