

Powerball

Výr. Číslo: 1230



Všeobecná upozornění :

1. Používání Powerballu se nedoporučuje osobám s jakýmkoli srdečními potížemi
2. Powerball se může používat v kterémkoliv věku
3. Dětem mladším 12 let se doporučuje toto zařízení používat pouze pod dohledem dospělé osoby
4. Vyvarujte se dotyku točícího se rotoru , může způsobit popálení kůže
5. Zabraňte pádu , či prudkým nárazům Powerballu . Těžký rotor při pádu či nárazu způsobí poškození vodící drážky .
6. Udržujte vnitřek Powerballu čisté , vyvarujte se jakémukoliv kontaktu Powerballu s mastmi či oleji
7. Během točení držte vždy Powerball v pevném sevření v dlani tak , aby nedocházelo k zafixování rotoru v jedné ose . Pokud to nedodržíte , může dojít k snížení životnosti vašeho Powerballu . Powerball začne postupně během točení vydávat zvuk a různé dunivé zvuky . Důsledkem může být také prasknutí rotoru .

Zapamatujte si : Nízká rychlost při rehabilitaci . Vysoká rychlost při budování svalů a pro zábavu .

Záruka:

Powerball je velice unikátní výrobek . Pokud se budete o něj dobře starat , bude vám dobře sloužit mnoho let. Záruka na Powerball je poskytována v zákonném rozsahu podle podmínek prodejce . Záruka se nevztahuje na poškození v důsledku nesprávného používání , hlavně na poškození způsobené pádem , nárazem , navinutím roztáčecího provazu a použitím oleje nebo jiných maziv . Hlučnost modelu screamer je žádoucí vlastnost.

Jak roztočit Powerball :

Roztočení Powerballu je poměrně jednoduché , ale dosažení perfektní techniky může vyžadovat trochu cviku . Proto doporučujeme tento postup :

1. Jeden konec přiloženého startovacího provázku vsuňte do otvoru v rotoru . Naviňte jej do drážky po obvodu rotoru . Rotor a provázek přidržíte palcem ruky ve které Powerball držíte a prsty druhé ruky utahujete namotávání provázek tak , aby se napínal .

2. Když vám zůstane asi 7 cm nenavinuté části provázku , přestaňte navíjet a držet Powerball digitálním otáčkoměrem směrem do té ruky kterou budete Powerball roztáčet . Zpravidla pravák v pravé ruce a levák v levé ruce . Odhalený rotor bude nyní směřovat nahoru .

3. Pevně uchopte provázek a rychlé zostrá ho vytáhněte , jako kdybyste chtěli nastartovat sekačku . Zatáhněte švihem , nebojte se toho , ale ujistěte se, že tah směřuje přímo kolmo ven tak , aby se plastové zakončení roztáčacího provázku nezachytilo mezi rotor a obal , k čemuž dojde když budete tahat šikmo . Po vytažení by měla rychlost rotoru být mezi 2400 a 3000 ot / min .

4. Hned po vytažení startovacího provázku otočte ruku tak, aby odkrytá část rotoru směřovala dolů k zemi a začněte kroužit zápěstím (ne celou paží), krátkými pohyby jako kdybyste míchali lžičkou. Správný způsob roztočení Powerballu vyžaduje, aby paže zůstala zcela bez pohybu, točte pouze kloubem zápěstí, ne celou pažou. Tajomstvo jednoduchého startování Powerballu je v pomalém roztáčení. Například po roztočení startovacím provázkem začněte pohybovat zápěstím v pomalých dlouhých líných otáčkách (15 - 20 v průměru a přibližně jedna otáčka za minutu). Nezačínejte rychlými krátkými pohyby v zápěstí, protože tím se dostanete mimo synchronizaci s pomalu se točícím rotorem a jen těžko dokážete zrychlit do vyšších otáček. Špatný způsob točení poznáte podle nepříjemných Klepavý zvuků zevnitř míče , kde není setrvačnost rotoru synchronizována s pohybem ruky .

5. Zatímco budete rychlost rotoru pomalu zvětšovat , zjistíte , že zátěž působící na vaše zápěstí a paži naroste tak , jak naroste gyroskopická síla uvnitř ballu . Na zvyšující zátěž reagujte tak , že zmenšíte průměr rozpětí pohybu (7 - 10 cm) a zároveň zrychlíte pohyb asi (3 - 6 otáčení za minutu) . Větší rychlost a tedy i větší zátěž dosáhnete při co nejmenším rozsahu kroužení.

K tomu , abyste dosáhli opravdu vysoké otáčky (12000 a více za minutu) , potřebujete pouze dostatečný trénink. Tréninku budete mít určitě dost , protože Powerball je poměrně výkonný . Jakmile zvládnete techniku točení , jen neradi jej budete dávat z ruky . Už po krátké době používání pocítíte zřetelné zvýšení síly v zápěstí av paži . Jak bude růst vaše síla , bude se zvyšovat i dosažená rychlost . Pravé tajemství dosažení rychlosti 13 000 otáček za minutu je v co nejmenším rozsahu pohybu během točení (asi 1 cm) kde to vypadá , jakoby se paže vůbec nepohybovaly i když v té chvíli paže a zápěstí pracují naplno.