

漳州太阳能健身器材,中老年人锻炼设施,你值得拥有,

产品名称	漳州太阳能健身器材,中老年人锻炼设施,你值得拥有,
公司名称	河北省达创体育器材有限公司
价格	430.00/件
规格参数	品牌:达创 型号:DC-014 产地:河北
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	17732148724 17732148724

产品详情

现在许多社区、校园、公园都配备了户外健身器材，不但是健身方法更加多样化，也使生活更加丰富多彩。通过玩室外健身器材，很多人明显感觉身体更健壮了，关节更灵活了，不论是耐力、毅力、平衡感都有了显著提高，同时还能提高睡眠质量，改善胃口，总之好处是一言难尽。

但是，另一方面，我们也看到大多室外健身器材并未得到合理有效的应用，尤其是小区健身器材，大多只是起到一个摆设作用，追根究底，这都是因为居民还没能真正学会如何使用这些户外健身器材。

每个人运动健身的目的各不相同，大多数人是为了强身健体，也有不少人是为了减肥，还有人是为了缓解久坐产生的疲劳。所以，选择使用室外健身器材事要有针对性，根据自己的健身目的、体质、年龄、性别等情况定位。年轻人可以使用较为剧烈的运动器材，老年人则选择相对平缓的器材，如太极推揉器、太极云手、扭腰器、腰背按摩器等。从锻炼部位而言，也有练上肢、练下肢、练腰腹、练背肌等区别，也要根据自己的计划适当选择。

还要注意的，户外健身器材因为长期暴露在外，风吹雨打，日晒雨淋的，再加上个别的人为破坏，很多健身器材存在损坏现象，居民在使用户外健身器材时一定要注意安全，不要使用那些损坏了的健身器材，以免造成身体损伤。同时，在使用室外健身器材时，还要注意保护器材，不能恶意使用，破坏公共设施。

发展身体协调性.让自己的身体得到更加全面的发展,远离疾病.在使用该类室外健身器材时坐在双位做推训练器上,双手握紧手柄,用力将手臂向前推直后,缓慢还原,重复动作使用。该产品根据人体原理，专为锻炼人体各种运动能力，增强体质研制，并能提高整个社区的档次。产品主管采用 114mm管，壁厚3.00mm，附件钢管采用 60mm管，小附件钢管采用 32mm管;粉末采用室外塑粉，具有防晒、防水、防腐的特性。所有钢件均经过酸洗磷化，表面去油除锈处理，采用静电喷塑粉，喷涂后的钢件经高温固化，不掉色，防静电，耐高低温。