

重庆小区安装健身器材有哪些 漫步机 腰背按摩器价格

产品名称	重庆小区安装健身器材有哪些 漫步机 腰背按摩器价格
公司名称	盐山多利达文体器材有限公司
价格	550.00/套
规格参数	品牌:DLD 材质:钢管 颜色:红黄 蓝黄
公司地址	盐山县盛世佳苑1号楼2单802室
联系电话	0317-5129521 15231799390

产品详情

重庆小区安装健身器材有哪些 漫步机 腰背按摩器价格

蹬力器

使用方法人先坐上座椅，手扶二手把，脚踏挡管，以自身为重量，反复多次蹬腿训练5-8分钟。评分标准连续蹬腿50次为优，连续蹬腿40次为良，连续蹬腿30次为中，连续蹬腿20次为差。功能特点增强腿部肌肉力量及下肢的运动能力。

注意事项：1.禁止儿童使用；2.使用者体重不超过100kg/人；3.未使用器材者，应距器材1.50m以上。限用人数：3人，1人/站位

仰卧起坐平台

功能：增强腰腹肌力量和下肢柔韧性。

方法：仰卧于架上，踝关节置于横杆下，双手交叉贴于脑后，起坐身体向前弯，双肘触膝,然后返回原位为一次。扩展方法1.俯卧撑；2.坐姿体前屈。评分标准完成5次计1分。10分以上为优，8-10分为良，5-7分为中，5分以下为差。限用人数：1人

多功能训练架

使用方法可作为常规的单杠、双杠使用，同时可进行俯卧撑、侧撑及下肢柔韧性训练。每次训练5-8分钟。功能特点增强肩带肌群的肌肉力量及柔韧性和协调性。

注意事项：使用者体重不超过100kg/人。限用人数：3人，1人/站位