MANULALUL UTILIZATORULUI - RO

Aparat vibromasaj inSPORTline Julita 7566IN

CONTINUT

INTRUCTUNI 3
STRUCTURA 4
PARTI APARAT VIBROMASAJ 4
AFISAJ SI TASTE 5
ASAMBLARE SI DEZASAMBLARE 5
INSTRUCTIUNI OPERATII 6
PANOU CONTROL 7
CARACTERISTICI 9
EFICIENTA 10
EXERCITII 11
A/ PUTERE 11
B/ STRETCH 14
C/ MASAJ 15
D/ RELAXARE 16
INFORMATII IMPORTANTE 17
INAINTE DE A UTILIZA APARATUL DE VIBROMASAJ 17
IN TIMPUL UTILIZARII 17
DUPA UTILIZARE 17
INFORMATII DE SIGURANTA 17
INTRETINERE 19
DEPOZITARE 19
INTRETINERE 20
PROTECTIA APARATULUI DE VIBROMASAJ 20
CURATARE 20
SPECIFICATIILE PRODUSULUI 20
GARANTIE 20

INTRODUCERE

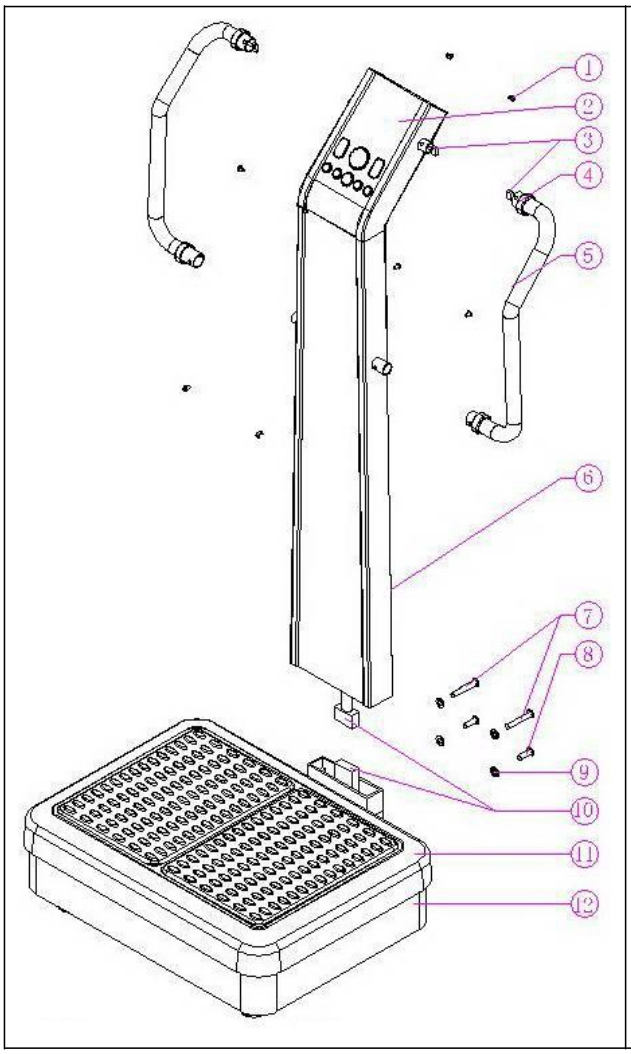
Multumim pentru ca ati cumparat acest aparat de vibromasaj. Va rugam cititi in intregime manualul utilizatorului inainte de a utiliza aparatul. Dupa citire pastrati manualul pentru referinte ulterioare.

Design-ul, pozele, si culoarea materialelor din manual au ca scop doar ilustrarea. Ele pot fi diferite fata de aparatul de vibromasaj.

Acest aparat de vibromasaj are doua motoare si doua tipuri diferite de vibratii. Aparatul de vibromasaj traditional are doar un singur tip de vibratii. Acest model va ofera doua tipuri de vibratii, vibratii verticale si 3D. Vibratiile verticale vibreaza tot corpul de la picioare la cap. Vibratiile 3D ofera vibrabii ale inferiorului piciorului. Cele doua tipuri de vibratii satisfac nevoile utilizarii casnice sau profesionale.

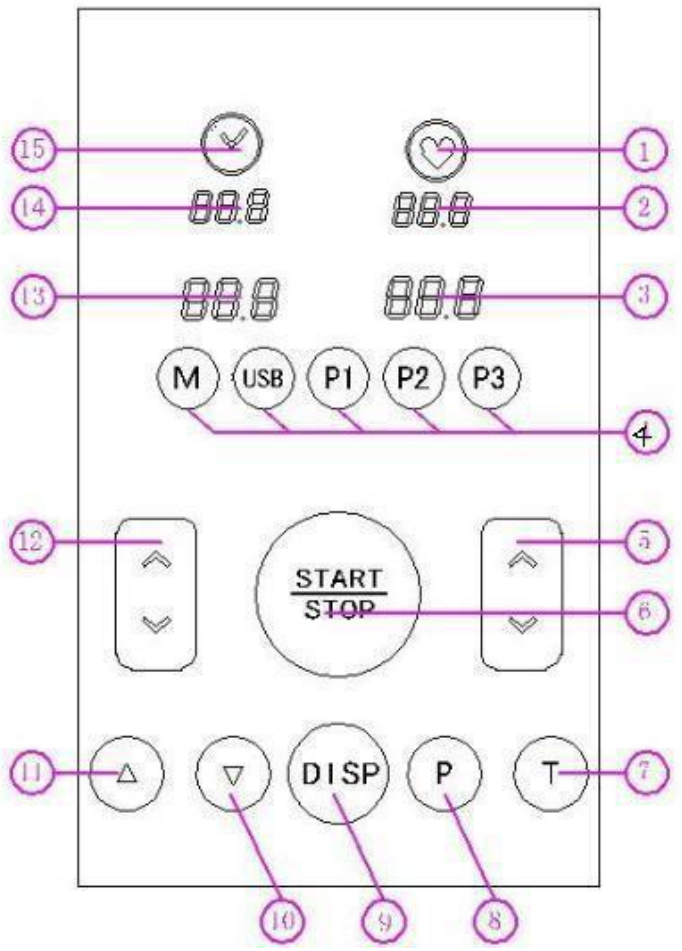
STRUCTURA

PARTI APARAT VIBROMASAJ



1. Surub (M5X8)
2. Ecran afisare
3. Conector linie semnal, superior
4. Capac decorativ
5. Maner
6. Stalp suport
7. Surub (M8X55)
8. Surub (M8X20)
9. Garnitura
10. Conector linie semnal inferior
11. Placa vibromasaj
12. Capac baza

AFISAJ SI TASTE



1. Indicator puls
2. Puls/ Afisaj Mod
3. Afisaj viteza vibratii 3D
4. Indicator functii
5. Viteza vibratii 3D/ tasta ajustare timp
6. Tasta Start/Stop
7. Tasta timp
8. Tasta mod vibratii
9. Tasta schimbare mod vibratii si timp
10. Tasta (--) timp
11. Tasta (+) timp
12. Viteza vibratii verticale/ tasta ajutare timp
13. Afisare viteza vibratii verticale
14. Timp/Afisare mod vibratii
15. Indicator timp

ASAMBLARE SI DEZASAMBLARE

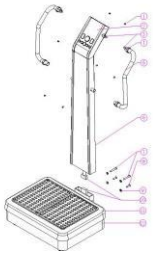
ASAMBLARE

1. Puneti baza aparatului pe o suprafata plana. Doua persoane trebuie sa se ocupe de aceasta, deoarece baza este foarte grea.
2. Conectati liniile de semnal(superior+ inferior) in baza si stalp suport

3. Va rugam fiti atenti cand conectati cele doua linii. Asamblarea necesita doua persoane, nu incercati de unul singur. O persoana tine stalpul de sustinere in timp ce cealalta persoana conecteaza liniile de semnal, cu grija.
4. Asamblati baza si stalpul de suport, dar aveti grija sa nu deteriorati liniile de semnal in acest proces.

5. Asamblati baza si stalpul de suport si strangeti bine cu suruburi.

6. Asamblati manerele pe stalp cu suruburi.



7. Modificati inaltatoarele pentru a ajusta aparatul corect.
8. Conectati cablul de alimentare.
9. Apasati intrerupatorul de la spate.
10. Apasati tasta de start pentru a verifica daca aparatul functioneaza.

DEZASAMBLARE

1. Opriti aparatul inainte de a inchide intrerupatorul de la spate, apoi scoateti cablul de alimentare din priza.
2. Desfiletati suruburile ce conecteaza baza de stalpul de suport.
3. Deconectati liniile de semnal.
4. Inlaturati stalpul de suport de la baza.

INSTRUCTIUNI OPERATII

1. Inserati cablul de alimentare in priza. Verificati voltajul si apasati intrerupatorul de putere.
2. Alegeti-va pozitia pe aparatul de vibromasaj.
3. Apasati start pentru a incpe programul. Cand utilizati programe automate, viteza nu poate fi ajustata manual. Aparatul va alterna viteza vibratiilor la intervalele de mai jos.
4. Este recomandat sa beti 500ml apa calduta inainte de utilizare pentru a elimina toxinele.

   SFATURI:

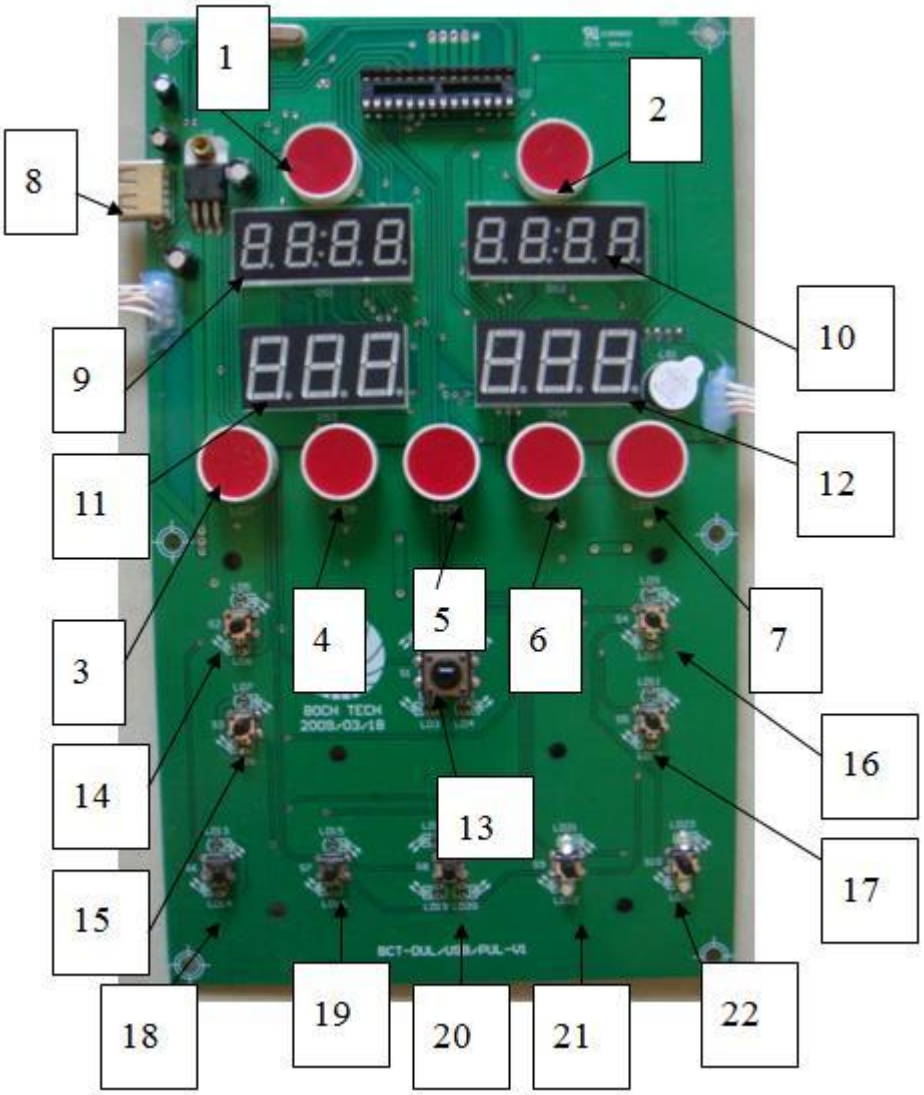
   Beti 3000ml apa in fiecare zi pentru un stil de viata mai sanatos, deasemenea va revitalizeaza. Apa ajuta organismul cu urmatoarele:

   - Previne indigestia
   - Reduce imbolnavirea, mai ales a rinichii
   - Imbunatateste metabolismul
   - Imbunatateste circulatia sangelui si previne bolile de inima.
   - Intareste sistemul de imunitate
   - Reduce tensiunea si stresul

- Previne oboseala si creste energia corpului

5. NU UTILIZATI MAI MULT DE 20 MINUTE DE FIECARE DATA .
6. LUATI PAUZA DE 15-20 MINUTE INAINTE DE A INCEPE URMATOAREA SESIUNE.

PANOU CONTROL



1. **Idicator timp**
2. **Lumina puls:** Clipeste cand detecteaza pulsul.
3. **Lumina Mod Manual:** Lumineaza cand foloseiti modul manual.
4. **Lumina Program USB:** Lumineaza cand folositi modul USB.
5. **Lumina Auto Program P1 :** Lumineaza cand folositi Program P1 .
6. **Lumina Auto Program P2:** Lumineaza cand folositi Program P2.
7. **Lumina Auto Program P3** Lumineaza cand folositi Program P3.
8. **USB Interface:** Utilizatorul poate introduce in flash disk USB cu programe presetate
9. **Fereastra afisare Mod/ Timp vibratii verticale:** Afiseaza timpul vibratiilor verticale, sau afiseaza impreuna cu “10” (vibratii 3D). Timpul presetat este intre 0 si 20 minute.

10. **Fereastra afisare Mod/Timp vibratii 3D:** Afiseaza timpul vibratiilor 3D. sau afiseaza impreuna cu “9” (vibratii verticale). Timpul presetat de la 0 la 20 minute.
11. **Fereastra afisare viteza vibratii verticale:** Afiseaza intre H00 si H60. La H00 vibratiile verticale nu functioneaza, iar la H60 sunt la viteza maxima.
12. **Fereastra afisare viteza vibratii 3D:** Afiseaza intre L00 si L60. La L00 vibratiile 3D nu functioneaza, la L60 sunt la viteza maxima.
13. **Tasta On/Off:** Apasati aceasta tasta, si pentru a incepe modul antrenament. Apasati din nou pentru a-l opri.
14. **Tasta mod Timp/ Viteza”+” a vibratiilor verticale:** Creste timpul de antrenament cand este afisat modul timp. Creste viteza cand sunteti in modul manual.
15. **Tasta mod Timp/ Viteza”-” a vibratiilor verticale:** Descreste timpul de antrenament cand este afisat modul timp. Descreste viteza cand sunteti in modul manual..
16. **Tasta mod Timp/ Viteza”+” a vibratiilor 3D:** Creste timpul de antrenament cand este afisat modul timp. Creste viteza cand sunteti in modul manual.
17. **Tasta mod Timp/ Viteza”+” a vibratiilor 3D:** Descreste timpul de antrenament cand este afisat modul timp. Descreste viteza cand sunteti in modul manual.
18. **Tasta Timp/Viteza “+”:** Creste timpul cu 2 in modul timp, si viteza cu 2 in modul viteza.
19. **Tasta Timp/Viteza “-”** Descreste timpul cu 2 in modul timp, si viteza cu 2 in modul viteza.
20. **Tasta comutare Mod/Timp:** Apasati tasta, ferestrele “9” si “10” vor afisa modul. Apasati din nou si vor afisa timpul.
21. **Tasta program:** Aceasta tasta schimba programele (P1, P2, P3) si programul manual fara USB flash disk . Apasati tasta pentru a schimba programele utilizatorului (U1, U2, U3, U4, U5, U6) fara USB .
22. **Tasta Timp:** Ajusteaza timpul vibratiilor cand aparatul nu este in utilizare sau cand sunteti in modul manual.

PROGRAME

PROGRAME PRESETATE

Sunt 3 programe presetate. Fiecare program dureaza 10 minute. Mai jos sunt descrise:

P1: Vibratii 3D: 30、34…54、58、54…6、 2、 6…22、26

Vibratii verticale: 30、26…6、 2、 6…54、58、54…38、34

Cele doua moduri de vibratii lucreaza impreauna, viteza se schimba la 5 secunde.

P2: Vibratii 3D: 2、40…40、2、40…

Vibratii verticale: 40、2…2、40、2…

Cele doua moduri de vibratii lucreaza impreauna, viteza se schimba la 5 secunde.

P3: Vibratii 3D: (Vibratiile verticale nu functioneaza): 5,10,15…50,55,60…10,5

Vibratii verticale: (Vibratiile 3D nu functioneaza): 5,10,15…50,55,60…10,5

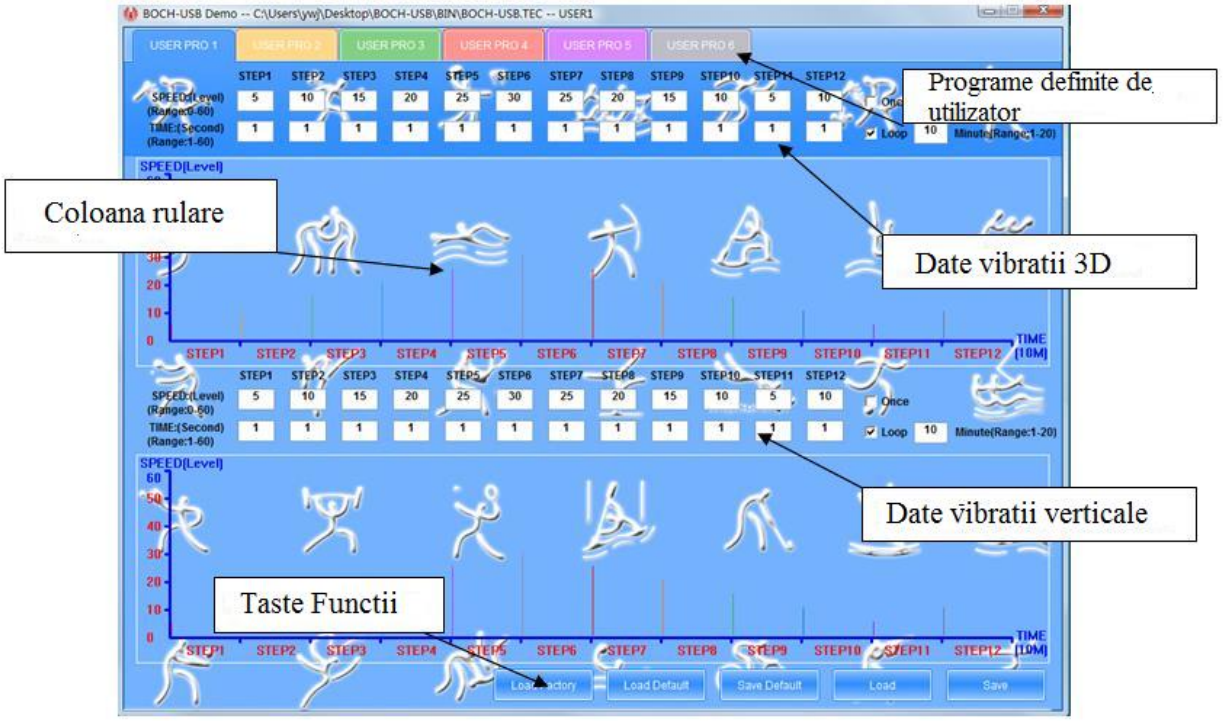
Viteza se schimba odata la 2 secunde.

PROGRAME UTILIZATOR

Utilizatorul poate defini programele pe un stick USB conectat la aparat.

Instructiuni operatii mai jos!

1. Deschideti interfata apasand dublu click pe BOCH-USB-DUL sub BOCH-USB in USB



2. Puteti selecta U1 – U6, dati click pe programul User's Define.
3. Introduceti separat datele pentru vibratii 3D si vibratii verticale. Pe linia superioara sunt 12 intervale viteza(intre 0-60) si pe linia inferioara sunt intervalele de timp (1-60). Atentie, daca valoarea vitezei este 0, vibratiile corespondente nu vor functiona..
4. Cand alegeti tasta "ONCE" dupa ce resetati cele 12 intervale de date, modul de vibratii corespondent va rula doar o data(Timpul total este de 12 intervale). Cand alegeti tasta "LOOP" si introduceti timpul (1-12 minute), va rula de cateva ori din cele 12 intervale. Timpul de alergare este cel care l-ati completat in cele 12 intervale.
5. Dupa ce introduceti datele veti observa schimbari ale coloanei de rulare. Inaltimea indica viteza si latimea indica timpul.
6. Tasta "Load Factory" incarca setarile din fabrica. T a s t a "Load Default" incarca datele setate si afisate pe ecran. Tasta "Save Default" salveaza datele si vor fi active dupa setare. Dupa ce introduceti stick-ul USB, aparatul va functiona in concordanta cu datele setate. Tasta "Save" va salva datele, dar nu va activa functia. Tasta "Load" va incarca datele salvate si le va afisa pe ecran, apoi apasati "save Default" si ati incheiat resetarea programului utilizator.

PULS

Cand aparatul nu este in utilizare, tineti mainile pe foitele de metal de pe maner. Lumina pulsului va clipi si apoi va fi afisat ECG-P085. Ultimele 3 cifre reprezinta pulsul.

Daca lumina pentru puls nu functioneaza, verificati daca foitele de metal sunt uscate si curate.

CARACTERISTICI

3 PRGOGRAME PRESETATE DIFERITE

Alegeti intre cele 3 programe, fiecare stimuleaza zone diferite, la un nivel diferit:

- P1: Exercitii cardiovasculare
- P2: Program detoxifiere
- P3: Program imbunatatire fizic

- 60 Variatii de viteza

Reduce grasimea corporala nedorita, cu 60 variatii de viteza si doua moduri de vibratii.

CONSTRUCTIE ERGONOMICA SI DESIGN EFICIENT

Design ergonimic unic si forma originala eficienta.

PANOU DE CONTROL USOR DE UTILIZAT CU ECRANE DE AFISAJ

Conceput cu un panou de control usor de utiliza cu afisaj pe ecran LCD, ce poate fi personaliza manual antrenamentul si golurile antrenamentului, afiseaza viteza si timpul dorit

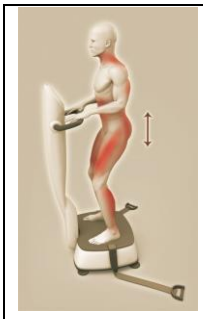
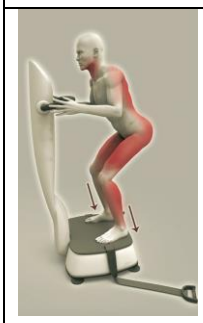
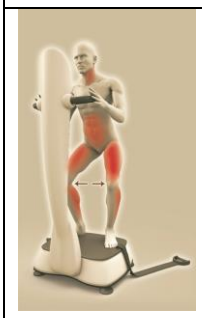
REZISTENTA PERTURBARI STATICE SI ELECTRICITATE

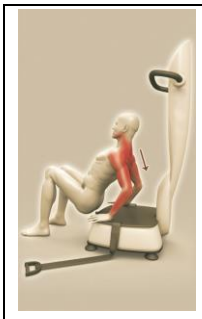
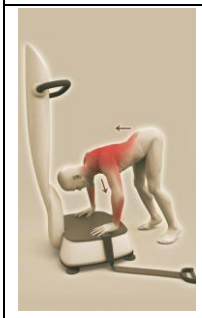
EFICIENTA

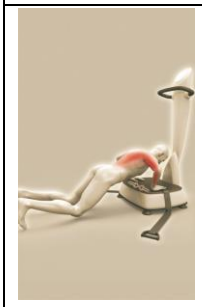
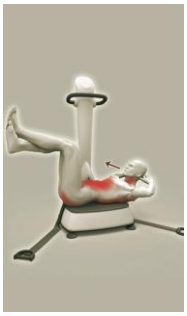
1. Imbunatateste circulatia sangelui
2. Modeleaza coasele
3. Modeleaza talia
4. Modeleaza abdomenul
5. Creste productia de hormon de crestere
6. Eficace în lupta împotriva celulitei
7. Modeleaza umarul

EXERCITII

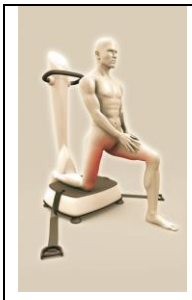
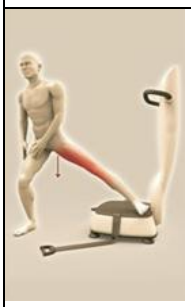
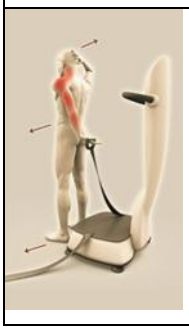
A/ STRENGTH

	**A01 GENUFLEXIUNI** Cu spatele drept, picioarele putin departate si genunchii usor indoiti, Lasati-va usor in jos.
	**A02 GENUFLEXIUNI** Picioarele putin departate, genunchii deasupra picioarelor la unghi de 100, aplecati-va usor in jos, tineti spatele drept si aplecati-va usor si in fata.
	**A03 GENUFLEXIUNI** Cu picioarele departate si degele indreptate inspre exterior. Genunghii deasupra picioarelor la unghi de 100, aplecati-va usor.
	A04 FANDARE Cu un picior pe aparat si unul in spate, spatele drept, faceti fandari.
	A05 GAMBE Cu picioarele pe aparat, ridicati calcaiele. Puteti incerca si cu genunchii indoiti la un unghi de 90.

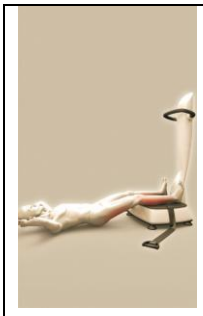
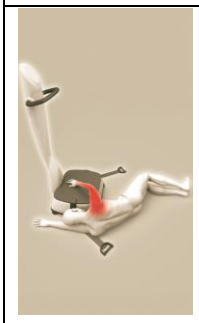
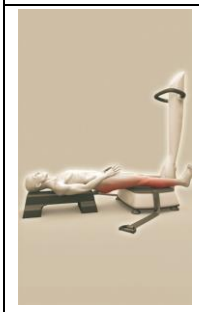
	**A06 TRICEPSI** Cu spatele la aparat, prindeti cu mainile de el, si lasati-va usor in jos, apoi va ridicati inapoi. Puteti incerca si cu picioarele drepte.
	A07 PECTORALI Cu fata inspre aparat, tineti de curele, si trageti de inspre piept, apoi reveniti, repetati.
	A08 SPATE Cu fata inspre aparat, tineti de curele,trageti in spate, apoi reveniti, repetati.
	A09 UMERI Cu fata inspre aparat, tineti de curele,trageti in sus, apoi reveniti, repetati.
	**A10 UMERI** Pozitionati corpul in linie paralele cu aparatul. Mainele departate, spatele si picioarele drepte, capul ridicat. Faceti miscari de flotari, dar fara sa modificati pozitia corpului.

	A11 ABDOMEN Cu coatele pe aparat si restul corpului drept, ridicati fesele, ca si cum ati incerca sa trageti aparatul inspre picioare.
	A12 ABDOMEN In centrul aparatului, cu picioarele putin departate, cu manerul la inaltimea pieptului, picioarele drepte, genunchii putin indoiti, aplecati-va usor in jos.
	A13 ABDOMEN LATERAL Cu un picioar peste celelalt, puneti cotul pe aparat, si inclinati-va lateral. Tineti capul, triunchiul si picioarele drepte, lasati usor umarul in jos, si incordati abdomenul. Pentru variatie, incercati sa impingeti si soldurile in sus in acelasi timp.
	**A14 FLOTARI** Cu mainile pe aparat, genunchii pe podea, faceti flotari. Pentru variatie incercati cu genunchii si picioarele drepte.
	**A15 ABDOMENE** Cu picioarele ridicate, tineti mainile dupa cap, coatele paralel cu podeaua. Trageti corpul inspre picioare, fara sa le miscati.

B/ STRETCH

	**B01 CVADRICEPSI** Cu un genunchi pe aparat, si celalt picior pe podea, aplecati-va usor in fata, si reveniti, repetati.
	B01 CVADRICEPSI Puneti talpile ca in figura, efectuati miscari inainte si inapoi.
	**B03 STRETCH** Cu talpa pe aparat, piciorul intins, cu celalalt picior pe podea ,indoiti genunchiul sus, jos.
	B04 PECTORALI Ca si la exercitiile pentru tricepsi, dar acum tineti mainile departate, pe lateralele aparatului.
	**B05 SHOULDER STRETCH** Cu spatele la aparat, cu o mana de curea, la spate, si cealalta la ceafa. Trageti usor de curea. Apoi schimbati mainile.

C/ MASAJ

	**C01 CALCAIE** Intindeti-va si puneti doar calcaiele pe aparat, cu degetele de la picioare indreptate in sus.
	**C02 BRAT** Puneti doar bratul pe aparat.
	C03 PICIOR Puneti doar picioarul pe aparat.
	C04 COAPSE Pozitionati-va ca in figura, relaxati-va pe cat posibil muschii abdominali.
	**C05 COAPSE SPATE** Pozitionati-va ca in figura, cu calcaiele in afara.

D/ RELAXARE

	D01 UMAR SI GAT In genunchi in fata aparatului, tineti mainile pe aparat, spatele si gatul drept.
	D02 TRUNCHI SUPERIOR Cu spatele la aparat, spatele si gatul drept, atingeti aparatul doar cu coatele.
	D03 SPATE Cu fesele pe aparat, spatele aplecat in fata, picioarele departate.
	D04 LOWER BACK RELAXATION Cu spatele la aparat, puneti un covoras intre spate si aparat, si tineti cu antebratele, puteti indoi putin picioarele, pentru ca spatele sa fie mai bine apasat inspre aparat.
	D05 TALPI SI PICIOARE Asezati-va pe un scaun langa aparat, puneti talpile pe aparat.

INFORMATII IMPORTANTE

Pentru a mentine standardul operational luati aminte la urmatoarele:

INAINTE DE UTILIZARE

1. Utilizati aparatul doar pentru scopul pentru care a fost construit, dupa cum este ilustrat in manual.
2. Nu pozitionati aparatul pe suprafete ce pot fi deteriorate (ex: podea de lemn).
3. Nu utilizati cu 30 minute inainte si dupa masa.
4. O singura persoana poate utiliza aparatul la un moment dat. In caz contrar, va puteti rani, sau se poate deteriora aparatul.
5. T ineti-va corect de maner, va ajuta sa va capatati balansul in timpul utilizarii.
6. Verificati viteza inainte de utilizare, si asigurati-va ca este la o viteza si nivel comfortabil. Va puteti rani daca viteza este setata la prea mare.
7. Tineti picioarele departate la aproximativ 30 cm in etapa initiala.
8. Nu folositi aparatul in alte scopuri.
9. Nu folositi aparatul daca aveti mainile umede, sau ude, poate cauza soc electric..
10. Nu utilizati nici un fel de materiale contondente in apropierea apratului.
    .

IN TIMPUL UTILIZARII

1. Daca aveti orice fel de discomfort, sau nu va simtiti bine in timp ce utilizati aparatul consultati-va medicul imediat.
2. Cand nu este in uz, opriti aparatul si scoateti-l din priza.
3. Nu stati in aceeasi pozitie petru mai mult de 10 minute. Puteti face crampe musculare.

DUPA UTILIZARE

1. Opriti aparatul si scoateti-l din priza.
2. Dupa utilizare, faceti o pauza si beti niste apah. Nu faceti activitati obositoare dupa ce ati utilizat aparatul(ex: baschet, fotbal, etc)

INFORMATII SIGURANTA

Va rugam sa respectati sfaturile de siguranta. Acestea va vor asigura siguranta, si vor evita deterioarea aparatului.

Acest aparat nu trebuie folosite de persoane(inclusiv copii) cu dizabilitati fizice, mentale sau senzoriale, sau cu lipsa de experiente, decat daca sunt supravegheati de catre o persoana responsabila pentru siguranta lor. Copii ar trebui supravegheati pentru a nu se juca cu aparatul.

- Aveti grija la cablul de alimentare sa nu fie prins sub aparat. Acest lucru poate duce la soc electric sau foc.

- Utilizati o priza doar pentru acest aparat.

  Daca utilizati un prelunghitor, priza poate lua foc. Siguranta s-ar putea deterioara si aparatul s-ar putea sa nu mai functioneze.

- Inlaturati praful de pe cablul de alimentare si stecher utilizand o carpa uscata.

  Din cauza murdariei si conexiunii incorecte priza poate lua foc.

- Cand pozitionati aparatul, lasati 20 cm liberi intre perete si aparat.

  Buna circulare a aerului poate preveni aparatul sa se defecteze.

- Asamblati si pozitionati aparatul pe o suprafata plana, solida.

  Cand aparatul nu este pozitionat corect apar zgomote si miscari. Ajustati inaltatoarele.

- Dupa utilizare, apasati tasta stop. Coborati de pe aparat dupa ce s-a oprit complet.

  Pentru a evita ranirea, nu coborati in timp ce inca functioneaza.

- Scoateti din priza cand nu este utilizat.

- Nu alergati pe aparat in timp ce este in utilizare.

  Se poate deterioara din acest motiv.

- Batranii si copii trebuie supravegheati in timp ce utilizeaza aparatul, pentru a nu se rani.
- Aparatul trebuie utilizat de o singura persoana la un moment dat.
- Inainte de curatare, inlaturati apa folosind o carpa uscata.

  Apa poate cauza soc electric, si in timp deterioareaza aparatul

- Curatati suprafata cu agenti de curatire potriviti pentru acest material.

  Stergeti suprafata cu carpe uscate, dupa ce ati folosit carpe umede pentru curatire.

- Stergeti si curatati aparatul inainte de al depozita pentru un timp indelungat.

  Stergeti cu carpe uscate pentru a preveni coroziunea.

- Nu folositi cablul de alimentare daca aveti mainile umede sau ude. Va puteti electrocuta.
- Nu asezati obiecte grele peste cablul de alimentare, il puteti deteriora.
- Nu folositi aparatul daca este deteriorat cablul de alimentare.
- Nu amplasati aparatul in locuri umede sau langa apa.

  Poate provoca socuri electrice, si se poate deterioara in timp din cauza coroziunii.

- Nu puneti obiecte pe aparat, pentru ca pot deteriora circuitele electrice.

- Scoateti din priza inainte de a curata aparatul.
- Daca vi se pare ca iese fum, sau miroase a ars de la aparat, opriti-va de indata si scoateti aparatul din priza.
- Nu dezasamblati, reparati, sau modificati aparatul daca nu sunteti profesionist in domeniu.

Daca sunteti sub tratament medical, sau daca prezentati urmatoarele simptome sau conditii, consultati doctorul inainte de a utiliza aparatul

- Epilepsie
- Diabet

- Probleme cu inima
- Disciopatie
- Implanturi de genunchi sau sold
- Stimulator cardiac
- Copci sau tije inserate recent
- Conditii trombotice
- Tumoare
- Infectii recente
- Operatii recente
- Femeia insarcinata
- Migrena severa

INTRETINERE

DEPOZITARE

1. Nu depozitati aparatul
    - Langa surse de caldura sau flacari.
    - Sub raze solare directe pentru o perioada indelungata de timp.
    - Langa surse de gaz, praf, sau umiditate excesiva.
2. Mentineti aparatul
    - La o temperatura de utilizare de: 0-35℃.
    - La o temperatura de pastrare de: 5-50℃.
    - Umiditate: sub 40-80%.
3. Daca aparatul nu este folosit pentru u timp indelungat, acoperiti-l cu o folie pentru a-l proteja de praf.
4. Nu depozitati aparatul direct sub razele solare(pentru un timp indelungat) sau in locuri cu temperatura ridicata.
5. Nu infasurati cablul de alimentare, se poate deterioara.

INTRETINERE

1. Inainte de curatare, asigurati-va ca ati oprit aparatul si l-ati scos din priza.
2. La inceput, nu utilizati prea mult aparatul.
3. Opriti aparatul si scoate-ti din priza de fiecare data dupa utilizare.

PROTECTIA APARATULUI

1. Nu utilizati aparatul in locuri cu umeazeala mare (baie, piscina, spa, etc)
2. Nu utilizati aparatul in coditii de umezeala, caldura praf excesiv.
3. Evitati deterioararea suprafetelor aparatului cu obiecte grele prin lovire sau zgariere.

CURATARE

Folosirea de agenti de curatare corozivi este interzisa. Nu folositi benzen sau diluant.

SPECIFICATIILE PRODUSULUI

Nume	Aparat vibromasaj
Voltaj	11-120V / 60Hz, 220-240V / 50Hz
Consum de energie	500W+300W
Amplitudine vibratii verticale	10mm
Frecventa vibratii verticale	5Hz-14Hz
Deplasare orizontala	2mm
Frecventa vibratii 3D	15Hz-40Hz
Nivel viteza	1-60 nivele viteza
Programe presetate si utilizator	3 preset / 6 programe utilizator
Afisaj	Program, Time, Speed
Dimensiuni	580mm x 680mm x 1335mm
Greutate maxima utilizator	150 kg
Greutate neta aparat	57 kg
Greutate bruta aparat	64 kg

Distribuitor

Sport Brands Distribution

Str. Apuseni nr.1, Deva, Hunedoara

CUI : RO33918111 ; J20/1005/19.12.2014

Tel: 0354 88 22 22 / office@insportline.ro

Web: www.insportline.ro

M.B.06.02.15