

太原户外健身器材厂家康强规格齐全现货销售2020新报价

产品名称	太原户外健身器材厂家康强规格齐全现货销售2020新报价
公司名称	山西新生活健身器材有限公司
价格	1000.00/台
规格参数	品牌:康强健身器材 型号:户外健身器材 地址:太原市新建路文源巷路西
公司地址	太原市新建路文源巷路西30号（三十七中斜对面）
联系电话	15534025602

产品详情

太原户外健身器材厂家康强规格齐全现货销售2020新报价！山西康强健身器材有实体店，全场低价，型号齐全，实样展示，同质同价免费送货安装！如今，全民健身的方式多种多样，这其中自然少不了室外健身器材的身影。这些器材简单实用，娱乐性强，又没有场地限制，适用于所有人群。但是对于这些健身器材你了解多少,会正确的使用它们吗？

太原户外健身器材厂家康强给您介绍常用的健身器材：

1.坐蹬器

主要功能: 锻炼大腿肌肉，腰部力量。

锻炼方法: 坐在座板上，双腿弯曲，双手放在膝盖上，然后用力蹬双腿至有限位置，反复练习。

2.极揉推器

主要功能: 锻炼上肢关节的灵活性，柔韧性。

锻炼方法: 面向太极轮练习器站立，双腿直立或呈马步，握住练习器转轮手柄，向相同或相反方向转动。

3.漫步机

主要功能: 锻炼下肢的活动能力，身体协调性、平衡能力和有氧能力。

锻炼方法: 扶杠太空漫步：手握扶手，脚踏踏板，两脚前后走动。

4.扭腰器

主要功能: 锻炼腰部、腹部肌肉力量。

锻炼方法: 双手握紧手柄，双脚平衡站在圆形踏板上，腰部发力带动下肢左右扭转

5.腹肌板

主要功能: 具有锻炼腹肌及腰背按摩的作用。

锻炼方法: 坐在座板上,两脚勾住横梁,双手交叉抱头后仰,在器械上做仰卧起坐运动。

太原户外健身器材厂家康强户外健身器材的价格是多少？

太原户外健身器材厂家康强户外健身价格要根据室外健身器材的材质和类型来决定的，室外健身器材的种类有很多种，而锻炼的人群一般小孩,年轻人,老年人都可以玩得，一件大概几百左右以上的。

太原户外健身器材厂家康强全套户外健身器材对人的上臂、前臂、大腿、小腿、躯干、背部、肩部、腹部、腰部、颈部等肌肉都有锻炼的作用，康强通过对不同路径器材的组合，实现适合中老年人锻炼的健身休闲场所，为乡镇居民体育健身提供了有效的解决方案。