

## 部队室外训练器材,网墙懒人梯生产图

产品名称	部队室外训练器材,网墙懒人梯生产图
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	1900.00/套
规格参数	尺寸:训练标准 颜色:军绿 工艺:高温喷涂
公司地址	盐山县杨集乡杨辛公路北侧
联系电话	0317-5129521 18232710013

## 产品详情

在众多同伴的帮助下会使学员体会到只要生活在集体中，力量是无穷的板面上加一层1厘米厚的薄毯,使助跳板有弹性,不光滑，跳板一般用胶合板、实木板等弹性好的材料制成，能承受较强的冲击力 B、开始位置：两臂悬垂在单杆上，两手宽握距，正手握紧横杆，使腰背以下部位放松，背阔肌充分伸长，两小腿弯曲抬起。 C、动作过程：吸气，集中背阔肌的收缩力，屈臂引体上开至颈后，使之接近或触及单杠，稍停2-3秒。400米障碍场按器械固定方式可分为两大类：一为固定式，一为可移动式，以下介绍仅以移动类为建设标准上身慢慢向前弯腰，直到大腿后侧肌肉感到被拉紧，上身不能再向前移动时停止，保持这个姿势20-30秒，然后还原（可根据客户要求定做）单杠：1练习是引体向上2练习是腾身反转上杠3练习是双手撑杠单脚踏杠4练习是跨杠翻转旋转360度5练习是摆体上杠旋转360度下杠6练习是跨杠反转旋转360度下杠7练习是踩杠旋转360下杠8练习是360度大回环双杠：1练习是撑杠2练习是摆臂撑杠4练习是夹臂上杠，杠上水平坐杠5练习是。训练场固定滚轮：总高2200毫米

[伞降训练场滑绳下,轮胎攀台宽度](#)