

# 正规臂力训练器生产厂家欢迎你

产品名称	正规臂力训练器生产厂家欢迎你
公司名称	盐山博超文体器材销售有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	河北省沧州市盐山县工业园
联系电话	0317-6293386 13703177649

## 产品详情

臂力训练器生产厂家：137博0317超7649---张经理 臂力训练器由博超体育张经理真诚为您推荐,臂力训练器生产厂家多年来专注于健身器材的生产,收到许多用户的好评与肯定,固定的合作厂家涉及到多个领域,公司始终教导我们不仅要关注与产品的质量与价格,更多的是多与客户沟通,切实的了解他们的需要,从而为我们达到效益,欢迎前来洽谈。

健身路径的功能很多，健身路径主要分为以下几大类别：

- 1、力量型器械一些锻炼力量的器械可以与健身房里的器械相媲美。另外，单杠的引体向上、双杠的两臂屈伸也是练习力量的很好方式。
- 2、弹跳型器械竖立的高度牌，水平的横梁都是有助于双腿弹跳的器械。在这些器械上采用助跑或者原地跳跃，有助于保持腿部的弹跳能力。
- 3、灵敏型器械脚踩梅花桩、双手转动转盘，可以练习手脚、头脑的反应能力以及四肢和大脑的协调能力。
- 4、柔韧型器械站在一排排的栏杆（或者叫肋木）上牵拉韧带或者悬垂举腿，可以提高关节的柔韧性。
- 5、耐力型器械类似于跑步机，可以在上面跑一跑，形同跑步。当然，健身路径上的器械有很多用途，以上分类也不是的。根据自己的身体状况，组合运用是比较合适的。

很多人的腕力，韧性不足，再做俯卧撑时全手掌撑地，对手腕形成较大的压力而受伤，支架可以使手尽量垂直，留有余地，相对减少手腕压力，动作可以做的更深，幅度更大，训练效果更好一点。

但腕力是很重要的，必须可以轻松的支持体重，到窄距和变换首位的俯卧撑时，压力会更大。

还是先把手臂的基础力量练好，再根据肌肉力量，耐力，来做长时间的静态动作。

借助器械只是相对而言可以有所改变，但自己的不足必须意识到，加强重点训练才是关键。

主要功能：锻炼肩肌肉耐力及增强臂力。锻炼方法：两手抓杆，两手伸直，屈臂降低到肘平齐，然后用力撑起到双臂伸直为一次。昌冠体育器材有限公司位于经济繁荣的海峡西岸线--福建省南安市。发展至今，公司已成为集研发、营销、物流、生产为一体的规模化体育健身器材独资企业。公司拥有一批经验丰富，技术强硬的绿色团队，并配合国家体育总局倡导的“全身健身工程”而不断更新公司的产品理念，赢得了市场的良好口碑。

盐山博超文体器材销售有限公司，公司主要生产篮球架、篮球板系列、室内外乒乓球台、羽、网、排、足球柱，田径，体操、举重器材、各种海绵、体操垫、户外健身路径，及各种配套产品八大系列，近千余种品种。