

TECHNICKÝ LIST

F-004 + F-005 + F-006 + F-017 + F-026

Serfař + Twister + Masáž beder + Procvičování nohou

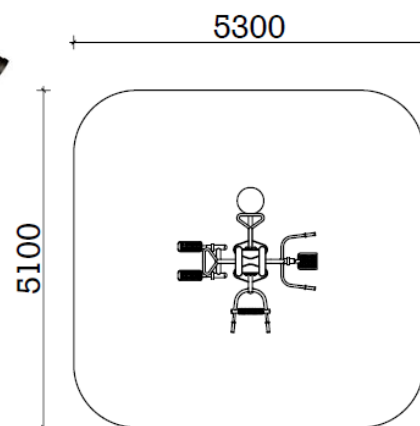


ROZMĚRY PRVKU: 1,9m (v) 2,10 m (š) x 2,25m (d)

BEZPEČNOSTNÍ ZÓNA: 5,10m (š) x 5,30m (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 ocelových trubek 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. Každý prvek vybaven tabulí s návodem ke správnému provádění cviků.

FUNKCE:

Rozvinout a zachovat svalstvo pánevního pletence, oblasti břicha a bederní oblasti. Posílit stabilizaci horních končetin. Tento cvik aktivuje především šikmé břišní svaly a v menší míře přímý sval břišní. Slouží k procvičování pružnosti a pohyblivosti pasu. Uvolnění napětí zádových svalů. Posílení a rozvoj svalů dolních končetin, mobilizace kyčelních kloubů.