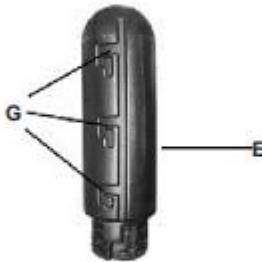


FREISTEHENDE BOXFIGUR

MONTAGEANLEITUNGEN

A91-095 DE C000000



1. Entfernen Sie zuerst die Kappe (A) und füllen Sie den Standfuß (B) mit Wasser auf.
2. Richten Sie dann die Schrauben (C) am Flanschende des beweglichen Kragens (D) mit den Schlitten an der Oberseite der Basis (B) aus und verbinden Sie sie. Achten Sie darauf, dass Sie den Kragen durch leichtes Drehen des Kragens vollständig bis zum Boden des Kanals schieben.
3. Richten Sie nun die Kanäle des einstellbaren Mittelpfostens (E) an den Schrauben oben am Bund (D) aus und verbinden Sie sie miteinander. Stellen Sie sicher, dass der Mittelpfosten vollständig in Position ist, indem Sie ihn vorsichtig drehen.
4. Richten Sie anschließend die Kunststoffknöpfe an der Innenseite des Boxkörpers (F) mit den Kanälen an den Seiten des Mittelpfostens aus und verbinden Sie den Beutel und den Mittelpfosten.
5. Die Höhe des Boxkörpers kann eingestellt werden, indem der Körper angehoben und leicht gedreht wird, bis die inneren Knöpfe in den entsprechenden Seitenkanälen (G) einrasten. Der Körper sollte dann so manövriert werden, dass die Knöpfe im Boden des Seitenkanals liegen.
6. Ziehen Sie alle Schrauben fest an, bevor Sie das Gerät zum ersten Mal verwenden.

WARNUNG: Bevor Sie Ihren freistehenden Boxkörper benutzen, konsultieren Sie bitte einen Arzt, um sich zu vergewissern, dass Ihre Hände, Handgelenke, Ellbogen, Schultern und Ihr Rücken den Strapazen des Trainings mit diesem Gerät gewachsen sind.

Es wird empfohlen, gut gepolsterte Leder-Boxhandschuhe und Handwickel zu verwenden. Diese bieten zwar einen gewissen Schutz während des Trainingsprozesses, es kann jedoch nicht garantiert werden, dass sie Verletzungen vollständig vermeiden.

Vergewissern Sie sich bei der Verwendung dieses Geräts, dass Sie sich in guter körperlicher Verfassung befinden und von Experten überwacht werden. Vergewissern Sie sich vor jeder Inbetriebnahme, dass das Gerät in gutem Zustand ist und alle Schrauben richtig angezogen sind.

Die Verwendung von Sportgeräten ist mit einem gewissen Risiko verbunden und kann zu Verletzungen führen.

