

# 肋木架

产品名称	肋木架
公司名称	成都户外体育健身器材有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	成都市武侯区红牌楼佳灵路
联系电话	028-85004744 18782092311

## 产品详情

### 肋木架

功能：发展人体各部肌群的灵活性及柔韧性。

法：1、悬垂直脚举腿；2、悬垂屈腿膝触胸；3、依肋木倒立；4、悬垂车轮跑；5、悬垂侧摆腿；6、扶肋木后倒下桥；7、扶肋木侧摆腿；8、扶肋木前后摆腿；9、扶肋木分腿转髋跳；10、攀越肋木。

项：初次练习者请在他人帮助下完成以上动作。

限用人数：2人