

拓展训练

张 颖

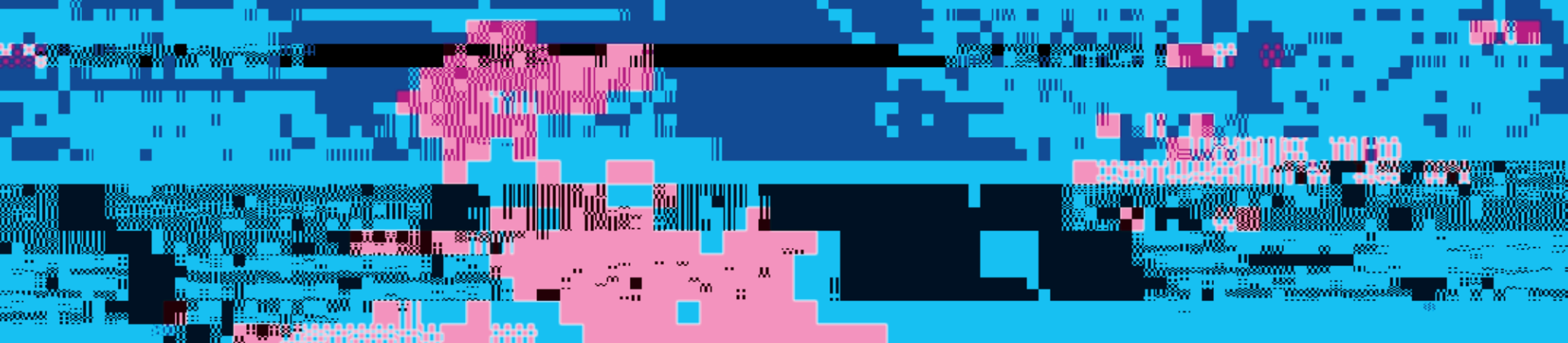
于结束了，此刻我的内心激动澎湃。

张 颖

拓展训练感悟



拓展训练是最后一个项目，也是我们日常训练的一个项目。那么，拓展训练到底能带给我们什么呢？拓展训练不能借助任何外力和工具去超越，只能靠我们73个人。拓展训练需要多久，我们说30分钟，有的说1个小时，还有的说2个小时。拓展训练是最后一个项目，也是我们日常训练的一个项目。那么，拓展训练到底能带给我们什么呢？拓展训练不能借助任何外力和工具去超越，只能靠我们73个人。拓展训练需要多久，我们说30分钟，有的说1个小时，还有的说2个小时。



拓展训练感悟
拓展训练是最后一个项目，也是我们日常训练的一个项目。那么，拓展训练到底能带给我们什么呢？拓展训练不能借助任何外力和工具去超越，只能靠我们73个人。拓展训练需要多久，我们说30分钟，有的说1个小时，还有的说2个小时。拓展训练是最后一个项目，也是我们日常训练的一个项目。那么，拓展训练到底能带给我们什么呢？拓展训练不能借助任何外力和工具去超越，只能靠我们73个人。拓展训练需要多久，我们说30分钟，有的说1个小时，还有的说2个小时。

拓展训练感悟
拓展训练是最后一个项目，也是我们日常训练的一个项目。那么，拓展训练到底能带给我们什么呢？拓展训练不能借助任何外力和工具去超越，只能靠我们73个人。拓展训练需要多久，我们说30分钟，有的说1个小时，还有的说2个小时。拓展训练是最后一个项目，也是我们日常训练的一个项目。那么，拓展训练到底能带给我们什么呢？拓展训练不能借助任何外力和工具去超越，只能靠我们73个人。拓展训练需要多久，我们说30分钟，有的说1个小时，还有的说2个小时。

