

芜湖室外健身路械,小区健身器械,社区公园广场器械

产品名称	芜湖室外健身路械,小区健身器械,社区公园广场器械
公司名称	河北省达创体育器材有限公司
价格	490.00/件
规格参数	品牌:达创 材质:钢管 常规颜色:蓝黄
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	17732148724 17732148724

产品详情

健身器材是用来锻炼身体用的，但是小孩子或老弱康复人使用小区健身器材里面注意的，要有家人的陪伴。

健身路径也叫健身器材 公园健身器材 广场健身器材 小区健身路径 室外健身路径 户外健身器材

健身路径有强身的功效 健身路径可以帮你锻炼肩关节 腰部 腿部。 赶快加入锻炼的行列 为你有个强健的身体锻炼吧

随着社会的不断发展，人们不主要注重吃穿，较主要的要有一个强健的体魄，户外健身路径会为你的生活增光添彩 不仅可以强身健体而且在锻炼中得到快乐。

在使用户外健身路径是应注意以下事项：1、在活动前30分钟应该做准备工作，这样可以避免因不适应伤到自身;2、一定是按作要求使用，防止作不当伤及某部位;3、在使用过程中应尽量用力，以达到较佳状态。

健身器材材质说明

1、立柱：立柱采用直径为114mm，壁厚为3.00mm钢管(管材质量均符合BS1387-1985标准要求，技术标准符合BS1387-1985要求)，采用氩弧焊及CO2气体保护焊(符合GB/T8810-1995要求)，整体加工成型后经*技术人员进行热镀锌及抛砂处理，表面再喷涂户外环保聚酯珠光粉末，高温固化，表面光滑，抗紫外光能力强、色彩鲜艳、不易脱落、耐腐蚀、无污染。

2、铁件：采用直径为60mm、48mm、38mm、32mm、28mm，壁厚为2.5mm钢管(管材质量均符合BS1387-1985标准要求，技术标准符合BS1387-1985要求)，采用氩弧焊及CO2气体保护焊(符合GB/T8810-1995要求)，整体加工成型后经*技术人员进行抛砂处理，表面再喷涂户外环保聚酯珠光粉末，高温固化，表面光滑，抗紫外光能力强，色彩鲜艳，不易脱落，耐腐蚀、无污染

(1)、转腰器

使用方法：双手握紧手柄，双脚平衡站在圆形踏板上，腰部发力带动下肢左右扭动。

(2)、健骑机

功能：增强心肺功能，提高上肢，腰部，腹部，腿部，背部肌肉力量和四肢协调能力。对腕，肘，髋关节屈伸功能性障碍，四肢及腰背酸痛等有康复左右。

(3)、太极轮

使用方法：双手握紧手柄，同方向或反方向缓缓转动圆环

(4)、太极推盘

主要功能：增强、肩、肘、髋、膝、膝等部位的活动能力，适于老年人锻炼

锻炼方法：双脚成马步，双手虎口部握压转轮手柄，向相同或相反方向转动即可

(5)、跑步机

方法：脚踏辊轴，手扶扶手，做跑步运动。

功能：改善心肺功能，增强血液循环，消耗体内多余能量，保持良好精状态，锻炼脚部肌肉。

(6)、太空漫步机

主要功能：增强下肢的活动能力，提高身体协调性、平衡能力和有氧能力。

锻炼方法：手握扶手双脚在踏板上，调整身体，双脚前后走动。

以上这几种类型小区健身器材是比较常用的，基本上每个小区都会有配备的。还有一些设施翘翘板、攀爬架、秋千等一些拓展训练器材也是人们比较喜欢的项目。