

部队训练障碍设施 300米障碍训练器材

产品名称	部队训练障碍设施 300米障碍训练器材
公司名称	河北胜川体育器材制造有限公司
价格	300.00/套
规格参数	品牌:胜川 型号:001 产地:河北沧州盐山
公司地址	河北 盐山县 杨集乡 大郝工业开发区
联系电话	0317-6225629 13013226233

产品详情

特色服务：胜川体育是的体育用品厂家，可以根据客户要求定制健身器材，只要有图纸或者是图片我们都能帮你完成，这就是工厂的优势！！

户外健身器材通常安装在公园、小区、企业或者超市门口的空地上，以健身为主的一种常见器材。也被称为户外健身路径。常见的户外健身器材有太极推手、单人漫步机、单杠、双杠、太极轮、骑马器、腹肌板等。

适用范围；健身器材不受场地限制，无论是户外，还是不规则的场地，均能安装，管理简单，无动力设备，维修方便。学校、幼儿园、花园、别墅,社区,公园、物业小区等各类室外场所供成年人及游玩。户外健身器材，它就像一朵朵盛开的花朵，点缀着现代化的城市，为全民健身提供了随时随地的便利。但也要科学使用，不然适得其反，既要活动身子骨儿，又要免受伤害，做到两全其美，才达到了健身的目的。

由于部分体育器材属于重货，运费请在拍前与我们沟通，我们将为客户用少的钱买好的产品，所以运费按买家所在地区实际收取。轻件发货为快递，重件按客户要求快递或托运方式。如果走物流的话，我们会尽可能的将货发到买家所在地区（距离买家近的货运点），货到后物流电话通知买家自提谢谢合作

锻炼方法

折叠老年人健身路径锻炼方法

老年人的健身路径锻炼，主要目的是保持健康、防病祛病、，提高生活质量，因而选择"健身路径"时主要应以柔韧、灵活和力量为主。我们可以选择数种器械进行不同的组合，比如我们可以选择漫步机、大转轮、扭腰器等器械进行组合。

这些练习对身体各关节有良好的作用，对腰部和腿部肌肉的伸展性和平衡能力有积极的作用，可防止人体运动系统过早衰退。

大转轮 转动3-5组

漫步机 整理放松5分钟

扭腰器 活动3-5组

折叠儿童、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