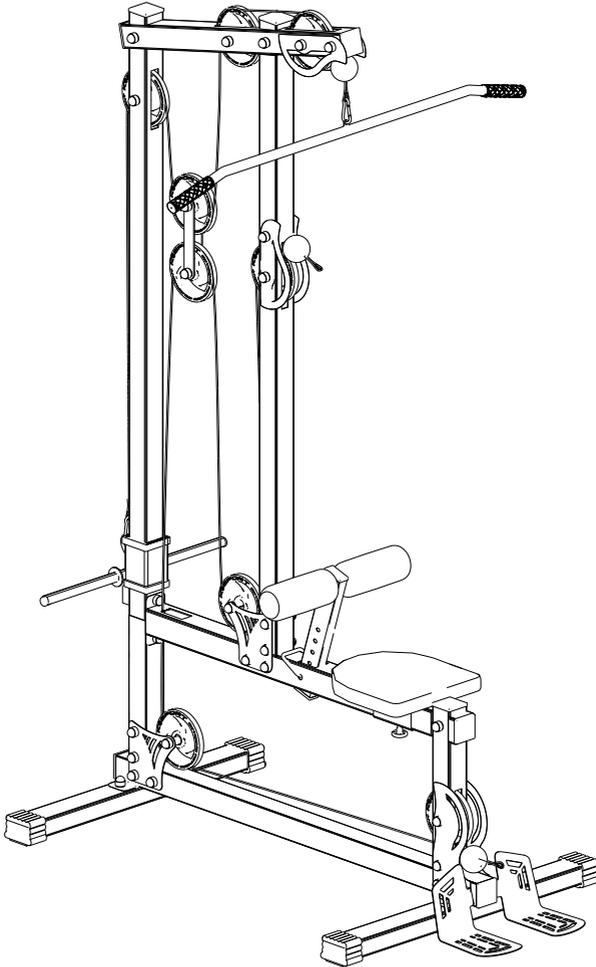


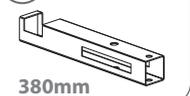
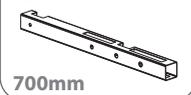
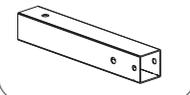
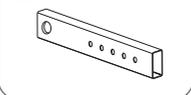
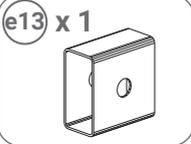
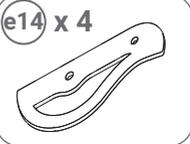
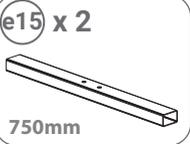
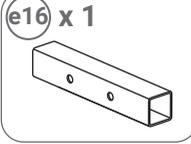
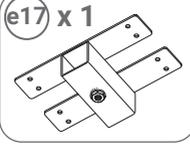
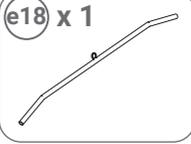
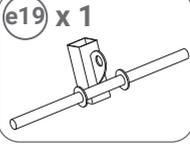
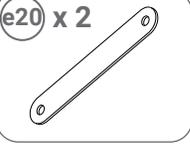
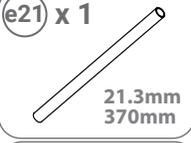
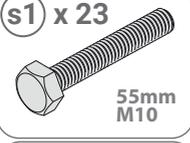
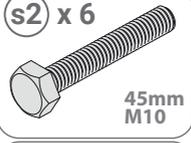
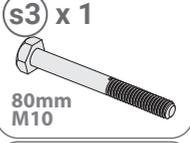
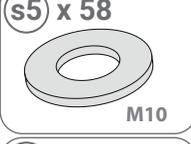
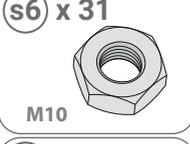
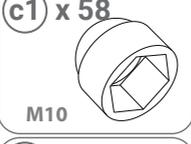
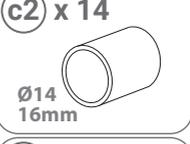
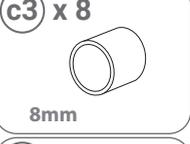
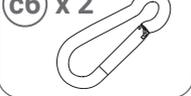
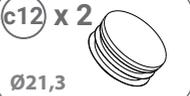
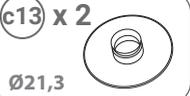
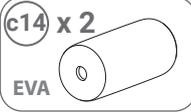
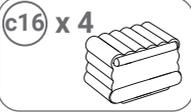
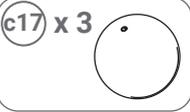
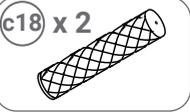
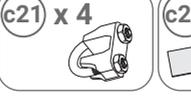
KSSL116

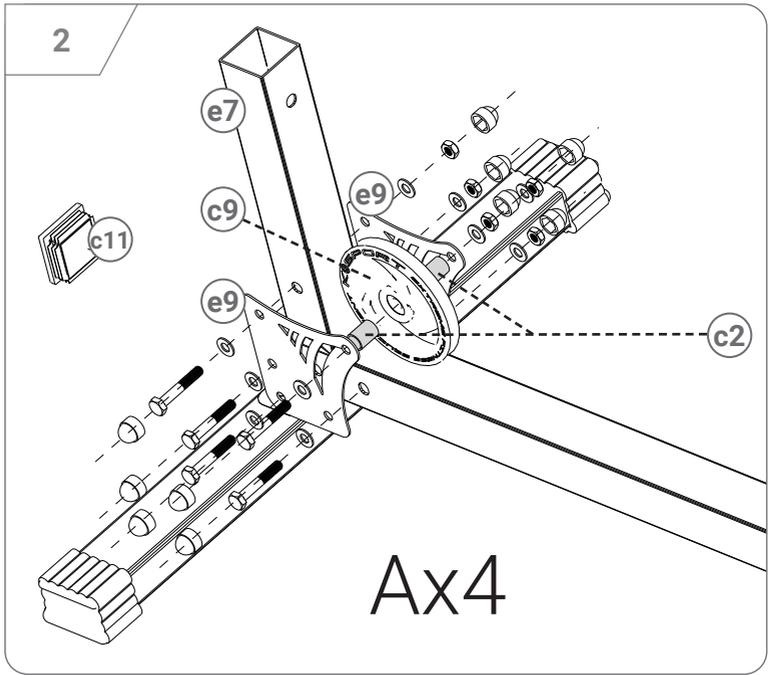
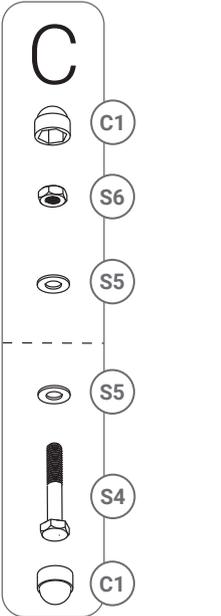
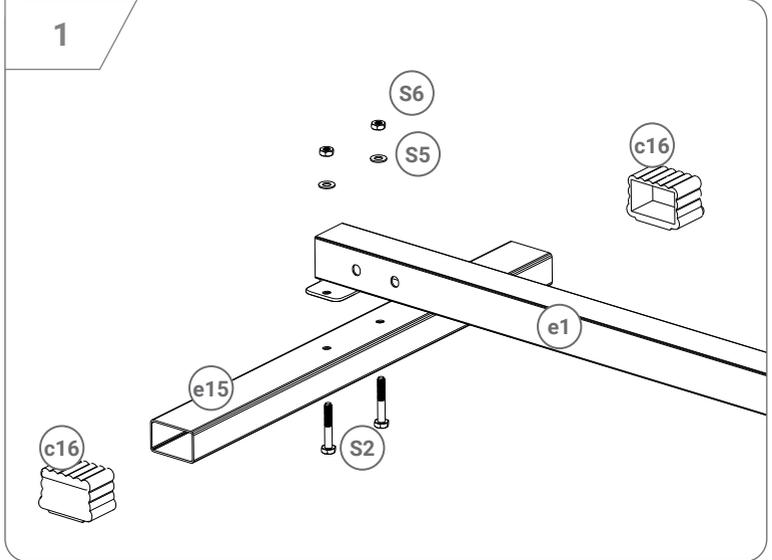
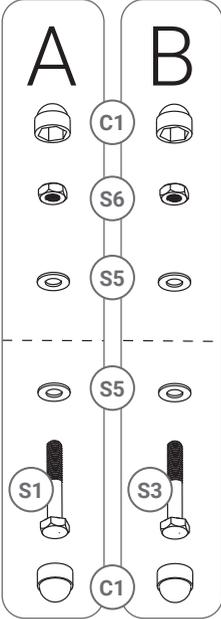
MONTAGEANLEITUNG

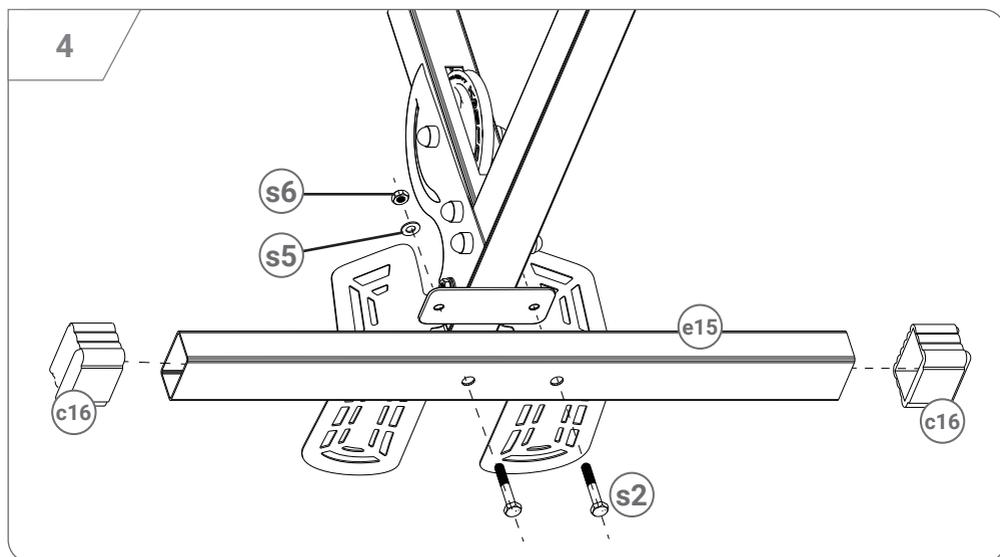
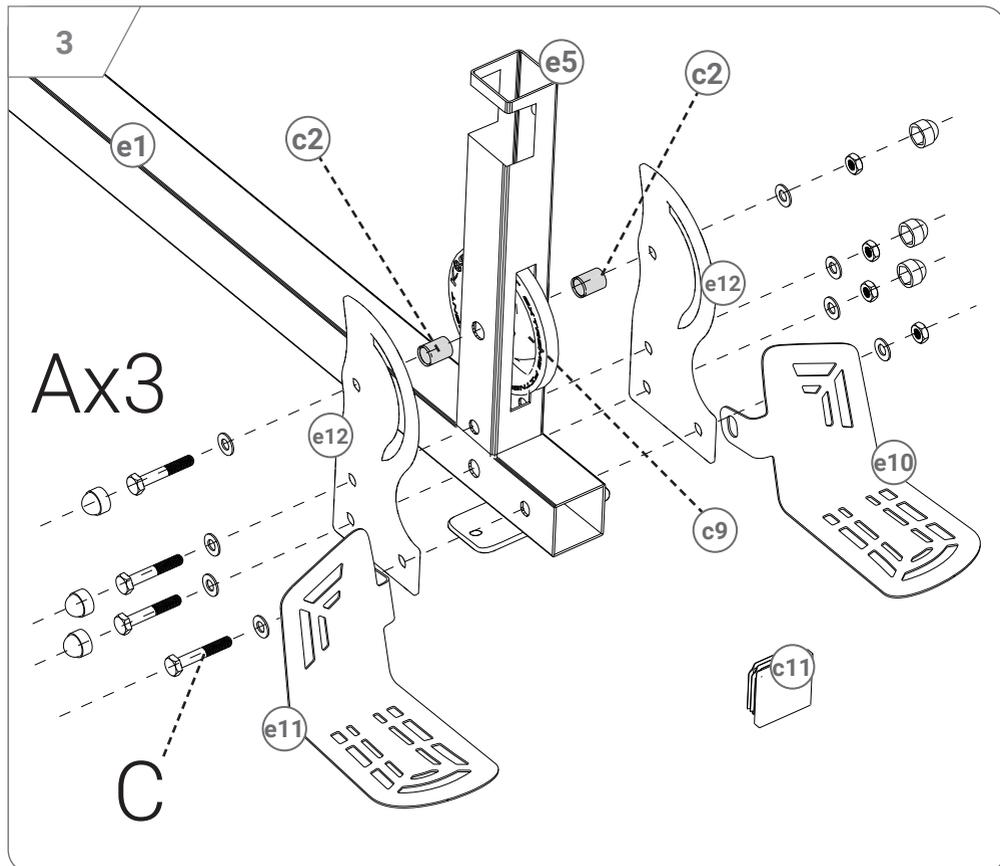


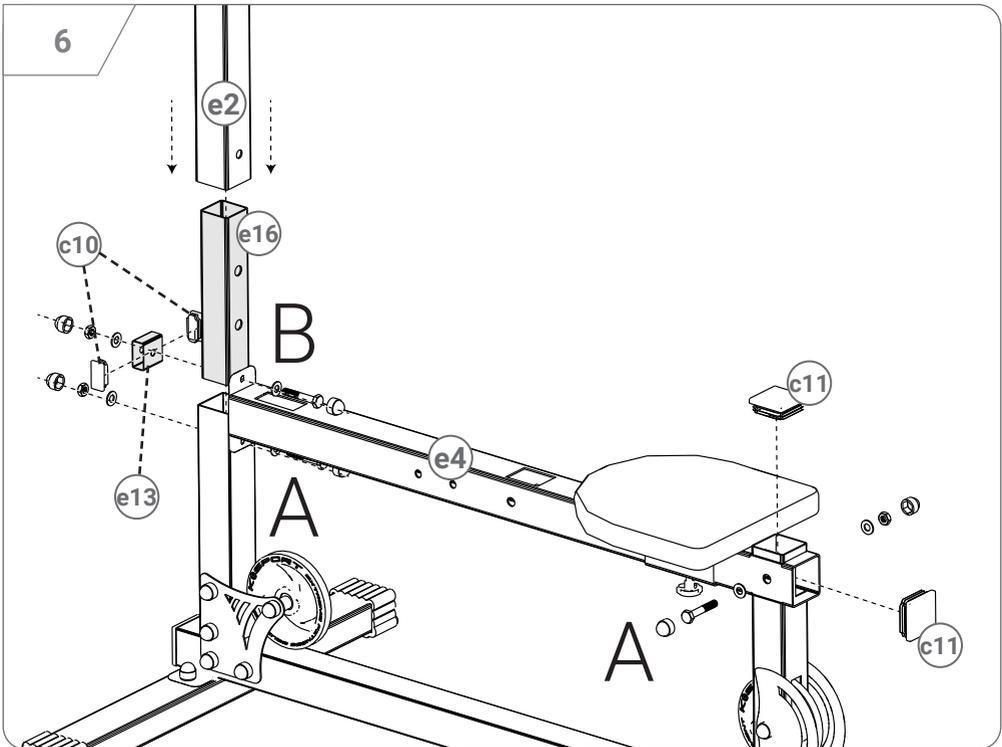
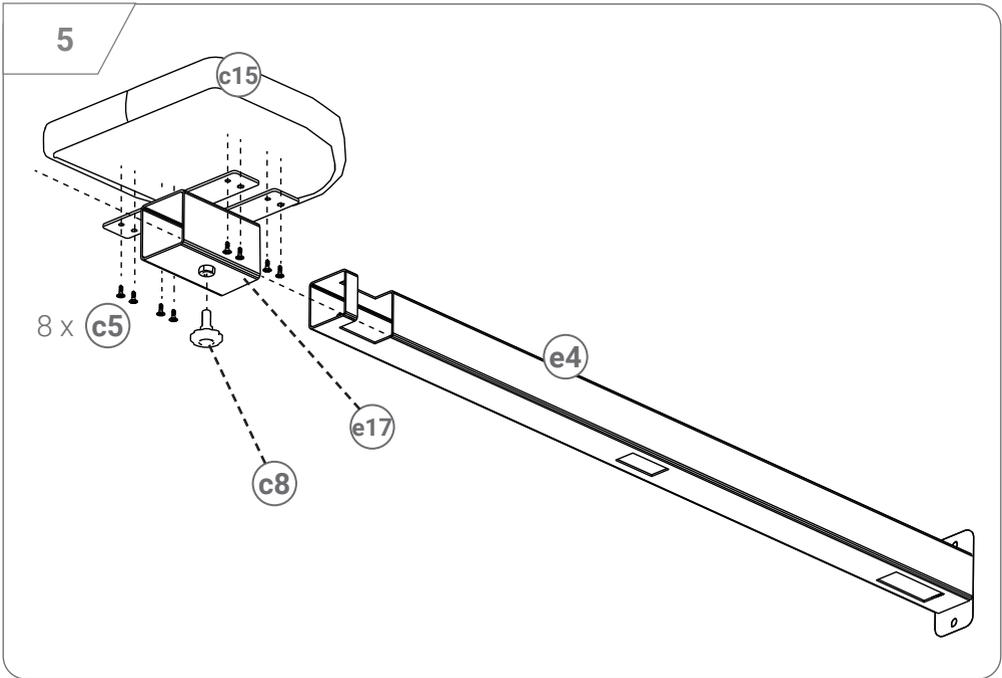
KSPORT

WWW.K-SPORT-DE.DE

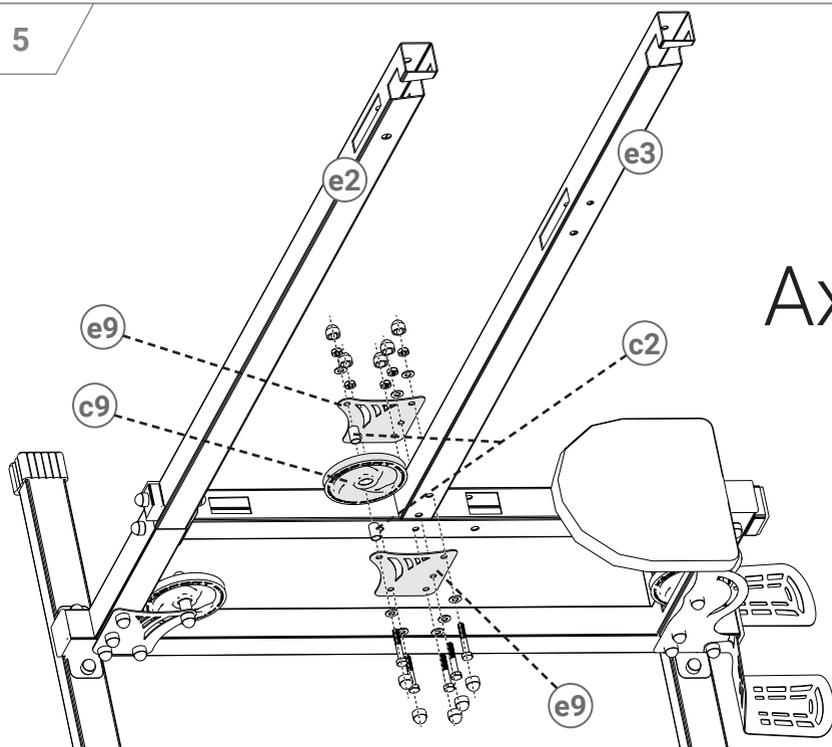
e1 x 1 1200mm 	e2 x 1 1435mm 	e3 x 1 1500mm 	e4 x 1 1017mm 	e5 x 1 380mm 
e6 x 1 700mm 	e7 x 1 	e8 x 1 	e9 x 4 	e10 x 1 
e11 x 1 	e12 x 2 	e13 x 1 	e14 x 4 	e15 x 2 750mm 
e16 x 1 	e17 x 1 	e18 x 1 	e19 x 1 	e20 x 2 
e21 x 1 21.3mm 370mm 	s1 x 23 55mm M10 	s2 x 6 45mm M10 	s3 x 1 80mm M10 	s4 x 1 60mm M10 
s5 x 58 M10 	s6 x 31 M10 	c1 x 58 M10 	c2 x 14 ø14 16mm 	c3 x 8 8mm 
c4 x 1 	c5 x 8 	c6 x 2 	c7 x 4 	c8 x 1 M10 
c9 x 9 	c10 x 2 40x20 	c11 x 6 40x40 	c12 x 2 ø21,3 	c13 x 2 ø21,3 
c14 x 2 EVA 	c15 x 1 	c16 x 4 	c17 x 3 	c18 x 2 
c19 x 1 485cm 	c20 x 1 285cm 	c21 x 4 	c22 x 2 KOSPORT M10x16mm 	c23 x 2 
				c24 x 2 ø21.3 





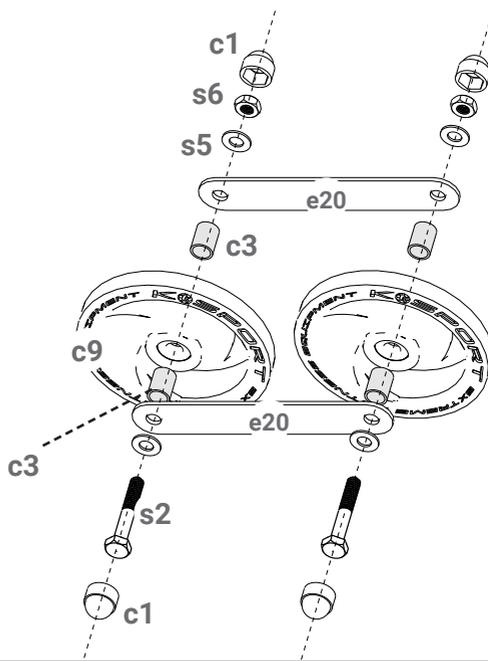
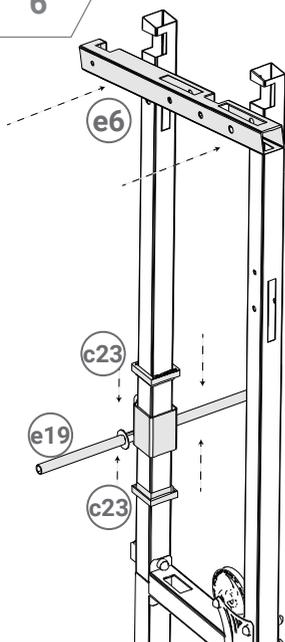


5

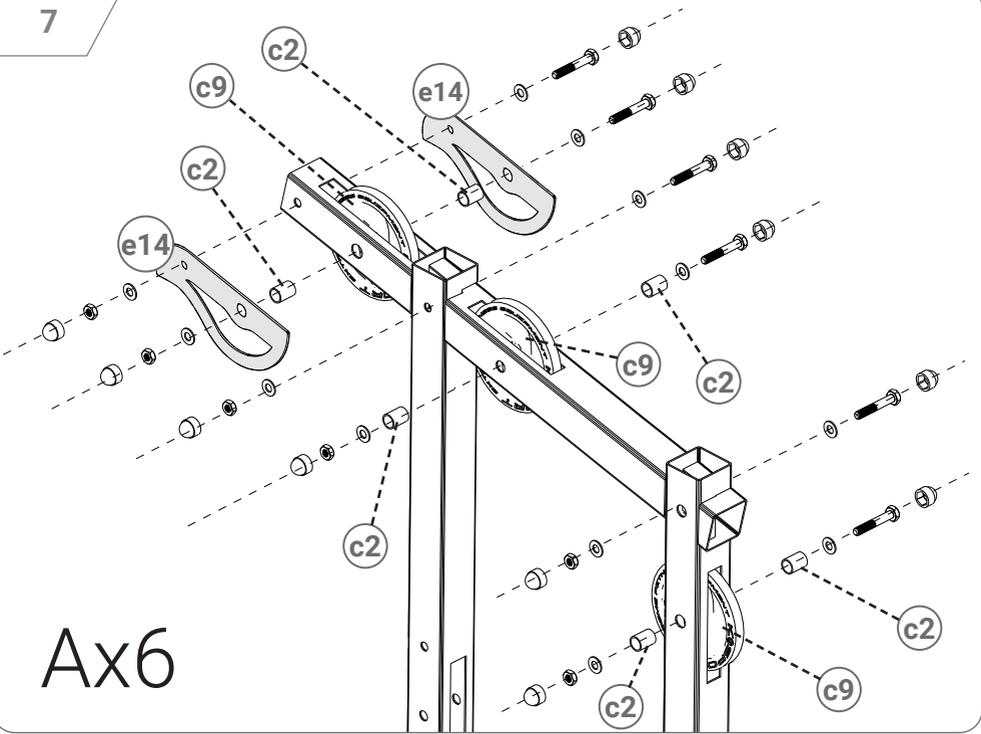


Ax5

6

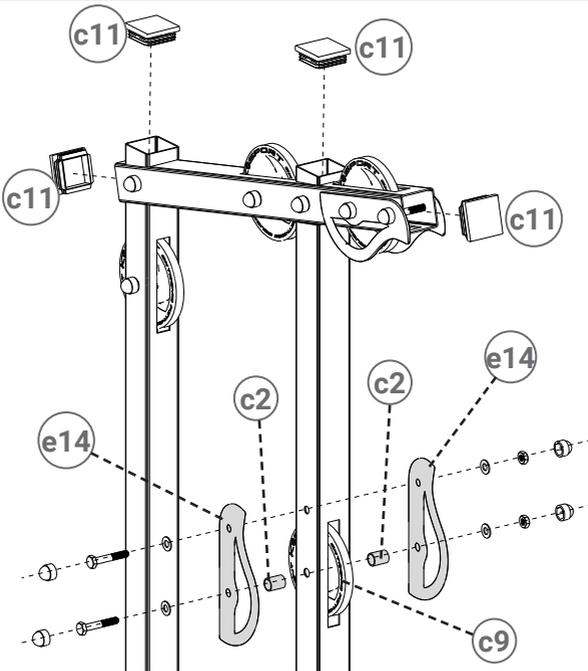


7

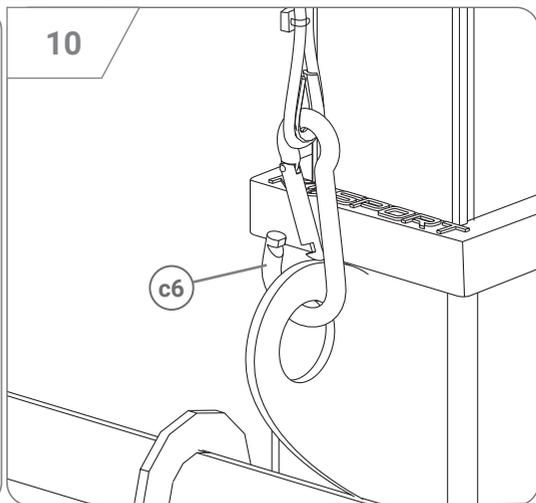
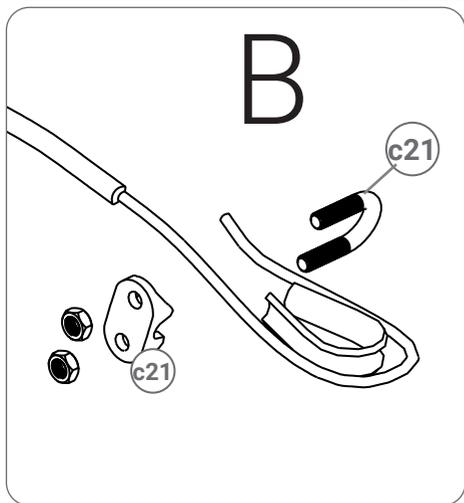
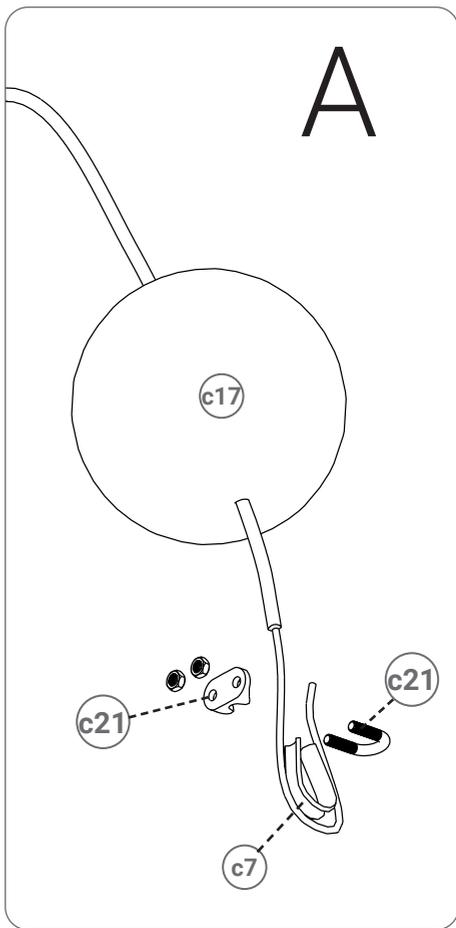
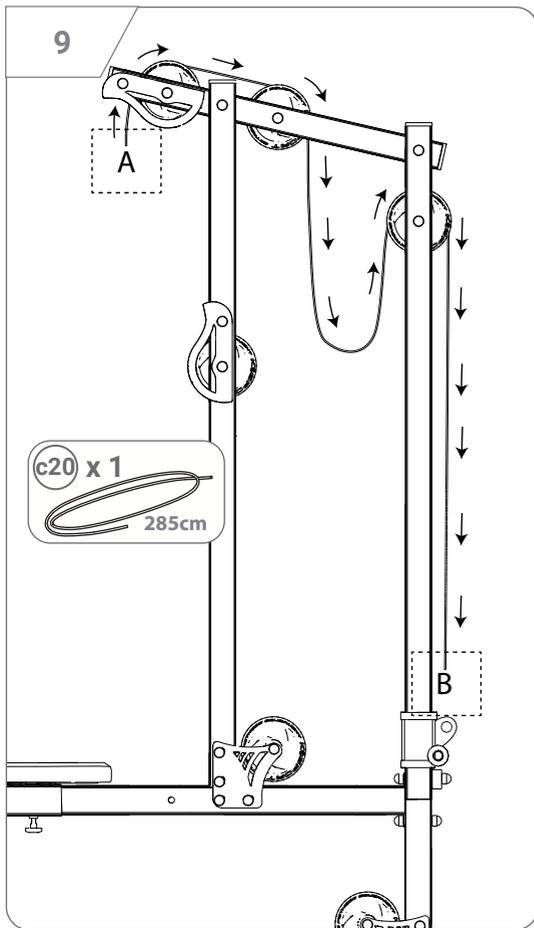


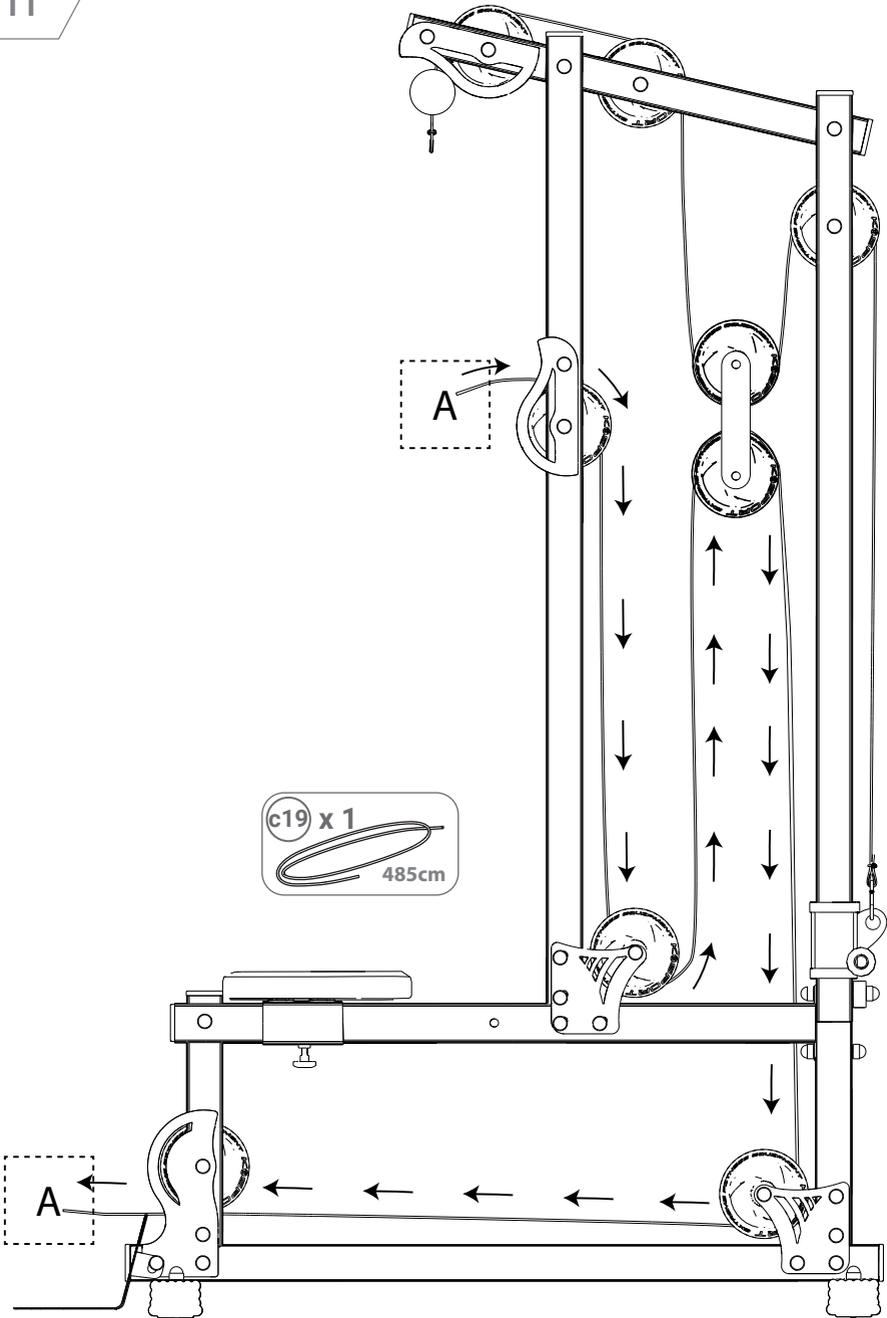
Ax6

8



Ax2





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.



RUMPFBEUGE
VORWÄRTS

RUMPFBEUGE SE-
ITWÄRTS



AUSFALLSCHRITTE
VORWÄRTS

DEHNEN DER
BEINE

Vertrieb/Service:
K-SPORT-DE.DE
K-Sport GmbH
Kiesweg 18
35396 Gießen
+49 1515 729 14 56
info@k-sport-de.de

Produzent
K-Sport PL
K-SPORT.COM.PL
Rzepiennik Biskupi
214, małopolska
(48) 731 400 995
biuro@k-sport.com.pl