

公园路径健身器材现货

产品名称	公园路径健身器材现货
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

你知道户外健身器材有哪些类别吗?下面跟小编一起来了解下吧!!!

- 1、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。
- 2、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。
- 3、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。
- 4、柔韧型器械：站在一排排的栏杆上牵拉韧带或者悬垂举腿，可以提高关节的柔韧性。
- 5、耐力型器械：类似于跑步机，可以在上面跑一跑，形同跑步。当然，室外健身器材有很多用途，以上分类也不是对的。根据自己的身体状况，组合运用是比较合适的。

一、考虑环境与条件。一套适合环境的户外健身器材，才会得到正常的使用，提升正常的生活品质。

二、安装服务要注重。购买健身器材时选择正规厂家，选择配有施工人员的厂家，健身器材的安装安全性很重要。

三、明确户外健身产品的使用效果、具备功能，户外健身器材一般配备产品包括：漫步机、健骑机、扭腰器、双人坐蹬器、双人腰背按摩器、跷跷板、儿童秋千、平衡木等。如想有针对性的锻炼，可有针对性的配套。

四、价格适中。选择一套价格相对较低，种类可以满足锻炼需要的健身器材。

