

益阳乡村健身器材,NSCC国体认证器材,生产厂家

产品名称	益阳乡村健身器材,NSCC国体认证器材,生产厂家
公司名称	河北跃羚体育器材有限公司
价格	800.00/件
规格参数	尺寸:1250 高度:800厘米 颜色:黑色
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

灵敏型器械平步机—平步机和漫步机不同，平步机多了两个类似椭圆机的扶手，有单位和双位，主要活动下肢及脊椎各关节，对下肢减脂更有针对性，还可以锻炼四肢协调性。当然这种器械的速度是不好控制的，想要达到和跑步机一样的很难的，所以一般老人使用居多。益阳乡村健身器材,NSCC国体认证器材,生产厂家

肋木—一般分为单肩肋木和双肩肋木，是一个综合型的健身器材，可以做双臂攀爬、悬垂脚举腿、悬垂屈脚触胸、悬垂轮跑、压腿等动作。可以增强腰腹力量、上肢悬垂能力，还可以锻炼腿部力量、上肢柔韧度和灵活性，一般适合年轻人使用。益阳乡村健身器材,NSCC国体认证器材,生产厂家

此外，经常眩晕的人也应谨慎使用这种器械，避免造成意外。双杠—除去学校或者大型户外健身场地能见到标准的双杠之外，小区还是社区考虑到和场地的因素，更多配置的是双杠。双杠的动作和单杠的动作是一样的，除了日常健身多的动作臂屈伸，还有很多热门动作，比如双杠支撑摆动、双杠前滚分腿翻和双杠俄挺等。