

# Le vélo Pédalo Ski: APS

Le Pédalo Ski  
Réf : APS

**Mouvements coordonnés.**  
**Membres inférieurs et supérieurs.**

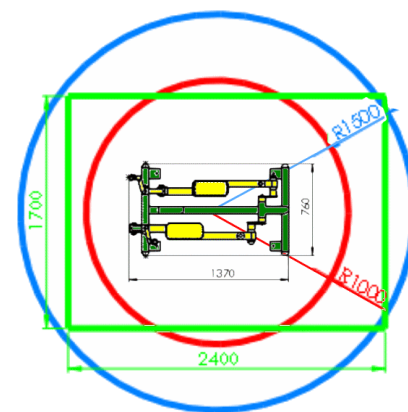
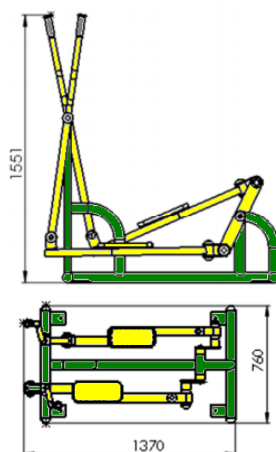
## Fonctions mises en œuvre :

Le pédalo ski par un mouvement coordonné bras et jambes permet de travailler l'ensemble des chaînes articulaires et musculaires des membres inférieurs et supérieurs.

## Utilisation :

L'utilisateur place ses pieds sur les supports en se tenant aux poignées. Il tire ensuite ces poignées en pédalant avec les jambes de manière synchronisée, en gardant le dos droit tout en restant gainé. Pour plus d'intensité, fléchir les genoux.

**L'effort sera proportionnel à la durée d'utilisation.**



Sunjeux

232 av Jean Jaurès 59600 Maubeuge

<https://jardin-sensoriel.com/> [contact@jardin-sensoriel.com](mailto:contact@jardin-sensoriel.com)

03 27 64 67 22