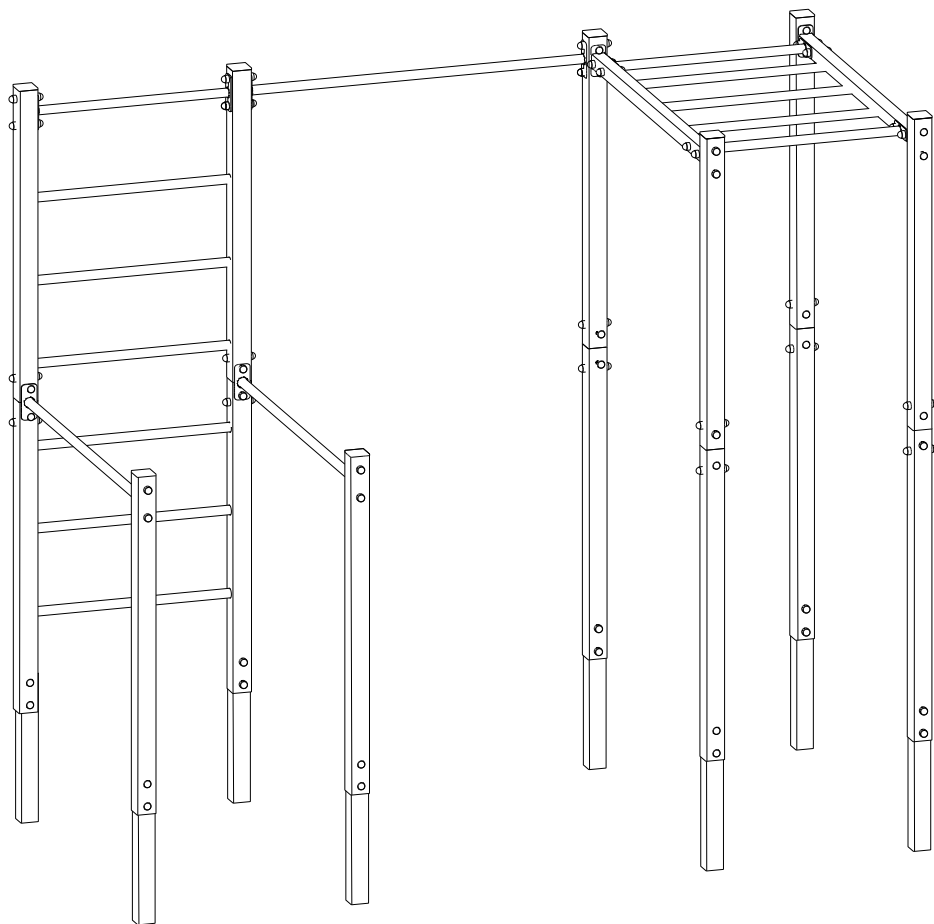


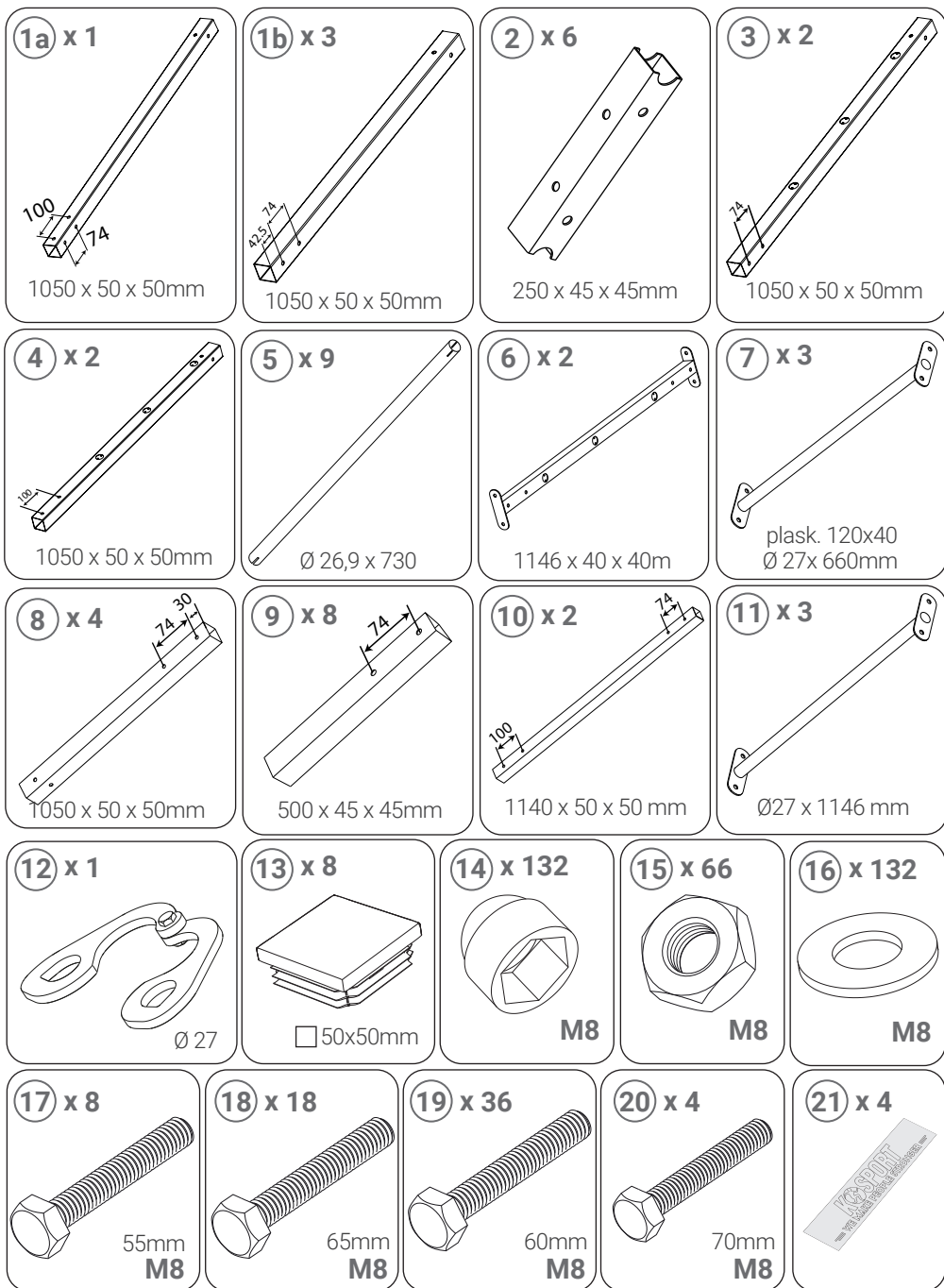
KSOZ006

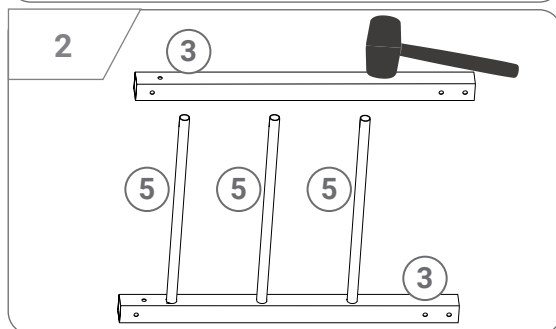
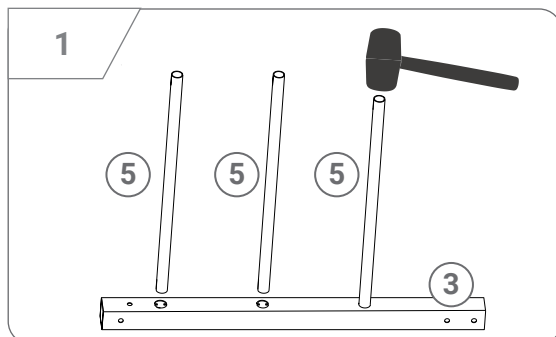
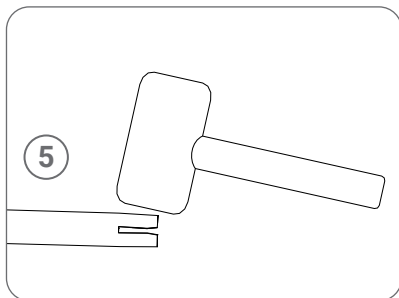
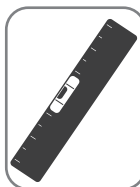
MONTAGEANLEITUNG



KSPORT

WWW.K-SPORT-DE.DE

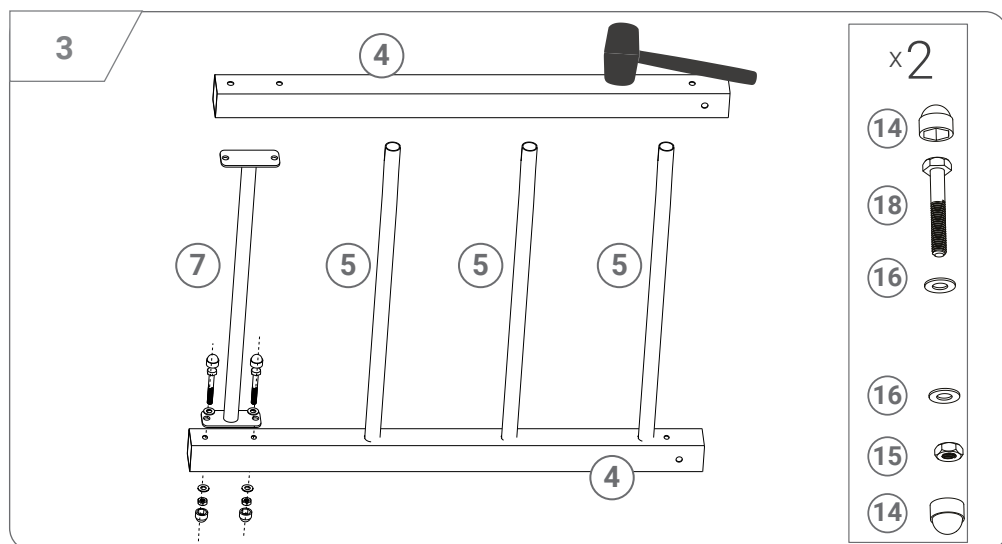




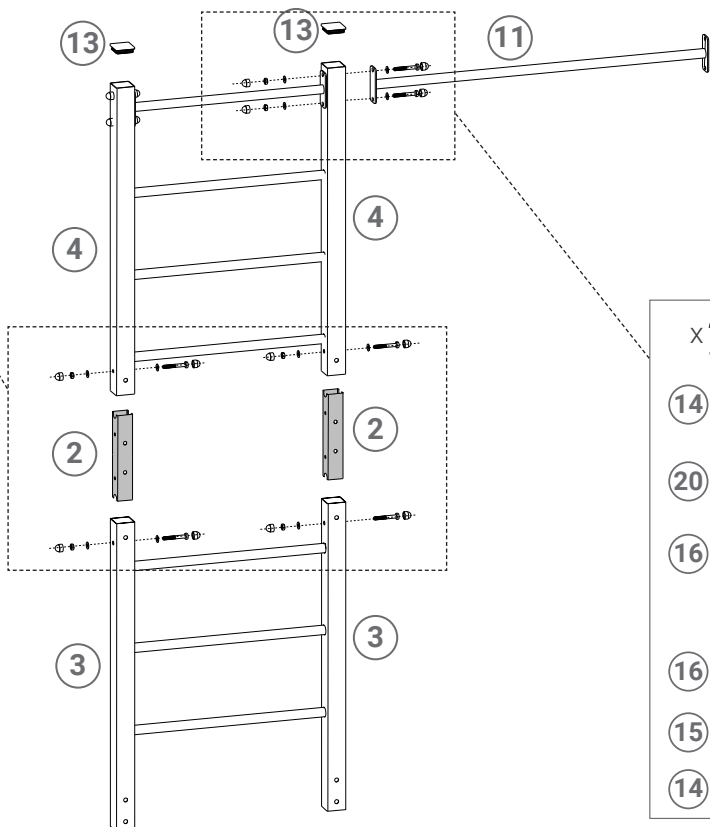
PL: Jeśli napotkasz problem z włożeniem rurki do otworu, użyj młotki, aby zwęzić lekko średnicę końca rurki, po czym wbij ją w otwór profilu.

EN: If you find difficult inserting the tube into the hole, use a hammer to slightly taper the end of the tube, then drive it into the profile hole.

DE: Wenn Sie Schwierigkeiten haben, das Rohr in das Loch einzuführen, verwenden Sie einen Hammer, um das Rohrende leicht zu verjüngen, und schlagen Sie es dann in das Profilloch ein.



4



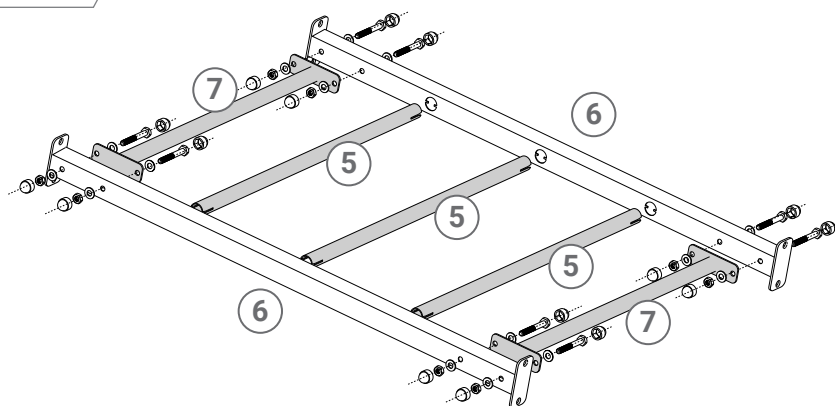
x4



x2



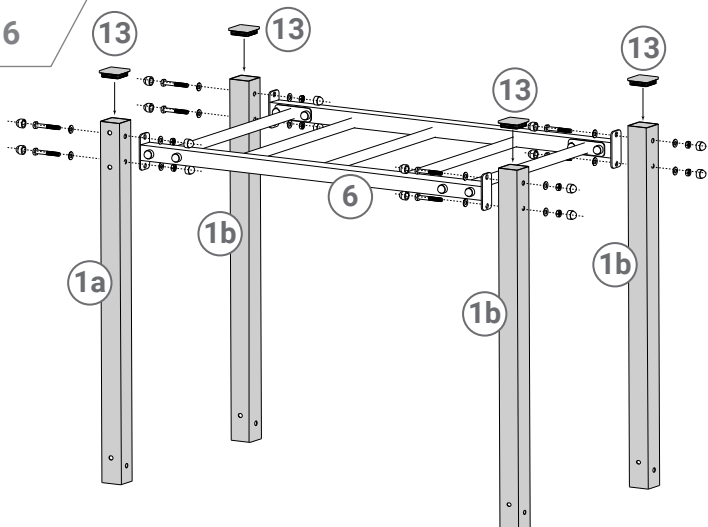
5



x8



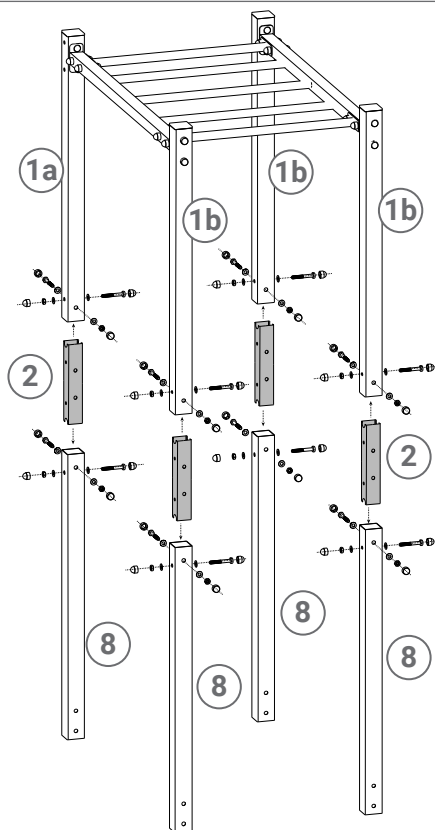
6



x8



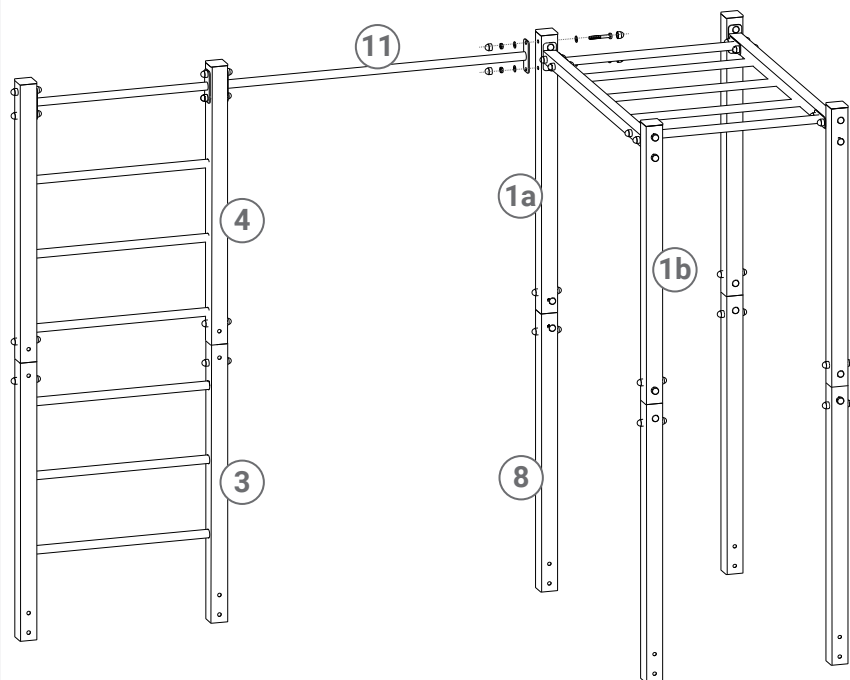
7



x16



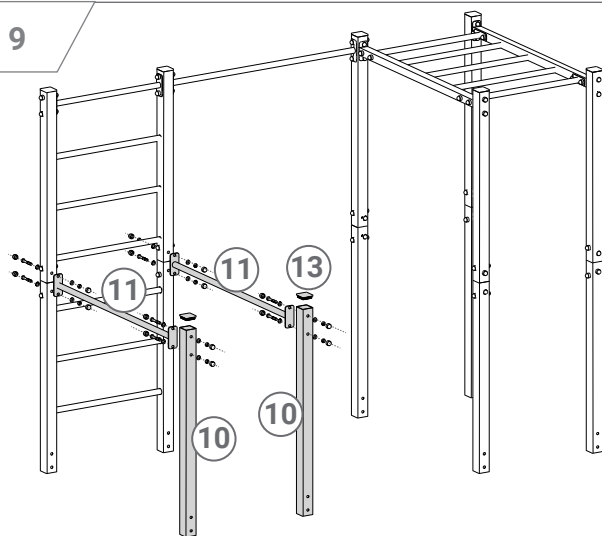
8



x2



9

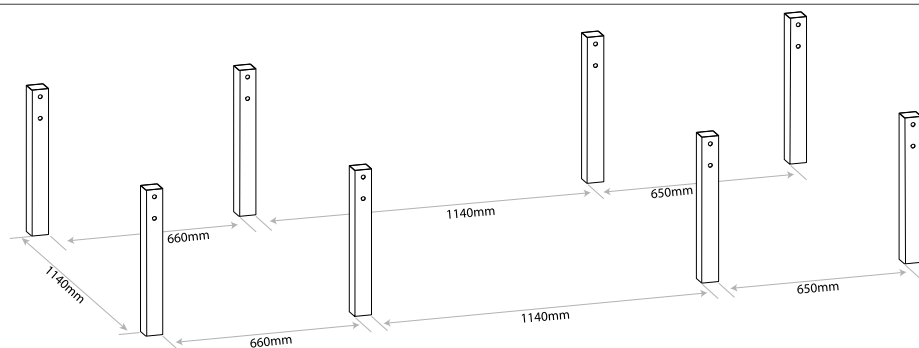
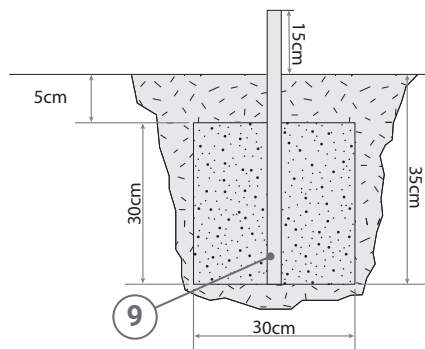


x8



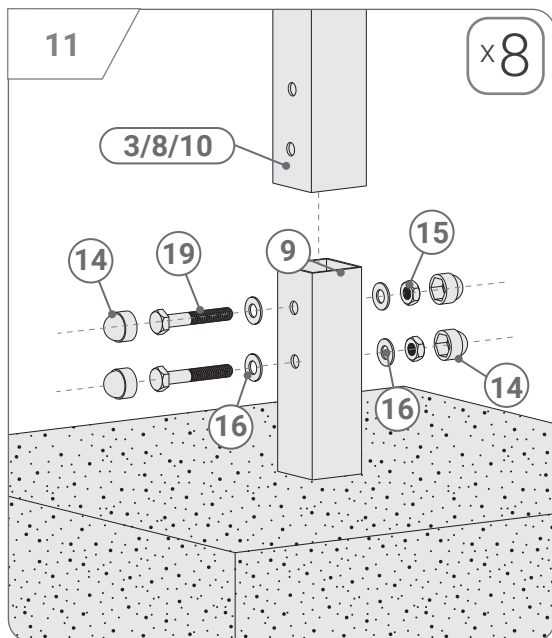
10

x8



11

x8



Po złożeniu nadziemnej części urządzenia należy zmierzyć odległość między pionowymi profilami lub położyć ramę na ziemi i wykopać dołki o głębokości min. 35cm. Następnie, korzystając z poziomicy, należy ustawić pionowo kotwy do montażu w gruncie (element 1) tak, by górna krawędź wystawała 15cm nad poziomem gruntu i wykonać fundament z betonu B20 lub B25, pozostawiając nad fundamentem min. 5 cm wolnego miejsca. Zalecane minimalne wymiary pojedynczego fundamentu to 30x30x30cm. Po przykręceniu ramy do kotwy, pozostałe miejsce można wypełnić ziemią, żwirem, przykryć trawą lub innym podłożem.

PL

After the assembly of the upper part of the device, measure the distance between the profiles or place the construction on the ground and dig the hole (at least 35 cm deep). The anchors (part number 1) should be placed vertically in the ground with the help of the spirit level, so their upper edge is 15 cm above the ground level. Then, make a foundation (concrete B20 or B25). Recommended dimension of one foundation is 30x30x30 cm. After the assembly of the anchors to the construction, fill the remaining space with gravel, dirt or cover it with the grass.

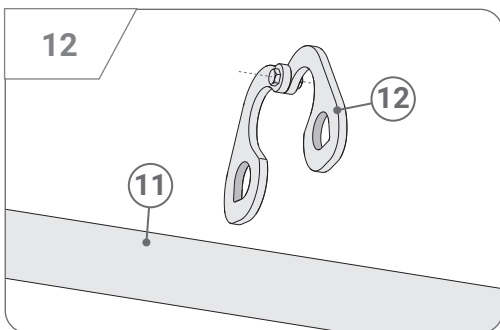
EN

Nach dem Zusammenbau des oberirdischen Teils des Geräts muss der Abstand zwischen den vertikalen Profilen gemessen oder der Rahmen auf den Boden gelegt und Löcher mit einer Tiefe von min. 35 cm gegraben werden. Anschließend die Anker für die Montage im Boden (Element 1) mit Hilfe einer Wasserwaage vertikal so positionieren, dass die Oberkante 15 cm aus dem Boden herausragt; dann ein Fundament aus B20- oder B25-Beton bauen, wobei mind. 10 cm Freiraum über dem Fundament gelassen werden sollte. Die empfohlenen Mindestabmessungen für ein einzelnes Fundament betragen 30 x 30 x 30 cm. Nach dem Anschrauben des Rahmens am Anker kann der verbleibende Raum mit Erde, Kies, Gras oder anderem Bodenmaterial gefüllt werden.

DE

Après avoir assemblé la partie hors-sol de l'appareil, il convient de mesurer la distance entre les profils verticaux ou posez le cadre sur le sol et creusez des trous d'une profondeur de min. 35 cm. Ensuite, à l'aide d'un niveau à bulle, placez les pieds d'ancrages verticalement dans le sol (élément 1) de sorte que le bord supérieur dépasse de 15 cm au-dessus du niveau du sol et préparez une fondation en béton B20 ou B25, en laissant au dessus de cette fondation un minimum de 10 cm d'espace libre. Les dimensions minimales recommandées d'une fondation sont de 30x30x30cm. Après avoir vissé le cadre au pied d'ancrage, l'espace restant peut être rempli de terre, de gravier, recouvert d'herbe ou d'un substrat.

FR



Aby zapobiec przesuwaniu się zacisku na drążku, pomiędzy zaciskiem a rurą drążka należy umieścić kawałek gumy.

PL

Pour empêcher le déplacement du collier de fixation sur le manche, placez un morceau de caoutchouc entre le collier et le tube.

FR

To prevent movement of the clamp, place a piece of a rubber between the rod and the clamp.

EN

Ein Stück Gummi zwischen die Klemme und das Stangenrohr legen, um zu verhindern, dass die Klemme auf der Stange verrutscht.

DE

SICHERHEITSINFORMATION

SICHERHEIT

Produkt für den Hausgebrauch. **LESEN SIE VOR GEBRAUCH DIE BEDIENUNGSANLEITUNG DURCH. BITTE BEACHTEN SIE DIE NUTZUNGSHINWEISE:**

1. Wärmen Sie sich vor dem Training immer auf, um Verletzungen zu vermeiden.
2. Wenden Sie sich an einen Arzt, um mögliche Einschränkungen vor der Verwendung des Gerätes festzustellen. Dies gilt insbesondere für Personen mit Herzerkrankungen, Blutdruck- und Cholesterinproblemen. Eine ärztliche Entscheidung ist für Personen erforderlich, die sich in Behandlung befinden bzw. Medikamente gegen Krankheiten einnehmen, bei denen sportliche Aktivitäten kontraindiziert sein können.
3. Stellen Sie das Gerät auf einer flachen und stabilen Oberfläche auf.
4. Wenn das Gerät quietscht oder seltsame Geräusche macht, unterbrechen Sie das Training. Falls Sie während des Trainings beunruhigende Symptome wie akute Schmerzen in bestimmten Körperregionen bemerken, informieren Sie einen Arzt. Falsch durchgeführte Übungen können zu Gesundheitsschäden führen.
5. Das Gerät sollte vor dem Zugriff durch Kindern gesichert sein.
6. Um das Gerät herum sollten mindestens 0,6 m Freiraum vorhanden sein, um im Falle einer Störung oder eines Unfalles einfachen Zugang zu einer Fluchtmöglichkeit zu haben.
7. Überprüfen Sie vor dem Training die korrekte Funktionsweise des Geräts und ziehen Sie die Befestigungsschrauben fest. Überprüfen Sie die Befestigung von Seilen und anderen Verbindungselementen. Verbrauchsteile sollten nach Verschleiß ausgetauscht werden.
8. Das Gerät darf nur verwendet werden, wenn es funktionsfähig ist. Andernfalls wenden Sie sich bitte an den Hersteller und unterbrechen Sie das Training.
9. Das Produkt ist nur für Erwachsene bestimmt. Kinder dürfen es unter Aufsicht von Erwachsenen und auf deren Verantwortung verwenden.
10. Es darf nichts anderes in die Öffnungen eingeführt werden, als in der Anleitung angegeben.
11. Achten Sie auf alle hervorstehenden Teile und Einstellvorrichtungen, die bei den Übungen stören könnten.
12. Das Gerät darf ausschließlich bestimmungsgemäß verwendet werden.
13. Trainieren Sie immer in bequemer Kleidung und Sportschuhen. Lose Kleidung ist nicht ratsam, da sie sich an den Konstruktionselementen oder im Rad verfangen kann.
14. Das Gerät ist ausschließlich für den Hausgebrauch gedacht. Die Verwendung für andere Zwecke ist untersagt.
15. Transportieren Sie das Gerät in einer korrekten Körperhaltung, um Verletzungen zu vermeiden. Bei Bedarf bitten Sie Dritte um Unterstützung beim Transport.
16. Das Gerät sollte gemäß den Anweisungen montiert werden. Wenn das Gerät unvollständig ist, wenden Sie sich bitte an den Hersteller unter der folgenden E-Mail-Adresse: info@k-sport-de.de und geben Sie die Artikelnummer des fehlenden Artikels an.
17. Falls das Gerät aus technischen Gründen nicht zusammengebaut werden kann (z. B. keine Öffnung vorhanden, Öffnung an einer anderen Stelle, schiefes Teil usw.), wenden Sie sich bitte an den Hersteller unter der folgenden E-Mail-Adresse: info@k-sport-de.de und legen Sie ein Foto des defekten Teils bei.

ACHTUNG: Wir übernehmen keine Haftung für Schäden, die durch unsachgemäße Verwendung des Geräts oder Nichtbeachtung der Anweisungen verursacht werden.

WARTUNGSHINWEISE: Das Gerät sollte mit einem weichen, feuchten Tuch gereinigt werden. Verwenden Sie keine aggressiven Chemikalien. Vor Feuchtigkeit und Korrosion schützen.

Aufwärmen: Der Zweck des Aufwärmens ist es, den Körper auf das Training vorzubereiten. Dabei wird die Körpertemperatur erhöht, wodurch das Verletzungsrisiko verringert wird. Unten finden Sie beispielhafte Aufwärmübungen – führen Sie diese jeweils mindestens 30 Sekunden lang aus.



Hersteller
K-Sport Polska
K-SPORT.COM.PL
Rzepiennik Biskupi, 214
33-163 Rzepiennik Strzyżewski
Polska
(12) 2251622
biuro@k-sport.com.pl

Vertrieb/Service
K-Sport GmbH
K-SPORT-DE.DE
Kiesweg 18
35396 Gießen
Deutschland
(49) 151 57291456
info@k-sport-de.de