

WMED®
outdoor fitness+

outdoor fitness+
zatrzymaj się w ruchu



Dlaczego siłownie plenerowe?

W dzisiejszych czasach ludzie zażywają coraz mniej aktywności fizycznej. **Młode osoby** większą część dnia spędzają w szkolnych ławkach, aby po powrocie do domu przesiąść się do komputerów. **Dorośli**, często zapracowani, prowadzą siedzący tryb życia zza biurka lub kierownicy samochodu. **Seniorzy**, pomimo sporej ilości wolnego czasu nie są częstymi bywalcami takich miejsc jak siłownie tradycyjne czy fitness kluby. Związane jest to ze stereotypowym myśleniem, że są to miejsca tylko dla młodych i wysportowanych osób.

Każdy z nas wie, że aby utrzymać organizm w zdrowiu powinniśmy uprawiać sporty. Jak to jednak zrobić kiedy większość z nas cierpi na chroniczny brak czasu? W dzisiejszym, zabieganym świecie idealną ku temu możliwością są **urządzenia Outdoor Fitness +**.

Siłownie zewnętrzne to zestaw urządzeń służących do ćwiczeń na świeżym powietrzu. Dzięki zaawansowanej technologii produkcji nasze siłownie są instalowane bez obawy o negatywny wpływ warunków atmosferycznych. Z naszych urządzeń mogą korzystać osoby w różnym wieku. Zarówno ludzie młodzi jak i seniorzy znajdą dla siebie odpowiednie ćwiczenia.

Wspólnie stwórzmy miejsca, dzięki którym ludzie zmienią swój dotychczasowy tryb życia. Będą zdrowsi, bardziej wysportowani, polepszą obecne oraz nawiążą nowe relacje sąsiedzkie. Będą szczęśliwsi!

Zapraszamy do współpracy.
Firma WIMED

brak ruchu

jest gorszy dla zdrowia
niż palenie papierosów

Żeby zachować organizm w zdrowiu

należy regularnie poświęcać
około 150 minut w tygodniu
na aktywność fizyczną

W naszej ofercie posiadamy urządzenia:

aerobowe



siłowe



rozciągające



Opinia eksperta

Urządzenia siłowni plenerowej WIMED są przyrządami treningowymi przeznaczonymi do ćwiczeń rekreacyjnych. Mogą z nich korzystać osoby w różnym wieku i o różnym poziomie wytrenowania.

Korzystanie z tego typu urządzeń wpływa korzystnie na rozwój możliwości siłowych i wytrzymałościowych. Ich zaletą jest zastosowanie dodatkowego oporu zewnętrznego, który w tym przypadku stanowi masa ciała ćwiczącego.



Po sprawdzeniu możliwości urządzeń stwierdzam, że:

- od strony biomechanicznej praca treningowa realizowana jest zgodnie z założeniami,
- istnieje możliwość wykorzystania szerokiej gamy metod treningowych,
- od strony metodycznej istnieje możliwość kształtowania siły, wytrzymałości oraz w pewnych warunkach szybkości, zarówno wykorzystane do produkcji materiały, jak i konstrukcja (wymiary, sposób mocowania, funkcjonalność) spełniają warunki skuteczności oraz bezpieczeństwa,
- przyrządy są wytrzymałe, uniwersalne (możliwość treningu osób w różnym wieku i o różnym poziomie wytrenowania),
- dodatkowy atut stanowi estetyka wykonania urządzeń.

Wyrażam pozytywną opinię i rekomenduję urządzenia Siłownie Plenerowe WIMED do wszechstronnego użytku.

Z poważaniem,

*dr hab. Tadeusz Ambroży
prof. nadzw. AWF Kraków, trener klasy mistrzowskiej*



Power Leg

Prasa Nożna

Power Leg jest świetnym rozwiązaniem jeżeli zależy nam na wzmocnieniu mięśni nóg. Efektem systematycznych treningów będą dobrze wyrzeźbione łydki i uda. Częste użytkowanie poprawia układ krążeniowy i oddechowy. Jest to jedno z najpopularniejszych ćwiczeń wśród mężczyzn.



Stepladder

drabinka

Jest to uniwersalne urządzenie, które może być wykorzystywane do wielu rodzajów ćwiczeń. Stepladder daje szeroki zakres możliwości rzeźbienia praktycznie wszystkich grup mięśni od ramion i barków po mięśnie pleców i brzucha. Ponadto, ćwiczenia na tym urządzeniu pozytywnie wpływają na koordynację ruchową.

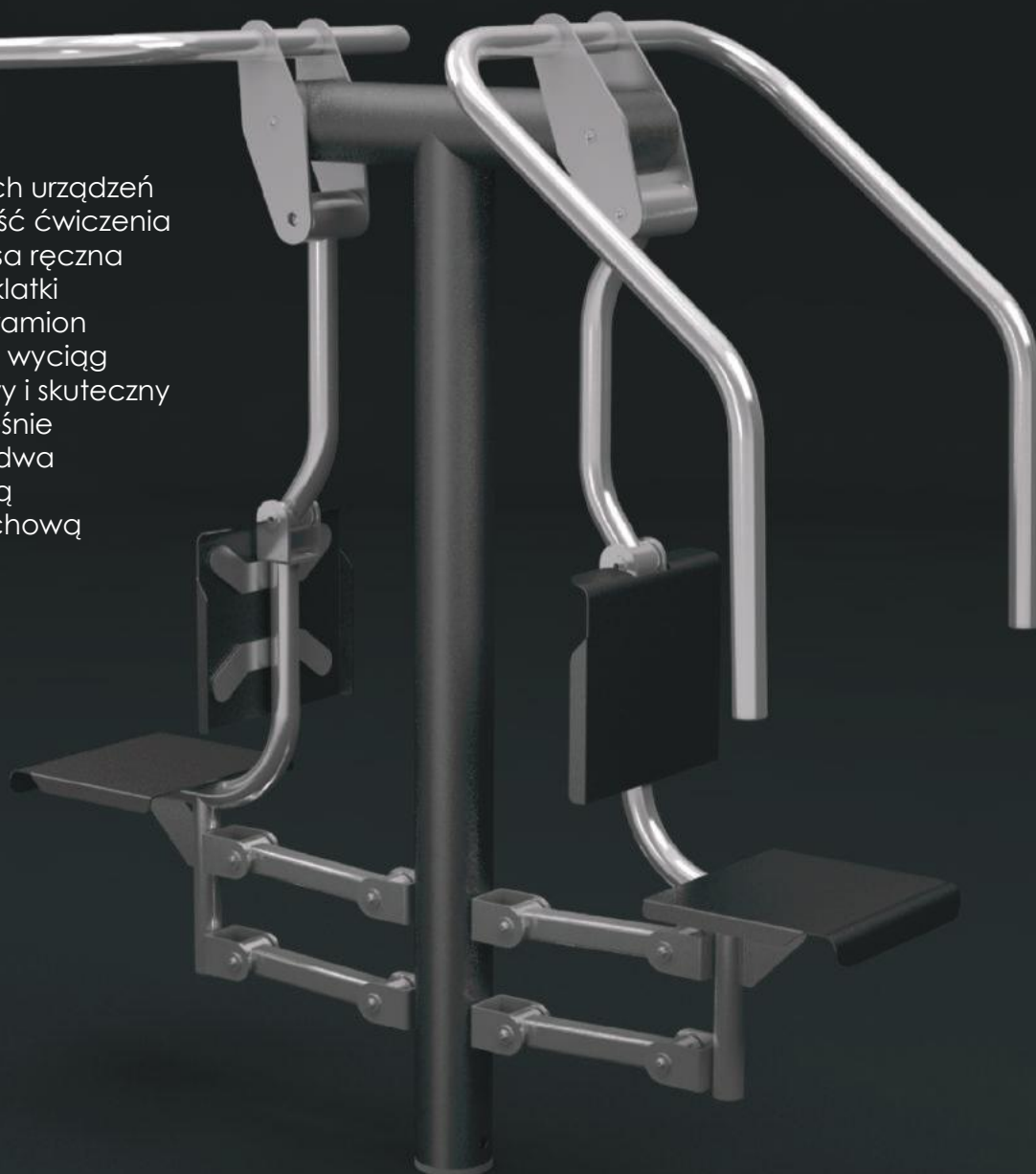




Power Arm 1

prasa ręczna / wyciąg górny

Połączenie tych dwóch urządzeń w jedno daje możliwość ćwiczenia wielu grup mięśni. Prasa ręczna poprawia siłę mięśni klatki piersiowej, przednich ramion i tricepsów. Natomiast wyciąg górny pozwala w łatwy i skuteczny sposób wzmocnić mięśnie ramion i pleców. Obydwa urządzenia poprawiają także koordynację ruchową ćwiczącego.



Stepper Twist

stepper + twister



Stepper świetnie rozwija mięśnie nóg, poprawiając przy tym koordynację ruchową i wytrzymałość układu sercowo-naczyniowego.



Twister to urządzenie siłowe, którego zadaniem jest poprawa koordynacji ruchowej przy jednoczesnym wzmocnieniu mięśni skośnych brzucha i bioder. Jest on niezastąpiony w dbaniu o smukłą linię.



Runner +

biegacz



Czy może być coś przyjemniejszego od spaceru na świeżym powietrzu? Oczywiście, że tak – spacer na świeżym powietrzu przy jednoczesnym wzmacnianiu mięśni nóg. Taka aktywność ma także zbawienny wpływ na nasz układ krążeniowy i oddechowy. Kto się skusi?





Pendulum Twist

wahadło + twister

Twister to urządzenie siłowe, którego zadaniem jest poprawa koordynacji ruchowej przy jednoczesnym wzmocnieniu mięśni skośnych brzucha i bioder. Jest on niezastąpiony w dbaniu o smukłą linię.



Wahadło podobnie jak twister także wzmacnia siłę mięśni skośnych brzucha i bioder. Systematyczne użytkowanie tego urządzenia pozytywnie wpływa na układ krążenia i wytrzymałość ćwiczącego.

Wszystkie te trzy urządzenia cieszą się dużą sympatią zwłaszcza wśród damskiej grupy użytkowników.

Power adduct

przywodziciel / odwodziciel



Kolejnym urządzeniem upodobanym szczególnie przez panie jest Power adduct. Dzięki tym ćwiczeniom w łatwy i przyjemny sposób możemy wysmuklić sylwetkę. Systematyczne ćwiczenia wzmocnią mięśnie brzucha i nóg oraz poprawią koordynację ruchową ćwiczącego.



Power Row

wioślarz



Jeżeli zależy Ci na szczególnym wzmocnieniu mięśni górnej partii ciała, to urządzenie jest stworzone dla Ciebie. Jak sama nazwa wskazuje zadaniem wioślarza jest odwzorowanie ruchów wykonywanych podczas wiosłowania. Ćwiczenia te nie tylko wzmacniają mięśnie pleców, barków i ramion, ale także poprawiają układ krążeniowy i oddechowy.





Bench

ławka prosta i pochylona

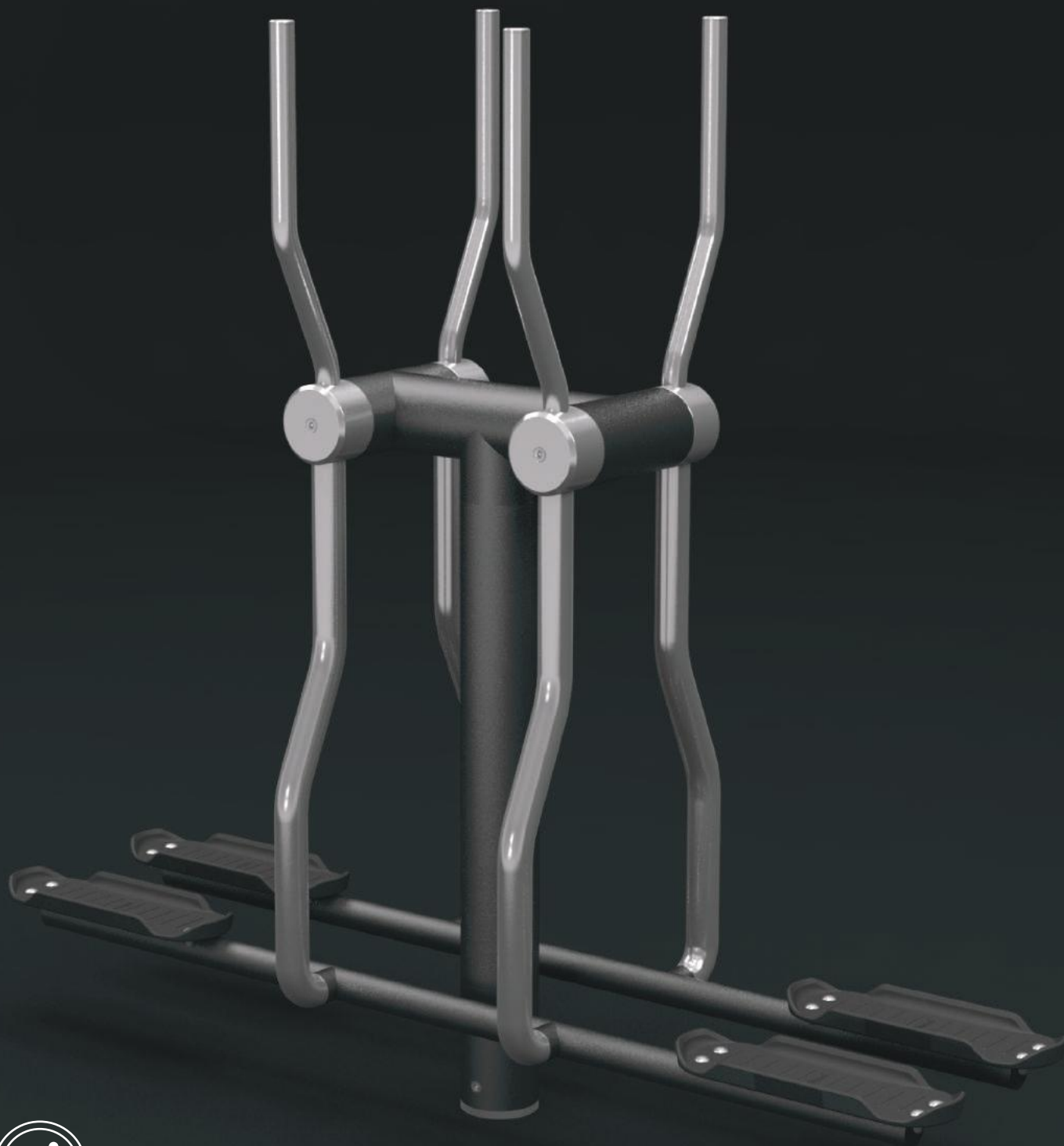
Kto nie lubi robić brzuszków?
Bench to nieskomplikowane urządzenie, które świetnie wpływa na mięśnie proste brzucha, poprawiając krążenie i układ oddechowy. Dzięki pochyleniu jednej z ławek pobudzone zostają także dolne partie mięśni brzucha.





Power Slide

narciarz



Chcesz potrenować przed sezonem zimowym?
Pomoże Ci w tym Power Slide. To urządzenie
wzmacnia siłę mięśni nóg, ramion i tułowia.
Ponadto doskonale wpływa na układ krążeniowy
i oddechowy oraz poprawia koordynację ruchową.





Power Loop

Orbitrek

Nie bez powodu orbitrek to jedno z najpopularniejszych urządzeń aerobowych. Dzięki tym ćwiczeniom rozwijamy nie tylko mięśnie nóg i bioder, ale także tułowia i ramion. Systematyczne korzystanie z tego urządzenia poprawia koordynację ruchową, a także pozytywnie wpływają na układ krążeniowy i oddechowy.



Power Arm 2

motyl A+B



Atlas oblegany jest głównie przez mężczyzn.
Obydwa rodzaje urządzeń wzmacniają górne
partie ciała i poprawiają koordynację ruchową.
Motyl A rozwija mięśnie pleców i barków,
motyl B – mięśnie ramion i klatki piersiowej.
Chcesz wyglądać jak młody atleta? – do dzieła!



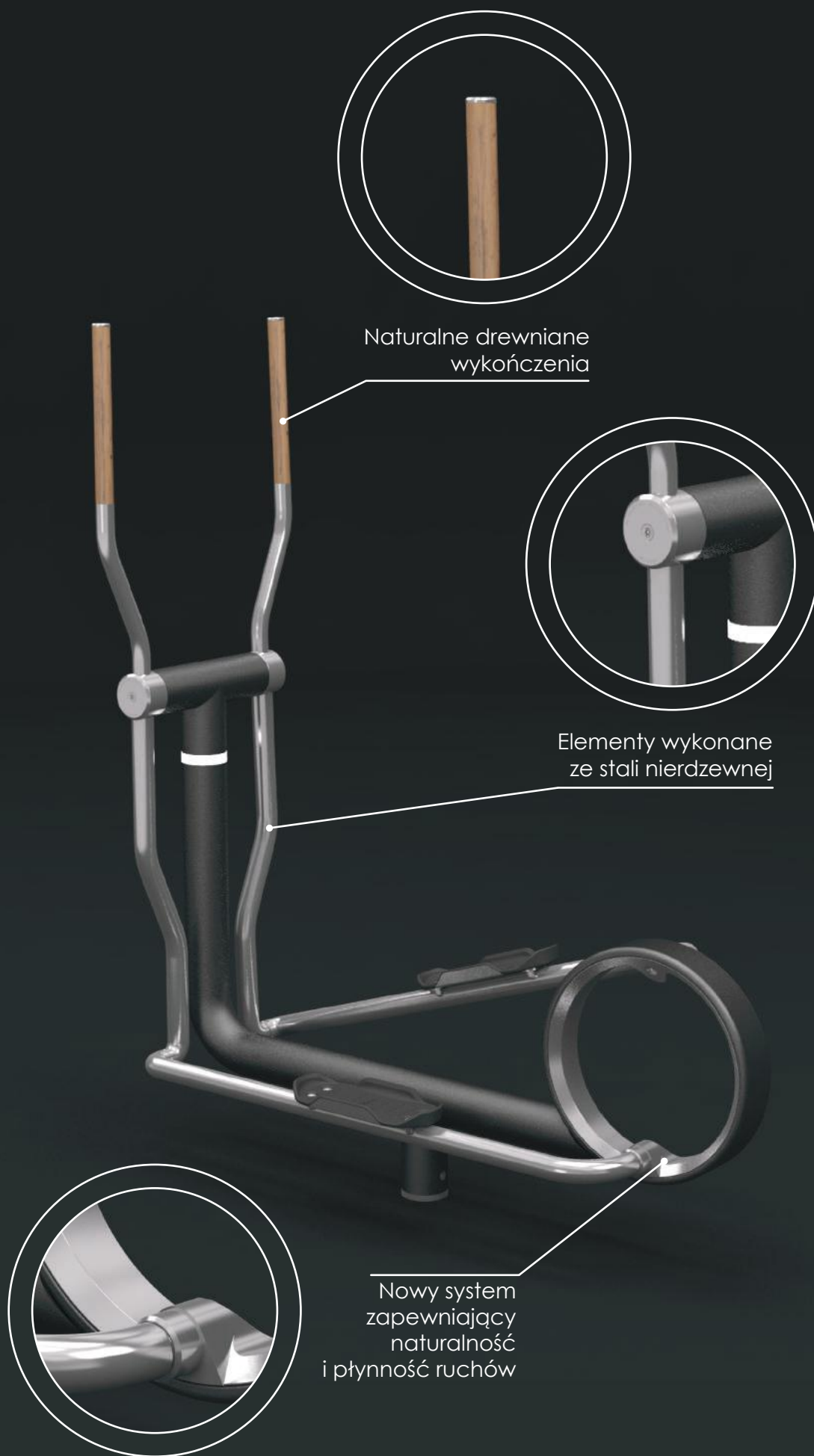
DRS System



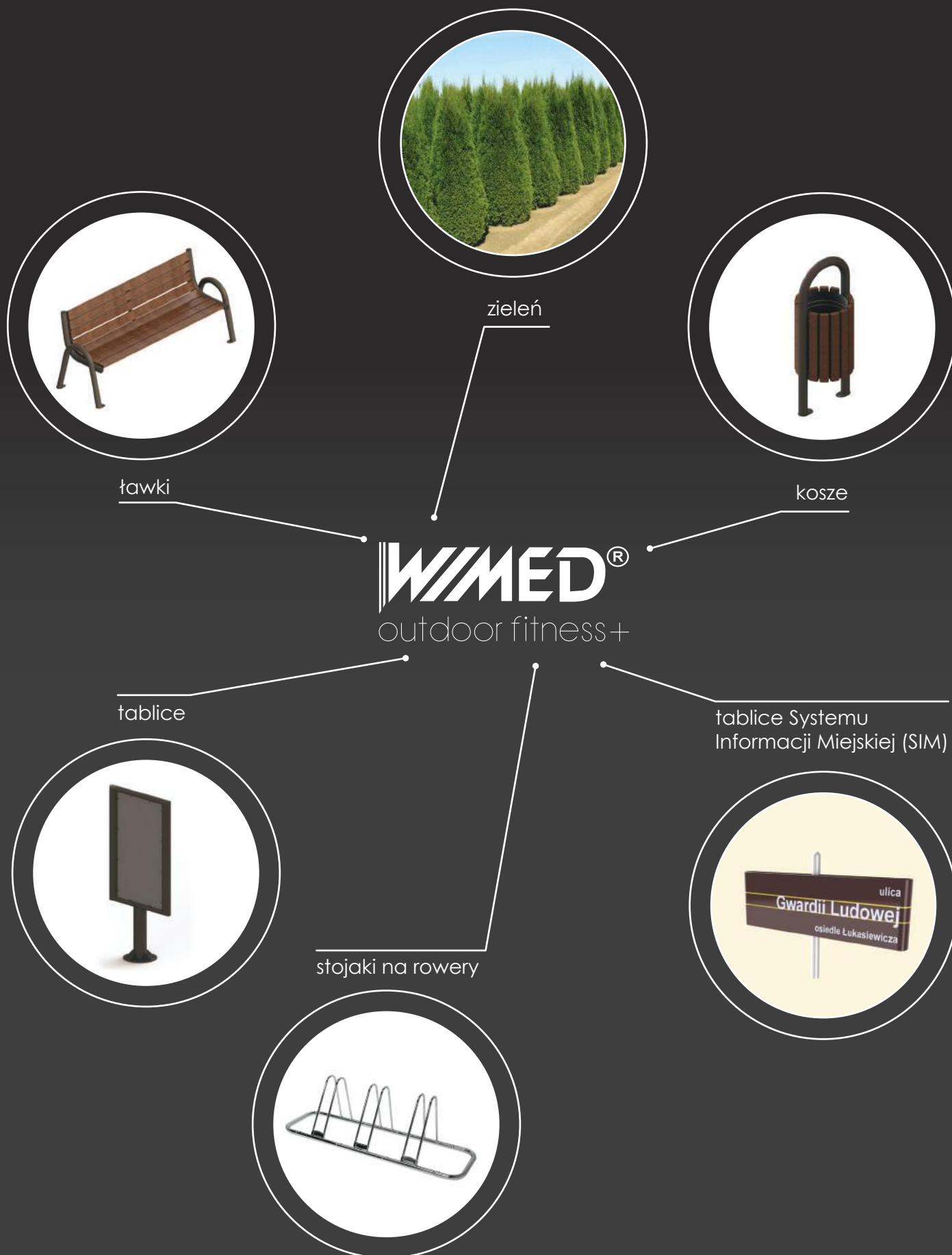
Solidne rury stalowe
cynkowane galwanicznie
i malowane proszkowo

Ergonomiczne stopki
wykonane z tworzywa
sztucznego





Produkty Małej Architektury



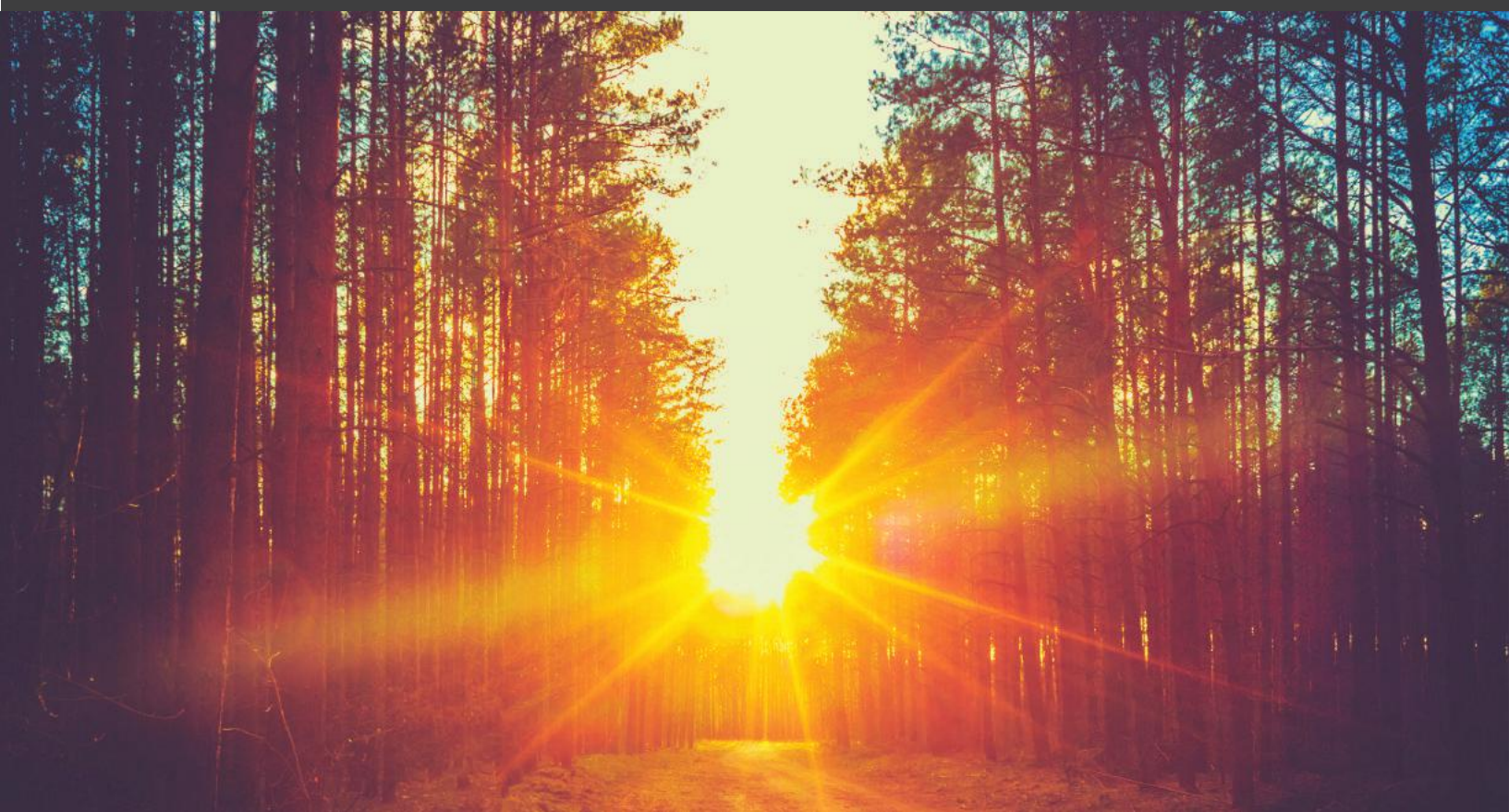
Oferujemy dodatkowe usługi

gwarancja
3 lata

kompleksowe
wykonanie
inwestycji:
* transport
* instalacja

zagospodarowanie
zieleni

możliwość
wykonania
projektu
zagospodarowania
terenu



Indywidualne konfiguracje

Według własnego gustu klient może wybrać:

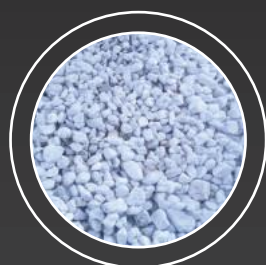
Kolorystykę



Podłoże



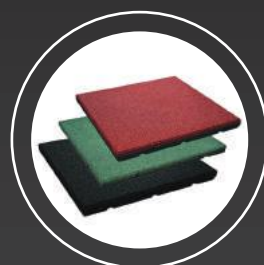
piasek



żwirek



kora



płyta bezpieczna

Materiał z jakiego wykonane jest urządzenie



stal cynkowana



stal nierdzewna

Materiał z jakiego wykonane jest siedzisko oraz stopki



warmpad



drewno



tworzywo sztuczne



aluminium



stal nierdzewna

Referencje klientów

„Mając na uwadze współpracę podczas realizacji inwestycji pozytywnie oceniamy spółkę, a jakość i solidność wykonywanych robót upoważnia nas do zarekomendowania tej firmy jako rzetelnego i terminowego wykonawcę.”

mgr inż. Bernard Karasiewicz
Burmistrz Miasta Ryglice

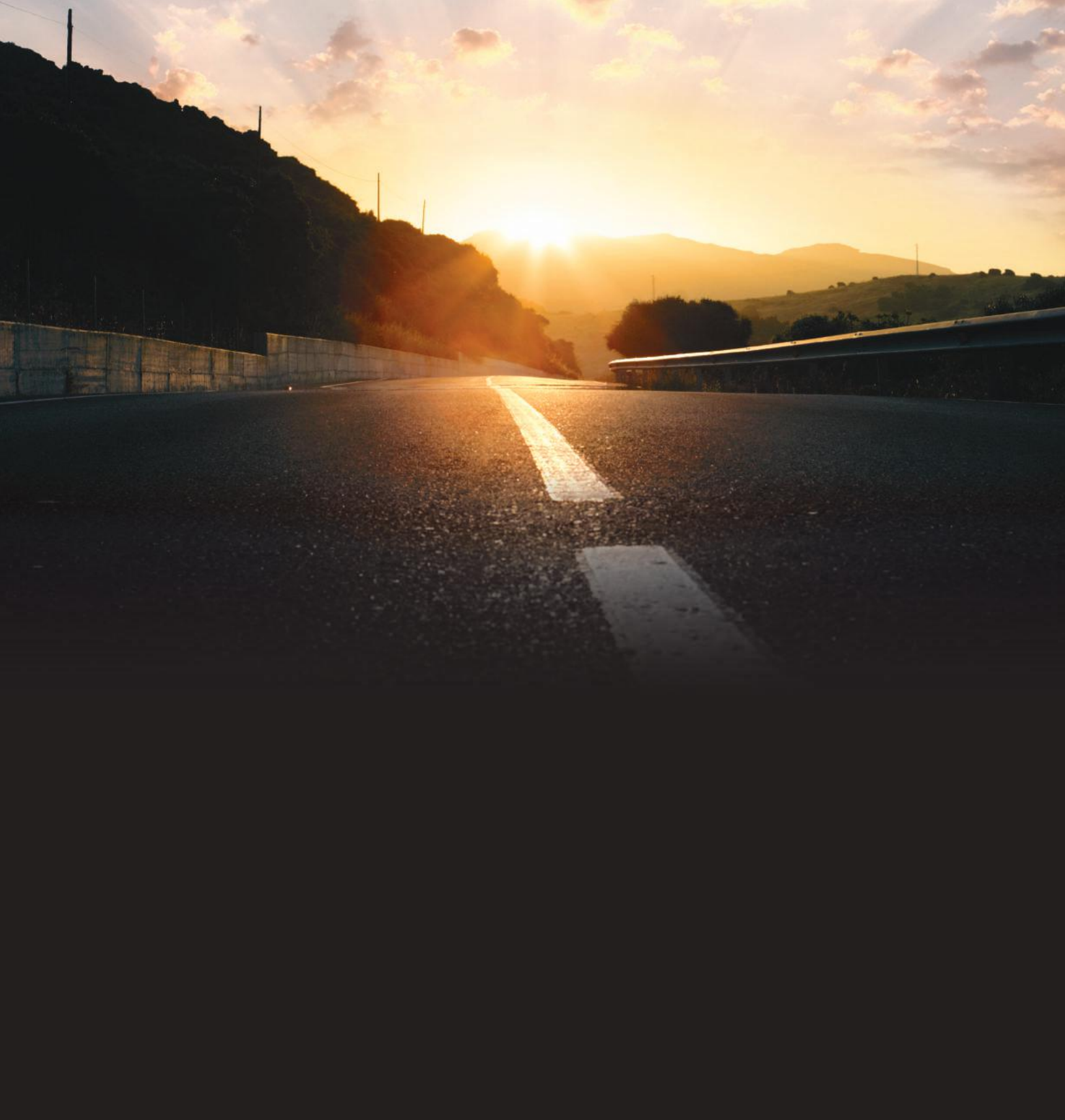
„Firma WIMED Oznakowanie Dróg SP. z o. o. wykazała, że jest firmą wiarygodną, rzetelną i zasługuje na rekomendacje i polecenie wśród innych zamawiających. Przekazany sprzęt jest wysokiej jakości, spełniający wszystkie wymagania i standardy.”

mgr inż. Wojciech Grela
Zastępca Wójta Gminy Raciechowice

„Urządzenia marki WIMED Oznakowanie Dróg SP. z o. o. odznaczają się solidnym i starannym wykonaniem. Firma wykonuje swoją pracę terminowo i rzetelnie, dlatego chętnie polecam jej produkty.”

mgr Marek Srebro
dyrektor Miejskiego Ośrodka
Sportu i Rekreacji w Tuchowie





WIMED[®]
outdoor fitness+

WIMED Sp. z o.o.
33-170 Tuchów, ul. Tarnowska 48
Telefon: +48 605 050 540
Email: sekretariat@wimed.pl