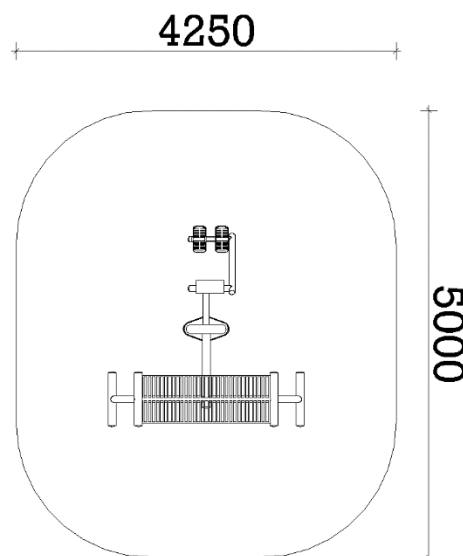


TECHNICKÝ LIST

F-31 Lavice + Protahovadlo zad



ROZMĚRY PRVKU: 1,95m (v) x 1,25m (š) x 1,85m (d)

BEZPEČNOSTNÍ ZÓNA: 4,25m (š) x 5,00m (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 \varnothing 90x3,6mm. Konstrukce prvků je z ocelových trubek o \varnothing 40-63x3,6mm.

FUNKCE:

LAVICE - Slouží k posilování a protažení celého těla.

Postup cvičení: Položte se zády na lavici hlavou dolů, ohni nohy v kolenu a zapřete se chodidly pod válcové madlo ve spodní části a provádějte sedy / lehy.

Rytmus cvičení zvolte s ohledem na vaši fyzickou kondici.

PROTAHOVADLO ZAD - Posílit a rozvinout svalstvo ramenního pletence a horních končetin.

Postup cvičení: uchopte horní boční tyče oběma rukama, natahujte horní končetiny a přitom zvedejte celé tělo, poté se vraťte do původní polohy.

TEWIKO systems, s. r. o.

Kateřinská 791

463 03 Stráž nad Nisou

IČ: 25472887

DIČ: CZ25472887

Webové stránky:

www.detske-hriste-sportoviste.cz

www.bezdratovy-rozhlas.cz

www.ukazatelrychlosti.cz

www.tewiko.cz

Kontakty:

Tel.: +420 482 425 218

E-mail: tewiko@tewiko.cz