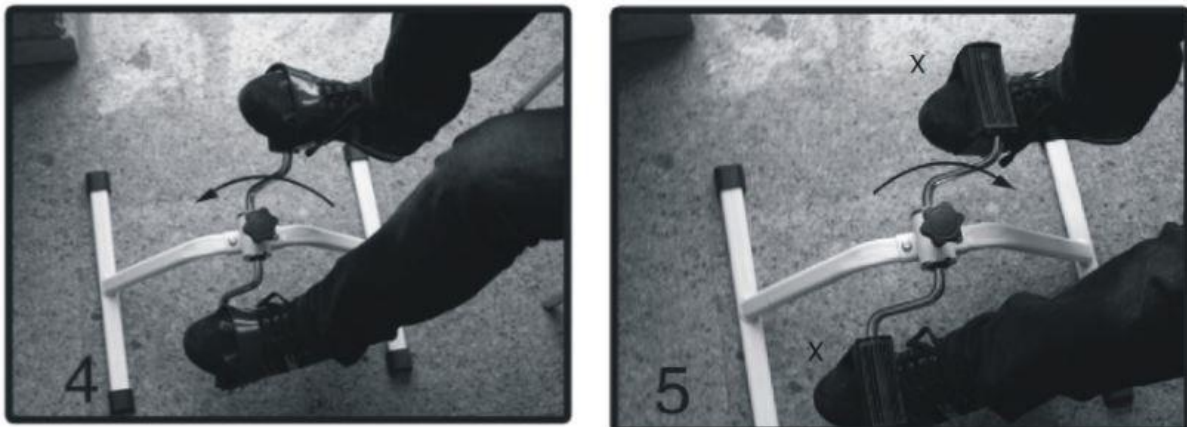


Aparat pentru exercitii usoare



1. Asamblati produsul folosind suruburile din cutia cu piesele de montaj.
2. Fixați rezistorul pe cadrul principal cu șuruburi.
3. Așezați butonul de reglare a rezistenței centrale în orificiu și folosiți rezistența pentru a regla intensitatea efortului.

Asezati produsul pe o suprafata plana, puneti picioarele pe pedale si miscati in sensul sau inversul acelor de ceasornic, dupa cum doriti.



Nota: Va rugam sa stati pe un scaun cand va antrenati pe acest produs, nu va asezati cu toata greutatea pe produs fara a avea un punct de sprijin.