

舞蹈把杆练习方法铸铁舞蹈把杆一套价格

产品名称	舞蹈把杆练习方法铸铁舞蹈把杆一套价格
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	260.00/副
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

在主力跨上提，不改变重心的前提下，全脚擦至远处后，脚跟离开地板，继续向远延伸，经过半脚掌的位置，需要注意的是：

1 擦出去时脚跟要朝前顶，把脚转开

2 大腿内侧要收紧并上提

3 两个胯包括两条腿应全部外旋敞开并上提

盐山广胜体育器材有限公司，