

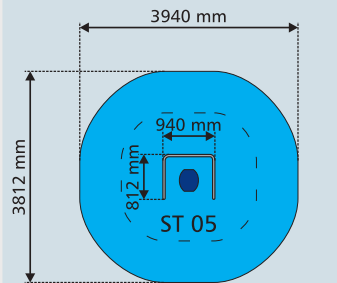
# ST 05 - Gleichgewichtsplatte



## Trainiert den Gleichgewichtssinn

Stehen Sie mittig auf der Fußplatte, die Knie leicht gebeugt. Legen Sie die Hände auf das Geländer. Versuchen Sie durch kleine Bewegungen aus dem Gleichgewicht zu kommen, um es danach wieder herzustellen.

Halten Sie die Augen geschlossen, um die Übung zu intensivieren. Sie können auch versuchen, die Hände vom Geländer zu lösen.



**Montage:**

Das Gerät wird komplett montiert angeliefert und bauseits einbetoniert (eine Montageanleitung ist auf [www.saysu.de](http://www.saysu.de) bzw. auf Anfrage erhältlich). Für die Planung stehen 2D- und 3D-Daten zur Verfügung. Produktabbildungen können u. U. vom Original abweichen – Vorbehalt der technischen Modifikation.



**Länge:** 940 mm  
**Breite:** 812 mm  
**Höhe:** 1471 mm

**Stellfläche:** 0,76 m<sup>2</sup>

**Benötigte Stellfläche:** 3940 x 3812 mm

**Volumen:** 1,12 m<sup>3</sup>

**Gewicht:** 22 kg

**Kunststoffteile:** Petilen YY S 0464 (Blasverfahren) RAL 5002 (ultramarinblau) oder RAL 2008 (hellrotorange)

**Rohrmaße:** Durchmesser: 42,4 mm      Stärke: 2 mm

**Metallteile:** Edelstahl

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

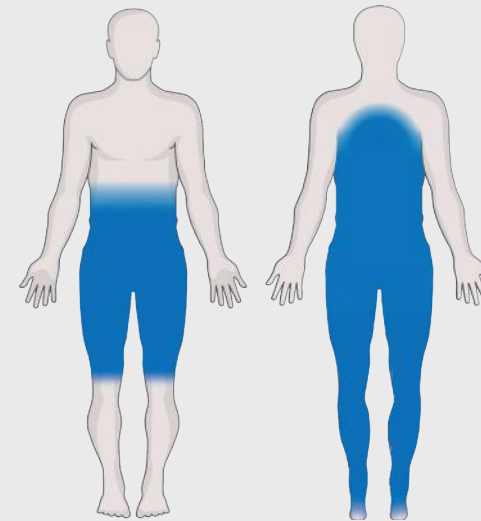
**Altersangabe:** Kinder unter 14 Jahren sollten die Geräte nur unter Aufsicht der Eltern benutzen

**Maximalgewicht:** 130 kg

**Sicherheitsabstand:** 1,50 m

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

**Sicherheitseinrichtung:** Gedämpftes Stoppersystem



- Kraft
- Ausdauer
- Koordination
- Beweglichkeit
- Entspannung

**Trainiert den Gleichgewichtssinn**

**Funktion:** Balance halten auf unbeständigem Untergrund

**Wirkung:** Förderung von Koordination und Gleichgewicht

**Personen:** 1