

户外攀爬架 优质攀爬架厂家 攀爬架价格

产品名称	户外攀爬架 优质攀爬架厂家 攀爬架价格
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	2400.00/副
规格参数	品牌:广胜体育 材质:优质钢材
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

户外攀爬架 优质攀爬架厂家 攀爬架价格

双手及时交替向上换握，使身体不断上升。爬绳下降时可用两腿夹绳，不要快速下滑，以防擦破手掌，也不要离地很高时松手跳下，以免摔伤。

爬绳这一健身运动在中国比较普及，它不仅能发展力量、耐力和攀援技能，而且能培养人们勇敢顽强的意志品质。爬绳已被列为中国《体育锻炼标准》的项目之一。