训练器材体操军用木马 部队跳马 训练木马厂家

产品名称	训练器材体操军用木马 部队跳马 训练木马厂家
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	550.00/个
规格参数	
公司地址	盐山县望树镇宋庄村（注册地址）
联系电话	0317-8255176 15373379958

产品详情

鞍马

鞍马高1.05米，环高12厘米。现代比赛用鞍马器械长160厘米，宽35厘米，马背中央木环上沿离地面120厘米，离马背12厘米，两环相距40～45厘米。

鞍马是在马的所有部位，用不同的支撑方式完成不同的全旋和摆越动作是鞍马项目上一套动作的基本特性。做全旋时，以并腿全旋为主。允许有通过手倒立加转体或不加转体的动作，不同的结构组的动作必须在充分的摆动中完成，不能停顿，该项目中不允许有力量动作。

大多数的运动员认为鞍马是所有体操项目中难的。这可能因为鞍马对运动员的要求实在太高：力量、近乎完美的平衡、柔韧、时间感、以及动作的优美性。比赛中运动员要做一系列的前、后全旋，交叉，并且要在鞍马的整个长度上做动作。鞍马的全旋动作是靠手(多数情况下是单手)支撑身体重心，身体在马上做向前或向后的回旋。做全旋动作时，运动员双腿伸直分开并尽量上举，除双手之外的任何身体部位都不能接触鞍马。

动作流畅与精确控制是鞍马比赛得高分的要素。由于运动员的动作相当快，一般的观众可能还弄不清他做过的动作，不过这是得高分所必须的。为增加难度，运动员在做动作的同时，还会用手移动自己在马上的位置。

在男子竞技体操的六个项目中，唯有鞍马这个项目在群众中开展得不普及，因而在体操比赛中，鞍马受观众“冷落”。

其实，在男子竞技体操六个项目中，鞍马是难“驯服”的。在平日的训练中，运动员花费在它上面的时间多、精力大。因为鞍马的支撑面积很小，完全要用两只手控制，是身体重心变化多、快的一个项目。有些单环动作，只能由两只手交替握在一个环上才能完成，这样一来，手的支撑面积就更小了。在这样窄小的支撑面积内，运动员必须不断地变化动作，再加上体操评分规则不允许除了手之外的其它身体部位触器械，所以稍有闪失，就会碰马或从马上跌落下来。

在比赛中，运动员必须要充分利用马的三个部位
（两个马端
和马中部的环），在这三个部位上完成各种全旋、转体、移位、交叉以及经倒立等动作，动作之间不允许停顿，也不允许出现用力动作，否则均要扣分。 在鞍马比赛中，如果运动员的一套动作难度大，姿势优美，动作协调且变化多端，连接很流畅，幅度大，下法站稳，那将会得到高分。