# 健身健美实训室简介

健身房面积2250平方米，是当前省内高职院校面积最大、设备最完善的健身房之一；设置了跑步机有氧训练区、动感单车有氧训练区、杠铃自由力量训练区、哑铃自由力量训练区、多功能健身器械力量训练区、环形跑道体能训练区、拳击台、瑜伽室、健身操房、理论课教室等；共配备有232套（台）各种多功能组合力量练习器、卧推架、深蹲架、杠铃、哑铃、跑步机、动感单车等健身器材；用于健美健身及体能训练理论教学与实操训练。

