




(주)삼형스포메디
Samhyung Sports Medical

<제품사양서>

야외용 운동기구

제품명	하체흔들기+달리기	물품분류번호	49201612
모델명	GSFFX-030	물품식별번호	22525574

	규 격	크기	2610×800×2060mm
		운동량	1회 운동량 : 5~10분
		사용연령	전 연령층 사용 가 (12세 이하 어린이 사용 시 보호자의 지도 필요)
제 원 및 특 징	<p>▶ 효과 : 허리의 유연성 향상 및 하체근력 강화 / 심폐지구력 강화, 하체와 허리근력 강화 및 팔과 다리의 상호작용을 돕는다.</p> <p>▶ 사용방법 :</p> <p>A. 하체흔들기</p> <ol style="list-style-type: none"> 양손으로 손잡이를 잡고 발판에 올라섭니다. 무릎을 바로 펴고 상체를 고정시킨 후 발판을 좌우로 흔들립니다. <p>B. 달리기</p> <ol style="list-style-type: none"> 양발을 발판위에 올리면서 손잡이를 잡습니다. 시선은 정면을 향하고 손잡이를 밀고 당기면서 자연스럽게 달리거나 걷듯 운동합니다. <p>▶ 재질 : 금속</p> <p>▶ 야외용 도색으로 부식방지효과 탁월</p>		