

单人漫步机生产厂家博超

产品名称	单人漫步机生产厂家博超
公司名称	盐山博超文体器材销售有限公司
价格	.00/件
规格参数	品牌:博超 产地:河北沧州
公司地址	河北省沧州市盐山县工业园
联系电话	13703177649 13703177649

产品详情

单人漫步机生产厂家，它的主要构造有底部支架、斜杆支撑、握把、拉杆和踏板。底部的支撑架是由槽钢焊或者圆管接而成，相对于普通的方管来说可以有更大的抓地力，能稳固地固定在混凝土地面上。我们所常见的漫步机是可以两个人使用的，这样不仅可以节约成本、使占地面积增大、提高使用时的安全性，并且它的价格相对于买两个单人漫步机来说还是比较实惠的。在两个人锻炼的同时还能增加趣味性，也可以利用这个器材和他人进行沟通交流。

还有一种与平步机相似的器材叫做椭圆漫步机，它的运动方式就相当于我们骑自行车一样，可以增强身体的心肺功能、活动全身各关节、对下肢减脂有针对性疗效。因为椭圆机独特的斜坡设计和独特的运动方式以及专门针对下肢肌肉的锻炼能力，所以它受到了不少健身爱好者的喜爱。虽然健身路径的种类繁多，但漫步机是每个使用者的必选器材。

有一种漫步机可以锻炼上下肢，这种漫步机又叫做“平步机”。它也可以两个人共同使用，只不过在使用的过程中上下肢都可以活动。站在踏板上，握住扶手，通过臂力和腿部肌肉使其运行起来，就像是我们平常走路一样。它的主要构造有底部支架、踏板、握把和直立的支撑柱。在握把的中间、踏板后支撑杆的底部、踏板前端和后端都设有轴承，运动起来灵活轻巧。

在这种器材里面，轴承是核心，每个厂家必须保证它的轴承配件坚固，并且运行起来轻巧灵活，它是可以让这个器材运行的关键。体质较好的人使用这个器材可以每分钟前后摆动50-60次，一般的锻炼时间为15-30分钟，这样才能达到有氧锻炼的标准。在锻炼的时候运动幅度不要过大，就当作在路上走一样，角度保持在45°左右好，并且每天的锻炼频率不能过多，好是早晚各一次，每次锻炼15-30分钟，每周锻炼3-4天效果佳。