



WWW.TREXSPORT.COM



## TX-020GHH

**CZ** INTELIGENTNÍ HULA-HOP

**DE** INTELLIGENTES HULA-HOP

**FR** HULA-HOP INTELLIGENT

**GB** SMART HULA-HOOP

**PL** INTELIGENTNE HULA-HOP

**SK** INTELIGENTNÉ HULA-HOP

**UA** ЕЛІПТИЧНИЙ КРОС-ТРЕНАЖЕР

INTELIGENTNÍ HULA-HOP / INTELLIGENTES HULA-HOP / HULA-HOP INTELLIGENT / SMART HULA-HOOP / INTELIGENTNE HULA-HOP / INTELLIGENTNE HULA-HOP / ЕЛІПТИЧНИЙ КРОС-ТРЕНАЖЕР



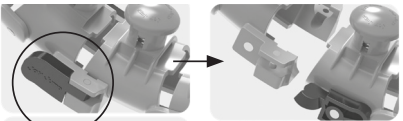
<b>NÁVOD K POUŽITÍ</b>	01
<b>BEDIENUNGSANLEITUNG</b>	05
<b>INSTRUCTIONS D'UTILISATION</b>	09
<b>INSTRUCTION</b>	13
<b>INSTRUKCJA OBSŁUGI</b>	17
<b>NÁVOD NA POUŽITIE</b>	21
<b>ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ</b>	25

### CZ UPOZORNĚNÍ

- Výrobek je sportovní potřebou, není hračka. Není dovoleno zpřístupnit ho dětem pro hraní.
- Před použitím se ujistěte, že produkt není poškozen.
- Produkt by měl být používán pouze pro účely, pro které je určen (t.j. pro fitness a sílový trénink).
- Abyste předešli poškození svalů, před cvičením proveďte rozcívku.
- Doporučuje se provádět trénink v oblečení, které neomezují pohyb, a v botách vhodných pro daný typ tréninku.
- Pokud máte závratě nebo jakékoli bolesti, okamžitě zastavte cvičení.
- Neumisťujte výrobek do blízkosti zdrojů tepla, jako jsou lampy, topení, krby, protože to může ho poškodit.
- Poškozený produkt nesplňuje bezpečnostní podmínky. Neopravujte ho samostatně.
- Doporučuje se uschovat tento štítek.

### CZ MONTÁŽ

- Otevřete dvě vnější černé spony a oddělte oba konektory od sebe.



- Nasadte si hula hop kolem pasu a upravte délku odstraněním nebo přidáním konektorů.



- Spojte oba válce a uzavřete je černou sponou na každé straně.



2

### CZ ZÁRUKA

#### Záruční podmínky

- Zákazník má následující možnosti uplatnění reklamace:
  - prostřednictvím kroků na webové stránce: <https://hop-sport.cz/info/reklamace-zaruka/>
  - písemně na adresu: Hegen Česko s.r.o. Stavbařů 2201/36, 734 01 Karviná-Mizerov Česká republika
  - e-mail: [info@hop-sport.cz](mailto:info@hop-sport.cz)
- Reklamacе včetně odstranění vady musí být vyřízena a kupující o tom musí být informován nejpozději do třiceti (30) dnů ode dne uplatnění reklamace, pokud se prodávající s kupujícím nedohodne na delší lhůtě. Pokud je třeba poslat produkt na opravu do zahraničí nebo dovézt náhradní díly ze zahraničí, oprava může trvat déle.
- Použije se právo země, do které bylo zboží dodáno, včetně záručních ustanovení. Neplatí Úmluva OSN o smlouvách o mezinárodní koupi zboží.
- Záruka se nevztahuje na poškození způsobená nesprávným používáním.

### CZ OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ



Tento výrobek je dodáván v obalu, aby byl chráněn před možným poškozením během přepravy. Obaly jsou vyrobené ze surovin, které lze recyklovat. Tyto materiály vyhazujte podle jejich typu.

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.

Opotřebovaná elektrická zařízení (včetně počítačů) 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 hospodaření s přírodními zdroji a ochranu životního prostředí, použité zařízení odevzdejte do sběrný pro skladování druhotných surovin – použitých elektrických zařízení.

1

### CZ TRÉNINKOVÁ Doporučení

- Cvičení nezačínajte dřívě než 30 minut po jídle.
- Cvičení provádějte ve velkém prostoru.
- Při cvičení zatněte břišní svaly. Hula-hop si opírejte hlavně o pas, abyste procvičili bederní a břišní svaly.
- Neotáčejte obruči hula-hop příliš rychle. Doporučuje se udržovat rovnoměrný pohyb, aby se tělo uvolnilo. Nemusíte stát pevně na nohou, můžete chodit pomalu, abyste se vyhnuli lokální únavě svalů a kloubů způsobené dlouhodobým a opakovaným tréninkem.
- Hula-hop je aerobní cvičení, vstřebává kalorie, pro dosažení efektu štíhlého pasu se doporučuje točit hula-hop minimálně 30 minut.

### CZ OBSLUHA POČÍTAČE

Displej



Ukazatele na displeji

SCAN	Postupně zobrazuje: TIME, COUNT, REPS, CAL.
TIME	Zobrazuje čas tréninku.
COUNT	Zobrazuje počet otáček.
REPS	Zobrazuje počet opakování.
CAL	Zobrazuje počet spálených kalorií.

Funkce tlačítek

MODE	Umožňuje vybrat parametr, který se zobrazí.
RESET	Resetuje uložená data.

3

### DE WARNUNGEN

- Das Produkt ist ein Sportartikel und kein Spielzeug. Teilen Sie es nicht mit Ihren Kindern zum Spielen.
- Stellen Sie vor dem Gebrauch sicher, dass das Produkt unbeschädigt ist.
- Verwenden Sie das Produkt nur für den vorgesehenen Zweck (z.B. für Fitness und Krafttraining).
- Um Muskelschäden zu vermeiden, wärmen Sie sich vor dem Training auf.
- Es wird empfohlen, in Schuhen und einem Outfit zu trainieren, die für die Art des Trainings geeignet sind.
- Wenn Ihnen schwindelig wird oder Sie Schmerzen haben, hören Sie sofort mit dem Training auf.
- Stellen Sie das Produkt nicht in die Nähe von Wärmequellen wie Lampen, Heizungen oder Kaminen auf, da es dadurch beschädigt werden kann.
- Ein beschädigtes Produkt erfüllt nicht die Sicherheitsanforderungen. Reparieren Sie es nicht selbst.
- Es wird empfohlen, dieses Etikett aufzubewahren.

### CZ OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ



Tento výrobek je dodáván v obalu, aby byl chráněn před možným poškozením během přepravy. Obaly jsou vyrobené ze surovin, které lze recyklovat. Tyto materiály vyhazujte podle jejich typu.

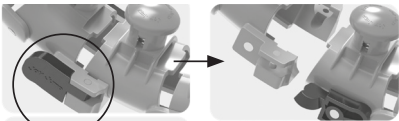
Z důvodu ochrany životního prostředí musí být použité baterie odevzdané v místě prodeje, nebo předané do určené sběrný pro skladování druhotných surovin. Nevyhazujte použité baterie do domovních košů na odpady. Tímto budete přispívat k ochraně životního prostředí.

Opotřebovaná elektrická zařízení (včetně počítačů) 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 hospodaření s přírodními zdroji a ochranu životního prostředí, použité zařízení odevzdejte do sběrný pro skladování druhotných surovin – použitých elektrických zařízení.

3

### DE MONTAGE

- Öffnen Sie die beiden äußeren schwarzen Klammern und ziehen Sie die beiden Stecker auseinander, um sie zu trennen.



- Stecken Sie den Hula-Hoop-Reifen auf die Taille und passen Sie die Länge an, indem Sie Elemente entfernen oder hinzufügen.



- Fügen Sie die beiden Zylinder zusammen und schließen Sie sie mit einer schwarzen Klammer auf jeder Seite.



6

### DE GEWÄHRLEISTUNG

#### Gewährleistungsbedingungen

- Sie haben folgende Möglichkeiten, um Ihre Reklamation zu melden:
  - via Reklamationsformular auf der Internetseite: [www.hop-sport.de/reklamation/](http://www.hop-sport.de/reklamation/)
  - schriftlich an folgende Adresse: Hegen Deutschland GmbH Papenreye 53 22453 Hamburg Deutschland
  - via E-Mail: [service@hop-sport.de](mailto:service@hop-sport.de)
- Mängel, die innerhalb der Gewährleistungsfrist auftreten, werden im Regelfall innerhalb von 14 Werktagen ab dem Zustelldatum des mangelhaften Artikels kostenlos beseitigt. Falls das Gerät zur Reparatur ins Ausland geschickt oder Ersatzteile aus dem Ausland beschafft werden müssen, kann die Reparatur länger dauern.
- Es gilt das Recht des Landes, einschließlich der Gewährleistungsbestimmungen, in das die Ware geliefert wird. UN-Kaufrecht gilt nicht.
- Die Gewährleistung gilt nicht für Schäden, die durch eine unsachgemäße Benutzung entstanden sind.

### DE UMWELTSCHUTZ



Dieses Produkt wird in einer Verpackung geliefert, um es vor möglichen Transportschäden zu schützen. Die Verpackung ist unverarbeitetes Rohmaterial und kann recycelt werden. Entsorgen Sie diese nach den geltenden Vorschriften der örtlichen Abfallentsorgung.

Um die Umwelt zu schützen, geben Sie die leeren Batterien an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten ab. Damit leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt.

Gebrauchte elektrische Geräte (einschließlich eines Computers) sind recycelbare Materialien - sie dürfen nicht im Hausmüll entsorgt werden, da sie Substanzen enthalten können, die für die menschliche Gesundheit und die Umwelt gefährlich sein können! Bitte helfen Sie aktiv beim wirtschaftlichen Umgang mit natürlichen Ressourcen und beim Umweltschutz, indem Sie dieses Gerät bei der entsprechenden Rücknahmestelle abgeben.

6

### DE TRAININGSEMPFEHLUNGEN

- Beginnen Sie erst 30 Minuten nach einer Mahlzeit mit dem Training
- Trainieren Sie auf einer großen Fläche.
- Spannen Sie Ihre Bauchmuskeln beim Training an. Legen Sie den Hula-Hoop-Reifen hauptsächlich auf Ihre Taille, um Ihre Lenden- und Bauchmuskeln zu trainieren.
- Drehen Sie den Hula-Hoop-Reifen nicht zu schnell. Es wird empfohlen, eine gleichmäßige Bewegung beizubehalten, um den Körper zu entspannen. Sie müssen nicht starr auf den Füßen stehen, sondern können langsam gehen, um eine lokale Ermüdung der Muskeln und Gelenke zu vermeiden, die durch langes und wiederholtes Training verursacht wird.
- Hula-Hop ist eine aerobe Übung, die Kalorien absorbiert. Um eine schlanke Taille zu erreichen, wird empfohlen, den Hula-Hop mindestens 30 Minuten lang zu drehen.

### DE COMPUTERANLEITUNG

Display



Anzeigen im Display

SCAN	Zeigt nacheinander an: ZEIT, ANZAHL, WIEDERHOLUNGEN, KAL.
TIME	Zeigt die Trainingszeit an.
COUNT	Zeigt die Anzahl der Umdrehungen an.
REPS	Zeigt die Anzahl der Wiederholungen an.
CAL	Zeigt die Anzahl der verbrannten Kalorien an.

Tastenfunktionen

MODE	Ermöglicht die Auswahl eines Parameters für die Anzeige.
RESET	Setzt die gespeicherten Daten zurück.

7

### FR AVERTISSEMENTS

- Le produit est un article de sport, ce n'est pas un jouet. Ne l'utilisez pas avec les enfants pour jouer.
- Avant l'utilisation, assurez-vous que le produit n'est pas endommagé.
- N'utilisez le produit qu'aux fins pour lesquelles il est prévu (c'-à-d. pour les exercices de fitness et de musculation).
- Pour éviter les dommages musculaires, chauffez-vous avant de faire de l'exercice.
- Il est recommandé de s'entraîner en vêtements non restrictives et dans des chaussures adaptées au type d'entraînement.
- Si vous vous sentez étourdi ou avez mal, arrêtez immédiatement de faire de l'exercice.
- Le produit endommagé ne répond pas aux exigences de sécurité. Ne le réparez pas vous-même.
- Ne placez pas le produit à proximité de sources de chaleur, telles que lampes, radiateurs, foyers, car cela pourrait l'endommager.
- Il est recommandé de conserver cette étiquette.

### FR PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT



Ce produit est fourni dans un emballage pour le protéger de tout dommage pendant le transport. L'emballage est une matière première non transformée et peut être recyclé. Jeter ces matériaux selon leur type.

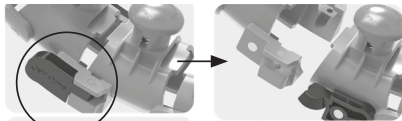
Pour protéger l'environnement, apportez les piles usagées à un centre de recyclage agréé. Ne jetez pas les piles usagées dans vos poubelles domestiques. Vous contribuerez ainsi à la protection de l'environnement.

Les appareils électriques usagés (y compris un ordinateur dans cet appareil) sont des matériaux recyclables - ils ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères, car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour la santé humaine et l'environnement! Veuillez aider activement à la gestion économique des ressources naturelles et à la protection de l'environnement en remettant l'appareil utilisé au point de stockage des matériaux recyclables - appareils électriques usagés.

7

### FR INSTALLATION

- Ouvrez les deux boucles noires extérieures et faites glisser les deux connecteurs pour les séparer.



- Mettez le cerceau sur la ceinture et ajustez la longueur en retirant ou en ajoutant des nœuds.



- Connectez les deux cylindres et fermez avec une boucle noire des deux côtés.



10

### FR GARANTIE

#### Conditions de garantie

- Le client a les possibilités suivantes pour signaler une réclamation:
  - via le formulaire de réclamation sur le site web : [www.hop-sport.de/reklamation/](http://www.hop-sport.de/reklamation/)
  - par écrit à l'adresse suivante: Hegen Deutschland GmbH Papenreye 53, 22453 Hamburg Allemagne
  - par e-mail: [service@hop-sport.de](mailto:service@hop-sport.de)
- Les défauts survenus pendant la période de garantie seront généralement réparés gratuitement dans un délai de 14 jours ouvrables à compter de la date de livraison du produit défectueux. Si l'envoi de l'appareil pour réparation à l'étranger ou l'importation de pièces de rechange de l'étranger est nécessaire, la réparation peut prendre plus de temps.
- La loi du pays de livraison des marchandises s'applique, y compris les dispositions relatives à la garantie. La Convention des Nations unies sur les contrats de vente internationale de marchandises ne s'applique pas.
- La garantie ne couvre pas les dommages causés par une utilisation incorrecte.

### FR PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT



Ce produit est fourni dans un emballage pour le protéger de tout dommage pendant le transport. L'emballage est une matière première non transformée et peut être recyclé. Jeter ces matériaux selon leur type.

Pour protéger l'environnement, apportez les piles usagées à un centre de recyclage agréé. Ne jetez pas les piles usagées dans vos poubelles domestiques. Vous contribuerez ainsi à la protection de l'environnement.

Les appareils électriques usagés (y compris un ordinateur dans cet appareil) sont des matériaux recyclables - ils ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères, car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour la santé humaine et l'environnement! Veuillez aider activement à la gestion économique des ressources naturelles et à la protection de l'environnement en remettant l'appareil utilisé au point de stockage des matériaux recyclables - appareils électriques usagés.

10

### FR RECOMMANDATIONS DE FORMATION

- Ne commencez à faire de l'exercice que 30 minutes après un repas.
- Faites les exercices dans un grand espace.
- Contractez vos muscles abdominaux pendant l'exercice. Posez le cerceau principalement sur votre taille pour exercer vos muscles lombaires et abdominaux.
- Ne faites pas tourner le cerceau trop vite. Il est recommandé de maintenir un mouvement constant pour détendre le corps. Vous n'avez pas besoin de vous tenir debout avec raideur, vous pouvez marcher lentement pour éviter la fatigue musculaire et articulaire locale causée par un entraînement long et répétitif.
- Le hula-hooping est un exercice aérobique qui consomme des calories. Pour obtenir l'effet d'une taille fine, il est recommandé de faire du hula-hop pendant au moins 30 minutes.

### FR MANUEL DE L'ORDINATEUR

Affichage



Marquage sur l'écran

SCAN	Affiche dans l'ordre : TIME, COUNT, REPS, CAL.
TIME	Affiche la durée de l'entraînement.
COUNT	Affiche le nombre de tours.
REPS	Affiche le nombre de répétitions.
CAL	Affiche la quantité de calories brûlées.

Fonctions des boutons

MODE	Permet de sélectionner le paramètre à afficher.
RESET	Réinitialise les données enregistrées.

11

### GB WARNINGS

- The product is a sports article, it is not a toy. It should not be made available to children for play.
- Before use, make sure that the product is not damaged.
- Use the product only for the purposes for which it is intended (i.e.f For fitness and weight training).
- To avoid muscle damage, warm up before exercising.
- It is recommended to train in an outfit that doesn't restrict movement and in a footwear appropriate to the type of training.
- If you experience dizziness or you feel pain, while exercising, you must stop the exercises immediately.
- Do not place the product near heat sources such as lamps, radiators, fireplaces, as this may damage it.
- A damaged product does not meet safety regulations. Do not repair it by yourself.
- It is recommended to keep the label.

### FR PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT



Ce produit est fourni dans un emballage pour le protéger de tout dommage pendant le transport. L'emballage est une matière première non transformée et peut être recyclé. Jeter ces matériaux selon leur type.

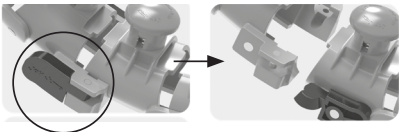
Pour protéger l'environnement, apportez les piles usagées à un centre de recyclage agréé. Ne jetez pas les piles usagées dans vos poubelles domestiques. Vous contribuerez ainsi à la protection de l'environnement.

Les appareils électriques usagés (y compris un ordinateur dans cet appareil) sont des matériaux recyclables - ils ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères, car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour la santé humaine et l'environnement! Veuillez aider activement à la gestion économique des ressources naturelles et à la protection de l'environnement en remettant l'appareil utilisé au point de stockage des matériaux recyclables - appareils électriques usagés.

11

13

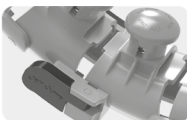
- Open the two outer black buckles and slide the two connectors apart to separate them.



- Put the hula-hop on the belt and adjust the length by removing or adding knots



Connect the two cylinders and close with a black buckle on both sides.



- 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 exercises 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.

## GB COMPUTER HANDLING

Display



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 calories burned.

Button functions

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

15

## 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](mailto: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

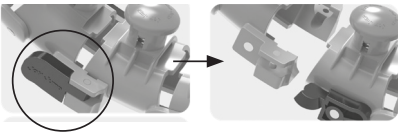
This item has been packaged to protect it from potential damage during shipping. The packaging can be recycled. Discard these materials according to their type.

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

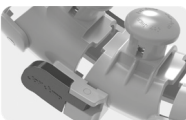
- Otwórz dwie zewnętrzne czarne klamry i rozsuń dwa złącza, aby je rozdzielić.



- Założ hula hop na pas i dostosuj długość, wyjmując lub dodając węzły.



- Połącz dwa cylindry i zamknij czarną klamrą po obu stronach.



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

    - pocztą elektroniczną: [serwis@hop-sport.com](mailto: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. Wyrzuć je 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. Przyczynią 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

- 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-hopping to ćwiczenie aerobowe, pochłaniające kalorie, aby osiągnąć efekt wąskiej talii zaleca się kręcenie hula-hop przez minimum 30 minut.

## 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.

19

## SK UPOZORNENIE

- Výrobok 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 rozcvičku, aby nedošlo k poškodeniu svalov.
- Cvičenie sa odporúča vykonať 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, krby, pretože by to mohlo poškodiť výrobok.
- Poškodený výrobok nespĺňa bezpečnostné požiadavky. Neopravujte ho sami.
- Tento štítok sa odporúča uschovať.

## SK OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA

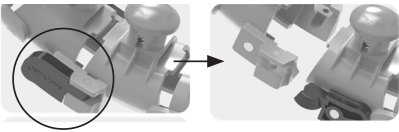
Tento produkt sa dodáva v obale, ktorý ho chráni pred možným poškodením počas prepravy. Obal je vyrobený zo surovín, ktoré je možné recyklovať. Tieto obaly vyhadzujte a triedte podľa ich typu.

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 odpadky. Týmto budete prispievať k ochrane životného prostredia.

Opotrebované elektrické zariadenia (vrátane počítača) sú druhotné suroviny a nesmú sa vyhadzovať 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 ochrany životného prostredia. Použitú zariadenie odovzdajte do zberne pre skladovanie druhotných surovín - použitých elektrických zariadení.

22

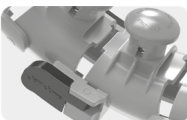
- Otvorte dve vonkajšie čierne spony a posuňte dva konektory od seba, aby ste ich oddelili.



- Nasadte si hula hop okolo pásu a upravte dĺžku odstránením alebo pridaním konektorov.



- Spojte dva diely a zaistite ich čiernou sponou na oboch stranách.



22

- Začnite cvičiť až 30 minút po jedle.
- Cvičenie vykonávajte vo veľkom priestore.
- Pri cvičení napnite brušné svaly. Nasadte si Hula-hop okolo pásu, aby ste si precvičili bedrové a brušné svaly.
- Netočte s obručou príliš rýchlo. Na uvoľnenie tela sa odporúča udržiavať neustály pohyb. Nemusíte stáť 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 pásu sa odporúča tréning s obručou Hula-hop aspoň 30 minút.

## 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 tlačísk

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

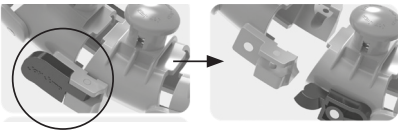
23

## UA ЗАСЕРЕЖЕННЯ

- 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.

25

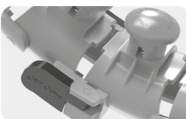
- Відкрийте дві зовнішні чорні пряжки та розсуньте два з'єднувачі, щоб роз'єднати їх.



- Розташуйте хулахуп на талію і відрегулюйте довжину, знявши або додавши вузли.



- З'єднайте два циліндри і закрийте чорною пряжкою з обох сторін.



26

## UA ГАРАНТІЯ

### Умови гарантії

- Популець має наступні варіанти подання скарги:
  - через форму заповнення рекламацийного формуляру на сайті.
  - письмово на адресу:
 

електронною поштою: [info@hop-sport.ua](mailto:info@hop-sport.ua)

або на сайті заповнить «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 неналежного 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.

28

- 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 талі, щоб тренувати м'язи попереку та живота.
- Не крутіть хулахуп занадто швидко. Рекомендується 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, викликаної тривалими і повторюваними тренуваннями.
- Hula-hopping - це аеробна справа, яка витрачає калорії. Для досягнення ефекту тонкої талії рекомендується займатися хулахупом не менше 30 хвилин.

## UA ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ КОМП'ЮТЕРА

Дисплей



Покази дисплея

SCAN	Послідовно відображає: 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	Скидання збережених даних.

27



## DISTRIBUTION

HEGEN EUROPE SP. Z O.O., SPORTOWA 3A, 32-080 ZABIERZOW  
HEGEN ČESKO S.R.O., STAVBAŘ 2201/36, 734 01 KARVINA-MIZEROV  
HEGEN DEUTSCHLAND GMBH, PAPANREYA 53, 22453 HAMBURG

21