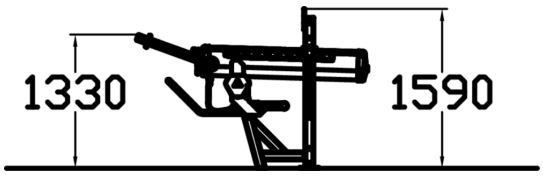
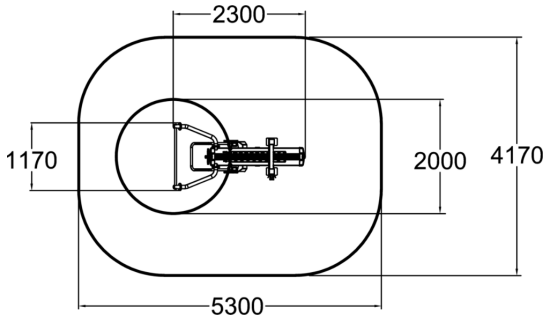
LAPPSET

081862

Sisu Squat

Knäböj är styrketräning som främst används för att utveckla muskler i underkroppen (quads, gluteus maximus). Lägg stången på axlarna i stående position med något böjda ben. Sträck därefter på benen för att lyfta stången uppåt och ta ett steg bakåt för att frigöra vikten. Böj på benen så långt du orkar och klarar, sträck på benen till upprätt läge igen. För att låsa vikterna tillbaka till utgångsläget, ta ett steg framåt och släpp stången. Vikten justeras steglöst genom att vrida på ett hjul som styr ett motstånd. Vald vikt (10-100 kg) visas på mätskalan. En krok till handduk och en flaskhållare finns inom räckhåll.Du kan ladda ner alla 2d dwg top views för Sisu Fitness här: https://lappset.contenthub.fi/ui/shares/w5923919/635076/en/workspaces/5923919





Antal användare	1
Längd, mm	2300
Bredd, mm	1170
Höjd mm	1500
Minimum utrymmeshöjd, mm	2400
Säkerhetsstandard	EN 16630 TÜV
Monteringstid (1 person) tim	4
Monteringsalternativ	surface_mounting
Färg på metallkomponenter	
Färger på väggar och HPL-ko	

LAPPSET SWEDEN AB
Basaltgatan 1, 749 40 Enköping
sverige@lappset.com | www.lappset.se

© Lappset Group Ltd. Alla rättigheter förbehållna.