

新宁杠铃杠铃片新宁杠铃杆举重片哪里卖杠铃

产品名称	新宁杠铃杠铃片新宁杠铃杆举重片哪里卖杠铃
公司名称	邵阳任云宁体育用品有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	邵阳市大祥区西湖南路高速管理处对面邵阳南收费站500米
联系电话	18007391898 15343398898

产品详情

新宁杠铃杠铃片新宁杠铃杆举重片哪里卖杠铃

邵阳任云宁体育用品有限公司。地址：湖南邵阳市大祥区西湖南路高速管理处对面，（邵阳南收费站300米）整个湖南地区均可送货上门安装，服务无忧。

肱二头肌有两个头：长头和短头。其中长头是穿过肩关节并与你的后肩相连，而短头则与前肩相连。立姿(或坐姿)弯举时，直杠重点强调的是肱二头肌的短头，因为短头正处于一个非常好发力的位置上。而曲杠则恰好相反，主要刺激的是肱二头肌的长头，在立姿弯举过程中长头并不