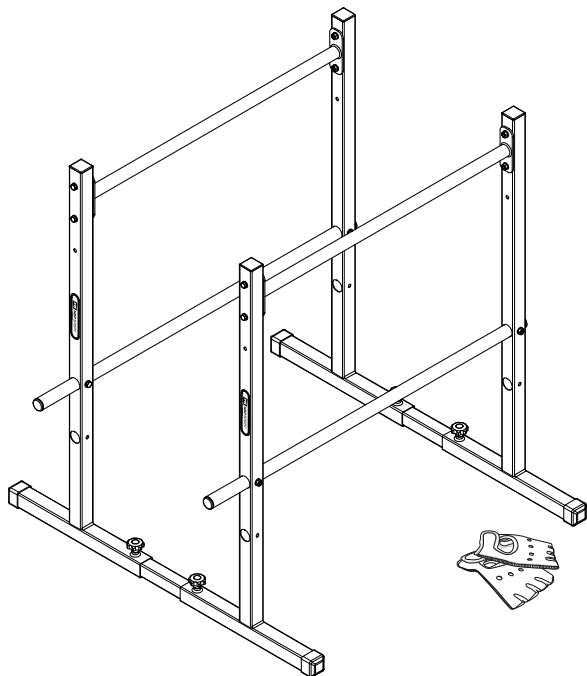
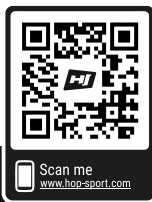




VERSTELLBARE DIP-STATION HS-1010K

MIT TRAININGSHANDSCHUHEN



Scan me
www.hop-sport.com



200KG

EN 957-2

VERSTELLBARE DIP-STATION

HRAZDA

PORĘCZE STACJONARNE Z REGULACJĄ

VÉLO D'EXERCICE



WARNUNG

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

BEWAHREN SIE DIESE BEDIENUNGSANLEITUNG AUF

- Bitte lesen Sie diese Anweisung vor der ersten Benutzung aufmerksam durch. Beachten Sie die Hinweise und Anweisungen dieser Montage- und Bedienungsanleitung.
- Das Trainingsgerät darf nur für seinen bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden. Sie sind dafür verantwortlich, dass anwesende Personen auf mögliche Gefährdungen und Vorsichtsmaßnahmen während der Übungen hingewiesen werden.
- Das Trainingsgerät darf nur bestimmungsgemäß, d.h. für das Körpertraining erwachsener Personen oder Kindern unter Aufsicht von Erwachsenen verwendet werden (gleichzeitig darf das Gerät nur von einer Person benutzt werden, es sei denn, dass die Trainierende von einer für sie und ihre Sicherheit verantwortlichen Person beaufsichtigt werden). Das Gerät an einem für Kinder unzugänglichen Ort aufbewahren. Bedenken Sie, dass durch das natürliche Spielbedürfnis und Temperament von Kindern oft unvorhergesehene Situationen entstehen können, die eine Verantwortung seitens des Herstellers ausschließen.
- Das Gerät ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet.
- Das Gerät ist nur für Hausgebrauch bestimmt. Es darf nicht im Außenbereich verwendet werden.
- Vor der ersten Benutzung und in regelmäßigen Abständen den festen Sitz aller Schrauben, Muttern und sonstigen Verbindungen prüfen, damit der sichere Betriebszustand des Trainingsgerätes gewährleistet wird. Es ist ein normaler Prozess, dass sich manche Schrauben im Laufe der Zeit lockern.
- Mit dem Gerät nur trainieren, wenn es einwandfrei funktioniert. Beschädigte Bauteile oder ungewöhnliche Geräusche können Ihre Sicherheit und die Lebensdauer des Gerätes beeinträchtigen. Tauschen Sie deshalb beschädigte oder verschlissene Bauteile aus und nutzen Sie das Gerät bis zur Instandsetzung nicht.
- Es dürfen keine Reparaturen vorgenommen werden, die nicht in dieser Anleitung beschrieben sind. Falls Sie auf Probleme mit dem Gerät stoßen, kontaktieren Sie uns (Kontakt – siehe Anleitung).
- Es dürfen aus dem Gerät keine Aufstellvorrichtungen ragen, die die Bewegung des Benutzers verhindern könnten.
- Benutzen Sie das Gerät auf einem festen, ebenen und trockenen Untergrund.
- Achten Sie darauf, während der Benutzung des Gerätes das Gleichgewicht zu halten.
- Vor Beginn des Trainings sollte die Muskulatur aufgewärmt werden (siehe Anleitung). Das Training sollte nie abrupt beendet, sondern schrittweise reduziert werden.
- Es ist Trainingskleidung zu tragen, die für ein Fitness-Training mit dem Gerät geeignet ist. Die Kleidung muss so beschaffen sein, dass diese aufgrund ihrer Form (z. B. Länge) während des Trainings nicht hängen bleiben kann.
- Halten Sie Ihre Finger von allen beweglichen Teilen des Gerätes fern.
- Lassen Sie vor Aufnahme des Trainings durch Ihren Hausarzt klären, ob Sie gesundheitlich für das Training mit diesem Gerät geeignet sind. Der ärztliche Befund sollte Grundlage für den Aufbau Ihres Trainingsprogramms sein. Sie sollten ärztlichen Rat einholen, wenn Sie Medikamente einnehmen, die Ihren Puls, Blutdruck oder Cholesterinspiegel beeinflussen. Der Arzt entscheidet, ob Sie mit dem Gerät trainieren dürfen.
- Achten Sie auf Signale Ihres Körpers. Bei unsachgemäßem und übermäßigem Training sind Gesundheitsschäden möglich. Wenn Schwindelgefühle, Übelkeit, Brustschmerzen und andere anormale Symptome wahrgenommen werden, brechen Sie das Training ab und wenden Sie sich an einen Hausarzt.
- etzungen oder zum Tod führen. Wenn Sie sich einer Ohnm

- Das Gerät entspricht den Anforderungen der europäischen NormEN957 Klasse H.C. bei dem der Widerstand von der Geschwindigkeit unabhängig ist.

ACHTUNG!

Herzfrequenz-Überwachungssysteme können ungenau sein. Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen führen, ist das Training sofort zu unterbrechen. Das maximal zulässige Benutzergewicht beträgt 200 kg



UPOZORNĚNÍ

DŮLEŽITÉ INFORMACE TÝKAJÍCÍ SE BEZPEČNOSTI

PROSÍME, UCHOVÁVEJTE TENTO NÁVOD NA BEZPEČNÉM MÍSTĚ

- Před začátkem používání zařízení si přečtěte důkladně celý návod k použití. Plně bezpečnosti a výsledků používání stroje dosáhnete jen tehdy, když zařízení sestavíte a budete je používat výhradně dle tohoto návodu. Pamatujte, že nesete plnou zodpovědnost za to, aby všichni uživatelé zařízení byli informováni o všech omezeních, upozorněních a prostředcích bezpečnosti.
- Zařízení se může používat výhradně pro jeho účel, to znamená pro fyzický trénink dospělých osob nebo dětí pod dozorem dospělé osoby (současně může být zařízení používáno pouze jednou osobou, nepočítaje případnou asistenci). Nenechávejte zařízení v místě dostupném dětem, jelikož jejich přírodní instinkt k hraní a sklony k experimentům mohou vést k situacím a chování, ke kterému není toto zařízení určeno.
- Zařízení není vhodné pro terapeutické účely.
- Zařízení není určeno pro používání v exteriéru.
- Před začátkem používání stroje skontrolujte, zda jsou všechny části na svých místech a jsou řádně dotaženy. Povolování šroubů je přirozený proces při používání zařízení.
- Pamatujte na to, že úroveň bezpečnosti zařízení bude zachována pouze tehdy, když budete zařízení pravidelně kontrolovat ve smyslu zužití/poškození. Zařízení je možno používat jen pokud je technicky zcela v pořádku. Naleznete-li vadné díly nebo uslyšíte divný zvuk vycházející ze zařízení při jeho používání, přestaňte cvičit. Nepoužívejte zařízení až do doby než bude vada odstraněna.
- Není dovoleno dělat žádné seřizování kromě toho, které je popsáno v tomto návodu. V případě potíží je třeba se skontaktovat se servisem (kontaktní údaje jsou v následující části návodu).
- Není dovoleno mít zařízení k regulaci v takové poloze, která ztěžuje pohyby uživatele.
- Používejte zařízení na rovné a pevné ploše.
- Při používání stroje pamatujte na zachování rovnováhy.
- Před začátkem cvičení by měla být provedena rozvíčka (popsána v další části návodu) a po skončení cvičení je nutné vychladnout.
- K tréninku na zařízení by se nemělo používat volné oděvy, které se mohou zachytit nebo vtáhnout do pohyblivých částí zařízení a také mohou omezovat pohyb.
- Není dovoleno vkládat prsty mezi pohyblivé části zařízení.
- Před začátkem programu cvičení by jste se měli poradit se svým lékařem o fyzických podmínkách, které by mohly způsobit nějaké nebezpečí pro Vaše zdraví a bezpečnost. Rada Vašeho lékaře je nutná, pokud berete nějaké léky ovlivňující puls, krevní tlak nebo cholesterol. Není dovoleno používat toto zařízení přes výslovný zákaz a nedoporučení Vašeho lékaře. Nevhodný nebo nadměrný trénink může způsobit poškození Vašeho zdraví.
- Dbejte na signály Vašeho těla a pokud se objeví některý z příznaků jako jsou: bolest, tlak na prsou, nepravdivý tep, krácení dechu, bolesti hlavy, závratě nebo mdloby přestaňte okamžitě cvičit. Pokud pociťujete při cvičení některý z výše uvedených příznaků měli by jste se před zahájením další série cvičení poradit se svým lékařem.
- Zařízení bylo vyrobeno ve shodě s evropskou bezpečnostní normou EN957 ve třídě H.C., má systém regulace nezávislý na rychlosti.

UPOZORNĚNÍ!

Systémy měření tepu nemusí být přesné. Nadměrné cvičení může poškodit Vaše zdraví nebo dokonce způsobit i smrt. Pokud cítíte mdloby nebo slabost okamžitě přerušete cvičení.

Maximální hmotnost uživatele je 200 kg



OSTRZEŽENIA

I WAŻNE INFORMACJE DOT. BEZPIECZEŃSTWA

ZACHOWAJ INSTRUKCJE W BEZPIECZNYM MIEJSCU

- Przed użyciem urządzenia przeczytaj uważnie całą instrukcję obsługi. Pełne bezpieczeństwo i skuteczność użytkowania może zostać osiągnięte, pod warunkiem złożenia i użytkowania sprzętu zgodnie z instrukcją. Pamiętaj, że ponosisz odpowiedzialność za to, aby użytkownicy sprzętu zostali poinformowani o wszystkich ograniczeniach, ostrzeżeniach i środkach ostrożności.
- Urządzenie wolno stosować wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem, to znaczy do treningu fizycznego osób dorosłych, lub dzieci tylko pod nadzorem osoby dorosłej (jednocześnie sprzęt może być używany przez jedną osobę, nie licząc ewentualnej asekuracji). Nie pozostawiaj urządzenia w miejscu dostępnym dla dzieci ponieważ naturalny instynkt zabawy wśród dzieci i ich zamilowanie do eksperymentów może prowadzić do sytuacji i zachowań, do których to urządzenie nie jest przeznaczone.
- Sprzęt nie jest odpowiedni do celów terapeutycznych.
- Urządzenie nie jest przeznaczone do używania na zewnątrz.
- Przed użyciem urządzenia, sprawdź czy wszystkie części są na swoich miejscach i nie są luźne. Poluzowywanie się niektórych śrub jest naturalnym procesem zachodzącym w trakcie eksploatacji urządzeń.
- Pamiętaj, że zachowasz poziom bezpieczeństwa produktu, jeżeli będziesz regularnie sprawdzać produkt w kwestii zużycia/uszkodzenia. Używaj urządzenia wyłącznie gdy jest sprawne technicznie. Jeżeli znajdziesz wadliwe komponenty, lub słyszysz jakiś niepokojący dźwięk dochodzący z urządzenia podczas użytkowania, przestań ćwiczyć. Nie używaj urządzenia, aż problem zostanie usunięty.
- Nie należy dokonywać żadnych regulacji, oprócz tych opisanych w tej instrukcji. W razie problemów, należy się kontaktować z biurem serwisu (dane kontaktowe podane są w dalszej części).
- Nie wolno pozostawiać urządzeń regulacyjnych w takim położeniu, które może utrudniać ruchy użytkownika.
- Używaj urządzenia na stabilnej, płaskiej powierzchni.
- Korzystając z urządzenia pamiętaj aby zachowywać równowagę.
- Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia należy przeprowadzić rozgrzewkę (opisaną w dalszej części instrukcji), a po zakończeniu ćwiczenia na sprężce należy ochłonić.
- Do treningu na urządzeniu, nie należy zakładać luźnych ubrań, które mogą zahaczyć lub wkręcić się w ruchome części urządzenia lub ograniczać twoje ruchy.
- Nie wolno wkładać palców pomiędzy ruchome części urządzenia.
- Przed rozpoczęciem programu ćwiczeń powinieneś skonsultować się ze swoim lekarzem o warunkach fizycznych, które mogłyby stworzyć ryzyko dla twojego zdrowia i bezpieczeństwa. Porada twojego lekarza jest konieczna, jeżeli bierzesz lekarstwo, które oddziałuje na twoje tętno, ciśnienie krwi albo poziom cholesterolu. Nie powinno się używać tego urządzenia wbrew zaleceniom lekarza. Niewłaściwy lub nadmierny trening może spowodować uszczerbek na zdrowiu.
- Bądź świadom sygnałów twojego ciała. Przestań ćwiczyć, jeżeli odczuwasz któryś z symptomów: ból, nieregularne bicie serca, płytkość oddechu, zawroty głowy albo uczucie mdłości. Jeżeli odczuwasz któryś z w/w symptomów powinieneś zasięgnąć porady lekarza przed kontynuowaniem programu ćwiczeń.

- Urządzenie zostało wykonane zgodnie z europejską normą EN957 w klasie H. C.

OSTRZEŻENIE!

- Systemy monitorowania tętna mogą być niedokładne. Nadmiar ćwiczeń może doprowadzić do poważnych obrażeń lub śmierci. Jeśli czujesz się słabo, natychmiast przerwij ćwiczenia. Maksymalna dopuszczalna waga użytkownika wynosi 200 kg.



CONSIGNES DE SÉCURITÉ

INFORMATIONS IMPORTANTES SUR LA SÉCURITÉ

SAUVEZ LES INSTRUCTIONS EN LIEU SÉCURITÉ

- Avant d'installer et la mise en service de l'entraîneur, lisez s'il vous plaît attentivement ces instructions, à partir de laquelle vous recevrez des informations importantes. Gardez les instructions pour d'autres consultations, les réparations et pour les commandes de pièces de rechange.
- L'entraîneur peut être utilisé dans les conditions prévues. Il est recommandé de garder les enfants loin de l'appareil. En tout cas, l'entraîneur ne peut pas être utilisé pour les jeux. Si vous ne gardez pas les enfants loin de la machine, vous devez les donner communication de règles de fonctionnement et il ne faut pas les laisser sans surveillance pendant l'exercice.
- L'appareil ne convient pas à des fins thérapeutiques.
- Le dispositif est pas destiné à des activités en plein air.
- Avant de l'usage il faut faire le montage qualitative. L'affaiblissement de certains des vis est un processus naturel qui se produit pendant le fonctionnement de l'équipement.
- Rappelez-vous le niveau de sécurité des produits, vérifiez régulièrement le produit pour l'usure / dommages. Si vous trouvez un composant défectueux, ou vous entendez un bruit inquiétant émanant lors de l'utilisation de l'appareil, arrêtez l'exercice. N'utilisez pas l'entraîneur jusqu'à ce que le problème soit résolu.
- N'utilisez jamais l'appareil avec des blessures. Pour une explication des questions émergentes contactez votre revendeur spécialisé.
- Ne laissez pas l'appareil dans une position ce qui peut empêcher le mouvement des éléments du dispositif.
- Utilisez le dispositif sur la surface plane et stable.
- Pendant l'utilisation du dispositif, n'oubliez pas de garder l'équilibre.
- Avant d'utiliser l'appareil doit être effectué un échauffement.
- Il ne faut pas porter de vêtements amples, pour qu'on puisse éviter le contact avec des objets en mouvement/parties du dispositif. Il faut s'entraîner dans un appropriés chaussures de sport.
- Il ne faut pas mettre les doigts entre les parties mouvantes.
- Avant de commencer un programme d'exercice vous devriez consulter votre médecin au sujet de l'effort physique qui peut constituer un risque pour votre santé et votre sécurité. Le conseil de votre médecin est nécessaire si vous prenez des médicaments qui pourraient influencer sur le niveau de la fréquence cardiaque, la pression artérielle ou de cholestérol. Vous ne devriez pas utiliser ce dispositif contre l'avis d'un médecin. L'exercice incorrect ou excessif peut nuire à votre santé.
- Ecoutez votre corps. Arrêtez l'exercice si vous ressentez des symptômes: douleur, rythme cardiaque irrégulier, essoufflement, vertige et la nausée. Si vous avez l'un des symptômes ci-dessus on devrait consulter un médecin avant de continuer l'entraînement.
- Le dispositif correspond aux standards européens EN 957 classe H.
- Attention!
- Le système de surveillance de la fréquence cardiaque peut être inexact. Les exercices excessives peuvent entraîner des blessures graves ou aggravation de la santé. Si vous vous sentez mal, arrêtez l'exercice!

Le poids maximal autorisé de l'utilisateur est 200 kg.

Stückliste

Seznam dílů Lista części Liste de pieces

DE

Tln.	Bezeichnung	Menge
1	Hauptträger	4
2	Verbindungsrohr	2
3	Aufkleber	2
4	Schraubenmutter M8	12
5	Unterlegscheibe D8	24
6	Drehknopf	4
7	Bodenrahmen 35x35x1, 5x800	2
8	Scheibenablage	2
9	Schraube M8x50	4
10	Schraube M8x55	8
11	Rechteckstopfen 40x40	4
12	Rechteckstopfen 35x35	4
13	Rechteckstopfen D30x2	4

CZ

Č.	Popis	Ks
1	Rám	4
2	Bradlo	2
3	Nálepka	2
4	Matice M8	12
5	Podložka D8	24
6	Knoflík	4
7	Profil 35x35x1, 5x800	2
8	Roura	2
9	Šroub M8x50	4
10	Šroub M8x55	8
11	Zátka 40x40	4
12	Zátka 35x35	4
13	Zátka D30x2	4

PL

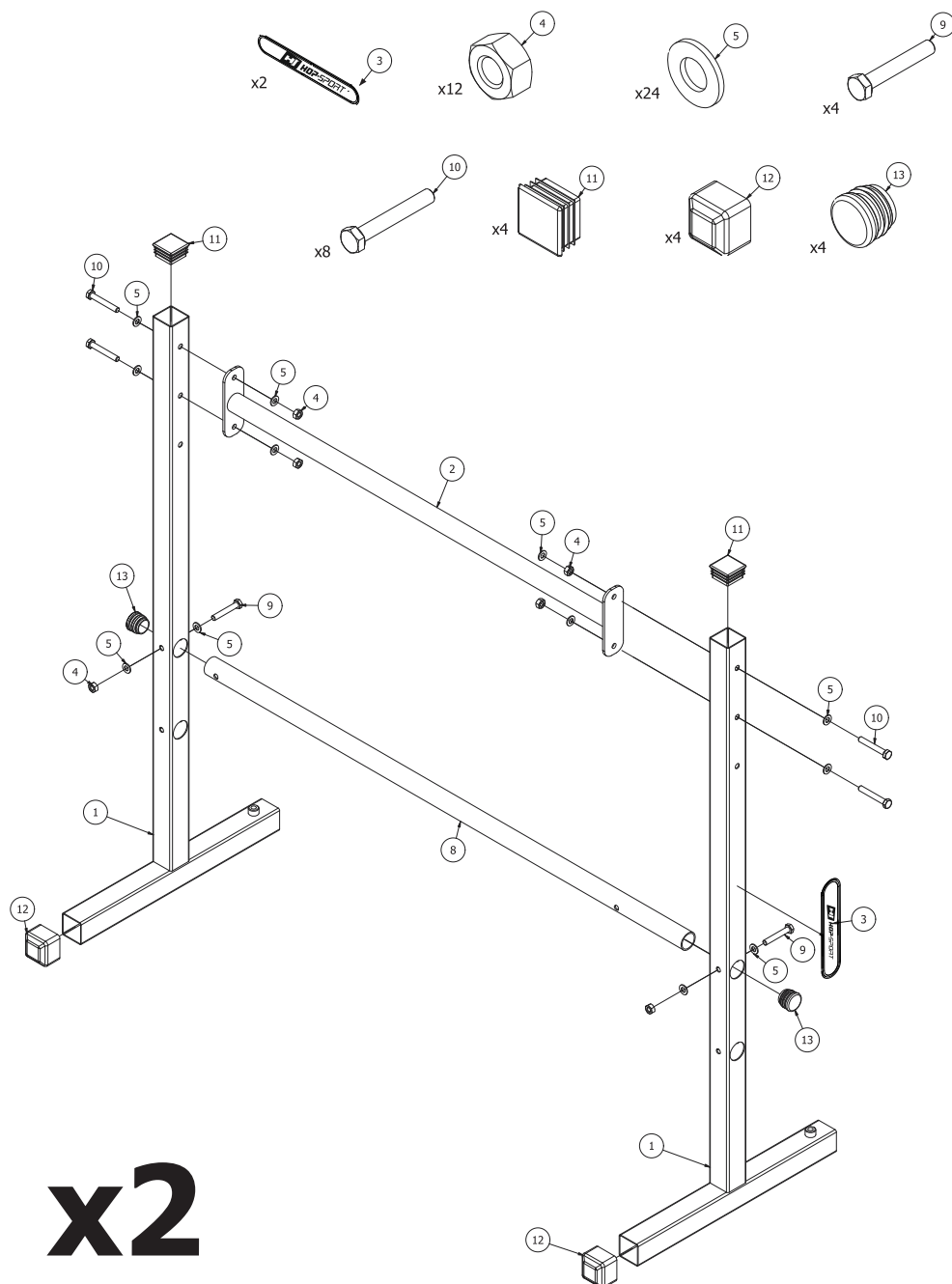
Nr	Opis	Szt.
1	Rama	4
2	Poprzeczka	2
3	Naklejka	2
4	Nakrętka M8	12
5	Podkładka D8	24
6	Pokrętło	4
7	Profil 35x35x1, 5x800	2
8	Rura	2
9	Śruba M8x55	4
10	Śruba M8x50	8
11	Zaślepka 40x40	4
12	Zaślepka 35x35	4
13	Zaślepka D30x2	4

FR

Nr	Description	Nbr
1	Cadre	4
2	La barre transversale	2
3	Autocollant	2
4	Écrou M8	12
5	Rondelle D8	24
6	Bouton	4
7	Profil 35x35x1, 5x800	2
8	Tube	2
9	Boulon M8x55	4
10	Boulon M8x50	8
11	Embout 40x40	4
12	End cap 35x35	4
13	End cap D30x2	4

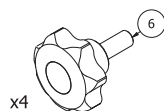
Montageanleitung

Montážní návod Schemat montažu Instruction d'installation

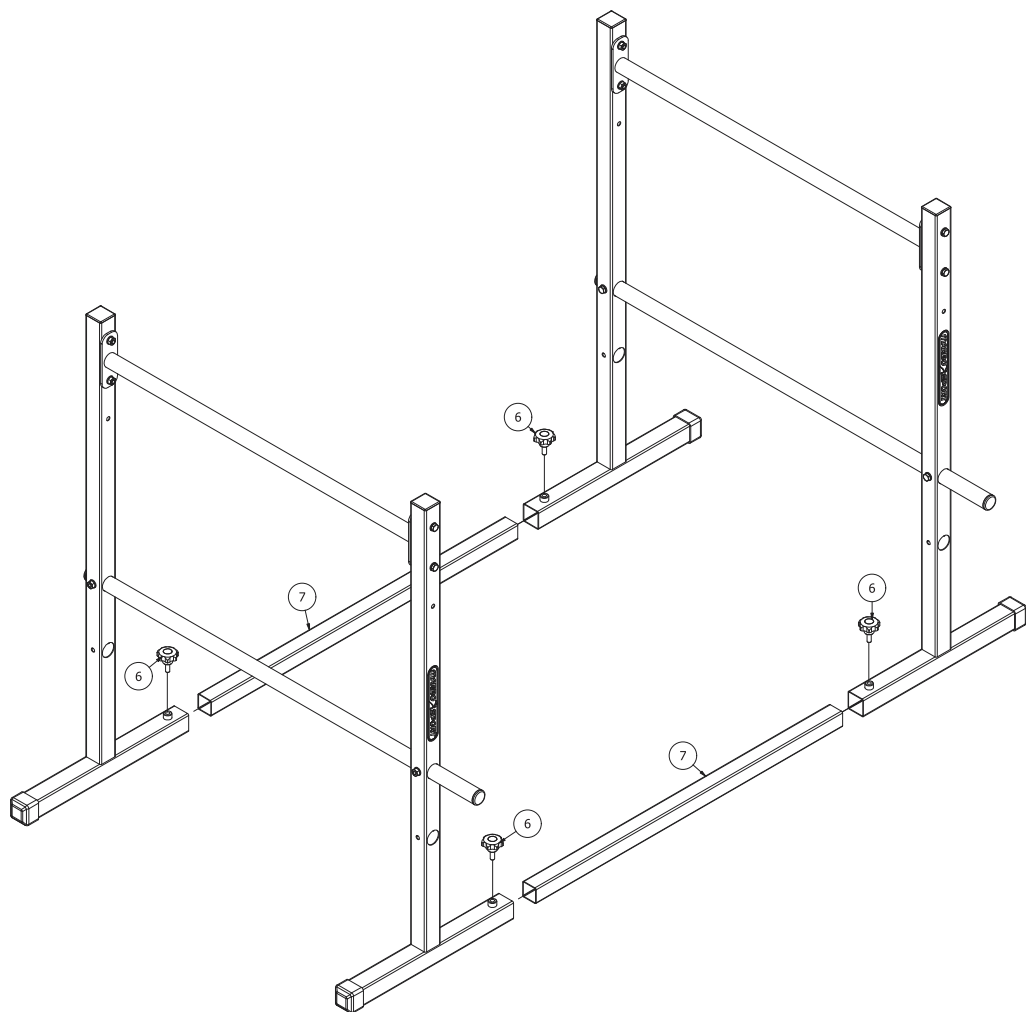


Montageanleitung

Montážní návod Schemat montażu Instruction d'installation



x4





DE

Führen Sie bei regelmäßigem und intensivem Trainingsbetrieb Kontrollen aller Geräteteile durch. Die Kontrolle sollte nicht seltener als alle 20 Betriebsstunden durchgeführt werden. Besondere Vorsicht ist bei Kunststoffelementen geboten.

Kontrolle bedeutet:
Das Prüfen aller beweglichen Teile des Gerätes.
Kontrollieren Sie, ob alle beweglichen Teile ausreichend geschmiert sind. Wenn nicht, dann fetten Sie sie ein wenig ein. Es wird empfohlen, Radlagerfette zu verwenden.

Kontrollieren Sie regelmäßig alle Teile, d. h. Schrauben, Muttern und ziehen Sie diese nach.
Für die Reinigung des Gerätes keine chemischen aggressiven Reinigungsmittel, sondern Wasser mit Seife verwenden.
Das Gerät an einem sauberen, warmen und trockenen Ort aufbewahren.

CZ

Je nutné pravidelně stroj přemazávat, konservování by mělo být prováděno nejméně co 20 hodin práce stroje. Mimořádnou opatrnost je třeba zachovávat u dílů z umělé hmoty.

Konservování obsahuje:
Kontrolu pohyblivých částí stroje. Je třeba prověřit, zda všechny pohyblivé části jsou dostatečně promazány, pokud ne, je třeba je promazat. Doporučuje se používat speciální oleje na ložiska jízdních kol.
Pravidelnou kontrolu všech částí tj. šroubů, matic a pravidelné dotahování.
K čištění je třeba používat mýdlové roztoky, nepoužívat silné čisticí prostředky.

Zařízení přechovávat v suchém a teplém místě.

PL

Należy regularnie dokonywać konserwacji urządzenia. Konserwacja powinna być przeprowadzana nie rzadziej niż co 20 godzin pracy sprzętu. Szczególną ostrożność należy zachować przy elementach z tworzywa sztucznego.

Konserwacja obejmuje:
Kontrolę ruchomych części urządzenia, czyli sprawdzenie czy ruchome części są dostatecznie nasmarowane. Jeśli nie, należy je nasmarować - w tym celu zaleca się stosowanie specjalnych smarów do łożysk rowerowych lub smarów przeznaczonych do sprzętów fitness.

Regularną kontrolę wszystkich części, takich jak: śruby, nakrętki oraz regularne ich dokręcanie.

Sprawdzenie przewodów zasilających (jeśli są obecne) pod kątem ewentualnych uszkodzeń.

Do czyszczenia sprzętu należy używać miękkiej ściereczki, zwilżonej delikatnie wodą lub ewentualnie - roztworem wody z mydłem. Nie używać w żadnym wypadku silnych środków czyszczących, nie stosować ostrych druciaków, które mogą porysować sprzęt.

Urządzenie należy przechowywać w suchym i ciepłym miejscu.

FR

On doit passer régulièrement le travail d'entretien du dispositif selon de son usage. Il faut faire le travail d'entretien au moins toutes les 20 heures de fonctionnement. Un soin particulier doit être pris avec des éléments en plastique.

Travail d'entretien consiste de:
Vérification des pièces mobiles de l'appareil. On doit vérifier si les pièces mobiles ont lubrification suffisante. Sinon elles doivent être lubrifiées. Il est recommandé d'utiliser un lubrifiant pour les roulements à vélo.
Inspection régulière de toutes les parties, y compris les vis, écrous, au cours de laquelle ils doivent les visser.
Pour nettoyer, utilisez une combinaison avec de l'eau et du savon, il ne doit pas utiliser de nettoyeurs abrasifs.
L'appareil on doit garder dans un endroit sec et chaud.



DE

Das von Ihnen erworbene Trainingsgerät bietet viele Vorteile: Verbesserung der Ausdauer, Fettabbau, allgemeine Kräftigung und Stärkung der Muskulatur als auch Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens. Jede Trainingseinheit sollte aus drei Trainingsphasen bestehen:

CZ

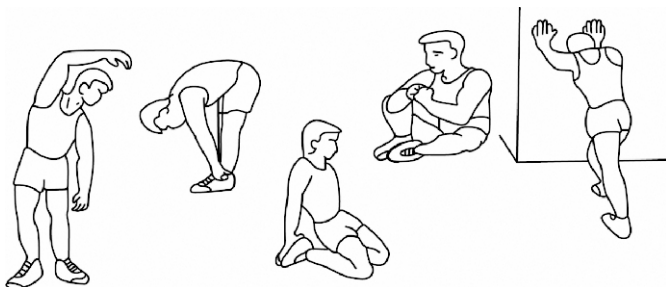
Používání zakoupeného zboží Vám poskytne několik přínosů; zvýší Vaši fyzickou kondici, posílí svaly a ve spojení s dietou s kontrolovaným množstvím kalorií Vám pomůže zhubnout.

PL

Używanie zakupionego produktu dostarczy Ci wiele korzyści. Ulepszy twoją kondycję fizyczną, mięśnie a co się z tym wiąże - poprawi samopoczucie. Mięśnie nabierają rzeźby a w połączeniu z odpowiednią dietą - możliwa jest kontrolowana utrata wagi.

FR

L'utilisation du produit acheté vous offre beaucoup de possibilités. L'exercice améliore la condition physique générale et la santé. En combinaison avec le régime alimentaire-on peut contrôler la perte de poids.



DE 1.Aufwärm-phase

Das Aufwärmen dient als Vorbereitung und zur Aktivierung der Muskulatur. Durch das Aufwärmen werden die Muskeln elastischer, Verletzungen können so im nachfolgenden Training vermieden werden. Vor dem eigentlichen Training sollten ein paar Dehnübungen (siehe unten stehende Abb.) gemacht werden. Jede dieser Übungen sollte ca. 30 Sek. dauern, aber die Aufwärmdauer sollte sich insbesondere nach dem Trainingszustand des einzelnen Sportlers richten. Untrainierte sollten sich eher schonen und es langsam angehen lassen, da sie ihren Körper eventuell überanstrengen könnten und dann für das eigentliche Training keine Kraft mehr haben.

CZ 1.Rozcvička

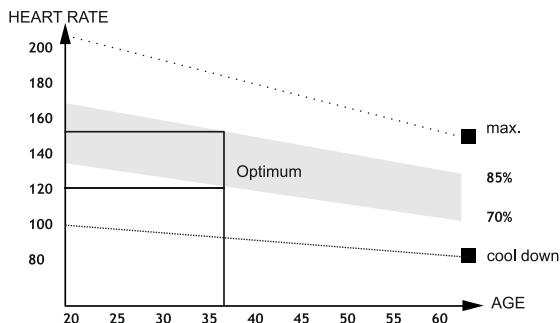
Tento stupeň pomáhá rozproudit krev po celém těle a uvést svaly do správného stavu. Také snižá riziko křečí a poranění svalu. Doporučuje se provádět několik protahovacích cviků podle obrázku níže. Při každém protahovacím cviku je třeba vydržet přibližně 30 sekund; svaly nepřepínajte –pokud ucítíte bolest, přestaňte.

PL 1.Rozgrzewka

Ta faza ćwiczeń pomaga ulepszyć krążenie krwi w całym ciele oraz przygotować mięśnie do wzmożonego wysiłku. Zmniejsza również ryzyko skurczu lub zerwania mięśnia. Wskazane jest, by wykonać kilka ćwiczeń rozciągających jak pokazano poniżej. Każde ćwiczenie powinno trwać około 30 sekund. Nie nadwężaj mięśni! Jeżeli czujesz ból, przestań ćwiczyć lub zmniejsz zakres wykonywanego ruchu.

FR 1.Échauffement

Ce type d'entraînement il vous aidera à préparer le corps à l'entraînement principal, par une bonne circulation sanguine. L'échauffement supprime également le risque de blessures et claquement pendant l'entraînement principal. Il est recommandé de faire l'échauffement avant chaque l'entraînement. Le temps de l'échauffement doit être non moins que 10 minutes.



DE 2.Trainings-phasetrainings-phase

Nach dem Aufwärmen wird bei einem Training zum Muskelaufbau mit dem eigentlichen Krafttraining begonnen. Regelmäßiges Training hält die Muskeln kräftig und die Bänder elastisch.

Die Intensität des Trainings muss individuell angepasst werden, damit das Tempo des Trainings während der Übungen gehalten werden kann. Ein geeigneter Richtwert für ein effektives Training kann der Puls sein. Dieser sollte sich während des Trainings in einem Bereich zwischen 70% und 85% des Maximalpulses befinden (siehe Diagramm). Diese Phase sollte mindestens 12 Minuten dauern, obwohl schon oft mit ca. 15-20 Minuten angefangen wird.

CZ 2.Vlastní cvičení

Jedná se o fázi, ve které vynakládáte námahu. Při pravidelném používání přístroje se svaly Vašich nohou stanou ohebnějšími. Provádějte cvičení Vaším vlastním tempem, avšak velmi důležité je udržovat rovnoměrné tempo po celou dobu cvičení. Tempo cvičení by mělo být dostatečné ke zvýšení Vašeho srdečního tepu na hodnotu v cílové oblasti znázorněné na obrázku. Tato fáze by měla trvat minimálně 12 minut, avšak většina lidí začíná na 15-20 minutách.

PL 2.Faza ćwiczeń

Ten etap to właściwa faza treningu, w której korzystasz z urządzenia. Należy ćwiczyć we własnym w miarę stałym tempie, tak aby osiągnąć tętno adekwatne do swojego wieku jak przedstawiono na wykresie. Ta faza powinna trwać minimum 12 minut, chociaż większość ludzi zaczyna od około 15-20 minut.

FR 2.L'entraînement principal.

Les muscles pendant l'entraînement principal deviennent plus souples et doux. Il est très important de maintenir la température ambiante. Il faut prendre soin pour que la fréquence cardiaque ne dépasse pas les limites de zone cible (voir l'image).



DE 3. Abkühl-phase

Leichte Lockerungsübungen als Abschluss sind zu empfehlen. Um den Kreislauf nach der „Trainings-Phase“ zu unterstützen und einem Muskelkater oder Zerrungen vorzubeugen, muss nach der „Trainings-Phase“ noch die „Abkühl-Phase“ eingehalten werden. In dieser sollten ca. 5 Minuten lang Dehnungsübungen (z. B. die von der „Aufwärm-Phase“) und/oder leichte gymnastische Übungen durchgeführt werden. Es wird eine Kombination aus einer gesundheitsbewussten Ernährung, die entsprechend dem Trainingsziel abgestimmt werden muss, und einer körperlichen Ertüchtigung mindestens dreimal in der Woche empfohlen. Man muss zweimal pro Woche trainieren, um die derzeitige Verfassung zu erhalten. Um die Kondition zu verbessern und das Körpergewicht zu verändern, benötigt man mindestens drei Trainingseinheiten pro Woche. Ideal ist natürlich eine Häufigkeit von fünf Trainingseinheiten pro Woche.

MUSKELAUFBAUTRAINING

Leichte Lockerungsübungen als Abschluss sind zu empfehlen. Um den Kreislauf nach der „Trainings-Phase“ zu unterstützen und einem Muskelkater oder Zerrungen vorzubeugen, muss nach der „Trainings-Phase“ noch die „Abkühl-Phase“ eingehalten werden. In dieser sollten ca. 5 Minuten lang Dehnungsübungen (z. B. die von der „Aufwärm-Phase“) und/oder leichte gymnastische Übungen durchgeführt werden. Es wird eine Kombination aus einer gesundheitsbewussten Ernährung, die entsprechend dem Trainingsziel abgestimmt werden muss, und einer körperlichen Ertüchtigung mindestens dreimal in der Woche empfohlen. Man muss zweimal pro Woche trainieren, um die derzeitige Verfassung zu erhalten. Um die Kondition zu verbessern und das Körpergewicht zu verändern, benötigt man mindestens drei Trainingseinheiten pro Woche. Ideal ist natürlich eine Häufigkeit von fünf Trainingseinheiten pro Woche.

CZ 3. Fáze uklidňování

Tato fáze slouží k uklidnění Vašeho kardiovaskulárního systému a svalů. Jedná se o opakování rozcvičky sníženým tempem po dobu přibližně 5 minut. Nyní by se měly opakovat protahovací cviky, opět pamatujte na to, aby jste Vaše svaly nepěpínali. S tím, jak se dostanete do lepší kondice, možná budete potřebovat cvičení delší a těžší. Doporučuje se cvičit minimálně třikrát týdně a pokud je to možné, rozložte vaše cvičení pravidelně na celý týden.

Jestliže chcete pomoci Vašeho cvičení posilovat svaly, musíte mít odpor nastavený na dost vysokou hodnotu. To bude představovat větší namáhání svalů na Vašich nohou a může to znamenat, že nebudete moci cvičit tak dlouho, jak byste chtěli. Budete-li se také snažit zvýšit Vaši kondici, budete muset program Vašich cvičení měnit. Během rozcvičky a uklidňování by jste měli cvičit stejně jako normálně, avšak ke konci fáze vlastního cvičení byste měli zvýšit odpor, čímž Vaše nohy budou vynakládat větší námahu. Pro udržení Vašeho srdečního tepu v cílové oblasti, budete muset snížit Vaši rychlost.

Důležitým faktorem je zde množství námahy, kterou vynakládáte. Čím intenzivněji a déle cvičíte, tím více kalorií budete spalovat. Efektivně je to stejné, jako když cvičíte za účelem zvýšení kondice, rozdíl je pouze v cíli.

PL 3. Faza odprężenia

Ta faza ma na celu odprężenie Twoich mięśni i systemu naczyniowego. To nic innego jak powtórka rozgrzewki ze zmniejszonym tempem ćwiczeń - czas ćwiczenia około 5 minut. Ćwiczenia rozgrzewkowe powinny być powtórzone, należy przy tym pamiętać aby nie nadwyręzać mięśni. Z czasem możesz powiększać zakres ruchu oraz wydłużyć czas ćwiczenia.

Wskazane jest, by ćwiczyć przynajmniej trzy razy w tygodniu a jeśli jest to możliwe nawet codziennie stale zwiększając czas ćwiczenia.

Aby budowa mięśni przynosiła zamierzone rezultaty, należy ustawić opór urządzenia na odpowiednio wysoki poziom. Spowoduje to większy nacisk na mięśnie nóg i może skrócić czas treningu. Jeżeli chcesz polepszyć swoją kondycję, powinienś zmienić swój program treningowy. Powinno się rozpocząć ćwiczenie przy niskim poziomie oporu, stopniowo zwiększając poziom oporu pedałowania. W trakcie zwiększania poziomu oporu powinienś zmniejszyć szybkość pedałowania, by utrzymać tempo serca w docelowej strefie.

Ważnym czynnikiem jest tutaj wysiłek wkładany w ćwiczenie. Ciężki i długi trening prowadzi do większego spalania kalorii. Natężenie ćwiczenia powinno być takie, jak przy treningu na polepszenie kondycji - inny jest tylko cel.

FR 3. Phase de relaxation

Cette phase est conçue pour détendre vos muscles et votre système vasculaire. Ce n'est rien de plus qu'une répétition de l'échauffement avec un rythme d'exercice réduit. Durée de l'exercice d'environ 5 minutes. Les exercices d'échauffement doivent être répétés, mais veillez à ne pas fatiguer vos muscles. Avec le temps, vous pouvez augmenter l'amplitude des mouvements et augmenter la durée de l'exercice.

Il est conseillé de s'entraîner au moins trois fois par semaine et, si possible, d'augmenter chaque jour davantage la durée de l'exercice.

Pour obtenir les résultats souhaités, définissez la résistance de l'appareil à un niveau suffisamment élevé. Cela entraînera une plus grande pression sur les muscles de la jambe et réduira le temps d'entraînement. Si vous souhaitez améliorer votre condition physique, vous devez modifier votre programme d'entraînement. Vous devriez commencer l'exercice avec un faible niveau de résistance, en augmentant progressivement le niveau de résistance au pédalage. Au fur et à mesure que vous augmentez le niveau de résistance, vous devez réduire la vitesse de pédalage pour maintenir le rythme cardiaque dans la zone cible. Un entraînement long et intensif conduit à une plus grande combustion des calories. L'intensité de l'exercice devrait être la même que dans l'entraînement pour améliorer la condition, seul le but est différent.



DE

1. Im Namen des Gewährleistungsgebers übernimmt der Verkäufer für das vertriebene Gerät eine Gewährleistung von 24 Monaten ab dem Kaufdatum.
2. Sie haben folgende Möglichkeiten um Ihre Reklamation zu melden:
 - via Reklamationsformular auf der Internetseite: <https://hegenshop.de/reklamation/>
 - via E-Mail: service@hegen-group.de
 - unter der folgenden Rufnummer: +49 040-228690201
 - schriftlich an folgende Adresse:

Hegen Deutschland GmbH
Karl-Liebknechtstraße 6
17321 Löcknitz

3. Nachdem Sie Ihre Reklamation eingereicht haben, warten Sie bitte auf eine Rückmeldung von unserem Service-Mitarbeiter, der Sie über weitere Vorgehensweise informiert. Sollten Sie an uns Fragen haben, stehen wir Ihnen gerne unter folgender Telefonnummer zur Verfügung: +49 040-228690201.
4. Nachdem Sie Ihre Reklamation über die Website abgeschickt haben, erhalten Sie eine individuelle Reklamationsnummer zugeteilt.
5. Der vollständige Artikel sollte zusammen mit dem Zubehör an die vom Verkäufer angegebene Adresse geschickt oder für die Abholung vorbereitet werden.
6. Das Paket sollte auch Informationen enthalten, die uns helfen, Ihre Reklamation zu identifizieren:
 - Kaufbeleg
 - Käuferdaten
 - Telefonnummer

Die Gewährleistung umfasst Mängel, die auf Fertigungs- oder Materialfehler beruhen. Die Gewährleistung gilt nicht für die funktionsfähigen Geräte, deswegen vergewissern Sie sich bitte, bevor Sie den Artikel absenden, ob der Mangel tatsächlich das Gerät betrifft oder in einer nicht bestimmungsgemäßen Verwendung liegt oder vielleicht gehen Ihre Erwartungen über die in der Produktbeschreibung enthaltenen Funktionen und Parameter des Artikels hinaus.

Hinweis: Beachten Sie bitte, dass wir keine Sendungen annehmen, die an uns entweder per Nachnahme oder unfrei verschickt werden.

7. Mängel und Beschädigungen, die innerhalb der Gewährleistungsfrist entstanden sind, werden innerhalb von 14 Werktagen ab dem Zustelldatum des defekten Artikels kostenlos beseitigt. Falls das Gerät zur Reparatur ins Ausland geschickt oder die Ersatzteile aus dem Ausland geliefert werden müssen, kann die Reparaturdauer verlängert werden.
 8. Ein Umtausch des Gerätes erfolgt, wenn:
 - a) während der Gewährleistungsfrist 4 wesentliche Reparaturen durchgeführt wurden und das Gerät immer noch defekt ist.
 - b) Reklamationsabteilung feststellt, dass ein Mangel vorliegt, der nicht behoben werden kann.
- Umgetauscht werden nur die Teile, die defekt sind. Wenn die Lieferung einer neuen Ware nicht möglich ist, wird das Produkt gegen eine vergleichbare Ware umgetauscht, die von den funktionalen Eigenschaften her mindestens gleich- oder höherwertiger als das ursprünglich erworbene Produkt ist.
9. Verschleißteile wie z.B. Gurte, Gummielemente, Riemen, Schaumstoffhandgriffe, Pedale usw. sind nicht Gegenstand der Gewährleistung.
 10. Achtung! Dieses Gerät ist ausschließlich für den Hausgebrauch bestimmt.
 11. Für das Gerät ist eine zulässige maximale Belastung festgelegt. Diese Information finden Sie in der Bedienungsanleitung.
 12. Diese Gewährleistung ist in Deutschland, Polen, Tschechien, Frankreich und der Slowakei gültig.



CZ

1. Prodávající jménem ručitele poskytuje záruku na zakoupené zboží do 24 měsíců od data prodeje.
2. Reklamací můžete nahlásit prostřednictvím stránky: <https://hop-sport.cz/reklamac/> nebo písemně na adresu: Hegen Česko s.r.o., Stavbárov 2201/36, 734 01 Karviná, Česká republika.

1. Očekávejte prosím kontakt od zaměstnance servisu, který Vás bude informovat o dalších krocích. V případě potřeby můžete kontaktovat servis na tel. číslo: +420 2 720 480 22.
2. Po odeslání reklamací prostřednictvím webové stránky jí bude přiděleno individuální pořadové číslo.
3. Kompletní zboží spolu s příslušenstvím by měl být připraven na vyzvednutí kurýrem, kterého jsme objednali.
4. Zásilky od Zákazníka se odebírají prostřednictvím systému door-to-door.
5. Zásilky by měly zahrnovat i:
 - Doklad o nákupu nebo jeho kopie (faktura, blok)
 - osobní informace
 - Kontaktní tel. číslo
6. Opravu lze provést i v domácnosti Zákazníka, o čemž bude Zákazník informován oddělením servisu.

Reklamací a záruce podléhají pouze skryté chyby způsobené poruchou ze strany výrobce. Reklamací a záruce nepodléhají funkční předměty a proto prosíme, abyste se před odesláním ujistili, zda problém určitě spočívá v samotném výrobku, či v nesprávném používání, nebo zda produkt přesahuje očekávání zákazníků - funkce a parametry, které nebyly zahrnuty v popisu produktu.

Poznámka: Nepřijímáme zásilky na dobírku ani na náklady příjemce.

7. Vady nebo poškození zařízení zjištěné během záruční doby budou bezplatně odstraněny do 14 pracovních dnů ode dne doručení zařízení do místa prodeje nebo servisu. Pokud bude nutné dodat náhradní díly ze zahraničí, lhůta na opravu v záruce může být prodloužena.
8. Uživatel má právo vyměnit výrobek za nový, bez vad, pokud: a) během záruční doby byly provedeny 4 důležité opravy a výrobek i nadále vykazuje chyby; b) servis zjistí, že došlo k poruše, kterou nelze odstranit. Výměně podléhá pouze ta část výrobku, v níž došlo k poruše. V případě, že výrobek nelze nahradit stejným typem / modelem, výrobek se nahradí jiným výrobkem, který nemá horší funkční parametry jako produkt, který se má vyměnit.
9. Záruka se nevztahuje na spotřební materiál: kabely, pásy, gumové prvky, pěnové úchyty, pedály atd.
10. Poznámka! Zařízení je určeno pouze pro domácí použití.
11. Zařízení je navrženo pro příslušnou maximální váhu cvičícího.
12. Záruka je platná v Německu, České republice, Polsku, na Slovensku a ve Francii.



PL

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na zakupiony towar w okresie 24 miesięcy od daty sprzedaży. ¶
2. Reklamację zgłaszamy poprzez:

stronę: <https://www.hop-sport.pl/serwis/> lub pisemnie na adres:

[Hegen Polska Sp. z o.o.](#)

Spółdzielcza 21

72-010 Police

1. Proszę oczekiwać kontaktu ze strony pracownika serwisu, który poinstruuje o dalszych czynnościach. W razie potrzeby możliwy jest kontakt z serwisem pod numerem telefonu 12 311 03 30
2. Po dokonaniu zgłoszenia poprzez stronę internetową zostanie nadany indywidualny numer reklamacji.
3. Kompletny przedmiot wraz z akcesoriami, należy przygotować do odbioru przez zleconego przez nas kuriera.
4. Przesyłki są odbierane od Klienta w systemie door-to-door.
5. W przesyłce dodatkowo powinien znajdować się:
 - Dowód zakupu, lub jego ksero (Faktura, paragon)
 - Dane osobowe
 - Telefon kontaktowy
6. Możliwa jest również naprawa w domu Klienta, o czym Klient zostanie poinformowany przez dział serwisowy.

Reklamacji i gwarancji podlegają wyłącznie wady ukryte powstałe z winy producenta. Reklamacji i gwarancji nie podlegają przedmioty sprawne, dlatego prosba, by upewnić się przed odesłaniem, czy problem na pewno tkwi w produkcie, czy w niewłaściwym użytkowaniu, lub jeżeli oczekiwania klientów wykraczają poza opis przedmiotu - funkcje i parametry, które nie były zawarte w opisie produktu

Uwaga: nie przyjmujemy przesyłek za pobraniem ani wysyłanych na koszt odbiorcy.

7. Wady lub uszkodzenia sprzętu ujawnione w okresie gwarancji będą bezpłatnie usuwane w ciągu 14 dni roboczych od daty dostarczenia sprzętu do punktu sprzedaży lub serwisu. W przypadku konieczności sprowadzenia części zamiennych zza granicy, termin wykonania naprawy gwarancyjnej może ulec wydłużeniu. ¶
8. Użytkownikowi przysługuje prawo wymiany produktu na nowy, wolny od wad jeżeli: a) w okresie gwarancji wykonano 4 istotne naprawy, a produkt nadal wykazuje usterki; b) serwis stwierdzi, że wystąpiła usterka niemożliwa do usunięcia. Wymianie podlega tylko ta część składowa produktu, w której wystąpiła usterka. W przypadku braku możliwości wymiany produktu na ten sam typ/model, dokonana zostanie wymiana na produkt o nie gorszych parametrach funkcjonalnych od produktu podlegającego wymianie. ¶
9. Gwarancja nie są objęte elementy eksploatacyjne: linki, paski, elementy gumowe, pasy, uchwyty z gąbki, pedały itp. ¶
10. Uwaga! Sprzęt jest przeznaczony tylko i wyłącznie do użytku domowego. ¶
11. Sprzęt jest przeznaczony do odpowiedniej maksymalnej masy ćwiczącego
12. Gwarancja jest ważna na terenie Niemiec, Czech, Polski i Słowacji, Francji.

FR

Conditions de la garantie

1. Le vendeur au nom du garant fournit une garantie sur les marchandises achetées pour la période de 24 mois à compter de la date de vente.

2. Nous acceptons les réclamations par écrit à l'adresse suivante: info@hegenboutique.fr après quoi un numéro de plainte individuel sera attribué.

3. L'article complet ainsi que les accessoires doivent être préparés pour que le service de transport commandé par nous les récupère.

4. Les colis seront collectés chez le client par le système "porte à porte".

5. Pour le dépôt d'une plainte est nécessaire:

- a) marchandises ou partie sur laquelle on dépose une plainte;
 - b) un document qui spécifie le nom et l'adresse du vendeur, date et lieu d'achat aussi la facture ou le certificat de garantie valide.
6. Les réclamations et les garanties ne couvrent que les défauts cachés causés par la faute du fabricant. Les réclamations et les garanties ne font pas l'objet d'articles efficaces, il est donc important de s'assurer avant de renvoyer si le problème se trouve définitivement dans le produit, dans son utilisation impropre, ou si les attentes du client vont au-delà de la description de l'article - fonctions et paramètres autres que ceux décrits dans la description du produit.

Remarque: nous n'acceptons pas les colis à la livraison ou envoyés aux frais du destinataire.

7. Les défauts, les endommagements à l'équipement, la détection dans la période de garantie, seront réparés gratuitement dans les 14 jours ouvrables à compter de la date de livraison de l'équipement au point de vente et de service. Si est nécessaire d'envoyer l'équipement à l'étranger pour les réparations ou dans le cas de commande de pièces détachées à l'étranger, la réparation de garantie peut être prolongée.

8. L'utilisateur a le droit d'échanger les marchandises à nouveaux sans défaut en cas:

- a) au cours de la période de garantie tenue 4 réparations importantes, mais les produits restent toujours défectueux,
- b) service à la clientèle conclut que le défaut ne peut être éliminé. Le remplacement est soumis uniquement ce composant du produit, dans lequel il y a un défaut. Dans le cas où il n'y a pas de possibilité de remplacer les produits du même type/modèle, on sera remplacé par le produit des paramètres fonctionnels qui ne sont pas pires que les produits qui devraient être remplacés.

9. La garantie ne couvre pas les éléments opérationnels: connecteurs, ceintures, des éléments en caoutchouc, rayures, poignées souples, pédales, etc.

10. Attention! L'équipement est destiné uniquement à un usage domestique.

11. L'équipement est conçu pour le poids maximum approprié de l'utilisateur.

12. La garantie est valable en Allemagne, en République tchèque, en Pologne et en Slovaquie, en France.

Service während und nach der garantiezeit

Záruční a pozáruční servis Serwis gwarancyjny i pogwarancyjny Entretien de garantie et service après-vente



DE

Alle Reparaturen während und nach Ablauf der Garantiezeit werden von dem Importeur und zugleich dem Gerätehändler durchgeführt. Sollten Sie einen Defekt am Gerät feststellen, wenden Sie sich bitte an die Verkaufsstelle oder den Kundenservice:

Hegen Deutschland GmbH
Karl-Liebknechtstraße 6
17321 Löcknitz

040-228690200 Service-Hotline
040-228690201 Reklamationen
service@hegen-group.de

Hegen Deutschland GmbH
Papenreye 53
22453 Hamburg

Bei Verschleißteilen oder Beschädigungen des Gerätes durch unsachgemäße Verwendung erlischt die Garantie. Ansprüche des Käufers bezüglich der dem Vertrag nicht entsprechenden Ware werden von dieser Garantie nicht ausgeschlossen, nicht eingeschränkt und nicht für ungültig erklärt.

CZ

Veškerý záruční a pozáruční servis provádí dovozce a zároveň prodejce zařízení. V případě vzniku závady kontaktujte, prosím, Vaše prodejní místo:

HEGEN ČESKO s. r. o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov

+420 2 720 480 22 - Infolinka
info@hegen.cz

HEGEN ČESKO s. r. o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov

Používání zařízení v rozporu se záručními podmínkami má za následek ztrátu záruky.

Tato záruka na prodané spotřební zboží nevylučuje, neomezuje, ani nezastavuje oprávnění kupujícího vyplývající z rozporu zboží se smlouvou.

PL

Wszelkich napraw gwarancyjnych i pogwarancyjnych dokonuje importer i zarazem dystrybutor urządzenia. W razie wystąpienia usterki prosimy o zgłoszenie się do miejsca zakupu urządzenia lub serwisu:

HEGEN POLSKA Sp. z o. o.
ul. Spółdzielcza 21
72-009 Police

+48 12 362 66 22 - Infolinia
+48 12 311 03 30 - Serwis
serwis@hop-sport.pl

HEGEN POLSKA Sp. z o. o.
32-300 Olkusz
Plac Konstytucji 3 Maja 2B

Użytkowanie sprzętu niezgodnie z warunkami gwarancji powoduje jej utratę.

Niniejsza gwarancja na sprzedany towar konsumpcyjny nie wyłącza, nie ogranicza, ani nie zawiesza uprawnień kupującego wynikających z niezgodności towaru z umową.

FR

Toutes les réparations sous garantie et post-garantie fournit importateur et en même temps le dispositif de distribution. En cas de dysfonctionnement, s'il vous plaît se référer au point de vente d'un dispositif ou d'un service d'achat.

info@hegenboutique.fr

L'utilisation de l'équipement pas en conformité avec les termes de la garantie conduira à la perte.

Cette garantie pour les biens de consommation vendus n'exclut pas, limiter ou remuer les droits résultant de la non-conformité.

UA

Вся гарантійне та післягарантійне обслуговування здійснюється як імпортером, так і дистриб'ютором. У разі виникнення проблеми, будь ласка, зв'яжіться з офісом продажу:

МТС +38 098 710 22 33
Київстар +38 099 710 22 33
info@hop-sport.com.ua

Ця гарантія на проданий товар не виключає, не обмежує та не заперечує повноваження покупця щодо невідповідності товару з умовою.

Використання тренажера з порушенням умов використання призводить до втрати гарантії.

Ця гарантія на продані споживчі товари не виключає, не обмежує та не визнає гарантію покупця внаслідок конфлікту товару з контрактом.

Umweltschutz

Ochrana životního prostředí Ochrona środowiska Protection de l'environnement



This product is supplied in the package by protecting it from possible damage during transport. Packaging is unprocessed and recyclable. Discard these materials by their kind.

Das Gerät wird in einer Verpackung geliefert, damit eine Beschädigung während des Transportes ausgeschlossen und der Inhalt geschützt wird. Die Verpackung besteht aus umweltfreundlichen Materialien, die als Sekundärrohstoffe dienen können. Wird die Verpackung nicht mehr benötigt, führen Sie das Material nach den geltenden Vorschriften der örtlichen Abfallentsorgung zu.

Tento výrobek je dodáván v obalu, aby byl chráněn před možným poškozením během přepravy. Obaly jsou vyrobené ze surovin, které jsou recyklovatelné. Tyto obaly vyhazujte a třídte podle jejich druhu.

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

Данный товар поставляется в упаковке для его защиты от возможных повреждений во время транспортировки. Упаковка изготовлена из материалов, которые могут быть переработаны. Выбрасывайте, пожалуйста, материалы в соответствии с их видом.

Ce produit est livré dans un emballage pour le protéger contre les dommages possibles lors du transport. L'emballage est composé de matériaux qui peuvent être recyclés. S'il vous plaît disposer de matériaux conformément à leurs vues.



In order to protect the environment, you must return used batteries to the place of purchase or transfer them to a separate collection point for recyclables. Do not dispose used batteries in household waste bins. This will help you to protect the environment.

Leere Akkus/ Batterien gehören nicht in den Hausmüll, denn sie sind aus hochwertigen Materialien hergestellt, die recycelt und wieder verwendet werden können. Um die Umwelt zu schützen, geben Sie die Batterien an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten ab. Damit leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt.

Z důvodu ochrany životního prostředí musí být použité baterie odevzdané v místě prodeje, nebo předané do určené sběrný pro skladování druhotných surovin. Nevyhazujte použité baterie do domovních košů na odpady. Tímto budete přispívat k ochraně životního prostředí.

Aby chránit środowisko należy zużyte baterie oddać w miejsce zakupu lub przekazać do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych. Nie należy wyrzucać zużytych baterii do domowych koszy na śmieci. Przyczynią się Państwo w ten sposób do ochrony środowiska.

Для защиты окружающей среды, необходимо отработавшие аккумуляторы отдавать в пункт покупки или передавать в соответствующий пункт сбора вторичного сырья. Не выбрасывайте, пожалуйста, отработавшие аккумуляторы в домашние корзины для мусора. Таким образом, Вы помогаете защитить окружающую среду.

Pour la protection de l'environnement vous devez donner les piles utilisées au point de vente, ou transférer à un point de collecte approprié pour les matières premières secondaires. S'il vous plaît ne jetez pas les piles usagées dans les poubelles des ménages. Ainsi, vous aidez à protéger l'environnement.



Waste electrical equipment (including the meter) is recyclable - it must not be disposed in the household waste containers as they may contain substances hazardous to human health and the environment! We ask for active help in the economical management of natural resources by transferring them to the point of storing recycled materials or used electrical appliances.

Das Symbol mit der durchgestrichenen Mülltonne weist auf die Notwendigkeit der getrennten Sammlung hin. Verbrauchte elektrische Produkte dürfen am Ende ihrer Lebensdauer nicht über den normalen Haushaltsabfall entsorgt werden, sondern müssen an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abgegeben werden, weil sie gefährliche Stoffe enthalten, die die menschliche Gesundheit sowie die Umwelt beeinträchtigen können. Helfen Sie uns bei Umweltschutz und Ressourcenschonung und geben Sie dieses Gerät bei der entsprechenden Rücknahmestelle ab. Mit der Wiederverwertung, der stofflichen Verwertung oder anderen Formen der Verwertung leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt.

Opotřebovaná elektrická zařízení (včetně počítadla) jsou druhotné suroviny – nesmí se vyhazovat do kontejnerů na domovní odpady, protože mohou obsahovat látky nebezpečné pro lidské zdraví a životní prostředí! Prosíme o aktivní podporu efektivního hospodářství s přírodními zdroji a ochranu životního prostředí, použité zařízení odevzdejte do sběrný pro skladování druhotných surovin – použitých elektrických zařízení.

Zużyte urządzenia elektryczne (w tym urządzeniu licznik) 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 użytego urządzenia do punktu składowania surowców wtórnych - zużytych urządzeń elektrycznych.

Отработавшие электроприборы (в том числе счетчик) – это вторичное сырье - не выбрасывайте их в контейнеры бытовых отходов, поскольку они могут содержать вещества, опасные для здоровья человека и окружающей среды! Пожалуйста, проявляйте активное участие в рациональном использовании природных ресурсов и защите окружающей среды путем передачи отработавшего устройства в пункт сбора вторичного сырья – отработавших электроприборов.

Les appareils d'échappement (y compris le compteur)- ce sont matières premières secondaires - ne les jetez pas dans des conteneurs de déchets ménagers selon qu'ils peuvent contenir des substances dangereuses pour la santé humaine et l'environnement! S'il vous plaît prenez une part active dans la gestion des ressources naturelles et protection de l'environnement en faisant passer les dispositifs d'échappement au point de collecte des matières premières secondaires – les appareils d'échappement.

