

## 马鞍山可调节部队单双杠,铸铁锻炼双杠,部队单双杠供应,

产品名称	马鞍山可调节部队单双杠,铸铁锻炼双杠,部队单双杠供应,
公司名称	河北省达创体育器材有限公司
价格	450.00/件
规格参数	品牌:达创 型号:DC-109 产地:河北
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	17732148724 17732148724

### 产品详情

双手握杠呈直臂支撑，当屈臂降体至\*\*\*位置时，头部前伸，使胸大肌充分伸长，以胸大肌的收缩使两臂伸直，当上臂超过水平时，臂部后移呈含胸姿势，两臂伸直时胸大肌处于彻底收紧状态，这是锻炼胸大肌外侧翼及下缘的有效方法。

可调节单双杠加型军人用双杠参数

底座长2800mmX1200mm，底座横向采用5X16mm槽钢，纵向5x12mm槽钢，壁厚5.0mm.

立柱采用#48X3mm厚无缝钢管，升降内芯为直径30mm圆钢，可调度120cm-160cm，可调宽度40-55cm。杠面支撑件使用加大托件。立柱旋转件使用铸钢。双杠杠面采用尼龙纤维杠面，长3.5米，杠面内含有直径2.5cm实心弹簧钢。总重量为165公斤

(可根据客户要求定做)

军人用双杠底座采用u型钢，槽钢底座长2.8米，宽1.2米 壁厚3.5，立柱为铸铁成型立柱可调节度1.2-1.6米。宽0.42-0.45米，杠面材质：尼龙杠面中间夹有弹簧钢内芯长350cm，槽钢+尼龙杠面+锰钢内芯,适用于户外。产品通过体育用品检验认证，上乘。训练器材达创体育器材有限公司主营产品:篮球架.各种户外健身路径，羽毛球柱，网球柱，排球柱，田径器材，海绵垫体操垫，舞蹈把杆，军人用单杠，军人用双杠，400障碍器材，组合训练器材，训练器材生产商，体操用品，乒乓球台，足球门，学生体质检测，及健身器材各种配件，马鞍山可调节单双杠,铸铁锻炼双杠,单双杠供应,

训练用的军人用双杠- 军人用单杠采用无缝钢管为外套管，升降调节柱选用标准圆钢(直径为2.8厘米)，单杠杠面采用弹簧杠长度为2.2米。可调节度为1.8-2.4米。支撑立柱竖立在地面上，下面有底盘。用四根绳索直径为1厘米 将单杠拉成直立，四根绳索和地面的四个地钩相连

四角铁链拉纤圆钢地脚水泥灌注增军人用单杠的稳定行。

训练用的军人用双杠 单杠练习;颈后 前 宽握引体向上

A、锻炼部位：背阔肌和肩部肌群。B、开始位置：两臂悬垂在单杠上，两手宽握距，正手握紧横杆，使腰背以下部位放松，背阔肌充分伸长，两小腿弯曲抬起。C、动作过程：吸气，集中背阔肌的收缩力，屈臂引体上开至颈后，使之接近或触及单杠，稍停2-3秒。然后呼气，以背阔肌的收缩力量控制住，使身体慢慢下降还原。重复练习。D、训练要点：动作过程中身体不要前后摆动利用惯性给予助力;可调节单双杠 身下垂时，肩胛部要放松。使背阔肌充分伸长.悬杠屈膝缩腿起始姿势两手正握单杠，身直垂杠下。动作过程屈膝，把小腿尽力向上缩起，到点时，收缩腹直肌一秒钟。然后徐徐下垂小腿，直到完全伸直。呼吸方法缩起小腿时吸气，降落时呼气。注意要点缩起小腿时要尽力把两膝向上提升

训练用的军人用双杠 厂家生军人用双杠，军人用单杠，比赛双杠，铸铁燕尾式比赛双杠，地埋双杠，比赛单杠，连体单杠地埋单杠，吊环，五部联合器等系列中低档双杠厂家，出品销往全国各地省区直辖市。铸铁锻炼双杠

外表美观产品名称：双杠详细说明;双杠底座采用u型钢3.5x0.9米，立柱为铸铁成型立柱可调节度1.4-1.7米。杠面采用尼龙杠面(可按照需求条换玻璃钢杠面)室外，整体为军绿色产品名称：地埋双杠详细说明：地埋双杠采用60#无缝钢管为立柱，水泥灌注更加牢固，杠面采用尼龙杠面(尼龙杠面立心弹簧钢室外)度为1.4米。立柱外表采用静电喷涂工艺颜色鲜亮，适用于家庭健身中小学体育课锻炼训练