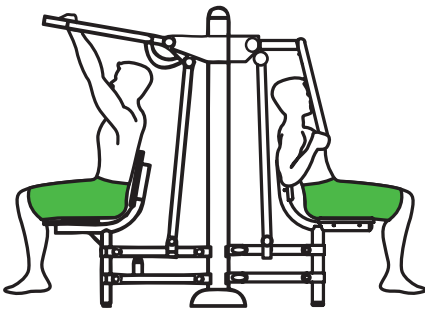
COLMEXX



Protahovací zařízení a bench

1119 XC / CX

POPIS ZAŘÍZENÍ:

FUNKCE: Posilování a rozvoj svalů horních končetin, hrudníku a zad, zvyšování kardiopulmonální kapacity.

POUŽITÍ: Protahování: Posaďte se na sedátko a uchopte rukojeti oběma rukama. Přitahujte držadla směrem k sobě na úroveň ramen, sedák se začne zvedat. Poté pomalu uvolňujte síly v pažích a vracejte se do výchozí pozice. Bench: Posaďte se na sedadlo a uchopte rukojeti oběma rukama. Zatlačte rukojeti dopředu, sedák se bude mírně pohybovat ve směru od středového sloupu. Poté se pomalu vraťte do výchozí pozice.

PROVÁDĚNÍ: Doporučujeme 3 série po 8 - 10 cvicích s minutovou přestávkou a dále podle fyzického stavu cvičící osoby.

BEZPEČNOSTNÍ INFORMACE:

Budete-li cítit jakoukoli bolest, cvičení přerušte. Cvičení provádějte pomalu a plynule. Vyvarujete se přetížení. 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!

MATERIÁL: Ocel

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 16630:2016.

Pro identifikaci stroje uvádějte číslo, kód a adresu místa jeho umístění.

Colmex s.r.o., Kubelíkova 1224/42, 130 00 Praha 3, info@colmex.cz
www.colmex.cz