

瑜伽辅助用品 彩色EVA瑜伽砖 高密度环保瑜伽砖

产品名称	瑜伽辅助用品 彩色EVA瑜伽砖 高密度环保瑜伽砖
公司名称	山东红太阳环保产品有限公司
价格	面议
规格参数	品牌:红太阳 材质:EVA 颜色:蓝
公司地址	济南市历下区经十路12508号名士豪庭4号市级公 建1-101
联系电话	0531-82955566 18305310929

产品详情

【商品】：eva瑜伽砖【规格】：3 *6 *9 ,4*6 *9 【颜色】：蓝色，紫色，粉色，黑色等。颜色可以按照客人要求定做。【材质】：环保eva二次发泡

【特点】：

瑜伽砖是做瑜伽动作时的辅助用具。瑜伽练习中必备工具之一，主要是防止做自身极限边缘动作时拉伤等。瑜伽体位法里有些动作需完全伸展手臂或下腰碰地面。辅助砖可帮助初学的您伸展盘骨，然后慢慢地调整瑜伽砖与地面的距离，循环渐进地完成自我柔软，延伸等完美动作。在做一些瑜伽动作时如前曲式手够不着地，这时可以用瑜伽砖过渡。抗菌、无毒、环保，防静电，不含重金属元素，不助燃。不管您是哪个阶段的瑜伽爱好者均可放心使用。

瑜伽砖功能：在瑜伽体位法里，有些动作需要完全伸展手臂或是下腰触碰地面，瑜伽砖可帮助伸展筋骨；在做脊椎后弯的动作时，用瑜伽砖来支撑身体，能降低受伤的概率，在安全的基础上，把每一个动作都做到位，进而强化塑身效果；在做手触地姿势如三角伸展式时，手可以撑到瑜伽砖上；或者在英雄式坐姿、金刚坐中，如练习者脚背不够柔软而不能正确完成时可借用瑜伽砖的帮助。在做以上动作时，瑜

瑜伽砖可以帮助慢慢地调整瑜伽砖与地面的距离，循环渐进地完成自我柔软、延伸等完美动作。瑜伽砖防滑、防水，环保无毒。柔韧抗裂，轻便耐用。循序渐进地改善身体柔韧性。有助于每个动作都达到要求的精准度。瑜伽砖是一种做瑜伽练习时的辅助产品。在做一些瑜伽基本动作，比如做前曲式手够不着地时可以用砖过渡；做半月式时，把握平衡不够稳时，可以用砖过渡。瑜伽砖练习：瑜伽砖鱼式1、坐在垫子上，脚掌相对，膝盖分开。2、将一块瑜伽砖放在瑜伽垫中间，3、慢慢仰卧下来，手肘支撑，将一块瑜伽砖放在肩胛骨中间，不要让瑜伽砖伤害到你。4、髋部较紧或者膝盖，脚踝受过伤的朋友可以将2块砖分别放在膝盖下面。5、另外一块砖放在头部下方6、你可以在这里停留，如果觉得舒适可以移开头部下面的瑜伽砖，头后仰，双脚束脚式或者向前伸直。作用：1、帮助停留更长时间。2、帮助打开拉伸肺部和心脏，提高肺部功能。3、脊柱受过伤的朋友不要用砖。

瑜伽砖英雄坐1、跪于垫子上2、将瑜伽砖放在脚跟之间3、双手将小腿肌肉向外拨开4、将臀部肌肉向两侧拨开，让坐骨完全坐在砖上5、脊柱保持挺拔，双手放在大腿上，掌心向下。

作用：1、帮助打开脚踝。2、保持体式长久。3、如果膝盖或者脚踝受过伤的朋友，将毛毯平放在膝盖和脚踝下面。

本产品的品牌是红太阳，材质是EVA，颜色是蓝，重量是50（g），规格是3*6*9（cm），货号是HTY001，产地是济南，加工定制是是