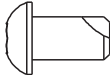
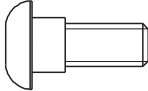
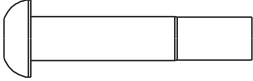

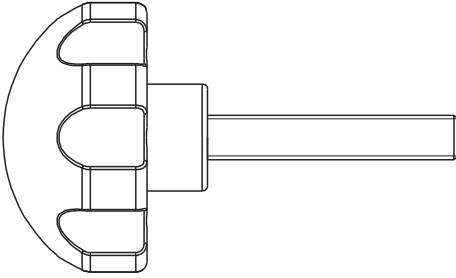



Whole Body Pedaler

44078

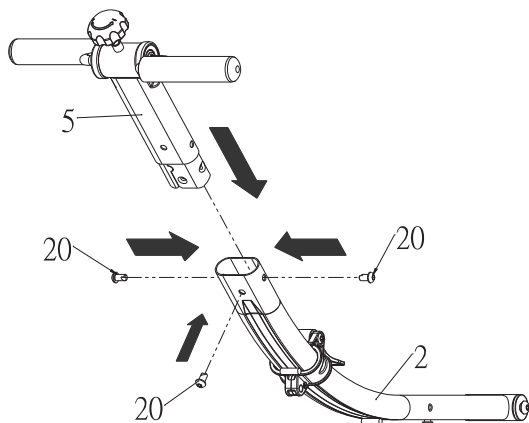


ΛΙΣΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ

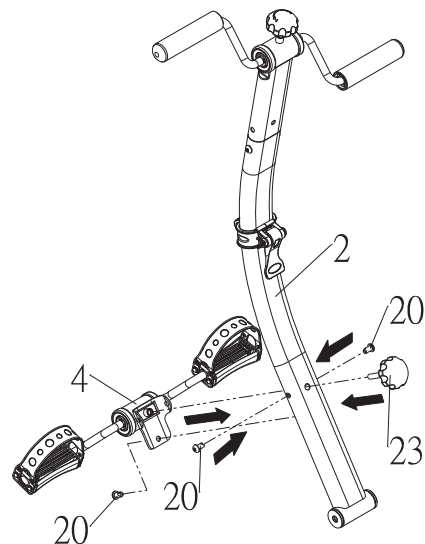
#	ΤΜΧ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ	ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ
20	6	Βίδα M8x14mm	
8	2	Βίδα M8x21mm	
28	1	Βίδα M8x40mm	
30	1	Παξιμάδι M8	
23	1	Πόμολο M8x45mm	
—	1	Κλειδί Άλεν	

ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

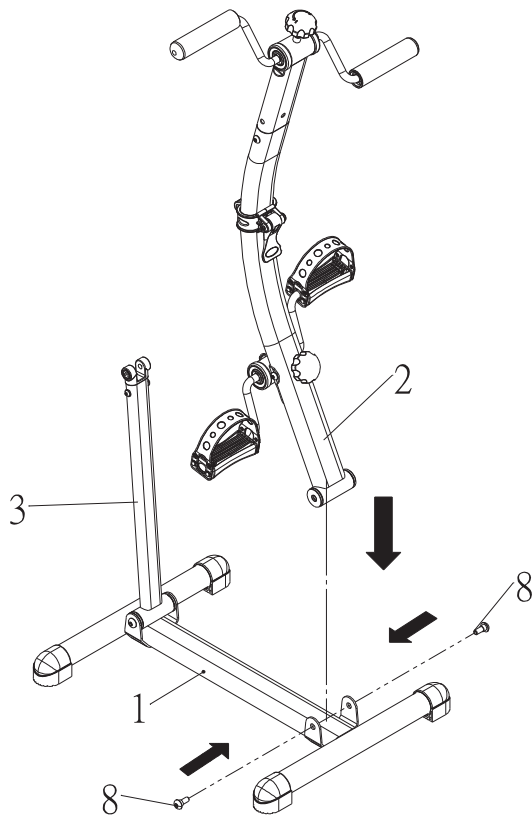
1) Συνδέστε τους σωλήνες (2 + 5) χρησιμοποιώντας 3 βίδες (20).



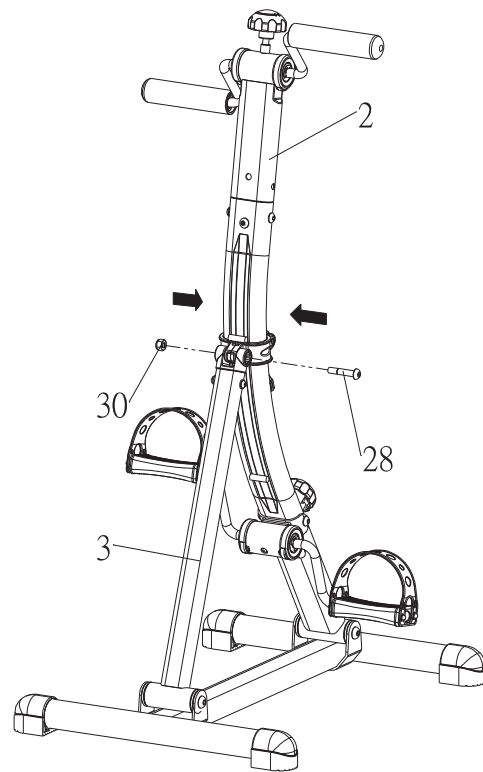
2) Συνδέστε τα πετάλια (4) στον σωλήνα (2) χρησιμοποιώντας 2 βίδες (20) και το πόμολο (23).



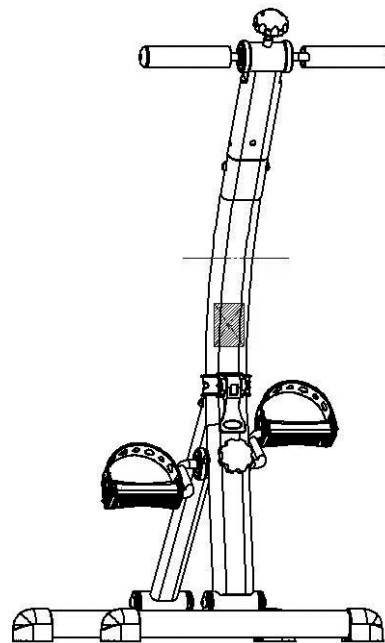
3) Συνδέστε τον σωλήνα (2) στην κυρίως βάση (1) με 2 βίδες (8).



4) Συνδέστε τον εμπρός σωλήνα (3) στον άλλο σωλήνα (2) με βίδα (28) και παξιμάδι (30).



ΡΥΘΜΙΣΗ ΚΛΙΣΗΣ



Σηκώστε το μάνταλο, ρυθμίστε την κλίση και στερεώστε κλείνοντας το μάνταλο. Συνιστούμε να αποφεύγετε την περιοχή όπου υπάρχει η εσοχή στο μέταλο (βλέπε γκριζα περιοχή στη φωτογραφία (επάνω-δεξιά)).

ΧΡΗΣΗ ΠΕΤΑΛΙΕΡΑΣ

Καθήστε σε καρέκλα έχοντας τοποθετήσει την πεταλιέρα στο πάτωμα μπροστά σας, έτσι ώστε η γωνία στα γόνατά σας να μην είναι μεγαλύτερη των 90 μοιρών.

- Τοποθετήστε τα πόδια σας στα πετάλια και τα χέρια σας στις λαβές, βεβαιούμενοι ότι μπορείτε να φτάσετε άνετα τις λαβές χωρίς να τεντώνετε στον αγκώνα. Στην αντίθετη περίπτωση, τροποποιήστε την κλίση της πεταλιέρας. Κρατήστε γερά τις λαβές με τα χέρια σας και περιστρέψτε τες ταυτόχρονα μπορείτε να γυρίζετε και τα πετάλια με τα πόδια σας.
- Μπορείτε να ρυθμίσετε την αντίσταση περιστρέφοντας τα πόμολα.

Προσοχή: Μην ανεβαίνετε επάνω στην πεταλιέρα, να ασκείστε καθήμενοι σε καρέκλα σταθερή, η οποία δεν μετακινείται ή γέρνει.



ΕΛΔΙΚΟ ΣΠΟΡ ΑΕΕ

Κασσάνδρας 30, Βοτανικός, 104 47 Αθήνα
Τηλ.: +30 210 3478279, Fax: + 30 210 3450168
e-mail: info@eldico.gr - WEBpage: <http://www.eldico.gr/>