



Veslování

27



POPIS ZAŘÍZENÍ:

FUNKCE: Pomáhá posílit kardiovaskulární systém a funkci plic. Zvyšuje flexibilitu horních končetin a posiluje svaly ramen, hrudníku, břicha a zad.

POUŽITÍ: Posad'te se na sedák, rukama pevně uchop'te rukojeti a nohama se zapřete o pedály. Simulujte pohyb veslování.

PROVÁDĚNÍ: Cvičení provádějte rytmicky a pomalu. Délka a intenzita cvičení je závislá na fyzickém stavu cvičící osoby.

BEZPEČNOSTNÍ INFORMACE:

Budete-li cítit jakoukoli bolest, cvičení přeruš'te. Cvičení provádějte pomalu a plynule. Vyvarujete se přetřetí. Při přílišné zátěži se mohou objevit fyzické problémy. V případě pochybností konzultujte cvičení s lékařem. Zařízení nepoužívejte, pokud je jeho povrch namrzlý, kluzký, rozpálený nebo je-li zařízení viditelně poškozené. Necvičící dodržujte od uživatele bezpečnou vzdálenost na 2 m v případě, že nepotřebuje vaši asistenci!

JINÉ NEŽ UVEDENÉ POUŽITÍ JE ZAKÁZANÉ.

VAROVÁNÍ: ZAŘÍZENÍ NENÍ URČENO OSOBÁM S VÝŠKOU POD 140 CM A HMOTNOSTÍ NAD 120 KG.

CERTIFIKACE PODLE NORMY ČSN EN 16630.

Číselné označení na etiketě je identifikačním číslem typu stroje. Pro identifikaci uvádějte toto číslo a adresu místa umístění.