

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

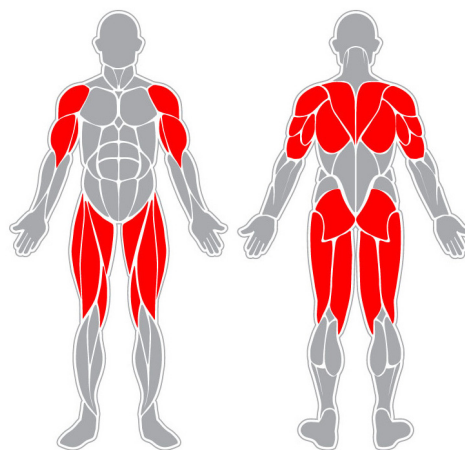
Exteriérové fitness F28 je certifikované podľa STN EN 16 630

Cieľová skupina:	140 cm a viac
Rozmery prvku:	0,83 × 1,1 × 1,5 m
Bezpečnostná zóna:	3,8 × 4,1 m
Maximálna nosnosť:	150 kg
Materiál:	Zinkovaná a práškovaná oceľ, silónové dorazy, PE, nerezový spojovací materiál

Masážne zariadenie Exteriérové fitness F28



Ako cvičiť



Precvičované svaly

Upozornenie: maximálna nosnosť zariadenia je 150kg. Zariadenie môže používať osoba vyššia ako 140cm. Deti a osoby so zdravotným postihnutím musia byť vždy pod dohľadom dospelého 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.