

## 莆田广场户外健身器材,公园小区健身器材,漫步机

|      |                              |
|------|------------------------------|
| 产品名称 | 莆田广场户外健身器材,公园小区健身器材,漫步机      |
| 公司名称 | 河北跃羚体育器材有限公司                 |
| 价格   | 370.00/件                     |
| 规格参数 | 尺寸:1250<br>高度:800厘米<br>颜色:蓝黄 |
| 公司地址 | 河北省石家庄桥西区槐安路246号             |
| 联系电话 | 19933047934 19933047934      |

### 产品详情

锻炼者在使用过程中若感到身体不适，应立即停止并咨询医生。踏步扭腰主要功能：双手握住扶手，双脚踏在踏板上，上下踏动，能够腰部肌肉柔韧性和腿部力量。有病理人士应征得医生同意方可使用，使用时须有家人看护;儿童使用时须有成年人看护方可运动  
双人肩部活动器主要功能：肩带肌群力量，改善肩关节、肘关节、腕关节柔韧性与灵活性。

儿童使用时须有成年人看护方可运动  
臂力训练器主要功能：上肢、背部、肩带肌群力量及柔韧性;改善肩、肘、腕、指关节活动能力。使用方法：两人分别在转轮两侧向对方相反的方向转动转轮，以相互角力的方法进行上肢锻炼。注意事项：两人角力时，一人不得突然松手。有病理人士应征得医生同意方可使用，使用时须有家人看护;儿童使用时须有成年人看护方可运动。  
莆田广场户外健身器材,公园小区健身器材,漫步机

立式腰背器主要功能：放松背、腰部肌肉，调节神经系统，达到、康复目的。背腰部有多条重要经络循行(督脉在背腰部正中、膀胱经在脊柱两侧)，分布着所有与脏腑相关的重要位，背腰部可以很多位，户外健身路径，像一朵朵盛开的花朵，装点着现代化的城市，为健身提供了随地的便利。莆田广场户外健身器材,公园小区健身器材,漫步机

跑步器械平时还要注意：社区“健身路径”的健身器械一般可以分为身体结构运动(也可称之为无氧运动)、有氧运动及身体的柔韧性训练三种。当然，上面所说需要结合自己身体的实际情况来摸索适合自己的身体的锻炼方式或请教安排自己的锻炼方式。

单杠和双杠;由于作者健身运动时离地较高，具有一定的运动难度和危险性，而且长时间使用造成的弹性变形，容易使横杠产生裂纹和断裂，在参考竞技型单杠使用年限1年的基础上，室外健身器材新标准所有汽车的使用年限为8年。室外健身器材，又叫小区健身器材，还有个名称，叫室外路径是伸展类。