

# 瘦身 减肥塑身 踏步器 健身器材 液压踏步机

产品名称	瘦身 减肥塑身 踏步器 健身器材 液压踏步机
公司名称	浙江省永康市英朗誉贸易有限公司
价格	140.00/台
规格参数	品牌:红玫瑰 阻力:液压 适用范围:家庭用、健身房、其他
公司地址	中国 浙江 金华市 五金城西路24号
联系电话	86 0579 83940873 13758985650

## 产品详情

品牌	红玫瑰	阻力	液压
适用范围	家庭用、健身房、其他	最大承重	150 ( kg )
型号	YEJ-153	产地	浙江

买一送五！送防滑地毯、强力拉绳、润滑油、调节工具、精美使用手册

### 1 极步踩踏:

在油压杆作用下，通过腿部.臀部的上下左右极限踏步，塑造出良好的曲线。

### 2 踩踏板:

采用宽大防滑压痕踏板，促进脚底血液循环，防止运动时滑落，踩踏位置可调节强度，前强后弱。

### 3 强力油液压杆

采用欧洲标准的油压杆既加强运动量又增强安全性，加之内部超强力弹簧，保护关节缓冲效果佳！无电线，坚固油压方式彻底补足了电线易导电的不足。

最新款方管第七代踏步机创韩国网上销量第一，进口豪华液油压装置，强弱可调，防滑超宽踏板！正品大礼随机配送：

- 1、二条原装四肢运动强力拉绳，锻炼肩部背部或消除手臂赘肉，让你的上半身线条更健美，增强踏步机的健身效果！
- 2、一个前端调节旋钮螺帽，可随意调节踏板高度及角度，实现踏步强弱度调节，增强或降低运动量，适

合更多的人群使用！

3、一块原装专业高级地毯，防震、防滑、持久性，有效保护地板、减小噪音、防滑耐用！创造良好的踏步机运动环境！

4、2瓶高级润滑油、1袋专用润滑膏，定期维护减小踏步机活动关节磨擦损耗，保证踏步机的机器性能！

5、工具一套，一个内六角螺丝刀、一个六角小扳手，可以方便对踏步机进行日常维护！牌子：英尔健

韩国热销产品，电视购物中第五代室内健身器，集健身，娱乐，瘦身，减肥于一体的新型健身器材。

来自韩国的研究成果,模拟滑冰时人体的动作,对腹部、腰部、大腿、小腿等部位的锻炼有奇效!

有氧运动--促进脂肪消耗健身运动--锻炼臀部及大腿肌肉全方位摇摆功能，让运动的部位更为广泛，让您的下半身曲线因为运动变得更为优美。

风靡韩国，瘦身健美,双倍收获! 体积更小，更轻便哦！全身运动！

四大功能全方位出击想瘦哪里,就瘦哪里, 让身体每一寸都运动起来吧!

身体可以上下左右同时摆动，增加运动的部位，实现在同一台器械上完成身体多个部位脂肪的燃烧。

您可以在看电视，听音乐，打电话的同时完成身体多部位脂肪的燃烧，让工作忙碌的您不必专门挤出时间去健身房运动，在家中就可轻松达到健身减肥的目的。

只要坚持每天使用15分钟,就可以保持您现有的完美体型,30分钟的运动量就等于慢跑3小时所消耗的脂肪! 燃烧脂肪的同时,帮你塑造优雅的身姿!

并能紧实臀部、大腿的肌肉,塑造出饱满上翘的臀部曲线以及迷人均匀的双腿。

功能：

1.具备扭腰功能---能结实小腹和腰部，塑造动人的腹腰部。

2.具备提臀功能---能结实臀部，塑造尖挺曲线美丽的臀部。

3.具备踏步功能---能结实腿部，塑造迷人均匀的诱人美腿。

特性：

1.产品结构精良，配有两支“液压缓冲杆”消除运动时膝盖关节的摩擦，并且更有益于筋骨的伸展，加强腿部的肌肉收缩功能！2.附电脑显示屏，为您的运动做最佳的管理。3.可轻松调整您需要的运动强度，将脚踏在脚踏板前方，就可增加运动强度，反之踏在后方就可以减少运动强度。

4.不占空间，容易收藏。电脑显示器：

扫描（scan）：每五秒钟扫描数据。时间（time）：显示您运动的时间。

次数（count）：显示上下运动的次数。

卡路里（calorie）：显示运动时所消耗的热量是多少卡。

每分钟平均踏步次数 ( strides / min ) : 显示运动时每分钟平均踏步次数。

了解踏步运动方法：

### 一、运动前准备

运动之前原地踏步，用慢步或简单体操5-10分钟，这时不要做高强度运动。

### 二、伸展筋骨

运动前准备运动后，伸展筋骨，运动10分钟左右。

### 三、踏步运动

踏步运动时身体要挺直，因为踏步运动能量消耗较大，所以刚开始运动时间不宜过长。一天运动量不超过30分钟，运动量每周增加10分钟。强烈的运动后需得到充分休息及有效的营养补充，会有更好的运动效果。根据脚踏板的高低幅度不同，运动效果也不同，小幅高频率也是很好的运动。

### 四、结尾运动

经过高强度长时间的踏步运动后，大腿肌肉会颤抖，这时需要5分钟走动来放松调节。

### 五、增加运动的乐趣

听混合快慢节奏的音乐进行踏步运动，运动节奏也会跟着快慢，心情效果极佳。

边看电视边踏步锻炼，可适当降低运动节奏并延长运动时间。