

# Wyposażenie siłowni i szatni

## STREFA CARDIO:

### BIEŻNIA MAGNETYCZNA (1 kpl.)

**Magnetyczna bieżnia składana** - elektroniczna, intuicyjna bieżnia profesjonalna, którą można złożyć.

Regulacja umożliwiająca bieg z prędkością 1-20 km/h i zmianę kąta nachylenia o 15%.

Min. 7 zróżnicowanych programów treningowych, które można zmieniać za pomocą jednego przycisku, co pozwala utrzymać stałe tempo biegu. Możliwość stworzenia 2 indywidualnych programów treningowych oraz pomiaru tętna - przy pomocy sensorów dotykowych dłoni lub przy użyciu pasa telemetrycznego.

Maksymalna masa użytkownika - 160 kg



*Bieżnia magnetyczna - przykładowa wizualizacja*

## ROWER SPINNINGOWY (1 kpl.)

Mechaniczny rower stacjonarny wyposażony w:

- Mechaniczny system hamowania z 20-kilogramowym kołem zamachowym
- Regulowaną dwuosiowo kierownicę kolarską z wielopozycyjnymi uchwytami
- Regulowane w pionie i poziomie siodełko
- Profesjonalne pedały z blokami SPD
- Przekładnię łańcuchową z osłoną bezpieczeństwa
- Praktyczny licznik treningowy
- Wzmocnioną ramę
- Stabilną podstawę
- Napęd przenoszony łańcuchowo
- Kółka transportowe do przesuwania urządzenia
- Maksymalna waga użytkownika - 150 kg



*Rower spinningowy - przykładowa wizualizacja*

### ROWER POWIETRZNY AIRBIKE (1 kpl.)

- Sprzęt umożliwia: szybką rozgrzewkę przed treningiem siłowym, trening cardio, trening interwałowy, spalanie tkanki tłuszczowej
- Maksymalna waga użytkownika - 135kg
- System oporu - powietrzny
- Maksymalny wzrost użytkownika - bez ograniczeń
- Minimalna waga koła zamachowego - 4,5 kg



*Rower powietrzny airbike - przykładowa wizualizacja*

### MAGNETYCZNY TRENAŻER ELIPTYCZNY - orbitrek (1 kpl.)

- Sprzęt umożliwia: stacjonarny trening cardio, trening interwałowy o wysokiej intensywności
- Regulacja oporu elektroniczna
- Zasilanie 230V
- Waga koła zamachowego nie mniej niż 8 kg
- Maksymalna waga użytkownika – 150 kg



*Magnetyczny trener eliptyczny - przykładowa wizualizacja*

### WIOŚLARZ POWIETRZNY (1 kpl.)

- Sprzęt umożliwia przeprowadzenie kompleksowych, ćwiczeń wytrzymałościowych
- Maksymalna waga użytkownika – 130 kg
- Waga koła zamachowego nie mniej niż 8 kg
- System oporu magnetyczny



*Wioślarz powietrzny - przykładowa wizualizacja*

## **STREFA SIŁY**

### ATLAS TRENINGOWY 4 STANOWISKA (1 kpl.)

- Multistacja pozwala prowadzić kompleksowy trening siłowy wielu grup mięśniowych
- Sprzęt wyposażony w: suwnicę na nogi, wyciąg górny i dolny, stojak do podciągania, modlitewnik do bicepsów, przyrząd do ćwiczeń czworogłowych ud oraz możliwość trenowania tricepsów i butterfly
- Na atlasie mogą jednocześnie pracować 4 osoby
- Maksymalna masa użytkownika - 110 kg



*Atlas treningowy 4 stanowiska - przykładowa wizualizacja*

**ŁAWKA PROSTA ZE STOJAKAMI + GRYF I OBCIĄŻENIA (1 kpl.)**

- Sprzęt umożliwia: wyciskanie sztangi w szerokim chwycie leżąc, wyciskanie hantli w leżeniu na ławce, rozpiętki ze sztangielkami na ławce poziomej, unoszenie przedramienia z hantlą w siadzie, wyciskanie sztangi w wąskim chwycie leżąc, wyciskanie hantli w leżeniu na ławce
- Maksymalne obciążenie - 400 kg
- Zawartość zestawu:
  - ławka prosta ze stojakami (1szt.)
  - gryf prosty 30 mm 198 cm wzmocniony chromowany (1szt.)
  - gryf lekko łamany śrubowy 30 mm 120 cm (1szt.)
  - gryf prosty śrubowy 30 mm 40 cm (2szt.)
  - zacisk sprężynowy na gryf fi30 mm 9 (2szt.)

- obciążenie żeliwne 1,25 kg (4szt.)
- obciążenie żeliwne 2,5 kg (6 szt.)
- obciążenie żeliwne 5 kg (4szt.)
- obciążenie żeliwne 10 kg (4szt.)
- obciążenie żeliwne 15 kg (2szt.)
- obciążenie żeliwne 20 kg (2szt.)





*Ławka prosta ze stojakami +gryf i obciążenia - przykładowa wizualizacja*

SUWNICA SMITHA (1 kpl.)

- Maksymalna waga użytkownika - 160 kg
- Maksymalne obciążenie nie mniej niż 850 kg





*Suwnica Smitha - przykładowa wizualizacja*

### ZESTAW HANTLI ZE STOJAKIEM (1 kpl.)

Hantle stalowe gumowane od 5 do 17,5 kg. Wzmocniony gryf o średnicy 30 mm oraz pełne obciążenia stalowe. Na każdej hantli - informacja o jej wadze.

- Zawartość zestawu:
  - stojak modułowy na hantle (1szt.)
  - hantle: 2x5kg, 2x7,5kg, 2x10kg, 2x12,5kg, 2x15kg, 2x17,5kg



*Zestaw hantli ze stojakiem - przykładowa wizualizacja*

SUWNICA DO WYPYCHANIA NA NOGI (1 kpl.)

- Maksymalny ciężar - 350 kg i więcej
- Rodzaj obciążenia na wolny ciężar



*Suwnica Smitha - przykładowa wizualizacja*

## **SZATNIE:**

SZAFKI DO SZATNI (50 szt. - modułów)

Pojedynczy moduł/szafka wyposażona w: siedzisko, schowek na buty, wieszak, schowek górny



*Szafka szatniowa (moduł) - przykładowa wizualizacja*