

舟山健身房里的健身器械,单位健身器材,尺寸

产品名称	舟山健身房里的健身器械,单位健身器材,尺寸
公司名称	河北跃羚体育器材有限公司
价格	1000.00/件
规格参数	品牌:跃羚 产地:河北 颜色:黑白灰银
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

杠铃利用杠铃可以用做增进肌肉力量的训练,无论是肩部、后背、手臂、等处肌肉,藉由杠铃及不同重量的铁片,运用多次数的肌力特殊训练技巧,针对全身肌群做肌耐力训练,使脂肪燃烧,转换成健线条,改善运动许久局部却仍松弛的肌肉;此外,更可肌肉老化、增加骨质密、。

健骑机健骑机又叫健身骑马机,集健身、康复于一体。不可以作为运动员的训练器械,家用室内健身器中的。其主要功能是锻炼上下肢肌力,心肺功能和多余脂肪。它的缓冲设计,能有效地减低运动对踝部、膝部和背部造成的劳损。该机能折叠,便于存放,是目前占地面积小的有氧运动器械。舟山健身房里的健身器械,单位健身器材,尺寸

举腿架 举腿架是锻炼腹部及臀部肌群的健身器。

蹬腿蹬腿与坐蹬训练器不同的是向上蹬腿而不是向前蹬腿。它主要用来发达股四头肌。舟山健身房里的健身器械,单位健身器材,尺寸

健身车健身车可发挥自己的骑行速度,通过健身车上的电子表观察每时每刻的速度、时间、心率值等;利用它进行锻炼,不能有效地提高心肺功能,还有助于腿部肌肉、和提高身体素质,对行动不便、体质较弱和康复病人尤其适用。