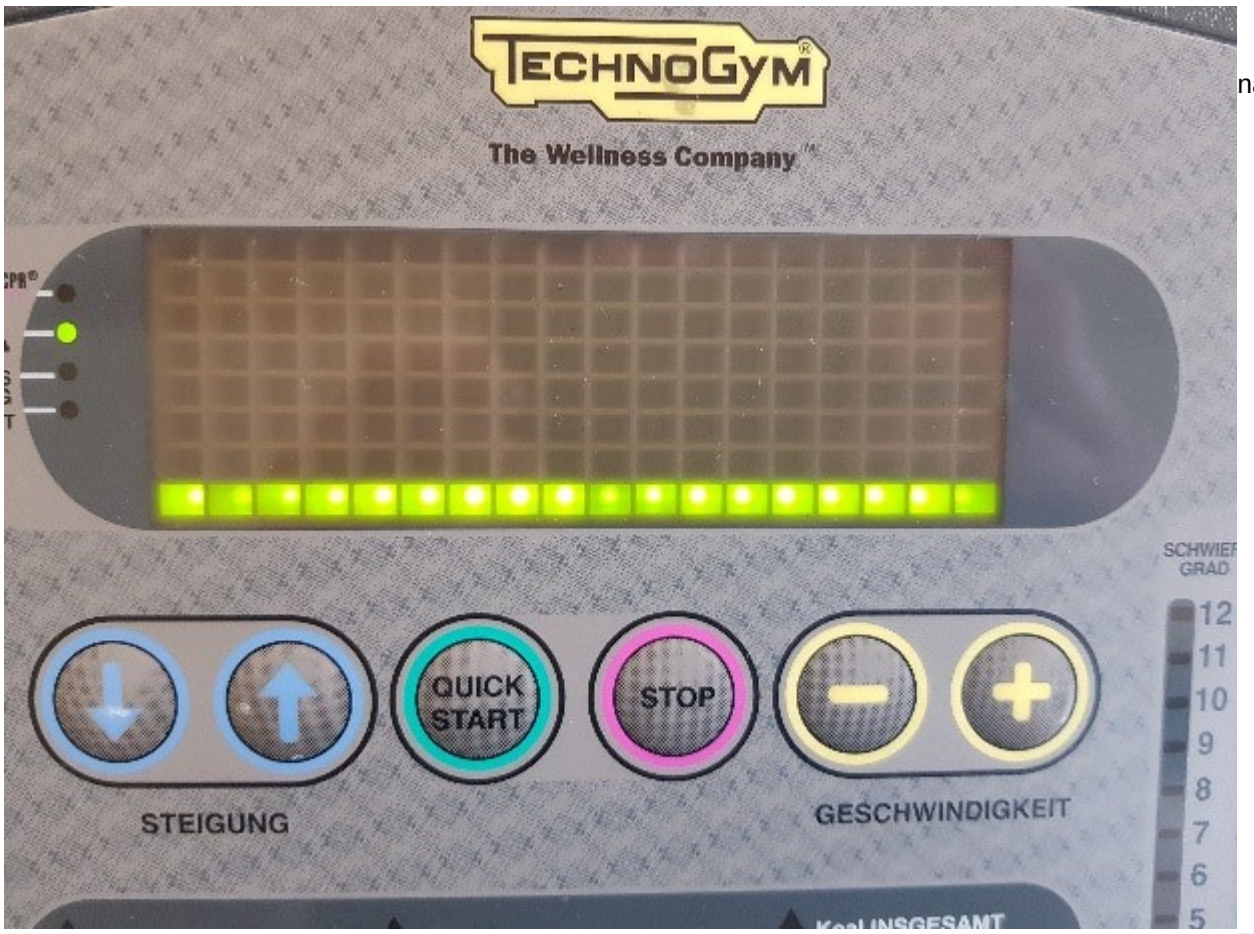
Laufband "alt" Profil 5



nach

Schwierigkeitsgrad	Einsteiger - Anfänger
Hauptmuskelgruppe(n)	Ganzer Körper
Sekundäre Muskelgruppe(n)	Ganzer Körper
Hauptgelenk	Mehrachsige Bewegung
Equipment	Kraftgerät

Ausführung	1. Auf Profile drücken 2. Profil auswählen (1-6) 3. Enter drücken 4. Gewicht eingeben 1. Auf Profile drücken 2. Profil auswählen (1-6) 3. Enter drücken 4. Gewicht eingeben 5. Enter drücken 6. Niveau eingeben 7. Enter drücken 8. Zeit eingeben 9. Enter drücken 10. Quick Start drücken
Weitere Bezeichnungen	keine