



# Squat Machine

Réf. STSQ



**Squat machine**

**But de l'exercice:**

- MUSCLER LES JAMBES
- MUSCLER LES FESSIERS

**NIVEAU DE DIFFICULTÉ** ★★☆☆

**Mouvement:**

ASSIS SUR LA CHAISE LES PIEDS POSÉS SUR LES EMPLACEMENTS, POUSSER SUR LES JAMBES EN EXPIRANT JUSQU'À CE QU'ELLES SOIENT TENDUES. REDESCENDRE LENTEMENT TOUT EN INSPIRANT. CONSERVER LE DOS BIEN PLAQUÉ AU DOSSIER TOUT AU LONG DE L'EXERCICE.

*Nous pratiquons l'activité sportive*

**Série**

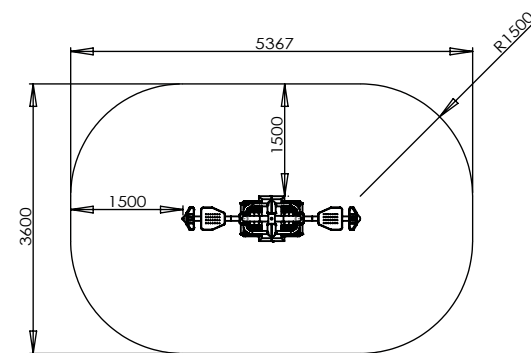
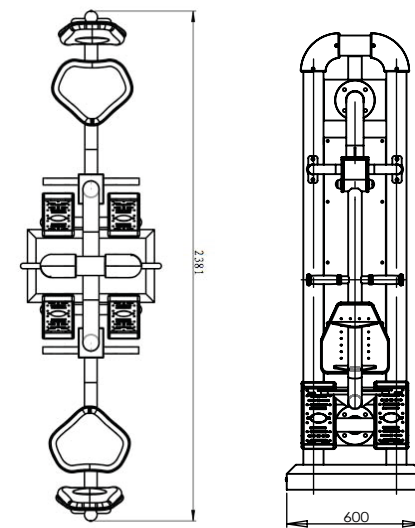


**CERTIFIÉ CONFORME**  
NORME XP S52-904

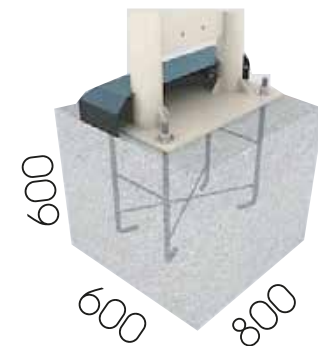
**CERTIFIÉ CONFORME**  
NORME EN 16630

**Appareil certifié conforme aux normes Française et Européenne.**

## Technique



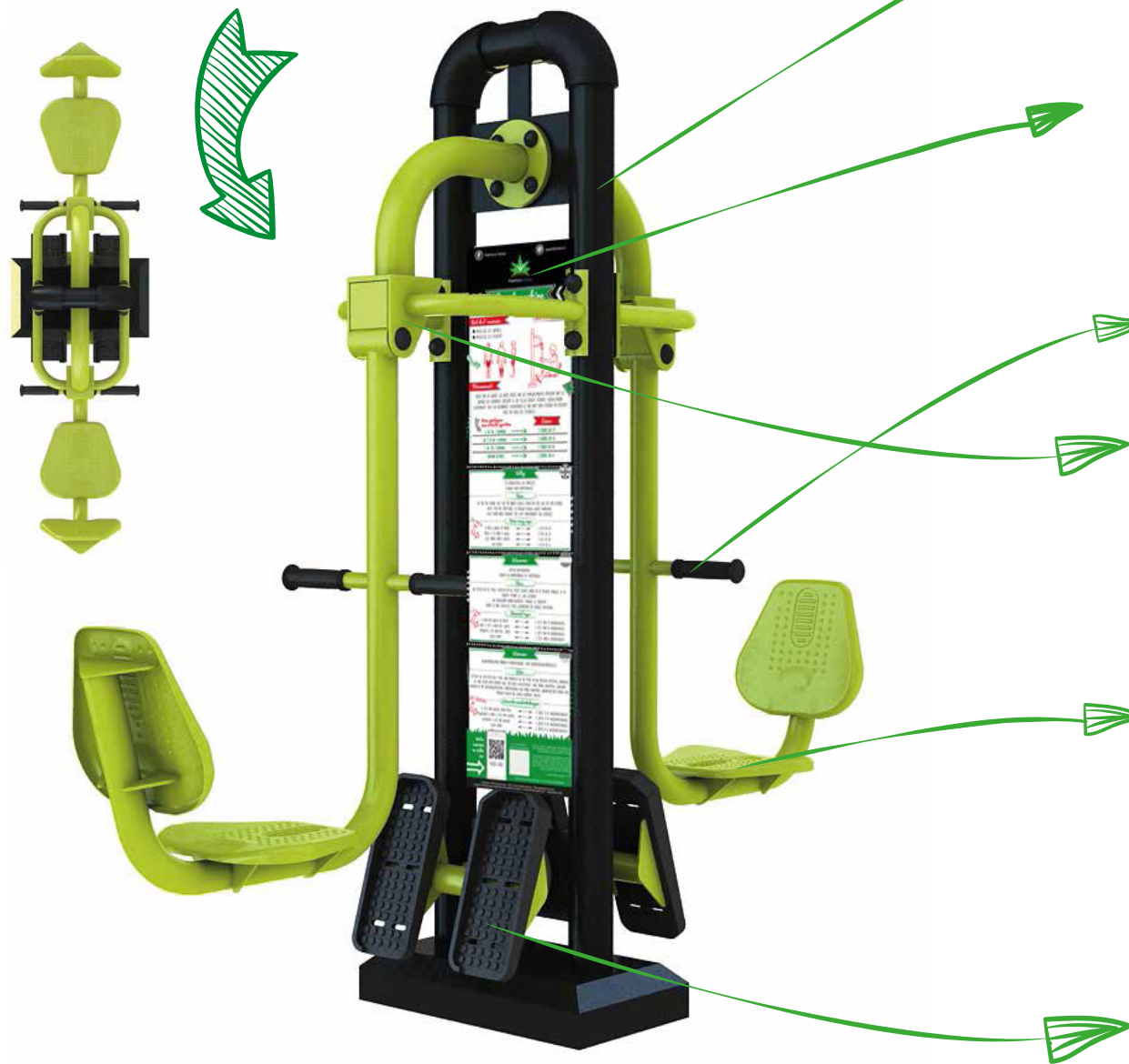
Zone d'impact en mm



Scellement en mm



# La Squat machine en détail



Châssis double potence standard permettant de faire évoluer l'appareil dans le futur avec le remplacement des agrès par d'autres sur le même châssis.

Plan d'entraînement en inox, riveté sur la potence et traduit en 4 langues pour 4 profils sportifs.

Poignées collées antidérapantes.

Butée interne, coincement de doigt impossible ! Roulements billes inox, étanches et graissés à vie. Renfort latéral antivandalisme.

Siège en acier zingué thermolaqué pour limiter le vandalisme lié aux assises plastiques ou bétons.

Cales-pieds en silicone industriel avec picots antidérapants et évacuation des eaux de pluie. Permet un meilleur confort de pratique.

Plus d'informations sur [www.slg-signalisation.be](http://www.slg-signalisation.be)