

小区健身器材生产厂

产品名称	小区健身器材生产厂
公司名称	沧州昌冠体育设施有限公司销售2部
价格	99.00/件
规格参数	品牌:昌冠 型号:运动场 产地:河北
公司地址	河北省盐山县城南开发区
联系电话	18233792089 18233792089

产品详情

随着我国经济的发展，人民生活水平的不断提高，除了衣食住行大家也开始在乎自身的运动健康。为了提倡运动健康的理念，现在越来越多的公园和小区开始安装户外公共健身器材了。公园、广场、体育中心、操场等看到各式各样的健身设备，很多小区也少不了，大家都会模仿老人们来几个常规性的动作，可能大家连他们的名字都说不上来，本篇文章给大家梳理几个相对常见使用的户外健身器械，希望可以给大家提供一些帮助。

单杠—在户外健身的小区是常见的，现在好多地方单杠的造型也发生了变化，体积更小了，节约了很多空间。单杠常见的动作是引体向上，这是考验健身实力的动作，坚持做单杠的动作，可以有效的锻炼自己的腰腹、肩背、手臂等肌肉群，经常使用单杠可以改善腰椎的问题，

因此成为了大家喜欢的健身器材之一。

对于，户外的健身器材不止以上11种，比如还有练习下肢力量的坐蹬器，压腿器、跷跷板、秋千等，总体来说，户外的健身器材是基于健身房

备的衍生款，没时间去健身房或者居家办公的健身人士以及小区中的中老年人来说，户外健身器材是活动筋骨的好配置。