



Istruzioni
per l'uso

crane[®]

CERCHIO PER ALLE- NAMENTO INTELLI- GENTE CON TIMER



Indice

Informazioni generali.....	3
Simboli utilizzati	3
Utilizzo conforme alla destinazione d'uso	4
Avvertenze di sicurezza.....	5
Contenuto della fornitura / descrizione dei componenti	8
Controllo del contenuto della fornitura.....	8
Assemblaggio del cerchio	9
Smontaggio del cerchio	9
Sostituzione della batteria	10
Utilizzo del timer	10
Pulizia e manutenzione	11
Conservazione	11
Indicazioni per lo smaltimento	11
Dati tecnici	13

Informazioni generali



Prima del primo utilizzo leggere attentamente le istruzioni per l'uso, in particolare modo le avvertenze di sicurezza, e utilizzare il cerchio per allenamento intelligente con timer soltanto come descritto nelle presenti istruzioni per l'uso. Il mancato rispetto delle seguenti avvertenze può causare lesioni gravi. Le istruzioni per l'uso sono parte integrante del cerchio per allenamento intelligente con timer. Conservare le presenti istruzioni per l'uso per consultazioni future e in caso di cessione del cerchio per allenamento intelligente con timer a un altro utilizzatore, consegnare anche le istruzioni per l'uso.

Queste istruzioni per l'uso possono anche essere richieste in formato PDF al nostro servizio clienti. Contattare l'indirizzo del Servizio Clienti riportato nella scheda di garanzia.

Per semplificare la lettura, il cerchio per allenamento intelligente con timer sarà di seguito denominato "cerchio".

Simboli utilizzati

Nelle presenti istruzioni per l'uso, sul cerchio e sulla confezione sono riportati i seguenti simboli e le seguenti parole di avvertimento.



Leggere le istruzioni prima dell'utilizzo!



AVVERTENZA!

Questo simbolo/parola di avvertimento indica un pericolo a rischio medio che, se non evitato, può causare la morte o lesioni gravi.



ATTENZIONE!

Questo simbolo/parola di avvertimento indica un pericolo a basso rischio che, se non evitato, può causare lesioni di lieve o di media entità.

AVVISO!

Questa parola di avvertimento indica la possibilità di danni materiali.



Questo simbolo indica ulteriori informazioni e consigli utili.



Dichiarazione di conformità: i prodotti contrassegnati con questo simbolo soddisfano tutti i requisiti definiti dalle direttive UE. La versione integrale della dichiarazione di conformità può essere richiesta al Servizio Clienti rivolgendosi all'indirizzo indicato nella scheda di garanzia.



Non smaltire le apparecchiature dismesse insieme ai rifiuti domestici (vedere capitolo "Indicazioni per lo smaltimento").



Non smaltire le batterie insieme ai rifiuti domestici (vedere capitolo "Indicazioni per lo smaltimento").



I prodotti contrassegnati con questo simbolo funzionano a corrente continua.



Conservare le batterie fuori dalla portata dei bambini.

Utilizzo conforme alla destinazione d'uso

Il cerchio è destinato esclusivamente all'utilizzo in ambito privato. Il cerchio è concepito solo per l'allenamento in casa. Il cerchio non è adatto per l'utilizzo in ambito commerciale, medico o a scopo terapeutico. Il cerchio non è un giocattolo per bambini e non è adatto a bambini di età inferiore ai 14 anni. Utilizzare il cerchio esclusivamente come descritto nelle presenti istruzioni per l'uso. Qualsiasi altro utilizzo è da intendersi come non conforme alla destinazione d'uso e può provocare danni materiali o lesioni personali. Il produttore o rivenditore non si assume alcuna responsabilità per i danni causati da un utilizzo non conforme alla destinazione d'uso o un utilizzo scorretto.

Avvertenze di sicurezza



AVVERTENZA! Pericolo di lesioni!

Attenersi tassativamente alle seguenti avvertenze di sicurezza per l'utilizzo delle batterie. Un uso improprio può provocare danni materiali e lesioni.

- Non danneggiare, aprire o cortocircuitare la batteria.
- Non gettare mai le batterie nel fuoco.
- Non ricaricare le batterie non ricaricabili. Sussiste il pericolo di esplosione.
- Rimuovere sempre le batterie ricaricabili dal timer prima di caricarle.
- Rimuovere dal timer le batterie quasi scariche o scariche. Il rischio di perdite è maggiore. Evitare il contatto degli acidi delle batterie con la pelle, gli occhi e le mucose. In caso di contatto, lavare immediatamente le zone interessate con abbondante acqua e sapone. Oltre a ciò, in caso di contatto con gli occhi o con le mucose, rivolgersi immediatamente a un medico. Se si verifica una fuoriuscita di acido dalla batteria, indossare guanti protettivi e pulire il vano batterie con un panno asciutto.
- Non esporre la batteria a condizioni estreme, come il calore (ad es. termosifoni o sole). Sussiste il pericolo di esplosione! Non dare mai la batteria in mano a bambini o persone non autorizzate. Assicurarsi che i bambini non mettano le batterie in bocca.
- Durante l'utilizzo delle batterie, prestare sempre attenzione alla polarità. Utilizzare sempre e soltanto batterie dello stesso tipo e non mischiare batterie nuove e vecchie. In caso contrario le batterie possono scaricarsi oltre la tensione finale con conseguente fuoriuscita di liquido. Rimuovere immediatamente le batterie per evitare danni.
- Se non si usa il cerchio per un lungo periodo, rimuovere la batteria dal vano batterie.

**AVVERTENZA!****Pericolo di lesioni!**

- Tenere i bambini di età inferiore ai 14 anni lontano dal cerchio. Non permettere ai bambini di giocare con il cerchio.
- I bambini di età pari o superiore a 14 anni e le persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali (ad esempio, persone parzialmente disabili, anziani con ridotte capacità fisiche e mentali) o con mancanza di esperienza e conoscenza (ad esempio, bambini) possono utilizzare il cerchio solo sotto supervisione e solo se sono stati informati sulla sicurezza d'uso e se comprendono i rischi connessi.
- Il montaggio e la pulizia non devono essere eseguiti da bambini senza la vigilanza di un adulto.
- Non consentire ai bambini di giocare con la pellicola dell'imballaggio. Giocando i bambini potrebbero restarvi imprigionati e soffocare.
- Assicurarsi che il cerchio sia ben chiuso intorno alla vita e che non possa aprirsi da solo.
- Assicurarsi che ci sia spazio sufficiente intorno a sé quando ci si allena con il cerchio. Osservare il raggio del peso. Fare attenzione a non ferire altre persone o animali domestici durante l'allenamento.
- Non mettere il cerchio intorno alla gola. Il cerchio deve essere posizionato esclusivamente intorno ai fianchi.

**ATTENZIONE!****Pericolo di lesioni!**

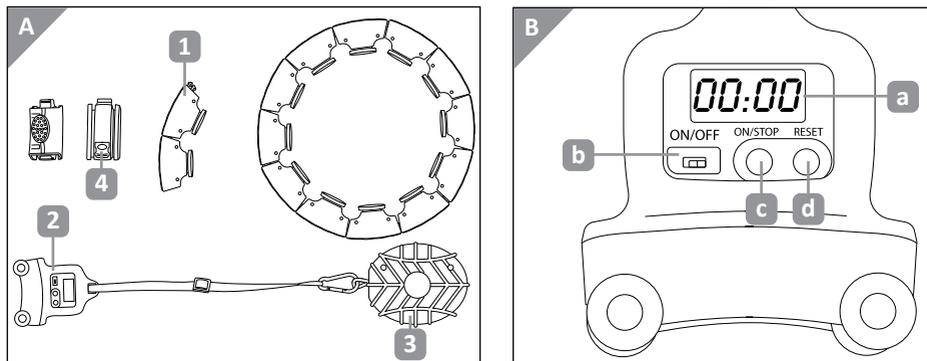
L'uso improprio del cerchio può provocare lesioni. Se l'utilizzatore non si trova nella condizione fisica di allenarsi con il cerchio, un tale allenamento può essere dannoso per la salute. Attenersi tassativamente alle seguenti avvertenze per evitare danni alla salute.

- Prima di ogni allenamento, controllare che il cerchio non sia danneggiato. Se il cerchio è danneggiato, non utilizzarlo.
- Iniziare sempre l'allenamento con esercizi di riscaldamento e terminarlo con esercizi di defaticamento.
- Allenarsi solo in base alle proprie capacità.
- Interrompere immediatamente l'allenamento e consultare un medico se si dovessero accusare disturbi.
- Si raccomanda soprattutto agli adolescenti e alle persone con precedenti infortuni di consultare un medico prima di iniziare l'allenamento.
- Sforzi eccessivi o una cattiva esecuzione degli esercizi possono essere dannosi per la salute.
- Prima di iniziare l'allenamento sottoporsi a un controllo di idoneità fisica presso il proprio medico. Chiedere al proprio medico se vi sono problemi di salute che non consentono l'utilizzo del cerchio.
- In caso di problemi di salute già noti (ad es. malattie cardiocircolatorie) o di gravidanza, chiedere consiglio al medico prima di utilizzare per la prima volta il cerchio.
- Se durante l'allenamento compaiono vertigini, nausea, dolore al torace o altri sintomi anormali, interrompere immediatamente l'allenamento e consultare subito un medico.
- Durante l'allenamento indossare abbigliamento sportivo e scarpe sportive adeguati.
- Durante l'allenamento, prestare sempre attenzione alla tensione del corpo.
- Se non si è sicuri di eseguire correttamente un esercizio, consultare un personal trainer professionista, oppure informarsi su Internet o leggere pubblicazioni specializzate in materia.

AVVISO!**Pericolo di danneggiamento!**

- Non allenarsi vicino a schermi e altri oggetti costosi o di valore.

Contenuto della fornitura / descrizione dei componenti



- 1 Elemento a innesto x 16
- 2 Elemento a rullo con timer
 - a Display LED
 - b Interruttore On/Off
 - c Pulsante di accensione/spegnimento
 - d Pulsante reset
- 3 Peso a sfera
- 4 Pulsante

Istruzioni per l'uso

Controllo del contenuto della fornitura

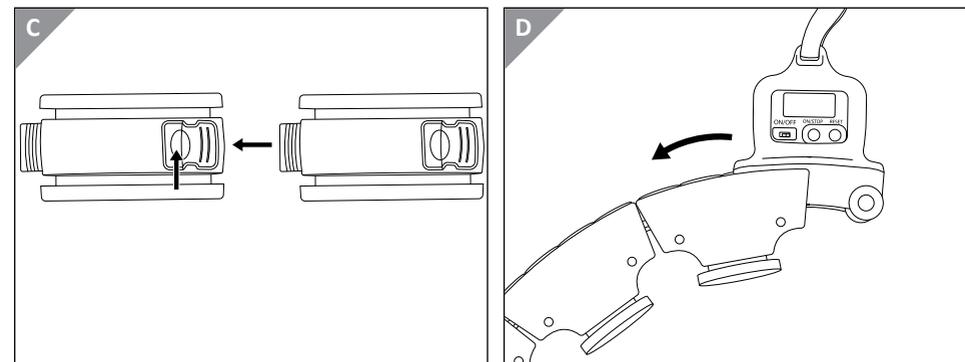
AVVISO! Pericolo di danneggiamento!

Aperto incautamente l'imballaggio con un coltello affilato o altri oggetti appuntiti si rischia di danneggiare il cerchio. Procedere con cautela durante l'apertura della confezione.

Controllare che il contenuto della fornitura sia completo e che il cerchio non presenti danni. Se così fosse, non usare il cerchio. Contattare il produttore tramite il Servizio Clienti all'indirizzo riportato nella scheda di garanzia.

Assemblaggio del cerchio

1. Prendere due elementi a innesto 1.
2. Premere un pulsante 4 su un elemento a innesto.
3. Spingere insieme i due elementi a innesto (vedi Fig. C).
4. Ripetere la procedura fino a ottenere un cerchio della propria misura. Per poter chiudere il cerchio è necessario unire almeno 11 elementi a innesto.
5. Far scorrere l'elemento a rullo con timer 2 sugli elementi a innesto (vedi Fig. D).
6. Posizionare il cerchio intorno alla vita e spingere insieme gli ultimi due elementi a innesto.
7. Assicurarsi che il cerchio aderisca alla vita, ma non eccessivamente.
8. Assicurarsi che gli elementi a innesto siano ben saldi e non possano aprirsi.
9. Impostare la lunghezza della fascia del peso a sfera 3. Il livello di difficoltà dell'allenamento può essere personalizzato regolando la lunghezza della fascia.
10. Iniziare l'allenamento.



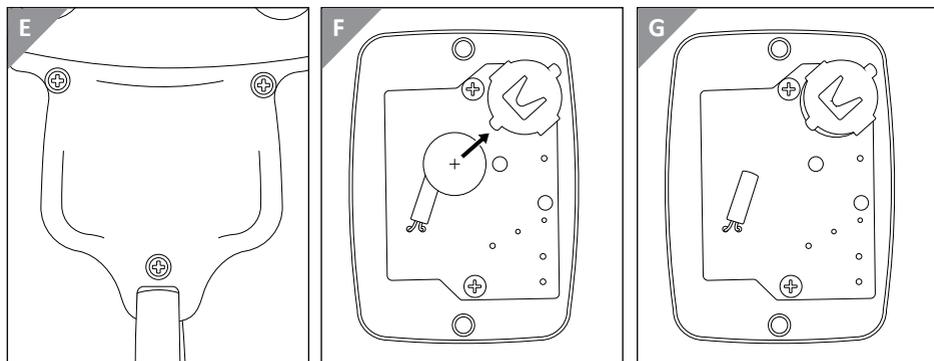
Smontaggio del cerchio

1. Premere il pulsante 4 su un elemento a innesto 1.
2. Muovere l'elemento a innesto verso l'alto e verso il basso mentre lo si stacca.
3. Gli elementi a innesto si staccano l'uno dall'altro.

Sostituzione della batteria

i Occorre un cacciavite a croce misura 1.

1. Rimuovere le 3 viti sul retro dell'elemento a rullo con timer **2**.
2. Togliere il timer dall'elemento a rullo.
3. Rimuovere le 2 viti sul retro del timer.
4. Aprire il timer.
5. Rimuovere la batteria.
6. Inserire una nuova batteria. Prestare attenzione alla polarità corretta.
7. Procedere in ordine inverso per richiudere l'elemento a rullo con timer.



Utilizzo del timer

1. Impostare l'interruttore On/Off **b** su On.
2. Premere il pulsante di accensione/spegnimento **c** per avviare il timer.
3. Premere nuovamente il pulsante di accensione/spegnimento **c** per mettere in pausa il timer.
4. Premere il pulsante reset **d** per azzerare il timer.
5. Impostare l'interruttore On/Off **b** su Off per spegnere il timer.

Pulizia e manutenzione

AVVISO!

Pericolo di danneggiamento!

- Non utilizzare detergenti aggressivi, abrasivi o che contengono solventi.
- Prima di ogni pulizia, rimuovere le batterie dal timer.
- Evitare la penetrazione di umidità nel timer. Se si verificano infiltrazioni di umidità nel timer, smettere di usare il timer.

Pulire il cerchio con un panno umido o una spugna. Quindi lasciare asciugare completamente il cerchio.

Conservazione

Se il cerchio non viene utilizzato per un lungo periodo di tempo, rimuovere la batteria (vedere il paragrafo "Sostituzione della batteria"). Conservare il cerchio in un luogo asciutto e ben aerato. Proteggere il cerchio dai raggi solari diretti, da altre fonti di calore e dal gelo.

Indicazioni per lo smaltimento

Imballaggio

Tutti i componenti dell'imballaggio possono essere smaltiti conformemente alle normative vigenti tramite un'azienda di smaltimento rifiuti autorizzata o l'ente municipale a ciò preposto. Contattare il personale dell'ente preposto allo smaltimento dei rifiuti per informarsi sulle possibili modalità di uno smaltimento corretto ed ecosostenibile.

Apparecchiature dismesse



Il simbolo con la pattumiera barrata significa che le apparecchiature elettriche ed elettroniche non devono essere smaltite insieme ai rifiuti domestici. I consumatori sono obbligati per legge a smaltire le apparecchiature elettriche ed elettroniche a fine vita separatamente dai rifiuti urbani non differenziati. In questo modo, il riciclaggio ecologico e rispettoso delle risorse è assicurato.

Le batterie e gli accumulatori che non sono saldamente racchiusi nell'apparecchiatura elettrica o elettronica e che possono essere rimossi senza essere distrutti devono essere separati dall'apparecchiatura prima di consegnarli in un punto di raccolta e portarli in un punto di smaltimento previsto.

Lo stesso vale per le lampade che possono essere rimosse dall'apparecchio senza distruggerlo. I proprietari di apparecchiature elettriche ed elettroniche dei nuclei domestici possono consegnarle presso i punti di raccolta delle autorità pubbliche di gestione dei rifiuti o presso i punti di raccolta allestiti dai produttori o dai distributori in conformità con la RAE 2012/19. La consegna dei vecchi apparecchi è gratuita. Vi è un obbligo di riconsegna per i commercianti con una superficie di vendita di almeno 400 m² per le apparecchiature elettriche ed elettroniche. Allo stesso modo hanno un obbligo di riconsegna i commercianti di vendita a distanza con un'area di stoccaggio di almeno 400 m² per attrezzature elettriche ed elettroniche. In generale, i distributori hanno l'obbligo di assicurare il ritiro gratuito dei RAEE fornendo strutture di ritiro adeguate a una distanza ragionevole. I consumatori hanno la possibilità di restituire gratuitamente un vecchio apparecchio a un distributore che è obbligato a riprenderlo se acquistano un nuovo apparecchio equivalente con essenzialmente la stessa funzione. Questa possibilità esiste anche per le consegne a una casa privata. Il distributore deve chiedere al consumatore al momento della conclusione del contratto di vendita l'intenzione di restituire i beni.

A parte questo, i consumatori possono consegnare gratuitamente i vecchi apparecchi in un punto di raccolta di un distributore che è obbligato a riprenderli, senza che questo sia legato all'acquisto di un nuovo apparecchio. Tuttavia, le lunghezze dei bordi dei rispettivi apparecchi non devono superare i 25 cm.

Batterie



Le batterie e le batterie ricaricabili non devono essere smaltite insieme ai rifiuti domestici. I consumatori sono obbligati per legge a conferire le batterie e le batterie ricaricabili presso un centro di raccolta specifico. Le batterie e le batterie ricaricabili possono essere consegnate gratuitamente presso un centro di raccolta del proprio comune/quartiere o presso un negozio in modo da garantire uno smaltimento ecosostenibile e il riciclaggio delle materie prime preziose. In caso di smaltimento improprio, le sostanze nocive possono finire nell'ambiente con ripercussioni negative sulla salute di persone, animali e piante. Qualora possibile, le batterie e le batterie ricaricabili contenute negli apparecchi elettrici devono essere smaltite separatamente dall'apparecchio.

Consegnare le batterie e le batterie ricaricabili soltanto se completamente scariche. Qualora possibile, utilizzare batterie ricaricabili al posto delle batterie monouso. Coprire con del nastro adesivo i poli delle batterie e delle batterie ricaricabili contenenti litio prima del loro smaltimento al fine di evitare un cortocircuito esterno. Un cortocircuito potrebbe causare un incendio o un'esplosione.

Le batterie con un maggiore contenuto di sostanze inquinanti sono anche contrassegnate dai seguenti simboli:

Cd = cadmio, Hg = mercurio, Pb = piombo

Dati tecnici

Batterie: 1 x 1,5 V , Tipo LR1130



Versione: 2024-04



PRODUTTORE:

ASPIRIA NONFOOD GMBH
LADEMANNBOGEN 21-23
22339 HAMBURG, GERMANY
www.aspiria-service.de

ASSISTENZA POST-VENDITA 838054

La preghiamo di recarsi nel suo
punto vendita **ALDI**.

MODELLO:
ANS-23-224 10/2024

3

**ANNI DI
GARANZIA**