

# 塑木三位扭腰器生产厂家

产品名称	塑木三位扭腰器生产厂家
公司名称	盐山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	13703177649 13703177649

## 产品详情

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，缓解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炼时幅度不要太大，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。

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。

三人扭腰器生产厂家：盐山新闻资讯，记者（郭文庆）近日获悉，11月22日发布，没有十全十美的三人扭腰器，但有的服务。追求客户满意，是你我的责任。我们秉承：“经营的是诚信，销售的是品质”的核心价值观理念，以优质的服务和信得过的三人扭腰器质量赢得了社会各界的一致好评。我们将牢记“致力人文科技，推动现代生活”崇高使命，为实现“做，引领健身器材产业”神圣而又美好的愿景，而竭尽全力。

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，缓解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炼时幅度不要太大，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。