



WORK OUT GUIDE

TESTED BY
ATHLETES

**TESTED BY ATHLETES -
SPEED ROPE SPRINGTOUW**

Namens Tested by Athletes willen wij u bedanken voor uw aankoop van de Speed Rope Springtouw. Om u op weg te helpen bij uw eerste trainingen hebben wij een aantal oefeningen bijgevoegd om de mogelijkheden van het springtouw te laten zien. Wij wensen u veel sportief plezier van de Speed Rope Springtouw van Tested by Athletes.