

Thi Chi Spinners

€1.047 excl. BTW

€1.266,87 incl. BTW

Toestelspecificaties

Toestel hoogte

 144 cm

Toestel grootte

L 104 cm X B 101 cm X H 144 cm

Productcode FN-0505



Beschrijving

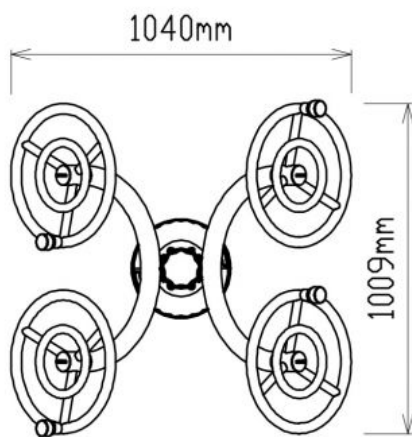
Oefening:

Ga achter de Tai Chi Spinner staan met de voeten op schouderbreedte uit elkaar. Pak met elke hand een handvat van het draaiwiel vast. Draai de spinners nu in verschillende richtingen en wissel regelmatig af van draairichting. Varieer in tempo en versterk alle spieren van de armen. Blijf hierbij rechtop staan met de schouders naar achteren, hoofd en kin omhoog en span de buikspieren aan. Kijk vooruit en niet naar beneden. Blijf tijdens de oefening rustig ademen. Met de Tai Chi Spinner train je de spieren in de gebieden rond de schouders, ellebogen, polsgewrichten en de tussenwervelgewrichten. Daarnaast stimuleert dit fitnessstoestel ook de coördinatie tussen de schouderspieren.

Thai Chi Spinner outdoor fitnessstoestel

De Tai Chi Spinner is een outdoor fitnessstoestel dat met name ook geschikt is voor ouderen en voor gebruikers die aan het revalideren zijn. Het sporttoestel is geschikt voor twee gebruikers tegelijkertijd. Als optie is een instructiebord bij de Tai Chi Spinner verkrijgbaar waarop informatie hoe je de oefening moet uitvoeren en eventuele extra oefeningen die je met dit outdoor fitnessstoestel kunt doen. De Tai Chi Spinner is in verschillende kleuren en kleurstellingen leverbaar. Vraag ons naar de mogelijkheden.

Foto's



Thi Chi Spinners

De Thi Chi Spinners zijn een ideale activiteit om de armpjes te stabiliseren en op te warmen, en om je voor te bereiden op verschillende oefeningen.

De voordelen

- Bouw aan flexibiliteit in uw armen en een vergroot bewegingsbereik.
- Mogelijkheid om op te warmen en uit te rekken voor en na een training.

Instructies

- Gebruik deze activiteit om eerdere oefeningen uit te rekken en op te warmen.
- Sta tegenover het frame, met de voeten op schouderbreedte uit elkaar, stevig op de grond. Reik op en pak beide handvatten, één arm tegelijkertijd.
- Draai beide spinners in verschillende richtingen, variërend van tempo om alle spieren in de armen losser te maken.
- Gebruik de juiste houding met de schouders naar achteren, hoofd en kin omhoog en span uw buikspieren aan. Kijk vooruit, niet naar beneden.
- Vergeet niet om rustig te blijven ademen.
- Rek na de oefening de gebruikte spieren uit om je rustpositie te herstellen. Hierdoor krijgt je achterst minder kans op spierpijn.

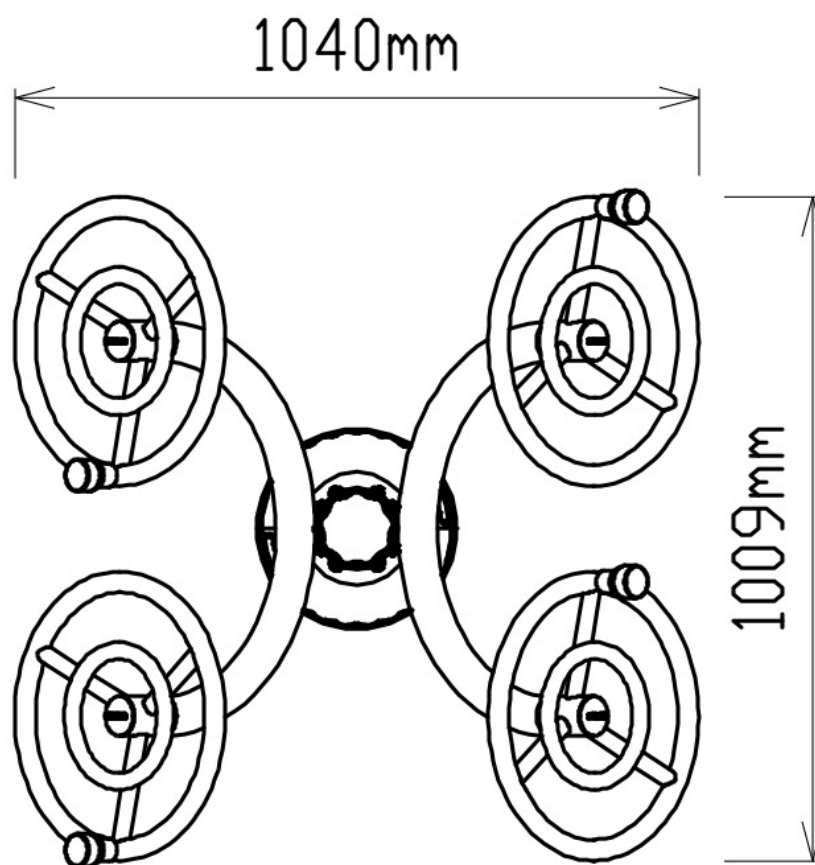



www.tntspeeltoestellen.nl



Technische tekeningen

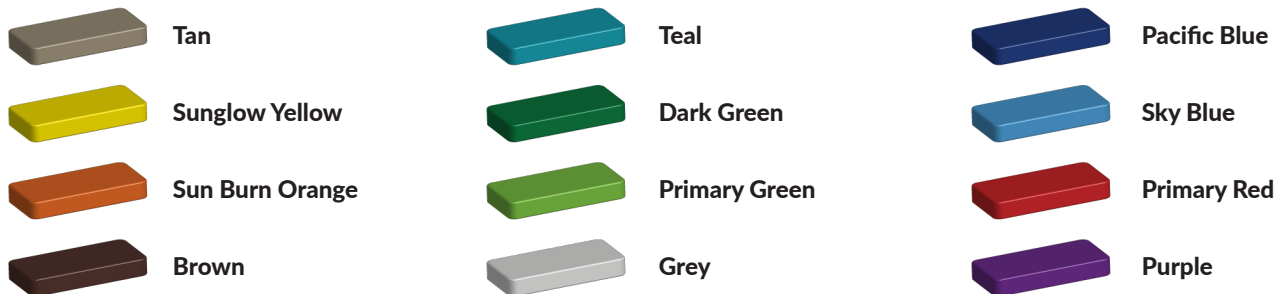
Matenplan



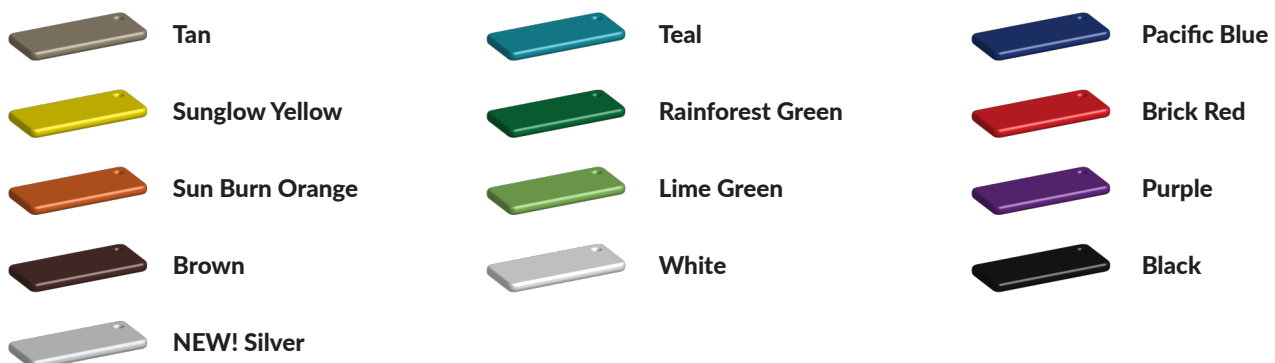
Bepaal zelf de kleuren van je professionele speeltoestel

Kleuren zijn belangrijk in een mensenleven. Kleuren kunnen een bepaald gevoel of een bepaalde sfeer oproepen. Kleuren kunnen de stemming beïnvloeden en geven informatie. Bij de inrichting van een speelplek is het daarom belangrijk rekening te houden met de kleurbeleving van kinderen. En die kunnen per leeftijdsgroep verschillen. Hoe belangrijk is het dan om zelf de kleuren voor een speeltoestel te kunnen kiezen? En deze service is bij TnT Speeltoestellen zonder extra meerkosten!

Kunststof kleuren



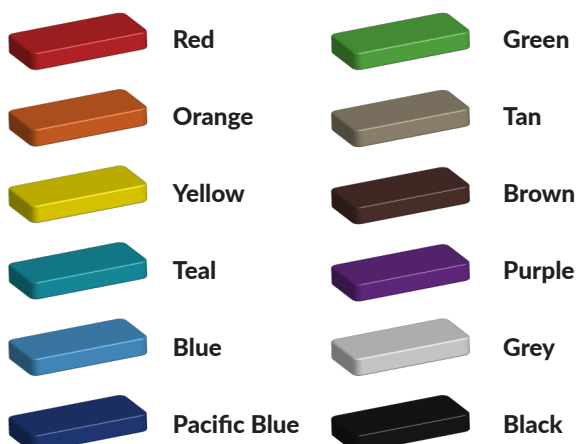
Metaal kleuren



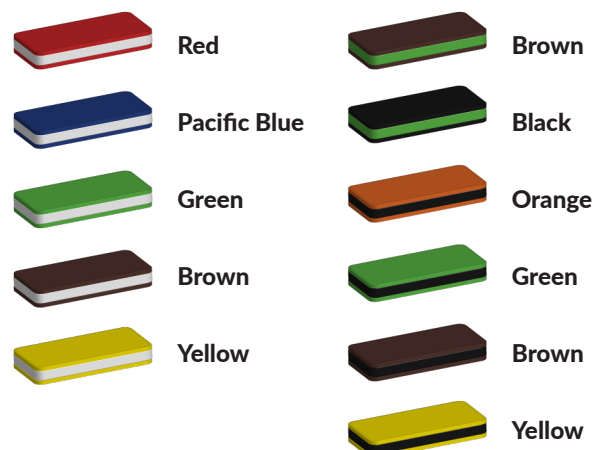
PE Kleuren Polyetheen

Onze PE panelen zijn in verschillende diktes leverbaar

Enkele kleuren PE



Dubbele kleuren PE



Technisch materialenoverzicht

Op deze pagina vind je een lijst met de meest gebruikte materialen in onze speeltoestellen en andere producten. Mocht je specifieke informatie wensen over een bepaald toestel of de gebruikte materialen, neem dan even contact met ons op.

Palen
Bovenbalk
Staanders
Wip-balk
Schommelstelling

90mm of 114mm gegalvaniseerd gepoedercoat staal met antiroest afwerking



Vloeren
Plateau
Trappen
Zitvlak

2,5mm staalbord met rubber gecoate anti slip afwerking



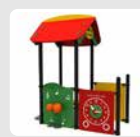
Duikelstangen
Spijlwanden
Stangen
Hangrekken

2,5mm gegalvaniseerd gepoedercoat antiroest staal. Laser gesneden



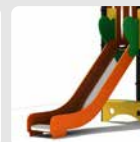
Wanden
Zitjes

PE board



Glijbanen

Roestvrij staal
Roestvrij staal met PE zijkanen
Gerecycled LLDEP 10mm zonbestendig plastic.
In mallen vorm gegeven



Kunststof

Gerecycled LLDEP 10mm zonbestendig plastic. In mallen vorm gegeven

Netten

18 mm 6-draads-staaltouwen, onderling verbonden met aluminium verbindings- koppelingen

Schommel-lagers

Gegalvaniseerd staal, met nylon lagers en M12 draadstang

Schommel-kettingen

Roestvrij staal Ø6mm

Schommel-zitting

Spuitgegoten EPDM rubber met aluminium inlegplaat

Stepjes

Pe Board 15 mm

Kettingen

8mm RVS kettingen

Handvaten

LLDEP 10mm met rubber gecoate anti slip afwerking

Paalkappen

Aluminium
Kunststof - Gerecycled LLDEP 10mm zonbestendig plastic. In mallen vorm gegeven

Schroeven

RVS 6 kant schroeven en gepolijste torx bouten