

四平塑木健身器材,新国标塑木健身器械,塑木健身器材厂家,

产品名称	四平塑木健身器材,新国标塑木健身器械,塑木健身器材厂家,
公司名称	河北省达创体育器材有限公司
价格	480.00/件
规格参数	型号:DC156 产地:河北 品牌:达创
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	17732148724 17732148724

产品详情

2、安装器材的土质，在距地表800 mm深度以内应为紧固系数不小于0.7的 Ⅲ类普硬土及其以上的非疏松性和非沙壤土类的地质结构;否则，应将该土质等效处理后，方可安装器材;注：紧固系数不小于0.7的Ⅲ类普硬土可以用铁锹用力开挖并少数用镐开挖的困难程度来确定。需要用铁锹用力开挖并少数用镐开挖的土质，可视为紧固系数不小于0.7的 Ⅲ类普硬土塑木健身器材

3、器材立柱埋入地下的深度：当器材地面以上的度2000 mm时，应不小于500 mm;器材地面以上的度1000 mm且2000 mm时，应不小于400 mm;器材地面以上的度1000 mm时，应不小于300 mm;器材立柱底部以下应有不小于100mm厚度的混凝土支承层;

4、安装室外健身器材各支承立柱混凝土地基坑的水平尺寸，应不小于，且不应将混凝土地基处置为上大下小的形状塑木健身器材;

5、浇注室外健身器材地基所使用的混凝土度应不低于C20，且在地基没有完凝固前，应有专人监护;

6、室外健身器材安装后，各支承立柱和主体应保证与安装地面垂直，垂直度公差应不大于1/100;塑木健身器材

7、距室外健身器材地基外部边缘0.5 m范围的地面应进行硬化处理，例如：混凝土硬化、夯实土质后的砖石铺砌等;器材地基及其周围的硬化表面不应于安装器材周围的地面。

二、安装室外健身器材的场地及周围环境，应符合下列要求：

1、室外健身器材距架空低压电线的水平距离应不小于3 m;5 m;

2、夜间需使用器材的场所，在器材边缘2 m的范围内，光照度应不小于15 lx;

3、室外健身器材应远离易燃、易爆和有毒、有害的物品，场地健身应符合有关各项安方面的规定。塑木健身器材

三、单杠、双杠、天梯、秋千等上下运动弹跳或可能从空中运动跌落的室外健身器材，其运动地面应为松软或富有弹性缓冲的地面，例如：沙土层、橡胶地板等。若为橡胶地板时，其地板的结构厚度应不小于25 mm;若为沙坑时，沙层厚度应不小于200 mm，且沙坑周边应有适当度的凸台围护，凸台的棱边、尖角处应设置为半径不小于10 mm的圆角。新国标塑木健身器械

四、运动站与运动站运动范围的边缘距离应不小于1 m。

五、室外健身器材的设计与安装，应确保稳固、可靠和垂直，不应有基础部件和支承部件的松动和晃动现象。标准单人倒立架生产厂家 专业倒立架生产厂家 专业健身器材生产厂家塑木健身器材

社区健身器材厂家介绍漫步机、牵引器的使用窍门

农村健身器材太空漫步机是受欢迎的社区健身器材，因为很多人认为漫步机这类社区健身器材容易玩、不怎么费力、甩来甩去很过瘾。据社区健身器材厂家介绍在使用太空漫步机时有很多地方还是需要注意的，因为它很容易拉伤腰肌。因此老年人在做“太空漫步”时摆腿的幅度好为45度左右，频率好为每次3~4秒。塑木健身器材

农村健身器材使用方法：坐在垫板上，背部紧靠垫背，两脚抬起蹬于器材前方踏板处，双手自然放置在两个膝盖上，两脚用力使双腿屈伸并循环往复进行双腿屈伸练习。

健身功效：增腿部肌肉及下肢的运动能力，提膝，踝关节的稳定性新国标塑木健身器械

注意事项：

1、使用坐蹬器锻炼前，应该充分活动踝、膝、髋关节，使用这款健身器材锻炼时腰背部要贴在坐靠上，双腿蹬直时上体保持正直，目视前方，依靠双腿的力量蹬离座椅。

2、患有髋关节软化症的人群(老人)不适宜使用此种健身器材。

体育总局为了实施民健身计划，推动城乡居民健身活动的开展，在全国许多社区、公园内建设了大量的“民室外健身器材”。有数据显示，至2010年5月底，体育总局已投入体育公益金6.4亿多元，资助、带动、引导各地建设“民室外健身器材”超过了15万条，这些室外健身器材的普及和推广为老百姓健身带来了便利。