



PL

Tu przyklej etykietę 7cm x 10cm

EN

Stick the label 7cm x 10cm here

DE

Kleben Sie das 7cm x 10cm große Etikett hier auf.

FR

Collez l'étiquette de 7 cm x 10 cm ici

RO

Lipiți eticheta de 7 cm x 10 cm aici

IT

Incollare qui l'etichetta di 7cm x 10 cm.

ES

Liimige 15cm x 10cm suurune silt siia.

NL

Plak hier het label van 7 cm x 10 cm

HU

Ragassza ide a 7cm x 10cm-es címkét.

RU

Приклейте этикетку размером 7 x 10 см.

CZ

Zde nalepte štítek o rozměrech 7 x 10 cm.

SK

Sem nalepte štítok s rozmermi 7 x 10 cm

SE

Limma fast den 7 cm x 10 cm stora etiketten här

HAMMER

PL *Instrukcja użytkowania*

EN *User manual*

DE *Bedienungsanleitung*

FR *Mode d'emploi*

RO *Instrucțiuni de utilizare*

IT *Istruzioni per l'uso*

ES *Instrucciones de uso*

NL *Bedieningsinstructies*

HU *Használati utasítás*

RU *Руководство пользователя*

CZ *Uživatelská příručka*

SK *Návod na obsluhu*

SE *Bruksanvisning*

NL

Het apparaat wordt geleverd in een verpakking om schade tijdens transport te voorkomen en de inhoud te beschermen. De verpakking is gemaakt van milieuvriendelijke materialen die als secundaire grondstof kunnen worden gebruikt. Als de verpakking niet langer nodig is, gooi het materiaal dan weg volgens de geldende plaatselijke afvalverwerkingsvoorschriften.

HU

A készülék csomagolásban szállítjuk a szállítás közbeni sérülések elkerülése és a tartalom védelme érdekében. A csomagolás környezetbarát anyagokból készült, amelyek másodlagos nyersanyagként felhasználhatók. Ha a csomagolásra már nincs szükség, az anyagot a vonatkozó helyi hulladékkezelési előírásoknak megfelelően ártalmatlanítsa.

RU

Данный товар поставляется в упаковке для его защиты от возможных повреждений во время транспортировки. Упаковка изготовлена из материалов, которые могут быть переработаны. Выбрасывайте, пожалуйста, материалы в соответствии с их видом.

CZ

Tento výrobek je dodáván v obalu, aby byl chráněn před možným poškozením během přepravy. Obaly jsou vyrobené ze surovin, které jsou recyklovatelné. Tyto obaly vyhazujte a třídte podle jejich druhu.

SK

Spotrebič sa dodáva v obale, ktorý zabraňuje poškodeniu počas prepravy a chráni jeho obsah. Obal je vyrobený z materiálov šetrných k životnému prostrediu, ktoré možno použiť ako druhotné suroviny. Ak obal už nie je potrebný, zlikvidujte ho v súlade s platnými miestnymi predpismi o likvidácii odpadu.

SE

Apparatet levereras i en förpackning för att förhindra skador under transport och för att skydda innehållet. Förpackningen är tillverkad av miljövänliga material som kan användas som sekundära råvaror. Om du inte längre behöver förpackningen ska du kassera den i enlighet med gällande lokala bestämmelser för avfallshantering.

Rozgrzewka / Warm-up / Aufwärmung / Echauffement / Încălzirea / Riscaldamento

PL

Před rozpočtciem treningu sugerujemy wykonać ćwiczenia rozgrzewające przedstawione poniżej na rysunku. Każde ćwiczenie powinno być wykonywane, co najmniej przez 30 sekund.

1. Skłon boczny 2. Skłon do przodu 3. Zewnętrzne mięśnie ud 4. Wewnętrzne mięśnie ud 5.Łydka / Achilles

EN

We suggest that you perform the warming exercises shown in the figure below before you start your workout. Each exercise should be performed for at least 30 seconds.

1. Side bend 2.Forward bend 3.External thigh muscles 4.Internal thigh muscles 5.Calf / Achilles

DE

Wir empfehlen Ihnen, die in der folgenden Abbildung gezeigten Aufwärmübungen durchzuführen, bevor Sie mit dem Training beginnen. Jede Übung muss mindestens 30 Sekunden lang durchgeführt werden.

1. Rumpfbeugen, seitlich 2. Rumpfbeugen, vorwärts 3. äußere Oberschenkelmuskulatur 4. Innere Oberschenkelmuskulatur 4.Wade / Achilles

FR

Nous vous suggérons d' exécuter les exercices d'échauffement présentés dans les figures ci-dessus avant de commencer votre séance d'entraînement. Chaque exercice devrait être exécuté pendant au moins 30 secondes.

1. Fléchissement sur le côté 2. Fléchissement en avant 3. Muscles externes des cuisses 4. Muscles internes des cuisses 5. Mollet / tendon d'Achille

RO

Vă recomandăm să efectuați exercițiile de încălzire prezentate în următoarea ilustrație înainte de a începe antrenamentul. Fiecare exercițiu trebuie efectuat timp de cel puțin 30 de secunde.

1. Îndoiri ale trunchiului, lateral 2. Îndoiri ale trunchiului, în față 3. Mușchii exteriori ai coapsei 4. Mușchii interiori ai coapsei 5. Vițel / tendon lui Ahile

IT

Prima di iniziare l'allenamento, si consiglia di eseguire gli esercizi di riscaldamento illustrati nella figura seguente. Ogni esercizio deve essere eseguito per almeno 30 secondi.

1. Piegamenti del busto, lateralmente 2.Piegamenti del busto in avanti 3.Muscoli esterni della coscia 4.Muscoli interni della coscia 5.Polpaccio / Achille

WARNUNG

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

BEWAHREN SIE DIE ANLEITUNG AN EINEM SICHEREN ORT AUF

1. Lesen Sie vor der Verwendung des Geräts die gesamte Bedienungsanleitung sorgfältig durch. Maximale Sicherheit und Effizienz können nur gewährleistet werden, wenn das Gerät gemäß den Anweisungen montiert und verwendet wird. Bitte beachten Sie, dass Sie dafür verantwortlich sind, die Benutzer über alle Einschränkungen, Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen zu informieren.
2. Das Gerät darf ausschließlich gemäß seiner Bestimmung verwendet werden, d. h. für das körperliche Training von Erwachsenen oder von Kindern nur unter Aufsicht eines Erwachsenen (gleichzeitig darf das Gerät nur von einer Person benutzt werden, falls erforderlich, kann eine zweite Person zur Unterstützung oder Sicherung hinzukommen). Stellen Sie sicher, dass das Gerät nicht für Kinder zugänglich ist, da deren natürlicher Spieltrieb und Experimentierfreude zu Verhaltensweisen führen können, für die das Gerät nicht vorgesehen ist.
3. Das Gerät ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet.
4. Das Gerät ist nicht für den Einsatz im Freien vorgesehen, ausgenommen die Produktlinie MARBO OUTDOOR.
5. Überprüfen Sie vor der Benutzung des Geräts, ob alle Teile an ihrem Platz sind und keine Teile locker sind. Das Lösen von Schrauben ist ein natürlicher Vorgang bei der Nutzung des Geräts.
6. Beachten Sie, dass die Sicherheit des Produkts nur gewährleistet werden kann, wenn es regelmäßig auf Abnutzung oder Beschädigung überprüft wird. Verwenden Sie das Gerät ausschließlich im technisch einwandfreien Zustand. Sollten Sie beschädigte Komponenten entdecken oder ungewöhnliche Geräusche während der Nutzung hören, beenden Sie das Training. Benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn der Mangel behoben wurde.
7. Nehmen Sie keine anderen Einstellungen vor, als die in dieser Anleitung beschrieben. Bei Problemen wenden Sie sich an den Verkäufer.
8. Verlassen Sie keine Einstellmechanismen in einer Position, die die Bewegungen des Benutzers behindern könnte.
9. Verwenden Sie das Gerät auf einer stabilen, ebenen Fläche.
10. Achten Sie während der Nutzung darauf, die Balance zu halten.
11. Führen Sie vor der Nutzung des Geräts ein Aufwärmtraining durch (beschrieben im weiteren Verlauf der Anleitung) und kühlen Sie sich nach der Benutzung des Geräts ab.
12. Tragen Sie während des Trainings keine lockere Kleidung, die sich in beweglichen Teilen verfangen oder Ihre Bewegungen einschränken könnte.
13. Stecken Sie keine Finger zwischen die beweglichen Teile des Geräts.
14. Konsultieren Sie vor Beginn eines Trainingsprogramms Ihren Arzt, insbesondere im Hinblick auf körperliche Bedingungen, die ein Risiko für Ihre Gesundheit und Sicherheit darstellen könnten. Der Rat Ihres Arztes ist unerlässlich, wenn Sie Medikamente einnehmen, die Ihre Herzfrequenz, Ihren Blutdruck oder Ihren Cholesterinspiegel beeinflussen. Verwenden Sie das Gerät nicht entgegen ärztlicher Empfehlungen. Falsches oder übermäßiges Training kann gesundheitsschädlich sein.
15. Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers. Beenden Sie das Training, wenn Sie eines der folgenden Symptome bemerken: Schmerzen, unregelmäßigen Herzschlag, Atemnot, Schwindel oder Übelkeit. Wenn Sie solche Symptome verspüren, sollten Sie vor der Fortsetzung des Trainings einen Arzt aufsuchen.
16. Bei der Nutzung des Geräts können verschiedene Risiken auftreten. Überbelastung, unzureichendes Aufwärmen oder eine falsche Technik können Verletzungen der Muskeln, Gelenke und Sehnen verursachen. Falsche Haltung oder übermäßige Belastung können zu Wirbelsäulenproblemen, einschließlich Rückenschmerzen, führen. Intensive körperliche Anstrengung birgt das Risiko von Herz-Kreislauf-Problemen wie Arrhythmien, Bluthochdruck oder Herzinfarkten. Lang andauerndes Training ohne ausreichende Pausen oder Flüssigkeitszufuhr kann zu Schwindel, Ohnmacht oder Dehydrierung führen. Zudem können durch den Kontakt mit dem Gerät oder Schweiß Hautreizungen und Abschürfungen entstehen. Bewegliche Teile des Geräts stellen ein zusätzliches Risiko für mechanische Verletzungen wie Quetschungen, Prellungen oder Brüche dar.
17. Wenn die Konstruktion an einer Wand oder Decke montiert wird, empfiehlt der Hersteller, dass sie aus einem festen Baumaterial besteht und geeignete Befestigungsdübel verwendet werden. Bei anderen Materialien wie Holz, Gipsplatten, Hohlblocksteinen usw. erfolgt die Montage auf eigene Verantwortung.
18. Vor der Nutzung des Geräts sollte überprüft werden, ob die Gummifüße nicht mit dem Material des Bodens reagieren, auf dem das Gerät aufgestellt wird. Besondere Vorsicht ist geboten bei chemischen Reinigungsmitteln, die mit dem Gummi interagieren könnten. Es wird empfohlen sicherzustellen, dass die Füße keine Spuren auf der Oberfläche hinterlassen. Falls nötig, verwenden Sie geeignete Schutzmatte, um den Boden zu schützen.
19. Das Gerät ist nicht für Kinder unter 36 Monaten geeignet. Erstickungsgefahr durch Kleinteile.
20. Das 15 cm x 10 cm große Etikett mit dem Strichcode, das dem Paket beiliegt, sollte an der dafür vorgesehenen Stelle in der Bedienungsanleitung angebracht werden.
21. Die Montageanleitung sowie die Bedienungsanleitung sollten während der gesamten Nutzungsdauer des Geräts aufbewahrt werden.
22. Das Gerät wurde gemäß den europäischen Normen PN-EN ISO 20957-1:2014-02 und PN-EN ISO 20957-2:2021-11 in der Klasse H. C. hergestellt.

AVERTISSEMENTS

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

CONSERVEZ CE MANUEL DANS UN ENDROIT SÛR

1. Lisez attentivement l'ensemble du mode d'emploi avant d'utiliser l'appareil. Une sécurité et une efficacité maximales ne peuvent être garanties que si l'appareil est monté et utilisé conformément aux instructions. Veuillez noter qu'il est de votre responsabilité d'informer les utilisateurs de toutes les restrictions, avertissements et précautions.
2. L'appareil ne doit être utilisé que conformément à sa destination, c'est-à-dire pour l'entraînement physique des adultes ou des enfants uniquement sous la surveillance d'un adulte (en même temps, l'appareil ne doit être utilisé que par une seule personne ; si nécessaire, une deuxième personne peut être ajoutée pour aider ou sécuriser l'appareil). Assurez-vous que l'appareil n'est pas accessible aux enfants, car leur instinct naturel de jeu et d'expérimentation peut les conduire à des comportements pour lesquels l'appareil n'est pas prévu.
3. L'appareil n'est pas conçu à des fins thérapeutiques.
4. L'appareil n'est pas prévu pour être utilisé à l'extérieur, à l'exception de la ligne de produits MARBO OUTDOOR.
5. Avant d'utiliser l'appareil, vérifiez que toutes les pièces sont en place et qu'aucune n'est desserrée. Le desserrage des vis est un processus naturel lors de l'utilisation de l'appareil.
6. N'oubliez pas que la sécurité du produit ne peut être garantie que s'il est régulièrement contrôlé pour vérifier qu'il n'est pas usé ou endommagé. N'utilisez l'appareil que s'il est en parfait état technique. Si vous découvrez des composants endommagés ou si vous entendez des bruits inhabituels pendant l'utilisation, arrêtez l'entraînement. N'utilisez à nouveau l'appareil que lorsque le défaut a été corrigé.
7. N'effectuez pas de réglages autres que ceux décrits dans ce manuel. En cas de problème, contactez le vendeur.
8. Ne laissez aucun mécanisme de réglage dans une position qui pourrait gêner les mouvements de l'utilisateur.
9. Utilisez l'appareil sur une surface stable et plane.
10. Veillez à garder l'équilibre pendant l'utilisation.
11. Effectuez un échauffement avant d'utiliser l'appareil (décrit plus loin dans le manuel) et refroidissez-vous après avoir utilisé l'appareil.
12. Pendant l'entraînement, ne portez pas de vêtements amples qui pourraient se prendre dans les parties mobiles ou limiter vos mouvements.
13. N'insérez pas vos doigts entre les parties mobiles de l'appareil.
14. Avant de commencer un programme d'entraînement, consultez votre médecin, notamment en ce qui concerne les conditions physiques qui pourraient présenter un risque pour votre santé et votre sécurité. L'avis de votre médecin est indispensable si vous prenez des médicaments qui influencent votre fréquence cardiaque, votre tension artérielle ou votre taux de cholestérol. N'utilisez pas l'appareil contrairement aux recommandations du médecin. Un entraînement incorrect ou excessif peut être dangereux pour la santé.
15. Soyez attentif aux signaux de votre corps. Arrêtez l'entraînement si vous ressentez l'un des symptômes suivants : douleurs, battements de cœur irréguliers, essoufflement, vertiges ou nausées. Si vous ressentez de tels symptômes, consultez un médecin avant de poursuivre l'entraînement.
16. Différents risques peuvent survenir lors de l'utilisation de l'appareil. Une surcharge, un échauffement insuffisant ou une mauvaise technique peuvent provoquer des blessures aux muscles, aux articulations et aux tendons. Une mauvaise posture ou un effort excessif peuvent entraîner des problèmes de colonne vertébrale, notamment des douleurs dorsales. Un effort physique intense comporte un risque de problèmes cardiovasculaires tels que des arythmies, de l'hypertension ou des crises cardiaques. Un entraînement de longue durée sans pauses ni hydratation suffisantes peut entraîner des vertiges, des évanouissements ou une déshydratation. De plus, le contact avec l'appareil ou la transpiration peut provoquer des irritations et des abrasions de la peau. Les parties mobiles de l'appareil présentent un risque supplémentaire de blessures mécaniques telles que des contusions, des écrasements ou des fractures.
17. Si la structure est montée sur un mur ou un plafond, le fabricant recommande qu'elle soit constituée d'un matériau de construction solide et que des chevilles de fixation appropriées soient utilisées. Dans le cas d'autres matériaux tels que le bois, les plaques de plâtre, les briques creuses, etc., le montage se fait sous la responsabilité de l'utilisateur.
18. Avant d'utiliser l'appareil, il convient de vérifier que les pieds en caoutchouc ne réagissent pas avec le matériau du sol sur lequel l'appareil est installé. Une attention particulière doit être portée aux produits de nettoyage chimiques qui pourraient interagir avec le caoutchouc. Il est recommandé de s'assurer que les pieds ne laissent pas de traces sur la surface. Si nécessaire, utilisez des tapis de protection appropriés pour protéger le sol.
19. L'appareil ne convient pas aux enfants de moins de 36 mois. Risque d'étouffement dû aux petites pièces.
20. L'étiquette de 15 cm x 10 cm avec le code-barres jointe au paquet doit être placée à l'endroit prévu dans le mode d'emploi.
21. Les instructions de montage ainsi que le mode d'emploi devraient être conservés pendant toute la durée d'utilisation de l'appareil.
22. L'appareil a été fabriqué conformément aux normes européennes PN-EN ISO 20957-1:2014-02 et PN-EN ISO 20957-2:2021-11 dans la classe H. C.

RU

- Продавец от имени Гаранта предоставляет гарантию на купленный товар на срок 12 месяцев со дня продажи.
- Дефекты или повреждения оборудования, обнаруженные в течение гарантийного срока, будут бесплатно устранены в течение 14 рабочих дней от даты поставки оборудования в пункт продажи или обслуживания. В случае если необходимо отправить оборудование за пределы страны для ремонта или в случае заказа запасных частей из-за рубежа, срок гарантийного ремонта может быть продлен.
- Для подачи жалобы необходимо предъявить:
 - товар или его часть, на которую подается жалоба.
 - документ, в котором указаны наименование и адрес продавца, дата и место покупки, а также товарный чек или действительный гарантийный талон.
- Пользователь имеет право обменять товар на новый, без дефектов, в случае если:
 - в течение гарантийного срока проведено 4 существенных ремонта, а товар по-прежнему остается неисправным;
 - сервисная служба придет к выводу, что возникшую неисправность нельзя устранить. Замена подлежит лишь та составляющая часть товара, в которой возникла неисправность. В случае если отсутствует возможность замены товара на такого же типа/модели, будет произведена замена на товар, функциональные параметры которого не хуже чем у товара, который подлежит замене.
- Гарантия на расходные компоненты, такие как тросы, колеса, подшипники, крючки, поролон и обивку, составляет 12 месяцев.
- Поврежденное оборудование доставляется в пункт продажи покупателю за свой счет.
- Внимание! Оборудование предназначено только и исключительно для домашнего использования.
- Оборудование предназначено для пользователей с максимальным весом, указанным в инструкции.
- Гарантия действительна на территории страны, где было приобретено оборудование.
- Гарантийный и послегарантийный ремонт оборудования выполняется только производителем этого оборудования. В случае неисправности, пожалуйста, обратитесь к поставщику товара, у которого он был приобретен.
- Несоблюдение условий гарантии при использовании оборудования влечет потерю гарантии. Настоящая гарантия на проданное оборудование не исключает, не ограничивает и не приостанавливает права покупателя, вытекающие из несоответствия этого оборудования с договором.
- Домашняя гарантия [H] распространяется на оборудование, предназначенное только для частного, некоммерческого использования. Интенсивность тренировок не должна превышать 1 часа в день. Превышение этих условий может привести к аннулированию гарантии.

CZ

- Prodávající jménem Garanta záruky poskytuje záruku na zakoupené zboží v období 24 měsíců od data prodeje.
- Vady nebo poškození zařízení odhalené během záruční doby budou bezplatně odstraňované do 14 pracovních dnů ode dne dodání zařízení do místa prodeje nebo servisu. V případě, že vznikne nutnost odeslání zařízení do zahraničí titulem opravy nebo přivezení náhradních dílů zezahraníci, termín provedení záruční opravy může být prodloužený.
- Za účelem nahlášení reklamace je třeba předložit:
 - výrobek nebo jeho část, které se stížnost týká,
 - originál dokladu o koupi uvádějící název a adresu prodávajícího, datum a místo nákupu a typvýrobku.
- Uživatel má právo na výměnu výrobku za nový, bez závad pokud:
 - v průběhu záruky byly provedené 4 větší opravy, a výrobek má stále závady;
 - servis zjistí, že se vyskytla chyba, kterou nelze odstranit. Výměně podléhá pouze ta část výrobku, ve které se vyskytla závada. V případě že není možné vyměnit výrobek za stejný typ/model, výměna bude provedena za výrobek, který nebude mít horší funkční parametry, než výrobek podléhající výměně.
- Záruka na spotřební díly, jako jsou kabely, kola, ložiska, háky, pěna a čalounění, je 12 měsíců.
- V případě reklamaci kontaktujte prosím písemně e-mailem našeho obchodního zástupce, který pomůže vyřešit Vaši reklamaci. Jako záruční list Vám poslouží faktura nebo daňový doklad. Tento doklad obdrží každý zákazník, prosím řádně jej uschovejte pro případnou reklamaci!
- Pozor! Zařízení není určeno pro komerční účely, je určeno pouze a výhradně pro domácí použití.
- Zařízení je určeno pro uživatele o maximální hmotnosti uvedené v návodu.
- Záruka je vázána na zemi nákupu.
- Všechny záruční a pozáruční opravy zajišťuje výrobce. V případě zjištění závady se prosím obraťte na místo, kde jste produkt zakoupili. Používání zařízení v rozporu se záručními podmínkami způsobuje ztrátu záruky.
- Tato záruka na prodané spotřební zboží nevylučuje, neomezuje ani nepozastavuje práva kupujícího vyplývající z neshody zboží se smlouvou.
- Domácí záruka [H] se vztahuje pouze na zařízení určená pro soukromé, nekomerční použití. Intenzita tréninku nesmí překročit 1 hodinu denně. Překročení těchto podmínek může vést ke ztrátě záruky.

SK

- Predávajúci poskytuje v mene ričiteľa 24-mesačnú záruku na predané zariadenie od dátumu nákupu.
- Počas záručnej doby budú všetky závady bezplatne odstránené do 14 pracovných dní odo dňa predloženia. Ak je potrebné spotrebič zasláť na opravu do zahraničia alebo je potrebné dodať náhradné diely zo zahraničia, môže sa doba opravy predĺžiť.
- Pre záručný servis sú potrebné tieto údaje:
 - spotrebič alebo časť spotrebiča, na ktorý sa vzťahuje záruka,
 - originál nákupnej faktúry (vrátane mena a adresy predajcu, dátumu nákupu, miesta predaja a kompletných údajov o zariadení) alebo platný záručný list.
- Spotrebič bude vymenený, ak:
 - ak boli počas záručnej doby vykonané 4 väčšie opravy a spotrebič je stále chýbný; zákaznícky servis zistí, že ide o chybu, ktorú nemožno odstrániť. Vymenené budú len tie diely, ktoré sú chýbné. Ak je dodávka nového tovaru
 - nie je možná / výrobok už nie je k dispozícii, výrobok bude vymenený za porovnateľný výrobok, ktorý má minimálne rovnaké alebo lepšie funkčné vlastnosti ako pôvodne zakúpený výrobok.
- Záruka na spotrebné komponenty, ako sú káble, kolesá, ložiská, háky, pena a čalúnenie, je 12 mesiacov.
- Chýbné zariadenie doručí kupujúci na vlastné náklady na miesto predaja.
- Pozor! Tento spotrebič je určený len na domáce použitie.
- Pre zariadenie je stanovená maximálna prípustná záťaž (telesná hmotnosť). Tieto informácie nájdete v návode na obsluhu.
- Záruka platí v krajine nákupu.
- Všetky záručné a pozáručné opravy vykonáva výrobca. V prípade poruchy sa obráťte na predajné miesto.
- Nedodržanie záručných podmienok má za následok stratu platnosti záruky. Táto záruka na predaný spotrební tovar nevylučuje, neobmedzuje ani nepozastavuje práva kupujúceho vyplývajúce z nesúladu tovaru so zmluvou.
- Domácá záruka [H] sa vzťahuje len na zariadenia určené na súkromné, nekomerčné použitie. Intenzita tréningu nesmie presiahnuť 1 hodinu denne. Prekročenie týchto podmienok môže mať za následok stratu záruky.

INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

CONSERVE LAS INSTRUCCIONES EN UN LUGAR SEGURO

- Lea atentamente todo el manual de instrucciones antes de utilizar el aparato. Sólo se puede garantizar la máxima seguridad y eficacia si el aparato se instala y utiliza de acuerdo con las instrucciones. Tenga en cuenta que usted es responsable de informar a los usuarios de todas las restricciones, advertencias y precauciones.
- El aparato sólo puede utilizarse para el uso previsto, es decir, para entrenamiento físico por parte de adultos o de niños únicamente bajo la supervisión de un adulto (el aparato sólo puede ser utilizado por una persona a la vez; si es necesario, puede añadirse una segunda persona para apoyo o seguridad). Asegúrese de que el aparato no esté al alcance de los niños, ya que su instinto natural de juego y su deseo de experimentar pueden dar lugar a comportamientos para los que el aparato no está destinado.
- El aparato no es adecuado para fines terapéuticos.
- El aparato no está diseñado para su uso en exteriores, a excepción de la línea de productos MARBO OUTDOOR.
- Antes de utilizar el aparato, compruebe que todas las piezas estén en su sitio y que ninguna esté suelta. Aflojar tornillos es un proceso natural al utilizar el aparato.
- Tenga en cuenta que la seguridad del producto sólo puede garantizarse si se comprueba periódicamente si presenta desgaste o daños. Utilice el aparato sólo si se encuentra en perfecto estado técnico. Si descubre componentes dañados o escucha ruidos extraños durante el uso, interrumpa el entrenamiento. No vuelva a utilizar el aparato hasta que se haya subsanado el defecto.
- No realice más ajustes que los descritos en estas instrucciones. Si tiene algún problema, póngase en contacto con el vendedor.
- No deje ningún mecanismo de ajuste en una posición que pueda obstaculizar los movimientos del usuario.
- Utilice el aparato sobre una superficie estable y nivelada.
- Asegúrate de mantener el equilibrio durante el uso.
- Realice un calentamiento antes de utilizar el aparato (descrito más adelante en las instrucciones) y un enfriamiento después de utilizarlo.
- Durante el entrenamiento, no lleve ropa holgada que pueda engancharse en las piezas móviles o limitar sus movimientos.
- No introduzca los dedos entre las partes móviles del aparato.
- Consulte a su médico antes de iniciar un programa de ejercicio, especialmente en lo que se refiere a condiciones físicas que puedan suponer un riesgo para su salud y seguridad. El consejo de su médico es esencial si está tomando medicación que afecte a su ritmo cardíaco, presión arterial o niveles de colesterol. No utilice el aparato en contra de las recomendaciones médicas. Un entrenamiento incorrecto o excesivo puede ser perjudicial para su salud.
- Presta atención a las señales de tu cuerpo. Deja de hacer ejercicio si notas alguno de los síntomas siguientes: dolor, latidos irregulares del corazón, dificultad para respirar, mareos o náuseas. Si experimentas estos síntomas, debes consultar a un médico antes de continuar con el entrenamiento.
- El uso del aparato puede entrañar diversos riesgos. Una sobrecarga, un calentamiento insuficiente o una técnica incorrecta pueden provocar lesiones en músculos, articulaciones y tendones. Una postura incorrecta o un esfuerzo excesivo pueden provocar problemas en la columna vertebral, incluidos dolores de espalda. El esfuerzo físico intenso conlleva el riesgo de problemas cardiovasculares como arritmias, hipertensión arterial o infartos. El ejercicio prolongado sin suficientes descansos o hidratación puede provocar mareos, desmayos o deshidratación. Además, el contacto con el dispositivo o el sudor puede provocar irritaciones y abrasiones en la piel. Las partes móviles del dispositivo suponen un riesgo adicional de lesiones mecánicas como hematomas, contusiones o fracturas.
- Si la estructura se monta en una pared o techo, el fabricante recomienda que sea de un material de construcción sólido y que se utilicen tacos de fijación adecuados. Para otros materiales como madera, cartón yeso, bloques huecos, etc., la instalación es responsabilidad del usuario.
- Antes de utilizar el aparato, compruebe que las patas de goma no reaccionan con el material del suelo sobre el que se coloca el aparato. Tenga especial cuidado con los productos químicos de limpieza que puedan interactuar con la goma. Se recomienda asegurarse de que las patas no dejen marcas en la superficie. Si es necesario, utilice alfombrillas protectoras adecuadas para proteger el suelo.
- El aparato no es adecuado para niños menores de 36 meses. Peligro de asfixia debido a las piezas pequeñas.
- La etiqueta de 15 cm x 10 cm con el código de barras que se incluye en el paquete debe pegarse en el espacio previsto para ello en las instrucciones de uso.
- Las instrucciones de instalación y funcionamiento deben conservarse durante toda la vida útil del aparato.
- El dispositivo se fabricó de conformidad con las normas europeas PN-EN ISO 20957-1:2014-02 y PN-EN ISO 20957-2:2021-11 en la clase H. Clase C.

BELANGRIJKE VEILIGHEIDSIINSTRUCTIES

BEWAAR DE INSTRUCTIES OP EEN VEILIGE PLAATS

- Lees de gehele gebruiksaanwijzing zorgvuldig door voordat u het apparaat in gebruik neemt. Maximale veiligheid en efficiëntie kunnen alleen worden gegarandeerd als het apparaat wordt geïnstalleerd en gebruikt volgens de instructies. Het is uw verantwoordelijkheid om de gebruikers op de hoogte te brengen van alle beperkingen, waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen.
- Het apparaat mag alleen worden gebruikt in overeenstemming met het beoogde gebruik, d.w.z. voor fysieke training door volwassenen of door kinderen alleen onder toezicht van een volwassene (het apparaat mag slechts door één persoon tegelijk worden gebruikt; indien nodig kan een tweede persoon worden toegevoegd voor ondersteuning of veiligheid). Zorg ervoor dat het apparaat niet toegankelijk is voor kinderen, aangezien hun natuurlijke instinct om te spelen en te experimenteren kan leiden tot gedrag waarvoor het apparaat niet bedoeld is.
- Het apparaat is niet geschikt voor therapeutische doeleinden.
- Het apparaat is niet bedoeld voor gebruik buitenshuis, met uitzondering van de MARBO OUTDOOR productlijn.
- Controleer voordat u het apparaat gebruikt of alle onderdelen op hun plaats zitten en of er geen onderdelen los zitten. Het loskomen van schroeven is een natuurlijk proces tijdens het gebruik van het apparaat.
- Houd er rekening mee dat de veiligheid van het product alleen kan worden gegarandeerd als het regelmatig wordt gecontroleerd op slijtage of schade. Gebruik het apparaat alleen als het in perfecte technische staat is. Als u tijdens het gebruik beschadigde onderdelen ontdekt of ongewone geluiden hoort, stop dan met trainen. Gebruik het apparaat pas weer als het defect is verholpen.
- Voer geen andere instellingen uit dan beschreven in deze handleiding. Neem bij problemen contact op met de verkoper.
- Laat geen instelmecanismen achter in een positie die de bewegingen van de gebruiker zou kunnen belemmeren.
- Gebruik het apparaat op een stabiele, vlakke ondergrond.
- Zorg ervoor dat u uw evenwicht bewaart tijdens het gebruik.
- Doel een warming-up voordat u het apparaat gebruikt (verderop in de instructies beschreven) en koel af na gebruik van het apparaat.
- Draag tijdens de training geen losse kleding die tussen bewegende onderdelen kan komen of uw bewegingen kan beperken.
- Steek uw vingers niet tussen de bewegende delen van het apparaat.
- raadpleeg uw arts voordat u met een trainingsprogramma begint, vooral als het gaat om lichamelijke aandoeningen die een risico kunnen vormen voor uw gezondheid en veiligheid. Het advies van uw arts is essentieel als u medicijnen gebruikt die uw hartslag, bloeddruk of cholesterolgehalte beïnvloeden. Gebruik het apparaat niet in strijd met medisch advies. Verkeerde of overmatige training kan schadelijk zijn voor uw gezondheid.
- Let op de signalen van uw lichaam. Stop met trainen als u een van de volgende symptomen opmerkt: pijn, onregelmatige hartslag, kortademigheid, duizeligheid of misselijkheid. Als u dergelijke symptomen ervaart, moet u een arts raadplegen voordat u doorgaat met trainen.
- Er kunnen verschillende risico's optreden bij het gebruik van het apparaat. Overbelasting, onvoldoende warming-up of een verkeerde techniek kunnen blessures aan spieren, gewrichten en pezen veroorzaken. Een verkeerde houding of overmatige belasting kan leiden tot problemen met de wervelkolom, waaronder rugpijn. Intense fysieke inspanning brengt het risico met zich mee van cardiovasculaire problemen zoals hartritmestoornissen, hoge bloeddruk of hartaanvallen. Langdurige inspanning zonder voldoende pauzes of hydratatie kan leiden tot duizeligheid, flauwvallen of uitdroging. Bovendien kan contact met het apparaat of zweet huidirritatie en schaafwonden veroorzaken. Bewegende onderdelen van het apparaat vormen een extra risico op mechanische verwondingen zoals kneuzingen, blauwe plekken of breuken.
- Als de constructie aan een muur of plafond wordt bevestigd, raad de fabrikant aan dat deze van stevig bouwmaterial is en dat er geschikte bevestigingspluggen worden gebruikt. Voor andere materialen zoals hout, gipsplaat, holle blokken enz. is de installatie op eigen risico.
- Controleer voordat u het apparaat gebruikt of de rubberen voetjes niet reageren met het materiaal van de vloer waarop het apparaat staat. Wees extra voorzichtig met chemische schoonmaakmiddelen die met het rubber kunnen reageren. Het wordt aanbevolen om ervoor te zorgen dat de voetjes geen sporen achterlaten op het oppervlak. Gebruik indien nodig geschikte beschermende matten om de vloer te beschermen.
- Het apparaat is niet geschikt voor kinderen jonger dan 36 maanden. Verstikkingsgevaar door kleine onderdelen.
- Het etiket van 15 cm x 10 cm met de barcode die bij de verpakking is ingesloten, moet worden aangebracht in de daarvoor bestemde ruimte in de gebruiksaanwijzing.
- De installatiehandleiding en de gebruiksaanwijzing moeten gedurende de gehele levensduur van het apparaat bewaard worden.
- Het apparaat is vervaardigd in overeenstemming met de Europese normen PN-EN ISO 20957-1:2014-02 en PN-EN ISO 20957-2:2021-11 in klasse H. C. klasse.

Conditions de garantie/ Condiții de garanție/ Condizioni di garanzia

FR

1. Au nom du garant, le vendeur garantit l'appareil distribué pendant 24 mois à compter de la date d'achat.
2. Pendant la période de garantie, les éventuels défauts seront réparés gratuitement dans un délai de 14 jours ouvrables à compter de la date de soumission. Si l'appareil doit être envoyé à l'étranger pour y être réparé ou si les pièces de rechange doivent être livrées depuis l'étranger, le délai de réparation peut être prolongé.
3. Pour bénéficier de la garantie, il faut :
 - l'appareil ou une partie de l'appareil concerné par la garantie,
 - l'original de la facture d'achat (y compris le nom et l'adresse du vendeur, la date de vente, le point de vente et les données complètes de l'appareil), ou une carte de garantie valable.
4. L'appareil est égaré si :
 - 4 réparations importantes ont été effectuées pendant la période de garantie et l'appareil est toujours défectueux ; le service clientèle constate qu'il y a un défaut qui ne peut pas être réparé. Seules les pièces qui sont défectueuses seront échangées. Si la livraison d'une nouvelle marchandise
 - n'est pas possible / le produit n'est plus disponible, le produit sera échangé contre un produit comparable dont les caractéristiques fonctionnelles sont au moins égales ou supérieures à celles du produit acheté à l'origine.
5. La garantie pour les composants consommables tels que les câbles, les roues, les roulements, les crochets, la mousse et le rembourrage est de 12 mois.
6. Un appareil défectueux est livré au point de vente par l'acheteur à ses propres frais.
7. Attention ! Cet appareil est exclusivement destiné à un usage domestique.
8. Une charge maximale autorisée (poids corporel) a été définie pour l'appareil. Vous trouverez cette information dans le mode d'emploi.
9. La garantie est valable dans le pays d'achat
10. Toutes les réparations sous garantie et après garantie sont effectuées par le fabricant. En cas de défaut, veuillez vous adresser au point de vente.
11. Le non-respect des conditions de garantie entraîne l'annulation de la garantie. La présente garantie sur les biens de consommation vendus n'exclut, ne limite ou ne suspend pas les droits de l'acheteur découlant de la non-conformité des biens au contrat.
12. La garantie habitation [H] s'applique aux appareils destinés à un usage privé et non commercial. L'intensité de l'entraînement ne doit pas dépasser 1 heure par jour. Le dépassement de ces conditions peut entraîner l'annulation de la garantie.

RO

1. În numele garantului, vânzătorul oferă o garanție de 24 de luni pentru dispozitivul vândut de la data achiziției.
2. În timpul perioadei de garanție, orice defecte vor fi reparate gratuit în termen de 14 zile lucrătoare de la data prezentării. În cazul în care aparatul trebuie trimis în străinătate pentru reparație sau piesele de schimb trebuie livrate din străinătate, perioada de reparație poate fi prelungită.
3. Următoarele elemente sunt necesare pentru serviciile de garanție:
 - aparatul sau partea din aparat care face obiectul garanției,
 - factura de achiziție originală (inclusiv numele și adresa vânzătorului, data achiziției, punctul de vânzare și datele complete ale aparatului) sau cardul de garanție valabil.
4. Aparatul va fi înlocuit dacă:
 - 4 reparații majore au fost efectuate în timpul perioadei de garanție și aparatul este în continuare defect; serviciul clienți stabilește că există un defect care nu poate fi remediat. Vor fi schimbate numai acele piese care sunt defecte. În cazul în care livrarea de produse noi
 - nu este posibilă / produsul nu mai este disponibil, produsul va fi schimbat cu un produs comparabil care este cel puțin egal sau superior în ceea ce privește caracteristicile funcționale cu produsul achiziționat inițial.
5. Garanția pentru componentele consumabile precum cabluri, roți, rulmenți, cârlige, spumă și tapiserie este de 12 luni.
6. Un dispozitiv defect va fi livrat la punctul de vânzare de către cumpărător pe cheltuielile sale.
7. Atenție! Acest aparat este destinat exclusiv uzului casnic.
8. Este specificată o sarcină maximă admisibilă (greutatea corporală) pentru dispozitiv. Aceste informații pot fi găsite în instrucțiunile de utilizare.
9. Garanția se aplică în țara de achiziție.
10. Toate reparațiile în garanție și post-garanție sunt efectuate de producător. În cazul unui defect, vă rugăm să contactați punctul de vânzare.
11. Nerespectarea condițiilor de garanție va anula garanția. Prezența garanției pentru bunurile de consum vândute nu exclude, limitează sau suspendă drepturile cumpărătorului care decurg din neconformitatea bunurilor cu contractul.
12. Garanția la domiciliu [H] se aplică numai echipamentelor destinate utilizării private, necomerciale. Intensitatea antrenamentului nu trebuie să depășească 1 oră pe zi. Depășirea acestor condiții poate duce la anularea garanției.

IT

1. A nome del garante, il venditore fornisce una garanzia di 24 mesi per il dispositivo venduto a partire dalla data di acquisto.
2. Durante il periodo di garanzia, eventuali difetti saranno riparati gratuitamente entro 14 giorni lavorativi dalla data di presentazione. Se l'apparecchio deve essere inviato all'estero per la riparazione o i pezzi di ricambio devono essere consegnati dall'estero, il periodo di riparazione può essere prolungato.
3. Per i servizi di garanzia sono necessari i seguenti requisiti:
 - l'apparecchio o parte dell'apparecchio coperto da garanzia,
 - fattura d'acquisto originale (comprensiva di nome e indirizzo del venditore, data d'acquisto, punto vendita e dati completi dell'apparecchio) o scheda di garanzia valida.
4. L'apparecchio verrà sostituito se:
 - sono state effettuate 4 riparazioni importanti durante il periodo di garanzia e l'apparecchio è ancora difettoso; il servizio clienti stabilisce che c'è un difetto che non può essere eliminato. Verranno sostituite solo le parti difettose. Se la consegna di merce nuova
 - non è possibile / il prodotto non è più disponibile, il prodotto sarà sostituito con un prodotto comparabile che sia almeno uguale o superiore per caratteristiche funzionali al prodotto originariamente acquistato.
5. La garanzia per i componenti di consumo come cavi, ruote, cuscinetti, ganci, schiuma e imbottiture è di 12 mesi.
6. Un dispositivo difettoso sarà consegnato al punto vendita dall'acquirente a proprie spese.
7. Attenzione! Questo apparecchio è destinato esclusivamente all'uso domestico.
8. Per il dispositivo è specificato un carico massimo ammissibile (peso corporeo). Queste informazioni sono riportate nelle istruzioni per l'uso.
9. La garanzia si applica nel Paese di acquisto.
10. Tutte le riparazioni in garanzia e post garanzia vengono effettuate dal produttore. In caso di difetto, rivolgersi al punto vendita.
11. Il mancato rispetto delle condizioni di garanzia invalida la garanzia stessa. La presente garanzia per i beni di consumo venduti non esclude, limita o sospende i diritti dell'acquirente derivanti dalla non conformità dei beni al contratto.
12. La garanzia domestica [H] si applica alle apparecchiature destinate esclusivamente a un uso privato e non commerciale. L'intensità dell'allenamento non deve superare 1 ora al giorno. Il superamento di queste condizioni può comportare l'annullamento della garanzia.

UPOZORNĚNÍ VAROVNÉ UPOZORNENIA

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ INFORMACE BEZPEČNOST

NÁVOD K POUŽITÍ UCHOVÁVEJTE NA BEZPEČNÉM MÍSTĚ

1. Před použitím zařízení si pečlivě přečtete celý návod k použití. Plně bezpečnosti a efektivitu používání lze dosáhnout pouze tehdy, je-li zařízení sestaveno a používáno v souladu s návodem. Nezapomeňte, že je vaší povinností zajistit, aby byli uživatelé zařízení seznámeni se všemi omezeními, výstrahami a bezpečnostními opatřeními.
2. Vybavení smí být používáno pouze k určenému účelu, tj. k fyzickému tréninku dospělých nebo dětí pouze pod dohledem dospělé osoby (vybavení smí používat vždy jen jedna osoba, nepočítaje v to případné jištění). Nenechávejte vybavení na místě přístupném dětem, protože přirozený instinkt dětí ke hře a jejich láska k experimentování mohou vést k situacím a chování, pro které toto vybavení není určeno.
3. Vybavení není vhodné pro terapeutické účely.
4. Zařízení není určeno pro prokenovni použití. S výjimkou produktové řady MARBO OUTDOOR
5. Před použitím zařízení zkontrolujte, zda jsou všechny části na svém místě a nejsou uvolněné. Uvolnění některých šroubů je přirozený proces, ke kterému dochází během používání zařízení.
6. Nezapomeňte, že úroveň bezpečnosti výrobku zachováte, pokud budete pravidelně kontrolovat jeho opotřebení/poškození. Spotřebič používejte pouze tehdy, je-li technicky v pořádku. Pokud zjistíte vadné součásti nebo pokud během používání uslyšíte jakýkoli rušivý zvuk vycházející ze zařízení, přestaňte cvičit. Přístroj nepoužívejte, dokud nebude problém odstraněn.
7. Neprovádějte žádná jiná nastavení než ta, která jsou popsána v tomto návodu. V případě jakýchkoli problémů se obraťte na svého prodejce.
8. Nenechávejte nastavovací zařízení v poloze, která by mohla bránit pohybu uživatele.
9. Zařízení používejte na stabilním, rovném povrchu.
10. Při používání zařízení nezapomeňte udržovat rovnováhu.
11. Před použitím zařízení proveďte zahřátí (popsané dále v této příručce) a po cvičení na zařízení se ochlaďte.
12. Chcete-li na zařízení cvičit, nenoste volné oblečení, které by se mohlo zachytit nebo zašroubovat do pohyblivých částí zařízení nebo omezovat vaše pohyby.
13. Nevkládejte prsty mezi pohyblivé části zařízení.
14. Před zahájením cvičebního programu byste se měli poradit se svým lékařem o fyzických potížích, které by mohly ohrozit vaše zdraví a bezpečnost. Rada lékaře je nutná, pokud užíváte léky, které ovlivňují srdeční tep, krevní tlak nebo hladinu cholesterolu. Tento přístroj byste neměli používat proti doporučení lékaře. Nesprávný nebo nadměrný trénink může způsobit poškození vašeho zdraví.
15. Dbejte na signály svého těla. Přestaňte cvičit, pokud pocítíte některý z následujících příznaků: bolest, nepravdělný srdeční tep, mělké dýchání, závratě nebo pocit nevolnosti. Pokud pocítíte některý z těchto příznaků, měli byste se před pokračováním ve cvičebním programu poradit se svým lékařem.
16. Při používání zařízení hrozí různá rizika. Přetížení, nedostatečné zahřátí nebo nesprávná technika mohou vést ke zranění svalů, kloubů a šlach. Nesprávné držení těla nebo nadměrná zátěž mohou způsobit problémy se zády, včetně bolesti zad. Intenzivní cvičení s sebou nese riziko kardiovaskulárních komplikací, jako je arytmie, hypertenze nebo infarkt. Dlouhodobý trénink bez dostatečného odpočinku nebo hydratace může vést k závratím, mdlobám a dehydrataci. Kromě toho může kontakt s vybavením nebo pot způsobit odřeniny a podráždění kůže. Pohybující se části vybavení představují další riziko, protože mohou vést k náhodným mechanickým zraněním, jako jsou skřípnutí, pohmožděniný nebo zlomeniny.
17. Pokud se konstrukce montuje na stěnu nebo strop, výrobce doporučuje, aby byla vyrobena z pevného stavebního materiálu a aby se k tomuto účelu použily vhodné montážní hmoždinky, v ostatních případech, jako je dřevo, sádkarton, duté bloky atd. montáž na vlastní nebezpečí.
18. Před použitím přístroje zkontrolujte, zda gumové nožičky neregují s materiálem podkladu, na který bude přístroj umístěn. Zvláštní pozornost věnujte vlivu chemikálií používaných k čištění podkladu, které mohou s pryží interagovat. Doporučuje se také zajistit, aby nožičky nezanechávaly na povrchu stopy. V případě potřeby použijte k ochraně podkladu vhodné ochranné podložky.
19. Spotřebič není určen pro děti mladší 36 měsíců. Hrozí nebezpečí udušení malými částmi.
20. Nalepte štítek s čárovým kódem o rozměrech 15 x 10 cm, který je součástí balení, na určené místo v návodu k použití.
21. Návod k instalaci uchovejte společně s návodem k použití po celou dobu životnosti spotřebiče.
22. Přístroj byl vyroben v souladu s evropskou normou PN-EN ISO 20957-1:2014-02, PN-EN ISO 20957-2:2021-11 ve třídě H. C.

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

USOCHVAJTE POKYNY NA BEZPEČNOM MIESTE

1. Pred použitím spotrebiča si pozorne prečítajte celý návod na obsluhu. Maximálnu bezpečnosť a účinnosť možno zaručiť len vtedy, ak je spotrebič nainštalovaný a používaný v súlade s návodom. Upozorňujeme, že je vašou povinnosťou informovať používateľov o všetkých obmedzeniach, upozorneniach a bezpečnostných opatreniach.
2. Zariadenie sa môže používať len v súlade s jeho určením, t. j. na fyzický tréning dospelých osobami alebo deťmi len pod dohľadom dospelé osoby (zariadenie môže používať vždy len jedna osoba; v prípade potreby sa môže pridať druhá osoba kvôli podpore alebo bezpečnosti). Zabezpečte, aby zariadenie nebolo prístupné deťom, pretože ich prirodzený inštinkt hrať sa a experimentovať môže viesť k správaniu, na ktoré zariadenie nie je určené.
3. Zariadenie nie je vhodné na terapeutické účely.
4. Zariadenie nie je určené na používanie v exteriéri, s výnimkou produktového radu MARBO OUTDOOR.
5. Pred použitím zariadenia zkontrolujte, či sú všetky časti na svojom mieste a či nie sú uvoľnené. Uvoľnenie niekterých skrutiek je prirodzený proces pri používaní prístroja.
6. Upozorňujeme, že bezpečnosť výrobku je možné zaručiť len vtedy, ak sa pravidelne kontroluje, či nie je opotrebovaný alebo poškodený. Spotrebič používajte len vtedy, keď je v bezchybnom technickom stave. Ak počas používania objavíte poškodené súčasti alebo počujete nezvyčajné zvuky, prestaňte cvičiť. Prístroj nepoužívajte, kým sa závada neodstráni.
7. Pri používaní prístroja dajte na to, aby ste ho mohli používať. Nevýkonávajte žiadne iné nastavenia, ako sú popísané v tomto návode. V prípade akýchkoľvek problémov sa obraťte na predajcu.
8. Nenechávajte žiadne nastavovacie mechanizmy v polohe, ktorá by mohla brániť používateľovi v pohybe.
9. Spotrebič používajte na stabilnom, rovnom povrchu.
10. Dbajte na to, aby ste počas používania udržiavali rovnováhu.
11. Pred použitím prístroja vykonajte zahriatie (popísané ďalej v návode) a po použití prístroja ochlaďte.
12. Počas tréningu nenoste voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť o pohyblivé časti alebo obmedzovať vaše pohyby.
13. Nevkladajte prsty medzi pohyblivé časti zariadenia.
14. Pred začatím tréningového programu sa poraďte so svojim lekárom, najmä s ohľadom na fyzické podmienky, ktoré by mohli predstavovať riziko pre vaše zdravie a bezpečnosť. Rada lekára je nevyhnutná, ak užívate lieky, ktoré ovplyvňujú váš srdcový tep, krvný tlak alebo hladinu cholesterolu. Zariadenie nepoužívajte v rozpore s lekársym odporúčaním. Nesprávny alebo nadmerný tréning môže byť škodlivý pre vaše zdravie.
15. Venujte pozornosť signálom svojho tela. Prestaňte cvičiť, ak spozorujete niektorý z nasledujúcich príznakov: bolesť, nepravdivý srdcový tep, dýchavičnosť, závraty alebo nevoľnosť. Ak sa u vás takého príznaky vyskytnú, pred pokračovaním v tréningu sa poraďte s lekárom.
16. Pri používaní zariadenia sa môžu vyskytnúť rôzne riziká. Preťaženie, nedostatočné zahriatie alebo nesprávna technika môžu spôsobiť poranenia svalov, kĺbov a šliach. Nesprávne držanie tela alebo nadmerná záťaž môžu viesť k problémom s chrbticou vrátane bolesti chrbta. Intenzívna fyzická námaha prináša riziko kardiovaskulárnych problémov, ako sú arytmia, vysoký krvný tlak alebo infarkt. Dlhodobé cvičenie bez dostatočných prestávok alebo hydratacie môže viesť k závratom, mdlobám alebo dehydratácii. Okrem toho kontakt so zariadením alebo pot môže spôsobiť podráždenie pokožky a odreniny. Pohyblivé časti prístroja predstavujú ďalšie riziko mechanických poranení, ako je rozdrvenie, pomliaždenie alebo zlomeniny.
17. Ak sa konštrukcia montuje na stenu alebo strop, výrobca odporúča, aby bola vyrobená z pevného stavebného materiálu a aby sa použili vhodné upevňovacie hmoždinky. V prípade iných materiálov, ako je drevo, sadrokartón, duté tvárnice atď. je montáž na vlastné riziko.
18. Pred použitím spotrebiča skontrolujte, či gumové nožičky neregujú s materiálom podlahy, na ktorej je spotrebič umiestnený. Osobitnú pozornosť treba venovať chemickým čistiacim prostriedkom, ktoré by mohli s gumou interagovať. Odporúča sa zabezpečiť, aby nožičky nezanechávaly na povrchu stopy. V prípade potreby použite na ochranu podlahy vhodné ochranné rohože.
19. Spotrebič nie je vhodný pre deti mladšie ako 36 mesiacov. Nebezpečenstvo zadusenía v dôsledku malých častí.
20. Štítko s čiarovým kódem s rozmermi 15 x 10 cm, ktorý je súčasťou balenia, by mal byť nalepený na mieste určenom v návode na obsluhu.
21. Návod na inštaláciu a návod na obsluhu by sa mali uchovávať počas celej životnosti spotrebiča.
22. Zariadenie bolo vyrobené v súlade s európskymi normami PN-EN ISO 20957-1:2014-02 a PN-EN ISO 20957-2:2021-11 v triede H. C. triedy.

