

Pomocník na sedy s dvojitými sacími pohárom a šnúrou

návod na použitie

Priateľské upozornenie

Vďaka za vašu podporu fitnessových zariadení, pomôcka na sedy s dvojitými sacími pohárom a šnúrou, na lepšie používanie, si pred použitím dôkladne prečítajte tento návod. Produkty sú balené v dobrom stave. Hlavne, ak dôjde k modifikáciám, nie sú predtým oznámené.

Hlavná štruktúra a použitie

1. Zariadenie na sedy s dvojitými sacími pohárom a šnúrou hlavne obsahuje upevňovacie zariadenia na sacích pohároch, tyče na nastavovanie výšky, penovú podložku a ďalšie časti skladačky.
2. Pomocník na sedy s dvojitými sacími pohárom a šnúrou vám pomáha vykonávať sedy alebo brucho rolling cvičenia, aby ste dosiahli fitnessové ciele ako posilňovanie brušných svalov, znižovanie pásu a redukciu brucha.

Spôsob použitia

1. Pred použitím pripravte: Rozložte jogovú podložku na podlahu; stlačte prepínač sacieho pohára, upevnite zariadenie na tvarovanie brúcha a znižovanie pásu na hladký a bezšvíkový povrch, a nastavte výšku tak, aby nastavovací prievlak bol smerom k vám.
2. Nastavte výšku penovej podložky pomocou nastavovacieho prievlaku, čo vám umožní získať pohodlnú cvičebnú pozíciu.
3. Pri cvičeniach na zakrucovanie horných končatín alebo sedy, zapojte nohy samostatne do penovej podložky.
4. Pri vykonávaní hore uvedených cvičení položte nohy na penovú podložku tak, aby bolo vaše pás bližšie k podlahe, čím sa chráni bedrová chrbtica.

Údržba zariadenia

1. Po použití povrch, ktorý sa používa na upevnenie sacieho pohára, vyčistite.
2. Pri použití vyčistite nečistoty a prach z gumenej spodnej časti sacieho pohára, môžu sa aj umyť malým množstvom vody, aby bola guma vlhká, čo zabezpečí stabilnejšie držanie.
3. Aby sa zabránilo starnutiu silikónu, vyhnite sa vystaveniu zariadenia slnku a vysokej vlhkosti. V nevhodných prostrediach, ako je horúce vzduchové fúkanie, tiež zabráňte olejovým škvrnám na gume alebo koroziívnym chemikáliám, ako sú silné kyseliny a zásady.

Bezpečnostné upozornenia

1. Pred začiatkom tréningu sa uistite, že sacie poháre zaistili zariadenie na podlahe.
2. Každé použitie tejto pomôcky by nemalo prekročiť 1 hodinu používania.
3. Tento prístroj je určený iba na cvičenie brucha a nesmie byť použitý na iné účely, ako je napríklad zdvíhanie ťažkých predmetov.
4. Pred použitím používajte napínaciu šnúru a háčik v smere osoby, aby ste predišli zraneniu spôsobenému vypadnutím T-stojana.

SKU : coregrip_BL110 / coregrip_P110

Názov produktu: Pomocník na sedy s dvojitými sacími pohárom a šnúrou

Modelové číslo: DSS-60

Farba: čierna / ružová a sivá

Referenčné číslo: 43 / 2025

Vyrobca:

Ningbo Tide Household Company Limited.

No. 360, Jiyi Village, Xidian Town, Ninghai County,

Ningbo City, Zhejiang Province.

Importér a autorizovaný zástupca: DFVU d.o.o.

Liparjeva cesta 6A, 1234 Mengeš, Slovinsko.

Vyrobené v Číne