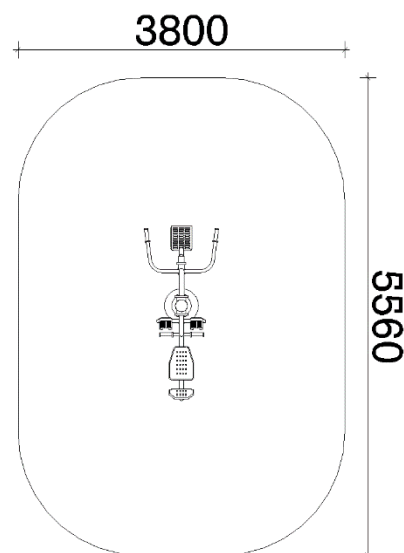


TECHNICKÝ LIST

F-65 Serfař + Odrážedlo



ROZMĚRY PRVKU: 1,95m (v) 0,80 (š) x 2,56m (d)

BEZPEČNOSTNÍ ZÓNA: 3,80m (š) x 5,56m (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, dvojité lakován, nebo potažen polyesterovým nátěrem. Nosná konstrukce je vyrobena z ocelové trubky o min. Ø 140x3,6mm. Konstrukce prvku je z ocelových trubek o Ø 40-63x3,6mm. Úchytky jsou vyrobeny z polyvinylchloridu. Použitá ložiska uzavřený typ, NSK.

FUNKCE:

SERFAŘ: Rozvinout a zachovat svalstvo pánevního pletence, oblasti břicha a bederní oblasti. Posílit stabilizaci horních končetin.

Postup cvičení: Uchopte oběma rukama boční tyče, stoupněte si oběma nohama na pedál a provádějte kývavé pohyby vpravo a vlevo. Držte vzpřímený postoj a dívejte se stále před sebe s hlavou vztyčenou.

ODRÁŽEDLO: Slouží k posílení svalů dolních končetin a pánve.

Postup cvičení: Posad'te se pevně do sedačky, nohama se zapřete do pedálů, dokud je nebudete mít nohy úplně napnuté. Poté se pomalu vracejte do výchozí 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