



HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ – HU

IN 22981 Felfüggesztő tárcsa inSPORTline Puley 100

TARTALOM

BIZTONSÁGI ÚTMUTATÓ.....	3
ALKATRÉSZ LISTA.....	4
ÖSSZESZERELÉS ÉS HASZNÁLAT.....	5
KÖRNYEZETVÉDELEM.....	6

BIZTONSÁGI ÚTMUTATÓ

- Használat és összeszerelés előtt olvassa el a kézikönyvet, és őrizze meg ha a későbbiekben szüksége lenne rá.
- A termék nem játék, tartsa távol gyermekektől és háziállatoktól.
- Ne hagyjon gyermekeket vagy állatokat felügyelet nélkül a csigák körül.
- Rendszeresen ellenőrizze a terméket sérülés vagy kopás szempontjából.
- Ne módosítsa a terméket.
- Az összeszerelés befejezése előtt ellenőrizze, hogy minden alkatrész hiánytalan és sértetlen-e. Csak eredeti alkatrészeket és tartozékokat használjon. Ne végezzen jogosulatlan módosításokat a terméken.
- Az összeszerelést csak felnőtt végezheti. Használat előtt győződjön meg arról, hogy a termék megfelelően van összeszerelve és megfelelően rögzítve. Ezt az eszközt megfelelően össze kell szerelni és rögzíteni kell, hogy elkerülje a felhasználó sérülését. Ha a készülék nem működik megfelelően, sérülés vagy kopás jeleit mutatja, azonnal hagyja abba a használatát. A sérült vagy kopott alkatrészeket azonnal ki kell cserélni.
- Edzésprogram megkezdése előtt kérjen tanácsot orvosától.
- Használat előtt olvassa el az összes utasítást és figyelmeztetést.
- Használat előtt mindig melegítsen be.
- Csak beltéri használatra alkalmas.
- Használat előtt győződjön meg arról, hogy minden csavar és anya meg van húzva. Ha a termék sérült, ne használja.
- Eddzen ésszerűen és körültekintően, ne terhelje túl magát. A sérülések elkerülése érdekében a mozgások nem lehetnek hirtelenek.
- Edzés közben ne tartsa vissza a lélegzetét.
- Eddzen megfelelően és a kondíciójának megfelelően. A nagy intenzitású edzés egészségügyi szövődményekhez vezethet.
- Mindig viseljen sportruházatot és cipőt. Minden ruházatot és testrészt tartson távol a mozgó alkatrészekről.
- Kezdetben vagy edzés utáni hosszabb szünet után válasszon lassabb tempót. Idővel növelheti a test terhelését.
- A nem megfelelő gyakorlat vagy a biztonsági óvintézkedések be nem tartása súlyos sérülést okozhat. Viseljen megfelelő sportruházatot, beleértve a sportcipőt is.
- Figyeljen teste jelzéseire. Bármilyen rosszullet esetén azonnal hagyja abba az edzést és forduljon orvosához.
- Győződjön meg arról, hogy az ajtókeret alkalmas a rögzítésre. Elég erősnek kell lennie ahhoz, hogy elbírja a keresztrúd és a felhasználó súlyát.
- Használjon minden támasztócsavart.
- Ha nem biztos a rögzítésben, forduljon szakemberhez a megfelelő rögzítés érdekében.
- **Kategória:** H otthoni használatra
- **Terhelhetőség:** 160 kg

ALKATRÉSZ LISTA

	Acél kábel
	Súlyszíj
	Tricepsz edzőpánt
	Fogantyú
	Szíj a rögzítéshez
	Karabély
	Csiga

ÖSSZESZERELÉS ÉS HASZNÁLAT



Rögzítse a szíjtárcsát egy rögzített ponthoz az ábra szerint. Vezesse át az acélkábel a szíjtárcsán.
Rögzítse a súlyt a heveder mögé, és rögzítse az acélkábelhez egy karabiner segítségével.

KÖRNYEZETVÉDELEM

Miután a termék élettartama lejárt, vagy ha a lehetséges javítás nem gazdaságos, a helyi törvényeknek megfelelően és környezetbarát módon dobja el a legközelebbi gyűjtőhelyen. Ezáltal megóvjá a környezetet és a természetes forrásokat. Ezenkívül hozzájárulhat az emberi egészség védelméhez. Ha nem biztos a hulladék helyes eltávolításában, kérjen tájékoztatást a helyi hatóságoktól, hogy elkerülje a törvényszegést vagy a szankciókat. Ne tegye az elemeket a háztartási hulladék közé, hanem vigye az újrahasznosítási helyre.