Elemento biosaludable ascensor



Refuerza y desarrolla la musculatura de miembros superiores, pecho y espalda mejorando la capacidad cardio-pulmonar.

Descripción

Uso: Colóquese en el asiento con la espalda apoyada en el respaldo y agarre los asas con ambas manos, tirando de ella y volviendo a la posición inicial. Adecuado para personas de todas las edades.
Realización: Siempre en función del estado físico de la persona. Se recomiendan 3 series de 10 repeticiones con un descanso de 5 segundos entre serie y serie.
Nota: Se trata de un ejercicio de fuerza que debe realizarse de forma no violenta y acompasada. En caso de notar alguna molestia, interrumpir el ejercicio.
AREA DE SEGURIDAD 3.100x1.900
Los colores podrian variar.
NOTA IMPORTANTE: Indicar en observaciones del pedido si se va a instalar en arena u hormigón.

Características técnicas

Medidas : 2100x750x1690 mm

