



GEBRAUCHSANLEITUNG

MODE D'EMPLOI

ISTRUZIONI PER L'USO

HASZNÁLATI ÉS JÁTEKLEÍRÁS

EXPANDER-BAUCHTRAINER

TUMMY TRIMMER

CORDA ELASTICA PER ADDOMINALI

HASFORMÁLÓ ESZKÖZ



Deutsch.....	02
Français.....	14
Italiano.....	26
Magyar	38



845603

MODELL/MODÈLE/MODELLO/

A FOGYASZTÁSI CIKK TÍPUSA: ANS-23-056

06/2025

INHALTSVERZEICHNIS

1 Allgemeines	3
2 Verwendete Symbole	3
3 Bestimmungsgemässe Verwendung	4
4 Sicherheitshinweise	4
5 Lieferumfang / Teilebeschreibung	5
6 Lieferumfang prüfen	5
7 Training	6
7.1 Trainingsablauf	6
8 Übungen	7
9 Reinigung und Aufbewahrung	12
10 Entsorgungshinweise	12
11 Technische Daten	12

1 ALLGEMEINES



Lesen Sie die Gebrauchsanleitung und die Sicherheitshinweise sorgfältig durch, bevor Sie dieses Produkt zum ersten Mal verwenden. Der Expander-Bauchtrainer sollte nur gemäss dieser Anleitung verwendet werden. Das Nichtbeachten der Anweisungen in dieser Anleitung kann zu schweren Verletzungen führen. Die Gebrauchsanleitung ist ein integraler Bestandteil des Expander-Bauchtrainers. Sie sollte für die spätere Verwendung aufbewahrt werden und zusammen mit dem Expander-Bauchtrainer an andere Personen weitergegeben werden, wenn diese den Expander-Bauchtrainer verwenden möchten.

Sie können diese Gebrauchsanleitung auch als PDF-Datei über unseren Kundenservice anfordern. Wenden Sie sich bitte über die auf der Garantiekarte angegebene Serviceadresse an den Hersteller.

Für eine verbesserte Lesbarkeit wird der Expander-Bauchtrainer im Folgenden mit „Bauchtrainer“ bezeichnet.

2 VERWENDETE SYMBOLE

Die folgenden Symbole und Signalwörter werden in der Gebrauchsanleitung oder auf der Verpackung verwendet:



Bitte folgen Sie den Anweisungen vor dem ersten Gebrauch.

⚠️ WARNUNG!

»Dieses Symbol/Signalwort kennzeichnet eine Gefahr mit moderaten Risiken, die, wenn nicht vermieden, zum Tod oder zu schweren Verletzungen führen können.

⚠️ VORSICHT!

»Dieses Symbol/Signalwort kennzeichnet eine Gefahr mit geringen Risiken, die, wenn nicht vermieden, zu leichten oder moderaten Verletzungen führen können.

HINWEIS!

»Dieses Symbol/Signalwort warnt vor möglichen Materialschäden.

3 BESTIMMUNGSGEMÄSSE VERWENDUNG

Der Bauchtrainer wurde für den privaten Gebrauch entwickelt und ist nicht für den kommerziellen, medizinischen oder therapeutischen Gebrauch geeignet. Der Bauchtrainer ist ein Krafttrainingsgerät. Der Bauchtrainer ist kein Spielzeug. Der Bauchtrainer sollte nur gemäss dieser Anleitung verwendet werden. Jede andere Verwendung gilt als unsachgemäss und kann zu Sachschäden oder sogar Körperverletzungen führen. Der Hersteller/Händler übernimmt keinerlei Haftung für Schäden, die durch unsachgemässe Verwendung oder Missbrauch verursacht werden.

4 SICHERHEITSHINWEISE

⚠️ WARNUNG! VERLETZUNGSGEFAHR!

- »Die folgenden Sicherheitshinweise müssen unbedingt beachtet werden. Dieses Produkt stellt eine Gefahr für Kinder und für Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten (z. B. teilweise behinderte Menschen oder ältere Personen mit verringerten körperlichen und geistigen Fähigkeiten) oder für Menschen, denen es an Erfahrung oder Kenntnissen fehlt (z. B. Kinder) dar.
- »Kinder sollten nicht mit dem Bauchtrainer spielen.
- »Kinder sollten den Bauchtrainer nicht ohne die Aufsicht eines Erwachsenen reinigen.
- »Lassen Sie Kinder nicht mit dem Verpackungsmaterial spielen, da diese sich darin verfangen und ersticken können.

⚠️ VORSICHT! VERLETZUNGSGEFAHR!

- »Die unsachgemässe Verwendung des Bauchtrainers kann zu Verletzungen führen.
- »Vermeiden Sie es, den Körper während der Belastung zu drehen.
- »Jugendliche und Personen mit gesundheitlichen Vorbelastungen sollten vor dem Beginn des Trainings einen Arzt konsultieren.
- »Überanstrengung oder falsch ausgeführte Übungen können zu Verletzungen führen.
- »Wärmen Sie sich vor jeder Trainingseinheit auf und geben Sie Ihrem Körper nach jeder Trainingseinheit Zeit zum Abkühlen.
- »Trainieren Sie nur entsprechend Ihrer Leistungsfähigkeit.
- »Beim Auftreten von Beschwerden während des Trainings beenden Sie dieses sofort und suchen einen Arzt auf.

- »Dehnen Sie die Bänder des Bauchtrainers niemals über die angegebene maximale Länge hinaus. Die maximale Länge der Trainingsbänder beträgt 155 cm.
- »Binden Sie die Bänder des Bauchtrainers niemals an andere Gegenstände oder verknoten die Bänder miteinander.
- »Achten Sie immer darauf, dass Ihre Füsse stabil in den Fusschlaufen sitzen, sodass diese während des Trainings nicht herausrutschen und die Bänder nicht zurückschnellen.
- »Nehmen Sie keine Veränderungen an dem Bauchtrainer vor.
- »Überprüfen Sie vor jedem Training den Bauchtrainer auf Beschädigungen. Verwenden Sie den Bauchtrainer nicht mehr, wenn dieser Beschädigungen aufweist.
- »Nicht an Türen, Fenstern oder anderen ungeeigneten Objekten anbringen.

5 LIEFERUMFANG / TEILEBESCHREIBUNG

1. Bauchtrainer
2. Gebrauchsanleitung

6 LIEFERUMFANG PRÜFEN

HINWEIS! BESCHÄDIGUNGSGEFAHR!

- »Durch das Öffnen der Verpackung mit einem scharfen Messer oder spitzen Gegenstand kann der Bauchtrainer beschädigt werden. Seien Sie beim Öffnen der Verpackung vorsichtig.

Stellen Sie sicher, dass alle Teile vorhanden sind und der Bauchtrainer keinerlei Beschädigung aufweist. Benutzen Sie den Bauchtrainer nicht, wenn er beschädigt ist. Wenden Sie sich über die auf der Garantiekarte angegebene Serviceadresse an den Hersteller.

7 TRAINING

⚠ VORSICHT! VERLETZUNGSGEFAHR!

WENN IHR KÖRPERLICHER GESUNDHEITZUSTAND NICHT FÜR DAS TRAINING MIT DEM BAUCHTRAINER GEEIGNET IST, KÖNNEN SIE IHRER GESUNDHEIT DURCH DAS TRAINING SCHADEN ZUFÜGEN. DIE FOLGENDEN INFORMATIONEN MÜSSEN UNBEDINGT BEACHTET WERDEN, UM GESUNDHEITSSCHÄDEN ZU VERMEIDEN.

- » Lassen Sie Ihren Arzt eine allgemeine Beurteilung Ihrer Fitness vornehmen, bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen. Fragen Sie Ihren Arzt, ob Sie den Bauchtrainer aus irgendwelchen gesundheitlichen Gründen nicht verwenden sollten.
- » Wenn Sie bereits von bestehenden Erkrankungen (z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen) wissen, fragen Sie Ihren Arzt vor der ersten Anwendung des Bauchtrainers um Rat.
- » Wenn während des Trainings Übelkeit, Schwindel, Brustschmerzen oder irgendwelche andere ungewöhnliche Schmerzen oder Symptome bei Ihnen auftreten, beenden Sie das Training sofort und suchen Sie umgehend einen Arzt auf.
- » Beginnen Sie Ihre Trainingseinheit immer mit Aufwärmübungen.
- » Tragen Sie beim Trainieren angemessene Sportkleidung und Schuhe.
- » Achten Sie während des Trainings auf Ihre Körperspannung.

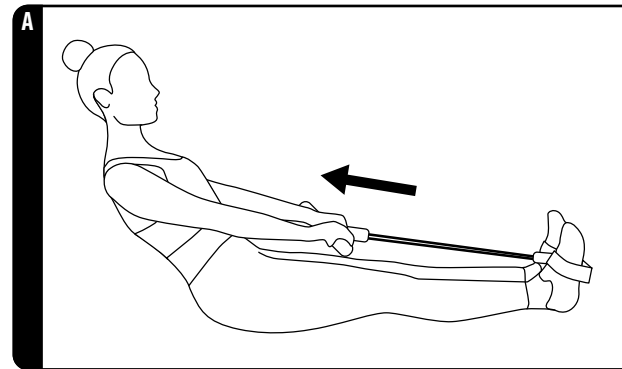
Durch das Training mit dem Bauchtrainer können Muskeln gestärkt und aufgebaut werden. Führen Sie alle Bewegungen langsam und fließend aus. Ruckartige Bewegungen können Ihre Gesundheit negativ beeinflussen.

Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob Sie eine Übung richtig durchgeführt haben, wenden Sie sich an einen professionellen Fitness-Trainer oder informieren Sie sich im Internet oder mithilfe von Fachliteratur.

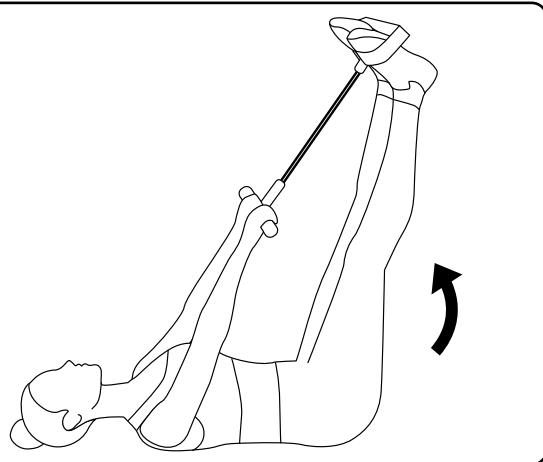
7.1 TRAININGSABLAUF

Beginnen Sie Ihre Trainingseinheit immer mit einer Aufwärmphase. Ruhen Sie sich nach jeder Übung mindestens 60 Sekunden lang aus. Nutzen Sie diese Zeit, um Ihre Muskeln zu lockern oder um etwas zu trinken. Mit der Zeit können Sie die Anzahl der Übungen und Wiederholungen steigern. Wenn Sie merken, dass Ihre Muskeln ermüden, reduzieren Sie die Dauer Ihres Trainings. Machen Sie zwischen den Trainingseinheiten ausserdem einen Tag lang Pause, damit sich Ihre Muskeln und Ihr Körper ausreichend erholen können.

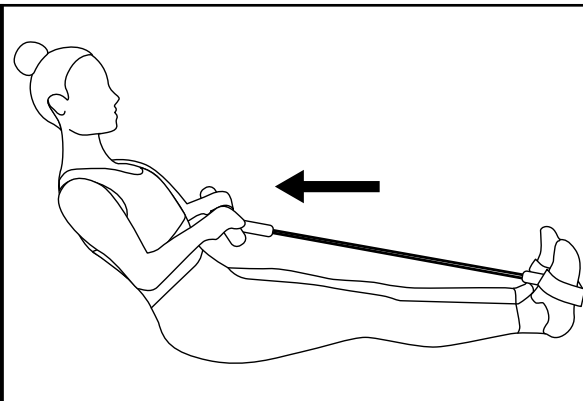
8 ÜBUNGEN



1. Schlüpfen Sie mit Ihren Füßen in die Fusschlaufen. Halten Sie die Griffe fest.
2. Setzen Sie sich gerade hin und strecken Sie Ihre Beine aus.
3. Als nächstes lehnen Sie Ihren Oberkörper langsam nach hinten. Machen Sie dabei keinen Buckel und kein Hohlkreuz – stellen Sie sicher, dass Ihr Rücken immer in einer geraden Linie bleibt.
4. Richten Sie sich langsam wieder auf. Wiederholen Sie diese Übung ein paar Mal.

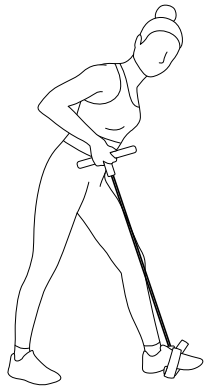
B

1. Schlüpfen Sie mit Ihren Füßen in die Fusschlaufen. Halten Sie die Griffe fest.
2. Legen Sie sich flach auf Ihren Rücken und strecken Sie Ihre Beine aus.
3. Heben Sie Ihre Beine so weit an, bis Ihre Füße gerade nach oben zeigen, und lassen Sie Ihre Beine die ganze Zeit gestreckt.
4. Lassen Sie Ihre Beine als nächstes langsam nach unten gleiten, bis sie wieder flach am Boden liegen. Wiederholen Sie diese Übung ein paar Mal.

C

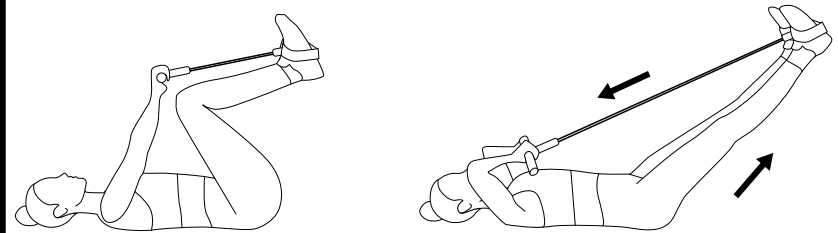
1. Schlüpfen Sie mit Ihren Füßen in die Fusschlaufen. Halten Sie die Griffe fest.
2. Setzen Sie sich hin und strecken Sie Ihre Beine aus.
3. Lehnen Sie sich als nächstes etwas zurück. Machen Sie dabei keinen Buckel und kein Hohlkreuz – stellen Sie sicher, dass Ihr Rücken gerade bleibt.
4. Ziehen Sie den Griff zu Ihrer Brust und führen Sie diesen anschliessend wieder in die Ausgangsposition zurück. Lehnen Sie sich dabei die ganze Zeit etwas zurück.
5. Wiederholen Sie diese Übung ein paar Mal.

D



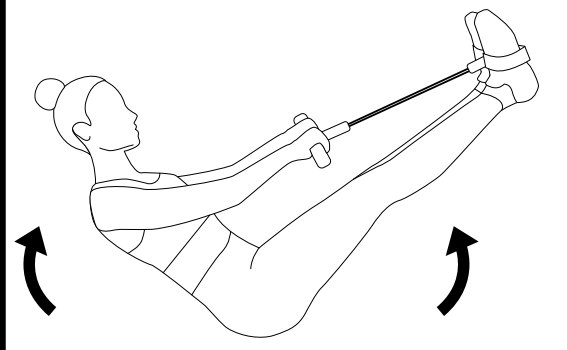
1. Platzieren Sie Ihren linken Fuss vor Ihrem rechten Fuss. Schlüpfen Sie mit Ihrem linken Fuss in die gegenteilige (rechte) Fusschlaufe.
2. Halten Sie den Griff mit Ihrer rechten Hand fest. Lehnen Sie sich etwas nach vorne. Sie können sich dabei etwas mit Ihrer Hand auf Ihrem rechten Oberschenkel abstützen. Stellen Sie sicher, dass Ihr Rücken gerade bleibt.
3. Ziehen Sie als nächstes den Griff langsam und kontrolliert zu Ihrem Oberkörper. Wiederholen Sie diese Übung ein paar Mal. Wechseln Sie dann zur anderen Seite

E



1. Legen Sie sich flach auf Ihren Rücken. Schlüpfen Sie mit Ihren Füßen in die Fusschlaufen. Beugen Sie Ihre Knie. Heben Sie Ihre Beine an, sodass Ihre Unterschenkel eine gerade Linie bilden.
2. Halten Sie den Griff fest und positionieren Sie diesen locker über Ihrem Bauch.
3. Ziehen Sie als nächstes den Griff zu Ihrem Kinn. Strecken Sie gleichzeitig Ihre Beine aus. Dabei bleiben Ihre Beine die ganze Zeit in der Luft.
4. Kehren Sie in einer langsamen, kontrollierten Bewegung wieder in die Ausgangsposition zurück. Wiederholen Sie diese Übung ein paar Mal.

F



1. Schlüpfen Sie mit Ihren Füßen in die Fusschlaufen. Halten Sie die Griffe fest.
2. Legen Sie sich flach auf Ihren Rücken und strecken Sie Ihre Beine aus.
3. Heben Sie Ihre Beine und Ihren Oberkörper langsam an.
4. Als nächstes lassen Sie Ihre Beine und Ihren Oberkörper langsam nach unten sinken. Wiederholen Sie diese Übung ein paar Mal.

9 REINIGUNG UND AUFBEWAHRUNG

Reinigen Sie den Bauchtrainer mit einem feuchten Tuch und trocknen Sie ihn ab. Lassen Sie den Bauchtrainer ausreichend lange trocknen. Verwenden Sie bei der Reinigung keine aggressiven oder reizenden Reinigungsmittel. Wenn der Bauchtrainer nach dem Training nass ist, lassen Sie diesen ausreichend lange trocknen. Bewahren Sie den Bauchtrainer an einem trockenen, gut belüfteten Ort auf. Schützen Sie den Bauchtrainer vor hoher Feuchtigkeit, intensivem Sonnenlicht oder extremen Wetterbedingungen.

10 ENTSORGUNGSHINWEISE

Der Bauchtrainer sowie sämtliche Verpackungsbestandteile können über einen zugelassenen Entsorgungsbetrieb bzw. über die kommunale, hierfür zuständige Einrichtung gemäß geltender Vorschriften entsorgt werden. Die Mitarbeiter Ihrer Entsorgungseinrichtung informieren Sie auf Anfrage gerne über Möglichkeiten der korrekten und umweltgerechten Entsorgung.

11 TECHNISCHE DATEN

Max. Strecklänge: 155 cm, Kraft in N: 112 N*)

*) Nach Angabe des Herstellers

DIN 32935 - A

SOMMAIRE

1 Informations générales.....	15
2 Signes et symboles	15
3 Utilisation correcte	16
4 Instructions de sécurité.....	16
5 Contenu	17
6 Vérifier le contenu	17
7 Entraînement.....	18
7.1 Entraînement.....	18
8 Exercices	19
9 Nettoyage et stockage	24
10 Consignes de recyclage.....	24
11 Spécifications	24

1 INFORMATIONS GÉNÉRALES



Lisez attentivement le mode d'emploi ainsi que les instructions de sécurité avant d'utiliser le produit pour la première fois. Le Tummy Trimmer ne doit être utilisé que de la manière décrite dans ces instructions. Ne pas suivre les instructions contenues dans ce mode d'emploi pourrait mener à de graves blessures. Le mode d'emploi fait partie intégrante du Tummy Trimmer. Il doit être conservé pour une éventuelle utilisation ultérieure et transmis avec le Tummy Trimmer si une autre personne souhaite l'utiliser.

Ce mode d'emploi peut également être envoyé sous format PDF par notre équipe service client. Veuillez contacter le fabricant via l'adresse de service indiquée sur la carte de garantie.

Pour une lecture facilitée, le Tummy Trimmer sera appelé « Trimmer » dans les sections suivantes.

2 SIGNES ET SYMBOLES

Les symboles et mots signalétiques suivants sont utilisés dans ce mode d'emploi ou sur l'emballage:



Veuillez suivre les instructions avant la première utilisation.

⚠ AVERTISSEMENT !

» Ce symbole/mot signalétique indique un danger impliquant un degré modéré de risque qui, s'il n'est pas évité, pourrait entraîner la mort ou de graves blessures.

⚠ ATTENTION !

» Ce symbole/mot signalétique indique un danger impliquant un faible degré de risque qui, s'il n'est pas évité, pourrait entraîner des blessures mineures ou modérées.

AVIS !

» Ce symbole/mot signalétique avertit d'un possible dommage du matériel.

3 UTILISATION CORRECTE

Le Trimmer est conçu pour une utilisation privée et non adapté à une utilisation à des fins commerciales, médicales ou thérapeutiques. Le Trimmer fait partie d'un équipement d'entraînement musculaire. Le Trimmer n'est pas un jouet. Le Trimmer ne doit être utilisé que de la manière décrite dans ces instructions. Toute autre utilisation est considérée comme incorrecte et pourrait provoquer un endommagement du matériel ou des blessures à la personne. Le fabricant/détaillant ne sera aucunement tenu responsable des dommages causés par une utilisation incorrecte ou abusive.

4 INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ

⚠ AVERTISSEMENT ! RISQUES DE BLESSURES!

- » Il est essentiel que vous portiez attention aux informations de sécurité suivantes. Ce produit présente des risques de sécurité pour les enfants et personnes disposant de capacités physiques, sensorielles ou mentales limitées (p. ex. les personnes partiellement handicapées ou les personnes âgées avec capacités physiques et mentales réduites), ou pour celles dépourvues d'expérience ou de connaissances du produit (p. ex. les enfants).
- » Les enfants ne doivent pas jouer avec le Trimmer.
- » Les enfants ne doivent pas nettoyer le Trimmer sans la supervision d'un adulte.
- » Ne laissez pas les enfants jouer avec le matériel d'emballage, car ils pourraient s'étouffer ou s'étouffer.

⚠ ATTENTION ! RISQUES DE BLESSURES!

- » Une utilisation incorrecte du Trimmer pourrait mener à des blessures.
- » Évitez de vous tordre lorsque vous portez une charge.
- » Les adolescents et personnes handicapées doivent d'abord consulter un médecin avant de commencer l'entraînement.
- » Un effort physique trop important ou une performance incorrecte des exercices peut mener à des blessures.
- » Échauffez-vous avant chaque session d'entraînement et étirez-vous après chacune.
- » Entraînez-vous seulement en fonction de votre niveau de compétence.
- » Si vous remarquez une sensation inconfortable pendant l'entraînement, interrompez immédiatement votre session et consultez un médecin.
- » N'étirez jamais le trimmer au-delà de la longueur maximale indiquée. La longueur maximale des sangles d'entraînement est de 155 cm.
- » N'attachez jamais les sangles du Trimmer à d'autres objets et ne les nouez pas ensemble.

- » Veillez toujours à ce que vos pieds soient placés de manière stable dans les sangles de cheville afin qu'elles ne glissent pas ou ne produisent pas d'effet élastique pendant l'entraînement.
- » N'effectuez aucune modification sur le Trimmer.
- » Avant chaque entraînement, vérifiez que le Trimmer ne soit pas endommagé. Cessez d'utiliser le Trimmer lorsque celui-ci présente des dommages.
- » Ne pas fixer aux portes, fenêtres ou autres structures inadéquates.

5 CONTENU

1. Trimmer
2. Mode d'emploi

6 VÉRIFIER LE CONTENU

AVIS ! RISQUES D'ENDOMMAGEMENT!

- » L'ouverture de l'emballage avec un couteau tranchant ou un objet pointu pourrait endommager le Trimmer. Ouvrez l'emballage avec précaution.

Vérifiez que toutes les pièces sont bien incluses dans l'emballage et que le Trimmer ne présente aucun signe d'endommagement. En cas de dommage, n'utilisez pas le Trimmer. Veuillez contacter le fabricant via l'adresse de service indiquée sur la carte de garantie.

7 ENTRAÎNEMENT

⚠ ATTENTION ! RISQUES DE BLESSURES!

SI VOUS N'ÊTES PAS DANS UN ÉTAT DE SANTÉ PHYSIQUE VOUS PERMETTANT DE VOUS ENTRAÎNER CORRECTEMENT AVEC LE TRIMMER, CE GENRE D'ACTIVITÉ POURRAIT PORTER PRÉJUDICE À VOTRE SANTÉ. IL EST ESSENTIEL QUE VOUS PORTIEZ ATTENTION AUX INFORMATIONS SUIVANTES AFIN DE NE PAS NUIRE À VOTRE SANTÉ.

- » Avant de commencer une session d'entraînement, faites établir une évaluation générale de votre état de forme physique par votre médecin. Demandez-lui si certains aspects de votre état de santé pourraient vous empêcher d'utiliser le Trimmer.
- » Si vous êtes au courant de conditions préexistantes (p. ex. maladie cardiovasculaire), demandez conseil à votre médecin avant d'utiliser le Trimmer pour la première fois.
- » Si vous ressentez des nausées, vertiges, douleurs dans la poitrine ou autres symptômes inhabituels pendant l'exercice, interrompez votre session d'entraînement et consultez immédiatement un médecin.
- » Commencez toujours votre session d'entraînement par des exercices d'échauffement.
- » Portez des vêtements et chaussures de sport adaptés lorsque vous vous entraînez.
- » Prêtez attention à votre tension corporelle lors de votre entraînement.

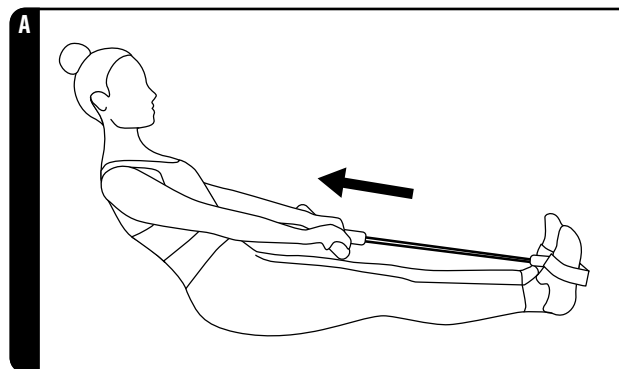
S'entraîner avec le Trimmer aide à renforcer et développer les muscles. Effectuez tous les mouvements lentement et en douceur. Des mouvements saccadés peuvent nuire à votre santé.

Si vous n'êtes pas sûr d'avoir effectué un exercice correctement, consultez un coach sportif professionnel ou renseignez-vous sur Internet ou à partir de documentation spécialisée.

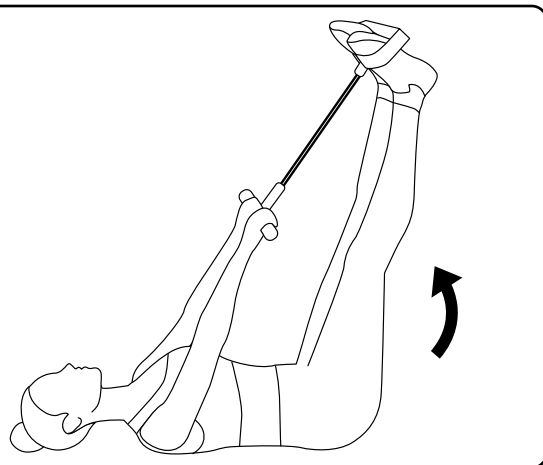
7.1 ENTRAÎNEMENT

Commencez toujours votre session d'entraînement par une phase d'échauffement. Reposez-vous au minimum 60 secondes entre chaque exercice. Utilisez les périodes de repos pour détendre vos muscles ou boire. Au fil du temps, vous pourrez augmenter le nombre d'exercices et de répétitions. Si vous remarquez une fatigue au niveau de vos muscles, réduisez la longueur de votre entraînement. De plus, laissez un jour de repos entre chaque entraînement afin de permettre à vos muscles et votre corps de récupérer suffisamment.

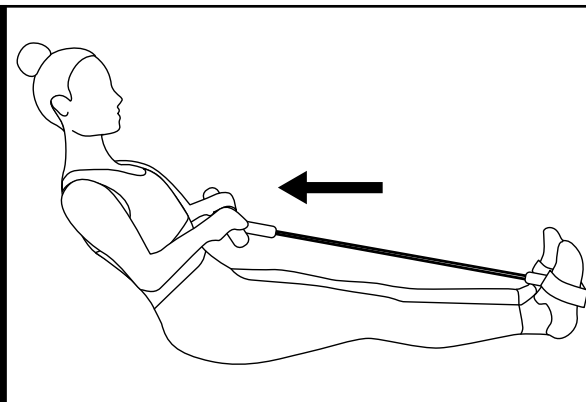
8 EXERCICES



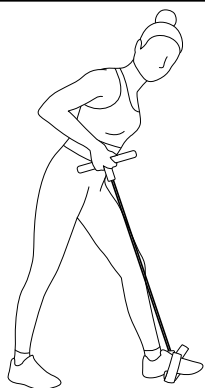
1. Placez vos pieds dans les sangles prévues à cet effet. Attrapez les poignées.
2. Asseyez-vous droit et allongez vos jambes.
3. Ensuite, penchez lentement votre buste vers l'arrière. Ne courbez pas votre dos; veillez à ce qu'il reste droit.
4. Revenez lentement en position assise. Effectuez quelques répétitions.

B

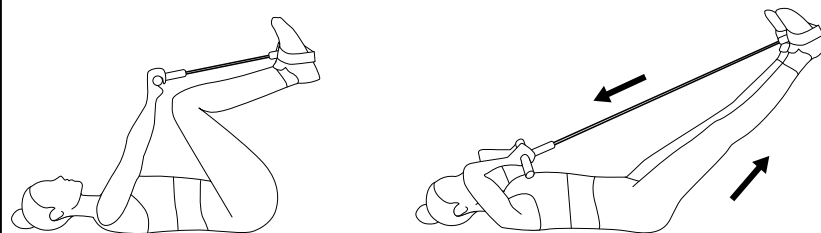
1. Placez vos pieds dans les sangles prévues à cet effet. Attrapez les poignées.
2. Allongez-vous sur le dos, jambes allongées.
3. Levez vos jambes vers le plafond, tout en les gardant tendues.
4. Ensuite, baissez lentement vos jambes jusqu'à ce qu'elles soient de nouveau à plat au sol. Effectuez quelques répétitions.

C

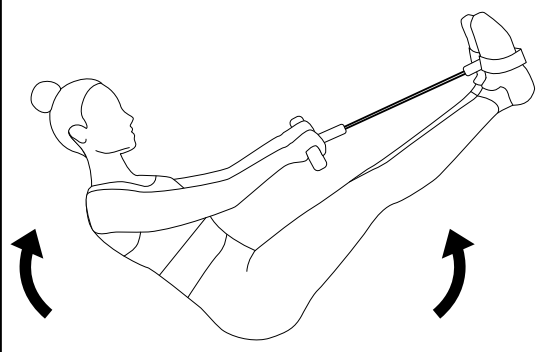
1. Placez vos pieds dans les sangles prévues à cet effet. Attrapez les poignées.
2. Asseyez-vous et allongez vos jambes.
3. Puis, penchez-vous légèrement vers l'arrière. Ne courbez pas votre dos; veillez à ce qu'il reste droit.
4. Tirez la poignée vers votre buste et laissez-la retourner à sa position initiale. Lorsque vous effectuez cet exercice, veillez à vous pencher légèrement en arrière.
5. Effectuez quelques répétitions.

D

1. Placez votre pied gauche devant votre pied droit. Placez votre pied gauche dans la sangle opposée (droite).
2. Saisissez la poignée avec votre main droite. Puis, penchez-vous légèrement vers l'avant. Vous pouvez vous aider en plaçant votre main sur votre cuisse droite. Veillez à ce que votre dos ne soit pas courbé.
3. Ensuite, tirez la poignée vers votre buste lentement et de manière contrôlée. Effectuez quelques répétitions. Changez ensuite de côté.

E

1. Allongez-vous sur le dos. Placez vos pieds dans les sangles prévues à cet effet. Fléchissez les genoux. Levez vos pieds de manière à ce que la partie inférieure de vos jambes forme une ligne droite.
2. Saisissez les poignées et positionnez la prise face à votre ventre.
3. Ensuite, tirez la prise vers votre menton. Tout en effectuant l'exercice, allongez vos jambes. Les pieds doivent rester en l'air tout au long de l'exercice.
4. Retournez à la position initiale dans un mouvement lent et contrôlé. Effectuez quelques répétitions.

F

1. Placez vos pieds dans les sangles prévues à cet effet. Attrapez les poignées.
2. Allongez-vous sur le dos, jambes allongées.
3. Soulevez lentement vos jambes et votre buste.
4. Puis redescendez-les lentement. Effectuez quelques répétitions.

9 NETTOYAGE ET STOCKAGE

Nettoyez le Trimmer avec un chiffon humide, puis séchez-le. Laissez le Trimmer sécher suffisamment. N'utilisez aucun détergent agressif ou irritant pour nettoyer la barre. Si le Trimmer est humide après un entraînement, laissez-le sécher suffisamment. Rangez le Trimmer dans un endroit sec et ventilé. Ne l'exposez pas à de hauts niveaux d'humidité, un rayonnement lumineux trop intense ou des conditions météorologiques extrêmes.

10 CONSIGNES DE RECYCLAGE

L'élimination du Trimmer 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.

11 SPÉCIFICATIONS

Longueur d'extension max.: 155 cm, Force en N: 112 N*)

*) Selon les indications du fabricant

DIN 32935 - A

INDICE

1 Informazioni generali	27
2 Pittogrammi e simboli	27
3 Destinazione d'uso	28
4 Istruzioni di sicurezza.....	28
5 Contenuto	29
6 Controllo del contenuto	29
7 Allenamento	30
7.1 Allenamento	30
8 Esercizi.....	31
9 Pulizia e conservazione	36
10 Istruzioni per lo smaltimento	36
11 Specifiche.....	36

1 INFORMAZIONI GENERALI



Leggere attentamente le istruzioni per l'uso e le avvertenze di sicurezza prima di usare il prodotto per la prima volta. La corda elastica per addominali deve essere usato esclusivamente come descritto in queste istruzioni. La mancata osservanza delle istruzioni contenute in questo manuale può causare gravi lesioni. Le presenti istruzioni per l'uso sono parte integrante della corda elastica per addominali. Devono essere conservate per successiva consultazione e consegnate insieme alla corda elastica per addominali qualora esso sia dato in uso ad altre persone.

Le istruzioni per l'uso possono anche essere richieste in formato PDF al nostro Servizio Clienti, contattando il produttore all'indirizzo indicato nella scheda di garanzia.

Per agevolare la lettura, nei successivi capitoli la corda elastica per addominali sarà denominato semplicemente "elastico".

2 PITTGRAMMI E SIMBOLI

Nelle presenti istruzioni per l'uso o sulla confezione sono utilizzati i seguenti simboli e parole d'avvertimento:



Prima del primo utilizzo consultare le istruzioni per l'uso.

⚠ AVVERTENZA!

»Questo simbolo/questa parola d'avvertimento indica un pericolo con un livello di rischio moderato che, se non evitato, può causare morte o gravi lesioni.

⚠ ATTENZIONE!

»Questo simbolo/questa parola d'avvertimento indica un pericolo con un basso livello di rischio che, se non evitato, può causare lesioni lievi o medie.

AVVISO!

»Questo simbolo/questa parola d'avvertimento indica possibili danni materiali.

3 DESTINAZIONE D'USO

L'elastico è destinato all'uso privato e non è appropriato per uso commerciale, medico o terapeutico. L'elastico è un attrezzo per l'allenamento di resistenza. L'elastico non è un giocattolo. Deve essere usato esclusivamente come descritto in queste istruzioni; qualsiasi altro uso è da considerarsi improprio e può causare danni materiali nonché lesioni personali. Il produttore o rivenditore declina ogni responsabilità in caso di danni causati dall'uso improprio o scorretto.

4 ISTRUZIONI DI SICUREZZA

AVVERTENZA! RISCHIO DI LESIONI!

- » È fondamentale rispettare le seguenti avvertenze di sicurezza. Questo prodotto comporta un rischio per la sicurezza dei bambini e delle persone con limitate capacità fisiche, sensoriali o mentali (ad es. persone parzialmente disabili o persone anziane con ridotte capacità fisiche e mentali), nonché per i soggetti privi di esperienza o competenza (ad es. bambini).
- » Non consentire ai bambini di giocare con l'elastico.
- » Non consentire ai bambini di pulire l'elastico senza la supervisione di un adulto.
- » Non consentire ai bambini di giocare con il materiale di imballaggio poiché potrebbero restarvi intrappolati e soffocare.

ATTENZIONE! RISCHIO DI LESIONI!

- » L'uso scorretto dell'elastico può causare lesioni.
- » Evitare torsioni del corpo sotto carico.
- » Gli adolescenti e i portatori di handicap devono consultare un medico prima di intraprendere l'allenamento.
- » Un eccesso di esercizi o la scorretta esecuzione degli stessi può causare lesioni.
- » Praticare il riscaldamento prima di ogni sessione di allenamento ed esercizi di defaticamento post-allenamento.
- » Effettuare l'allenamento solo in base al proprio livello di capacità.
- » Se durante l'allenamento insorgono disturbi di qualsiasi genere, interrompere subito l'attività e consultare un medico.
- » Non allungare mai le fasce elastiche dell'elastico oltre la lunghezza massima consentita. La lunghezza massima delle fasce elastiche è di 155 cm.
- » Non legare mai le fasce elastiche dell'elastico ad altri oggetti e non annodarle mai tra di loro.

- » Assicurarsi sempre che i piedi siano posizionati saldamente nelle cavigliere in modo che durante l'allenamento non possano fuoriuscire facendo scattare indietro le fasce elastiche.
- » Non apportare modifiche all'elastico.
- » Prima di ogni allenamento, verificare che l'elastico non presenti danneggiamenti. Non utilizzare più l'elastico nel caso in cui questo presenti danneggiamenti.
- » Non attaccare a porte, finestre o altre strutture inadatte.

5 CONTENUTO

1. Elastico
2. Istruzioni per l'uso

6 CONTROLLO DEL CONTENUTO

AVVISO! RISCHIO DI DANNI!

- » Aprendo l'imballaggio con un coltello affilato o un oggetto appuntito si rischia di danneggiare l'elastico. Prestare attenzione durante l'apertura dell'imballaggio.

Controllare che tutti i componenti siano presenti e che l'elastico non presenti danni. In caso di danni non utilizzare l'elastico: contattare il produttore all'indirizzo indicato nella scheda di garanzia.

7 ALLENAMENTO

⚠ ATTENZIONE! RISCHIO DI LESIONI!
SE NON SI È IN POSSESSO DI UNO STATO FISICO O DI SALUTE ADEGUATO ALL'ALLENAMENTO CON L'ELASTICO, TALE ATTIVITÀ POTREBBE RISULTARE DANNOSA PER LA SALUTE. È ESSENZIALE RISPETTARE LE SEGUENTI AVVERTENZE PER EVITARE DANNI ALLA SALUTE.

- » Prima di iniziare un programma di allenamento rivolgersi al proprio medico per una valutazione generale di idoneità fisica. Chiedere al proprio medico se vi sono aspetti del proprio stato di salute che potrebbero impedire l'uso dell'elastico.
- » Qualora si sia a conoscenza di disturbi preesistenti (p. es. patologie cardiovascolari), chiedere consiglio al proprio medico prima di iniziare a usare l'elastico.
- » In caso di nausea, capogiri, dolori al petto o altri dolori o sintomi anomali insorti durante l'allenamento, interrompere l'attività e consultare subito un medico.
- » Iniziare sempre la seduta di allenamento con esercizi di riscaldamento.
- » Durante l'allenamento indossare sempre abiti e scarpe sportivi adeguati.
- » Durante gli esercizi prestare attenzione alla tensione del corpo.

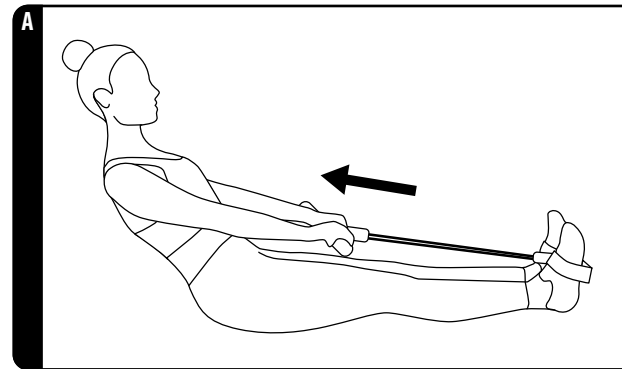
L'allenamento con l'elastico aiuta a rafforzare e sviluppare i muscoli. Tutti i movimenti devono essere lenti e dolci; i movimenti bruschi possono influire negativamente sulla salute.

Se non vi è la certezza di avere eseguito correttamente un esercizio, consultare un allenatore professionista o cercare informazioni tramite internet o pubblicazioni specializzate.

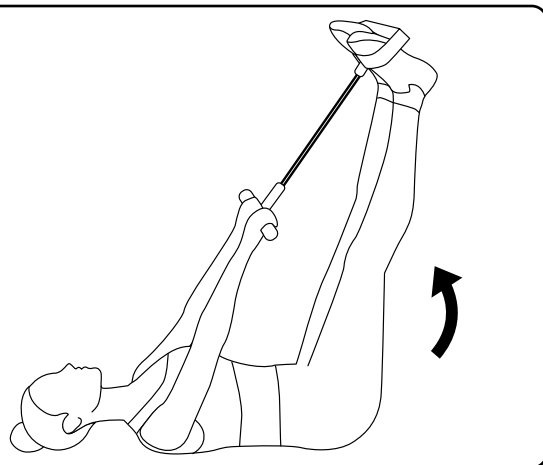
7.1 ALLENAMENTO

Iniziare sempre la seduta di allenamento con esercizi di riscaldamento. Riposare per almeno 60 secondi tra un esercizio e l'altro. Utilizzare i periodi di riposo per rilassare i muscoli o per bere. Con l'andar del tempo si può aumentare il numero di esercizi e di ripetizioni. Se si nota un affaticamento dei muscoli, ridurre la durata dell'allenamento. Lasciare anche un giorno di intervallo tra le sedute di allenamento per consentire ai muscoli e al corpo un sufficiente recupero.

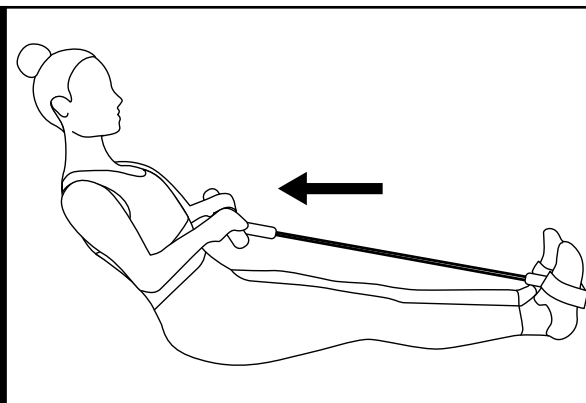
8 ESERCIZI



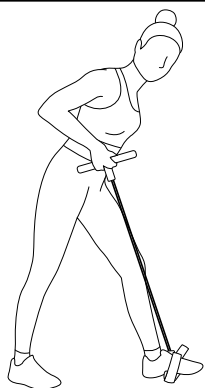
1. Inserire i piedi nelle cinghie dei pedali. Afferrare le maniglie.
2. Sedersi in posizione eretta con le gambe distese.
3. Inclinare lentamente il busto all'indietro senza incurvare la schiena: accertarsi che formi sempre una linea retta.
4. Tornare lentamente in posizione eretta. Ripetere l'esercizio alcune volte.

B

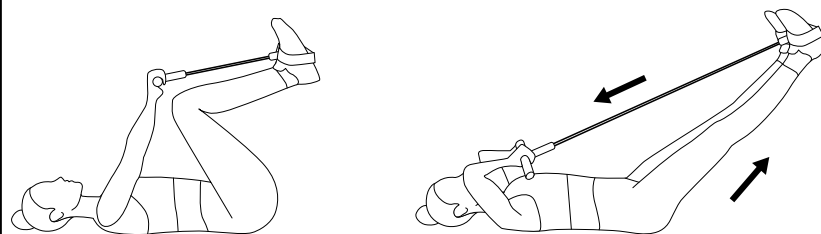
1. Inserire i piedi nelle cinghie dei pedali. Afferrare le maniglie.
2. Mettersi in posizione supina con le gambe distese.
3. Sollevare le gambe fino a portarle in posizione verticale, mantenendole sempre distese.
4. Infine abbassare lentamente le gambe fino a riportarle distese sul pavimento. Ripetere l'esercizio alcune volte.

C

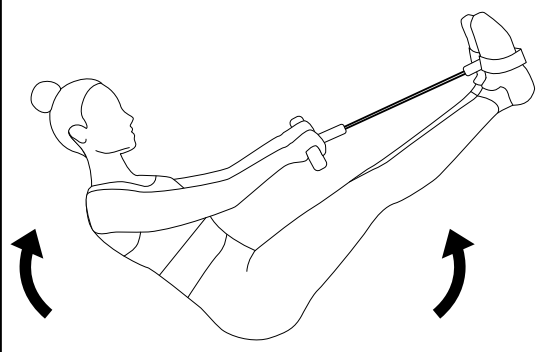
1. Inserire i piedi nelle cinghie dei pedali. Afferrare le maniglie.
2. Mettersi in posizione seduta con le gambe distese.
3. Inclinare leggermente il busto all'indietro senza incurvare la schiena: accertarsi che rimanga dritta.
4. Tirare l'impugnatura verso il petto e poi lasciarla tornare nella posizione iniziale. Durante il movimento accertarsi di tenere il busto leggermente inclinato all'indietro.
5. Ripetere l'esercizio alcune volte.

D

1. Posizionare il piede sinistro davanti a quello destro. Inserire il piede sinistro nella cinghia del pedale opposto (destro).
2. Afferrare la maniglia con la mano destra e inclinare leggermente il busto in avanti. È possibile avvalersi di un sostegno appoggiando la mano sulla coscia destra. Prestare attenzione a non arcuare la schiena.
3. Tirare l'impugnatura verso il busto con un movimento lento e controllato. Ripetere l'esercizio alcune volte, e poi cambiare lato.

E

1. Mettersi in posizione supina. Inserire i piedi nelle cinghie dei pedali. Piegare le ginocchia e sollevare i piedi in modo che la parte inferiore delle gambe formi una linea retta.
2. Afferrare le maniglie e posizionare l'impugnatura davanti all'addome tenendo l'elastico lento.
3. Ora tirare l'impugnatura verso il mento e contemporaneamente distendere le gambe tenendo sempre i piedi in alto.
4. Ritornare alla posizione iniziale con un movimento lento e controllato. Ripetere l'esercizio alcune volte.

F

1. Inserire i piedi nelle cinghie dei pedali. Afferrare le maniglie.
2. Mettersi in posizione supina con le gambe distese.
3. Sollevare lentamente le gambe e il busto.
4. Infine abbassare lentamente le gambe e il busto. Ripetere l'esercizio alcune volte.

9 PULIZIA E CONSERVAZIONE

Pulire l'elastico con un panno umido e poi asciugarlo. Lasciar asciugare sufficientemente l'elastico. Per la pulizia non usare prodotti detergenti aggressivi o irritanti. Se dopo un allenamento l'elastico è umido, lasciarlo asciugare bene. Riporre l'elastico in un luogo asciutto e ben aerato. Non esporre l'elastico ad alti livelli di umidità, luce solare intensa o condizioni atmosferiche estreme.

10 ISTRUZIONI PER LO SMALTIMENTO

L'elastico nonché tutti i componenti dell'imballaggio possono essere smaltiti tramite un'azienda di smaltimento rifiuti autorizzata o l'ente municipale preposto secondo le normative vigenti. Su richiesta, il personale dell'ente preposto allo smaltimento dei rifiuti fornirà informazioni sulle modalità di uno smaltimento corretto ed ecosostenibile.

11 SPECIFICHE

Massima lunghezza di estensione: 155 cm, Forza in N: 112 N*)

*) In base alle informazioni fornite dal produttore

DIN 32935 - A

TARTALOMJEGYZÉK

1 Általános információk	39
2 Jelek és szimbólumok	39
3 Rendeltetésszerű használat	40
4 Biztonsági utasítások.....	40
5 Tartalom	41
6 A tartalom ellenőrzése.....	41
7 Edzés	42
7.1 Az edzési folyamat	42
8 Gyakorlatok.....	43
9 Tisztítás és tárolás	47
10 Ártalmatlanítási tudnivalók	47
11 Műszaki adatok.....	48

1 ÁLTALÁNOS INFORMÁCIÓK



Figyelmesen tanulmányozza át a használati útmutatót és a biztonsági utasításokat a termék első használata előtt. a hasformáló eszközt csak az ebben az útmutatóban ismertetett módon szabad használni. Az ebben az útmutatóban található utasítások be nem tartása súlyos sérüléshez vezethet. Ez a használati útmutató a hasformáló eszköz részét képezi. Meg kell őrizni a későbbi kérdések tisztázása érdekében, és mellékelni kell a hasformáló eszközhöz, amikor azt más személyeknek adják használatra.

A használati útmutató PDF-formátumban is igényelhető az ügyfélszolgálati csoportunktól. Kérjük, lépjen kapcsolatba a gyártóval a garanciakártyán feltüntetett szervizcímen.

A könnyebb olvashatóság érdekében a hasformáló eszközre a következő fejezetekben egyszerűen csak hasformálóként hivatkozunk.

2 JELEK ÉS SZIMBÓLUMOK

A következő szimbólumok és figyelmeztetések szerepelnek ebben a használati útmutatóban vagy a csomagoláson:



Kérjük, kövesse az utasításokat az első használat előtt.

⚠ FIGYELMEZTETÉS!

»Ez a szimbólum/figyelmeztetés mérsékelt kockázatra utal, melynek figyelmen kívül hagyása súlyos, halálos kimenetelű sérüléshez vezethet.

⚠ VIGYÁZAT!

»Ez a szimbólum/figyelmeztetés alacsony mértékű kockázatra utal, melynek figyelmen kívül hagyása kisebb vagy közepes mértékű sérüléshez vezethet.

ℹ ÉRTESÍTÉS!

»Ez a szimbólum/figyelmeztetés lehetséges anyagi kárra figyelmeztet.

3 RENDELTETÉSSZERŰ HASZNÁLAT

A hasformáló magánhasználatra szolgál, és nem alkalmas kereskedelmi, orvosi vagy terápiás felhasználásra. A hasformáló izomerősítésre szolgáló eszköz. A hasformáló nem játék. A hasformálót csak az ebben az útmutatóban ismertetett módon szabad használni. Az ettől eltérő felhasználás helytelennek minősül, és anyagi kárhoz vagy akár személyi sérüléshez is vezethet. A gyártó/forgalmazó nem vállal felelősséget a nem megfelelő vagy nem rendeltetésszerű használatból eredő károkért.

4 BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK

⚠ FIGYELMEZTETÉS! SÉRÜLÉSVESZÉLY!

- »Rendkívül fontos a következő biztonsági utasítás betartása. A termék biztonsági veszélyt jelent a gyermekek és korlátozott fizikai, érzékszervi vagy mentális képességekkel élő (pl. részleges fogyatékossgal élő vagy csökkent fizikai és mentális képességekkel élő idős személyek) vagy nem elegendő tapasztalattal rendelkező személyek (pl. gyermekek) számára.
- »Gyermekek ne játsszanak a hasformálóval.
- »Ne tisztítsák gyermekek a hasformálót felnőtt felügyelete nélkül.
- »Ne hagyja, hogy gyermekek játsszanak a csomagolóanyaggal, mert belegabalyodhatnak és megfulladhatnak.

⚠ VIGYÁZAT! SÉRÜLÉSVESZÉLY!

- »A hasformáló helytelen használata sérüléshez vezethet.
- »Terhelés alatt kerülje a test elcsavarását.
- »Serdülőknek vagy fogyatékokkal élő személyeknek orvoshoz kell fordulniuk tanácsért az edzés megkezdése előtt.
- »A túlzott mértékű felhasználás vagy a gyakorlatok helytelen végzése sérüléshez vezethet.
- »Melegítsen be minden edzés előtt, és vezessen le minden edzés után.
- »Csak az edzettségének megfelelő szinten végezze az edzést.
- »Ha bármilyen kellemetlenséget érezne az edzés során, azonnal hagyja abba az edzést, és forduljon orvoshoz.
- »A hasformáló szalagjait soha ne nyújtsa ki a megadott maximális hosszúságnál jobban. A fitneszszalagok maximális hosszúsága 155 cm.
- »Soha ne kösse a hasformáló szalagjait más tárgyra, és ne csomózza össze a két szalagot.
- »Minden esetben ügyeljen arra, hogy a lábai stabilan helyezkedjenek el a lábtartó hurokban, hogy edzés közben ne csúszhassanak ki, és a szalagok ne csapódhassanak vissza.

»Ne módosítsa a hasformálót.

»Minden edzés előtt ellenőrizze, hogy láthatók-e sérülések a hasformálón. Ne használja a hasformálót, ha azon sérüléseket tapasztal.

»Ne rögzítse ajtókhöz, ablakokhoz vagy más alkalmatlan szerkezetekhez.

5 TARTALOM

1. Hasformáló
2. Használati útmutató

6 A TARTALOM ELLENŐRZÉSE

⚠ VIGYÁZAT! SÉRÜLÉSVESZÉLY!

»A csomagolás éles késsel vagy hegyes tárggyal történő felnyitása kárt tehet a hasformálóban. A csomagolás felnyitásakor körültekintően járjon el.

Győződjön meg arról, hogy minden alkatrész maradéktalanul megtalálható, és a hasformálón nincsenek sérülésre utaló jelek. Sérülés esetén ne használja a hasformálót. Lépjen kapcsolatba a gyártóval a garanciakártyán feltüntetett szervizcímen.

7 Edzés

⚠ VIGYÁZAT! SÉRÜLÉSVESZÉLY!

AMENNYIBEN ÖN NINCS MEGFELEŐ, A HASFORMÁLÓVAL TÖRTÉNŐ EDZÉSHEZ SZÜKSÉGES FIZIKAI ÁLLAPOTBAN, AKKOR AZ ILYEN TEVÉKENYSÉG KÁROS LEHET EGÉSZSÉGÉRE. RENDKÍVÜL FONTOS A KÖVETKEZŐ INFORMÁCIÓK FIGYELEMBEVÉTELE AZ EGÉSZSÉGGÁROSODÁS MEGELŐZÉSE ÉRDEKÉBEN.

- » Az edzés megkezdése előtt orvossal végeztesse el egészségügyi állapotának felmérését. Kérdezze meg orvosát, hogy van-e bármilyen olyan egészségügyi állapota, amely akadályozná Önt a hasformáló használatában.
- » Amennyiben ismerne korábban fennálló betegséget (pl. szív- és érrendszeri megbetegedés), akkor a hasformáló első használata előtt forduljon orvosához tanácsért.
- » Ha hányingert, szédülést, mellkasi fájdalmat vagy bármilyen más szokatlan fájdalmat vagy tünetet tapasztalna az edzés közben, azonnal függesse fel az edzést, és forduljon orvoshoz.
- » Mindig bemelegítéssel kezdje az edzést.
- » Az edzés során viseljen megfelelő sportruházatot és cipőt.
- » Az edzés során ügyeljen arra, hogy teste megfeszüljön.

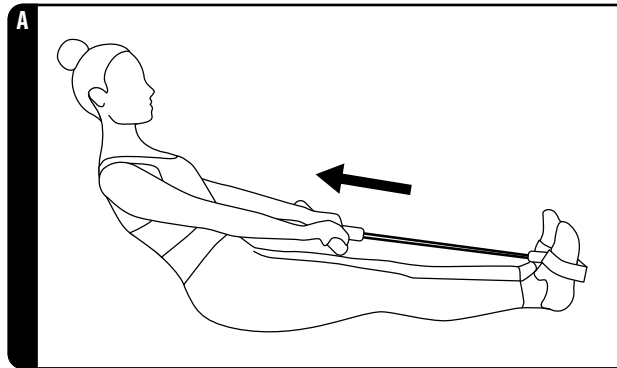
A hasformálóval végzett edzés segít az izmok erősítésében és fejlesztésében. Lassan és gyengéden végezzen minden mozgást. a rángatózó mozgások károsak lehetnek az egészségére.

Ha nem biztos benne, hogy helyesen végzett el egy gyakorlatot, akkor forduljon professzionális fitneszedzőhöz, illetve szerezzon információkat az internetről vagy szakirodalomból.

7.1 AZ EDZÉSI FOLYAMAT

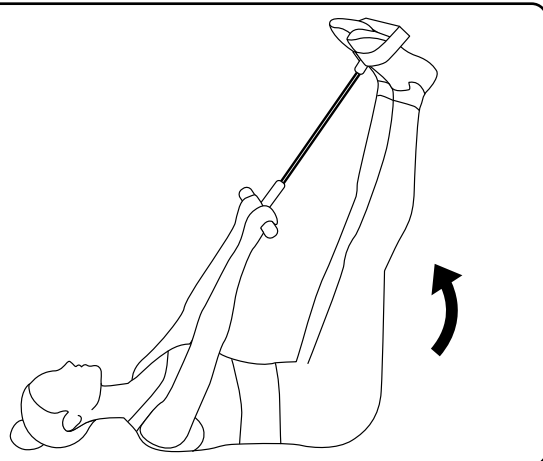
Mindig bemelegítéssel kezdje az edzést. Minden gyakorlat között pihenjen legalább 60 másodpercet. a pihenő időszakokat használja izmai ellazítására, vagy igyon valamit. Idővel növelheti a gyakorlatok és ismétlődések számát. Ha izomfáradtságot tapasztalna, akkor csökkentse az edzés hosszát. Az edzések között hagyjon egy napnyi pihenést annak érdekében, hogy izmai és szervezete megfelelően tudjon regenerálódni.

8 GYAKORLATOK



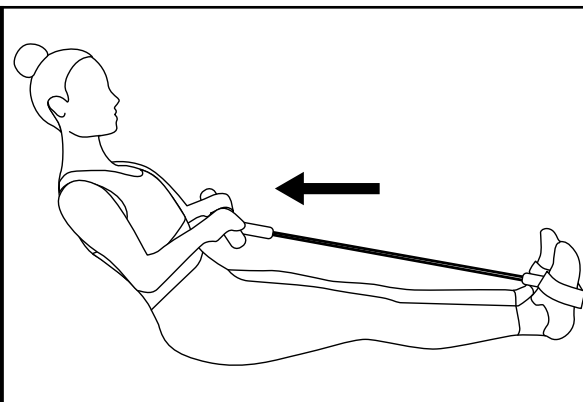
1. Dugja lábait a lábpántokba. Fogja meg a markolatokat.
2. Üljön egyenesen, és nyújtsa ki lábait.
3. Ezután lassan engedje le hátrafelé a felsőtestét. Ne hajlítsa be hátát, ügyeljen arra, hogy mindig egyenes legyen.
4. Lassan üljön fel ismét. Ismételje meg a folyamatot néhányszor.

B



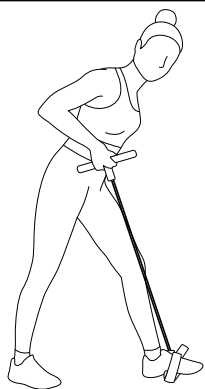
1. Dugja lábait a lábpántokba. Fogja meg a markolatokat.
2. Feküdjön a hátára kinyújtott lábakkal.
3. Emelje fel lábait addig, amíg azok egyenesen felfelé nem mutatnak, és tartsa lábait egyenesen kinyújtva.
4. Ezután lassan engedje le a lábait, amíg azok ismét a padlóra nem kerülnek. Ismételje meg a folyamatot néhányszor.

C



1. Dugja lábait a lábpántokba. Fogja meg a markolatokat.
2. Üljön le, és nyújtsa ki lábait.
3. Ezután dőljön enyhén hátra. Ne hajlítsa be hátát, ügyeljen rá, hogy egyenes maradjon.
4. Húzza a markolatot mellkasa felé, és hagyja visszatérni a kiindulási helyzetbe. Eközben ügyeljen arra, hogy enyhén hátradőljön.
5. Ismételje meg a folyamatot néhányszor.

D



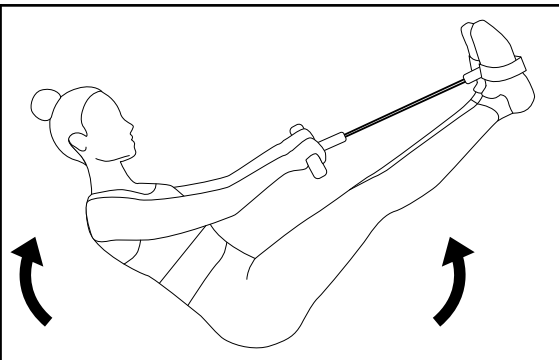
1. Helyezze bal lábát a jobb lába elé. Dugja bal lábát az ellenkező (jobb) lábpántba.
2. Fogja meg a markolatot a jobb kezével. Enyhén dőljön előre. Úgy segítheti a gyakorlatot, ha kezét jobb combjára helyezi. Ügyeljen arra, hogy háta egyenes maradjon.
3. Ezután húzza felsőteste felé a markolatot lassú, kontrollált módon. Ismételje meg a folyamatot néhányszor. Ezután cseréljen oldalt.

E



1. Feküdjön a hátára. Dugja lábait a lábpántokba. Hajlítsa be a térdeit. Emelje fel lábait úgy, hogy alsó lábszárai egyenes vonalat képezzenek.
2. Fogja meg a markolatokat, és lazán pozicionálja a markolatot a hasa előtt.
3. Ezután húzza a markolatot az álla felé. Eközben nyújtsa ki a lábait. Lábai maradjanak végig a levegőben.
4. Térjen vissza a kiindulási helyzetbe lassú, kontrollált mozgással. Ismételje meg a folyamatot néhányszor.

F



1. Dugja lábait a lábpántokba. Fogja meg a markolatokat.
2. Feküdjön a hátára kinyújtott lábakkal.
3. Lassan emelje fel a lábait és felsőtestét.
4. Ezután lassan engedje le a lábait és felsőtestét. Ismételje meg a folyamatot néhányszor.

9 TISZTÍTÁS ÉS TÁROLÁS

Nedves ronggyal tisztítsa meg a hasformálót, majd szárítsa meg. Hagyja megfelelően megszáradni a hasformálót. a tisztításhoz ne használjon durva vagy irritáló hatású tisztítószeret. Ha a hasformáló nedves lenne egy edzést követően, akkor hagyja megfelelően megszáradni. a hasformálót száraz, jól szellőző helyen tárolja. Ne tegye ki a hasformálót nagyfokú nedvességnek, intenzív napsugárzásnak vagy extrém időjárási körülményeknek.

10 ÁRTALMATLANÍTÁSI TUDNIVALÓK

A hasformáló, valamint valamennyi csomagolóanyag ártalmatlanítása engedéllyel rendelkező hulladékkezelő vállalat, illetve az illetékes kommunális intézményen keresztül, a hatályos előírások szerint történhet. a hulladékkezelő vállalat munkatársai érdeklődés esetén tájékoztatást adnak a helyes és környezetbarát ártalmatlanítás lehetőségeiről.

11 MŰSZAKI ADATOK

Max. kinyújtási hossz: 155 cm, Erő N-ban: 112 N*)

*) Gyártói adat (+/- 20 % tűréshatár)

DIN 32935 - A





ASPIRIA NONFOOD GMBH

LADEMANNBOGEN 21-23

22339 HAMBURG

GERMANY

CUSTOMER@ASPIRIA-NONFOOD.DE

MADE IN CHINA / (IT) PRODOTTO IN: CINA / (HU) SZÁRMAZÁSI HELY: KÍNA

STAND / VERSION / VERSIONE /
ÁLLAPOT: 2024-09