

# Wyciąg górny + Wyciskanie siedząc

0071028

**METAL - FITNESS STANDARD**



## Materialspezifikation:

<b>Konstruktionsmaterial</b>	galvanisierter Stahl, der mit Pulverfarbe beschichtet ist, um Haltbarkeit und Korrosionsbeständigkeit zu gewährleisten oder aus Edelstahl
<b>Fundamentierung</b>	im Boden bis zu einer bestimmten Tiefe eingegraben und mit mindestens B-20-Klasse Beton verfüllt oder auf Betonuntergrund geschraubt
<b>Platte</b>	HDPE-Platten mit gefrästen Zeichnungen
<b>Andere</b>	Schrauben aus rostfreiem Stahl. Verzinktes, pulverbeschichtetes Stahlblech als Trittbfläche. Stufen aus gewelltem Aluminiumblech. Kugellager.

Aufgrund der kontinuierlichen Verbesserung technischer Lösungen durch Freekids können die dargestellten Zeichnungen, einschließlich Farben und Abmessungen, geringfügig von den aktuell produzierten Geräten abweichen.



FreeKids s.c. A. Gąsiorek, Z. Andruszewski  
Trzęsowice 32, 55-106 Zawonia

tel./fax: +48 71 312 72 50, +48 724 654 898  
e-mail: [biuro@freekids.pl](mailto:biuro@freekids.pl) [www.freekids.pl](http://www.freekids.pl)

rev. 001/2026

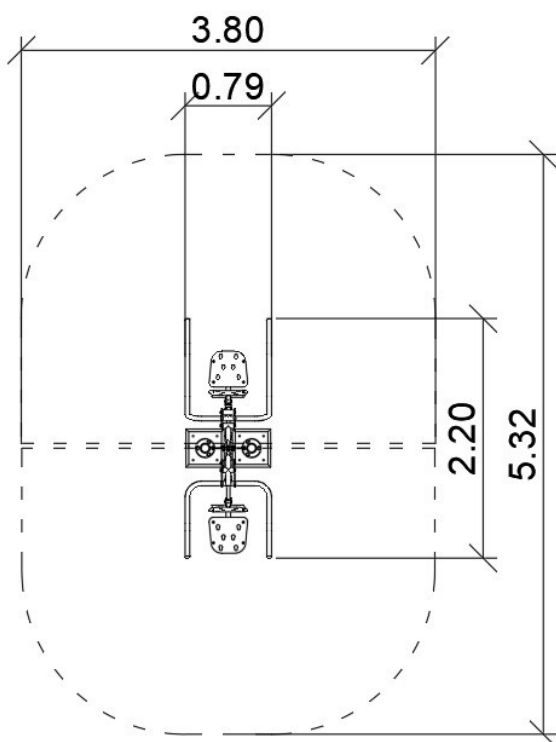
# Wyciąg górny + Wyciskanie siedząc

0071028

METAL - FITNESS STANDARD

## GERÄTEDATEN:

Geräteabmessung	2,20 x 0,79 x 2,16 m
Zonenabmessung	5,32 x 3,80
Fallhöhe	0,72 m
Fläche der Sicherheitszone	18,08 m <sup>2</sup>
Alter der Benutzer	14
Anzahl der Benutzer	140 kg
Material	Metall
Niedrige Fallhöhe	ja
Normenkonformität	EN 16630



### Deckenlifter:

#### Gerätfunktionen:

Das Gerät stärkt und baut die Brust-, Rücken- und Schultermuskulatur auf.

#### Übungsmethode:

Setzen Sie sich bequem auf den Sitz und legen Sie den Rücken an. Greifen Sie die Griffe mit beiden Händen. Drücken Sie sie in einer festen, aber fließenden Bewegung zusammen und beugen Sie dabei die Arme in den Ellbogen. Kehren Sie in die Ausgangsposition zurück. Wiederholen Sie die Übung.

### Bankdrücken im Sitzen:

#### Gerätfunktionen:

Dieses Gerät stärkt und baut die Brust-, Rücken- und Schultermuskulatur auf.

#### Übungsmethode:

Setzen Sie sich bequem auf den Sitz, wobei Sie den Rücken anlehnen. Greifen Sie die Griffe mit beiden Händen. Drücken Sie sie mit einer festen, aber fließenden Bewegung von sich weg und strecken Sie dabei die Arme. Kehren Sie in die Ausgangsposition zurück.

Aufgrund der kontinuierlichen Verbesserung technischer Lösungen durch Freekids können die dargestellten Zeichnungen, einschließlich Farben und Abmessungen, geringfügig von den aktuell produzierten Geräten abweichen.



Aufgrund der kontinuierlichen Verbesserung technischer Lösungen durch Freekids können die dargestellten Zeichnungen, einschließlich Farben und Abmessungen, geringfügig von den aktuell produzierten Geräten abweichen.



FreeKids s.c. A. Gąsiorek, Z.Andruszewski  
Trzęsowice 32, 55-106 Zawonia

tel./fax: +48 71 312 72 50, +48 724 654 898  
e-mail: [biuro@freekids.pl](mailto:biuro@freekids.pl) [www.freekids.pl](http://www.freekids.pl)

rev. 001/2026