

昆明舞蹈把杆价格学校舞蹈把杆舞蹈杠

产品名称	昆明舞蹈把杆价格学校舞蹈把杆舞蹈杠
公司名称	盐山洛龙体育器材销售有限公司
价格	120.00/件
规格参数	品牌:洛龙 型号:标准 产地:河北
公司地址	盐山县杨集工业园区
联系电话	0317-8204185 13001482136

产品详情

昆明舞蹈把杆价格学校舞蹈把杆舞蹈杠

确保舞蹈把杆上所有用于起固定作用的螺丝已固定到位。

云南昆明舞蹈把杆移动式舞蹈房可升降舞蹈把杆使用把杆练习时，应注意扶把的力度要小，姿态要自然优美。与把杆的距离应以自己感到舒适且不妨碍动作为准。当面与把杆站立时，两臂微屈，肘部弯曲90度，与把杆保持平行，身体与把杆的距离在一尺左右。手腕与肘自然下垂轻搭在把杆上。单手扶把时，垂肩，阔背，手臂向前45°轻搭在把杆上，太过于往前或靠后，容易导致重心前提或后靠，影响训练效果。把杆太高容易造成端肩、紧张，太低容易失去重心，使动作得不到完整的发挥。通常情况下都是以自己腰部为宜。幼儿园舞蹈把杆高度应在60公分---90公分左右