

健身路径，室外健身器材，健身路径价格，健身路径厂家

产品名称	健身路径，室外健身器材，健身路径价格，健身路径厂家
公司名称	沧州晨健体育器材有限公司
价格	300.00/个
规格参数	晨健:全尺寸 健身路径:全尺寸 河北省沧州市:全尺寸
公司地址	盐山县望树205国道东
联系电话	13932710713

产品详情

健身路径就是人们户外健身时使用的健身器材，它使用地点广泛，我们常见的地方有小区、广场、校园、公园多种地方，它给人们带来了方便，更使人们的健身达到更好的效果，它的使用年限国家标准是8年，因为我们在使用的时候，给他带来了磨损，所以我们要注重器材的正确使用方法，还有保养维护。

一、合理使用健身器材：

- 1.选择健身路径要有明确的健身目的，依据目的选择相应的健身器材；
- 2.未使用健身路径，详细了解器械上的标牌说明，掌握器械的功能、使用方法(技术动作)、运动数量以及注意事项；
- 3.运动量要适宜，循序渐进，不可忽大忽小。使用健身路径应该有定量的运动负荷，不要太随意，否则锻炼积累效果不理想，健身效果也就不理想。未锻炼过的人和老年人，开始定运动负荷时要低一些，大约适应6到8周或更多，再慢慢提高，然后再适应，再提高。

二、器材的使用寿命：

1、第一类是具有杠面弹力性能的器材。

如单杠和双杠；由于操作者健身运动时离地较高，具有一定的运动难度和危险性，而且长时间反复使用造成的弹性变形，容易使横杠产生疲劳裂纹和断裂，在参考竞技型单杠安全使用年限1年的基础上，自2011年10月1日期实施室外健身器材新国家标准所有器材的安全使用年限为8年。

2、第二类是具有转动、摆动或滑动等含有各类活动性零部件的器材。如漫步机、秋千、荡椅、跷跷板等器材，由于在使用过程中，各类活动性零部件有经常性的磨损现象，参考一般机械设备正常的使用寿命，在户外环境并设定在基本无人日常管理的使用条件下，结合正在使用中的室外健身器材的使用寿命，

确定这类器材的安全使用寿命为4年。

3、第三类是其他无任何活动性零部件的稳固性器材。如固定式踏桩、平衡木（实际上是钢铁部件）、固定式的阶梯、攀岩墙、仰卧起坐床等，由于不存在各部件的磨损、碰撞等现象，在户外环境并同样设定在基本无人日常管理的使用条件下，自2011年10月1日期实施室外健身器材新国家标准所有器材的安全使用年限为8年。

[沧州晨健体育器材有限公司](#)专业健身器材生产厂家，[中小学体育器材](#)，[中小学达标器材](#)，中小学教育改薄器材，校园体育器材，广场健身路径器材，竞技体育器材，室内外乒乓球台，篮球架，音乐器材，美术器材，卫生器材，劳技器材；专业的生产团队，为您打造更为专业的产品。欢迎您的致电。