

金华少儿跆拳道培训费用

产品名称	金华少儿跆拳道培训费用
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：

1、动作追求速度，力量和效果，以击破为测试功力的手段

跆拳道不讲究花架子，所有动作都以技击格斗为核心；要求速度快、力量大、击打效果好，在功力的检测方面则以击破力为测试的手段。就是分别以拳脚击碎木板等，以击碎的厚度来判定功力。

2、以刚制刚，方法简练

受跆拳道的精神影响，运动员在比赛当中多是直击直打；接触防守、躲闪技术运用得比较少，进攻都采用直线连续进攻，以连贯快速的脚法组合击打对手。防守多采用格挡技术或采取以攻对攻，以攻代防的技术。

3、礼始礼终，内外兼修

在任何场合下，跆拳道练习者始终以礼相待。练习活动都要以礼开始，以礼结束，以养成谦虚、友好、忍让的作风，在道德修养方面不断的提高自己。

【金华博朗体育】为大家介绍：

一、开发少儿的智力

每天练习少儿跆拳道不仅仅可以促进骨骼，肌肉的锻炼，更能够刺激少儿的大脑和思维，尤其是右脑综合性的功能，让少儿对空间的感知及转化，识别能力，形象思维及创造力大大的加强，让少儿更加的聪明。

二、增强少儿的体魄

作为一项运动，最基本的作用就是让练习者身体强壮。少儿每天练习踢腿，手臂拉伸，上格等基本动作，可以让腿部，手臂的肌肉得到充分的锻炼机会，从而在力量，韧性，弹性等方面得到意想不到的提高，让少儿的身体更具有韧性，更为强健。

【金华跆拳道学校】博朗体育为大家介绍：

- 1、后撤步：从标准实战姿势开始，以后脚前脚掌为轴，前脚抬起向后经后脚内侧向后撤一步，形成和原来相反的实战姿势。后撤步可根据实战需要左右变化，调整与对方的相对距离，准备进行攻击或反击。
- 2、侧移步：由标准实战姿势开始，两脚前脚掌同时向左右侧蹬地，离开原来的位置。向左侧移动，离开原来的位置。向左移叫左移步，向右移叫右移步。侧移步的作用是避开对方有力的攻击，移动到对方的侧面，准备进行反击。