



Elevador oscilante

Modelo: GYX-A09B

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: 1190x860x1311 mm.

Usuario: Peso máximo por usuario 130 kg.

Función: Refuerza la musculatura de la cintura, mejora la flexibilidad y coordinación del cuerpo. Ejercita la columna y la cadera.

Uso: Agarre las manubrios con ambas manos, coloque sus pies sobre el pedal y realice movimientos oscilantes de un lado a otro, sin realizar grandes amplitudes en el balanceo.

Frecuencia de uso: Siempre en función del estado físico de la persona. Se recomiendan 3 series de 30 segundos con un descanso de 5 segundos entre serie y serie.

Nota: Al disponer el equipo de partes móviles, es importante que el usuario tenga cuidado al subir y bajar del mismo. Se trata de un ejercicio de fuerza que debe realizarse de forma NO violenta y 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.