

莆田新国标健身器材,室外健身器材,NSCC健身器材厂家,

产品名称	莆田新国标健身器材,室外健身器材,NSCC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	360.00/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

塑木健身器材的名称是由材质而来，采用塑木材料(WPC)，这种材料是新型的环保抗氧化材料，由型钢内芯与塑木外体热复合而成，型材的抗拉、抗弯、抗剪度提，刚度及稳定性增。具有木材的外观特性及钢材的力学性能且克服了木材及钢材的。

小区里的每一种健身器材都有其锻炼的针对性，玩得恰当可增加肌肉的力量和柔韧性，增平衡能力，提心肺功能和灵活性。但是，每一个健身器材对一些特定人群都是有“禁区”的，玩的时候要注意绕开这些“危险地带”，选择适合自己的项目。

太空漫步机 切忌摆动幅度过大

太空漫步机是受欢迎的健身器材。因为很多人认为它容易玩、不怎么费力、甩来甩去很过瘾。但是，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45o左右，频率好为每次3~4秒。

髌骨软化症人群 莫玩蹬力器

这种器械主要是用来锻炼下肢和腰部力量的，但对那些本来就患有髌骨软化症的老人来说，则不宜进行这项运动。因为易使伸膝肌群受损，从而加重原有的症状。

锻炼时，可根据健身需要增减重量，是其一大特点。不过，杠铃占地较大，分量不轻，容易扰邻，练习时常需要伙伴相助，所以一般家庭健身房没有它的位置。短而小、分量轻、横杠呈弯曲状的曲柄杠铃，兼具杠铃和哑铃的特点，多用来发展上肢肌力，乃是杠铃的“变种”。