

# Protahovací zařízení CE 11s



EXKLUZIVNÍ ŘADA NEREZOVÉ OCELI  
100% ČESKÁ VÝROBA



Vizualizace mají pouze ilustrační charakter. Právo na změny vyhrazeno.

## POPIS ZAŘÍZENÍ

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

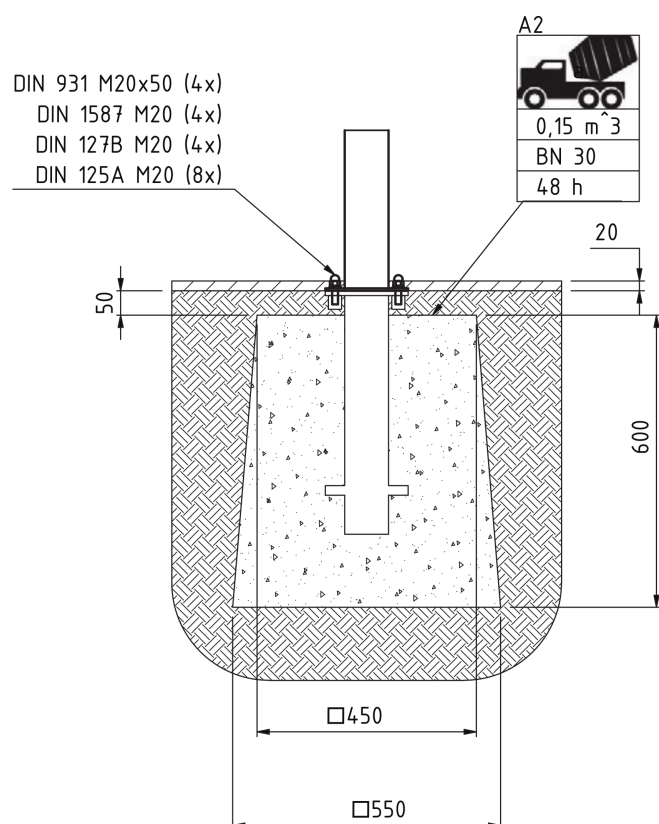
**POUŽITÍ:** Posadíte se na sedátko a uchopíte rukojeti oběma rukama. Přitahujete držadla směrem k sobě na úroveň ramen - sedák se začne zvedat. Poté pomalu uvolňujete síly v pažích a vracíte se do vychozí pozice.

**PROVÁDĚNÍ:** Doporučujeme 3 série po 8 - 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.

**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

## KOTVENÍ A POVRCH



## TECHNICKÁ DATA

Produktové číslo	CE 11s
Maximální zatížení	120 kg I 1 os.
Maximální rozměry	1238 x 780 x 1740 mm
Hmotnost zařízení	50 kg
Volná výška pádu	828 mm

## PLOCHA PRO POHYB UKOTVENÍ

