

户外健身器材,公园广场健身器材厂家,太空漫步机

产品名称	户外健身器材,公园广场健身器材厂家,太空漫步机
公司名称	河北跃羚体育器材有限公司
价格	200.00/台
规格参数	品牌:跃羚 型号:YL-217 产地:河北
公司地址	河北省石家庄桥西区槐安路246号
联系电话	19933047934 19933047934

产品详情

双位太空漫步机

单杠。老年人做单杠的目的主要是为了肌肉，60岁的老年人没必要做得太快太猛，不必要尽的努力。有中度症状椎间盘突出症的人，可以在单杠上做手臂适度屈曲，脚着地，做半个以上体重的垂吊，其功用相当于垂吊牵引。(2)原地蹬腿。髌骨软化的老年人不宜。

太空漫步机

增强下肢的活动能力，提高身体协调性。

方法：手握扶手，双脚在踏板上，调整身体，双脚前后走动。

注意：握扶杆时要拇指和食指相对，握紧扶杆，这样可以避免松脱摔伤。