

# 全国部队通用单双杠河北胜川专供

产品名称	全国部队通用单双杠河北胜川专供
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	1299.00/付
规格参数	胜川:杠面长度3.5米 SC--333:升降高度1.25--1.65米 河北沧州盐山大郝工业开发区:重量145公斤
公司地址	河北沧州市新华区 盐山杨集
联系电话	15166965207 13930797394

## 产品详情

供应通用双杠厂家 太原通用单双杠价格 北京通用双杠哪里便宜 济南标准通用双杠 郑州通用单杠, 胜川体育生产通用双杠规格: 通用双杠底座采用u型钢, 立柱为铸铁成型立柱可调节高度1.2-1.6米。槽钢+尼龙杠面+锰钢内芯,宽0.42-0.45米, ,底座长2800MMX1200MM 5X10槽钢 壁厚3.5, 杠面材质: 尼龙杠面中间价有弹簧钢内芯长350cm, 适用于户外。产品通过国家体育用品监督检验中心认证, 质量上乘。本产品底座采用加厚槽钢焊接成型。各部位铸铁件均为加料玛钢件, 确保使用更安全。杠面采用弹簧钢、新尼龙一次铸塑而成, 外形均匀, 尺寸合适, 经得起风吹日晒, 不氧化, 不裂痕。适合、学校、单位、家庭等场所体育比赛或者锻炼身体使用, 质量过硬, 性价比超高。客户一直好评。工艺:高度可调节、宽度可调节, 打沙处理后喷塑。性能特点:采用高品质钢管, 安装完毕即可使用。选择单双杠时杠必须有弹性, 保证不能折断。对于单杠弹性不仅来自杠子, 器械整体也有弹性。这就是板钩、支撑立柱、钢绳的安装和拉紧度必须严格遵守要求、保证统一弹性的原因。杠子和支撑立柱之间必须通过活结相连, 以保证有效的弹性。杠子必须允许在上面做转体和滑行动作, 同时不易打滑。整个器械必须是稳固的。单双杠的产品质量必须严格把关。合肥通用单双杠规格, 温州通用双杠单杠报价 西安单双杠报价 天津通用双杠多少钱 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: 双杆间距好宽于肩, 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。单杠练习; 颈后前宽握引体向上 A、重点锻炼部位: 背阔肌和肩部肌群。 B、开始位置: 两臂悬垂在单杠上, 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。然后呼气, 以背阔肌的收缩力量控制住, 使身体慢慢下降还原。重复练习。 D、训练要点: 动作过程中身体不要前后摆动利用惯性给予助力; 全身下垂时, 肩胛部要放松。使背阔肌充分伸长。悬杠屈膝缩腿起始姿势两手

正握单杠，全身直垂杠下。动作过程屈膝，把小腿尽力向上缩起，到高点时，收缩腹直肌一秒钟。然后徐徐下垂小腿，直到完全伸直。呼吸方法缩起小腿时吸气，降落时呼气。注意要点缩起小腿时要尽力把两膝向上提升。单杠结构：两根支撑立柱水平支撑一根圆杠（圆杠直径保持不变）组成单杠。

支撑立柱竖立在地面上，下面有底盘。

用四根绳索（直径至多为1厘米）将单杠拉成直立，四根绳索和地面的四个地钩相连。

颜色：杠子保持磨光钢铁的自然颜色。其余部分的颜色或设计由生产商自行决定。在特定的比赛中，国际体操联合会可以指定颜色。河北胜川单杠详细说明：通用单杠采用优质无缝钢管为外套管，升降调节柱选用标准圆钢（直径为2.8厘米），单杠杠面采用弹簧杠长度为2.2米。可调节高度为1.8-2.4米。支撑立柱竖立在地面上，下面有底盘。用四根绳索直径为1厘米将单杠拉成直立，四根绳索和地面的四个地钩相连。四角铁链拉纤圆钢地脚水泥灌注增强通用单杠的稳定行。欢迎来到河北胜川体育器材制造有限公司网站，具体地址是河北省沧州盐山县杨集工业开发区，老板是郝立杰。联系电话是0317-6295668，联系手机是13930797394，主要经营通用单双杠，通用单杠，通用双杠，通用单双杠厂家，舞蹈把杆，移动式舞蹈把杆，落地式舞蹈把杆，壁挂式舞蹈把杆，舞蹈把杆厂家，舞蹈把杆尺寸，舞蹈把杆高度，。单位注册资金单位注册资金人民币 100 万元以下。我们公司主要有通用单双杠,通用单双杠厂家,通用双杠,移动式舞蹈把杆,壁挂式舞蹈把杆,落地式舞蹈把杆等产品，如果您对我们的产品有需要或感兴趣，我们用万分诚意欢迎您来电咨询或来公司参观，竭诚为您服务！