

北京铸铁军用双杠厂家 天津军用单杠报价批发

| | |
|------|--------------------------|
| 产品名称 | 北京铸铁军用双杠厂家 天津军用单杠报价批发 |
| 公司名称 | 盐山广胜体育器材有限公司 |
| 价格 | .00/套 |
| 规格参数 | 品牌:广胜 型号:105 产地:河北 |
| 公司地址 | 盐山开发区 |
| 联系电话 | 0317-8255176 13315723198 |

产品详情

北京铸铁军用双杠厂家 天津军用单杠报价批发

A、重点锻炼部位：主要是胸大肌下部，其次是肱三头肌和三角肌。 B、开始位置：双杆间距宽于肩，双手握杠成直臂支撑、挺胸、收腹，两腿伸直并拢放松呈下垂状。 C、动作过程：呼气，屈肘弯臂，身体下降，直至两臂弯曲降低到低位置时，头部应向前引，两肘外展，使胸大肌充分拉长伸展。随即吸气，以胸大肌突然收缩力撑两臂，使身体上升直至两臂完全伸直；当上臂超过杆水平位置时，臀部稍向后缩，躯干呈“低头含胸”的姿势。两臂伸直时，胸大肌处于彻底收紧状态。重复练习。 D、训练要点：动作要缓慢进行，不要借身体的振摆助力完成动作；撑起时速度要快、挺胸、抬头、收腹、不耸肩；为加大训练强度可在腰间负重练习。

B、 军用双杠

C、 结构：这个器械由两根相同规格的杠子组成。两根杠子平行、在同一高度。

D、 两根杠子的位置是平行的，可以预加应力。

E、 每根杠子由两根竖立柱支撑，立柱下面是一个起固定作用的底座。

F、 支撑竖立柱包括一个固定部分和一个可移动的部分，这样可以调节双杠的高度和宽度。

G、 杠子的横截面成水滴型，整根杠子的横截面都是完全相同的。

H、 尺寸：杠子

I、 长度 350厘米

J、 横截面纵轴高度 5厘米

- K、 横截面横轴高度 4厘米
- L、 从杠子上端到地面的距离 195厘米
- M、 两个连接点之间的距离 230厘米
- N、 两根杠子之间的距离 42厘米至52厘米
- O、 两根支撑立柱的固定部分之间的距离至少为48厘米
- P、 垫子的高度 20厘米
- Q、 宽度调节：两根杠子之间的距离必须能自由的在42厘米至52厘米之间调节。
- R、
功能特性：杠子必须是有弹性的。为保证弹性能发挥效力，杠子与支撑立柱的连接点必须是活结。
- S、 杠子不能明显的纵向和横向摆动。
- T、 整个器械必须是稳定的。

我们的地址：盐山开发区电话：0317-8255176联系手机：13315723198 期待您的咨询

我公司主要经营400米障碍，300米障碍，部队训练器材，军用双杠，军用器材，室外健身器材，篮球架，百米障碍器材

- U、 意外地横向和纵向受力时，双杠都能保持稳定不动。
- V、 杠子的表面必须能吸收水分，同时不易打滑。
- W、 杠子表面必须由木头制成。除了打磨之外，不能对其表面进行任何其他处理。
- X、 杠子的芯可以是木制的，也可以是由其他材料制成的。
- Y、 杠子一定要非常结实，不能折断。
- Z、 器械不能有尖锐的边、角或其他突出的部分。表面不能粗糙。
- AA、 调节螺丝在固定后不能出现意外移动。调节装置必须是双保险，保证在使用时不出现松动。
- AB、 基座的大梁以及两梁间的空地必须都用垫子盖上。覆盖后地面必须是平坦的，没有空隙，和四周的垫子同一高度形成一个平面，只有支撑立柱从平面上深出来。

北京铸铁军用双杠厂家 天津军用单杠报价批发