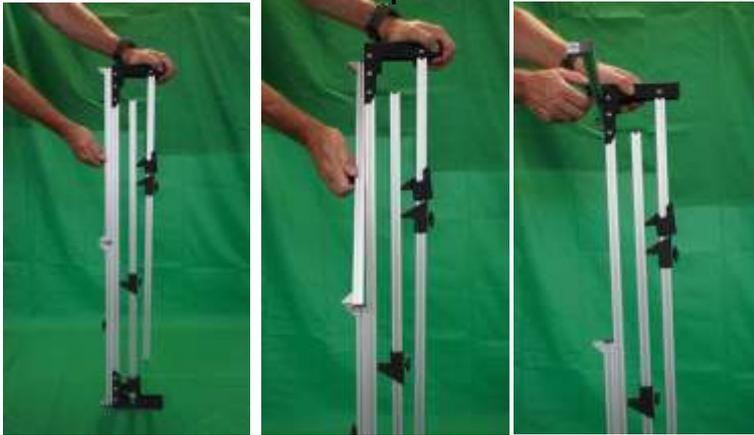


Anleitung AS Hurdles V2.0

Löse den Drehknopf – schiebe das Profil bis ans Ende und fixiere den Drehknopf



Mach dasselbe an der gegenüberliegenden Seite

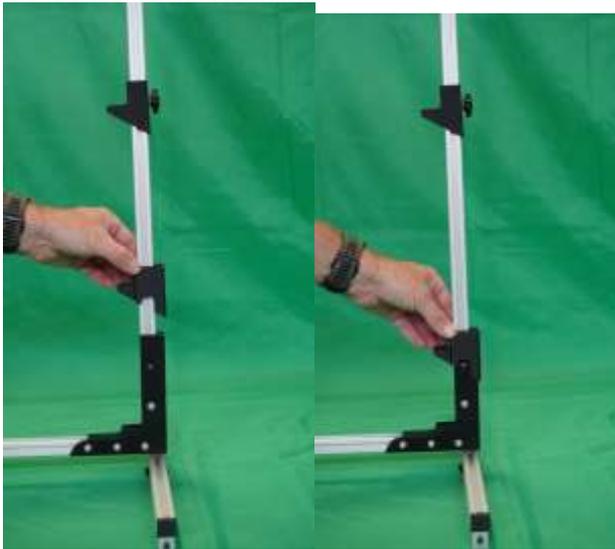
Stelle die Hürde an den gewünschten Platz



Klappe das obere Profil auf (aufpassen auf die Verriegelung)



und stecke die Verriegelung über die Führung.



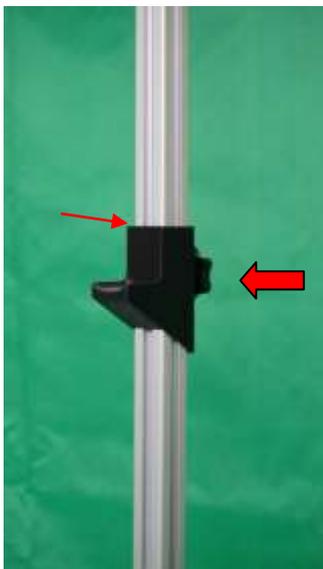
Klappe das untere Profil auf (aufpassen auf die Verriegelung)



und stecke die Verriegelung über die Führung



Öffne den Drehknopf an der Höhenverstellung und stelle dir deine gewünschte Höhe ein (Skala an der Seite beim Drehknopf)



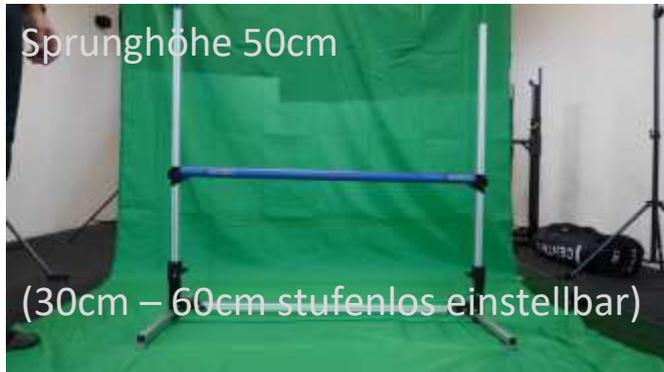
Oberkante Habwurfstangenhalter **IST GLEICH** Sprunghöhe

Lege die Abwurfstange auf die vorhergesehenen Halterungen auf.



Sprunghöhe 10cm

Sprunghöhe 20cm



Nun kann dein Training beginnen!