

坐位体前屈测试仪公司 赛康精益 坐位体前屈测试仪

产品名称	坐位体前屈测试仪公司 赛康精益 坐位体前屈测试仪
公司名称	北京赛康精益信息技术有限责任公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	北京市海淀区青云里满庭芳园小区9号楼青云当代大厦20层2006室148号房间
联系电话	15001012521

产品详情

体质测试简单概述

体质顾名思义是指人体的质量，是人体健康状况和对外界的适应能力。它是在遗传性和获得性基础上表现出来的人体形态结构、生理功能和心理因素的综合的、相对稳定的特征。

体能测试的项目有：肺活量测试，检查肺功能；立定跳远，主要是要提高膝、踝、髋三个关节的协调用力；短跑，考验人的爆发力；长跑，考验人的耐力；坐位体前屈，考验人的韧带；引体向上。学生的体能测试，是各级院校培养学生体育素质成果的体现之一。

体质测试方法介绍

测试时，受试者赤足，背向立柱站立在身高计的底板上；躯干自然挺直，头部正直，两眼平视前方，保持耳屏上缘与眼眶下缘呈水平位。

上肢自然下垂，两腿伸直，两足跟并拢，足尖分开约60度。

足跟、骶骨部、两肩胛间与立柱相接触，呈“三点一条线”站立姿势。

测试人员单手将水平压板沿立柱下滑至受试者头顶。

读数时，测试人员双眼与水平压板水平面等高；记录员复述后进行记录。

记录时，以厘米为单位，准确到小数点后一位。

体能测试怎样能得高分呢？来看看吧！

坐位体前屈

坐位体前屈达到10cm以上才算考试合格，坐位体前屈测试仪，坐位体前屈主要考察体能测试者的腰腹力量，身体灵活度。测试者在考试的时候需要注意以下几点：首先、穿一个比较肥一点的裤子，坐位体前屈测试仪公司，用于遮挡腿部弯曲。第二、坐下后两腿不要并拢，坐位体前屈测试仪哪家好，尽量分开，弯腰时迅速发力，慢慢加速靠冲击力和爆发力后往前使劲弹出，腿可以微微弯曲，坐位体前屈测试仪价格，速度快看不出来的。第三、还有指甲留长一点。或者带个美甲。不要求拖鞋的话平底。

关于体测，我们需要吃正确的态度对待，体测不仅是一时的测试，我们需要用这次测试来检验我们的身体素质，我们需要正确认识健康对我们的重要性。

坐位体前屈测试仪公司-赛康精益(在线咨询)-坐位体前屈测试仪由北京赛康精益信息技术有限责任公司提供。“身高体重测试仪,坐位体前屈测试仪,立定跳远测试仪”选择北京赛康精益信息技术有限责任公司，公司位于：北京市海淀区青云里满庭芳园小区9号楼青云当代大厦20层2006室148号房间，多年来，赛康精益坚持为客户提供好的服务，联系人：刘经理。欢迎广大新老客户来电，来函，亲临指导，洽谈业务。赛康精益期待成为您的长期合作伙伴！