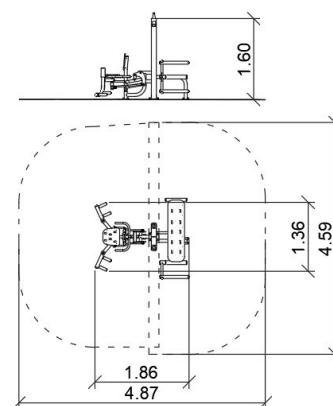


# Przywodziciel + Ławka do ćwiczenia mięśni ud Plus

0072030

**METAL - FITNESS PLUS**



## Spécification matérielle:

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| <b>Matériau de construction</b> | acier galvanisé recouvert d'une peinture en poudre pour assurer durabilité et résistance à la corrosion ou en acier inoxydable  |
| <b>Fondations</b>               | enterré dans le sol à une profondeur spécifiée et bétonné avec un béton de classe B-20 minimum ou fixé sur une base en béton  |
| <b>Plaques</b>                  | Plaque HPL durable  |
| <b>Impressions UV</b>           | Impressions UV multicouches et durables, résistantes aux intempéries  |
| <b>Autres</b>                   | Vis en acier inoxydable. Marches en acier galvanisé et peint par poudrage. Marches en tôle d'aluminium ondulée. Roulements à billes. Supports d'eau et de téléphone intégrés. |

En raison de l'amélioration continue des solutions techniques par Freekids, les dessins présentés, y compris les couleurs et les dimensions, peuvent légèrement différer des appareils actuellement fabriqués.



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

# Przywodziciel + Ławka do ćwiczenia mięśni ud Plus

0072030

METAL - FITNESS PLUS

## DONNÉES DE L'APPAREIL:

|                                |                      |
|--------------------------------|----------------------|
| Dimension de l'équipement      | 1,86 x 1,36 x 1,60 m |
| Dimension de la zone           | 4,87 x 4,59          |
| Hauteur de chute               | 0,78 m               |
| Surface de la zone de sécurité | 20,7 m <sup>2</sup>  |
| Âge des utilisateurs           | 14                   |
| Nombre d'utilisateurs          | 140 kg               |
| Matériau                       | Métal                |
| Hauteur de chute faible        | oui                  |
| Conformité aux normes          | EN 16630             |



Adducteur-Adducteur :

Fonctions de l'appareil :

L'appareil fait travailler les muscles biceps et quadriceps des cuisses, ainsi que les adducteurs et les adducteurs.

Méthode d'exercice :

S'asseoir confortablement sur le siège. Saisir les poignées à deux mains. Placez vos pieds sur les pieds, les genoux à l'extérieur des poignées. Effectuez un mouvement d'adduction et d'inversion des cuisses.

Banc d'exercice pour les muscles de la cuisse :

Fonctions de l'appareil :

L'appareil renforce et développe les muscles des cuisses.

Méthode d'exercice :

S'allonger sur le banc. Accrochez vos pieds aux barres, placez vos bras derrière votre tête ou croisez-les sur votre poitrine. Soulevez et abaissez vos jambes. Répétez l'exercice.

En raison de l'amélioration continue des solutions techniques par Freekids, les dessins présentés, y compris les couleurs et les dimensions, peuvent légèrement différer des appareils actuellement fabriqués.

