

金华幼儿跆拳道训练馆“本信息长期有效”

产品名称	金华幼儿跆拳道训练馆“本信息长期有效”
公司名称	金华博朗体育发展有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	一、人民东路332号二楼二、新汽车南站北附属楼太阳岛二楼三、欧景名城第三学府三楼
联系电话	15657960100

产品详情

【金华博朗体育】为大家介绍：

弓步冲拳

双腿直立，一条腿向前与后腿相距两个肩宽的距离，脚尖向前，膝部弯曲近90度，后腿脚尖向外打开约四十五度角，膝伸直，挺胸，肩部放平。双手握拳，一只手臂在胸前伸直，一只手臂弯曲，拳放在身体一侧。

动作要点：前腿弯曲，后腿伸直，重心在两腿中间，冲拳时，肩膀不要向前倾。

锻炼部位：在保持动作时，全身肌肉得到有效锻炼。

【金华博朗体育】为大家介绍：为什么练习跆拳道一定要穿统一的道服呢？

很多运动对于服装都是有要求的，比如游泳要穿泳衣，体操有专门的体操服，跆拳道也有它特定的训练服装。道服上下宽松，便于肢体的伸展，此处不细说。又因为跆拳道不是野蛮之术，所以讲求礼仪。

如果学员不穿道服，或者家长不了解道服的重要性，只是因为价格便宜而随便买一套没有道馆名称的道服回来给孩子穿，既无法保证道服的品质，学员也会发现自己的“另类”，这种情况下，一容易影响集体感的培养，二难免会有同伴间的心理排斥。

【金华博朗体育】为大家介绍：

在跆拳道道馆中，孩子们精神抖擞，正打出一套组合招式。在迈步、抬腿、出招的一串动作内，孩子其实都做着“舒展运动”。

舒展运动能够很好地促进孩子的成长，因此练习跆拳道的孩子们都可能长高哦。

另外，骨骼发育良好的孩子们，看起来会更挺拔，走路的体态也更加健美，跆拳道真不愧是人们口中所说的“形体塑造大师”。