



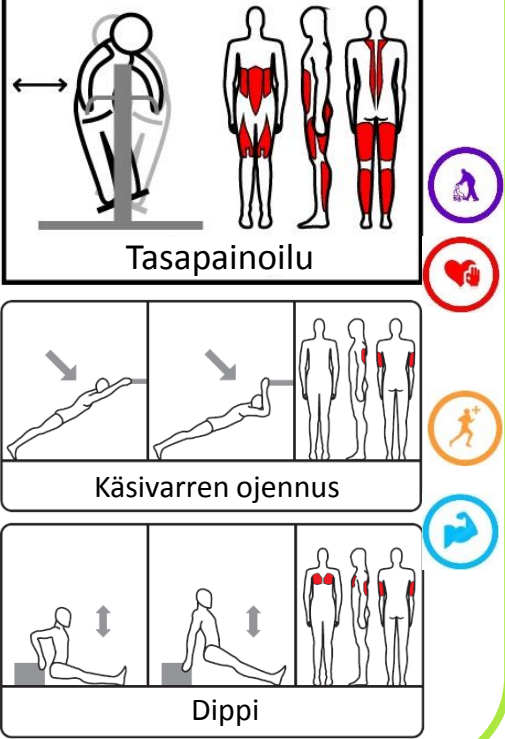
**DENFIT**  
OUTDOOR FITNESS

WWW.DENFIT.NL

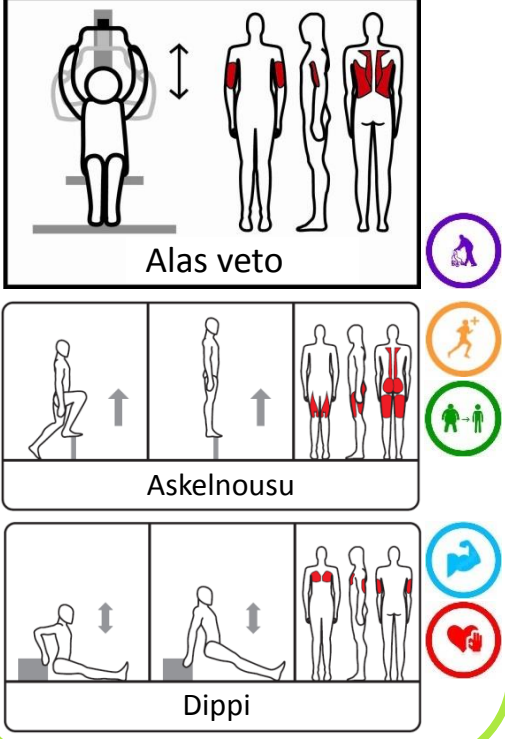
# FitPoint training instructions

Tervetuloa käyttämään FitPoint ulkokuntovälinettä. FitPointissa voit kuntoilun ohella nauttia ulkoilmasta. Alla kuvalliset ohjeet FitPoint ulkokuntovälineen toiminnoista. Suurin kuva osoittaa tuotteen päällikkeen ja pienemmät kuvat vaihtoehtoiset liikkeet. Liikkeitä yhdistelemällä saat kuntoilusta mielekästä ja monipuolista.

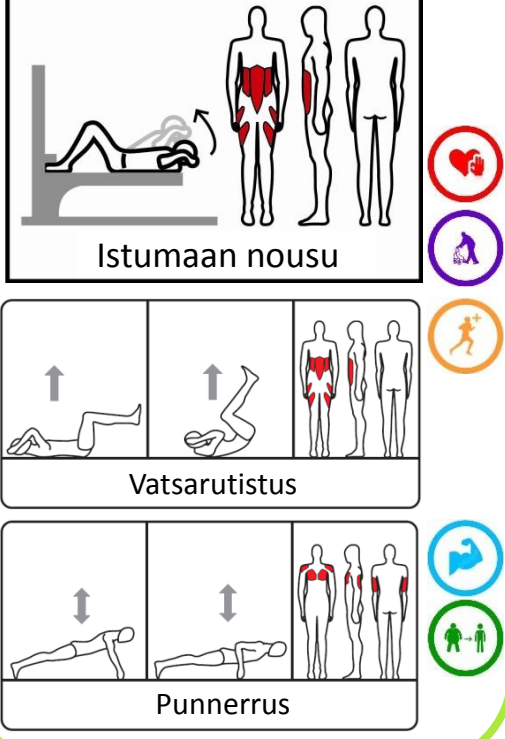
## FitPoint - Balance Board



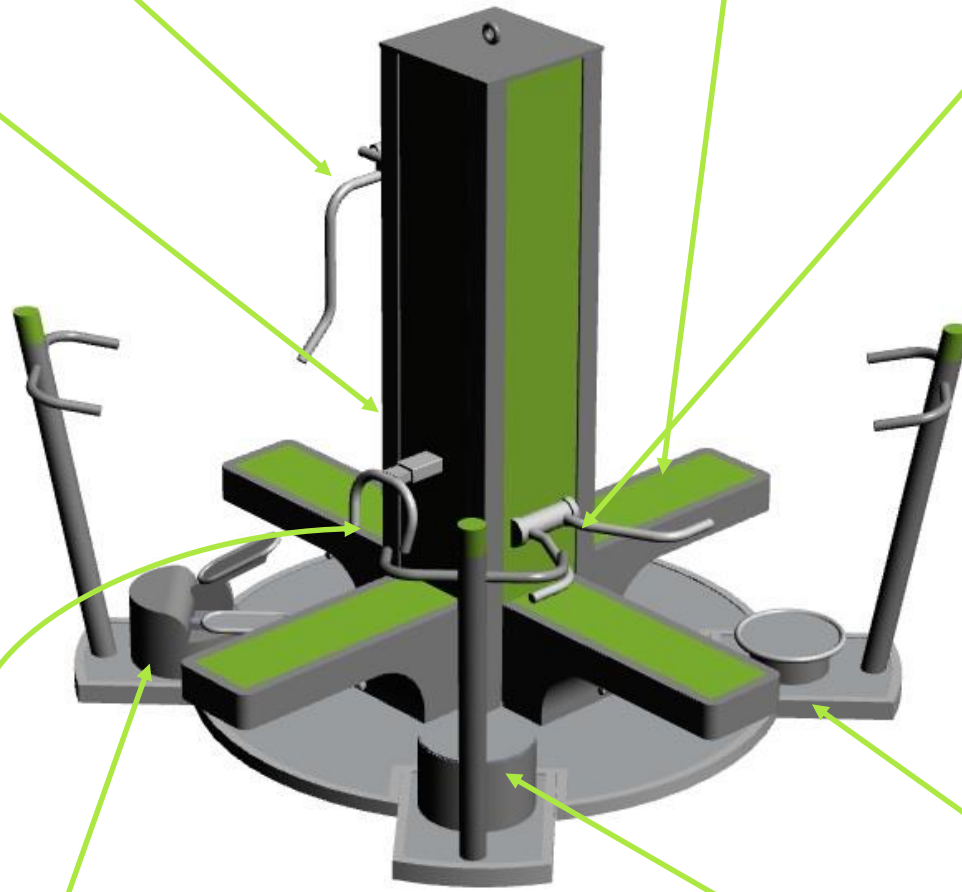
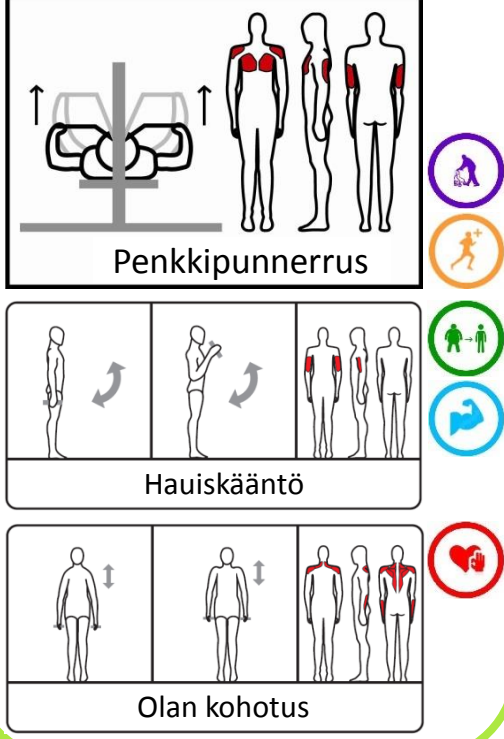
## FitPoint - Pull Down



## FitPoint - Abdominal



## FitPoint - Bench Press



Kuntoilu

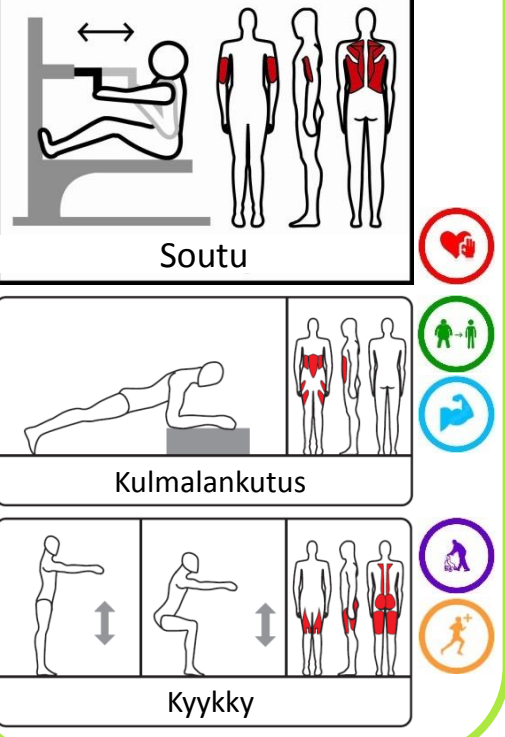
Painonhallinta

Voimailu

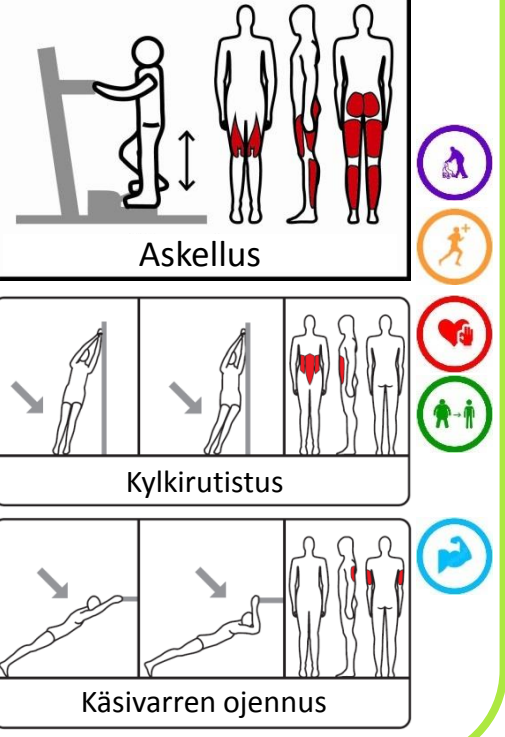
Seniorikuntoilu

Verenkiero

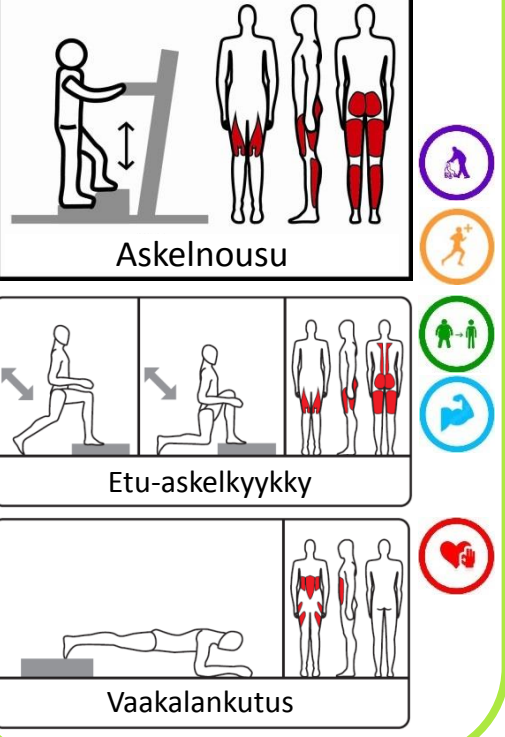
## FitPoint - Rowing



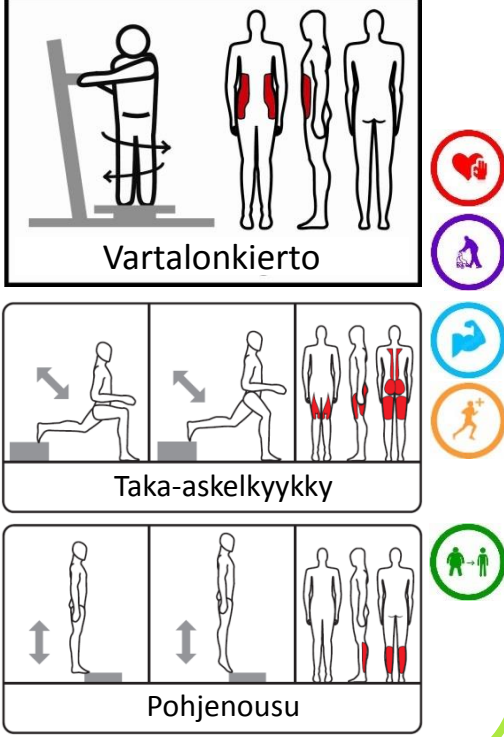
## FitPoint - Stepper



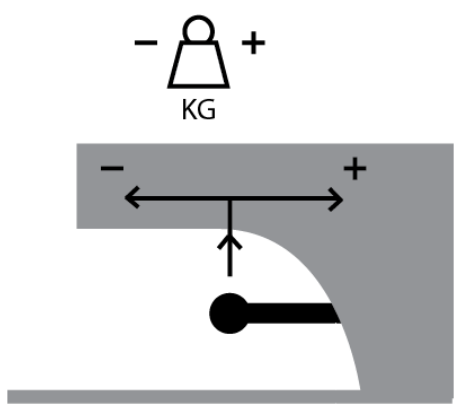
## FitPoint - Step Up



## FitPoint - Twister



## Vastuksen säätö



EN16630:2015

Kuntoilu omalla vastuulla.

Soveltuu yli 140 cm pituisille, max. 120 kg painaville käyttäjille. Denfit FitPoint ulkokuntovälineessä ei tule kuntoilla, jos sinulla terveydellisiä rajoitteita. Ennen käyttöä keskustele tarvittaessa lääkärin kanssa.

Voimien ehtyessä vältä liikkeiden suorittamista ääriarajoille saakka. Tarkasta tuote ennen käyttöä.

Älä käytä tuotetta jos havaitset tuotteessa vaurion.