

Zwart-grijs
is de standaardkleur,
maar alle ral-kleuren
kunnen verkregen
worden.



Abs Board

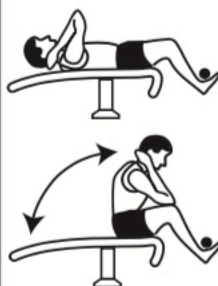
Functie	Het ontwerp en de constructie van deze sit-up helpen om overbelasting van de rug te voorkomen. Met de Abs board worden gelijktijdig een groot aantal buikspieren intensief getraind.
Gebruik	Ga op het toestel liggen en klem voeten onder de steunen. Doe sit-ups : Plaats uw handen in uw nek en beweeg uw borst richting knieën en ga terug in beginpositie. Oefening meermaals herhalen. Schuine buikspieren trainen : doe sit-ups maar ipv recht omhoog te komen beweeg je rechterelleboog naar je linker knie en omgekeerd. Let wel buikspieren steeds aanspannen bij uitvoeren van de oefening voor beste resultaat.

Type	OFS100337
Afm.	136,5 x 109 x 70 cm
Ruimte	440 x 410 cm
Montage	in beton te verankeren
Gewicht	40 kg
Volume	0,5 m ³



Elk toestel wordt voorzien van een specifieke sticker met gebruik in pictogramstijl en waarschuwing voor verkeerd gebruik (grootte van de gebruiker).

ABS board



Netgedoeld voor personen
kleiner dan 1,40 meter
Les appareils de fitness
sont utilisables pour toute
personne mesurant
au minimum 1,40 m.

OFS
Outdoor Fitness Systems
www.o-f-s.eu

Mijnwerkerslaan 33/3
B-3550 Heusden-Zolder
info@o-f-s.eu
www.o-f-s.eu
T. +32(0)11 72 96 50