

通用双杠标准

产品名称	通用双杠标准
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	.00/个
规格参数	
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

通用双杠是一种常见的户外健身器材，通用双杠也是学校体育器材建设的重要组成部分，属于固定器械。其次，

的训练技巧是什么呢？在练习等户外健身器材时，首先要注意上身的运动要点：1.双手支撑行走，左手和右手支撑在双杠上，用手代替脚来支撑练习。2.双手支撑屈伸，左手和右手支撑在双杠上，上下弯曲和伸展练习。3.倒立。双手支撑在地面上，双腿靠在双杠上，并进行倒立支撑练习以克服自己的重量。4.在杆上向上推，将手和脚支撑在双杠上练习.了解更多关于通用双杠、400米障碍等通用训练器材相关知识。