

BODY TRIMER



Velice účinné cvičení na boky, stehna, paže a prsní svaly

Pozice 1

Tímto cvičením posilujete vnitřní stranu stehen. Položte Body trimer mezi kolena, středem dolů. Pořádně uchyťte rukojeti, aby vám přístroj nevyklouzl. Opakujte cvičení v několika sériích.

Pozice 2

Tímto cvičením posilujete vnější stranu stehna a boky. Pohodlně se posaďte do tureckého sedu a Body trimer dejte pod jedno koleno (Může chvíli trvat, než najdete pohodlnou pozici). Druhou rukou se zapřete do země a tlačte koleno dolů na podlahu. Opakujte cvičení pro obě nohy a v několika sériích.

Pozice 3

Tímto cvičením posilujete prsní svaly. Uchopte Body trimer mezi paže, středem nahoru, dlaně mějte otočené k tělu a tlačte předloktí k sobě. Cvičení opakujte v několika sériích.

Pozice 4

Tímto cvičením posilujete paže. Opřete si loket o nohu. Rukojeti uchopte oběma rukama. Jednu zafixujte na hrudi, druhou paži přitahujte k tělu. Na ruce udržujte úhel maximálně 90 stupňů. Cvičení opakujte pro obě paže a v několika sériích.

Upozornění:

Ženy, které používají tento přístroj by měly být velmi opatrné, přetažení může způsobit problémy.



Prodávající poskytuje na tento výrobek prvnímu majiteli záruku 2 roky ode dne prodeje.

Záruka se nevztahuje na závady vzniklé:

1. zaviněním uživatele tj. poškození výrobku nesprávnou montáží, neodbornou repasí, užíváním v nesouladu se záručním listem
2. nesprávnou nebo zanedbanou údržbou
3. mechanickým poškozením
4. opotřebením dílů při běžném používání
5. neodvratnou událostí a živelnou pohromou
6. neodbornými zásahy
7. nesprávným zacházením, či nevhodným umístěním, vlivem nízké nebo vysoké teploty, působením vody, neúměrným tlakem a nárazy, úmyslně pozměněným designem, tvarem nebo rozměry