

INSTRUKCJA OBSŁUGI

Elektroniczna skakanka z licznikiem skoków SK-01



Gratulujemy zakupu Elektronicznej skakanki. Jeśli z jakiegoś powodu nie są Państwo w pełni usatysfakcjonowani z zakupu na naszej aukcji, prosimy o kontakt telefoniczny – postaramy się pomóc.

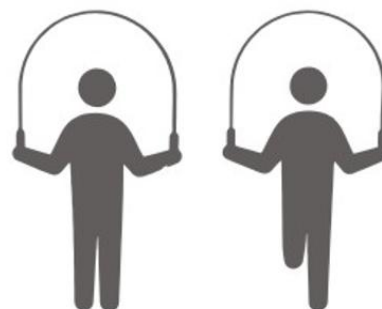
POL-KRUSZ Daniel Kruszyński
ul. Kasztanowa 6
62-410 Zagórz
NIP:6671768932
WWW.REGMAG.PL



Największe zalety elektronicznej skakanki:

1. Dokładnie liczenie skoków,
 2. Wyświetlacz LED,
 3. Wzmacniana linka.
- **Prawidłowa postura podczas używania skakanki:**

Stań w naturalnej pozycji z lekko rozstawionymi kostkami. Trzymaj ramiona blisko ciała i wyprostuj przedramiona po obu stronach ciała. Następnie jednocześnie poruszaj skakanką i skacz, tak by osiągnąć płynne, równe skoki. Podczas skakania utrzymuj nieco ugięte nogi i pamiętaj, by nie dotykać podłoża za pomocą pięt lub pełnej podeszwy.



- **Tryb regulacji:**

Linkę skakanki należy włożyć przez uchwyty w ręczce i odpowiednio dostosować ich długość:



- **Wskazówki dotyczące użytkowania:**

1. Podczas używania skakanki należy używać sportowego obuwia absorbującego wstrząsy. W ten sposób zapewnisz lepszą ochronę swoim kostkom oraz stopom.
2. Przed i po używaniu skakanki należy przeprowadzić ćwiczenia rozciągające mięśnie, szczególnie w partiach nóg, gdyż pozwoli to zniwelować lub uniknąć bólu mięśni wynikających z ćwiczenia na nierozgrzanych mięśniach oraz braku regeneracji po treningu.
3. Do ćwiczeń wybieraj miejsca z podłożem, które jednocześnie nie jest ani za twarde, ani za miękkie (w miarę możliwości). Dobrymi miejscami do ćwiczeń są np. trawnik, tartan czy sala gimnastyczna. Trudny, szorstki teren zwiększy tarcie skakanki i przyspieszy jej ścieranie, a co za tym idzie, znacznie skróci żywotność.
4. Staraj się w miarę możliwości wybierać do treningu otwarte przestrzenie, tak by nie doprowadzić do przypadkowego wyrządzenia szkód innym osobom.

Materiał wykonania skakanki: ABS / PVC

Standard wykonawczy: GB/T 1985.1.20-2007

