

工厂直销批发彩屏商用跑步机大型健身房专用跑台

产品名称	工厂直销批发彩屏商用跑步机大型健身房专用跑台
公司名称	德州奥圣嘉健身器材有限公司
价格	6800.00/台
规格参数	驱动马达：:超静音交流变频 驱动马力:3.0HP； 速度范围：:1-20km/
公司地址	山东省德州市宁津县经济开发区（黄山路）
联系电话	15753478078

产品详情

，其实只要你主要一些常见的跑步误区，就能很好的掌握合理有效的健身和减肥方法。所以我大致给你罗列了九种跑步时常见的情况，你可以看一下，希望对您有帮助！白跑一 一来就跑

很多MM减肥心切，一上健身房就往跑步机上跑。事实上，这并不是最佳的减肥跑步法。

人体的能量储备有快速能源糖原和储备能源脂肪。当您开始跑步时，快速能源首先被调动，只有当快速能源消耗差不多了，机体才会调动储备能源，动员脂肪。

科学的跑步法是：先进行相关的力量训练，消耗大部分的糖原，毕竟长时间跑步是十分乏味枯燥的。

小常识：先进行力量训练再进行有氧运动（跑步）的好处：

1) 先进行力量训练，可以消耗掉大部分的糖原储备，当您开始有氧运动时，脂肪很快就可以被动员起来，燃烧脂肪的效率提高了；

2) 力量训练由于是糖酵解供能，产生很多乳酸，乳酸的堆积不仅影响了运动能力还延缓了运动后机体的恢复，而力量训练后再进行有氧运动就可以将乳酸经丙酮酸带入三羧酸循环彻底氧化，避免了乳酸的堆积；

3) 力量训练可以促进体内肾上腺激素、去甲肾上腺素等儿茶酚胺激素和生长激素等脂解激素分泌增加，有利于脂肪动员和分解；

4) 力量训练还可以增加肌肉修复和合成，机体含有更多的瘦组织则基础代谢率就高，消耗的能量越多，越有利于增加脂肪的燃烧。？

1、 安卓系统：面板上面的15.6寸屏幕，除了传统的心跳检测、时间、运动课程之外，还可以利用WIFI来看看新闻、手法email、看影片等等，几百万个应用程序自由下载。

2、 面板硬件：此面板配置一块分辨率1366*768高清分辨率液晶显示屏，4核告诉CPU、机身4G存储空间，以及4.2.2高版本安卓系统。

3、 USB：可连接移动外接设备，享受电影与音乐的震撼。

4、 安全键：关键时刻可以按压中心紧急按钮。

5、 心率测试：智能心率系统；舒适的心率测试；通过安全程序检查心率。

6、 端盖保护：端盖安装安全装置保护。

7、 扶手：既大又宽广的扶手让您感觉温和平滑；宽广的空间结构，用户运动起来更轻松自由；采用优质材料

8、 框架：稳定系统；***小噪音系统；稳定和耐久的框架结构。

9、 驱动马达：超静音交流变频马达。

10、 驱动马力：3.0HP；马力5.8HP

11、 速度范围：1-20km/h 坡度范围：0-20%

12、 跑带参数：德国西格林跑带

13、 变频器：三菱（进口）

14、 周长：3265mm 宽度550mm 厚度：4mm

15、 跑板架构：防震弹性跑板，特有的四重避震技术，自润滑功能

16、 滚筒结构：直径85mm 长度：590mm

- 17、跑道面积：1500（长）*530（宽）mm
- 18、框架结构：钢材焊接主题框架厚度：3mm-5mm
- 19、电源接口：220V+10% 50/60HZ
- 20、外观尺寸：2300*1000*1500mm
- 21、承重180KG