

价10件健身器材 老年人健身器材 NSCC健身器材 公园健身器械 国体认证健身器材

产品名称	价10件健身器材 老年人健身器材 NSCC健身器材 公园健身器械 国体认证健身器材
公司名称	河北达创体育器材有限公司
价格	400.00/件
规格参数	品牌:达创 型号:DC-0156 产地:河北
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	0311-83111974 15613157513

产品详情

肩周炎人群“健身路径”锻炼方法 肩周炎是中老年人群中较为常见的病症，而随着电脑、手机等现代科技产品的普及，肩周炎患者越来越低龄化。健身路径的锻炼可使粘连在一起的肩关节、肌肉、韧带得以松弛，能改善患者的血液循环，加速局部渗出物的吸收，起到舒经活络、缓解疼痛、加速康复的功效。

锻炼者可以选择：慢跑或小区漫步活动5分钟.上肢牵引器

上下拉动30次×3组,打坐早晚各一次，30分钟X2组

肥胖人群“健身路径”锻炼方法 随着现代人生活方式的变化，肥胖人群越来越多，肥胖会对健康产生的影响，如肥胖会并发高血压、糖尿病、心血管疾病等，严重影响我们的生活质量。肥胖人群“健身路径”锻炼，可选择：慢跑或小区漫步活动30分钟 仰卧起坐平台 仰卧起坐20次×2组,健身操 每天20分钟x2组

儿童、青少年“健身路径”锻炼方法 儿童、青少年正处于身体发育期，他们健身路径锻炼的主要目的是促进身高的增长、增强体质、塑造体形，提高智力和心理素质，因而选择“健身路径”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。漫步机 双腿缓慢摆动约5分钟 肋木架 压腿约5分钟 臂力训练器 正、反转转动转轮 各10次×2组 儿童秋千 约5分钟 仰卧起坐平台 仰卧起坐20次×2组 肋木架 攀爬2组。

看价与之相匹配的器材用料、工艺和服务是否成正比，好的器材一般是采用热镀锌管，管材厚度少则3.0，再经匠心工艺抛丸除锈、高温喷塑烤漆的处理，达创一套便宜的出厂价也在四百块钱，低于这个价钱，就可认定是偷工减料的器材，购买需谨慎。

达创体育的健身器材不是单件的，还有组合健身器材，比如两联平步机，在公园我们见到的都是单件的，而给力体育有两联的，可以两个人同时使用还不占地方，这是一件有氧耐力运动，通过上下肢配合的

持续摆动，锻炼心、肺功能、增强健身。

还有三人漫步机，一般在公园看到的都是单人或者双人的，给力体育有三人漫步机，公园的地方广阔，可以安装个三人漫步机，三个人可以同时使用，锻炼方法简单，增强心肺功能，发展下肢肌肉力量。

腰背扭腰器在公园里也不常见，腰背扭腰器是锻炼腰和髋部位，圆盘面上圆凸可以按足底，看起来是比较复杂，其实锻炼起来也很方便，自然站姿，扭腰器和腰部相贴，用力均匀向后靠，使扭腰来回滚动。

达创体育是一家生产公园健身器材的厂家，在器材款式上有两三百款可以选择，工厂地址交通便利，如果想要购买公园健身器材，可以到工厂挑选款式。