

CZ Podpěry na kliky

Informace o produktu:

- Počet kusů v balení: 2
- Materiál: plast + pěna
- Pevnost: 200 kg

Upozornění:

1. Výrobek je sportovní potřebou, není hračka. Není dovoleno zpřístupnit ho dětem pro hrání.
2. Před použitím se ujistěte, že produkt není poškozen.
3. Produkt by měl být používán pouze pro účely, pro které je určen (tj. pro provádění kliků).
4. Abyste předešli poškození svalů, před cvičením proveďte rozčívku.
5. Doporučuje se provádět trénink v oblečení, které neomezuje pohyb, a v botách vhodných pro daný typ tréninku.
6. Pokud máte závrát nebo jakékoli bolesti, okamžitě zastavte cvičení.
7. Neumístujte výrobek do blízkosti zdrojů tepla, jako jsou lampy, topení, krbý, protože to může ho poškodit.
8. Poškozený produkt nesplňuje bezpečnostní podmínky. Neopravujte ho samostatně.
9. Doporučuje se uschovat tento štítek.

IT Maniglie per flessioni

Informazioni sul prodotto:

- Quantità nella confezione: 2
- Materiale: plastica + schiuma
- Resistenza: 200 kg

Avvertenze:

1. Il prodotto è un articolo sportivo, non un giocattolo. Non deve essere utilizzato come giocattolo dai bambini.
2. Prima di iniziare a utilizzare il prodotto, assicurarsi che non sia danneggiato.
3. Utilizzare il prodotto esclusivamente per lo scopo previsto (cioè per eseguire flessioni).
4. Per evitare lesioni muscolari, eseguire un riscaldamento prima dell'allenamento.
5. Si consiglia di eseguire l'allenamento con abbigliamento che non ostacoli i movimenti e con calzature adatte al tipo di esercizio.
6. In caso di capogiri o qualsiasi dolore, interrompere immediatamente l'allenamento.
7. Non posizionare il prodotto vicino a fonti di calore, come lampade, termosifoni o caminetti, per evitare danni.
8. Un prodotto danneggiato non soddisfa i requisiti di sicurezza. Non tentare di ripararlo autonomamente.
9. Si consiglia di conservare questa etichetta.

DE Liegestützgriffe

Produktinformation:

- Anzahl der Teile in der Verpackung: 2
- Material: Kunststoff + Schaumstoff
- Belastbarkeit: 200 kg

Warnungen:

1. Das Produkt ist ein Sportartikel und kein Spielzeug. Teilen Sie es nicht mit Ihren Kindern zum Spielen.
2. Stellen Sie vor dem Gebrauch sicher, dass das Produkt unbeschädigt ist.
3. Verwenden Sie das Produkt nur für den vorgesehenen Zweck (d. h. zum Liegestütze ausführen).
4. Um Muskelschäden zu vermeiden, wärmen Sie sich vor dem Training auf.
5. Es wird empfohlen, in Schuhen und einem Outfit zu trainieren, die für die Art des Trainings geeignet sind.
6. Wenn Ihnen schwindelig wird oder Sie Schmerzen haben, hören Sie sofort mit dem Training auf.
7. Stellen Sie das Produkt nicht in die Nähe von Wärmequellen wie Lampen, Heizungen oder Kaminen auf, da es dadurch beschädigt werden kann.
8. Ein beschädigtes Produkt erfüllt nicht die Sicherheitsanforderungen. Reparieren Sie es nicht selbst.
9. Es wird empfohlen, dieses Etikett aufzubewahren.

NL Handgrepen voor push-ups

Productinformatie:

- Aantal stuks in verpakking: 2
- Materiaal: plastic + schuim
- Draagvermogen: 200 kg

Waarschuwingen:

1. Dit product is een sportartikel, geen speelgoed. Laat kinderen er niet mee spelen.
2. Controleer vóór gebruik of het product onbeschadigd is.
3. Gebruik het product uitsluitend voor het beoogde doel (namelijk voor het uitvoeren van push-ups).
4. Om spierblessures te voorkomen, dient u voorafgaand aan de training een warming-up uit te voeren.
5. Het wordt aanbevolen om te trainen in kleding die bewegingsvrijheid biedt en geschikt schoeisel te dragen dat past bij het type training.
6. Stop de training onmiddellijk bij duizeligheid of pijnklachten.
7. Plaats het product niet in de buurt van warmtebronnen zoals lampen, radiatoren of open haarden, om schade te voorkomen.
8. Een beschadigd product voldoet niet aan de veiligheidsvoorschriften. Probeer het niet zelf te repareren.
9. Bewaar dit etiket voor toekomstig gebruik.

EN Plastic push up bar

Product information:

- The amount of pieces in the package: 2
- Material: plastic + foam
- Capacity: 200 kg

Warnings:

1. The product is a sports article, it is not a toy. It should not be made available to children for play.
2. Before use, make sure that the product is not damaged.
3. Use the product only for the purposes for which it is intended (i.e. to perform push-ups).
4. To avoid muscle damage, warm up before exercising.
5. It is recommended to train in an outfit that doesn't restrict movement and in a footwear appropriate to the type of training.
6. If you experience dizziness or you feel pain, while exercising, you must stop the exercises immediately.
7. Do not place the product near heat sources such as lamps, radiators, fireplaces, as this may damage it.
8. A damaged product does not meet safety regulations. Do not repair it by yourself.
9. It is recommended to keep the label.

PL Uchwyty do pompek

Informacje o produkcie:

- Ilość sztuk w opakowaniu: 2
- Materiał: plastik + pianka
- Wytrzymałość: 200 kg

Ostrzeżenia:

1. Produkt jest artykułem sportowym, nie jest zabawką. Nie należy udostępniać go dzieciom do zabawy.
2. Przed rozpoczęciem użytkowania, należy upewnić się, że produkt nie jest uszkodzony.
3. Z produktu należy korzystać wyłącznie w celach, do których jest przeznaczony (tj. do wykonywania pompek).
4. W celu uniknięcia uszkodzenia mięśni, przed rozpoczęciem treningu należy wykonać rozgrzewkę.
5. Zaleca się wykonywanie treningu w stroju nie krępującym ruchów oraz w obuwiu odpowiednim do rodzaju treningu.
6. W razie wystąpienia zawrotów głowy lub jakiegokolwiek dolegliwości bólowej, należy natychmiast przerwać ćwiczenia.
7. Nie należy umieszczać produktu w pobliżu źródeł ciepła, jak np. lampy, grzejniki, kominki, gdyż grozi to jego uszkodzeniem.
8. Uszkodzony produkt nie spełnia warunków bezpieczeństwa. Nie należy go samodzielnie naprawiać.
9. Zaleca się zachowanie niniejszej etykiety.

ES Asas para flexiones

Información sobre el producto:

- Cantidad en el paquete: 2
- Material: plástico + espuma
- Resistencia: 200 kg

Advertencias:

1. El producto es un artículo deportivo, no un juguete. No debe ser utilizado como juguete por los niños.
2. Antes de comenzar a usar el producto, asegúrese de que no esté dañado.
3. Utilice el producto únicamente para el propósito previsto (es decir, para realizar flexiones).
4. Para evitar lesiones musculares, realice un calentamiento antes de iniciar el entrenamiento.
5. Se recomienda realizar el entrenamiento con ropa que no restrinja el movimiento y con calzado adecuado para el tipo de ejercicio.
6. Si experimenta mareos o cualquier tipo de dolor, interrumpa el ejercicio de inmediato.
7. No coloque el producto cerca de fuentes de calor, como lámparas, radiadores o chimeneas, ya que podría dañarse.
8. Un producto dañado no cumple con los requisitos de seguridad. No intente repararlo por su cuenta.
9. Se recomienda conservar esta etiqueta.

SK Podpery na kľuky

Informácie o produkte:

- Počet kusov v balení: 2
- Materiál: plast + pena
- Nosnosť: 200 kg

Upozornenie:

1. Výrobok je športovým vybavením, nie je to hračka. Nedávajte ho deťom na hranie.
2. Pred použitím sa uistite, že produkt nie je poškodený.
3. Výrobok používajte iba na účely, na ktoré je určený (tj. na robenie klikov).
4. Pred cvičením vykonajte rozčívku, aby nedošlo k poškodeniu svalov.
5. Cvičenie sa odporúča vykonávať v oblečení, ktoré neobmedzuje pohyby a v obuvi vhodnej pre daný typ tréningu.
6. Ak máte závraty alebo bolesti, okamžite prestaňte cvičiť.
7. Výrobok neumiestňujte do blízkosti zdrojov tepla, ako sú žiarovky, ohrievače, krbý, pretože by to mohlo poškodiť výrobok.
8. Poškodený výrobok nesplňa bezpečnostné požiadavky. Neopravujte ho sami.
9. Tento štítok sa odporúča uschovať.

FR Poignées pour pompes

Information sur le produit:

- Nombre de pièces dans l'emballage: 2
- Matériel: plastique + mousse
- Résistance: 200 kg

Avertissements:

1. Le produit est un article de sport, ce n'est pas un jouet. Ne l'utilisez pas avec les enfants pour jouer.
2. Avant l'utilisation, assurez-vous que le produit n'est pas endommagé.
3. N'utilisez le produit qu'aux fins pour lesquelles il est prévu (c'est-à-dire pour faire des pompes).
4. Pour éviter les dommages musculaires, échauffez-vous avant de faire de l'exercice.
5. Il est recommandé de s'entraîner en vêtements non restrictifs et dans des chaussures adaptées au type d'entraînement.
6. Si vous vous sentez étourdi ou avez mal, arrêtez immédiatement de faire de l'exercice.
7. Le produit endommagé ne répond pas aux exigences de sécurité. Ne le réparez pas vous-même.
8. Ne placez pas le produit à proximité de sources de chaleur, telles que lampes, radiateurs, foyers, car cela pourrait l'endommager.
9. Il est recommandé de conserver cette étiquette.

UA Ручки для віджимань

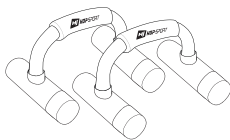
Інформація про продукт:

- Кількість штук в упаковці: 2
- Матеріал: пластик + піна
- Максимальне навантаження: 200 кг

Застереження:

1. Продукт є спортивним обладнанням, а не іграшкою. Рекоменуємо тримати його подалі від дітей.
2. Перед початком тренування обов'язково перевірте, чи продукт не пошкоджений.
3. Використовуйте продукт тільки за призначенням (тобто для виконання віджимань).
4. Щоб уникнути пошкодження м'язів, перед тренуванням обов'язково розігрівайтеся.
5. Рекомендовано тренуватися в одязі, який не обмежує рухи та у взутті відповідному до типу тренування.
6. Якщо ви відчуваєте біль, дискомфорт або запаморочення під час вправ, негайно припиніть тренування.
7. Не кладіть, не залишайте та не зберігайте продукт поблизу джерел тепла, зокрема ламп, обігрівачів, камінів тощо.
8. Якщо виникли будь-які пошкодження, в жодному разі не використовуйте продукт та не ремонтуйте його самостійно.
9. Рекоменуємо зберігати цю інструкцію.

LIEGESTÜTZGRIFFE AUS KUNSTSTOFF
HS-PO10PU



DISTRIBUTION:

DE Hegen Deutschland GmbH
Papenreye 53
22453 Hamburg

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

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

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

IMPORTER:

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



SCATOLA
RACCOLTA CARTA
Verifica le disposizioni
del tuo Comune

HERGESTELLT IN CHINA