

军用单双杠安装示意图 军用双杠价格 宏丰

产品名称	军用单双杠安装示意图 军用双杠价格 宏丰
公司名称	盐山宏丰体育器材制造有限公司
价格	1200.00/件
规格参数	宏丰:1 HF-053:2 沧州:3
公司地址	盐山县望树镇
联系电话	15373384187 15373384151

产品详情

军队用用单杠安装示意图 军用双杠价钱规格型号基座选用u型钢，槽钢底座长2.8米，宽1.2米 厚薄3.5，立杆为生铁成形立杆可调相对高度1.2-1.6米。宽0.42-0.45米，杠面原料：涤纶面料杠面正中间夹有碳素钢替芯长350cm，槽钢 涤纶面料杠面 碳钢替芯,可以用室外。根据办公文具检验机构认证，上品。

立杆：

外管直径4.2CM，厚3MM，减速机孔径为28MM的镀锌带钢，强度大，空隙小。槽钢底座：厚薄3.5MM，型号规格：2.8米*1.2米5*10cm槽钢，杠面可调式总宽：45-55CM
杠面可调式相对高度：1.2-1.6米。基座总体尺寸长：2.8M，宽1.2M，总重为145KG。

购买**用用单双杠槽钢底座各种各样样式除此之外防火安全煅练设备生产厂家提供全方位判决服务项目，供货学校用单单双杠，赛事用单军用双杠槽钢底座单双杠，体操训练用军用双杠，招待您有标准规范的去问购买确保派送随时随地，国内各地质量质量。

产品名字：地理两道杠详细描述：地理两道杠选用60#无缝管为立杆，混凝土注浆更为坚固，杠面选用涤纶面料杠面（涤纶面料杠面立心碳素钢户外专用型）极为为1.4米。

两道杠于1896年列入奥运项目男孩子竞技体操项目之一。金属复合材料铁架子支撑点二根垂直面木材、塑料或产生复合材料做成的杠。一套有名的两道杠姿势包含于支撑点部位、倒立起来下去下来位置和方向挂臂部位变换；参赛者必须在这些部位做晃动，摆越、伸曲、圆弧状晃动、环回、侧空翻和站着不动等情形。终，全套的姿态下法硬性规定立在杠的一侧。

两道杠练习方法；

A、关键锻炼位置：一般是胸部肌肉下边，其次肱三头肌和三角肌。 B、渐渐地部位：两条杠间隔宽于肩，两手握杠成直臂支撑点、抬头挺胸、缩腹，两腿伸直闭拢释放压力呈松弛状。 C、姿势全过程：呼吸，屈肘弯臂，人体降低，直到手臂弯曲减少到低部位时，头顶部应往前引，两肘外旋，使胸部肌肉充足变长伸曲。然后呼吸，以胸部肌肉忽然收拢力撑胳膊，让身体升高直到手腕彻底挺直；当手臂超出杆竖直方向时，屁股稍向后缩，人体呈“低下头含胸”姿势。手臂伸直时，胸部肌肉处在完全缩紧情况。反复练习。 D、练习重要环节：操作过程再慢慢进行，不必借身体振摆促进进行姿势；肩负起时速率要快点、抬头挺胸、抬着头、缩腹、不缩肩；为进一步提升运动强度可以从腹腔负重练习。

B、 **用用双杠

C、构造：这一器材由二根一样型号规格卷杠构成。二根卷杠正垂面、在同一相对高度。

D、二根卷杠位置是垂直面，能够预加地应力。

E、每一条卷杠由二根垂直立杆支撑点，立杆下边是一个起固定不动不会改变的作用基座。

F、支撑点垂直立杆包含一个固定部分和一个可移动一部分，那样可调式两道杠高度和宽。

G、卷杠的截面成水滴型，全部卷杠的截面全是完全一样。

H、型号规格：卷杠

I、长短 350cm

J、截面纵坐标相对高度 5cm

K、截面横坐标轴相对高度 4cm

L、从卷杠上面到路面之间的距离 195cm

M、2个节点间的距离 230cm

N、二根卷杠间的距离 42cm至52cm

Q、二根支撑点立杆的固定部分间的距离少为48cm