

Fiets met zitje


Leeftijd vanaf 12 jaar

€1.304 excl. BTW

€1.577,84 incl. BTW

Toestelspecificaties

Toestel hoogte

 93 cm

Benodigde ruimte

L 121 cm X **B** 63 cm X **H** 93 cm

Toestel grootte

L 105 cm X **B** 57 cm X **H** 114 cm

Productcode FN-0513



Beschrijving

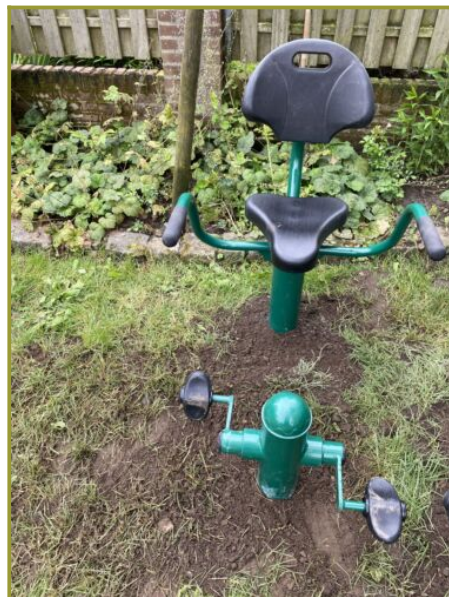
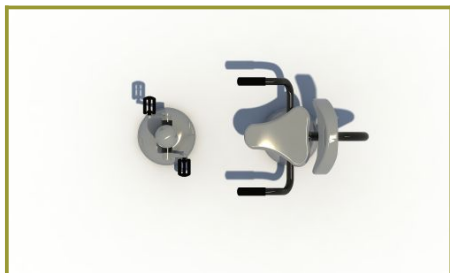
Oefening:

Deze fiets met zitje is een alternatief voor de hometrainer en bijzonder geschikt voor gebruik door senioren. Neem plaats op het zitje, plaats de voeten op de pedalen en maak een fietsende beweging. Houd hierbij de zijbeugels vast om extra kracht te kunnen zetten. Houd gedurende 20 tot 30 minuten een stabiel tempo aan voor een optimale training. Door de training gaat je hart op een regelmatige manier kloppen wat goed is voor de vetverbranding en de kans op hart- en vaatziekten verlaagd. Bovendien train je met fietsen de beenspieren.

Outdoor fitnessstoestel fiets met zitje

Deze fiets is door het lage zitje bijzonder toegankelijk voor ouderen. Het is een outdoor fitness apparaat waarmee voornamelijk de beenspieren worden getraind. Als optie is een instructiebord bij deze fiets met zitje verkrijgbaar waarop informatie hoe je de oefening moet uitvoeren en eventuele extra oefeningen die je met dit outdoor fitnessstoestel kunt doen. De fiets met zitje is in verschillende kleuren en kleurstellingen te verkrijgen. Vraag ons naar de mogelijkheden.

Foto's



Fiets met zitje

Door te fietsen gaat uw hart op een regelmatige manier kloppen, wat goed is voor de verbranding van vet, meer ulti hart- en vaatziekten van 50% kan deze verlagen.

De voordelen

- Lager inspanning.
- Blijft aan je zelfhoudingsvermogen en conditie.

Instructies

1. Pak en steek 5 minuten voorafgaand aan de oefening.
2. Ga op de zitting zitten en pak de hanteers vast.
3. Zet je voeten op de pedalen en begin met fietsen.
4. Gebruik de juiste houding tijdens het fietsen.
5. Volg je hartslag om het ideale ritme te bereiken.
6. Houid gedurende 20 tot 30 minuten een stabiel tempo aan voor een ideale training.
7. Cool-down: 3 tot 5 minuten voor herstel van je normale hartslag.
8. Na de oefening de gebruikelijke spieren uit om je terug te herstellen. Herhaal het je achteraf minder lang op voorzijde.

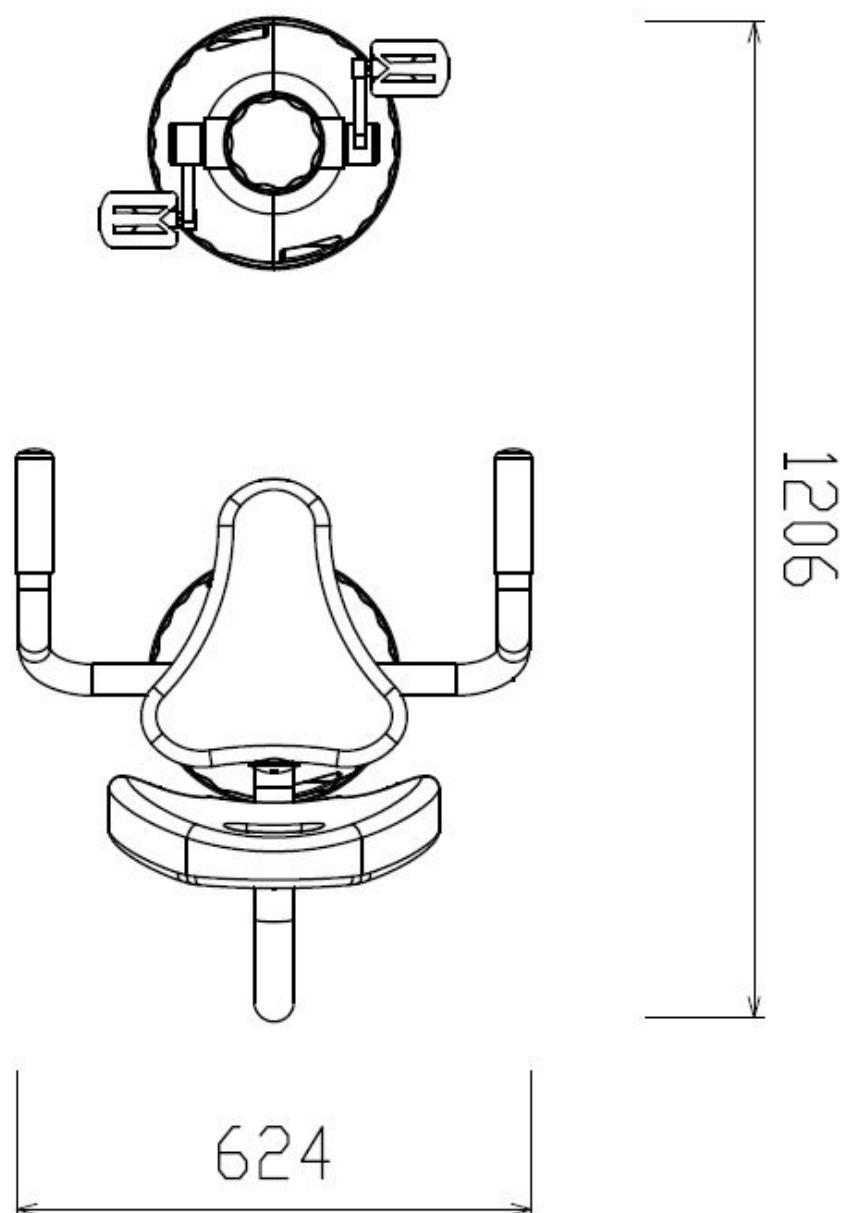


www.tntspeeltoestellen.nl



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



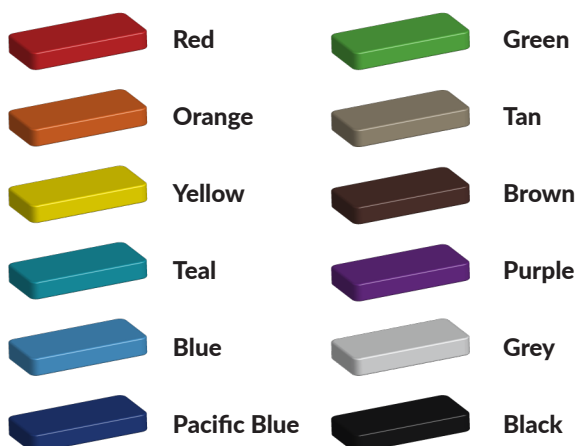
Metaal kleuren



PE Kleuren Polyethleen

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 Spijwanden 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	