

Masážne zariadenie Exteriérové fitness F28



Exteriérové fitness F28 - Masážne zariadenie

Masážne zariadenie - jemne posilňuje svalstvo, zlepšuje cirkuláciu krvi a mobilitu v oblasti pásu, chrbta a brušných svalov.

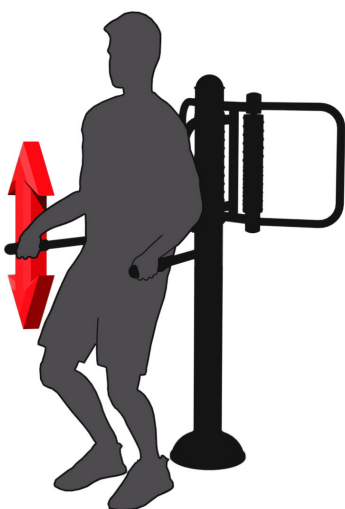
Ako cvičiť - oprite si chrbát oproti masážnemu valcu a pomaly krúžte hornou časťou tela doprava a doľava. Horizontálna časť: oprite si chrbát oproti masážnemu valcu, pričom sa oprite rukami o pomocné tyče a pomaly robte pohyb smerom dole a hore. Vykonávajte plynulé a kontrolované pohyby. Počet opakovaní zvyšujte podľa zlepšovania kondície.

Špecifikácia

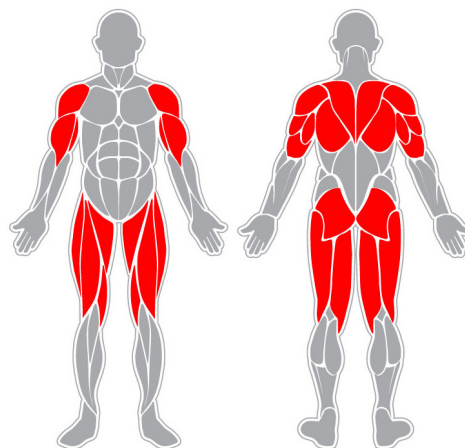
Exteriérové fitness F28 je certifikované podľa STN EN 16 630

| | |
|--------------------|--|
| Cieľová skupina: | 140 cm a viac |
| Rozmery prvku: | 0,85 × 1,1 × 1,5 m |
| Bezpečnostná zóna: | 1,9 × 2,2 m |
| Maximálna nosnosť: | 150 kg |
| Materiál: | Zinkovaná oceľ, silónové dorazy, nerezový spojovací materiál |

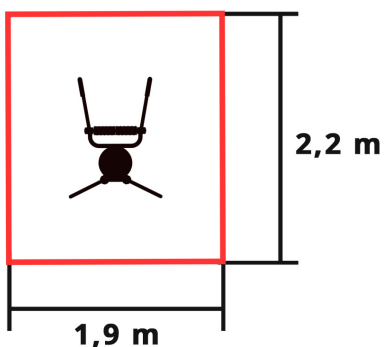
Masážne zariadenie Exteriérové fitness F28



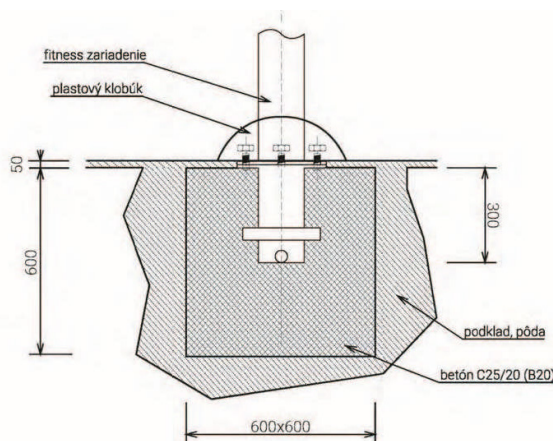
Ako cvičiť



Precvičované svaly



Bezpečnostná zóna



Spôsob kotvenia

Upozornenie: maximálna nosnosť zariadenia je 150kg. Zariadenie môže používať osoba vyššia ako 140cm. Deti a osoby so zdravotným postihnutím musia byť vždy pod dohľadom dospelaj osoby. Pri používaní tohto zariadenia musia byť cvičenci oboznámení s prevádzkovým poriadkom a musia ho dodržiavať. Osoba, ktorá používa cvičebné zariadenie si musí byť vedomá svojho zdravotného stavu a svojich fyzických možností. Nepreceňujte Vaše fyzické sily počas cvičenia.