

私教马夹，健身俱乐部工装，新款私教服上市

产品名称	私教马夹，健身俱乐部工装，新款私教服上市
公司名称	郑州军友健身装备有限公司
价格	79.00/普通
规格参数	
公司地址	郑州郑州市健康路与黄河路交叉口向南200米路东（维体健身俱乐部对面）康比特郑州专卖店
联系电话	86-037163330567 15890119990

产品详情

LQ新款私教马夹上市，分国旗版和亚体版，背后金色私人教练字样，质感金属拉链，胸前标志手工刺绣，立体感强，紧密的双车缝线，更细腻牢固，更厚实耐穿。两侧均有口袋，做工一流，方便舒适，时尚吊牌，注册品牌，更具防伪。健身运动可以采用各种徒手练习，如各种徒手健美操、韵律操、形体操以及各种自抗力动作。也可以采用各种不同的运动器械进行各种练习，如哑铃、杠铃、壶铃等举重器械，单杠、双杠、绳、杆等体操器械，以及弹簧拉力器、滑轮拉力器、橡皮筋带和各种特制的综合力量练习架等力量训练器械，还有功率自行车、台阶器、平跑机、划船器等有氧训练器材。健身运动的动作方式是多种多样的，既有成套的各种徒手健美体操；也有球、棒等轻器械体操，这些主要用于女子健美训练，借以减肥和改善体形体态，提高灵活性，增强韵律感；更有许多能发达身体各部位肌肉的举重练习动作和其它动作。这些动作主要用于男女强壮体魄、发达肌肉，也用于男女健美训练。为了达到形体健美的目的，需要有专门的训练方法。例如采用杠铃等举重器械做各种动作时，在器械的轻重、动作的做法，安排的组数、次数，运动的速度等方面都有特殊的要求和安排。