COPPA CAFFÈ

Migliorare l'equilibrio giocando

upi – Ufficio prevenzione infortuni

upi

4.253.03 – 09.2018

In forma con il BOSU® balance trainer

Forza ed equilibrio sono decisivi per la prevenzione delle cadute. Il nostro gioco d'equilibrio «Coppa Caffè» ti permette di allenare entrambi in modo mirato ed efficace. E oltretutto, è anche divertente.

Ecco come funziona

Scegli un posto nella tua azienda dove collocare i due vassoi e il BOSU® balance trainer, ad esempio in caffetteria, nel locale di ristoro o in corridoio. Chi riesce a tenersi in equilibrio con il vassoio e i bicchieri di plastica? Le istruzioni del gioco sono riportate sul vassoio.

Il pacchetto «Coppa Caffè» contiene:

- 2 BOSU® balance trainer
- 2 vassoi
- il dispositivo di fissaggio, una matita e bicchieri di plastica
- un manifesto A3 da affiggere in azienda
- un factsheet con le istruzioni di montaggio

Costi

1 set completo: CHF 590.– (escluse l'IVA e l'istruzione)
Informati su **www.imprese.upi.ch**.

Istruzioni per il montaggio

Montaggio dei BOSU® balance trainer

- Gonfiare i due BOSU® balance trainer semicircolari con l'aiuto della pompa fornita.
- Collocare i BOSU® balance trainer a una distanza di 50 cm dalla parete e di un metro tra loro.

Montaggio vassoi

- Fare con il trapano due fori ca. 170 cm sopra i due BOSU® balance trainer per i ganci dei vassoi.
- Inserire i tasselli nei fori.
- Poggiare i bossoli con i fori più piccoli sui fori della parete.
- Fissare i bossoli alla parete con la vite per legno.
- Avvitare la vite a testa tonda nel bossolo lasciandola sporgere 8 mm dal bordo del bossolo.
- Serrare la vite con testa a esagono incassato del bossolo con il cacciavite esagonale per fissare la vite a testa tonda
- Agganciare i vassoi mediante le apposite fessure.

Ovviamente i due vassoi possono essere appoggiati anche su un tavolo, sul supporto della lavagna a fogli mobili o sul davanzale della finestra.

Mettere i bicchieri sul vassoio

- Inserire i bicchieri nella fessura con l'apertura rivolta in basso.

La Coppa Caffè può iniziare!

upi – Ufficio prevenzione infortuni, casella postale, CH-3001 Berna
Tel. +41 31 390 22 22, info@upi.ch, www.upi.ch

upi