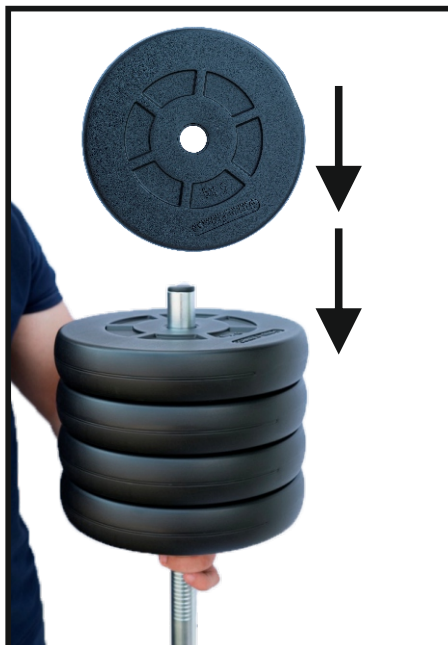




GAZO FITNESS **Használati tippek**

1.



/ 1.pont/ Merőlegesen állítsuk a rudat a talajhoz, helyezzük fel a tárcsákat
(5 kg-os Gazo Fitness súlytárca passzos, minimális kotyogás vagy
löttyögés érdekében a jobb és megbízhatóbb edzőmunka végzése céljából)
Apró pici mozgásokkal helyezük a rúdra a tárcsát.

2.

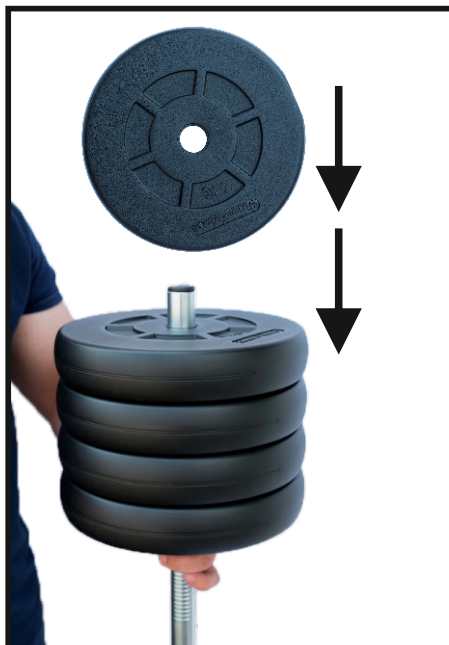


/2.pont/ Miután felhelyeztük a kívánt Gazo Fitness súlytárcsákat,
maradva a tárcsafelhelyezési pozícióban helyezük fel
a szorító klipszet. Nyomjuk össze és toljuk a rúdra teljesen a tárcsaig
amíg nem ér hozzá.



GAZO FITNESS **Használati tippek**

1.



/ 1.pont/ Merőlegesen állítsuk a rudat a talajhoz, helyezzük fel a tárcsákat
(5 kg-os Gazo Fitness súlytárca passzos, minimális kotyogás vagy
löttyögés érdekében a jobb és megbízhatóbb edzőmunka végzése céljából)
Apró pici mozgásokkal helyezük a rúdra a tárcsát.

2.



/2.pont/ Miután felhelyeztük a kívánt Gazo Fitness súlytárcsákat,
maradva a tárcsafelhelyezési pozícióban helyezük fel
a szorító klipszet. Nyomjuk össze és toljuk a rúdra teljesen a tárcsaíig
amíg nem ér hozzá.