

Digitální švihadlo

Výr. Číslo. 100

- Ujistěte se, že vždy uchopíte rukojeti s pravou rukou. Pro hladkou funkci se snažte, aby rukojeť byla ve vodorovné poloze.

Funkce:

- * Počítá až 999 krát
- * Tlačítko stlačte 1 krát pro návrat
- * Zaručené hladké počítací ložiska
- * Vinylova trubice pro ochranu lana

- Vytáhněte lano do délky podle potřeby a ustříhněte jej na správnou délku.
- Nikdy nemanipulujte s rukojetí na pravé straně.

Skákací sazba za minutu podle věkových skupin:

- 20 let: 110 až 130 krát
- 30 let: 90 až 100 krát
- 40 let: 80 až 90 krát
- 50 let: 70 až 80 krát

Zdržte se většího výkonu, než vám to dovolují vaše zdravotní důvody.