

## 室外健身路径 价格合理 结实耐用

产品名称	室外健身路径 价格合理 结实耐用
公司名称	长春意健运动器材有限公司
价格	1.00/套
规格参数	
公司地址	长春市南关区长通路48号(东大桥)
联系电话	0431-89675779

## 产品详情

### 三人立式转腰

规格：1800\*1600\*1350

功能：增强腰部、腹部肌肉力量，改善腰椎及髋关节柔韧性、灵活性，利于健美形体。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。

用法：双手紧握手柄，双脚平衡站在圆形踏板上或坐在转腰盘上，腰部发力带动下肢或身体左右转动。

注意：扭转时腰部要有所控制，幅度不宜过大。切忌手始终不要离开手柄。锻炼者在使用过程中若感到身体不适，应立即停止并咨询医生。