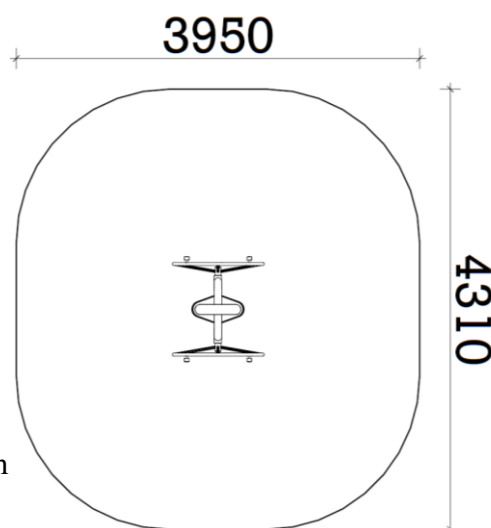


TECHNICKÝ LIST

OBOUSTRANNÉ VELKÉ KOLO TAI CHI



ROZMĚRY PRVKU: 1,95m (v) 0,70m (š) x 1,31m (d)
BEZPEČNOSTNÍ ZÓNA: 3,95m (š) x 4,31m (d)
DRUH DOPADOVÉ PLOCHY: může být tráva
ZAŘÍZENÍ URČENO: pro uživatele s min. výškou 140cm



POPIS:

Tento fitness stroj je bezúdržbový, odolný proti povětrnostním vlivům, mechanickému poškození a znečištění. Všechny kovové díly jsou pískově otryskány a pozinkovány. Stroj je usazený do kotev v betonovém základu 0,60 x 0,60 x 0,55 m. Povrch je opatřen práškovým nástřikem, dvojitě lakován, nebo potažen polyesterovým nátěrem. Nosný rám je vyroben z ocelové trubky o Ø 90mm, síla stěny je 3,6mm. Konstrukce prvků je z ocelových trubek o Ø 40-63mm, síla stěny je 3,6mm. Úchytky jsou vyrobeny z polyvinylchloridu. Použitá ložiska uzavřený typ, NSK.

FUNKCE:

Rozvinout a zachovat pohyblivost a kloubů rukou a ramen, zápěstí, loktů a klíčních kostí.

Postup cvičení: postavte se vzpřímeně naproti kolu, dívejte se dopředu a nohy mějte roztáhnuté do šířky ramen. Uchopte držadlo kola a otáčejte ve směru hodinových ručiček, nebo opačně. Obtížnější variantou je tentýž cvik, ale s rukama za zády.