

Благодарим за то, что вы выбрали продукцию фирмы TORNEO!

Тренажер для кисти руки способствует укреплению мышц и развитию силы предплечий, запястий, кистей рук. В основе данного тренажера лежит принцип действия гироскопа. Чем больше сила воздействия на гироскоп, тем выше сила (скорость) его обратного вращения по другой оси, называемая прецессией, соответственно, чем выше скорость вращения тренажера, тем сложнее поддерживать этот ритм и продолжать вращения, и даже удержание тренажера в руке. Таким образом, сила ваших рук становится силой противодействия, и вы соревнуетесь сами с собой. Тренажер не требует дополнительного источника энергии кроме собственной силы рук и приводится в работу с началом вращения гироскопа при помощи стартового корда.

Тренажер идеален для развития силы и выносливости кистей рук. Рекомендован для спортсменов и музыкантов, а также незаменим для тех, кто много времени проводит за компьютером. Так как в результате выполнения монотонных движений, например, при работе с компьютерной мышкой, клавиатурой (джойстиком) возможно развитие туннельного синдрома или синдрома запястного канала, который ведет к онемению и закреощения мышц предплечья. Занятия с гироскопическим тренажером создают естественные пропорциональные нагрузки, на всю мускулатуру рук (в том числе в работу включаются пальцы, запястье, предплечье, а также бицепсы и трицепсы). Плавный ход гироскопа передает усилие без вибрации и толчков, способствует кровоснабжению и оказывает благотворное воздействие на суставы, укрепляет связки и сухожилия, поэтому гироскопический тренажер широко применяется для профилактики и реабилитации травм.

Комплектация

- Тренажер для кисти руки
- Стартовый корд

Рекомендации

- Не роняйте тренажер на пол или другие твердые поверхности.
- Крепко удерживайте тренажер до полной остановки вращения ротора.

Предупреждение





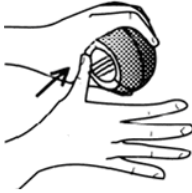
- Перед началом выполнения тех или иных упражнений с использованием тренажера для кисти руки необходимо проконсультироваться у врача.
- В случае возникновения какого-либо физического дискомфорта следует немедленно прекратить выполнение упражнений и проконсультироваться у врача о возможности дальнейших тренировок.
- Не касайтесь ротора во время его вращения.

Рекомендации по уходу

- Тренажер для кисти руки рекомендуется очищать сухой мягкой тряпкой по мере загрязнения.
- Хранить вдали от острых и раскаленных предметов, открытого огня, влажных и загрязненных мест.

Срок гарантии - 6 месяцев

Старт тренажера, - три способа (начало вращения ротора и приведение тренажера в рабочее состояние).

A	Вставьте конец "стартового корда" в отверстие ротора.	
	Намотайте "стартовый корд" на ротор, прокручивая его пальцами.	
	Резко выдерните "стартовый корд" для начала вращения ротора.	
B	Возьмите тренажер в одну руку отверстием ротора вверх. Резкими движениями пальцев другой руки раскрутите ротор до соответствующей скорости.	
C	Удерживая тренажер в одной руке, раскрутите ротор большим пальцем другой руки.	
Увеличение скорости вращения ротора	Удерживая тренажер отверстием вниз, быстро вращайте кисть из стороны в сторону, увеличивая при этом скорость вращения ротора. Для достижения наибольшего ускорения гироскопа, необходимо крепко удерживать шар и поддерживать вращение движением кисти, постепенно увеличивая ритм.	