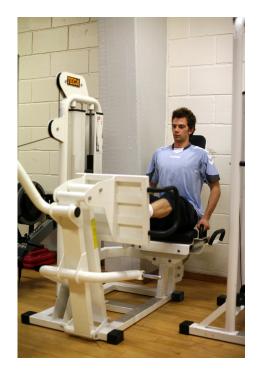
Benpres









Juster maskinen så den passer til dig. Du skal kunne holde hele foden i under hele bevægelsen. Stræk benene uden at overstrække. Bøj langsomt benene igen.



