

**Lovagló****950-010**

Termék mérete: 0,97 m x 0,55 m x 1,1 m

Területigény: 3,97 m x 3,55 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 és 12 év alatti gyermek kizárólag felnőtt személy felügyelete mellett használhatja az eszközöket!

A nem rendeltetésszerű használatból adódó problémákért felelősséget nem vállalunk!

Funkció:

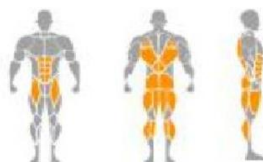
Erősítő eszköz. Erősíti a karok, lábak, derék, has-hát és a mellkas izmait, lehetővé téve a végtagok teljes mozgását is. Alkalmas a gyerekeket kivéve minden korosztály számára.

Alkalmazás:

Üljön le és fogja meg a fogantyúkat, nyomja a pedálokat előre amíg a háta kiegyenesedik! Így a lába kinyújtott, háta pedig kiegyenesedett állapotba kerül. Ne erőltesse túl izmait! Mindig a személy egyéni fizikai állapotától függ. Javasolunk 3-szor 10 nyújtási sorozatot, mindegyik között 5 másodperces szünetet tartva. Ez a gyakorlat erősen igénybe veszi az alsó végtagokat. Ha fájdalmat érez, fejezze be a gyakorlatot!

A gép kiemelten ajánlott:

- szív- és tüdőfunkciók javítására
- a hát- és hastáji izomzat erősítésére
- fejleszti a mozgáskoordinációt
- ízületi és végtagfájdalmak ellen

**Használati utasítás:**

1. Üljön az ülésre, fogja meg a markolatokat és helyezze lábait a lábtartóra.
2. Nyújtsa lábait a markolatok irányába. Ismétlje a mozdulatot!

