مجرد معلومات

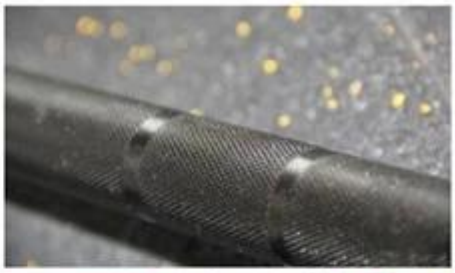
Måles vægtstang en af ستيركين أنا هذه المبادرة. أنا جنيه كفادراتومي العلاقات العامة. تريكت أنجيفير بوريس الدولية rive هذه المبادرة. بيتيدير ديت، في تاجر ديت 216,200 جنيه استرليني في كفادراتومي على أوليمبيسكي القياسية، أنا ستيكير IWF أوفيرهولدير سوم، vægtstang أوليمبيسكي. Middelværdien رطل/بوصة مربعة 150 000 og ماركيديت ليجير ميليم 130 000 på فوفو vægtstænger. Flere års ارفارينج fra في فيسير/عبر فيتنيسسينتري الملاكمة vægtstænger en ميد værdi 190.000 تحت PSI بليفير bøjet الدائمة تيدن ميد.

أون IWF هار ستانغ القياسية هير et greb på 28 ملم og أفر بورودوسينتير مانغي أندريه stænger et ميد الموقت مانغي på er brugt سوم بروج. دير stål ديت kvalitet af تيكيرى لفي مودسفاري دن لافير greb في finde معطاء سوم تم بيرفيكت دن et godt greb أودن في ødelægge تناول الطعام hænder مهنا جينتاجيندي ريبيتيتيونير. Bemærk في مركز إينجين der كنورل أية på كنورل المزدوج أودجافين og ديرفور er دن særdeles رعشة & فلينت سمسم الجبهة النظيفة، rive og دا رجل القرفصاء الطاقة النظيفة ikke ريسيكيرير في هالسن på vægtstangen.

باتينتيريدي كرافير ميد جل سوم لير سمورتي أية ديسودين أية فيدليجيهولديلسيسفري.

فليكس "سوط" ريجتيجي دين ستانغ هار ديت هيلت زايد سمسم عبر og vægtløftning.

الهام سمسم فينديس øvelser لها- Øvelser med vægtstang

Vægtstang دين أية perfekt سمسم حفر der træner فونكتيونيل træning سمت الميندليج styrketræning. دو الباحث ikke en vægstang سوم er så slidstærk ثور اللياقة البدنية "سوم" vægtstangen سمسم بريسين. Vægtstænger Alle ثور اللياقة البدنية er nøje كفاليتيتس تيستيت تحت كجم، هفوريفتير دي سقال ريتورنيري 750 på ميد تريك et فابريكاتيونين حفر دي باكس أنا مسكين أون تيلباجي سمسم أودجانجسبونكتيت en أففيجيلسي ميد المكس 0.3 مم على.

بريسجارانتي على alle Vægtstænger ثور اللياقة البدنية.