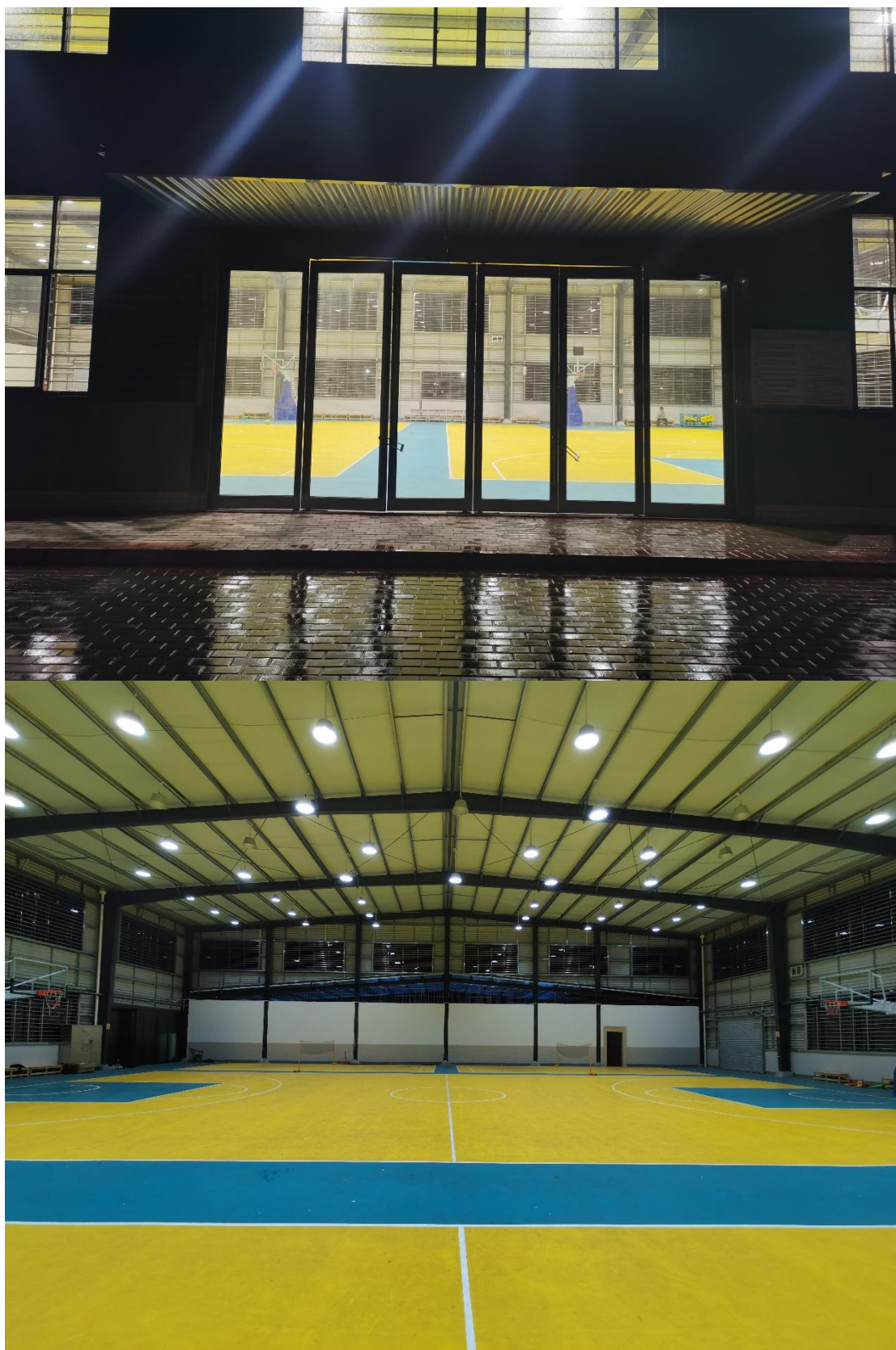


室内篮球馆和力美健身中心简介

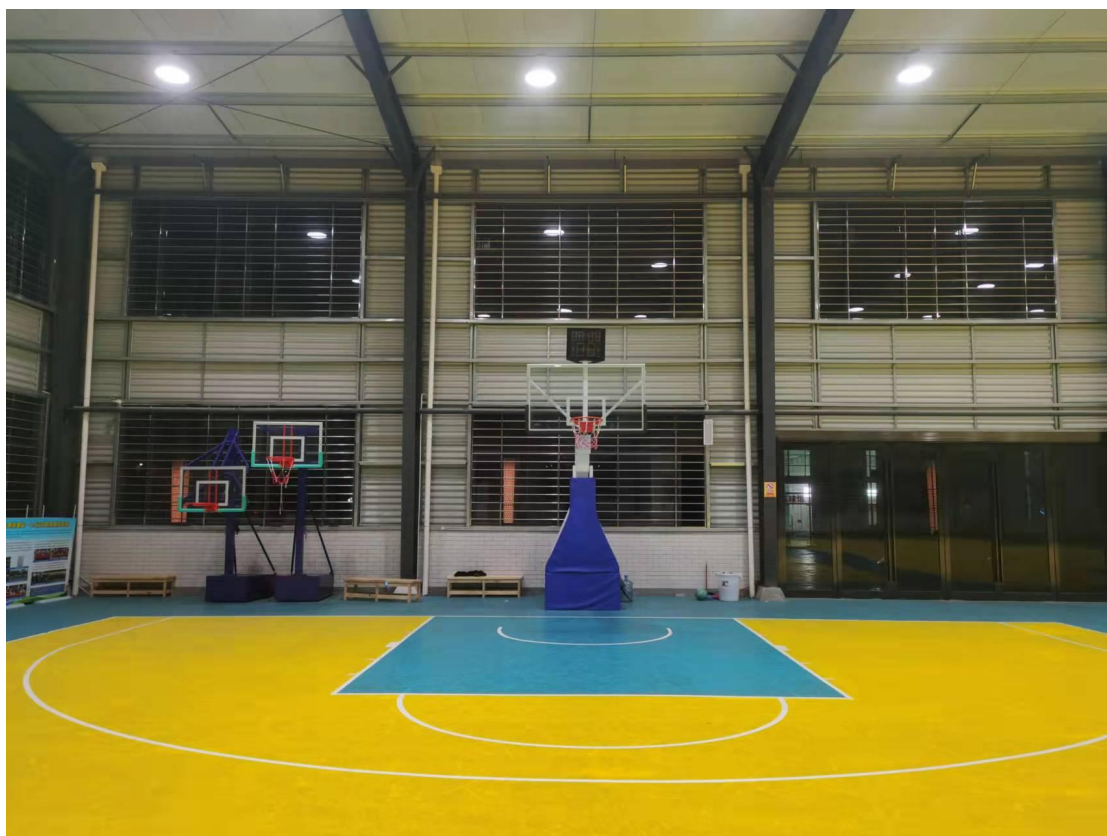




篮球场地是热爱打篮球的运动员们必不可少的环境。篮球场地通常包含丙烯酸篮球场、硅 PU 篮球场、水性硅 PU 、 PVC 篮球场、聚氨酯 PU 篮球场等常用材料，基础多数以沥青、水泥为主



室内篮球馆位于学校灯光篮球场，网球场前，一共两个场地，设备一应俱全，馆内一共设有两个场地，篮球馆的存在，对于学校热爱篮球的人，是一大福音，保证了同学们，无论在任何时间段，什么天气都可以打篮球，在篮架上方还有 24 秒计时器，是学校目前最专业的场馆，学校很多比赛都在室内篮球馆举行。



场地，器材统一都是按照国际篮联的标准来，以最专业的标准来要求自己，给同学们最专业的体验，还有学校专业的裁判组给同学们服务，

丰富学校同学们的课余生活，给大家大学生生活添加浓墨重彩的一笔。

力美健身中心简介

力美健身中心位于体育馆，占地近四百平米。始建于2013年3月，由体育学院自筹经费建设。经过几年的发展和不断升级改造，力美健身中心已发展成为学校最具特色和优势的体育专业校内实训基地。实训室内装修考究、器械齐全、布局合理，功能性区域划分明确。

力美健身中心是学校开办体育专业不可缺少的硬件条件之一，它承担着教学、训练、课外健身、实习实训的任务。体育专业核心课程《健身教练》就是依托本实训室才得以开设。本实训室不仅满足专业课教学，还能为体育专业学生提供健身教练实训岗位，同时又能带来一定的利润。

健身中心器材应有尽有，冬暖夏凉，冬天有暖气，夏天有空调，健身房的存在，让师生在大学期间也可以更加方便的锻炼身体，身体的健康是最重要的，健康是身体的本钱，而学校健身房的存在，就是给大家，最为专业的锻炼自己的身体。



健身中心区域可大致分为：

接待休息区, 训练区, 更衣区, 运动康复区和办公区

1、接待休息区

(1) 前台 (2) 水吧, 卖品部 (3) 会员休息

阅读区

2、训练区

(1) 心肺训练区(有氧训练区)。配置跑步机, 椭圆仪(运转机)、划船机、功率自行车、台阶器、立式健身车、卧式健身车等器械

(2) 等重量器械区(循环力量训练区)

配置单功能训练器, 可以锻炼身体年底

位的各种插片式专业型力量训练器

(3)自由重量器械区(自由力量训练区)。配置哑铃、杠铃、卧推架等可以锻炼身体 的各种自由式力量



