



DE: MONTAGEANLEITUNG

EN: ASSEMBLY INSTRUCTION

DE: WICHTIG - BITTE HEBEN SIE DIESE ANLEITUNG FÜR EINE SPÄTERE BEZUGNAHME AUF: SORGFÄLTIG DURCHLESEN

EN: IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.

Boxen ist ein Kontaktsport, was bedeutet, dass ein Kontakt gefährlich sein und 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 aber Verletzungen nicht vollständig verhindern. Der Benutzer trägt das Risiko einer Verletzung.

WARNUNG: Bevor Sie diesen freistehenden schweren Boxsack verwenden, sollten Sie sich an einen Arzt wenden, der sicherstellt, dass Ihre Hände, Handgelenke, Schultern und Ihr Rücken in der Lage sind, den Belastungen des Boxens mit diesem Gerät standzuhalten.

Es wird empfohlen, gut gepolsterte Boxhandschuhe mit Handschützern zu verwenden. Sie bieten einen gewissen Schutz, schützen aber nicht vollständig vor Verletzungen. Verwenden Sie dieses Gerät nur in guter körperlicher Verfassung und unter fachkundiger Aufsicht. Vergewissern Sie sich vor jeder Verwendung, dass sich das Gerät in gutem Zustand befindet und ordnungsgemäß befestigt ist. Die Verwendung von Sportgeräten birgt Verletzungsgefahren. Der Benutzer dieses Geräts trägt das gesamte Verletzungsrisiko.

Verwenden Sie dieses Gerät nicht, wenn Teile beschädigt sind. Spielen Sie niemals auf beschädigten Teilen,

Boxing is a contact sport, which means contact could be dangerous and 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 injury. Users must assume the risk of any injury.

WARNING: Before using this freestanding heavy bag, it is recommended to contact a physician, ensuring your hands, wrists, shoulders and back are suitable conditioned to withstand the rigours of punching this equipment.

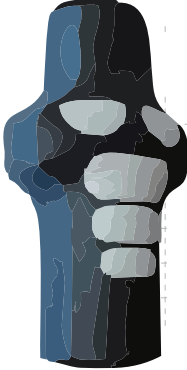

It is recommended that you use well-padded boxing gloves with hand wraps. They provide a degree of protection – this does not completely protect you from injury. When using this equipment, ensure that you are in good physical condition and under expert supervision. Before every use, ensure the product is in good condition and properly fastened.

Use of any sports equipment comes with risk of injury. Users of this equipment must assume all risk of injury.



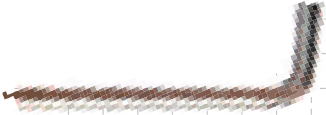
Do not use this product if parts are damaged. Never play on damaged parts,

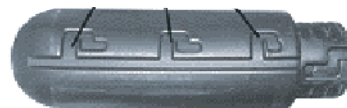
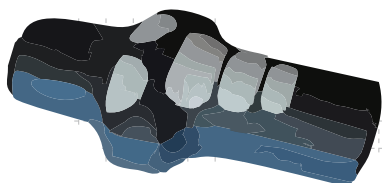
PACKING DETAILS: TOTAL 2 BOXES

BOX-1/2

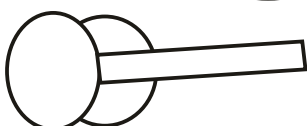
NO.	PARTS	QTY
F		1
E		1

BOX-2/2

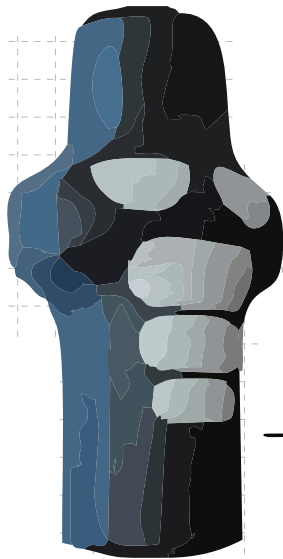
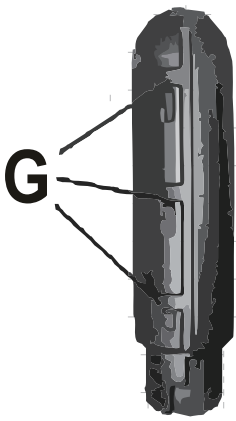
NO.	PARTS	QTY
D		1
B		1
		1

B x 1**D** x 1**E** x 1**F** x 1**G** x 1

01



DE: Füllen Sie den Sockel (B) mit Wasser oder Sand und ersetzen Sie den Deckel.
EN: Fill the base(B) with water or sand replacethe cap.

DE**F****E****D****C****A****B**

1. Entfernen Sie die Kappe (A) und füllen Sie den Sockel (B) mit Wasser.

2. Richten Sie die Bolzen (C) im geflanschten Ende der flexiblen Manschette (D) auf die Nuten im oberen Teil der Sockel (B) aus und verbinden Sie sie. Achten Sie darauf, dass die Manschette durch leichtes Drehen vollständig bis zum Boden der Nute gleitet.

3. Richten Sie die Nuten des verstellbaren Mittelpfostens (E) auf die Bolzen am oberen Ende der Manschette (D) aus und verbinden Sie sie. Achten Sie darauf, den Mittelpfosten durch eine leichte Drehung in die richtige Position zu schieben.

4. Richten Sie die Kunststoffnoppen an der Innenseite des gepolsterten Boxsacks (F) auf die Nuten an den Seiten des Mittelpfostens aus und verbinden Sie dann Boxsack und Mittelpfosten.

5. Stellen Sie die Höhe des Boxsacks durch Anheben und leichtes Drehen des Boxsacks ein, bis die Innennoppen in die seitlichen Nuten (G) gleiten. Der Boxsack sollte so platziert werden, dass die Knöpfe unten in den seitlichen Nuten aufliegen.

6. Vergewissern Sie sich vor der Verwendung, dass alle Schrauben fest angezogen sind.

EN

1. Remove the cap (A) and fill the base (B) with water.

2. Align the bolts (C) in the flanged end of the flexible collar (D) with the slots in the top of base (B) and connect. Be sure to slide the collar completely to the bottom of the channel by rotating slightly.

3. Align the channels of the adjustable centre post (E) with the bolts near the top of the collar (D) and connect. Be sure to slide the centre post in to place by slightly rotating it.

4. Align the plastic knobs on the inside of the padded bag (F) with the channels on the sides of the centre post, then connect the bag and centre post.

5. Adjust the height of the bag by raising and slightly rotating the bag until the interior knobs slip into the side channels (G). The bag should be placed so the knobs rest in the bottom of the side channel.

6. Ensure all bolts are tightened before use.

ADRESSE DES IMPORTEURE:

MH Handel GmbH
Wendenstraße 309
D-20537 Hamburg
Germany

IN CHINA HERGESTELLT

