

公园健身器材、健身器材价格、健身器材厂家

产品名称	公园健身器材、健身器材价格、健身器材厂家
公司名称	沧州锐健体育器材制造有限公司
价格	1000.00/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

公园健身器材、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

多功能训练架

使用方法可作为常规的单杠、双杠使用，同时可进行俯卧撑、侧撑及下肢柔韧性训练。每次训练5-8分钟。功能特点增强肩带肌群的肌肉力量及柔韧性和协调性。

注意事项：使用者体重不超过100kg/人。限用人数：3人，1人/站位

平衡木

功能：提高人的平衡能力，弹跳力和协调性。

方法：主要为双臂伸展，自然行走，然后倒走返回为一次。

注意事项：使用人数可2~3人，适用于5岁以上人员使用，其安全范围为周围1500mm，锻炼者可根据自己的需求调节不同的高度以增加趣味性。

臂力训练器

功能：发展人体上肢各部肌肉力量。

方法：两人分别在转轮两侧向对方相反的用力方向推动转轮边缘，以互相对力锻炼上臂肌肉。或一人在转轮一侧用力转动转轮边缘，以增强自身臂力。

压腿训练器

功能：增强人体腰、腿部的肌肉力量及柔韧性，消除下肢疲劳。

方法：根据自身的身高选择合适的杠高，单腿伸直放在杠上，收手拉脚尖，身体向前弯。

转体训练器

功能：发展腰腹肌肉的柔韧性及协调性。

方法：手握上把手或侧把手，反复做转体运动。

锐健体育专业设计生产各类篮球架,小区健身路径,公园健身器材,新国标健身路径,体操器材,价格实惠,体育器材厂家产品畅销全国广受客户好评,健身路径询沧州锐健体育器材制造有限公司18732716999