

# 健身路径厂家/三人扭腰器厂家

产品名称	健身路径厂家/三人扭腰器厂家
公司名称	沧州锐健体育器材制造有限公司
价格	200.00/个
规格参数	品牌:锐健 材质:碳钢 产地:盐山
公司地址	小营工业区
联系电话	18732716999

## 产品详情

### 甃(pì)

甃在古代是砖的意思，“运甃”即为搬砖。其实，通过搬砖来健身并不是在搞笑，这是有历史典故的。

东晋大诗人陶渊明的曾祖父陶侃是一名武将，曾官至太尉。陶侃做官清闲，在家里放了一大摞砖，每天早上把砖搬到外面，傍晚再把砖搬回去。旁人见了不解，便问其缘由。陶侃说：“吾方致力中原，过尔优逸，恐不堪。”（我立志要做大事业，担心每天太过安逸，到时候体力就不行了。

### 石锁

相传石锁起源于唐代军营，盛于明末清初，曾是古代习武者必备的功力训练器械。古代武状元考试的主要内容是：弓、刀、石、马、步，又称“古代五项”，其中，“石”指的就是石锁、石担。唐朝武举除步射、骑射、马枪外，对举重也有规定，如负重行走二十步等，士兵常用石锁、石担等练习。

到了民国时期，石锁开始在殷巷地区十分盛行，无论是农闲还是农忙季节，当地村民在茶余饭后都有玩石锁的习惯，就像是今天我们去健身房举哑铃。石锁不仅可以提高握力，还能对腕力、臂力、腰部及腿部力量有所锻炼，因而成为当时人们健身的好器具。石锁的制作方法是采用坚石凿出古铜锁的形状，有一把手，以方便举、

接、掷、抓。石锁分为锁身和锁簧两个部分，样式与一般铜锁无异，有簧有壳。每个石锁的大小不等，重量也不一样，主要根据使用者的要求，小的有四十多斤，大的一百二十多斤。

石锁是中国传统民间体育项目，至今已流传千年，有着丰富的内涵与特质。随着现在全民健身热的兴起，作为最传统的健身器材的石锁已被列入非物质文化遗产名录。

户外健身器材,室外健身器材,小区健身器材,社区健身器材,健身路径

## 蹬力器

使用方法人先坐上座椅，手扶二手把，脚踏挡管，以自身为重量，反复多次蹬腿训练5-8分钟。评分标准连续蹬腿50次为优，连续蹬腿40次为良，连续蹬腿30次为中，连续蹬腿20次为差。功能特点增强腿部肌肉力量及下肢的运动能力。

注意事项：1.禁止儿童使用；2.使用者体重不超过100kg/人；3.未使用器材者，应距器材1.50m以上。限用人数：3人，1人/站位

## 仰卧起坐平台

功能：增强腰腹肌力量和下肢柔韧性。

方法：仰卧于架上，踝关节置于横杆下，双手交叉贴于脑后，起坐身体向前弯，双肘触膝,然后返回原位为一次。扩展方法1.俯卧撑；2.坐姿体前屈。评分标准完成5次计1分。10分以上为优，8-10分为良，5-7分为中，5分以下为差。限用人数：1人

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。我们有好的产品和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18231716999

## 扭腰器

扭腰器也有人叫室外转腰器，常用的有两人和三人的。和其他室外健身器材一样是放在室外场地上活动的。多见于小区健身广场，体育广场和各类室外体育健身场所。其外形如同所示一般的规1340\*1200\*1270

主要功能：增强腰部，腹部肌肉力量，改善腰椎及髋关节柔韧性，灵活性，利于健美体形。较大幅度转腰活动能使腰部肌肉牵张放松起到通经活络促进气血畅通，强腰固肾作用，适用于腰部活动障碍，体弱肾虚，腰肌劳损及周身疲乏等症。