

TECHNICKÝ LIST

F-001 + F-006 + F-022 Twister + Kolo



ROZMĚRY PRVKU: 1,95m (v) 0,45m (š) x 2,30m (d)

BEZPEČNOSTNÍ ZÓNA: 3,45m (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, dvojité lakován, nebo potažen polyesterovým nátěrem. Nosná konstrukce je vyrobena z ocelové trubky o min. Ø 140x3,6mm. Konstrukce prvků je z ocelových trubek o Ø 40-63x3,6mm.

Použitá ložiska uzavřený typ, NSK.

FUNKCE:

TWISTER: Tento cvik aktivuje především šikmé břišní svaly a v menší míře přímý sval břišní. Slouží k procvičování pružnosti a pohyblivosti pasu. **Postup cvičení:** Postavte se na otočný talíř a uchopte držadla. Otáčejte pánev opatrně z jedné strany na druhou, ramena zůstávají stále fixována v rovnoběžné poloze s držadly. Nohy by měly být lehce pokrčené v kolenou.

KOLO: Posílit a rozvinout svalstvo horních končetin a dolních končetin. **Postup cvičení:** posad'te se na sedadlo kola, položte nohy na pedály a uchopte rukama madlo a šlapejte jako byste jeli na normální kole.

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