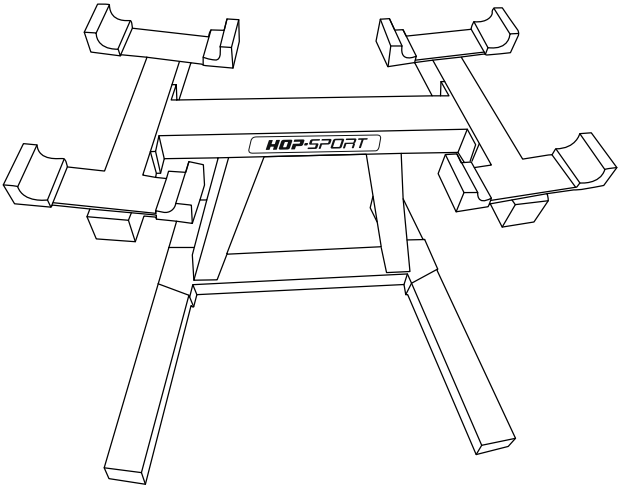
HOP-SPORT®



20'

HANTELSTÄNDER FÜR VERSTELLBARE HANTELN HS-3040A

Stojan na nastavitelné jednoručky CZ

Hantelständer für verstellbare Hanteln DE

Dumbbell Stand for adjustable dumbbells EN

Soporte para mancuernas ajustables ES

Support pour haltères réglables FR

Supporto per manubri regolabili IT

Standaard voor verstelbare halters NL

Stojak na hantle regulowane PL

Stojan na nastaviteľné jednoručky SK

Стійка для регульованих гантелей UA

Scan me
www.hop-sport.com

CZ NÁVOD K POUŽITÍ 1

DE BEDIENUNGSANLEITUNG 4

EN INSTRUCTION 7

ES MANUAL DE INSTRUCCIONES 10

FR INSTRUCTIONS D'UTILISATION 13

IT MANUALE DI ISTRUZIONI 16

NL GEBRUIKSAANWIJZING 19

PL INSTRUKCJA OBSŁUGI 22

SK NÁVOD NA POUŽITIE 25

UA ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ 28

SEZNAM DÍLŮ / STÜCKLISTE / PARTS LIST / LISTA DE PIEZAS / LISTE DE PIÈCES / ELENCO DELLE PARTI / ONDERDELENLIJST / LISTA CZĘŚCI / ZOZNAM DIELOV / СПИСОК ДЕТАЛЕЙ 31

MONTÁŽ / MONTAGE / ASSEMBLY / MONTAJE / INSTALLATION / MONTAGGIO / MONTAGE / MONTAŻ / MONTÁŽ / УСТАНОВКА 32

CZ Upozornění

PŘED ZAHÁJENÍM POUŽÍVÁNÍ ZAŘÍZENÍ SI PEČLIVĚ PŘEČTĚTE CELÝ NÁVOD A USCHOVEJTE SI HO PRO BUDOUCÍ POUŽITÍ.

1. Maximální bezpečnost a účinnost používání zařízení lze zajistit pouze při správné montáži a provozu v souladu s tímto návodem. Každý uživatel by měl být obeznámen s omezeními, bezpečnostními pokyny a riziky plynoucími z nesprávného používání. Výrobce nenese odpovědnost za jakékoli zranění nebo škody způsobené nedodržením pokynů uvedených v návodu.
2. Výrobek je sportovní vybavení – není to hračka. Uchovávejte mimo dosah dětí. Nenechávejte děti bez dozoru v blízkosti stojanu s činkami – hrozí riziko převrácení nebo poranění.
3. Používejte zařízení výhradně k určenému účelu. Výrobek slouží pouze k uložení činek. Nepoužívejte jej ke šplhání, sezení, zavěšování předmětů ani k jiným účelům.
4. Pokud stojan vyžaduje montáž, ujistěte se, že všechny části byly správně sestaveny podle pokynů výrobce. Před prvním použitím zkontrolujte dotažení všech šroubů.
5. Umístěte stojan na rovný, stabilní a neklouzavý povrch. Doporučuje se použití ochranné podložky pro zvýšení stability a ochranu podlahy.
6. Stojan je vybaven přepravními kolečky s brzdami, které usnadňují jeho přemístění. Před použitím se ujistěte, že jsou všechna kolečka zablokována. Nezajištěná kolečka mohou způsobit nechtěný pohyb a ohrozit bezpečnost. Stojan není určen k použití v pohybu – nesmí být používán jako přepravní vozík. Kolečka slouží pouze k nastavení stojanu na cílovém místě.
7. Nepřekračujte maximální zatížení 75 kg na každou stranu. Přetížení může vést k poškození konstrukce nebo převrácení stojanu. Závaží rozložte rovnoměrně na obě police.
8. Ujistěte se, že činky jsou umístěny ve středu a stabilně na držácích. Konstrukce ramen je navržena tak, aby zabránila náhodnému sklouznutí, ale nesprávné uložení může způsobit jejich posunutí. Činky ukládejte uspořádaně a rovnoměrně.
9. Pravidelně kontrolujte technický stav stojanu. Dotahujte šrouby a ujistěte se, že všechny konstrukční prvky jsou stabilní. V případě prasklin, deformací nebo uvolněných dílů zařízení nepoužívejte, dokud nebude opraveno.
10. Neprovádějte žádné úpravy ani nastavení zařízení, které nejsou popsány v tomto návodu. V případě pochybností kontaktujte autorizovaný servis.
11. Vyhněte se prudkým pohybům, škubání nebo jednostrannému zatížení – může to způsobit poškození nebo převrácení zařízení.
12. Zajistěte kolem stojanu dostatečný pracovní prostor pro bezpečné odkládání a zvedání závaží.
13. Před zahájením cvičení si oblékněte pohodlné sportovní oblečení, které neomezuje pohyb, a obuv s protiskluzovou podrážkou. Vždy se krátce rozcvičte (5–10 minut), abyste připravili svaly a klouby. Cvičení bez rozcvičení zvyšuje riziko zranění.
14. Osoby s zdravotními problémy (např. bolesti zad, kloubů, vysoký krevní tlak, arytmie, závratě, cukrovka, chronická onemocnění) nebo užívající léky ovlivňující tlak, srdeční tep, koordinaci nebo hladinu cukru v krvi – by se měly před použitím zařízení nebo zvedáním závaží poradit s lékařem. V případě výskytu příznaků jako je bolest na hrudi, dušnost, nevolnost, závrať nebo nepravidelný srdeční rytmus – okamžitě přerušte cvičení a vyhledejte lékařskou pomoc.
15. Čistěte stojan vlhkým hadříkem. Nepoužívejte agresivní chemikálie. Skladujte na suchém místě, mimo vlhkost, přímé sluneční světlo a tepelné zdroje, aby nedošlo ke korozi nebo poškození materiálu.
16. Chcete-li stojan přesunout – sejměte činky, odemkněte kolečka a po přesunutí je opět zablokujte.
17. Zařízení splňuje požadavky normy ISO 20957-1:2024, třída H (Home Use). Je určeno výhradně pro domácí použití. Není vhodné pro komerční, profesionální ani rehabilitační účely.

CZ Čištění a údržba

1. Zařízení vyžaduje pravidelnou údržbu. Měla by být provedena nejméně každých 20 hodin provozu zařízení.
2. Údržba zahrnuje kontrolu:
   - pohyblivé části zařízení, tj. kontrola, zda jsou správně namazané. Pokud ne, namažte je. Doporučuje se používat speciální maziva pro ložiska kol nebo pro fitness zařízení.
   - všechny části zařízení, tj. dotažení šroubů a matic,
   - napájecí kabely (pokud jsou v přístroji) kvůli poškození.
3. K čištění zařízení používejte měkký hadřík mírně navlhčený vodou nebo případně vodou s mýdlem. Nepoužívejte žádné silné čistící prostředky a ani materiály, které mohou zařízení poškodit. Zvláštní pozornost je třeba věnovat plastovým komponentům.
4. Po každém použití odstraňte ze zařízení všechny stopy potu a nečistot.

CZ Řešení problémů

Problém	Řešení
Produkt je nestabilní.	Zkontrolujte, zda jsou všechny matice a šrouby správně utaženy.

CZ Záruka

Záruční podmínky

1. Zákazník má následující možnosti uplatnění reklamace:
   - prostřednictvím kroků na webové stránce: **https://hop-sport.cz/servis/**
   - písemně na adresu:
     Hegen Česko s.r.o.
     Stavbařů 2201/36
     734 01 Karviná-Mizerov
     Česká republika
   - e-mailem: **info@hop-sport.cz**
2. Reklamace včetně odstranění vady musí být vyřízena a kupující o tom musí být informován nejpozději do třiceti (30) dnů ode dne uplatnění reklamace, pokud se prodávající s kupujícím nedohodne na delší lhůtě. Pokud je třeba poslat produkt na opravu do zahraničí nebo dovézt náhradní díly ze zahraničí, oprava může trvat déle.
3. Použije se právo země, do které bylo zboží dodáno, včetně záručních ustanovení. Neplatí Úmluva OSN o smlouvách o mezinárodní koupi zboží.
4. Záruka se nevztahuje na poškození způsobená nesprávným používáním.

CZ Ochrana životního prostředí

Tento výrobek je dodáván v obalu, aby byl chráněn před možným poškozením během přepravy. Obaly jsou vyrobené ze surovin, které lze recyklovat. Tyto materiály vyhazujte podle jejich typu.

22
PAP

Návod k použití byl vytištěn na recyklovatelném papíře. Třiďte ho v souladu s platnými pravidly.

DE Warnungen

LESEN SIE DIESE ANLEITUNG VOR DER VERWENDUNG SORGFÄLTIG DURCH UND BEWAHREN SIE SIE FÜR ZUKÜNFTIGE ZWECKE AUF.

1. Maximale Sicherheit und Wirksamkeit bei der Nutzung des Geräts können nur durch sachgemäßen Zusammenbau und Gebrauch gemäß dieser Anleitung gewährleistet werden. Jeder Benutzer muss über Einschränkungen, Vorsichtsmaßnahmen und Risiken bei unsachgemäßer Verwendung informiert werden. Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Schäden oder Verletzungen, die durch Missachtung der Anweisungen entstehen.
2. Dieses Produkt ist ein Sportgerät – kein Spielzeug. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Lassen Sie Kinder niemals unbeaufsichtigt in der Nähe des Ständers mit Gewichten – es besteht Verletzungs- oder Umsturzgefahr.
3. Verwenden Sie das Gerät ausschließlich bestimmungsgemäß. Es dient ausschließlich der Aufbewahrung von Hanteln. Nicht zum Klettern, Sitzen, Aufhängen von Gegenständen oder für andere Zwecke verwenden.
4. Falls eine Montage erforderlich ist, stellen Sie sicher, dass alle Teile korrekt gemäß den Herstellerangaben zusammengesetzt sind. Überprüfen Sie vor dem ersten Gebrauch den festen Sitz aller Schrauben.
5. Stellen Sie den Ständer auf eine ebene, stabile und rutschfeste Oberfläche. Es wird empfohlen, eine Schutzmatte zu verwenden, um die Stabilität zu erhöhen und den Boden zu schützen.
6. Der Ständer ist mit Transportrollen mit Bremsen ausgestattet, die das Umstellen erleichtern. Vor der Benutzung müssen alle Rollen blockiert werden. Nicht gesicherte Rollen können zu unbeabsichtigtem Verrutschen und einem Sicherheitsrisiko führen. Das Gerät ist nicht für die Verwendung in Bewegung geeignet – nutzen Sie es nicht als Transportwagen. Die Rollen dienen nur zur Positionierung am Zielort.
7. Überschreiten Sie nicht die maximale Belastung von 75 kg pro Seite. Überlastung kann zur Beschädigung oder zum Umkippen des Ständers führen. Verteilen Sie das Gewicht gleichmäßig auf beide Seiten.
8. Achten Sie darauf, dass die Hanteln mittig und stabil auf den Halterungen liegen. Die Konstruktion der Arme verhindert ein unbeabsichtigtes Abrutschen, doch falsche Platzierung kann zum Verrutschen führen. Lagern Sie Hanteln ordentlich und gleichmäßig verteilt.
9. Überprüfen Sie regelmäßig den technischen Zustand des Geräts. Ziehen Sie Schrauben nach und stellen Sie sicher, dass alle Komponenten stabil sind. Bei Rissen, Verformungen oder gelockerten Teilen darf das Gerät nicht verwendet werden.
10. Nehmen Sie keine Änderungen oder Einstellungen am Gerät vor, die nicht in dieser Anleitung beschrieben sind. Bei Fragen wenden Sie sich an den Kundendienst.
11. Vermeiden Sie ruckartige Bewegungen, Ziehen oder einseitige Belastung – dies kann zu Schäden oder zum Umkippen führen.
12. Sorgen Sie für ausreichend freien Raum um das Gerät, damit Gewichte sicher abgelegt und aufgenommen werden können.
13. Tragen Sie beim Training bequeme, nicht einengende Sportkleidung sowie rutschfeste Sportschuhe. Wärmen Sie sich immer mindestens 5–10 Minuten auf, um Ihre Muskeln und Gelenke vorzubereiten. Training ohne Aufwärmen kann zu Verletzungen führen.
14. Personen mit gesundheitlichen Problemen (z. B. Rücken- oder Gelenkbeschwerden, Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen, Schwindel, Diabetes, chronischen Krankheiten) oder Personen, die Medikamente einnehmen, die Blutdruck, Herzfrequenz, Koordination oder Blutzucker beeinflussen – sollten vor der Verwendung des Geräts oder dem Heben von Gewichten einen Arzt konsultieren. Wenn Symptome wie Atemnot, Brustschmerzen, Übelkeit, Schwindel oder unregelmäßiger Puls auftreten – sofort aufhören und ärztliche Hilfe aufsuchen.
15. Reinigen Sie den Ständer mit einem feuchten Tuch. Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel. Lagern Sie das Gerät trocken, fern von Feuchtigkeit, Hitzequellen und direkter Sonneneinstrahlung, um Korrosion und Materialschäden zu vermeiden.
16. Wenn Sie den Ständer bewegen möchten – entfernen Sie die Hanteln, entriegeln Sie die Rollen und blockieren Sie diese nach dem Umstellen erneut.
17. Das Gerät entspricht der Norm ISO 20957-1:2024, Klasse H (Home Use). Es ist ausschließlich für den Heimgebrauch bestimmt. Nicht für kommerzielle, professionelle oder therapeutische Zwecke geeignet.

DE Reinigung und Wartung

1. Warten Sie das Gerät regelmäßig. Dies sollte mindestens alle 20 Betriebsstunden durchgeführt werden.
2. Die Instandhaltung umfasst die Kontrolle von:
   - bewegliche Teile des Gerätes, d.H. auf ordnungsgemäße Schmierung achten. Falls diese nicht richtig vorhanden ist, fetten Sie sie ein. Es wird empfohlen, spezielle Schmiermittel für Fahrradlager oder für Fitnessgeräte zu verwenden.
   - das Anziehen von Schrauben und Muttern,
   - Netzkabel (falls im Gerät vorhanden) auf Beschädigungen prüfen.
3. Verwenden Sie zum Reinigen des Geräts ein weiches Tuch, das Sie leicht mit Wasser oder mit Seife und Wasser angefeuchtet haben. Verwenden Sie keine starken Substanzen oder scharfen Reinigungsmittel, die das Gerät beschädigen können. Besondere Vorsicht ist bei Kunststoffteilen geboten.
4. Entfernen Sie nach jedem Gebrauch alle Schweiß- und Schmutzspuren vom Gerät.

DE Fehlerbehebung

Problem	Lösungsvorschlag
Das Produkt ist instabil.	Stellen Sie sicher, dass alle Schrauben und Muttern richtig angezogen sind.

DE Gewährleistung

Gewährleistungsbedingungen

1. Sie haben folgende Möglichkeiten, um Ihre Reklamation zu melden:
   - via Reklamationsformular auf der Internetseite
   - schriftlich an folgende Adresse:
     Hegen Deutschland GmbH
     Papenreye 53
     22453 Hamburg
     Deutschland
   - via E-Mail

	Reklamationsformular	E-mail
DE	www.hop-sport.de/reklamation/	service@hop-sport.de
AT	www.hop-sport.at/reklamation/	service@hop-sport.com

2. Mängel, die innerhalb der Gewährleistungsfrist auftreten, werden im Regelfall innerhalb von 14 Werktagen ab dem Zustelldatum des mangelhaften Artikels kostenlos beseitigt. Falls das Gerät zur Reparatur ins Ausland geschickt oder Ersatzteile aus dem Ausland beschafft werden müssen, kann die Reparatur länger dauern.
3. Es gilt das Recht des Landes, einschließlich der Gewährleistungsbestimmungen, in das die Ware geliefert wird. UN-Kaufrecht gilt nicht.
4. Die Gewährleistung gilt nicht für Schäden, die durch eine unsachgemäße Benutzung entstanden sind.

DE Umweltschutz

Dieses Produkt wird in einer Verpackung geliefert, um es vor möglichen Transportschäden zu schützen. Die Verpackung ist unverarbeitetes Rohmaterial und kann recycelt werden. Entsorgen Sie diese nach den geltenden Vorschriften der örtlichen Abfallentsorgung.

22
PAP

Die Bedienungsanleitung wurde auf recycelbarem Papier gedruckt. Bitte entsorgen Sie sie gemäß den geltenden Vorschriften zur Mülltrennung.

EN Warnings

READ THIS MANUAL CAREFULLY BEFORE USE AND KEEP IT FOR FUTURE REFERENCE.

1. Maximum safety and effectiveness of this equipment can only be achieved if it is properly assembled and used in accordance with this manual. Each user must be informed of the limitations, precautions, and risks associated with improper use. The manufacturer is not responsible for any injuries or damage resulting from failure to follow the instructions.
2. This product is sports equipment – not a toy. Keep it out of reach of children. Do not leave children unattended near the stand with weights – there is a risk of tipping or injury.
3. Use the equipment only for its intended purpose. It is designed solely for storing dumbbells. Do not use it for climbing, sitting, hanging items or any other purpose.
4. If assembly is required, make sure all parts are correctly installed according to the manufacturer's instructions. Check that all bolts are tightened before first use.
5. Place the stand on a flat, stable, and non-slip surface. A protective mat is recommended to prevent floor damage and improve stability.
6. The stand is equipped with transport wheels and brakes to make repositioning easier. Ensure all wheels are locked before use. Unlocked wheels may lead to unintentional movement and pose a safety risk. Do not use the stand as a trolley – it is not designed for moving while loaded. The wheels serve only to position the stand at its final location.
7. Do not exceed the maximum load of 75 kg per side. Overloading may damage the structure or cause the stand to tip over. Distribute the weight evenly across both sides.
8. Make sure the dumbbells are placed centrally and securely on the holders. The arms are designed to prevent slipping, but incorrect placement may cause the dumbbells to shift. Store dumbbells neatly and evenly.
9. Regularly check the technical condition of the stand. Tighten all bolts and make sure all structural parts are stable. Do not use the equipment if you find cracks, deformation, or loose components.
10. Do not make any modifications or adjustments to the equipment other than those described in this manual. If in doubt, contact the service department.
11. Avoid sudden movements, jerking, or uneven loading – this may lead to tipping or damage.
12. Ensure sufficient space around the equipment for safe placement and removal of weights.
13. Before exercising, wear comfortable, flexible sportswear and non-slip shoes. Always warm up for 5–10 minutes to prepare your muscles and joints. Exercising without a warm-up can lead to injury.
14. Individuals with health conditions (e.g. back or joint pain, high blood pressure, arrhythmia, dizziness, diabetes, chronic illnesses) or those taking medications that affect blood pressure, heart rate, coordination, or blood sugar – should consult a physician before using the equipment or lifting weights. If you experience symptoms such as chest pain, shortness of breath, nausea, dizziness or irregular heartbeat – stop exercising immediately and seek medical attention.
15. Clean the stand with a damp cloth. Avoid strong chemicals. Store it in a dry location, away from moisture, heat sources and direct sunlight to avoid corrosion or damage to materials.
16. If you wish to move the stand – remove the dumbbells, unlock the wheels, and relock them after relocation.
17. This equipment complies with ISO 20957-1:2024, Class H (Home Use). It is intended for home use only. Not suitable for commercial, professional or rehabilitation use.

EN Cleaning and maintenance

1. Regular maintenance of the device should be considered. It should be carried out at least every 20 hours of operation of the device.
2. Maintenance includes:
   - checking on moving parts of the equipment and keeping them greased. It is recommended to use bicycle bearing greases or multi-component greases for fitness equipment.
   - taking care of other parts of the device, i.e.tightening bolts and nuts,
   - checking power cords (if present in the device) for damage.
3. To clean the equipment it's recommended to use a soft cloth slightly moistened with water or possibly with soap and water. Do not use strong substances or sharp cleaning materials that can damage the equipment. Particular care should be taken with plastic components.
4. After each use, remove all traces of sweat and dirt from the device.

EN Troubleshooting

Problem	Possible solution
The product is unstable.	Make sure that all nuts and bolts are properly tightened.

EN Warranty

Warranty conditions

1. Customer has the following options for submitting a complaint:
   - by filling the form on website: **https://hop-sport.uk/complaints/**
   - in writing to the correspondence address:
     Hegen UK Ltd
     Ealing Cross 1st Floor
     85 Uxbridge Road
     London
     United Kingdom
     W5 5TH
   - by an email: **support@hop-sport.com**
2. Defects revealed during the warranty period will be removed free of charge within 14 working days from the date of delivery of device. If it is necessary to send product for repair abroad or to import spare parts from abroad, the repair period may be extended.
3. The law of the country to which the goods were delivered shall apply, including warranty rules. CISG does not apply.
4. The warranty does not cover damage caused by improper use.

EN Environmental protection

This item has been packaged to protect it from potential damage during shipping. The packaging can be recycled. Discard these materials according to their type.

22
PAP

The user manual is printed on recyclable paper. Please sort it according to local recycling guidelines.

ES Advertencias

LEA ESTE MANUAL DETENIDAMENTE ANTES DE USAR EL EQUIPO Y CONSÉRVELO PARA FUTURAS REFERENCIAS.

1. La máxima seguridad y eficacia en el uso del equipo solo pueden garantizarse si se monta y utiliza correctamente conforme a este manual. Cada usuario debe estar informado de las limitaciones, precauciones y riesgos derivados del uso inadecuado. El fabricante no se hace responsable de lesiones o daños derivados del incumplimiento de estas instrucciones.
2. Este producto es un equipo deportivo – no es un juguete. Manténgalo fuera del alcance de los niños. No deje a los niños sin supervisión cerca del soporte cargado con pesas: existe riesgo de vuelco o lesiones.
3. Utilice el producto exclusivamente para su propósito previsto. Está diseñado únicamente para almacenar mancuernas. No lo utilice para escalar, sentarse, colgar objetos ni otros fines.
4. Si se requiere montaje, asegúrese de que todas las piezas estén correctamente instaladas según las instrucciones del fabricante. Compruebe que todos los tornillos estén bien apretados antes del primer uso.
5. Coloque el soporte sobre una superficie plana, estable y antideslizante. Se recomienda usar una alfombra protectora para mejorar la estabilidad y evitar daños en el suelo.
6. El soporte está equipado con ruedas de transporte con frenos para facilitar el movimiento. Asegúrese de que todas las ruedas estén bloqueadas antes de su uso. Las ruedas desbloqueadas pueden provocar desplazamientos accidentales y representar un riesgo. No utilice el soporte como carro de transporte: no está diseñado para moverse cargado. Las ruedas deben utilizarse solo para colocarlo en su posición final.
7. No exceda la carga máxima de 75 kg por lado. Sobrecargar el soporte puede dañarlo o hacer que se vuelque. Distribuya el peso de forma uniforme en ambos lados.
8. Asegúrese de que las mancuernas estén colocadas de forma centrada y estable sobre los soportes. Los brazos están diseñados para evitar deslizamientos accidentales, pero una colocación incorrecta puede provocar desplazamientos. Almacene las mancuernas de forma ordenada y equilibrada.
9. Revise regularmente el estado técnico del soporte. Apriete los tornillos y asegúrese de que todos los componentes sean estables. No utilice el equipo si detecta grietas, deformaciones o partes sueltas.
10. No modifique ni ajuste el equipo salvo lo descrito en este manual. En caso de duda, póngase en contacto con el servicio técnico.
11. Evite movimientos bruscos, tirones o cargas desequilibradas, ya que pueden dañar el soporte o hacer que se vuelque.
12. Asegúrese de disponer de espacio libre alrededor del equipo para colocar y retirar las pesas de forma segura.
13. Antes de entrenar, use ropa deportiva cómoda que no restrinja el movimiento y calzado antideslizante. Caliente durante al menos 5–10 minutos para preparar músculos y articulaciones. El ejercicio sin calentamiento puede provocar lesiones.
14. Las personas con problemas de salud (dolor de espalda o articulaciones, hipertensión, arritmia, mareos, diabetes, enfermedades crónicas) o que tomen medicamentos que afecten la presión arterial, frecuencia cardíaca, coordinación o azúcar en sangre, deben consultar a su médico antes de usar el equipo o levantar pesas. Si siente dolor en el pecho, dificultad para respirar, náuseas, mareos o latidos irregulares – interrumpa el ejercicio de inmediato y busque atención médica.
15. Limpie el soporte con un paño húmedo. Evite el uso de productos químicos fuertes. Guárdelo en un lugar seco, alejado de la humedad, fuentes de calor y luz solar directa para evitar corrosión o daños.
16. Si desea mover el soporte – retire las mancuernas, desbloquee las ruedas y vuélvalas a bloquear tras reubicarlo.
17. Este equipo cumple con la norma ISO 20957-1:2024, Clase H (Home Use). Está destinado exclusivamente al uso doméstico. No es adecuado para uso comercial, profesional o de rehabilitación.

ES Limpieza y mantenimiento

1. Se debe considerar el mantenimiento regular del dispositivo. Debe realizarse al menos cada 20 horas de funcionamiento del equipo.
2. El mantenimiento incluye:
   - revisar las partes móviles del equipo y mantenerlas engrasadas. Se recomienda usar grasas para rodamientos de bicicleta o grasas multicomponentes para equipos de fitness,
   - revisar otras partes del dispositivo, es decir, apretar tornillos y tuercas,
   - revisar los cables de alimentación (si el dispositivo los incluye) para detectar daños.
3. Para limpiar el equipo, se recomienda utilizar un paño suave ligeramente humedecido con agua o con agua y jabón. No utilice sustancias fuertes ni materiales abrasivos que puedan dañar el equipo. Se debe tener especial cuidado con los componentes de plástico.
4. Después de cada uso, elimine todos los restos de sudor y suciedad del dispositivo.

ES Solución de problemas

Problema	Posibles soluciones
El producto es inestable.	Asegúrese de que todas las tuercas y tornillos estén bien ajustados.

ES Garantía

Condiciones de la garantía

1. El cliente dispone de las siguientes opciones para presentar una reclamación:
   - mediante el formulario de reclamación disponible en el sitio web: **https://hop-sport.es/reclamacion/**
   - por escrito a la siguiente dirección:
     Hegen Distribution Sp. z o.o.
     ul. Sportowa 3a
     32-080 Zabierzów
     Polonia
   - por correo electrónico: **servicio@hop-sport.es**
2. Los defectos que se presenten durante el período de garantía serán normalmente reparados sin coste adicional en un plazo de 14 días laborables a partir de la fecha de recepción del producto defectuoso. En caso de que sea necesario enviar el dispositivo al extranjero para su reparación o importar piezas de repuesto, el proceso de reparación puede tardar más.
3. Se aplicará la legislación del país al que se haya entregado el producto, incluidas las disposiciones relativas a la garantía. La Convención de Viena (CISG) no será aplicable.
4. La garantía no cubre los daños causados por un uso inadecuado.

ES Protección del medio ambiente

Este artículo ha sido embalado para protegerlo de posibles daños durante el envío. El embalaje es reciclable. Deseche estos materiales según su tipo.

22
PAP

El manual de instrucciones está impreso en papel reciclable. Sepáralo según las normas de reciclaje locales.

FR Avertissements

LISEZ ATTENTIVEMENT CE MANUEL AVANT UTILISATION ET CONSERVEZ-LE POUR CONSULTATION FUTURE.

1. La sécurité et l'efficacité maximales de l'équipement ne peuvent être garanties que si celui-ci est correctement monté et utilisé conformément à ce manuel. Chaque utilisateur doit être informé des limites, des précautions et des risques liés à une mauvaise utilisation. Le fabricant décline toute responsabilité en cas de dommages ou blessures résultant du non-respect de ces instructions.
2. Ce produit est un équipement de sport – ce n'est pas un jouet. Gardez-le hors de portée des enfants. Ne laissez jamais d'enfants sans surveillance à proximité du support chargé – risque de basculement ou de blessure.
3. Utilisez le produit uniquement selon sa destination. Il est conçu pour le rangement des haltères uniquement. Ne pas l'utiliser pour grimper, s'asseoir, suspendre des objets ou d'autres usages.
4. Si un assemblage est requis, assurez-vous que toutes les pièces sont correctement montées selon les instructions du fabricant. Vérifiez le serrage de toutes les vis avant la première utilisation.
5. Placez le support sur une surface plane, stable et antidérapante. Il est recommandé d'utiliser un tapis de protection pour améliorer la stabilité et protéger le sol.
6. Le support est équipé de roulettes avec freins pour faciliter son déplacement. Assurez-vous que toutes les roues sont bloquées avant utilisation. Des roues non verrouillées peuvent entraîner des mouvements accidentels et présenter un risque. Ce support ne doit pas être utilisé comme chariot – il n'est pas conçu pour être déplacé en charge. Les roulettes servent uniquement à le positionner.
7. Ne dépassez pas la charge maximale de 75 kg par côté. Une surcharge peut endommager la structure ou faire basculer le support. Répartissez les poids uniformément sur les deux côtés.
8. Assurez-vous que les haltères sont placés de manière centrée et stable. Les bras sont conçus pour éviter les glissements, mais un mauvais positionnement peut entraîner un déplacement. Rangez les haltères de façon ordonnée et équilibrée.
9. Vérifiez régulièrement l'état technique du support. Resserrez les vis et assurez-vous que tous les éléments sont stables. Ne pas utiliser l'équipement en cas de fissures, de déformations ou d'éléments desserrés.
10. Ne modifiez ni n'ajustez l'équipement autrement que selon ce manuel. En cas de doute, contactez le service après-vente.
11. Évitez les mouvements brusques, les à-coups ou les charges déséquilibrées – cela peut endommager ou faire basculer l'appareil.
12. Prévoir un espace suffisant autour du support pour manipuler les poids en toute sécurité.
13. Avant l'entraînement, portez des vêtements de sport confortables et des chaussures antidérapantes. Effectuez toujours un échauffement de 5 à 10 minutes pour préparer vos muscles et articulations. S'entraîner sans échauffement peut provoquer des blessures.
14. Les personnes souffrant de problèmes de santé (mal de dos, douleurs articulaires, hypertension, arythmie, vertiges, diabète, maladies chroniques), ou prenant des médicaments influant sur la pression, le rythme cardiaque, la coordination ou la glycémie – doivent consulter un médecin avant d'utiliser l'équipement ou de soulever des poids. En cas de douleurs thoraciques, essoufflement, nausées, vertiges ou palpitations – interrompez immédiatement l'exercice et consultez un médecin.
15. Nettoyez le support avec un chiffon humide. Évitez les produits chimiques agressifs. Rangez-le dans un endroit sec, à l'abri de l'humidité, de la chaleur et du soleil pour éviter la corrosion ou les détériorations.
16. Pour déplacer le support – retirez les haltères, déverrouillez les roulettes, puis bloquez-les après déplacement.
17. Cet équipement est conforme à la norme ISO 20957-1:2024, classe H (Home Use). Il est destiné uniquement à un usage domestique. Non adapté à un usage commercial, professionnel ou de rééducation.

FR Nettoyage et entretien

1. Entretenez régulièrement l'appareil. Il doit être effectué au moins toutes les 20 heures de fonctionnement de l'équipement.
2. La maintenance comprend le contrôle:
   - les pièces mobiles de l'appareil, c'est-à-dire vérifier qu'elles sont correctement lubrifiées. Sinon, graissez-les. Il est recommandé d'utiliser des lubrifiants spéciaux pour les roulements de vélo ou pour les appareils de fitness.
   - toutes les pièces de l'appareil, c'est-à-dire les vis et les écrous de serrage,
   - cordons d'alimentation (s'ils sont présents dans l'appareil) pour tout dommage.
3. Pour nettoyer l'équipement, utilisez un chiffon doux et légèrement humidifié avec de l'eau ou éventuellement avec de l'eau et du savon. N'utilisez pas de substances fortes ou de produits de nettoyage agressifs pouvant endommager l'équipement. Un soin particulier doit être apporté aux composants en plastique.
4. Après chaque utilisation, retirez toute trace de sueur et de saleté de l'appareil.

FR La résolution des problèmes

Problème	Résolution
Le produit est instable.	Assurez-vous que tous les écrous et boulons sont correctement serrés.

FR Garantie

Conditions de garantie

1. Le client a les possibilités suivantes pour signaler une réclamation:
   - via le formulaire de réclamation sur le site web : **https://hop-sport.fr/reclamation/**
   - par écrit à l'adresse suivante:
     Hegen Deutschland GmbH
     Papenreye 53
     22453 Hambourg
     Allemagne
   - par e-mail : **service@hop-sport.com**
2. Les défauts survenus pendant la période de garantie seront généralement réparés gratuitement dans un délai de 14 jours ouvrables à compter de la date de livraison du produit défectueux. Si l'envoi de l'appareil pour réparation à l'étranger ou l'importation de pièces de rechange de l'étranger est nécessaire, la réparation peut prendre plus de temps.
3. La loi du pays de livraison des marchandises s'applique, y compris les dispositions relatives à la garantie. La Convention des Nations unies sur les contrats de vente internationale de marchandises ne s'applique pas.
4. La garantie ne couvre pas les dommages causés par une utilisation incorrecte.

FR Protection de l'environnement

Ce produit est fourni dans un emballage pour le protéger de tout dommage pendant le transport. L'emballage est une matière première non transformée et peut être recyclé. Jeter ces matériaux selon leur type.

22
PAP

Le manuel d'utilisation est imprimé sur du papier recyclable. Veuillez le trier conformément aux consignes locales de tri.

IT Avvertenze

LEGGERE ATTENTAMENTE IL PRESENTE MANUALE PRIMA DELL'USO E CONSERVARLO PER FUTURE CONSULTAZIONI.

1. La massima sicurezza e l'efficacia d'uso dell'attrezzatura sono garantite solo se montata e utilizzata correttamente secondo quanto indicato nel presente manuale. Ogni utilizzatore deve essere informato delle limitazioni, precauzioni e dei rischi connessi a un uso improprio. Il produttore non si assume alcuna responsabilità per danni o lesioni derivanti dal mancato rispetto delle istruzioni.
2. Questo prodotto è un'attrezzatura sportiva – non è un giocattolo. Conservare fuori dalla portata dei bambini. Non lasciare i bambini incustoditi vicino al supporto con i pesi: esiste il rischio di ribaltamento o infortunio.
3. Utilizzare l'attrezzatura esclusivamente per lo scopo previsto. È destinata unicamente allo stoccaggio di manubri. Non utilizzarla per arrampicarsi, sedersi, appendere oggetti o altri scopi.
4. Se è necessario assemblare il supporto, assicurarsi che tutti i componenti siano correttamente montati secondo le istruzioni del produttore. Verificare che tutte le viti siano ben serrate prima del primo utilizzo.
5. Posizionare il supporto su una superficie piana, stabile e antiscivolo. Si consiglia l'uso di un tappetino protettivo per aumentare la stabilità e proteggere il pavimento.
6. Il supporto è dotato di ruote con freno per facilitare lo spostamento. Assicurarsi che tutte le ruote siano bloccate prima dell'uso. Le ruote sbloccate possono causare movimenti involontari e costituire un pericolo. Non utilizzare il supporto come carrello – non è progettato per essere spostato durante l'uso. Le ruote servono solo a posizionarlo nel luogo desiderato.
7. Non superare il carico massimo di 75 kg per lato. Il sovraccarico può causare danni strutturali o il ribaltamento del supporto. Distribuire il peso uniformemente su entrambi i lati.
8. Assicurarsi che i manubri siano posizionati in modo centrale e stabile sui supporti. Le braccia sono progettate per evitare scivolamenti accidentali, ma un posizionamento errato può causare spostamenti. Disporre i manubri in modo ordinato ed equilibrato.
9. Controllare regolarmente le condizioni tecniche del supporto. Serrare le viti e assicurarsi che tutti gli elementi strutturali siano stabili. Non utilizzare l'attrezzatura in presenza di crepe, deformazioni o componenti allentati.
10. Non apportare modifiche o regolazioni diverse da quelle descritte in questo manuale. In caso di dubbi, contattare l'assistenza tecnica autorizzata.
11. Evitare movimenti bruschi, strattoni o carichi sbilanciati – potrebbero causare danni o il ribaltamento del supporto.
12. Assicurarsi che vi sia spazio sufficiente intorno all'attrezzatura per caricare e scaricare i pesi in sicurezza.
13. Prima dell'allenamento, indossare abbigliamento sportivo comodo che non limiti i movimenti e scarpe con suola antiscivolo. Eseguire sempre un riscaldamento di 5–10 minuti per preparare muscoli e articolazioni. Allenarsi senza riscaldamento può provocare infortuni.
14. Le persone con problemi di salute (ad es. dolori alla schiena o alle articolazioni, ipertensione, aritmia, vertigini, diabete, patologie croniche) o che assumono farmaci che influiscono su pressione, frequenza cardiaca, coordinazione o glicemia – devono consultare un medico prima di utilizzare l'attrezzatura o sollevare pesi. In caso di sintomi come dolore toracico, difficoltà respiratorie, nausea, vertigini o battito irregolare – interrompere immediatamente l'esercizio e consultare un medico.
15. Pulire il supporto con un panno umido. Evitare detergenti aggressivi. Conservare in luogo asciutto, lontano da umidità, fonti di calore e luce solare diretta, per evitare corrosione o danni ai materiali.
16. Per spostare il supporto – rimuovere i manubri, sbloccare le ruote e bloccarle nuovamente dopo il riposizionamento.
17. Il dispositivo è conforme alla norma ISO 20957-1:2024, classe H (Home Use). È destinato esclusivamente all'uso domestico. Non è adatto a uso commerciale, professionale o riabilitativo.

IT Pulizia e manutenzione

1. È consigliabile effettuare regolarmente la manutenzione del dispositivo. Deve essere eseguita almeno ogni 20 ore di utilizzo dell'attrezzatura.
2. La manutenzione include:
   - controllare le parti mobili dell'attrezzatura e mantenerle lubrificate. Si consiglia di usare grassi per cuscinetti da bicicletta o grassi multicomponente per attrezzi fitness,
   - prendersi cura delle altre parti del dispositivo, cioè stringere bulloni e dadi,
   - controllare eventuali cavi di alimentazione presenti nel dispositivo per individuare danni.
3. Per la pulizia dell'attrezzatura si consiglia di usare un panno morbido leggermente inumidito con acqua o con acqua e sapone. Non utilizzare sostanze aggressive o materiali abrasivi che possano danneggiare il dispositivo. Prestare particolare attenzione alle parti in plastica.
4. Dopo ogni utilizzo, rimuovere tutte le tracce di sudore e sporco dal dispositivo.

IT Risoluzione dei problem

Problema	Soluzione possibile
Il prodotto è instabile.	Verificare che tutte le viti e i dadi siano ben serrati.

IT Garanzia

Condizioni di garanzia

1. Il cliente ha le seguenti possibilità per presentare un reclamo:
   - tramite il modulo di reclamo disponibile sul sito web: **https://hop-sport.it/reclamo-di-garanzia/**
   - per iscritto al seguente indirizzo:
     Hegen Distribution Sp. z o.o.
     ul. Sportowa 3a
     32-080 Zabierzów
     Polonia
   - via e-mail: **assistenza@hop-sport.it**
2. I difetti riscontrati durante il periodo di garanzia verranno generalmente eliminati gratuitamente entro 14 giorni lavorativi dalla data di ricezione del prodotto difettoso. Se è necessario inviare il dispositivo all'estero per la riparazione o importare pezzi di ricambio, il tempo di riparazione potrebbe essere più lungo.
3. Si applica la legge del paese in cui è stata consegnata la merce, incluse le disposizioni relative alla garanzia. La Convenzione CISG non è applicabile.
4. La garanzia non copre i danni causati da un uso improprio.

IT Protezione ambientale

Questo articolo è stato imballato per proteggerlo da eventuali danni durante il trasporto. L'imballaggio è riciclabile. Smaltire questi materiali in base alla loro tipologia.

22
PAP

Carta
RACCOLTA CARTA
Verifica le disposizioni del tuo Comune

NL Waarschuwingen

LEES DEZE HANDLEIDING ZORGVULDIG VOOR GEBRUIK EN BEWAAR HEM VOOR TOEKOMSTIG GEBRUIK.

1. Maximale veiligheid en effectiviteit kunnen alleen worden bereikt als het apparaat correct wordt gemonteerd en gebruikt volgens deze handleiding. Elke gebruiker moet worden geïnformeerd over beperkingen, voorzorgsmaatregelen en risico's. De fabrikant is niet aansprakelijk voor schade of letsel als gevolg van het niet naleven van deze instructies.
2. Dit product is sportuitrusting – geen speelgoed. Buiten bereik van kinderen houden. Laat kinderen niet zonder toezicht bij het rek met gewichten – er is risico op letsel of omvallen.
3. Gebruik het product alleen voor het beoogde doel. Het is uitsluitend bedoeld voor het opbergen van dumbbells. Niet gebruiken om op te klimmen, te zitten of om voorwerpen aan op te hangen.
4. Als montage vereist is, zorg er dan voor dat alle onderdelen correct zijn gemonteerd volgens de instructies van de fabrikant. Controleer voor het eerste gebruik of alle schroeven goed zijn aangedraaid.
5. Plaats het rek op een vlakke, stabiele en antislip ondergrond. Gebruik bij voorkeur een beschermmat om schade aan de vloer te voorkomen en de stabiliteit te verhogen.
6. Het rek is voorzien van transportwielen met remmen. Controleer vóór gebruik of alle wielen geblokkeerd zijn. Onvergrendelde wielen kunnen leiden tot ongewenste beweging en gevaar. Het rek is niet bedoeld om te worden verplaatst tijdens gebruik – gebruik het niet als trolley. De wielen dienen alleen om het op de juiste plek te zetten.
7. Overschrijd het maximale draagvermogen van 75 kg per zijde niet. Overbelasting kan de constructie beschadigen of het rek doen kantelen. Verdeel het gewicht gelijkmatig over beide zijden.
8. Zorg ervoor dat de dumbbells netjes en in het midden van de houders liggen. De armen zijn zo ontworpen dat ze wegglijden voorkomen, maar een verkeerde plaatsing kan beweging veroorzaken. Bewaar de dumbbells overzichtelijk en stabiel.
9. Controleer regelmatig de technische staat van het rek. Draai alle schroeven aan en zorg dat alle onderdelen stevig vastzitten. Gebruik het apparaat niet als er scheuren, vervormingen of losse onderdelen zijn.
10. Voer geen aanpassingen of wijzigingen uit die niet in deze handleiding worden vermeld. Raadpleeg bij twijfel de klantenservice.
11. Vermijd plotselinge bewegingen, trekken of eenzijdige belasting – dit kan schade veroorzaken of het rek laten omvallen.
12. Zorg voor voldoende vrije ruimte rondom het rek, zodat gewichten veilig kunnen worden geplaatst of opgepakt.
13. Draag sportkleding die comfortabel zit en de beweging niet beperkt, evenals schoenen met antislipzolen. Doe altijd een warming-up van 5–10 minuten om spieren en gewrichten voor te bereiden. Oefenen zonder warming-up kan blessures veroorzaken.
14. Personen met gezondheidsproblemen (rug- of gewrichtspijn, hoge bloeddruk, hartritmestoornissen, duizeligheid, diabetes, chronische aandoeningen) of die medicijnen gebruiken die invloed hebben op bloeddruk, hartslag, coördinatie of bloedsuiker – moeten voor gebruik een arts raadplegen. Bij klachten zoals pijn op de borst, ademnood, misselijkheid, duizeligheid of onregelmatige hartslag – stop onmiddellijk en neem contact op met een arts.
15. Maak het rek schoon met een vochtige doek. Gebruik geen agressieve schoonmaakmiddelen. Bewaar het op een droge plek, uit de buurt van vocht, zonlicht of warmtebronnen.
16. Wilt u het rek verplaatsen – verwijder de dumbbells, ontgrendel de wielen en vergrendel ze opnieuw zodra het rek op de nieuwe plek staat.
17. Dit apparaat voldoet aan de norm ISO 20957-1:2024, klasse H (Home Use). Het is uitsluitend bedoeld voor thuisgebruik. Niet geschikt voor commercieel of therapeutisch gebruik.

NL Reiniging en onderhoud

1. Regelmatig onderhoud van het apparaat wordt aanbevolen. Dit dient minstens om de 20 gebruiksuren van het apparaat uitgevoerd te worden.
2. Onderhoud omvat:
   - het controleren van bewegende delen van het apparaat en deze goed ingevet houden. Het wordt aanbevolen om fietslagervet of multicomponentenvet voor fitnessapparatuur te gebruiken,
   - het controleren en vastzetten van andere onderdelen van het apparaat, zoals bouten en moeren,
   - het inspecteren van stroomkabels (indien aanwezig in het apparaat) op beschadigingen.
3. Voor het reinigen van het apparaat wordt aangeraden een zachte doek te gebruiken die licht bevochtigd is met water of met water en zeep. Gebruik geen agressieve middelen of schurende materialen die het apparaat kunnen beschadigen. Besteed speciale aandacht aan kunststof onderdelen.
4. Verwijder na elk gebruik alle sporen van zweet en vuil van het apparaat.

NL Probleemoplossing

Probleem	Mogelijke oplossing
Product is onstabiel.	Controleer of alle moeren en bouten goed vastzitten.

NL Garantie

Garantievoorwaarden

1. U heeft de volgende mogelijkheden om een klacht in te dienen:
   - via het klachtenformulier op de website: **https://hop-sport.nl/klacht/**
   - schriftelijk naar het volgende adres:
     Hegen Deutschland GmbH
     Papenreye 53
     22453 Hamburg
     Duitsland
   - per e-mail: **service@hop-sport.com**
2. Gebreken die zich tijdens de garantieperiode voordoen, worden in de regel binnen 14 werkdagen na de leveringsdatum van het defecte product kosteloos verholpen. Als het apparaat voor reparatie naar het buitenland moet worden verzonden of als er reserveonderdelen uit het buitenland moeten worden geïmporteerd, kan de reparatie langer duren.
3. Het recht van het land waarin de goederen zijn geleverd is van toepassing, inclusief de betreffende garantieregels. Het Weens Koopverdrag is niet van toepassing.
4. De garantie dekt geen schade die is veroorzaakt door onjuist of onoordeelkundig gebruik.

NL Milieubescherming

Dit product is verpakt om het tijdens het transport tegen mogelijke schade te beschermen. De verpakking is recyclebaar. Gooi deze materialen weg volgens hun type.

22
PAP

De handleiding is gedrukt op recyclebaar papier. Sorteer het volgens de geldende afvalscheidingsrichtlijnen.

PL Ostrzeżenia

PRZED ROZPOCZĘCIEM UŻYTKOWANIA SPRZĘTU DOKŁADNIE PRZECZYTAJ CAŁĄ INSTRUKCJĘ I ZACHOWAJ JĄ NA PRZYSZŁOŚĆ.

1. Maksymalne bezpieczeństwo i skuteczność użytkowania sprzętu można osiągnąć wyłącznie pod warunkiem jego prawidłowego montażu oraz eksploatacji zgodnie z niniejszą instrukcją. Każdy użytkownik powinien zostać poinformowany o ograniczeniach, zasadach ostrożności i ryzyku wynikającym z nieprawidłowego użytkowania. Producent nie ponosi odpowiedzialności za jakiekolwiek szkody lub urazy powstałe w wyniku nieprzestrzegania zaleceń zawartych w instrukcji.
2. Produkt jest artykułem sportowym – nie jest zabawką. Przechowuj sprzęt w miejscu niedostępnym dla dzieci. Nie pozostawiaj dzieci bez nadzoru w pobliżu stojaka z obciążeniami – może to prowadzić do ryzyka przygniecenia lub przewrócenia.
3. Używaj sprzętu wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem. Produkt służy jedynie do przechowywania hantli. Nie używaj go do wspinania się, siadania, wieszania przedmiotów ani żadnych innych celów.
4. Jeżeli stojak wymaga montażu, upewnij się, że wszystkie elementy zostały prawidłowo złożone zgodnie z instrukcją producenta. Sprawdź dokręcenie wszystkich śrub przed pierwszym użyciem.
5. Ustaw stojak na płaskiej, stabilnej i antypoślizgowej powierzchni. Zaleca się zastosowanie maty ochronnej w celu zabezpieczenia podłoża i zwiększenia stabilności.
6. Stojak wyposażony jest w kółka transportowe z hamulcami, które ułatwiają jego przestawianie. Przed rozpoczęciem użytkowania należy upewnić się, że wszystkie kółka zostały zablokowane. Brak aktywnych hamulców może prowadzić do niekontrolowanego przesunięcia stojaka i stwarzać zagrożenie. Stojak nie jest przeznaczony do użytkowania w ruchu – nie wolno traktować go jako wózka transportowego. Kółka służą wyłącznie do ustawienia stojaka w miejscu docelowym.
7. Nie przekraczaj maksymalnego obciążenia wynoszącego 75 kg na każdą stronę. Przeciążenie może prowadzić do uszkodzenia konstrukcji lub przewrócenia stojaka. Obciążenie rozkładaj równomiernie na obu półkach.
8. Upewnij się, że hantle są ułożone centralnie i stabilnie na uchwytach. Konstrukcja wsporników została zaprojektowana tak, aby zapobiegać przypadkowemu zsunięciu się sprzętu, jednak niewłaściwe ułożenie może spowodować jego przemieszczenie. Przechowuj hantle w sposób uporządkowany i równomiernie rozmieszczony.
9. Regularnie sprawdzaj stan techniczny stojaka. Dokręcaj śruby i upewnij się, że wszystkie elementy konstrukcyjne są stabilne. W przypadku pęknięć, odkształceń lub poluzowań – zaprzestań użytkowania do czasu przeprowadzenia naprawy.
10. Nie dokonuj żadnych modyfikacji ani regulacji sprzętu poza tymi, które zostały opisane w niniejszej instrukcji. W razie wątpliwości skontaktuj się z autoryzowanym serwisem.
11. Unikaj gwałtownych ruchów, szarpania oraz jednostronnego obciążania stojaka – może to prowadzić do jego uszkodzenia lub przewrócenia.
12. Zapewnij odpowiednią przestrzeń roboczą wokół stojaka, aby możliwe było bezpieczne zdejmowanie i odkładanie ciężarów.
13. Przed rozpoczęciem ćwiczeń załóż wygodne ubranie sportowe, które nie ogranicza ruchów, oraz obuwie z antypoślizgową podeszwą. Zawsze wykonaj krótką rozgrzewkę (5–10 minut), aby przygotować mięśnie i stawy do wysiłku. Unikaj ćwiczeń bez rozgrzewki – może to prowadzić do kontuzji.
14. Osoby z problemami zdrowotnymi (np. bóle kręgosłupa, stawów, nadciśnienie, zaburzenia rytmu serca, zawroty głowy, cukrzyca, choroby przewlekłe) lub przyjmujące leki wpływające na ciśnienie, tętno, koordynację lub poziom cukru – powinny skonsultować się z lekarzem przed rozpoczęciem użytkowania sprzętu lub podnoszeniem ciężarów. W przypadku wystąpienia objawów takich jak duszność, ból w klatce piersiowej, nudności, zawroty głowy lub nieregularne bicie serca – należy natychmiast przerwać ćwiczenia i skontaktować się z lekarzem.
15. Czyść stojak wilgotną ściereczką. Unikaj stosowania silnych środków chemicznych. Przechowuj stojak w suchym miejscu, z dala od wilgoci, źródeł ciepła i bezpośredniego nasłonecznienia, aby zapobiec korozji i uszkodzeniom materiałów.
16. Jeśli chcesz przestawić stojak – zdejmij z niego hantle, odblokuj kółka, a po ustawieniu w nowym miejscu ponownie zablokuj wszystkie hamulce.
17. Sprzęt spełnia wymagania normy ISO 20957-1:2024 w klasie H (Home Use). Przeznaczony jest wyłącznie do użytku domowego. Nie nadaje się do zastosowań komercyjnych, profesjonalnych ani rehabilitacyjnych.

PL Czyszczenie i konserwacja

1. Należy regularnie dokonywać konserwacji urządzenia. Powinna być ona przeprowadzana nie rzadziej niż co 20 godzin pracy sprzętu.
2. Konserwacja obejmuje kontrolę:
   - ruchomych części urządzenia, tj. sprawdzenie, czy są one odpowiednio nasmarowane. Jeżeli nie, należy je nasmarować. Zaleca się stosowanie specjalnych smarów do łożysk rowerowych lub smarów przeznaczonych do sprzętów fitness.
   - pozostałych części urządzenia, tj. dokręcenie śrub i nakrętek,
   - przewodów zasilających (jeżeli występują w urządzeniu), pod kątem ewentualnych uszkodzeń.
3. Do czyszczenia sprzętu należy używać miękkiej ściereczki, delikatnie zwilżonej wodą lub ewentualnie wodą z mydłem. Nie należy używać silnych środków ani ostrych materiałów czyszczących, które mogą uszkodzić sprzęt. Szczególną ostrożność należy zachować przy elementach z tworzywa sztucznego.
4. Po każdym użytkowaniu należy usunąć z urządzenia wszelkie ślady potu i zanieczyszczeń.

PL Rozwiązywanie problemów

Problem	Możliwe rozwiązanie
Produkt jest niestabilny.	Upewnij się, czy wszystkie śruby i nakrętki są odpowiednio dokręcone.

PL Gwarancja

Warunki gwarancji

1. Klient ma następujące możliwości zgłoszenia reklamacji:
   - za pośrednictwem formularza reklamacyjnego na stronie internetowej: **https://www.hop-sport.pl/serwis/**
   - pisemnie na adres korespondencyjny:
     Hegen Distribution Sp. z o.o.
     ul. Sportowa 3a
     32-080 Zabierzów
     Polska
   - pocztą elektroniczną: **serwis@hop-sport.com**
2. Wady powstałe w okresie gwarancyjnym będą zazwyczaj usuwane bezpłatnie w ciągu 14 dni roboczych od daty dostarczenia wadliwego produktu. W przypadku konieczności wysłania produktu do naprawy za granicę lub sprowadzenia części zamiennych z zagranicy, naprawa może potrwać dłużej.
3. Zastosowanie ma prawo kraju, do którego dostarczono towar, w tym przepisy dotyczące gwarancji. Konwencja CISG nie ma zastosowania.
4. Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń spowodowanych niewłaściwym użytkowaniem.

PL Ochrona środowiska

Ten produkt jest dostarczany w opakowaniu, by uchronić go od ewentualnych uszkodzeń podczas transportu. Opakowania są surowcami nieprzetworzonymi i mogą być recyklowane. Wyrzucaj te materiały według ich rodzaju.

22
PAP

Instrukcja obsługi została wydrukowana na papierze nadającym się do recyklingu. Segreguj ją zgodnie z zasadami.

SK Upozornenie

PRED POUŽITÍM SI STAROSTLIVO PREČÍTAJTE CELÝ NÁVOD A USCHOVAJTE HO NA BUDÚCE POUŽITIE.

1. Maximálna bezpečnosť a efektivita zariadenia sa dosiahne len v prípade jeho správneho zloženia a používania podľa tohto návodu. Každý používateľ musí byť oboznámený s obmedzeniami, upozorneniami a rizikami. Výrobca nezodpovedá za škody alebo zranenia spôsobené nedodržaním pokynov.
2. Výrobok je športovým zariadením – nie je hračkou. Uchovávajte mimo dosahu detí. Nenechávajte deti bez dozoru v blízkosti stojana s činkami – hrozí riziko prevrátenia alebo zranenia.
3. Používajte zariadenie iba na určený účel. Je určené výhradne na uloženie činiek. Nepoužívajte ho na lezenie, sedenie ani na zavesovanie predmetov.
4. Ak je potrebná montáž, uistite sa, že všetky časti sú správne zložené podľa pokynov výrobcu. Pred prvým použitím skontrolujte utiahnutie všetkých skrutiek.
5. Umiestnite stojan na rovnú, stabilnú a protišmykovú podložku. Odporúča sa použiť ochrannú podložku na podlahu.
6. Stojan má kolieska s brzdami pre jednoduchšie premiestňovanie. Pred použitím skontrolujte, či sú všetky kolieska zaistené. Nezaistené kolieska môžu viesť k nechcenému pohybu. Stojan nie je určený ako pojazdný vozík – slúži len na presun do finálnej polohy.
7. Neprekračujte maximálne zaťaženie 75 kg na každej strane. Preťaženie môže poškodiť konštrukciu alebo spôsobiť prevrátenie. Závažia ukladajte rovnomerne na obe strany.
8. Uistite sa, že činky sú umiestnené vyvážene a v strede držiakov. Ramenná konštrukcia zabraňuje skĺznutiu, ale nesprávne uloženie môže spôsobiť pohyb. Ukladajte činky usporiadane a stabilne.
9. Pravidelne kontrolujte technický stav stojana. Dotiahnite skrutky a skontrolujte, či sú všetky komponenty stabilné. V prípade poškodenia alebo uvoľnených častí nepoužívajte, kým nebude opravené.
10. Nerobte žiadne úpravy alebo nastavenia mimo tých, ktoré sú popísané v návode. V prípade pochybností kontaktujte servis.
11. Vyhnite sa náhlym pohybom, trhaniu alebo jednostrannému zaťaženiu – môže dôjsť k poškodeniu alebo prevráteniu.
12. Zaistite dostatok priestoru okolo zariadenia, aby ste mohli činky bezpečne zdvíhať a odkladať.
13. Noste športové oblečenie, ktoré neobmedzuje pohyb, a obuv s protišmykovou podrážkou. Vždy sa 5–10 minút rozcvičte. Cvičenie bez rozcvičky zvyšuje riziko úrazu.
14. Osoby so zdravotnými problémami (bolesti chrbta, kĺbov, vysoký tlak, arytmia, závraty, cukrovka, chronické ochorenia) alebo osoby užívajúce lieky ovplyvňujúce tlak, tep, koordináciu alebo hladinu cukru – by sa mali pred použitím poradiť s lekárom. Ak sa objaví bolesť na hrudníku, dýchavičnosť, nevoľnosť, závraty alebo nepravidelný pulz – okamžite prestaňte cvičiť a vyhľadajte lekára.
15. Čistite vlhkou handričkou. Nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky. Uchovávajte na suchom mieste, mimo vlhkosti, slnečného žiarenia a zdrojov tepla.
16. Ak chcete stojan presunúť – zložte činky, odomknite kolieska a po premiestnení ich znovu zaistite.
17. Zariadenie spĺňa normu ISO 20957-1:2024, trieda H (Home Use). Je určené výhradne na domáce použitie. Nie je vhodné na komerčné, profesionálne ani rehabilitačné účely.

SK Čistenie a údržba

1. Zariadenie si vyžaduje pravidelnú údržbu. Mala by byť vykonaná najmenej každých 20 hodín prevádzky zariadenia.
2. Údržba zahŕňa kontrolu:
   - pohyblivé časti zariadenia, tzn. kontrola, či sú správne namazané. Ak nie, namažte ich. Odporúča sa používať špeciálne mazivá pre ložiská bicyklov alebo pre fitnes zariadenia.
   - všetky časti zariadenia, tzn. dotiahnutie skrutiek a matíc,
   - napájacie káble (ak sú v prístroji) kvôli poškodeniu.
3. Na čistenie zariadenia používajte mäkkú handričku mierne navlhčenú vodou alebo prípadne vodou s mydlom. Nepoužívajte žiadne silné čistiace prostriedky a ani materiály, ktoré môžu zariadenie poškodiť. Osobitnú pozornosť treba venovať plastovým komponentom.
4. Po každom použití odstráňte zo zariadenia všetky stopy potu a nečistôt.

SK Riešenie problémov

Problém	Možné riešenia
Produkt nie je stabilný.	Skontrolujte, či sú všetky matice a skrutky správne dotiahnuté.

SK Záruka

Záručné podmienky

1. Zákazník má nasledujúce možnosti uplatnenia reklamácie:
   - prostredníctvom krokov na webovej stránke: **https://hop-sport.sk/servis/**
   - písemně na adresu
     Hegen Česko s. r. o.
     Stavbařů 2201/36
     734 01 Karviná-Mizerov
     Česká republika
   - e-mailom: **info@hop-sport.sk**
2. Reklamácia vrátane odstránenia vady musí byť vybavená a kupujúci o tom musí byť informovaný najneskôr do tridsiatich (30) dní odo dňa uplatnenia reklamácie, pokiaľ sa predávajúci s kupujúcim nedohodne na dlhšej lehote. Ak je potrebné poslať produkt na opravu do zahraničia alebo doviezť náhradné diely zo zahraničia, oprava môže trvať dlhšie.
3. Použije sa právo krajiny, do ktorej bol tovar dodaný, vrátane záručných ustanovení. Neplatí Dohovor OSN o zmluvách o medzinárodnej kúpe tovaru.
4. Záruka sa nevzťahuje na poškodenia spôsobené nesprávnym používaním.

SK Ochrana životného prostredia

Tento produkt sa dodáva v obale, ktorý ho chráni pred možným poškodením počas prepravy. Obal je vyrobený zo surovín, ktoré je možné recyklovať. Tieto obaly vyhadzujte a trieďte podľa ich typu.

22
PAP

Návod na použitie bol vytlačený na recyklovateľnom papieri. Triediť ho podľa platných pravidiel.

UA Застереження

УВАЖНО ПРОЧИТАЙТЕ ЦЮ ІНСТРУКЦІЮ ПЕРЕД ВИКОРИСТАННЯМ ОБЛАДНАННЯ І ЗБЕРЕЖІТЬ ЇЇ НА МАЙБУТНЄ.

1. Максимальна безпека та ефективність використання обладнання досягається лише за умови правильного складання та експлуатації відповідно до цієї інструкції. Кожен користувач має бути поінформований про обмеження, застереження та ризики. Виробник не несе відповідальності за травми або пошкодження, спричинені недотриманням інструкції.
2. Це спортивний виріб – не іграшка. Зберігайте його в недоступному для дітей місці. Не залишайте дітей без нагляду поруч зі стійкою з вагами – існує ризик перекидання або травмування.
3. Використовуйте обладнання лише за призначенням. Продукт призначений виключно для зберігання гантелей. Не використовуйте його для лазіння, сидіння або підвішування предметів.
4. Якщо потрібне складання, переконайтесь, що всі деталі змонтовані правильно згідно з інструкцією виробника. Перед першим використанням перевірте, чи всі гвинти добре затягнуті.
5. Встановіть стійку на рівну, стабільну та неслизьку поверхню. Рекомендується використання захисного килимка для кращої стійкості та захисту підлоги.
6. Стійка оснащена колесами з гальмами для зручності переміщення. Перед використанням переконайтесь, що всі колеса заблоковані. Незаблоковані колеса можуть призвести до мимовільного зсуву та становлять небезпеку. Не використовуйте стійку як візок – вона не призначена для переміщення під навантаженням. Колеса призначені лише для встановлення в обраному місці.
7. Не перевищуйте максимальне навантаження 75 кг на кожну сторону. Перевантаження може призвести до пошкодження конструкції або перекидання. Розподіляйте вагу рівномірно з обох боків.
8. Переконайтесь, що гантелі встановлені по центру та безпечно розміщені на власниках. Конструкція запобігає їхньому випадковому зісковзуванню, однак неправильне розташування може викликати зміщення. Зберігайте гантелі акуратно та врівноважено.
9. Регулярно перевіряйте технічний стан стійки. Підтягуйте гвинти та переконуйтесь у стабільності всіх конструктивних елементів. Не використовуйте обладнання у разі тріщин, деформацій або ослаблених деталей.
10. Не вносьте змін або налаштувань, не передбачених цією інструкцією. У разі сумнівів зверніться до сервісного центру.
11. Уникайте різких рухів, смикання або однобічного навантаження – це може спричинити пошкодження або перекидання.
12. Забезпечте достатньо вільного місця навколо обладнання для безпечного розміщення та зняття вантажів.
13. Перед заняттями одягайте зручний спортивний одяг, що не обмежує рухів, та взуття з неслизькою підошвою. Обов'язково зробіть розминку тривалістю 5–10 хвилин для підготовки м'язів і суглобів. Відсутність розминки може призвести до травм.
14. Особи з проблемами здоров'я (біль у спині, суглобах, гіпертонія, аритмія, запаморочення, діабет, хронічні захворювання) або ті, хто приймає ліки, що впливають на тиск, пульс, координацію чи рівень глюкози – повинні проконсультуватися з лікарем перед використанням обладнання або підняттям ваги. У разі виникнення болю в грудях, утрудненого дихання, нудоти, запаморочення або нерегулярного серцебиття – негайно припиніть тренування і зверніться до лікаря.
15. Протирайте стійку вологою ганчіркою. Уникайте використання агресивних мийних засобів. Зберігайте в сухому місці, подалі від вологи, прямих сонячних променів і джерел тепла, щоб запобігти корозії.
16. Якщо ви хочете перемістити стійку – зніміть гантелі, розблокуйте колеса та після встановлення на новому місці знову їх заблокуйте.
17. Обладнання відповідає стандарту ISO 20957-1:2024, клас H (домашнє використання). Призначене виключно для домашнього використання. Не підходить для комерційного або терапевтичного застосування.

UA Чистка та обслуговування

1. Регулярно перевіряйте пристрій. Це слід робити щонайменше кожні 20 годин роботи обладнання.
2. Технічне обслуговування повинно включати контроль за:
   - рухомими частинами пристрою, тобто перевірка їх належного змащення. Якщо є не змащені ділянки, змастіть їх. Рекомендується використовувати спеціальні мастила для підшипників велосипедів або для фітнес-обладнання.
   - всі запчастини обладнання, такі як затягуючі гвинти та гайки,
   - шнури живлення (якщо вони є в пристрої) на будь-які пошкодження.
3. Для очищення обладнання використовуйте м'яку тканину, трохи змочену водою або водою з милом. Не використовуйте сильні речовини чи агресивні чистячі засоби, які можуть пошкодити обладнання. Особливо обережно слід поводитися із пластиковими компонентами.
4. Після кожного використання очищуйте пристрій від часток поту чи бруду.

UA Вирішення проблем

Проблема	Можливе рішення
Обладнання не стабільне.	Переконайтеся, що всі гвинти та гайки відповідно закручені.

UA Гарантія

Умови гарантії

1. Покупець має наступні варіанти подання скарги:
   - через форму заповнення рекламаційного формуляру на сайті.
   - письмово на адресу:
     електронною поштою: **info@hop-sport.ua**
2. Дефекти або пошкодження товару, виявлені протягом гарантійного періоду, будуть усунені безкоштовно протягом 14 робочих днів з дати доставки товару до сервісу. Якщо потрібно привезти деталі з-за кордону, термін ремонту може бути продовжений.
3. Всі гарантійні умови виконуються за законодавством країни, куди було доставлено товар, включаючи гарантійні положення. Конвенція ООН про договори міжнародної купівлі-продажу товарів не застосовується.
4. Гарантія не поширюється на пошкодження, що виникли внаслідок неналежного використання.

UA Охорона навколишнього середовища

Цей виріб поставляється в упаковці, для захисту від можливих пошкоджень під час транспортування. Упаковка є необробленою сировиною і може бути перероблена. Позбудьтеся цих матеріалів відповідно до їх типу.

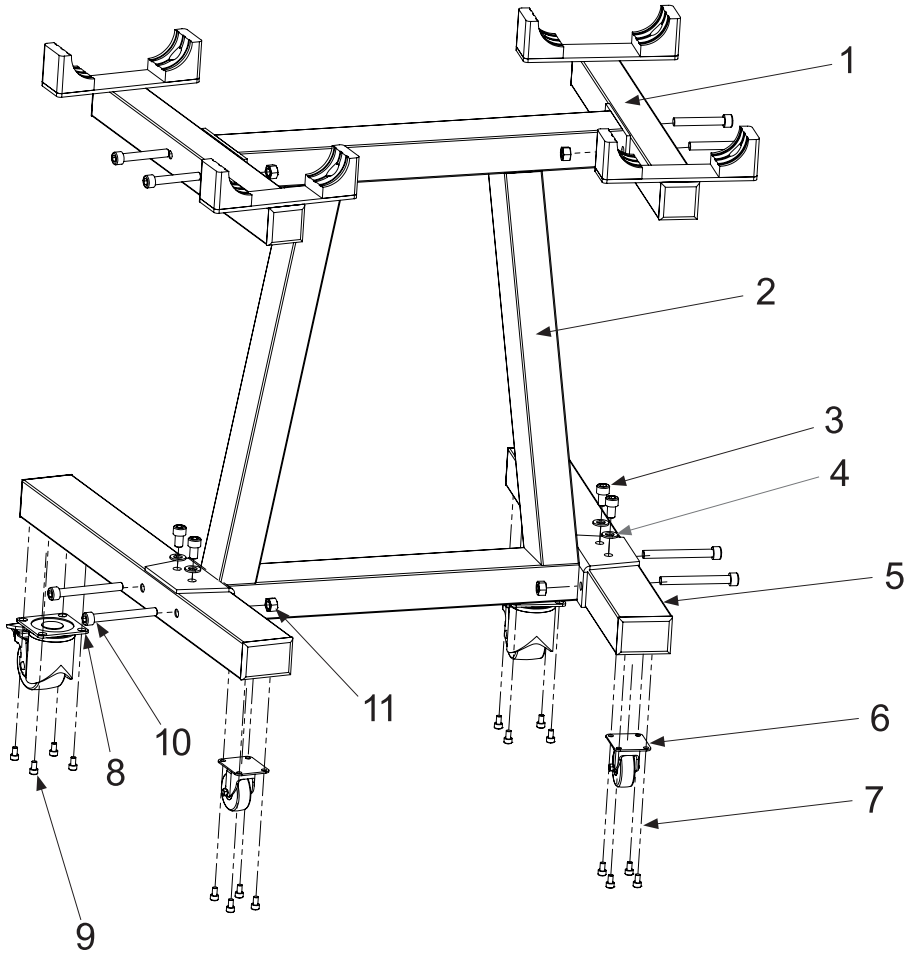
22
PAP

Інструкцію надруковано на папері, придатному для переробки. Сортуйте її відповідно до чинних правил.

Seznam dílů / Stückliste / Parts list / Lista de piezas / Liste de pièces / Elenco delle parti / Onderdelenlijst / Lista części / Zoznam dielov / Список деталей

Č. / Nr. / No. / Nº / N° / N. / Nr. / Nr / Č. / №	Název / Bezeichnung / Name / Nombre / Nom / Nome / Naam / Nazwa / Názov / Назва	ks. / Stk. / pcs. / ud. / pcs / pz. / st. / szt. / ks. / шт.
1	Držák na jednoručky / Hantelhalter / Dumbbell holder / Soporte para mancuernas / Support pour haltères / Supporto per manubri / Halterhouder / Uchwyt na hantle / Držiak na jednoručky / Тримач для гантелей	× 2
2	Hlavní rám / Hauptrahmen / Support frame / Marco principal / Cadre principal / Telaio principale / Hoofdkader / Rama główna / Hlavný rám / Основна рама	× 1
3	Šroub M10 / M10 Schraube / M10 Bolt / Tornillo M10 / Boulon M10 / Bullone M10 / Bout M10 / Śruba M10 / Skrutka M10 / Гвинт M10	× 4
4	Podložka Ø10 / Unterlegscheibe Ø10 / Washer Ø10 / Arandela Ø10 / Rondelle Ø10 / Rondella Ø10 / Ring Ø10 / Podkładka Ø10 / Podložka Ø10 / Шайба Ø10	× 4
5	Základová vzpěra / Basisstütze / Base brace / Soporte de base / Support de base / Supporto di base / Basissteun / Podpora podstawy / Podpera základne / Опора основи	× 2
6	Otočné kolečko / Lenkrolle / Swivel caster wheel / Rueda giratoria / Roue pivotante / Ruota girevole / Zwenkwiel / Kółko obrotowe / Otočné koliesko / Поворотне колесо	× 2
7	Šroub M6 / M6 Schraube / M6 Bolt / Tornillo M6 / Boulon M6 / Bullone M6 / Bout M6 / Śruba M6 / Skrutka M6 / Гвинт M6	× 8
8	Kolečko s brzdou / Lenkrolle mit Bremse / Brake caster wheel / Rueda con freno / Roue avec frein / Ruota con freno / Geremd zwenkwiel / Kółko z hamulcem / Koliesko s brzdou / Колесо з гальмом	× 2
9	Šroub M6 / M6 Schraube / M6 Bolt / Tornillo M6 / Boulon M6 / Bullone M6 / Bout M6 / Śruba M6 / Skrutka M6 / Гвинт M6	× 8
10	Šroub M10 / M10 Schraube / M10 Bolt / Tornillo M10 / Boulon M10 / Bullone M10 / Bout M10 / Śruba M10 / Skrutka M10 / Гвинт M10	× 8
11	Matice M10 / M10 Mutter / M10 Nut / Tuerca M10 / Écrou M10 / Dado M10 / Moer M10 / Nakrętka M10 / Matica M10 / Гайка M10	× 8

Montáž / Montage / Assembly / Montaje / Installation / Montaggio / Montage / Montaż / Montáž / Установка



HOP-SPORT®

Scan me
www.hop-sport.com

Hergestellt in China

DISTRIBUTION:

PL
Hegen Distribution Sp. z o.o.
Sportowa 3A
32-080 Zabierzów

CZ
Hegen Česko s.r.o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov

DE
Hegen Deutschland GmbH
Papenreye 53
22453 Hamburg

UK
Hegen UK Ltd
Ealing Cross, 1st Floor, 85 Uxbridge Road
London, United Kingdom, W5 5TH

IMPORTER:

Hegen Europe Sp. z o.o.
Sportowa 3A
32-080 Zabierzów