

# 安庆双杠参数厂家直销

产品名称	安庆双杠参数厂家直销
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	680.00/套
规格参数	品牌:胜川 型号:SC-001 产地:河北
公司地址	河北 盐山县 杨集乡 大郝工业开发区
联系电话	0317-6225629 13013226233

## 产品详情

### 安庆双杠参数

4、商品库存：由于多种渠道销售原因，个别是商品暂时会出现缺货情况，请买家朋友多多谅解，也请各位在拍下宝贝之前先也我们的销售人员联系，确定您需要的宝贝现在是否有货，如出现缺货我们会尽快安排生产，以确保及时发货。

鞍马高1.05米，环高12厘米。现代比赛用鞍马器械长160厘米，宽35厘米，马背中央木环上沿离地面120厘米，离马背12厘米，两环相距40~45厘米。

鞍马是在马的所有部位，用不同的支撑方式完成不同的全旋和摆越动作是鞍马项目上一套动作的基本特性。做全旋时，以并腿全旋为主。允许有通过手倒立加转体或不加转体的动作，不同的结构组的动作必须在充分的摆动中完成，不能停顿，该项目中不允许有力量动作。

大多数的运动员认为鞍马是所有体操项目中难的。这可能因为鞍马对运动员的要求实在太高：力量、近乎完美的平衡、柔韧、时间感、以及动作的优美性。比赛中运动员要做一系列的前、后全旋，交叉，并且要在鞍马的整个长度上做动作。鞍马的全旋动作是靠手(多数情况下是单手)支撑身体重心，身体在马上做向前或向后的回旋。做全旋动作时，运动员双腿伸直分开并尽量上举，除双手之外的任何身体部位都不能接触鞍马。

动作流畅与精确控制是鞍马比赛得高分的要素。由于运动员的动作相当快，一般的观众可能还弄不清他做过的动作，不过这是得高分所必须的。为增加难度，运动员在做动作的同时，还会用手移动自己在马上的位置。

安庆双杠参数撑起时速度要快、挺胸、抬头、收腹、不耸肩；为加大训练强度可在腰间负重练习。颈后前宽握引体向上 A、重点锻炼部位：背阔肌和肩部肌群。 B、开始位置：两臂悬垂在单杠上，两手宽握距，正手握紧横杆，使腰背以下部位放松，背阔肌充分伸长，两小腿弯曲抬起 军用单杠410介绍  
单杠说明:单杠 结构：两根支撑立柱水平支撑一根圆杠（圆杠直径保持不变）组成单杠。