



Procvičování chůze

07



POPIS ZAŘÍZENÍ:

FUNKCE: Zvyšování pohyblivosti dolních končetin, zlepšování koordinace a rovnováhy těla, zvyšování kapacity srdce a plic, posilování nohou a hýžďových svalů.

POUŽITÍ: Uchopte rukojeť a postavte se na pedály, upravte vaše těžiště a pohybujte nohama střídavě vpřed a vzad. Nohy vždy střídejte a nepohybujte oběma nohama ve stejném směru..

PROVÁDĚNÍ: Doporučujeme minimálně desetiminutovou chůzi běžným tempem a dále podle fyzického stavu cvičící osoby.

BEZPEČNOSTNÍ INFORMACE:

Budete-li cítit jakoukoli bolest, cvičení přerušete. Cvičení provádějte pomalu a plynule. Vyvarujete se přetížení. Při přílišné zátěži se mohou objevit fyzické problémy. V případě pochybností konzultujte cvičení s lékařem. Zařízení nepoužívejte, pokud je jeho povrch namrzlý, kluzký, rozpálený nebo je-li zařízení viditelně poškozené. Necvičící dodržujte od uživatele bezpečnou vzdálenost na 2m v případě, že nepotřebuje vaši asistenci!

JINÉ NEŽ UVEDENÉ POUŽITÍ JE ZAKÁZANÉ.

VAROVÁNÍ: ZAŘÍZENÍ NENÍ URČENO OSOBÁM S VÝŠKOU POD 140 CM A HMOTNOSTÍ NAD 120 KG. CERTIFIKACE PODLE NORMY ČSN 16630.

Číselné označení na etiketě je identifikačním číslem typu stroje. Pro identifikaci uvádějte toto číslo a adresu místa umístění.

