山南室外健身器材 公园广场动动器械 八件套 农村健身器材厂家【标准】

产品名称	山南室外健身器材 公园广场动动器械 八件套 农村健身器材厂家【标准】
公司名称	盐山广胜体育器材有限公司
价格	500.00/件
规格参数	品牌:胜川 检验报告:全 产地:河北沧州
公司地址	盐山开发区
联系电话	0317-8255176 13315723198

产品详情

主要功能:增强心肺功能和协调能力,改善血液循环和消化系统机能,通活腰椎关节及下肢经胳。锻炼方法:面对器械,双手握紧扶手,双脚站立于踏板上,腰部发力带动下肢做钟摆式运动。运动量:每组3-5分钟,做1-3组。注意事项:a.儿童使用时应有成年人保护;b.建造地面。

转腰器JLG-31:主要功能:主要锻炼腰、髋部,增强腰部的灵活性和柔韧性。锻炼方法:双手握扶手, 站稳后向左右转动身体。注意事项:a.转动速度不要太快:b.双手应紧握扶手,以免摔下。

仰卧起坐板JLG-11:主要功能:锻炼腹部肌肉耐力。锻炼方法:仰卧于弧形架上,背部与弧形架相吻合,手握两侧扶手,起坐身体向前弯,然后返回原为一次。注意事项:患有严重腰脊椎病的人士请谨慎使用。