

过山车商用健腹机 家用健身收腹器 瘦腰运动健身器材

产品名称	过山车商用健腹机 家用健身收腹器 瘦腰运动健身器材
公司名称	德州钮威特健身器材有限公司
价格	1699.00/台
规格参数	品牌:钮威特 型号:nvt-852 产地:山东省宁津县
公司地址	山东省德州市宁津县保店镇二堂苏
联系电话	18653431575

产品详情

过山车商用健腹机 家用健身收腹器 瘦腰运动健身器材产品信息：

健腹器的使用方法：

标准用法,将膝盖放在跪垫上,抓住健腹器手柄,推动健腹器,身体最大限度地向前延伸,然后回到原位,反复操作。(2)练习小腿,坐在椅子上,两脚放在健腹器手柄上,用脚推动健腹器,向前延伸,然后回到原位,反复操作。(3)瑜伽式训练,坐在地上,两脚张开成V字型,抓住健腹器手柄身体向前或向右延伸到最大限度,然后回到原位,反覆操作。(4)后背式训练,坐在地上,将健腹器放在背后,两手抓住健腹器手柄推动健腹器,使身体向后最大限度延伸,然后回到原位,反复操作。(5)轻强度训练,面向墙壁,举起健腹器向墙壁推动,向上延伸,然后回到原位,反覆操作。