



El Twister

Modelo : : GYX-A13

Características:

Tubería: Tubería galvanizada con tratamiento de zinc. Grosor de 3mm. Diámetro del tubo principal 140 mm.

Pintura: Pintura en Poliuretano (PU) con protección U.V.

Medidas: Diámetro de maquina completa en espacio 1520x1520x1310 mm.

Usuario: Peso máximo por usuario 130 kg.

Función: Ejercita la cintura y ayuda a relajar los músculos de cintura y espalda, refuerza la agilidad y la flexibilidad de la zona lumbar.

Uso: Tome la manilla con ambas manos, mantenga el equilibrio y gire sobre su propio cuerpo de un lado al otro de forma no violenta.

Frecuencia de uso: Siempre en función del estado físico de la persona. Se aconsejan 3 series de 2 minutos cada una con 5 segundos de descanso entre serie y serie.

Nota: No suelte la manilla hasta el final del ejercicio. En caso de notar alguna molestia, interrumpir el ejercicio y consultar al médico. Si tiene problemas articulares de cadera o espalda consulte al médico antes de realizarlo. Cuando el equipo sea utilizado por niños menores de 12 años, es necesaria la supervisión de un adulto.