

 **Twister****Opis urządzenia:**

Wzmacnia siłę mięśni prostych i przede wszystkim skośnych brzucha, ale także angażuje do pracy dolne partie mięśni pleców- lędźwi. Ćwiczenie pomaga utrzymać prawidłową postawę ciała.

Typ ćwiczeń: Siłowe

Stopień trudności: Łatwe

Przeznaczenie: Dla użytkowników w wieku powyżej 14 lat i/lub 140 cm wzrostu,

Liczba użytkowników: 1

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: 120 kg

Sposób ćwiczenia:

Chwyć rękoma za uchwyty, stań na platformie obrotowej, ugnij lekko kolana. Angażując tylko dolną część tułowia wykonuj jednostajne skręty bioder od prawej do lewej strony.



KONDYCJA



SIŁA

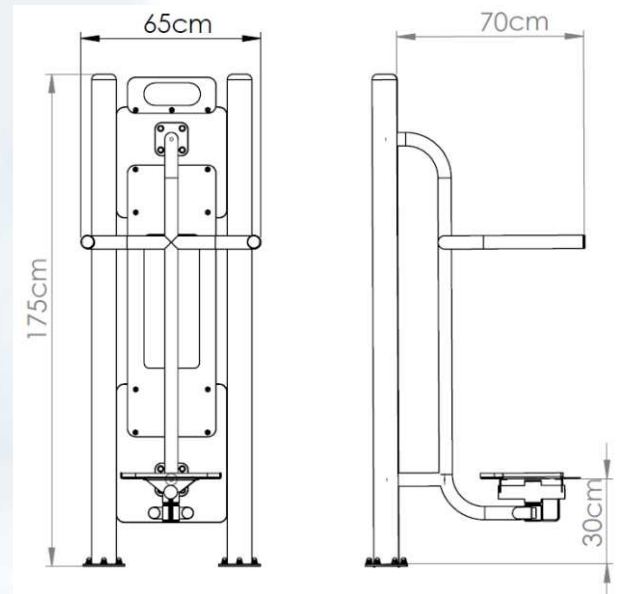
 **Twister****Wymiary urządzenia:**

Wysokość: 175 cm
Szerokość: 80 cm
Długość: 65 cm

Strefa użytkowania: 380 cm x 365 cm

Wymagana nawierzchnia: dowolna

Wysokość swobodnego upadku: 30 cm

**Konstrukcja urządzenia:**

Konstrukcja nośna wykonana z rur stalowych o przekroju 88,9 mm i grubości ścianki 3,6mm. Pozostałe elementy rurowe wykonane z rur stalowych 48,3 mm i grubości ścianki 3,2mm. Zakończenia rur zaślepione. Stopnice i siedziska wykonane z blachy stalowej o grubości 3 mm.

Nakrętki kołpakowe ocynkowane zabezpieczone przed odkręcaniem, łożyska zamknięte bezobsługowe. Urządzenie wyposażone w amortyzatory gumowe tłumiące uderzenia.

Wszystkie elementy metalowe poddane obróbce strumieniowo-ściernej a następnie malowane proszkowo podkładem cynkowym oraz farbą proszkową poliestrową odporną na warunki atmosferyczne i promienie UV.

Urządzenie zgodne z normą PN-EN 16630:2015-06

