

**SPORTNOW**

IN230400087V02\_UK\_FR\_DE

**A91-249V00**



EN\_IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.

FR\_IMPORTANT: A LIRE ATTENTIVEMENT ET A CONSERVER POUR VOUS Y REFRERER  
ULTERIEUREMENT

DE\_WICHTIG! SORFGFÄLTIG LESEN UND FÜR SPÄTERES NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN.

## **WARNING:**

---

- Before using this equipment, it is recommended to contact a physician to ensure your hands, wrists, elbows and back can withstand the rigours of punching.
- Before use, ensure you are in good physical condition and under expert supervision.
- Before every use, ensure all parts are tightened and are in good working condition.
- Use well-padded boxing gloves and hand wraps. They provide some protection, however it is not guaranteed that this will prevent injury.
- To prevent the stand from tilting to one side, avoid hitting the same spot constantly. When filling the base, it is recommended to use sand instead of water. If a leak develops, water could pour out unnoticed and the stand could topple over, resulting in injury or property damage.
- If filling the base with water, check the base carefully for leaks. If a leak is found, lay the equipment down and contact customer service. Never use, stand up or play with equipment that is leaking.

## **CARE AND MAINTENANCE:**

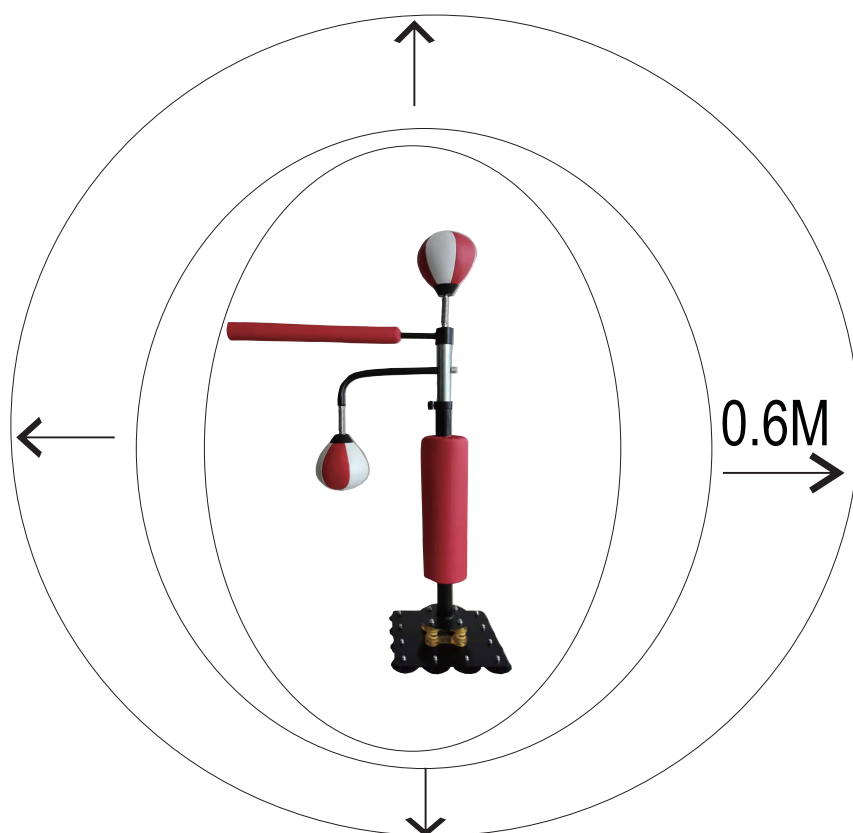
---

Always observe safety precautions during use. Read this manual carefully before assembling and using this equipment, especially the safety precautions.

- The total weight is 12kg. Its expanded size is L84\*W36\*H140-205cm.
- Regularly check the suction cup, the spring and other components that are most susceptible to wear.
- This product is for domestic household use only.
- If you encounter any problems or need assistance during installation or use, contact our customer service.
- Replace defective components immediately. Do not use this equipment until components are repaired or replaced.
- The training equipment is for indoor use.
- Keep this manual safe for future reference.
- Before each use, inspect the boxing stand and replace any worn, defective or missing parts.
- Keep this boxing stand away from high temperatures, moisture and direct sunlight. Keep in a place with adequate ventilation.
- If you get the product wet, wipe it with a dry cloth.
- When cleaning the product, you can use natural detergent with water to wipe it. Then, wipe with a dry cloth, ensuring the product is completely dry.

## GENERAL INSTRUCTIONS FOR USE:

1. Keep small children and pets away from this training equipment. Never leave children unattended when near this equipment.
2. Only one person is allowed to use the training equipment at a time.
3. If the user feels unwell, nausea, chest tightness or other discomforting symptoms, stop using immediately and seek medical attention.
4. Place this training equipment on a clean and flat surface. Never place it near water sources or outdoors.
5. Keep the head away from rotating parts when using.
6. Wear suitable clothing when using this equipment. Do not wear loose clothes, jewellery or anything else that could potentially get stuck in the equipment.
7. While using this product, follow the manufacturer's instructions to avoid injury or damage.
8. Keep sharp objects away from this training equipment.
9. Before training, ensure you are properly warmed up with stretching exercises.
10. If the training equipment is damaged or malfunctions in any way, do not use it.
11. Ensure there is at least 0.6m more open space than the training area. Also, include room for emergency exits. If equipment is side by side, share the free space.



## AVERTISSEMENT :

---

- Avant toute utilisation de cet équipement, une consultation médicale est recommandée afin de s'assurer que les mains, les poignets, les coudes et le dos peuvent supporter les rigueurs des coups de poing.
- Avant toute utilisation, assurez-vous de votre bonne condition physique et faites-vous superviser par un expert.
- Avant chaque utilisation, vérifiez que toutes les pièces sont bien serrées et en bon état de fonctionnement.
- Utilisez des gants de boxe bien rembourrés et des enveloppes pour les mains. Ils offrent une certaine protection, mais il n'est pas garanti non plus que cela permette d'éviter les blessures.
- Pour éviter que le stand ne bascule d'un côté, évitez de frapper toujours au même endroit. Lors du remplissage de la base, il est recommandé d'utiliser du sable plutôt que de l'eau. Une fuite d'eau pourrait se produire sans que l'on s'en aperçoive et le support pourrait basculer, entraînant des dommages corporels ou matériels.
- Si la base est remplie d'eau, vérifiez soigneusement qu'il n'y a pas de fuite. Si vous constatez une fuite, faites coucher l'appareil et contactez le service après-vente. N'utilisez jamais, ne montez jamais et ne jouez jamais avec un équipement qui fuit.

## Entretien et maintenance

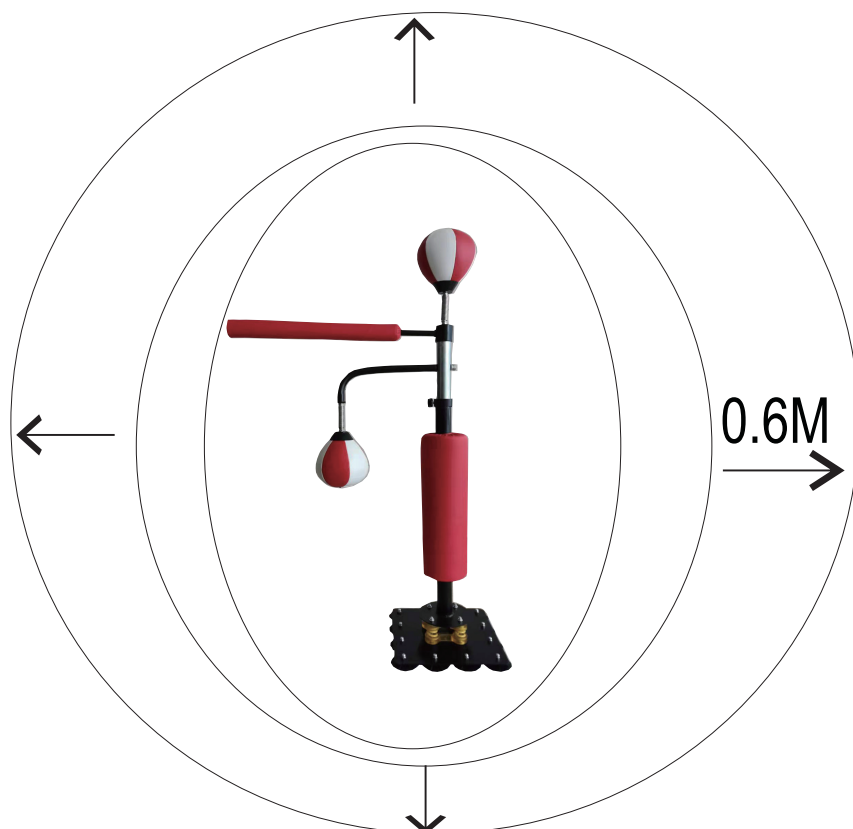
---

Toujours respecter les consignes de sécurité lors de l'utilisation de l'appareil. Lire attentivement ce manuel avant d'assembler et d'utiliser cet équipement, en particulier les précautions de sécurité.

- Le poids total de l'équipement est de 12 kg. Ses dimensions sont de L84\*W36\*H140-205cm.
- Vérifier régulièrement la ventouse, le ressort et les autres composants les plus sensibles à l'usage.
- Ce produit est destiné à un usage domestique uniquement.
- Contacter notre service clientèle si vous rencontrez des problèmes ou si vous avez besoin d'aide lors de l'installation ou de l'utilisation.
- Remplacer immédiatement les composants défectueux. Ne pas utiliser l'appareil tant que les composants n'ont pas été réparés ou remplacés.
- L'équipement d'entraînement est destiné à une utilisation en intérieur.
- Conservez ce manuel pour vous y reporter ultérieurement.
- Avant chaque utilisation, inspectez le support de boxe et remplacez les pièces usées, défectueuses ou manquantes.
- Gardez ce support de boxe à l'abri des températures élevées, de l'humidité et de la lumière directe du soleil. Conservez-le dans un endroit suffisamment ventilé.
- Si le produit est mouillé, essuyez-le avec un chiffon sec.
- Pour nettoyer le produit, vous pouvez utiliser un détergent naturel avec de l'eau. Ensuite, essuyez-le avec un chiffon sec, en veillant à ce qu'il soit complètement sec.

## MODE D'EMPLOI GÉNÉRAL

1. Tenir les enfants en bas âge et les animaux domestiques à l'écart de ce matériel d'entraînement. Ne laissez jamais les enfants sans surveillance à proximité de ce matériel.
2. Une seule personne à la fois est autorisée à utiliser l'équipement de formation.
3. En cas de malaise, de nausée, d'oppression thoracique ou d'autres symptômes gênants, l'utilisateur doit cesser immédiatement d'utiliser l'appareil et consulter un médecin.
4. Installer l'appareil sur une surface plane et propre, jamais à proximité d'une source d'eau ou à l'extérieur.
5. Tenir la tête à distance des pièces en rotation lors de l'utilisation.
6. Porter des vêtements appropriés lorsque vous utilisez cet équipement. Ne pas porter de vêtements amples, de bijoux ou d'autres objets susceptibles de se coincer dans l'appareil.
7. Lors de l'utilisation de ce produit, suivez les instructions du fabricant afin d'éviter toute blessure ou tout dommage.
8. Tenir les objets tranchants à l'écart de cet équipement d'entraînement.
9. Avant l'entraînement, assurez-vous d'être correctement échauffé par des exercices d'étirement.
10. Si l'équipement d'entraînement est endommagé ou présente un quelconque dysfonctionnement, ne l'utilisez pas.
11. S'assurer qu'il y a au moins 0,6 m d'espace libre de plus que la zone d'entraînement. Prévoir également un espace pour les sorties de secours. Si les équipements sont placés côte à côte, partagez l'espace libre.



## **WARNUNG:**

---

- Bevor Sie dieses Gerät verwenden, wird empfohlen, einen Arzt zu konsultieren, um sicherzustellen, dass Ihre Hände, Handgelenke, Ellbogen und Rücken den Anforderungen des Boxtrainings standhalten können.
- Stellen Sie sicher, dass Sie sich in guter körperlicher Verfassung befinden und unter fachkundiger Aufsicht stehen, bevor Sie das Gerät nutzen.
- Überprüfen Sie vor jeder Nutzung, ob alle Teile fest angezogen und in gutem Arbeitszustand sind.
- Verwenden Sie gut gepolsterte Boxhandschuhe und Handbandagen. Sie bieten gewissen Schutz, aber es besteht keine Garantie, dass Verletzungen dadurch vermieden werden.
- Um ein Kippen des Ständers zu verhindern, vermeiden Sie das ständige Schlagen derselben Stelle. Wenn Sie die Basis füllen, wird empfohlen, Sand anstelle von Wasser zu verwenden. Wenn ein Leck auftritt, könnte Wasser unbemerkt auslaufen und der Ständer könnte umfallen, was zu Verletzungen oder Sachschäden führen kann.
- Wenn Sie die Basis mit Wasser füllen, überprüfen Sie diese sorgfältig auf Lecks. Wenn ein Leck festgestellt wird, legen Sie das Gerät ab und kontaktieren Sie den Kundendienst. Verwenden Sie niemals, stellen Sie auf oder spielen Sie mit einem undichten Gerät.

## **PFLEGE UND WARTUNG:**

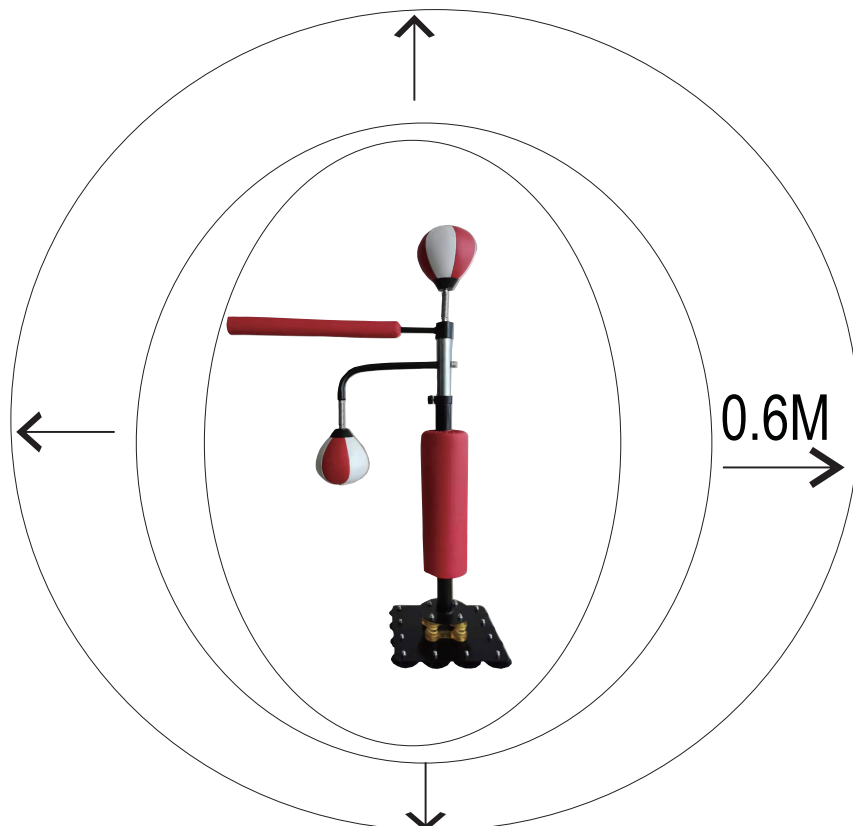
---



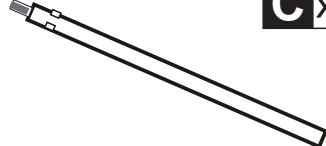
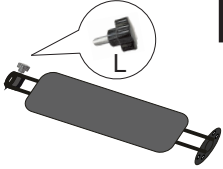

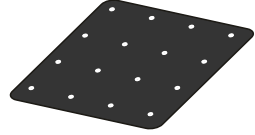
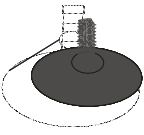




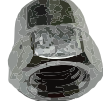
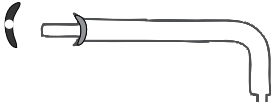

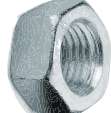
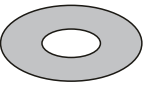
Beachten Sie während der Verwendung stets die Sicherheitsvorschriften. Lesen Sie diese Anleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät zusammenbauen und verwenden, insbesondere die Sicherheitsvorschriften.

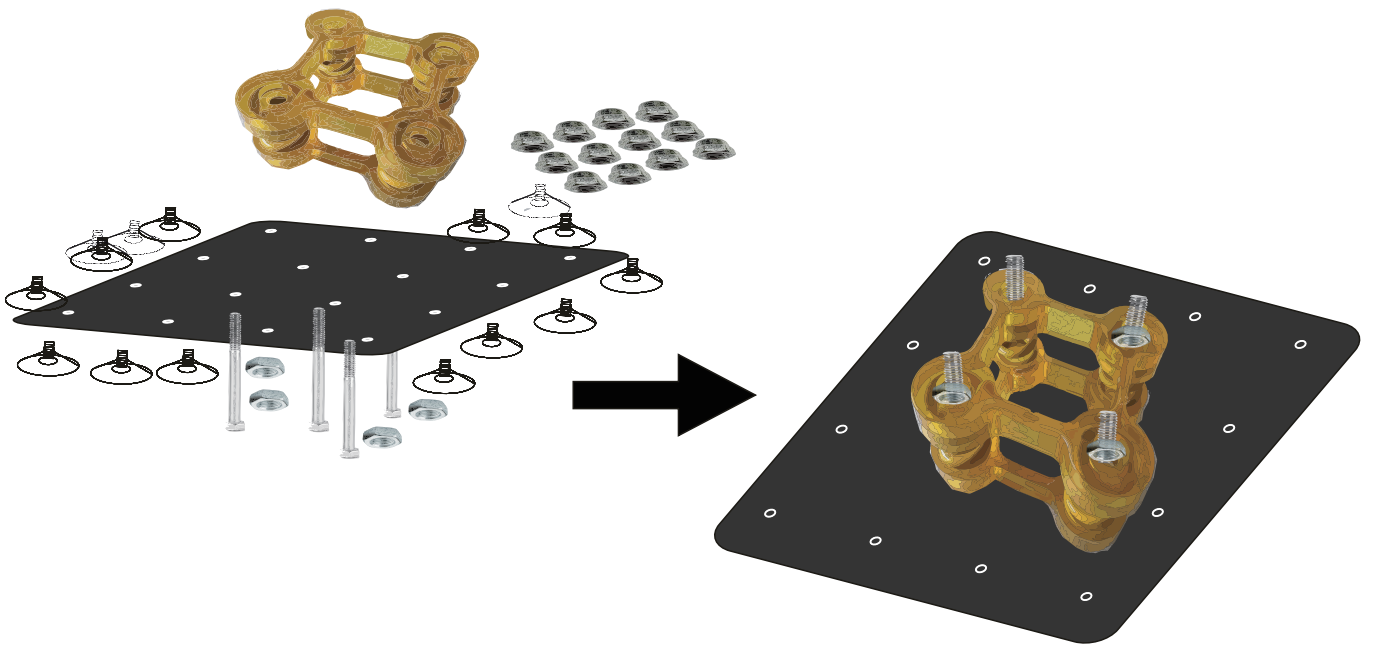
- Das Gesamtgewicht beträgt 12 kg. Die aufgebaute Größe beträgt L84\*W36\*H140-205cm.
- Überprüfen Sie regelmäßig den Saugnapf, die Feder und andere Bauteile, die am anfälligsten für Abnutzung sind.
- Dieses Produkt ist nur für den häuslichen Gebrauch bestimmt.
- Wenn Sie Probleme haben oder während der Installation oder Verwendung Hilfe benötigen, wenden Sie sich an unseren Kundendienst.
- Defekte Bauteile sofort austauschen. Verwenden Sie das Gerät nicht, bis die Bauteile repariert oder ausgetauscht sind.
- Das Trainingsgerät ist für den Innenbereich bestimmt.
- Bewahren Sie diese Anleitung für zukünftige Referenz auf.
- Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch den Boxständer und ersetzen Sie abgenutzte, defekte oder fehlende Teile.
- Halten Sie diesen Boxständer von hohen Temperaturen, Feuchtigkeit und direkter Sonneneinstrahlung fern. Lagern Sie ihn an einem Ort mit ausreichender Belüftung.
- Wenn das Produkt nass wird, wischen Sie es mit einem trockenen Tuch ab.
- Bei der Reinigung des Produkts können Sie ein natürliches Reinigungsmittel mit Wasser verwenden, um es abzuwischen. Wischen Sie es dann mit einem trockenen Tuch ab und stellen Sie sicher, dass es vollständig trocken ist.

## ALLGEMEINE GEBRAUCHSANWEISUNGEN:

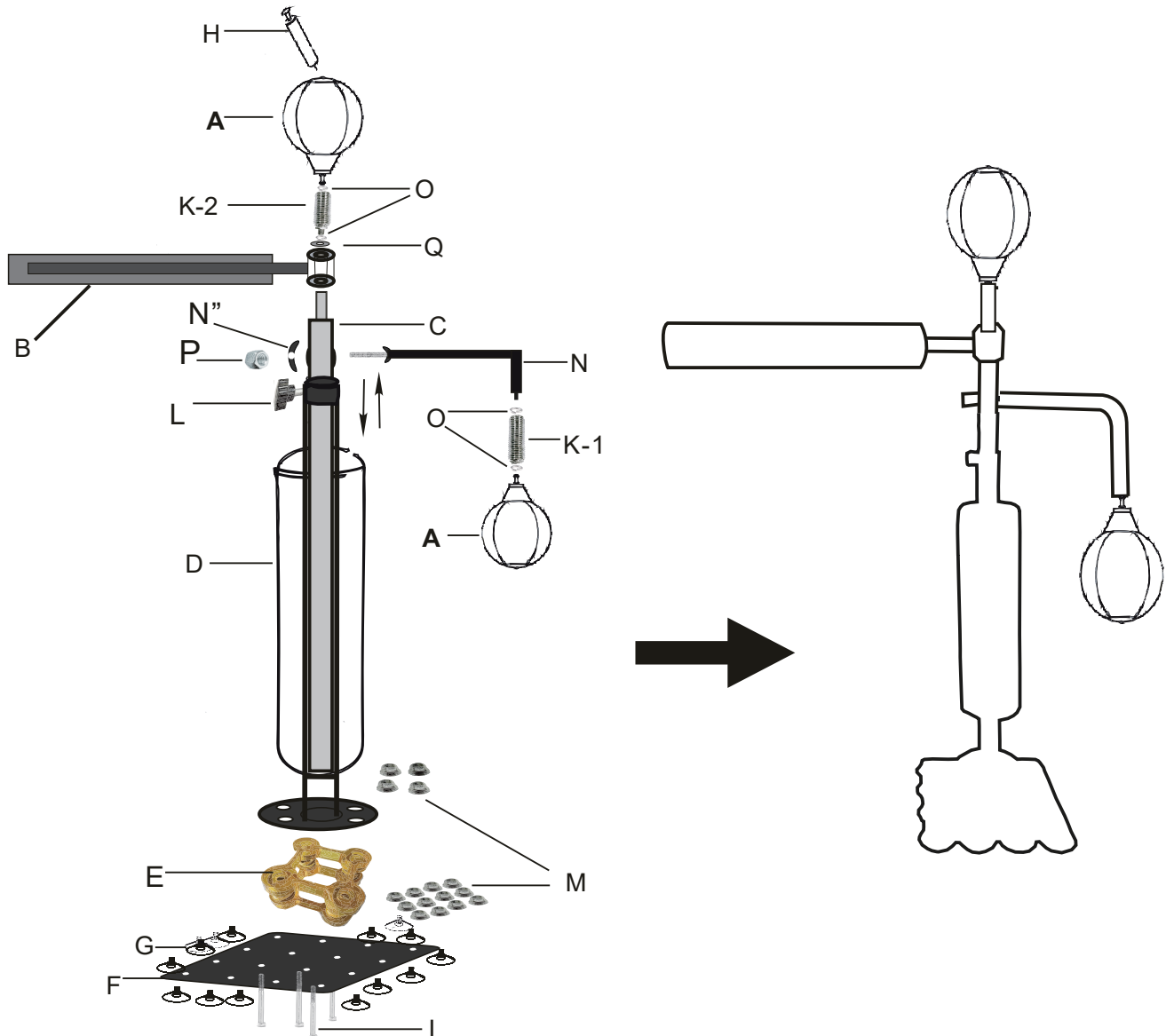
1. Halten Sie kleine Kinder und Haustiere von diesem Trainingsgerät fern. Lassen Sie Kinder niemals unbeaufsichtigt in der Nähe des Geräts.
2. Es ist nur einer Person gestattet, das Trainingsgerät zu benutzen.
3. Wenn sich der Benutzer unwohl fühlt, Übelkeit, Engegefühl in der Brust oder andere Beschwerden hat, sollte er sofort aufhören, das Gerät zu benutzen, und ärztliche Hilfe suchen.
4. Platzieren Sie dieses Trainingsgerät auf einer sauberen und ebenen Oberfläche. Stellen Sie es niemals in der Nähe von Wasserquellen oder im Freien auf.
5. Halten Sie den Kopf von drehenden Teilen fern, während Sie das Gerät benutzen.
6. Tragen Sie geeignete Kleidung, wenn Sie dieses Gerät benutzen. Tragen Sie keine locker sitzende Kleidung, Schmuck oder andere Gegenstände, die sich im Gerät verfangen könnten.
7. Befolgen Sie während der Benutzung dieses Produkts die Anweisungen des Herstellers, um Verletzungen oder Schäden zu vermeiden.
8. Halten Sie scharfe Gegenstände von diesem Trainingsgerät fern.
9. Stellen Sie sicher, dass Sie vor dem Training mit Dehnübungen ordnungsgemäß aufgewärmt sind.
10. Wenn das Trainingsgerät beschädigt ist oder auf irgendeine Weise nicht funktioniert, verwenden Sie es nicht.
11. Stellen Sie sicher, dass mindestens 0,6 m mehr Freiraum als die Trainingsfläche vorhanden ist. Berücksichtigen Sie auch Platz für Notausgänge. Wenn Geräte nebeneinander stehen, teilen Sie den freien Raum.



|   |  |  |
|---|--|--|
|  <p><b>A</b> x 2</p>   |  <p><b>B</b> x 1</p>  |  <p><b>C</b> x 1</p>  |
|  <p><b>D+L</b> x 1</p> |  <p><b>E</b> x 1</p>  |  <p><b>F</b> x 1</p>  |
|  <p><b>G</b> x 12</p>  |  <p><b>H</b> x 1</p>  |  <p><b>I</b> x 4</p>  |
|  <p><b>J</b> x 2</p>   |  <p><b>K</b> x 2</p>  |  <p><b>M</b> x 16</p> |
|  <p><b>N</b> x 1</p>  |  <p><b>O</b> x 4</p> |  <p><b>P</b> x 1</p> |
|  <p><b>Q</b> x 1</p> |  |  |

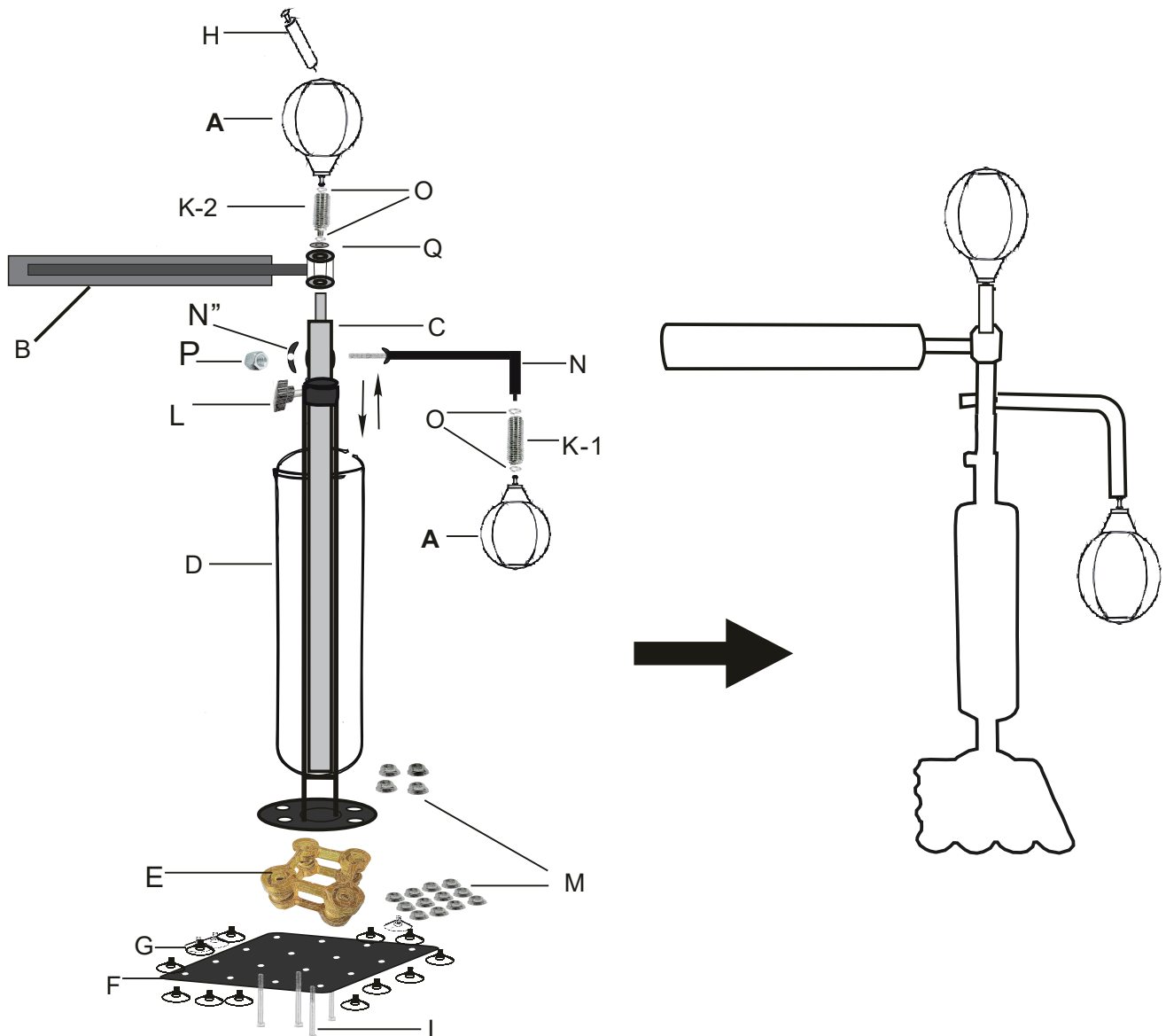






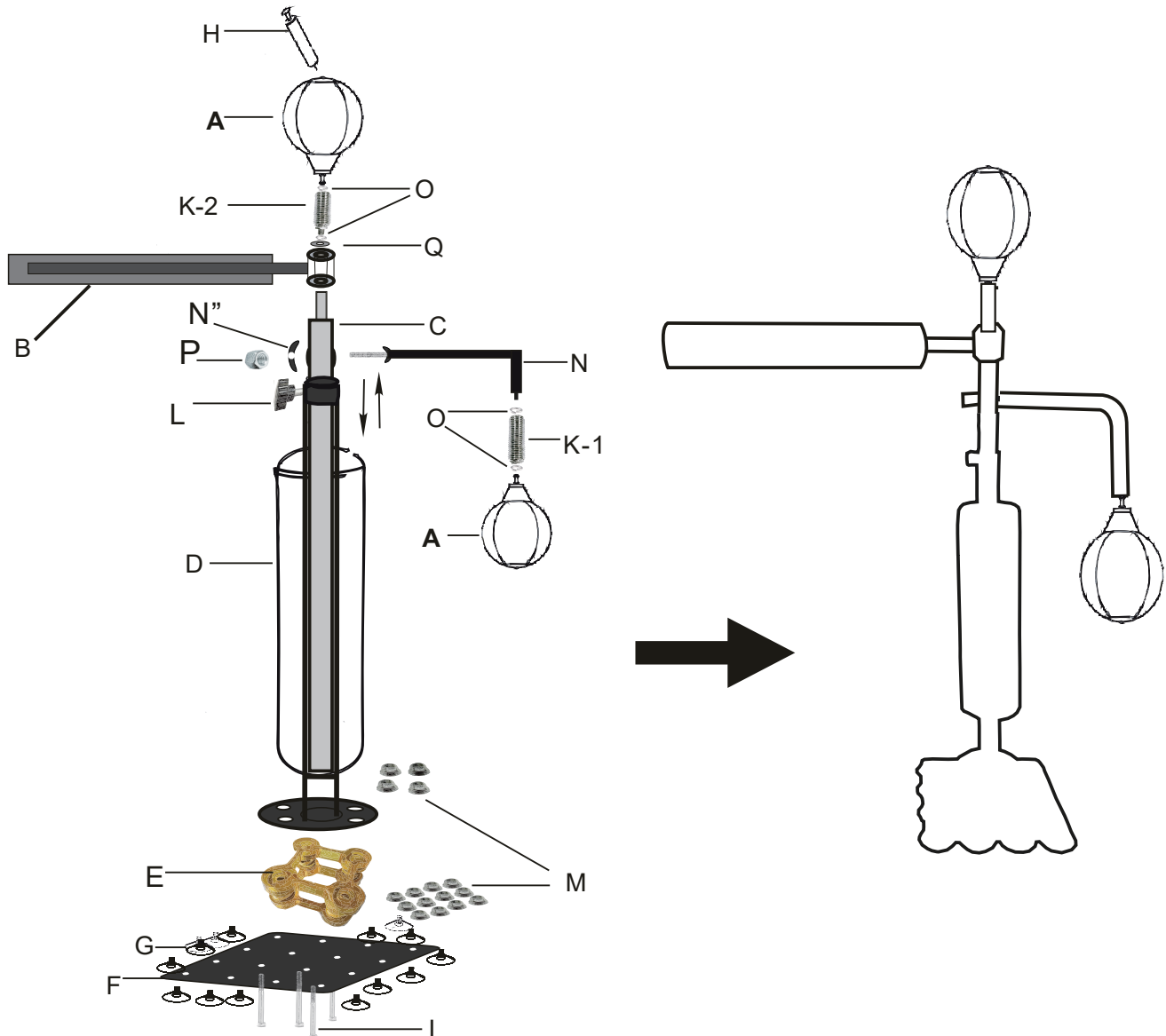
1. Pass the bolt (I) through the middle of the base (F) and the four holes on the connecting piece (E), then fix it with the matching nut (I).
2. Install the suction cup (G) on the four sides of the bottom of the base (F), lock the nut (M) with a wrench (J), then place it in the desired position.
3. Connect the four holes at the bottom of (D) with (E) and fix it with nuts (M).
4. Insert the upper section (C) into the cylindrical steel pipe (D), adjust the required position and fix the height with the adjusting bolt (L).
5. Connect (n) with the adjusting rod (C), and fix (N'') and (n) with (P).
6. Install the rotating rod (B) on the upper end of the adjusting rod (C).
7. Put the flat washer (O) and spring washer (Q) on the top of the adjusting rod (C), then lock the nut at the lower end of the connecting spring (K).
8. Use the supplied pump (H) to inflate the balloon (A) with 4lbs, place the gasket (Q) on the top of the spring (K), then lock it (A).
9. Install (Q), (K-1) and (Q) at the lower end of (N), then fix and lock with (A).
10. The rotation radius is 80cm. Keep away from obstacles and fragile objects.

Boxing is a contact sport, which could result in serious injury. When boxing, ensure you are in good physical condition and under expert supervision. This equipment will provide limited protection, however it will not completely prevent the risk of injury. Users must assume the risk of any injury.



1. Faites passer le boulon (I) par le milieu de la base (F) et les quatre trous de la pièce de raccordement (E), puis fixez-le avec l'écrou correspondant (I).
2. Installez la ventouse (G) sur les quatre côtés du fond de la base (F), bloquez l'écrou (M) avec une clé (J), puis placez-la dans la position souhaitée.
3. Reliez les quatre trous du bas de (D) avec (E) et fixez-le avec les écrous (M).
4. Insérez la partie supérieure de la tige de réglage (C) dans le tuyau cylindrique en acier (D), ajuster la position souhaitée, et fixez la hauteur avec le boulon de réglage (L).
5. Connectez (n) avec la tige de réglage (C), et fixez (N'') et (n) avec (P).
6. Installez la tige rotative (B) sur l'extrémité supérieure de la tige de réglage (C).
7. Mettez la rondelle plate (O) et la rondelle élastique (Q) sur la partie supérieure de la tige de réglage (C), puis bloquez l'écrou à l'extrémité inférieure du ressort de liaison (K).
8. Gonflez le ballon (A) de 4lbs à l'utilisation de la pompe (H) fournie, placez le joint (Q) sur le dessus du ressort (K), puis verrouillez-le (A).
9. Installez (Q), (K-1) et (Q) à l'extrémité inférieure de (N), puis fixez-le et verrouillez-le avec (A).
10. Le rayon de rotation est de 80 cm. Tenez à l'écart des obstacles et des objets fragiles.

La boxe est un sport de contact, qui peut entraîner des blessures graves. Lorsque vous pratiquez la boxe, assurez-vous d'être en bonne condition physique et sous la surveillance d'un expert. Cet équipement offre une protection limitée, mais il ne permet pas d'éviter complètement le risque de blessure. Les utilisateurs doivent assumer le risque de toute blessure.



1. Führen Sie den Bolzen (I) durch die Mitte des Sockels (F) und die vier Löcher des Verbindungsstücks (E) und befestigen Sie ihn dann mit der passenden Mutter (I).
2. Bringen Sie den Saugnapf (G) an den vier Seiten der Unterseite des Sockels (F) an, sichern Sie die Mutter (M) mit einem Schraubenschlüssel (J) und bringen Sie ihn dann in die gewünschte Position.
3. Verbinden Sie die vier Löcher an der Unterseite von (D) mit (E) und befestigen Sie sie mit den Muttern (M).
4. Den oberen Teil (C) in das zylindrische Stahlrohr (D) einführen, die gewünschte Position einstellen und die Höhe mit der Einstellschraube (L) fixieren.
5. Verbinden Sie (n) mit der Einstellstange (C), und befestigen Sie (N") und (n) mit (P).
6. Bringen Sie die Drehstange (B) am oberen Ende der Einstellstange (C) an.
7. Legen Sie die Unterlegscheibe (O) und die Federscheibe (Q) auf das obere Ende der Einstellstange (C) und sichern Sie dann die Mutter am unteren Ende der Verbindungsfeder (K).
8. Verwenden Sie die mitgelieferte Pumpe (H), um den Ballon (A) mit 4 Pfund aufzupumpen, legen Sie die Dichtung (Q) auf die Oberseite der Feder (K) und sichern Sie sie (A).
9. Installieren Sie (Q), (K-1) und (Q) am unteren Ende von (N), dann befestigen und sichern Sie mit (A).
10. Der Rotationsradius beträgt 80 cm. Halten Sie sich von Hindernissen und zerbrechlichen Gegenständen fern.

Boxen ist ein Kontaktsport, der zu schweren Verletzungen führen kann. Vergewissern Sie sich beim Boxen, dass Sie in guter körperlicher Verfassung sind und unter fachkundiger Aufsicht stehen. Diese Ausrüstung bietet einen begrenzten Schutz, kann jedoch das Verletzungsrisiko nicht vollständig ausschließen. Der Benutzer trägt das Risiko einer Verletzung.

**UK**

If you have any questions, please contact our customer care center.

Our contact details are below:



0044-800-240-4004



enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:

MH STAR UK LTD

Unit 27, Perivale Park,

Horsenden lane South

Perivale, UB6 7RH

MADE IN CHINA

**ES**

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente. Nuestros datos de contacto son los siguientes:



0034-931294512



atencioncliente@aosom.es

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L.

C/ ROC GROS, N° 15. 08550, ELS HOSTALETS DE

BALENYÀ, SPAIN.

B66295775

WWW.AOSOM.ES

ATENCIONCLIENTE@AOSOM.ES

TEL: 931294512

HECHO EN CHINA

**FR**

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle.

Nos coordonnées sont les suivantes:



0033-1-84166106



aosom@mhfrance.fr

Importé par:

MH France

2, rue Maurice Hartmann

92130 Issy-les-Moulineaux

France

Fabriqué en Chine

**PT**

Se tiver alguma dúvida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente. Os nossos dados de contacto são os seguintes:



0034-931294512



info@aosom.pt.

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L

C.ROC GROS N.15, 08550. ELS HOSTALETS DE BALENYÀ

TEL: 931294512 (SEG-SEX DAS 7:30H ÀS 16:30H)

INFO@AOSOM.PT

WWW.AOSOM.PT

**DE**

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Kundendienstzentrum.

Unsere Kontaktdaten stehen unten:



0049-(0)40-88307530



service@aosom.de

ADRESSE DES IMPORTEURE:

MH Handel GmbH

Wendenstraße 309

D-20537 Hamburg

Germany

IN CHINA HERGESTELLT

**IT**

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti.

I nostri dettagli di contatto sono di seguito:



0039-0249471447



clienti@aosom.it

IMPORTATO DA:

AOSOM Italy srl

Centro Direzionale Milanofiori

Strada 1 Palazzo F1

20057 Assago (MI)

P.I.: 08567220960

FATTO IN CINA