

Instrukcja obsługi / User manual

Polski

Wskazówki dotyczące użytkowania

1. **Strój kolarski należy zakładać przed jazdą**, upewniając się, że jest dobrze dopasowany, aby zapewnić komfort podczas długich przejażdżek.
2. **Wkładka żelowa w szortach** została zaprojektowana, aby zapewnić wygodę i ochronę przed otarciami w trakcie długotrwałego siedzenia na rowerze.
3. **Unikaj nadmiernego rozciągania materiału**, aby nie uszkodzić struktury odzieży.

Pielęgnacja

1. **Przed praniem zapoznaj się z metką**, aby upewnić się, że strój kolarski jest prany w odpowiedni sposób.
2. **Pranie wykonuj w zimnej wodzie**, używając łagodnych detergentów.
3. **Unikaj używania wybielaczy** i agresywnych środków czyszczących.
4. **Aby utrzymać wkładkę żelową w dobrym stanie**, nie pierz jej zbyt często.

Utylizacja

1. **Po zakończeniu użytkowania strój kolarski należy zutylizować** zgodnie z lokalnymi przepisami dotyczącymi odzieży.
2. **Nie wyrzucaj odzieży do zwykłych odpadów komunalnych**. Oddaj ją do punktu zbiórki odzieży używanej lub recyklingu.
3. **Upewnij się, że wszystkie elementy**, w tym wkładki, zostaną odpowiednio poddane recyklingowi.

English

Usage Instructions

1. **The cycling suit should be worn before riding**, ensuring it is properly fitted for comfort during long rides.
2. **The gel insert in the shorts** is designed to provide comfort and protection against chafing during prolonged sitting on the bike.
3. **Avoid overstretching the material** to prevent damage to the garment structure.

Maintenance

1. **Before washing, check the label** to ensure the cycling suit is washed correctly.
2. **Wash in cold water** using mild detergents.
3. **Avoid using bleach** and harsh cleaning agents.
4. **To maintain the gel insert in good condition**, avoid washing it too often.

Disposal

1. **After use, dispose of the cycling suit** according to local clothing disposal regulations.
 2. **Do not throw the garment in regular household waste.** Take it to a used clothing collection point or recycling center.
 3. **Ensure that all components**, including the inserts, are properly recycled.
-

Čeština

Pokyny k použití

1. **Cyklorukavice by měly být nasazeny před zahájením jízdy na kole**, aby zajistily správné padnutí a komfort při dlouhých jízdách.
2. **Gelová vložka v šortkách** byla navržena tak, aby poskytovala pohodlí a ochranu proti otlakům při dlouhodobém sezení na kole.
3. **Vyhněte se nadměrnému roztahování materiálu**, abyste nezpůsobili poškození oděvu.

Údržba

1. **Před praním si přečtěte etкетu**, abyste se ujistili, že cyklistický oblek je praný správně.
2. **Praní provádějte ve studené vodě** s použitím jemných detergentů.
3. **Vyhněte se používání bělidel** a agresivních čisticích prostředků.
4. **Pro zachování gelové vložky ji neperte příliš často.**

Likvidace

1. **Po použití oblek vyhodte podle místních předpisů o odpadních oděvech.**
 2. **Nevyhazujte oděv do běžného odpadu.** Odevzdejte ho na sběrné místo použitého oblečení nebo recyklačního centra.
 3. **Ujistěte se, že jednotlivé komponenty**, jako je hliník a plast, budou správně recyklovány.
-

Slovenčina

Pokyny na používanie

1. **Cyklistický odev by mal byť nasadený pred začiatkom jazdy na bicykli**, aby zabezpečil pohodlie pri dlhých jazdách.
2. **Gélová vložka v šortkách** je navrhnutá tak, aby poskytovala pohodlie a ochranu pred odreninami počas dlhodobého sedenia na bicykli.
3. **Vyhnite sa nadmernému natiahnutiu materiálu**, aby nedošlo k poškodeniu oblečenia.

Údržba

1. **Pred praním si prečítajte etкетu**, aby ste sa uistili, že cyklistický odev je praný správne.

2. **Pranie vykonávajte v studenej vode** s použitím jemných čistiacich prostriedkov.
3. **Vyhnite sa používaniu bieliacich prostriedkov** a agresívnych čistiacich prostriedkov.
4. **Na zachovanie gélovej vložky ju nepraníte príliš často.**

Likvidácia

1. **Po použití odev zlikvidujte podľa miestnych predpisov o odpadových odevoch.**
 2. **Nevyhadzujte odev do bežného odpadu.** Odovzdajte ho na zberné miesto použitého oblečenia alebo do recyklačného centra.
 3. **Uistite sa, že jednotlivé komponenty**, ako je hliník a plast, budú správne recyklované.
-

Deutsch

Verwendungsanleitung

1. **Der Radsportanzug sollte vor der Fahrt angezogen werden**, um sicherzustellen, dass er richtig passt und Komfort während langer Fahrten bietet.
2. **Die Gel-Einlage in den Shorts** wurde entwickelt, um Komfort zu bieten und Reibung während des längeren Sitzens auf dem Fahrrad zu verhindern.
3. **Vermeiden Sie es, den Stoff übermäßig zu dehnen**, um Schäden an der Kleidung zu verhindern.

Pflege

1. **Lesen Sie vor dem Waschen das Etikett**, um sicherzustellen, dass der Radsportanzug richtig gewaschen wird.
2. **Waschen Sie ihn in kaltem Wasser** mit milden Waschmitteln.
3. **Vermeiden Sie die Verwendung von Bleichmitteln** und aggressiven Reinigungsmitteln.
4. **Achten Sie darauf, dass die Gel-Einlage nicht zu häufig gewaschen wird**, um ihre Haltbarkeit zu gewährleisten.

Entsorgung

1. **Entsorgen Sie den Anzug nach Gebrauch gemäß den lokalen Vorschriften für Textilabfälle.**
 2. **Werfen Sie den Anzug nicht in den normalen Müll.** Geben Sie ihn an einem Punkt für gebrauchte Kleidung oder einem Recyclingzentrum ab.
 3. **Stellen Sie sicher, dass alle Komponenten**, einschließlich der Einlagen, ordnungsgemäß recycelt werden.
-

Українська

Інструкції з використання

1. **Велоодяг слід одягати перед поїздкою на велосипеді**, щоб забезпечити комфорт під час довгих поїздок.
2. **Гелева вставка в шортах** призначена для комфортного сидіння та захисту від тертя під час тривалого сидіння на велосипеді.
3. **Уникайте надмірного розтягування матеріалу**, щоб не пошкодити одяг.

Догляд

1. **Перед пранням ознайомтесь з етикеткою**, щоб переконатися, що велоодяг прання в правильний спосіб.
2. **Прати в холодній воді за допомогою м'яких мийних засобів.**
3. **Уникайте використання відбілювачів і агресивних мийних засобів.**
4. **Для забезпечення тривалого використання регулярно змащуйте підшипники велоодягу**, особливо якщо одяг стає важким.

Утилізація

1. **По закінченню використання велоодяг слід утилізувати** відповідно до місцевих норм по відходам одягу.
2. **Не слід викидати одяг у звичайні побутові відходи.** Віддайте його до пункту збору одягу або переробки.
3. **У разі пошкодження переконайтеся, що всі елементи, як пластик і метал, будуть належним чином перероблені.**

Română

Instrucțiuni de utilizare

1. **Costumul de ciclism trebuie purtat înainte de a începe să călătoriți**, asigurându-vă că se potrivește corespunzător pentru confort în timpul călătoriilor lungi.
2. **Insertul din gel din pantaloni scurți** este conceput pentru a oferi confort și protecție împotriva frecăturilor în timpul șederii îndelungate pe bicicletă.
3. **Evitați întinderea excesivă a materialului** pentru a preveni deteriorarea structurii îmbrăcăminții.

Întreținere

1. **Înainte de a spăla, citiți eticheta**, pentru a vă asigura că costumul de ciclism este spălat corect.
2. **Spălați în apă rece folosind detergenți blânzi.**
3. **Evitați utilizarea de agenți de înălbire și agenți de curățare agresivi.**
4. **Pentru a menține insertul de gel într-o stare bună**, evitați să-l spălați prea des.

Eliminare

1. **După utilizare, eliminați costumul de ciclism** conform reglementărilor locale referitoare la deșeurile de îmbrăcăminte.
 2. **Nu aruncați îmbrăcămintea în deșeurile obișnuite.** Duceți-o la un punct de colectare a hainelor sau la un centru de reciclare.
 3. **Asigurați-vă că toate componentele**, inclusiv inserturile, sunt reciclate corespunzător.
-

Magyar

Használati utasítások

1. **A kerékpáros ruhát a használat előtt kell felvenni**, ügyelve arra, hogy jól illeszkedjen, biztosítva ezzel a kényelmet hosszú utakon.
2. **A nadrágban található gélbetét** a hosszú ideig tartó ülés során kényelmet és védelmet biztosít a dörzsölődésekkel szemben.
3. **Kerülje a túlzott anyagnyújtást**, hogy ne sértse meg a ruházat struktúráját.

Karbantartás

1. **Mosás előtt olvassa el a címkét**, hogy megbizonyosodjon róla, hogy a kerékpáros ruhát helyesen mossa.
2. **Mosás hideg vízben, enyhe mosószerekkel.**
3. **Kerülje a fehérítő és agresszív tisztítók szerek használatát.**
4. **A gélbetétet ne mossa túl gyakran**, hogy megőrizze jó állapotát.

Elhelyezés

1. **Használat után a kerékpáros ruhát a helyi ruházati hulladéokra vonatkozó előírásoknak megfelelően helyezze el.**
 2. **Ne dobja a ruhát a háztartási szemétbe.** Vigye el egy használt ruhák gyűjtőpontjára vagy egy újrahasznosító központba.
 3. **Biztosítson arról, hogy minden alkatrész, beleértve a betéteket is, megfelelően legyen újrahasznosítva.**
-

Български

Инструкции за употреба

1. **Педалите трябва да бъдат поставени преди употреба**, като се уверите, че са правилно прилепнали и осигуряват комфорт по време на дълги пътувания.
2. **Геловата вложка в шортите** е предназначена да осигури удобство и защита срещу триене при продължително седене на велосипеда.
3. **Избягвайте прекомерното разтягане на материала**, за да предотвратите повреждане на структурата на облеклото.

Поддръжка

1. **Преди пране се запознайте с етикета**, за да се уверите, че велосипедното облекло се пере правилно.
2. **Перат се на студена вода с нежни перилни препарати.**
3. **Избягвайте използването на избелващи средства и агресивни почистващи средства.**
4. **За да поддържате геловата вложка в добро състояние, не я перете твърде често.**

Изхвърляне

1. **След употреба велосипедното облекло трябва да се изхвърли** в съответствие с местните разпоредби за текстилни отпадъци.
 2. **Не хвърляйте облеклото в обикновени битови отпадъци.** Предайте го в пункт за събиране на използвано облекло или за рециклиране.
 3. **Уверете се, че всички компоненти**, включително вложките, ще бъдат правилно рециклирани.
-

Ελληνικά

Οδηγίες χρήσης

1. **Ο ποδηλατικός εξοπλισμός πρέπει να φοριέται πριν από την ποδηλασία**, εξασφαλίζοντας ότι εφαρμόζει σωστά για άνεση κατά τη διάρκεια μεγάλων ποδηλατικών διαδρομών.
2. **Η γέλη ενίσχυση στα σορτς** έχει σχεδιαστεί για να παρέχει άνεση και προστασία από τα ερεθίσματα κατά την παρατεταμένη καθιστική θέση στο ποδήλατο.
3. **Αποφύγετε την υπερβολική τέντωση του υφάσματος**, για να αποφύγετε την καταστροφή της δομής του ενδύματος.

Συντήρηση

1. **Πριν το πλύσιμο, ελέγξτε την ετικέτα**, για να βεβαιωθείτε ότι το ποδηλατικό ρούχο πλένεται σωστά.
2. **Πλύνετε το σε κρύο νερό με ήπια απορρυπαντικά.**
3. **Αποφύγετε τη χρήση λευκαντικών και επιθετικών καθαριστικών.**
4. **Για να διατηρηθεί η γέλη ενίσχυση σε καλή κατάσταση**, αποφύγετε να την πλένετε πολύ συχνά.

Ανακύκλωση

1. **Μετά τη χρήση, απορρίψτε τον ποδηλατικό εξοπλισμό** σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς για τα ρούχα απόβλητα.
2. **Μην πετάξετε το ρούχο στα κανονικά απόβλητα.** Παραδώστε το σε σημείο συλλογής ρούχων ή σε κέντρο ανακύκλωσης.
3. **Βεβαιωθείτε ότι όλα τα εξαρτήματα**, όπως οι ενισχύσεις, θα ανακυκλωθούν σωστά.

Lietuvių

Naudojimo instrukcijos

1. **Dviračių aprangą reikia dėvėti prieš pradėdami važiuoti**, užtikrinant, kad ji gerai tinka ir suteikia komfortą ilgos kelionės metu.
2. **Gelio įdėklas šortuose** sukurtas taip, kad suteiktų komfortą ir apsaugą nuo trinties ilgai sėdint ant dviračio.
3. **Venkite pernelyg ištempti medžiagą**, kad išvengtumėte drabužio struktūros pažeidimų.

Priežiūra

1. **Prieš plaudami perskaitykite etiketę**, kad įsitikintumėte, jog dviračių apranga plaunama teisingai.
2. **Plauti šaltame vandenyje naudojant švelnius ploviklius.**
3. **Venkite naudoti baliklius ir agresyvius valiklius.**
4. **Norint išlaikyti gelio įdėklą geros būklės**, venkite plauti jį per dažnai.

Šalinimas

1. **Po naudojimo dviračių aprangą reikia pašalinti** pagal vietinius tekstilės atliekų šalinimo reglamentus.
2. **Neišmeskite drabužių į įprastus buitinius atliekas.** Pateikite juos į naudotų drabužių surinkimo tašką arba perdirbimo centrą.
3. **Įsitikinkite, kad visi komponentai**, įskaitant įdėklus, bus tinkamai perdirbti.

Latviešu

Lietošanas instrukcijas

1. **Velosipēdu apģērbs jāuzvelk pirms braukšanas**, pārliecinoties, ka tas labi piestiprinās, lai nodrošinātu komfortu ilgstošās braucienos.
2. **Gēla ievietne šortos** ir izstrādāta, lai nodrošinātu komfortu un aizsardzību pret berzi ilgstoši sēžot uz velosipēda.
3. **Izvairieties no pārmērīgas materiāla izstiepšanas**, lai novērstu apģērba struktūras bojājumus.

Uzturēšana

1. **Pirms mazgāšanas izlasiet etiķeti**, lai pārliecinātos, ka velosipēdu apģērbs tiek mazgāts pareizi.
2. **Mazgājiet aukstā ūdenī, izmantojot maigus mazgāšanas līdzekļus.**
3. **Izvairieties no balinātāju un agresīvu tīrīšanas līdzekļu lietošanas.**
4. **Lai saglabātu gēla ievietni labā stāvoklī**, izvairieties no pārāk biežas tās mazgāšanas.

Izgāšana

1. **Pēc lietošanas velosipēdu apģērbu jāiznīcina** saskaņā ar vietējiem tekstilmateriālu atkritumu likumiem.
 2. **Neizmetiet apģērbu parastajos atkritumos.** Nododiet to lietotu apģērbu savākšanas punktā vai pārstrādes centrā.
 3. **Pārliecinieties, ka visi komponenti,** tostarp ievietnes, tiks pareizi pārstrādāti.
-

Finlandesi

Käyttöohjeet

1. **Pyöräilypuku tulee pukea ennen ajoa,** varmistaen, että se istuu hyvin ja tarjoaa mukavuutta pitkällä matkoilla.
2. **Housuissa oleva geeli-insertti** on suunniteltu tarjoamaan mukavuutta ja suojaa hankaukselta pitkittyneessä pyörän satulassa istuessa.
3. **Vältä materiaalin liiallista venyttämistä,** jotta et vahingoita vaatteiden rakennetta.

Ylläpito

1. **Ennen pesemistä tarkista etiketti,** varmistaaksesi, että pyöräilypuku pestään oikein.
2. **Pese kylmässä vedessä miedolla pesuaineella.**
3. **Vältä valkaisuaineiden ja aggressiivisten puhdistusaineiden käyttöä.**
4. **Geeli-insertin kunnossapitoon,** vältä sen liian usein pesemistä.

Hävittäminen

1. **Käytön jälkeen pyöräilypuku tulee hävittää** paikallisten vaatehävitysmääräysten mukaisesti.
 2. **Älä heitä vaatteita tavallisiin kotitalousjätteisiin.** Vie ne käytettyjen vaatteiden keräyspisteeseen tai kierrätyskeskukseen.
 3. **Varmista, että kaikki osat,** mukaan lukien insertit, kierrätetään asianmukaisesti.
-

Hrvatski

Upute za upotrebu

1. **Cyklistička oprema treba biti obučena prije vožnje,** osiguravajući da dobro pristaje i pruža udobnost tijekom dugih vožnji.
2. **Gel umetak u šortsevima** dizajniran je da pruži udobnost i zaštitu od trljanja tijekom dugotrajnog sjedenja na biciklu.
3. **Izbjegavajte prekomjerno istezanje materijala,** kako biste spriječili oštećenje strukture odjeće.

Održavanje

1. **Prije pranja pročitajte oznaku**, kako biste bili sigurni da je biciklistička oprema pravilno oprana.
2. **Perite u hladnoj vodi koristeći blage deterdžente.**
3. **Izbjegavajte korištenje izbjeljivača i agresivnih sredstava za čišćenje.**
4. **Kako biste održali gel umetke u dobrom stanju**, izbjegavajte njihovo prečesto pranje.

Odlaganje

1. **Nakon korištenja, biciklističku opremu treba odložiti** prema lokalnim propisima za odlaganje odjeće.
 2. **Nemojte bacati odjeću u obične kućanske otpatke.** Odložite je na mjesto za odlaganje rabljene odjeće ili u reciklažni centar.
 3. **Osigurajte da svi dijelovi**, uključujući umetke, budu pravilno reciklirani.
-

Slovenščina

Navodila za uporabo

1. **Cyklistična oprema naj bo oblečena pred vožnjo**, da zagotovite udobje in dobro prileganje med dolgimi vožnjami.
2. **Geljasti vložek v kratkih hlačah** je zasnovan tako, da nudi udobje in zaščito pred drgnjenjem med dolgim sedenjem na kolesu.
3. **Izogibajte se pretiranemu raztezanju materiala**, da ne poškodujete strukture oblačila.

Vzdrževanje

1. **Pred pranjem preberite etiketo**, da se prepričate, da je cyklistična oprema pravilno oprana.
2. **Perejte v hladni vodi z nežnimi detergentsi.**
3. **Izogibajte se uporabi belil** in agresivnih čistilnih sredstev.
4. **Za ohranjanje gejlja v dobrem stanju** jo perite čim manj.

Odstranjevanje

1. **Po uporabi je treba kolesarsko obleko odstraniti** v skladu z lokalnimi predpisi o odpadkih.
 2. **Ne zavržite oblačil v običajne gospodinjske odpadke.** Oddajte jih v zbirne točke za rabljena oblačila ali reciklažni center.
 3. **Poskrbite, da bodo vsi deli**, vključno z vložki, pravilno reciklirani.
-

Français

Instructions d'utilisation

1. **Le costume de cyclisme doit être porté avant de commencer à rouler**, en vous assurant qu'il est bien ajusté pour offrir un confort pendant les longues sorties.

2. **L'insert en gel dans les shorts** est conçu pour offrir du confort et une protection contre les frottements pendant une position prolongée sur le vélo.
3. **Évitez de trop étirer le tissu**, afin de ne pas endommager la structure du vêtement.

Entretien

1. **Avant de laver, lisez l'étiquette** pour vous assurer que le costume de cyclisme est lavé correctement.
2. **Lavez à l'eau froide avec des détergents doux.**
3. **Évitez d'utiliser des produits de blanchiment** et des agents de nettoyage agressifs.
4. **Pour maintenir l'insert en gel en bon état**, évitez de le laver trop souvent.

Élimination

1. **Après utilisation, éliminez le costume de cyclisme** conformément aux réglementations locales sur les déchets textiles.
 2. **Ne jetez pas le vêtement dans les déchets ménagers classiques.** Déposez-le dans un point de collecte de vêtements usagés ou un centre de recyclage.
 3. **Assurez-vous que tous les composants**, y compris les inserts, sont correctement recyclés.
-

Español

Instrucciones de uso

1. **El traje de ciclismo debe ponerse antes de montar en la bicicleta**, asegurándose de que quede bien ajustado para proporcionar comodidad durante los largos viajes.
2. **El inserto de gel en los pantalones cortos** está diseñado para proporcionar comodidad y protección contra la fricción durante el tiempo prolongado en la bicicleta.
3. **Evite estirar demasiado el material**, para evitar dañar la estructura del traje.

Mantenimiento

1. **Antes de lavar, lea la etiqueta** para asegurarse de que el traje de ciclismo se lave correctamente.
2. **Lave con agua fría utilizando detergentes suaves.**
3. **Evite el uso de blanqueadores y limpiadores agresivos.**
4. **Para mantener el inserto de gel en buen estado**, evite lavarlo demasiado a menudo.

Eliminación

1. **Después de usar, elimine el traje de ciclismo** de acuerdo con las regulaciones locales para los desechos textiles.
2. **No tire el traje en los desechos domésticos comunes.** Llévelo a un punto de recolección de ropa usada o a un centro de reciclaje.

3. **Asegúrese de que todos los componentes**, incluidos los inserts, sean reciclados correctamente.
-

Svenska

Användningsinstruktioner

1. **Cykelkläderna ska bäras innan du börjar cykla**, och se till att de är ordentligt passande för att säkerställa komfort under långa cykelturer.
2. **Gelinsatsen i shorts** är utformad för att ge komfort och skydd mot skav under långvarigt sittande på cykeln.
3. **Undvik att överdeforma tyget**, för att förhindra att klädstrukturen skadas.

Underhåll

1. **Läs etiketten innan tvätt** för att säkerställa att cykelkläderna tvättas på rätt sätt.
2. **Tvätta i kallt vatten med milda tvättmedel.**
3. **Undvik att använda blekmedel** och starka rengöringsmedel.
4. **För att hålla gelinsatsen i bra skick**, undvik att tvätta den för ofta.

Borttagning

1. **Efter användning ska cykelkläderna tas bort** i enlighet med lokala regler för textilavfall.
 2. **Släng inte kläderna i vanliga hushållsavfall.** Ta dem till en återvinningsstation för begagnade kläder eller till ett återvinningscenter.
 3. **Se till att alla komponenter**, inklusive insatser, återvinns på rätt sätt.
-

Português

Instruções de uso

1. **O traje de ciclismo deve ser usado antes de começar a pedalar**, garantindo que esteja bem ajustado para proporcionar conforto durante longas pedaladas.
2. **O inserto de gel nos shorts** foi projetado para oferecer conforto e proteção contra atritos durante longos períodos de tempo sentado na bicicleta.
3. **Evite esticar excessivamente o material**, para não danificar a estrutura da roupa.

Manutenção

1. **Antes de lavar, leia a etiqueta** para garantir que o traje de ciclismo seja lavado corretamente.
2. **Lave com água fria usando detergentes suaves.**
3. **Evite o uso de alvejantes** e produtos de limpeza agressivos.
4. **Para manter o inserto de gel em boas condições**, evite lavá-lo com muita frequência.

Eliminação

1. **Após o uso, descarte o traje de ciclismo** de acordo com os regulamentos locais sobre resíduos têxteis.
 2. **Não jogue a roupa no lixo doméstico comum.** Leve-a a um ponto de coleta de roupas usadas ou a um centro de reciclagem.
 3. **Certifique-se de que todos os componentes**, incluindo os inserts, sejam reciclados adequadamente.
-

Nederlands

Gebruiksaanwijzing

1. **De fietskleding moet voor de rit gedragen worden**, zorg ervoor dat het goed past om comfort te bieden tijdens lange ritten.
2. **De gelinzet in de shorts** is ontworpen om comfort en bescherming tegen schuren te bieden tijdens langdurig zitten op de fiets.
3. **Vermijd het overrekken van het materiaal**, om te voorkomen dat de structuur van de kleding beschadigd raakt.

Onderhoud

1. **Lees het etiket voordat je het wast**, om ervoor te zorgen dat de fietskleding op de juiste manier gewassen wordt.
2. **Was het in koud water met milde wasmiddelen.**
3. **Vermijd het gebruik van bleekmiddel** en agressieve schoonmaakmiddelen.
4. **Om de gelinzet in goede staat te houden**, vermijd het te vaak wassen ervan.

Afvoer

1. **Na gebruik moet de fietskleding worden weggegooid** volgens de lokale voorschriften voor textielafval.
 2. **Gooi de kleding niet in het gewone huishoudelijk afval.** Breng het naar een punt voor gebruikte kleding of naar een recyclingcentrum.
 3. **Zorg ervoor dat alle onderdelen**, inclusief de inserts, op de juiste manier worden gerecycled.
-

Italiano

Istruzioni d'uso

1. **Il completo da ciclismo deve essere indossato prima di iniziare a pedalare**, assicurandosi che si adatti correttamente per garantire comfort durante le lunghe pedalate.
2. **L'inserto in gel nei pantaloncini** è progettato per offrire comfort e protezione contro gli sfregamenti durante sedute prolungate sulla bicicletta.

3. **Evita di allungare troppo il materiale**, per evitare di danneggiare la struttura del capo.

Manutenzione

1. **Prima di lavare, leggi l'etichetta** per assicurarti che il completo da ciclismo venga lavato correttamente.
2. **Lavalo in acqua fredda usando detergenti delicati.**
3. **Evita l'uso di candeggina** e detergenti aggressivi.
4. **Per mantenere l'inserito in gel in buone condizioni**, evita di lavarlo troppo spesso.

Smaltimento

1. **Dopo l'uso, smaltisci il completo da ciclismo** secondo le normative locali sui rifiuti tessili.
2. **Non gettare il capo nei rifiuti domestici comuni.** Portalo in un punto di raccolta di abbigliamento usato o in un centro di riciclaggio.
3. **Assicurati che tutte le componenti**, inclusi gli inserti, siano riciclati correttamente.