



Légjáró

950-008

Termék mérete: 1,1 m x 0,5 m x 1,3 m

Területigény: 4,1 m x 3,5 m

Biztonsági szabvány megfelelés: EN16630

Szabadesési magasság: 0,7 m

Nincs szükség speciális ütéscsillapításra – füves talaj elegendő

Beton alapok mérete, száma: 50x50x70 cm – 1db

140 cm testmagasság alatti gyermek kizárólag felnőtt személy felügyelete mellett használhatja az eszközöket!

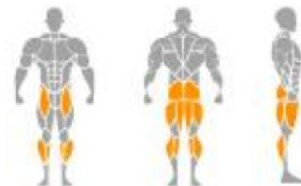
A nem rendeltetésszerű használatból adódó problémákért felelősséget nem vállalunk!

Alkalmazás:

Fogja meg a fogantyúkat és lépjen fel a pedálokra. Helyezkedjen úgy, hogy súlypontja középen legyen, majd lendítse ki lábait felváltva, egyenes háttal állva. A kilengések ne legyenek kényszerdedtek, túlerőltetettek. Használata a személy egyéni fizikai állapotától függ. Minimum 10 perces sétát javasolunk normál ütemben. Tartsa erősen a fogantyúkat és a balesetek elkerülése érdekében ne szálljon le az eszközről, csak amikor a pedálok már párhuzamosan állnak! Csak akkor engedje el a fogantyúkat, ha már mindkét lábával a földön áll!

A gép kiemelten ajánlott:

- szív- és tüdőfunkciók javítására
- lumbális izomzat erősítésére
- ösztönzi az anyagcserét
- javítja az állóképességet
- tehermentesíti a csípőízületet
- megelőzheti az izomsorvadást



Használati utasítás:

1. Fogja meg mindkét kezével a markolatokat és tegye lábait a lábtartóra.
2. Mozgassa mindkét lábát és nyújtóztassa hátát, mintha egyszerűen csak sétálna. Hangolja össze a mozgását.

