

梯式框式爬绳杆-四面攀爬架高度 高墙矮墙厂家 三角形规格尺寸

产品名称	梯式框式爬绳杆-四面攀爬架高度 高墙矮墙厂家 三角形规格尺寸
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	1200.00/件
规格参数	品牌:胜川 颜色:军绿 产地:河北
公司地址	河北省盐山县杨集乡大郝工业区
联系电话	0317-6352757 13903173433

产品详情

订购军用单杠槽钢底座各种款式同时消防锻炼设施厂家提供专业裁定服务，供应学校用单杠，比赛用单杠，军用双杠槽钢底座单杠，体操用军用双杠，接待您有这方面要求的前来咨询选购保障发货随时，全国的品质做工。

产品名称：地埋双杠详细说明：地埋双杠采用60#无缝钢管为立柱，水泥灌注更加牢固，杠面采用尼龙杠面（尼龙杠面立心弹簧钢室外专用）高度为1.4米。

双杠于1896年被列为奥运会比赛项目是男子竞技体操项目之一。金属的架子支撑两条平行的木头、塑胶

或合成金属制成的杠。一套典型的双杠动作包括在支撑位置、倒立位置和挂臂位置的转换；运动员要在这些位置做摆动，摆越、屈伸、弧形摆动、回环、空翻和静止等动作。后，整套动作的下法要求必须站在杠的一侧。

双杠练习方法；

A、重点锻炼部位：主要是胸大肌下部，其次是肱三头肌和三角肌。B、开始位置：双杆间距宽于肩，双手握杠成直臂支撑、挺胸、收腹，两腿伸直并拢放松呈下垂状。C、动作过程：呼气，屈肘弯臂，身体下降，直至两臂弯曲降低到低位置时，头部应向前引，两肘外展，使胸大肌充分拉长伸展。随即吸气，以胸大肌突然收缩力撑两臂，使身体上升直至两臂完全伸直；当上臂超过杆水平位置时，臀部稍向后缩，躯干呈“低头含胸”的姿势。两臂伸直时，胸大肌处于彻底收紧状态。重复练习。D、训练要点：动作要缓慢进行，不要借身体的振摆助力完成动作；撑起时速度要快、挺胸、抬头、收腹、不耸肩；为加大训练强度可在腰间负重练习。

B、军用双杠

C、结构：这个器械由两根相同规格的杠子组成。两根杠子平行、在同一高度。

D、两根杠子的位置是平行的，可以预加应力。

E、每根杠子由两根竖立柱支撑，立柱下面是一个起固定作用的底座。

F、支撑竖立柱包括一个固定部分和一个可移动的部分，这样可以调节双杠的高度和宽度。

G、杠子的横截面成水滴型，整根杠子的横截面都是完全相同的。

H、尺寸：杠子

I、长度 350厘米

J、横截面纵轴高度 5厘米

K、横截面横轴高度 4厘米

L、从杠子上端到地面的距离 195厘米

M、两个连接点之间的距离 230厘米

N、两根杠子之间的距离 42厘米至52厘米

O、两根支撑立柱的固定部分之间的距离至少为48厘米

P、垫子的高度 20厘米

Q、宽度调节：两根杠子之间的距离必须能自由的在42厘米至52厘米之间调节。

R、功能特性：杠子必须是有弹性的。为保证弹性能发挥效力，杠子与支撑立柱的连接点必须是活结。

S、杠子不能明显的纵向和横向摆动。

T、整个器械必须是稳定的。

U、意外地横向和纵向受力时，双杠都能保持稳定不动。

V、杠子的表面必须能吸收水分，同时不易打滑。

W、杠子表面必须由木头制成。除了打磨之外，不能对其表面进行任何其他处理。

X、杠子的芯可以是木制的，也可以是由其他材料制成的。

Y、杠子一定要非常结实，不能折断。

Z、器械不能有尖锐的边、角或其他突出的部分。表面不能粗糙。

AA、调节螺丝在固定后不能出现意外移动。调节装置必须是双保险，保证在使用时不出现松动。

AB、基座的大梁以及两梁间的空地必须都用垫子盖上。覆盖后地面必须是平坦的，没有空隙，和四周的垫子同一高度形成一个平面，只有支撑立柱从平面上深出来。

AC、

舞蹈把杆概述：舞蹈把杆(又名：舞蹈压腿杆、舞蹈室把杆、舞蹈房把杆、舞蹈练功支架)是舞蹈形体训练过程中，用来压腿的重要工具。舞蹈把杆的作用是为了帮助练习者完成动作时调整重心、掌握平衡，以避免在支撑困难的情况下导致错误动作的出现，促使舞者舞蹈动作的稳定性。舞蹈把杆的用途：学习过舞蹈的人都知道，通常舞蹈的训练包括把上练习(也叫“舞蹈把杆训练”或“舞蹈把杆练习”)和把下练习(也叫“脱把练习”或“地面训练”)。舞蹈基础训练当中，把杆训练是气息、力量、稳定性及柔韧性的结合。[标题]舞蹈把杆的种类：移动升降舞蹈把杆,固定升降舞蹈把杆,壁挂式舞蹈把杆,落地式舞蹈把杆,产品畅销北京及全国各地.舞蹈把杆可根据客户要求定做.欢迎广大客户来电或到厂咨询订购.标准舞蹈把杆介绍；材质：天然水曲柳木+静电喷塑