

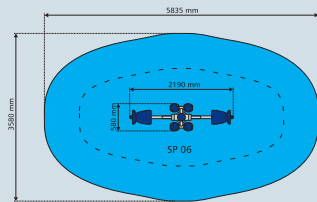
SP 06 - Leg Press



Trainiert die Beinmuskulatur

Nehmen Sie auf dem Sitz Platz und stellen Sie Ihre Füße auf die Fußtritte. Drücken Sie sich von den Fußtritten ab bis die Beine fast gestreckt sind. Nun beugen Sie die Beine bis zum 90°-Winkel im Kniegelenk und strecken diese wieder.



Für ein besseres Trainingsergebnis vermeiden Sie das komplette Durchstrecken der Beine.



Montage:

Das Gerät wird komplett montiert angeliefert und bauseits mit dem zuvor einbetonierten Fundamentanker (Lieferumfang) verschraubt (eine Montageanleitung ist auf 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.



Länge:	580 mm
Breite:	2190 mm
Höhe:	1680 mm
Stellfläche:	1,27 m ²
Benötigte Stellfläche:	3580x 5835 mm
Volumen:	2,13 m ³
Gewicht:	81 kg
Kunststoffteile:	AW564, AR764 (Spritzverfahren) Petilen YY S 0464 (Blasverfahren) RAL 5002 (ultramarinblau) oder  RAL 2008 (hellrotorange) 
Rohrmaße:	Durchmesser: Stärke: 168 mm 4,5 mm 60 mm 3,5 mm
Metalteile:	Stahl, zinkphosphatiert, pulverbeschichtet RAL 9006 (weißaluminium)

Zertifikate: TÜV und GS nach „DIN EN 16630:2015 Standortgebundene Fitnessgeräte im Außenbereich“

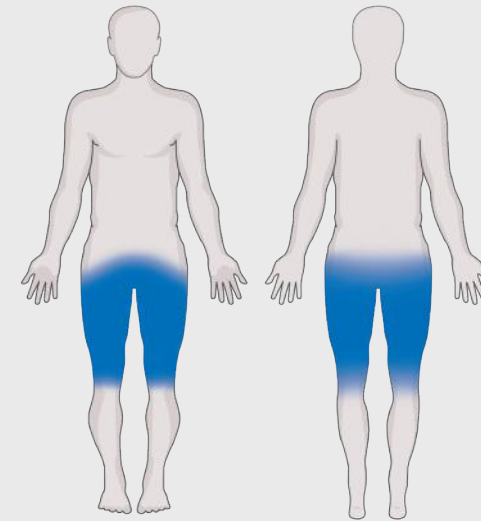
Altersangabe: Kinder unter 14 Jahren sollten die Geräte nur unter Aufsicht der Eltern benutzen

Maximalgewicht: 130 kg

Sicherheitsabstand: 1,50 m

Fallhöhe: < 1 m (möglicher Untergrund siehe DIN 79000:2012-05 Tab. 2 bzw. Montageanleitung)

Sicherheitseinrichtung: Gedämpftes Stoppersystem



- Kraft
- Ausdauer
- Koordination
- Beweglichkeit
- Entspannung

Trainiert die Beinmuskulatur

Funktion: Wegdrücken des Körpers mit den Beinen in Sitzhaltung

Wirkung: Leichte Kräftigung der Oberschenkel- und Gesäßmuskulatur

Personen: 2 gleichzeitig