

# FICHE PRODUIT - FITNESS EXTÉRIEUR

## 700148 - NWC605 Combi 3

**NORWELL**  
OUTDOOR FITNESS

Norwell Combi 3 regroupe plusieurs ateliers de fitness en un seul, ce qui permet de travailler un large éventail de muscles, en se concentrant sur les fonctions cardio-vasculaires et l'équilibre. Le Combi 3 peut être utilisé par trois personnes à la fois.

MODE D'EMPLOI :

① Air Walker : Attrapez la barre et montez sur les pédales. Déplacez vos jambes d'avant en arrière, tout en vous tenant pour garder l'équilibre. Variez le rythme.

② Step : Montez et descendez sur le stepper. Variez les activités en vous plaçant de face ou parallèlement à la marche. Veillez à garder le buste droit.

③ Twister : Debout sur la plateforme rotative, maintenez-vous à la barre devant vous. Twistez le bas de votre corps en essayant de maintenir votre buste immobile.



**ZONE D'ENTRAÎNEMENT :**  
**25,6m<sup>2</sup>**

