



MÚSCULOS EJERCITADOS
TRAINED MUSCLES
MUSCLES ENTRAÎNÉS



EJECUCIÓN
EXECUTION
EXÉCUTION



Certificado EN-16630:2015
EN-16630:2015 Certificate
Certifié EN-16630:2015

* **Estructura** Acero cincado y doble capa de pintura electroestática al horno
Structure Steel, zinc-plated and double layer of powder-coating, oven cured
Structure Acier zingué et double revêtement par poudre, séché au four

* **Asiento y respaldo** Acero cincado y pintado en polvo
Seat and backrest Steel, zinc-plated and powder-coated
Siège et dossier Acier zingué et peint en poudre


* **Reposapiés** Acero cincado y pintado en polvo
Footrests Steel, zinc-plated and powder-coated
Repose-pieds Acier zingué et peint en poudre

* **Embellecedor base** Aluminio
Anchor coverage Aluminium
Couverture d'ancrage Aluminium

* **Tornillería** Acero inoxidable y galvanizado
Screws Stainless and galvanised steel
Visserie Acier inoxydable et galvanisé



Usado recomendado para jóvenes y adultos o usuarios a partir de una estatura de 1400mm.
Use recommended for youths and adults or users with stature over 1400mm.
Utilisation recommandée pour jeunes et adults ou usagers avec taille supérieure de 1400mm.


127 x 85 x 154 cm.


21 cm.


14,50 m²

es

Elemento de entrenamiento al aire libre con dos estaciones de surf, fabricado con estructura en acero cincado con acabado de doble capa de pintura electroestática al horno. Poste principal de tubo de acero Ø140x3mm. Partes móviles de tubo redondo Ø60x2,75mm. Aparato con topes internos para limitar el rango de movimiento de caucho.

Elemento para instalación hormigonada conforme a la norma EN16630, ideal para gimnasios urbanos en parques públicos.

FUNCIÓN: Fortalece los músculos abdominales oblicuos. Mejora el equilibrio, la movilidad de tronco y cadera y la resistencia cardiorrespiratoria.

USO: Agarre con ambas manos los asideros y colóquese de pie sobre la plataforma de estribo. Sujétese bien al subir y asegúrese de estar en equilibrio antes de empezar el movimiento. Con las piernas juntas, realice un movimiento pendular, alternando derecha e izquierda. Realice sesiones de varios minutos de duración.

PRECAUCIÓN: Consulte a su médico antes de realizar este ejercicio. Evite el esfuerzo excesivo durante el uso del equipo.

en

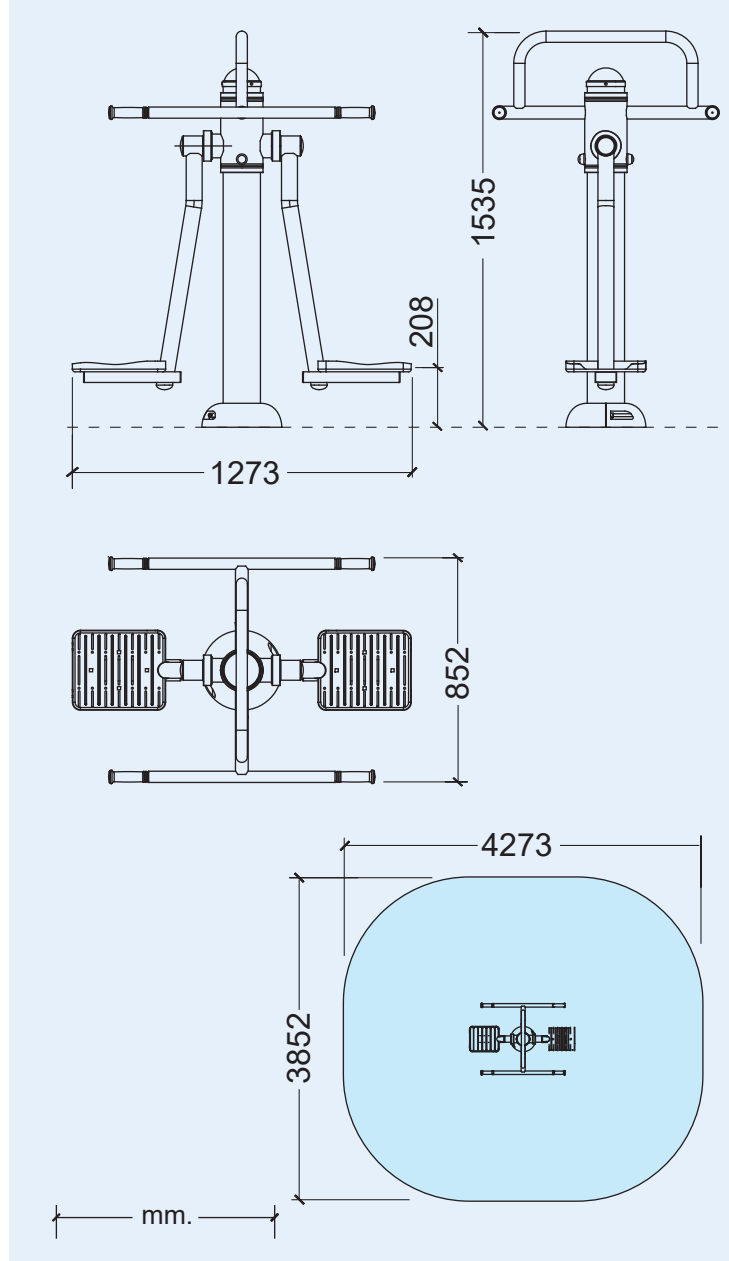
Outdoor training element with two surfer training stations made of structure of zinc-plated steel with double layer of powder-coating oven-cured. Central post of steel tube Ø140x3mm. Movable parts of round tube Ø60x2,75mm. Equipped inside with elastic stoppers to delimit the movement's amplitude.

Element for concrete installation according to EN16630. Perfect for urban gyms at public parks.

FUNCTION: Strengthens the abdominal oblique muscles. Improves the balance, the mobility of torso and hip and the cardiorespiratory endurance.

USE: Take the bars with both hands and rise on the footboard. Hold with both hands on the handles and take care to keep a balanced position. With the feet together, realise an oscillating movement alternating to the left and to the right side. Realise several series of some minutes.

PRECAUTION: Consult your doctor before realising this exercise. Avoid excessive force when using this equipment.



**SURF
SURFER
SURF**