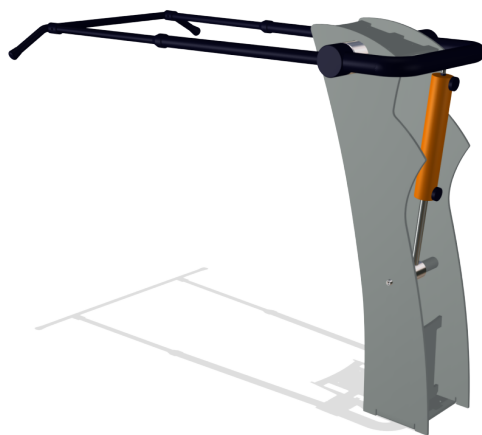


FST103

Squat + Shoulder Press + Lat Pull Down

KOMPAN
Let's play



Resistance adjustable training device, designed for the execution of squats, lat pull downs and shoulder presses from a standing position. Squats train a large number of muscles in the legs and torso, and are good for the heart and blood vessels. Lat pull downs are excellent for training all back muscles, and biceps and chest muscles. The shoulder press trains the deltoid muscles, trapezius muscles, serratus anterior muscles and triceps.

Grupa	Siłownie zewnętrzne - plenerowe
Kategoria	Circuit Training
Optymalny wiek użytkownika	13 - 16+
Wysokość (cm)	145
Stefa bezpieczeństwa	16 m2



TRAINING

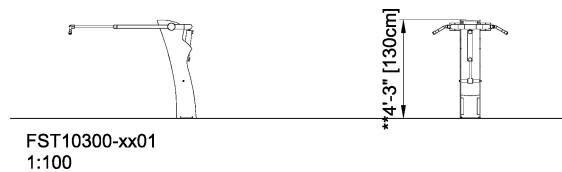
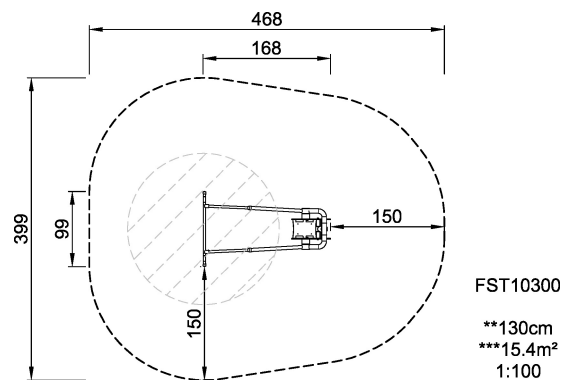


**SUR-
FACE**

**IN-
GROU.**

ASTM





* = Najwyższy punkt powierzchni użytkowej.
** = Wysokość produktu.

Waga najcięższego produktu	kg.	Liczba osób potrzebnych do montażu	1 Ludzie
Ilość betonu	NaN m3	Czas montażu	2 Godziny otwarcia
Liczba fundamentów	NaN	Głębokość wykopu	NaN m3