

## 晋城公园健身器材,老年人健身器材,塑木健身器材厂家,

产品名称	晋城公园健身器材,老年人健身器材,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	750.00/件
规格参数	品牌:达创 地址:河北 型号:DC-158
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	17732148724 17732148724

## 产品详情

晋城公园健身器材,老年人健身器材,塑木健身器材厂,小区健身器材不应有对使用者头部、颈部、躯干、手及手指、脚部产生卡夹、剪切、挤压危险的结构;环连接及其与器材的连接安间隙应小于8毫米或大于30毫米;器材活动部件应有限位装置,不应具有造成衣物、头发钩挂或缠绕危险的结构。

室外健身器材脚踏部位应有措施,摩擦系数应不小于0.5。运动幅度过大的器材应有限位装置。滚筒、转盘类等快速转动形式的器材,由于转动惯性可能对使用者健身安造成伤害,应具有阻尼装置。公园健身器材

户外健身器材防腐涂层经过800小时人工加速老化试验后,不低于装饰性综合老化性能的2级,涂层按标准冲击试验后无裂纹、剥落等现象喷塑前处理健身器材的喷砂处理须完善。

室外健身器材所用轴承应按器材的使用寿命和受力条件进行选择,并应采取有效的防水、防尘措施。不得采用翻新轴承、尼龙轴承、粉末冶金轴承,

修订了安装的安距离:具有超过600mm跌落度的和(或)制使用者身体运动的器材,在所有的碰撞区域应有着陆缓冲层;缓冲材料的选择及安装应符合标准的规定。

你会正确使用小区路径器材吗?

面对小区和公共场所的靓丽的室外健身器材,你会使用吗、具体的说回正确使用吗?小区路径器材又有什么作用呢?

小区路径器材,顾名思义,是用来健身的,它由多个功能不同的器械组合而成。这些器械有可以锻炼手臂力量的,有可以锻炼腿部力量的,有可以锻炼腰部和腹部力量的,有可以放松肌肉的,还有可以锻炼我们的速度和灵活性的。在每台器械上我们都可以找到其名称、功能及简单的锻炼方法。晋城

小区路径器材，能使老百姓的身体机能和素质得到提，缓解工作压力和精神上的压抑，终实现防病、延年益寿的目标。公园健身器材

那么既然适当锻炼对人们的身体是有好处的，是不是所有人群都适用呢?在使用小区路径器材”锻炼时要注意什么?

“小区路径器材是安装于户外的室外健身器材，因而锻炼时要注意季节、天气变化。不同的季节要有不同的运动安排，在小雨天、雪中锻炼要注意安，锻炼后及时更换衣物，在寒冷、大风雪、雨雾等恶劣天气时，不宜锻炼。锻炼时要注意运动着装，穿柔软、保暖、轻便、透气、吸汗能力的服装，穿鞋底较厚、柔软、弹性好、大小合适的运动鞋，不能穿皮鞋，尤其是跟鞋。冬天，在不影响运动和安的情况下，可戴帽子和手套。

刚开始锻炼时，运动的幅度不宜过大，运动速度不宜过快。

要注意对运动项目、活动内容的选择，要根据锻炼者自身的年龄特点、身体状况、爱好及客观条件选择运动项目和内容。

温馨提示：

患有或有损伤的者，要在医生或专业的康复指员指导下选择器械、内容进行锻炼。

儿童需要在成年人的监护下锻炼。

锻炼前，要做好充分的准备活动，运动后，要注意放松和整理活动，以助于疲劳的恢复。

儿童、青少年“小区路径器材”锻炼方法老年人健身器材

儿童、青少年正处于身体发育期，他们小区路径器材锻炼的主要目的是促进身的增长、增体质、塑造体形，提智力和心理素质，因而选择“小区路径器材”时要以柔韧、有氧运动为主，力量运动为辅。健身器械锻炼要以游戏为主，在的陪护下，可经常锻炼柔韧、攀爬、跳跃、秋千等器械项目。比如我们可以选择漫步机、肋木架、仰卧起坐平台、臂力训练器、儿童秋千等器械进行组合。