



## FITNESS SOLO TIKKAAT

324406W

### TEKNISET TIEDOT

Korkeus	2 140 mm
Leveys	920 mm
Syvyys	820 mm

### LISÄTIETOA

- Tarkoitettu ulkokäyttöön
- Sinkittyä (epoksi) + jauhemaalattua terästä

### KÄYTTÖOHJE

- **Käyttötapa:**  
Leuanveto – Ota kiinni ylätangosta, vedä itsesi ylös kunnes leuka ylittää tangon ja laskeudu sitten rauhallisesti alas lähes suorille käsille. Voit vaihdella otetta sekä otteen leveyttä.  
Venyttely – Suorista toinen jalkasi tangolle noin vyötärön korkeudelle. Taivuta ylävartaloa selkä suorana eteenpäin kunnes tunnet venytyksen kohotetun jalan takareidissä.
- **Käyttötarkoitus:**  
Leuanveto auttaa vahvistamaan yläselkää ja keskivartaloa sekä monia käsivarsien lihaksia.
- **Muuta:**  
Laitte on tarkoitettu aikuisille sekä lapsille 10 ikävuodesta alkaen. Alle 14-vuotiaiden lasten tulisi käyttää laitetta vain aikuisen valvonnassa. Käyttäjän maksimipaino 130 kg.