

ΕΝΤΑΣΗ %	Αντίσταση (kg)						
	ΚΙΤΡΙΝΟ ελαφρύ	ΚΟΚΚΙΝΟ μεσαίο	ΠΡΑΣΙΝΟ ισχυρό	ΜΠΛΕ έξτρα ισχυρο	ΜΑΥΡΟ σπέσιαλ ισχυρό	ΑΣΗΜΙ υπέρ ισχυρό	ΧΡΥΣΟ μέγιστο ισχυρό
25	0,5	0,7	0,9	1,3	1,6	2,3	3,6
50	0,8	1,2	1,5	2,1	2,9	3,9	6,3
75	1,1	1,5	1,9	2,7	3,7	5	8,2
100	1,3	1,8	2,3	3,2	4,4	6	9,8
125	1,5	2	2,6	3,7	5	6,9	11,2
150	1,8	2,2	3	4,1	5,6	7,8	12,5
175	2	2,5	3,3	4,6	6,1	8,6	13,8
200	2,2	2,7	3,6	5	6,7	9,5	15,2
225	2,4	2,9	4	5,5	7,4	10,5	16,6
250	2,6	3,2	4,4	6	8	11,5	18,2

