

SQUAT HANDLE BAR (スクワット・ハンドル・バー)



取付方法

- ① SQUAT HANDLE BARをガイドボードの下端に取り付けていきます。
- ② 手のひらを使いSQUAT HANDLE BARを押しながらガイドボードの下端に取り付けます。

この際にガイドボードが動かないように、片手でしっかりと保持します。SQUAT HANDLE BARを押し完全に取り付けられていることを確認して下さい。



SQUAT HANDLE BARを使用した種目



スクワット(両腕)：ウエイトバーの使用時にも利用することができます。



スクワット(片脚)