

惠州消防队军用单杠规格参数

产品名称	惠州消防队军用单杠规格参数
公司名称	盐山吉胜体育器材有限公司
价格	.00/个
规格参数	品牌:吉胜 类型:军用单双杆 型号:定制型
公司地址	盐山县开发区港城花园
联系电话	0317-6162868 13373176512

产品详情

单杠是男子竞技体操项目之一，1896年被列为比赛项目。现代比赛用单杠由一直径2.8厘米的铁制横杠固定在两根支柱上，两端用钢索固定，横杠离地面2.55米。双杠是由众多结构组中选出的摆动和飞行动作组成，通过各种支撑和悬垂动作来过渡完成。在双杠项目上做上法时，要求必须从并腿站立姿势开始，不得有预先动作，一套动作中多允许有三个停顿动作或静止动作，其他大于或等于1秒的停顿将不被允许。双手握杠呈直臂支撑，当屈臂降体至低位置时，头部前伸，使胸大肌充分伸长，以胸大肌的收缩使两臂伸直，当上臂超过水平时，臂部后移呈含胸姿势，两臂伸直时胸大肌处于收紧状态，这是锻炼胸大肌外侧翼及下缘的有效方法。如当屈臂降体至低位置时，躯干略向后，以肱三头肌的收缩伸直两臂，同时身体前引，使身体直上升，上臂肱三头肌就于完全收紧状态。这时锻炼肱三头肌的另一种方法。故此做双杠臂屈伸时，要有的放矢。双杠的成套动作按规则规定应该有摆动、摆越、屈伸、弧形摆动、回环、空翻和静止用力等。运动员做成套动作时，必须以摆动和腾空动作为主，也可以有适当的静止和用力动作。20世纪初期，双杠动作中静力性动作较多，以后，摆动动作的比重逐渐增加，在30年代，已有了前摆转体180°成支撑、后空翻成支撑等动作。在1936年上，德国运动员K.弗赖的自选动作中包括一个后空翻分腿摆越成支撑。50年代和60年代，双杠技术动作又有了新的改进，如幅度加大，前摆转体180°成手倒立、后空翻成手倒立等摆动接静止姿势的动作增多；前摆转体360°成手倒立出现；空翻转体类型下法增加等等。70年代中期，空翻两周下被普遍采用，空翻两周加转体类型的下法也已出现，杠上杠下动作联接幅度也加大了。正式比赛用的双杠有具体规格要求。用于教学训练的双杠可采用不同的装置与规格，其中有可移动的低双杠，高200~500毫米；固定式低双杠，高500~1000毫米；半自动调节双杠，高1000~1500毫米。双杠动作可由支撑或悬垂做，也可由侧撑或正撑做。练习双杠动作对发展人体上肢和腹背肌肉的力量有良好的作用。我们公司秉承“顾客至上、服务为本”的经营宗旨，以“以诚合作，以信经营”的经营理念，欢迎新老客户来函、来电、来人现场考察洽谈合作!