

标准单双杠练习

产品名称	标准单双杠练习
公司名称	盐山圣杰体育器材经销处
价格	480.00/套
规格参数	圣杰:SJ-110 003:SJ-111 004:SJ-112
公司地址	盐山县龙海西路益民小区1号楼1单元601室
联系电话	13833732750

产品详情

要注意安全防滑、动作选择、练习原则，还要注意场地选择以及培训前的热身和培训后的放松。因为在单双杠的日常培训中，人们的双手要长时间与单双杠接触，要用手牢牢的抓住单双杠，这时就要注意防滑，如果手出汗或者没有做好防滑措施，就会在培训锻炼的过程中出现从单双杠上掉下来的情况会出现安全事故。