

CZ STOJANY NA ČINKU

Upozornění: 1. Tento produkt je sportovní pomůcka, nikoliv hračka. Děti mohou stojany používat pouze pod dohledem dospělých. 2. Používejte podle určené instrukce. Stojany na činku jsou určeny výhradně k ukládání činky a k provádění silových cvičení, jako jsou dřepy nebo tlak na lavice. Nepoužívejte je k jiným účelům. 3. Nepřekračujte maximální povolené zatížení uvedené v návodu. 4. Stojany musí být umístěny na rovnou a stabilní povrch. Ujistěte se, že se stojany během používání nenaklánějí ani neposouvají. 5. Před každým použitím zkontrolujte stabilitu stojanu a jeho technický stav (například šrouby, regulační mechanismy a protiskluzové prvky). Pokud zjistíte poškození, nepoužívejte je. 6. Před zahájením cvičení se ujistěte, že všechny regulační mechanismy jsou správně nastaveny a zajištěny. 7. Ujistěte se, že činka je správně umístěna na stojanech. Nesprávné umístění může vést k pádu činky a zranění. 8. Pokud mají stojany držáky na závrata, rozložte hmotnost rovnoměrně na obou stranách, abyste předšli naklánění. 9. Pokud jsou stojany vybavené držáky nebo přísuvnými (například pro ruce), ujistěte se, že byly namontovány podle pokynů. 10. Při cvičení s velkým zatížením vždy vyvíjejte pomoc jistěti osoby, abyste předšli riziku úrazu. 11. Před zahájením tréningu se dobře rozviňte, abyste připravili svaly a klouby na zážitek. 12. Během cvičení provádějte kontrolované pohyby, abyste zabránili převrácení stojanu nebo pádu činky. 13. Konstrukce není určena k lezení nebo zavěšení dalších zařízení, které není uvedeno v návodu k použití. 14. Ujistěte se, že kolem stojanu je dostatek prostoru pro bezpečné provádění cvičení a volný pohyb. 15. Při cvičení noste sportovní obuv s protiskluzovou podrážkou a pohodlné oblečení, které neomezuje pohyb. 16. Doporučuje se používat ochranné podložky pod záření. 17. Osoby se zdravotními problémy, jako jsou bolesti zad, páteře, kloubů nebo jiné onemocnění, by v měly před zahájením tréningu poradit s lékařem. 18. Pokud během cvičení pocítíte bolest, neprovádějte sledit tep, dýchání, zvrátě nebo nevolnost, okamžitě přestaňte a poradte se s lékařem. 19. Skladujte stojany na suchém místě, mimo vlhkost, aby nedošlo k jejich korozi. 20. Doporučuje se ponechat tento štítek.

DE LANGHANTELSTÄNDER

Sicherheitshinweise: 1. Dieses Produkt ist ein Sportgerät, kein Spielzeug. Kinder dürfen die Ständer nur unter Aufsicht von Erwachsenen benutzen. 2. Verwenden Sie das Produkt bestimmungsgemäß! Die Ständer für Hantelstangen sind ausschließlich zur Aufbewahrung von Hantelstangen und zum Ausführen von Kraftübungen wie Kniebeugen oder Bankdrücken vorgesehen. Verwenden Sie sie nicht für andere Zwecke. 3. Überschreiten Sie nicht die maximale zulässige Belastung, die in der Anleitung angegeben ist. 4. Die Ständer müssen auf einer ebenen und stabilen Fläche aufgestellt werden. Stützen Sie sich nicht auf die Ständer, um sie zu verschieben oder zu kippen. 5. Überprüfen Sie vor jeder Nutzung die Stabilität der Ständer sowie ihren technischen Zustand (z. B. Schrauben, Einstellmechanismen und rutschfeste Elemente). Verwenden Sie die Ständer nicht, wenn Schäden vorliegen. 6. Stellen Sie vor Beginn der Übungen sicher, dass alle Einstellmechanismen korrekt eingestellt und gesichert sind. 7. Vermeiden Sie sich, dass die Hantelstange sicher auf den Ständern liegt. Eine unsachgemäße Platzierung kann zum Herunterfallen der Stange und zu Verletzungen führen. 8. Wenn die Ständer Halterungen für Gewichte haben, verteilen Sie das Gewicht gleichmäßig auf beiden Seiten. 9. Bei Kippen zu vermeiden. 9. Wenn die Ständer mit zusätzlichen Halterungen oder Zubehörteilen (z. B. für Dipps) ausgestattet sind, stellen Sie sicher, dass diese gemäß der Anleitung montiert wurden. 10. Bei Übungen mit schwerem Gewicht sollten Sie immer die Hilfe eines Sicherungspartners in Anspruch nehmen, um Verletzungen zu vermeiden. 11. Führen Sie vor Beginn des Trainings ein angemessenes Aufwärmprogramm durch, um Ihre Muskeln und Gelenke auf die Belastung vorzubereiten. 12. Führen Sie die Übungen kontrolliert aus, um ein Umkippen der Ständer oder das Herunterfallen der Hantelstange zu vermeiden. 13. Die Konstruktion ist nicht zum Klettern oder zum Aufhängen von zusätzlichen Geräten vorgesehen, das nicht in der Anleitung angegeben ist. 14. Achten Sie darauf, dass rund um die Ständer genügend Platz für sicheres Training und Bewegungsfreiheit vorhanden ist. 15. Tragen Sie während des Trainings Sportschuhe mit rutschfester Sohle und bequeme, eng anliegende Kleidung, die die Bewegungen nicht einschränkt. 16. Es wird empfohlen, eine Schutzmatte unter das Gerät zu legen. 17. Personen mit gesundheitlichen Problemen, wie Rücken-, Wirbelsäulen- oder Gelenkschmerzen, sollten vor Beginn des Trainings mit einem Arzt konsultieren. 18. Sollten Sie während des Trainings Schmerzen, unregelmäßigen Herzschlag, Atemnot, Schwindel oder Übelkeit verspüren, beenden Sie das Training sofort und konsultieren Sie einen Arzt. 19. Lagern Sie die Ständer an einem trockenen Ort, fern von Feuchtigkeit, um Korrosion zu vermeiden. 20. Es wird empfohlen, diese Etikette aufzubewahren.

FR SUPPORTS POUR LA BARRE

Avvertissements de sécurité: 1. Ce produit est un équipement sportif, pas un jouet. Les enfants ne doivent utiliser les supports que sous la supervision d'un adulte. 2. Utilisez conformément à l'usage prévu. Les supports pour barres de musculation sont exclusivement conçus pour le rangement des barres et la réalisation d'exercices de musculation, tels que les squats ou le développé couché. 3. Ne les utilisez pas à d'autres fins. 4. Ne dépassez pas la charge maximale autorisée indiquée dans le manuel. 4. Les supports doivent être placés sur une surface plane et stable. Assurez-vous qu'ils ne basculent pas ou ne se déplacent pas pendant l'utilisation. 5. Vérifiez la stabilité des supports et leur état technique (par exemple, vis, mécanismes de réglage et éléments antidérapants) avant chaque utilisation. En cas de doute, ne les utilisez pas. 6. Avant de commencer les exercices, assurez-vous que tous les mécanismes de réglage sont correctement fixés et verrouillés. 7. Vérifiez que la barre est correctement positionnée sur les supports. Une mauvaise position peut entraîner la chute de la barre et des blessures. 8. Si les supports disposent de ports-poignées, répartissez les charges uniformément des deux côtés pour éviter qu'ils ne basculent. 9. Si les supports sont équipés d'accessoires supplémentaires (par exemple, pour les dips), assurez-vous qu'ils sont montés conformément aux instructions. 10. Lors d'exercices avec des charges lourdes, il est recommandé d'utiliser l'aide d'un partenaire pour éviter les accidents. 11. Effectuez un échauffement approprié avant de commencer l'entraînement pour préparer vos muscles et articulations à l'effort. 12. Réalisez des mouvements contrôlés pendant les exercices pour éviter que les supports ne basculent ou que la barre ne tombe. 13. La structure n'est pas destinée à l'échelle ou à la suspension de charges supplémentaires non prévues dans le manuel. 14. Assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace autour des supports pour effectuer les exercices en toute sécurité et vous déplacer librement. 15. Portez des chaussures de sport avec semelle antidérapante et des vêtements confortables qui ne limitent pas les mouvements. 16. Il est recommandé d'utiliser un tapis de protection sous l'équipement. 17. Les personnes souffrant de problèmes de santé, tels que des douleurs au dos, à la colonne vertébrale ou aux articulations, doivent consulter un médecin avant de commencer l'entraînement. 18. Si vous ressentez des douleurs, des palpitations, un essoufflement, des étourdissements ou des nausées pendant l'exercice, arrêtez immédiatement et consultez un médecin. 19. Rangez les supports dans un endroit sec, à l'abri de l'humidité, pour éviter la corrosion. 20. Il est recommandé de conserver cette étiquette.

GB BARBELL'S RACK

Warnings: 1. This product is a piece of sports equipment, not a toy. Children may only use the barbell stands under adult supervision. 2. Use as intended: Barbell stands are designed exclusively for storing barbells and for performing strength exercises, such as squats or bench presses. Do not use them for other purposes. 3. Do not exceed the maximum permissible load stated in the manual. 4. The stands must be placed on a flat and stable surface. Ensure the stands do not tilt or move during use. 5. Check the stability of the stands and their technical condition (e.g., screws, adjustment mechanisms, and anti-slip elements) before each use. Stop using the stands if any damage is detected. 6. Before starting your exercises, ensure all adjustment mechanisms are properly set and locked. 7. Make sure the barbell is correctly positioned on the stands. Incorrect placement can cause the barbell to fall and result in injuries. 8. If the stands have weight plate holders, distribute the weight evenly on both sides to avoid tilting. 9. If the stands are equipped with additional holders or accessories (e.g., for dips), ensure they are installed correctly and follow the instructions. 10. When performing exercises with heavy weights, always have a spotter to reduce the risk of accidents. 11. Perform an appropriate warm-up before starting your workout to prepare your muscles and joints for exertion. 12. Perform controlled movements during exercises to prevent the stands from tipping over or the barbell from falling. 13. The structure is not intended for climbing or hanging additional weights that are not specified in the user manual. 14. Ensure there is enough space around the stands to perform exercises safely and move freely. 15. Wear sports shoes with a non-slip sole and comfortable, close-fitting clothing that does not restrict movement during exercises. 16. It is recommended to use a protective mat under the equipment. 17. Individuals with health issues, such as back pain, spine problems, joint issues, or other conditions, should consult a doctor before starting their workout. 18. If you experience pain, irregular heartbeat, shortness of breath, dizziness, or nausea during exercises, stop immediately and consult a doctor. 19. Store the stands in a dry place, away from moisture, to prevent corrosion. 20. It is recommended to retain this label.

PL STOJAKI POD STANIE

Ostrzeżenia: 1. Produkt jest artykułem sportowym, nie jest zabawką. Dzieci mogą korzystać ze stojaków wyłącznie pod nadzorem dorosłych. 2. Używaj zgodnie z przeznaczeniem: Stojaki pod sztangę są przeznaczone wyłącznie do przechowywania sztangi oraz wykonywania ćwiczeń silowych, takich jak przysady czy wyciskanie. Nie używaj ich do innych celów. 3. Nie przekraczaj maksymalnego dopuszczalnego obciążenia podanego w instrukcji. 4. Stojaki muszą być ustawione na płaskiej, stabilnej powierzchni. Upewnij się, że stojaki nie przesuwały się ani nie przesuwają podczas użytkowania. 5. Przed każdym użyciem sprawdź stabilność stojaków pod kątem stabilności oraz stanu technicznego (np. śrub, mechanizmów regulacji i antypoślizgowych elementów). W przypadku jakichkolwiek uszkodzeń zaprzestań użytkowania. 6. Przed rozpoczęciem ćwiczeń upewnij się, że wszystkie mechanizmy regulacyjne są odpowiednio ustawione i zablokowane. 7. Upewnij się, że sztanga jest odpowiednio umieszczona na stojakach. Nieprawidłowe położenie może prowadzić do upadku sztangi i kontuzji. 8. Jeśli stojaki posiadają uchwyty na obciążenia, upewnij się, że ciężary są rozłożone równomiernie po obu stronach, aby uniknąć przechylenia. 9. Jeśli stojaki są wyposażone w dodatkowe uchwyty lub akcesoria (np. do dipów), upewnij się, że zostały one zamontowane zgodnie z instrukcją. 10. Podczas wykonywania ćwiczeń z dużym obciążeniem zawsze korzystaj z pomocy asystenta, aby uniknąć ryzyka wypadku. 11. Przed rozpoczęciem treningu wykonaj odpowiednią rozgrzewkę, aby przygotować mięśnie i stawy do wysiłku. 12. W trakcie ćwiczeń wykonuj ruchy kontrolowane, aby uniknąć przewrócenia stojaka lub zrzucaenia sztangi. 13. Konstrukcja nie jest przeznaczona do wspinięcia się lub wieszania na niej dodatkowego obciążenia, które nie jest przewidziane w instrukcji użytkowania. 14. Upewnij się, że wokół stojaków znajduje się wystarczająco dużo miejsca na bezpieczne wykonywanie ćwiczeń i swobodne poruszanie się. 15. Podczas ćwiczeń nos sportowe obuwie z antypoślizgową podszewką oraz wygodną odzież, najlepiej przylegającą, która nie ogranicza ruchów. 16. Zaleca się stosowanie maty ochronnej pod sprzęt. 17. Osoby z problemami zdrowotnymi, takimi jak bóle pleców, kregosłupa, stawów lub inne schorzenia, przed rozpoczęciem treningu powinny skonsultować się z lekarzem. 18. Jeżeli podczas wykonywania ćwiczeń odczuwasz ból, nieregularne bicie serca, płytkość oddechu, zawroty głowy lub mdłości, natychmiast przestań ćwiczyć. Przed kontynuowaniem ćwiczeń zasięgnij porady lekarza. 19. Przechowuj stojaki w suchym miejscu, z dala od wilgoci, aby zapobiec korozji. 20. Zaleca się zachowanie niniejszej etykiety.

SK STOJANY NA ČINKU

Upozornění: 1. Tento produkt je sportovní pomůcka, nie hračka. Děti môžu používať stojany na činky iba pod dohľadom dospelých. 2. Používajte podľa určeného účelu: Stojany na činku sú určené výhradne na skladovanie činky a na vykonávanie silových cvičení, ako sú drepy alebo tlak na lavice. Nepoužívajte ich na iné účely. 3. Neprekračujte maximálnu povolenú nosnosť uvedenú v návode. 4. Stojany musia byť umiestnené na rovinnú a stabilnú povrch. Uistite sa, že sa stojany počas používania nenaklaniajú ani neposúvajú. 5. Pred každým použitím zkontrolujte stabilitu stojanu a jeho technický stav (napríklad skrutky, regulačné mechanizmy a protišmykové prvky). Ak zistíte poškodenie, stojany nepoužívajte. 6. Pred začatím cvičenia sa uistite, že všetky regulačné mechanizmy sú správne nastavené a zablokované. 7. Uistite sa, že činka je správne umiestnená na stojanoch. Nesprávne umiestnenie môže spôsobiť pád činky a zranenia. 8. Ak stojany obsahujú držiaky na závrata, rovnomerne rozložte hmotnosť na oboch stranách, aby ste zabránili naklánaniu. 9. Ak sú stojany vybavené ďalšími držiakmi alebo príslušenstvom (napríklad na ruce), uistite sa, že boli namontované podľa pokynov. 10. Pri cvičení s ťažkými závažiami vždy vyvíjajte pomoc istiacich osôb, aby ste predišli riziku úrazu. 11. Pred začatím tréningu vykonajte prípravné rozcvičky, aby ste pripravili svaly a kĺby na záťaž. 12. Počas cvičenia vykonávajte kontrolované pohyby, aby ste zabránili prevráteniu stojanu alebo pádu činky. 13. Konstrukcia nie je určená na lezenie alebo zaviesanie ďalších závaží, ktoré nie sú určené v návode. 14. Uistite sa, že okolo stojanov je dostatok priestoru na bezpečné vykonávanie cvičení a voľný pohyb. 15. Pri cvičení noste športovú obuv s protišmykovou podrážkou a pohodlné, priliehavé oblečenie, ktoré neobmedzuje pohyb. 16. Odporúča sa používať ochrannú podložku pod zárezie. 17. Osoby so zdravotnými problémami, ako sú bolesti chrbta, chrbtice, krvotok alebo iné ochorenia, by sa mali pred začiatkom tréningu poradiť s lekárom. 18. Ak počas cvičenia pocítite bolesť, neprovádajte slediť tep, dychávanie, zvrátale alebo nevolnosť, okamžite prestať a poradiť sa s lekárom. 19. Skladujte stojany na suchom mieste, mimo vlhkosti, aby ste zabránili korozi. 20. Odporúča sa ponechať tento štítek.

UA СТІЙКИ ДЛЯ ШТАНГ

Застереження: 1. Цей продукт є спортивним інвентарем, а не іграшкою. Діти можуть використовувати стійки для штанги лише під наглядом дорослих. 2. Використовуйте за призначенням: Стійки для штанги призначені виключно для зберігання штанг та виконання силових вправ, таких як присідання чи жим лежачи. Не використовуйте їх для інших цілей. 3. Не перевищуйте максимально допустиме навантаження, вказане в інструкції. 4. Стійки повинні бути встановлені на рівній і стабільній поверхні. Переконайтеся, що стійки не нахилилися і не рухаються під час використання. 5. Перед кожним використанням перевіряйте стабільність стійок і їх технічний стан (наприклад, гвинти, механізми регулювання та протиковзкові елементи). У разі пошкодження припиніть використання. 6. Перед початком вправ переконайтеся, що всі регулювальні механізми правильно налаштовані та заблоковані. 7. Переконайтеся, що штанга правильно розміщена на стійках. Неправильне розташування може призвести до падіння штанги та травм. 8. Якщо стійки мають тримачі для дисків, рівномірно розподіляйте вагу по обидва боки, щоб уникнути нахилу. 9. Якщо стійки оснащені додатковими тримачами або аксесуарами (наприклад, для віджимань), переконайтеся, що вони встановлені відповідно до інструкції. 10. Під час виконання вправ із важкими вагами завжди залучайте партнера для страхування, щоб уникнути ризику травм. 11. Виконуйте відповідну розминку перед початком тренування, щоб підготувати м'язи та сполучні тканини до навантаження. 12. Під час вправ виконуйте контрольовані рухи, щоб уникнути перекидання стійки або падіння штанги. 13. Конструкція не призначена для лазіння або підвішування додаткової ваги, яка не передбачена інструкцією. 14. Переконайтеся, що навколо стійок достатньо простору для безпечного виконання вправ та вільного пересування. 15. Під час тренувань надягайте спортивне взуття з протиковзковою підлогою та зручний одяг, який не обмежує руху. 16. Рекомендується використовувати захисний килимок під обладнання. 17. Люди із проблемами зі стійкою, хребтом, суглобами або іншими захворюваннями слід консультоватися з лікарем перед початком тренувань. 18. Якщо під час вправ ви відчуваєте біль, нерегулярний пульс, задишку, запаморочення або нудоту, негайно припиніть і зверніться до лікаря. 19. Зберігайте стійки у сухому місці, подаль від вологи, щоб уникнути корозії. 20. Рекомендується зберігати цей ярлик.