

# 小区三人扭腰器生产厂家 欢迎你

产品名称	小区三人扭腰器生产厂家 欢迎你
公司名称	盐山县博超文体器材销售有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	河北省沧州市盐山县工业园
联系电话	0317-6293386 13703177649

## 产品详情

三人扭腰器生产厂家。 ,我公司位于中国zui大的体育器材之乡河北省盐山县,是河北地区度比较高的三人扭腰器厂家,三人扭腰器是我公司的主打产品,我公司始终把客户的利益放在一位,薄利多销,让利于每一位客户,让客户的三人扭腰器生产厂家是我们不变的追求,真诚的博超人竭诚欢迎你的来电!

三位扭腰器的使用注意事项：该户外健身器材能够改善腰椎、胸椎、骶椎和髋关节的灵活性，放松腰椎和骶椎的肌肉与韧带，腰肌劳损及周身乏力。对于长期伏案工作造成的腰酸背痛、颈部僵硬有很好的放松效果。使用这种户外健身器材锻练时幅度不要太大，出现头晕目眩的情况应立刻停止。三位扭腰器的使用方法：站在三位扭腰器上，双脚约与肩宽，双手握住此种户外健身器材的扶手，上体略向前倾，保持平稳。收缩腰、腹部肌肉，通过双手固定上身产生的对抗力，使下肢左右转动。转腰时，上身应挺直，小腹尽可能绷紧，双腿直立或微微弯曲皆可。

[产品名称]三人扭腰器[产品规格][产品材质]钢材[产品厚度]3.0mm[产品颜色]红黄.蓝黄.可根据客户需求

定制[工艺处理]酸洗.烤漆.耐生锈.[产品功能]拽动两肋少阳经.强肝健脾.坚持经常锻炼.可防肝.胆疾。圆形踏板上的凸起部分有按足下穴.协调人体分泌.通经活络之功效.

三位扭腰器的使用方法：站在三位扭腰器上，双脚约与肩宽，双手握住此种户外健身器材的扶手，上体略向前倾，保持平稳。收缩腰、腹部肌肉，通过双手固定上身产生的对抗力，使下肢左右转动。转腰时，上身应挺直，小腹尽可能绷紧，双腿直立或微微弯曲皆可。

常用的扭腰器有两人和三人的。和其他户外健身器材一样是放在户外场地上活动的。多见于小区健身广场，体育广场和各类室外体育健身场所。三位扭腰器的功能有哪些？三位扭腰器的使用方法是什么？使用三位扭腰器时我们该注意什么？老年人使用户外健身器材锻炼时又该注意什么呢？

三位扭腰器的主要功能是：增强腰部，腹部肌肉力量，改善腰椎及髋关节柔韧性，灵活性，利于健美体形。较大幅度转腰活动能使腰部肌肉牵张放松起到通经活络促进气血畅通，强腰固肾作用，适用于腰部活动障碍，体弱肾虚，腰肌劳损及周身疲乏等症。