

部队猎人意志训练场器械厂家 层楼训练器材价格

产品名称	部队猎人意志训练场器械厂家 层楼训练器材价格
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	2000.00/件
规格参数	品牌:胜川 型号:0027 产地:河北沧州
公司地址	盐山开发区
联系电话	0317-8255176 13315723198

产品详情

部队猎人意志训练场器械厂家 层楼训练器材价格

随着训练次数的增多，单杠成绩已经突破满分后，只练引体向上已经不能满足广大军校学员的体能需求了。许多学员追求卓越、挑战极限，向“双立臂”、“卷身上”、“腹部绕杠”等难度动作发起了冲击。还有学员开动脑筋，大胆创新，研究摸索出一系列新颖科学的单杠训法，为体能训练增加了观赏性和趣味性。

下面就让我们一起看看他们在单杠上玩起了什么新花样。

“卷身上”就是我们常说的单杠二练习。卷身上有个重要特点：零的突破很难，但一旦会做以后，提高数量就容易得多。兄弟，还记得你第一次成功卷身上杠的心情吗？

(三) 勇敢者的游戏——腹部绕杠

“腹部绕杠”就是电视剧《士兵突击》中许三多在杠上狂飙三百三十三个的动作

部队猎人意志训练场器械厂家 层楼训练器材价格