PROZON

FICHE TECHNIQUE

RAMEUR EXTÉRIEUR
Référence : 04248



RESUME

Le rameur extérieur permet le renforcement musculaire complet des membres supérieurs.
Il augmente la coordination et la mobilité de son usager sans impact sur les articulations.

Très simple à utiliser, il est accessible à tous les âges et à tous les niveaux. Le rameur extérieur est idéal pour aménager une aire de fitness extérieure.

Fabriqué en acier, le rameur extérieur est particulièrement résistant. Il est conforme à la norme EN 16630 et ne nécessite pas de sol amortissant (test HIC de la norme EN 1176).

Un moyen de déchargement est nécessaire pour la livraison. Consultez nos modalités de livraison en bas de page.

Les points forts :

- Normé EN 16630
- Améliore la flexibilité, l'agilité et la coordination
- Accessible pour tous les âges
- Renforcement musculaire complet




DECLINAISONS

Fixation
À sceller
Sur platine

DESCRIPTION

Pourquoi choisir notre rameur extérieur ?

Le rameur extérieur est idéal pour les collectivités qui souhaitent compléter ou aménager une aire de fitness extérieure ou un espace vert. Il permet un renforcement musculaire complet du haut du corps avec la sollicitation des bras, des épaules, des pectoraux ou encore des abdominaux.

Il améliore la mobilité et la coordination de l'utilisateur, tout en préservant ses articulations.

Conçu en acier peint à la poudre, il résiste aux intempéries et à un usage intensif. Le rameur extérieur est conforme à la norme EN 16630, qui assure la sécurité des appareils de fitness extérieurs (n’exige pas un sol qui amortit les impacts selon le test HIC de la norme EN 1176).

Pour plus d'informations sur les sols nécessaires à l'installation d'une aire de fitness, nous vous invitons à consulter le document présent dans l'onglet "Téléchargement".

Son utilisation est très simple, il suffit de vous asseoir sur la chaise et de poser vos pieds sur le support. Une fois assis, vous pouvez saisir les poignées à deux mains tout en gardant le dos bien droit et tirer les bras vers l'arrière. Votre corps va basculer vers l'avant et vous pouvez revenir à la position initiale. Il est important dans ce mouvement, de garder la tête droite ainsi que la colonne vertébrale.

Le rameur extérieur peut être utilisé par toute personne mesurant plus de 1,40 m.

D'autres agrès de fitness extérieur pourraient aussi vous intéresser pour compléter votre parc de fitness extérieur comme le vélo elliptique, le leg press ou le module presse pectorale. Nous vous invitons par ailleurs à consulter notre gamme de poubelles.

N'hésitez à consulter notre gamme d'équipement de sport pour l'aménagement des parcs, écoles ou jardins.

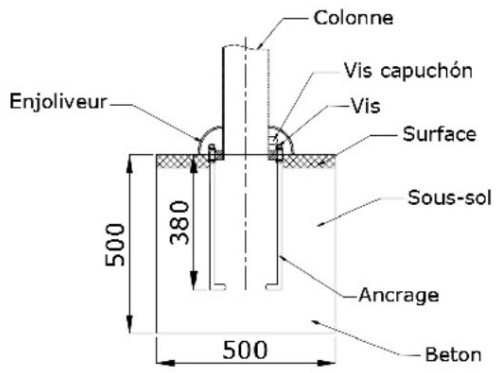
Comment fixer le module de fitness rameur extérieur ?

Le rameur fitness extérieur est disponible avec deux options de fixation :

- Si vous choisissez l'option "à sceller" : l'appareil vient se fixer au tabouret d'ancrage, scellé dans un plot en béton de 500 x 500 x 550 mm, à l'aide de boulons qui vous sont fournis. Le scellement peut être effectué à l'aide d'un mortier retrait compensé 25 kg.

- Si vous choisissez l'option "sur platine" : procédez à la fixation dans le sol. La visserie n'est pas fournie.

ANCRAGE AU SOL



Le module rameur extérieur doit être installé dans une zone dégagée afin de ne pas gêner son utilisation. Il peut être utilisé par les personnes mesurant plus de 1,40 m. Pour plus d'informations, nous vous invitons à consulter la notice de montage présente dans la rubrique "téléchargement".

Caractéristiques du rameur extérieur

Poids : 43 kg

Matériau : Acier peint à la poudre

Surface d'impact : 15,33 m²

Fixation :

- Par scellement
- Par platine

Dimensions (L x l x h) : 1,3 x 1,01 x 1,02 m

Hauteur libre de chute : 0,65 m.

Informations livraison et déchargement :

Le déchargement est à la charge du client. Si vous n'êtes pas équipé, merci de procéder à une demande de devis afin que nous puissions vous chiffrer une livraison spéciale avec déchargement au pied du camion par le transporteur.