

鞍山军铸铁引体向上单杠,标准部队单双杠,实力大厂,

产品名称	鞍山军铸铁引体向上单杠,标准部队单双杠,实力大厂,
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

单杠, 1练习: 15个, 良好12个, 及格9个。2练习: 30个以上 良好20个以上 及格12以上。3练习: 85分以上 良好70分以上 及格60分。4练习: 85分以上, 良好70分以上, 及格60分。5练习: 85分以上 70分以上良好, 60分以上及格。

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, 可调高度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高度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, 鞍山军铸铁引体向上单杠, 标准单双杠, 实力大厂,

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。可调节高度为1.8-2.4米。支撑立柱直立立在地面上, 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强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;军铸铁引体向上单杠 全身下垂时，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，全身直垂杠下。动作过程屈膝，把小腿尽力向上缩起，到高点时，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

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，五部联合器等系列高中低档双杠厂家，出品销往全国各地省区直辖市。标准单双杠

选择单双杠时杠必须有弹性，保证不能折断。对于单杠弹性不仅来自杠子，器械整体也有弹性。这就是板钩、支撑立柱、钢绳的安装和拉紧度必须严格遵守要求、保证统一弹性的原因。