

## Sedy - lehy CE 44 / CZ 44

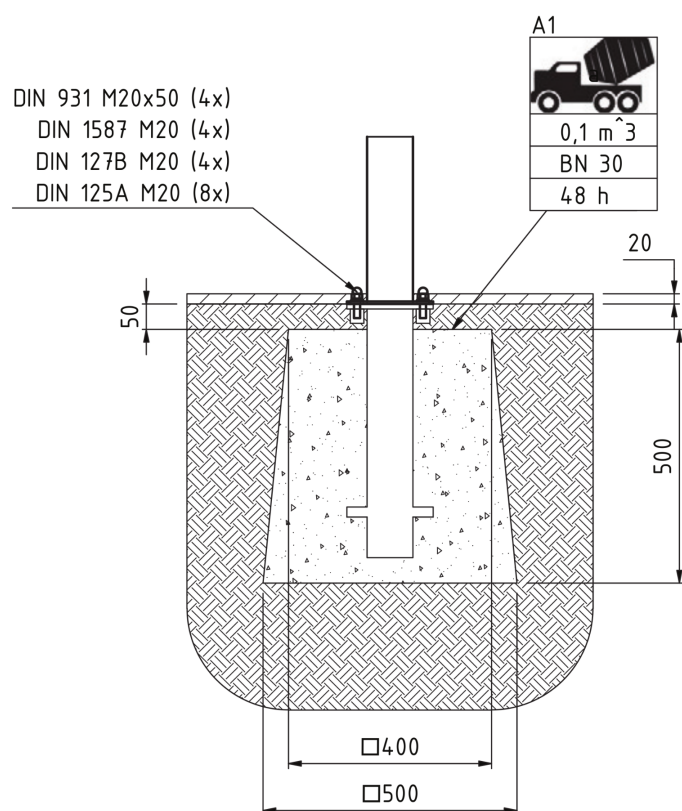
CE: EXKLUZIVNÍ ŘADA Z NEREZOVÉ OCELI, 100% ČESKÁ VÝROBA

CZ: KOVOVÉ PŘEVEDENÍ, 100% ČESKÁ VÝROBA



Vizualizace mají pouze ilustrační charakter. Právo na změny vyhrazeno.

### KOTVENÍ A POVRCH



### POPIS ZAŘÍZENÍ

**FUNKCE:** Posilování a rozvoj břišních a zádových svalů.

**POUŽITÍ: Cvik A:** položte se na lavici hlavou dolů a nohy zapřete o příčku. Provádějte pohyby sed - leh se zkříženýma rukama na hrudi. Nohy mějte v pokrčené poloze. **Cvik B:** lehněte si na lavici hlavou nahoru a chyťte se příčky za hlavou. Zdvíhejte pokrčené nohy.

**PROVÁDĚNÍ:** Doporučujeme 3 série vždy po 10 cvicích s přestávkou mezi sériemi dle fyzického stavu cvičící osoby. Ucítíte-li jakoukoliv bolest, cvičení přerušte.

**BEZPEČNOSTNÍ INFORMACE:** Budete-li cítit jakoukoli bolest, cvičení přerušte. Cvičení provádějte pomalu a plynule. Vyvarujete se přetížení. Při přílišné zátěži se mohou objevit fyzické problémy. V případě pochybností konzultujte cvičení s lékařem. Zařízení nepoužívejte, pokud je jeho povrch namrzlý, kluzký, rozpálený nebo je-li zařízení viditelně poškozené. Necvičící dodržujte od uživatele bezpečnou vzdálenost na 2 m v případě, že nepotřebuje vaši asistenci!

Certifikace podle normy ČSN EN 16630:2016

### TECHNICKÁ DATA

Produktové číslo	CE 44
Maximální zatížení	120 kg   1 os.
Maximální rozměry	1556 x 510 x 725 mm
Hmotnost zařízení	50 kg
Volná výška pádu	388 mm

### PLOCHA PRO POHYB UKOTVENÍ

