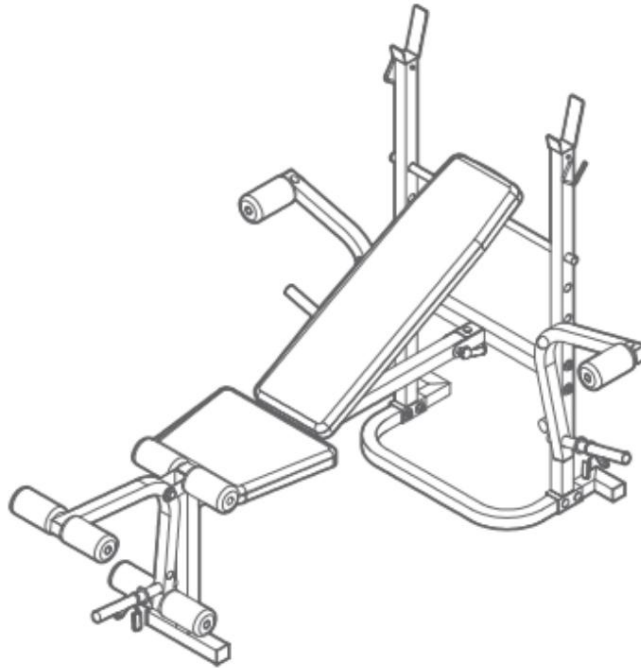


Wielofunkcyjna ławeczka do ćwiczeń



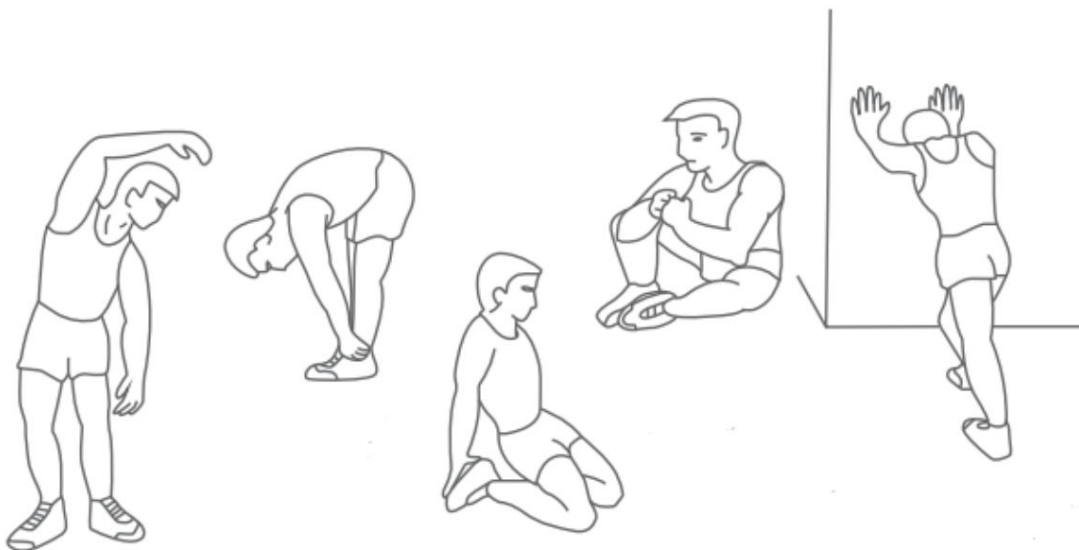
Gratulujemy zakupu ławki w naszej firmie. Aby ławka służyła Ci przez długi czas i spełniała Twoje oczekiwania, przed jej użyciem przeczytaj poniższą instrukcję i zachowaj ją do późniejszego wykorzystania. Jeśli pożyczasz lub oddajesz ławkę komuś, zawsze przekazuj ją wraz z niniejszą instrukcją.

Produkt nie jest przeznaczony do użytku komercyjnego.

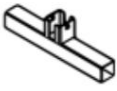






























- Zawsze montuj zgodnie z instrukcją, aby mieć pewność, że urządzenie zawsze będzie działać prawidłowo.
- Bezpieczne i efektywne użytkowanie urządzenia może być zapewnione wyłącznie w przypadku prawidłowej instalacji, konserwacji i użytkowania.
- Jeśli po rozpakowaniu okaże się, że produkt ma jakiegokolwiek wady, nie należy go składać i należy natychmiast skontaktować się z nami. handel. Jeśli zbudujesz ławkę z wadliwych części, może to skutkować obrażeniami ciała lub uszkodzeniem mienia, za które dostawca nie ponosi odpowiedzialności. • Przed rozpoczęciem jakichkolwiek ćwiczeń lub programu treningowego skonsultuj się z lekarzem.
Twój lekarz.
- Konsultacja z lekarzem jest konieczna, jeśli przyjmujesz leki wpływające na pracę serca, ciśnienie krwi i poziom cholesterolu.
- Nieprawidłowe lub nadmierne ćwiczenia mogą być niebezpieczne dla zdrowia. • Przerwij ćwiczenia, jeśli wystąpi którykolwiek z następujących objawów: ból, uczucie ucisku w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca, skrajna duszność, zawroty głowy, uczucie oszołomienia lub nudności.
- Używaj urządzenia na twardej, równej powierzchni, przykrytej ochronną osłoną podłogową lub dywaną.

- Przed użyciem urządzenia należy sprawdzić, czy nakrętki i śruby są prawidłowo dokręcone. zaciśnięte.
- Poziom bezpieczeństwa urządzenia można utrzymać tylko wtedy, gdy jest ono regularnie sprawdza, czy nie występują uszkodzenia i/lub zużycie.
- Podczas korzystania z urządzenia należy nosić odpowiednią odzież. • Unikaj noszenia luźnej odzieży, która mogłaby zaczepić się o urządzenie lub ograniczać bądź utrudniać ruchy. • Zaczynaj ćwiczyć powoli. • Urządzenie przeznaczone jest wyłącznie dla osób dorosłych. • Zapobiegaj dostępowi dzieci do tego urządzenia. • Urządzenie nie nadaje się do użytku terapeutycznego. • Do konserwacji należy używać wilgotnej ściereczki.

Ćwiczenia:



Lista części:

1  1x	2  1x	3  1x	4  1x	5  1x
6  2x	7  2x	8  1x	9  1x	10  2x
11  3x	12  2x	13  5x	14  21x	15  11x
16  4x	17  5x	18  14x	19  7x	20  4x
21  4x	22  2x	23  2x	24  1x	25  1x
26  2x	27  2x	28  1x	29  1x	30  8x
31  3x				

