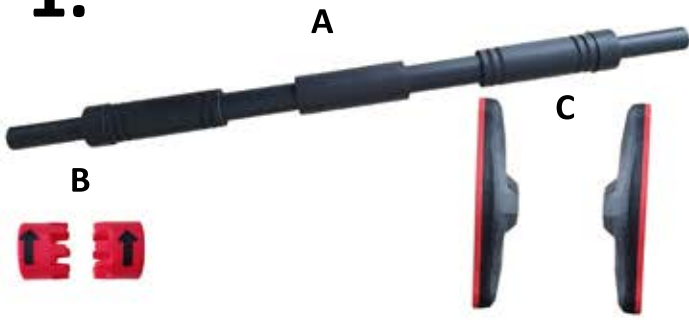


1.



Plaats jouw Zoluko Pull Up Bar (A), de veiligheidssloten (B) en de anti-slippads (C) op tafel.

2.



Bevestig de veiligheidssloten (B) aan de Zoluko Pull Up Bar (A). Klik het slot vast.

3.



Bevestig vervolgens de anti-slippads (C) aan de uiteinden van de Zoluko Pull Up Bar (A).

4.



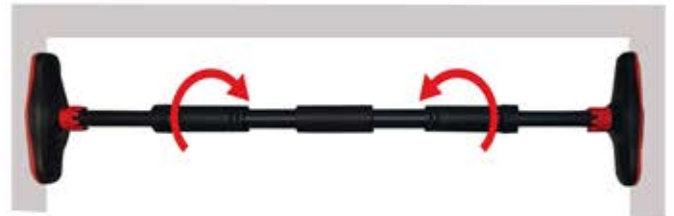
Ontkoppel het veiligheidsslot (B) aan beide zijden en draai de anti-slippads (C). Schuif de pull up bar uit.

5.



Schuif de Zoluko Pull Up Bar uit en klem subtiel vast tussen twee deurposten of muur. Plaats de optrekstang waterpas.

6.



Draai het ijzeren frame van de Zoluko Pull Up bar in de richting van de pijlen op de veiligheidssloten (B).

7.



Test de Zoluko Pull Up Bar. Bij beweging dien je punt 6 te herhalen totdat de pull up bar vast zit. Klem het slot (B) vast.

8.



Scan de QR, download het Zoluko e-boek en kom alles te weten over de beste pull up oefeningen.