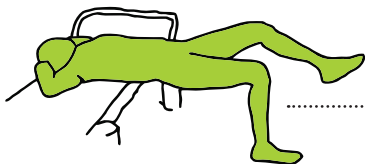
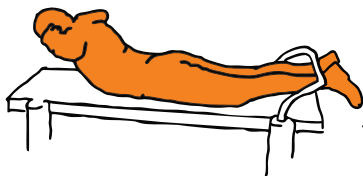


# A2 RAVNA KLOP

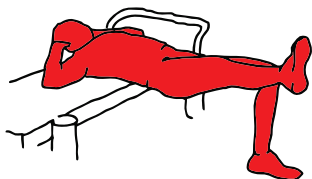
## NAVODILA ZA VADBO



IZMENIČNO  
IZTEGOVANJE  
KOLEN V OPORI  
NA LOPATICAH



DVIGI TRUPA V LEŽI  
NA TREBUHU,  
Z NOGAMI  
POD DROGOM



ODMIKI V KOLKU  
ENE NOGE V OPORI  
NA LOPATICAH



IZDELEK JE NAMENJEN IZKLJUČNO VADBI NA PROSTEM ZA ODRASLE IN OTROKE, STAREJŠE OD 14 LET IN VIŠJE OD 140 CM. VAJE VEDNO PRILAGODITE VAŠIM ZMOŽNOSTIM. UPORABA NAPRAV NI DOVOLJENA, ČE SO LE-TA MOKRA ALI ZALEDENELA, V PRIMERU VIDNE NAPAKE ALI OKVARE, PONOČI IN OB SLABI VIDLJIVOSTI TER V PRIMERU NEURJA, KI GA SPREMLJAJO DEŽ, GRMENJE IN/ALI BLISKANJE.



@WorkoutPlaygrounds



@workoutplaygrounds

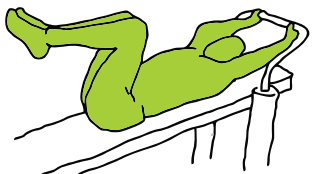


IZDELANO V SKLADU S STANDARDOM SIST EN 16630:2015.  
INFO@WORKOUT-PLAYGROUND.COM | WWW.WORKOUT-PLAYGROUND.COM

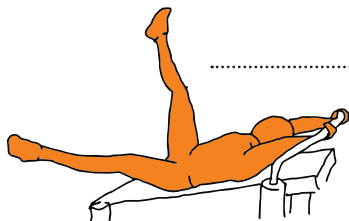
TAURUS ŠPORT D.O.O. | VITOVLEJE 46B | 5261 ŠEMPAS | SLOVENIJA

# A3 POŠEVNA KLOP

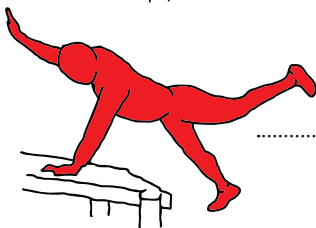
## NAVODILA ZA VADBO



DVIG SKRČENIH NOG  
V LEŽI NA HRBTU



IZMENIČEN ODMIK IN  
PRIMIK NOG V LEŽI  
NA HRBTU. ENA  
NOGA JE IZTEGNJENA  
NAVZGOR,  
DRUGA SE ODMIKA  
V STRAN.



DVIGI NASPROTNIH  
OKONČIN  
V OPORI SPREDAJ



IZDELEK JE NAMENJEN IZKLJUČNO VADBI NA PROSTEM ZA ODRASLE IN OTROKE, STAREJŠE OD 14 LET IN VIŠJE OD 140 CM. VAJE VEDNO PRILAGODITE VAŠIM ZMOŽNOSTIM. UPORABA NAPRAV NI DOVOLJENA, ČE SO LE-TA MOKRA ALI ZALEDENELA, V PRIMERU VIDNE NAPAKE ALI OKVARE, PONOČI IN OB SLABI VIDLJIVOSTI TER V PRIMERU NEURJA, KI GA SPREMLJAJO DEŽ, GRMENJE IN/ALI BLISKANJE.



@WorkoutPlaygrounds



@workoutplaygrounds

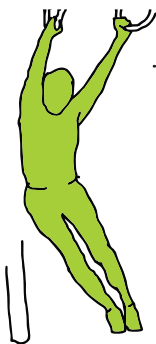


IZDELANO V SKLADU S STANDARDOM SIST EN 16630:2015.  
INFO@WORKOUT-PLAYGROUND.COM | WWW.WORKOUT-PLAYGROUND.COM

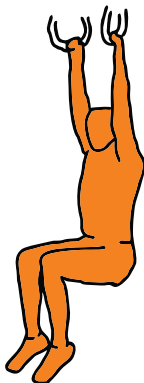
TAURUS ŠPORT D.O.O. | VITOVLEJE 46B | 5261 ŠEMPAS | SLOVENIJA

# A8, A10 KROGI

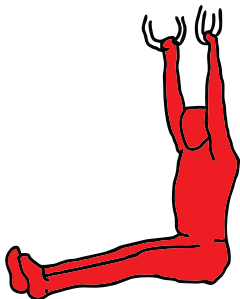
## NAVODILA ZA VADBO



KROŽENJE Z BOKI  
S STOPALI NA TLEH



DVIGI  
SKRČENIH NOG



DVIGI  
IZTEGNJENIH NOG



IZDELEK JE NAMENJEN IZKLJUČNO VADBI NA PROSTEM ZA ODRASLE IN OTROKE, STAREJŠE OD 14 LET IN VIŠJE OD 140 CM. VAJE VEDNO PRILAGODITE VAŠIM ZMOŽNOSTIM. UPORABA NAPRAV NI DOVOLJENA, ČE SO LE-TA MOKRA ALI ZALEDENELA, V PRIMERU VIDNE NAPAKE ALI OKVARE, PONOČI IN OB SLABI VIDLJIVOSTI TER V PRIMERU NEURJA, KI GA SPREMLJAJO DEŽ, GRMENJE IN/ALI BLISKANJE.



@WorkoutPlaygrounds



@workoutplaygrounds

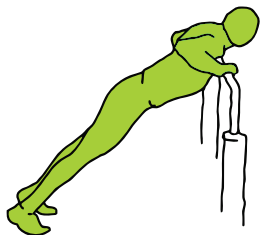


IZDELANO V SKLADU S STANDARDOM SIST EN 16630:2015.  
INFO@WORKOUT-PLAYGROUND.COM | WWW.WORKOUT-PLAYGROUND.COM

TAURUS ŠPORT D.O.O. | VITOVLJE 46B | 5261 ŠEMPAS | SLOVENIJA

# A1 BRADLJA

## NAVODILA ZA VADBO



SKLECE V OPORI  
NA DROGU



DVIGI SKRČENIH NOG  
V OPORI NA BRADLJI



POTEGI K DROGU  
V MEŠANI VESI  
LEŽNO



IZDELEK JE NAMENJEN IZKLJUČNO VADBI NA PROSTEM ZA ODRASLE IN OTROKE, STAREJŠE OD 14 LET IN VIŠJE OD 140 CM. VAJE VEDNO PRILAGODITE VAŠIM ZMOŽNOSTIM. UPORABA NAPRAV NI DOVOLJENA, ČE SO LE-TA MOKRA ALI ZALEDENELA, V PRIMERU VIDNE NAPAKE ALI OKVARE, PONOČI IN OB SLABI VIDLJIVOSTI TER V PRIMERU NEURJA, KI GA SPREMLJAJO DEŽ, GRMENJE IN/ALI BLISKANJE.



@WorkoutPlaygrounds



@workoutplaygrounds

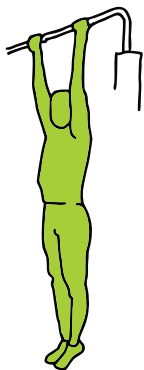


IZDELANO V SKLADU S STANDARDOM SIST EN 16630:2015.  
INFO@WORKOUT-PLAYGROUND.COM | WWW.WORKOUT-PLAYGROUND.COM

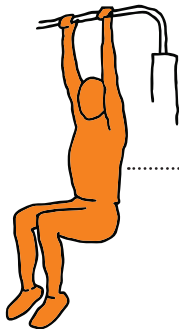
TAURUS ŠPORT D.O.O. | VITOVLJE 46B | 5261 ŠEMPAS | SLOVENIJA

# A8, A10 DROG

## NAVODILA ZA VADBO



PROSTA VESA  
(PODPRIJEM)  
NA DROGU



VESA Z  
NADPRIJEMOM,  
DVIG NOG V SKRČEN  
POLOŽAJ



ZGIBI Z  
NAD / PODPRIJEMOM



IZDELEK JE NAMENJEN IZKLJUČNO VADBI NA PROSTEM ZA ODRASLE IN OTROKE, STAREJŠE OD 14 LET IN VIŠJE OD 140 CM. VAJE VEDNO PRILAGODITE VAŠIM ZMOŽNOSTIM. UPORABA NAPRAV NI DOVOLJENA, ČE SO LE-TA MOKRA ALI ZALEDENELA, V PRIMERU VIDNE NAPAKE ALI OKVARE, PONOČI IN OB SLABI VIDLJIVOSTI TER V PRIMERU NEURJA, KI GA SPREMLJAJO DEŽ, GRMENJE IN/ALI BLISKANJE.



@WorkoutPlaygrounds



@workoutplaygrounds

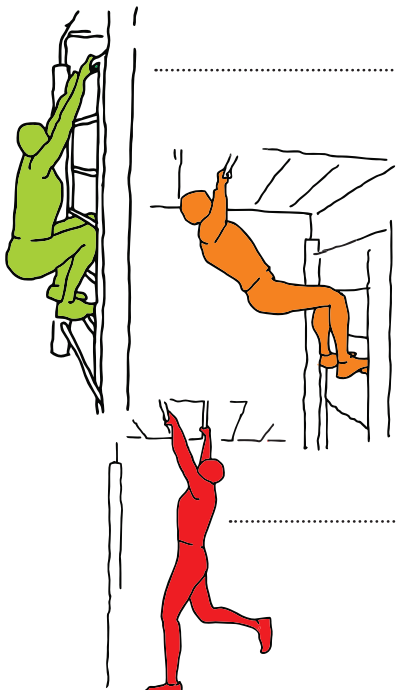


IZDELANO V SKLADU S STANDARDOM SIST EN 16630:2015.  
INFO@WORKOUT-PLAYGROUND.COM | WWW.WORKOUT-PLAYGROUND.COM

TAURUS ŠPORT D.O.O. | VITOVLJE 46B | 5261 ŠEMPAS | SLOVENIJA

# A10 LESTVE

## NAVODILA ZA VADBO



ZGIBE NA LESTVI  
S POMOČJO NOG



ZGIBE Z NOGAMI  
NA NAVPIČNI  
IN ROKAMI NA  
VODORAVNI LESTVI



TARZAN



IZDELEK JE NAMENJEN ISKLJUČNO VADBI NA PROSTEM ZA ODRASLE IN OTROKE, STAREJŠE OD 14 LET IN VIŠJE OD 140 CM. VAJE VEDNO PRILAGODITE VAŠIM ZMOŽNOSTIM. UPORABA NAPRAV NI DOVOLJENA, ČE SO LE-TA MOKRA ALI ZALEDENELA, V PRIMERU VIDNE NAPAKE ALI OKVARE, PONOČI IN OB SLABI VIDLJIVOSTI TER V PRIMERU NEURJA, KI GA SPREMLJAJO DEŽ, GRMENJE IN/ALI BLISKANJE.



@WorkoutPlaygrounds



@workoutplaygrounds

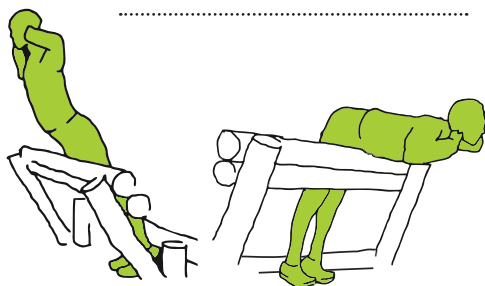


IZDELANO V SKLADU S STANDARDOM SIST EN 16630:2015.  
INFO@WORKOUT-PLAYGROUND.COM | WWW.WORKOUT-PLAYGROUND.COM

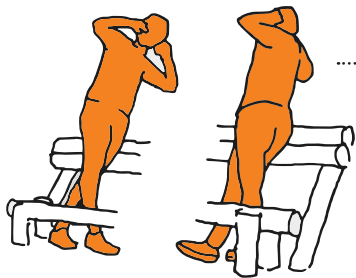
Taurus Šport D.O.O. | VITOVlje 46B | 5261 Šempas | Slovenija

# A6 RIMSKA KLOP

## NAVODILA ZA VADBO



ZAKLON IN  
PREDKLON



ODKLONI BOČNO,  
IZMENJAJOČE



IZDELEK JE NAMENJEN IZKLJUČNO VADBI NA PROSTEM ZA ODRASLE IN OTROKE, STAREJŠE OD 14 LET IN VIŠJE OD 140 CM. VAJE VEDNO PRILAGODITE VAŠIM ZMOŽNOSTIM. UPORABA NAPRAV NI DOVOLJENA, ČE SO LE-TA MOKRA ALI ZALEDENELA, V PRIMERU VIDNE NAPAKE ALI OKVARE, PONOČI IN OB SLABI VIDLJIVOSTI TER V PRIMERU NEURJA, KI GA SPREMLJAJO DEŽ, GRMENJE IN/ALI BLISKANJE.



@WorkoutPlaygrounds



@workoutplaygrounds

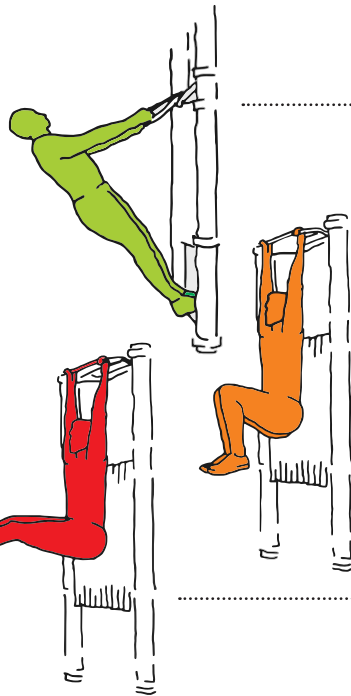


IZDELANO V SKLADU S STANDARDOM SIST EN 16630:2015.  
INFO@WORKOUT-PLAYGROUND.COM | WWW.WORKOUT-PLAYGROUND.COM

TAURUS ŠPORT D.O.O. | VITOVLJE 46B | 5261 ŠEMPAS | SLOVENIJA

# A4 NAMENSKI LETVENIK

## NAVODILA ZA VADBO



OPORA STOJNO  
SNOŽNO,  
NAGIB NAZAJ



DVIGI SKRČENIH NOG  
V PROSTI VESI



DVIGI IZTEGNJENIH  
NOG V PROSTI VESI



IZDELEK JE NAMENJEN IZKLJUČNO VADBI NA PROSTEM ZA ODRASLE IN OTROKE, STAREJŠE OD 14 LET IN VIŠJE OD 140 CM. VAJE VEDNO PRILAGODITE VAŠIM ZMOŽNOSTIM. UPORABA NAPRAV NI DOVOLJENA, ČE SO LE-TA MOKRA ALI ZALEDENELA, V PRIMERU VIDNE NAPAKE ALI OKVARE, PONOČI IN OB SLABI VIDLJIVOSTI TER V PRIMERU NEURJA, KI GA SPREMLJAJO DEŽ, GRMENJE IN/ALI BLISKANJE.



@WorkoutPlaygrounds



@workoutplaygrounds



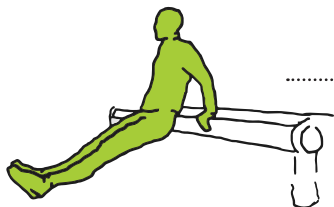
IZDELANO V SKLADU S STANDARDOM SIST EN 16630:2015.  
INFO@WORKOUT-PLAYGROUND.COM | WWW.WORKOUT-PLAYGROUND.COM

TAURUS ŠPORT D.O.O. | VITOVLJE 46B | 5261 ŠEMPAS | SLOVENIJA

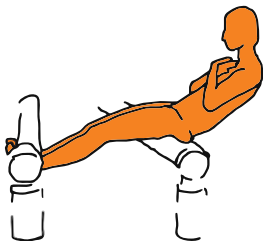


# A5 DVOJNA GRED

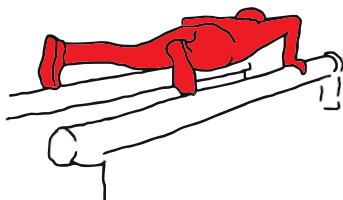
## NAVODILA ZA VADBO



IZTEGOVANJE  
KOMOLCEV (SKLEK)  
V OPORI ZADAJ



DVIGOVANJE  
TRUPA  
Z OPORO NOG



SKLECE,  
NOGE RAZNOŽNO



IZDELEK JE NAMENJEN IZKLJUČNO VADBI NA PROSTEM ZA ODRASLE IN OTROKE, STAREJŠE OD 14 LET IN VIŠJE OD 140 CM. VAJE VEDNO PRILAGODITE VAŠIM ZMOŽNOSTIM. UPORABA NAPRAV NI DOVOLJENA, ČE SO LE-TA MOKRA ALI ZALEDENELA, V PRIMERU VIDNE NAPAKE ALI OKVARE, PONOČI IN OB SLABI VIDLJIVOSTI TER V PRIMERU NEURJA, KI GA SPREMLJAJO DEŽ, GRMENJE IN/ALI BLISKANJE.



@WorkoutPlaygrounds



@workoutplaygrounds

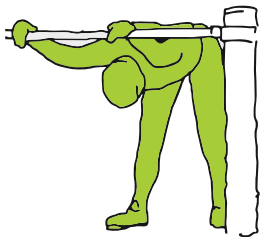


IZDELANO V SKLADU S STANDARDOM SIST EN 16630:2015.  
INFO@WORKOUT-PLAYGROUND.COM | WWW.WORKOUT-PLAYGROUND.COM

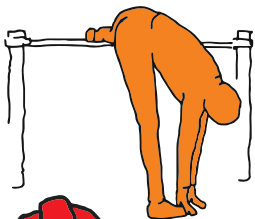
TAURUS ŠPORT D.O.O. | VITOVlje 46B | 5261 ŠEMPAS | SLOVENIJA

# A9 TROJNI DROG

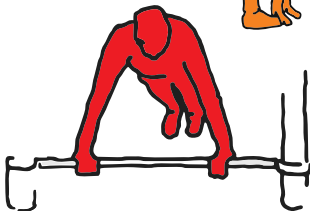
## NAVODILA ZA VADBO



PREDKLONI



PREDKLONI  
(BOČNO)



SKLECE V OPORI  
LEŽNO SPREDAJ



IZDELEK JE NAMENJEN IZKLJUČNO VADBI NA PROSTEM ZA ODRASLE IN OTROKE, STAREJŠE OD 14 LET IN VIŠJE OD 140 CM. VAJE VEDNO PRILAGODITE VAŠIM ZMOŽNOSTIM. UPORABA NAPRAV NI DOVOLJENA, ČE SO LE-TA MOKRA ALI ZALEDENELA, V PRIMERU VIDNE NAPAKE ALI OKVARE, PONOČI IN OB SLABI VIDLJIVOSTI TER V PRIMERU NEURJA, KI GA SPREMLJAJO DEŽ, GRMENJE IN/ALI BLISKANJE.



@WorkoutPlaygrounds



@workoutplaygrounds

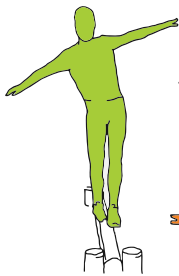


IZDELANO V SKLADU S STANDARDOM SIST EN 16630:2015.  
INFO@WORKOUT-PLAYGROUND.COM | WWW.WORKOUT-PLAYGROUND.COM

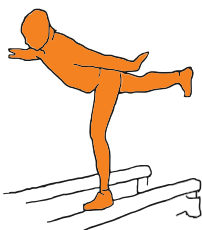
TAURUS ŠPORT D.O.O. | VITOVLJE 46B | 5261 ŠEMPAS | SLOVENIJA

# A7 POHODNA GRED

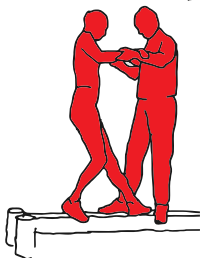
## NAVODILA ZA VADBO



HOJA PO GREDI,  
ODROČENJE VEN



RAZOVKA STOJNO  
ČELNO,  
ODROČENJE VEN



MIMOHOD PO GREDI  
V PARU



IZDELEK JE NAMENJEN IZKLJUČNO VADBI NA PROSTEM ZA ODRASLE IN OTROKE, STAREJŠE OD 14 LET IN VIŠJE OD 140 CM. VAJE VEDNO PRILAGODITE VAŠIM ZMOŽNOSTIM. UPORABA NAPRAV NI DOVOLJENA, ČE SO LE-TA MOKRA ALI ZALEDENELA, V PRIMERU VIDNE NAPAKE ALI OKVARE, PONOČI IN OB SLABI VIDLJIVOSTI TER V PRIMERU NEURJA, KI GA SPREMLJAJO DEŽ, GRMENJE IN/ALI BLISKANJE.



@WorkoutPlaygrounds



@workoutplaygrounds



IZDELANO V SKLADU S STANDARDOM SIST EN 16630:2015.  
INFO@WORKOUT-PLAYGROUND.COM | WWW.WORKOUT-PLAYGROUND.COM

TAURUS ŠPORT D.O.O. | VITOVLJE 46B | 5261 ŠEMPAS | SLOVENIJA