

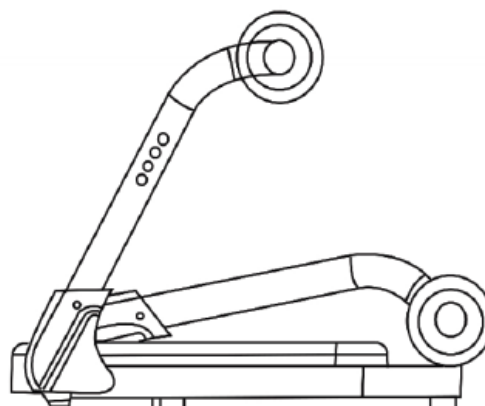
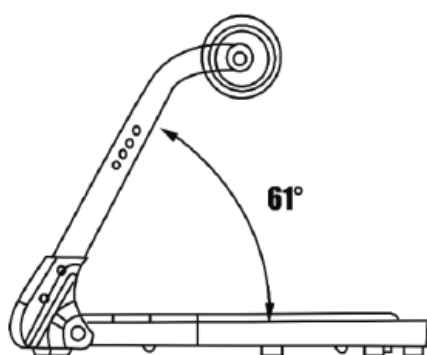
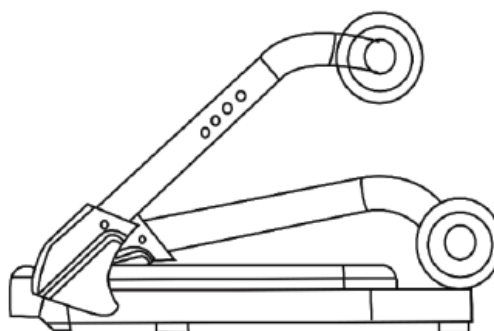
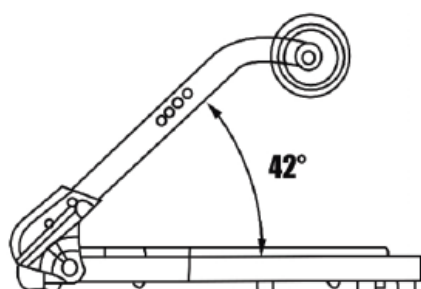
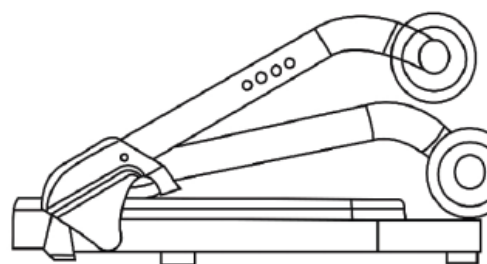
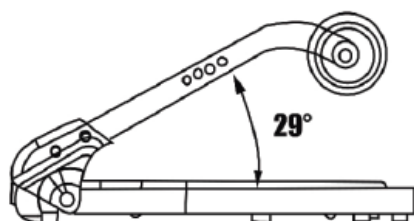
# Nastaviteľná stroj na zhrnutie sed- uptov - Manuál

Ako používať:



1. Sit up: svaly jadradolné brušné svaly
2. Kliky - push-up □ mohutný pectoralis, triceps, ABS
3. AB Tuck: boky, pás, nohy
4. Most: svaly jadra, zdvihnutie bokov
5. Biceps, pectoralis
6. Triceps, chrbát
7. Štíhle kopnutia: svaly jadra, svaly nôh

## Upravte uhol



## Ako nastaviť a sklopiť produkt

Stlačte pružinovú sponu a rozšírite operadlo na rôznu výšku.

rôznu výšku.

## Údržba a starostlivosť

1. Pravidelne kontrolujte všetky komponenty a skrutky zariadenia za akékoľvek uvoľnenie; ak nájdete uvoľnenie, okamžite utiahnite.
2. Po použití utrite produkt suchou handričkou.
3. Umiestnite produkt do prostredia mimo priameho slnečného žiarenia, vysokých teplôt a vlhkosti.
4. Nedovoľte deťom používať produkt ako hračku.
5. Nepoužívajte benzín, acetón, drsné čistiace prostriedky alebo korozívne čistiace prostriedky.

**VAROVANIE!** Maximálna záťaž: 100 kg

**VAROVANIE!** Pred použitím tohto zariadenia musíte vykonať základné aeróbne zahrievacie cvičenia na päť až desať minút, aby ste predišli zraneniu.

**VAROVANIE!** Konzultujte svojho lekára alebo zdravotníckeho odborníka pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu. Ak ste starší ako 35 rokov, ste tehotná, máte zdravotné problémy, rovnovážne problémy

alebo podstupujete liečbu, ktorá môže ovplyvniť vaše srdcové rytmy, najskôr sa poradte s lekárom.

**VAROVANIE!** NEpoužívajte tento produkt u pacientov s hypertenziou, mŕtvicou, tehotných žien, osôb s ochoreniami srdca, starších ľudí, slabých osôb alebo pacientov s vážnymi chorobami.

**VAROVANIE!** Pri používaní tohto zariadenia ho umiestnite na stabilný, rovný povrch. Môžete na podlahu uložiť ochrannú podložku. UDRŽUJTE bezpečný priestor aspoň 50 cm okolo počas používania.

**VAROVANIE!** Toto zariadenie NIE je hračka a NIE je vhodné pre deti. VZDIALTE OD DETÍ A DOMÁCICH MAČIEK, aby ste predišli zraneniam.

**VAROVANIE!** Pri každom použití skontrolujte produkt na poškodenia alebo voľné príslušenstvo. Uistite sa, že zariadenie je úplne zostavené a uzamknuté.

**VAROVANIE!** Ak počas cvičenia pociťujete nevoľnosť, závrate, nepravidelnú srdcovú činnosť alebo akékoľvek iné abnormálne príznaky, okamžite prestaňte cvičiť a poradte sa s lekárom.

**VAROVANIE!** Pri používaní tohto zariadenia sa vyhnite zachýkaniu prstov, nôh alebo vlasov. Udržiavajte ruky mimo zahnutých uhlov.

**VAROVANIE!** Pri používaní tohto zariadenia noste vhodné oblečenie. Nesesúvajte voľné oblečenie, kožené topánky alebo vysoké podpätky.

**VAROVANIE!** Vyberajte športy vhodné pre vašu fyzickú kondíciu a úroveň obtiažnosti. Ak pociťujete akúkoľvek bolesť alebo nepohodlie, okamžite prestávajte cvičiť a ihneď sa poraďte s lekárom.

**VAROVANIE!** Toto zariadenie je URČENÉ iba na použitie v interiéri. Je určené na osobné a rodinné použitie a NESMIE sa používať na komerčné účely.

**VAROVANIE!** Nepreberáme žiadnu zodpovednosť za zranenia spôsobené používaním tohto produktu z osobných dôvodov.

SKU : abforge\_MO110

Názov produktu: Nastaviteľná stroj na zhrnutie sed-uptov

Model č.: XW-8010

Referenčné číslo: 43 / 2025

Rozmer nastavenia: 60,5×74×36 cm

Zložené rozmery: 60,5×36×14,5 cm

Výrobca:

YONGKANG WEIZHEN INDUSTRY AND TRADE CO., LTD.

5. poschodie č. 96 TONGTANG NORTH ROAD, XIXITOWN,

YONGKANG, PROVINCIA ZHEJIANG, ČĽANKA.

Dovozca a oprávnený predajca:

DFVU d.o.o. Liparjeva cesta 6A, 1234 Mengeš, Slovinsko.

Vyrobené v Číne