

# 舞蹈把杆尺寸

产品名称	舞蹈把杆尺寸
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	100.00/米
规格参数	胜川:杠面2,2.5,3,3.5,4米 SC--345:升降高度80--120,60--90 河北盐山大郝工业开发区:重量：17,35,40,45,55
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

舞蹈把杆有1M、1.5M、2M、2.5M、3M、3.5M、4M等，其他的长度可以为您定制。把座的类型有：固定式的（可以固定在墙壁上，也可以固定在地面）和移动式的（可以随着不同时间的需要而进行移动）。我们的舞蹈把杆里面加了特质带有弹性的锰钢，增添了把杆的弹力，让其不容易发生形变。我们采用的原材料是水曲柳，不同于大多数的松木制做的把杆，它更加的坚固，更加的耐潮，不易受环境变化而发生形变。为什么舞蹈训练都需要舞蹈把杆？舞蹈基本功把杆训练的目的是什么？辅助重心的训练把杆的训练的目的就是为了脱离把杆为中间的训练奠定基础，然而脱离了把杆\*\*\*重要的一点就是稳定性的把握，怎么样才能有较好的稳定性？重心的运用就是关键的一点。无论任何动作当中，主力腿是根基，动力腿只是一个装饰品，无论动力腿和上身再大幅度的动作，重心支撑点把握好了才是动作质量的关键。帮助柔韧性的训练柔韧性的训练是为了提高肌肉、肌腱、韧带等组织的伸展性。首先是在地面训练之上对软开度的一个运用，把杆训练当中很多动作都离不开柔韧度，也只有解决了身体基本的柔韧性，才能达到学生解放四肢的一个目的。提高协调性的训练协调性在把杆训练中也是至关重要的一点，有了协调性身体的配合才能富有表现力，使学生能够以协调的方式自由支配自己的身体，以美的形式呈现出来，对学习其他舞蹈课程也有了基本的铺垫作用。然而协调性的训练可以通过把杆训练当中结合一些舞姿来做，在避免枯燥单一的训练的同时，对于学生全身协调性的训练也有着良好的作用。增加灵活性的训练把杆训练当中，灵活性的训练也是不可缺少的一部分，训练时要求腿部肌肉以及各个关节在动作中能迅速、准确的到位，灵敏迅速的变换。强化腿部力量的训练腿部力量的训练是为中间的训练打下坚实基础的核心，为完成各种技巧动作作铺垫的。力量实质是一种能力的训练，在完成对重心的把握，柔韧性、灵活性、协调性的运用的基础上，达到腿部力量的训练。通过把杆训练完成腿部力量训练，使学生拥有一定的身体素质条件，在提高学生能力的同时，为中间训练打好坚实的基础。

产品名称：家用移动可升降调节式舞蹈把杆产品包装：2个ABS底座。1根2米把杆（1.5米1米都是现货 其他长度可定做）i对把杆支架产品材质：把杆采用水曲柳。直径55mm，外表光滑无毛刺。清漆养护。内置实心22mm弹簧钢。抗压性能强。支架采用优质钢管，内心为优质电镀洛圆钢。带碰珠升降。双扣锁死。可调节高度为80-120cm适用场地：家庭练习  
关于发货：把杆为大件物品。默认物流送货。2米下可发快递。

本公司常年现货供应1米、1.5米、2.0米、3米、3.5米、4米舞蹈把杆，特殊尺寸可以定做。把杆直径55mm

，内有22mm直径锰钢，带弹性，水曲柳木材质。支架采用优质无缝钢管焊接而成，颜色珍珠白、高亮。活动升降内芯为优质电镀圆管，螺旋拉销式升降控制装备，升降高度可调节40cm。标准舞蹈把杆升降高度为80-120cm，幼儿园高度为：60-100cm，特殊尺寸可定做。