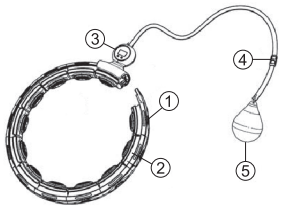


GB Assembly

Parts list



No.	Description
1.	Button
2.	Connector
3.	Computer
4.	Clamp
5.	Weight

- Using the button (1) on the connector (2), separate the hoop.
- Adjust the length by adding or removing connectors (2). Do not disassemble the computer (3) during use.
- Adjust the length of the weight link (5) using the clamp (4). Depending on its length, the intensity of the exercises changes. The longer the link, the greater the weight and the higher the level of difficulty.
- Connect the connectors (2) to lock the hoop. Make sure that each element of the hoop is securely connected.

14

GB Warranty

Warranty conditions

- Customer has the following options for submitting a complaint:
 - by filling the form on website: <https://www.hop-sport.de/reklamation/>
 - in writing to the correspondence address:
Hegen Deutschland GmbH
Papenreya 53
22453 Hamburg
Germany
 - by an email: service@hop-sport.de
- Defects revealed during the warranty period will be removed free of charge within 14 working days from the date of delivery of device. If it is necessary to send device for repair abroad or to import spare parts from abroad, the repair period may be extended.
- The law of the country to which the goods were delivered shall apply, including warranty rules. CISG does not apply.
- The warranty does not cover damage caused by improper use.

GB Environmental protection

This item has been packaged to protect it from potential damage during shipping. The packaging can be recycled. Discard these materials according to their type.

To protect the environment, take used batteries to the recycling facility. Do not discard used batteries to your household rubbish bins. In this way you will contribute to environmental protection.

Used electrical devices (including the computer in this item) are recyclable materials-you must not discard them to your household waste as they may contain dangerous substances for human health and environment! We kindly ask you for your active help in economical management of natural resources and environmental protection by handing over the used electrical devices to the right recycling facility.

16

GB Computer handling

Display view



Display indicators

SCAN	Sequentially displays: TIME, COUNT, REPS, CAL.
TIME	Displays the training time.
COUNT	Displays the number of revolutions.
REPS	Displays the number of repetitions.
CAL	Displays the number of burned calories.

Funkcje przycisków

MODE	Allows you to select a parameter to display.
RESET	Resets the saved data.

GB Training recommendations

- Do not start exercising until 30 minutes after a meal.
- Do the exercises in a large space.
- Tighten your abdominal muscles during exercise. Rest the hula-hop mainly on your waist to exercise your lumbar and abdominal muscles.
- Do not spin the hula-hop too fast. It is recommended to maintain constant movement to relax the body. You do not have to stand stiffly on your feet, you can walk slowly to avoid local muscle and joint fatigue caused by long-term and repetitive training.
- Hula-hopping is an aerobic exercise that consumes calories. To achieve the effect of a slim waist it is recommended to hula-hop for at least 30 minutes.

15

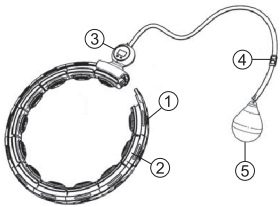
PL Ostrzeżenia

- Produkt jest artykułem sportowym, nie jest zabawką. Nie należy udostępniać go dzieciom do zabawy.
- Przed rozpoczęciem użytkowania, należy upewnić się, że produkt nie jest uszkodzony.
- Z produktu należy korzystać wyłącznie w celach, do których jest przeznaczony (tj. do ćwiczeń fitness i siłowych).
- W celu uniknięcia uszkodzenia mięśni, przed rozpoczęciem treningu należy wykonać rozgrzewkę.
- Zaleca się wykonywanie treningu w stroju nie krępującym ruchów oraz w obuwiu odpowiednim do rodzaju treningu.
- W razie wystąpienia zawrotów głowy lub jakiegokolwiek dolegliwości bólowej, należy natychmiast przerwać ćwiczenia.
- Nie należy umieszczać produktu w pobliżu źródeł ciepła, jak np. lampy, grzejniki, kominki, gdyż grozi to jego uszkodzeniem.
- Uszkodzony produkt nie spełnia warunków bezpieczeństwa. Nie należy go samodzielnie naprawiać.
- Zaleca się zachowanie niniejszej etykiety.

17

PL Montaż

Lista części



Nr	Opis
1.	Przycisk
2.	Łącznik
3.	Komputer
4.	Klamra
5.	Obciążnik

- Za pomocą przycisku (1) na łączniku (2) rozdziel obręcz.
- Dostosuj długość łąjąc lub dodając łączniki (2). Nie demontuj komputera (3) podczas użytkowania.
- Dostosuj długość linki obciążnika (5) za pomocą klamry (4). W zależności od jego długości zmienia się intensywność ćwiczeń. Im dłuższa linka tym większy ciężar i wyższy poziom trudności.
- Połącz łączniki (2), aby zablokować obręcz. Upewnij się, że każdy element obręczy jest mocno połączony.

18

PL Gwarancja

Warunki gwarancji

- Klient ma następujące możliwości zgłoszenia reklamacji:
 - za pośrednictwem formularza reklamacyjnego na stronie internetowej: <https://www.hop-sport.pl/serwis/>
 - pisemnie na adres korespondencyjny:
Hegen Distribution Sp. z o.o.
ul. Sportowa 3A
32-080 Zabierzów
Polska
 - po pocztą elektroniczną: serwis@hop-sport.com
- Wady powstałe w okresie gwarancyjnym będą zazwyczaj usuwane bezpłatnie w ciągu 14 dni roboczych od daty dostarczenia wadliwego produktu. W przypadku konieczności wysłania produktu do naprawy za granicę lub sprowadzenia części zamiennych z zagranicy, naprawa może potrwać dłużej.
- Zastosowanie ma prawo kraju, do którego dostarczono towar, w tym przepisy dotyczące gwarancji. Konwencja CISG nie ma zastosowania.
- Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń spowodowanych niewłaściwym użytkowaniem.

PL Ochrona środowiska

Ten produkt jest dostarczany w opakowaniu, by uchronić go od ewentualnych uszkodzeń podczas transportu. Opakowania są surowcami nieprzetworzonymi i mogą być recyklowane. Wyrzućaj te materiały według ich rodzaju.

Aby chronić środowisko, należy oddać zużyte baterie do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych. Nie należy wyrzucać zużytych baterii do domowych koszy na śmieci. Przyczynia się Państwo w ten sposób do ochrony środowiska.

Zużyte urządzenia elektryczne (w tym urządzeniu komputer) są surowcami wtórnymi - nie wolno wyrzucać ich do pojemników na odpady domowe, ponieważ mogą zawierać substancje niebezpieczne dla zdrowia ludzkiego i środowiska! Prosimy o aktywną pomoc w oszczędnym gospodarowaniu zasobami naturalnymi i ochronie środowiska naturalnego przez przekazanie zużytego urządzenia do punktu składowania surowców wtórnych - zużytych urządzeń elektrycznych.

20

PL Obsługa komputera

Widok wyświetlacza



Oznaczenia na wyświetlaczu

SCAN	Kolejno wyświetla: TIME, COUNT, REPS, CAL.
TIME	Wyświetla czas treningu.
COUNT	Wyświetla ilość obrotów.
REPS	Wyświetla ilość powtórzeń.
CAL	Wyświetla ilość spalonych kalorii.

Funkcje przycisków

MODE	Pozwala wybrać parametr do wyświetlenia.
RESET	Resetuje zapisane dane.

PL Zalecenia do treningu

- Nie rozpoczynaj ćwiczeń do 30 minut po posiłku.
- Ćwiczenia wykonuj na dużej przestrzeni.
- Podczas ćwiczeń napij mięśnie brzucha. Opieraj hula-hop głównie na talii, aby ćwiczyć mięśnie lędźwiowe i brzucha.
- Nie obracaj hula-hop zbyt szybko. Zalecane jest utrzymywanie stałego ruchu, aby rozluźnić ciało. Nie musisz stać sztywno na nogach, możesz powoli chodzić, aby uniknąć miejscowego zmęczenia mięśni i stawów spowodowanego długotrwałym i powtarzalnym treningiem.
- Hula-hop to ćwiczenie aerobowe, pochłaniające kalorie, aby osiągnąć efekt wąskiej talii zaleca się kręcenie hula-hop przez minimum 30 minut.

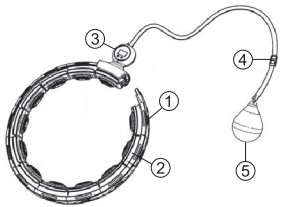
19

SK Upozornenie

- Výrobek je športovým vybavením, nie je to hračka. Nedávajte ho deťom na hranie.
- Pred použitím sa uistite, že produkt nie je poškodený.
- Výrobok používajte iba na účely, na ktoré je určený (t.j. pre fitness a silový tréning).
- Pred cvičením vykonajte rozvojku, aby nedošlo k poškodeniu svalov.
- Cvičenie sa odporúča vykonávať v oblečení, ktoré neobmedzuje pohyby a v obuvi vhodnej pre daný typ tréningu.
- Ak máte závraty alebo bolesti, okamžite prestaňte cvičiť.
- Výrobok neumiestňujte do blízkosti zdrojov tepla, ako sú žiarovky, ohrievače, krbý, pretože by to mohlo poškodiť výrobok.
- Poškodený výrobok nespĺňa bezpečnostné požiadavky. Neopravujte ho sami.
- Tento štítok sa odporúča uschovať.

SK Montáž

Zoznam dielov



Nr	Opis
1.	Tlačidlo
2.	Konektor
3.	Počítač
4.	Spona
5.	Závaž

- Pomocou tlačidla (1) na konektore (2) oddelte obrúč.
- Upravte dĺžku obrúče odstránením alebo prídanim konektorov(2). Počítač (3) počas používania nedomontujte.
- Pomocou spony (4) upravte dĺžku záťažového kábla(5). V závislosti od jeho dĺžky sa mení intenzita cvičenia. Čím dlhší je kábel, tým ťažšia je záťaž a tým vyššia je úroveň ťažnosti.
- Pripojte konektory (2), aby ste uzamkli obrúč. Uistite sa, že každý konektor je bezpečne pripojený.

22

SK Záruka

Záručné podmienky

- Zákazník má nasledujúce možnosti uplatnenia reklamácie:
 - prostredníctvom krokov na webovej stránke: <https://hop-sport.sk/info/zaruka-a-servis/>
 - pisemné na adresu
Hegen Česko s. r. o.
Stavbařů 2201/36 w
734 01 Karviná-Mizerov
Česká republika
 - e-mailom: info@hop-sport.sk
- Reklamácia vrátane odstránenia vady musí byť vybavená a kupujúci o tom musí byť informovaný najneskôr do tridsiatich (30) dní odo dňa uplatnenia reklamácie, pokiaľ sa predávajúci s kupujúcim nedohodne na dlhšej lehote. Ak je potrebné poslať zariadenie na opravu do zahraničia alebo doviesť náhradné diely zo zahraničia, oprava môže trvať dlhšie.
- Použite sa právo krajiny, do ktorej bol tovar dodaný, vrátane záručných ustanovení. Neplati Dohovor OSN o zmluvách o medzinárodnej kúpe tovaru.
- Záruka sa nevzťahuje na poškodenia spôsobené nesprávnym používaním.

SK Ochrana životného prostredia

Tento produkt sa dodáva v obale, ktorý ho chráni pred možným poškodením počas prepravy. Obal je vyrobený zo surovín, ktoré je možné recyklovať. Tieto obaly vyžadujú a triede podľa ich typu.

Z dôvodu ochrany životného prostredia musia byť použité batérie odovzdané na mieste predaja, alebo odovzdané do určenej zberne pre skladovanie druhotných surovín. Nevyhadzujte použité batérie do domových košov na odpady. Týmto budete prispievať k ochrane životného prostredia.

Opatrované elektrické zariadenia (vrátane počítača) sú druhotné suroviny a nemú sa vyhazovať do košov a kontajnerov na domový odpad, pretože môžu obsahovať látky nebezpečné pre ľudské zdravie a životné prostredie! Prosimy o aktívnu podporu efektívneho riadenia prírodných zdrojov a ochranu životného prostredia. Použitie zariadenie odovzdajte do zberne pre skladovanie druhotných surovín - použitých elektrických zariadení.

24

SK Návod na použitie počítača

Displej



Ukazovatele na displeji

SCAN	Postupne zobrazuje: TIME, COUNT, REPS, CAL.
TIME	Zobrazuje čas tréningu.
COUNT	Zobrazuje počet otáčok.
REPS	Zobrazuje počet opakovaní.
CAL	Zobrazuje počet spaľených kalórií.

Funkcie tlačidiel

MODE	Umožňuje vybrať parameter, ktorý sa zobrazí.
RESET	Resetuje uložené údaje.

SK Tréningové odporúčania

- Začnite cvičiť až 30 minút po jedle.
- Cvičenie vykonávajte vo veľkom priestore.
- Pri cvičení napnite brušné svaly. Nasadte si Hula-hop okolo pása, aby ste si precvičili bedrové a brušné svaly.
- Netočte sa obrúču príliš rýchlo. Na uvoľnenie tela sa odporúča udržiavať neustály pohyb. Nemusíte stať nehybne, môžete vykonávať pomalú chôdzu, aby ste sa vyhli lokálnej svalovej a kĺbovej únave spôsobenej dlhodobým a opakovaným tréningom.
- Hula-hopping je aeróbne cvičenie, ktoré spaľuje kalórie. Pre dosiahnutie efektu štihleho pása sa odporúča tréning s obrúču Hula-hop aspoň 30 minút.

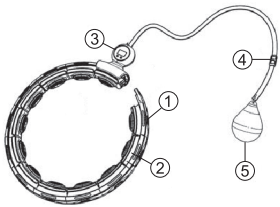
23

UA Застереження

- Продукт є спортивним обладнанням, а не іграшкою. Рекомендуємо тримати його подаль від дітей.
- Перед початком тренування обов'язково перевірте, чи продукт не пошкоджений.
- Використовуйте продукт тільки за призначенням (для фітнесу та силових тренувань).
- Щоб уникнути пошкодження м'язів, перед тренуванням обов'язково розігрівайтеся.
- Рекомендовано тренуватися в одязі, який не обмежує рухи та у взутті відповідному до типу тренування.
- Якщо ви відчуваєте біль, дискомфорт або запаморочення під час вправ, негайно припиніть тренування.
- Не кладіть, не залишайте та не зберігайте продукт поблизу джерел тепла, зокрема ламп, обігрівачів, камінів тощо.
- Якщо виникли будь-які пошкодження, в жодному разі не використовуйте продукт та не ремонтуйте його самостійно.
- Рекомендуємо зберігати цю інструкцію.

UA Установка

Перелік деталей



Ні	Опис
1.	Кнопка
2.	Роз'єм
3.	Комп'ютер
4.	Пряжка
5.	Навантаження

- Використовуйте кнопку (1) на роз'ємі (2), щоб від'єднати обруч.
- Відрегулюйте довжину, видаливши або додавши з'єднувачі (2). Не розбирайте комп'ютер (3) під час використання.
- Відрегулюйте довжину кабелю навантаження (5) за допомогою пряжки (4). Залежно від його довжини змінюється інтенсивність вправи. Чим довша лінія, тим більша вага і вищий рівень складності.
- Під'єднайте роз'єми (2), щоб зафіксувати всі деталі обруча. Переконайтеся, що кожна деталь обруча міцно з'єднані.

26

UA Гарантія

Умови гарантії

- Покупець має наступні варіанти подання скарги:
 - через форму заповнення рекламційного формуляру на сайті.
 - письмово на адресу:
електронною поштою: info@hop-sport.ua
 - або на сайті заповнити «РЕКЛАМАЦІЙНИЙ ФОРМУЛЯР».
- Дефекти або пошкодження обладнання, виявлені протягом гарантійного періоду, будуть усунені безкоштовно протягом 14 робочих днів з дати доставки обладнання до сервісу. Якщо вам потрібно привезти деталі з-за кордону, термін ремонту може бути продовжений.
- Всі гарантійні умови виконуються за законодавством країни, куди було доставлено товар, включаючи гарантійні положення. Конвенція ООН про договори міжнародної купівлі-продажу товарів не застосовується.
- Гарантія не поширюється на пошкодження, що виникли внаслідок ненавального використання.

UA Охорона навколишнього середовища

Цей виріб поставляється в упаковці, для захисту від можливих пошкоджень під час транспортування. Упаковка є необробленою сировиною і може бути перероблена. Позбудьтеся цих матеріалів відповідно до їх типу.

Для захисту навколишнього середовища вносьте використані батареї до спеціального пункту для переробки. Не викидайте використані батареї в урни для сміття. Таким чином ви зробите свій внесок у захист навколишнього середовища.

Використані електричні пристрої (зокрема комп'ютер) - це матеріали, що підлягають вторинній переробці - їх не слід утилізувати з побутовими відходами, оскільки вони можуть містити речовини, небезпечні для здоров'я людини та навколишнього середовища! Будь ласка, активно допомагайте в економічному управлінні природними ресурсами та охороні навколишнього середовища, передаючи використаний пристрій до пункту прийому вторинних матеріалів - використаних електричних пристроїв.

UA Інструкція з експлуатації комп'ютера

Дисплей



Покази дисплея

SCAN	Відображення послідовно: TIME, COUNT, REPS, CAL.
TIME	Відображає час тренування.
COUNT	Відображає кількість обертів.
REPS	Відображає кількість повторень.
CAL	Відображає кількість спалених калорій.

Функції кнопок

MODE	Дозволяє вибрати параметр для відображення.
RESET	Скидає збережені дані.

UA Рекомендації щодо використання

- Не починайте виконувати вправи раніше ніж через 30 хвилин після їжі.
- Виконуйте вправи у великому просторі.
- Під час виконання вправи напружте м'язи живота. Розташуйте хулахуп переважно на талії, щоб тренувати м'язи попереку та живота.
- Не крутіть хулахуп занадто швидко. Рекомендється підтримувати постійний рух, щоб розслабити тіло. Вам не обов'язково стояти на ногах, ви можете ходити повільно, щоб уникнути локальної втоми м'язів і суглобів, викликані тривалими і повторюваними тренуваннями.
- Хулахуп - це аеробна вправа, яка витрачає калорії. Для досягнення ефекту тонкої талії рекомендується займатися хулахупом не менше 30 хвилин.

27



Hergestellt in China

DISTRIBUTION:
DE Hegen Deutschland GmbH
Papenreya 53
22453 Hamburg
CZ Hegen Česko s.r.o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov
PL Hegen Europe Sp. z o.o.
Sportowa 3A
32-080 Zabierzów

25

28