

DRABINKA



Funkcje

Ćwiczenie mięśni obręczy barkowej, ogólnie mięśni górnej partii ciała, siły dłoni.

Ilość 1 szt.

Elementy urządzenia wykonane z drewna twardego impregnowanego i olejowanego dwukrotnie, mocowane za pomocą systemowych kotew stalowych zatopionych w przygotowanym wcześniej fundamencie i usytuowane na nawierzchni amortyzującej

Urządzenie z drabinką umocowaną na palach w lekkim skosie. Służy przede wszystkim do wzmacniania obręczy barkowej oraz ogólnie mięśni górnej partii ciała. Uwielbiana przez dzieci próbujące pokonać długość drabinki, przechodząc w zwisie szczelbel po szczelblu. Znakomicie wyrabia "chwytność" dłoni.

DRAŻKI



Funkcje

Ćwiczenie mięśni brzuch i ramion, rozciąganie, ćwiczenia relaksacyjne w zwisie, dla dzieci tor slalomowy i miejsce przewrotów w przód na poręczy.

Ilość 1 szt.

Elementy urządzenia wykonane z drewna twardego impregnowanego i olejowanego dwukrotnie, mocowane za pomocą systemowych kotew stalowych zatopionych w przygotowanym wcześniej fundamencie i usytuowane na nawierzchni amortyzującej

Urządzenie zbudowane z poziomych drążków, zamocowanych na różnej wysokości (daje to możliwość ćwiczenia osobom różnego wzrostu oraz wieku). Jest to jeden z bardziej lubianych przez dzieci, a także mężczyzn przyrządów do ćwiczeń. Nie należy do najłatwiejszych, gdyż do poprawnego wykonywania ćwiczeń trzeba mieć silne ręce oraz obręcz barkową. Nieodłączna pomoc przy ćwiczeniu przewrotów w przód (w czasach, gdy znikają trzepaki, dzieci zatraciły tę podstawową niegdyś umiejętność).