

Дякуємо за те, що ви обрали продукцію фірми TORNEO!

Тренажер для кисті руки сприяє зміцненню м'язів і розвитку сили передпліч, зап'ясть, кистей рук. В основі даного тренажера лежить принцип дії гіроскопа. Чим більше сила впливу на гіроскоп, тим вище сила (швидкість) його зворотного обертання по іншій осі, звана прецесією, відповідно, чим вище швидкість обертання тренажера, тим складніше підтримувати цей ритм і продовжувати обертання, і навіть утримання тренажера в руці. Таким чином, сила ваших рук стає силою протидії, і ви змагаєтесь самі з собою. Тренажер не вимагає додаткового джерела енергії крім власної сили рук і приводиться в роботу з початком обертання гіроскопа за допомогою стартового корду.

Тренажер ідеальний для розвитку сили і витривалості кистей рук. Рекомендований для спортсменів і музикантів, а також незамінний для тих, хто багато часу проводить за комп'ютером. Так як в результаті виконання монотонних рухів, наприклад, при роботі з комп'ютерною мишкою, клавіатурою (джойстиком) можливий розвиток тунельного синдрому або синдрому зап'ястного каналу, який веде до оніміння і закріпачення м'язів передпліччя. Заняття з гіроскопічним тренажером створюють природні пропорційні навантаження, на всю мускулатуру рук (в тому числі в роботу включаються пальці, зап'ястя, передпліччя, а також біцепси і трицепси). Плавний хід гіроскопа передає зусилля без вібрації і поштовхів, сприяє кровопостачанню і робить благотворний вплив на суглоби, зміцнює зв'язки і сухожилля, тому гіроскопічний тренажер широко застосовується для профілактики і реабілітації травм.

Комплектація

Тренажер для кисті руки
Стартовий корд

Рекомендації

Не кидайте тренажер на підлогу або інші тверді поверхні.
Міцно утримуйте тренажер до повної зупинки обертання ротора.

Попередження

Перед початком виконання тих чи інших вправ з використанням тренажера для кисті руки необхідно проконсультуватися у лікаря.

У разі виникнення будь-якого фізичного дискомфорту слід негайно припинити виконання вправ і проконсультуватися у лікаря про можливість подальших тренувань.



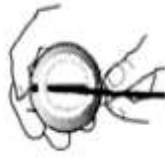


Не торкайтеся ротора під час його обертання.

Рекомендації з догляду

Тренажер для кисті руки рекомендується протирати сухою м'якою ганчіркою в міру забруднення.
Тримати подалі від гострих і розпечених предметів, відкритого вогню, вологих і забруднених місць.

Термін гарантії - 6 місяців

Старт тренажера, - три способи (початок обертання ротора і приведення тренажера в робочий стан).

А	Вставте кінець "стартового корду" в отвір ротора.	
	Намотайте "стартовий корд" на ротор, прокручуючи його пальцями.	
	Різко витягніть "стартовий корд" для початку обертання ротора.	
В	Візьміть тренажер в одну руку отвором ротора вгору. Різкими рухами пальців іншої руки розкрутіть ротор до відповідної швидкості	
С	Утримуючи тренажер в одній руці, розкрутіть ротор великим пальцем іншої руки.	
Збільшення швидкості повертання ротора	Утримуючи тренажер отвором вниз, швидко обертайте кисть з боку в бік, збільшуючи при цьому швидкість обертання ротора. Для досягнення найбільшого прискорення гіроскопа, необхідно міцно утримувати кулю і підтримувати обертання рухом кисті, поступово збільшуючи ритм.	