

舞蹈压腿架，舞蹈把杆生产厂家

产品名称	舞蹈压腿架，舞蹈把杆生产厂家
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	280.00/付
规格参数	品牌:胜川 型号:sc406 长度:80-120cm
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

舞蹈压腿架，舞蹈把杆生产厂家，胜川舞蹈把杆适用范围：目前被广泛用于学校、单位、舞蹈学校、音乐学院、电影学院，歌剧院、家庭个人、戏剧院等。是您购买舞蹈把杆的放心厂家。

移动式舞蹈把杆可以随意移动使用，即方便又可有效节约空间，适用于临时场地，如舞台、舞蹈房、健身房、舞蹈室、形体房、练功房、体操房、家庭训练等，可以通过升降杆来调整把杆高度。专业移动式舞蹈把杆，都采用纯天然正宗水曲柳木

舞蹈压腿训练；

这是舞蹈基础训练中最为基本的训练内容，分别为压前、旁、后腿。压腿的练习有助于打开学生腿部关节的韧带。压腿时要注意腿部关节的直立，脚背向外打开绷直，并保持上半身的直立。向下压至上半身和腿部之间的没有缝隙。个别学生韧带太紧，在压腿的过程中不要苛求一定要压下去，保持正确的姿态，日积月累就可以拉长韧带，达到要求。特别注意的是胯部要端正。压旁腿和后腿的时候学生最容易出胯和斜胯，需要及时矫正。在压旁腿时，同侧的手扶住把杆，另一只手臂紧贴在耳边，向腿上靠近并尽量向远处伸展，拉长旁腰。压后腿时，注意肩膀端平，颈部不要缩，撑住头部别掉下去，并向后伸展。
伴奏带：选用节奏感比较强的音乐

舞蹈把杆产品规格介绍；

产品规格：2m、2.5m、3m、3.5m、4m 其他规格可根据客户要求订做。

舞蹈把杆，把杆直径为5.5厘米，水曲柳材质，内有2.5直径锰钢，带弹性

舞蹈把杆可调节高度；

可调节高度为80-120公分

把杆重量：3.5kg/m