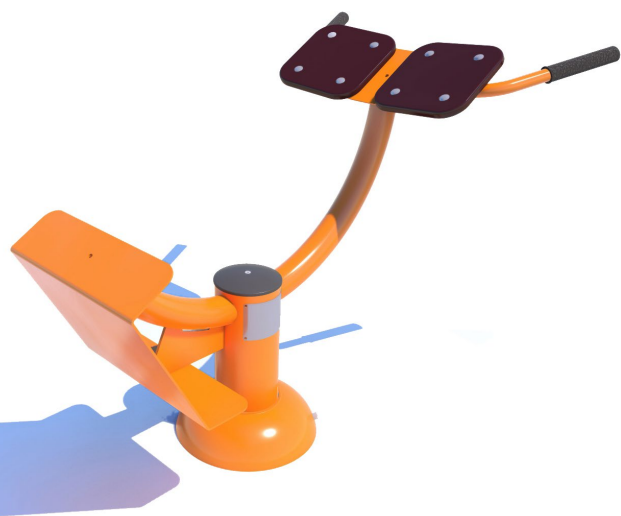


Вуличний тренажер / Outdoor fitness equipment

Тренажер «Гіперекстензія» / Fitness equipment «Hyperextension»

SO-10.17



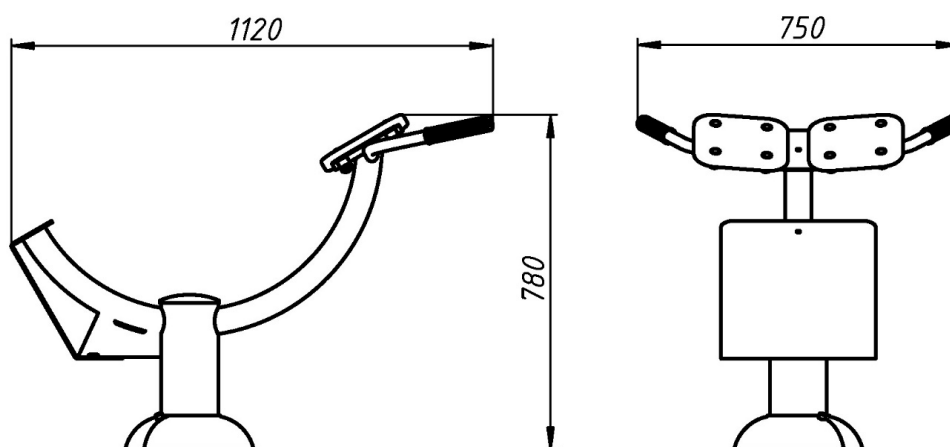
Тренажер «Гіперекстензія» зміцнює м'язи нижньої частини спини, а також сідничні та підколінні сухожилля. Покращує поставу, допомагає при відновленні після травм та розтягувань. Підтримує хорошу фізичну форму та сприяє її покращенню. Встановлюється для занять на відкритому повітрі. Для виконання вправи лягайте вперед на спинку лави, а п'яти утримуйте в місці для упору ніг. Тримавши руки за головою або за грудьми, повільно опустіть верхню частину тіла, витягаючи нижню частину спини до збільшення поперекового згину, потім поверніться у вихідне положення.

The Hyperextension trainer strengthens the muscles of the lower back, as well as the gluteal and hamstrings. It improves posture and helps with recovery from injuries and sprains. Maintains and improves physical fitness. Recommended for outdoor exercise. To perform the exercise, lie forward on the back of the bench and keep your heels in the place where your feet rest. Keeping your hands behind your head or chest, slowly lower your upper body, stretching your lower back until the lumbar curve increases, then return to the starting position.

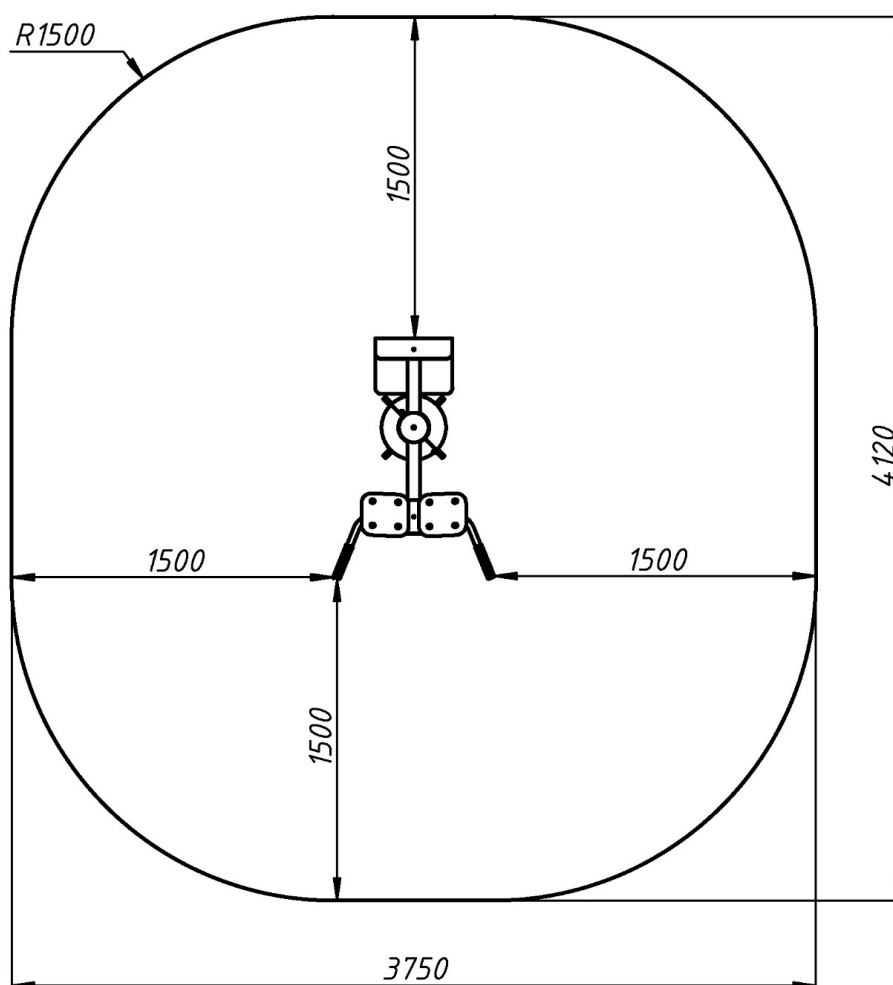
Інформація про обладнання / Information about the equipment

	Габарити найбільшої деталі – тренажеру в сборі, м / Dimensions of the largest part - the complete simulator, m	1,12x0,75x0,78
	Вага загальна/Вага найбільшої деталі – тренажеру в сборі, кг / Total weight/ Weight of the largest part - the complete simulator, kg	32,0/24,0
	Вікова група, років / Age group, years	12+
	Максимальна кількість користувачів / Maximum number of users	1
	Висота вільного падіння, мм / Height of free fall, mm	780
	Безпечна зона, м ² / Safe zone, m ²	13,5
	Відкрите середовище / Open environment	
	Основні матеріали – метал / The main materials are metal	
	Інформація про безпеку EN1176-1, EN1176-2 / Safety information EN1176-1, EN1176-2	

Вигляд збоку / Side view



**Вигляд зверху, враховуючи зону безпеки /
Top view, including the safety zone**



Розміри подані в міліметрах / Dimensions are given in millimeters