

## Załącznik nr 3

### Karta katalogowa surfer/wahadło + narty biegówki



**Wymiary:** 2331 x 801 x 2000 mm

**Strefa bezpieczeństwa:** 5331 x 3801 mm

**Max waga:** 130 kg

Urządzenie zgodne z normą PN-EN16630:2015-06

**Certyfikacja:** urządzenie powinno posiadać certyfikat wydany przez jednostkę certyfikującą mającą akredytację Polskiego Centrum Akredytacji

**Funkcje surfera/wahadła:** wzmacnia muskulaturę pasa biodrowego, kończyn dolnych i górnych. Korzystnie wpływa na układ sercowo-naczyniowy, oddechowy i trawienny. Poprawia krążenie. Stopień trudności – łatwe. Wskazane dla osób z bólami odcinka krzyżowego i bólami nóg.

**Funkcje nart:** poprawa muskulatury nóg i rąk, uelastycznienie i rozciągnięcie ścięgien nóg. Ogólna poprawa kondycji, utrata tkanki tłuszczowej. Korzystnie wpływa na układ krążenia, układ oddechowy i trawienny. Wzmacnia serce i płuca. Stopień trudności – średni.

