

健身器材 飞人体育设施品质保障 小区健身器械

产品名称	健身器材 飞人体育设施品质保障 小区健身器械
公司名称	南昌市飞人体育设施有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	南昌市上海南路楞上工业园
联系电话	13970073158

产品详情

健身器材中的深蹲架有铁制和木制两种。木制深蹲架由腿架和架面组成，形状象四条腿的高凳。高度一般为1米，其间腿架高90厘米，架面厚10厘米，并成凹型，便于放稳杠铃。架面一般长440厘米，宽30厘米。铁制深蹲架由铁座和可调节高度的钢管组成，室内健身器材报价，铁座为圆形，直径35厘米，整个深蹲架高度为1.6米，中心可钻几个调节高度的圆孔，一般距离为10厘米。深蹲架是担负杠铃做蹲起发达腿部肌肉群的专用器械。

健身器材中健美车:练习时，健身器材，像骑自行车相同，首要用来增强腿部力气，健身器材，添加心血管功用。健步车:首要用以练习腿、腰、腹部肌肉及心肺功用。跑步机:首要用以练习腿、臀、腰、腹部肌肉及心肺功用。美腰机:可对腰部、背部作放松。扩胸器、引体向上、仰卧推举，首要是用来练习上肢力气及胸大肌力气;仰卧起坐，首要用来练习腰肌群，减少腰腹部剩下脂肪。质量好的器械根据人体结构规划阻力，然后确保了动作全程阻力均匀，户外健身器械，加减小重量筒练，练习效果俱佳。它的缺陷是只能按规划的路途动作，小区健身器械，局限性大。

揉推器

办法：

单手抓住扶手，另一只手放在盘面上，单腿放在摩轮上，用手推动揉推盘的一同，用小腿往复翻滚摩轮，也可独自做腿部或手部运动。

功用：

活动腕、肘、肩、膝关节，并可舒筋活络，缓解肩、腿等部位疲乏。

留心：

1. 每日操练5-10分钟，记载得分，一星期后，你会发现自身柔韧性大有进步。
2. 四肢行动不便者慎用，儿童运用需有成人监护。

3. 运用前应对器材进行检查，保证器材无缺；制止在器材损坏情况下运用。

健身器材-飞人体育设施品质保障-小区健身器械由南昌市飞人体育设施有限公司提供。健身器材-飞人体育设施品质保障-小区健身器械是南昌市飞人体育设施有限公司（www.feirentiyu.com）今年全新升级推出的，以上图片仅供参考，请您拨打本页面或图片上的联系电话，索取联系人：谢俊辉。