PL - polski

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Informacje o bezpieczeństwie

OSTRZEŻENIA!
1.Elastyczna opaska oporowa nie jest przeznaczona dla osób poniżej 14 roku życia.
2.Elastyczna opaska oporowa posiada maksymalny poziom oporu: 60 kg (nie jest to maksymalna waga użytkownika).
3.Przed każdym użyciem sprawdź opaskę pod kątem pęknięć, nacięć lub innych uszkodzeń.
4.Używaj opaski zgodnie z instrukcją producenta i zalecanym poziomem oporu.
5.Unikaj nadmiernego rozciągania opaski, aby zapobiec jej osłabieniu lub zerwaniu.
6.Upewnij się, że punkty zaczepienia są stabilne i bezpieczne podczas ćwiczeń.
7.Utrzymuj prawidłową technikę ćwiczeń, aby uniknąć kontuzji.
8.W przypadku bólu lub dyskomfortu natychmiast przerwij ćwiczenia i skonsultuj się ze specjalistą.
9.Przechowuj opaskę w suchym i chłodnym miejscu, z dala od źródeł ciepła i światła słonecznego.
10.Elastyczna opaska oporowa nie jest zabawką – przechowuj ją poza zasięgiem dzieci i zwierząt.

EN - English

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Safety Information

WARNINGS!
1. This elastic resistance band is not intended for use by persons under 14 years of age.
2. This elastic resistance band has a maximum resistance level of 60 kg (this is not the maximum user weight).
3. Before each use, inspect the band for cracks, cuts, or other damage.
4. Use the band according to the manufacturer's instructions and the recommended resistance level.
5. Avoid overstretching the band to prevent weakening or breaking.
6. Ensure the attachment points are stable and secure during exercise.
7. Maintain proper exercise technique to avoid injury.
8. If you experience pain or discomfort, discontinue exercise immediately and consult a healthcare professional.
9. Store the band in a cool, dry place, away from heat sources and sunlight. 10.The elastic resistance band is not a toy – keep it out of the reach of children and pets.

DE - Deutsch

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Sicherheitsinformationen

WARNHINWEISE!
1. Dieses elastische Widerstandsband ist nicht für Personen unter 14 Jahren geeignet.
2. Dieses elastische Widerstandsband hat eine maximale Belastbarkeit von 60 kg (dies ist nicht das maximale Benutzergewicht).
3. Überprüfen Sie das Band vor jedem Gebrauch auf Risse, Schnitte oder andere Beschädigungen.
4. Verwenden Sie das Band gemäß der Herstelleranleitung und der empfohlenen Belastbarkeit.
5. Vermeiden Sie eine Überdehnung des Bandes, um ein Brechen oder Schwächen zu verhindern.
6. Stellen Sie sicher, dass die Befestigungspunkte während des Trainings stabil und sicher sitzen.
7. Führen Sie die Übungen korrekt aus, um Verletzungen zu vermeiden.
8. Bei Schmerzen oder Unwohlsein beenden Sie die Übung sofort und konsultieren Sie einen Arzt.
9. Bewahren Sie das Band an einem kühlen, trockenen Ort, fern von Hitzequellen und direkter Sonneneinstrahlung auf. 10. Das elastische Widerstandsband ist kein Spielzeug – bewahren Sie es außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren auf.

FR - français

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Informations de sécurité

AVERTISSEMENTS !
1. Cette bande élastique de résistance n'est pas destinée aux personnes de moins de 14 ans.
2. Cette bande élastique de résistance a une résistance maximale de 60 kg (ceci ne correspond pas au poids maximal de l'utilisateur).
3. Avant chaque utilisation, vérifiez que la bande ne présente ni fissures, ni coupures, ni autres dommages.
4. Utilisez la bande conformément aux instructions du fabricant et au niveau de résistance recommandé.
5. Évitez de trop étirer la bande afin de prévenir tout affaiblissement ou rupture.
6. Assurez-vous que les points de fixation sont stables et sécurisés pendant l'exercice.
7. Adoptez une technique d'exercice correcte afin d'éviter les blessures.
8. En cas de douleur ou d'inconfort, arrêtez immédiatement l'exercice et consultez un professionnel de santé.
9. Rangez la bande dans un endroit frais et sec, à l'abri de la chaleur et de la lumière directe du soleil. 10. La bande élastique de résistance n'est pas un jouet – tenez-la hors de portée des enfants et des animaux.

IT - italiano

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Informazioni di sicurezza

AVVERTENZE!
1. Questa fascia elastica non è destinata all'uso da parte di persone di età inferiore ai 14 anni.
2. Questa fascia elastica ha un livello di resistenza massimo di 60 kg (questo non corrisponde al peso massimo dell'utente).
3. Prima di ogni utilizzo, ispezionare la fascia per verificare la presenza di crepe, tagli o altri danni.
4. Utilizzare la fascia secondo le istruzioni del produttore e il livello di resistenza raccomandato.
5. Evitare di allungare eccessivamente la fascia per prevenirne l'indebolimento o la rottura.
6. Assicurarsi che i punti di fissaggio siano stabili e sicuri durante l'esercizio.
7. Mantenere una tecnica di esercizio corretta per evitare infortuni.
8. In caso di dolore o fastidio, interrompere immediatamente l'esercizio e consultare un medico.
9. Conservare la fascia in un luogo fresco e asciutto, lontano da fonti di calore e dalla luce solare. 10. La fascia elastica non è un giocattolo: tenerla fuori dalla portata di bambini e animali domestici.

NL - Nederlands

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Veiligheidsinformatie

WAARSCHUWINGEN!
1. Deze elastische weerstandsband is niet bedoeld voor gebruik door personen jonger dan 14 jaar.
2. Deze elastische weerstandsband heeft een maximale weerstand van 60 kg (dit is niet het maximale gebruikersgewicht).
3. Controleer de band vóór elk gebruik op scheuren, sneden of andere beschadigingen.
4. Gebruik de band volgens de instructies van de fabrikant en het aanbevolen weerstandsniveau.
5. Voorkom overrekking van de band om verzwakking of breuk te voorkomen.
6. Zorg ervoor dat de bevestigingspunten stabiel en stevig vastzitten tijdens het sporten.
7. Houd een correcte trainingstechniek aan om blessures te voorkomen.
8. Stop onmiddellijk met de oefening en raadpleeg een arts als u pijn of ongemak ervaart.
9. Bewaar de band op een koele, droge plaats, uit de buurt van warmtebronnen en zonlicht.
10. De elastische weerstandsband is geen speelgoed – houd hem buiten het bereik van kinderen en huisdieren.

SV - svenska

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Säkerhetsinformation

VARNINGAR!
1. Detta elastiska motståndsband är inte avsett att användas av personer under 14 år.
2. Detta elastiska motståndsband har en maximal motståndsnivå på 60 kg (detta är inte den maximala användarvikten).
3. Kontrollera bandet före varje användning för sprickor, skärsår eller andra skador.
4. Använd bandet enligt tillverkarens instruktioner och den rekommenderade motståndsnivån.
5. Undvik att översträcka bandet för att förhindra att det försvagas eller går sönder.
6. Se till att fästpunkterna är stabila och säkra under träning.
7. Använd korrekt träningsteknik för att undvika skador.
8. Om du upplever smärta eller obehag, avbryt träningen omedelbart och kontakta sjukvårdspersonal.
9. Förvara bandet på en sval, torr plats, borta från värmekällor och solljus.
10. Det elastiska motståndsbandet är inte en leksak – förvara det utom räckhåll för barn och husdjur.

ES - español

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Información de seguridad

¡ADVERTENCIAS!
1. Esta banda elástica de resistencia no está diseñada para ser utilizada por menores de 14 años.
2. Esta banda elástica de resistencia tiene una resistencia máxima de 60 kg (este no es el peso máximo del usuario).
3. Antes de cada uso, inspeccione la banda para detectar grietas, cortes u otros daños.
4. Utilice la banda siguiendo las instrucciones del fabricante y el nivel de resistencia recomendado.
5. Evite estirar demasiado la banda para prevenir que se debilite o se rompa.
6. Asegúrese de que los puntos de sujeción estén estables y seguros durante el ejercicio.
7. Mantenga una técnica de ejercicio adecuada para evitar lesiones.
8. Si experimenta dolor o molestias, interrumpa el ejercicio inmediatamente y consulte a un profesional de la salud.
9. Guarde la banda en un lugar fresco y seco, lejos de fuentes de calor y de la luz solar. 10. La banda elástica de resistencia no es un juguete; manténgala fuera del alcance de los niños y las mascotas.

CS - čeština

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Bezpečnostní informace

VAROVÁNÍ!
1. Tento elastický odporový pás není určen pro osoby mladší 14 let.
2. Tento elastický odporový pás má maximální nosnost 60 kg (nejedná se o maximální hmotnost uživatele).
3. Před každým použitím zkontrolujte pás, zda není prasklý, prořízntutý nebo jinak poškozený.
4. Používejte pás podle pokynů výrobce a doporučené úrovně odporu.
5. Zabraňte nadměrnému natahování pásu, abyste zabránili jeho oslabení nebo přetržení.
6. Ujistěte se, že upevňovací body jsou během cvičení stabilní a bezpečné.
7. Dodržujte správnou techniku cvičení, abyste předešli zranění.
8. Pokud pocítíte bolest nebo nepohodlí, okamžitě přerušte cvičení a poraďte se se zdravotníkem.
9. Pás skladujte na chladném a suchém místě, mimo dosah zdrojů tepla a slunečního záření. 10. Elastický odporový pás není hračka – uchovávejte ji mimo dosah dětí a domácích zvířat.

SK - slovenčina

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Bezpečnostné informácie

UPOZORNENIA!
1. Tento elastický odporový pás nie je určený pre osoby mladšie ako 14 rokov.
2. Tento elastický odporový pás má maximálnu úroveň odporu 60 kg (toto nie je maximálna hmotnosť používateľa).
3. Pred každým použitím skontrolujte pás, či nie je prasknutý, porezaný alebo inak poškodený.
4. Používajte pás podľa pokynov výrobcu a odporúčanej úrovne odporu.
5. Zabráňte nadmernému natiahnutiu pásu, aby ste predišli jeho oslabeniu alebo zlomeniu.
6. Uistite sa, že upevňovacie body sú počas cvičenia stabilné a bezpečné.
7. Dodržiavajte správnu techniku cvičenia, aby ste predišli zraneniu.
8. Ak pocítite bolesť alebo nepohodlie, okamžite prestaňte cvičiť a poraďte sa so zdravotníckym pracovníkom.
9. Pás skladujte na chladnom a suchom mieste, mimo dosahu zdrojov tepla a slnečného žiarenia. 10. Elastický odporový pás nie je hračka – uchovávajte ju mimo dosahu detí a domácich zvierat.

HU - magyar

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Biztonsági információk

FIGYELMEZTETÉSEK!
1. Ez a rugalmas ellenállás-szalag nem 14 év alatti személyek számára készült.
2. Ennek a rugalmas ellenállás-szalagnak a maximális ellenállási szintje 60 kg (ez nem a maximális felhasználó súlya).
3. Minden használat előtt ellenőrizze a szalagot repedések, vágások vagy egyéb sérülések szempontjából.
4. A szalagot a gyártó utasításai és az ajánlott ellenállási szint szerint használja.
5. Kerülje a szalag túlzott nyújtását a gyengülés vagy törés elkerülése érdekében.
6. Győződjön meg arról, hogy a rögzítési pontok stabilak és biztonságosak az edzés során.
7. Tartsa be a megfelelő edzéstechnikát a sérülések elkerülése érdekében.
8. Ha fájdalmat vagy kellemetlenséget tapasztal, azonnal hagyja abba az edzést, és forduljon egészségügyi szakemberhez.
9. A szalagot hűvös, száraz helyen, hőforrásoktól és napfénytől távol tárolja. 10. A rugalmas ellenállás-szalag nem játék – tartsa gyermekek és háziállatok elől elzárva.

RO - română

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Informații de siguranță

AVERTIZĂRI!
1. Această bandă elastică de rezistență nu este destinată utilizării de către persoane sub 14 ani.
2. Această bandă elastică de rezistență are un nivel maxim de rezistență de 60 kg (aceasta nu este greutatea maximă a utilizatorului).
3. Înainte de fiecare utilizare, inspectați banda pentru a depista crăpături, tăieturi sau alte deteriorări.
4. Utilizați banda conform instrucțiunilor producătorului și nivelului de rezistență recomandat.
5. Evitați întinderea excesivă a benzii pentru a preveni slăbirea sau ruperea.
6. Asigurați-vă că punctele de fixare sunt stabile și sigure în timpul exercițiilor fizice.
7. Mențineți o tehnică de exerciții adecvată pentru a evita accidentările.
8. Dacă resimțiți durere sau disconfort, întrerupeți imediat exercițiile fizice și consultați un profesionist din domeniul sănătății.
9. Depozitați banda într-un loc răcoros și uscat, ferit de surse de căldură și de lumina soarelui. 10. Banda elastică de rezistență nu este o jucărie – a nu se lăsa la îndemâna copiilor și a animalelor de companie.

PT - português

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Informações de segurança

AVISOS!
1. Esta faixa elástica de resistência não se destina ao uso por pessoas com menos de 14 anos de idade.
2. Esta faixa elástica de resistência tem um nível máximo de resistência de 60 kg (este não é o peso máximo do usuário).
3. Antes de cada uso, inspecione a faixa para verificar se há rachaduras, cortes ou outros danos.
4. Use a faixa de acordo com as instruções do fabricante e o nível de resistência recomendado.
5. Evite esticar demais a faixa para evitar que ela enfraqueça ou se rompa.
6. Certifique-se de que os pontos de fixação estejam estáveis e seguros durante o exercício.
7. Mantenha a técnica correta de exercício para evitar lesões.
8. Se sentir dor ou desconforto, interrompa o exercício imediatamente e consulte um profissional de saúde.
9. Guarde a faixa em local fresco e seco, longe de fontes de calor e da luz solar. 10. A faixa elástica de resistência não é um brinquedo – mantenha-a fora do alcance de crianças e animais de estimação.

LT - lietuvių

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Saugos informacija

ĮSPĖJIMAI!
1. Ši elastinė pasipriešinimo juosta nėra skirta naudoti jaunesniems nei 14 metų asmenims.
2. Šios elastinės pasipriešinimo juostos maksimalus pasipriešinimo lygis yra 60 kg (tai nėra maksimalus naudotojo svoris).
3. Prieš kiekvieną naudojimą patikrinkite, ar juosta nėra įtrūkimų, įpjovimų ar kitų pažeidimų.
4. Naudokite juostą pagal gamintojo instrukcijas ir rekomenduojamą pasipriešinimo lygį.
5. Venkite pertempti juostos, kad ji nesusilpnėtų ir nelūžtų.
6. Pratimo metu įsitikinkite, kad tvirtinimo taškai yra stabilūs ir tvirti.
7. Laikykitės tinkamos pratimų technikos, kad išvengtumėte traumų.
8. Jei jaučiate skausmą ar diskomfortą, nedelsdami nutraukite pratimus ir kreipkitės į sveikatos priežiūros specialistą.
9. Juostą laikykite vėsioje, sausoje vietoje, atokiau nuo šilumos šaltinių ir saulės spindulių.
10. Elastinė pasipriešinimo juosta nėra žaislas – laikykite ją vaikams ir naminiams gyvūnams nepasiekiamoje vietoje.

LV - latviešu

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Drošības informācija

BRĪDINĀJUMI!
1. Šī elastīgā pretestības lente nav paredzēta lietošanai personām, kas jaunākas par 14 gadiem.
2. Šīs elastīgās pretestības lentes maksimālais pretestības līmenis ir 60 kg (tas nav maksimālais lietotāja svars).
3. Pirms katras lietošanas reizes pārbaudiet, vai lentei nav plaisu, griezumu vai citu bojājumu.
4. Izmantojiet lenti saskaņā ar ražotāja norādījumiem un ieteicamo pretestības līmeni.
5. Izvairieties no lentes pārstiepšanas, lai novērstu tās pavājināšanos vai lūzumu.
6. Vingrinājuma laikā pārliecinieties, vai stiprinājuma punkti ir stabili un droši.
7. Saglabājiet pareizu vingrojumu tehniku, lai izvairītos no traumām.
8. Ja rodas sāpes vai diskomforts, nekavējoties pārtrauciet vingrošanu un konsultējieties ar veselības aprūpes speciālistu.
9. Uzglabājiet lenti vēsā, sausā vietā, prom no siltuma avotiem un saules gaismas. 10. Elastīgā pretestības lente nav rotaļlieta – turiet to bērniem un mājdzīvniekiem nepieejamā vietā.

ET - eesti

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Ohutusteave

HOIATUSED!
1. See elastne takistuslint ei ole mõeldud alla 14-aastastele isikutele.
2. Selle elastse takistuslindi maksimaalne takistustase on 60 kg (see ei ole maksimaalne kasutaja kaal).
3. Enne iga kasutamist kontrollige linti pragude, lõikehaavade või muude kahjustuste suhtes.
4. Kasutage linti vastavalt tootja juhistele ja soovitatavale takistustasemele.
5. Vältige linti ülevenitamist, et vältida selle nõrgenemist või purunemist.
6. Veenduge, et kinnituspunktid oleksid treeningu ajal stabiilsed ja kindlad.
7. Vigastuste vältimiseks järgige õiget treeningtehnikat.
8. Kui tunnete valu või ebamugavustunnet, lõpetage treening kohe ja pöörduge tervishoiutöötaja poole.
9. Hoidke linti jahedas ja kuivas kohas, eemal soojusallikatest ja päikesevalgusest. 10. Elastne takistuslint ei ole mänguasi – hoidke seda lastele ja lemmikloomadele kättesaamatus kohas.

DA - dansk

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Sikkerhedsoplysninger

ADVARSLER!
1. Dette elastiske modstandsbånd er ikke beregnet til brug af personer under 14 år.
2. Dette elastiske modstandsbånd har et maksimalt modstandsniveau på 60 kg (dette er ikke den maksimale brugervægt).
3. Før hver brug skal båndet kontrolleres for revner, snit eller andre skader.
4. Brug båndet i henhold til producentens anvisninger og det anbefalede modstandsniveau.
5. Undgå at overstrække båndet for at forhindre svækkelse eller brud.
6. Sørg for, at fastgørelsespunkterne er stabile og sikre under træning.
7. Opretholde korrekt træningsteknik for at undgå skader.
8. Hvis du oplever smerter eller ubehag, skal du straks stoppe træningen og kontakte en sundhedsperson.
9. Opbevar båndet et køligt, tørt sted, væk fra varmekilder og sollys. 10. Det elastiske modstandsbånd er ikke legetøj – opbevar det utilgængeligt for børn og kæledyr.

FI - suomi

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Turvallisuustiedot

VAROITUKSET!
1. Tätä joustavaa vastuskuminauhaa ei ole tarkoitettu alle 14-vuotiaille.
2. Tämän joustavan vastuskuminauhan enimmäisvastustaso on 60 kg (tämä ei ole käyttäjän enimmäispaino).
3. Tarkista ennen jokaista käyttökertaa, ettei nauhassa ole halkeamia, viiltoja tai muita vaurioita.
4. Käytä nauhaa valmistajan ohjeiden ja suositellun vastustason mukaisesti.
5. Vältä nauhan liiallista venyttämistä, jotta se ei heikkene tai katkea.
6. Varmista, että kiinnityspisteet ovat vakaat ja tukevasti kiinni harjoituksen aikana.
7. Noudata oikeaa harjoitustekniikkaa vammojen välttämiseksi.
8. Jos tunnet kipua tai epämukavuutta, lopeta harjoittelu välittömästi ja ota yhteyttä terveydenhuollon ammattilaiseen.
9. Säilytä nauhaa viileässä, kuivassa paikassa, poissa lämmönlähteistä ja auringonvalosta.
10. Joustava vastuskuminauha ei ole lelu – pidä se poissa lasten ja lemmikkien ulottuvilta.

SL - slovenščina

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Varnostne informacije

OPOZORILA!
1. Ta elastični trak ni namenjen osebam, mlajšim od 14 let.
2. Ta elastični trak ima največjo dovoljeno obremenitev 60 kg (to ni največja dovoljena teža uporabnika).
3. Pred vsako uporabo preglejte trak glede razpok, zarez ali drugih poškodb.
4. Trak uporabljajte v skladu z navodili proizvajalca in priporočeno stopnjo upora.
5. Izogibajte se pretiranemu raztezanju traku, da preprečite oslabitev ali pretrganje.
6. Med vadbo se prepričajte, da so pritrdilne točke stabilne in varne.
7. Vzdržujte pravilno tehniko vadbe, da se izognete poškodbam.
8. Če občutite bolečino ali nelagodje, takoj prenehajte z vadbo in se posvetujte z zdravstvenim delavcem.
9. Trak shranjujte na hladnem in suhem mestu, stran od virov toplote in sončne svetlobe. 10. Elastični trak ni igrača – hranite ga izven dosega otrok in hišnih ljubljenčkov.

EL - ελληνικά

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Πληροφορίες ασφαλείας

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ!
1. Αυτή η ελαστική ζώνη αντίστασης δεν προορίζεται για χρήση από άτομα κάτω των 14 ετών.
2. Αυτή η ελαστική ζώνη αντίστασης έχει μέγιστο επίπεδο αντίστασης 60 kg (αυτό δεν είναι το μέγιστο βάρος χρήστη).
3. Πριν από κάθε χρήση, ελέγξτε την ζώνη για ρωγμές, κοψίματα ή άλλες ζημιές.
4. Χρησιμοποιήστε την ζώνη σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή και το συνιστώμενο επίπεδο αντίστασης.
5. Αποφύγετε την υπερβολική τάνυση της ζώνης για να αποφύγετε την αποδυνάμωση ή το σπάσιμο.
6. Βεβαιωθείτε ότι τα σημεία σύνδεσης είναι σταθερά και ασφαλή κατά τη διάρκεια της άσκησης.
7. Διατηρήστε την κατάλληλη τεχνική άσκησης για να αποφύγετε τραυματισμούς.
8. Εάν αισθανθείτε πόνο ή δυσφορία, διακόψτε αμέσως την άσκηση και συμβουλευτείτε έναν επαγγελματία υγείας.
9. Αποθηκεύστε την ζώνη σε δροσερό, ξηρό μέρος, μακριά από πηγές θερμότητας και ηλιακό φως. 10. Η ελαστική ζώνη αντίστασης δεν είναι παιχνίδι - φυλάξτε την μακριά από παιδιά και κατοικίδια.

BG - български

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Информация за безопасност

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ!
1. Този ластик за съпротивление не е предназначен за употреба от лица под 14-годишна възраст.
2. Този ластик за съпротивление има максимално ниво на съпротивление от 60 кг (това не е максималното тегло на потребителя).
3. Преди всяка употреба проверявайте ластика за пукнатини, порязвания или други повреди.
4. Използвайте ластика съгласно инструкциите на производителя и препоръчителното ниво на съпротивление.
5. Избягвайте преразтягане на ластика, за да предотвратите отслабване или скъсване.
6. Уверете се, че точките за закрепване са стабилни и сигурни по време на тренировка.
7. Поддържайте правилна техника на упражнения, за да избегнете нараняване.
8. Ако почувствате болка или дискомфорт, незабавно прекратете тренировката и се консултирайте с медицински специалист.
9. Съхранявайте ластика на хладно и сухо място, далеч от източници на топлина и слънчева светлина. 10. Ластикът за съпротивление не е играчка – дръжте го далеч от деца и домашни любимци.

HR - hrvatski

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Sigurnosne informacije

UPOZORENJA!
1. Ova elastična traka otpora nije namijenjena osobama mlađim od 14 godina.
2. Ova elastična traka otpora ima maksimalni otpor od 60 kg (ovo nije maksimalna težina korisnika).
3. Prije svake upotrebe provjerite ima li na traki pukotina, posjekotina ili drugih oštećenja.
4. Koristite traku prema uputama proizvođača i preporučenoj razini otpora.
5. Izbjegavajte prekomjerno istezanje trake kako biste spriječili slabljenje ili pucanje.
6. Provjerite jesu li točke pričvršćivanja stabilne i sigurne tijekom vježbanja.
7. Održavajte pravilnu tehniku vježbanja kako biste izbjegli ozljede.
8. Ako osjetite bol ili nelagodu, odmah prekinite vježbanje i obratite se zdravstvenom djelatniku.
9. Čuvajte traku na hladnom i suhom mjestu, dalje od izvora topline i sunčeve svjetlosti. 10. Elastična traka otpora nije igračka – držite je izvan dohvata djece i kućnih ljubimaca.

UK - українська

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Інформація про безпеку

ПОПЕРЕДЖЕННЯ!
1. Ця еластична стрічка опору не призначена для використання особами віком до 14 років.
2. Ця еластична стрічка опору має максимальний рівень опору 60 кг (це не максимальна вага користувача).
3. Перед кожним використанням перевіряйте стрічку на наявність тріщин, порізів або інших пошкоджень.
4. Використовуйте стрічку відповідно до інструкцій виробника та рекомендованого рівня опору.
5. Уникайте надмірного розтягування стрічки, щоб запобігти її ослабленню або розриву.
6. Переконайтеся, що точки кріплення стабільні та надійні під час тренування.
7. Дотримуйтесь правильної техніки виконання вправ, щоб уникнути травм.
8. Якщо ви відчуваєте біль або дискомфорт, негайно припиніть тренування та зверніться до лікаря.
9. Зберігайте стрічку в прохолодному, сухому місці, подалі від джерел тепла та сонячного світла. 10. Еластична стрічка опору не є іграшкою – тримайте її в недоступному для дітей та домашніх тварин місці.

NO - norsk

SKU:HYP160 PULL ROPE EAN:5906448511885

Sikkerhetsinformasjon

ADVARSLER!
1. Dette elastiske motstandsbåndet er ikke beregnet for bruk av personer under 14 år.
2. Dette elastiske motstandsbåndet har et maksimalt motstandsnivå på 60 kg (dette er ikke maksimal brukervekt).
3. Før hver bruk, kontroller båndet for sprekker, kutt eller andre skader.
4. Bruk båndet i henhold til produsentens instruksjoner og anbefalt motstandsnivå.
5. Unngå å overstrekke båndet for å forhindre svekkelse eller brudd.
6. Sørg for at festepunktene er stabile og sikre under trening.
7. Opprettholde riktig treningsteknikk for å unngå skader.
8. Hvis du opplever smerte eller ubehag, må du umiddelbart avbryte treningen og kontakte helsepersonell.
9. Oppbevar båndet på et kjølig og tørt sted, unna varmekilder og sollys. 10. Det elastiske motstandsbåndet er ikke et leketøy – oppbevar det utilgjengelig for barn og kjæledyr.