

# 阿坝引体向上单双杠 铸铁军用双杠 实木400米障碍器材厂家【胜川】

产品名称	阿坝引体向上单双杠 铸铁军用双杠 实木400米障碍器材厂家【胜川】
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	500.00/件
规格参数	品牌:胜川 型号:全 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

这是经典的xiong部训练动作，主练胸大肌，肱三头肌、前锯肌和肩三角肌前束辅助发力，对胸肌下缘有很好的训练效果。如果你的训练水平较高，那么调整身体重心、减小前倾幅度，可以用它来锻炼肱三头肌。底座采用u型钢，槽钢底座长2.8米，宽1.2米壁厚3.5，立柱为铸铁成型立柱可调节高度1.2-1.6米。宽米，杠面材质：尼龙杠面中间夹有弹簧钢内芯长350cm，槽钢+尼龙杠面+锰钢内芯,适用于户外。通过体育用品检验认证。

双手握杠呈直臂支撑，当屈臂降体至\*\*\*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彻底收紧状态，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\*\*\*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。黔南标准单双杠高度军单双杠军