



ORBITREK

Kategoria urządzenia:
Koordynacja, ruchowo - poprawa
wydolności organizmu

Funkcja:
Wzmacnia partie mięśniowe: górnych i
dolnych części ciała: nogi, pośladki,
biodra, brzuch, śródokręstwo, ramiona,
barki, grzbiet. Trening ogólnorozwinięty,
intensywny na 100%.

Instrukcja:
Postaw obie nogi na podestach i złap
rękami za obie uchwyty. Poruszaj
nogami na przemian do przodu i do
tyłu, jednocześnie pomagając sobie
rękami na przemian ciągnąc i
odpychając drążki.

Skala trudności ćwiczenia:
Średnia.

Uwaga!
Przeznaczona dla osób dorosłych i
powyżej 10 roku życia. Dzieci powyżej
10 roku życia mogą korzystać z urządzenia
tylko pod opieką osoby dorosłej.

SPOSÓB ĆWICZEŃ:
Maksymalny ciężar użytkownika: 100 kg



www.fitnesspark.pl