

黄石广场健身路径 社区室外健身器材 八件套

产品名称	黄石广场健身路径 社区室外健身器材 八件套
公司名称	河北胜泽体育设施有限公司
价格	600.00/件
规格参数	
公司地址	河北省盐山县望树镇工业区
联系电话	0317-6352757 13903173433

产品详情

器材介绍：

：小区健身器材区域为公开无偿健身器材,需要你我的关爱与维护。

：健身器材一定要选择正确,避免错误的选择对造成伤害。

：使用一种健身器材需要先阅读器材上的警示说明内容,避免错误作!

：健身器材基本分为3种：老人,儿童以及成年人。

户外运动健身器材是指在室外进行健身训练的运动器材。如今，在户外进行运动已经越

来越流行，很多朋友都会在户外进行一些度的训练，这样能够达到更好的健身。那么户外运动健身器材有哪些呢?下面我们就一起来了解一下。力量型器械：一些锻炼力量的器械可以与健身房里的器械相媲美。另外，单杠的引体向上、双杠的两臂屈伸也是练习力量的很好方式。弹跳型器械：竖立的高度牌，水平的横梁都是有助于双腿弹跳的器械。在这些器械上采用助跑或者原地跳跃，有助于保持腿部的弹跳能力。灵敏型器械：脚踩梅花桩、双手转动转盘，可以练习手脚、头脑的反应能力以及四肢和大脑的协调能力。

它们的要功能是：增加臂力：哑铃握力器多功能仰卧起坐板划船器：要用来增强手臂力量、背阔肌和动作协调能力。AMT体适能运动机：与其他的健身方式不同，用户可以在不同的运动模式和零冲击体验下，类似于登楼梯、步行、慢跑和长跑间转换。您可以通过这种即时转换模式功能，调整您的训练模式来达到针对特定肌肉群训练的目标。椭圆运转机：平滑流畅的运动轨迹和交叉坡度技术让使用者以符合生物力学的姿势锻炼肌肉组，增加了锻炼的多样性和有效性。零阻力的锻炼减少的发生。健美车：锻炼时，象骑自行车一样，要用来增强腿部力量，增强心血管功能。健步车：要用以锻炼腿、腰、腹部肌肉及心肺功能。跑步机：要用以锻炼腿、臀、腰、腹部肌肉及心肺功能。美腰机：可对腰部、背部作放松。综合型多功能器：一般都包括扩胸器、引体向上、仰卧推举、仰卧起坐等器械的功能。扩胸器、引体向上、仰卧推举，要是用来锻炼上肢力量及胸大肌力量;仰卧起坐，要用来锻炼腰肌群，减少腰腹部多余脂肪。