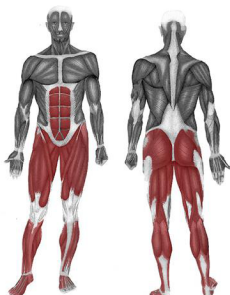


ART. NR. 16 CE 41

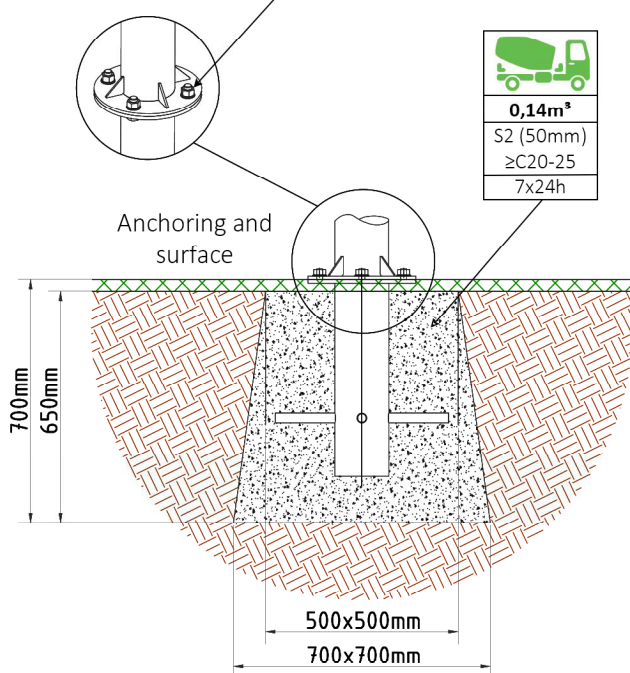
EXCLUSIVE STAINLESS STEEL SERIES

Produkttyp: Träning**Funktion:** Stärka och utveckla magmuskulerna.**Användning:** Ligg ner på bänken med huvudet högt upp. Ta tag i baren bakom. Böj knäna och lyfta dem upp till pannan.**Utförande:** Vi rekommenderar 3 set, 8-12 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 41
Age group	*
Number of users	1
Maximal load	120 Kg / 1 os.
Maximal dimension	1,2 x 0,4 x 0,7
Recommended area	*



M20 Locking nut - 4 ks
M20 Washer - 4 ks



Exercise zone

