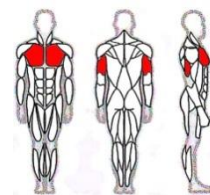


Dvojitá bradla



Funkce: Posilování ramenního, břišního a zádového svalstva.

Použití: Pevně uchopte bradla a dostaňte se do polohy s nataženými rukama výskokem nebo vyšvihnutím. S nádechem se kontrolovaně spouštějte co nejnižše. Tělo držte zpevněné, záda a pánevní svaly zatnuté. S výdechem narovnávejte ruce do výchozí pozice.

Provádění: Doporučujeme 3 série vždy po 8 - 12 cvicích s minutovou přestávkou mezi sériemi 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-11

Pro 2 osoby

Instalace na pevný povrch: ano

Barevné provedení:

Zelená / šedá

Rozměry: 54x155x170 cm

