



HANDLEIDING

Fitness/Aerobic Step Pro XL

Verstelbaar in 3 hoogtes



Specificaties W.O.D Fitness/Aerobic Step Pro XL:

- ✓ Bepaal gemakkelijk de intensiteit van je training o.b.v. de drie verstelbare hoogtes: 15, 20 en 25 cm
- ✓ Snel en simpel wisselen van hoogte
- ✓ Breed inzetbaar: voor thuisgebruik, in sportscholen, in fysiopraktijken en personal training studio's
- ✓ Maximaal belastbaar gewicht van 200 kg
- ✓ Voorzien van antislip toplaag en antislip gripnoppen voor een goede grip op de step en met de vloer
- ✓ Duurzaam en slijtvast
- ✓ Te gebruiken bij o.a. krachttraining, aerobics, evenwichtsoefeningen en revalidatie
- ✓ Afmeting: 98 x 38 x 15/20/25 cm (l x b x h)
- ✓ Relatief licht in gewicht (6,1 kg) en dus makkelijk mee te nemen (naar bijvoorbeeld de sportschool)
- ✓ Éxtra robuust en met éxtra groot stepoppervlak en zodoende genoeg ruimte om ook liggend op de step oefeningen te kunnen doen, om met zware gewichten te trainen en voor intensieve aerobics

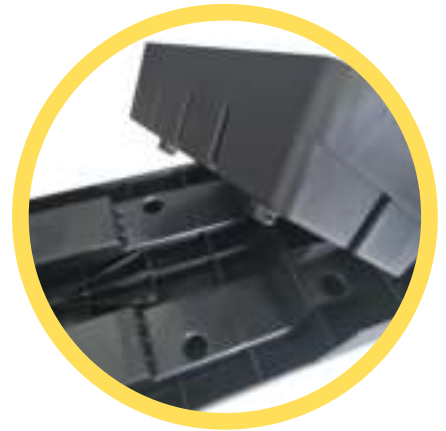
Instructies instellen van de drie hoogtes:

(plaats de step bij gebruik altijd op een vlakke ondergrond)

Stand 1:



Bij deze stand klik je de beide verhogingen in de binnenste gaten (via de twee ronde noppen welke in de twee gaten klikken).



Stand 2:



Bij deze stand klik je de beide verhogingen in de middelste gaten (via de twee ronde noppen welke in de twee gaten klikken).



Stand 3:



Bij deze stand klik je de beide verhogingen in de buitenste gaten (via de twee ronde noppen welke in de twee gaten klikken).

