

BLACKROLL®

GYMBALL

Instruction Manual

EN | DE

Instructions for use

The BLACKROLL® GYMBALL is made from ABS® material and offers increased protection against the ball suddenly bursting during use. Thanks to its special material composition, the exercise ball cannot burst in the event of sudden, localized damage; instead it will slowly deflate. The anti-burst material thereby prevents the ball from suddenly bursting due to localized damage or punctures. However, even the ABS® material cannot prevent the ball from bursting if it suffers a major tear and the skin of the ball is torn. We therefore recommend that you regularly check the ball for scratches and scuffs.

- Material: Crylon (recyclable)
- Diameter: 56 – max. 65 cm
- Load capacity: up to 500kg
- Made in Germany

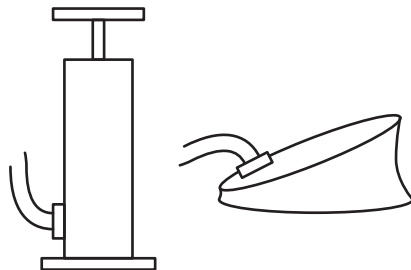
Before use: Activate the anti-burst material

1. The ball must be stored at min. 20°C for 2 to 3 hours before being inflated.
2. Once acclimatised as above, the ball can be inflated in stages at room temperature up to approx. 80% of its maximum size. Please note, the ball may feel very hard at this stage. Leave for 2 hours.
3. The ball can then be slowly inflated at room temperature or an outdoor temperature of max. 25°C to its optimal size, taking care not to overflate it beyond its maximum size. Note: Due to the leather-like nature of the material, the ball may still feel hard, even when inflating it slowly. The ball will reach optimum elasticity after approx. 2 days.
4. After final inflation, the ball must be left for 24 hours before using it for the first time to allow the anti-burst material to acclimatise to the external conditions (optimal room temperature). After this 24-hour period has passed, check the diameter of the ball because it can become larger as a result of air expansion inside the ball due to the effects of acclimatisation to the temperature. If the maximum diameter has been exceeded, you can deflate the ball as required to achieve the correct diameter.

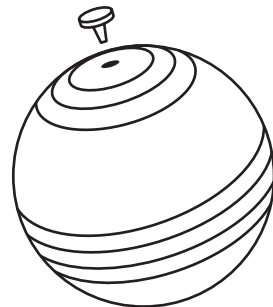
Inflating the GYMBALL

The GYMBALL is not supplied with a pump. The GYMBALL can be inflated as follows, taking care to observe the instructions.

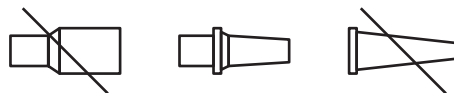
1 Hand pump or Foot pump



3 Insert seal



use mid-size nozzle



To ensure the GYMBALL does not burst

1. Keep the exercise area free of sharp objects or edges. Before each use, check if the skin of the ball is intact. If there are any scratches or scuffs on the surface, there is no longer any guarantee that the ball will not burst.
2. For the anti-burst material to work, the ball must not be exposed to high ambient temperatures, including, in particular, floor temperatures of more than 25°C.
3. The diameter of the GYMBALL can change due to temperature fluctuations so we recommend that before every use, you check the ball diameter to make sure it does not exceed the maximum size.

Characteristics of the anti-burst material

The shape of the GYMBALL may change slightly during use to the special material it is made from. This does not affect the dynamics or the movement sequences of the exercises. After approx. 10 minutes of non-use, the GYMBALL will regain its round shape thanks to the restoring force of the material.

Due to packaging, the ball may have creases when inflated. As it is made from Crylon, these creases may be permanently visible on the inflated ball. This does not affect its functionality or safety.

The product complies with the German Foodstuffs and Commodities Act. The GYMBALL is free from harmful or offensive odors.

Note

Use of the ball for unusual exercises with a particularly high level of difficulty may put the user at high risk. Under no circumstances do we accept any liability in this regard. If the instructions for use are not observed, even the GYMBALL with ABS®, like any other ball, could burst if it comes into contact with a pointed or sharp object.

Gebrauchsanweisung

Der BLACKROLL® GYMBALL aus ABS®-Material bietet dir bei Benutzung eine erhöhte Sicherheit gegen ein plötzliches Platzen des Balles. Durch die spezielle Materialzusammensetzung kann der Gymnastikball im Falle einer plötzlich auftretenden, punktuellen Beschädigung nicht platzen, sondern er verliert langsam die Luft. Das Anti-Burst-Material schützt somit bei punktuellen Beschädigungen oder Stichen vor einem schlagartigen Platzen. Bei größeren Rissverletzungen am Ball und damit verbundenem Aufreißen der Ballhaut kann auch das ABS® nicht verhindern, dass der Ball platzt. Wir empfehlen dir daher den Ball regelmäßig auf Kratzer oder Schrammen zu untersuchen.

- Material: Crylon (recyclebar)
- Durchmesser: 56 –max. 65 cm
- Belastbar bis zu 500kg
- Made in Germany

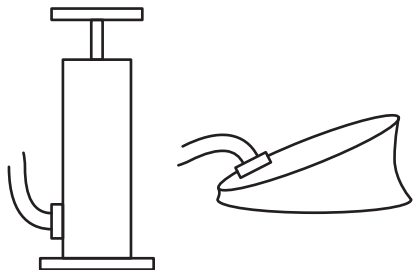
Vor der Nutzung: Aktivierung des Anti-Burst-Material

1. Vor dem Aufpumpen muss der Ball 2 bis 3 Stunden bei mindestens 20°C gelagert worden sein.
2. Den temperierten Ball kannst du nun in Etappen bei Raumtemperatur bis ca. 80% der Maximalgröße aufpumpen. Beachte, dass der Ball in dieser Phase sehr hart sein kann. Mindestens 2 Stunden ruhen lassen.
3. Der Ball kann nun bei Raumtemperatur oder Außentemperaturen von max. 25°C langsam auf die optimale, jedoch nicht über die maximale Größe aufgepumpt werden. Beachte: Durch die lederartige Beschaffenheit des Materials fühlt sich der Ball auch beim langsamen Aufpumpen hart an. Der Ball erreicht nach ca. 2 Tagen seine optimale Elastizität.
4. Den Ball nach dem endgültigen Aufpumpen vor der ersten Benutzung unbedingt 24 Stunden ruhen lassen, damit das Anti-Burst-Material sich an die äußeren Bedingungen (optimale Raumtemperatur) anpassen kann. Überprüfe nach diesen 24 Stunden den Durchmesser des Balls, da der Ball durch Luftausdehnung im Ballinneren durch Temperatureinwirkung bzw. -anpassung größer werden kann. Sollte der Maximaldurchmesser überschritten worden sein, kannst du etwas Luft ablassen, um den richtigen Durchmesser zu erreichen.

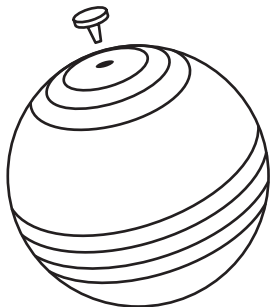
Aufpumpen des GYMBALL

Dem GYMBALL liegt keine Pumpe bei. Auf folgende Arten kann der GYMBALL gemäß der aufgeführten Anleitung aufgepumpt werden.

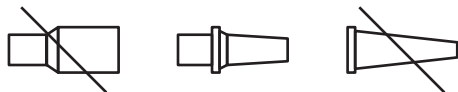
1 Handpumpe oder Blasebalg



3 Verschlusskappe einführen



Mittlere Tülle verwenden



So bleibt der GYMBALL platsicher

1. Halte das Übungsfeld frei von spitzen Gegenständen oder Kanten. Prüfe vor jeder Nutzung, ob die Ballhaut unversehrt ist. Bei Kratzern oder Schrammen in der Oberfläche ist die Platzsicherheit nicht mehr gewährleistet.
2. Damit das Anti-Burst-Material wirken kann, sollte der Ball keiner höheren Umgebungstemperatur, insbesondere auch Bodentemperatur von mehr als 25°C ausgesetzt werden.
3. Da sich der Durchmesser des GYMBALL durch die Temperaturschwankungen verändern kann, empfehlen wir vor jeder Benutzung den Balldurchmesser bezüglich der Maximalgröße zu überprüfen.

Charakteristische Merkmale des Anti-Burst-Material

Die Form des GYMBALL kann sich auf Grund seines besonderen Materials beim Benutzen leicht verändern. Dies hat keinen Einfluss auf die Dynamik oder den Bewegungsablauf der Übungen. Ca. 10 Minuten nach Verlassen des GYMBALL erhält dieser durch die Rückstellkraft des Materials seine runde Form zurück.

Durch das Verpacken kann der Ball beim Aufpumpen Falten aufweisen. Bedingt durch das Material aus Crylon können diese Falten dauerhaft bei einem aufgepumpten Ball zu sehen sein. Dies beeinträchtigt nicht die Funktionalität oder Sicherheit.

Das Produkt entspricht dem Deutschen Lebensmittel- und Bedarfsgegenständegesetz. Der GYMBALL ist frei von gesundheitsschädlichen oder geruchsbelästigenden Ausdünstungen.

Hinweis

Wenn der Ball in außergewöhnliche Übungsabläufe mit besonders hohem Schwierigkeitsgrad eingebunden wird, kann für den Benutzer hohes Risiko entstehen. Hierfür übernehmen wir in keinem Fall eine Haftung. Bei Nichtbeachtung der Gebrauchsanweisung kann auch der GYMBALL mit ABS® wie jeder andere Ball beim Auftreffen auf einen spitzen oder scharfen Gegenstand platzen.



Get the BLACKROLL® App. Free download.

Discover how to get the most out of your GYMBALL. Find exercises and inspiration in our free app.

Manufacturer

BLACKROLL AG
Hauptstraße 17
CH-8598 Bottighofen

Authorized Representative

WSVK Oederan GmbH
Gewerbstraße 1
DE-09569 Oederan