

# 金华暑期少儿跆拳道培训“本信息长期有效”

产品名称	金华暑期少儿跆拳道培训“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

【金华跆拳道培训】金华博朗体育为大家介绍：跆拳道基本腿法

(1) 前踢：实战姿势的基本姿势开始。右脚蹬地髋关节向左旋转，双手握拳置于体侧；同时，右腿以髋关节为轴屈膝上提。当大腿抬至水平或稍高时，关节向前送，向前顶，小腿以膝关节为轴快速向前上方踢出，力达脚尖，整条腿踹直。踢击后迅速放松，右腿沿原路线弹回，将右脚放置在左脚前面仍成实战姿势。动作要领：膝关节夹紧，小腿放松，要有弹性；往前送，高踢时往上送；小腿回收与前踢的速度一样快。主要攻击部位有面部、下颏、腹部、裆部。前踢亦可用于防守。将前踢发力部位由脚尖改换为脚跟时，前踢动作就变为前蹬动作，动作方法要点相同，只是脚的形状发生了变化

【金华博朗体育】为大家介绍：

跆拳道在于‘以礼开始’，‘以礼结束’的崇礼精神！尤其讲究“未曾学艺先学礼‘未曾习武先学德。一个懂礼貌的人品高尚的人才是好的！成功来自于一次又一次的坚持与努力！我们的教育理念：严格就是大爱，以专业的武道训练来提升练习者的体质为基础，以礼节，精神意志，团队意识行为为核心，小学是萌芽教的黄金时期，一切以学生成长为根本！这里将会是您对孩子有价值和有意义的投资！！

【金华博朗体育】为大家介绍：

使孩子们不惧场，表现力强，增强自信心和更好的心理素质；动作协调；肢体灵活性和柔韧性；锻炼毅力。

提高身体素质，跆拳道需要一定的体力消耗，剪除练习后能促进孩子食欲、增强消化机能，提高身体抵抗力，减少生病机会；形体优美（正处于快速生长发育时期的孩子，经过跆拳道训练(如立正、踢腿、打拳)能使他们形体优美，且能纠正驼背、端肩等形体问题。跆拳道促进少年儿童的生长发育)。