Body Pédalier

Utilisation

Poser vos pieds sur les pédales.
Exercer un mouvement de rotation avec les mains sur les poignées pour entraîner le mouvement du pédalier inférieur.
Adapté PMR

Favorise

- La souplesse articulaire des membres inférieurs.
- La synchronisation des mouvements.

Ref. **APL-F**

Ref. **APL-S**

Dimensions	APL-F : 700x560x1300mm APL-S : 350x560x650mm
Niveau	Moyen
Utilisateurs	

Body Triaction 1

Ref. **ATA 1**

Dimensions	Ø 2120mm
Niveau	Moyen
Utilisateurs	ou ou

Utilisation

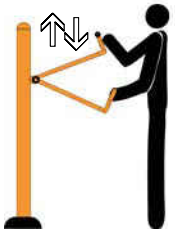
Station 1

Facile

Se positionner devant la barre et tenir les poignées. Relâcher les épaules et faire des mouvement successifs avec la barre vers la droite et la gauche. Ne pas hausser les épaules lors des mouvements. **Adapté PMR**

Station 2

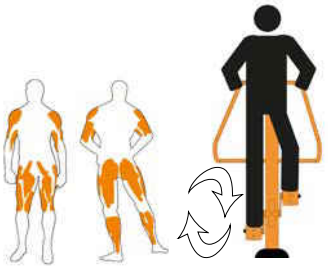
Facile



Se positionner devant les barres et tenir une ou deux poignées. Relâcher les épaules, monter la barre ou la pousser vers le bas. Veiller à ne pas hausser les épaules. Lors d'une utilisation à deux mains, les mouvements peuvent être symétriques ou asymétriques. **Adapté PMR**

Station 3

Moyen



Saisir les barres de maintien et monter sur les pédales. Réaliser des mouvements de pédalage vers l'avant ou vers l'arrière, en gardant les mains sur les barres d'appui et le dos droit. Attention : pour descendre, bien se tenir à la barre jusqu'à ce que les deux pieds soient au sol.
Utilisation PMR: positionner le fauteuil roulant face au pédalier, poser les pieds sur les pédales et pédaler vers l'avant ou vers l'arrière.

Favorise

- Un travail musculaire du haut et du bas du corps