Gruppo Dimensione Comunità srl
Via Ca' Bertoncina, 47, 24068 Seriate BG
Tel 035 4522422
info@dimensionecomunita.it

Catalogo: **Giochi da Esterno**
Categoria: **Percorso Fitness**
Codice: **PF21066**

Descrizione:

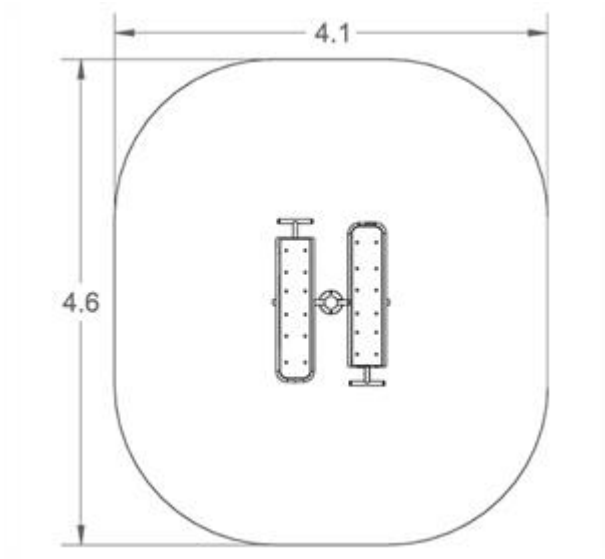
Doppia stazione.
>> Panca: potenzia i muscoli addominali.
Modo d'uso: Sdraiarsi sulla panca a faccia in su e appoggiare i piedi contro la traversa inferiore. Incrociare le braccia sul petto o metterle sotto la testa. Sollevare il busto nell'ordine: testa, spalle e il resto del corpo. Alla fine può essere eseguita una torsione del busto. Compiere movimenti lenti, pieni e regolari.
Difficoltà di esercizio: Difficile
>> Dorsali: potenzia i muscoli dorsali.
Modo d'uso: Appoggiare le cosce contro la panca, con la faccia rivolta verso il basso. Appoggia i piedi alla traversa. Incrocia le mani sul petto. Abbassare il torace e sollevarlo indietro. Compiere movimenti lenti, pieni e regolari. Non abbassare troppo il busto.
Difficoltà di esercizio: Difficile

Dimensioni: L 160 x P 150 x H 200 cm
Area di sicurezza: 19 mq

Note:

Attrezzo adatto a bambini sopra 1,4 mt. Massima portata 120 kg.UNI EN 16630:2015

Gruppo Dimensione Comunità srl
Via Ca' Bertoncina, 47, 24068 Seriate BG
Tel 035 4522422
info@dimensionecomunita.it

Allegati:

Gruppo Dimensione Comunità srl
Via Ca' Bertoncina, 47, 24068 Seriate BG
Tel 035 4522422
info@dimensionecomunita.it