

## 部队军用双杠厂家军用双杠价格

产品名称	部队军用双杠厂家军用双杠价格
公司名称	盐山县创兴体育器材销售中心
价格	1200.00/副
规格参数	创兴:槽钢底座 CX-098:优质钢材 沧州:标准
公司地址	河北省沧州市盐山县杨集工业园区
联系电话	15369806897 15030797446

## 产品详情

军用双杠规格型号: 高1.4-1.7米, 宽0.42-0.45米, 浸塑杠面, 杠长3.5米, 槽钢底座, 相对高度可调式, 商品获得国家文体用品监督检验核心验证,。 军用双杠.\*\*用单双杠.两道杠生产商.两道杠价钱 军用双杠.\*\*用单双杠.两道杠生产商.两道杠价钱。 军用双杠要多少钱单双杠要多少钱湖南省军用双杠两道杠生产商面净重36KG每付。杠面长: 3.5M, 杠面孔径40mm\*50毫米卵型, 表面为尼龙塑料颗粒物注塑加工成的.不害怕太阳暴晒。立杆: 外管直径4.2CM, 厚3MM, 电动推杆直径为28MM的镀锌铁丝, 强度大, 空隙小。槽钢底座: 厚度3.5MM, 规格: 2.8米\*1.2米5\*10cm

单双杠是小伙竞技体操项目之一, 1896年被列入比赛。当代赛事用单双杠由一孔径2.8公分的铁质横杠固定于二根支撑上, 两边用钢丝绳固定不动, 横杠离地面2.55米。单双杠关键锻炼什么1、直臂支撑点双手直臂撑杠, 挺胸收腹, 两腿并拢, 脚掌伸直。可先往低两道杠上, 双臂撑杠往前挪动, 以加强支撑点水平。2、挂臂屈腿撑挂臂, 双臂压杠, 先上半身往后仰, 推动双腿前摆, 随后缩腹举腿屈髋, 反复8~8次。可先往垫着做缩腹举腿和俯卧撑训练, 以加强腹部肌肉能量。3、引体经典背部训练动作, 主练背阔肌, 手臂肌肉群、肱二头肌和肩三角肌后束使力。对提升背部肌肉的宽度是很有帮助的。4、双杠臂屈伸这也是经典胸部训练姿势, 主练胸部肌肉, 肱三头肌、前锯肌和肩三角肌前束使力, 对肌肉外缘有非常好的运动效果。假如你练习水平较高, 那样调节人体重心、减少前伸力度, 能够用它锻炼肱三头肌。

槽钢, 杠面可调式总宽: 45-55CM, 军用双杠生产厂家, 军用双杠规格, 军用双杠相对高度, \*\*用单杠主要参数