

武冈健身器材武冈家用多功能武冈综合训练器一体全套男士力量锻炼器

产品名称	武冈健身器材武冈家用多功能武冈综合训练器一体全套男士力量锻炼器
公司名称	邵阳任云宁体育用品有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	邵阳市大祥区西湖南路高速管理处对面邵阳南收费站500米
联系电话	18007391898 15343398898

产品详情

武冈健身器材武冈家用多功能武冈综合训练器一体全套男士力量锻炼器

邵阳任云宁体育用品有限公司。地址：湖南邵阳市大祥区西湖南路高速管理处对面，（邵阳南收费站300米）整个湖南地区均可送货上门安装，服务无忧。

综合训练器是集合了多种单项功能的训练器材，也被称为“多功能训练器”，针对性的对身体某一位针对性的训练，满足身体部位的锻炼需求。综合训练器一般健身房、企事业单位比较多，不适合家庭使用。线面简单介绍一下综合训练器使用方法和主要运动方式。一、蝴蝶机

1.面对蝴蝶机站立，两脚间的距离略比肩宽，两臂抱住活动臂外围，然后做开合动作。这个动作主要是针对胸大肌、斜方肌、三角肌和背阔肌的锻炼。

2.面对蝴蝶机站立，两脚间的距离等肩宽。两手交叉握住活动臂的把手(左手握右活动臂，右手握左活动臂)，然后做开合动作。这个动作主要是针对斜方肌、三角肌和背阔肌的锻炼。

二、高拉划船训练器 顾名思义，是由高拉训练器和划船训练器综合而成，结合两个训练器的优点，主要锻炼的部位有：背阔肌、大圆肌、后三角肌、肱二头肌、斜方肌等等，对肌肉有锻炼需求的人可以选择这个健身器材，据对不会辜负你的选择。