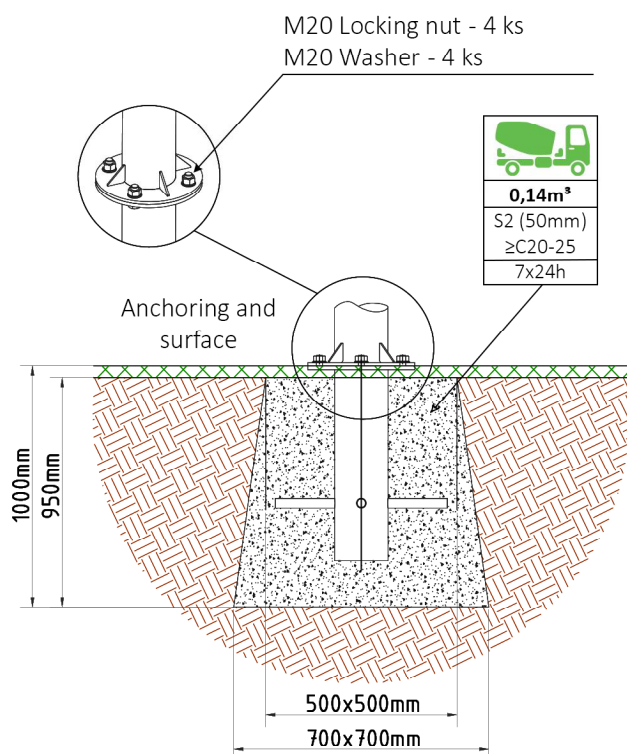
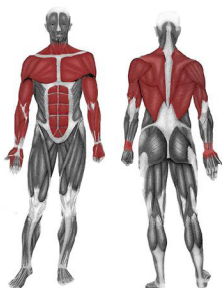


ART. NR. 16 CE 1119

EXCLUSIVE STAINLESS STEEL SERIES

Produkttyp: Träning**Funktion:** Utveckling och förstärkning av övre extremiteterna muskler och bröst. Förbättring av din fysiska styrka / kondition.**Användning:** Med maskinen CE 19 BÄNK: sitta på sätet, luta ryggen mot ryggstödet och skjut handtagen framåt med båda händerna samtidigt. Med maskin CE 11 STRÄCKNINGSMASKIN: sitt på sätet, luta ryggen mot ryggstödet och ta tag i handtagen. Sedan drag dem nedåt.**Utförande:** Vi rekommenderar 3 set, 6-12 reps vardera, med en paus mellan uppsättningarna, eller enligt användarens fysik/hälsotillstånd. Om du känner någon smärta, stoppa träningen omedelbart.**Observera:** Maximalt tillåtna vikt hos en användare är 120 kg. Ett område på 2 meter från användaren/maskinen måste hållas fri under träningen. Utan en vuxens närvaro, är barn under 14 år inte tillåtna att använda maskinerna. Annan än korrekt användning är förbjuden.**Säkerhetsinstruktioner:** Övningarna ska vara kontrollerade och i ett lugnt tempo. Överansträngning kan leda till hälsoproblem. Vid minsta tvivel, kontakta din läkare. Undvika skador - använd inte utrustningen om ytan är våt, frostig, varm eller om utrustningen har synliga skador.

Product number	CE 1119
Age group	*
Number of users	2
Maximal load	120 Kg / 1 os.
Maximal dimension	1,7 x 0,7 x 1,7
Recommended area	*



Exercise zone

