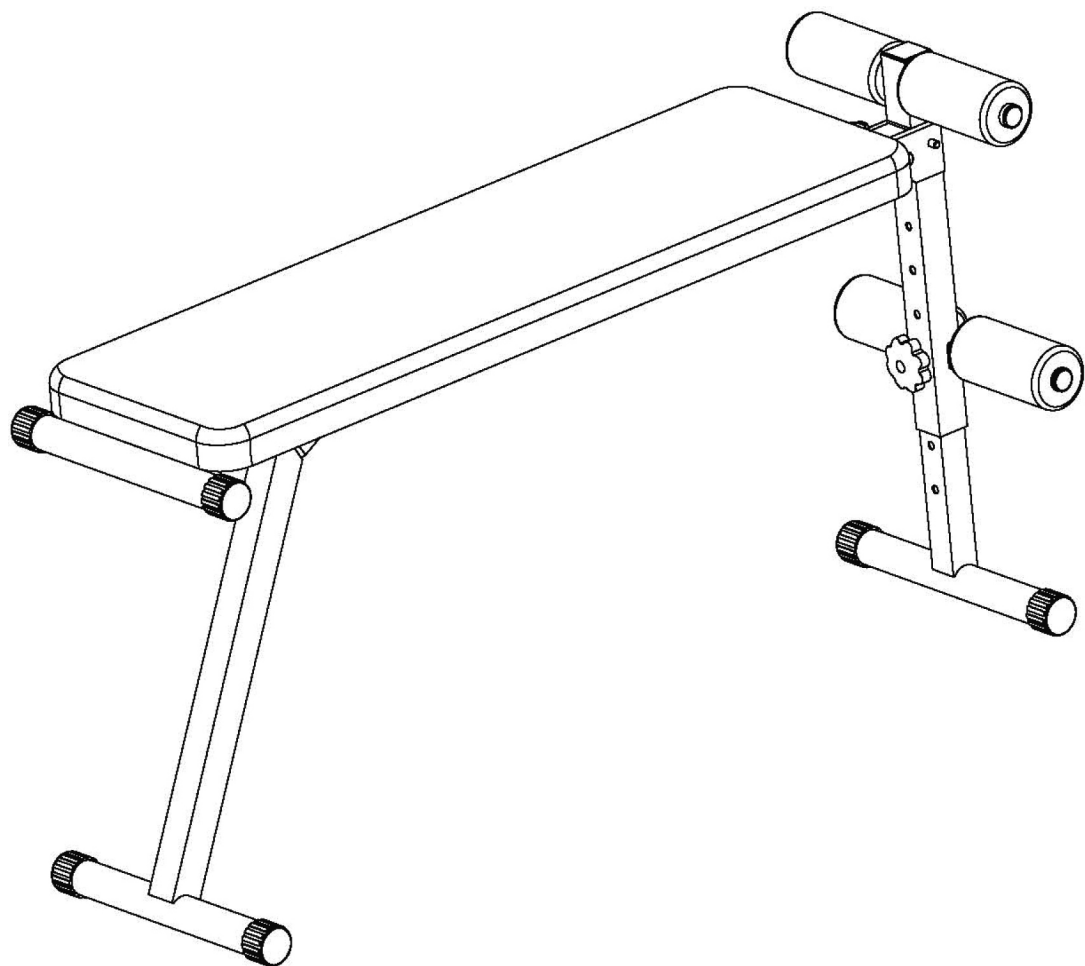


Πάγκος Κοιλιακών

44750



ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ

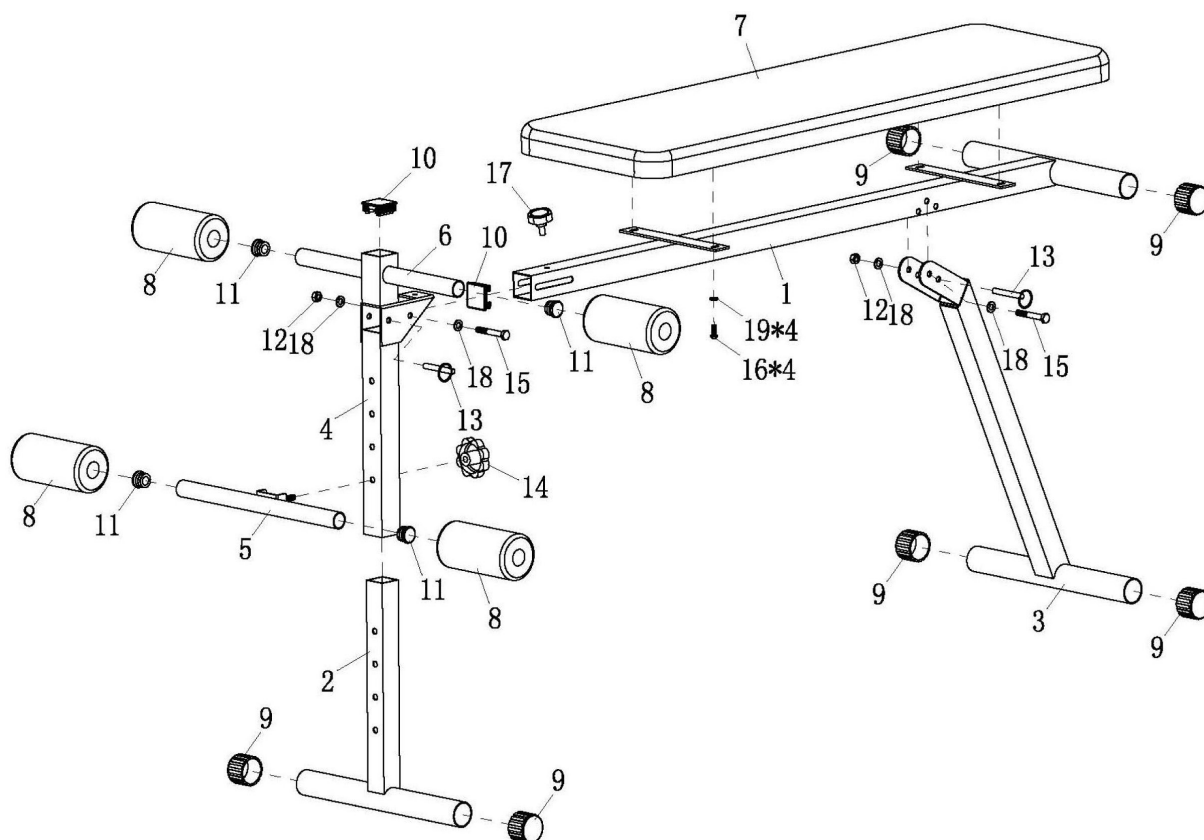
- Συμβουλευθείτε έναν γιατρό πριν αρχίσετε κάποιο πρόγραμμα γυμναστικής.
- Αν νιώσετε ζαλάδα ή αδυναμία, σταματήστε άμεσα την άσκησή σας.
- Να χρησιμοποιείτε το μηχάνημα μόνο σε επίπεδη επιφάνεια.

ΛΙΣΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ

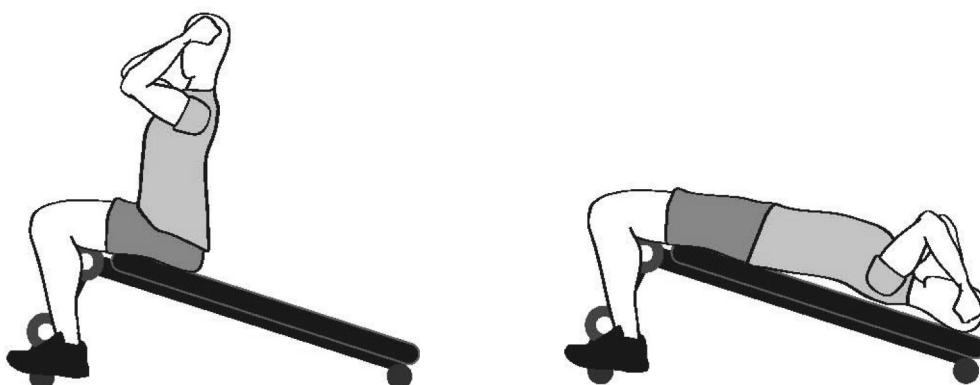
#	ΤΜΧ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
1	1	Κεντρικός δοκός
2	1	Εμπρός πόδι
3	1	Πίσω πόδι
4	1	Εμπρός δοκός προσαρμογής
5	1	Άξονας αφρωδών προστατευτικών (ρυθμιζόμενος)
6	1	Άξονας αφρωδών προστατευτικών
7	1	Μαξιλάρι (στρώμα)
8	4	Αφρώδες προστατευτικό
9	6	Καπάκια ποδιών Ø38

#	ΤΜΧ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
10	2	Τετράγωνα καπάκια 38x38
11	4	Στρογγυλά καπάκια Ø25
12	2	Παξιμάδια ασφαλείας M8
13	2	Πείρος Ø8x55
14	1	Πόμολο σταθεροποίησης M8
15	2	Εξάγωνη βίδα M8x55
16	4	Βίδα M6x20
17	1	Πόμολο M8
18	4	Ροδέλα 8
19	4	Ροδέλα 6

ΣΧΕΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ



ΑΣΚΗΣΕΙΣ



Ασκήσεις κοιλιακών



Εκτάσεις τρικεφάλων

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/>