

塑木小区健身器材-部位-名称-价格-厂家

产品名称	塑木小区健身器材-部位-名称-价格-厂家
公司名称	盐山冀图体育器材有限公司
价格	380.00/件
规格参数	品牌:冀图 型号:JT-0317 产地:河北沧州
公司地址	盐山县望树镇205国道东侧
联系电话	13393070031

产品详情

小区健身器材为何能遭受社会各界的钟爱？下边人们就一起来看一看。更是由于户外健身器材完全免费出示住户运动健身，并且他的占地小，简易非常好用。还可以依据不一样年纪层级、不一样体质，不一样的爱好挑选自身喜爱的健身器械来应用。大家只必须花销半小时就能够进行各类健身运动，就能使能量、体力、灵活性、柔韧度、均衡工作能力等各类素养及其四肢、躯体和身体各类都获得锻练。这种户外健身路径和健身会所里的健身器械作用差别并非挺大，使人么有一种神秘感，并且因为是没有管理方法的公益性设备，便捷大家应用，因而备受社会各界的热烈欢迎。

下列户外健身器材并不一定住户都能应用的，给大伙儿详细介绍几类普遍的户外健身器材在应用时必须留意的好多个层面，期望对众多客户室外锻练有一定协助：蹬力训练器这种户外健身路径髌骨变软症老年人禁止使用。髌骨变软症关键就是说平常经常出现膝前痛。那样的老人，原本髌关的沙袋绑腿作用就不太好，假如再开展蹬力器锻练，伸膝肌肉群就将会会损伤，进而加剧病况。健骑训练机这种腰椎间盘突出者别动。此项健身运动很合适这些常常电脑前、颈肌和腰肌常有肌肉劳损的人。但如病况已发展趋势到腰椎间盘突出，千万别应用。牵引带训练器：先实施引体。假如连一个引体都没法进行，好别用。手力不足的老人好也不必做此项健身运动。扭腰转动器：转动力度莫过大。晃动的力度不必超出180°。速率要慢。姿势要柔和，频率操纵在每一次3秒上下为宜。

小区健身器材位置名字归类：

- 1、脚部：两人坐蹬器、腿部按摩器、三位蹬力器、平梯扭腰踏步机、伸腰架、三位压腿架、四位压腿器、四位蹬力器、梯步浪板、呼啦桥、荡椅、蹬力训练器、提拉紧致训练器、压腿舞蹈把杆。
- 2、上臂：双杠、单杠、太极拳推手、划船器、高梯步浪板低单杠、两层平梯、上臂牵引器、腿力训练器、举重器、下拉菜单训练器、四联康重器、六组成训练器、舒张压训练器、单人坐推器、单人坐拉器、双人转筒、三人引体。

- 3、腿部：两人太空漫步机、两人漫步机、骑着马平步机、平步机、平梯、椭圆形漫步机、腿部按摩器、三位压腿架、腿力训练器、仰俯撑架、举荐训练器、坐式拉力器、立柱式拉力器、跑步机。
- 4、腹部：三人转腰器、腰部按摩仪、两人坐蹬器、骑马机、腰肌板、四位蹬力器、平梯、两人荡秋千两人荡板、伸腰架、双棍式摩背器、按摩仪、梯步浪板、呼啦桥、外太空腰施组成、坐式推力器、舒张压训练器、提拉紧致训练器、五位压腿器。
- 5、腹腔：三人转腰器、腹肌板、肋木架腹肌锻炼器、两人转动轮、两人荡板。
- 6、后背：腰部按摩仪腹肌锻炼器、站立按摩仪、四联康复器、单人坐推器、单人坐拉器、三人引体。