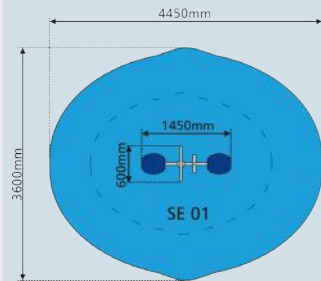


# SE 01 - Twister



Trainiert **Bauch-** und **Rückenmuskulatur**  
zur **Stabilisierung** des Rumpfes

Stellen oder setzen Sie sich aufrecht auf die Drehscheibe und umfassen Sie den Griff.  
Drehen Sie die Hüfte nach links und rechts und achten Sie darauf, die Schultern gerade und stabil zu halten.



**Montage:**

Das Gerät wird komplett montiert angeliefert und bauseits mit dem zuvor einbetonierten Fundamentanker (Lieferumfang) verschraubt (eine Montageanleitung ist auf [www.saysu.de](http://www.saysu.de) bzw. auf Anfrage erhältlich). Die Abdeckung der Fundamentbefestigung erfolgt mit geeignetem Füllmaterial oder einer Kunststoffabdeckung (Zubehör). Für die Planung stehen 2D- und 3D-Daten zur Verfügung. Produktabbildungen können u. U. vom Original abweichen – Vorbehalt der technischen Modifikation.



<b>Länge:</b>	1450 mm
<b>Breite:</b>	600 mm
<b>Höhe:</b>	1600 mm
<b>Stellfläche:</b>	0,87 m <sup>2</sup>
<b>Benötigte Stellfläche:</b>	4450 x 3600 mm
<b>Volumen:</b>	1,39 m <sup>3</sup>
<b>Gewicht:</b>	28 kg
<b>Kunststoffteile:</b>	Petilen YY S 0464 (Blasverfahren) RAL 5002 (ultramarinblau) oder  RAL 2008 (hellrotorange) 
<b>Rohrmaße:</b>	Durchmesser:      Stärke: 114 mm              3 mm 48 mm              2,6 mm 34 mm              3 mm
<b>Metallteile:</b>	Edelstahl

**Zertifikate:** TÜV und GS nach DIN EN 16630:2015 (basierend auf Teilen der DIN EN 1176, 1177, 957)

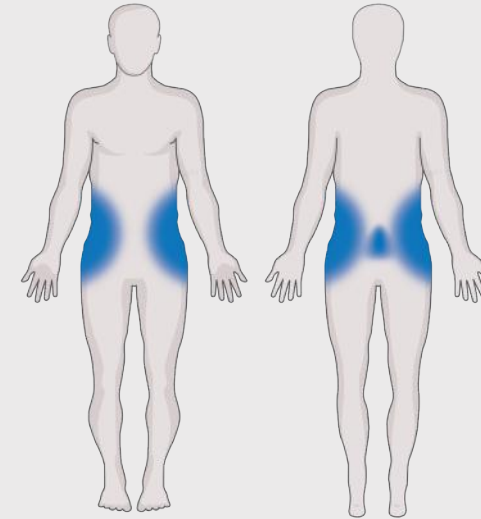
**Altersangabe:** Kinder unter 14 Jahren sollten die Geräte nur unter Aufsicht der Eltern benutzen

**Maximalgewicht:** 130 kg

**Sicherheitsabstand:** 1,50 m

**Fallhöhe:** < 1 m, bei Unter-Boden-Montage: < 0,6 m (möglicher Untergrund siehe DIN 79000:2012-05 Tab. 2 bzw. Montageanleitung)

**Sicherheitseinrichtung:** Rotationsbegrenzung



- Kraft
- Ausdauer
- Koordination
- Beweglichkeit
- Entspannung

## Trainiert Bauch- und Rückenmuskulatur zur Stabilisierung des Rumpfes

**Funktion:** Bei stabilem Oberkörper wird die Hüfte gedreht

**Wirkung:** Förderung der Beweglichkeit und Rumpfstabilität

**Personen:** 2 gleichzeitig