

## Karta katalogowa THJ-B15 wspornik do stójki na głowie



**Wymiary:** 1200 x 796 x 1762 mm

**Strefa bezpieczeństwa:** 4200 x 3796 mm

Strefy bezpieczne mogą na siebie nachodzić, przy założeniu, że wokół urządzenia jest strefa wolna 1500 mm.

**Max waga:** 130 kg

Urządzenie zgodne z normą PN-EN16630:2015-06

**Producent:** Herkules, ul. Śląska 41a, 32-500 Chrzanów



**HERKULES** Wspornik do stójki na głowie  
Max. Waga 130 kg

**Funkcje:** Rozluźnienie kręgosłupa i dysków międzykręgowych, odpoczynek dla tułowia, znaczne poprawienie krążenia krwi w organizmie, dotlenienie i dokrwienie mózgu.

**Instrukcje:** Stanąc na platformie i zaczepić stopami o uchwyty. Mocno złapać oburącz okrągłe uchwyty, położyć się na wsporniku i trzymając się uchwytów odchylić całe ciało do tyłu, przeważając cały wspornik z leżącym na nim ciałem powoli aż do momentu, gdy nogi będą w górze. Pozostać w tej pozycji 15 – 20 sekund i powoli powrócić do pozycji pionowej.

**Uwaga:** Powrót do pozycji wyjściowej powinien nastąpić maksymalnie po 30 sekundach. Utrzymywanie się do góry nogami na dłużej może uszkodzić stawy. Przed przekreśleniem się do pozycji z głową w dół upewnić się, że stopy są pewnie zahaczone za uchwyty. Zaleca się wykonanie ćwiczenia z osobą asekurującą.

Urządzenie przeznaczone dla osób o wzroście powyżej 140 cm.

Producent: Herkules, Chrzanów  
Tel. 32 6234528  
www.silowniezewnetrzne.pl  
www.outdoorgym.pl



Wyrób oznaczony znakiem bezpieczeństwa  
Wyrób zgodny z Normą PN-EN 16630:2015-06

