

# 고급형 야외체육시설

## High-end Outdoor Fitness Equipment

양방향에서 운동을 할 수 있는 기구로서 유동인구가 많거나 이용자가 많은 곳에 설치하면 좋은 기구입니다.

CV



K-NSB

# 온몸노젓기



1회당  
10~20회 반복 동작  
휴식 후 2~3회 반복



1470 x 1010 x 2060

25028775



KOREA LIVING SPORTS

(주)케이엘에스

1588-4065 | kls.kr



K-NSC

# 하늘걷기



2640 x 920 x 2060

 24328931

K-NE

# 거꾸로매달리기



870 x 1280 x 1670

24328962



K-NSF

# 마라톤운동



1~2분  
반복동작  
휴식 후 2~3회 반복

2980 x 620 x 2060

24328932



KOREA LIVING SPORTS

(주)케이엘에스

1588-4065 | kls.kr



K-NSG

# 어깨근육풀기



1580 x 1080 x 2060

24328933



KOREA LIVING SPORTS

(주)케이엘에스

1588-4065 | kls.kr



K-NSH

# 등허리지압기



1460 x 750 x 2060

24328934

K-NSJ

# 입식자전거운동



1920 x 620 x 2060

24328935



KOREA LIVING SPORTS

(주)케이엘에스

1588-4065 | kls.kr






K-NSJ1

# 좌식자전거운동



2400 x 620 x 2060


 24328936

K-NSK

# 온몸역기내리기



2000 x 800 x 2060

 24328937



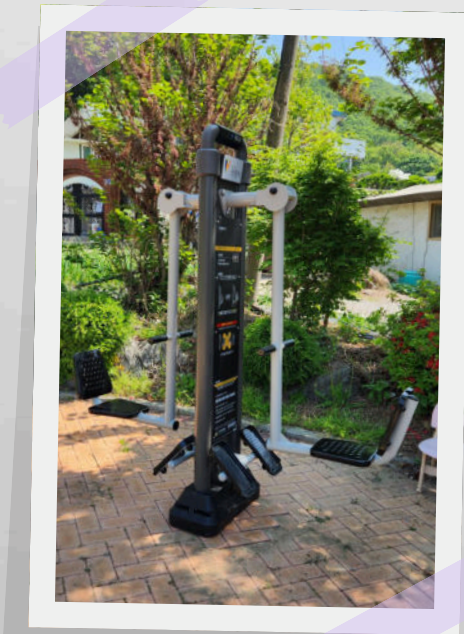
KOREA LIVING SPORTS  
**(주)케이엘에스**  
 1588-4065 | kls.kr






K-NSL

# 다리뻐치기



2020 x 620 x 2060

 24328938

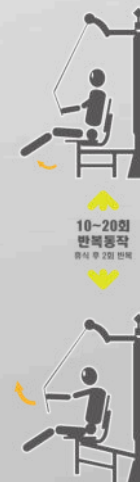


KOREA LIVING SPORTS  
**(주)케이엘에스**  
 1588-4065 | kls.kr



K-NSM

# 온몸역기올리기



1900 x 690 x 2060

24328939



KOREA LIVING SPORTS

(주)케이엘에스

1588-4065 | kls.kr





K-NSN

# 자유평행봉



2120 x 720 x 2060

 24328940



KOREA LIVING SPORTS

(주)케이엘에스

1588-4065 | kls.kr



K-NSO

# 옆파도타기



1610 x 930 x 2060

 24328941



KOREA LIVING SPORTS  
**(주)케이엘에스**  
 1588-4065 | kls.kr






K-NSP

# 자유철봉



1620 x 700 x 2060

 24328942



KOREA LIVING SPORTS

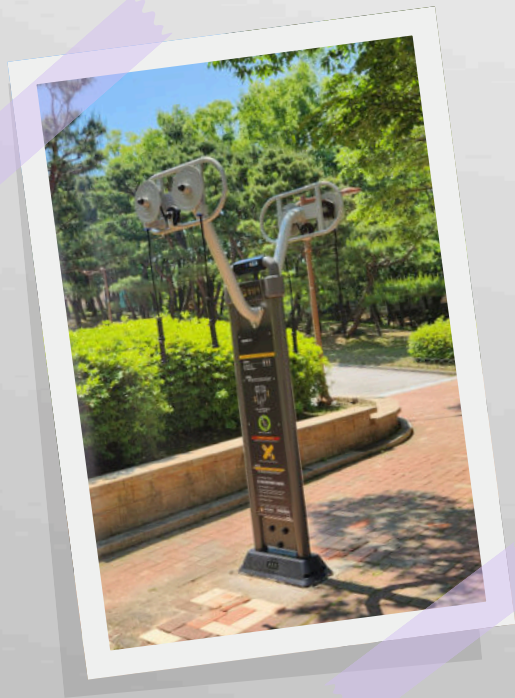
(주)케이엘에스

1588-4065 | kls.kr




K-NSQ

# 양팔줄당기기



1460 x 730 x 2600

 24328943



K-NSR

# 온몸허리돌리기



1660 x 620 x 2060

24328944

K-NST

# 온몸근육풀기



기구물 마주 선 자세



기구 옆으로 선 자세



1130 x 940 x 2060

24335814




K-NSU

# 윗몸일으키기



- 10~20회 반복 동작**  
완식 후 2~3회 반복
1. 그릴과 같이 다리를 모아 가슴으로 무릎을 닿게주세요.
  2. 다리를 벌인 상태에서 팔자선으로 목 부분 후 차세로 돌아옵니다.
- 10~20회 반복 동작**  
완식 후 2~3회 반복
1. 그릴과 같이 다리를 벌인 후 무릎을 모아 다리를 살짝 펴주세요.
  2. 무릎을 모아 가슴쪽으로 닿게상 후 다시 차음 자세로 돌아가십시오.
- 10~20회 반복 동작**  
완식 후 2~3회 반복
1. 가구에 누운 후 양팔로 머리를 잡습니다.
  2. 양팔은 발끝아래 발목을 걸쳐 주십시오.
  3. 그릴과 같이 상체를 완전히 일으키지 말고 허리와 어깨자간 틈이나 내장대를 반박해 주십시오.
- 10~20회 반복 동작**  
완식 후 2~3회 반복
1. 가구에 누운 후 양팔로 머리를 잡습니다.
  2. 양팔은 발끝아래 발목을 걸쳐 주십시오.
  3. 허리와 어깨의 틈으로 전완의 상체를 움직이십시오.
  4. 다시 처음으로 돌아옵니다.

1290 x 1470 x 2060

 24328945



KOREA LIVING SPORTS

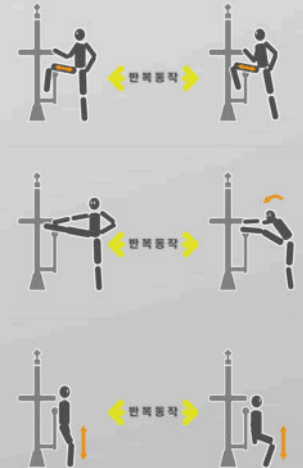
(주)케이엘에스

1588-4065 | kls.kr



K-NSV

# 허벅지근육풀기



830 x 1150 x 2060

 24328946



KOREA LIVING SPORTS  
**(주)케이엘에스**  
 1588-4065 | kls.kr

