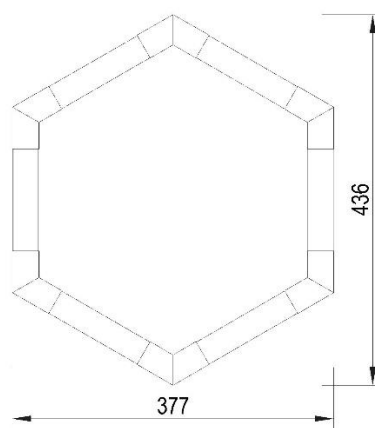
**DANE TECHNICZNE:**

Urządzenie do uprawiania sportów miejskich typu street workout. Do trenowania wykorzystuje się masę własnego ciała. Aktywność jest nastawiona na rozwój indywidualny.

Wymiary urządzenia: 3,77m x 4,36m
Wysokość urządzenia: ~0,40m
Głębokość fundamentowania: -0,60m

Nawierzchnie amortyzujące: piasek, żwir, kora, nawierzchnia syntetyczna.

Urządzenia typu street workout nie są urządzeniami przeznaczonymi na plac zabaw. Nie podlegają wymogowi certyfikacji wg zapisów grupy norm 1176:2009.

Rzut urządzenia wraz ze strefą funkcjonalną**SKŁAD URZĄDZENIA:**

Belka pozioma

6 szt.

MATERIAŁY:

Belki:

Kotwy, łączniki:

Zaślepki:

Fundamenty:

drewno toczone impregnowane
stal ocynkowana, malowana
proszkowo na kolor pomarańczowy
tworzywo sztuczne
beton klasy min. B-15

AKTYWNOŚCI:

Ćwiczenia izometryczne

„Deska”

„Bent arm planche – stójka na rękach w poziomie

„Superman”

Stanie na rękach na belce

Pompki

Pompki „diamentowe”

Pompki typu „pike” z biodrami uniesionymi w górę zwykle/z nogami opartymi o belkę

Pompki w pionie na belce

Pompki „wojskowe”

Pompki z kłaśnięciem

Pompki zwykłe z dłońmi na podwyższeniu

Pompki zwykłe z nogami na podwyższeniu

Pseudo pompki

Przysiady

Przysiady „bułgarskie” z jedną nogą opartą na belce

Przysiady na jednej nodze na belce tzw. „pistol squat”

Ćwiczenia różne

Chodzenie na rękach po belkach

Ćwiczenia mięśni brzucha siedząc na belkach

Odpoczynek

Podciąganie kolan z rękami opartymi o rurkę

Stretching

Wyskoki na belkę



SATERNUS DISTRIBUTION Sp. z o.o. sp. k.

ul. Nowa 32

41-500 Chorzów

Właściciel certyfikatu:

Producent:

Dystrybutor:

SATERNUS DISTRIBUTION Sp. z o.o. sp. k. zastrzega sobie wszelkie prawa do ochrony praw autorskich na podstawie Ustawy z dnia 04.02.1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (DZ. U. Nr 28 poz. 83) a zwłaszcza art. 78 i 79 tejże ustawy.

GRUPA SATERNUS Sp. z o.o. S. K. A. (następca prawny Place Zabaw Saternus Sp. z o.o.)

Saternus Production Sp. z o.o. sp. k.

Saternus Distribution Sp. z o.o. sp. k.

Saternus Service Sp. z o.o. sp. k.