



home line
fitnes oprema za domačo uporabo

Julija

art.: SG EH3000

nežna
zapeljivka
vašega
telesa

Julija je večnamenski sobni trenažer, ki s svojo sodobno obliko popestri vaš telovadni kabinet. Kompaktna oblika okvirja omogoča izreden izkoristek vadbenega prostora, ki le rahlo presega tlorisne mere naprave. Močna konstrukcija iz cevi z ovalnim profilom zagotavlja napravi stabilnost za varno vadbo tudi pri največjih obremenitvah.

Metulj; zadostna velikost ročnega oblažinjenja omogoča pravilno uporabo ne glede na velikost uporabnika.

Roka za potisk s prsi je nastavljiva po višini, s čimer omogoča pravilno biomehaniko za vse uporabnike.

Preklopni so enostavnji. Ko vadbenih rok ne potrebujeve več, se preprosto pomaknejo v zadnji del naprave.

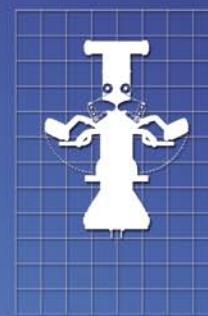


Valji so nastavljivi po višini.



Ekscentrična ledvička vam omogoča optimalno obremenitev.

Obremenilna ruka za izteg kolena ima rehabilitacijski blokator, s katerim lahko omejite končni kot giba.



Tloris delovnega prostora naprave
Merilo:
osnovni kvadrat mreže meri 20x20 cm

Trenažer vam ponuja veliko število RESNIČNIH vaj. Poudarek na biomehaniki omogoča izvajanje vsake vaje v pravilnem položaju ter zagotovljeno podporo telesu. Kjer je potrebno, smo vgradili prenosne ekscentre, ki omogočajo optimalno obremenitev med celotnim potekom giba. Naprava vodi vsako mišično skupino skozi njeno naravno amplitudo giba, kar preprečuje preobremenitve in poškodbe ter povečuje udobje in učinek vadbe. Tudi Juliji smo priložili priročnik za vadbo, ki s slikovnim materialom in podrobnnimi opisi nastavitev naprave. Izvedba vaj sledi navodilom strokovnjakov s področja fitnessa in biomehanike.



Nekaj osnovnih vaj na trenažerju JULIJA:

- IZTEG KOLENA
- ODMIK NOGE STOJE
- IZTEG KOLKA STOJE
- PRIMIK NOGE STOJE
- POTISK S PRSI
- METULJČEK
- DVIG ROK LATERALNO
- POTEK NA PRSI
- POTEK ZA GLAVO
- VESLANJE SEDE
- UPOGIB KOMOLCA STOJE
- IZTEG KOMOLCA

STANDARDNA OPREMA:

SG EH 3000 - trenažer Julija vključuje tri osnovne nastavke:
 - SG A002 lat nastavek, cev
 - SG A010 nastavek za veslanje
 - SG A030 nožna manšeta
 - vadbeni priročnik

SPECIFIKE NAPRAVE:

Mere naprave: [š×d×v] 115x160x216 cm
 Delovni prostor: (glej tloris) 160x240 cm
 Delovna obremenitev: 80kg
 Teža: 190 kg

Herkul

art.: SG EH2500

vadbeni
gigant

Herkul je najprestižnejši izdelek iz našega programa za domači fitness. Je popolna vadbena postaja, ki vam v vašem domu pričara enakovredno vadbo kot v fitness centru. Odlikuje ga močna konstrukcija okvirja, ki zbuja zaupanje tudi med vadbo pri največjih obremenitvah. Da bi se čim bolj prilagodili vašim cenovnim željam, vam napravljamo ponujamo po posameznih komponentah, ki jih lahko tudi ločeno dokupujete.

Osnovni paleti vaj s prostimi utežmi zadosti že osnovna kletka v kombinaciji z večnamensko klopo SG EP180. Kletko lahko nadgradite s škripčevjem za lat in veslanje ter drugo večnamensko klopo, ki v kompletu vključuje tudi nastavka za upogib in izteg kolena ter Scott-ov nastavek. Nastavek Smith press je palica na vodilih, ki s svojimi varnostnimi mehanizmi poskrbi za izredno varno in kontrolirano vadbo z velikimi obremenitvami. Bogat izbor vaj doda Herkulju tudi nastavek za skele. Ta večnamenski nastavek vam nudi vadbo trebušnih, prsnih, ramenskih in ročnih mišic. Pri resnično pestri paleti vaj, ki jih omogoča kompletna vadbena postaja, vam bo gotovo v pomoč vadbeni priročnik, ki je priložen napravi.



art.: SG EH2400
Smith nastavek s kovinski linearimi ležaji
Teža: 39 kg



art.: SG EH2200
Večnamenska klop
Teža: 55 kg



art.: SG EH2010
Herkul osnovni z lat škripčevjem
v kompletnem spadajo še trije osnovni nastavki:
- lat nastavek,
- nastavek za veslanje,
- nožna manšeta
Teža: 118 kg



art.: SG EH2300
Nastavek za skele
Teža: 12 kg



Nekaj osnovnih vaj na trenažerju HERKUL:

- IZTEG KOLENA
- POTISK S PRSI
- POTISK S PRSI NA POŠEVNI KLOPI
- POTISK S PRSI NA NEGATIVNI KLOPI
- POTEK NA PRSA
- POTEK ZA GLAVO
- VESLANJE SEDE
- UPOGIB KOMOLCA SEDE
- UPOGIB KOMOLCA NA TRENAŽERJU
- IZTEG KOMOLCA
- IZTEG KOMOLCA LEŽE
- UPOGIB TRUPA NA RIMSKI KLOPI

STANDARDNA OPREMA:

SG EH2010 - osnovna kletka s škripčevjem in nosilnim okvirjem za gumirane diskove; v kompletnem spadajo še trije osnovni nastavki:

SG A002 - lat nastavek, cev

SG A010 - nastavek za veslanje

SG A030 - nožna manšeta

SG EH2200 - večnamenska klop

SG EH2300 - nastavek za skele

SG EH2400 - Smith nastavek

DODATNA OPREMA:

Set enoročnih uteži

Set gumiranih diskov

Set vadbenih drogov

SPECIFIKE NAPRAVE:

Mere naprave: (šxgxv) 150x280x230cm

Delovni prostor: (glej tloris) 260x380cm

Delovna obremenitev: 300kg

Teža: 224 kg



Romeo

art.: SG EH4400

mali
hrust

Majhen trenažer, ki preseneča s pestrostjo možnih vaj, je in dobrom izkoristkom prostora primeren za vsak dom. Zasnovali smo ga tako, da ustreza uporabnikom, ki dajejo prednost vadbi s prostimi utežmi. Osnovna klop nudi maksimalno raznovrstnost možnih vaj. Domiselno nastavljen sedežni sklop vam omogoča enostavno izbiro enega od sedmih položajev naslona, od negativnega potiska (-15°) do potiska za rame (+90°). Za dodatno prilagodljivost vsakemu uporabniku poskrbi še sedež s tremi različnimi položaji. Funkcionalnost klopi dopolnila med

seboj zamenljiva nastavka za upogib in izteg kolena ter Scott-ov nastavek. Preprosta blokada lahko fiksira nastavek za upogib in izteg kolena v položaj rimske klopi za vadbo trebušnih mišic. Dodatna lat konzola oplemeniti osnovno klop s pestro paletu novih vaj. Škripčevje za prenos obremenitve in domiselen nosilec uteži sta prilagojena uporabi gumiranih diskov. Gibanje nosilca za uteži je pri podobnih napravah drugih proizvajalcev urejeno z drsnimi oblogami iz umetne mase. Pri našem trenažerju pa nosilec za uteži potuje po vodilni cevi s pomočjo kvalitetnih koles iz polietilena, ki imajo vgrajene kroglične ležaje. Gibanje je zato tiho in gladko. Za vsako napravo iz našega programa za domači fitness smo pripravili tudi priročnik za vadbo. Podrobni opisi vaj so opremljeni s slikami in mogočajo pravilno vadbo, kar zmanjša možnost prebremenitve in poškodb ter povečuje udobje in učinek vadbe.



art.: SG EH4100
Romeo lat konzola

v komplet spadajo še trije osnovni nastavki:
- lat nastavek,
- nastavek za veslanje,
- nožna manšeta



art.: SG EH4300
Romeo Scott nastavek



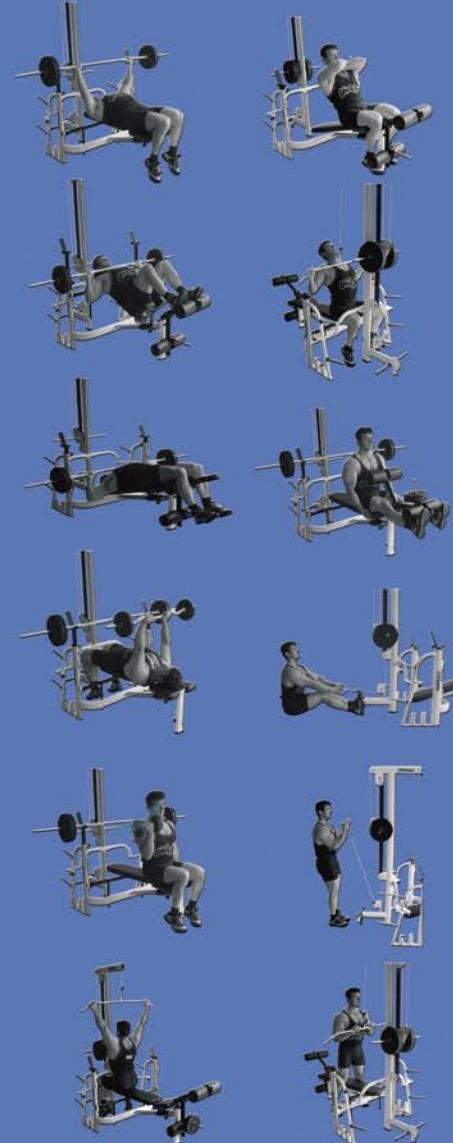
art.: SG EH4000
Romeo osnovni



art.: SG EH4200
Romeo nastavek za
upogib in izteg kolena



Tloris delovnega prostora naprave
Merilo:
osnovni kvadrat mreže meri 20x20 cm



Nekaj osnovnih vaj na trenažerju ROMEO:

- IZTEG KOLENA
- VESLANJE SEDE
- POTISK S PRSI
- UPOGIB KOMOLCA SEDE
- POTISK S PRSI NA POŠEVNI KLOPI
- UPOGIB KOMOLCA NA TRENAŽERJU
- IZTEG KOMOLCA LEŽI
- IZTEG KOMOLCA LEŽI
- POTEZ NA PRSA
- POTEZ NA RIMSKI KLOPI
- POTEZ ZA GLAVO

STANDARDNA OPREMA:

SG EH4000 - osnovna klop
- vadbeni priročnik

SG EH4100 - lat konzola; v kompletu

s tremi osnovnimi nastavki:

SG A002 - lat nastavek, cev

SG A010 - nastavek za veslanje

SG A030 - nožna manšeta

SG EH4200 - nastavek za upogib in izteg kolena

SG EH4300 - nastavek za Scott-ovo klop

DODATNA OPREMA:

Set enoročnih uteži
Set gumiranih diskov
Set vadbenih drogov

SPECIFIKE NAPRAVE:

Mere naprave: (šxgxv) 115x160x220 cm

Delovni prostor: (glej tloris) 160x240 cm

Delovna obremenitev: 200 kg

Teža: 80 kg

Uteži in palice



FIKSNE ENOROČNE UTEŽI
2 - 50kg, črne ali kromirane

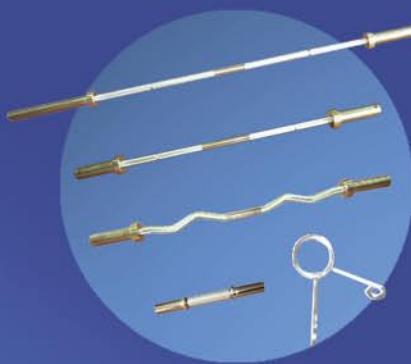
SG B101-150 - črna barva
SG B201-250 - krom barva
SG B402 - dodatna opcija:
gumijasti obroči na diskih
(manj poškodb zaradi trkov, tišje odlaganje)

možen nakup tudi posameznega para



GUMIRANI DISKI 50 / 28

SG B302 / SG B312.....1,25kg
SG B304 / SG B314.....2,5kg
SG B306 / SG B316.....5kg
SG B308 / SG B318.....10kg
SG B310 / SG B320.....20kg



PALICE 28 / 50

SG A102 / SG A202 - standardna
olimpijska os
SG A106 / SG A206 - kratka os
SG A110 / SG A210 - EZ os

NASTAVLJIVA ROČKA
SG A116 / SG A214

VZMETNA VAROVALA
SG A118 / SG A218



SG EP150 - stojalo za uteži,
horizontalen;
za cca osem
parov uteži

Klopi



SG A501 -
Lesen letvenik
Stensko stojalo za vadbo
trebušnih, hrbtnih in
prsnih mišic.



SG EP280 -
Samostojna teleskopska
stoјala (par)
V kombinaciji z večnamensko klopo delujejo kot
univerzalni nosilci olimpijske palice.



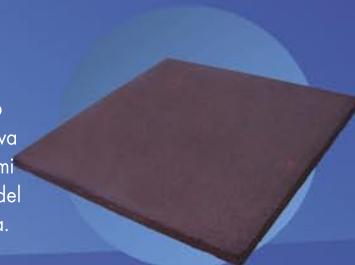
SG EP110 -
Rimska klop
Klop za vadbo
trebušnih mišic.



SG EP190 -
45% hiperekstenzija
Rehabilitacijska klopo za
vadbo spodnjih hrbtnih
mišic.



SG EP180 -
Večnamenska klop
Večnamenska nastavljiva
klopo za vadbo s prostimi
utežmi je nepogrešljiv del
vsakega fitness kabineta.



SG A503 -
Gumopan
Gumijasta
podloga

Lakiranje:
elektrostaticno
nanešena
epoksi barva



Bela
9016



Srebrna
9006



Črna
9005

Tehnične rešitve:



Vgrajeni ležaji:
Vse obremenilne roke in
prenosni ekscentri so oprem-
ljeni z vgradnimi ležaji
vrhunske kakovosti.

Drap - 328.142.01



Prenosni ekscentri:
So posamično oblikovani,
da lahko omogočijo
sprejemljiv upor, kar zagotavlja optimalno obremenitev mišice med celotnim
potekom giba. Prenosni ekscentri so posamično
oblikovani, da lahko
omogočijo sprejemljiv upor,
kar zagotavlja optimalno
obremenitev mišice med
celotnim potekom giba.



Rdeča - 310.142.01



Zelena - 315.142.01



Modra - 317.142.01



Črna - 320.142.01



Tapeciranje:
kvalitetne prevleke
iz umetnega usnja

Nastavljivi deli:

So opremljeni z vzdržljivimi drsnimi
oblogami in imajo dodane zatiče, ki
z vgrajeno vzmetjo in navojem delujejo
kot kombinacija vzmetenega in
zateznega zatiča.



zastopa in prodaja:
SOKOLgroup d.o.o.
Koprska 72 > 1000 Ljubljana
tel.: +386 (1) 200 27 60
fax.: +386 (1) 200 27 57
e-pošta: sokolgym@sokolgroup.com
www.sokolgroup.com