

跑步机什么品牌好 跑步机 室外大有健身器材

产品名称	跑步机什么品牌好 跑步机 室外大有健身器材
公司名称	西安大有健身器材有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	陕西省西安市未央区文景北路11号星舍大厦3楼
联系电话	13289829802 13289829802

产品详情

选择跑步机的几个要素：

台面厚度。跑步机台面的厚度是减少关节受冲击的关键。要选择台面厚的跑步机，台面是双层的。如果跑步机的台面过薄，台面就容易弯曲、变形。台面长度。跑步机的台面越长，你的运动空间就越大，也更有安全感。速度调节。一个标准跑台的速度范围应该是0—20千米/小时，在你增减速度的时候，应该不会感到有明显的惯性。

跑步机选用快速启动模式：好的跑步机会预置一套程序，你在跑步时，只需按照提示输入数据，就可以选择不同锻炼方式，比如“减zhi模式”、“心肺功能模式”、“登山模式”、“随机模式”等。其中，快速启动模式可以随时调整运动强度。

注意身体位置：要站在跑带的中间部位，太靠前容易踩到底座，太靠后容易被甩出去，当然，也不要跑偏。

跑步机选购注意事项：

- 1、跑步机功能操作的舒适性：这个主要根据各自使用跑步机的体验性是否良好。
- 2、跑步机的跑步面积：这主要影响到我们跑步时候的舒适性，大空间的跑步机跑起来更舒服，主要可以参考跑步板的宽度和跑步板的稳固性。
- 3、预设程序是否满足需要：我们在跑步锻炼的时候一些数据是需要随时监控的，这些预设功能是否满足你自身的需求，在跑步机体验的时候把所有预设程序都体验一下。