

# 室外健身器材\_通宝体育\_室外健身器材跷跷板

产品名称	室外健身器材_通宝体育_室外健身器材跷跷板
公司名称	广州通宝体育用品有限公司
价格	200.00/件
规格参数	品牌:通宝 型号:YM1272
公司地址	广州市番禺区沙头街横江村第二工业区
联系电话	020-84719569 13360569048

## 产品详情

广州通宝体育有限公司（拥有19年工厂），生产两联平步机、腹肌板、椭圆机、社区健身器材、健身路径专业制造商，室外健身器材已畅销多年同时生产篮球架、游乐园、桌球台、运动场地施工多种体育系，室外路径转腰器、单杠、双杠、棋牌桌、健身车，可任意组合，品质保证免费设计安装，户外健身路径

### 两联平步机功能介绍

有氧耐力运动，通过上下肢配合的持续摆动，可有交地提高心、肺功能，增强健身

### 锻炼方法介绍

需上下肢配合做滑行运动，一身持续15~30分钟，能达到有氧锻炼效果

室外健身路径：单杠，双杠，太空漫步机，太极推揉器，扭腰器，伸腰训练器，健骑机，腰背按摩器，磴力器，压腿器，上肢牵引器等等

### 社区健身器材

单杠。老年人做单杠的目的主要是为了刺激肌肉，60岁的老年人没必要做得太快太猛，不必要非常的努力。有中度症状椎间盘突出症的人，可以在单杠上做手臂适度屈曲，脚着地，做半个以上体重的垂吊，其功用相当于垂吊牵引。

广州通宝体育有限公司创立于1995年，主要生产户外健身器材、儿童翘翘板、健身路径专业制造商，室外健身器材已畅销多年同时生产篮球架、儿童滑梯、桌球台、运动场地施工多种体育系，室外路径太极

轮、儿童转椅、摸高架、下肢康复器，可任意组合，品质保证免费设计安装，户外健身路径

儿童翘翘板功能：

锻炼人体协调能力及合作意识。

漫步机功能：增强心肺功能及下肢、腰部肌肉力量；改善下肢柔韧性协调能力；

提高下肢各关节稳定性，对腰肌劳损、髋关节酸痛、下肢活动障碍股长、肌肉无力、肌肉萎缩等有康复作用。

### 室外健身器材厂家解析健身器材的选择问题

小区里的健身器材的每一项都有其中锻炼的针对性，总的来说，玩的恰当可以增加肌肉的力量给跟柔韧性，增强平衡力，从而提高心肺功能跟灵活性能。但是，每一种健身器材对一些特性的人群都有着一定的禁区，在对健身器材进行选择时，尽量选择适合自己的项目，室外健身器材厂家来给大家讲解有关于健身器材的选择问题。

1.太空漫步机是受欢迎的健身器材之一。之所以受欢迎，是因为很多人认为它容易玩、不怎么费力、甩来甩去很过瘾。太空漫步机其实很容易拉伤腰肌。特别是老年人，肌肉由于老化而水分减少，柔韧性差，如果双腿摆动的幅度过大、速度过快，就很容易拉伤脊柱周围的肌肉。老年人在做“太空漫步”时摆腿的幅度尽量为45度左右，频率尽量为每次3 - 4秒。

2.髌骨软化症老人勿玩蹬力器，这一器械主要是用来锻炼下肢和腰部力量的，但对那些本来就患有髌骨软化症的老人来说，则不宜进行这项运动。所谓髌骨软化症，主要症状就是平时常有膝下痛，而且上下楼梯会觉得无力。这样的老人，本来髌关节的负重功能就不好，如果再做蹬力器，伸膝肌群就可能会受损，从而加重原有的症状。

3.患了椎间盘突出别碰健骑机，健骑机是依靠双手和双脚的力量做上下运动，从而将整个身体拉伸，以达到活动全身各部位关节的目的。按道理，这项运动很适合那些经常伏案、颈肌和腰肌都有劳损的人。但如病情已发展到椎间盘突出的话，千万不要使用这类器械，因为脊柱经不起健骑机一拉一扯。

广州通宝体育用品有限公司，拥有19年工厂，专业制造商小区健身路径、户外健身器材已畅销多年双杠,单杠,漫步机,平步机,椭圆机,健骑机,坐蹬训练器,双人浪板,双柱划船器等同时生产篮球架、乒乓球台、桌球台、运动场地施工多种系列，户外健身路径可任意组合，品质保证免费设计安装

材质：优质钢材，塑木，铝塑，镀锌管

颜色：天蓝色+黄色 - 紫色+黄色 - 白色+绿色 - 红色+黄色

锻炼方法：1、屈臂悬垂：双手握横杠，向上至肘成直角悬垂。2、以手代步：双手握杠交替前行。

主要功能：增强上肢耐力和灵活性。

工艺方面:

本工厂全部采用先进的二氧化碳保护焊，焊接强度较普通焊接更高，确保焊接部位的坚固性及美观性。抛丸除锈，既除锈又能增加了器材的表面积，为加强了后续喷塑工序的吸附能力奠定了基础，这是酸洗除锈不可比拟的优势。静电喷塑，先进的静电喷塑设备采用高级环保塑粉，对器材表面进行喷塑处理

适用范围：小区、公园、学校等健身场地

随着人们生活水平的不断提高，渐渐的在很多小区内部以及游乐场所都安装了相应的户外健身器材。专家说，长时间的坚持体育运动锻炼，当然对于很多人来说，对身体有着非常多的好处，这个方面，大家都不能够进行无视，所以运动健身是保持身体健康的方式，自从户外健身器材普及之后，自然而然就可以在大家锻炼的同时，也可以为大家提供着众多的便利。

除此之外，在进行锻炼的效果方式，也是可以肯定的，这种锻炼的方式，在现在非常的受到大家的欢迎，与此同时，户外健身器材在进行使用的过程当中，也是比较方便的运动器械，在操作上，简单易懂，户外健身器材同时也有着众多的好处。

户外健身器材也有着多种的种类，比如有锻炼力量的以及锻炼耐力的，与此同时还有对协调方面加以巩固的，这样的户外健身器材在生活当中也发挥着非常特殊的作用，对市民的健康有着较多的好处。