

EXCLUSIVE STAINLESS STEEL SERIES

Produkttyp: Workout/Träning av de övre och nedre muskelgrupperna. Helkroppsträning.

Funktion: Workout/Träning av de övre och nedre muskelgrupperna. Helkroppsträning.

Användning: Sitt ner på sätet, sätt fötterna på pinnarna och ta tag i handtagen. Tryck med benen ifrån dig och samtidigt dra i handtagen mot dig. Sätet kommer att höjas. Sakta återgå till startpositionen.

Utförande: Vi rekommenderar 3 sets, 10-15 reps, med paus mellan seten, 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 08
Age group	*
Number of users	1
Maximal load	130 Kg
Maximal dimension	0,8 x 0,5 x 1,2
Recommended area	*



Exercise zone

