

中山小区健身路径定制

产品名称	中山小区健身路径定制
公司名称	盐山吉胜体育器材有限公司
价格	.00/个
规格参数	产地:沧州 品牌:吉胜 公司名:盐山吉胜体育器材有限公司
公司地址	盐山县开发区港城花园
联系电话	0317-6162868 13373176512

产品详情

健身路径是指在社区、公园等公共场合设置的，供民众健身、娱乐使用的一系列体育器械。室外健身路径肥胖人群“健身路径”锻炼方法肥胖人群“健身路径”锻炼，可达到消耗多余脂肪，重塑健美体型的目的。如我们可以选择室外跑步机、俯卧撑架、蹬力器、仰卧起坐平台、云梯等器械进行组合锻炼。若没有跑步机，可在“健身路径”周围跑步，若没有俯卧撑架，可在地面进行俯卧撑练习。漫步机慢跑或漫步机活动5分钟云梯双手交替前行2来回×2组仰卧起坐平台仰卧起坐20次×5组健身路径是为实施全民健身计划，推动城乡居民健身活动的开展，政府投入建设的为居民提供的户外健身器材。就是大家常在体育广场里、公园里、小区广场里看见的那种用于活动身体的健身器材。室外健身器材类型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。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。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。柔韧型器械压腿架或者站在一排排的栏杆（或者叫肋木）上牵拉韧带或者悬垂举腿，可以提高关节的柔韧性。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，以类也不是的。根据自己的身体状况，组合运用是比较合适的。室外健身器材种类较多，现市场上常有：腿部器、坐拉器、滑雪器、坐蹬器、三位上肢牵引器、悬空转轮、双人儿童跷跷板、腰背器、双人儿童秋千、双人腹肌板、腰背伸展器、双人浪板、双人双杠、桌、三位转腰器、单柱健骑机、坐式器、联动健身车、儿童大荡椅、立式跷跷板、坐立式器、爬杆、举重架、上肢牵引训练器、单柱儿童秋千、引体训练器、三人旋转轮、腹肌训练器材、压腿器、三人压腿器、太推盘、三位转腰器、伸背架、漫步器、双人大转轮、健跑机、坐推器、倒立器、太轮、儿童转椅、摸高架、下肢器、自重扩胸训练器、自重上肢推力器、自重踢腿训练器、自重前推训练器、自重上肢拉力器、自重下肢蹬力器、坐式腰背器、双联晃板、自重下压锻炼器、呼啦圈、健跑机、健身车、坐立式扭腰器、推手、太推揉器、腰背器、晃板、三位扭腰器、双位扭腰器、二位太空漫步机、三位扭腰器、摸高架、扭腰踏步器、爬网、绳梯、空中吊环、吊环、翘翘杆、云梯、臂力训练器、单杠、三位单杠、双人腹肌板、单人腹肌板、跑步机、单位漫步机、太推揉器、三位落地式漫步机、C型云梯、伸展器、坐式拉力器、双人划船器、坐推器、提拉训练器、推举训练器、下压训练器、四联器、坐蹬器、小腿训练器、平步机组合、跷跷板、半圆脚踏梯、云梯、扭腰跑步机、攀岩器、儿童休闲荡椅、四位休闲荡椅、二位休闲荡椅、儿童秋千、上肢牵引器、单杠、双杠、秋千、荡椅、天梯、肋木架、太空漫步机、健骑机、跑步机、椭圆漫步机、户外器、户外机、组合训练器、仰卧起坐床、跷跷

板、爬绳、爬杆、吊环、网墙、攀岩墙、踏桩、平衡木、浮桥、浮动踏桩、滑道、摸高横梁、悬空转轮、弹振压腿器、固定式儿童滑梯、儿童组合乐园等。儿童、青少年“健身路径”锻炼方法儿童、青少年正处于身体发育期，他们健身路径锻炼的主要目的是促进身高的增长、增强体质、塑造体形，提高智力和心理素质，因而选择“健身路径”时要以柔韧、有氧运动为主，力量运动为辅。健身器械锻炼要以游戏为主，在成人的陪护下，可经常锻炼柔韧、攀爬、跳跃、秋千等器械项目。比如我们可以选择漫步机、肋木架、仰卧起坐平台、臂力训练器、儿童秋千等器械进行组合。我们公司坚持质量至上、客户至上的原则，公司以国内的资源、人力及交利之优势，以高质量的产品和热情的服务，赢得了客户的满意，公司愿与新老客户携手共进，互赢互利，共创美好未来!