



FITNESS SOLO DIPPITELINE

324407W

TEKNISET TIEDOT

Korkeus	1 830 mm
Leveys	730 mm
Syvyys	1 170 mm

LISÄTIETOA

- Tarkoitettu ulkokäyttöön
- Sinkittyä (epoksi) + jauhemaalattua terästä

KÄYTTÖOHJE

- **Käyttötapa:**
Dippipunnerrus – Ota tukeva ote käsitangoista ja nosta itsesi ylös kädet suoriksi. Laske vartaloa koukistamalla kädet 90 asteen kulmaan ja punnerra sitten itsesi takaisin ylös.
Jalkojennosto – Ota tukeva ote ja nojaa kyynärvarsilla käsitankoihin. Nosta jalat eteen suorina tai koukussa ja laske alkuasentoon.
- **Käyttötarkoitus:**
Dippipunnerrukset auttavat vahvistamaan ylävartalon lihaksia.
Jalkojennostot auttavat vahvistamaan erityisesti vatsalihaksia.
- **Muuta:**
Laitte on tarkoitettu aikuisille sekä lapsille 10 ikävuodesta alkaen. Alle 14-vuotiaiden lasten tulisi käyttää laitetta vain aikuisen valvonnassa. Käyttäjän maksimipaino 130 kg.