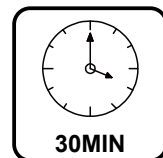




IN240500189V02_UK_FR_ES_DE_IT

A91-192



EN_IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.

FR_IMPORTANT: A LIRE ATTENTIVEMENT ET A CONSERVER POUR VOUS Y REFRERER ULTERIEUREMENT

ES_IMPORTANTE, LEA DETENIDAMENTE Y GUARDE PARA FUTURAS REFERENCIAS.

DE_WICHTIG! SORFGFÄLTIG LESEN UND FÜR SPÄTERES NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN.

IT_IMPORTANTE, LEGGERE E CONSERVARE QUESTO MANUALE D'ISTRUZIONE PER UN USO FUTURO.

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.

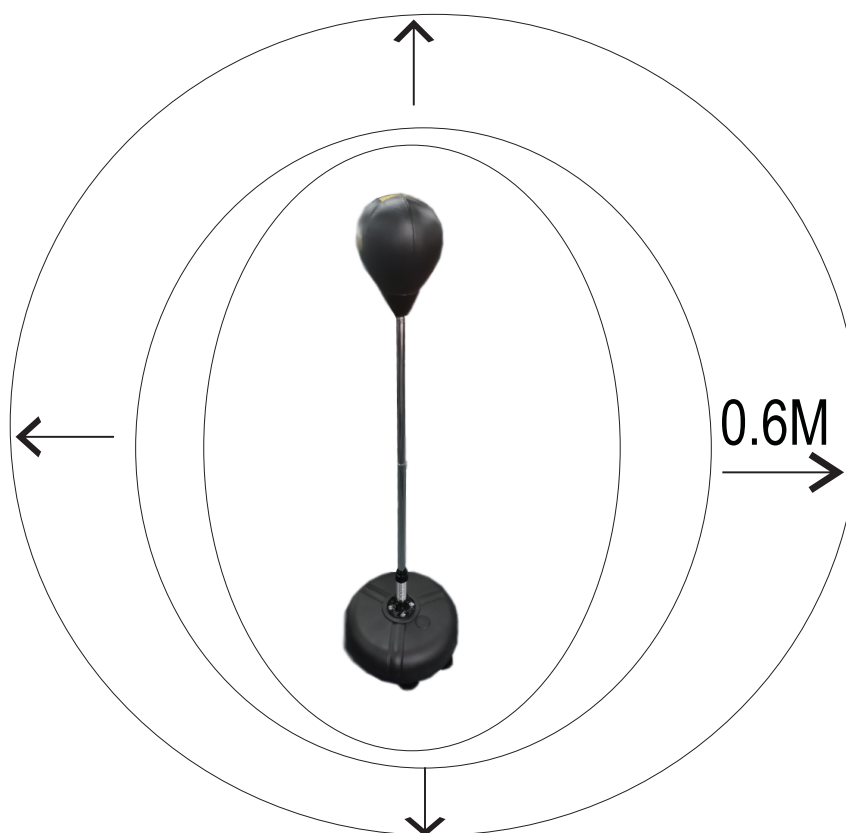
CARE AND MAINTENANCE:

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

- 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.



WARNING:

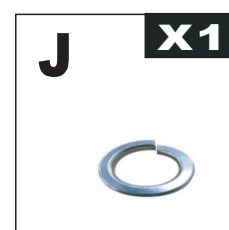
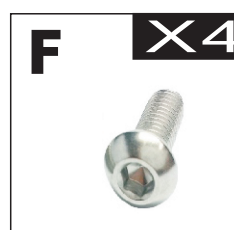
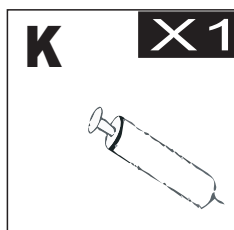
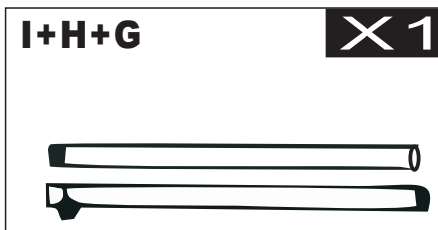
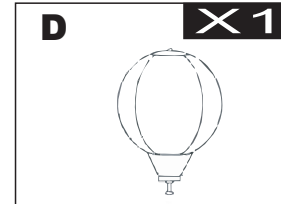
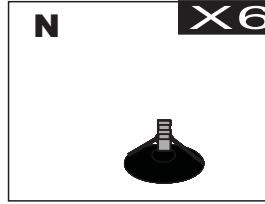
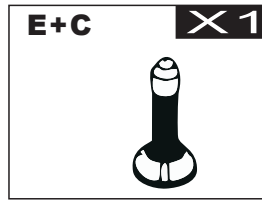
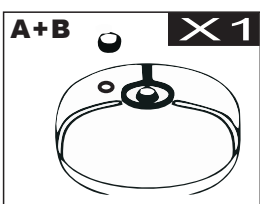
Before using the Free Standing Bag you are urged to contact a physician to be sure that your hands, wrists, elbows, shoulders and back are suitably conditioned withstand the rigors of punching this equipment.

It is recommended that you use well-padded Bag Gloves together with hand wraps. They provide a degree of protection but it is not warranted that this will avoid any injury.

When using this equipment be sure that you are in good physical condition and under expert supervision. Before each and every use be sure the equipment is in good condition and properly fastened.

Use of any sports equipment subjects the user to a degree of risk. Users of this equipment must assume all risk of injury.

PART LIST



A: Base

B: Cap

C: Spring cover

D: Ball

E: Spring assembly

F: Socket head cap screw

G: Steel pipe

H: Bolt

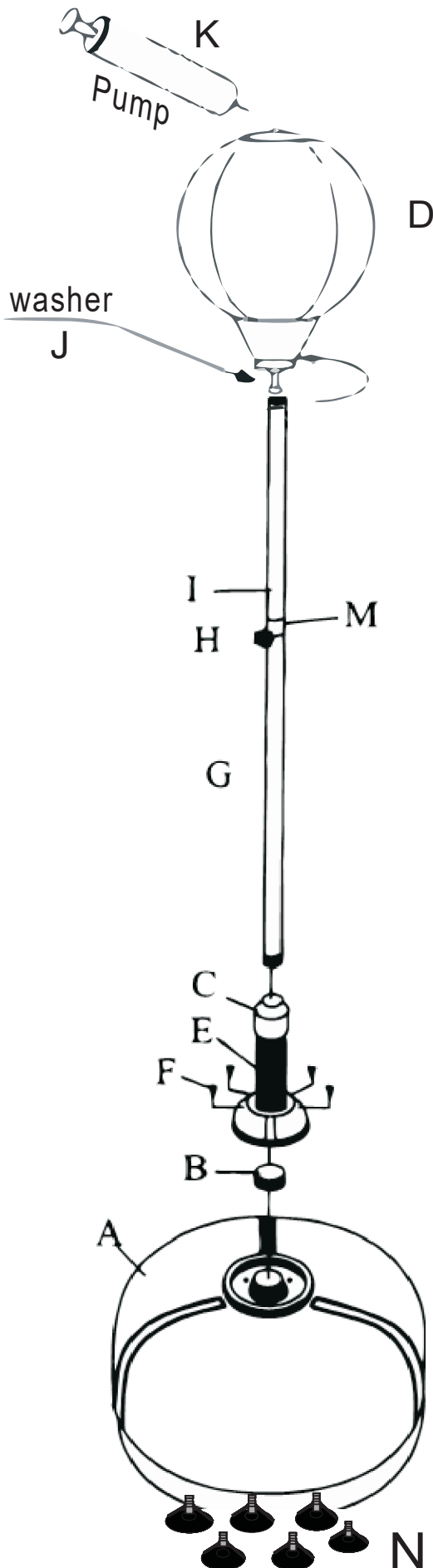
I: Steel pipe

J: washer

K: Pump

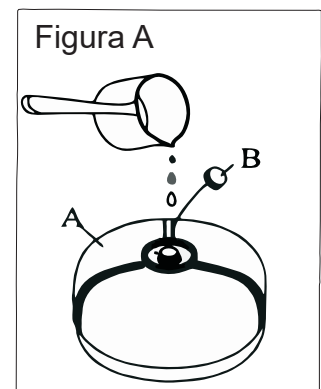
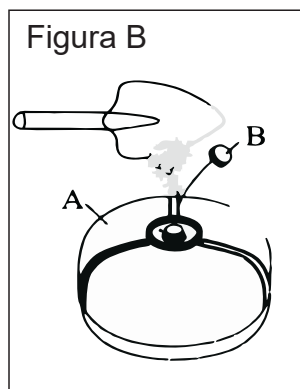
M: Steel pipe sleeve

N: Suction cup



SETUP:

1. Install (N) at the bottom of (A)
2. Open the Cap(B)on the Base(A)and fill with water (Figure A) or and (Figure B)and close with Cap(B)
3. Tighten Cover (C) onto Spring (E). Attach spring (E) to the top of the Base (A) with four Screw (F) and tighten
4. Loosen Knob(H) and slide inner Tube (I) into Outer Tube (G) and tighten Knob (H) . Slide tube assembly into spring assembly.
5. Pump up the ball(D) by using the pump (K) provided. maximum air pressure of 4 LBS
6. Put the washer (J) on the top of(I) and lock it with the ball(D)
7. Use Knob (H) to adjust tube assembly height as desired



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.

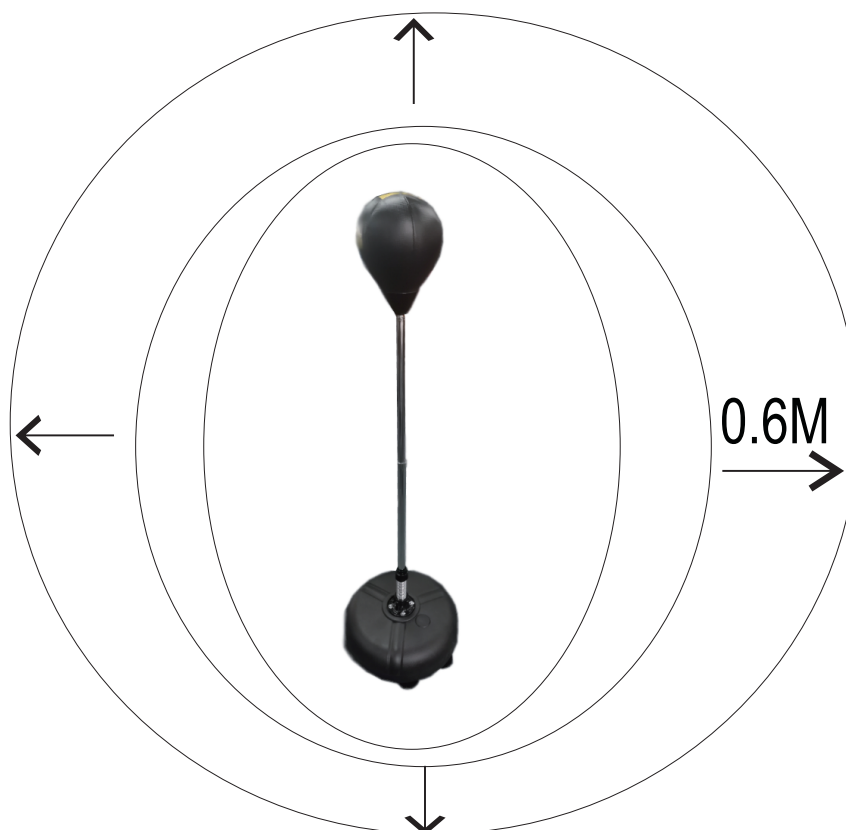
Entretien et maintenance

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.

- 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.



AVERTISSEMENT:

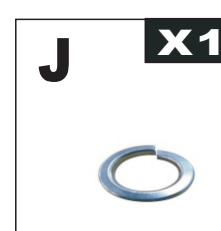
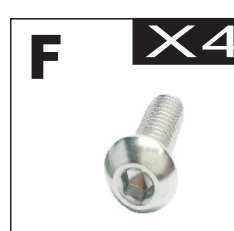
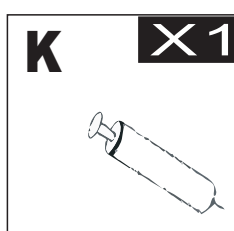
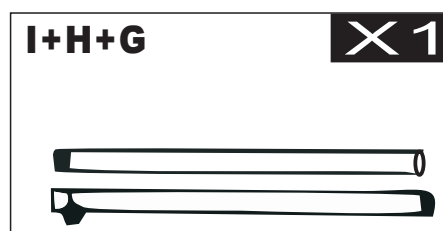
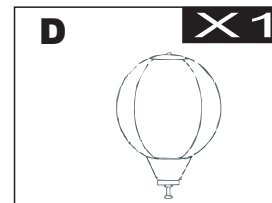
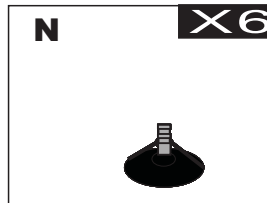
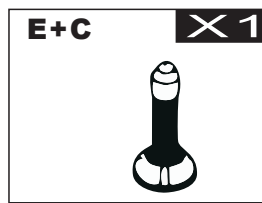
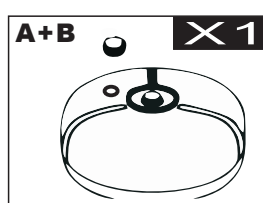
Avant d'utiliser le sac autoportant, il est vivement recommandé de consulter un médecin pour vous assurer que vos mains, poignets, coudes, épaules et dos sont suffisamment préparés pour supporter les contraintes de la frappe sur cet équipement.

Il est recommandé d'utiliser des gants de sac bien rembourrés en conjonction avec des bandeaux pour les mains. Ils offrent un certain degré de protection, mais il n'est pas garanti qu'ils évitent toute blessure.

Lors de l'utilisation de cet équipement, assurez-vous d'être en bonne condition physique et sous surveillance experte. Avant chaque utilisation, vérifiez que l'équipement est en bon état et correctement fixé.

L'utilisation de tout équipement sportif comporte un certain degré de risque. Les utilisateurs de cet équipement doivent assumer tous les risques de blessure.

LISTE DES PIÈCES



A: Socle

B: Bouchon

C: Housse de ressort

D: Boule

E: Ensemble ressort

F: Vis à tête cylindrique creuse

G: Tube en acier

H: Boulon

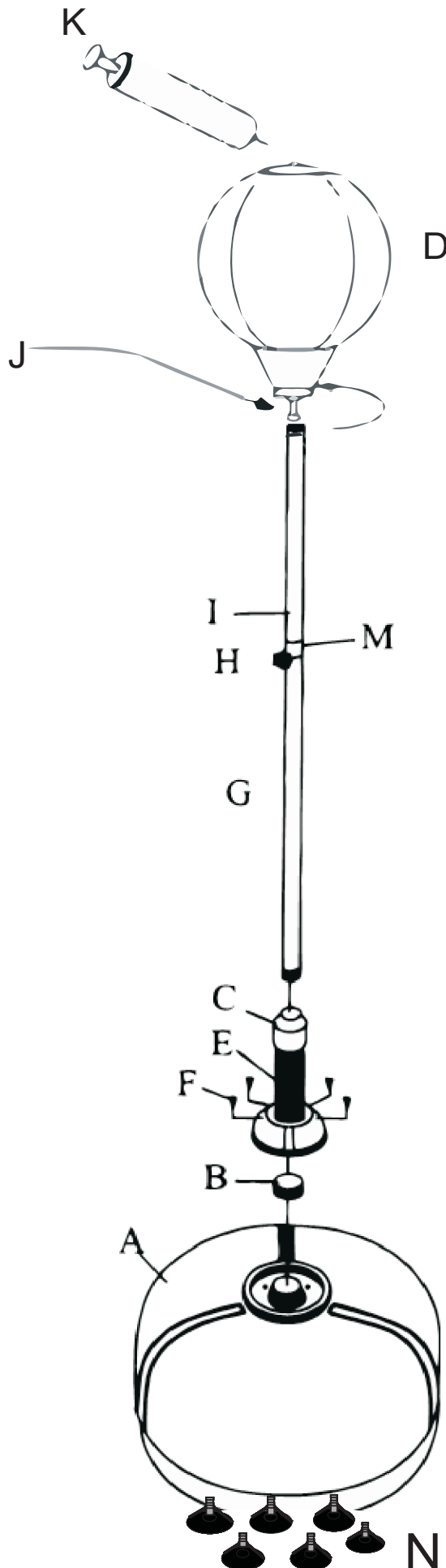
I: Tube en acier

J: Rondelle

K: Pompe

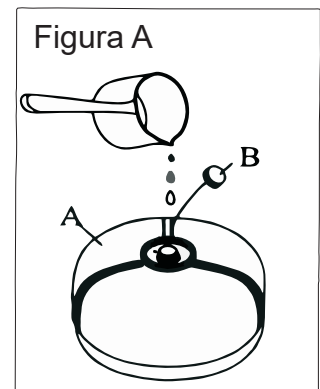
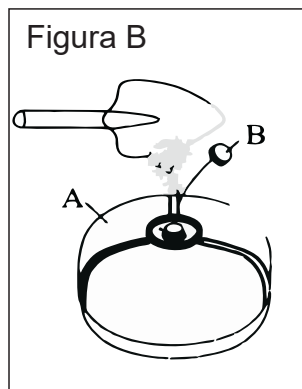
M: Manche en tube d'acier

N: Ventouse



ÉTAPES:

1. Installer (N) au bas de (A)
2. Ouvrir le bouchon (B) sur le socle (A) et le remplir d'eau (Figure A) ou (Figure B) puis refermer avec le bouchon (B)
3. Fixer la housse (C) sur le ressort (E). Attacher le ressort (E) sur le dessus du socle (A) avec quatre vis (F) et les serrer.
4. Desserrer le bouton (H) et insérer le tube intérieur (I) dans le tube extérieur (G) puis serrer le bouton (H). Insérer l'ensemble du tube dans l'ensemble ressort.
5. Gonfler la boule (D) à l'aide de la pompe (K) fournie. Pression d'air maximale de 4 LBS.
6. Placer la rondelle (J) sur le dessus de (I) et la verrouiller avec la boule (D).
7. Utiliser le bouton (H) pour ajuster la hauteur de l'ensemble du tube selon vos souhaits.



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.

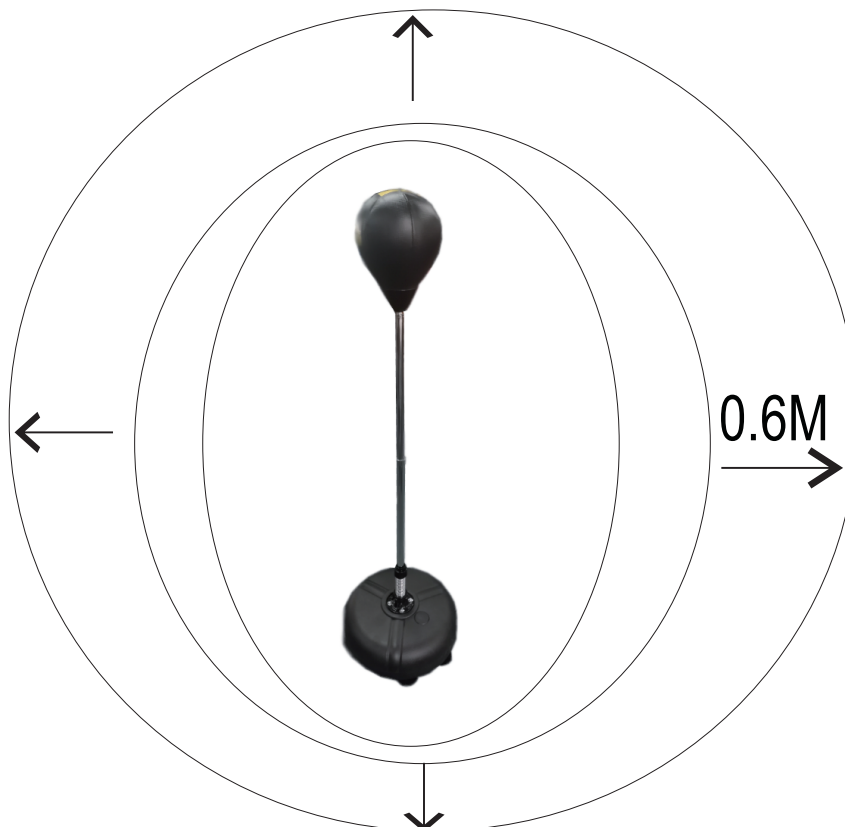
PFLEGE UND WARTUNG:

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

- 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.



WARNUNG:

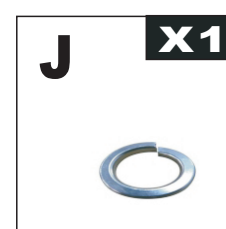
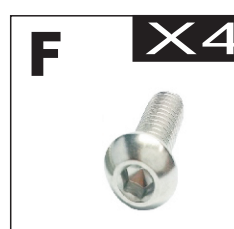
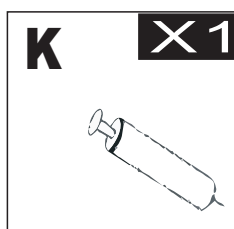
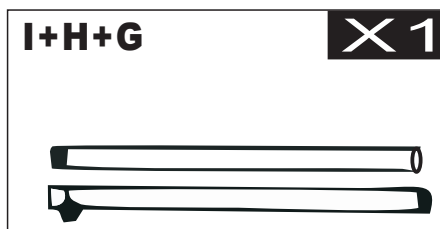
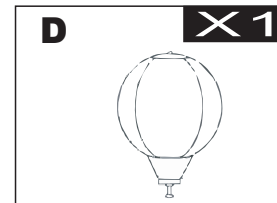
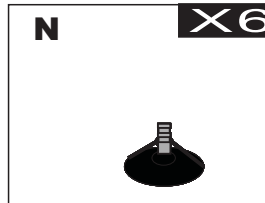
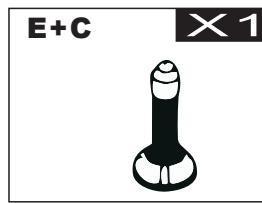
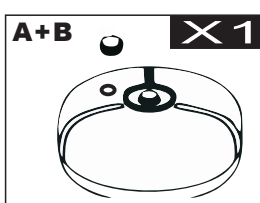
Vor der Verwendung des Punching-Balls wird empfohlen, einen Arzt zu konsultieren, um sicherzustellen, dass Ihre Hände, Handgelenke, Ellbogen, Schultern und Ihr Rücken in einem für die Verwendung dieses Geräts geeignet sind.

Es wird empfohlen, gut gepolsterte Handschuhe und Handverbände zu verwenden - sie bieten zwar einen gewissen Schutz, können aber keine Garantie für die Vermeidung von Verletzungen bieten.

Vergewissern Sie sich, dass Sie in guter körperlicher Verfassung sind und unter fachkundiger Aufsicht stehen, wenn Sie dieses Gerät benutzen. Vergewissern Sie sich vor der Benutzung, dass die Ausrüstung in gutem Zustand ist.

Die Benutzung jedes Sportgeräts ist mit Risiken verbunden. Die Benutzer dieser Ausrüstung müssen sich der möglichen Risiken bewusst sein.

TEILELISTE:



A: Sockel

B: Kappe

C: Federabdeckung

D: Ball

E: Federpaket

F: Zylinderschraube mit Innensechskant

G: Stahlrohr

H: Schraube

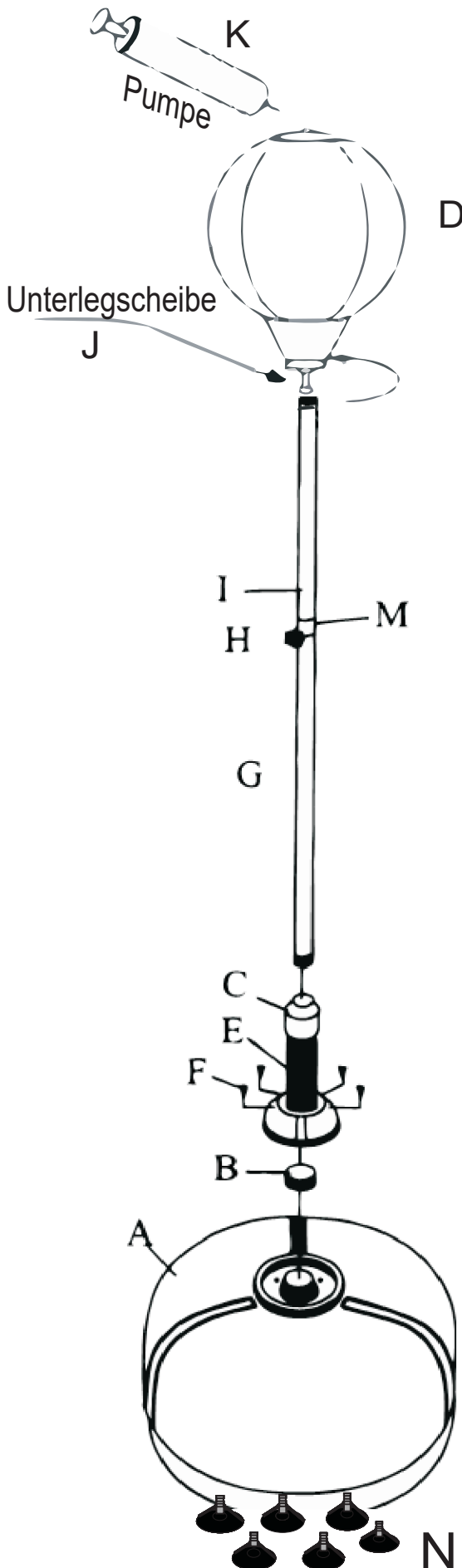
I: Stahlrohr

J: Unterlegscheibe

K: Pumpe

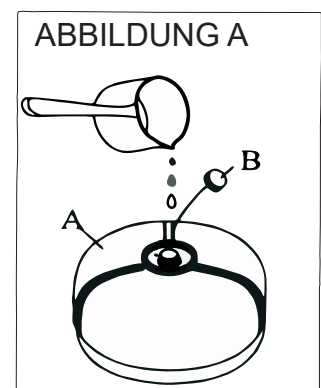
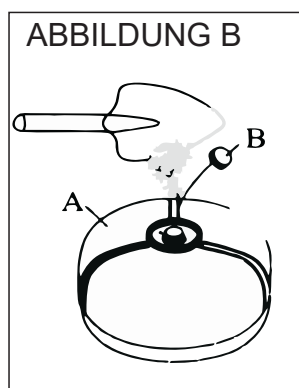
M: Stahlrohrmuffe

N: Saugnapf



AUFBAU:

1. Bringen Sie den Saugnapf (N) an der Unterseite des Sockels (A) an.
2. Öffnen Sie den Deckel (B) des Sockels (A) und füllen Sie ihn mit Wasser (Abbildung A) oder (Abbildung B). Schließen Sie die Kappe (B).
3. Ziehen Sie den Deckel (C) auf der Feder (E) fest. Befestigen Sie die Feder (E) mit vier Schrauben (F) an der Oberseite des Sockels (A) und ziehen Sie sie fest.
4. Lösen Sie die Schraube (H), schieben Sie das Innenrohr (I) in das Außenrohr (G) und ziehen Sie die Schraube (H) fest. Schieben Sie das Rohr in die Feder.
5. Pumpen Sie den Ball (D) mit der mitgelieferten Pumpe (K) auf. Der maximale Luftdruck beträgt 4 lbs.
6. Legen Sie die Unterlegscheibe (J) auf das obere Ende des Stahlrohrs (I) und verriegeln Sie es mit der Kugel (D).
7. Verwenden Sie die Schraube (H), um die Höhe des Rohrs wie unten beschrieben einzustellen.



ADVERTENCIA:

- Antes de usar este equipamiento, se recomienda consultar a un médico para asegurarse de que sus manos, muñecas, codos y espalda puedan resistir las exigencias del boxeo.
- Antes de usarlo, asegúrese de estar en buen estado físico y bajo supervisión experta.
- Antes de cada uso, asegúrese de que todas las piezas estén ajustadas y en buen estado de funcionamiento.
- Use guantes de boxeo y vendas para las manos bien acolchadas. Brindan cierta protección, sin embargo, no se garantiza que esto evite lesiones.
- Para evitar que el soporte se incline hacia un lado, evite golpear constantemente el mismo lugar. Al llenar la base, se recomienda usar arena en lugar de agua. Si se produce una fuga, el agua podría salir desapercibida y el soporte podría volcarse, lo que resultaría en lesiones o daños a la propiedad.
- Si llena la base con agua, verifique cuidadosamente la base en busca de fugas. Si se encuentra una fuga, coloque el equipo en el suelo y contacte con el servicio al cliente. Nunca use, levante o juegue con un equipo que tenga fugas.

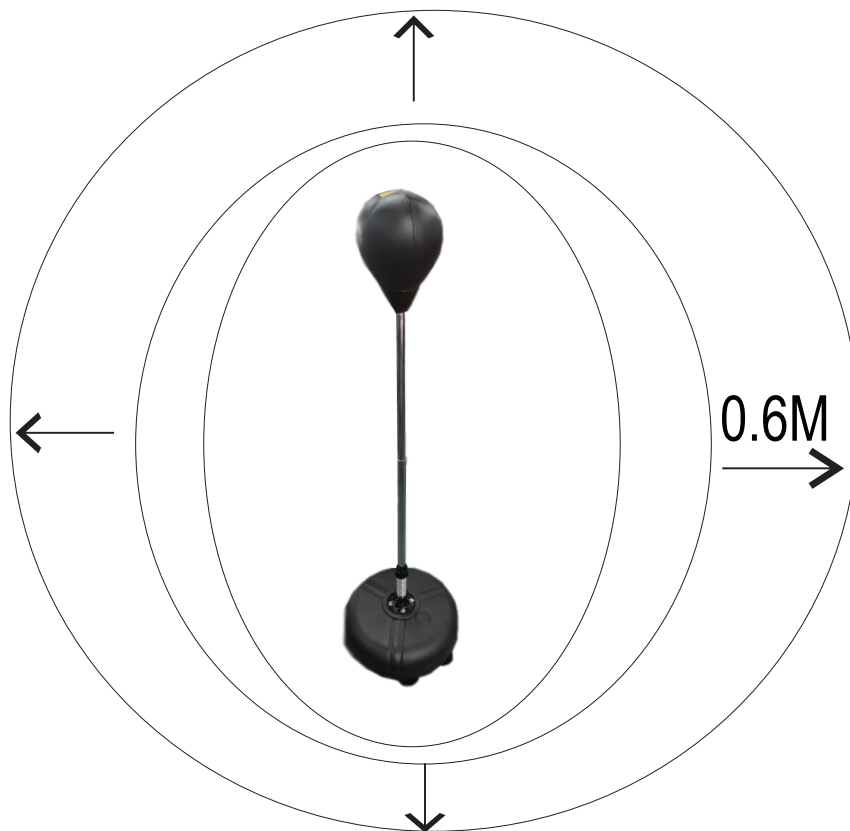
CUIDADO Y MANTENIMIENTO:

Siempre observe las precauciones de seguridad durante el uso. Lea atentamente este manual antes de ensamblar y usar este equipo, especialmente las precauciones de seguridad.

- Verifique regularmente la ventosa, el resorte y otros componentes que son más propensos a desgaste.
- Este producto es solo para uso doméstico.
- Si encuentra algún problema o necesita ayuda durante la instalación o el uso, contacte con nuestro servicio al cliente.
- Reemplace de inmediato los componentes defectuosos. No use este equipo hasta que los componentes sean reparados o reemplazados.
- El equipo de entrenamiento es para uso en interiores.
- Guarde este manual en un lugar seguro para futuras referencias.
- Antes de cada uso, inspeccione el soporte de boxeo y reemplace cualquier pieza desgastada, defectuosa o faltante.
- Mantenga este soporte de boxeo lejos de altas temperaturas, humedad y luz solar directa. Manténgalo en un lugar con ventilación adecuada.
- Si el producto se moja, límpielo con un paño seco.
- Al limpiar el producto, puede utilizar un detergente natural con agua para limpiarlo. Luego, seque con un paño seco, asegurándose de que el producto esté completamente seco.

INSTRUCCIONES GENERALES DE USO:

1. Mantenga a los niños pequeños y las mascotas alejados de este equipo de entrenamiento. Nunca deje a los niños sin supervisión cerca de este equipo.
2. Solo se permite que una persona use el equipo de entrenamiento a la vez.
3. Si el usuario se siente enfermo, con náuseas, opresión en el pecho u otros síntomas incómodos, deje de usarlo de inmediato y busque atención médica.
4. Coloque este equipo de entrenamiento sobre una superficie limpia y plana. Nunca lo coloque cerca de fuentes de agua o al aire libre.
5. Mantenga la cabeza alejada de las partes giratorias durante el uso.
6. Use ropa adecuada al usar este equipo. No use ropa holgada, joyas u cualquier otra cosa que pueda atascarse en el equipo.
7. Mientras usa este producto, siga las instrucciones del fabricante para evitar lesiones o daños.
8. Mantenga objetos afilados alejados de este equipo de entrenamiento.
9. Antes de entrenar, asegúrese de calentar adecuadamente con ejercicios de estiramiento.
10. Si el equipo de entrenamiento está dañado o presenta algún mal funcionamiento, no lo use.
11. Asegúrese de que haya al menos 0,6 m más de espacio libre que el área de entrenamiento. También incluya espacio para salidas de emergencia. Si los equipos están uno al lado del otro, comparta el espacio libre.



ADVERTENCIA:

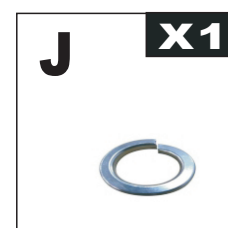
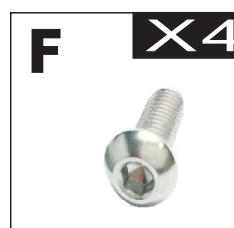
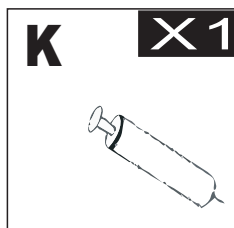
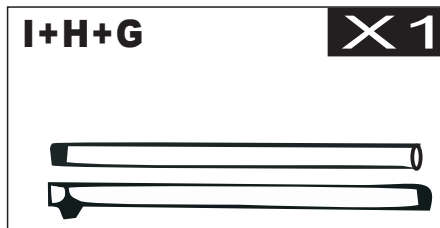
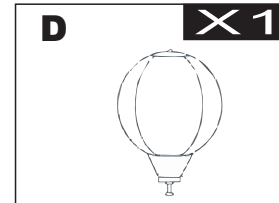
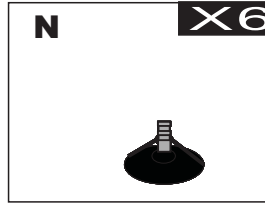
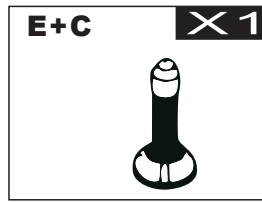
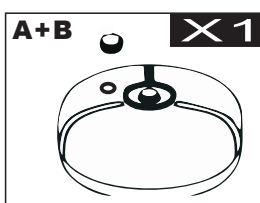
Antes de utilizar el equipo de boxeo independiente, se recomienda que consulte con un médico para asegurarse de que sus manos, muñecas, codos, hombros y espalda estén en condiciones adecuadas para utilizarlo.

Se recomienda que use los guantes bien acolchados y vendas para las manos por motivo de ofrecer un grado de protección, sin embargo, esto no evita todas las lesiones posibles.

Asegúrese de estar en buenas condiciones físicas y bajo la supervisión de un experto al utilizar este equipo de boxeo. Antes de utilizarlo, asegúrese de que esté en buenas condiciones y seguro.

Utilizar cualquier equipo deportivo está sujeto a los riesgos. Los usuarios del equipo deben tener en cuenta de los riesgos potenciales.

LISTA DE PIEZAS:



A: Base

B: Tapón

C: Cubierta de resorte

D: Bola

E: Conjunto de resorte

F: Tornillos de cabeza hueca

G: Tubo de acero

H: Perno

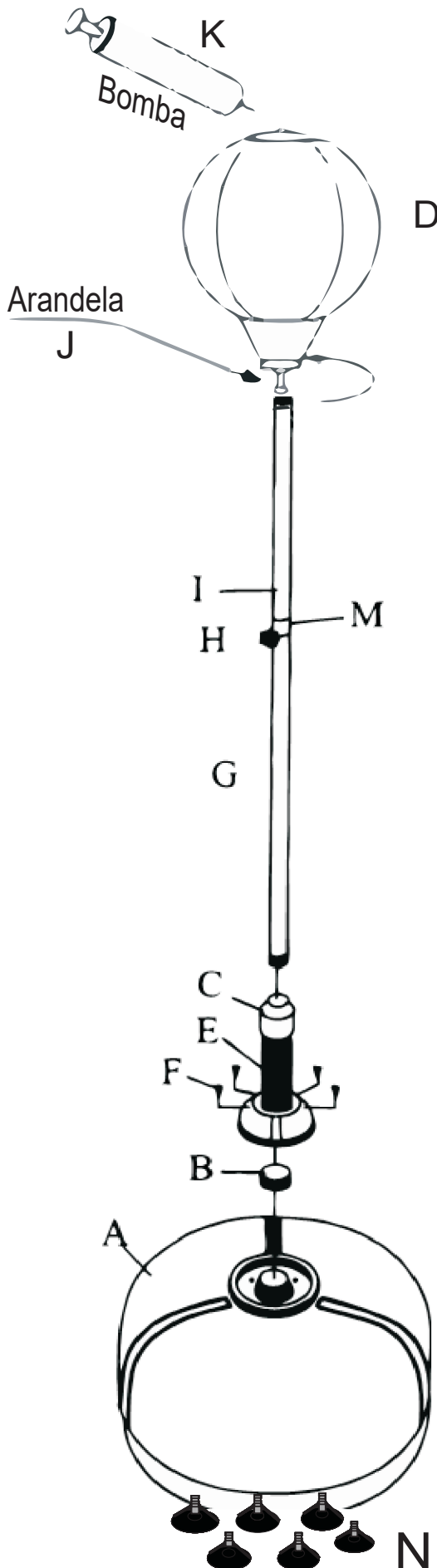
I: Tubo de acero

J: Arandela

K: Bomba

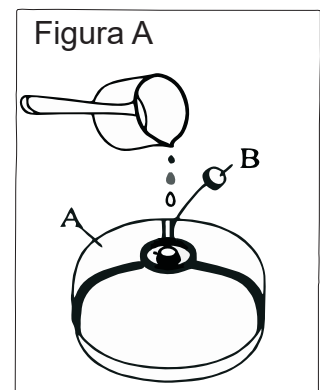
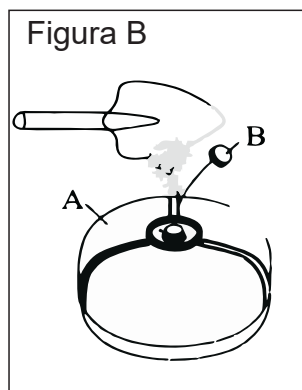
M: Manguito de tubo de acero

N: Ventosa



PASO:

1. Instale la ventosa (N) en la parte inferior de la base (A).
2. Abra el tapón (B) de la base (A) y llene la base con agua (Figura A) o (Figura B). Cierre el tapón (B) nuevamente.
3. Apriete la cubierta (C) al resorte (E). Coloque el resorte (E) en la parte superior de la base (A), fíjelos con los 4 tornillos (F), luego apriete los tornillos bien.
4. Afloje el perno (H) y deslice el tubo interior (I) en el tubo exterior (G), luego apriete el perno (H). Deslice el tubo en el resorte.
5. Utilice la bomba (K) proporcionada para inflar la bola (D). La presión de aire máxima es de 4 libras.
6. Coloque la arandela (J) en la parte superior del tubo de acero (I) y fíjela a la bola (D).
7. Ajuste la altura del tubo mediante el perno (H) como lo que se indica a continuación.



ATTENZIONE:

- Prima di utilizzare questa attrezzatura, si consiglia di consultare un medico per assicurarsi che le mani, i polsi, i gomiti e la schiena possano sopportare gli sforzi dei pugni.
- Prima dell'uso, assicurarsi di essere in buone condizioni fisiche e sotto la supervisione di un esperto.
- Prima di ogni utilizzo, assicurarsi che tutte le parti siano serrate e in buone condizioni di funzionamento.
- Utilizzare guanti da boxe e bende ben imbottiti. Forniscono una certa protezione, tuttavia non è garantito che ciò prevenga lesioni.
- Per evitare che il supporto si inclini su un lato, evitare di colpire sempre lo stesso punto. Quando si riempie la base, è consigliabile utilizzare sabbia invece di acqua. Se si verifica una perdita, l'acqua potrebbe fuoriuscire inosservata e il supporto potrebbe rovesciarsi, causando lesioni o danni alla proprietà.
- Se si riempie la base con acqua, controllare attentamente la base per eventuali perdite. Se si trova una perdita, posizionare l'attrezzatura a terra e contattare il servizio clienti. Mai utilizzare, alzare o giocare con un'apparecchiatura che perde.

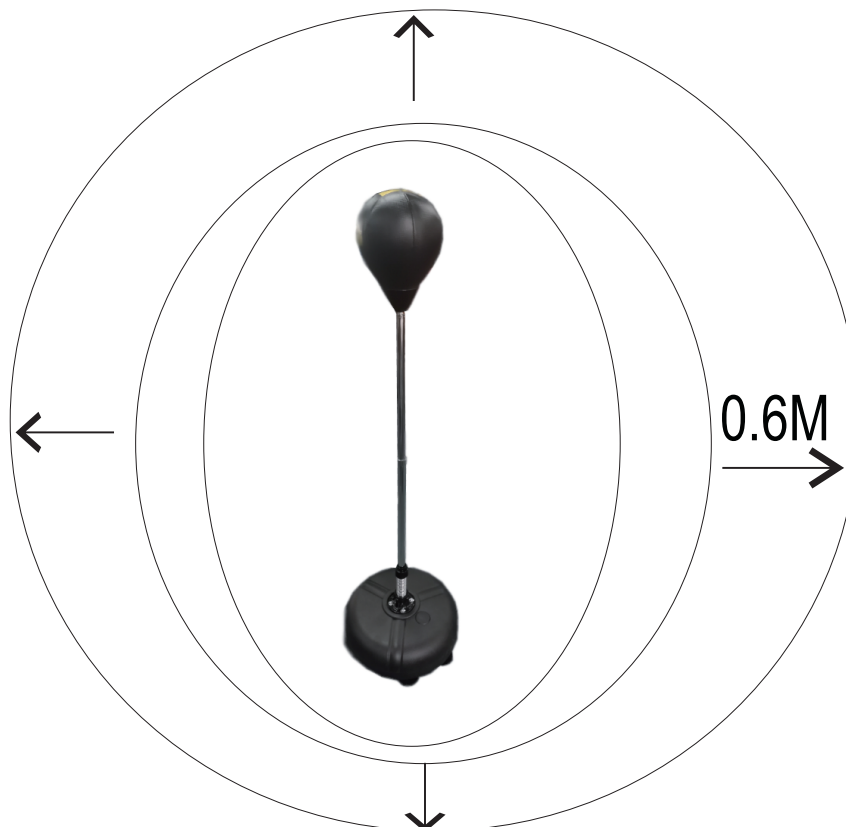
MANUTENZIONE E CURA

Osservare sempre le precauzioni di sicurezza durante l'uso. Leggere attentamente questo manuale prima di assemblare e utilizzare questa attrezzatura, soprattutto le precauzioni di sicurezza.

- Controllare regolarmente la ventosa, la molla e altri componenti che sono più suscettibili all'usura.
- Questo prodotto è destinato solo all'uso domestico.
- Se si riscontrano problemi o si necessita di assistenza durante l'installazione o l'uso, contattare il nostro servizio clienti.
- Sostituire immediatamente i componenti difettosi. Non utilizzare questa attrezzatura fino a quando i componenti non sono riparati o sostituiti.
- L'attrezzatura di allenamento è destinata all'uso interno.
- Conservare questo manuale in un luogo sicuro per riferimenti futuri.
- Prima di ogni utilizzo, ispezionare il supporto da boxe e sostituire eventuali parti usurati, difettose o mancanti.
- Tenere questo supporto da boxe lontano da alte temperature, umidità e luce solare diretta. Conservare in un luogo con una ventilazione adeguata.
- Se il prodotto viene a contatto con l'acqua, asciugarlo con un panno asciutto.
- Durante la pulizia del prodotto, è possibile utilizzare un detergente naturale con acqua per detergerlo. Successivamente, asciugare con un panno asciutto, assicurandosi che il prodotto sia completamente asciutto.

ISTRUZIONI GENERALI PER L'USO:

1. Tenere i bambini piccoli e gli animali domestici lontano da questa attrezzatura di allenamento. Non lasciare mai i bambini incustoditi quando sono vicino a questa attrezzatura.
2. Solo una persona alla volta è autorizzata a utilizzare l'attrezzatura di allenamento.
3. Se l'utente si sente male, ha nausea, senso di oppressione al petto o altri sintomi sgradevoli, smettere immediatamente di utilizzare l'attrezzatura e cercare assistenza medica.
4. Posizionare questa attrezzatura di allenamento su una superficie pulita e piana. Non posizionarla mai vicino a fonti d'acqua o all'aperto.
5. Tenere la testa lontana dalle parti in rotazione durante l'uso.
6. Indossare abbigliamento adeguato durante l'utilizzo di questa attrezzatura. Non indossare abiti larghi, gioielli o qualsiasi altra cosa che potrebbe incastrarsi nell'attrezzatura.
7. Durante l'utilizzo di questo prodotto, seguire le istruzioni del produttore per evitare lesioni o danni.
8. Tenere gli oggetti appuntiti lontano da questa attrezzatura di allenamento.
9. Prima dell'allenamento, assicurarsi di essere adeguatamente riscaldati con esercizi di stretching.
10. Se l'attrezzatura di allenamento è danneggiata o presenta malfunzionamenti, non utilizzarla.
11. Assicurarsi che ci sia almeno 0,6 metri di spazio libero in più rispetto all'area di allenamento. Includere anche lo spazio per le vie di fuga in caso di emergenza. Se le attrezzature sono affiancate, condividere lo spazio libero.



AVVERTENZA:

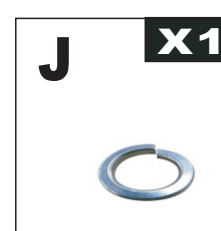
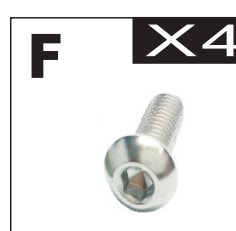
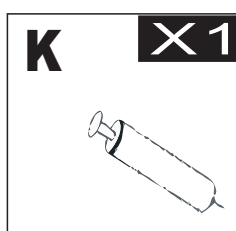
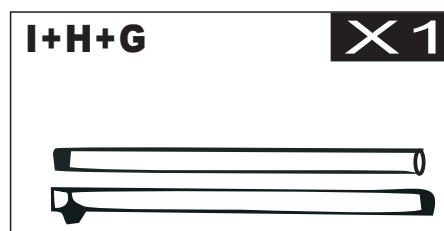
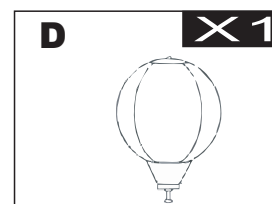
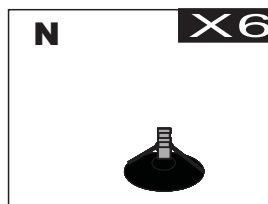
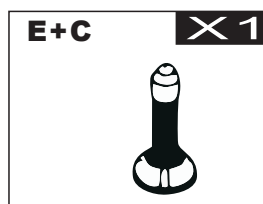
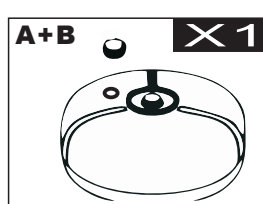
Prima di utilizzare la Palla da Boxe Verticale autoportante, si consiglia di contattare un medico per assicurarsi che le mani, i polsi, i gomiti, le spalle e la schiena siano in buone condizioni fisiche per consentire l'utilizzo di questa attrezzatura.

Si consiglia di utilizzare guanti ben imbottiti e fasce per le mani: questi dispositivi forniscono un certo grado di protezione ma non garantiscono di evitare completamente le lesioni personali.

Assicurarsi di essere in buone condizioni fisiche e sotto la supervisione di un esperto quando si usa questa attrezzatura. Prima dell'uso, assicurarsi che l'attrezzatura sia in buone condizioni e in sicurezza.

L'uso di qualsiasi attrezzatura sportiva è soggetto a rischio. Gli utenti di questa attrezzatura devono essere consapevoli dei potenziali rischi.

LISTA PARTI:



A: Base

B: Tappo

C: Protezione molla

D: Palla da Boxe

E: Gruppo molla

F: Vano vite a testa esagonale

G: Tubo in metallo

H: Bullone

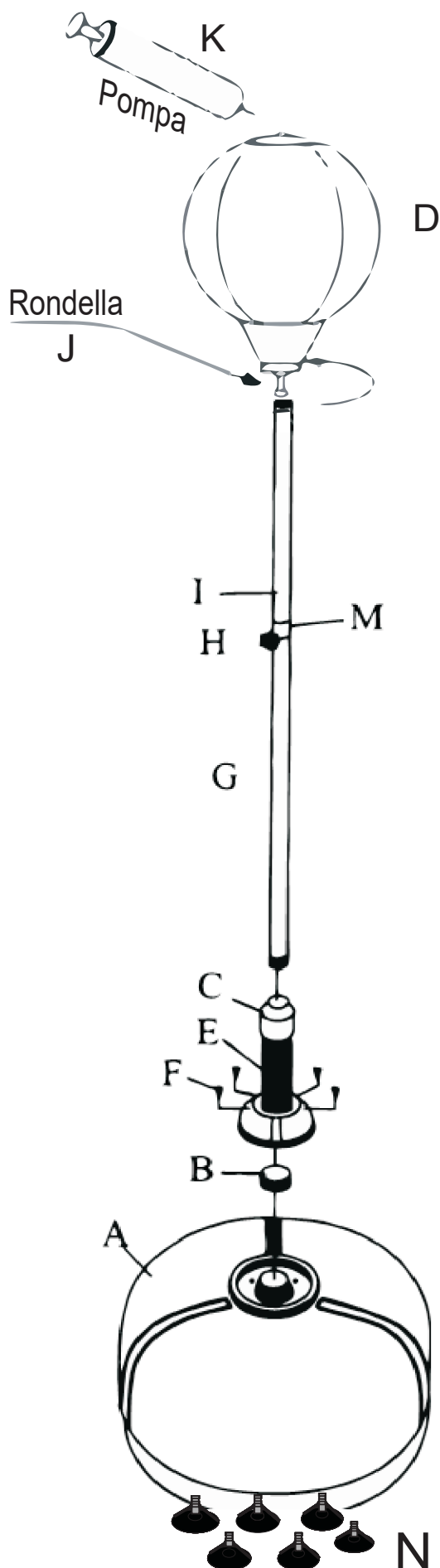
I: Tubo in metallo

J: Rondella

K: Pompa

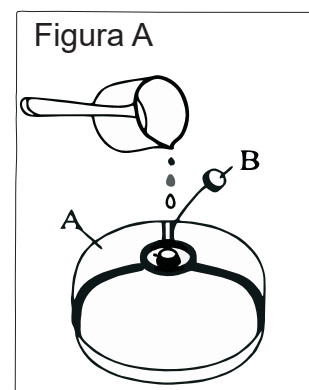
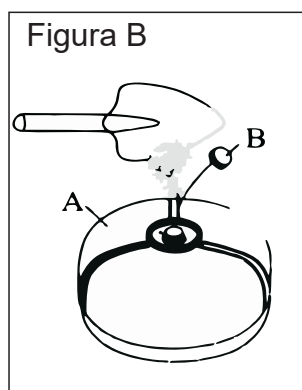
M: Manicotto tubo in metallo

N: Ventosa



PASSO:

1. Installare la ventosa (N) nella parte inferiore della base (A).
2. Aprire il tappo (B) sulla base (A) e riempire con acqua (Figura A) o (Figura B). Richiudere il tappo (B).
3. Avvitare la protezione (C) sulla molla (E). Fissare la molla (E) alla sommità della base (A) con quattro viti (F) e stringere.
4. Allentare il bullone (H) e far scorrere il tubo in metallo interno (I) nel tubo esterno (G) e stringere il bullone (H). Infilare il tubo nella molla.
5. Gonfiare la palla da boxe (D) utilizzando la pompa (K) in dotazione. La pressione massima dell'aria è di 4 libbre.
6. Posizionare la rondella (J) sulla sommità del tubo in metallo (I) e bloccarla con la sfera (D).
7. Utilizzare il bullone (H) per regolare l'altezza del tubo come mostrato di seguito.



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 HOSTALETES 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 HOSTALETES 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 IMPORTEUR:

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

