

# 全民健身路径的使用价格厂家

产品名称	全民健身路径的使用价格厂家
公司名称	沧州锐健体育器材制造有限公司
价格	.00/个
规格参数	品牌:锐健 型号:GB-1006 产地:盐山
公司地址	小营工业区
联系电话	18732716999

## 产品详情

### 双人腹肌板

功能：锻炼腰部，腹部肌肉的力量，缓解腰背部疲劳。

使用方法：人体躺在器械上，用脚勾牢横杠，双手交叉置于脑后，利用腹部肌肉力量收缩做起，缓慢还原，反复使用。

### 太极推手架

功能：提高活动能力，按摩手掌的穴位有作用。

使用方法：面对太极推手架这种室外健身器材任意一个转盘站立，双腿叉开呈马步，上身自然挺起，小腹微收，双手平展展开后压紧转盘凸台面，然后向相同或相反方向转动即可。

### 单杠

功能：增强全身主要肌群的肌肉力量，提高人体的协调能力。

使用方法：双手紧握单杠，掌心向外（即掌心朝向身体外侧）。身体悬空的时候膝关节保持微微弯曲的状态，踝关节相互交叉。保持头部居中且与脊椎成一条直线。双手间的距离保持与肩同宽。吊完单杠：切忌直接跳下，以免重力由脚跟压迫到脊椎，反而使脊椎受伤。

### 双人浪板

功能：全身运动，增强心肺功能，提高心血管能力，消除疲劳，提高两人协调能力。

使用方法：两脚合站在脚踏板上，双手紧握扶手，然后腿用力钟摆式运动。

### 双人坐凳

功能：锻炼大腿肌肉，增强腰部力量。

### 三人转腰器

功能：增强腰部和腹部的强度，活动背部的肌肉，关节和韧带。

使用方法：用双手扶住扶手，稍微向前保持身体。腰部和腹部肌肉收缩，双手固定上身产生的拮抗力，使下肢左右转动。

### 双人漫步机

功能：增强心肺功能及下肢，腰部肌肉力量；改善下肢柔韧性和协调能力；提高下肢各关节稳定性，对腰肌劳损，髌关节酸痛，下肢活动障碍，肌肉无力，肌肉萎缩等有康复作用。

使用方法：手握扶手，双脚站在踏板上，调整身体重心，双脚前后走动，步伐大小随个人情况适量调整。

### 双杠

功能：锻炼上肢及臂肌力量。

### 肋木架

功能：这是一种综合性的练习器，可以锻炼腿部、腰部、上肢的柔韧性，且可以通过游戏的方式达到愉悦身心的目的。

使用方法：悬垂直脚举腿、悬垂屈腿膝触胸、依肋木倒立、悬垂车轮跑、悬垂侧摆腿、扶肋木后倒下桥、扶肋木侧摆腿、扶肋木前后摆腿、扶肋木分腿转髋跳、攀越肋木。

### 天梯

功能：增加身体的血液循环，促进新陈代谢；增强上肢力量和腰腹部柔韧性，提高肩关节承受力，锻炼平衡能力和协调性。

使用方法：使用器材前，先进行适当的热身活动。沿侧面斜梯爬上，双手握紧天梯横梁，交替前行。

### 步阶软梯

功能：可以锻炼全身灵活性和协调能力；使用户外健身器材用步行软梯锻炼时手抓吊索。

使用方法：脚踩脚蹬向前走，从吊桥一端走向另一端。

### 平衡滚筒

功能：锻炼身体协调性、平衡性。

## 腰背按摩器

功能：消除疲劳，调节神经系统，达到保健、康复目的，可以疏通经络，使气畅通，调整相关脏腑功能，提高人体抗病能力。

使用方法：练习着手扶把手，身体靠住按摩器，上下左右缓慢移动。

## 多功能组合训练器

功能：锻炼手臂抓力及全身肌肉的灵活性：可增强臂力及腰力：锻炼上肢拉力和耐力，增强全身灵活性。

使用方法：双手抓网，交替纵横向上攀至顶，双手上下握杆，同时用力交替向上爬至顶，双手上下握绳，身体自然垂直双手用力交替，上身尽量放松，保持自然，向上爬到顶后，两手同时握住吊环，做臂力伸展和全身上下翻转运动，再返回为一次。

## 环形扭腰步道

功能：增加腰部活动能力，改善腰部柔韧性和协调性。

## 平衡木

功能：锻炼身体平衡力，跳跃能力，娱乐性。

使用方法：练习者站于平衡木的延长方向上，两臂侧平举以维持身体平衡。行走过程保持重心平稳，两腿自然放。

沧州锐健体育器材制造有限公司办公室地址位于全国闻名的石油化工基地和北方重要陆海交通枢纽沧州，沧州盐山县望树镇宋庄村，于2019年01月24日在盐山县工商行政管理局注册成立，注册资本为188万元人民币，公司成立以来发展迅速，业务不断发展壮大我公司主要经营篮球架、健身路径、乒乓球台、小区健身器材、室外健身器材、舞蹈器材、儿童游乐器材、田径器材、园林环卫设备、教学仪器、运动地板、人工草坪、塑胶硅PU场地、垃圾箱、场地围网围栏、管道支架、不锈钢管道、管件、防腐、泵管、机床附件、交通安全设施的销售、维修安装及售后服务;以及以上商品的进出口业务。我们有好的产品 and 专业的销售和技术团队，我公司属于沧州体育器材及配件厂黄页行业，如果您对我公司的产品服务有兴趣，期待您在线留言或者来电咨询;18732716999

对于很多人来说，身边无处不在的全民健身路径已经越来越多融入了自己的生活，这些城乡社区、街道到处可见的健身路径，不仅装扮美化了我们的家园，也在真真切切地改变着我们的生活习惯、身体状态。虽然没有健身会所里的那些健身器材“高大上”，但这些健身器材结实、耐用、安全、可靠，就锻炼效果而言，它们一点也不差。

公园和小区的健身路径，在方便市民健身的同时，也是城市的一道风景线。而那些损坏的健身路径，却给健身者带来不便，严重者甚至危及人身安全。因此，我们要加以爱护，不要让健身路径伤痕累累。