

CZ STEPPER TWIST

Upozornění: **1.** Plnou bezpečnost a účinnost použití je možné dosáhnout za předpokladu, že zařízení je smontováno a používáno v souladu s těmito pokyny. Nezapomeňte informovat všechny uživatele zařízení o omezeních, varováních a bezpečnostních opatřeních. Nejsme zodpovědní za problémy nebo zranění způsobené jedním v rozporu s pravidly stanovenými v této příručce. **2.** Výrobek se může používat pouze pro určený účel. **3.** Zařízení je určeno pouze pro použití v domácnosti dospělými osobami. Nenechávejte zařízení na místě přístupném dětem. Během tréninku by děti měly být pod dohledem dospělých. **4.** Přístroj by měl být skladován na suchém a teplém místě mimo přímého slunečního záření. **5.** Vyvarujte se kontaktu přístroje s vodou, protože voda by ho mohla poškodit nebo způsobit zkrat. **6.** Zařízení není vhodné pro rehabilitační účely. **7.** Zařízení může používat nálezdom jedna osoba. **8.** Zařízení umístěte na rovný, stabilní a čistý povrch. **9.** K záření se doporučuje používat koberec, podložku nebo jinou podlahovou ochrannou krycí vrstvu. **10.** Umístěte vhodnou základnu (např. gumovou podložku, dřevěnou základnu atd.) pod zařízením v oblasti montáže, abyste předešli znečištění. **11.** Před zahájením tréninku zkontrolujte, zda je zařízení kompletní a zda jsou všechny části na svém místě. **12.** Pokud máte jakékoli zdravotní problémy / chronická onemocnění nebo jde-li o váš první trénink na tomto typu vybavení, před zahájením cvičení se poraďte se svým lékařem. Nesprávný nebo nadměrný trénink může způsobit zranění. **13.** Před použitím zařízení se zahřejte. **14.** Pokud během cvičení na přístroji pociťte bolest, nepravidelný srdeční rytmus, dušnost, závratě nebo nevolnost, okamžitě přestaňte cvičit. Před pokračováním v cvičení byste měli vyhledat lékařskou pomoc. **15.** Nesmíte dlouhé, volně oblečené, které by se mohlo zachytit v pohyblivých částech. **16.** Zařízení používejte pouze tehdy, když je v pořádku z technické stránky. Pokud během používání zjistíte poškození některých komponentů nebo uslyšíte rušivý zvuk ze zařízení, přestaňte cvičit. Nepoužívejte zařízení, dokud se problém nevyřeší. **17.** Neprovádějte žádné úpravy zařízení. **18.** Minimální volný prostor potřebný pro bezpečný provoz zařízení činí ne méně než dva metry. **19.** Zařízení bylo vyrobeno v souladu s normou PN-EN ISO 20957-8:2018-03.

DE SWING STEPPER

Sicherheitshinweise: **1.** Die volle Sicherheit und Wirksamkeit bei Gebrauch kann erreicht werden, wenn das Gerät gemäß den Anweisungen zusammengebaut und verwendet wird. Denken Sie daran, die Benutzer des Geräts über alle Einschränkungen, Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen zu informieren. Wir sind nicht verantwortlich für Probleme oder Verletzungen, die durch einen Verstoß gegen die in diesem Handbuch festgelegten Regeln verursacht werden. **2.** Das Produkt darf nur für seine Bestimmung verwendet werden. **3.** Das Gerät ist nur für den Hausgebrauch durch Erwachsene bestimmt. Lassen Sie das Gerät nicht an einem für Kinder zugänglichen Ort. Während des Trainings sollten Minderjährige unter Aufsicht von Erwachsenen sein. **4.** Das Gerät sollte an einem trockenen und warmen Ort ohne direkte Sonnenstrahlung gelagert werden. **5.** Vermeiden Sie, dass der Computer mit Wasser in Kontakt kommt, da dies Beschädigungen oder einen Kurzschluss verursachen kann. **6.** Das Gerät ist nicht für Rehabilitationszwecke geeignet. **7.** Jeweils eine Person kann das Gerät benutzen. **8.** Stellen Sie das Gerät auf eine ebene, stabile, saubere und freie Oberfläche. **9.** Es wird empfohlen, für das Gerät einen Teppich, eine Matte oder eine andere Bodenschutzunterlage zu verwenden. **10.** Platzieren Sie eine geeignete Unterlage (z. B. Gummimatte, Holzbasis usw.) unter dem Gerät im Montagebereich, um Verschmutzungen zu vermeiden. **11.** Bevor Sie mit dem Training beginnen, vergewissern Sie sich, dass das Gerät vollständig und alle Teile vorhanden sind. **12.** Wenn Sie gesundheitliche Probleme / chronische Krankheiten haben oder zum ersten Mal mit dieser Art von Gerät trainieren, konsultieren Sie vor dem Training einen Arzt oder Spezialisten. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen führen. **13.** Wärmen Sie sich auf, bevor Sie das Gerät benutzen. **14.** Wenn Sie während des Trainings Schmerzen, unregelmäßigen Herzschlag, Atemnot, Schwindel oder Übelkeit verspüren, brechen Sie das Training sofort ab. Bevor Sie das Trainingsprogramm fortsetzen, sollten Sie einen Arzt aufsuchen. **15.** Tragen Sie keine langen, losen Kleidungsstücke, die sich in beweglichen Teilen verfangen könnten. **16.** Verwenden Sie das Gerät nur, wenn es technisch einwandfrei ist. Wenn Sie während des Gebrauchs fehlerhafte Komponenten finden oder störende Geräusche vom Gerät hören, unterbrechen Sie das Training. Benutzen Sie das Gerät erst, wenn das Problem behoben ist. **17.** Nehmen Sie keine anderen Einstellungen oder Änderungen am Gerät. **18.** Der für den sicheren Betrieb des Geräts erforderliche Mindestfreiraum beträgt mindestens zwei Meter. **19.** Das Gerät wurde gemäß der Norm PN-EN ISO 20957-8:2018-03.

FR TWIST STEPPER

Avvertissements de sécurité: **1.** Une sécurité et une efficacité d'utilisation maximales peuvent être obtenues, à condition que l'équipement soit assemblé et utilisé conformément aux instructions. N'oubliez pas d'informer les utilisateurs de l'équipement de toutes les restrictions, avertissements et précautions. Nous ne sommes pas responsables des problèmes ou blessures causés par une procédure contraire aux règles énoncées dans ce manuel. **2.** Le produit ne peut être utilisé que pour l'usage auquel il est destiné. **3.** L'appareil est destiné à un usage domestique uniquement, par des adultes. Ne laissez pas l'appareil dans un endroit accessible aux enfants. Pendant la formation, les mineurs doivent être sous la surveillance d'un adulte. **4.** L'appareil doit être stocké dans un endroit sec et chaud à l'abri de la lumière directe du soleil. **5.** Évitez de mettre votre ordinateur en contact avec de l'eau, car cela pourrait l'endommager ou créer un court-circuit. **6.** L'équipement n'est pas adapté à des fins de réhabilitation. **7.** Une personne peut utiliser l'équipement à la fois. **8.** Placez l'équipement sur une surface horizontale, stable, plane, propre et libre. **9.** Il est recommandé d'utiliser un tapis ou une autre sous-couche de protection de sol pour l'équipement. **10.** Placez une base appropriée (par exemple, un tapis en caoutchouc, une base en bois, etc.) sous l'unité dans la zone de montage pour éviter les salissures. **11.** Avant la formation, vérifiez que l'appareil est complet et que toutes les pièces sont en place. **12.** Si vous souffrez de problèmes de santé / maladies chroniques, ou s'il s'agit de la première formation sur ce type d'équipement, avant de commencer la formation, consultez un médecin ou un spécialiste. Une formation incorrecte ou excessive peut provoquer des blessures. **13.** Réchauffez-vous avant d'utiliser l'appareil. **14.** Si vous ressentez de la douleur, un rythme cardiaque irrégulier, une respiration superficielle, des étourdissements ou des nausées pendant l'exercice sur l'appareil, arrêtez immédiatement l'exercice. Avant de continuer l'exercice, vous devriez consulter un médecin. **15.** Ne portez pas de vêtements longs et amples qui pourraient se prendre dans les pièces mobiles. **16.** N'utilisez l'appareil que lorsqu'il est techniquement solide. Si vous trouvez des composants défectueux ou entendez un son dérangeant provenant de l'appareil pendant l'utilisation, arrêtez de vous entraîner. N'utilisez pas l'appareil tant que le problème n'est pas résolu. **17.** N'effectuez aucun ajustement ou modification de l'appareil. **18.** L'espace libre minimum requis pour un fonctionnement sécurisé est de deux mètres. **19.** L'appareil a été fabriqué conformément à la norme PN-EN ISO 20957-8:2018-03.

GB TWIST STEPPER

Warnings: **1.** Full safety and effectiveness of use can be achieved by following the instructions for assembly and use of the equipment. Please, remember to inform all potential users of the equipment about restrictions and precautions. We don't take any responsibility for injuries of any kind caused by improper use of our equipment. **2.** The equipment must be used only in accordance to the intended use. **3.** Our products are designed for adult users and intended for home use only. Don't leave the equipment unattended if there are children nearby. Underage kids should only use the equipment under adult supervision. **4.** The device should be stored in a dry and warm place away from direct sunlight. **5.** Avoid contact of the electric devices with water as it may cause damage or short circuit. **6.** Our equipment is not suitable for rehabilitation purposes. **7.** The equipment should be used by only one person at a time. **8.** Place your device on the horizontal and even surface. Make sure the location you choose is stable, clean and free of other items. **9.** It is recommended to place a carpet, mat or another form floor protection under the equipment. **10.** To avoid the floor damage place the floor protection of your choice (e.g. the rubber mat) underneath the equipment. **11.** Before training, check that the equipment is complete and that all parts are in the right places. **12.** If you have any medical conditions or chronic illnesses, or if you are using this type of equipment for the first time, we recommend consulting a doctor or specialist. Incorrect or excessive training can damage your health. **13.** Warm-up before using the device. **14.** If you experience pain, an irregular heartbeat, shortness of breath, dizziness or nausea while using the device, stop training immediately. Seek medical advice before continuing using the device. **15.** Avoid wearing long, loose clothing while using the device, as it can get caught in the moving elements of the equipment. **16.** Use the device only when it's well-functioning. If you find faulty components or hear disturbing sound from the device during use, stop exercising. Do not use the device until the problem is resolved. **17.** Do not do any device regulations or modifications. **18.** The minimum space required for safe use of the device is no less than two meters. **19.** This device was made in accordance with the PN-EN ISO 20957-8:2018-03 standard.

PL STEPPER SKRETNY

Ostrzeżenia: **1.** Pełne bezpieczeństwo i skuteczność użytkowania, może zostać osiągnięte, pod warunkiem złożenia i użytkowania sprzętu zgodnie z instrukcją. Pamiętaj, aby użytkownicy sprzętu zostali poinformowani o wszystkich ograniczeniach, ostrzeżeniach i środkach ostrożności. Nie ponosimy odpowiedzialności za problemy lub obrażenia spowodowane postępowaniem niezgodnym z zasadami określonymi w niniejszej instrukcji. **2.** Produkt wolno stosować wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem. **3.** Urządzenie przeznaczone tylko do użytku domowego, przez osoby dorosłe. Nie pozostawiaj urządzenia w miejscu dostępnym dla dzieci. Podczas treningu niepełnoletni powinni przebywać pod nadzorem dorosłych. **4.** Urządzenie należy przechowywać w suchym i ciepłym miejscu, z dala od bezpośredniego promieniowania słonecznego. **5.** Należy unikać kontaktu komputera z wodą, gdyż może spowodować jego uszkodzenie lub powstanie splecia elektrycznego. **6.** Sprzęt nie jest odpowiedni do celów rehabilitacyjnych. **7.** Ze sprzętu jednocześnie może korzystać jedna osoba. **8.** Ustaw sprzęt na poziomej, stabilnej, równej, czystej i wolnej od innych przedmiotów powierzchni. **9.** Zaleca się stosowanie pod sprzęt dywanu, maty lub innego podkładu ochroniającego na podłogę. **10.** Umieść odpowiednią podstawę (np. gumową matę, drewnianą podstawę itp.) pod urządzeniem w obszarze montażu, aby uniknąć zabrudzenia. **11.** Przed rozpoczęciem treningu, sprawdź, czy urządzenie jest kompletne oraz czy wszystkie jego części znajdują się na swoich miejscach. **12.** Jeśli cierpisz na jakiegokolwiek dolegliwości zdrowotne/choroby przewlekłe, albo jeśli jest to pierwszy trening na tego typu sprzęcie, przed rozpoczęciem treningów, skonsultuj się z lekarzem lub specjalistą. Niewłaściwy lub nadmierny trening może spowodować uszczerbek na zdrowiu. **13.** Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia, wykonaj rozgrzewkę. **14.** Jeżeli podczas wykonywania ćwiczeń na urządzeniu odczuwasz ból, nieregularne bicie serca, płytkość oddechu, zawroty głowy lub mdłości, natychmiast przerwij ćwiczenia. Przed kontynuowaniem ćwiczeń, powinieneś zasięgnąć porady lekarza. **15.** Nie zakładaj długich, luźnych ubrań, które mogłyby zostać pochwycone przez ruchome elementy urządzenia. **16.** Używaj urządzenia wyłącznie, gdy jest sprawne technicznie. Jeżeli znajdziesz wadliwe komponenty lub usłyszysz niepokojący dźwięk, dochodzący z urządzenia podczas użytkowania, przestań ćwiczyć. Nie używaj urządzenia, dopóki problem nie zostanie usunięty. **17.** Nie dokonuj żadnych modyfikacji urządzenia. **18.** Minimalna wolna przestrzeń wymagana do bezpiecznej pracy urządzenia wynosi nie mniej niż dwa metry. **19.** Urządzenie zostało wykonane zgodnie z normą PN-EN ISO 20957-8:2018-03.

SK STEPPER TWIST

Upozornenie: **1.** Plnú bezpečnosť a účinnosť použitia je možné dosiahnuť za predpokladu, že zariadenie je zmontované a používané v súlade s týmito pokynmi. Nezapodubte informovať všetkých používateľov zariadenia o všetkých obmedzeniach, varovaniach a bezpečnostných opatreniach. Nie sme zodpovední za problémy alebo zranenia spôsobené konaním v rozpore s pravidlami stanovenými v tejto príručke. **2.** Výrobok sa môže používať iba na určený účel. **3.** Zariadenie je určené iba na použitie v domácnosti dospelými osobami. Nenechávajte zariadenie na mieste prístupnom deťom. Počas tréningu by deti mali byť pod dohľadom dospelých. **4.** Prístroj má byť skladovaný na suchom a teplom mieste mimo priameho slnečného žiarenia. **5.** Vyvarujte sa kontaktu počítača s vodou, pretože voda by ho mohla poškodiť alebo spôsobiť skrat. **6.** Zariadenie nie je vhodné na rehabilitačné účely. **7.** Zariadenie môže používať naraz jedna osoba. **8.** Zariadenie umiestnite na rovný, stabilný a čistý povrch. **9.** Pod zariadenie sa odporúča používať koberec, podložku alebo inú ochrannú podložku na podlahu. **10.** Umiestnite vhodnú podložku pod zariadenie (napr. gumovú podložku, drevenú podložku atď.), aby ste predišli znečisteniu počas montáže. **11.** Pred začatím tréningu sa uistite, či je zariadenie kompletné a či sú všetky časti na svojom mieste. **12.** Ak máte akékoľvek zdravotné problémy / chronické ochorenia alebo ak ide o váš prvý tréning na tomto type vybavenia, pred začatím cvičenia sa poraďte so svojim lekárom. Nesprávny alebo nadmerný tréning môže spôsobiť zranenie. **13.** Pred použitím zariadenia sa zahrejte. **14.** Ak počas cvičenia na prístroji pociťte bolesť, nepravidelný pulz, dýchavičnosť, závraty alebo nevolnosť, okamžite prestaňte cvičiť. Pred pokračovaním v cvičení by ste mali vyhľadať lekársku pomoc. **15.** Neneštie dlhé, voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť v pohyblivých častiach. **16.** Zariadenie používajte iba vtedy, keď je v poriadku z technickej stránky. Ak počas používania zistíte poškodenie niektorých komponentov alebo budete počuť rušivý zvuk zo zariadenia, prestaňte cvičiť. Nepoužíajte zariadenie, kým sa problém nevyrieši. **17.** Na zariadení nevykonávajte žiadne úpravy ani úpravy. **18.** Minimálny voľný priestor potrebný na bezpečnú prevádzku zariadenia nie je menší ako dva metre. **19.** Zariadenie bolo vyrobené v súlade s normou PN-EN ISO 20957-8:2018-03.

UA СТЕПЕР ПОВОРОТНИЙ

Застереження: **1.** Повна безпека та ефективність використання можуть бути досягнуті за умови збірки обладнання та його використання відповідно до інструкції. Не забуйте повідомити користувачів обладнання про всі обмеження, застереження та запобіжні заходи. Ми не несемо відповідальності за проблеми або травми, спричинені порушенням правил, викладених у даній інструкції. **2.** Виріб можна використовувати лише за призначенням. **3.** Пристрій призначений тільки для домашнього використання дорослими. Не залишайте пристрій у місці, доступному для дітей. Під час навчання неповнолітні повинні перебувати під наглядом дорослих. **4.** Пристрій слід зберігати в сухому і теплому місці, подалі від прямих сонячних променів. **5.** Уникайте контакту комп'ютера з водою, оскільки це може пошкодити його або спровокувати коротке замикання. **6.** Обладнання не підходить для реабілітаційних цілей. **7.** Користуватися обладнанням одночасно може лише одна людина. **8.** Розташуйте обладнання на рівній, стійкій, прямій, чистій і вільній поверхні. **9.** Рекомендуємо ставити обладнання на килимок або будь-яке інше захисне покриття, щоб не пошкодити підлогу. **10.** Щоб уникнути будь-яких забруднень або пошкоджень, під час збирання тренажера покладіть під нього спеціальну підкладку (наприклад, гумовий килимок або дерев'яну підставку). **11.** Перед початком тренування, переконайтеся, що пристрій готовий, а всі деталі на своєму місці. **12.** Якщо у вас є якісь проблеми зі здоров'ям / хронічні захворювання або якщо це ваш перший досвід роботи з даним обладнанням, перед початком тренувань проконсультуйтеся з лікарем або фахівцем. Неправильне або надмірне навантаження може спричинити травму. **13.** Зробіть розминку перед тренуванням. **14.** Якщо під час занять на обладнанні ви відчуваєте біль, нерегулярне серцебиття, задишку, запаморочення або нудоту, негайно припиніть тренування. Перед їх продовженням програму тренувань, слід звернутися до лікаря. **15.** Не підбирайте для тренувань довгий вільний одяг, який може потрапити в рухомі частини. **16.** Використовуйте пристрій лише тоді, коли він технічно справний. Якщо під час використання ви виявили несправні компоненти або чуєте тривожний звук від пристрою, припиніть заняття. Не використовуйте пристрій, поки проблема не буде вирішена. **17.** Не виконуйте жодних змін або модифікацій пристрою. **18.** Щоб використання обладнання було безпечним, ви маєте мати вільний простір мінімум не менше двох метрів. **19.** Пристрій виготовлено відповідно до PN-EN ISO 20957-8:2018-03.