

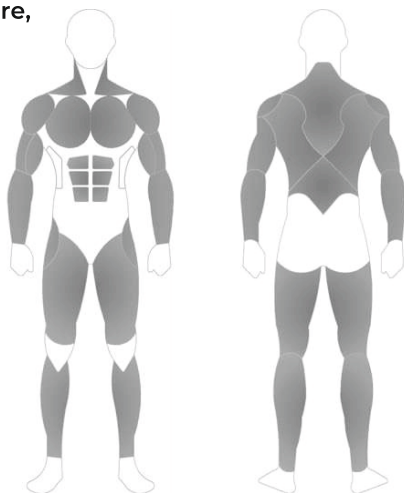


Benutzung

Setzen Sie sich auf den Sitz. Stellen Sie Ihre Füße auf die Trittplächen und greifen Sie mit den Händen nach den Griffen. Ziehen Sie die Griffe zu sich, bis die Beine gerade sind. Halten Sie dabei Ihren Rücken aufrecht.

Funktion

- Die Übung entwickelt sowohl obere, als auch untere Muskelpartien. Verbessert wird die Körperausdauer und die motorische Koordination.



Zertifikat gemäß der Norm EN 16630

Max. Benutzergewicht
120 kg

Mindestbenutzerhöhe:
140 cm