健身礼品 铂晶彩绘中老年礼品 感恩回馈 外事礼仪

产品名称	健身礼品 铂晶彩绘中老年礼品 感恩回馈 外事礼仪
公司名称	郑艳丽（个体经营）
价格	90.00/套
规格参数	类别:健身手球 材质:铁 造型:几何形
公司地址	中国 河北 保定市新市区 河北保定新市区
联系电话	86 0312 2211577 18903325868

产品详情

类别	健身手球	材质	铁
造型	几何形	制作工艺	其他
纹饰图案	人物神像	适用场所	办公、家居、宾馆/饭店、娱乐场所、政府机关、宗教庙宇、园林、广场、学校、商场、机场、其他
制作方法	纯手工	加印LOGO	不可以
包装	木盒包装	品牌	寿星
产地	河北	使用场合	广告促销、会议庆典、办公福利、商务公关、答谢客户、开业典礼、节日庆祝、婚庆、生日、乔迁、毕业升学、外事、宗教用品、文房用品、家居摆挂件、装饰品、纪念收藏品、玩赏品、日用品、其他
送礼对象	送父母/长辈、送孩子/宝宝、送女友/老婆、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、送哥哥/弟弟、送姐姐/妹妹、其他	是否提供加工定制	否
表面工艺	彩绘		

保定铁球：传统健身用品，列为保定三宝之首

实物拍摄，仅供参考，尽量调到色差很小，介意色差的mm就慎拍,还有纯手工艺品，不排除有小的瑕疵，我们会进最大努力做到完美。谢谢，

1.铁球是什么东东？

是保健品。是礼品。明朝就有了，是“ 保定三宝 ”之一，现在别列为“ 保定三宝 ”之首。明清两代宫廷贡品，图案古典，富贵，更惊异处，动时，铁球内部还能发愁声音，一高一低，叫做一雄一雌，声音悦耳，宜人。

2.能作为礼品吗？

真的是很好的礼品，历史悠久，做工考究，图案吉祥，富贵，光泽喜人，尺寸也合适，携带方便，使用更方便，看电视，看报纸，聊天，遛弯都能用，最重要的是。送礼送健康。

在参加中央电视台《艺术人生》栏目时，主持人朱军就送给才旦卓玛一对健身球。

现在为了适宜中青年人，保定铁球开发出一些活泼有活力的花形，那些小尺寸就是为他们准备的，放在皮包里方便呀。

3.能治病吗？有什么功效？

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。

保定铁球真的有健身作用吗?它的原理是什么?

大小参考

【产品介绍】

保定有三宝，健身铁球是第一宝，是闻名中外的传统产品。它起源于明朝，是保定地区手工艺人精 心制作创造出来的。它秉承祖国传统工艺，运用现代新型材料，经数十道工艺始成，独具风格。它既是一种便携的保健器具，又是极 具收藏及观赏价值的工艺品，融华夏文化于球体。名医有赞曰：“ 观其表，赏心目；听其音，开窍提神；练五指，活血舒筋。 ”健身
球分为雌雄一对，雌球声音柔和缠绵，雄球声音清脆悦耳。

【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。

温馨提示:

一定要当快递人员的面验货,有损坏请拒绝签收,如果签收后出现货物破损后果自负哦,谢谢!!!

保定铁球的健身疗效

现在的保定铁球，是在沿袭了明清古老制作技术上，经过改进与革新研制而成的，工艺更加精细，结构更加科学。实践证明，建身球不单是一种运动工具，而且具有调理精神，强壮筋骨的健身作有，对某些常见病，如血压、冠心病、神经衰弱、颈椎病、肩周炎、偏瘫后遗症、手指功能障碍等，均有一定的疗效。中外医学家认为：手指的活动能刺激脑髓中的手指运动中枢，使脑发达，心灵手巧。中医经络理论认为：十指连心，就是说经络把手指与脑神经、五脏六肺联系起来而互为一体。健身球靠手指在掌心不停旋转，是手部最好的运动之一。健身球尤其对脑力劳动者有着调节大脑中枢神经，健脑益智，增强记忆力，提高思维能力的功效。同时，还有消除疲劳，改善睡眠，预防或延缓脑溢血等作用。健身球与手掌磨擦产生静电和热效应，还能缓解颈椎病、肩关节周围炎的临床症状。铁球健身的方法健身球运动时，必须左右手兼用。最好以散步的形式进行。旋转时，双球要经过大拇指、小指、无名指、中指、食指，使双球互绕旋转。要将手指紧贴球体，使双球在掌心内互相摩擦。最好不要碰撞，要求发出的声音是双球的摩擦声。 健身球虽然练法很简单，但健身效果却很突出。它通过手指的活动，疏通经络，调合气血，强健五脏。通过对经络上穴位以及手心劳宫穴的刺激，可以调节大脑中枢神经，有降血压、健脑、促进食欲、改善睡眠和增强体力的作用，长期坚持可强身健体，祛病延年。临床证明，健身球对治疗和预防高血压、神经衰弱、颈椎病等许多慢性病有显著疗效。它有益于手部、臂部神经系统疾病的防治。因为双手掌和十指与身上内外器官是紧密相联的，身上的各器官在手上都有反射点，十指拨转球就要造成球面对手掌许多部位按摩和刺激，十指的活动就要牵涉手上的几大经络和十指相关的一些器官。因此，健身球表面看来是局部运动，实际上是一项全身性的健身运动.

保定铁球的历史文化：

保定铁球，又叫健身球，始于宋朝,距今已有八百年历史。最初只作为一种玩赏或护身器械在民间流传。明朝出现了专门制作铁球的烘炉。铁球的流行，引起了宫廷的注意，于是宫廷开始向民间索取贡品，身怀绝技的铁匠艺人被召进宫内，专门制作铁球，以供皇室贵族、达官显贵们赏玩。

保定铁球原为实心球，清代，有个宫廷铁匠为了排除玩铁球时的寂寞，将音乐引入到造铁球中来，把实心球改制成带有音响的空心铁球。这位工匠告老还乡，在保定南郊西马池村落户，仍以制铁球为生。起初是自产自销，后来委托鼓楼南乾石桥商店代售。这位铁匠为保持产品名誉和专利，严守秘方，自己生

产，不收徒弟，只传子不传女，以防止这一技术传入外姓人之手。其末代传人只生一女，且聪明伶俐，出于好奇，要求向父亲学习制球手艺。父亲严守祖上规矩，不肯传授。女儿并不灰心，经常深夜在窗外舔纸偷学技巧。老匠人去世后，姑娘出嫁，另起门户，制造起铁球来。到清末，保定甘石桥已有几户制作铁球，人们购买铁球，不仅作为健身器械，还把它作为新鲜礼品，孝敬父母或馈赠亲友。

保定铁球闻名遐迩。1937年泸沟桥事变爆发后，日军攻占保定，铁球艺人为环境所迫停止了生产。1955年，保定的机铁生产合作社首先恢复铁球生产。1966年“ 文化大革命 ”开始，铁球被视为“ 四旧 ”，生产再次中断。

1975年10月，原国民党河北省主席商震从日本回国探亲来到保定，希望得到一副铁球。因当时没有生产单位，负责接待的人通过各种途径，在一位曾生产过铁球的老工人家中找到一副铁球，经过修理抛光，赠送给了商震，引起了当地政府的重视。1979年，定州开始研制生产铁球。1981年，保定市农具厂(后改为铁球厂)也恢复铁球生产，两个厂的铁球用不锈钢制作，分别冠名莲池牌和寿星牌，对外称健身球。

做健身球运动时，必须左右手兼用，最好在散步的同时进行。旋转时，双球要经过大拇指、小指、无名指、中指、食指，使双球互绕旋转。要使手指紧贴球体，使双球在掌心内互相摩擦。最好不要碰撞，要求发出的声音是双球的摩擦声。

健身球的练法很简单，但健身效果却很突出。它通过手指的活动，疏通经络，调合气血，强健五脏。通过对经络上穴位以及手心劳宫穴的刺激，可以调节大脑中枢神经，有降血压、健脑、促进食欲、改善睡眠和增强体力的作用，长期坚持可强身健体，祛病延年。临床实验证明，健身球对治疗和预防高血压、神经衰弱、颈椎病等许多慢性病有显著疗效。它有益于手部、臂部神经系统疾病的防治。因为双手掌和十指与身上内外器官是紧密相连的，身上的各器官在手上都有反射点，十指拨转球就要造成球面对手掌许多部位按摩和刺激，十指的活动就要牵涉手上的几大经络和与十指相关的一些器官。因此，健身球表面看来是局部运动，实际上是一项全身性的健身运动。相传乾隆皇帝活了88岁，著名画家齐白石长寿98岁，他们之所以高寿，都得益于常练健身球。

1984年，保定市成立健身球协会，专门研究健身球传统技法，先后整理出“ 双球旋转 ”、“ 多球旋转 ”、“ 空中抛接 ”、“ 多人对接 ”、“ 上下滚动 ”等多种运动技巧。1985年，保定市举行了首届铁球表演评比大会，随后组建了铁球技术表演队。多次应邀到北京和全国各地进行表演和技术辅导，把具有悠久历史的保定铁球运动介绍给各地老年人和外国人士，为保定健身球运动的推广普及开辟了新路。

保定健身球名扬海外，远销美国、日本、新加坡、波兰、澳大利亚、菲律宾等几十个国家和地区。美国贸易联合公司主席原康德市市长皮乐斯先生经人推荐，每天用健身球锻练身体半小时，并用录音、录像宣传健身球的益处。1982年，他亲自到保定定购了6000对健身球。同年4月，美国报刊发表了健身球的照片和文章。6月，香港《大公报》登载健身球的新闻报道，题为“ 大如鸡卵，金属制成，保定健身球造福美国患者 ”。香港商人吕高敏在香港开办了健身球业务，向全世界推销保定铁球。1984年4月27日，国家领导人在人民大会堂宴会厅，把两副健身球送给美国总统里根夫妇。里根总统高兴地表示，一定要抽出时间练这个新的体育项目。

本店所有商品匀河北发货，发申通或者ems快递，正常2-4天到货，（特殊情况除外）偏远地区延长1-2天，谢谢！多件商品一起购买只收1件邮费，收费标准按公斤计算：

参考邮费模板，绝对不会多收大家的邮费的，邮费按实际收取，

联系方式：

旺旺：zhyli1

qq：641845997（注明淘宝）

电话联系：18903325868 15176337711

更多同类商品推荐

保定铁球 健身铁球寿星 高档景泰蓝寿星 老人祝寿礼品￥55.00元	保定铁球 健身球 景泰蓝金龙凤 娱乐健身最佳礼品 七夕健身礼物￥60.00元	保定铁球*健身铁球*保定三宝*精品景泰蓝金光红蓝龙凤*￥85.00元	保定
保定健身铁球 休闲娱乐 商务礼品 景泰蓝龙凤呈祥 送导师 长辈￥65.00元	健身铁球 中老年礼品 高档景泰蓝纯白底金光寿星 精品寿礼￥108.00元	保定铁球 健身球 新品高贵黑底金寿星 老人祝寿最佳健身礼品￥68.00元	
保定铁球 健身铁球 景泰蓝喜迎梅花 艺术礼品 商务礼品￥69.00元	保定铁球 健身球 景泰蓝梅花 55mm大球仅65元每对 四钻促销￥65.00元	保定铁球 健身铁球 高档景泰蓝富贵竹 雅致 精美商务礼品￥65.00元	
保定铁球。祥云福寿，健身球 老人礼品￥80.00元	保定铁球 健身球景泰蓝金星富贵牡丹 舒筋活血 精品装￥80.00元	保定铁球*健身铁球*景泰蓝、红龙凤精品装*精美纪念品￥68.00元	保 星，
七夕新品 保定铁球 健身礼品 景泰蓝龙凤呈祥 高贵典雅 商务礼品￥80.00元	保定铁球*健身铁球*保定三宝*富贵牡丹*精品礼盒￥80.00元	保定铁球 健身铁球 蓝底祥瑞金麒麟50mm 新年礼物￥120.00元	最