

## 南宁跑步机 跑步机厂 浩华体育用品

产品名称	南宁跑步机 跑步机厂 浩华体育用品
公司名称	桂林市浩华体育用品有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	桂林市叠彩区中山北路98号综合楼1-9铺面
联系电话	18978360666

## 产品详情

双手掌搭在椅子的背面，双脚分开，两脚距离椅子足够远，使双手伸直背部伸直。这样可以拉伸到大腿后侧，臀部，背部和手臂。是个很好的综合拉伸动作。动作二、两侧腿伸直，跑步机厂，搭在椅子靠背的一侧腿脚尖指向天花板。双手伸直，掌心相对，呼气的时候身体往下压，同时手臂转向身后，掌心相对。这样可以拉伸到大腿后侧和小腿，同时拉伸手臂。注意换另一侧腿进行拉伸哦，每侧拉伸30秒。

可以在家执行心肺有氧训练的运动器材有哪些？

跑步机训练效果A

训练功能A+

适用性A+

跑步机可说是普及且CP值的居家有氧训练器材，并且，跑步机多少钱，它是符合人体运动动作的一款机器（每个四肢健全的人天生都会跑步，跑步机批发，对吧）。跑步机也是操作的一款机器，你只要按按面板的按钮，就可以直接开始跑步并自由调整速度，就算是只把跑带倾斜升起用走的，也是一种非常耗体力的运动。

不过，真心建议你，使用跑步机时不要边跑边看电视，也不要扶着把手，认真在跑步上，你的训练才会有扎实的效果。

## F1-5518KA机

### 功能特点

国际潮流，造型简约，时尚大方，线条流畅，做工精致，细节。功能：深蹲运动

- 1、采用超硬镀铬导杆，配合直线滑动轴承，运动极为顺畅；
- 2、专利挂钩设计，使用更加安全，方便；
- 3、采用标准的奥林匹克举重杆，更加专业。

锻炼部位: 臀肌，股内侧肌，胫骨前肌，股直肌，趾长伸肌；

## F1-A417上斜推肩训练器

### 产品介绍

1. 占地面积：1830\*1340\*1300（mm）；
2. 整机为免维护上斜推肩训练器，可对肩部等肌肉进行训练；
3. 使用方法：在挂片杆上装上合适重量的杠铃片；使用者躺卧在沙发上，后背紧靠沙发，双手紧握把手，向上推动推肩臂，上下往复的做运动；

## F1-A422立式推胸训练器

### 产品参数

1. 占地面积：1760\*1220\*1980（mm）；
2. 整机为免维护立式推肩训练器，可对胸部等肌肉进行训练；
3. 使用方法：在挂片杆上装上合适重量的杠铃片；使用者坐在沙发上，后背紧靠沙发，双手紧握把手，向前推动推肩臂，前后往复的做运动；

## F1-A435下拉训练器

## 产品参数

- 1.占地面积：1640\*1460\*2100（mm）；
- 2.整机为免维护下拉训练器，可对背部等肌肉进行训练；
- 3.使用方法：在挂片杆上装上合适重量的杠铃片；使用者坐在沙发上，双膝紧靠抵腿沙发，双手紧握手把，向下拉动拉臂，上下往复的做运动；

## F1-A678卧式举重床

### 产品参数

- 1.占地面积：1650\*1650\*1310（mm）；
- 2.整机为可调式卧式举重床，特点在于配置了一个可调式举重杆放置架（黄色），依据个人的要求进行调整；
- 3.使用方法：将举重杆放置于“可调式举重杆放置架（黄色）”上，并装上合适重量的杠铃片；然后使用者平卧在沙发上，调整好姿态后双手紧握举重杆并向前移动，当举重杆移动到肩膀正上方时，向上举起举重杆，此时“可调式举重杆放置架（黄色）”会自动复位，使用者可上下推举举重杆，做推肩运动；

南宁跑步机-跑步机厂-浩华体育用品(推荐商家)由桂林市浩华用品有限公司提供。桂林市浩华用品有限公司(hhtyyp.tz1288.com)是广西桂林,其它的企业,多年来,公司贯彻执行科学管理、创新发展、诚实守信的方针,满足客户需求。在浩华体育用品领导携全体员工热情欢迎各界人士垂询洽谈,共创浩华体育用品更加美好的未来。