



Уважаемый покупатель!

Благодарим Вас за приобретение многофункционального тренажера для подвешного тренинга торговой марки «TORRES»

Пожалуйста внимательно ознакомьтесь с мерами предосторожности и инструкцией перед установкой и использованием тренажера.

Желаем отличного здоровья, прекрасной физической формы и достижения спортивных целей!

www.torres-sport.com

Меры предосторожности

1. Перед каждым использованием проверяйте тренажер на предмет возможных повреждений или утери его частей. Не используйте тренажер при наличии повреждений или неполной комплектации
2. Тренажер предназначен только для домашнего использования
3. Максимально выдерживаемый вес 90 кг
4. Перед началом тренировок обязательно проконсультируйтесь с врачом
5. Приступая к занятиям, убедитесь, что тренажер надежно закреплен. Проверьте крепление дверных петель и защелок (замков). Устанавливайте тренажер только со стороны двери, противоположной стороне, с которой размещены дверные петли. В противном случае использование тренажера может быть опасным
6. Не переносите всю массу тела на тренажер, используйте одну или две дополнительных точки опоры

Инструкция по установке

1. Отрегулируйте длину строп для выбранного упражнения, убедитесь, что оба регулировочных крепления надежно зафиксированы.
2. Поместите фиксатор за дверь со стороны дверных петель (см. рис. 1)
3. Закройте дверь, убедитесь, что тренажер хорошо зафиксирован и крепление неподвижно (см. рис. 2)

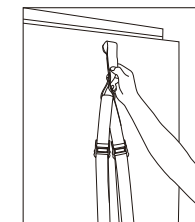


Рис. 1

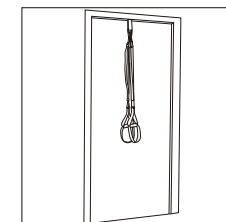
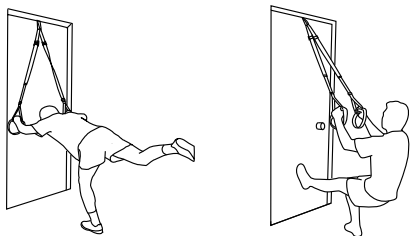
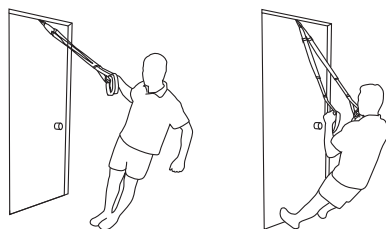


Рис. 2

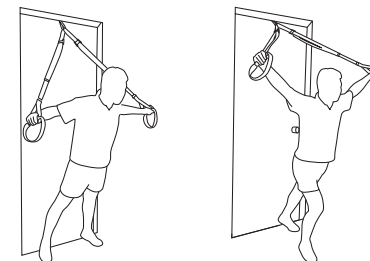
БАЛАНС



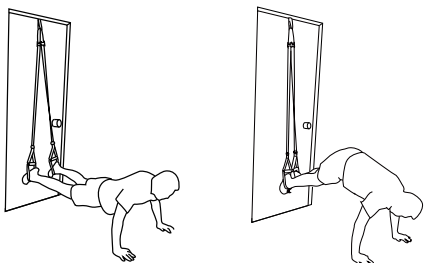
ТРИЦЕПСЫ



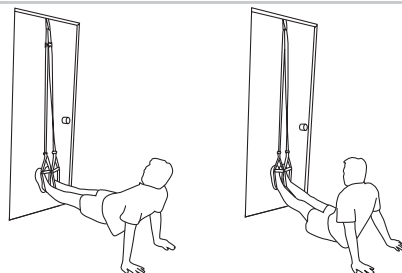
ГРУДНЫЕ МЫШЦЫ



МЫШЦЫ СПИНЫ



МЫШЦЫ НОГ



НЕ ВИСНИТЕ ВСЕМ ТЕЛОМ НА ТРЕНАЖЕРЕ!!!

