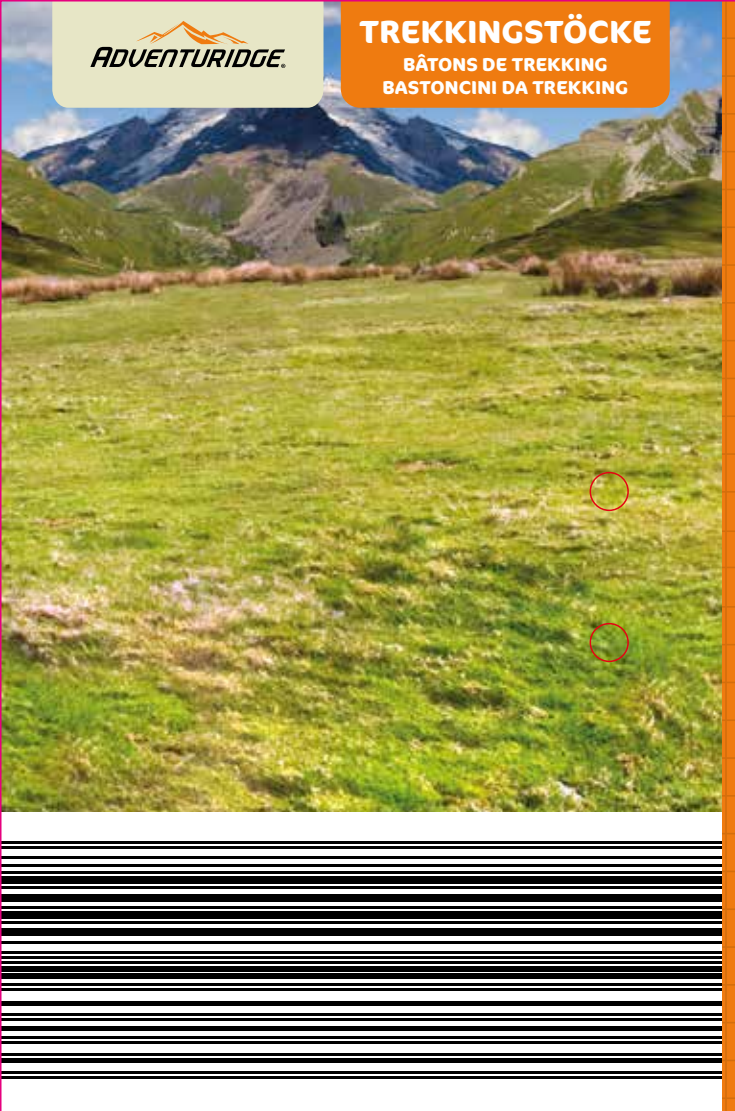




CH UTILISATION CONFORME
Les bâtons de trekking sont conçus exclusivement pour pratiquer la randonnée. Les bâtons de trekking sont conçus exclusivement pour pratiquer ce sport de manière privée. Ils ne conviennent pas pour faire du ski. Utilisez les bâtons de trekking uniquement à l'extérieur.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

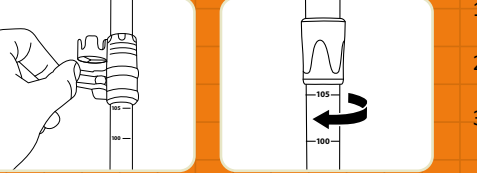
⚠ AVERTISSEMENT!

- Si vous avez des problèmes de santé (p. ex.: des problèmes cardiovasculaires), consultez absolument un médecin avant votre premier entraînement. Il est recommandé d'utiliser un cardiofréquencemètre lors de la pratique de ce sport.
- Les bâtons pointus peuvent provoquer des blessures graves. Les bâtons de trekking ne sont pas un jouet. Tenez les bâtons de trekking hors de portée des enfants. Pour le transport, enfiler les embouts sur les pointes métalliques et fixez les bâtons de trekking, p. ex., à un sac à dos.
- Les bâtons de trekking peuvent se rompre s'ils sont soumis à un poids excessif. Ne vous perchez pas sur les bâtons de trekking. Ne vous appuyez pas de tout votre poids sur les bâtons de trekking. N'utilisez pas les bâtons de trekking pour vous aider à marcher.
- N'utilisez pas les bâtons de trekking pour faire du ski.

⚠ ATTENTION ! Risque de blessure!

- Assurez-vous, avant chaque utilisation, que les bâtons de trekking, en particulier les dragonnes et le tube, ne sont pas endommagés. N'utilisez pas de bâtons de trekking défectueux. Ne réparez jamais les bâtons de trekking. N'utilisez pas d'huile pour ne pas risquer d'altérer la force de maintien du mécanisme de réglage.
- Assurez-vous, avant chaque utilisation des bâtons de trekking, que les dragonnes et le levier de serrage rapide sont correctement emboîtés et immobilisés. Contrôlez régulièrement les systèmes de verrouillage, également durant l'utilisation.

RÉGLAGE DE LA LONGUEUR DES BÂTONS
Les bâtons de trekking sont réglables en hauteur de 100 à 135 cm. Réglez les bâtons de trekking à votre taille. La longueur est indiquée sur les deux brins. La règle de base pour établir la longueur adéquate des bâtons de trekking lors de la marche sur des terrains plats est : stature en cm x 0,68.
Raccourcissez les bâtons de trekking pour faciliter la montée. Rallongez les bâtons de trekking pour faciliter la descente.



- Desserrez le levier de serrage rapide et réglez la longueur souhaitée de bâton. Refermez le levier de serrage rapide.
- Desserrez le deuxième système de verrouillage en tenant fermement le brin central et en faisant tourner le brin inférieur vers la gauche.
- Réglez la longueur souhaitée et faites tourner le brin inférieur vers la droite. Serrez le raccord à vis de manière à ce qu'il ne soit plus possible de continuer à le faire tourner en utilisant une force normale.

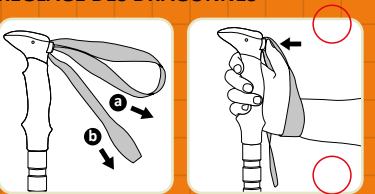
⚠ ATTENTION ! Les brins qui ne sont pas correctement immobilisés peuvent provoquer des accidents et des blessures.

- Positionnez le système de verrouillage de manière à ce que les brins ne puissent pas glisser l'un contre l'autre. Le bâton devient instable

quand la vis de réglage n'est pas suffisamment serrée. Assurez-vous régulièrement que les vis des leviers de serrage rapide sont correctement serrées. Contrôlez les vis avant, pendant et après chaque randonnée.

- Assurez-vous que les systèmes de verrouillage sont suffisamment serrés en vous appuyant légèrement sur le bâton. Lorsqu'il est très fortement serré, le système de fermeture intérieur du bâton a une capacité de charge maximale de jusqu'à 140 kg.
- Ne bloquez jamais la longueur de bâton au-delà du repère «STOP».

RÉGLAGE DES DRAGONNES



- Enfoncez le bouton sur la poignée de manière à ce que le dispositif de réglage soit visible.
- Tirez sur la partie fermée de la dragonne pour en augmenter l'ouverture (a). Tirez sur l'extrémité ouverte de la dragonne pour en réduire l'ouverture (b).
- Enfoncez le dispositif de réglage dans la poignée de manière à ce que le bouton retourne à sa position initiale.

CONSEILS D'UTILISATION

- Quand vous marchez sur terrain plat, alternez la position des bâtons de trekking par rapport à celle de vos pieds: pied gauche/bâton droit en avant; pied droit/bâton gauche en avant.
- Quand vous montez ou descendez une pente, utilisez les bâtons de trekking parallèlement l'un par rapport à l'autre au niveau des passages escarpés.
- Enfilez la dragonne de manière à ce que le dos de la main soit entouré par la partie supérieure de la dragonne. Pour cela, introduisez la main par le bas dans la dragonne et saisissez ensuite la poignée.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN
Utilisez uniquement un chiffon imbibé d'eau tiède ou savonneuse pour nettoyer les bâtons de trekking. Laissez sécher complètement les bâtons de trekking après les avoir nettoyés.

RÉPARATION
Assurez-vous, avant et après chaque utilisation, que les bâtons de trekking, en particulier les fixations, ne présentent aucune trace de détérioration ni d'usure. Ne réutilisez pas les bâtons de trekking endommagés. Ne modifiez pas les bâtons de trekking.

ÉLIMINATION
Veuillez éliminer les matériaux d'emballage dans le respect de l'environnement. Contactez votre déchèterie locale pour éliminer les bâtons de trekking.

DONNÉES TECHNIQUES
Longueur: 67 à 135 cm, rétractable à 67 cm
Poids: 560 g par paire
Matériau (tube): aluminium

UTILIZZO CONFORME ALLA DESTINAZIONE D'USO
I bastoncini da trekking sono concepiti esclusivamente per praticare l'escursionismo. I bastoncini da trekking sono concepiti esclusivamente per l'attività sportiva in ambito privato. Non sono adatti per praticare lo sci. Utilizzare i bastoncini da trekking esclusivamente in ambienti esterni.

AVVERTENZE DI SICUREZZA

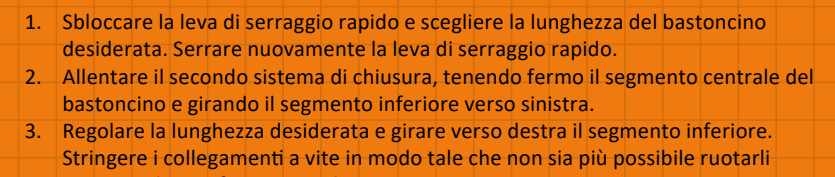
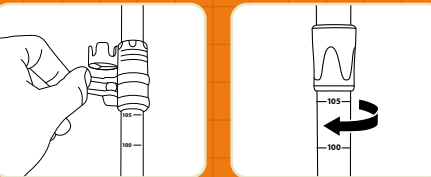
⚠ AVVERTENZA!

- In caso di problemi di salute, ad es. problemi cardiovascolari, contattare assolutamente un medico prima del primo allenamento. Si consiglia di utilizzare un cardiofrequenzimetro durante l'attività sportiva.
- I bastoncini appuntiti possono causare lesioni gravi. I bastoncini da trekking non sono un giocattolo. Tenere i bastoncini da trekking lontano dalla portata dei bambini. Durante il trasporto, collocare i cuscinetti sulle punte in metallo e fissare i bastoncini da trekking, ad es. a uno zaino.
- I bastoncini da trekking possono rompersi se sottoposti a carichi eccessivi. Non salire sui bastoncini da trekking. Non appoggiarsi con tutto il peso sui bastoncini da trekking. Non utilizzare i bastoncini da trekking come ausilio di deambulazione.
- Non utilizzare i bastoncini da trekking per sciare.

⚠ ATTENZIONE! Pericolo di lesioni!

- Prima di ogni utilizzo, verificare che i bastoncini da trekking, in modo particolare i lacci e il tubo, non presentino danneggiamenti. Non utilizzare bastoncini da trekking difettosi. Non eseguire alcuna riparazione sui bastoncini da trekking. Non utilizzare oli poiché potrebbero alterare negativamente la forza di tenuta del meccanismo di regolazione.
- Prima di ogni utilizzo dei bastoncini da trekking, assicurarsi che i lacci da polso e la leva di serraggio siano correttamente chiusi e fissati. Controllare regolarmente i sistemi di chiusura, anche durante l'utilizzo.

REGOLAZIONE DELLA LUNGHEZZA DEI BASTONCINI
I bastoncini da trekking sono regolabili in altezza da 100 a 135 cm. Regolare i bastoncini da trekking in base alla propria altezza. La lunghezza è indicata su entrambi i segmenti del bastoncino. La formula empirica per determinare la lunghezza corretta dei bastoncini da trekking quando si cammina su superfici piane è la seguente: altezza in cm x 0,68.
Accorciare i bastoncini da trekking per facilitare la salita. Allungare i bastoncini da trekking durante la discesa.



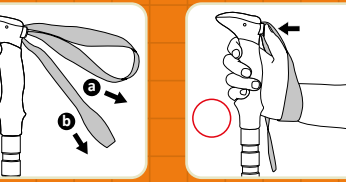
⚠ ATTENZIONE! Segmenti del bastoncino fissati in modo scorretto possono provocare incidenti e lesioni.

- Regolare i sistemi di chiusura in modo tale che i segmenti del bastoncino non scivolino l'uno sull'altro. Il bastoncino perde stabilità se la

vite di bloccaggio non è stretta a sufficienza. Controllare regolarmente che le viti della leva di serraggio rapido siano chiuse correttamente. Controllare le viti prima, durante e dopo una passeggiata.

- Controllare che i sistemi di chiusura del bastoncino siano stretti a sufficienza appoggiandosi leggermente sul bastoncino. In caso di forze di trazione molto elevate, il sistema di chiusura interno del bastoncino può raggiungere un peso massimo tollerato fino a circa 140 kg.
- Non bloccare mai la lunghezza del bastoncino al di sotto del simbolo "STOP".

REGOLAZIONE DEI LACCI DA POLSO



- Premere il pulsante sull'impugnatura in modo tale che il dispositivo di regolazione sia visibile.
- Tirare la parte chiusa del laccio per aumentare l'ampiezza (a). Tirare l'estremità aperta del laccio per ridurre l'ampiezza (b).
- Premere il dispositivo di regolazione nell'impugnatura di modo che il pulsante ritorni alla sua posizione iniziale.

CONSIGLI PER L'UTILIZZO

- Quando si passeggia su un terreno piano, alternare la posizione dei bastoncini da trekking con quella dei propri piedi: piede sinistro - bastoncino destro in avanti; piede destro - bastoncino sinistro in avanti.
- Quando si sale o si scende un pendio, utilizzare i bastoncini da trekking parallelamente durante i passaggi ripidi.
- Infilare i lacci da polso in modo tale che il dorso della mano sia circondato dalla parte superiore del laccio. Per fare ciò, introdurre la mano dal basso nel laccio e successivamente afferrare l'impugnatura.

PULIZIA E CURA
Utilizzare esclusivamente un panno inumidito con acqua tiepida o saponata per pulire i bastoncini da trekking. Dopo la pulizia, lasciar asciugare completamente i bastoncini da trekking.

RIPARAZIONE
Prima e dopo ogni utilizzo verificare che i bastoncini da trekking e in modo particolare i dispositivi di fissaggio non presentino danni o segni di usura. Non utilizzare più i bastoncini da trekking danneggiati. Non apportare modifiche ai bastoncini da trekking.

SMALTIMENTO
Smaltire i materiali d'imballaggio nel rispetto dell'ambiente. Rivolgersi al proprio centro di raccolta locale per smaltire i bastoncini da trekking.

DATI TECNICI
Lunghezza: 67 – 135 cm, richiuso a 67 cm
Peso: 560 g per paio
Materiale (tubo): alluminio



TREKKING-STÖCKE

BÂTONS DE TREKKING BASTONCINI DA TREKKING

CH

- Ideal für Touren auf Asphalt und Waldwegen
- Leichtes, dreiteiliges Rohr aus Aluminium
- Mit Anti-Schock-System
- Individuell verstellbare Handschlaufen
- Ergonomischer Griff
- Praktische Pad-Halterung
- Langlebige Hartmetallspitzen für den Einsatz im Gelände
- Mit abnehmbaren Pads für besseren Halt auf glattem Untergrund
- Mit abnehmbaren Tellern für die Verwendung auf weichem Untergrund



- Idéal pour les randonnées sur les chemins goudronnés et forestiers
- Tube léger en aluminium à trois brins
- Avec système antichoc
- Dragonnes réglables individuellement
- Poignée ergonomique
- Fixation pratique des embouts
- Pointes en carbure longue durée pour l'utilisation sur le terrain
- Avec embouts amovibles pour une meilleure tenue sur les surfaces glissantes
- Avec rondelles amovibles pour utilisation sur les surfaces meubles

- Ideali per le passeggiate sui sentieri asfaltati e montuosi
- Tubo in alluminio leggero e diviso in tre parti
- Con sistema antishock
- Lacci regolabili individualmente
- Impugnatura ergonomica
- Pratico fissaggio dei cuscinetti
- Punte in metallo duro di lunga durata per l'utilizzo sui terreni
- Con cuscinetti rimovibili per una tenuta migliore sulle superfici sdruciolevoli
- Con rondelle rimovibili per l'utilizzo sulle superfici morbide

BESTIMUNGSGEMÄSSE VERWENDUNG

Die Trekkingstöcke sind ausschliesslich zum Wandern vorgesehen. Die Trekkingstöcke sind ausschliesslich zum Ausüben dieser Sportart im privaten Gebrauch konzipiert. Sie sind nicht zum Skifahren geeignet. Verwenden Sie die Trekkingstöcke ausschliesslich draussen.

SICHERHEITSHINWEISE

⚠️ WARNUNG!

- Bestehen bei Ihnen gesundheitliche Einschränkungen wie z. B. Herz- Kreislauf-Probleme, kontaktieren Sie vor dem ersten Training unbedingt einen Arzt. Es wird empfohlen, bei Ausübung des Sports einen Herzfrequenzmesser zu verwenden.
- Spitze Stöcke können schwere Verletzungen hervorrufen. Die Trekkingstöcke sind kein Spielzeug. Halten Sie die Trekkingstöcke entfernt von Kindern. Setzen Sie zum Transport die Pads auf die Metallspitzen und fixieren Sie die Trekkingstöcke z.B. an einem Rucksack.
- Bei zu hoher Gewichtsbelastung können die Trekkingstöcke brechen. Setzen Sie sich nicht auf die Lehnen Sie nicht mit Ihrem gesamten Gewicht auf die Trekkingstöcke. Verwenden Sie die Trekkingstöcke nicht als Gehhilfe.
- Verwenden Sie die Trekkingstöcke nicht zum Skifahren.

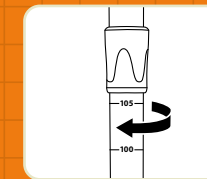
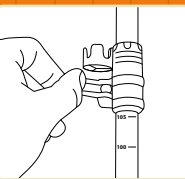
⚠️ VORSICHT!

Verletzungsgefahr!

- Überprüfen Sie die Trekkingstöcke vor jedem Gebrauch auf Beschädigungen, insbesondere die Schlaufen und das Rohr. Verwenden Sie keine defekten Trekkingstöcke. Führen Sie keine Reparaturen an den Trekkingstöcken durch. Verwenden Sie kein Öl, die Haltekraft des Verstellmechanismus kann negativ beeinflusst werden.
- Stellen Sie vor jedem Gebrauch der Trekkingstöcke sicher, dass Handschlaufen und Schnellspanner korrekt eingerastet und fest sind. Kontrollieren Sie auch bei Benutzung regelmässig die Verschlüsse.

STOCKLÄNGE EINSTELLEN

Die Trekkingstöcke sind höhenverstellbar von 100 – 135 cm. Stellen Sie die Trekkingstöcke auf Ihre Körpergrösse ein. Die Länge können Sie den Angaben auf beiden Stocksegmenten entnehmen. Für die richtige Länge der Trekkingstöcke beim Laufen auf ebenen Flächen gilt als Faustformel: Körperlänge in cm x 0,68. Verkürzen Sie die Trekkingstöcke, um einen Aufstieg zu erleichtern. Verlängern Sie die Trekkingstöcke beim Abstieg.



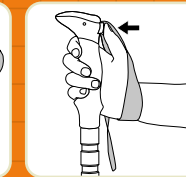
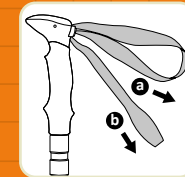
1. Lösen Sie den Schnellspanner und stellen Sie die gewünschte Stocklänge ein. Ziehen Sie den Schnellspanner wieder fest.
2. Lösen Sie den zweiten Verschluss, indem Sie das mittlere Stocksegment festhalten und das untere Stocksegment nach links drehen.
3. Stellen Sie die gewünschte Länge ein und drehen Sie das untere Stocksegment nach rechts. Ziehen Sie die Verschraubung so fest an, bis Sie mit normaler Kraft nicht mehr weiterdrehen können.

⚠️ VORSICHT!

Unsachgemäss befestigte Stocksegmente können zu Unfällen und Verletzungen führen.

- Stellen Sie den Verschluss so ein, dass die Stocksegmente nicht gegeneinander verrutschen können. Der Stock verliert an Stabilität, wenn die Justierschraube nicht fest genug angezogen ist. Überprüfen Sie die Schrauben an den Schnellspannern regelmässig auf ihre Festigkeit. Kontrollieren Sie die Schrauben vor, während und nach einer Trekkingtour.
- Kontrollieren Sie, ob die Stockverschlüsse ausreichend befestigt sind, indem Sie sich leicht auf den Stock lehnen. Bei sehr hohen Anzugkräften kann das innere Verschlussystem des Stocks eine maximale Belastbarkeit bis ca. 140 kg erreichen.
- Fixieren Sie die Stocklänge niemals hinter der „STOP“-Markierung.

HANDSCHLAUFEN EINSTELLEN



1. Drücken Sie den Knopf auf dem Griff ein, so dass die Verstellvorrichtung sichtbar wird.
2. Ziehen Sie am geschlossenen Teil der Handschlaufe, um ihre Weite zu vergrössern (a). Ziehen Sie am offenen Ende der Handschlaufe, um ihre Weite zu verringern (b).
3. Drücken Sie die Verstellvorrichtung in den Griff, so dass der Knopf in die Ausgangsposition zurück springt.

TIPPS ZUR HANDHABUNG

- Wenn Sie in der Ebene wandern, setzen Sie die Trekkingstöcke über Kreuz zu Ihren Füßen auf: Linker Fuss - rechter Stock vorne; Rechter Fuss - linker Stock vorne.
- Wenn Sie bergauf oder bergab wandern, setzen Sie die Trekkingstöcke bei steilen Passagen parallel auf.
- Legen Sie die Handschlaufe so an, dass der Handrücken vom oberen Teil der Schlaufe umschlossen wird. Greifen Sie dazu von unten durch die Schlaufe und greifen Sie anschliessend den Griff.

REINIGUNG UND PFLEGE

Verwenden Sie zum Reinigen der Trekkingstöcke ausschliesslich ein in lauwarmes Wasser oder Seifenwasser getränktes Tuch. Lassen Sie die Trekkingstöcke nach der Reinigung vollständig trocknen.

REPARATUR

Überprüfen Sie die Trekkingstöcke und insbesondere die Befestigungen vor und nach dem Gebrauch auf Schäden und Verschleiss. Beschädigte Trekkingstöcke dürfen nicht weiterverwendet werden. Nehmen Sie keine Veränderungen an den Trekkingstöcken vor.

ENTSORGUNG

Entsorgen Sie die Verpackungsmaterialien bitte auf eine umweltgerechte Weise. Zur Entsorgung der Trekkingstöcke wenden Sie sich bitte an Ihren örtlichen Entsorgungsbetrieb.

TECHNISCHE DATEN

Länge: 67 – 135 cm, zusammenschiebbar auf 67 cm
Gewicht: 560 g pro Paar
Material (Rohr): Aluminium

KUNDENDIENST • SERVICE APRÈS-VENTE ASSISTENZA POST-VENDITA 817313

Bitte wenden Sie sich an Ihre **ALDI SUISSE Filiale**.
Veuillez vous adresser à votre **filiale ALDI SUISSE**.
La preghiamo di rivolgersi alla sua **filiale ALDI SUISSE**.

MODELL/MOÐÈLE/MODELLO:
ANS-21-163 10/2022

3
JAHRE GARANTIE
ANS GARANTIE
ANNI DI GARANZIA



Achtung! Vor Gebrauch Anleitung beachten! /
Attention ! Consultez la notice avant l'utilisation ! /
Attenzione! Osservare le istruzioni prima dell'utilizzo!



CH VERTRIEBEN DURCH / COMMERCIALISÉ PAR /
COMMERCIALIZZATO DA:
ASPIRIA NONFOOD GMBH
LADEMANNBÖGEN 21-23
22339 HAMBURG, GERMANY



4061462709098

10/2022

817313