

Advarsel

Før brug skal du sørge for, at viserne på begge sider (vægtvisningssystem) vender tilbage til deres positioner. Hvis de ikke vender tilbage, kan vægtskiverne falde af under brug, og det kan være farligt.

Håndvægtens intervaller

3 til 32 kg

Indstilling KG	1 3	2 4	3 5	4 6	5 7	6 8	7 9	8 10	9 11	10 12
Indstilling KG	11 13	12 14	13 15	14 16	15 17	16 18	17 19	18 20	19 21	20 22
Indstilling KG	21 23	22 24	23 25	24 26	25 27	26 28	27 29	28 30	29 31	30 32

Håndvægtens intervaller

5 til 36 kg

Indstilling KG	1 5	2 6	3 7	4 8	5 9	6 10	7 11	8 12	9 13	10 14
Indstilling KG	11 15	12 16	13 17	14 18	15 19	16 20	17 21	18 22	19 23	20 24
Indstilling KG	21 25	22 26	23 27	24 28	25 29	26 30	27 31	28 32	29 33	30 34
Indstilling KG	31 35	32 36								

RawX

Brugervejledning til justerbare håndvægte med 1 kg intervaller

Smart justerbar håndvægt



Tip: Pres håndtaget let ned ad når du indstiller vægten.

01

Af sikkerhedsgrunde er det vigtigt at teste vægtlåsen før din første træning. Indstil vægten korrekt og test håndvægten ved at svinge den op og ned i alle indstillinger. Hvis skiver falder af, så skal håndvægten byttes.



02

Placer håndvægten korrekt i holderen med et let tryk, så den går i indgreb, som det fremgår af den stiplede røde streg. Nu kan du justere vægten.



03

Placer håndvægten korrekt i holderen med et let tryk, så den går i indgreb, som det fremgår af den stiplede røde streg. Nu kan du justere vægten.



Smid aldrig håndvægtene - det kan ødelægge mekanikken i håndtagene.