



面对各式各样的跑步机你会选吗?跑步机品牌排行榜上的就一定好吗?市面上健身器材多种多样,目前使用最简单、最适合大众健身需求的还是跑步机。现在一般家庭也都要购买跑步机,许多人比较关心跑步机买什么牌子好,的确跑步机放在家里,品牌与档次都是比较重要的。

# 跑步机你该怎么选 不可忽视这四点

## 分类

### 多功能跑步机

一台多功能跑步机是由跑步机、划船器、卧式健身车、放松机、腰旋器等功能器材组合而成,以功能多、占地少而受到一些人的喜爱。它的锻炼方法同普通跑步机一样,但从健身器所应具备的使用舒服、方便,技术动作准确合理上看,多功能跑步机有一定缺陷。

### 电动跑步机

电动跑步机是健身房及家庭较高档的器材,它通过电机带动跑带使人以不同的速度被动地跑步或走动。由于被动地形成跑和走,从动作外形上看,几乎与普通在地面上跑或走一样,但从人体用力上看,在电动跑步机上跑、走比普通跑、走省去了一个蹬伸动作。

正是这一点使每一个在电动跑步机上走跑的人感到十分轻松自如,可使人比普通跑步多跑1/3左右的路程,能量消耗也比普通走、跑为多。另外,由于电动跑步机上的电子辅助装备功能非常多,可体验不同的跑步环境,如平地跑、上坡跑、丘陵跑、变速跑等,您可根据您的锻炼目的进行选择。

### 单功能跑步机

单功能跑步机从结构上分为两类,一类是滚轮式跑步机,一类是平板式跑步机。滚轮式跑步机工作时噪音很大,已被淘汰。平板式跑步机是由人主动在上面运动,所以使人感到与普通跑步一样。它的电子表可帮助训练者记录下时速、时间、心率、热量、节拍、距离等指标,使您随时了解自己的训练情况,进行有目的的调整。

选购室内跑步机的时候要特别注意以下几点

## 价格

### 买就买好的

许多消费者都有这么一个疑问“跑步机外观上看没多大区别,为什么有些售价几千,有些则要上万?到底有什么区别?”记者带着这一疑问走访了几家跑步机专卖店,特地体验了一下不同价位的跑步机,虽然贵的不一定就是好的,但体验后发现售价高的跑步机的确跑起来舒服。

业内人士都知道,真正好的跑步机售价一般都要在6000元以上,在经济条件允许的情况下,最好选购品牌知名度高的跑步机。

当然几千元的跑步机基本可以满足消费者的跑步需求,但从调查情况来看,多数千元跑步机购买者,将跑步机买回家后,用了没几次就不用了,因为跑起来真的不舒服,买的时候不舍得花钱,这样算下来其实还不如当初就买一台好的跑步机,跑起来舒服,用的次数自然就多。

## 品牌

### 不能盲目选购

消费者无论是在网上还是去跑步机实体店,都会发现跑步机品牌“多如牛毛”,看得自己眼花缭乱,不知道到底买什么牌子的跑步机才好?再加上由于健身产业的兴起,越来越多的家庭作坊型品牌进入行业,导致近期行业普查出现2成以上的跑步机质检不合格,所以建议大家,一定要选正规品牌的跑步机,也就是品牌知名度高的。

一般进口品牌的跑步机,无论是跑步机品质方面还是售后服务方面都要相对好一点,专利避震技术、宽大的跑步区域、高保真音响等配置,让您跑起来非常舒适!

## 购买

### 最好先体验再选购

去哪买跑步机?也是大家十分关注的一个话题,虽然许多消费者喜欢网购,但客诉率较高,在此提醒消费者最好能够去正规渠道购买跑步机,比如跑步机专卖店或旗舰店。实体店或旗舰店购买跑步机的好处在于,您可以现场体验,感受一下跑步机舒不舒服,牢固程度、运行的流畅性,以及跑步机的噪音是否在可承受范围之内等等,然后再考虑要不要买;其次,多数线下实体店的跑步机线上都有开设旗舰店,消费者可以选择先在线上比价,再到实体店体验选购;最后,正规渠道下购买的跑步机,一般售后服务都比较有保障。

## 售后

### 售后服务不可忽视

最近新闻披露近两成左右跑步机质检不合格,大部分都是小厂生产的,也有新闻报道某品牌的跑步机保内裂板难维修,因此,选购跑步机的时候一定要考虑到它的售后服务。跑步机不像手机,万一使用过程中出现问题,您不可能把它搬到维修点去,商家必须要能够提供上门服务。

综合中关村在线



关注三湘都市报  
微信看E报。