

Venkovní posilovací stroj

Bradla LK - 10


Typ produktu: Cvičební

Funkce: Posilování ramenního, břišního a zádového svalstva.

Použití: Pevně uchopte bradla a dostaňte se do polohy s nataženými rukama výskokem nebo vyšvihnutím. S nádechem se kontrolovaně spouštějte co nejnižší. Tělo držte zpevněné, záda a pánevní svaly zatnuté. S výdechem narovnávejte ruce do výchozí polohy.

Provádění: Doporučujeme 3 série vždy po 8 - 12 cvicích s minutovou přestávkou mezi sériemi a dále podle fyzického stavu cvičící osoby. Budete-li cítit jakoukoliv bolest, cvičení přerušete.

Poznámka: Maximální hmotnost uživatele je 120 kg. Druhé osobě je zakázán vstup do vzdálenosti 2m od uživatele. Zařízení smí bez dozoru užívat pouze osoby starší 16 let. Jiné než uvedené použití je zakázané.

Pro 1 osobu



Rozměry: 2420 x (1065±80) x 1495 mm

Hmotnost: 116 kg

Instalace: 2 osoby; 2,5 hodiny

 Požadavek na beton: 0,20 m³

Počet základů: 4

Instalace na pevný povrch: ano

Barevné provedení: imitace dřeva / kov

