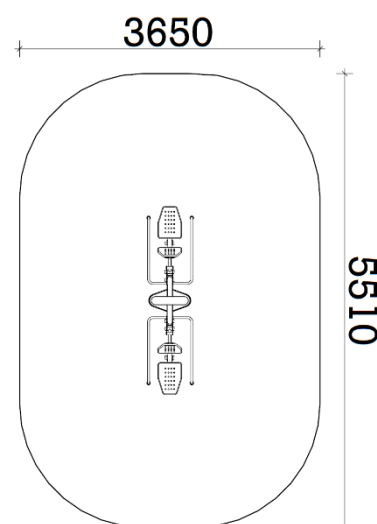
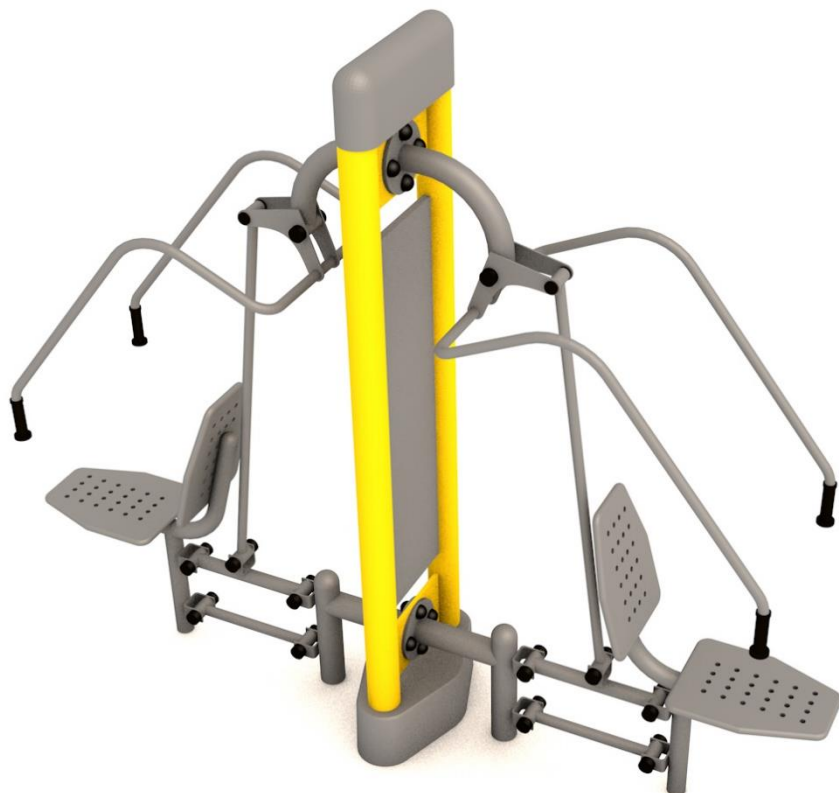


## TECHNICKÝ LIST

### OBOUSTRANNÝ POSILOVAČ SVALŮ V SEDĚ



ROZMĚRY PRVKU: 1,95m (v) 0,65m (š) x 2,51m (d)

BEZPEČNOSTNÍ ZÓNA: 3,65m (š) x 5,51m (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 90x3,6mm. Konstrukce prvků je z ocelových trubek o Ø 40-63x3,6mm.

Úchytky jsou vyrobeny z polyvinylchloridu. Použitá ložiska uzavřený typ, NSK.

#### FUNKCE:

Posílení svalů zadní oblasti trupu a svalů ramenních, krčních a prsních.

**Postup cvičení:** Posad'te se na sedačku, dobře se opřete a uchop'te oběma rukama držadla, plnou silou je odtahujte nahoru, pohyb zpět musí být pomalý. Nepouštějte náhle držadla v horní poloze. Rytmus cvičení zvolte s ohledem na vaši fyzickou kondici.