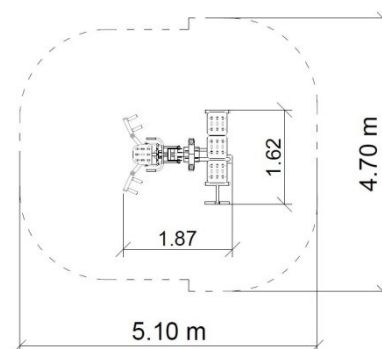


**DANE TECHNICZNE****Przywodziciel:****Funkcje urządzenia:**

Urządzenie ćwiczy mięśnie dwugłowe i czworogłowe ud oraz przywodziciele i odwodziciele.

Sposób ćwiczenia:

Usiądź wygodnie na siedzisku. Złap oburącz za uchwyty. Stopy umieść na stopkach, kolana umieść po zewnętrznej stronie dźwigni. Wykonaj ruch przywodzenia i odwodzenia ud.

Wymiary (dł x szer x wys)

1,87 x 1,62 x 1,70 m

Powierzchnia zderzenia

5,1 x 4,7 m

Pole powierzchni zderzenia

20,6 m²**Ławka do ćwiczenia mięśni ud:**

Funkcje urządzenia: Urządzenie wzmacnia i buduje mięśnie brzucha.

Sposób ćwiczenia:

Położ się na ławeczce. Stopy zahacz o dolny drążek, ręce załóż za głowę lub skrzyżuj na klatce piersiowej. Unieś tułów napinając mięśnie brzucha. Opuść ciało powolnym ruchem. Powtórz ćwiczenie.

Zestawienie materiałów:

STAL	Stal ocynkowana, malowana proszkowo.
PŁYTY	Płyta HPL/HDPE
STOPNIE	Podstopnice stalowe, ocynkowane, malowane proszkowo. Stopnice wykonane z blachy aluminiowej ryflowanej.
KOTWIENIE	Urządzenie na stałe posadowione w gruncie, zakotwione w betonie klasy min. C16/20
ŁOŻYSKA	Łożyska toczne, kulowe zwykłe.
INNE	Śruby ze stali nierdzewnej, odbojniki gumowe.

*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