



GEBRAUCHS- ANLEITUNG

MODE D'EMPLOI

ISTRUZIONI PER L'USO

HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

NAVODILA ZA UPORABO

NORDIC-WALKING-STÖCKE

BÂTONS DE MARCHE NORDIQUE

BASTONCINI DA NORDIC

WALKING

NORDIC WALKING TÚRABOT

POHODNE PALICE

ZA NORDIJSKO HOJO


ADVENTURIDGE.



Deutsch	03
Français.....	14
Italiano	24
Magyar	42
Slovensko	58

3

JAHRE GARANTIE

ANS GARANTIE

ANNI GARANZIA

ÉV JÓTÁLLÁS

LETA GARANCIJE

**SERVICECENTER • SERVICE APRÈS-VENTE • ASSISTENZA POST-
VENDITA • JAVÍTÓSZOLGÁLATI HOTLINE • SERVIS**

843945

BITTE WENDEN SIE SICH AN IHRE HOFER / ALDI SUISSE FILIALE.

VEUILLEZ VOUS ADRESSER À VOTRE FILIALE ALDI SUISSE.

LA PREGHIAMO DI RIVOLGERSI ALLA SUA FILIALE ALDI (SUISSE).

KÉRJÜK FORDULJON A MAGYARORSZÁGI ALDI ÁRUHÁZAKHOZ.

PROSIMO, OGLASITE SE V VAM NAJBLIŽJI HOFERJEVI POSLOVALNICI.

MODELL/MODÈLE/MODELLO/A FOGYASZTÁSI CIKK TÍPUSA/

IZDELEK: ANS-24-161

04/2025

INHALTSVERZEICHNIS

1 Allgemeines	3
2 Verwendete Symbole	3
3 Bestimmungsgemäße Verwendung	4
4 Sicherheitshinweise	5
5 Lieferumfang	6
6 Lieferumfang prüfen	6
7 Produktübersicht	6
8 Die richtige Stocklänge	7
9 Handschlaufen einstellen	8
10 Handschlaufen ein- und ausklicken	8
11 Tipps zum Training	9
12 Reinigung	9
13 Reparatur	10
14 Transport und Aufbewahrung	10
15 Entsorgungshinweise	10
16 Technische Daten	11
17 Garantie	12
18 Garantie	14

1 ALLGEMEINES



Bitte lesen Sie die Gebrauchsanleitung, insbesondere die Sicherheitshinweise, vor dem ersten Gebrauch sorgfältig durch und verwenden Sie die Nordic-Walking-Stöcke nur wie in dieser Gebrauchsanleitung beschrieben. Die Nichtbeachtung der nachfolgenden Hinweise kann zu schweren Verletzungen führen. Die Gebrauchsanleitung ist fester Bestandteil der Nordic-Walking-Stöcke. Bewahren Sie diese Gebrauchsanleitung zum späteren Nachschlagen auf und geben Sie diese mit, wenn Sie die Nordic-Walking-Stöcke an einen anderen Benutzer weitergeben.

Diese Gebrauchsanleitung kann auch als PDF-Datei bei unserem Kundenservice angefordert werden. Kontaktieren Sie hierfür die auf der Garantiekarte angegebene Serviceadresse.

2 VERWENDETE SYMBOLE

Die folgenden Symbole und Signalwörter werden in dieser Gebrauchsanleitung, auf den Nordic-Walking-Stöcken oder auf der Verpackung verwendet.



Vorsicht! Vor Gebrauch Anleitung beachten!

WARNUNG!

»Dieses Signalsymbol/-wort bezeichnet eine Gefährdung mit einem mittleren Risikograd, die, wenn sie nicht vermieden wird, den Tod oder eine schwere Verletzung zur Folge haben kann.

⚠ VORSICHT!

»Dieses Signalsymbol/-wort bezeichnet eine Gefährdung mit einem niedrigen Risikograd, die, wenn sie nicht vermieden wird, eine geringfügige oder mäßige Verletzung zur Folge haben kann.

HINWEIS!

»Dieses Signalwort warnt vor möglichen Sachschäden.



Geprüfte Sicherheit: Produkte, die mit diesem Symbol gekennzeichnet sind, entsprechen den Anforderungen des deutschen Produktsicherheitsgesetzes (ProdSG).

3 BESTIMMUNGSGEMÄSSE VERWENDUNG

Die Nordic-Walking-Stöcke sind ausschließlich zum Betreiben der Sportart Nordic Walking vorgesehen. Die Nordic-Walking-Stöcke können auf Waldwegen und asphaltierten Straßen eingesetzt werden. Die Nordic-Walking-Stöcke sind nicht zum Skifahren geeignet. Die Nordic-Walking-Stöcke sind nur für den privaten Gebrauch konzipiert und nicht für den Einsatz im gewerblichen Bereich geeignet.

4 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 Nordic-Walking-Stöcke sind kein Spielzeug. Halten Sie die Nordic-Walking-Stöcke entfernt von Kindern. Setzen Sie zum Transport die Pads auf die Metallspitzen. Achten Sie beim Transport am Rucksack darauf, dass die Nordic-Walking-Stöcke fest fixiert sind.
- »Bei zu hoher Gewichtsbelastung können die Nordic-Walking-Stöcke brechen. Setzen Sie sich nicht auf die Nordic-Walking-Stöcke. Lehnen Sie nicht mit Ihrem gesamten Gewicht auf die Nordic-Walking-Stöcke.
- »Verwenden Sie die Nordic-Walking-Stöcke nicht als Gehilfe.
- »Verwenden Sie die Nordic-Walking-Stöcke nicht zum Skifahren.

⚠ VORSICHT! VERLETZUNGSGEFAHR!

- »Überprüfen Sie die Nordic-Walking-Stöcke vor jedem Gebrauch auf Beschädigungen, insbesondere die Schlaufen und das Rohr. Verwenden Sie keine defekten Nordic-Walking-Stöcke. Führen Sie keine Reparaturen an den Nordic-Walking-Stöcken durch.
- »Stellen Sie vor jedem Gebrauch der Nordic-Walking-Stöcke sicher, dass Handschlaufen korrekt eingerastet und fest sind.

»Achten Sie auf Selbstsicherung. Tragen Sie beim Benutzen der Nordic-Walking-Stöcke Sportschuhe, die über ausreichend Profil verfügen und Ihnen Halt geben. Üben Sie den Sport nicht bei Dunkelheit aus und bringen Sie bei Dämmerung Reflektoren sichtbar an Ihrer Kleidung an. Üben Sie den Sport, wenn möglich, in verkehrsberuhigten Zonen aus und meiden Sie den Straßenverkehr.

»**ACHTUNG!** Bei Überlastungsbrüchen können freiliegende Faserbestandteile entstehen, die zu Verletzungen führen können.

HINWEIS! SACHSCHÄDEN VERMEIDEN

»Die Metallspitzen der Nordic-Walking-Stöcke können empfindliche Böden, z.B. aus Holz oder Stein, beschädigen. Verwenden Sie die Nordic-Walking-Stöcke nur draußen.

5 LIEFERUMFANG

2 x Nordic-Walking-Stöcke mit Handschlaufen

2 x Pads

1 x Gebrauchsanleitung

6 LIEFERUMFANG PRÜFEN

Entnehmen Sie die Nordic-Walking-Stöcke aus der Verpackung. Prüfen Sie, ob die Lieferung vollständig ist. Prüfen Sie, ob Teile des Lieferumfangs beschädigt sind. Ist dies der Fall, benutzen Sie die Nordic-Walking-Stöcke nicht und wenden Sie sich an unseren Kundenservice.

7 PRODUKTÜBERSICHT

A. Griff

Der ergonomisch geformte Griff liegt gut in der Hand und ermöglicht ein gutes Handling der Nordic-Walking-Stöcke.

B. Hartmetallspitze

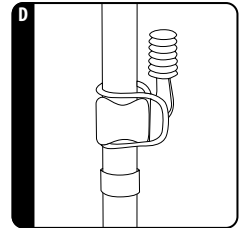
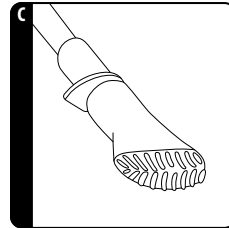
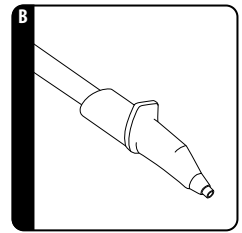
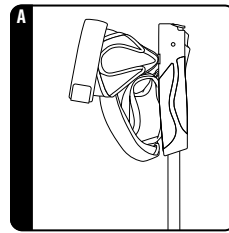
Die Spitze ist ideal für den Einsatz im Gelände und zeichnet sich durch Langlebigkeit und Bruchsicherheit aus.

C. Pads

Das Pad sorgt für den nötigen Halt und schützt die Metallspitze der Nordic-Walking-Stöcke.

D. Pad-Halterung

In der Pad-Halterung können Sie Pads aufbewahren, wenn sie nicht verwendet werden.



8 DIE RICHTIGE STOCKLÄNGE

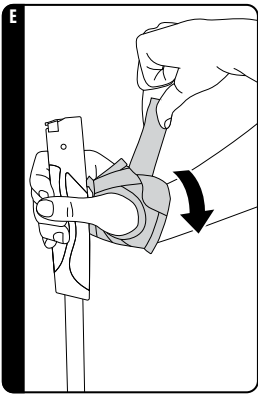
Wählen Sie die Länge der Nordic-Walking-Stöcke passend zu Ihrer Körpergröße. Orientieren Sie sich dabei an der folgenden Tabelle.

Körpergröße in cm	Stocklänge in cm
159-165	105
166-173	110
174-181	115
182-188	120

9 HANDSCHLAUFEN EINSTELLEN

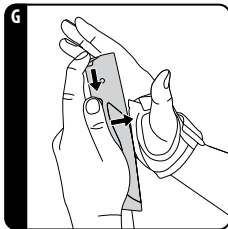
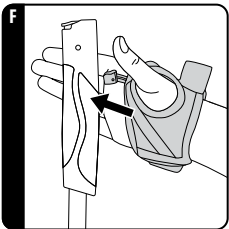
Sie können der Markierung im Inneren der Handschlaufe entnehmen, für welche Hand der Nordic-Walking-Stock geeignet ist. L steht für die linke Hand, R steht für die rechte Hand.

1. Führen Sie Ihre Hand von unten durch die Handschlaufe.
2. Schließen Sie die den Klettverschluss (Abb. E).
3. Wiederholen Sie den Vorgang bei der anderen Hand.



10 HANDSCHLAUFEN EIN- UND AUSKLICKEN

Die Nordic-Walking-Stöcke verfügen über ein magnetisches Schnellclicksystem, mit dem sich die Handschlaufen am Griff ein- und ausklicken lassen.



1. Um die Handschlaufen in den Nordic-Walking-Stock einzuklicken, führen Sie den Clip in die Öffnung am Griff ein (Abb. F).
2. Um die Handschlaufe vom Nordic-Walking-Stock auszuklicken, drücken Sie den Knopf auf dem Griff ein und ziehen Sie den Clip aus dem Griff (Abb. G).

11 TIPPS ZUM TRAINING

- Machen Sie vor dem Training ausreichend Stretch- und Aufwärmübungen.
- Erlernen Sie die richtige Technik und trainieren Sie durch das richtige Abdrücken der Nordic-Walking-Stöcke vom Boden Ihre Schulter-, Brust- und Armmuskulatur.
- Tragen Sie witterungsgerechte Kleidung wie z.B. Handschuhe bei kaltem Wetter.
- Sorgen Sie für eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme bei längeren Touren, indem z. B. eine Trinkflasche mit sich führen.
- Starten Sie Ihr Training in einem flachen Gelände.
- Sie sollten eine Geschwindigkeit halten, die es Ihnen ermöglicht, während des Trainings eine normale Unterhaltung führen zu können.

12 REINIGUNG

Reinigen Sie die Nordic-Walking-Stöcke regelmäßig. Verwenden Sie zur Reinigung ein in lauwarmes Wasser oder Seifenwasser getränktes Tuch. Verwenden Sie keine lösungsmittelhaltige oder scharfe Reinigungsmittel, da diese die Nordic-Walking-Stöcke beschädigen könnten. Lassen Sie die Nordic-Walking-Stöcke nach der Reinigung vollständig trocknen.

13 REPARATUR

Überprüfen Sie die Nordic-Walking-Stöcke vor und nach dem Gebrauch auf Schäden und Verschleiß. Beschädigte Nordic-Walking-Stöcke dürfen nicht weiterverwendet werden. Unsachgemäße Reparaturen der Nordic-Walking-Stöcke können zu Unfällen mit Verletzungen führen. Nehmen Sie keine Veränderungen an den Nordic-Walking-Stöcken vor. Reparieren Sie die Nordic-Walking-Stöcke nicht selbst, sondern wenden Sie sich an die in der Garantiekarte angegebene Adresse.

14 TRANSPORT UND AUFBEWAHRUNG

Transportieren Sie die Nordic-Walking-Stöcke mit aufgesetzten Pads, um Verletzungen oder Beschädigungen durch die Stahlspitzen zu vermeiden.

Reinigen Sie die Nordic-Walking-Stöcke vor der Lagerung und lassen Sie sie vollständig trocknen. Lagern Sie die Nordic-Walking-Stöcke in einem trockenen, frostfreien Raum. Vermeiden Sie direkte Sonnenstrahlung und höhere Temperaturen, um Rissbildungen und Zersetzung des Materials zu vermeiden.

15 ENTSORGUNGSHINWEISE

Die Nordic-Walking-Stöcke sowie sämtliche Verpackungsbestandteile können über einen zugelassenen Entsorgungsbetrieb bzw. über die kommunale, hier für zuständige Einrichtung gemäß geltender Vorschriften entsorgt werden. Die Mitarbeiter Ihrer Entsorgungseinrichtung informieren Sie auf Anfrage gerne über Möglichkeiten der korrekten und umweltgerechten Entsorgung.

16 TECHNISCHE DATEN

Länge: 105 / 110 / 115 / 120 cm

17 GARANTIE

Bitte wenden Sie sich mit dem Produkt und zugehörigem Kassenbon an Ihre **HOFER-Filiale**.

17.1 GARANTIEBEDINGUNGEN

Sehr geehrter Kunde,

Ihre Vorteile aus der Herstellergarantie:

Garantiezeit:	3 Jahre ab Zeitpunkt der Übernahme
Garantieleistung:	Kostenfreier Austausch oder Geldrückgabe Keine Transportkosten

Bitte beachten Sie, dass die Art der Garantieleistung im Einzelfall vom Garanten bestimmt wird.

Um die Garantie in Anspruch zu nehmen:

- Wenden Sie sich mit dem Produkt und zugehörigem Kassenbon an Ihre **HOFER-FILIALE**.

Die Garantie gilt nicht:

- **bei Schäden durch Elementarereignisse** (z.B. Blitz, Wasser, Feuer, Frost, etc.), **Unfall, Transport, ausgelaufene Batterien oder unsachgemäße Benutzung**
- **bei Beschädigung oder Veränderung durch den Käufer/Dritte**
- **bei Missachtung der Sicherheits- und Wartungsvorschriften, Bedienungsfehlern**
- **bei Verkalkung, Datenverlust, Schadprogrammen, Einbrennschäden**
- **auf die normale Abnutzung von Verschleißteilen** (z.B. Akkukapazität)

Nach Ablauf der Garantiezeit haben Sie weiterhin die Möglichkeit, an der **SERVICESTELLE** Reparaturen kostenpflichtig durchführen zu lassen. Falls die Reparatur oder der Kostenvoranschlag für Sie nicht kostenfrei sind, werden Sie vorher verständigt.

Die gesetzliche Gewährleistungspflicht des Übergebers wird durch diese Garantie nicht eingeschränkt. Die Garantiezeit kann nur verlängert werden, wenn dies eine gesetzliche Norm vorsieht. In den Ländern, in denen eine (zwingende) Garantie und/oder eine Ersatzteillagerhaltung und/oder eine Schadenersatzregelung gesetzlich vorgeschrieben sind, gelten die gesetzlich vorgeschriebenen Mindestbedingungen. Das Serviceunternehmen und der Verkäufer übernehmen bei Reparaturannahme keine Haftung für eventuell auf dem Produkt vom Kunden gespeicherte Daten oder Einstellungen.

18 GARANTIE

Bitte wenden Sie sich mit dem Produkt und zugehörigem Kassenbon an Ihre **ALDI SUISSE Filiale**.

18.1 GARANTIEBEDINGUNGEN

Sehr geehrter Kunde,

Die **ALDI SUISSE Garantie** bietet Ihnen weitreichende Vorteile gegenüber der gesetzlichen Gewährleistungspflicht:

Garantiezeit:	3 Jahre ab Zeitpunkt der Übernahme
Garantieleistung:	Kostenfreie Reparatur, Austausch oder Geldrückgabe Keine Transportkosten

Bitte beachten Sie, dass die Art der Garantieleistung im Einzelfall von **ALDI SUISSE** bestimmt wird.

Um die Garantie in Anspruch zu nehmen:

- Wenden Sie sich mit dem Produkt und zugehörigem Kassenbon an Ihre **ALDI SUISSE Filiale**.

Die Garantie gilt nicht:

- **bei Schäden durch Elementarereignisse** (z.B. Blitz, Wasser, Feuer, Frost, etc.), **Unfall, Transport, ausgelaufene Batterien oder unsachgemäße Benutzung**
- **bei Beschädigung oder Veränderung durch den Käufer/ Dritte**
- **bei Missachtung der Sicherheits- und Wartungsvorschriften, Bedienungsfehlern**
- **bei Verkalkung, Datenverlust, Schadprogrammen, Einbrennschäden**
- **auf die normale Abnutzung von Verschleißteilen** (z.B. Akkukapazität)

Nach Ablauf der Garantiezeit haben Sie weiterhin die Möglichkeit, an der **SERVICESTELLE** Reparaturen kostenpflichtig durchführen zu lassen. Falls die Reparatur oder der Kostenvoranschlag für Sie nicht kostenfrei sind, werden Sie vorher verständigt.

Die gesetzliche Gewährleistungspflicht des Übergebers wird durch diese Garantie nicht eingeschränkt. Die Garantiezeit kann nur verlängert werden, wenn dies eine gesetzliche Norm vorsieht. In den Ländern, in denen eine (zwingende) Garantie und/oder eine Ersatzteillagerhaltung und/oder eine Schadenersatzregelung gesetzlich vorgeschrieben sind, gelten die gesetzlich vorgeschriebenen Mindestbedingungen. Das Serviceunternehmen und der Verkäufer übernehmen bei Reparaturannahme keine Haftung für eventuell auf dem Produkt vom Kunden gespeicherte Daten oder Einstellungen.

SOMMAIRE

1 Généralités	17
2 Symboles utilisés	17
3 Utilisation conforme	18
4 Consignes de sécurité	18
5 Contenu de la livraison	20
6 Vérifier le contenu de la livraison	20
7 Aperçu du produit	20
8 La bonne longueur de bâtons	21
9 Régler les dragonnes	22
10 Clipser et déclipser les dragonnes	22
11 Conseils pour l'entraînement	23
12 Nettoyage	23
13 Réparation	24
14 Transport et rangement	24
15 Conseils relatifs à l'élimination	24
16 Données techniques	25
17 Garantie	26

1 GÉNÉRALITÉS



Veillez lire attentivement ce mode d'emploi, en particulier les conseils de sécurité, avant la première utilisation et utiliser les bâtons de marche nordique uniquement pour l'usage décrit dans cette notice. Le non-respect des consignes suivantes peut occasionner des blessures graves. Ce mode d'emploi fait partie intégrante des bâtons de marche nordique. Veuillez la conserver afin de pouvoir le consulter ultérieurement et le joindre aux bâtons de marche nordique si vous les remettez à un autre utilisateur. Il est également disponible sous forme de fichier PDF auprès de notre service après-vente. Pour cela, contactez le fabricant à l'aide de l'adresse de service indiquée sur la carte de garantie.

2 SYMBOLES UTILISÉS

Les symboles et les mots signalétiques suivants sont utilisés dans ce mode d'emploi, sur les bâtons de marche nordique ou sur l'emballage.



Attention: bien lire ce mode d'emploi avant utilisation.

⚠ AVERTISSEMENT !

» Ce symbole/mot signalétique indique qu'il existe un risque de degré moyen qui, si on ne l'évite pas, peut entraîner la mort ou une blessure grave.

⚠ ATTENTION !

» Ce symbole/mot signalétique indique qu'il existe un danger avec un risque faible pouvant entraîner des blessures bénignes ou modérées s'il ne peut pas être évité.

AVIS !

» Cette mention d'avertissement met en garde contre d'éventuels dommages matériels.



Sécurité vérifiée: Les produits portant ce symbole satisfont aux exigences de la loi allemande sur la sécurité des produits (ProdSG).

3 UTILISATION CONFORME

Les bâtons de marche nordique sont exclusivement conçus pour la pratique de la marche nordique. Les bâtons de marche nordique peuvent être utilisés sur les sentiers forestiers et les routes bitumées. Ils ne conviennent pas pour faire du ski. Les bâtons de marche nordique sont conçus uniquement pour un usage privé et ne sont pas adaptés à un usage commercial.

4 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 marche nordique ne sont pas un jouet. Tenez les bâtons de marche nordique hors de portée des enfants. Pour le transport, enflez les embouts sur les pointes métalliques. Lors du transport sur le sac à dos, veillez à ce que les bâtons de marche nordique soient bien fixés.
- » Les bâtons de marche nordique peuvent se rompre s'ils sont soumis à un poids excessif. Ne vous perchez pas sur les bâtons de marche nordique. Ne vous appuyez pas de tout votre poids sur les bâtons de marche nordique.
- » N'utilisez pas les bâtons de marche nordique pour vous aider à marcher.
- » N'utilisez pas les bâtons de marche nordique pour faire du ski.

⚠ ATTENTION ! RISQUE DE BLESSURE !

- » Assurez-vous, avant chaque utilisation, que les bâtons de marche nordique, en particulier les dragonnes et le tube, ne sont pas endommagés. N'utilisez pas des bâtons de marche nordique défectueux. Ne réparez jamais les bâtons de marche nordique.
- » Assurez-vous, avant chaque utilisation des bâtons de marche nordique, que les dragonnes sont correctement emboîtées et immobilisées.
- » Veillez à l'auto-assurance. Lors de l'utilisation des bâtons de marche nordique, portez des chaussures de sport avec un profil suffisant et qui vous apportent du maintien. N'exercez pas votre sport dans l'obscurité et, au crépuscule, portez des bandes réfléchissantes visibles sur vos vêtements. Si possible, exercez votre sport dans des zones à faible trafic et évitez la circulation routière.

» ATTENTION ! Les ruptures dues à une surcharge peuvent mettre à nu des éléments fibreux, ce qui peut entraîner des blessures.

AVIS ! ÉVITER LES DOMMAGES MATÉRIELS

» Les pointes métalliques des bâtons de marche nordique peuvent endommager les sols sensibles, par ex. en bois ou en pierre. Utilisez les bâtons de marche nordique uniquement à l'extérieur.

5 CONTENU DE LA LIVRAISON

2 bâtons de marche nordique avec dragonnes

2 embouts

1 mode d'emploi

6 VÉRIFIER LE CONTENU DE LA LIVRAISON

Sortez les bâtons de marche nordique de l'emballage. Vérifiez si la livraison est complète. Vérifiez si des éléments de la livraison sont endommagés. Si tel est le cas, n'utilisez pas les bâtons de marche nordique et adressez-vous à notre service après-vente.

7 APERÇU DU PRODUIT

A. Poignée

La poignée de forme ergonomique tient bien dans la main et permet de manipuler facilement les bâtons de marche nordique.

B. Point en métal dur

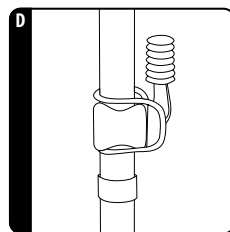
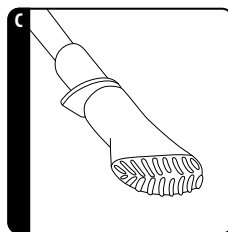
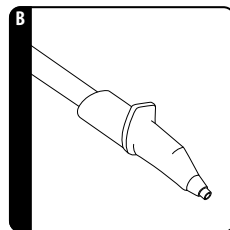
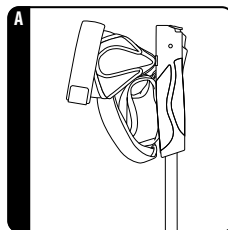
La pointe est idéale pour une utilisation sur le terrain et se distingue par sa longue durée de vie et sa résistance à la rupture.

C. Embouts

L'embout assure le maintien nécessaire et préserve la pointe métallique des bâtons de marche nordique.

D. Support des embouts

Vous pouvez ranger les embouts dans le support lorsque vous ne les utilisez pas.



8 LA BONNE LONGUEUR DE BÂTONS

Choisissez la longueur de vos bâtons de marche nordique en fonction de votre taille. Le tableau suivant vous permettra de vous orienter.

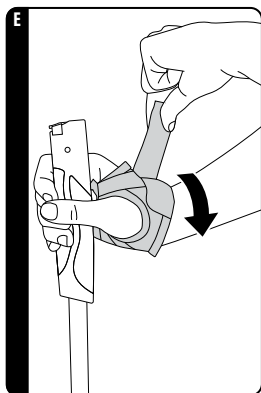
Stature en cm	Longueur de bâton en cm
159-165	105
166-173	110
174-181	115
182-188	120

9 RÉGLER LES DRAGONNES

Vous pouvez lire grâce au marquage à l'intérieur de la dragonne à quelle main le bâton de marche nordique est destinée.

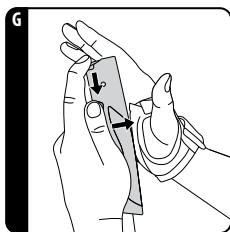
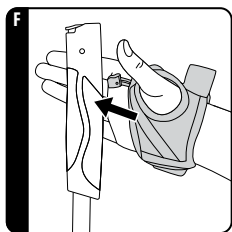
L désigne la main gauche, R la main droite.

1. Passez votre main dans la dragonne vers le bas.
2. Fermez la fermeture velcro (ill. E).
3. Répétez la procédure pour l'autre main.



10 CLIPSER ET DÉCLIPSER LES DRAGONNES

Les bâtons de marche nordique possèdent un système magnétique de fermeture rapide avec lequel vous pouvez clipser et déclipser les dragonnes sur la poignée.



1. Pour clipser les dragonnes dans le bâton de marche nordique, insérez le clip dans l'ouverture sur la poignée (ill. F).
2. Pour déclipser les dragonnes du bâton de marche nordique, appuyez sur le bouton sur la poignée et sortez le clip de la poignée (ill. G).

11 CONSEILS POUR L'ENTRAÎNEMENT

- Avant l'entraînement, effectuez suffisamment d'exercices d'étirements et d'échauffement.
- Apprenez la bonne technique et entraînez vos muscles des épaules, du torse et des bras en vous appuyant correctement sur les bâtons de marche nordique.
- Portez des vêtements adaptés aux intempéries, par ex. des gants par temps froid.
- Veillez à boire suffisamment pendant les grands circuits, par ex. en emportant une gourde avec vous.
- Commencez votre entraînement sur terrain plat.
- Vous devez maintenir une vitesse qui vous permet d'entretenir une conversation normale pendant l'entraînement.

12 NETTOYAGE

Nettoyez régulièrement les bâtons de marche nordique. Utilisez un chiffon imbibé d'eau tiède ou savonneuse pour nettoyer les bâtons de marche nordique. N'utilisez pas de produits de nettoyage agressifs ou contenant des solvants car ils peuvent endommager les bâtons de marche nordique. Laissez sécher complètement les bâtons de marche nordique après les avoir nettoyés.

13 RÉPARATION

Assurez-vous, avant et après chaque utilisation, que les bâtons de marche nordique ne présentent aucune trace de détérioration ou d'usure. Ne réutilisez pas des bâtons de marche nordique endommagés. Des réparations non conformes des bâtons de marche nordique peuvent entraîner des accidents et des blessures.

Ne modifiez pas les bâtons de marche nordique.

Ne réparez pas vous-même les bâtons de marche nordique, adressez-vous pour cela à l'adresse indiquée sur la carte de garantie.

14 TRANSPORT ET RANGEMENT

Transportez les bâtons de marche nordique avec les embouts afin d'éviter toute blessure ou dégradation avec les pointes en acier. Nettoyez les bâtons de marche nordique avant de les ranger et laissez-les sécher complètement. Rangez les bâtons de marche nordique dans un endroit sec et à l'abri du gel. Évitez les rayons directs du soleil et les températures élevées pour éviter la formation de fissures et la décomposition de la matière.

15 CONSEILS RELATIFS À L'ÉLIMINATION

L'élimination des bâtons de marche nordique ainsi que de tous les éléments composant l'emballage peut être effectuée par une déchèterie agréée ou par le service communal compétent, conformément aux dispositions en vigueur. Les employés de votre déchèterie vous informeront volontiers sur la manière de les éliminer correctement et dans le respect de l'environnement.

16 DONNÉES TECHNIQUES

Longueur: 105 / 110 / 115 / 120 cm

17 GARANTIE

Veillez rapporter le produit et le ticket de caisse respectif dans votre filiale **ALDI SUISSE**.

17.1 CONDITIONS DE GARANTIE

Cher client,

La **garantie de d'ALDI SUISSE** vous offre grand nombre d'avantages par rapport aux obligations de garantie légales:

Période de garantie:	3 ans à partir de la réception de la marchandise
Garantie:	Réparation, échange ou remboursement gratuits Pas de coûts de transport

Veillez noter que le type de garantie est déterminé au cas par cas par **ALDI SUISSE**.

Afin de bénéficier de la présente garantie:

- Rapportez le produit et le ticket de caisse respectif dans votre filiale **ALDI SUISSE**.

La garantie ne s'applique pas:

- **aux dommages causés par un phénomène naturel** (p. ex. foudre, inondation, incendie, gel, etc.), **par un accident, par le transport, par les piles qui ont fui par une utilisation non conforme**
- **aux dommages causés ou aux modifications effectuées par le client/par des tiers**
- **dans le cas d'un non-respect des recommandations de sécurité et d'entretien ou d'une erreur de manipulation**
- **à l'entartement, à la perte de données, aux programmes malveillants et aux brûlures d'écran**
- **aux pièces d'usure dans le cadre d'une utilisation normale** (p. ex. capacité de charge de la batterie)

À expiration de la période de garantie vous avez toujours la possibilité de faire réaliser vos réparations auprès du **SERVICE APRÈS-VENTE** en payant. Si la réparation ou le devis ne sont pas gratuits dans votre cas, vous en serez alors informé.

L'obligation de garantie légale du fournisseur n'est pas limitée par la présente garantie.

La durée de validité de la garantie ne peut être prolongée que si cette prolongation est prévue par une disposition légale. Dans les pays où la législation en vigueur prévoit une garantie (obligatoire) et/ou une obligation de tenue de stock de pièces détachées et/ou une réglementation des dédommagements, ce sont les obligations minimum prévues par la loi qui seront prises en considération.

L'entreprise de service après-vente et le vendeur déclinent toute responsabilité relative aux données contenues et aux réglages effectués par le déposant sur le produit lors de l'envoi en réparation.

1	Informazioni generali	29
2	Simboli utilizzati	29
3	Utilizzo conforme all'uso previsto	30
4	Avvertenze di sicurezza	30
5	Contenuto della fornitura.....	32
6	Controllare il contenuto della fornitura	32
7	Presentazione del prodotto	32
8	La giusta lunghezza dei bastoncini	33
9	Regolazione dei lacci da polso.....	34
10	Aprire e chiudere il laccio con un clic.....	34
11	Consigli per l'allenamento	35
12	Pulizia.....	35
13	Riparazione.....	36
14	Trasporto e conservazione	36
15	Istruzioni per lo smaltimento	36
16	Dati tecnici	36
17	Garanzia.....	38
18	Garanzia.....	40

1 INFORMAZIONI GENERALI



Prima del primo utilizzo leggere attentamente le istruzioni per l'uso, in particolar modo le note relative alla sicurezza, e utilizzare i bastoncini da Nordic Walking soltanto come descritto nelle presenti istruzioni per l'uso. Il mancato rispetto delle seguenti istruzioni può provocare lesioni gravi. Le istruzioni per l'uso sono parte integrante dei bastoncini da Nordic Walking. Conservare le presenti istruzioni per l'uso per utilizzi futuri. In caso di cessione dei bastoncini da Nordic Walking a terzi, consegnare anche le istruzioni per l'uso.

Le presenti istruzioni per l'uso possono essere richieste anche in formato PDF presso il nostro Servizio Clienti. Contattare l'indirizzo del Servizio Clienti riportato nella scheda di garanzia.

2 SIMBOLI UTILIZZATI

I seguenti simboli e parole di avvertimento sono riportati nelle istruzioni per l'uso, sui bastoncini da Nordic Walking e sull'imballaggio.



Attenzione! 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 lievi o di media entità.

AVVISO!

» Questa parola di avvertimento indica la possibilità di danni materiali.



Sicurezza verificata: I prodotti contrassegnati con questo simbolo sono conformi ai requisiti stabiliti dalla legge tedesca sulla sicurezza dei prodotti (ProdSG).

3 UTILIZZO CONFORME ALL'USO PREVISTO

I bastoncini da Nordic Walking sono da utilizzare esclusivamente per praticare Nordic Walking. I bastoncini da Nordic Walking possono essere utilizzati in sentieri boschivi e strade asfaltate. I bastoncini da Nordic Walking non sono adatti per praticare lo sci. I bastoncini da Nordic Walking sono adatti esclusivamente per l'utilizzo privato e non per l'impiego in gare sportive.

4 AVVERTENZE DI SICUREZZA

⚠ AVVERTENZA!

» In caso di problemi di salute, ad es. problemi cardiovascolari, contattare tassativamente 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 Nordic Walking non sono un giocattolo. Tenere i bastoncini da Nordic Walking lontano dalla portata dei bambini. Durante il trasporto, collocare i cuscinetti sulle punte in metallo. Durante il trasporto in zaino, fare attenzione che i bastoncini da Nordic Walking siano ben agganciati.
- » I bastoncini da Nordic Walking possono rompersi se sottoposti a carichi eccessivi. Non salire sui bastoncini da Nordic Walking. Non appoggiarsi con tutto il peso sui bastoncini da Nordic Walking.
- » Non utilizzare i bastoncini da Nordic Walking come ausilio per camminare.
- » Non utilizzare i bastoncini da Nordic Walking per sciare.

⚠ ATTENZIONE! PERICOLO DI LESIONI!

- » Prima di ogni utilizzo, verificare che i bastoncini da Nordic Walking, in modo particolare i lacci e il tubo, non presentino danneggiamenti. Non utilizzare bastoncini da Nordic Walking difettosi. Non eseguire alcuna riparazione sui bastoncini da Nordic Walking.
- » Prima di ogni utilizzo dei bastoncini da Nordic Walking, assicurarsi che i lacci da polso siano correttamente chiusi e fissati.
- » Fare attenzione alla propria sicurezza. Durante l'utilizzo dei bastoncini da Nordic Walking indossare scarpe sportive con profilo sufficiente da poter tenere la presa. Non praticare questo sport nelle ore notturne e indossare indumenti con riflettori al tramonto. Praticare questo sport possibilmente in zone poco trafficate ed evitare il traffico.
- » ATTENZIONE! In caso di rottura per sovraccarico, i componenti in fibra possono essere esposti e causare lesioni.

AVVISO! EVITARE DANNI MATERIALI

»Le punte di metallo dei bastoncini da Nordic Walking potrebbero danneggiare superfici sensibili quali legno o pietra. Utilizzare i bastoncini da Nordic Walking solo all'esterno.

5 CONTENUTO DELLA FORNITURA

2 x Bastoncini da Nordic Walking con lacci da polso

2 x Cuscinetti

1 x Istruzioni per l'uso

6 CONTROLLARE IL CONTENUTO DELLA FORNITURA

Estrarre i bastoncini da Nordic Walking dall'imballaggio. Verificare che la fornitura sia completa. Controllare che i componenti della fornitura non siano danneggiati. Qualora lo fossero, non utilizzare i bastoncini da Nordic Walking e rivolgersi al nostro Servizio Clienti.

7 PRESENTAZIONE DEL PRODOTTO

A. Impugnatura

L'impugnatura ergonomica si adatta bene alla mano e consente una buona tenuta dei bastoncini da Nordic Walking.

B. Punta in metallo duro

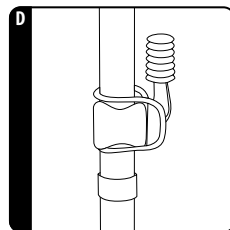
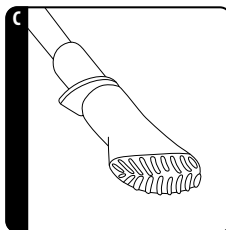
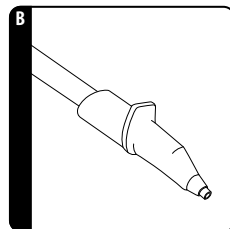
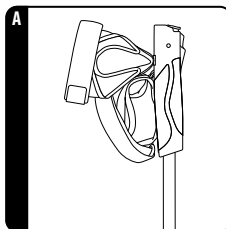
La punta è ideale per l'impiego sul terreno e si contraddistingue per lunga durata e infrangibilità.

C. Cuscinetti

Il cuscinetto fornisce la presa necessaria e protegge le punte di metallo dei bastoncini da Nordic Walking.

D. Porta-cuscinetti

Nel porta-cuscinetti è possibile conservare i cuscinetti quando non vengono utilizzati.



8 LA GIUSTA LUNGHEZZA DEI BASTONCINI

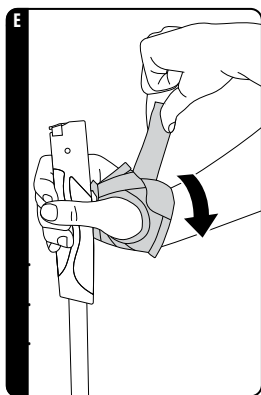
Selezionate la lunghezza dei bastoncini da Nordic Walking adeguata alla vostra altezza, utilizzando la seguente tabella come riferimento.

Altezza in cm	Lunghezza bastoncino in cm
159-165	105
166-173	110
174-181	115
182-188	120

9 REGOLAZIONE DEI LACCI DA POLSO

Il simbolo nella parte interna del laccio da polso indica a quale mano è destinato il bastoncino da Nordic Walking. L indica la mano sinistra, R indica la mano destra.

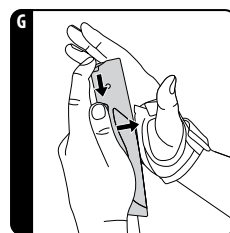
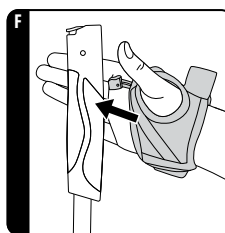
1. Inserire la mano attraverso il laccio da polso partendo dal basso.
2. Chiudere le chiusure a velcro (fig. E).
3. Ripetere il procedimento con l'altra mano.



10 APRIRE E CHIUDERE IL LACCIO CON UN CLIC

I bastoncini da Nordic Walking sono dotati di un rapido sistema a clic magnetico per cui è possibile aprire e chiudere con un clic il laccio da polso posizionato sull'impugnatura.

1. Per aprire il laccio da polso sul bastoncino da Nordic Walking, introdurre il clip nell'apertura sull'impugnatura (fig. F).
2. Per chiudere il laccio del bastoncino da Nordic Walking premere il bottone sull'impugnatura ed estrarre il clip dall'impugnatura (fig. G).



11 CONSIGLI PER L'ALLENAMENTO

- Fare esercizi di stretching e riscaldamento prima dell'allenamento.
- Imparare la tecnica giusta e, con la giusta pressione del bastoncino da Nordic Walking sul terreno, allenare la muscolatura di spalle, petto e braccia.
- Indossare indumenti adatti alla stagione come ad es. guanti se fa freddo.
- Durante lunghe passeggiate, assicurarsi di assumere molti liquidi, ad es. portando con sé una borraccia.
- Iniziare l'allenamento su un terreno piano.
- Mantenere una velocità che consente di tenere una conversazione normale durante l'allenamento.

12 PULIZIA

Pulire regolarmente i bastoncini da Nordic Walking. Per la pulizia, utilizzare esclusivamente un panno inumidito con acqua tiepida o saponata. Non utilizzare detergenti aggressivi o contenenti solventi: i bastoncini da Nordic Walking potrebbero danneggiarsi. Dopo la pulizia, lasciare asciugare completamente i bastoncini da Nordic Walking.

13 RIPARAZIONE

Prima e dopo ogni utilizzo verificare che i bastoncini da Nordic Walking non presentino danni o segni di usura. Non utilizzare più i bastoncini da Nordic Walking danneggiati. Riparazioni scorrette dei bastoncini da Nordic Walking potrebbero causare incidenti e provocare lesioni. Non apportare modifiche ai bastoncini da Nordic Walking. Non riparare i bastoncini da Nordic Walking da soli, bensì rivolgersi all'indirizzo riportato sulla scheda di garanzia.

14 TRASPORTO E CONSERVAZIONE

Trasportare i bastoncini da Nordic Walking con i cuscinetti posizionati, in modo da evitare lesioni o danni a causa delle punte di acciaio. Prima di riporre i bastoncini da Nordic Walking, pulirli e lasciarli asciugare completamente. Conservare i bastoncini da Nordic Walking in un luogo asciutto e al riparo dal gelo. Evitare l'esposizione diretta ai raggi solari e temperature elevate onde evitare la formazione di crepe e disgregazione del materiale.

15 ISTRUZIONI PER LO SMALTIMENTO

I bastoncini da Nordic Walking e tutti i componenti dell'imballaggio possono essere smaltiti tramite un'azienda di smaltimento rifiuti autorizzata o l'ente municipale preposto secondo le normative vigenti. Contattare il personale dell'ente preposto allo smaltimento dei rifiuti per informarsi sulle possibilità di uno smaltimento corretto ed ecosostenibile.

16 DATI TECNICI

Lunghezza: 105 / 110 / 115 / 120 cm

17 GARANZIA

La preghiamo di recarsi nella sua filiale **ALDI SUISSE** con il prodotto e il relativo scontrino di cassa.

17.1 CONDIZIONI DI GARANZIA

Gentile cliente,

La garanzia **ALDI SUISSE** le offre vantaggi ben superiori rispetto a quanto previsto dall'obbligo di garanzia legale:

Durata della garanzia: **3 anni** a partire dal momento di ricezione della merce

Garanzia: Riparazione, sostituzione o rimborso gratuiti
Nessun costo di trasporto

La preghiamo di tenere presente che il tipo di garanzia viene definito caso per caso da **ALDI SUISSE**.

Per attivare la garanzia la preghiamo di:

- Recarsi nella sua filiale **ALDI SUISSE** con il prodotto e il relativo scontrino di cassa.

La garanzia non si estende a danni causati da:

- **eventi naturali** (p. es. fulmini, acqua, fuoco, gelo ecc.), **incidenti, trasporto, batterie che perdono liquido oppure utilizzo improprio**
- **danni o modifiche da parte dell'acquirente/di terzi**
- **inadempienza delle misure di sicurezza e di manutenzione, errori d'uso**
- **calcificazione, perdita di dati, programmi dannosi, bruciature dello schermo**
- **normale usura delle parti ad essa soggette** (p. es. la capacità della batteria)

Una volta scaduto il periodo di garanzia, è ancora possibile far eseguire a pagamento le riparazioni presso il **SERVIZIO RIPARAZIONI**. Se la riparazione o il preventivo non sono gratuiti per lei, verrà informato in anticipo.

L'obbligo di garanzia obbligatorio per legge da parte del venditore non viene limitato dalla presente garanzia. Il periodo di garanzia può essere prolungato solo se previsto dalle norme legislative. Nei Paesi in cui sono previste dalla legge una garanzia (obbligatoria) e/o la conservazione delle parti di ricambio e/o un regolamento per il risarcimento valgono le condizioni minime previste dalla legge. Il venditore e l'azienda di servizio non si assumono la responsabilità per i dati o le impostazioni eventualmente salvati da parte del cliente sul prodotto.

18 GARANZIA

Per attivare la garanzia è necessario recarsi nel punto vendita ALDI in cui il prodotto è stato acquistato.

18.1 CONDIZIONI DI GARANZIA CONVENZIONALE

Gentile cliente,

La **garanzia convenzionale ALDI S.r.l.** (di seguito: garanzia) si aggiunge alla garanzia legale di due anni del venditore prevista dal Codice del Consumo, consentendole di richiedere, alle condizioni che seguono, le seguenti prestazioni:

Durata della garanzia: **3 anni dalla data di acquisto o di consegna della merce**

Prestazioni: Riparazione, sostituzione o rimborso gratuiti
Nessun costo di trasporto

ALDI si riserva di valutare caso per caso quale delle sopra indicate modalità di prestazione della garanzia applicare.

Per attivare la garanzia la preghiamo di:

- Recarsi nel punto vendita in cui prodotto è stato acquistato e tenere a portata di mano la scheda di garanzia compilata e la ricevuta o lo scontrino originale

La garanzia non si estende a danni causati da:

- **eventi naturali** (p.es. fulmini, acqua, fuoco, gelo ecc.), **incidenti, trasporto, batterie che perdono liquido** oppure **utilizzo improprio**
- **danni o modifiche da parte dell'acquirente/di terzi**
- **inadempienza delle misure di sicurezza e di manutenzione, errori d'uso**
- **calcificazione, perdita di dati, programmi dannosi, bruciature dello schermo**
- **Sono esclusi dalla presente garanzia i componenti prevedibilmente soggetti ad usura (ad es. lampade, batterie, pneumatici ecc.)**

La presente garanzia si aggiunge alla garanzia legale ed i conseguenti diritti previsti dalla legge a favore dei consumatori, che acquistano i prodotti nei punti vendita di **ALDI S.r.l.**, non sono in alcun modo pregiudicati e/o limitati dalla presente garanzia ai sensi degli articoli da 128 a 135 del Codice del Consumo ove tali prodotti presentino un difetto di conformità nei 24 mesi successivi alla data di acquisto o consegna. Il difetto deve essere denunciato entro 2 mesi dalla scoperta. Per maggiori dettagli rinviamo al seguente link www.aldi-service.it sul nostro sito web.

Per quanto riguarda l'informativa ai sensi del Codice in materia di protezione dei dati personali (D.Lgs. 196/2003) si rinvia al sito: <https://www.aldi.it/informativa-sulla-privacy/>.

TARTALOM

1	Általános tudnivalók	43
2	A használt jelölések	43
3	Rendeltetésszerű használat	44
4	Biztonsági tudnivalók	44
5	A csomag tartalma	46
6	A csomag tartalmának ellenőrzése	46
7	Termékismertető	46
8	A megfelelő bothosszúság	47
9	A kézpántok beállítása	47
10	A kézpántok be- és kipattintása	48
11	Testedzési tanácsok	49
12	Tisztítás	49
13	Javítás.....	49
14	Szállítás és tárolás	50
15	Ártalmatlanítási tudnivalók	50
16	Műszaki adatok.....	50
17	Jótállási	52

1 ÁLTALÁNOS TUDNIVALÓK



Az első használat előtt gondosan olvassa el ezt a használati útmutatót, különös figyelmet fordítva a biztonsági tudnivalókra. A Nordic Walking túrabotot csak a használati útmutatóban leírtaknak megfelelően használja. A következő utasítások be nem tartása súlyos sérülésekhez vezethet. A használati útmutató a Nordic Walking túrabot elválaszthatatlan részét képezi. Őrizze meg a használati útmutatót a későbbi tájékozódáshoz. Ha a Nordic Walking túrabotot továbbadja, mellékelje hozzá a használati útmutatót is.

Ez a használati útmutató vevőszolgálatunknál PDF-fájlként is beszerezhető. A vevőszolgálattal a jótállási adatlapon megadott szervízcímen veheti fel a kapcsolatot.

2 A HASZNÁLT JELÖLÉSEK

A használati útmutatóban, a Nordic Walking túraboton és a csomagoláson a következő jelöléseket és jelzőszavakat használtuk.



Vigyázat! Használat előtt vegye figyelembe az útmutatót!

⚠ FIGYELMEZTETÉS!

» Ez a jelölés/jelzőszó közepes kockázatú veszélyt jelöl, amelyet ha nem kerülnek el, súlyos, akár halálos sérüléshez vezethet.

⚠ VIGYÁZAT!

» Ez a jelölés/jelzőszó alacsony kockázatú veszélyt jelöl, amelyet ha nem kerülnek el, kisebb vagy közepesen súlyos sérülésekhez vezethet.

ÉRTESÍTÉS!

» Ez a jelzőszó lehetséges anyagi károokra figyelmeztet.



Ellenőrzött biztonság: az ezzel a jellel ellátott termékek megfelelnek a német termékbiztonsági törvény (Produktsicherheitsgesetz – ProdSG) követelményeinek.

3 RENDELTETÉSSZERŰ HASZNÁLAT

A Nordic Walking túrabot kizárólag a Nordic walking sportág gyakorlására használható. A Nordic Walking túrabot erdei utakon és aszfalton használható. A Nordic Walking túrabot síelésre nem alkalmas. A Nordic Walking túrabot kizárólag magánhasználatra lett tervezve, kereskedelmi használatra nem alkalmas.

4 BIZTONSÁGI TUDNIVALÓK

⚠ FIGYELMEZTETÉS!

» Amennyiben Önnél egészségügyi korlátozások – például szív- és keringési panaszok – állnak fenn, akkor feltétlenül forduljon orvoshoz az első edzés előtt. Javasoljuk, hogy sportolás közben használjon pulzusmérő készüléket.

- » A hegyes botok súlyos sérülést okozhatnak. A Nordic Walking túrabot nem játék. Tartsa a Nordic Walking túrabotot gyermekektől távol. Szállításhoz helyezze fel a csúcsokat a fémhe-gyekre. Hátzásakos szállításnál ügyeljen arra, hogy a Nordic Walking túrabot stabilan rögzüljön.
- » Túl nagy súlyterhelés esetén a Nordic Walking túrabot eltörhet. Ne üljön a Nordic Walking túrabotra. Ne nehezkedjen teljes testsúlyával a Nordic Walking túrabotra.
- » Ne használja a Nordic Walking túrabotot járási segédeszközként.
- » Ne használja a Nordic Walking túrabotot síelésre.

⚠ VIGYÁZAT! SÉRÜLÉSVESZÉLY!

- » Minden használat előtt ellenőrizze a Nordic Walking túrabotot károsodások tekintetében, különösen a pántokat és a csövet. Ne használjon károsodott Nordic Walking túrabotot. Ne végezzen javításokat a Nordic Walking túraboton.
- » A Nordic Walking túrabot minden használata előtt ellenőrizze, hogy a kézpántok megfelelően vannak-e rögzítve.
- » Ügyeljen a rögzítőeszközök stabilitására. A Nordic Walking túrabot használata során viseljen megfelelő profillal rendelkező, kellő támaszt biztosító sportcipőt. Ne űzze a sportágot sötétben, és szürkületkor jól látható módon viseljen fényvisszaverő mellényt ruházata felett. A sportágot lehetőség szerint kis forgalmú övezetekben űzze, és kerülje a közúti forgalmat.
- » VIGYÁZAT! Túlterheléses törés esetén a szálkomponensek szabadon maradhatnak, ami sérülésekhez vezethet.

ÉRTESÍTÉS! ANYAGI KÁROK ELKERÜLÉSE

»A Nordic Walking túraboton lévő fémhegy kárt tehet az érzékeny – például fából vagy kőből készült – padlóban. A Nordic Walking túrabotot kizárólag szabadtéren használja.

5 A CSOMAG TARTALMA

2 Nordic Walking túrabot kézpánttal

2 csúcs

1 használati útmutató

6 A CSOMAG TARTALMÁNAK ELLENŐRZÉSE

Vegye ki a Nordic Walking túrabotot a csomagolásból.

Ellenőrizze a csomag tartalmának hiánytalanságát. Ellenőrizze, hogy lát-e károsodást a termék alkatrészein.

Amennyiben igen, ne használja a Nordic Walking túrabotot, és lépjen kapcsolatba vevőszolgálatunkkal.

7 TERMÉKISMERTETŐ

A. Markolat

Az ergonomikus kialakítású markolat jól illeszkedik a kézbe, és lehetővé teszi a Nordic Walking túrabot kellemes kezelhetőségét.

B. Keményfém hegy

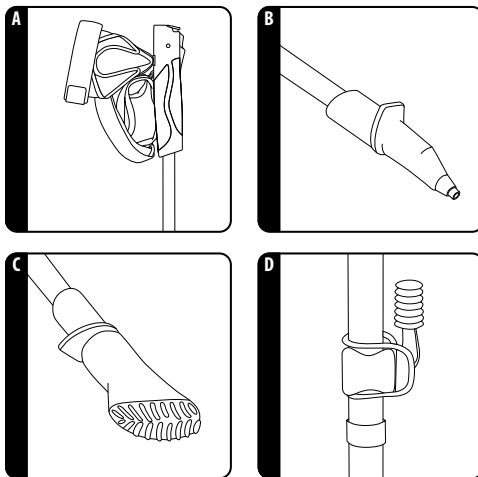
A hegy ideális terepen való használatra, hosszú élettartam és törésbiztonság jellemzi.

C. Csúcsok

A csúcs biztosítja a szükséges tartást és óvja a Nordic Walking túraboton található fémhegyet.

D. Csúcstartó

A csúcstartón tárolhatja az éppen nem használt csúcsokat.



8 A MEGFELELŐ BOTHOSSZÚSÁG

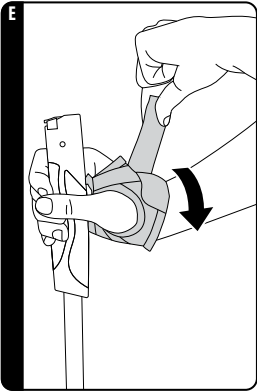
Válassza ki a Nordic Walking túrabot hosszát a testméreteinek megfelelően. A választásban az alábbi táblázat nyújt segítséget.

Testmagasság cm-ben	Bothosszúság cm-ben
159-165	105
166-173	110
174-181	115
182-188	120

9 A KÉZPÁNTOK BEÁLLÍTÁSA

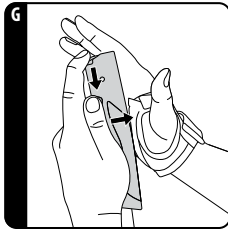
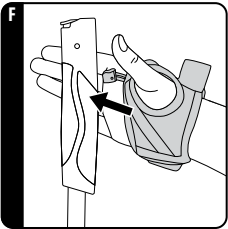
A kézpánt belsejében található jelölés alapján megállapíthatja, melyik kezébe való a Nordic Walking túrabot. Az L (= link) jelölés a bal, az R (= recht) a jobb kézre utal.

1. Dugja át a kezét alulról a kézpánton.
2. Zárja le a tépőzárat (E ábra).
3. Ismétlje meg a műveletet a másik kezével.



10 A KÉZPÁNTOK BE- ÉS KIPATTINTÁSA

A Nordic Walking túrabot mágneses gyorspattintó rendszerrel van ellátva, amelynek segítségével a kézpántok egy kézzel be-, ill. kipattinthatók a markolaton.



1. A kézpántok Nordic Walking túraboton való bepattintásához fűzze be a kapcsolót a markolaton elhelyezkedő nyílásba (F ábra).
2. A kézpántok Nordic Walking túrabotról való kipattintásához nyomja be a markolaton lévő gombot, és húzza ki a kapcsolót a markolat nyílásából (G ábra).

11 TESTEDZÉSI TANÁCSOK

- Edzés előtt alaposan melegítsen be, és végezzen nyújtó gyakorlatokat.
- Sajátítsa el a helyes technikát, és a Nordic Walking túrabot talajra való megfelelő lenyomásával eddze váll-, mell- és karizomzatát.
- Viseljen az időjárásnak megfelelő ruházatot, pl. hideg időben kesztyűt.
- A hosszabb túrák során ügyeljen a kellő mértékű folyadékbevitelre – vigyen magával például ivópalackot.
- Az edzést sík terepen kezdje.
- Olyan sebességgel haladjon, amely lehetővé teszi az edzés közbeni normál társalgást.

12 TISZTÍTÁS

A Nordic Walking túrabot rendszeres tisztítást igényel. A tisztításhoz langyos vizet vagy szappanos vízbe áztatott törülköndőt használjon. Ne használjon oldószertartalmú vagy durva tisztítószeret, mivel ezek kárt tehetnek a Nordic Walking túrabotban. Tisztítás után hagyja a Nordic Walking túrabotot teljesen megszáradni.

13 JAVÍTÁS

Használat előtt és után ellenőrizze a Nordic Walking túrabotot károsodások és elhasználódás tekintetében. Ne használja tovább a károsodott Nordic Walking túrabotot. A Nordic Walking túrabot szakszerűtlen javítása sérüléssel járó balesetekhez vezethet. Ne hajtson végre módosítást a Nordic Walking túraboton. Ne kísérelje meg egyedül a Nordic Walking túrabot javítását, hanem forduljon a jótállási adatlapon megadott címen elérhető szakemberhez.

14 SZÁLLÍTÁS ÉS TÁROLÁS

A Nordic Walking túrabotot a felhelyezett csúccsal együtt szállítsa az acélcsúcs okozta sérülések vagy károsodások elkerülése érdekében. Tárolás előtt tisztítsa meg a Nordic Walking túrabotot, és hagyja teljesen megszáradni. A Nordic Walking túrabotot száraz, fagymentes helyen tárolja. Kerülje a közvetlen napsugárzást és a magas hőmérsékletet az anyag repedésének és bomlásának megelőzése érdekében.

15 ÁRTALMATLANÍTÁSI TUDNIVALÓK

A Nordic Walking túrabotot, ill. valamennyi csomagolóanyag engedéllyel rendelkező hulladékkezelő vállalaton, ill. az illetékes kommunális intézményen keresztül, a hatályos előírások szerint kerülhet a hulladékba. A hulladékkezelő vállalat munkatársai érdeklődés esetén tájékoztatást adnak a helyes és környezetbarát hulladékkezelés lehetőségeiről.

16 MŰSZAKI ADATOK

Hossz: 105 / 110 / 115 / 120 cm

17 JÓTÁLLÁSI

Kérjük jótállási igényérvényesítés esetén forduljon a termékkel és az annak vételáráról kiállított számlával / nyugtával a magyarországi **ALDI áruházakhoz**.

17.1 JÓTÁLLÁSI TÁJÉKOZTATÓ

A fogyasztóval szerződést kötő (a jótállásra kötelezett) vállalkozás cégneve és címe:

ALDI Magyarország Élelmiszer Bt. (Mészárosok útja 2., 2051 Biatorbágy, HUNGARY).

17.2 A JÓTÁLLÁSSAL KAPCSOLATOS ÁLTALÁNOS SZABÁLYOK

A fogyasztó és vállalkozásunk közötti szerződés keretében eladott, jogszabály alapján kötelező jótállás alá tartozó új tartós fogyasztási cikkekre (a vonatkozó jogszabály mellékletében meghatározott, jellemzően 10.000,- Ft eladási ár feletti termékek) előírt kötelező jótállási idő

- 10 000** forintot elérő, de 100 000 forintot meg nem haladó eladási ár esetén **1 év**,
- 100 000** forintot meghaladó, de 250 000 forintot meg nem haladó eladási ár esetén **2 év**,
- 250 000** forint eladási ár felett **3 év**.

Vállalkozásunk ugyanakkor a jelen jótállási jegyen feltüntetett, Magyarország területén fogyasztónak minősülő személyek által vásárolt, ekként megjelölt, új tartós fogyasztási cikk esetén az erre vonatkozó alábbi feltételek mellett **3 évre** vállal jótállást, függetlenül attól, hogy a fogyasztási cikk jogszabály előírása alapján egyébként kötelező jótállás alá tartozik-e.

A jótállás nem vonatkozik a fogyó-kopó alkatrészek (pl. világítótestek, akkumulátor kapacitás, gumiabroncsok, védő-, takaróanyagok) rendes elhasználódására, mindez azonban nem érinti a fogyó-kopó alkatrészeknek a polgári jog fogalomhasználata szerinti „hibás” volta esetén fennálló jótállási kötelezettséget.

A jótállási igény a jótállási határidőben érvényesíthető. A határidő elmulasztása jogvesztéssel jár. Ha vállalkozásunk a jótállási kötelezettségének a fogyasztó felhívására - megfelelő határidőben - nem tesz eleget, a jótállási igény a felhívásban tűzött határidő elteltétől számított **3 hónapon** belül akkor is érvényesíthető bíróság előtt, ha a jótállási idő már eltelt. E határidő elmulasztása jogvesztéssel jár. A fogyasztó általi használat során keletkező sérülésekre (pl. karcolások, horpadások, törések) a jótállás nem vonatkozik.

A jótállási határidő a fogyasztási cikk fogyasztó részére történő átadása napjával, vagy ha az üzembe helyezést vállalkozásunk vagy annak megbízottja végzi, az üzembe helyezést napján kezdődik. Ha a fogyasztó a fogyasztási cikket az átadástól számított hat hónapon túl helyzeti üzembe, akkor a jótállási határidő kezdő időpontja a fogyasztási cikk átadásának napja. A fogyasztási cikk kijavítása esetén a jótállás időtartama meghosszabbodik a javításra átadás napjától kezdve azzal az idővel, amely alatt a fogyasztó a fogyasztási cikket a hiba miatt rendeltetészerűen nem használhatta. A fogyasztási cikkek a kicseréléssel vagy a kijavítással érintett részére a jótállási határidő újból kezdődik. Ezt a szabályt kell alkalmazni arra az esetre is, ha a kijavítás következményeként új hiba keletkezik. Az önként vállalt jótállás időtartama alatt a jótállási idő nem indul újra, kivéve, amennyiben a kicserélésre vagy kijavításra a jogszabályban előírt jótállási idő alatt kerül sor. Ebben az esetben a jogszabály szerinti jótállási időtartam indul újra.

A jótállás a fogyasztó jogszabályból eredő jogait nem érinti. Fogyasztói jogvita esetén a fogyasztó a megyei (fővárosi) kereskedelmi és iparkamarák által működtetett békéltető testület eljárását is kezdeményezheti.

A jótállásból eredő jogokat a fogyasztási cikk tulajdonosa, ill. a fogyasztási cikk tulajdonjogának átruházása esetén az új tulajdonos érvényesítheti, feltéve, hogy fogyasztónak minősülnek.

A jótállásból eredő jogok a jótállási jeggyel érvényesíthetőek, amelynek nem tehető feltételévé a fogyasztási cikk felbontott csomagolásának a fogyasztó általi visszaszolgáltatása. A jótállási jegyen nem rögzített szabályok vonatkozásában a mindenkor hatályos vonatkozó magyar jogszabályi előírások irányadók. A jótállási jegy szabálytalan kiállítása vagy a jótállási jegy fogyasztó rendelkezésére bocsátásának elmaradása a jótállás érvényességét nem érinti. A jótállási jegy fogyasztó rendelkezésére bocsátásának elmaradása esetén a szerződés megkötését bizonyítottan kell tekinteni, ha az ellenérték megfizetését igazoló bizonylatot - számlát vagy nyugtát - a fogyasztó bemutatja. Ebben az esetben a jótállásból eredő jogok a számlával, ill. nyugtával érvényesíthetőek.

A fogyasztó mindennemű jótállási igényét érvényesítheti a magyarországi ALDI áruházakban, míg a kijavítás, ill. bizonyos esetekben a kicserélés (szükség szerint a teljes fogyasztási cikknek vagy csak egyes alkatrészeinek a kicserélése) iránti igény a fogyasztó választása szerint a vállalkozásunk székhelyén, bármely telephelyén, fióktelepén és a jelen jótállási tájékoztatóban feltüntetett **JAVÍTÓSZOLGÁLATNÁL** közvetlenül is érvényesíthető. Utóbbi esetben a fogyasztó a kijavítás, ill. kicserélés lebonyolításának részleteit a **JAVÍTÓSZOLGÁLATTAL** közvetlenül egyeztetni.

A jótállási kötelezettség teljesítésével kapcsolatos költségek vállalkozásunkat terhelik. Ha a fogyasztási cikk meghibásodásában a fogyasztót terhelő karbantartási kötelezettség elmulasztása is közrehatott, a jótállási kötelezettség teljesítésével felmerült költségeket közrehatása arányában a fogyasztó köteles viselni, ha a fogyasztási cikk karbantartására vonatkozó ismeretekkel rendelkezett, vagy ha vállalkozásunk e tekintetben tájékoztatási kötelezettségének eleget tett. Kicserélés vagy elállás esetén a fogyasztó nem köteles a fogyasztási cikknek azt az értékcsökkenését megtéríteni, amely a rendeltetésszerű használat következménye.

A jogszabály alapján kötelező jótállás alá eső fogyasztási cikkek esetén, ha az adott fogyasztási cikk rögzített bekötésű, ill. 10 kg-nál súlyosabb, vagy tömegközlekedési eszközön kézi csomagként nem szállítható, a fogyasztási cikket az üzemeltetés helyén kell megjavítani. Ha a kijavítás az üzemeltetés helyén nem végezhető el, a le- és felszerelésről, valamint az el- és visszaszállításról vállalkozásunk, vagy - a **JAVÍTÓSZOLGÁLATNÁL** közvetlenül érvényesített kijavítás iránti igény esetén - a **JAVÍTÓSZOLGÁLAT** gondoskodik.

A fogyasztó eltérő rendelkezése hiányában a vállalkozásunk köteles a fogyasztási cikket nyolc napon belül kicserélni, ha

- (i) a jogszabály szerinti jótállási időtartam alatt a fogyasztási cikk első alkalommal történő javítása során a vállalkozásunk részéről megállapítást nyer, hogy a fogyasztási cikk nem javítható; vagy
- (ii) a jogszabály szerinti jótállási időtartam alatt a fogyasztási cikk három alkalommal történő kijavítást követően ismét meghibásodik, valamint, ha a Polgári Törvénykönyvről szóló 2013. évi V. törvény („Ptk.”) 6:159. § (2) bekezdés b) pontja alapján a fogyasztó nem igényli a vételár arányos leszállítását, és a fogyasztó nem kívánja a fogyasztási cikket a vállalkozásunk költségére kijavítani vagy mással kijavíttatni; vagy
- (iii) a fogyasztási cikk kijavításra a kijavítási igény vállalkozásunk részére való közlésétől számított harmincadik napig nem kerül sor.

Ha a fogyasztási cikk cseréjére nincs lehetőség, a vállalkozásunk köteles a fogyasztó által bemutatott, a fogyasztási cikk

ellenértékének megfizetését igazoló nyugtán számlán feltüntetett vételárat nyolc napon belül a fogyasztó részére visszatéríteni.

A nyolc napon belüli kicserélésre vagy vételár visszatérítésre vonatkozó ezen előírások a kötelező jótállás alá eső fogyasztási cikkek közül az elektromos kerékpárra, elektromos rollerre, quadra, motorkerékpárra, segédmotoros kerékpárra, személygépkocsira, lakóautóra, lakókocsira, utánfutós lakókocsira, utánfutóra, valamint a motoros vízi járműre nem vonatkoznak.

Ha a fogyasztó a fogyasztási cikk meghibásodása miatt a vásárlástól (üzembe helyezéstől) számított 3 munkanapon belül érvényesít csereigényt, vállalkozásunk köteles a fogyasztási cikket kicserélni, feltéve, hogy a meghibásodás a rendeltetésszerű használatot akadályozza.

A kijavítás során a fogyasztási cikkbe csak új alkatrész kerülhet beépítésre.

Vállalkozásunk, ill. a **JAVÍTÓSZOLGÁLAT** a kijavítás, ill. kicserélés során nem felel a fogyasztási cikken a fogyasztó, ill. harmadik személy által esetlegesen tárolt adatokért vagy beállításokért.

Vállalkozásunknak törekednie kell arra, hogy a kijavítást vagy kicserélést legfeljebb tizenöt napon belül elvégezze. Ha a kijavítás vagy a kicserélés időtartama a tizenöt napot meghaladja, akkor vállalkozásunk a fogyasztót tájékoztatni köteles a kijavítás vagy a csere várható időtartamáról. A tájékoztatás a fogyasztó előzetes hozzájárulása esetén, elektronikus úton vagy a fogyasztó általi átvétel igazolására alkalmas más módon történik.

17.3 A JÓTÁLLÁSI IGÉNY BEJELENTÉSE

A fogyasztó a hiba felfedezése után késedelem nélkül köteles a hibát a vállalkozásunkkal közölni. A hiba felfedezésétől számított 2 hónapon belül közölt hibát késedelem nélkül közölni kell tekinteni. A közlés késedelméből eredő kárért a fogyasztó felelős.

A jótállási igényt a fogyasztási cikk minden olyan hibája miatt határidőben érvényesíttetnek kell tekinteni, amely a megjelölt hibát előidézte. Ha a fogyasztó a jótállási igényét a fogyasztási cikknek - a megjelölt hiba szempontjából - elkülöníthető része tekintetében érvényesíti, a jótállási igény a fogyasztási cikk egyéb részeire nem minősül érvényesíttetnek.

17.4 MENTESÜLÉS A JÓTÁLLÁSI FELELŐSSÉG ALÓL

Vállalkozásunk mentesül a jótállási kötelezettség alól, ha bizonyítja, hogy a hiba oka a vásárlás időpontja után keletkezett (pl. rendeltetésellenes használat, átalakítás, szakszerűtlen kezelés, helytelen tárolás, elemi kár, a használati-kezelési útmutató szerinti karbantartás elmulasztása).

A rendeltetésellenes használat elkerülése céljából a fogyasztási cikkhez magyar nyelvű használati és kezelési útmutatót mellékelünk és kérjük, hogy az abban foglaltakat saját érdekében tartsa be.

17.5 A FOGYASZTÓT A JÓTÁLLÁS ALAPJÁN MEGILLETŐ JOGOK

A fogyasztó a Ptk. 6:159. S-ában rögzített szabályok szerint

- kijavítást vagy kicserélést igényelhet, kivéve, ha a választott jótállási igény teljesítése lehetetlen, vagy ha az a kötelezettnek - másik jótállási igény teljesítésével összehasonlítva - aránytalan többletköltséget eredményezne, figyelembe véve a fogyasztási cikk hibátlan állapotban képviselt értékét, a szerződésszegés súlyát és a jótállási jog teljesítésével a jogosultnak okozott érdeksérelmet;
- vagy a vételár arányos leszállítását igényelheti, a hibát a kötelezett költségére maga kijavíthatja vagy mással kijavíttathatja, vagy a szerződéstől elállhat, ha vállalkozásunk a kijavítást vagy a kicserélést nem vállalta, ill. ha ezen kötelezettségének megfelelő határidőn belül, a fogyasztó érdekeit kímélve nem tud eleget tenni, vagy ha a fogyasztónak a kijavításhoz vagy kicseréléshez fűződő érdeke megszűnt.

Jogszabály alapján kötelező jótállás alá nem tartozó új tartós fogyasztási cikkek esetében (a vonatkozó jogszabály mellékletében meg nem határozott, jellemzően 10.000,- Ft eladási ár alatti termékek) a fogyasztó a vállalkozásunk által **önként** vállalt jótállási kötelezettség alapján, a fentiekől eltérően

- kicserélést igényelhet, vagy
- a szerződéstől elállhat és a vételár visszatérítését igényelheti.

Jelentéktelen hiba miatt elállásnak nincs helye. A kijavítást vagy kicserélést - a fogyasztási cikk tulajdonságaira és a jogosult által elvárható rendeltetésére figyelemmel - megfelelő határidőn belül, a jogosult érdekeit kímélve kell elvégezni. A fogyasztó a választott jótállási jogáról másra térhet át, az áttéréssel okozott költséget köteles azonban vállalkozásunknak megfizetni, kivéve, ha az áttérésre vállalkozásunk adott okot, vagy az áttérés egyébként indokolt volt. A jótállási igény érvényesítésére egyebekben a kellékszavatossági jogok gyakorlására vonatkozó jogszabályi előírásokat kell megfelelően alkalmazni.

1 Splošno	59
2 Uporabljeni simboli	59
3 Namenska uporaba.....	60
4 Varnostni napotki	60
5 Vsebina kompleta	62
6 Preverite vsebino kompleta.....	62
7 Pregled izdelka	62
8 Pravilna dolžina palice	63
9 Nastavljanje zank za dlani	64
10 Vstavljanje in odstranjevanje zank za dlani	64
11 Nasveti za vadbo.....	65
12 Čiščenje	65
13 Popravila.....	66
14 Transport in shranjevanje.....	66
15 Napotki za odlaganje med odpadke	66
16 Tehnični podatki	66
17 Garancijski list	68

1 SPLOŠNO



Pred prvo uporabo pozorno in v celoti preberite navodila za uporabo, zlasti varnostne napotke, in uporabljajte pohodne palice za nordijsko hojo samo tako, kot je opisano v teh navodilih za uporabo. Neupoštevanje spodnjih napotkov lahko pripelje do hudih telesnih poškodb. Navodila za uporabo so fiksni sestavni del pohodnih palic za nordijsko hojo. Ta navodila za uporabo shranite za poznejše branje in če pohodne palice za nordijsko hojo izročite drugemu uporabniku, mu hkrati z njimi izročite tudi ta navodila.

Ta navodila za uporabo lahko kot datoteko PDF zahtevate pri naši poprodajni podpori. V ta namen se obrnite na servis na naslovu, navedenem na garancijskem listu.

2 UPORABLJENI SIMBOLI

V navodilih za uporabo, na pohodnih palicah za nordijsko hojo ali embalaži so uporabljeni naslednji simboli in opozorilne besede.



Pozor! Pred uporabo upoštevajte navodila!

⚠ OPOZORILO!

» Ta opozorilni simbol/opozorilna beseda označuje nevarnost s srednjo stopnjo tveganja, zaradi katerega lahko, če se ji ne izognemo, pride do smrti ali hudih telesnih poškodb.

⚠ POZOR!

» Ta opozorilni simbol/opozorilna beseda označuje nevarnost z nizko stopnjo tveganja, zaradi katerega lahko, če se ji ne izognemo, pride do lažjih ali zmernih telesnih poškodb.

OBVESTILO!

- » Ta opozorilna beseda opozarja na možnost materialne škode.



Preverjena varnost: Izdelki, označeni s tem simbolom, izpolnjujejo zahteve nemškega zakona o varnosti izdelkov (ProdSG).

3 NAMENSKA UPORABA

Pohodne palice za nordijsko hojo so izključno predvidene za nordijsko hojo. Pohodne palice za nordijsko hojo lahko uporabljate po gozdnih poteh in asfaltiranih cestah. Pohodne palice za nordijsko hojo niso primerne za smučanje. Pohodne palice za nordijsko hojo so primerne samo za zasebno uporabo in ne za uporabo v poslovne namene.

4 VARNOSTNI NAPOTKI

⚠ OPOZORILO!

- » Če imate zdravstvene omejitve, kot so težave s srcem in krvnim obtokom, se pred prvo vadbo obvezno posvetujte z zdravnikom. Pri ukvarjanju s športom priporočamo uporabo merilnika za merjenje srčnega utripa.
- » Ostre palice lahko povzročijo hude telesne poškodbe. Pohodne palice za nordijsko hojo niso igrača. Pohodne palice za nordijsko hojo shranjujte zunaj dosega otrok. Med transportom na kovinske konice namestite blažilnike. Pri transportu na nahrbtniku pazite, da so pohodne palice za nordijsko hojo trdno pritrjene.

- » Pri velikih obremenitvah s težo se lahko pohodne palice za nordijsko hojo zlomijo. Ne usedite se na pohodne palice za nordijsko hojo. Na pohodne palice za nordijsko hojo se ne naslanjajte z vso svojo težo.
- » Pohodnih palic za nordijsko hojo ne uporabljajte kot pripomoček za hojo.
- » Pohodnih palic za nordijsko hojo ne uporabljajte pri smučanju.

⚠ POZOR! NEVARNOST TELESNIH POŠKODB!

- » Pred vsako uporabo preverite, da pohodne palice za nordijsko hojo niso poškodovane, zlasti zanke in cevi. Poškodovanih pohodnih palic za nordijsko hojo ne uporabljajte. Pohodnih palic za nordijsko hojo palic ne popravljajte.
- » Pred vsako uporabo pohodnih palic za nordijsko hojo se prepričajte, da so zanke za dlani pravilno vstavljeni in čvrsti.
- » Pazite na lastno varnost. Pri uporabi pohodnih palic za nordijsko hojo uporabljajte športne copate, ki imajo zadosten profil in dober oprijem. Ne hodite v temi in mraku, v nasprotnem si na obleko namestite odsevnik na vidno mesto. Hodite, če je mogoče, v območjih, kjer ni prometa, in izogibajte se cestnemu prometu.

OBVESTILO! PREPREČEVANJE MATERIALNE ŠKODE.

- » Kovinske konice pohodnih palic za nordijsko hojo lahko poškodujejo občutljiva tla, npr. iz lesa ali kamna. Pohodne palic za nordijsko hojo uporabljajte samo na prostem.
- » POZOR! V primeru preobremenitve lahko pride do prelomov izpostavljenih komponent vlaken, kar lahko privede do poškodb.

5 VSEBINA KOMPLETA

2 pohodni palici za nordijsko hojo z zankami za dlani

2 blažilnika

1 navodila za uporabo

6 PREVERITE VSEBINO KOMPLETA

Vzemite pohodne palice za nordijsko hojo in pripadajoče posamezne dele iz embalaže. Preverite, ali je komplet popoln. Preverite, ali so deli iz vsebine kompleta poškodovani. Če so, pohodnih palic za nordijsko hojo ne uporabljajte in se obrnite na našo poprodajno podporo.

7 PREGLED IZDELKA

A. Ročaj

Ergonomsko oblikovan ročaj se prilega dlani in omogoča dobro upravljanje pohodnih palic za nordijsko hojo.

B. Konica iz trde kovine

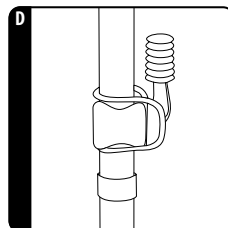
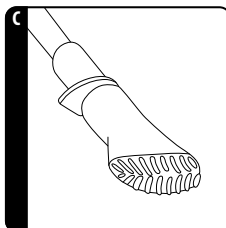
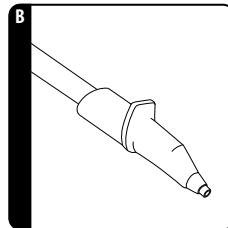
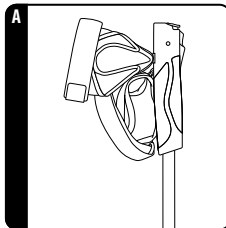
Konica je zelo primerna za uporabo na terenu, odlikujeta jo dolga življenjska doba in varnost pred zlomom.

C. Blažilniki

Blažilnik skrbi za potreben oprijem in ohranja kovinsko konico pohodnih palic za nordijsko hojo.

D. Držalo za blažilnike

V držalu za blažilnik lahko shranite blažilnike, ko jih ne uporabljate.



8 PRAVILNA DOLŽINA PALICE

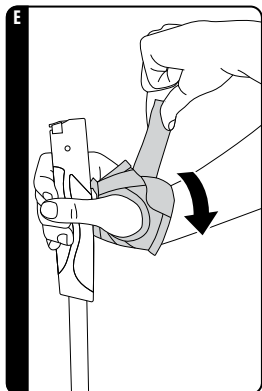
Izberite dolžino pohodnih palic za nordijsko palico ustrezno vaši telesni višini. Pri tem si pomagajte z naslednjo tabelo.

Telesna višina v cm	Dolžina palice v cm
159-165	105
166-173	110
174-181	115
182-188	120

9 NASTAVLJANJE ZANK ZA DLANI

Oznako, za katero roko je primerna pohodna palica za nordijsko hojo, najdete v notranjosti zanke za dlani. L pomeni levo dlan, R pomeni desno dlan.

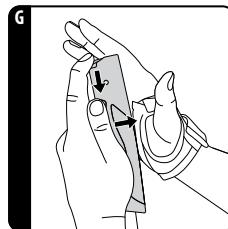
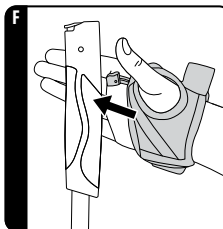
1. Roko vstavite od spodaj skozi zanko za dlan.
2. Zaprite sprijemalno zapiralo (sl. E).
3. Postopek ponovite na drugi roki.



10 VSTAVLJANJE IN ODSTRANJEVANJE ZANK ZA DLANI

Pohodne palice za nordijsko hojo imajo magnetni sistem hitrega sestavljanja na klik, s katerim lahko zanke za dlani vstavite in odstranite z ročaja.

1. Za vstavljanje zank za dlani v pohodno palico za nordijsko hojo vstavite sponko v odprtino na ročaju (sl. F).
2. Za odstranjevanje zank za dlan s pohodne palice za nordijsko hojo pritisnite gumb na ročaju in izvlecite sponko iz ročaja (sl. G).



11 NASVETI ZA VADBO

- Pred vadbo naredite dovolj vaj za raztegotvanje in ogrevanje.
- Naučite se pravilne tehnike in s pravilnim odhranjenjem pohodnih palic za nordijsko palico s tal trenirajte ramenske in prsne mišice ter mišice na rokah.
- Nosite oblačila, primerna za vremenske razmere, npr. rokavice v mrzlem vremenu.
- Poskrbite za zadostno uživanje tekočine pri daljših turah tako, da imate s sabo npr. plastenko.
- Vadbo začnite na ravnem terenu.
- Ohranjajte hitrost, ki vam omogoča, da se lahko med vadbo normalno pogovarjate.

12 ČIŠČENJE

Pohodne palice za nordijsko hojo redno čistite. Za čiščenje uporabljajte krpo, namočeno v mlačni vodi ali milnici. Ne uporabljajte čistilnih sredstev, ki vsebujejo topila, ali ostrih čistilnih sredstev, ker ta lahko poškodujejo pohodne palice za nordijsko hojo. Po čiščenju počakajte, da se pohodne palice za nordijsko hojo popolnoma posušijo.

13 POPRAVILA

Pred uporabo in po njej preverite pohodne palice za nordijsko hojo, ali so na njih kakšne poškodbe in znaki obrabe.

Poškodovanih pohodnih palic za nordijsko hojo ni dovoljeno uporabljati. Nestrokovna popravila pohodnih palic za nordijsko hojo lahko povzročijo nezgode s telesnimi poškodbami.

Pohodnih palic za nordijsko hojo ne spreminjajte. Pohodnih palic za nordijsko hojo ne popravljajte sami, ampak se obrnite na naslov, naveden na garancijskem listu.

14 TRANSPORT IN SHRANJEVANJE

Pohodne palice za nordijsko hojo prevažajte z nameščenimi blažilniki, da preprečite telesne poškodbe ali poškodbe z jeklenimi konicami.

Pred skladiščenjem pohodne palice za nordijsko hojo očistite in počakajte, da se popolnoma posušijo. Pohodne palice za nordijsko hojo skladiščite v suhem in toplem prostoru.

Preprečite neposredno sončno svetlobo in višje temperature, da preprečite nastajanje razpok in razgradnjo materiala.

15 NAPOTKI ZA ODLAGANJE MED ODPADKE

Pohodne palice za nordijsko hojo in vse sestavne dele embalaže lahko skladno z veljavnimi predpisi odstranite prek podjetja za ravnanje z odpadki oziroma pristojnega urada za komunalne storitve. Zaposleni vašega podjetja za ravnanje z odpadki vas bodo na zahtevo z veseljem obvestili o možnostih pravnega in okolju prijaznega odstranjevanja.

16 TEHNIČNI PODATKI

Dolžina: 105/110/115/120 cm

17 GARANCIJSKI LIST

Prosimo, da se za uveljavljanje garancijskega postopka z izdelkom in računom oglasite v vam najbližji trgovini **HOFER**.

17.1 GARANCIJSKI POGOJI

Spoštovani,

za izdelek vam zagotavljamo najboljšo garancijo kakovosti. Ker smo prepričani v kakovost naših izdelkov, vam zagotavljamo še širši nabor ugodnosti, kot je to določeno z zakonskimi določili:

Trajanje garancijskega roka: 3 leta od dobave izdelka

Nudimo vam: brezplačno popravilo, zamenjavo izdelka (če je izdelek še na voljo), sorazmerno znižanje kupnine oz. vračilo kupnine.

Garancija se lahko uveljavlja samo skupaj z računom oz. potrdilom o dobavi, kjer je razviden datum dobave izdelka.

Postopek uveljavljanja garancije:

- Izdelek skupaj z vsemi pripadajočimi deli, računom in garancijskim listom vrnite v vam najbližjo trgovino **HOFER**.

Garancija ne velja v naslednjih primerih:

- za škodo, ki je nastala kot posledica vremenskih vplivov (npr. udara strele, vode, ognja, zmrzali ipd.), nesreče, prevoza, pri izpraznjenih baterijah ali nepravilni uporabi
- za poškodbe ali spremembe, ki jih povzroči kupec/tretja oseba
- zaradi nespoštovanja varnostnih opozoril, navodil za vzdrževanje in zaradi napak pri uporabi
- zaradi vodnega kamna in škode, ki jo je le-ta povzročil, izgube podatkov,
- škodljive programske opreme in poškodbe zaradi vročine za normalno obrabo obrabljivih delov (npr. zmogljivost akumulatorja)

Garancija velja za proizvode dobavljene na območju Republike Slovenije in se lahko uveljavlja na območju Republike Slovenije.

Garant jamči za lastnosti izdelka oziroma za njegovo brezhibno delovanje v garancijskem roku, ki začne teči z dobavo izdelka.

Če napak na izdelku ni mogoče odpraviti v roku 30 dni od dneva, ko je kupec sprožil garancijski zahtevek, oziroma v dodatnem roku največ 15 dni, če je bil rok za odpravo napak na izdelku podaljšan, se izdelek brezplačno zamenja z enakim, novim in brezhibnim izdelkom. Če izdelek v tem roku ni popravljen ali ni zamenjan z novim, lahko kupec zahteva vračilo celotne kupnine ali sorazmerno znižanje kupnine. Če se neskladnost izdelka pojavi v manj kot 30 dneh od dobave izdelka, lahko kupec namesto odprave napak takoj zahteva vračilo kupnine. Garancijska doba se podaljša za čas popravila. Za zamenjan izdelek ali zamenjan bistveni del izdelka z novim se izda nov garancijski list in garancijski rok za zamenjan izdelek ali zamenjan bistveni del izdelka teče znova od zamenjave izdelka oziroma vrnitve popravljenega izdelka. Garant je po izteku garancijskega roka dolžan zagotavljati vzdrževanje, nadomestne dele in priklopne aparate za obdobje 3 let po izteku garancijskega roka.

Ta garancija ne izključuje pravic kupca, ki izhajajo iz obveznega jamstva za skladnost blaga. V primeru neskladnosti blaga ima kupec zakonsko pravico, da zoper prodajalca brezplačno uveljavlja jamčevalne zahtevke.

Veljavnost garancije se lahko podaljša le, če to predvideva zakon. V državah, v katerih so (obvezna) garancija in/ali skladičenje rezervnih delov in/ali odškodnina za škodo določeni z zakonom, veljajo zakonsko predpisane minimalne zahteve. Servisna služba in garant pri sprejemu izdelka v popravilo ne prevzemata odgovornosti za izgubo kakršnihkoli podatkov ali nastavitev, ki jih je kupec shranil na izdelku.

Oznaka garanta:

HOFER trgovina na drobno d.o.o.

Prevoje pri Šentvidu

Kranjska cesta 1

1225 Lukovica, SLOVENIJA

Datum dobave izdelka:



ASPIRIA NONFOOD GMBH

LADEMANNBOGEN 21-23

22339 HAMBURG

GERMANY

WWW.ASPIRIA-SERVICE.DE

MADE IN CHINA

V1/1024