

**HVORDAN HENGE OPP**

# **HENGEKØYEN**

**1. Start med å ta hengekøyen ut av bagen. Sjekk at du har to stk kroker samt stropper.**



**2. Finn to trer med 3 til 5 meters mellomrom. Sjekk at de ser stødige ut, samt at de ikke blir ødelagte.**



**3. Surr en stropp 1-2 ganger rundt første treet. Rundt 1,5 meter over bakkenivå. Fest stroppen i løkken.**



**4. Fest en krok i løkken på den justerbare enden på stroppen. Forsikre deg om at kroken er helt lukket.**



**5. Gjennta på stropp to. Juster opp/ned i forhold til hva du liker. Hengekøyen bør henge minimum 45cm over bakken.**



**6. Da er hengekøyen klar! Legg deg ned, slapp av og nyt.**

