



molti

PG001, PG002

PL | INSTRUKCJA – PIŁKA GIMNASTYCZNA DO ĆWICZEŃ MOLTİ PG001 / PG002
KARTA Z OSTRZEŻENIAMI

EN | USER MANUAL – MOLTİ PG001 / PG002 GYMNASTIKBALL
WARNING CARD

DE | GEBRAUCHSANLEITUNG – MOLTİ PG001 / PG002 BALLON DE GYM
WARNHINWEISE

FR | MANUEL D'UTILISATION – MOLTİ PG001 / PG002 PELOTA DE EJERCICIO
CARTE D'AVERTISSEMENT

ES | INSTRUCCIONES – MOLTİ PG001 / PG002 PALLA DA GINNASTICA
TARJETA DE ADVERTENCIA

IT | MANUALE D'USO – MOLTİ PG001 / PG002 GYMNASTIEKBAL
SCHEDA DI AVVERTENZE

NL | HANDLEIDING – MOLTİ PG001 / PG002 GYMNASTIEKBAL
WAARSCHUWINGSKAART

SE | BRUKSANVISNING – MOLTİ PG001 / PG002 GYMBOLL
VARNINGSKORT

CS | INSTRUKCE - GYMNASTICKÝ MÍČ NA CVIČENÍ MOLTİ PG001 / PG002

CS | KARTA S VAROVÁNÍMI

RO | INSTRUKCE - MINGE GIMNASTICĂ PENTRU EXERCIȚII MOLTİ PG001 / PG002

RO | CARD CU AVERTISMENTE



PIŁKA GIMNASTYCZNA DO ĆWICZEŃ MOLTI PG001 / PG002

1. **ROZPAKOWANIE:**
 - OSTROŻNIE OTWÓRZ OPAKOWANIE I WYJMIJ PIŁKĘ GIMNASTYCZNĄ ORAZ AKCESORIA.
 - UPEWNIJ SIĘ, ŻE PIŁKA JEST NIEUSZKODZONA.
2. **NAPOMPOWANIE:**
 - UŻYJ POMPKI DO NAPOMPOWANIA PIŁKI DO ZALECANEGO ROZMIARU. NIE PRZEKRACZAJ MAKSYMALNEGO POZIOMU NAPOMPOWANIA.
 - UPEWNIJ SIĘ, ŻE WENTYL JEST DOBRZE ZAMKNIĘTY.
3. **ĆWICZENIA:**
 - UMIEŚĆ PIŁKĘ NA PŁASKIEJ I STABILNEJ POWIERZCHNI.
 - WYKONUJ ĆWICZENIA ZGODNIE Z ZALECENIAMI TRENERA LUB INSTRUKTORA.
4. **KONSERWACJA:**
 - PO UŻYCIU WYCZYŚĆ PIŁKĘ WILGOTNĄ SZMATKĄ. NIE UŻYWAJ SILNYCH DETERGENTÓW.
 - PRZECHOWUJ PIŁKĘ W SUCHYM I CHŁODNYM MIEJSCU Z DAŁA OD ŹRÓDEŁ CIEPŁA I OSTREGO SPRZĘTU.

KARTA Z OSTRZEŻENIAMI

- PRZED UŻYCIEM PIŁKI GIMNASTYCZNEJ, UPEWNIJ SIĘ, ŻE JEST PRAWIDŁOWO NAPOMPOWANA I ŻE WENTYL JEST ZABEZPIECZONY.
- NIE STOSUJ NA NIEREGULARNEJ LUB OSTREJ POWIERZCHNI, ABY UNIKNĄĆ USZKODZEŃ.
- NIE PRZEKRACZAJ ZALECANEGO CIŚNIENIA PODCZAS POMPOWANIA.
- ZAWSZE KONSULTUJ ĆWICZENIA Z TRENEREM LUB INSTRUKTOREM.

EN | USER MANUAL

MOLTI PG001 / PG002 GYM BALL

1. **UNPACKING:**
 - CAREFULLY OPEN THE PACKAGING AND REMOVE THE GYM BALL AND ACCESSORIES.
 - MAKE SURE THE BALL IS UNDAMAGED.
2. **INFLATION:**
 - USE A PUMP TO INFLATE THE BALL TO THE RECOMMENDED SIZE. DO NOT EXCEED THE MAXIMUM INFLATION LEVEL.
 - ENSURE THAT THE VALVE IS SECURELY CLOSED.
3. **EXERCISE:**
 - PLACE THE BALL ON A FLAT AND STABLE SURFACE.
 - PERFORM EXERCISES AS ADVISED BY YOUR TRAINER OR INSTRUCTOR.
4. **MAINTENANCE:**
 - CLEAN THE BALL WITH A DAMP CLOTH AFTER USE. AVOID USING HARSH CLEANERS.
 - STORE THE BALL IN A DRY, COOL PLACE AWAY FROM HEAT SOURCES AND SHARP OBJECTS.

EN | WARNING CARD

- BEFORE USE, MAKE SURE THE BALL IS PROPERLY INFLATED AND THE VALVE IS SECURE.
- DO NOT USE ON UNEVEN OR SHARP SURFACES TO AVOID DAMAGE.
- DO NOT EXCEED THE RECOMMENDED INFLATION PRESSURE.
- ALWAYS CONSULT YOUR TRAINER OR INSTRUCTOR FOR SAFE USE.

MOLTI PG001 / PG002 GYMNASTIKBALL

1. **AUSPACKEN:**
 - ÖFFNEN SIE DIE VERPACKUNG VORSICHTIG UND ENTNEHMEN SIE DEN BALL UND DAS ZUBEHÖR.
 - STELLEN SIE SICHER, DASS DER BALL UNBESCHÄDIGT IST.
2. **AUFBLASEN:**
 - VERWENDEN SIE EINE PUMPE, UM DEN BALL AUF DIE EMPFOHLENE GRÖSSE AUFZUBLASEN. ÜBERSCHREITEN SIE NICHT DEN MAXIMALEN AUFBLASDRUCK.
 - STELLEN SIE SICHER, DASS DAS VENTIL FEST GESCHLOSSEN IST.
3. **ÜBUNGEN:**
 - STELLEN SIE DEN BALL AUF EINE FLACHE UND STABILE UNTERLAGE.
 - FOLGEN SIE DEN EMPFEHLUNGEN IHRES TRAINERS ODER LEHRERS FÜR DIE ÜBUNGEN.
4. **PFLEGE:**
 - REINIGEN SIE DEN BALL NACH GEBRAUCH MIT EINEM FEUCHTEN TUCH. VERMEIDEN SIE AGGRESSIVE REINIGUNGSMITTEL.
 - LAGERN SIE DEN BALL AN EINEM TROCKENEN, KÜHLEN ORT FERN VON WÄRMEQUELLEN UND SCHARFEN GEGENSTÄNDEN.

DE | WARNHINWEISE

- STELLEN SIE VOR DEM GEBRAUCH SICHER, DASS DER BALL RICHTIG AUFGEBLASEN IST UND DAS VENTIL GESICHERT IST.
- VERWENDEN SIE DEN BALL NICHT AUF UNEBENEN ODER SCHARFEN OBERFLÄCHEN.
- ÜBERSCHREITEN SIE NICHT DEN EMPFOHLENEN AUFBLASDRUCK.
- KONSULTIEREN SIE IMMER IHREN TRAINER ODER LEHRER FÜR DIE SICHERE NUTZUNG.

FR | MANUEL D'UTILISATION

BALLON DE GYM MOLTI PG001 / PG002

1. **DÉBALLAGE:**
 - OUVREZ DÉLICATEMENT L'EMBALLAGE ET RETIREZ LE BALLON ET LES ACCESSOIRES.
 - ASSUREZ-VOUS QUE LE BALLON EST INTACT.
2. **GONFLAGE:**
 - UTILISEZ UNE POMPE POUR GONFLER LE BALLON À LA TAILLE RECOMMANDÉE. NE DÉPASSEZ PAS LA PRESSION MAXIMALE.
 - ASSUREZ-VOUS QUE LA VALVE EST BIEN FERMÉE.
3. **EXERCICE:**
 - PLACEZ LE BALLON SUR UNE SURFACE PLATE ET STABLE.
 - SUIVEZ LES RECOMMANDATIONS DE VOTRE ENTRAÎNEUR OU INSTRUCTEUR.
4. **ENTRETIEN:**
 - NETTOYEZ LE BALLON AVEC UN CHIFFON HUMIDE APRÈS UTILISATION. ÉVITEZ LES PRODUITS DURS.
 - STOCKEZ LE BALLON DANS UN ENDROIT SEC ET FRAIS, LOIN DES SOURCES DE CHALEUR ET DES OBJETS TRANCHANTS.

FR | CARTE D'AVERTISSEMENT

- ASSUREZ-VOUS QUE LE BALLON EST CORRECTEMENT GONFLÉ ET QUE LA VALVE EST FERMÉE.
- N'UTILISEZ PAS SUR DES SURFACES IRRÉGULIÈRES OU COUPANTES.
- NE DÉPASSEZ PAS LA PRESSION DE GONFLAGE RECOMMANDÉE.
- CONSULTEZ TOUJOURS VOTRE ENTRAÎNEUR OU INSTRUCTEUR AVANT UTILISATION.

PELOTA DE GIMNASIA MOLTI PG001 / PG002

1. **DESEMBALAJE:**
 - ABRA CUIDADOSAMENTE EL PAQUETE Y SAQUE LA PELOTA Y LOS ACCESORIOS.
 - ASEGÚRESE DE QUE LA PELOTA ESTÉ INTACTA.
2. **INFLADO:**
 - USE UNA BOMBA PARA INFLAR LA PELOTA AL TAMAÑO RECOMENDADO. NO EXCEDA EL NIVEL MÁXIMO DE INFLADO.
 - ASEGÚRESE DE QUE LA VÁLVULA ESTÉ CERRADA.
3. **EJERCICIOS:**
 - COLOQUE LA PELOTA SOBRE UNA SUPERFICIE PLANA Y ESTABLE.
 - REALICE LOS EJERCICIOS SEGÚN LAS RECOMENDACIONES DE SU ENTRENADOR.
4. **MANTENIMIENTO:**
 - LIMPIE LA PELOTA CON UN PAÑO HÚMEDO DESPUÉS DE USARLA. EVITE USAR PRODUCTOS DE LIMPIEZA FUERTES.
 - GUARDE LA PELOTA EN UN LUGAR SECO Y FRESCO, ALEJADO DE FUENTES DE CALOR Y OBJETOS AFILADOS.

ES | TARJETA DE ADVERTENCIA

- ANTES DE USAR, ASEGÚRESE DE QUE LA PELOTA ESTÉ CORRECTAMENTE INFLADA Y LA VÁLVULA ESTÉ SEGURA.
- NO LA USE SOBRE SUPERFICIES DESIGUALES O CORTANTES.
- NO EXCEDA LA PRESIÓN RECOMENDADA.
- CONSULTE SIEMPRE A SU ENTRENADOR PARA UN USO SEGURO.

IT | MANUALE D'USO

PALLA DA GINNASTICA MOLTI PG001 / PG002

1. **SCONFEZIONAMENTO:**
 - APRIRE DELICATAMENTE L'IMBALLO E RIMUOVERE LA PALLA DA GINNASTICA E GLI ACCESSORI.
 - ASSICURARSI CHE LA PALLA SIA INTEGRA.
2. **GONFIAGGIO:**
 - UTILIZZARE UNA POMPA PER GONFIARE LA PALLA ALLA DIMENSIONE CONSIGLIATA. NON SUPERARE IL LIVELLO MASSIMO DI GONFIAGGIO.
 - ASSICURARSI CHE LA VALVOLA SIA BEN CHIUSA.
3. **ESERCIZI:**
 - POSIZIONARE LA PALLA SU UNA SUPERFICIE PIANA E STABILE.
 - ESEGUIRE GLI ESERCIZI SEGUENDO LE ISTRUZIONI DEL PROPRIO ALLENATORE O ISTRUTTORE.
4. **MANUTENZIONE:**
 - PULIRE LA PALLA CON UN PANNINO UMIDO DOPO L'USO. EVITARE PRODOTTI AGGRESSIVI.
 - CONSERVARE LA PALLA IN UN LUOGO ASCIUTTO E FRESCO, LONTANO DA FONTI DI CALORE E OGGETTI TAGLIANTI.

IT | SCHEDA DI AVVERTENZE

- PRIMA DELL'USO, ASSICURARSI CHE LA PALLA SIA CORRETTAMENTE GONFIATA E CHE LA VALVOLA SIA CHIUSA.
- NON USARE SU SUPERFICI IRREGOLARI O TAGLIANTI.
- NON SUPERARE LA PRESSIONE DI GONFIAGGIO CONSIGLIATA.
- CONSULTARE SEMPRE L'ALLENATORE O L'ISTRUTTORE PER UN USO SICURO.

GYMBAL MULTI PG001 / PG002

1. **UITPAKKEN:**
 - OPEN DE VERPAKKING VOORZICHTIG EN HAAL DE GYMBAL EN ACCESSOIRES UIT DE DOOS.
 - ZORG DAT DE BAL ONBESCHADIGD IS.
2. **OPBLAZEN:**
 - GEBRUIK EEN POMP OM DE BAL OP TE BLAZEN TOT DE AANBEVOLEN GROOTTE. OVERSCHRIJD DE MAXIMALE DRUK NIET.
 - ZORG ERVOOR DAT HET VENTIEL GOED GESLOTEN IS.
3. **OEFENINGEN:**
 - PLAATS DE BAL OP EEN VLAKE, STABIELE ONDERGROND.
 - VOLG DE AANBEVELINGEN VAN UW TRAINER OF INSTRUCTEUR BIJ HET OEFENEN.
4. **ONDERHOUD:**
 - REINIG DE BAL MET EEN VOCHTIGE DOEK NA GEBRUIK. GEBRUIK GEEN STERKE REINIGINGSMIDDELEN.
 - BEWAAR DE BAL OP EEN DROGE, KOELE PLAATS, VER WEG VAN WARMTEBRONNEN EN SCHERPE OBJECTEN.

.

NL | WAARSCHUWINGSKAART

- VOORDAT U DE BAL GEBRUIKT, CONTROLEER OF HIJ CORRECT IS OPGEBLAZEN EN OF HET VENTIEL VEILIG GESLOTEN IS.
- GEBRUIK DE BAL NIET OP ONEFFEN OF SCHERPE OPPERVLAGKEN.
- OVERSCHRIJD DE AANBEVOLEN OPBLAASDRUK NIET.
- RAADPLEEG ALTIJD UW TRAINER VOOR EEN VEILIG GEBRUIK.

SE | BRUKSANVISNING

GYMBOLL MULTI PG001 / PG002

1. **UPPACKNING:**
 - ÖPPNA FÖRPACKNINGEN FÖRSIKTIGT OCH TA UT GYMBOLLEN OCH TILLBEHÖR.
 - SÄKERSTÄLL ATT BOLLEN ÄR OBEHANDLAD.
2. **UPPBLÅSNING:**
 - ANVÄND EN PUMP FÖR ATT BLÅSA UPP BOLLEN TILL REKOMMENDERAD STORLEK. ÖVERSKRID INTE MAXIMAL UPPBLÅSNINGSNIVÅ.
 - SE TILL ATT VENTILEN ÄR SÄKERT STÄNGD.
3. **TRÄNING:**
 - PLACERA BOLLEN PÅ EN PLAN OCH STABIL YTA.
 - UTFÖR ÖVNINGAR ENLIGT INSTRUKTIONER FRÅN DIN TRÄNARE ELLER INSTRUKTÖR.
4. **UNDERHÅLL:**
 - TVÄTTA BOLLEN MED EN FUKTIG TRASA EFTER ANVÄNDNING. UNDVIK ATT ANVÄNDA STARKA RENGÖRINGSMEDEL.
 - FÖRVARA BOLLEN PÅ EN TORR OCH SVAL PLATS, BORT FRÅN VÄRMEKÄLLOR OCH VASSA FÖREMÅL.

- INNAN ANVÄNDNING, SE TILL ATT BOLLEN ÄR KORREKT UPPBLÅST OCH ATT VENTILEN ÄR SÄKERT STÄNGD.
- ANVÄND INTE PÅ OJÄMNA ELLER SKÄRANDE YTOR.
- ÖVERSKRID INTE REKOMMENDERAT UPPBLÅSNINGSTRYCK.
- KONSULTERA ALLTID DIN TRÄNARE ELLER INSTRUKTÖR FÖR SÄKER ANVÄNDNING.

CS | INSTRUKCE

GYMNASTICKÝ MÍČ NA CVIČENÍ MOLTI PG001 / PG002

ROZBALENÍ:

Opatrně otevřete obal a vyjměte gymnastický míč a příslušenství.

Ujistěte se, že míč není poškozený.

NAFOUKNUTÍ:

Použijte pumpičku k nafouknutí míče na doporučenou velikost. Nepřekračujte maximální úroveň nafouknutí.

Ujistěte se, že ventil je dobře uzavřený.

CVIKY:

Umístěte míč na rovný a stabilní povrch.

Provádějte cvičení podle pokynů trenéra nebo instruktora.

ÚDRŽBA:

Po použití očistěte míč vlhkým hadříkem. Nepoužívejte silné čisticí prostředky.

Skladujte míč na suchém a chladném místě, mimo zdroje tepla a ostré předměty.

CS | KARTA S VAROVÁNÍMI

PŘED POUŽITÍM GYMNASTICKÉHO MÍČE SE UJISTĚTE, ŽE JE SPRÁVNĚ NAFOUKNUTÝ A ŽE JE VENTIL ZABEZPEČENÝ. NEPOUŽÍVEJTE NA NEROVNÉ NEBO OSTRÉ POVRCHY, ABYSTE ZABRÁNILI POŠKOZENÍ.

NEPŘEKRAČUJTE DOPORUČENÝ TLAK PŘI NAFUKOVÁNÍ.

CVIKY VŽDY KONZULTUJTE S TRENÉREM NEBO INSTRUKTOREM.

RO | INSTRUKCE

MINGE GIMNASTICĂ PENTRU EXERCIȚII MOLTI PG001 / PG002

DEFACEREA AMBALAJEI:

Deschideți cu grijă ambalajul și scoateți mingea de gimnastică și accesoriile.

Asigurați-vă că mingea nu este deteriorată.

UMFLARE:

Folosiți o pompă pentru a umfla mingea la dimensiunea recomandată. Nu depășiți nivelul maxim de umflare.

Verificați dacă ventilul este bine închis.

EXERCIȚII:

Așezați mingea pe o suprafață plană și stabilă.

Executați exercițiile conform indicațiilor antrenorului sau instructorului.

ÎNTREȚINERE:

După utilizare, curățați mingea cu o cârpă umedă. Nu folosiți detergenți puternici.

Depozitați mingea într-un loc uscat și răcoros, departe de surse de căldură și obiecte ascuțite.

RO | CARD CU AVERTISMENTE

ÎNAINTE DE UTILIZAREA MINGII DE GIMNASTICĂ, ASIGURAȚI-VĂ CĂ ESTE UMFLATĂ CORECT ȘI CĂ VENTILUL ESTE FIXAT.

NU FOLOSIȚI PE SUPRAFEȚE NEREGULATE SAU ASCUTITE PENTRU A EVITA DETERIORAREA.

NU DEPĂȘIȚI PRESIUNEA RECOMANDATĂ ÎN TIMPUL UMFLĂRII.

CONSULTAȚI ÎNTOTDEAUNA EXERCIȚIILE CU UN ANTRENOR SAU INSTRUTOR.



PRODUCENT / MANUFACTURER / HERSTELLER / FABRICANT / FABRICANTE / PRODUTTORE / FABRIKANT / TILLVERKARE

Sportline Sp. z o.o. Sp. K. · | UL. ZAMKOWA 8 | 83-300 ŁAPALICE, POLAND

biuro@sport-line.pl; + 48 505976640

WYPRODUKOWANO W CHINACH / MADE IN CHINA / HERGESTELLT IN CHINA / FABRIQUÉ EN CHINE / HECHO EN CHINA / FABBRICATO IN CINA /
GEDETAILLEERD IN CHINA / TILLVERKAD I KINA