



MÚSCULOS EJERCITADOS
TRAINED MUSCLES
MUSCLES ENTRAÎNÉS



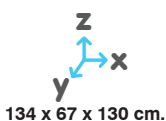
EJECUCIÓN
EXECUTION
EXÉCUTION



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



Uso 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 adultes ou usagers avec taille supérieure de 1400mm.



- * **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** Acero cincado y pintado en polvo
Seat Steel, zinc-plated and powder-coated
Siège Acier zingué et peint en poudre
- * **Asideros** PVC para exterior
Handles PVC for outdoor use
Poignées PVC pour l'extérieur
- * **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

es

Elemento de entrenamiento al aire libre, fabricado con estructura en acero cincado con acabado de doble capa de pintura electroestática al horno. Poste principal de tubo de acero Ø140x3mm. Tubo curvado central de Ø89x3mm. Tubo de conexión con los pedales de Ø42x2,5mm. 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 de brazos, antebrazos, hombros, músculos del tronco (espalda, abdominales) y musculatura de las piernas. Mejora la movilidad y la resistencia cardiorrespiratoria.

USO: Sentado en el asiento, coloque los pies sobre los pedales y agarre con ambas manos los asideros. Mediante flexión de los brazos y extensión de las piernas, estire la barra de las manos hacia usted, mientras empuje los pedales con los pies hacia delante. Haga el movimiento de regreso lentamente inverso. Realice varias repeticiones.

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

en

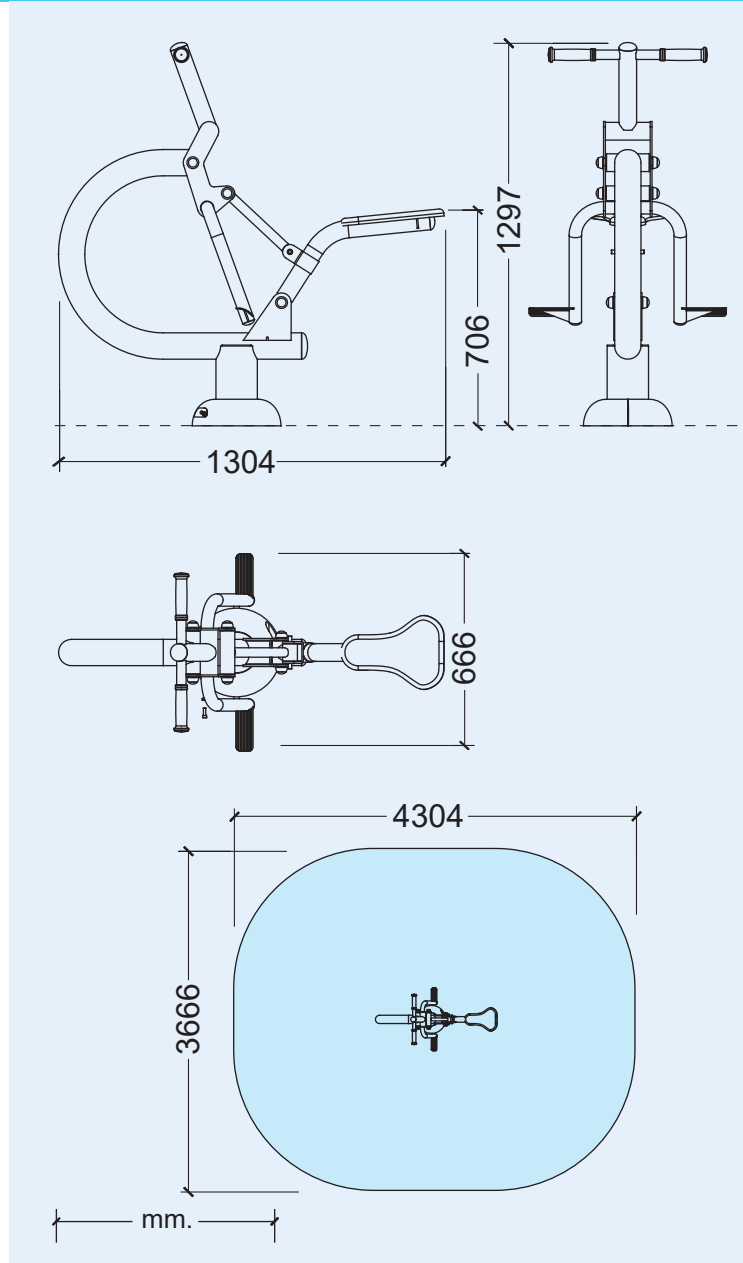
Outdoor training element made of structure of zinc-plated steel with double layer of powder-coating oven-cured. Main post of steel tube Ø140x3mm. Central curved tube of Ø89x3mm. Connection tube to the foot pedals of Ø42x2,5mm. Equipped inside with elastic stoppers to delimit the movement's amplitude.

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

FUNCTION: Strengthens the muscles of upper arms, forearms, shoulders, torso muscles (back and abdominals) and the leg muscles. Improves the mobility and the cardiorespiratory endurance.

USE: Sit down on the seat, place your feet on the foot pedals and take the handles with both hands. Flexing your arms and extending your legs, pull the hand bar toward your torso while pushing the foot pedals with your feet forward-downwards. Return slowly inversely. Realise various repetitions.

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



**PONY
PONY
PONY**