

# 瑜伽 美洛斯 瑜伽双人垫

产品名称	瑜伽 美洛斯 瑜伽双人垫
公司名称	深圳市美洛斯科技有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	深圳市南山区招商街道沿山路43号创业壹号大楼A栋107室
联系电话	13699812532

## 产品详情

何辨别瑜伯垫是否有毒 以下的点也许可以帮到您：

如何辨别瑜伯垫是否有毒：

新的瑜伽垫卷成柱状，瑜伽图文垫，用鼻子靠近瑜伽垫的一端1厘米处，闻一闻是否有刺鼻的难闻气味，有毒有味的瑜伽垫有极强烈的味道。把瑜伽垫打开平放几天后，用上面的办法重试一下，如果还有味道的话，就证明垫子是有问题的。好的瑜伽垫要求材质重量适中，垫子久铺也不易变形。

瑜伽辅助工具包括瑜伽砖，伸展带，瑜伽单色垫，瑜伽轮，瑜伽椅等等，你知道它们都是怎么使用的吗？

### 瑜伽砖

瑜伽砖是为初级者和柔韧性差的习练者提供的辅助工具，帮助调整姿势，辅助身体达到一些动作。瑜伽砖可以帮助我们支撑身体的不同部位，避免初学者因为柔软度不好或肌力不够而造成身体其他部位的紧张。

它可以用来协助锻炼身体的平衡感，瑜伽双人垫，增强对肌肉的控制能力，提高身体的柔韧性和协调性。

### 瑜伽锻炼

锻炼您的股后肌群（大肌腱），瑜伽，先坐在辊上，臀部柔软的部位直接坐在辊的顶部。缓慢地来回滚动，放松紧绷的肌肉。慢慢地将轴朝膝盖处滚动，用同样的方法按后腿肌，从一侧挪到另一侧，来按整个肌肉。慢慢地将轴从臀部的半边滚动到膝盖。用一条腿或同时用两条腿增加或减少压力，通过双脚的

打开合拢来使整个肌群收到锻炼

瑜伽-美洛斯-瑜伽双人垫由深圳市美洛斯科技有限公司提供。深圳市美洛斯科技有限公司（[www.melorseva.com](http://www.melorseva.com)）拥有很好的服务和产品，不断地受到新老用户及业内人士的肯定和信任。我们公司是全网商盟认证会员，点击页面的商盟客服图标，可以直接与我们客服人员对话，愿我们今后的合作愉快！