

商务礼品保定铁球奔马阿富汗玉脸谱笔筒套装

产品名称	商务礼品保定铁球奔马阿富汗玉脸谱笔筒套装
公司名称	杨金龙（个体经营）
价格	346.00/套
规格参数	材质:玉石 包装:镂空木盒 规格:26*20*10
公司地址	中国 河北 保定市 河北省保定市西关大街六号楼
联系电话	086-051387580900 13914374410

产品详情

材质	玉石	包装	镂空木盒
规格	26*20*10	品牌	可选
适用行业	社会团体	加印LOGO	不可以
新奇特	功能奇特	使用场合	其他
送礼对象	送父母/长辈、送男友/老公、送朋友、送同事、送客户、送领导、送同学、送恩师、送老外	是否提供加工定制	是

保定铁球景泰蓝健身球阿富汗玉国粹脸谱笔筒商务礼品

一口价458.00 元

保定特色铁球健身工艺品镀铬雕刻仿蓝彩绘玉笔筒商务办公礼品套装

一口价318.00 元

商务礼品保定铁球奔马阿富汗玉脸谱笔筒套装

一口价366.00 元

工艺摆设商务办公礼品保定铁球健身工艺品阿富汗玉笔筒套装

一口价385.00 元

商务办公文化礼品玉笔筒景泰蓝健身工艺品套装办公室摆件用品

一口价428.00 元

居家礼品国粹脸谱笔筒保定铁球健身工艺品精装镂空木盒礼仪拜访

一口价396.00 元

中国特色国粹脸谱笔筒保定铁球健身球商务办公礼品套装

一口价398.00 元

传统工艺笔筒健身球铬雕仿蓝太极龙凤商务礼品套装可做摆件收藏

一口价125.0元

保定健身球 铁球 景泰蓝小太极中老年健身手球精美镂空木盒

一口价115.0元

寿星保定铁球健身球|镂空木盒景泰蓝礼品黑底牡丹送妈妈生日礼品

一口价109.0元

相关商品

¥ 55.00元
保定铁球 健身球 景泰蓝小太极 馈赠老人的礼品 老人保健礼品

¥ 55.00元
保定铁球健身球 精美礼品 健康礼品 送给老人的生日礼物

¥ 68.00元
保定铁球 健身球*龙凤精品装*超 值精美纪念品

¥ 60.00元
保定铁球 手球健身球 高档景泰蓝富贵竹 精美商务礼品

¥ 65.00元
保定铁球健身 铁球 手球老年 景泰兰红龙凤呈祥

¥ 55.00元
保定三宝之首*寿星铁球 健身铁球*景泰蓝寿星铁球*50mm

¥ 35.00元
保定健身球 铁球 仿景泰蓝兰底底富贵牡丹 老年健身礼品

¥ 35.00元
保定铁球健身球 手球 仿景泰兰红底龙凤呈祥

¥ 35.00元
保定铁球健身球 手球 仿景泰兰绿底富贵牡丹

¥ 30.00元
保定铁球 健身球 实心手球天然玉石球

¥ 38.00元
保定铁球健身球 精美手球汉白玉球

¥ 48.00元
保定三宝铁球健身球 钢球50mm每对1公斤多分量足

一般而言，应选择自己喜欢而可终生维持的低冲击性运动项目，但运动必须持续一段时间才可看出效果，所以要有恒心。下列几项运动可供选择：健身球：一项既有趣味性又有娱乐性的器械运动。目前健身球有空心铁球、玉球、石球等，均有不同型号。健身球主要是增强指、腕关节的韧性、灵活性和协调性。健身球刺激手掌穴位，可反射性调节中枢神经系统，起到健脑益智、消除疲劳的作用。选择健身球时是不分性别老少的。主要根据个人手掌的大小来选择健身球的型号，初学者可选二号和三号球为宜。技艺熟了以后可酌情增加球的型号、重量、数量。健身铁球是一种简单的运动器械，因主要产地在河北保定，故又叫保定铁球。其操作方法是：将一副铁球置于掌手，用五指拨动，使之依顺时针或逆时针方向旋转。本项运动，中医认为能调和气血，舒筋健骨，强壮内脏，健脑益智。经常坚持学习，对偏瘫后遗症、颈椎病、肩周炎、冠心病、手指功能障碍等疾病，均有较好疗效。其原因在于，人体五指之上布有许多穴位，是几条经络的起止点，而经络则联系人脑神经和五脏六腑的纽带。常练习者，即可通过这些穴位和经络产生不同程度的刺激，以达到疏通经络、调和气血的目的。此外，由于铁球与手掌皮肤的频繁摩擦，也会因静电及热效应的产生，起到增进血液循环、治疗周身各部位疾病的作用。常用健身球的几种锻炼方法如下：（1）单手托双球摩擦旋转。置双球于单手掌心中，手指用力，使双球在掌心中顺转和逆转。在旋转时要手指紧贴球体，使双球互相摩擦，而不要碰撞。（2）单手托双球离心旋转。在上述动作熟练后，逐步达到双球互相离开旋转。手指动作、旋转方向均与摩擦旋转相同，只是将手指伸开，用力拨弄双球，使双球在掌心中飞速旋转，而不碰撞。其速度一般要求为顺转150—200次/分，逆转130—180次/分。（3）双手四球运动。这是在单手运动的基础上，逐步锻炼两手同时做单手动作（每手双球），需充分发挥大脑的作用才能做到。此动作难度大，要求技术高，但效果要比单手运动更好。（4）用铁球按摩、揉搓、锤击身体的不适部位，可减轻疼痛，也能锻炼手力，对常患肩胛不适、腰酸腿痛的老人大有好处。（5）用单手或双手虎口使劲握球，或用手掌心使劲握球，有酸热的感觉，经常这样锻炼对提高指力、腕力、握力、臂力均有帮助。

【功能介绍】

通过手指的运动，达到疏通经络、调和气血、舒筋健骨、清神活血、防止高血压及各种慢性疾病。久经锻炼还可以健脑增智、加强记忆、消除疲劳、提神消忧，大有延年益寿之功能，是老少皆宜的锻炼身体消除疾病的必备之宝。

【使用方法】

在锻炼时，将两球托于掌中，靠五指顺序屈伸使两球互绕盘旋，旋转方向有顺、逆之分，是手的全部关节都处于运动之中。随着手指的屈伸、展收，前臂肌肉都能有节奏的收缩和放松。初练时可选小型号，待熟练后，逐步选购较大型号。两手可交替锻炼，也可三、四个球同时旋转玩出几种花样。

【保养方法】

要防止潮湿，保持清洁干燥，避免猛烈撞击。长期不使用时可用涂蜡、涂油密封保存

客服：13731236193

qq 625802805

批发说明