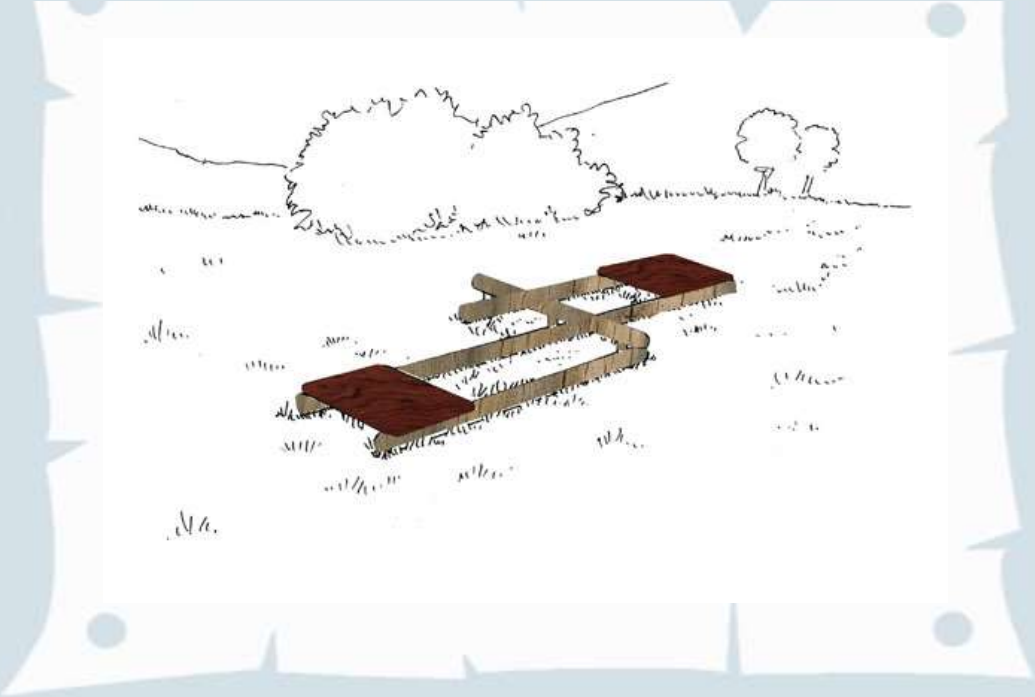
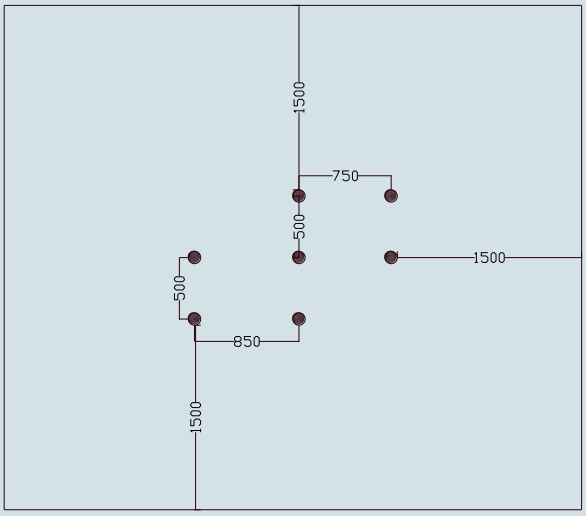
# ABDOMINAUX

Réf 3119S B



Panneau de consigne

ZONE D'IMPLANTATION ET DE SECURITE : 4.7 M x 4 M




**DIAMETRE RONDIN :** 100 mm **ASSISE :** HPDE 15 mm
**HAUTEUR HORS SOL :** 110 mm
**DEROULEMENT DE L' EXERCICE :** S'asseoir, passer les pieds sous le rondin central, jambes repliées, mains derrière la tête, relever et descendre le tronc.
**SCELLEMENT :** Respecter niveau 0

**Scellement :**
Nombre de réservation : 7
Diamètre : 40 X 40 cm
Profondeur : 50 cm
Dosage béton : 300 kg/m3