

石家庄小区健身器材 老年人健身器械 公园广场器材生产厂家

产品名称	石家庄小区健身器材 老年人健身器械 公园广场器材生产厂家
公司名称	河北达创体育器材有限公司
价格	350.00/件
规格参数	品牌:达创 型号:DC354 产地:河北
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	0311-83111974 15613157513

产品详情

1. 石家庄小区健身器材漫步机

老年人很多腿脚不便，却喜欢在漫步机上锻炼一下。毕竟漫步机和我们直接走路运动的效果大致相同，但能更省力一些。漫步机上要的莫过于扶手和踏板了。踏板上的防护垫装置可以有效降低摆动伤人的风险。

2. 石家庄小区健身器材太极揉推器

无论是老年人还电脑前忙碌的年轻人，活动活动肩颈是必不可少的项目啦。选择太极揉推器上有凸点设计的揉推器可以在使用过程中手掌利于促进血液循环。转轴部分安有阻尼安装装置的器材，可以有效预防转轮转速过快造成人身伤害的危险。

3. 石家庄小区健身器材坐蹬器(双人)

孩子本就天生好动，对什么事物都充满好奇。在小区健身器上活动安员隐患也是很大的!像漫步机、坐蹬器(双人)、这些不是很高的器械更是孩子们“探险”的。有了这些安措施详尽周到的健身器材，我们就可以心安心的去健身啦!大家都一起动起来吧!

石家庄小区健身器材注室外健身器材、户外健身器材、小区健身器材、公园健身器材、广场健身器材等的生产及研发，我们致力于为广大群众提供更安、更的产品和服务。3000平米生产基地，自产自销，24小时内发货，8年质保，支持货到付款

1、经常参加体育锻炼的人，要掌握运动量的速度，一般以脉搏不超过110次/分钟为宜，不得超过120次/分钟。而不经常或者说根本不参加体育锻炼的同志，先要选择适合自己的运动项目。

- 2、锻炼前一定要做好准备活动，热身10~15分钟左右。这样做可以预防扭脚脖子、扭腰和对神经的伤害。
- 3、运动之后要做些整理活动。因为人在运动后毛细血管扩张，如果坐在地上原地不动，人的血液在身体的远端就无法回到心脏里来，就会感到心脏憋闷，有高血压和心脏病的老同志，运动后还要走一走，缓冲10分钟左右。
- 4、要掌握好运动时间。每次的锻炼时间在40分钟左右，左不要低于30分钟，右不要超过1小时。