

职工健身房,地产会所健身房,力量健身器材

产品名称	职工健身房,地产会所健身房,力量健身器材
公司名称	河北跃羚体育器材有限公司
价格	3400.00/件
规格参数	颜色:灰色 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

可以根据员工对健身的喜好度适当减少有氧器材和无氧器材的数量，比如30个人都没有运动习惯的话，一台跑步机就够了，卧推架稍一点的力量器材也不用购买，可以用乒乓球桌、台球桌这种稍有性质的器材来代替，这样使用率会。职工健身房,地产会所健身房,力量健身器材

根据男女比例配置器材类型

配置单位健身房时，这一点重要，因为女性力量薄弱，所以他们并不喜欢一些力量运动，如果这时候单位女性比较多的话，那就可以根据他们的喜好适量增加跑步机、椭圆机这些有氧器材，同时增加瑜伽相关的产品。如果有喜欢打乒乓球和羽毛球的员工，那也可以配置相应的器材，这些东西的就比健身器材要便宜很多了。不管员工健身房是否豪华，其实为重要的是如何让员工发挥健身的主动性和兴趣。职工健身房,地产会所健身房,力量健身器材

根据年龄区间人数比例配置器材类型

每个单位的年龄人群结构都不一样，而随着社会的发展，目前老龄化趋势已经势不可挡，所以一些公司的员工也步入了老龄化，那么这类人群其实对于单位和企业来说算是“危”人群了，因为随着年龄的增长，身体体质就会下降，生病的几率，所以龄人群需要规律科学的锻炼。所以，如果公司有较例“龄人群的话”可以配置稍微丰富一些，比如除了有氧无氧器材外，还可以增加椅、扭腰、牵引等康复类器材。职工健身房,地产会所健身房,力量健身器材

除了设备之外，科学的健身指导也有必要

这一点是很多企业工会负责人容易忽略的一点，他们会认为有了器材自然有人玩了。其实后来很多单位健身房之所以成为摆设往往是缺乏的指导，没有教练指导的情况下胡玩一通，既看不到又提不起兴致，自然玩了一次就不想玩了。