

江西舞蹈室专业固定压腿杆价格 舞蹈室练习把杆批发

产品名称	江西舞蹈室专业固定压腿杆价格 舞蹈室练习把杆批发
公司名称	盐山洛龙体育器材销售有限公司
价格	280.00/副
规格参数	
公司地址	盐山县杨集工业园区
联系电话	0317-8204185 13001482136

产品详情

江西舞蹈室固定压腿杆价格 舞蹈室练习把杆批发

舞蹈基础训练当中，舞蹈把杆训练是气息、力量、稳定性及柔韧性的结合。

十堰舞蹈房扶手杆批发（优质供应商练的是平行双杠 标准舞蹈压腿把杆介绍；

把杆材质：天然水曲柳木，舞蹈把杆 55cm，内有 22cm弹簧钢。

长度规格：1-4米现货（其他尺寸可定制） 支架升降高度：80-120cm(可调节)

适用范围：舞蹈室、舞蹈房、舞蹈排练厅、家庭、单位

表面：把杆光滑无毛刺，手感舒适表面聚脂清漆处理。现在什么都讲究个 可调高度范围；

常规(80cm-120cm) 儿童（60cm-100cm) 江西舞蹈室固定压腿杆价格 舞蹈室练习把杆批发

压旁腿做法

1.身体侧对舞蹈把杆等支撑物，同侧手扶住把杆；（例如图中）江西舞蹈室固定压腿杆价格

舞蹈室练习把杆批发

2.右腿举起伸直，脚跟放在舞蹈把杆上，立腰，被压腿尽量向身体正前顶髌，右臂向里掖肩，左臂向上

举，向头后伸展；

3.将腿向肩后方振压。江西舞蹈室固定压腿杆价格 舞蹈室练习把杆批发

注意！可根据自身情况，幅度可逐渐加大，直到脚尖能接触到后脑勺。