

白银小区健身器材厂家 酒泉室外健身器材三人扭腰价格

产品名称	白银小区健身器材厂家 酒泉室外健身器材三人扭腰价格
公司名称	盐山洛龙体育器材销售有限公司
价格	650.00/副
规格参数	
公司地址	盐山县杨集乡开发区
联系电话	0317-8204185 15175725461

产品详情

白银小区健身器材厂家 酒泉室外健身器材三人扭腰价格

高低单杠主要功能：增强上肢、背部、肩带肌群力量及柔韧性；改善肩、肘、腕、指关节活动能力；对肩、臀、上背酸痛、麻木、僵硬，肩关节功能性障碍、肩周炎等有康复作用。

使用方法：手正握，反握或正反握紧手柄用力上拉，缓和慢还原，重复动作。（注意：尽量减少身体的晃动，握手柄时要用拇指和其他四指扣握的方法）白银小区健身器材厂家 酒泉室外健身器材三人扭腰价格

使用方法：手正握，反握或正反握紧手柄用力上拉，缓和慢还原，重复动作。（注意：尽量减少身体的晃动，握手柄时要用拇指和其他四指扣握的方法）

太空漫步机是小区健身器材当中比较受欢迎的一种，它的使用方法很简单，只要双手紧握住手柄，双脚踩在踏板上，然后两脚前后交替摆动，像在太空中行走一样就可以了。太空漫步机可以很好的锻炼下肢肌肉的灵活性，提高身体的协调能力以及平衡能力。

2、健骑机

这也是一种常见的小区健身器材，使用的时候坐在座位上，双手拉动手柄的同时双脚踩下踏板，往返进行运动。它所提供的是一种全身运动，可以提高四肢、腰、腹、背部等的协调能力，还可以增强心肺功能。