

## KŁODY SKOŚNE

wys. ~1,0m



dług. ~2,2m

szer. ~2,0m

### Funkcje

Ćwiczenie mięśni kończyn dolnych, kończyn górnych i tułowia. Wyrabianie szybkości i gibkości. Tor przeszkód dla dzieci.

Urządzenie zbudowane z trzech równoważni o różnych wysokościach, ułożonych równolegle względem siebie od najniższej do najwyższej. Wykorzystywane do ćwiczeń mięśni kończyn dolnych, kończyn górnych i tułowia oraz do budowania szybkości i gibkości. W zabawach z dziećmi posłuży jako tor przeszkód.

## PORĘCZE

dług. ~3,3m



wys. ~1,0m

szer. ~1,4m

### Funkcje

Ćwiczenie mięśni górnej części ciała: barków, ramion, przedramion.

Urządzenie złożone z dwóch drążków na palach, zamontowanych równolegle do siebie w odległości ok. 70 cm. Wzorowane na instalacji do gimnastyki artystycznej. Służy przede wszystkim do ćwiczeń górnej partii ciała: barków, ramion, przedramion.