

# 青海标准400米障碍厂家 部队训练器材高墙平梯价格

产品名称	青海标准400米障碍厂家 部队训练器材高墙平梯价格
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:026
公司地址	盐山开发区
联系电话	0317-8255176 13315723198

## 产品详情

青海标准400米障碍厂家 部队训练器材高墙平梯价格

底座采用u型钢，槽钢底座长2.8米，宽1.2米 壁厚3.5，立柱为铸铁成型立柱可调节高度1.2-1.6米。 ,宽0.42-0.45米， ,杠面材质：尼龙杠面中间夹有弹簧钢内芯长350cm，槽钢+尼龙杠面+锰钢内芯,适用于户外。通过体育用品检验中心认证，上乘。

立柱：

外管直径4.2CM，厚3MM，升降杆直径为28MM的冷拔钢，强度高，间隙小。槽钢底座：厚度为3.5MM，尺寸：2.8米\*1.2米\*10cm槽钢，杠面可调宽度：45-55CM  
杠面可调高度：1.2-1.6米。底座整体尺寸长：2.8M，宽1.2M，总重量为145KG。

订购军用单杠槽钢底座各种款式同时消防锻炼设施提供裁定服务，供应学校用单杠，比赛用单杠军用双杠槽钢底座单杠，体操用军用双杠，接待您有这方面要求的前来咨询选购保障发货随时，全国的品质做工。

产品名称：地埋双杠详细说明：地埋双杠采用60#无缝钢管为立柱，水泥灌注更加牢固，杠面采用尼龙杠面（尼龙杠面立心弹簧钢室外）高度为1.4米。

双杠于1896年被列为奥运会比赛项目是男子竞技体操项目之一。金属的架子支撑两条平行的木头、塑胶或合成金属制成的杠。一套典型的双杠动作包括在支撑位置、倒立位置和挂臂位置的转换；运动员要在这些位置做摆动，摆越、屈伸、弧形摆动、回环、空翻和静止等动作。后，整套动作的下法要求必须站在杠的一侧。

双杠练习方法；

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：双杠间距宽于肩，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

青海标准400米障碍厂家 部队训练器材高墙平梯价格