

# 重庆户外健身器材生产厂家

产品名称	重庆户外健身器材生产厂家
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

太空漫步机是小区健身器材当中比较受欢迎的一种，它的使用方法很简单，只要双手紧握住手柄，双脚踩在踏板上，然后两脚前后交替摆动，像在太空中行走一样就可以了。太空漫步机可以很好的锻炼下肢肌肉的灵活性，提高身体的协调能力以及平衡能力。

主要锻炼增强人体下肢的活动能力，改善髋关节的灵活，运动时双手扶住前段扶手，保持身体的平衡，双脚踩在下部踏板中，双腿有规律的前后摆动，注意：踏板底部一般都是有漏水孔，小孩子在旁边玩时，注意不要让将手指伸入其中，避免伤害。

跑步机也是小区健身器材中一种很重要的种类，练习者双手扶住扶手，然后用脚踩辊轴，做跑步运动。它的作用和跑步是一样的，可以锻炼腿部和脚部的肌肉，增强心肺功能，改善血液循环。

改善心肺功能，增强血液循环，消耗体内多余能量，保持良好精神状态。

使用是双手扶住两侧扶手，双脚慢慢走动。