

TECHNICKÁ KARTA

Karta produktu: 009/005/011 KYVADLO - BEŽEC - TWISTER

názov: KYVADLO - BEŽEC - TWISTER

katalógové číslo: ST-009/ST-005/ST-011

typ cvičenia: Aeróbne

funkcia: Posilňuje svaly nôh a bedrové svaly. Má pozitívny vplyv na kardiovaskulárny systém. Zlepšuje motorickú koordináciu.

cvičenie: : Bežec: Rukami sa chytíme zábradlia. Nohami našľapujeme na plošiny. Chrbát rovný. Vykonávame striedavý pohyb nôh.

kyvadlo: Uchopte zábradlie rukami. Nohami našľapujeme na plošinu. Vykonávame kyvadlové pohyby bokmi.

Twister: Rukami sa chytíme zábradlia. Stojíme na plošine. Nohy mierne pokrčíme v kolenách. Robíme krúživé pohyby bokov.

maximálna hmotnosť cvičenca: 130 kg

minimálna výška cvičenca: 140 cm

Voľná výška pádu: 500 mm

šírka: 823 mm

Dĺžka: 2234 mm

výška: 1798 mm

bezpečná zóna: 5238 mm x 3823 mm

materiál:

Oceľová rúrka: 114,3 x 3,6 mm 50 x 2 mm, 42,4 x 2,9 mm, 88,9 x 3,6 mm

Oceľový plech: 3 mm, 5 mm, 10 mm

Profil 50x30x3mm

Ložisko 6006 2RS

Nárazník – D50/20/60 IRH

Možnosti krokov:

- drážkovaný hliník

- nehrdzavejúca oceľ

Skrutky z nehrdzavejúcej ocele M10x20

antikoročná ochrana: zinkový povlak

základný lak: Vysokokvalitný epoxidový základný náter, obsah zinku PZ 770

lak: Práškovo-polyesterový lak

farba: Akákoľvek farba z palety RAL

spôsob montáže: Oceľová kotva zabetónovaná v pätko – betón

- súlad s normou: PN-EN 16630:2015-06

