

邯郸室内跑步机,单位室内跑步机,水阻划船器

产品名称	邯郸室内跑步机,单位室内跑步机,水阻划船器
公司名称	河北跃羚体育器材有限公司
价格	1100.00/件
规格参数	品牌:跃羚 尺寸:标准 颜色:黑灰 银 白 红
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

器械训练是俱乐部的重要的一点，也是投资的器械是俱乐部的硬件设施，健身教练是俱乐部的软件设施，这两个缺一不可。要求器械具备很好的使用效果。

坐式屈腿训练器顾名思义这是练习小腿，大腿肌肉和膝关节的机器

仰卧板健腹板邯郸室内跑步机,单位室内跑步机,水阻划船器

腹背训练的仰卧板不光是健美器材，更能舒缓腰肌劳损者的背部筋膜劳损。两组共计60次的收背运动将使背部变得轻松。当然，在这之后，重要的还是保持正确的坐姿。躺于健腹板上，双脚分别勾住前圆管，双手附于耳侧，做仰卧起坐运动，可锻炼腹部肌肉。

卧推架

卧推是仰卧推举的简称，也叫卧举或卧推举，主练胸大肌、胸小肌、三角肌前束、肱三头肌和肘肌，兼练前锯肌、肱二头肌、喙肱肌及前臂肌群等。卧推参与的骨肉多，尤其对发展上肢伸肌和胸大肌有显著作用，是其它动作(除俯卧撑外)无法比拟的，也是力量举比赛的一个规定动作

哑铃 杠铃邯郸室内跑步机,单位室内跑步机,水阻划船器

这个大家都知道，我就不说了。

卧式后屈腿训练器

相对于坐式屈腿训练器来讲，这个是反方向的腿部运动

二头肌训练器 邯郸室内跑步机,单位室内跑步机,水阻划船器

二头肌训练器主要可以锻炼肱二头肌，其次为屈肘肌群。肱二头肌训练器比路线较稳定及，适合一般初学者

课程是俱乐部的一个很的卖点，女士看重的就是课程，项目开设的越吸引的人群会越多。有氧健身操、有氧拉丁、普拉提、瑜伽、[动感单车](#)、跆拳道、泰拳、散打