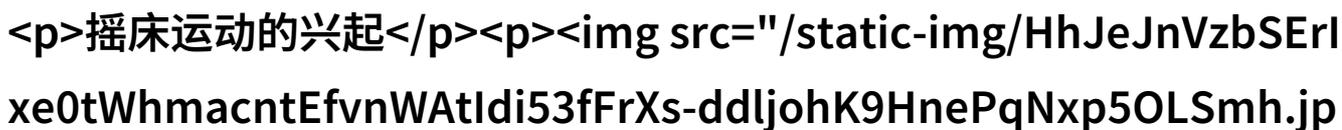


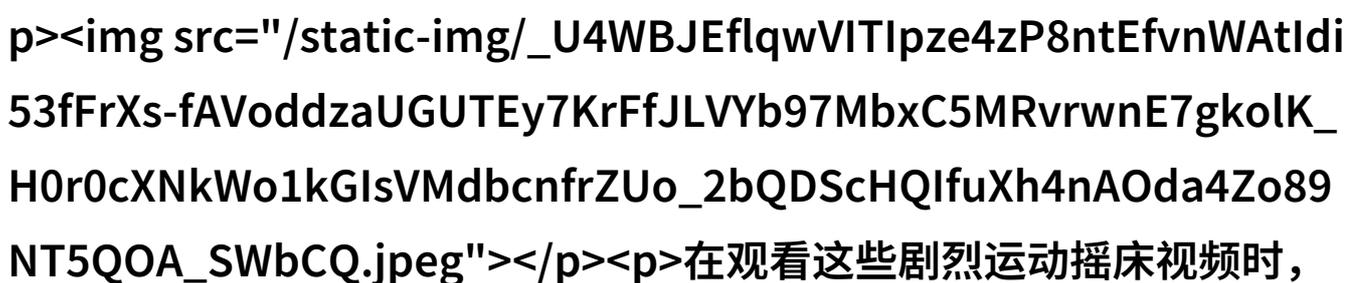
激情飞扬的摇床挑战体验极限运动的刺激

摇床运动的兴起



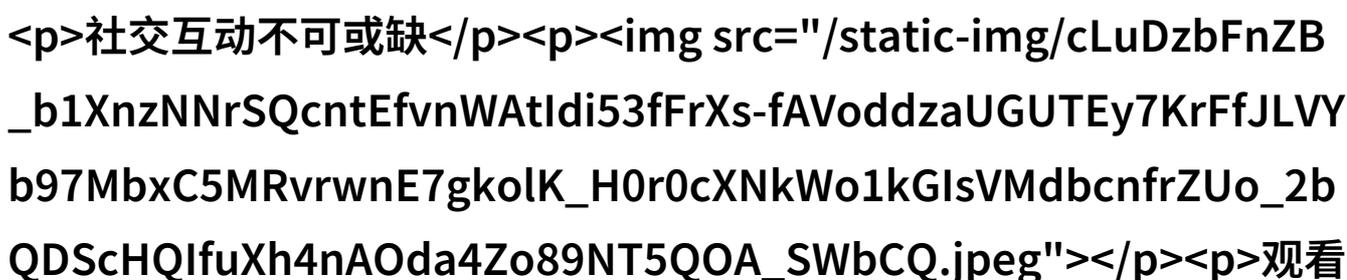
摇床挑战视频中，我们可以看到一群人在专门设计的摇床上进行着各种各样的动作，既有跳跃、翻滚也有旋转和拉伸。这种运动不仅能够提高身体素质，还能增强心肺功能，对于那些寻求新奇体验的人来说，无疑是一次难得的刺激。

技巧与安全要考虑



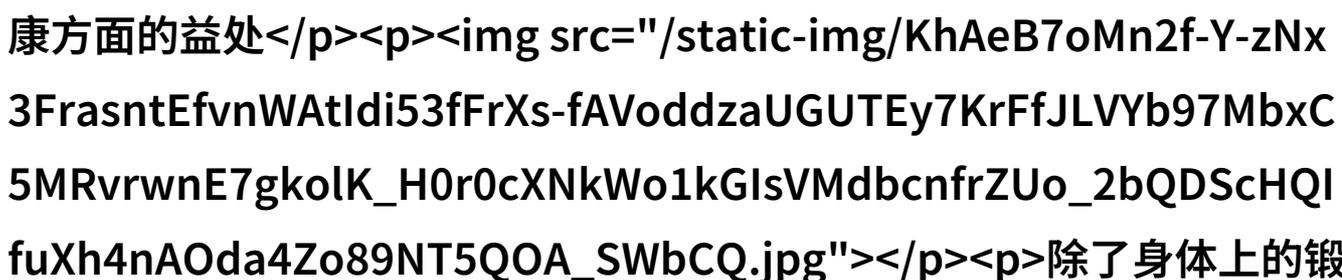
在观看这些剧烈运动摇床视频时，我们注意到参与者们都穿着特定的装备，如安全带、头盔等，这表明他们对安全性有很高要求。而且，他们在操作过程中也展现出了精湛的技巧，每一次动作都是经过精心规划和练习，不是随意就能做到的。

社交互动不可或缺



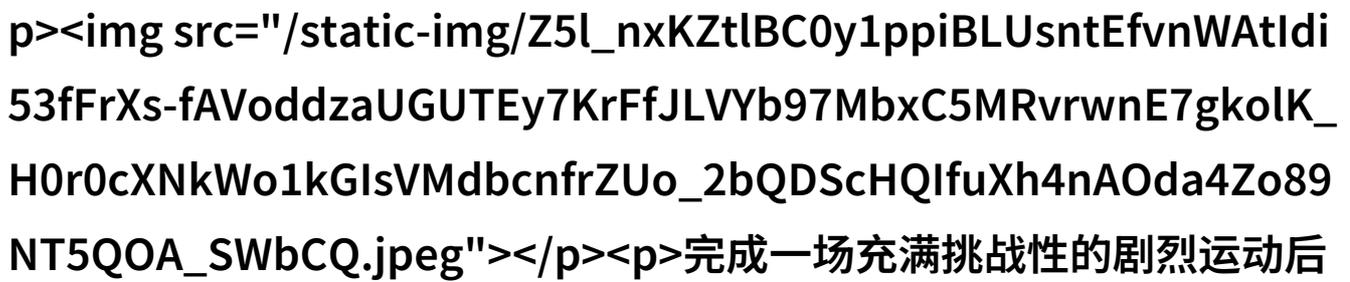
观看这些视频时，你会发现参与者们之间的情感交流和相互鼓励也是非常重要的一部分。他们通过这样的方式建立了紧密的情感联系，而这种社交互动对于提升团队精神和个人信心同样具有重要作用。

心理健康方面的益处



除了身体上的锻炼，剧烈运动如摇床挑战还能够帮助人们减压放松。通过这样的活动，可以让人从日常生活中的压力中抽离出来，进入一个更加轻松愉快的心境状态，从而促进心理健康。

运动后的满足感与成就感



完成一场充满挑战性的剧烈运动后，参与者们往往会感到巨大的成就感。这不仅来自于完成了自己设定的目标，也来自于证明自己的能力超越了自己原有的界限。在这个过程中，他们收获了一种无比自豪的情绪，是一种内在价值无法用金钱衡量的事物。

未来趋势探索与发展方向

随着科技不断进步，未来我们可能会看到更多关于剧烈运动类别内容出现，比如使用VR技术模拟各种环境进行训练，或是将其他类型体育项目融入到这类活动中去。此外，还有可能出现新的设备或者方法来更好地保护参与者的安全，同时提高效率。

[下载本文pdf文件](/pdf/529568-激情飞扬的摇床挑战体验极限运动的刺激与乐趣.pdf)