

Professzionális eszköz az alkar edzéséhez – Használati utasítás:

Húzza át a kezét az eszköz nyitott részén, fogja meg a fogantyú felső részét. Végezzen húzó mozdulatokat a kezével előre és hátra, a kívánt gyakorlattól függően. A mozdulatok és a különböző gyakorlatok kombinációja jobb eredményeket biztosít