

锻炼跳绳怎么选 学生计数跳绳

产品名称	锻炼跳绳怎么选 学生计数跳绳
生产厂家	温州创宇铭源科技有限公司
价格	/
规格参数	:
公司地址	滨江街道万源路
联系电话	15210258793

产品详情

锻炼跳绳怎么选 学生计数跳绳

通常有轻绳和重绳之分，一般的跳绳重量在80~120克左右。小于80克就太轻了，大约200克，甚至大于400克的可以称为重绳。

一根单纯的棉绳，由于其价格便宜，并且打在身上不疼，常见于小学生的体育课堂。

缺点：正因为它是一根单纯的棉绳，没有

“轴承”的转动，所以非常容易打结，稍微跳得快一点，就容易打结，从而导致跳绳中断。并且我们跳绳讲究感受绳子甩动的惯性，所以这种绳子不容易跳。

适用人群：其实从学习跳绳的角度来讲，我不认为它适合任何人，但是对于一些刚刚起步学习跳绳的孩子来说，可以用，因为刚起步本身很难跳的多，并且打在身上不疼，可以使用。

计数跳绳：

特点：这种跳绳的显著功能不言而喻，它具有计数的功能，在体育考试或者想知道每分钟跳多少次的情况下，可以选择。

此类计数跳绳种类繁多，绳子的材质和手把的材质都有所不同，并且绳子的轻重也不同。所以在购买的时候可根据不同的特性进行购买。

适用人群：对于中小學生为了方便计数，可以使用此类跳绳，但这种跳绳种类繁多，可以选择好一点的。

小手把的pvc跳绳

特点：此类跳绳常见于竞速跳绳或者是拳击跳绳。因为其重量适当，绳子甩动惯性比较好。其价格也比较适中，通常在18~50之间，由于细分材质不同，价格也不同。

适用人群：可以说，这类跳绳适用大多数人群，对于中小學生想更好的提高跳绳能力可以选择重量在80~100克的。成年人，具有一定跳绳能力，想跳的更快更好，可以选择这类跳绳。