

成都瑜伽服【乐彩晨】价格实惠 瑜伽服品牌

产品名称	成都瑜伽服【乐彩晨】价格实惠 瑜伽服品牌
公司名称	浙江省义乌飞步针织有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	浙江省义乌市北苑路350号
联系电话	18314969817

产品详情

乐彩晨主营：【瑜伽服】、【运动服】、【无缝内衣】、【健身服】、【保暖打底裤】

乐彩晨为您分享瑜伽是一种生活态度

双腿背部伸展式瑜伽

直角坐姿，吸气，双臂向上抬起高举过头，眼随手动，呼气，双臂带动上身以腰骶部为折点向下伸展折叠，双手抓住双脚外侧。吸气，挺直背部，呼气，曲双肘，放于双腿两侧地面上，上身再次向前延伸，腹部，胸部，前额依次碰触双大腿上侧，双手可在脚前方手腕相握，脚尖指向天花板。随着每次呼气，上身再次向前延伸，成都瑜伽服，双腿伸直，不要曲膝，脚尖向后伸展，拉伸双腿后侧，配合呼吸保持姿势。吸气，松开双手，双臂伸直带动上身抬起还原正中，双臂高举过头，眼看双手。呼气，双臂还原体侧。坐姿放松。

功效：能强化肾脏，增强性控制能力，滋养脊柱神经，增加脊柱中的血液流量，瑜伽服定制，缓解背痛，按摩腹部脏器，瑜伽服品牌，提高消化功能。

乐彩晨主营：【瑜伽服】、【运动服】、【无缝内衣】、【健身服】、【保暖打底裤】

乐彩晨为您分享练瑜伽的好处：

改善视力与听力：正常的视力与听力主要是靠眼睛与耳朵得到良好的血液循环与神经传送。供应眼睛与耳朵的神经与血管必须通过颈部。年岁增长时，瑜伽服订做，颈部正如脊柱其他部分一样失去弹性，神

经与血管经过颈部时就有可能遇到滞疑难行的状况。如此变妨碍神经与血液对眼睛与耳朵的供应，因而影响他们的运作。瑜伽体位与瑜伽颈部运动能改善颈部状况，进而加强视力与听力。

乐彩晨主营：【瑜伽服】、【运动服】、【无缝内衣】、【健身服】、【保暖打底裤】

乐彩晨为您分享瑜伽服的选购注意事项

超短短裤

问题：有些女性在锻炼时喜欢穿短裤，甚至比普通短裤更短的热裤，虽然它们能让你的腿看起来更修长，但并不推荐练习瑜伽时如此穿着。当你弯腰或踢腿时，合适的装备会让你感觉到自信，而不是在担心会不会有人看到你走光了。而且，太短的短裤在你运动时会堆在一起，这样你不得不经常分散注意力把它拽平整。

建议：剪裁合身的长裤。不仅因为怎样运动都不会走光，而且腿瘸i痛的早期症状部的材料可充分吸收汗水，并且在你做平衡动作时给予一定的牵引力。

成都瑜伽服-【乐彩晨】价格实惠-瑜伽服品牌由浙江省义乌飞步针织有限公司提供。“无缝内衣,瑜伽服,运动服,健身服,保暖打底裤”就选浙江省义乌飞步针织有限公司（www.feibuba.com），公司位于：浙江省义乌市北苑路350号，多年来，飞步针织坚持为客户提供好的服务，联系人：韩经理。欢迎广大新老客户来电，来函，亲临指导，洽谈业务。飞步针织期待成为您的长期合作伙伴！