



Nový impuls do
života



díky cvičení
na nerezových venkovních
sportovních strojích pro
dospělé a seniory



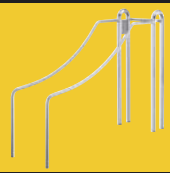
www.joslafitpark.com



Výhradní zástupce pro ČR a SR
JOSLA Fitpark s.r.o.
Hviezdoslavova 81/12, 405 02 Děčín 7
Zaps. V OR uvedeném KS Ústí nad Labem, oddíl C. vložka 27768
Tel: +420 777 678 083
e-mail: info@joslafitpark.com www.joslafitpark.com



Přehled jednotlivých modelů
strana 4-5



strana 6-7
Bradla - přitahy
Y1TR1019



strana 8-9
Trenažér chůze
Y1TR1001



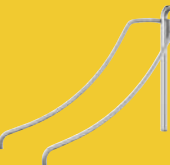
strana 10-11
Kormidlo
Y1TR1009



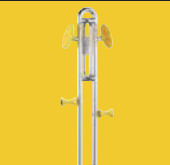
strana 12-13
Krosový eliptický
trenažér
Y1TR1011



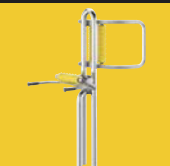
strana 14-15
Balanční trenažér
Y1TR1017



strana 16-17
Bradla - kliky
Y1TR1021



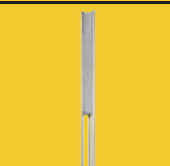
strana 18-19
Masážní zařízení pro
horní a dolní končetiny
Y1TR1013



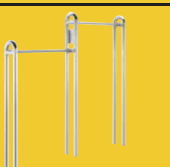
strana 20-21
Zádové masážní
zařízení
Y1TR1007



strana 22-23
Twist
Y1TR1003



strana 24-25
Trenažér výskoků
Y1TR1015



strana 26-27
Gymnastická hrazda
Y1TR1023

Nový impuls do života - více pohybu, posilování a cvičení na čerstvém vzduchu

Chcete zvýšit atraktivitu vašich veřejných prostranství, udělat je krásnější a smysluplnější? Chcete napomoci lidem ke šťastnějšímu a zdravějšímu životnímu stylu? Pak jsme pro vás tím správným partnerem. Tyto robustní venkovní sportovní zařízení, vyrobené z nerezové oceli, jsou vhodné nejen pro aktivní sportovce, ale také pro mladé lidi i seniory, kteří rádi sportují.



Zdraví a kondice

Chceme povzbudit a motivovat lidi, aby více chodili ven, trénovali na našich speciálně navržených strojích a užívali si radost ze cvičení. Hravým a zábavným způsobem si zlepší funkci krevního oběhu, protáhnou a procvičí svaly.

Cvičební zařízení z nerezové oceli jsou vhodné například pro umístění na:

- oddechové zóny u benzínových stanic
- dálniční odpočívadla
- rekreační a sportovní komplexy
- pěší zóny
- nákupní centra
- hotely, kempy
- nemocnice, rehabilitační a lázeňské léčebny
- parky, zelené plochy
- koupaliště
- seniorské domy, domy s pečovatelskou službou
- fitness, cyklo, in-line, turistické stezky
- rezidenční čtvrti, obytné komplexy, sídliště



Strana 6-7
Bradla - přitahy
Y1TR1019



Strana 8-9
Trenažér chůze
Y1TR1001



Strana 10-11
Kormidlo
Y1TR1009



Strana 12-13
Krosový eliptický
trenažér
Y1TR1011



Strana 14-15
Balanční trenažér
Y1TR1017



Strana 16-17
Bradla - kliky
Y1TR1021



Strana 18-19
Masážní zařízení pro
horní a dolní
končetiny
Y1TR1013



Strana 20-21
Zádové masážní
zařízení
Y1TR1007



Strana 22-23
Twist
Y1TR1003



Strana 24-25
Trenažér výskoku
Y1TR1015



Strana 26-27
Gymnastická hrazda
Y1TR1023

Bradla - přitahy Nerezová ocel



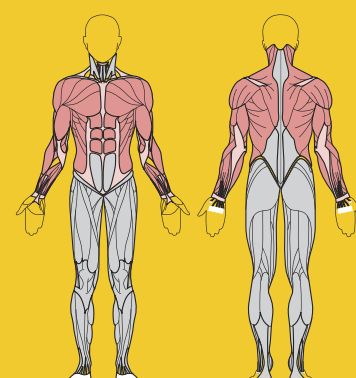
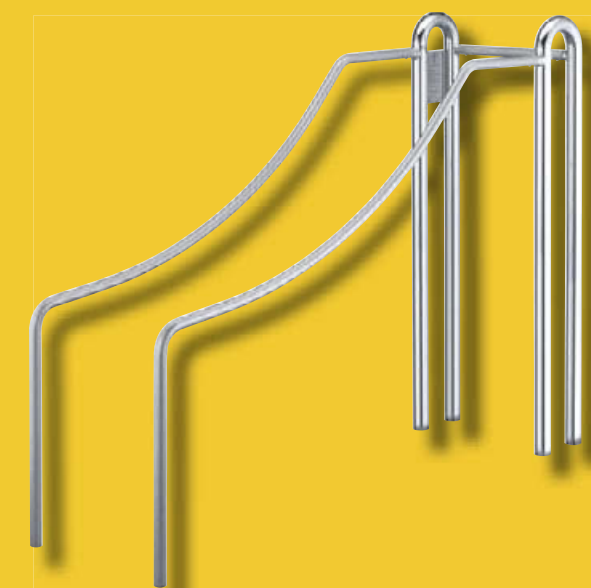
Pokyny:



pro věkovou skupinu od 14 let
pro osoby vyšší 150 cm
pro váhovou kategorii do 150 kg

Postavte se mezi šikmá bradla a uchopte je. Posuňte chodidla co nejdále před tělo. Nyní pohybujte tělem nahoru a dolů pomocí přitahování a povolování rukou. Obtížnost cvičení přizpůsobíte změnou výšky uchopení na bradlech.

Bradla - přitahy
Model: Y1TR1019

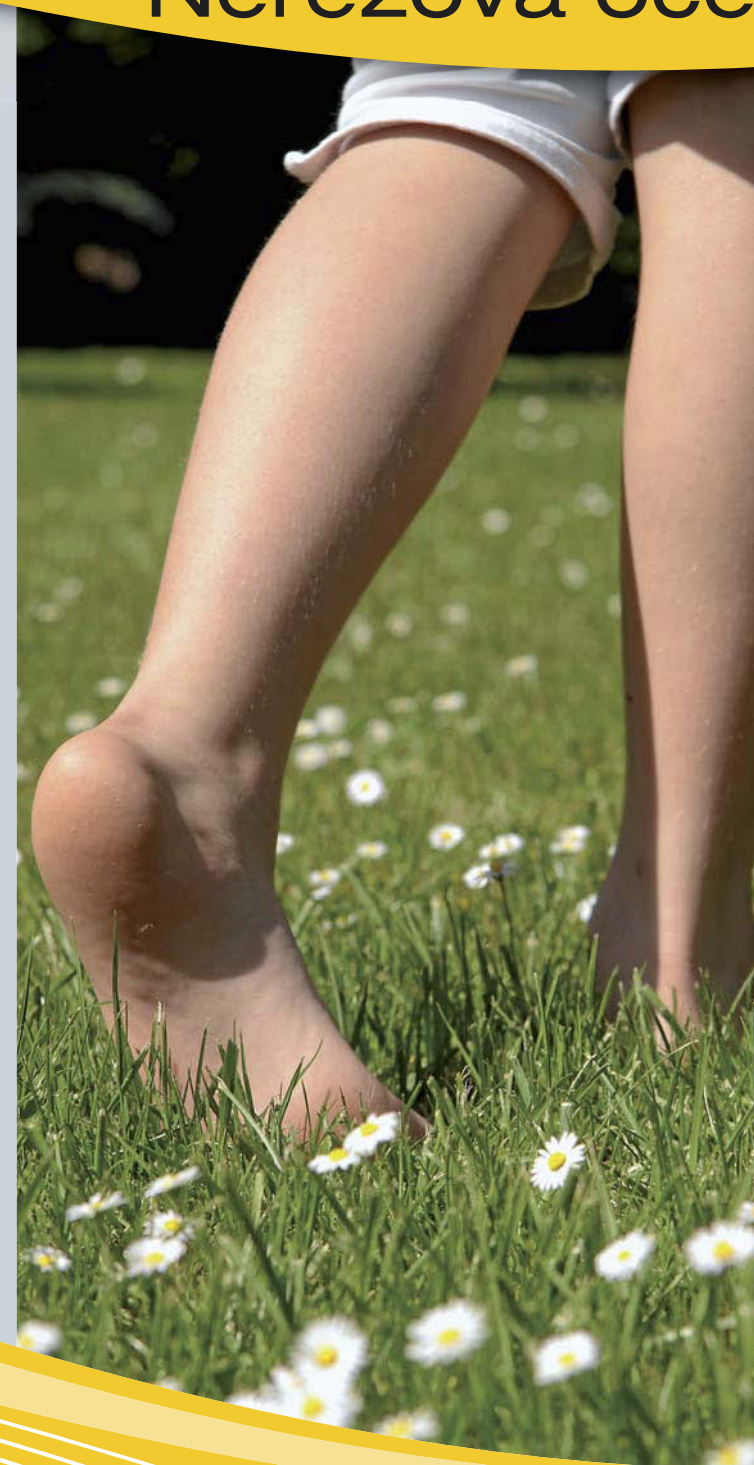


Funkce:
Posílení svalového
systému horních
končetin, prsních a
šikmých břišních svalů

SOR
DIE EDELSTAHLPROFIS
www.Cobra-SOR.com



Trenažér chůze Nerezová ocel



Pokyny:



pro věkovou skupinu od 14 let
pro osoby vyšší 150 cm
pro váhovou kategorii do 150 kg

Uchopte horní madlo oběma rukama a postavte se na pedály. Nyní střídavě pohybujte oběma nohama v protichůdném směru dopředu a vzad, jako když chodíte.

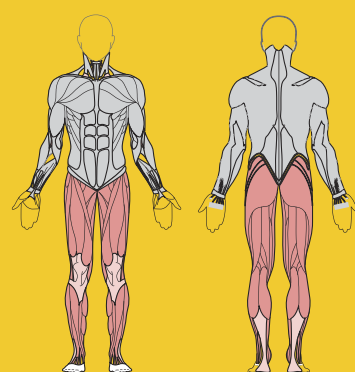
Aby se předešlo přetažení pohybu nohou, je maximální rozsah pohybu pedálů omezen.

Trenažér chůze
Model: Y1TR1001




Toto zařízení je v souladu
s: EN 1176, 1177 a 957


EDELSTAHL®
Rost
frei



Funkce:
Posílení svalstva dolních
končetin. Trénink
rovnováhy a koordinace.


DIE EDELSTAHLPROFIS
www.Cobra-SOR.com


Made in Germany

Kormidlo Nerezová ocel



Pokyny:



pro věkovou skupinu od 14 let
pro osoby vyšší 150 cm
pro váhovou kategorii do 150 kg

Možnost A:

Uchopte madlo jednou rukou. Otáčejte disk po směru hodinových ručiček a poté v protisměru. Vyměňte ruce a opakujte.

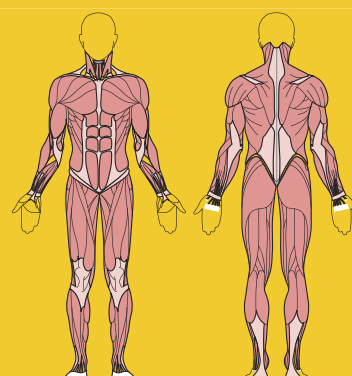
Možnost B:

Uchopte madla oběma rukama. Otáčejte diskem jedním směrem, stále přidržujte madla zatímco otáčíte svým tělem kolem osy. Změňte směr.

Kormidlo
Model: Y1TR1009



Toto zařízení je v souladu
s: EN 1176, 1177 a 957



Funkce:

Procvičení celého těla,
především ramenou, zad,
boků a paží.
Zlepšení flexibility a
koordinace.

S.O.R.
DIE EDELSTAHLPROFIS
www.Cobra-SOR.com





Krosový eliptický trenážér

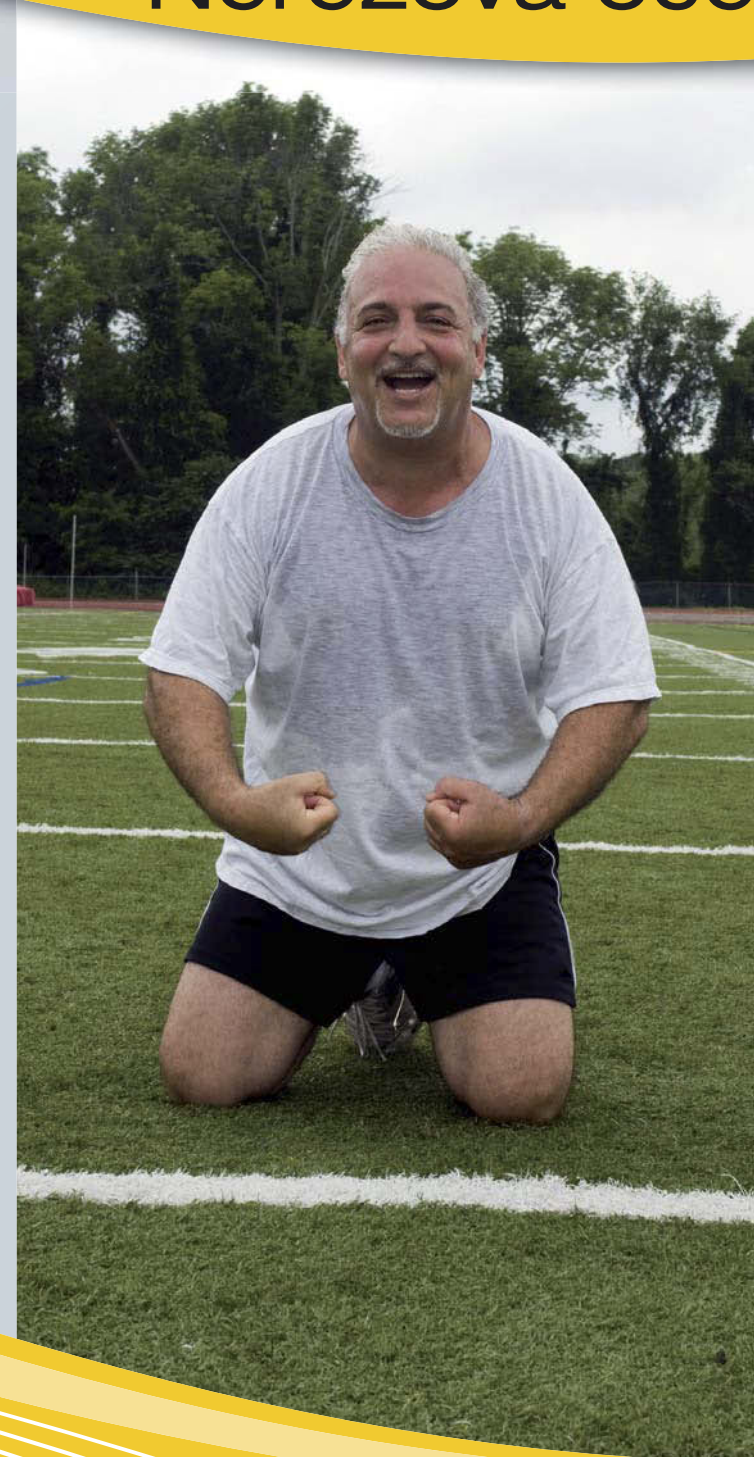
Nerezová ocel

Pokyny:



pro věkovou skupinu od 14 let
pro osoby vyšší 150 cm
pro váhovou kategorii do 120 kg

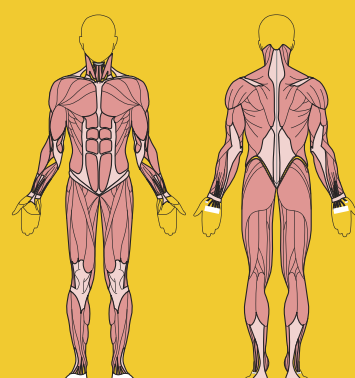
Přidržíte se obou madel a nastupte do pedálů. Rytmicky pohybujte horníma a dolníma končetinama.



Krosový eliptický trenážér
Model: Y1TR1011



Toto zařízení je v souladu
s: EN 1176, 1177 a 957



Funkce:

Trénink koordinace, zlepšení
fyzické kondice. Zapojení
všech důležitých svalových
partii a jejich posílení.

S.O.R.
DIE EDELSTAHLPROFIS
www.Cobra-SOR.com



Balanční trenažér Nerezová ocel



Pokyny:



pro věkovou skupinu od 14 let
pro osoby vyšší 150 cm
pro váhovou kategorii do 150 kg

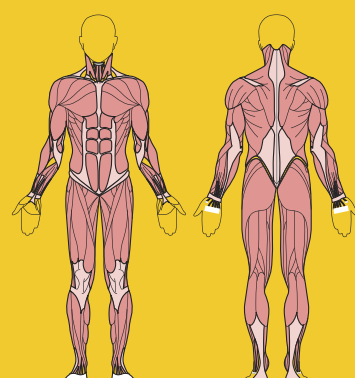
Přidržíte se madla a postavte se na balanční disk. Snažte se udržet rovnováhu bez přidržování se rukama.

Balanční trenažér
Model: Y1TR1017




Toto zařízení je v souladu
s: EN 1176, 1177 a 957


EDELSTAHL®
Rostfrei



Funkce:
Podpora motorických dovedností, smyslu
pro rovnováhu, koordinace pohybů a
vnímání těla.


DIE EDELSTAHLPROFIS
www.Cobra-SOR.com

Made in Germany


Bradla - kliky Nerezová ocel



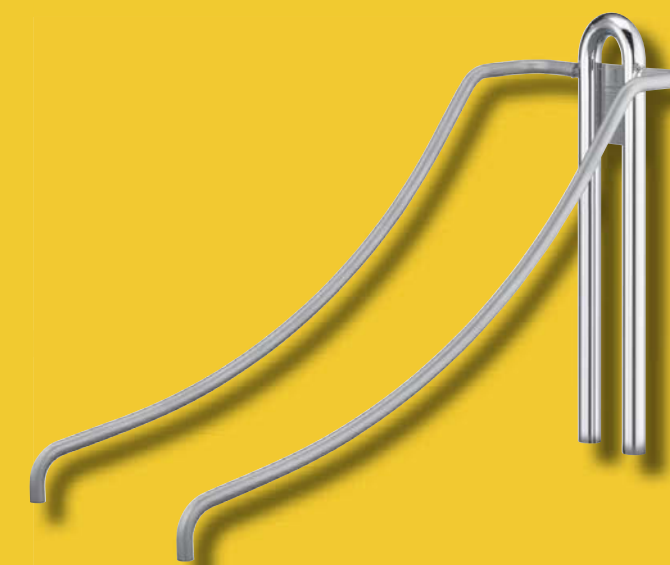
Pokyny:



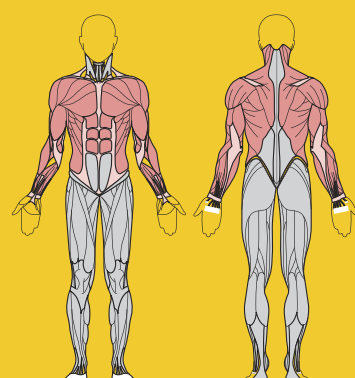
pro věkovou skupinu od 14 let
pro osoby vyšší 150 cm
pro váhovou kategorii do 150 kg

Postavte se čelem k bradlům a uchopte je. Udržujte rovné tělo. Nyní provádějte kliky. Úroveň obtížnosti cvičení přizpůsobíte změnou výšky uchopení bradel.

Bradla - kliky
Model: Y1TR1021



Toto zařízení je v souladu
s: EN 1176, 1177 a 957



Funkce:

Posílení svalového systému horních
končetin, prsních a šikmých břišních svalů,
svalů ramen a zádových svalů.

S.O.R.
DIE EDELSTAHLPROFIS
www.Cobra-SOR.com



Masážní zařízení pro horní a dolní končetiny Nerezová ocel



Pokyny:



pro věkovou skupinu od 14 let
pro osoby vyšší 150 cm
pro váhovou kategorii do 120 kg

Cvičení pro horní končetiny:

Jednou rukou se přidržujte madla. Dlaň druhé ruky přiložte na otočný disk a pohybujte jí kruhovým pohybem za vynakládání mírného tlaku. Otočte se k zařízení druhým bokem a změňte směr.

Cvičení pro dolní končetiny:

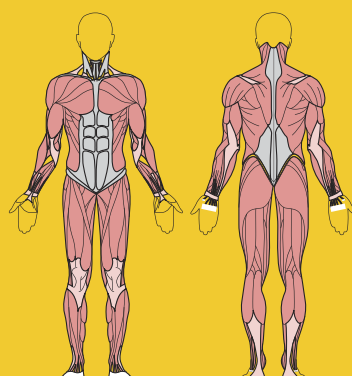
- výše umístěný válec pro stehna
- níže umístěný válec pro lýtku
Přidržujte se madla. Položte dolní končetinu, která se nachází blíže k zařízení, na masážní válec pohybujte jí nahoru a dolů po masážním válci.



Masážní zařízení
pro horní a dolní
končetiny
Model: YTR1013



Toto zařízení je v souladu
s: EN 1176, 1177 a 957



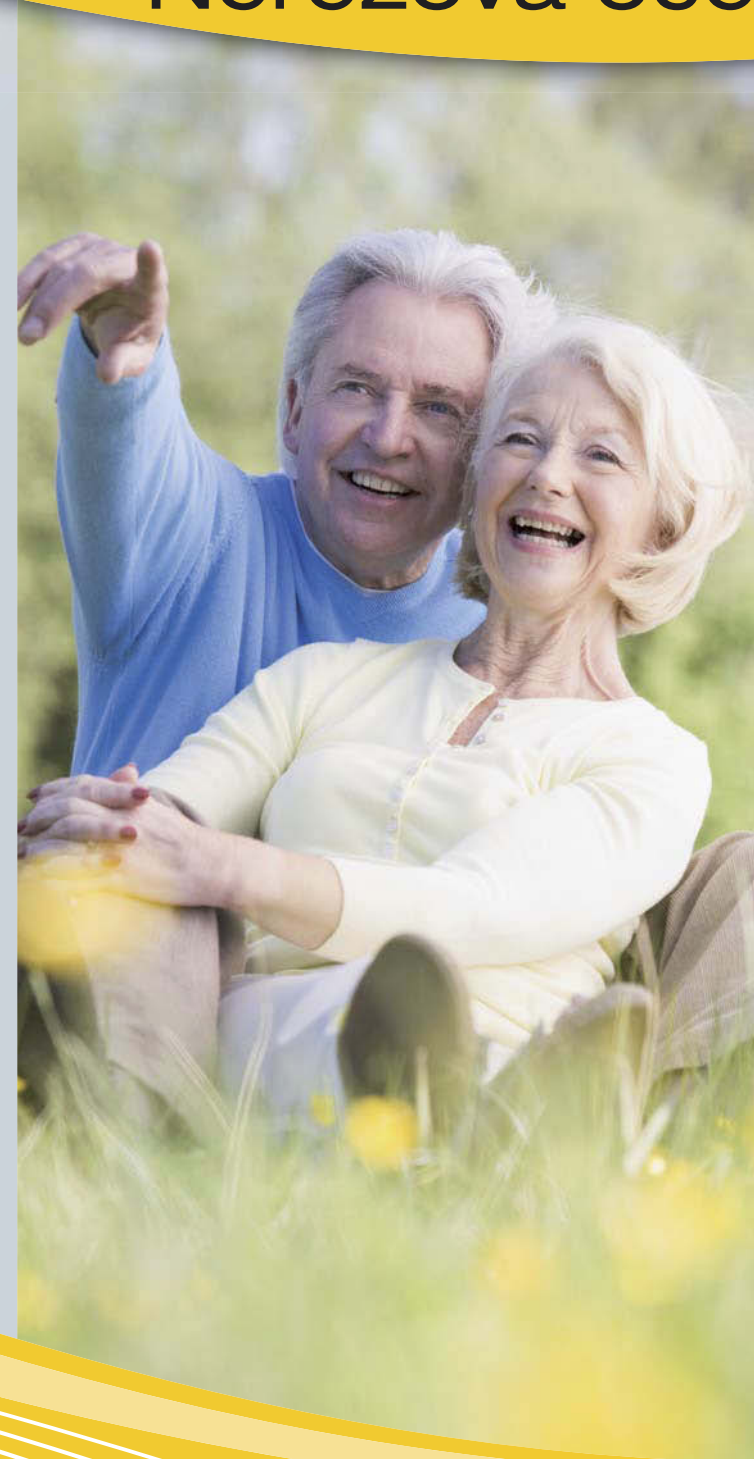
Funkce:

Uvolnění kloubů zápěstí, loktů, ramen a
dolních končetin. Masáž a protažení svalstva
horních a dolních končetin.

S.O.R.
DIE EDELSTAHLPROFIS
www.Cobra-SOR.com



Zádové masážní zařízení Nerezová ocel



Pokyny:



pro věkovou skupinu od 14 let
pro osoby vyšší 150 cm
pro váhovou kategorii do 150 kg

Postavte se zády k masážnímu zařízení a oběma rukama pevně uchopte rukojeti zařízení.

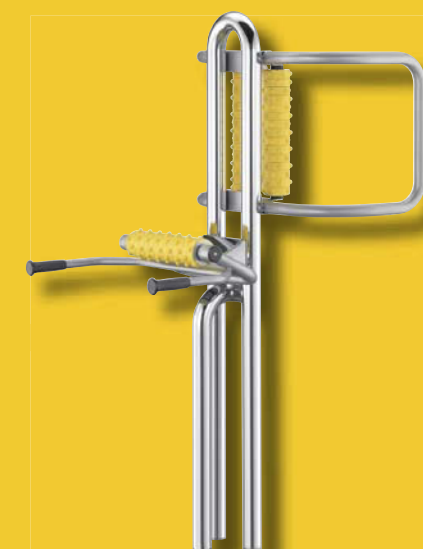
Vertikální masážní válec:

Přitiskněte záda na masážní válec a posunujte se zády střídavě do obou stran.

Horizontální masážní válec:

Přitiskněte záda na masážní válec a pomocí pokrčování v kolenou se posunujte nahoru a dolů.

Zádové masážní zařízení
Model: Y1TR1007

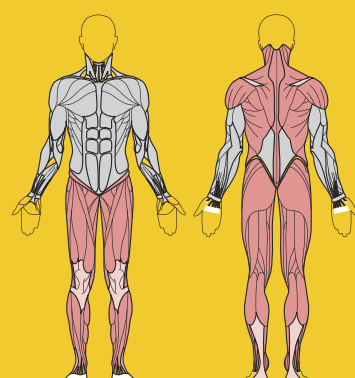


S.O.R.
DIE EDELSTAHLPROFIS
www.Cobra-SOR.com

Made in Germany



Toto zařízení je v souladu
s: EN 1176, 1177 a 957



Funkce:

Masáž a uvolnění zádových a hýžd'ových svalů.
Posiluje dolní končetiny.

Twist Nerezová ocel



Pokyny:



pro věkovou skupinu od 14 let
pro osoby vyšší 150 cm
pro váhovou kategorii do 150 kg

Před vykonáváním toho cvičení nastavte otočný talíř/sedačku tak, aby šipka směřovala dopředu. Postavte se na otočný talíř, nebo se posaďte na sedačku a umístěte chodidla na opěrky nohou. Nyní otáčejte dolní polovinou těla střídavě v obou směrech plynulým pohybem. Oběma rukama se přidržíte madla a za-
mezte pohyb horní poloviny těla.

Twist
Model: Y1TR1003

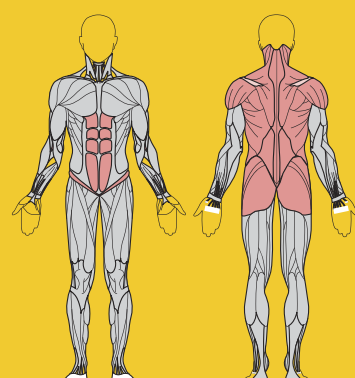


SOR
DIE EDELSTAHLPROFIS
www.Cobra-SOR.com

Made in Germany

Toto zařízení je v souladu
s: EN 1176, 1177 a 957

EDELSTAHL®
**Rost
frei**



Funkce:
Podpora mobility páteře.
Uvolnění a posílení svalů zad, boků a hýždí.

Trenažér výskoku Nerezová ocel



Pokyny:



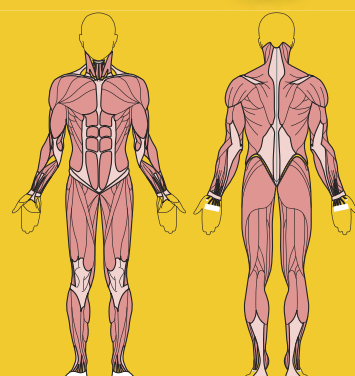
pro věkovou skupinu od 14 let
pro osoby vyšší 150 cm
pro váhovou kategorii do 150 kg

Postavte se čelem k zařízení, natáhněte ruce co nejvýše nad hlavu a přečtěte do jaké výše dosahují. Vyskočte co nejvýše a dotkněte se měřicí stupnice konečky prstů. Rozdíl mezi oběma hodnotami odpovídá výšce vašeho výskoku.

Trenažér výskoku
Model: Y1TR1015



Toto zařízení je v souladu s: EN 1176, 1177 a 957



Funkce:

Trénuje rychlostně silové schopnosti organismu.
Podporuje koordinaci zraku a těla.

S.O.R.
DIE EDELSTAHLPROFIS
www.Cobra-SOR.com



Gymnastická hrazda Nerezová ocel

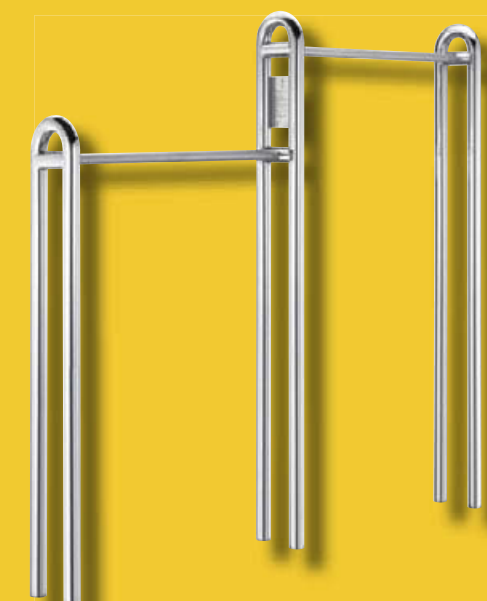
Pokyny:



pro věkovou skupinu od 14 let
pro osoby vyšší 150 cm
pro váhovou kategorii do 100 kg

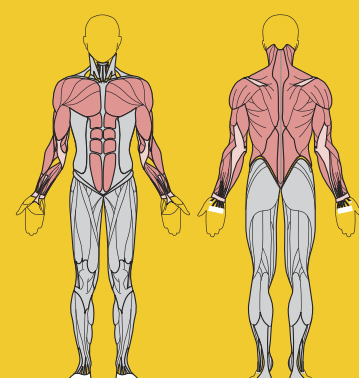
Postavte se před hrazdu a uchopte ji oběma rukama. Pokuste se přitahovat.

Gymnastická hrazda
Model: Y1TR1023



SOR
DIE EDELSTAHLPROFIS
www.Cobra-SOR.com

Made in Germany



Funkce:
Posilování svalstva horních končetin a zad.



Toto zařízení je v souladu
s: EN 1176, 1177 a 957

