

公园广场社区老年人腿部腰部背部按摩器 标准健身路径

产品名称	公园广场社区老年人腿部腰部背部按摩器 标准健身路径
公司名称	盐山多利达文体器材有限公司
价格	450.00/件
规格参数	品牌:多利达体育 材质:钢管 颜色:军绿
公司地址	盐山县盛世佳苑1号楼2单802室
联系电话	0317-5129521 15231799390

产品详情

公园广场社区老年人腿部腰部背部按摩器 标准健身路径

健身路径也叫健身器材 公园健身器材 广场健身器材 小区健身路径 室外健身路径 户外健身器材

健身路径有强身的功效 健身路径可以帮你锻炼肩关节 腰部 腿部 。 赶快加入锻炼的行列
为你有个强健的身体锻炼吧

腰背按摩器

腰背按摩器是室外健身器材常见的一种，这健身器材不仅锻炼腰、背部肌肉，而且对缓解腰、背部疲劳有非常显著的效果，对于长期坐在办公室的人来说这好不过了。在使用腰背按摩器的时候腰部应该紧靠按摩柱，双手握扶手，上下拉动按摩柱；双腿呈马步，背靠按摩柱，双手握扶手，身体左右运动。但有的人会贪求快，所以双手运动的频率会很快，其实这是非常危险的，不仅达不到健身的效果而且还会有烧伤的危险。切记手臂运动速度不要太快，站立按摩时，双手应握紧扶手。

农村健身器材有哪些