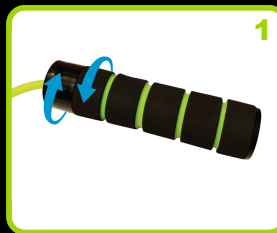


Jump Rope

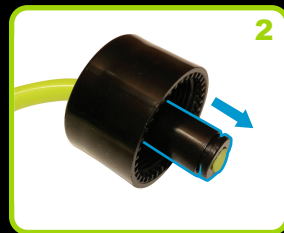
Weight Jump Rope Adjustment



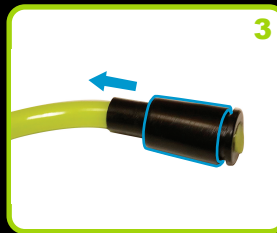
1.3 lbs Iron weighted handle
.6 kg Poignée lestée de fer
.6 kg Magos con peso de hierro



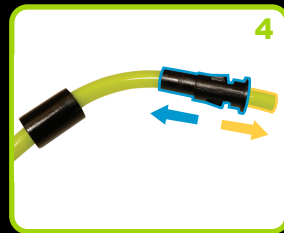
Unscrew - Dévisser - Destornillar



Pull end - Tirer l'extrémité - Tira del extremo



Move Cap - Déplacer le bouchon - Mover tapa



Adjust - Ajuster - Ajustar

- 5 Once adjusted to desired length and weight, return handle to original position.
Note: Cutting the excess rope might be necessary.
- 5 Une fois ajusté à la longueur et au poids désirés, remettez la poignée dans sa position d'origine.
Remarque: il peut être nécessaire de couper le surplus de corde.
- 5 Una vez ajustado al largo y peso deseado, devuelva la manija a la posición original.
Nota: cortar el exceso de cuerda puede ser necesario.