Arm rotatie met 2 schijven

Leeftijd vanaf 12 jaar

€1.095 excl. BTW

€1.324,95 incl. BTW

Toestelspecificaties

Toestel hoogte

116 cm

Benodigde ruimte

L	102 cm	X	B	115 cm	X	H	116 cm

Productcode FN-0514

Beschrijving

Oefening:

De armrotatie met twee schijven is tweeledig te gebruiken. Aan de ene kant twee schijven waaraan gedraaid moet worden, aan de andere kant een armfiets.

Schijven: ga achter het frame met de schijven staan met de voeten op schouderbreedte uit elkaar en pak met elke hand een schijf. Draai beide schijven in verschillende richtingen, variërend in tempo. Wissel regelmatig af van draairichting

Armfiets: pak met beiden handen de twee handpedalen vast en zet het toestel in gang door met de armen een fietsbeweging te maken. Houd rekening met de juiste houding, schouders naar achteren, hoofd en kin omhoog en span de buikspieren aan. Kijk vooruit en niet naar beneden en blijf rustig ademen.

Beide oefeningen zijn erop gericht om door draaiende bewegingen de schouders, ellebogen en polsgewrichten te mobiliseren en de schouderspieren te versterken.

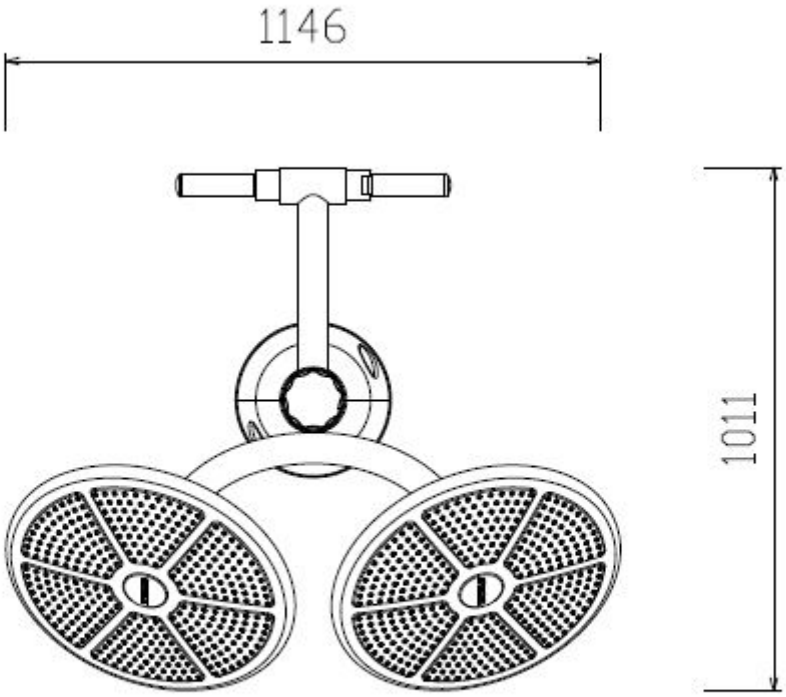
Armrotatie outdoor fitnesstoestel

Deze armrotatie met twee schijven en een armfiets is een outdoor fitnesstoestel 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 armrotatie met armfiets verkrijgbaar waarop informatie hoe je de oefening moet uitvoeren en eventuele extra oefeningen die je met dit outdoor fitnesstoestel kunt doen. De armrotatie is in verschillende kleuren en kleurstellingen te verkrijgen. Vraag ons naar de mogelijkheden.

Foto's

Technische tekeningen

Matenplan



Spelen met kleur zonder extra kosten

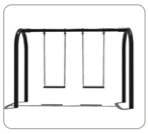
Kleuren spelen een belangrijke rol in een mensenleven, bewust en onbewust. Houd bij de inrichting van een speelplek daarom rekening met de kleurbeleving van kinderen. Bij TnT mag je zelf de kleuren van je speeltoestel bepalen. Kies voor kleuren die passen bij de leeftijdsgroep van de kinderen, aansluiten op je huisstijl of opgaan in de omgeving. Het aanpassen van de kleuren is een gratis service.

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.

Ronde palen / staanders, Bovenbalk, Wip-balk, Schommelstelling

90mm of 114mm gegalvaniseerd gepoedercoat staal met antiroest afwerking



Vierkante (natuurlijke) palen / staanders

100mm x 100mm aluminium 3,5mm dik

Vloeren, Plateau, Trappen, Zitvlak

3mm RVS frame met een 15mm HPL plaat

HPL trappen: 15mm HPL panelen met aluminium stepjes

Duikelstangen, Spijlwanden, Stangen, Hangrekken, HPL Trapleuningen

2,5mm gegalvaniseerd gepoedercoat antiroest staal. Laser gesneden

Wanden, Zitjes

Standaard wanden en zitjes: PE board

HPL wanden: 15mm HPL panelen

Glijbanen

RVS: Roestvrij staal

Kunststof: Gerecycled LLDEP 10mm zonbestendig plastic in mallen vorm gegeven

HPL: 2mm roestvrij staal met 15mm HPL panelen

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