



DANE TECHNICZNE

Twister siedząc:**Funkcje urządzenia:**

Urządzenie do ćwiczenia mięśni bioder, brzucha i talii

Sposób ćwiczenia:

Usiądź na siedzisku i złap oburącz uchwyty. Wyprostuj plecy i wykonuj jednostajnie ruchy skrętne w obu kierunkach naprzemiennie.

Wymiary (dł x szer x wys)

1,16 x 1,41 x 1,30 m

Powierzchnia zderzenia

4,1 x 4,1 m

Pole powierzchni zderzenia

18,3 m²

Twister:**Funkcje urządzenia:**

Urządzenie wzmacnia mięśnie brzucha i bioder. Korzystnie wpływa na spalanie tkanki tłuszczowej.

Sposób ćwiczenia:

Mocno chwyć za uchwyty. Stopami stań na obrotowej platformie. Używając jedynie bioder wykonuj jednostajnie ruchy skrętne w obu kierunkach naprzemiennie.

Zestawienie materiałów:

STAL	Stal ocynkowana, malowana proszkowo.
SIEDZISKA	Siedziska z płyty HDPE
KOTWIENIE	Urządzenie na stałe posadowione w gruncie, zakotwione w betonie klasy min. C16/20
ŁÓŻYSKA	Łożyska toczne, kulowe zwykłe
INNE	Nakrętki kołpakowe, śruby ze stali nierdzewnej, zaślepki czarne plastikowe

*Ze względu na ciągłe doskonalenie rozwiązań technicznych przez firmę FreeKids, przedstawione rysunki mogą nieznacznie odbiegać od aktualnie produkowanych urządzeń. Certyfikat zgodności z normą PN-EN 16630:2015