

## 小区健身器材制造商-昌冠体育

产品名称	小区健身器材制造商-昌冠体育
公司名称	沧州昌冠体育设施有限公司-塑胶跑道
价格	300.00/件
规格参数	品牌:昌冠 型号:cg-001 产地:河北
公司地址	河北省盐山县城南开发区
联系电话	15733739168 15733739168

## 产品详情

河北昌冠体育器材制造有限公司主要生产篮球架,户外健身器材,室外健身路径,小区健身器材的厂家。拥有北京、沧州等地区的健身器材品牌。可批发、定做,价格合理。详情可拨打北京、沧州户外健身器材生产厂家..

随着城市经济的不断发展,各种服务业不断完善。现在很多地方都在安装户外健身器材,特别是在住宅区或公园。所以在安装室外健身器材之前,我们需要制定一个好的计划吗?答案是要做的,因为这关系到公民的安全。

安装户外健身器材似乎很容易,但涉及的事情很多,但有些人不考虑这种情况,所以没有办法保证安装的效果。我们需要考虑不同的事情,这将对人们有更大的好处。在重新装修之前,我们需要对整个现场进行规划,真正认识到具体情况,并能找到更正确的安装方法,以确保安装顺利完成。

户外健身器材与架空高低压电线的水平距离不应小于3米。距地下管线、地下管线边缘的水平距离不小于2米,距各类办公楼、住宅楼及各类厅、管等的水平距离不小于5米。在夜间需要户外健身器材的地方,在距户外健身器材边缘两米范围内的照度不应小于15lx。

室外健身器材为大家提供了什么的便利?

1、使用室外健身器材可以增加肌肉,有助于减肥。随着肌肉力量训练的增加,人体静止状态下的代谢率将逐渐增加,因此你每天会消耗更多的卡路里。研究发现,每增加一磅肌肉,身体每天多消耗35-50千卡热量。

2、强壮的体格研究表明中等强度的训练可以使身体的肌肉力量增加30-50%。强化不仅能使人们更容易地完成一些日常工作,而且能使人们从内到外变得精神饱满、朝气蓬勃、充满活力。

3、室外健身器材可以强化骨骼。高中毕业后，骨骼中的矿物质密度就固定了，除非我们经常进行肌肉力量训练。经过6个月的力量训练，脊椎骨的矿物质密度增加了13%。这对于预防和治疗骨质疏松症是非常重要的。