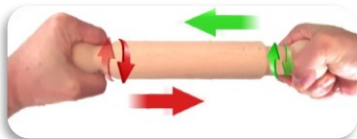


βίαTONIC-TWIST

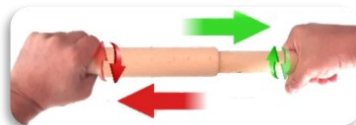
Dispositif de renforcement musculaire

Exercer une compression ou une traction associée à une rotation appliquée en sens contraire sur chaque poignée

Mouvement de compression
rotation (sens au choix)



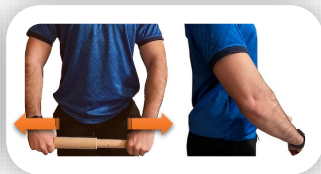
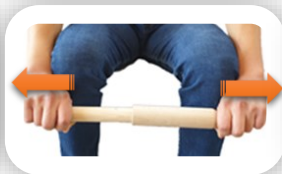
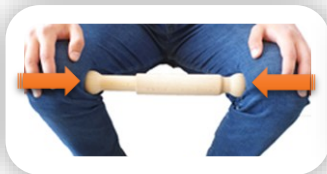
Mouvement de traction
rotation (sens au choix)



Nous recommandons lors des premières utilisations d'effectuer les exercices avec le dispositif rapproché du buste, puis si besoin, de l'éloigner pour augmenter l'intensité de l'exercice

Exemples d'exercices supplémentaires

biatonic.fr



- Le fabricant / vendeur se décharge de toute responsabilité en cas de réclamation pour blessure ou pour des dommages à toute personne ou propriété résultant de la mauvaise utilisation de ce produit par l'acheteur ou par toute autre personne.
- Si vous ressentez une douleur alors que vous faites de l'exercice, arrêtez immédiatement, reposez-vous et consultez votre médecin.
- Pendant l'exercice, faire des mouvements régulier et en douceur.
- Pour débiter, nous vous conseillons de réaliser 3 séries de 8 répétitions par exercice, puis d'augmenter progressivement le nombre de répétitions et de séries.



Scan moi

Fabriqué en France

Réf : B-M27-100



Poids : 0.3Kg

Date : 07/11/2021



Rockard SASU, 43 rue Clément Forissier, 42100 Saint Etienne, France

