

# 苏州 室外健身路械 社区室外健身器械 款式多

产品名称	苏州 室外健身路械 社区室外健身器械 款式多
公司名称	河北达创体育器材有限公司
价格	510.00/件
规格参数	品牌:达创 产地:河北 规格:国标
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	0311-83111974 15613157513

## 产品详情

户外健身器材需要大家按照使用说明规范使用。规范使用小区健身器材，按照使用说明书使用，不仅能有效延长室外健身器材的使用寿命还能避免意外发生。

第二、小区物业及相关国家公共服务机构要对户外健身器材进行有效维护及检查。户外健身器材在长期使用过程中，不可避免出现螺丝松动等问题，小区健身器材就需要小区物业进行定期检查与维修，发现健身器材存在安全隐患时，提醒告知使用者，并尽快维修处理。第三、户外健身器材的零部件生锈后要对其进行上油，保证零部件润滑，能有效延长健身器材的使用寿命。对于表面掉漆的器材要及时除锈补漆，避免户外健身器材大面积氧化生锈。室外健身器材寿。苏州 室外健身路械 社区室外健身器械 款式多

### 1、具有杠面弹力性能的器材。

如单杠和双杠;由于作者健身运动时离地较，具有一定的运动难度和危险性，而且长时间反复使用造成的弹性变形，容易使横杠产生疲劳裂纹和断裂，在参考竞技型单杠使用年限1年的基础上，自2011年10月1日期实施室外健身器材新标准所有器材的使用年限为8年。

2、具有转动、摆动或滑动等含有各类活动性零部件的器材。如漫步机、秋千、荡椅、跷跷板等器材，由于在使用过程中，各类活动性零部件有经常性的磨损现象，参考一般机械设备正常的使用寿，在户外环境并设定在基本无人日常管理的使用条件下，结合正在使用中的室外健身器材的使用寿，确定这类器材的使用寿为4年。

3、第三类是其他无活动性零部件的稳固材。如固定式踏桩、平衡木(实际上是钢铁部件)、固定式的阶梯、攀岩墙、仰卧起坐等，由于不存在各部件的磨损、碰撞等现象，在户外环境并同样设定在基本无人日常管理的使用条件下，自2011年10月1日期实施室外健身器材新标准所有器材的使用年限为8年。。苏州 室外健身路械 社区室外健身器械 款式多

根据锻炼目的不同，小区健身器材可分为四类：

- 1、有氧耐力运动器材，如太空漫步器、太极云手、跑步器;
- 2、柔韧性锻炼器材，如上肢牵引器、扭腰器、压腿杠、伸背器;
- 3、增量器材，包括腰力锻炼器、蹬力器、多功能上肢锻炼器、腰腿锻炼器、健骑机;
- 4、放松器材，如滚筒、双人腰背器等。苏州 室外健身路械 社区室外健身器械 款式多

户外运动健身器材是指在室外进行健身训练的运动器材。如今，在户外进行运动已经越来越流行，很多朋友都会在户外进行一些度的训练，这样能够达到更好的健身。那么户外运动健身器材有哪些呢?下面我们就一起来了解一下。力量型器械：一些锻炼力量的器械可以与健身房里的器械相。另外，单杠的引体向上、双杠的两臂屈伸也是练习力量的很好方式。弹跳型器械：竖立的度牌，水平的横梁都是有助于双腿弹跳的器械。在这些器械上采用助跑或者原地跳跃，有助于保持腿部的弹跳能力。灵敏型器械：脚踩梅花桩、双手转动转盘，可以练习手脚、头脑的反应能力以及四肢和大脑的协调能力。