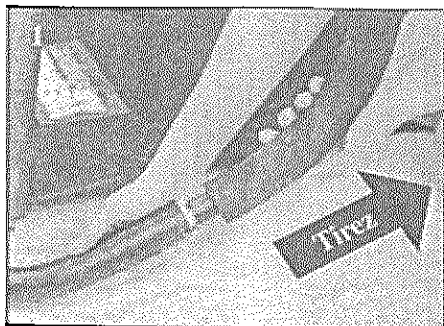


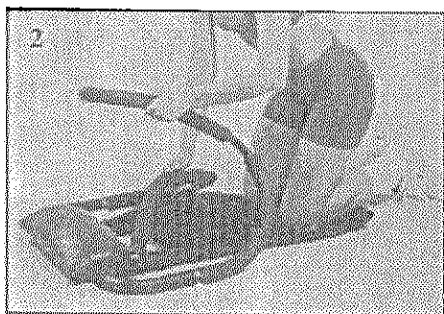
Les instructions sur le côté opposé de ce manuel montre comment le CRUNCH TRAINER est utilisé. Quand vous n'utilisez pas le CRUNCH TRAINER, vous pouvez le plier et le ranger sous votre lit. Le CRUNCH TRAINER peut aussi être rangé dans le coffre de votre voiture pour pouvoir le transporter facilement. Suivez les instructions ci-dessous pour plier le CRUNCH TRAINER dans la position de rangement.

1. Tenez un des bras avec une main et tenez le montant avec l'autre main. Tirez fermement sur le bras.



2. Pliez le Bras vers le bas.

Pliez l'autre bras vers le bas de la même manière.

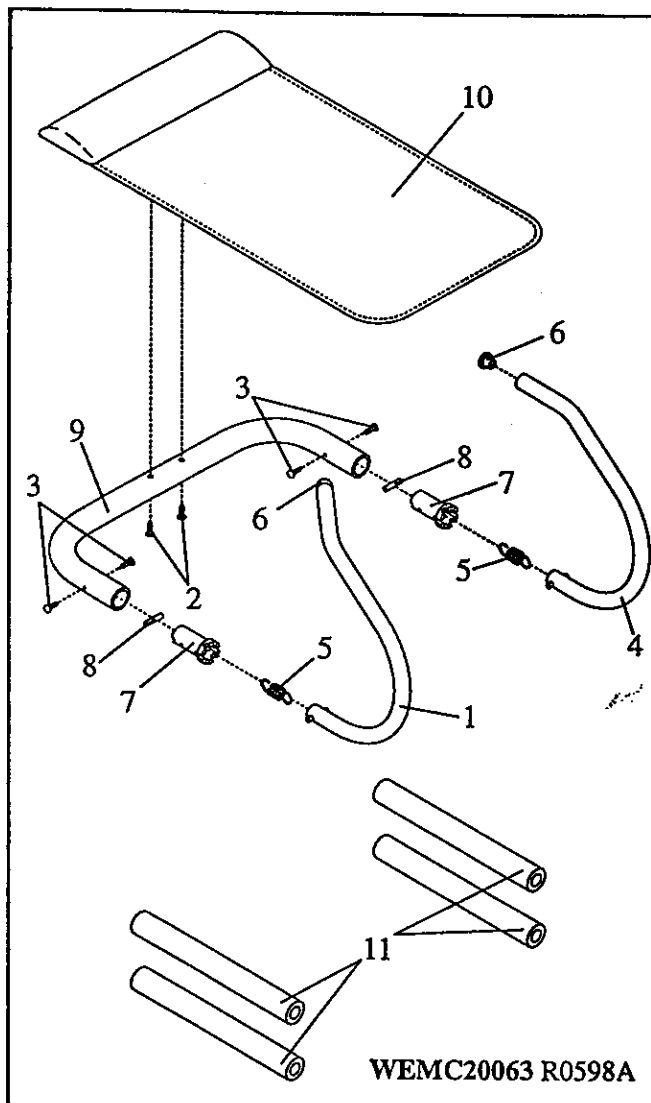


Roulez le tapis d'exercice et serrez l'une contre l'autre les surfaces adhésives au dos du tapis.

Le CRUNCH TRAINER peut être nettoyé avec un chiffon humide et un détergent doux, non abrasif. N'utilisez pas de dissolvants.

N° de Pièce	Qté.	Description
1	1	Bras Droit
2	2	Vis de M6 x 16
3	4	Vis de M4 x 12
4	1	Bras Gauche
5	2	Ressort
6	2	Embout Rond de 1"
7	2	Manche
8	2	Goupille de M6 x 41mm
9	1	Cadre
10	1	Tapis d'Exercice avec Appui-tête
11	4	Poignée en Mousse
#	1	Manuel de l'Utilisateur
#	1	Cassette vidéo d'Entraînement

Note: "#" indique une pièce non-illustrée. Les caractéristiques peuvent être modifiées sans notifications. Pour commander des pièces de remplacement, référez-vous au dos du manuel.



WEMC20063 R0598A