

大底座军用单杠价格 燕尾双杠杠 标准部队军用单杠生产厂家

产品名称	大底座军用单杠价格 燕尾双杠杠 标准部队军用单杠生产厂家
公司名称	河北胜泽体育设施有限公司
价格	1200.00/件
规格参数	
公司地址	河北省盐山县望树镇工业区
联系电话	0317-6352757 13903173433

产品详情

器械训练一直是兵哥哥们在部队体能训练的传统科目，特别是单双杠训练，体现了军人的力量和协调性。随着所需的技巧和力量不断提升，军人的单双杠练习从低到高依次分为一到七练习。器械训练场留下了兵哥哥们太多太多的汗水回忆，“挂腊肉”、“飞天猪”、“杠上小王子”，这些都是兵哥哥们聚会时的谈资。前几年，因为种种原因，部分单位不再重视单双杠三到五练习的训练。随着时间推移，很多战士和干部已经无法完成单双杠三到五练习——这其实是一种传统的丢失。2014年，新的《军事训练与考核大纲》把三、四练习重新写入必训科目，2015年又增加了五练习——规定连以下军官和战士都要完成单双杠一到五练习，同时明年马上要施行的*新版《军事训练与考核大纲》也十分重视基层器械训练。陆军边海防学院乌鲁木齐校区毕业的新排长王XX今年一来到陆军第75集团军某旅，便因为他强悍的器械水平让战友们刮目相看，在单位掀起一股器械训练的热潮。现在，请大家跟随镜头，一起看看这位“迷男”的器械训练自拍。

双杠一练习：杠端臂屈伸

操作程序:预备姿势、起跳直臂支撑、臂屈伸

动作要领:双杠一练习又称杠端臂屈伸。正对双杠跳上成支撑,双臂、身体及腿伸直,双臂放下呈90度或大

于90度~匀速或快速推起成直臂,支撑下杠时,上体后移。双手向前推杠落地成站立。

运动器材实体厂家 欢迎来电