

Termékadatlap

Mászólétra



Berendezés leírása

Erősíti a hát, a mellkas, a vállöv és a kar izmait, valamint a has egyenes és ferde izmait. Emellett segíti a törzs és a lábak nyújtó gyakorlatait.

Jellemzők

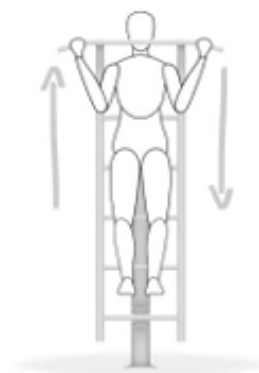
Típus: erősítő és bemelegítő eszköz

Nehézségi szint: közepes

Ajánlott: 14 év feletti és/vagy legalább 140 cm magas felhasználók számára

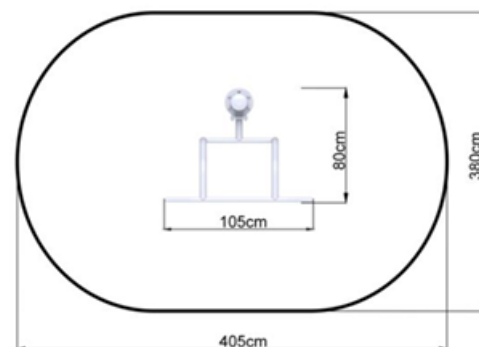
Maximális terhelhetőség: 150 kg

Felhasználók száma: 1



A gyakorlat végrehajtása

1. Húzódkodás: Fogja meg a rudat vállszélességben vagy annál szélesebben, húzza fel magát váll- vagy mellkasmagasságig, majd lassan engedje vissza magát, amíg a karjai teljesen kinyúlnak.
2. Lábemelés: Fogja meg a rudat vállszélességben, hajlítsa be a térdeit, emelje fel a behajlított lábakat hasmagasságig, majd lassan térjen vissza a kiinduló helyzetbe.
3. Nyújtás: Helyezze az egyik lábát egy derékmagasságú fokra, nyújtsa ki a lábait, majd váltott törzhajlításokat végezzen.



Méretetek

Magasság: 210 cm

Szélesség: 105 cm

Hossz: 70 cm

Biztonsági zóna: 405 × 370 cm

Szabad esési magasság: 210 cm

A berendezés szerkezete

- Teherhordó szerkezet: 114,3×3,6 mm és 88,9×3,6 mm méretű acélcsövek.
- Egyéb csőelemek: 48,3×3,2 mm, 42,4×3,2 mm és 33,7×2,9 mm méretű acélcsövek.
- A csővégek lezártak.
- Horganyzott záróanyák kilazulás ellen biztosítva.
- Minden fémelem szemcseszórással előkezelt, majd cinkalapozóval és időjárás-, valamint UV-álló poliészter porszórt bevonattal ellátott.

A berendezés megfelel a PN-EN 16630:2015-06 szabványnak.