

七台河12件优惠健身器材,室外健身器材,户外健身器材,

产品名称	七台河12件优惠健身器材,室外健身器材,户外健身器材,
公司名称	河北省达创体育器材有限公司
价格	400.00/件
规格参数	品牌:达创 地址:河北 型号:DC-009
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	17732148724 17732148724

产品详情

双人漫步机主要功能：锻炼下肢、腰部肌肉力量，改善下肢柔韧性及协调能力，提下肢各关节的稳定性，增心肺功能，提下肢各关节的稳定性。

锻炼部位：下肢、腰部

使用方法：双手握住横梁，双脚踏实踏板，找好平衡后腰部双腿发力想走路一样前后依次摆动，每次练习好不要少于50次，双腿各走一步算一次

不适宜人群：关节不适的人群;手部不能抓好衡量人群

注意事项： 使用前先确认好前后安摆动距离;

站上去之后手部握好横梁先要找好，不要急于操作;

前后摆动幅度不能过大以免拉伤肌肉韧带和碰伤他人;

摆动频率不能过快

腰部按摩器主要功能：通过按摩腰部和背部使肌肉放松已达到缓解疲劳，促进血液循环的效果

锻炼部位：腰部、背部

使用方法：

腰部按摩：双手握住握把，腰部贴紧滚轮上下滚动按摩腰部肌肉，可根据自身要求适当发力

背部按摩：双手握住两侧，背部贴紧滚轮左右滚动按摩背部肌肉，可根据自身要求适当发力

适宜人群：除儿童外各个年龄阶段人群

注意事项：滚动频率不能过快，以防受伤，禁止做使用方法外的其他动作室外健身器材

七台河12件优惠健身器材,室外健身器材,户外健身器材,室外健身器材对于很多人来说应该都是有的了解的，因为对于那些比较喜欢健身的人来说，一般除了会去健身房以外，还会去使用这些室外的免费的健身器材，用这些免费的健身器材相对来说也是非常的不错的，也能够达到一个比较好的效果，一般在公园里面又或者说是在小区里面，基本上都是可以看到健身器材，那么室外健身器材有哪些品牌?对于那些需要去购买器材的人来说，就应该要注意了解到这个方面的问题，应该要看看现在到底会有一些什么样的品牌，但要确保自己能够选择到一个比较好的品牌，这样才能够让自己感到比较放心，