

杠铃片价格训练杠铃重量深蹲架价格

产品名称	杠铃片价格训练杠铃重量深蹲架价格
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 材质:优质钢管
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

杠铃片价格训练杠铃重量深蹲架价格

杠铃有标准杠铃和非标准杠铃两种。

标准杠铃：由杠铃杆（横杠）、杠铃片和卡箍三部分组成。举重的国际比赛必须使用经国际举联认可的国际标准杠铃，有男子杠铃和女子杠铃两种，区别主要在杠铃杆上，杠铃片是相同标准的。男子杠铃杆长2.20米、重20公斤，女子杠铃杆长2.15米、重15公斤。杠铃杆直径0.028米，大的杠铃片直径为0.45米，外面包有橡胶可以起增加美观和减少杠铃落地的噪音的作用。杠铃片重量、颜色及型号如下：25公斤（红色大型）、20公斤（蓝色大型）、15公斤（黄色大型）、10公斤（绿色大型）、5公斤（白色中型）、2.5公斤（红色中型偏小）、2公斤（蓝色小型）、1.5公斤（黄色小型）、1公斤（绿色小型）和0.5公斤（白色小型），所有杠铃片重量数值必须在外面用数字标明。卡箍每个重2.5公斤 [1]

。杠铃片的添加规则是，内侧(先加)重外侧(后加)轻，也就是重的加在内侧轻的加在外侧。因为卡箍重量是2.5公斤，所以2公斤以下(包括2公斤)的小杠铃片必须加在卡箍外侧，而且这种小杠铃片每侧限加一个。