

保定公园健身器材设备安装

产品名称	保定公园健身器材设备安装
公司名称	沧州昌冠体育设施有限公司销售1部
价格	99.00/件
规格参数	品牌:昌冠 适用场地:公园 产地:河北
公司地址	河北省盐山县城南开发区
联系电话	18233797098 18233797098

产品详情

小区健身器材有很多，现在很多小区或者公园都有小区健身器材，这些器材非常适合我们锻炼身体，常用的有：漫步机，扭腰器，健骑机，划船器，双位浪椅，儿童跷跷板，椭圆机，左腿器，肩关节康复训练器，坐推坐拉器，腹肌板，单杠，双杠，双人大转轮，臂力训练器，平步机等。

小区健身器材也叫做户外健身器材或者是室外健身器材。不仅仅在小区，甚至学校体育场或者体育馆都比较常见的健身器材。目前我国正在大面积普及这类器材，旨在全民健身。这类器材的种类非常的多，比如说：太空漫步器、上肢牵引器、跑步器、滑行器、下肢康复器、太极推手、天梯、多功能锻炼器、伸背器、健骑器、双人大转轮、跑步器、滑行器、双杠、下肢训练器、双人腰背按摩器、腹背锻炼器等等。

- 1、有氧耐力运动器材，如太空漫步器、太极云手、跑步器；类似于跑步机，可以在上面跑一跑，形同跑步。
- 2、柔韧性锻炼器材，如上肢牵引器、扭腰器、压腿杠、伸背器；站在一排排的栏杆(或者叫肋木)上牵拉韧带或者悬垂举腿，可以提高关节的柔韧性。
- 3、增强力量器材，包括腰力锻炼器、蹬力器、多功能上肢锻炼器、腰腿锻炼器、健骑机；一些锻炼力量的器械可以与健身房里的器械相媲美。
- 4、放松器材，如滚筒、双人腰背按摩器等。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。