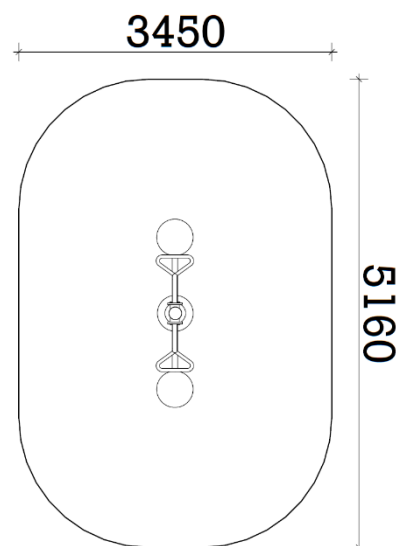




TECHNICKÝ LIST

Oboustranný twister



ROZMĚRY PRVKU: 1,95m (v) 0,45m (š) x 2,16m (d)

BEZPEČNOSTNÍ ZÓNA: 3,45m (š) x 5,16m (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 Ø 90x3,6mm. Konstrukce prvků je z ocelových trubek o Ø 40-63x3,6mm.

Použitá ložiska uzavřený typ, NSK.

FUNKCE:

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

Rytmus cvičení zvolte s ohledem na Vaši fyzickou kondici.

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