

部队训练器材 军用双杠 400米障碍 移动低桩网

产品名称	部队训练器材 军用双杠 400米障碍 移动低桩网
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	1200.00/副
规格参数	品牌:广胜体育 产品:部队器材
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

可提高完成动作的时间—空间条件，使动作易于完成。利用跳箱的支撑体会动作过程或某些关键环节双杠单脚踏地经屈体挂臂撑成外侧坐：1．调整跳箱高度，使练习者臀部靠坐在纵箱一端，体会蹬地摆腿同时倒肩，并腿收腹翻臀屈体仰卧于箱面2．跳箱上屈体仰卧做前滚成外侧坐。双杠外侧坐单腿摆越两杠转体180°成分腿坐，分腿坐单腿向后摆越两杠转体180°成外侧坐：练习初期在跳箱上做。技巧头手翻利于练习者体会动作过程。前手翻：手撑跳箱盖向低处做。

可以适当提高运动量，一般以脉搏不超过110次/分钟为宜，高不得超过120次/分钟。以往不经常或者说根本不参加体育锻炼的老同志，首先要选择适合自己的运动项目。使用器械要牢记“四注意”注意一：不要运动过量。以往经常参加体育锻炼的人注意二：锻炼前一定要做好准备活动，热身10～15分钟左右。这样做可以预防扭脚脖子，扭腰和对神经的伤害。5.独木桥:长5米厚20厘米.主要由木板组成。6.高墙:宽，高各2米。7.低桩网:由12根立柱对应分列两行，行距2米，间距1米，桩高出地面50厘米，每对立桩间用弹性材料拉直成横线构成桩网，网下地面以松柔的沙层为宜.立柱由钢管构成。

我们的地址：盐山县杨集开发区电话：0317-8255176联系手机：15373379958 期待您的咨询

我公司主要经营军用双杠厂家，健身器材厂家，移动式舞蹈把杆价格，室外健身器材，军用双杠，军用单杠，部队标准双杠，军用双杠价格，400米障碍器材，室外健身路径，户外健身路径价格，舞蹈把杆，舞蹈把杆厂家，固定式压腿杆，儿童游乐设备，体操用品，儿童滑梯，篮球架，蓝球用品，乒乓球台，羽毛球柱，网球柱，排球柱