

益阳健身器材 公园健身路径

产品名称	益阳健身器材 公园健身路径
公司名称	沧州奥瑞体育器材制造有限公司
价格	600.00/件
规格参数	品牌:鑫奥成 型号:LJ-1012 产地:河北沧州
公司地址	盐山县小营乡小营工业园
联系电话	13931797991

产品详情

椭圆机，作为一种用于心肺功能锻炼效果很好的器械，它受到不少使用者和专业人士的喜爱。椭圆机的斜坡设计、阻力抵抗调节功能、编排好的运动模式以及专门对下肢某组织肌肉进行锻炼的能力让它成为专业健身房和家庭起居室里常见的运动器械。尽管不同类型的椭圆机其质量和运动舒适程度存在一定的差别，但这种机器毫无疑问是锻炼者进行心肺功能锻炼的有力武器。[1] 椭圆机最大的特点就是人体运用它锻炼时膝关节是不存在着力点的。采用椭圆机锻炼，不仅能预防、降低、缓解颈椎病、肩周炎及上背部的疼痛，而且避免了跑步时所产生的冲击力，更好地保护了关节，从而具备更好的安全系数。椭圆机能锻炼和刺激坐骨神经的调节，增强腰部肌肉的耐力和力量，针对臀部、大腿、侧腰及小腹部的刺激，达到塑身的效果。