

Digitálne švihadlo

Výr Číslo. 100

- Uistite sa, že vždy uchopíte rukoväť s pravou rukou. Pre hladkú funkciu sa snažte, aby rukoväť bola vo vodorovnej polohe.

Funkcie:

- * Počíta až 999 krát
- * Tlačidlo stlačte 1 krát pre návrat
- * Zaručené hladké počítačové ložiská
- * Vinylová trubica pre ochranu lana

- Vytiahnite lano do dĺžky podľa potreby a odstrihnite ho na správnu dĺžku.
- Nikdy nemanipulujte s rukoväťou na pravej strane.

Skákacia sadzba za minútu podľa vekových skupín:

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

Zdržte sa väčšieho výkonu, než vám to dovoľujú vaše zdravotné dôvody.