



Ihr innovativer Partner für Stahlleichtbau  
und Freiflächengestaltung

## Rücken- und Hüfttrainer MANAUS

**TOP-QUALITÄT**  
- direkt vom -  
**HERSTELLER!**

[www.ziegler-metall.de](http://www.ziegler-metall.de)

BESTELL-HOTLINE + BERATUNG zum Nulltarif! (Mo-Fr: 07.00-18.00 Uhr)

Free Call 0800 802 081 0000 Free Fax 0800 288 63 50 [beratung@ziegler-metall.de](mailto:beratung@ziegler-metall.de)

Angebote für gewerbliche Kunden. Netto-Preise zzgl. gesetzl. MwSt.

# Rücken- und Hüfttrainer MANAUS

**Funktion:** Fördert die Beweglichkeit der Wirbelsäule. Lockert und trainiert Rücken, Hüfte und Gesäß.

Benutzung:

Hüfttrainer - sitzende Position: Halten Sie sich mit beiden Händen an den Handgriffen fest. Führen Sie mit dem Unterkörper wippende Kreisbewegungen aus.

Rückentrainer - stehende Position: Vor Beginn der Übung die Fußplatte jeweils so drehen, dass der Pfeil auf der Platte nach vorne zeigt. Stellen Sie sich auf die Fußplatte. Nun drehen Sie den Unterkörper ohne Schwung abwechselnd in beide Richtungen, während der Oberkörper durch Festhalten am Handgriff unbewegt bleibt.

**Konstruktion:** Grundkonstruktion bestehend aus 1 Rundrohrbogen aus verchromtem Edelstahl und mit 2 Haltegriffen aus glasperlengestrahlttem Edelstahl. Fundamentträger besteht aus feuerverzinktem Stahl. Kunststoffteile aus schwarzen Polyamid.

**Befestigungsart:** Zum Einbetonieren (empfohlene Fundamenttiefe 700 mm). Grundrahmen mit Gewindebolzen wird in das Fundament (bauseits) mit eingegossen. Für normale Bodenbeschaffenheit vorgesehen. Haben Sie es mit extrem weicher Bodenbeschaffenheit zu tun, sollten Sie das Fundament erheblich größer ausfallen lassen.

**Freie Fallhöhe:** 119 mm / 435 mm

**Platzbedarf inkl. Sicherheitsbereich:** B 4500 x T 3600 mm