



Low HIC, no requirement  
for safety surfacing

# Sztanga w leżeniu

0071016

METAL - FITNESS STANDARD



## Specyfikacja materiałowa:

<b>Elementy konstrukcyjne</b>	stalowe ocynkowane galwanicznie, a następnie pokryte powłoką malarską metodą proszkową, zapewniającą trwałość i odporność na korozję lub ze stali nierdzewnej
<b>Fundamentowanie</b>	wkopane do gruntu na zadaną głębokość i zabetonowane betonem klasy min. B-20 lub przykręcone do betonowego podłoża
<b>Płyty</b>	płyty HDPE z frezowanymi rysunkami
<b>Inne</b>	Śruby wykonane ze stali nierdzewnej. Podstopnice stalowe, ocynkowane, malowane proszkowo. Stopnice wykonane z blachy aluminiowej ryflowanej. Łożyska toczne kulkowe zwykłe.

Ze względu na ciągłe doskonalenie rozwiązań technicznych przez firmę Freekids, przedstawione rysunki, w tym kolorystyka oraz wymiary mogą nieznacznie odbiegać od aktualnie produkowanych urządzeń.



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

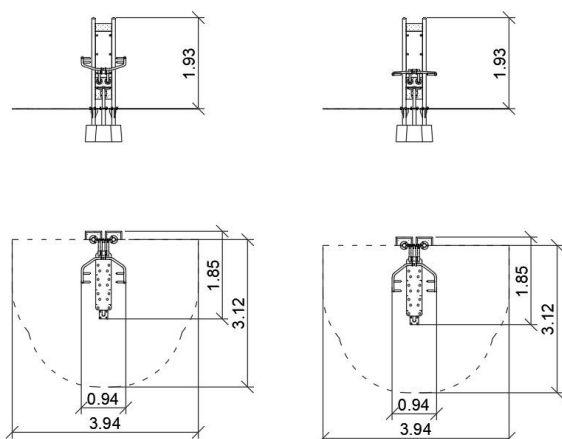
# Sztanga w leżeniu

0071016

METAL - FITNESS STANDARD

## DANE URZĄDZENIA:

Wymiar urządzenia	0,94 x 1,85 x 1,93 m
Wymiar strefy	3,94 x 3,12
Wysokość upadkowa	0,46 m
Powierzchnia strefy bezpiecznej	10,42 m <sup>2</sup>
Wiek użytkowników	14+
Liczba użytkowników	140 kg
Materiał	Metal
Niska wysokość upadku	tak
Zgodność z normą	PN-EN 16630



## Sztanga w leżeniu

### Funkcje urządzenia:

Urządzenie kształtuje górne partie ciała.

Wzmacnia mięśnie piersiowe oraz mięśnie ramion.

### Sposób ćwiczenia:

Położ się na ławce. Głowa, plecy i pośladki powinny przylegać do oparcia ławki. Ugnij nogi w kolanach. Stopy ustaw tak, by całą powierzchnią przylegały do podłogi. Sztangę złap oburącz nachwytem, nieco szerzej niż szerokość barków. Wyciskaj sztangę do góry określoną ilość powtórzeń.

Ze względu na ciągłe doskonalenie rozwiązań technicznych przez firmę Freekids, przedstawione rysunki, w tym kolorystyka oraz wymiary mogą nieznacznie odbiegać od aktualnie produkowanych urządzeń.



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