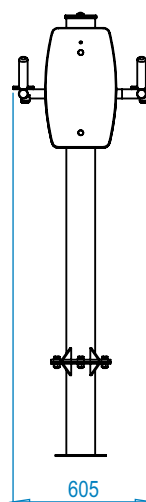
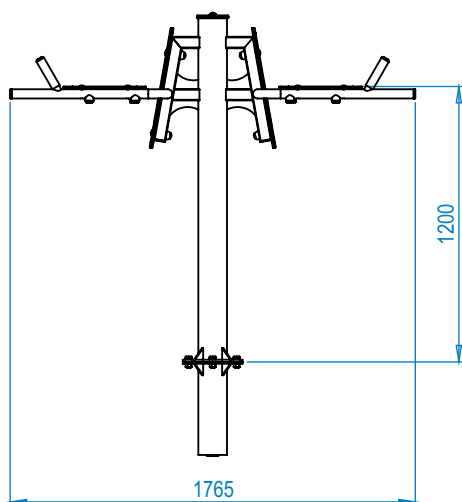
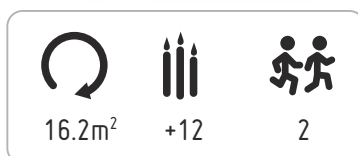
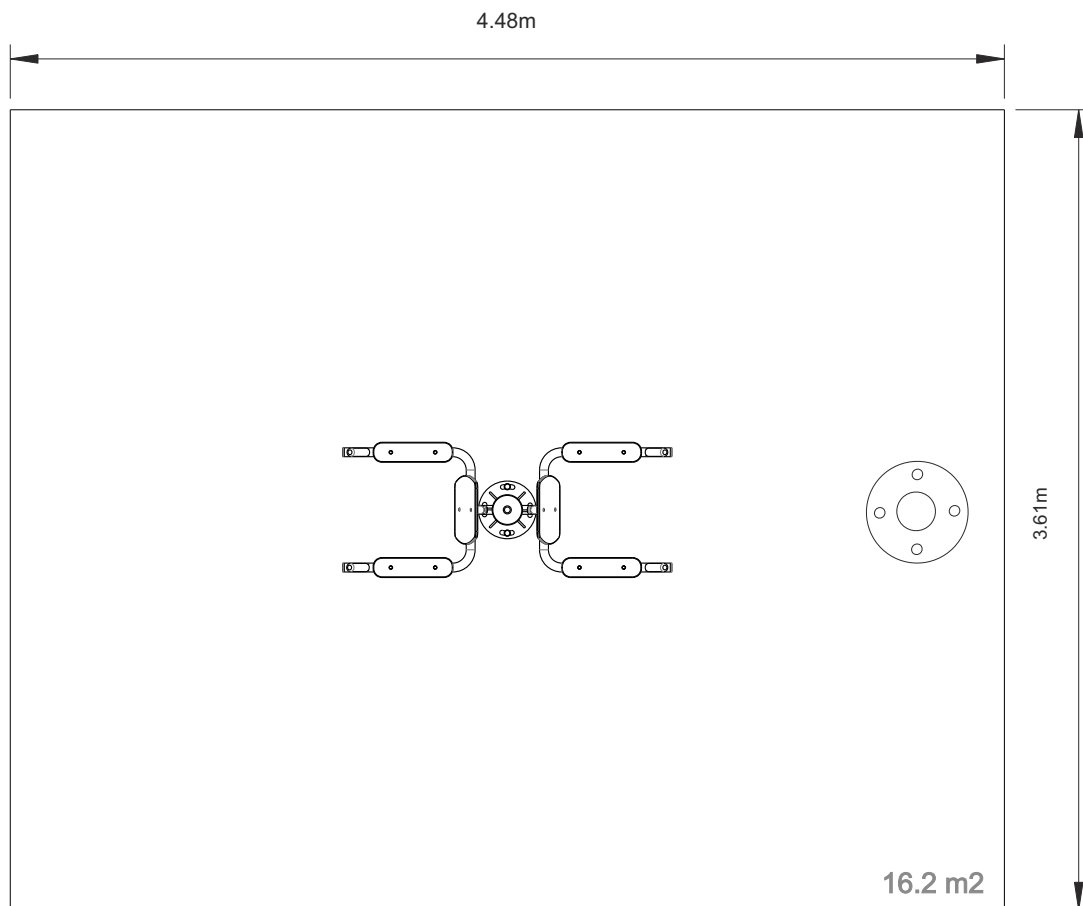


ELEVAÇÃO

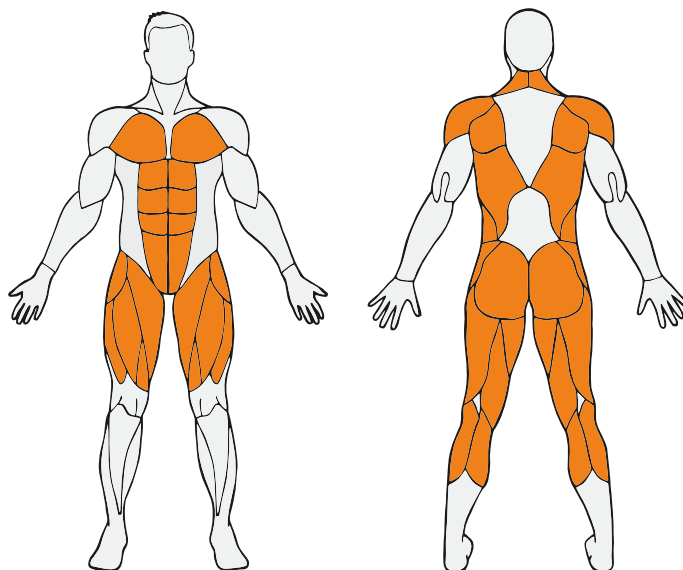
62809I





Nota: Deve assegurar que o equipamento é instalado correctamente face ao negativo. Alinhe a furação do equipamento perante a furação do negativo conforme ilustra a imagem.

MÚSCULOS PARA DESENVOLVER / MÚSCULOS A DESARROLLAR / MUSCLES TO DEVELOP / MUSCLES À DÉVELOPPER





Estrutura

Tubos: Aço Inox: AISI 304 de acordo com a norma EN 1.4301;

Peças plásticas

polietileno

Peças Metálicas

aço eletro galvanizado

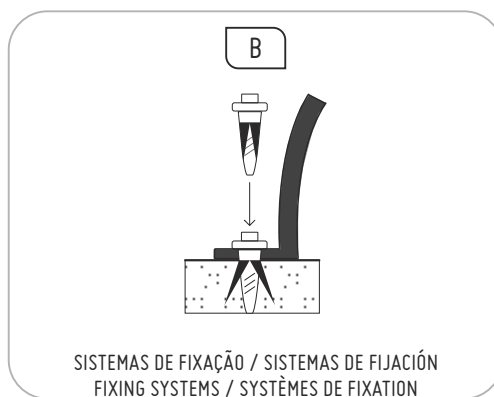
Rolamentos: esferas rígidas da SKF com um curso reforçado em ambos os lados (sem necessidade de manutenção e lubrificação);

Acabamentos

eletro galvanizado e lacado (ou esmalte tipo gel a 230°C, com espessura entre 70µm segundo a norma UNE EN ISO2808) a 2600 Sablé (a pedido pode ser lacado a outro RAL);

Tipo de fixação

fornecido por 1 negativo;



PLANO DE MANUTENÇÃO / PLAN DE MANTENIMIENTO / MAINTENANCE PLAN / PLAN DE MAINTENANCE

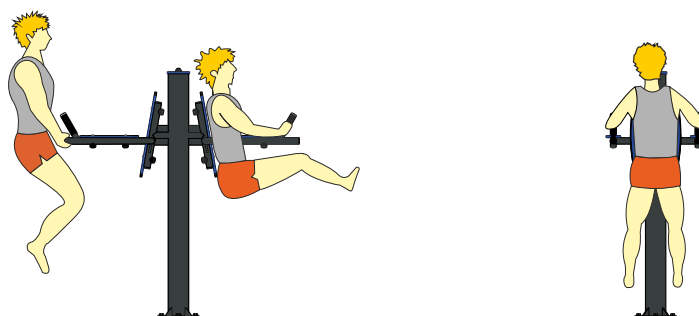
Semanalmente: verifique visualmente o estado geral do jogo, garantindo que não haja quebras ou danos aos usuários;

Mensalmente: verifique se as articulações têm um movimento uniforme. Lubrifique se apropriado. garantir que a estabilidade estrutural do jogo seja a mesma do primeiro dia. verifique a condição de todos os parafusos e suas proteções;

Anualmente: verifique a ausência de corrosão nas partes metálicas. Verifique todas as fundações;



MODO DE EXECUÇÃO / MODO DE EJECUCIÓN / MODE OF EXECUTION / MODE D'EXÉCUTION



MODO DE EXECUÇÃO: Posicione-se, com as costas apoiadas no painel azul, agarre os punhos laterais com ambas as mãos (mão esquerda no punho esquerdo e mão direita no punho direito), eleve os membros inferiores para uma posição a 90° e regresse à posição inicial. Postura bípede normal, olhar para a frente com o queixo na posição normal. Durante a execução não largue os punhos laterais.



Cuidado: consulte o seu médico antes de realizar estes exercícios.
As crianças devem ser supervisionadas por um adulto.



Estructura

Tubos: Acero Inox: AISI 304 de acuerdo con la norma EN 1.4301.

Piezas de plástico

polietileno

Piezas Metálicas

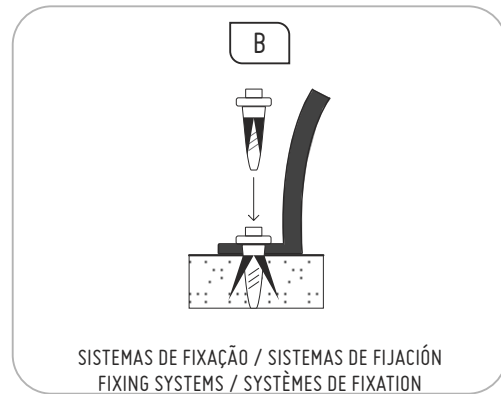
acero electrolitizado

Rodamientos: esferas rígidas de SKF con un curso reforzado en ambos lados (sin necesidad de mantenimiento y lubricación); acabados

electrolitizado y lacado (o esmalte tipo gel a 230°C, con un espesor de 70µm según la norma UNE EN ISO2808) a 2600 Sablé (a pedido puede ser lacado a otro RAL);

Tipo de fijación

proporcionado por 1 negativo;



PLANO DE MANUTENÇÃO / PLAN DE MANTENIMIENTO / MAINTENANCE PLAN / PLAN DE MAINTENANCE

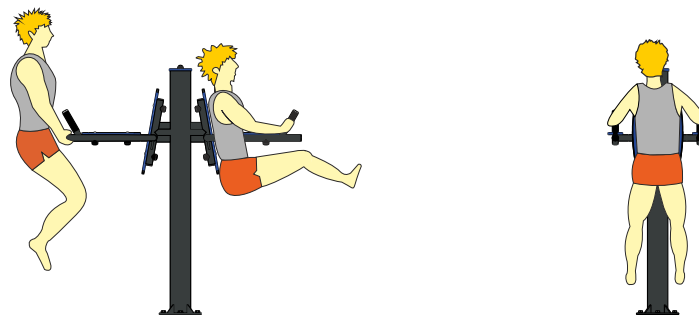
Semanalmente: verifique visualmente el estado general del juego, garantizando que no haya roturas o daños a los usuarios;

Mensualmente: asegúrese de que las articulaciones tienen un movimiento uniforme. Lubrique si es apropiado, garantizar que la estabilidad estructural del juego sea la misma del primer día. verifique la condición de todos los tornillos y sus protecciones;

Anualmente: verifique la ausencia de corrosión en las partes metálicas. Compruebe todas las fundaciones;



MODO DE EXECUÇÃO / MODO DE EJECUCIÓN / MODE OF EXECUTION / MODE D'EXÉCUTION



INSTRUCCIONES DE USO: Coloque la espalda apoyada en el respaldo azul. Sujete con fuerza las empuñaduras laterales y eleve los miembros inferiores hasta alcanzar una postura de 90°, regresando de nuevo a la posición inicial (Abdominales). Posición bípeda normal mirar al frente.



ATENCIÓN: Consulte a su médico antes de realizar este tipo de ejercicios. Los menores de edad deben estar vigilados en todo momento por un adulto.



CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS / CARACTERISTICAS TECNICAS / TECHNICAL CHARACTERISTICS / CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Structure
Pipes: Stainless steel: AISI 304 according to EN 1.4301;

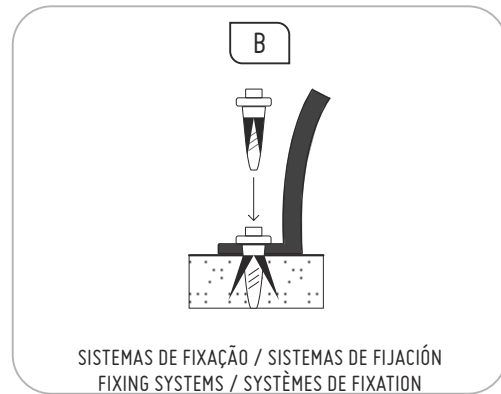
Plastic parts
polyethylene

Metal parts
electro-galvanized steel

Bearings: SKF stiff balls with a reinforced stroke on both sides (no maintenance and lubrication required);

Finishing
electroplated and lacquered (or gel type enamel at 230°C, with thickness between 70µm according to the norm UNE EN ISO2808) to 2600 Sablé (on request can be lacquered to another RAL);

Type of attachment
provided by 1 negative;



PLANO DE MANUTENÇÃO / PLAN DE MANTENIMIENTO / MAINTENANCE PLAN / PLAN DE MAINTENANCE

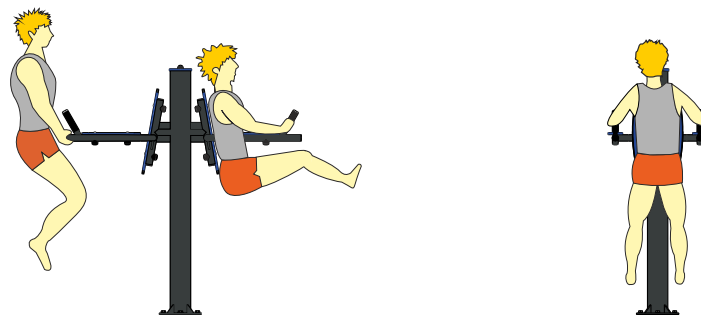
Weekly: visually check the overall status of the game, ensuring there are no breaks or damage to users;

Monthly: Check that the joints have a uniform movement. Lubricate if appropriate. ensure that the structural stability of the game is the same as the first day. check the condition of all bolts and their protections;


Annually: check for corrosion on metal parts. Check all foundations;



MODO DE EXECUÇÃO / MODO DE EJECUCIÓN / MODE OF EXECUTION / MODE D'EXÉCUTION

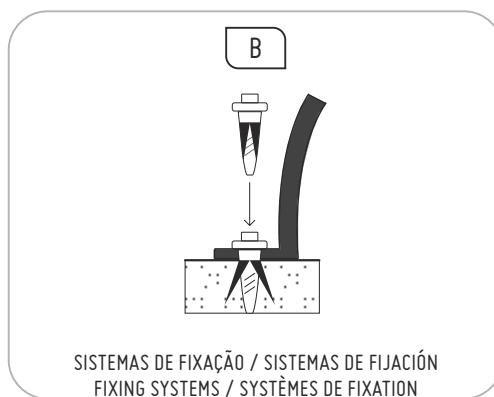


DIRECTIONS: Position yourself, with your back against the blue panel, grasping the side wrists with both hands (left hand on left wrist and right hand on right wrist), elevate lower limbs to 90° position and return to position. Normal bipedal posture, look forward with chin in the normal position. Do not drop the side grips during the execution.

 **Caution:** Consult your doctor before performing these exercises.
Children must be supervised by an adult.

La structure
 Tubes : Acier inoxydable : AISI 304 selon EN 1.4301;
 pièces en plastique
 polyéthylène
 Pièces en métal
 acier électrozingué
 Roulements: billes rigides SKF à course renforcée des deux côtés (aucun entretien ni lubrification requis);
 Finition
 galvanisé et laqué (ou émail type gel à 230 ° C, avec une épaisseur comprise entre 70 µm selon la norme UNE EN ISO2808) et 2600 Sablé (sur demande, possibilité de laquage sur un autre RAL);

Type de montage
 fourni par 1 négatif;



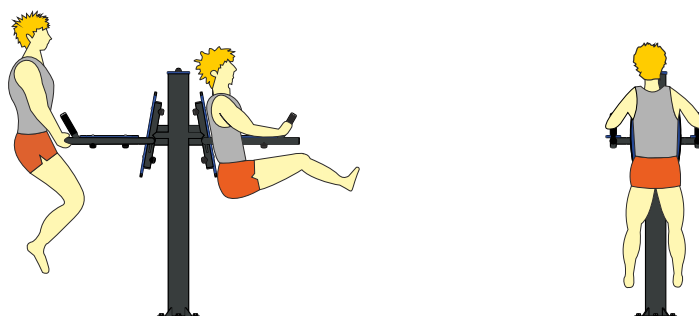
■ ■ PLANO DE MANUTENÇÃO / PLAN DE MANTENIMIENTO / MAINTENANCE PLAN / PLAN DE MAINTENANCE

Hebdomadaire: vérifier visuellement le statut général du jeu, en veillant à ce qu'il n'y ait aucune coupure ni dommage pour les utilisateurs;

Mensuel: Vérifiez que les articulations ont un mouvement uniforme. Lubrifiez si nécessaire. Assurez-vous que la stabilité structurelle du jeu est identique à celle du premier jour. vérifier l'état de tous les boulons et leurs protections;

Annuellement: vérifiez la corrosion sur les pièces métalliques. Vérifier toutes les fondations;

■ ■ MODO DE EXECUÇÃO / MODO DE EJECUCIÓN / MODE OF EXECUTION / MODE D'EXÉCUTION



MODE D'EMPLOI: Placez-vous, le dos contre le panneau bleu, en saisissant les poignets latéraux avec les deux mains (main gauche sur le poignet gauche et main droite sur le poignet droit), élevez les membres inférieurs à 90° et revenez à la position. Posture bipède normale, regarder en avant avec le menton en position normale. Ne laissez pas tomber les poignées latérales pendant l'exécution.

Attention: Consultez votre médecin avant d'effectuer ces exercices.
 Les enfants doivent être supervisés par un adulte.