

Venkovní posilovací stroj

Protahovací zařízení LK - 11


Typ produktu: Cvičební

Funkce: Posilování a rozvoj svalů horních končetin, hrudníku a zad, zvyšování kardiopulmonální kapacity.

Použití: Posadte se na sedátko a uchopte rukojeti oběma rukama. Přitahujte držadla směrem k sobě na úroveň ramen - sedák se začne zvedat. Poté pomalu uvolňujte síly v pažích a vraťte se do výchozí pozice.

Provádění: Doporučujeme 3 série vždy po 10 cvicích s minutovou přestávkou mezi sériemi a dále podle fyzického stavu cvičící osoby. Cvičení provádějte rytmicky a tak, aby nedocházelo k nadměrnému vyvíjení síly. Budete-li cítit jakoukoliv bolest, cvičení přerušte.

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 2 osoby



Rozměry: 2500 x 1000 x 1800 mm

Hmotnost: 98 - 235 kg

Instalace: 2 osoby; 2,5 hodiny

 Požadavek na beton: 0,20 m³

Počet základů: 1

Instalace na pevný povrch: ano

Barevné provedení: imitace dřeva / kov

