

Instrukcja

1. Zamocuj taśmę na drążku do podciągania.
2. Dostosuj długość do swojego wzrostu i siły.
3. Postaw stopy na podwójnej podporze.
4. Wykonuj podciągania z pełnym wsparciem i bezpieczeństwem.
5. Po użyciu przechowuj taśmę w suchym i czystym miejscu.