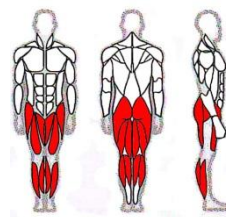


Odrážecí sedáky



Funkce: Posilování a rozvoj svalů dolních končetin a pasu, konkrétně čtyřhlavého svalu stehenního, lýtek, hýžďových svalů a spodních svalů břišních.

Použití: Posadte se na sedátko, důkladně opřete záda a umístěte chodidla na podložku. Ruce položte na kolena či uchopte středovou tyč a tlačte nohama na podložku. Sedátko se začne pohybovat směrem od středového sloupku. Pomalu se vraťte do výchozí pozice.

Provádění: Doporučujeme 3 série po 8 - 12 cvicích s minutovou přestávkou a dále podle fyzického stavu cvičící osoby. 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 je vhodné pro osoby nad 140 cm. Jiné než uvedené použití je zakázané.

FS-01

Pro 2 osoby

Instalace na pevný povrch: ano

Barevné provedení:

Zelená / šedá

Rozměry: 50x198x222 cm

