DOOR GYM PULL UP BAR
TX-010PB



5 902308 234659

BG РЕГУЛИРУЕМА РАЗТЕГАТЕЛНА ГРЕДА ЗА ИЗДЪРПВАНЕ

ПРЕДИ УПОТРЕБА НА ПРОДУКТА ПРОЧЕТЕТЕ ВНИМАТЕЛНО ЦЯЛАТА ИНСТРУКЦИЯ. ЗАПАЗЕТЕ Я ЗА БЪДЕЩА УПОТРЕБА.

Разтегателната греда TREX SPORT е продукт, който ще ви помогне ефективно да укрепите мускулите на ръцете, раменете и гърба. Нейното предимство е бързото монтиране в рамката на вратата и демонтиране.

Технически данни: диапазон на дължината 60–100 см, тегло: 2,2/2,4 кг, максимално натоварване: 200 кг.

Предупреждения:

1. Продуктът е спортен артикул, а не играчка. Не го предоставяйте на деца за игра. **2.** Продуктът трябва да се използва единствено за целите, за които е предназначен (т.е. за набирания и упражнения). **3.** Преди да започнете да го използвате, уверете се, че продуктът не е повреден. **4.** Преди първото упражнение на лоста проверете дали той е правилно монтиран. **5.** Не закрепвайте лоста към нестабилна или в лошо техническо състояние врата, тъй като в такъв случай лостът може да не издържи теглото на тренировката. **6.** По време на упражненията на лоста не трябва да се люлеете силно или да дърпате, тъй като това може да доведе до прекомерно натоварване на лоста. **7.** В случай на повреда на продукта не го поправяйте сами и не го използвайте за упражнения, тъй като той няма да отговаря на изискванията за безопасност. **8.** За да избегнете мускулни травми, преди началото на тренировката трябва да направите загрявка. **9.** Препоръчва се тренировката да се извършва в облекло, което не ограничава движенията, и в обувки, подходящи за вида на тренировката. **10.** При поява на замайване или каквато и да е болка, трябва незабавно да прекъснете упражненията. **11.** Не поставяйте продукта в близост до източници на топлина, като например лампи, радиатори, камини, тъй като това може да доведе до повреждането му. **12.** Повреденият продукт не отговаря на изискванията за безопасност. Не го поправяйте сами. **13.** Препоръчва се да запазите този етикет.

CZ HRAZDA DO DVEŘÍ

PŘED POUŽITÍM VÝROBKU SI PEČLIVĚ PŘEČTĚTE CELÝ NÁVOD. USCHOVEJTE JEJ PRO BUDOUCÍ POUŽITÍ.

Hrazda do dveří TREX SPORT je produkt, který vám pomůže účinně posílit svaly rukou, paží a zad. Její výhodou je rychlá montáž do dveřního rámu a demontáž.

Technické údaje: rozsah délky 60–100 cm, hmotnost: 2,2/2,4 kg, nosnost: 200 kg.

Upozornění:

1. Tento výrobek je sportovní pomůcka, není to hračka. Nesmí být poskytnut dětem k hraní. **2.** Výrobek smí být používán výhradně k účelům, ke kterým je určen (tj. k přítahům a cvičení). **3.** Před zahájením používání se ujistěte, že výrobek není poškozen. **4.** Před prvním cvičením na hrazdě zkontrolujte, zda je správně namontována. **5.** Neupevňujte hrazdu na dveřní zárubni, která není stabilní nebo je v nevhodném technickém stavu, protože hrazda by v takovém případě nemusela unést váhu cvičící osoby. **6.** Při cvičení na hrazdě se nesmí silně houpat ani trhat, protože by to mohlo vést k nadměrnému zatížení hrazdy. **7.** V případě poškození výrobku jej neopravujte sami a nepoužívejte jej k cvičení, protože nebude splňovat bezpečnostní požadavky. **8.** Aby nedošlo k poškození svalů, před zahájením tréninku proveďte rozcvičku. **9.** Doporučuje se cvičit v oblečení, které nebrání pohybu, a v obuvi vhodné pro daný druh cvičení. **10.** V případě závratí nebo jakékoli bolesti je třeba cvičení okamžitě přerušit. **11.** Výrobek neskladujte v blízkosti zdrojů tepla, jako jsou např. lampy, radiátory nebo krby, protože by mohlo dojít k jeho poškození. **12.** Poškozený výrobek nesplňuje bezpečnostní požadavky. Nepokoušejte se jej opravovat sami. **13.** Doporučujeme tento štítek uschovat.

DE VERSTELLBARE KLIMMZUGSTANGE

LESEN SIE VOR DER VERWENDUNG DES PRODUKTS DIE GESAMTE ANLEITUNG SORGFÄLTIG DURCH. BEWAHREN SIE SIE ZUM SPÄTEREN NACHSCHLAGEN AUF.

Die TREX SPORT-Klimmzugstange ist ein Produkt, mit dem Sie Ihre Hand-, Schulter- und Rückenmuskulatur effektiv stärken können. Ihr Vorteil ist die schnelle Montage im Türrahmen und der ebenso schnelle Abbau.

Technische Daten: Längenbereich 60–100 cm, Gewicht: 2,2/2,4 kg, Belastbarkeit: 200 kg.

Warnhinweise:

1. Das Produkt ist ein Sportartikel und kein Spielzeug. Es darf nicht von Kindern zum Spielen verwendet werden. **2.** Das Produkt darf ausschließlich für den vorgesehenen Zweck (d. h. zum Klimmzug und für Übungen) verwendet werden. **3.** Vergewissern Sie sich vor der ersten Nutzung, dass das Produkt nicht beschädigt ist. **4.** Prüfen Sie vor dem ersten Training an der Stange, ob diese ordnungsgemäß montiert ist. **5.** Befestigen Sie die Klimmzugstange nicht an einem Türrahmen, der instabil ist oder sich in einem ungeeigneten technischen Zustand befindet, da die Stange dann das Gewicht der trainierenden Person möglicherweise nicht tragen kann. **6.** Während des Trainings an der Klimmzugstange sollten Sie nicht stark schwingen oder ruckartig ziehen, da dies zu einer übermäßigen Belastung der Stange führen kann. **7.** Im Falle einer Beschädigung des Produkts darf dieses nicht eigenmächtig repariert oder für Übungen verwendet werden, da es dann die Sicherheitsanforderungen nicht mehr erfüllt. **8.** Um Muskelverletzungen zu vermeiden, sollte vor Beginn des Trainings ein Aufwärmprogramm durchgeführt werden. **9.** Es wird empfohlen, das Training in bewegungsfreundlicher Kleidung und in für die jeweilige Trainingsart geeignetem Schuhwerk durchzuführen. **10.** Bei Auftreten von Schwindel oder jeglichen Schmerzen sollten Sie die Übungen sofort unterbrechen. **11.** Das Produkt darf nicht in der Nähe von Wärmequellen wie z. B. Lampen, Heizkörpern oder Kaminen aufgestellt werden, da dies zu Schäden führen kann. **12.** Ein beschädigtes Produkt erfüllt nicht die Sicherheitsanforderungen. Es darf nicht eigenmächtig repariert werden. **13.** Es wird empfohlen, dieses Etikett aufzubewahren.

EN DOOR GYM PULL UP BAR

READ THE ENTIRE INSTRUCTION MANUAL CAREFULLY BEFORE USING THE PRODUCT. KEEP IT FOR FUTURE REFERENCE.

The TREX SPORT pull-up bar is a product that will help you effectively strengthen your arm, shoulder and back muscles. One of its advantages is that it can be quickly fitted within a door frame and removed just as easily.

Technical specifications: length range 60–100 cm, weight: 2.2/2.4 kg, load capacity: 200 kg.

Warnings:

1. This product is a piece of sports equipment, not a toy. Do not allow children to play with it. **2.** The product must only be used for its intended purpose (i.e. for pull-ups and exercises). **3.** Before use, ensure that the product is not damaged. **4.** Before exercising on the bar for the first time, check that it is correctly installed. **5.** Do not attach the bar to a door frame that is unstable or in poor condition, as the bar may then be unable to support the weight of the person exercising. **6.** When exercising on the bar, do not swing or jerk violently, as this may result in excessive strain on the bar. **7.** If the product is damaged, do not attempt to repair it yourself or use it for exercise, as it will not meet safety requirements. **8.** To avoid muscle injury, you should warm up before starting your workout. **9.** It is recommended that you train in clothing that does not restrict movement and in footwear suitable for the type of training. **10.** If you experience dizziness or any pain, stop exercising immediately. **11.** Do not place the product near heat sources, such as lamps, radiators or fireplaces, as this may damage it. **12.** A damaged product does not meet safety requirements. Do not attempt to repair it yourself. **13.** It is recommended that you keep this label.

ES BARRA DE TRACCIÓN AJUSTABLE

LEA ATENTAMENTE TODO EL MANUAL DE INSTRUCCIONES ANTES DE UTILIZAR EL PRODUCTO. CONSÉRVELO PARA FUTURAS CONSULTAS.

La Barra de tracción TREX SPORT es un producto que te ayudará a fortalecer eficazmente los músculos de las manos, los brazos y la espalda. Su ventaja es que se monta y desmonta rápidamente en el marco de la puerta.

Datos técnicos: rango de longitud de 60 a 100 cm, peso: 2,2/2,4 kg, resistencia: 200 kg.

Advertencias:

1. Este producto es un artículo deportivo, no un juguete. No debe ponerse a disposición de los niños para que jueguen con él. **2.** El producto debe utilizarse exclusivamente para los fines para los que está destinado (es decir, para hacer dominadas y ejercicios). **3.** Antes de empezar a utilizarlo, asegúrate de que el producto no presente daños. **4.** Antes de realizar el primer ejercicio en la barra, comprueba que esté correctamente montada. **5.** No fije la barra a un marco de puerta que no sea estable o que se encuentre en mal estado, ya que la barra podría no soportar el peso de la persona que realiza los ejercicios. **6.** Durante los ejercicios en la barra, no se debe balancearse ni tirar de ella con fuerza, ya que esto podría provocar una sobrecarga excesiva de la barra. **7.** En caso de que el producto resulte dañado, no lo repare por su cuenta ni lo utilice para hacer ejercicio, ya que no cumplirá los requisitos de seguridad. **8.** Para evitar lesiones musculares, realice un calentamiento antes de comenzar el entrenamiento. **9.** Se recomienda entrenar con ropa que no limite los movimientos y con calzado adecuado para el tipo de entrenamiento. **10.** En caso de mareos o cualquier tipo de dolor, se deben interrumpir inmediatamente los ejercicios. **11.** No se debe colocar el producto cerca de fuentes de calor, como lámparas, radiadores o chimeneas, ya que esto podría dañarlo. **12.** Un producto dañado no cumple con las condiciones de seguridad. No se debe reparar por cuenta propia. **13.** Se recomienda conservar esta etiqueta.

FR BARRE DE TRACTION RÉGLABLE

LISEZ ATTENTIVEMENT L'INTÉGRALITÉ DU MODE D'EMPLOI AVANT D'UTILISER LE PRODUIT. CONSERVEZ-LE POUR TOUTE CONSULTATION ULTÉRIEURE.

La barre de traction TREX SPORT est un produit qui vous aidera à renforcer efficacement les muscles des mains, des bras et du dos. Elle présente l'avantage de pouvoir être rapidement installée et retirée dans l'encadrement d'une porte.

Données techniques : longueur réglable de 60 à 100 cm, poids : 2,2/2,4 kg, charge maximale : 200 kg.

Avertissements:

1. Ce produit est un article de sport, ce n'est pas un jouet. Ne le laissez pas à la portée des enfants. **2.** Ce produit doit être utilisé exclusivement aux fins pour lesquelles il est destiné (c'est-à-dire pour les tractions et les exercices). **3.** Avant de commencer à l'utiliser, assurez-vous que le produit n'est pas endommagé. **4.** Avant votre première séance d'entraînement sur la barre, vérifiez qu'elle est correctement installée. **5.** Ne fixez pas la barre sur un chambranle instable ou en mauvais état, car elle pourrait alors ne pas supporter le poids de la personne qui s'entraîne. **6.** Lors des exercices sur la barre, évitez de vous balancer ou de tirer brusquement, car cela pourrait entraîner une sollicitation excessive de la barre. **7.** En cas de dommage du produit, ne le réparez pas vous-même et ne l'utilisez pas pour faire de l'exercice, car il ne répondra plus aux exigences de sécurité. **8.** Afin d'éviter toute lésion musculaire, effectuez un échauffement avant de commencer l'entraînement. **9.** Il est recommandé de s'entraîner dans une tenue qui ne gêne pas les mouvements et avec des chaussures adaptées au type d'entraînement. **10.** En cas de vertiges ou de toute douleur, il faut immédiatement interrompre les exercices. **11.** Ne placez pas le produit à proximité de sources de chaleur, telles que des lampes, des radiateurs ou des cheminées, car cela risque de l'endommager. **12.** Un produit endommagé ne répond pas aux normes de sécurité. Ne le réparez pas vous-même. **13.** Il est recommandé de conserver cette étiquette.

HU ÁLLÍTHATÓ HÚZÓRÚD

A TERMÉK HASZNÁLATA ELŐTT FIGYELMESEN OLVASSA EL A TELJES HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT. ŐRIZZE MEG KÉSŐBBI HASZNÁLATRA.

A TREX SPORT húzórúd olyan termék, amely segít hatékonyan megerősíteni a kéz-, váll- és hátizmokat. Előnye, hogy gyorsan felszerelhető az ajtókeretbe, és könnyen leszerelhető.

Műszaki adatok: hosszúságtartomány 60–100 cm, súly: 2,2/2,4 kg, teherbírás: 200 kg.

Figyelmeztetések:

1. A termék sporteszköz, nem játék. Ne hagyja, hogy gyermekek játsszanak vele. **2.** A terméket kizárólag a rendeltetésszerű célokra (azaz húzódzkodásra és edzésre) szabad használni. **3.** A használat megkezdése előtt győződjön meg arról, hogy a termék nem sérült. **4.** Az első edzés előtt ellenőrizze, hogy a rúd megfelelően van-e felszerelve. **5.** Ne rögzítse a rudat olyan ajtókeretre, amely instabil vagy nem megfelelő műszaki állapotban van, mivel ilyenkor a rúd nem biztos, hogy elbírja a gyakorló személy súlyát. **6.** A rúdon végzett gyakorlatok során ne hintázzon erősen és ne rángassa a rudat, mivel ez a rúd túlterheléséhez vezethet. **7.** A termék meghibásodása esetén ne javítsa meg saját kezűleg, és ne használja edzésre, mivel így nem felel meg a biztonsági követelményeknek. **8.** Az izomsérülések elkerülése érdekében az edzés megkezdése előtt végezzen bemelegítést. **9.** Javasolt a mozgást nem korlátozó ruházatban és az edzés típusához megfelelő cipőben edzeni. **10.** Szédülés vagy bármilyen fájdalom jelentkezése esetén azonnal szakítsa meg az edzést. **11.** A terméket ne helyezze hőforrások, pl. lámpák, fűtőtestek, kandallók közelébe, mivel ez a termék megrongálódásához vezethet. **12.** A megrongálódott termék nem felel meg a biztonsági követelményeknek. Ne próbálja meg saját kezűleg megjavítani. **13.** Javasoljuk, hogy őrizze meg ezt a címkét.

MADE IN CHINA

22 PAP CARTA RACCOLTA CARTA Verifica le disposizioni del tuo Comune

FR ÉLÉMENT(S) D'EMBALLAGE + NOTICE

RECICLA Al Azul

0-3

Verpackung je nach Art. sortieren

DOOR GYM PULL UP BAR
TX-010PB



5 902308 234659

IT BARRA DI TRAZIONE REGOLABILE

LEGGERE ATTENTAMENTE L'INTERO MANUALE DI ISTRUZIONI PRIMA DI UTILIZZARE IL PRODOTTO. CONSERVARLO PER FUTURE CONSULTAZIONI.

La barra di trazione TREX SPORT è un prodotto che ti aiuterà a rafforzare efficacemente i muscoli delle braccia, delle spalle e della schiena. Il suo vantaggio è la rapidità di montaggio e smontaggio all'interno del telaio della porta.

Dati tecnici: lunghezza regolabile da 60 a 100 cm, peso: 2,2/2,4 kg, carico massimo: 200 kg.

Avvertenze:

1. Il prodotto è un articolo sportivo, non è un giocattolo. Non deve essere messo a disposizione dei bambini per giocare. **2.** Il prodotto deve essere utilizzato esclusivamente per gli scopi per cui è destinato (ovvero per trazioni ed esercizi). **3.** Prima di iniziare a utilizzarlo, assicurarsi che il prodotto non sia danneggiato. **4.** Prima del primo esercizio sulla barra, verificare che sia montata correttamente. **5.** Non fissare la barra su un telaio instabile o in cattive condizioni tecniche, poiché in tal caso la barra potrebbe non sostenere il peso della persona che si allena. **6.** Durante gli esercizi sulla barra, evitare di dondolarsi o strattonarla con forza, poiché ciò potrebbe causare un sovraccarico della barra. **7.** In caso di danneggiamento del prodotto, non ripararlo autonomamente né utilizzarlo per gli esercizi, poiché non soddisferà i requisiti di sicurezza. **8.** Per evitare lesioni muscolari, effettuare un riscaldamento prima di iniziare l'allenamento. **9.** Si raccomanda di allenarsi indossando un abbigliamento che non ostacoli i movimenti e calzature adeguate al tipo di allenamento. **10.** In caso di vertigini o di qualsiasi dolore, interrompere immediatamente l'allenamento. **11.** Non collocare il prodotto in prossimità di fonti di calore, quali lampade, termosifoni o caminetti, poiché ciò potrebbe danneggiarlo. **12.** Un prodotto danneggiato non soddisfa i requisiti di sicurezza. Non ripararlo autonomamente. **13.** Si raccomanda di conservare la presente etichetta.

NL VERSTELBARE TREKSTANG

LEES DE VOLLEDIGE GEBRUIKSAANWIJZING ZORGVULDIG DOOR VOORDAT U HET PRODUCT GEBRUIKT. BEWAAR DEZE VOOR TOEKOMSTIG GEBRUIK.

De TREX SPORT-trekstang is een product waarmee je de spieren van je handen, armen en rug effectief kunt versterken. Een voordeel is dat hij snel in het deurkozijn kan worden gemonteerd en weer gedemonteerd.

Technische gegevens: lengtebereik 60-100 cm, gewicht: 2,2/2,4 kg, draagvermogen: 200 kg.

Waarschuwingen:

1. Dit product is een sportartikel, geen speelgoed. Geef het niet aan kinderen om mee te spelen. **2.** Gebruik het product uitsluitend voor het doel waarvoor het is bedoeld (d.w.z. voor optrekken en oefeningen). **3.** Controleer vóór gebruik of het product niet beschadigd is. **4.** Controleer vóór de eerste oefening aan de stang of deze correct is gemonteerd. **5.** Bevestig de stang niet aan een deurkozijn dat onstabiel is of in slechte technische staat verkeert, omdat de stang dan het gewicht van de persoon die traint mogelijk niet kan dragen. **6.** Schommel of ruk niet hard aan de stang tijdens het trainen, omdat dit kan leiden tot overmatige belasting van de stang. **7.** Als het product beschadigd is, mag u het niet zelf repareren en niet gebruiken om te trainen, omdat het dan niet meer aan de veiligheidseisen voldoet. **8.** Om spierblessures te voorkomen, dient u zich voor aanvang van de training op te warmen. **9.** Het wordt aanbevolen om te trainen in kleding die de bewegingen niet belemmert en in schoenen die geschikt zijn voor het soort training. **10.** Bij duizeligheid of pijnklachten dient u de oefeningen onmiddellijk te staken. **11.** Plaats het product niet in de buurt van warmtebronnen, zoals lampen, radiatoren of open haarden, aangezien dit tot schade kan leiden. **12.** Een beschadigd product voldoet niet aan de veiligheidsvoorschriften. Probeer het niet zelf te repareren. **13.** Het wordt aanbevolen dit etiket te bewaren.

PL DRĄŻEK ROZPOROWY DO PODCIĄGANIA REGULOWANY

PRZED UŻYCIEM PRODUKTU PRZECZYTAJ UWAŻNIE CAŁĄ INSTRUKCJĘ. ZACHOWAJ JĄ NA PRZYSZŁOŚĆ.

Drążek rozporowy TREX SPORT to produkt, który pomoże Ci skutecznie wzmocnić mięśnie rąk, ramion oraz mięśnie grzbietu. Jego zaletą jest szybki montaż w obrębie futryny drzwi i demontaż.

Dane techniczne: zakres długości 60-100 cm, waga: 2,2/2,4 kg, wytrzymałość: 200 kg.

Ostrzeżenia:

1. Produkt jest artykułem sportowym, nie jest zabawka,. Nie należy udostępniać go dzieciom do zabawy. **2.** Z produktu należy korzystać wyłącznie w celach, do których jest przeznaczony (tj. do podciągania i ćwiczeń). **3.** Przed rozpoczęciem użytkowania, należy upewnić się, że produkt nie jest uszkodzony. **4.** Przed pierwszym ćwiczeniem na drążku, sprawdź, czy jest on odpowiednio zamontowany. **5.** Nie mocuj drążka na futrynie, która jest nie stabilna, w nieodpowiednim stanie technicznym, ponieważ drążek może wtedy nie utrzymać ciężaru ćwiczącej osoby. **6.** Podczas ćwiczeń na drążku nie należy mocno huśtać się lub szarpać, ponieważ może to skutkować nadmiernym obciążeniem drążka. **7.** W razie uszkodzenia produktu nie należy go samodzielnie naprawiać oraz wykorzystywać go do ćwiczeń, gdyż nie spełni on wymogów bezpieczeństwa. **8.** W celu uniknięcia uszkodzenia mięśni, przed rozpoczęciem treningu należy wykonać rozgrzewkę. **9.** Zaleca się wykonywanie treningu w stroju nie krępującym ruchów oraz w obuwiu odpowiednim do rodzaju treningu. **10.** W razie wystąpienia zawrotów głowy lub jakiejkolwiek dolegliwości bólowej, należy natychmiast przerwać ćwiczenia. **11.** Nie należy umieszczać produktu w pobliżu źródeł ciepła, jak np. lampy, grzejniki, kominki, gdyż grozi to jego uszkodzeniem. **12.** Uszkodzony produkt nie spełnia warunków bezpieczeństwa. Nie należy go samodzielnie naprawiać. **13.** Zaleca się zachowanie niniejszej etykiety.

RO BARĂ DE TRACȚIUNE REGLABILĂ

CITIȚI CU ATENȚIE ÎNTREGUL MANUAL DE INSTRUCȚIUNI ÎNAINTE DE A UTILIZA PRODUSUL. PĂSTRAȚI-L PENTRU CONSULTĂRI ULTERIOARE.

Bară de tracțiune TREX SPORT este un produs care te va ajuta să-ți întărești eficient mușchii mâinilor, brațelor și spatelui. Avantajul său constă în montarea și demontarea rapidă în cadrul tocului ușii.

Date tehnice: lungime reglabilă între 60 și 100 cm, greutate: 2,2/2,4 kg, capacitate de încărcare: 200 kg.

Avertismente:

1. Produsul este un articol sportiv, nu este o jucărie. Nu trebuie pus la dispoziția copiilor pentru joacă. **2.** Produsul trebuie utilizat exclusiv în scopurile pentru care a fost conceput (adică pentru tracțiuni și exerciții). **3.** Înainte de a începe utilizarea, asigurați-vă că produsul nu este deteriorat. **4.** Înainte de primul exercițiu la bară, verificați dacă aceasta este montată corespunzător. **5.** Nu fixați bara pe un toc de ușă instabil sau aflat într-o stare tehnică necorespunzătoare, deoarece bara ar putea să nu suporte greutatea persoanei care se antrenează. **6.** În timpul exercițiilor la bară, nu vă legănați puternic și nu trageți brusc de bară, deoarece acest lucru poate duce la o solicitare excesivă a barei. **7.** În cazul deteriorării produsului, nu îl reparați singuri și nu îl utilizați pentru exerciții, deoarece nu va mai îndeplini cerințele de siguranță. **8.** Pentru a evita leziunile musculare, efectuați o încălzire înainte de a începe antrenamentul. **9.** Se recomandă efectuarea antrenamentului în ținută care nu îngrădește mișcările și în încălțăminte adecvată tipului de antrenament. **10.** În cazul apariției amețelilor sau a oricărei dureri, trebuie să întrerupeți imediat exercițiile. **11.** Nu așezați produsul în apropierea surselor de căldură, cum ar fi lămpi, radiatoare sau șeminee, deoarece acest lucru poate duce la deteriorarea sa. **12.** Un produs deteriorat nu îndeplinește condițiile de siguranță. Nu încercați să îl reparați singuri. **13.** Se recomandă păstrarea acestei etichete.

SK NASTAVITEĽNÁ ROZPERNÁ HRAZDA

PRED POUŽITÍM VÝROBKU SI POZORNE PREČÍTAJTE CELÝ NÁVOD. USCHOVAJTE SI HO NA BUDÚCE POUŽITIE.

Rozperná hrazda TREX SPORT je produkt, ktorý vám pomôže účinne posilniť svaly rúk, ramien a chrbta. Jej výhodou je rýchla montáž do dverového rámu a demontáž.

Technické údaje: rozsah dĺžky 60–100 cm, hmotnosť: 2,2/2,4 kg, nosnosť: 200 kg.

Upozornenia:

1. Tento výrobok je športový tovar, nie je to hračka. Nesmú sa s ním hrať deti. **2.** Výrobok sa smie používať výlučne na účely, na ktoré je určený (t. j. na príťahy a cvičenie). **3.** Pred začatím používania sa uistite, že výrobok nie je poškodený. **4.** Pred prvým cvičením na hrazde skontrolujte, či je správne namontovaná. **5.** Neupevňujte hrazdu na zárubňu, ktorá nie je stabilná alebo je v nevhodnom technickom stave, pretože hrazda by v takom prípade nemusela uniesť váhu cvičiacej osoby. **6.** Počas cvičenia na hrazde sa nesmie silno hojdať ani trhať, pretože to môže viesť k nadmernému zaťaženiu hrazdy. **7.** V prípade poškodenia výrobku ho neopravujte sami a nepoužívajte ho na cvičenie, pretože nespĺňa bezpečnostné požiadavky. **8.** Aby ste predišli poraneniu svalov, pred začatím tréningu sa rozcvičte. **9.** Odporúča sa cvičiť v oblečení, ktoré neobmedzuje pohyb, a v obuvi vhodnej pre daný typ tréningu. **10.** V prípade závratov alebo akejkoľvek bolesti je potrebné cvičenie okamžite prerušiť. **11.** Produkt neumiestňujte do blízkosti zdrojov tepla, ako sú napr. lampy, radiátory, krby, pretože hrozí jeho poškodenie. **12.** Poškodený produkt nespĺňa bezpečnostné požiadavky. Neopravujte ho sami. **13.** Odporúča sa uchovať tento štítok.

UA ТУРНІК РЕГУЛЬОВАНИЙ

ПЕРЕД ВИКОРИСТАННЯМ ВИРОБУ УВАЖНО ПРОЧИТАЙТЕ ВСЮ ІНСТРУКЦІЮ. ЗБЕРЕЖІТЬ ЇЇ ДЛЯ ПОДАЛЬШОГО ВИКОРИСТАННЯ.

Турнік регульований TREX SPORT – це виріб, який допоможе вам ефективно зміцнити м'язи рук, плечей та спини. Її перевагою є швидкий монтаж у дверній коробці та демонтаж.

Технічні характеристики: діапазон довжини 60–100 см, вага: 2,2/2,4 кг, навантаження: 200 кг.

Попередження:

1. Цей виріб є спортивним приладдям, а не іграшкою. Не дозволяйте дітям гратися ним. **2.** Виріб слід використовувати виключно за призначенням (тобто для підтягувань та вправ). **3.** Перед початком використання переконайтеся, що виріб не має пошкоджень. **4.** Перед першим тренуванням на перекладині перевірте, чи вона правильно встановлена. **5.** Не кріпіть перекладину до дверної коробки, яка є нестійкою або перебуває в неналежному технічному стані, оскільки в такому разі перекладина може не витримати вагу людини, що тренується. **6.** Під час вправ на перекладині не слід сильно гойдатися або смикати її, оскільки це може призвести до надмірного навантаження на перекладину. **7.** У разі пошкодження виробу не слід самостійно його ремонтувати та використовувати для тренувань, оскільки він не відповідатиме вимогам безпеки. **8.** Щоб уникнути травмування м'язів, перед початком тренування слід провести розминку. **9.** Рекомендується тренуватися в одязі, що не сковує рухів, та у взутті, що відповідає виду тренування. **10.** У разі виникнення запаморочення або будь-якого больового синдрому слід негайно припинити вправи. **11.** Не слід розміщувати виріб поблизу джерел тепла, таких як лампи, радіатори, каміни, оскільки це може призвести до його пошкодження. **12.** Пошкоджений виріб не відповідає вимогам безпеки. Не слід самостійно його ремонтувати. **13.** Рекомендується зберегти цю етикетку.

DISTRIBUTION

TREX S.A., UL. DŁUGA 24/13, 31-146 KRAKÓW, POLAND

GROSNER SPORT GmbH, PRENZLAUER STR. 3D, 17321 LÖCKNITZ, GERMANY

IMPORTER

HEGEN EUROPE SP. Z O.O., UL. SPORTOWA 3A, 32-080 ZABIERZÓW, POLAND