



General warning

(UK/US) INTENDED USE: With this football trainer you can develop your passing and shooting technique to the desired level without keeping on retrieving the ball.

WARNING: These operating instructions must be carefully read, followed up and stored. Before undertaking a training program, consult your doctor. Base the training schedule on your current physical condition. It is important to assume a correct posture while exercising. Always wear suitable footwear and clothing. Stay away from any objects or other persons. Always do a warming-up (10 minutes of walking) and a cooling-down after each workout session (full body stretch). Injury can occur due to incorrect/excessive training or due to an incorrect warming-up. In case of physical complaints, immediately end your training. Importer and her distributors cannot be held liable for claims of injury or damage sustained by any person or property originating from the use or misuse of this product by the buyer or any other person. The use of this article is at your own risk. Pregnant woman should only exercise after consulting a doctor. The article should only be used by adults and never used as a toy. It is recommended to pause between the exercises. Always check the article for damage or wear before use; the article must not be used in case if damaged or worn out. This item is exclusively intended for private use and cannot be used for commercial purposes. Store the article dry and clean in a space at constant moderate temperature. Do not use cleaning products to clean the article; only clean with a damp cloth and dry with a cleaning cloth. Protect this article from extreme temperatures, sun and humidity. Dispose of the item and packaging materials in accordance with local, current regulations at a collection point. When passing the product on to a third party, always make sure the documentation is included. Always do the exercises as described in this instruction. Train only on a flat and non-slip surface. Make sure your training area is clean and free of pointed object. A free space of at least 100cm must be kept around your training area.

- Maximize your technique, timing and touch.
- Comfortable adjustable waistband 55-112cm.
- Band stretches to 5 meter.
- Ball holder fits ball sizes 3,4 and 5.
- Ball not included.

INSTRUCTION:

Lock the ball in the holder and attach the strap around your waist. The endless practicing can start without ever having to retrieve your ball.

SAFETY INSTRUCTIONS:

Start training with weak shots to familiarize yourself with the product, practice the rebound characteristics. Be careful so the ball doesn't hit delicate body parts, e.g. the face or other individuals.

Check the product for damage and wear before every use. Never use the product if damage is visible or suspected!

- The assembly should be done by an adult only.
- Check before use that all parts are complete.
- Always ensure that the product is safely secured.

- The article may not be used inside.
- Ensure the surrounding area is free of obstacles to prevent damage to the surrounding.

CARE AND STORAGE:

Only clean with water, never use harsh cleaners. Always store the product clean and dry.

(NL) BEOOGD GEBRUIK: Met deze voetbaltrainer kunt U uw doorspel-en schiettechniek ontwikkelen tot het gewenste niveau zonder dat U de bal steeds terug hoeft te halen.

WAARSCHUWING: Deze gebruiksaanwijzing dient zorgvuldig te worden gelezen, opgevolgd en bewaard. Voordat u een trainingsprogramma volgt, raadpleeg eerst uw arts. Baseer het trainingsschema op uw huidige lichamelijke conditie. Het is belangrijk om tijdens de oefening een correcte houding aan te nemen. Draag altijd geschikt schoeisel en kleding. Blijf uit de buurt van voorwerpen of andere personen. Doe altijd een warming-up (10 minuten lopen) en na elke training (full body stretch) een cool down. Letsel kan optreden door verkeerde of overmatige training, of door een verkeerde warming-up. Bij lichamelijke klachten beëindig onmiddellijk uw training. Importeur en haar distributeurs kunnen niet aansprakelijk worden gesteld voor letsel of schade aan personen veroorzaakt door het gebruik of verkeerd gebruik van dit product door de koper of door enig ander persoon. Het gebruik van het item is voor eigen risico. Zwangere vrouwen mogen uitsluitend na overleg met een arts trainen. Het item mag alleen gebruikt worden door een volwassene en dient niet als speelgoed. Het wordt aanbevolen om tussendoor te pauzeren. Controleer het item altijd vóór gebruik op beschadigingen of slijtages. Indien dit wordt geconstateerd mag het item niet worden gebruikt. Dit artikel is uitsluitend bestemd voor privé gebruik en is niet bedoeld voor commerciële doeleinden. Het item droog en schoon bewaren in een ruimte met constante matige temperatuur. Gebruik geen schoonmaakproducten om het item te reinigen, alleen reinigen met een vochtige doek, waarna u het droog wrijft met een afneemdoek. Bescherm het item tegen extreme hitte, kou, vochtigheid en zonnestralen. Het artikel en verpakkingsmaterialen volgen lokale, actuele voorschriften bij een inzamelpunt afvoeren. Als u het product aan derden geeft, dient u ook deze documenten te overhandigen. Voer altijd de oefeningen uit zoals beschreven in deze instructie. Train uitsluitend op een vlakke en slip vaste ondergrond. Zorg ervoor dat de ondergrond altijd schoon en vrij is van scherpe onderdelen. Er dient een vrij zone van minimaal 100cm rondom uw trainingsruimte te zijn.

- Maximaliseren van techniek, timing en aanraking.
- Comfortabele verstelbare tailleband 55-112cm.
- Band strekt zich uit tot 5 meter.
- Ball houder past bal maten 3,4 en 5.
- Ball niet inbegrepen.

INSTRUCTIE:

Vergrendel de bal in de houder en bevestig de riem om je middel. Het onbepaalde oefenen kan nu beginnen zonder ooit de bal hoeven op te halen.

VEILIGHEIDSIINSTRUCTIES:

Start training door de bal op een zachte manier weg te

schieten om eerst vertrouwd te raken met het product, raak bekend met het terugstuiten van de bal. Wees voorzichtig, zodat de bal niet delicate lichaamsdelen raakt, bijvoorbeeld het gezicht of andere delen.

Controleer voor elk gebruik het product op beschadigingen of slijtage. Gebruik het product nooit als een beschadiging zichtbaar is of men schade vermoedt!

- Het product dient uitsluitend door een volwassene gemonteerd te worden.
- Controleer voor gebruik of alle onderdelen compleet zijn.
- Zorg er altijd voor dat het product veilig is vastgezet.
- Het artikel mag niet binnen gebruikt worden.
- Zorg ervoor dat de omgeving vrij is van obstakels om schade aan de omgeving te voorkomen.

VERZORGING EN OPSLAG:

Maak alleen schoon met water, gebruik nooit agressieve schoonmaakmiddelen. Bewaar het product droog en schoon.

(D) WENDUNGSSWECK: Mit diesem Fußballtrainer können Sie Ihre Pass- und Schusstechnik auf das gewünschte Niveau entwickeln, ohne ständig den Ball zu holen.

WARNUNG: Diese Bedienungsanleitung muss sorgfältig gelesen, befolgt und aufbewahrt werden. Bevor Sie ein Trainingsprogramm absolvieren, konsultieren Sie zuerst Ihren Arzt. Richten Sie den Trainingsplan nach Ihrer aktuellen körperlichen Verfassung. Es ist wichtig, dass Sie während des Trainings eine korrekte Haltung einnehmen. Tragen Sie immer geeignete Schuhe und Kleidung. Halten Sie sich von Gegenständen oder anderen Personen fern. Wärmen Sie sich vor jedem Training auf (10 Minuten Gehen) und wärmen Sie sich nach jedem Training ab (vollständige Körperdehnung). Verletzungen können durch falsches oder übermäßiges Training oder durch falsches Aufwärmen vorkommen. Beenden Sie bei körperlichen Beschwerden umgehend Ihr Training. Der Hersteller und seine Händler übernehmen keine Haftung oder Verantwortung für Unfälle oder Verletzungen von Personen oder Sachen, die im Zusammenhang mit den Übungen und bei der Verwendung auftreten können. Die Verwendung dieses Artikels erfolgt auf eigenes Risiko. Schwangere sollten nur nach Rücksprache mit einem Arzt trainieren. Der Artikel sollte nur von Erwachsenen und niemals als Spielzeug benutzt werden. Es wird empfohlen, zwischen den Übungen eine Pause einzulegen. Überprüfen Sie den Artikel immer vor Gebrauch auf Beschädigungen oder Verschleiß. Sollte dies der Fall sein, darf der Artikel nicht verwendet werden. Der Artikel ist nur für den Hausgebrauch geeignet. Lagern Sie den Artikel bei Zimmertemperatur an einem trockenen und sauberen Ort. Verwenden Sie keine Reinigungsprodukte zum Reinigen des Artikels, sondern benutzen Sie nur ein feuchtes Tuch und trocknen Sie den Artikel anschließend mit einem Tuch ab. Schützen Sie den Artikel vor extremen Temperaturen, Sonne und Feuchtigkeit. Entsorgen Sie den Artikel und das Verpackungsmaterial gemäß den geltenden örtlichen Vorschriften bei einer Sammelstelle. Stellen Sie sicher, dass die Bedienungsanleitung vorhanden ist, wenn Sie das Produkt an Dritte weitergeben. Absolvieren Sie die Übungen immer wie in dieser Anleitung beschrieben. Trainieren Sie nur auf einer ebenen und rutschfesten Fläche. Stellen Sie sicher, dass Ihr Trainingsbereich sauber und frei ist von spitzen Gegenständen. Sorgen Sie dafür, dass Sie

sich einen Freiraum von mindestens 100cm rund um Ihren Trainingsbereich schaffen.

- Maximieren Sie Ihre Technik, Timing und Touch.
- Komfortabel verstellbarer Gürtel 55-112cm.
- Band erstreckt sich auf 5 Meter.
- Ball-Halter passt für alle Ball Größen 3,4 und 5.
- Ball nicht inbegriffen.

ANLEITUNG:

Fixieren Sie den Ball in der Halterung und befestigen Sie den Gurt um die Taille. Das unbeschränkte Üben kann jetzt Anfangen, ohne jemals den Ball zurückholen müssen.

SICHERHEITSHINWEISE:

Starten Sie das Training mit schwachem Stoß, um sich mit dem Produkt vertraut zu machen, um das zurückprallen üben. Seien Sie vorsichtig, damit der Ball nicht auf zarte Körperteile trifft, wie zB das Gesicht oder andere Personen.

Kontrollieren Sie vor jedem Gebrauch das Produkt auf Beschädigungen und Verschleiß. Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn es Schäden aufweist oder welche vermutet werden!

- Die Montage sollte nur von einem Erwachsenen durchgeführt werden.
- Prüfen Sie vor Gebrauch, ob alle Teile vollständig sind.
- Stellen Sie immer sicher, dass das Produkt sicher befestigt ist.
- Der Artikel darf nicht im Innenbereich verwendet werden.
- Stellen Sie sicher, dass die Umgebung frei von Hindernissen ist, um Schäden an der Umgebung zu vermeiden.

PFLEGE UND AUFBEWAHRUNG:

Nur mit Wasser reinigen, verwenden Sie niemals aggressive Reinigungsmittel. Bewahren Sie das Produkt sauber und trocken auf.

(F) UTILISATION PRÉVUE: Avec cette ceinture d'entraînement de football, vous pouvez développer votre technique de passe et de tir au niveau souhaité sans avoir à récupérer le ballon à chaque fois.

MISE EN GARDE: Mise en garde : veuillez attentivement lire et respecter les instructions de ce mode d'emploi et conserver ce dernier pour toute référence ultérieure. Veuillez consulter votre médecin avant d'entreprendre un programme d'exercices. Planifiez toujours un entraînement adapté à votre condition physique actuelle. Il est important de maintenir une position adéquate lors des exercices. Portez toujours des chaussures et des vêtements appropriés. Tenez-vous à l'écart des personnes et objets environnants. Procédez toujours à des échauffements (par ex. 10 minutes de marche) et des étirements (de toutes les parties du corps) après chaque séance d'entraînement. Un entraînement excessif ou un échauffement insuffisant peuvent entraîner des blessures. Cessez immédiatement votre entraînement si vous éprouvez une gêne ou des douleurs physiques. Le fabricant et ses distributeurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident, de blessure ou de dommage résultant de l'utilisation/de l'usage incorrect de l'article. L'utilisation de l'article est à vos propres risques. Les femmes enceintes doivent consulter leur médecin avant d'entreprendre un programme d'entraînement. Cet article est exclusivement réservé aux adultes et n'est pas un jouet. Il est conseillé de faire des pauses entre chaque série d'exercices. Contrôlez avant chaque utilisation que l'article n'est pas endommagé ou usé. Le cas échéant, cessez immédiatement de l'utiliser. Cet article est exclusivement réservé à un usage domestique. Stockez l'article dans un lieu sec et propre et à température ambiante constante. Nettoyez l'article uniquement avec un chiffon humide avant de l'essuyer avec un chiffon sec. N'utilisez pas de produit nettoyant. Veillez à ne pas stocker l'article dans un endroit humide, excessivement chaud ou froid, et protégez-le du soleil. Déposez l'article et les matériaux d'emballage dans un point de collecte prévu à cet effet, conformément à la réglementation locale en vigueur. Lors du transfert de l'article à une tierce personne, assurez-vous de lui remettre également le présent mode d'emploi. Effectuez votre séance d'entraînement uniquement sur une surface plane et antidérapante. Veillez à ce que l'espace où vous vous entraînez soit propre et exempt d'objets pointus ou tranchants. Un espace libre d'au moins 100 cm doit être maintenu tout autour de votre zone d'entraînement.

- Maximisez votre technique, votre synchronisation et votre jeu de jambes.
- Ceinture confortable réglable de 55 à 112 cm.
- La bande s'étend jusqu'à 5 m.
- Le support de balle convient aux tailles 3,4 et 5.
- Balle non incluse.

MODE D'EMPLOI

Placez la balle dans le support et attachez la lanière autour de votre taille. L'entraînement sans fin peut commencer sans jamais avoir à aller chercher votre balle.

INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ :

Commencez votre entraînement par de petites frappes pour vous familiariser avec le produit, habituez-vous à ses caractéristiques de rebond. Faites attention à ce que la balle ne touche pas les parties délicates du corps comme le visage ou d'autres personnes.

Vérifiez que le produit ne soit pas endommagé ou abîmé avant chaque utilisation. N'utilisez jamais le produit en cas de dommage visible ou suspecté !

- Le montage doit exclusivement être effectué par un adulte.
- Contrôlez avant chaque utilisation que toutes les pièces sont complètes.
- Veuillez toujours vous assurer que le produit est correctement fixé.
- Ce produit doit être utilisé exclusivement à l'extérieur.
- Afin d'éviter tout dommage matériel, veillez à ce que rien ne soit placé à proximité du produit.

ENTRETIEN ET RANGEMENT :

À nettoyer seulement à l'eau, n'utilisez jamais de nettoyeurs agressifs. Rangez toujours ce produit propre et sec.

(E) USO PREVISTO : Con este entrenador de fútbol, podrás desarrollar tu técnica de pase y tiro al nivel deseado sin tener que recuperar el balón a cada momento.

ADVERTENCIA: Estas instrucciones de funcionamiento deben leerse, seguirse y almacenarse cuidadosamente. Antes de emprender un programa de capacitación, consulte primero a su médico. Base el horario de entrenamiento en su condición física actual. Es importante asumir una postura correcta durante el ejercicio. Siempre use calzado y ropa adecuados. Manténgase alejado de objetos u otras personas. Siempre haga un calentamiento (10 minutos de caminata) y un enfriamiento después de cada entrenamiento (estiramiento de todo el cuerpo). Las lesiones pueden ocurrir debido a un entrenamiento incorrecto o excesivo, o debido a un calentamiento incorrecto. En caso de quejas físicas, termina inmediatamente tu entrenamiento. El fabricante y sus distribuidores no aceptan responsabilidad alguna por accidentes o lesiones a personas o propiedades que puedan resultar como resultado de los ejercicios y el uso. El uso de este artículo es bajo su propio riesgo. La mujer embarazada solo debe hacer ejercicio después de consultar a un médico. El artículo solo debe ser usado por adultos y nunca como juguete. Se recomienda hacer una pausa entre los ejercicios. Revise el artículo siempre antes de usarlo en busca de daños o desgaste. Si se encuentra algún daño, el artículo no puede ser utilizado. El artículo solo es apto para uso doméstico. Almacene el artículo seco y limpio en un espacio con temperatura moderada constante. No utilice productos de limpieza para limpiar el artículo, solo límpielo con un paño húmedo, luego séquelo con un paño de limpieza. Proteja este artículo de temperaturas extremas, sol y humedad. Deseche el artículo y los materiales de embalaje de acuerdo con la normativa local vigente en un punto de recogida. Al pasar el producto a un tercero, asegúrese siempre de que la documentación esté incluida. Siempre haga los ejercicios como se describen en estas instrucciones. Entrene solo en una superficie plana y antideslizante. Asegúrese de que su campo de entrenamiento esté limpio y libre de objetos puntiagudos. Se debe mantener un área libre de al menos 100 cm alrededor de su área de entrenamiento.

- Maximice su técnica, el tiempo y el tacto.
- Cómodo 55-112cm de cintura ajustable.
- La banda se extiende hasta 5 metros.
- El soporte es adecuado para pelotas tamaño 3,4 y 5.
- Pelota no incluida.

INSTRUCCIÓN:

Bloquee el balón en el soporte y coloque la correa alrededor de su cintura. El entrenamiento puede llevarse a cabo indefinidamente sin tener que recuperar la pelota.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD:

Comience el entrenamiento con disparos suaves para familiarizarse con el producto, practique el rebote. Tenga cuidado para que la pelota no golpee en partes delicadas del cuerpo, por ejemplo, la cara u otras personas.

Revise el producto antes de cada uso por si hay daños o desgaste. Nunca use el producto si el daño es visible o lo sospecha!

- El montaje debe ser realizado únicamente por un adulto.
- Verifique antes de usar que todas las partes estén completas.

- Asegúrese siempre de que el producto esté bien sujeto.
- El artículo no se puede utilizar en el interior.
- Asegúrese de que el área circundante esté libre de obstáculos para evitar daños al entorno.

CUIDADO Y ALMACENAMIENTO:

Sólo limpiar con agua, nunca utilice limpiadores abrasivos. Guarde siempre el producto limpio y seco.

(I) DESTINAZIONE D'USO: Uso previsto: con questo football trainer si allena la tecnica del passaggio e del calcio fino al livello desiderato senza dover continuamente raccogliere la palla.

AVVERTENZA: Queste istruzioni devono essere lette, applicate e conservate con cura. Prima di seguire un programma di allenamenti, consultare il proprio medico. Basare il programma di esercizi sulle proprie effettive condizioni fisiche. Durante l'allenamento è importante tenere una corretta postura del corpo. Indossare sempre calzature e indumenti adatti. Tenersi lontani da altri oggetti o persone. Fare sempre un riscaldamento (10 minuti di camminata) e dopo ogni allenamento eseguire esercizi di raffreddamento (full body stretch). Potrebbero verificarsi lesioni a causa di un allenamento troppo intenso o per un riscaldamento scorretto. In caso di problemi fisici, interrompere immediatamente l'allenamento. Il produttore e i distributori non si assumono alcuna responsabilità per incidenti o lesioni a persone o proprietà che possano risultare dalle attività di allenamento o di utilizzo. L'uso dell'articolo è a proprio rischio. Le donne incinte possono allenarsi soltanto dopo aver consultato un medico. L'articolo può essere usato solo dagli adulti ma mai come giocattolo. Si consiglia di inframmezzare l'allenamento con delle pause di riposo. Prima di usare l'articolo, controllare sempre eventuali danni o segni di usura. Se questi vengono riscontrati, l'articolo non deve essere utilizzato. L'articolo è destinato al solo uso domestico. Conservare l'articolo asciutto e pulito in un ambiente a temperatura media costante. Non usare detersivi per pulire l'articolo, ma solo un panno umido e poi asciugare con uno strofinaccio. Proteggere l'articolo dal calore eccessivo, dal freddo, dall'umidità e dai raggi del sole. Smaltire l'articolo e i materiali della confezione nell'osservanza delle norme locali vigenti presso un punto di raccolta. Se si cede l'articolo a terzi, bisogna accludere anche il presente documento. Eseguire gli esercizi sempre come descritto in queste istruzioni. Allenarsi soltanto su di una superficie piana e non scivolosa. L'area di esecuzione degli esercizi deve essere pulita e senza oggetti appuntiti. Intorno all'area di esecuzione degli esercizi si deve creare una zona libera di almeno 100cm.

- Migliora al massimo la tecnica, la coordinazione e il tocco.
- Fascia per la vita confortevole e regolabile 55-112 cm.
- La fascia di stende fino a 5 metri.
- Il porta palla si adatta a palloni di misura 3, 4 e 5.
- Pallone non incluso.

ISTRUZIONI

Fissare il pallone nel portapallone e assicurare la cinghia alla vita. Ora potete iniziare ad allenarvi senza fermarvi mai dal momento che non bisogna andare a riprendere la palla.

ISTRUZIONI PER LA SICUREZZA:

Iniziate l'allenamento calciando il pallone senza troppa forza per familiarizzare prima con l'articolo e con il modo in cui il pallone rimbalza. Fate in modo che il pallone con colpisca parti del corpo delicate come il viso o altre parti.

Ad ogni nuovo uso controllate se l'articolo è stato danneggiato o si è usurato. Non usate mai il prodotto in caso di danni visibili o se solo sospettate che sia danneggiato!

- L'assemblaggio deve essere svolto da un adulto.
- Controllare prima che tutte le parti siano complete.
- Assicurarsi sempre che il prodotto sia ben fissato.
- Questo articolo non può essere usato al chiuso.
- Assicurarsi che il posto dove lo si utilizza sia libero da ostacoli per evitare eventuale danni.

MANUTENZIONE E STOCCAGGIO:

Pulire con acqua semplice, non usare mai un detergente aggressivo. Conservare il prodotto pulito e asciutto.

(CZ) POUŽITÍ: S tímto fotbalovým trenážerem můžete rozvíjet svou techniku příhrávek a střelby na požadovanou úroveň, aniž byste museli neustále získávat míč.

VAROVÁNÍ: Pozorně si přečtěte, následujte a uložte tento návod k obsluze. Před zahájením cvičebního programu se nejdříve poradte s lékařem. Cvičební program vytvořte na základě vaší současné fyzické kondice. Během cvičení je důležité zaujmout správné držení těla. Vždy noste vhodnou obuv a oblečení. Dodržujte odstup od ostatních objektů a osob. Vždy se rozvičte (10 minut chůze) a zklidněte po každém cvičení (celkové protažení těla). K poranění může dojít v důsledku nesprávného a nadměrného cvičení nebo nesprávnému

rozcvičení. V případě fyzických potíží ihned cvičení ukončete. Výrobce a jeho distributoři nepřebírají riziko nebo zodpovědnost za nehody nebo zranění osob nebo majetku, které mohou být výsledkem cvičení a používání. Použití tohoto výrobku je na vlastní nebezpečí. Těhotné ženy by měly cvičit pouze po poradě s lékařem. Výrobek mohou používat pouze dospělé osoby, pouze vlhký hadřík, poté vytřete do sucha. Chraňte výrobek před extrémními teplotami, sluncem a vlhkostí. Likvidace výrobku a obalů musí být v souladu s místními a současnými předpisy ve sběrném místě. Při předání výrobku třetí straně, vždy přiložte obsažené dokumenty. Vždy provádějte cvičení podle pokynů v návodu. Cvičení provádějte pouze na rovném a nekouzavém povrchu. Ujistěte se, že prostor pro cvičení je uklizený a bez výskytu špičatých předmětů. Oblast pro cvičení musí být neomezená do vzdálenosti alespoň 100 cm.

- Maximalizujte Vaši techniku, načasování a dotek.
- Pohodlný nastavitelný pas 55 až 112 cm.
- Pás lze natáhnout až 5 m.
- Držák míče odpovídá míči velikosti 3,4 a 5.
- Míč není zahrnut.

NÁVOD K POUŽITÍ:

Zamkněte míč do držáku a připevněte popruh kolem pasu. Nekonečně procvičování může začít, aniž byste ztratili svůj míč.

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY:

Začněte trénink slabými záběry, abyste se s výrobkem seznámili a vyzkoušeli si , ak míč odkskakuje. Buďte opatrní, aby míč nezasáhl choulostivé části těla, např. obličej, nebo jiné osoby.

Před každým použitím zkontrolujte, zda výrobek není poškozen a opotřeben. Nikdy nepoužívejte výrobek, pokud je viditelně jakékoli poškození nebo máte jen podezření, že by mohl být výrobek poškozen.

- Montáž by měla provádět pouze dospělá osoba.
- Před použitím zkontrolujte, zda jsou všechny díly kompletní.
- Vždy se ujistěte, že je výrobek bezpečně zajištěn.
- Výrobek se nesmí používat uvnitř.
- Ujistěte se, že v okolí nejsou žádné překážky, aby nedošlo k poškození prostředí.

PĚČE A SKLADOVÁNÍ:

Čistěte pouze vodou, nikdy nepoužívejte agresivní čisticí prostředky. Výrobek uskladňujte vždy čistém a suchém stavu.

(P) UTILIZAÇÃO: Com o treinador de futebol pode desenvolver as suas técnicas de passe e chuto até ao nível desejado sem ter sempre de correr atrás da bola.

AVISO: Estas instruções de utilização devem ser lidas com cuidado, seguidas e guardadas. Antes de seguir um programa de treino, consulte primeiro um médico. Baseie o treino na sua condição física. É importante assumir uma postura correcta durante o exercício. Use sempre calçado e roupa apropriada. Mantenha-se afastado de objectos e outras pessoas durante o exercício. Faça sempre um aquecimento prévio (ande durante 10 minutos) e um arrefecimento (extensão completa do corpo) depois do exercício. Ferimentos podem ocorrer devido a exercícios incorrectos ou excessivos ou devido a aquecimento incorrecto. No caso de queixas físicas, pare imediatamente o treino. O fabricante e os seus distribuidores não aceitam qualquer responsabilidade por acidentes ou ferimentos em pessoas ou bens resultantes do exercício ou uso do aparelho. Utilize este aparelho por sua conta e risco. Grávidas só devem exercitar depois de consultar um médico. O aparelho só deve ser utilizado por adultos e não deve ser considerado um brinquedo. Recomenda-se que faça uma pausa entre exercícios. Verifique se existem no aparelho danos ou desgastes. Se os encontrar, deixe de utilizar o aparelho. Só deve ser usado domesticamente. Armazene num local seco e limpo com temperatura moderada constante. Não utilize produtos de limpeza no aparelho, limpe somente com um pano húmido, limpando de seguida com um pano seco. Proteja o aparelho de temperaturas extremas, sol e humidade. Deite fora as embalagens e o aparelho de acordo com as regras e regulamentos locais num ponto colector. Se passar este produto para outra pessoa, certifique-se que a documentação está incluída. Faça sempre os exercícios como descritos nestas instruções. Treine somente numa superfície plana e não escorregadia. Certifique-se que a zona de treino está limpa e livre de objectos pontiagudos. Deve manter uma área de pelo menos 100 cm á volta da área de treino.

- Maximize a sua técnica, timing e toque.
- Cinto confortável e ajustável, 55-112 cm.
- Faixas esticam até 5 metros.
- Suporte da bola permite utilizar bolas de tamanho 3,4 e 5.
- Bolas não incluídas.

INSTRUÇÕES:

Prenda a bola no suporte e amarre a correia ao seu pulso. Pode começar agora o treino sem fim, sem ter que ir buscar a bola.

INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA:

Comece o treino com pontapés fracos, para se familiarizar com o produto. Pratique os saltos. Tome cuidado para a bola não acertar em partes delicadas do corpo, por exemplo cara ou mesmo outras pessoas.

Verifique se o produto não se encontra danificado ou desgastado antes de utilizar. Se danificado ou suspeito de estar danificado, não utilize!

- A montagem só deve ser feita por um adulto.
- Verifique se tem todas as peças.
- Certifique-se que o produto está preso em segurança.
- Este artigo não deve ser utilizado em exteriores.
- Certifique-se que área á volta está livre de obstáculos para evitar danos.

CUIDADO E ARMAZENAMENTO:

Lave somente com água, nunca utilize detergentes agressivos. Armazene só quando estiver limpo e seco.

(PL) PRZEZNACZENIE: Dzięki temu trenerowi piłkarskiemu możesz rozwinąć swoją technikę podań i strzelania do pożądanego poziomu bez konieczności wyciągania piłki.

OSTRZEŻENIE: Przeczytaj uważnie niniejsze instrukcje obsługi, przestrzegaj ich i zachowaj na potrzeby użycia w przyszłości. Przed rozpoczęciem programu treningowego należy skonsultować się z lekarzem. Harmonogram treningów powinien bazować na obecnej kondycji fizycznej osoby ćwiczącej. Istotne znaczenie ma przyjęcie odpowiedniej pozycji w trakcie wykonywania ćwiczeń. Należy zawsze zakładać odpowiednie ubiówe i odzież. Zachowaj bezpieczną odległość od jakichkolwiek przedmiotów lub innych osób. Ćwiczenia zawsze poprzedzaj rozgrzewką (10 minut marszu), a kończ je wyciszeniem (rozciąganie wszystkich partii ciała). Nieprawidłowo wykonywany lub zbyt intensywny trening bądź też brak odpowiedniej rozgrzewki mogą spowodować wystąpienie kontuzji. W razie dolegliwości fizycznych niezwłocznie zakończ swój trening. Importer artykułu i jego dystrybutorzy nie ponoszą odpowiedzialności z tytułu kontuzji lub obrażeń ciała odniesionych przez jakiekolwiek osoby lub mienie, który wynikają z użycia lub nieprawidłowego wykorzystania tego produktu przez nabywcę lub przez jakąkolwiek inną osobę. Korzystanie z tego artykułu odbywa się na własne ryzyko. Kobiety w ciąży mogą ćwiczyć wyłącznie po konsultacji z lekarzem. Ten artykuł może być używany wyłącznie przez osoby dorosłe i nigdy jako zabawka. Zaleca się robić przerwy między ćwiczeniami. Zawsze sprawdzaj artykuł przed użyciem pod kątem uszkodzeń lub zużycia. W razie stwierdzenia uszkodzeń lub zużycia artykułu nie można używać. Artykuł ten jest przeznaczony wyłącznie do użytku prywatnego i nie może być wykorzystywany do celów komercyjnych. Przechowuj artykuł w suchym i czystym miejscu, w którym panuje stała, umiarkowana temperatura. Nie używaj produktów czyszczących do czyszczenia tego artykułu. Czyść go wyłącznie wilgotną ścierką, a następnie wycieraj do sucha czystą ścierką. Chroń artykuł przed skrajnymi temperaturami, słońcem i wilgotnością. Przedmiot i materiały opakowaniowe należy utylizować wyłącznie zgodnie z lokalnymi, aktualnymi przepisami w miejscu zbiórki odpadów. Przekazując produkt osobie trzeciej, należy zawsze upewnić się, że dołączano do niego niezbędną dokumentację. Zawsze wykonuj ćwiczenia zgodnie z opisem zawartym w tej instrukcji. Ćwicz wyłącznie na płaskiej, nieślizgającej się powierzchni. Upewnij się, że miejsce wykonywania ćwiczeń jest czyste i nie ma w nim ostrych przedmiotów. Wokół miejsca wykonywania ćwiczeń należy zachować wolną przestrzeń wynoszącą co najmniej 100 cm.

- Udoskonal swoją technikę, czas i ruchy.
- Wygodny regulowany pas 55-112cm.
- Taśma rozciągliwa na 5 metrów.
- Uchwyt na piłkę pasuje do piłek w rozmiarach 3,4 i 5.
- Piłka nie załączona.

INSTRUKCJE:

Umieść piłkę w uchwycie i zaczeć pas wokół bioder. Nieograniczony trening może się zacząć, bez ciągłego odzyskiwania piłki.

OSTRZEŻENIA:

Rozpocznij trening od lekkich kopnięć, aby oswoić się z produktem, ćwicz odskok. Bądź ostrożny, aby piłka nie uderzyła delikatnych części ciała, np. twarzy lub innych osób.

Sprawdź produkt czy nie posiada żadnych uszkodzeń przed każdym użyciem. Nigdy nie używaj produktu jeśli widzisz lub podejrzewasz jakieś uszkodzenia!

- Montaż powinien wykonywać wyłącznie osoba pełnoletnia.
- Przed użyciem sprawdź, czy wszystkie części są kompletne.
- Zawsze upewnij się, że produkt jest prawidłowo zabezpieczony.
- Artykuł nie może być używany wewnątrz.
- Upewnij się, że otoczenie jest wolne od przeszkód, aby zapobiec uszkodzeniu otoczenia.

PIELĘGNACJA I PRZECHOWYWANIE:

Czyścić tylko wodą, nigdy nie używać drażniących środków czyszczących. Zawsze przechowuj produkt czysty i suchy.

(RU) НАЗНАЧЕНИЕ: С этим футбольным тренажером вы сможете развить технику паса и броска до желаемого уровня, не прибегая к тому, чтобы постоянно забирать мяч.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Необходимо внимательно прочитать данные инструкции по эксплуатации, соблюдать их и хранить для дальнейшего использования в случае необходимости. Прежде чем проводить тренировочную программу, проконсультируйтесь с врачом. Планируйте график тренировок в соответствии со своим физическим состоянием. Во время выполнения упражнений очень важно поддерживать правильную осанку. Всегда надевайте соответствующую обувь и одежду. Проводите тренировку в дали от любых предметов или других лиц. Перед каждой тренировкой делайте разминку (10 минут ходьбы) и после каждой тренировки дайте своему телу остыть (сделайте растяжку тела). Из-за неправильной или чрезмерно интенсивной тренировки, или из-за неправильной разминки можно получить травму. В случае физических жалоб немедленно остановите тренировку. Производитель и его дистрибьюторы не несут никакой ответственности за несчастные случаи или травмы людей, а также повреждения имущества, которые могут возникнуть в результате пользования изделием или во время тренировок. Вы пользуетесь этим изделием на собственный страх и риск. Беременная женщина должна заниматься физическими упражнениями только после консультации с врачом. Изделие может использоваться только взрослыми, и не в качестве игрушки. Рекомендуется делать перерывы между упражнениями. Всегда проверяйте оборудование на предмет повреждений и износа, перед его использованием. В случае повреждения изделия не пользуйтесь им. Изделие предназначено только для домашнего использования. Храните изделие сухим и чистым в помещении с постоянной умеренной температурой. Не используйте моющие средства, чистите его только влажной тряпкой, после чего вытрите насухо салфеткой. Не подвергайте оборудование воздействию экстремальных температур, солнца и влажности. Утилизируйте изделие и его упаковочные материалы в соответствии с действующими местными правилами в пункте сбора. При передаче изделия третьей стороне, всегда проверяйте наличие всей документации. Всегда выполняйте упражнения, как описано в предоставленной инструкции. Тренируйтесь только на ровной и нескользкой поверхности. Убедитесь, что поверхность всегда чистая и на ней нет острых предметов. Вокруг места где вы тренируетесь, должна быть свободная зона не менее 100 см.

- Для тренировки техники владения мячом, скорости реакции и отработки ударов.
- Удобный пояс регулируется по объему 55 - 112 см.
- Растяжение резинового троса – до 5 м.
- Чехол нейлоновый под размер мяча №3, №4, и №5.
- Футбольный мяч в комплект не входит.

ИНСТРУКЦИЯ:

Закрепите мяч в держателе и закрепите пояс вокруг талии. Упражнения можно начать сразу после закрепления.

БЕЗОПАСНОСТЬ:

Начните обучение с мячом с легких ударов, чтобы почувствовать отскок мяча. Будьте осторожны, чтобы мяч не отскочил в пах или лицо.

Перед каждым использованием проверяйте изделие на наличие повреждений или износа. Никогда не используйте продукт, если повреждения видимы или вы подозреваете, повреждения!

- Изделие должно монтироваться только взрослым.
- Перед использованием проверьте комплектность всех деталей.
- Всегда следите за тем, чтобы изделие было надежно закреплен.
- Изделие нельзя использовать внутри.
- Убедитесь, что вокруг нет препятствий, чтобы не нанести вред окружающей среде.

УХОД И ХРАНЕНИЕ:

Чистить только с водой, никогда не используйте агрессивные моющие средства. Храните тренажер чистым и сухим.

(TR) KULLANIM AMACI: Bu futbol antrenörü ile topu devamlı almadan pas ve şut tekniğinizi istediğiniz seviyeye getirebilirsiniz.

UYARI: Bu kullanım talimatları dikkatlice okunmalı, izlenmeli ve saklanmalıdır. Egzersiz programına başlamadan önce doktorunuza başvurunuz. Programı güncel fiziksel kondisyonunuza uyarlayınız. Egzersiz süresince doğru duruş teknikleri izlenmesi önemlidir. Daima uygun ayakkabı ve kıyafet giyiniz. Cisimlerden ve diğer kişilerden uzak durunuz. Her egzersizden önce daima ısınma (10 dakika yürüyüş) ve soğuma (tüm vücut esneme) yapınız. Yanlış veya aşırı egzersiz veya hatalı ısınma, sakatlanmaya yol açabilir. Fiziksel bir şikayet oluştuğu takdirde derhal egzersizi bırakınız. Üretici ve distribütörler, egzersiz ve kullanımdan kaynaklanan kaza, sakatlanma veya zararlar için hiçbir sorumluluk kabul etmez. Bu ürünün kullanımından doğan riskler şahsınıza aittir. Hamile kadınlar ancak doktor izniyle egzersiz yapabilir. Bu ürün yalnızca yetişkinler tarafından kullanılmalıdır ve oyuncak değildir. Egzersizler arasında mola verilmesi tavsiye edilir. Ürünü kullanımdan önce her zaman zarar ve aşınma için kontrol ediniz. Zarar veya aşınma varsa ürünü kullanmayınız. Bu ürün yalnızca evde kullanıma uygundur. Ürünü kuru ve temiz ve sürekli ortalama sıcaklığa sahip bir yerde saklayınız. Ürünü temizlemek için temizlik ürünleri kullanmayınız, yalnızca nemli bir bezle siliniz ve daha sonra bir temizlik beziyle kurulaınız. Ürünü aşırı düşük veya yüksek sıcaklıklardan, güneşten ve nemden koruyunuz. Ürünü ve ambalaj malzemelerini yerel ve güncel düzenlemelere uygun olarak bir toplama noktasına atınız. Ürünü üçüncü bir kişiye vereceğiniz zaman mutlakla belgelerinin dahil edildiğinden emin olunuz. Egzersizleri daima bu talimatta gösterildiği gibi yapınız. Sadece düz ve kaymaz bir zeminde egzersiz yapın. Egzersiz bölgenizin temiz ve sıvri uçlu nesnelerden anılmış olduğundan emin olun. Egzersiz alanınızın çevresinden en az 100 cm boş alan bırakılmalıdır.

- Teknik, zamanlama ve dokunma en üst düzeye çıkarma.
- Rahat ayarlanabilir bel kayışı 55-112cm.
- Bant 5 metreye kadar uzanır.
- Top tutucuya 3,4 ve 5 boyutlan uyar.
- Top dahil edilmemiştir.

TALIMAT:

Topu tutucuya kilitleyiniz ve belinize kayışı bağlayınız. Hiç topu almak zorunda kalmadan sınırsız egzersize hemen başlayabilirsiniz.

GÜVENLİK TALIMATLARI:

Ürüne alışmanız için nazik bir şekilde top çekme eğitime başlایınız, topun geri sıçramasına alınız. Top hassas vücut kısımlarını değmeyecek şekilde, yüz gibi veya diğer kısımlara, dikkatli olunuz.

Ürünü her kullanımdan önce, hasar veya aşınma üzerine kontrol ediniz. Üründe zarar görünür ise veya hasarda şüpheleniyorsanız ürünü kullanmayınız!

- Montaj sadece bir yetişkin tarafından yapılmalıdır.
- Kullanmadan önce tüm parçaların eksiksiz olduğunu kontrol edin.
- Her zaman ürünün güvenli bir şekilde sabitlendiğinden emin olun.
- Ürün iç mekanda kullanılmalıdır.
- Çevreye zarar vermemek için etrafındaki alanın engellerden serbest olduğundan emin olun.

BAKIM VE DEPOLAMA:

Sadece temiz su ile temizleyiniz, asla agresif maddeleri kullanmayınız. Kuru ve temiz tutunuz.

(DK) TILSIGTET BRUG: Med denne fodboldtræner kan du udvikle din afleverings- og skudteknik til det ønskede niveau uden at skulle blive ved med at hente bolden.

ADVARSEL: Denne betjeningsvejledning skal læses omhyggeligt, følges op og opbevares. Før du påbegynder et træningsprogram, skal du først kontakte din læge. Baser træningsplanen på din aktuelle fysiske tilstand. Det er vigtigt at antage en korrekt holdning under træningen. Bær altid passende fodtøj og tøj. Hold dig væk fra genstande eller andre personer. Lav altid en opvarmning (10 minutters gang) og afkøling efter hver træning (fuld kropstrækning). Skade kan forekomme på grund af forkeft eller overdreven træning eller på grund af en forkert opvarmning. I tilfælde af fysiske klager skal du straks afslutte din træning. Producenten og dets distributører påtager sig intet ansvar eller ansvar for ulykker eller personskader, der kan resultere i forbindelse med øvelserne og brugen. Brug af denne artikel sker på din egen risiko. Gravid kvinde skal kun træne efter at have

konsumeret en læge. Artiklen skal kun bruges af voksne og må aldrig bruges som legetøj. Det anbefales at pause mellem øvelserne. Kontroller altid artiklen inden brug for skader eller slid. Hvis dette findes, kan artiklen muligvis ikke bruges. Artiklen er kun egnet til husholdningsbrug. Opbevar artiklen tør og ren i et rum med konstant moderat temperatur. Brug ikke rengøringsprodukter til at rengøre artiklen, rengør kun med en fugtig klud, tør den derefter med en rengørings klud. Beskyt denne artikel mod ekstreme temperaturer, sol og fugtighed. Bortskaf genstanden og emballagematerialerne i overensstemmelse med lokale, gældende regler på et indsamlingssted. Når du videregiver produktet til en tredjepart, skal du altid sørge for, at dokumentationen er inkluderet. Udfør altid øvelserne som beskrevet i denne instruktion. Træn kun på en plan og skridsikker overflade. Sørg for, at dit træningsområde er rent og fri for spids genstand. Et frit område på mindst 100 cm skal holdes omkring dit træningsområde.

- Optimer din teknik, timing rørlighed.
- Komfortabel og justerbart livrem på 55-112 cm.
- Båndet kan strækkes op til 5 meter.
- Bold holderen passer til bold størrelse 3,4, og 5.
- Bold er ikke inkluderet.

INSTRUKTION:

Lås bolden til holderen og vedhæft remmen rundt om livet. Den endeløse øvelse kan starte helt uden nogensinde at være nødt til at hente din bold.

SIKKERHEDSINSTRUKTIONER:

Start med at træne med stille skud for at vænne dig til produktet. Vær forsigtig, så bolden ikke rammer sarte kropsele, f.eks. ansigtet eller andre individuelle.

Tjek at produktet ikke har nogen fejl, før du tager det i brug. Brug aldrig produktet, hvis det er ødelagt eller kan ses ødelagt ud!

- Produktet bør kun installeres af en voksen.
- Før brug skal du kontrollere, at alle dele er komplette.
- Sørg altid for, at produktet er forsvarligt fastgjort.
- Varen må ikke bruges indendørs.
- Sørg for, at omgivelserne er fri for forhindringer for at undgå skader på omgivelserne.

VEDLIGEHOLDELSE OG OPBEVARING:

Rens kun med rent vand, brug aldrig hårde rengøringsmidler. Opbevar altid produktet rent og tørt.

(NO) TILTENKT BRUK: Med denne fotballtreneren kan du utvikle pasnings- og skyteteknikker til ønsket nivå uten å stadig måtte hente ballen.

ADVARSEL: Denne bruksanvisningen må leses nøye, bli fulgt opp og oppbevares. Før du starter med et treningsprogram bør du rådføre deg med en lege. Treningsprogrammet må tilpasses din nåværende fysiske tilstand. Det er viktig at du har riktig holdning ved gjennomføring av øvelsene. Bruk alltid riktig fottdø og antrekk. Hold deg utenfor rekkevidde til objekter og andre personer. Oppvarming (gå i 10 minutter) bør utføres før hver trening, mens etter hver trening bør du avslutte med (full body stretch) aktiv restitution. Skade kan opptre som følge av feil eller overdreven trening, eller av feil oppvarming. Hvis fysiske klager oppstår, avbryt treningen umiddelbart. Producenten og dens distributører påtar seg intet ansvar for ulykker eller skader på personer eller eiendommer som måtte oppstå i forbindelse med bruken og øvelsene. Bruken av produktet skjer på egen risiko. Gravid må ikke trene før lege har blitt konsultert på forhånd. Produktet må bare brukes av voksne personer. Det er ikke beregnet som et leketøy. Det er anbefalt å ta pauser mellom øvelsene. Produktet må alltid kontrolleres for skade eller slitasje før bruk. Hvis dette konstateres, må ikke produktet brukes. Produktet er utelukkende beregnet til hjemmebruk. Produktet må oppbevares tørt og rent ved en moderat og konstant temperatur. Rengjøringsmidler må ikke brukes til rengjøring av produktet. Rengjør bare med en fugtig klut. Deretter tørker du med en vaskeklut. Produktet må beskyttes mot ekstrem hete, kulde, fugtighet og sollys. Produktet og emballasjen må kastes ved et innsamlingssted for avfall i henhold til lokale og aktuelle forskrifter. Hvis du gir produktet til en tredjepart, må du alltid sørge for at dokumentene følger med. Øvelsene må alltid utføres som beskrevet i denne bruksanvisningen. Tren utelukkende på en flat og sklisikker overflate. Forsikre deg om at overflaten er ren, og at det ikke finnes seg skarpe gjenstander i nærheten. Det bør være ledig plass rundt treningsområdet på minimum 100 cm.

- Trener teknikk, timing og touch.
- Komfortabel og justerbar midjebånd (55-112cm).
- Båndet strekkes til 5 meter.
- Ballholderen passer ballstørrelser på 3,4 og 5.
- Ball ikke inkludert.

BRUKSANVISNING:

Lås ballen i holderen og fest stroppen rundt midjen. Den endeløse treningen kan starte, uten å måtte hente ballen.

SIKKERHETSINSTRUKSJONER:

Begynne å trene med svake skudd for å gjøre deg kjent med produktet, og å bli kjent med spretten på ballen. Vær forsiktig slik at ballen ikke treffer ømfintlige kroppsdeler, eller for eksempel ansiktet eller andre personer.

Sjekk produktet for skader og slitasje før hver bruk. Ikke bruk produktet om det er skadet.

- Produktet skal kun installeres av en voksen.
- Før bruk, kontroller at alle deler er komplette.
- Sørg alltid for at produktet er godt festet.
- Artikkelen kan ikke brukes inne.
- Sørg for at området rundt er fritt for hindringer for å forhindre skade på omgivelsene.

STELL OG LAGRING:

Rengjøres kun med rent vann, og unngå bruk av sterke rengjøringsmidler. Oppbevares rent og tørt.

(S) AVSEDD ANVÄNDNING: Med detta fotbollsträningsredskap kan du träna upp din passnings- och skjutteknik till en hög nivå utan att du hela tiden måste hämta tillbaka bollen.

WARNING: Läs denna manual noga, följ bruksanvisningen och spara den till framtida användning. Konsultera din läkare innan du följer ett träningsprogram. Basera träningsprogrammet på din nuvarande fysiska form. Det är viktigt att ha en riktig hållning under träningen. Bär alltid lämpliga skor och kläder. Håll avstånd till föremål eller andra människor. Gör alltid en uppvärmning (10 minuters promenad) och stretcha efter varje träningspass (full kroppsträckning). Skada kan uppstå på grund av felaktig eller överdriven träning eller på grund av felaktig uppvärmning. Vill fysisk smärta ska du omedelbart avsluta din träning. Tillverkaren och dess distributörer accepterar inget ansvar för olyckor eller skador på personer eller egendom som kan resultera i samband med övningarna och användningen. Användningen av föremålet sker på din egen risk. Gravid kvinnor får endast träna efter att ha konsulterat en läkare. Produkten får endast användas av vuxna och får inte användas som leksak. Det rekommenderas att pausa mellan övningarna. Kontrollera alltid om produkten har skador eller tecken på slitage före användning. Om detta upptäcks kanske inte produkten kan användas. Produkten är endast avsedd för hushållsbruk. Förvara produkten torrt och i ett rent utrymme med en konstant medeltemperatur. Använd inte rengöringsprodukter för att rengöra produkten, rengör den bara med en fuktig trasa och torka den sedan med en trasa. Skydda produkten mot extrem värme, kyla, fuktighet och solstrålar. Kassera produkten och förpackningsmaterialet enligt lokala, gällande bestämmelser på en återvinningsstation. Om du ger produkten till tredje part måste du också lämna dessa dokument. Utför alltid övningarna enligt beskrivningarna i denna bruksanvisning. Träna endast på en jämn, halkfri yta. Kontrollera att marken är ren och fri från skarpa föremål. Det måste vara en yta fri från hinder på minst 100 cm runt träningsområdet.

- Förbättra din teknik, timing och tillslag.
- Bekväm inställningsbart midjeband 55-112cm.
- Bandet kan sträckas ut 5 meter.
- Bollhållaren passar bollar storlek 3,4 och 5.
- Innehåller ej boll.

INSTRUKTION:

Sätt fast bollen i hållaren och fäst bältet runt midjan. Du kan nu öva så mycket du vill utan att behöva hämta bollen.

SÄKERHETSINSTRUKTIONER:

Börja träningen med att försiktigt skjuta bollen för att vänja dig vid redskapet och hur bollen studsar tillbaka. Var försiktig så att du inte får bollen på sårbara delar av kroppen t. ex. ansiktet.

Kontrollera innan varje användning om redskapet är skadat eller slitet. Använd aldrig redskapet om du ser en skada eller misstänker att det är trasigt.

- Produktet får endast monteras av en vuxen.
- Kontrollera innan användning att produktet är komplett.
- Se alltid till att produkten sitter fast på ett säkert sätt.
- Produktet får ej användas inomhus.
- För att undvika skador, kontrollera att området är fritt från hinder.

UNDERHÅLL OCH FÖRVARING:

Rengör endast med rent vatten, använd ej starka rengöringsmedel. Förvara redskapet på en torr och ren plats.

(H) RENDELTETÉSSZERŰ HASZNÁLAT: A futball edző segítségével fejlesztheti a passzolási és rúgási technikáját anélkül, hogy a labda után kéne szaladnia.

FIGYELMEZTETÉS: Figyelmesen olvassa el és tartsa be a használati útmutatót, és őrizze meg azt.Konzultáljon orvosával, mielőtt elkezdje az edzésprogramot. Az edzés nehézségét mindig egészségi állapotához igazítsa. A gyakorlatok végzése közben ügyeljen a helyes testtartásra. Edzés közben mindig hordjon megfelelő cipőt és ruházatot. Tartson távolságot a környezetében lévő tárgytaktól és emberektől. Mindig melegítsen be (10 perc sétá) és lazítson minden edzésszakasz után (nyújtás). A helytelen vagy túlzásba vitt edzés és a bemelegítés elhagyása sérülésekhez vezethet. Ha fájdalmat érez, azonnal hagyja abba az edzést. A termék gyártója és forgalmazója nem vállal felelősséget olyan balesetekért vagy sérülésekért, melyek a termék helytelen használatából adódóan következtek be. Kizárólag saját felelősségére használja a terméket. Ha terhes, a termék használatát előtt konzultáljon orvosával. A terméket csak felnőttek használhatják. A termék nem játékszer. A gyakorlatok között pihenjen. Használatba vétel előtt mindig ellenőrizze, hogy a termék sérülésmentes-e. Ha a termékén sérülést lát, ne használja. A termék otthoni használatra tervezett. Száraz helyen tálolja, ne tegye ki hőmérséklet-ingadozásnak. Ne tisztítsa mosószerrel. Egy nedves, majd azt követően egy száraz ruhával törölje át. Védje a terméket szélsőséges hőmérsékletől, tűzöz naptól, magas páratartalomtól. A termék élettartama végén a helyi hulladékszáályozásnak megfelelően kezelje, adja le az arra kijelölt gyűjtőpontokon. Ha harmadik személynek továbbadja a terméket, mindig mellékelje a használati útmutatót. A gyakorlatokat mindig az útmutatóban leírtaknak megfelelően végezze. Mindig sima, csúszásmentes felületen végezze a gyakorlatokat. Győződjön meg róla, hogy a gyakorlatok végzése közben nem ütközik (éles) tárgyknak. A gyakorlatokra használt terület körül mindig tartson egy körülbelül 100cm-es biztonsági zónát.

- Javítja a technikát, gyorsaságot, koordinációt.
- Kényelmes, állítható derékpánt (55-112cm).
- Pánt 5 méterre nyújtható.
- A labda tartó 3,4 és 5-s méretű labdához való.
- Labda nélkül.

HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ:

Helyezze a labdát a tartó és csatolja a pántot a derákára. Végezen számú gyakorlást végezhet a labda elvesztése nélkül.

BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK:

Kezdje a gyakorlást gyenge lövésekkel, hogy megismerkedjen a termékkel, kitapasztalja a visszapattanás dinamikáját. Legyen óvatos, hogy a labda ne üsse meg a kényes testrészeket, például a az arc vagy egyéb testrész.

Ellenőrizze a terméket van-e rajta sérülés minden használat előtt. Ne használja a terméket , ha tényleges vagy feltételezett sérülés látható!

- A terméket csak felnőt szerelheti össze.
- Használat előtt ellenőrizze, hogy minden alkatrész sérülésmentes-e.
- Mindig győződjön meg róla, hogy a termék biztonságosan van felerősítve.
- Az cikk nem használható beltérén.
- Győződjön meg arról, hogy a környezetben nincsenek akadályok, hogy megelőzze a környezet károsodását.

ÁPOLÁS ÉS TÁROLÁS:

Csak tiszta vízzel tisztítható, soha ne használjon durva tisztítószereket. Mindig tálolja a terméket tisztán és szárazon.

(FI) KÄYTTÖTARKOITUS: Tämän jalkapalloharjoittimen avulla voit harjoitella syöttö- ja laukaisutekniikkaasi halutulle tasolle ilman pallon jatkuvaa takaisinhakua.

VAROITUS: Lue käyttöohjeet huolellisesti, noudata niitä ja säilytä ne. Keskustele lääkärisi kanssa ennen harjoitteluohjelman aloittamista. Vältä harjoitusohjelma, joka sopii tämähetkisel­le fyysiselle kunnollesi. Huolehdi, että harjoittelet hyvässä asennossa. Käytä aina sopivia jalkineita ja vaatteita. Pysyttele kaukana tavaraisista tai muista ihmisistä. Lämmittele aina ennen harjoittelua (10 minuutin kävely) ja huolehdi palautumisesta (koko kehon venyttely). Väärä tai liian runsas harjoittelu voi johtaa vammautumiseen; myös vääränlainen lämmittely. Lopeta harjoittelu välittömästi, mikäli tunnet ruumiissasi kipua. Valmistaja ja jakelijat eivät ole vastuussa tai korvaa ihmisille tai tavaroille tapahtuneita vahinkoja, jotka ovat seurausta harjoittelusta tai harjoitteluvälineen käytöstä. Tuotteen käyttö tapahtuu omalla vastuulla. Raskaana olevat naiset saavat käyttää tuotetta vain keskusteltuaan harjoittelusta ensin lääkäri­nsä kanssa. Tätä tuotetta saa käyttää vain aikuiset, sitä ei saa

käyttää leikkikaluna. On suositeltavaa pitää harjoittelun lomassa taukoja. Tarkasta tuote aina ennen käyttöä vikojen tai kulumien varalta. Näitä havaittaessa ei tuotetta saa käyttää. Tuote soveltuu vain kotikäyttöön. Säilytä kuivana ja puhtaana tilassa, jonka lämpötila pysyy tasaisena. Älä käytä mitään pesuaineita tuotteen puhdistamiseen, puhdista kostealla liinalla ja kuivaa sen jälkeen kuivalla liinalla. Suojaa tuote äärimmäiseltä kuumuudelta, kylmyydeltä, kosteudelta ja aurinkosäteilyltä. Hävitä pakkausmateriaali ja tuote paikallisten ja ajanmukaisten säännösten mukaiseen paikkaan. Mikäli annat tuotteen jollekin kolmannelle henkilölle, tulee sinun antaa hänelle myös siihen liittyvät kirjalliset dokumentit. Suorita harjoitukset aina tässä käyttöohjeessa kuvatulla tavalla. Treenaa vain tasaisella ja liukumattomalla alustalla. Huolehdi, että harjoittelualue on puhdas eikä siellä ole teräviä esineitä. Varaa harjoittellessasi vähintään 100 cm tyhjää tilaa ympärillesi.

- Tekniikan, ajoituksen ja kosketuksen hiomiseen.
- Mukava, säädettävä vyötärönauha 55–112cm.
- Nauha venyy 5 metriin asti.
- Pallopidikeeseen sopivat koot 3, 4 ja 5.
- Ei sisällä palloa.

KÄYTTÖOHJE:

Lukitse pallo pidikkeeseen ja kiinnitä nauha vyötärösi ympärille. Nyt voit aloittaa harjoittelun ilman, että sinun koskaan täytyy hakea karannutta palloa.

TURVAOHJEET:

Aloita harjoittelu tutustumalla tuotteeseen niin, että potkit palloa ensin kevyesti ja totuttelelele tapaan, jolla se kimpoaa takaisinpäin. Varo, ettei pallo osu herkkiin kohtiin, kuten kasvoihin ja muihin kehon herkkiin osiin.

Tarkasta tuote ennen jokaista käyttökertaa vaurioiden ja kulumisen varalta. Älä koskaan käytä tuotetta, jos siinä näkyy jokin vika tai jos epäilet sen olevan millään lailla vioittunut!

- Vain aikuisen tulee koota tuote.
- Varmista ennen käyttöä, että kaikki osat ovat kokonaisia.
- Tarkista aina, että tuote on turvallisesti kiinnitetty.
- Tuotetta ei saa käyttää sisätiloissa.
- Varmista, että ympäröivä alue on tyhjä, jotta vältetään läheisten esineiden mahdolliset vauriot.

HUOLTO JA SÄILYTYΣ:

Puhdista ainaastaan vedellä, älä koskaan käytä vahvoja puhdistusaineita. Säilytä tuote aina niin, että se pysyy kuivana ja puhtaana.

(GR) ΠΡΟΒΛΕΠΟΜΕΝΗ ΧΡΗΣΗ: Με αυτόν τον προπονητή ποδοσφαίρου μπορείτε να αναπτύξετε την τεχνική πάσας και σουτ στο επιβουητό επίπεδο χωρίς να συνεχίσετε να ανακτάτε την μπάλ

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Αυτές οι οδηγίες λειτουργίας πρέπει να διαβάζονται προσεκτικά, να ακολουθούνται και να αποθηκεύονται. Πριν από την ανάλυση ενός προγράμματος προπόνησης, συμβουλευτείτε πρώτα το γιατρό σας. Βασίστε το πρόγραμμα προπόνησης στην τρέχουσα φυσική σας κατάσταση. Είναι σημαντικό να παίρνομε μια σωστή στάση κατά τη διάρκεια της άσκησης. Φοράτε πάντα κατάλληλα υποδήματα και ρούχα. Μείνετε μακριά από αντικείμενα ή άλλα άτομα. Πάντα να κόνετε ένα ζεστόμα (10 λεπτά περπάτημα) και μία αποθεραπεία μετά από κάθε προπόνηση (πλήρες τέντωμα του σώματος). Τραυματισμός μπορεί να συμβεί λόγω εσφαλμένης ή υπερβολικής προπόνησης, ή από λάθος στο ζεστόμα. Σε περίπτωση σωματικών ενοχλήσεων, τερματίστε αμέσως την εκπαίδευσή σας. Ο κατασκευαστής και οι διανομείς του δεν αποδέχονται καμία ευθύνη ή υπαιτιότητα για ατυχήματα ή τραυματισμούς προσώπων ή περιουσιακών στοιχείων που μπορεί να προκύψουν σε συνάρτηση με τις ασκήσεις και τη χρήση του. Η χρήση αυτού του μηχανήματος γίνεται με δική σας ευθύνη. Μια έγκυος γυναίκα πρέπει να ασκείται μόνο μετά τις συμβουλές του γιατρού της. Το μηχανήμα θα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο από ενήλικες και ποτέ δε θα πρέπει να χρησιμοποιείται ως παιχνίδι. Συνιστάται η παύση μεταξύ των ασκήσεων. Να ελέγχετε πριν από τη χρήση για ζημιές ή φθορές. Εάν βρεθούν, το μηχανήμα δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί. Το μηχανήμα είναι κατάλληλο μόνο για οικιακή χρήση. Να αποθηκεύετε το μηχανήμα στεγνό και καθαρό σε ένα χώρο με σταθερή μέτρια θερμοκρασία. Μην χρησιμοποιείτε καθαριστικά προϊόντα για να καθαρίσετε το μηχανήμα, καθαρίστε μόνο με ένα υγρό πανί και μετά στεγνώστε με μια στεγνή πετσέτα. Προστατέψτε αυτό το μηχανήμα από ακραίες θερμοκρασίες, ήλιο και υγρασία. Απορρίψτε το αντικείμενο και τα υλικά συσκευασίας σύμφωνα με τους τοπικούς ισχύοντες κανονισμούς σε ένα σημείο συλλογής. Όταν μεταβιβάζετε το προϊόν σε τρίτο μέρος, να φροντίζετε πάντα να περιλαμβάνονται και τα έγγραφά του. Πάντα κόνετε τις ασκήσεις όπως περιγράφονται σε αυτές τις οδηγίες. Εξασκηθείτε μόνο σε επίπεδη και αντισλιοθητική επιφάνεια. Βεβαιωθείτε ότι η περιοχή της εκπαίδευσης είναι καθαρή και χωρίς αιχμηρά αντικείμενα. Μια ελεύθερη περιοχή

τουλάχιστον 100 εκατοστών πρέπει να παραμείνει κοντά στην περιοχή της εκπαίδευσης.

- Βελτιώστε την τεχνική, το χρονό και την αφή σας.
- Άνετα ρυθμιζόμενη μέση 55-112εκ.
- Η μπάντα εκτείνεται έως 5 μέτρα.
- Κατάλληλο για μπάλα μεγέθους 3,4 και 5.
- Δεν περιλαμβάνεται μπάλα.

ΟΔΗΓΙΕΣ:

Ασφαλίστε την μπάλα στον κάτοχο και βάλτε το λουρί γύρω από τη μέση σας. Η ατελείωτη εξάσκηση μπορεί να ξεκινήσει χωρίς να χρειαστεί να ανακτήσετε την μπάλα σας.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ:

Ξεκινήστε την εξάσκηση με αδύναμα σουτ για να εξοικειωθείτε με το προϊόν, εξασκώντας τα χαρακτηριστικά ριμπάουντ. Να είστε προσεκτικοί, ώστε η μπάλα να μην χτυπήσει ευαίσθητες περιοχών του σώματος, π.χ. το πρόσωπο ή άλλα άτομα.

Ελέγξτε το προϊόν για ζημιές και φθορές πριν από κάθε χρήση. Ποτέ μην χρησιμοποιείτε το προϊόν εάν υπάρχει ορατή ζημιά ή υποψία ζημιάς !

- Η συναρμολόγηση πρέπει να γίνεται μόνο από ενήλικα.
- Ελέγξτε πριν από τη χρήση ότι όλα τα εξαρτήματα είναι ολοκληρωμένα.
- Βεβαιωθείτε πάντα ότι το προϊόν είναι ασφαλισμένο.
- Το αντικείμενο δεν επιτρέπεται να χρησιμοποιείται σε εσωτερικούς χώρους.
- Βεβαιωθείτε ότι το περιβάλλον είναι απαλλαγμένο από τυχόν εμπόδια για να αποφύγετε βλάβες στο περιβάλλον.

ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΑΙ ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ:

Καθαρίστε το προϊόν μόνο με νερό, ποτέ μη χρησιμοποιείτε σκληρά καθαριστικά. Πάντα να το αποθηκεύετε καθαρό και στεγνό.

(LAT) PAREDŽĒTAIS LIETOUMS: Ar šo futbolu trenāzieri jūs varat attīstīt savu piespēļu un sitienu tehniku līdz vēlāmajam līmenim, neskrīenot pēc bumbas.

BRĪDINĀJUMS: Šī instrukcija ir rūpīgi jāizlasa, jāiegaumē un jāuzglabā. Pirms uzsākt apmācības programmu, vispirms konsultējieties ar ārstu. Treniņu grafiku balstiet uz pašreizējo fizisko stāvokli. Vingrinājuma laikā ir svarīgi ienemt pareizu stāju. Vienmēr valkājiet piemērotus apavus un apģērbu. Turieties tālāk no priekšmetiem vai citiem cilvēkiem. Pirms katra treniņa vienmēr veiciet iesildīšanos (10 minūtes pastaigas) un pēc treniņa atvīsināšanos (visa ķermeņa stiepšanās). Traumas var rasties nepareizas vai pārmērīgas apmācības vai nepareizas iesildīšanās dēļ. Vienmēr veiciet vingrinājumus, kā aprakstīts šajā instrukcijā. Fizisku sūdzību gadījumā nekavējoties pārtrauciet apmācību. Izgatavotājs un tā izplatītāji neuzņemas atbildību par negadījumiem vai cilvēku ievainojumiem un īpašuma bojājumiem, kas var rasties vingrinājumu laikā. Produkta lietošana ir uz jūsu paša risku. Grūtnieces drīkst trenēties tikai pēc konsultēšanās ar ārstu. Priekšmetu drīkst izmantot tikai pieaugušie, un tas nav paredzēts rotaļai. Starp treniņiem ieteicams veikt pārtraukumus. Pirms lietošanas vienmēr pārbaudiet, vai priekšmetam nav bojājumu vai nodiluma. Ja tas tiek atrasts, produktu nedrīkst izmantot. Prece ir piemērota tikai lietošanai mājāsaimniecībā. Glabājiet priekšmetu sausā un tīrā telpā ar neminājo mērenu temperatūru. Nelietojiet tīrīšanas līdzekļus priekšmeta tīrīšanai, notīriet to tikai ar mitru drānu, pēc tam noslaukiet to ar tīrīšanas lupatīņu. Aizsargājiet priekšmetu pret ārkārtēju karstumu, aukstumu, mitrumu un saules stariem. Izmetiet priekšmetu un iepakojuma materiālus savākšanas vietā saskaņā ar spēkā esošajiem vietējiem noteikumiem. Ja jūs piešķirat produktu trešajām personām, jums ir jāiesniedz arī šie dokumenti. Trenējieties tikai uz līdzenas un neslīdošas virsmas. Pārlecieties, ka treniņu zona ir tīra un tuvumā nav asu priekšmetu. Ar treniņu zonu ieteicama vismaz 100 cm brīvās zonas.

- Maksimāli uzlabojiet tehnoloģiju, laiku un sitienu.
- Ērta, regulējama jostasvieta 55-112 cm.
- Josla sniedz līdz 5 metriem.
- Bumbu turētājs der 3,4 un 5 izmēra bumbām.
- Bumba nav iekļauta.

INSTRUKCIJA:

Nofiksējiet bumbu turētājā un piestipriniet jostu ap vidukli. Tagad var sākties neierobežota prakse, nekad nevajadzēs skrīet pēc bumbas.

DROŠĪBAS INSTRUKCIJAS:

Sāciet trenēties, uzmanīgi uzsitot pa bumbu, lai vispirms iepazītos ar izstrādājumu un iepazītos ar bumbas atsitieni. Esiet piesardzīgs, lai bumba nepieskartos delikātām ķermeņa daļām, piemēram, sejai vai citām daļām.

Pirms katras lietošanas pārbaudiet, vai izstrādājumam nav bojājumu vai nodiluma. Nekādā gadījumā nelietojiet produktu, ja ir redzami bojājumi vai ir aizdomas par bojājumiem!

- Montāžu dīkst veikt tikai pieaugušais.
- Pirms lietošanas pārbaudiet, vai ir visas detaļas.
- Vienmēr pārliecinieties, vai produkts ir droši nostiprināts.
- Produktu nedrīkst izmantot telpās.
- Pārliecinieties, ka apkārt nav šķēršļu, lai novērstu apkārtējās vides bojājumus.

KOPŠANA UN GLABĀŠANA:

Tīriet tikai ar ūdeni, nekad nelietojiet spēcīgus tīrīšanas līdzekļus. Uzturiet produktu sausu un tīru.

(LTU) NUMATYTOJI PASKIRTIS: Su šiuo futbolo treniruokliu galite tobulinti savo perdavimo ir smūgiavimo techniką iki norimo lygio ir jums nereikia nuolat pasiimti kamuolio.

ISPĒJIMAS: Reikia šias naudojimo instrukcijas atidžiai perskaityti, jų laikytis ir išsaugoti. Prieš pradėdami treniravimosi programą, pirmiausia pasitarkite su gydytoju. Treniruotų tvarkaraštį sudarykite pagal savo dabartinę fizinę būklę. Treniruotų metu svarbu išlaikyti teisingą laikyseną. Visada dėvėkite tinkamą avalynę ir drabužius. Laikykites atokiau nuo daiktų ar kitų asmenų. Visada padarykite apšilimą (10 minučių ėjimo) prieš kiekvieną treniruotę ir viso kūno tempimą po kiekvienos treniruotės. Galima patirti traumas dėl netinkamo arba perdėto treniravimosi arba dėl netinkamo apšilimo. Jeigu turite fizinį nusiskundimų, nedelsdami nutraukite treniruotę. Gaminio tyrai ir jo platintojai neprisiima jokios atsakomybės už nelaimingus atsitikimus ar sužeidimus žmonėms ar turtui, kurie gali kilti dėl treniruotų ir naudojimo. Naudodamiesi šiuo produktu, prisiimate atsakomybę. Nėščia moteris turėtų mankštintis tik pasitarusi su gydytoju. Gaminys yra skirtas naudoti suaugusiems ir jis niekada negali būti naudojamas kaip žaislas. Tarp pratimų rekomenduojama padaryti pertrauką. Prieš naudojimą visada patikrinkite, ar gaminys nepažeistas ir nesusidėvėjęs. Jeigu tai randama, gaminys gali būti nenaudojamas. Straipsnis tinkamas naudoti tik namų aplinkoje. Gaminį laikykite sausoje ir švarioje vietoje, kur yra pastovi vidutinė temperatūra. Gaminio valymui nenaudokite valymo priemonių, valykite tik drėgna šluoste, po to nusauginkite valymo šluoste. Saugokite šį gaminį nuo ekstremalios temperatūros, saulės ir drėgmės. Išmeskite prekę ir pakavimą medžiagas surinkimo punkte pagal galiojančius vietinius reikalavimus. Perduodami gaminį trečiajai šaliai, visada įsitinkinkite, kad pridėdami dokumentai. Visada atlikite pratimus taip, kaip nurodyta instrukcijose. Treniruokites tik ant lygaus ir neslidus paviršiaus. Įsitinkinkite, kad jūsų treniruotų zona yra švari ir joje nėra jokių aštrių daiktų. Aplink jūsų treniruotų vietą turi būti bent 100 cm laisvo ploto.

- Pagerinti savo techniką, laiką ir lytėjimą.
- Patogi reguliuojama liemenė 55-112cm.
- Juostos įsitępinas iki 5 metrų.
- Kamuolio laikiklis tinka 3,4 ir 5 dydžio kamuoliams.
- Kamuolys neįtrauktas.

INSTRUKCIJOS:

Pritvirtinkite rutulį laikiklyje ir pritvirtinkite diržą aplink juosmenį. Galima pradėti mankštintis be galo, niekada nepametant kamuolio.

SAUGOS INSTRUKCIJOS:

Pradėkite treniruotis su silpnais spyriais, kad susipažintumėte su produktu, treniruokites rikošeto savybes. Būkite atsargūs, kad kamuolys nepataikytų į jautrias kūno vietas, pvz. veidą arba į kitus asmenis.

Prieš kiekvieną naudojimą patikrinkite, ar gaminys nėra pažeistas arba susidėvėjęs. Niekada nenaudokite gaminio, jeigu yra matomas ar įtariamas jo pažeidimas!

- Gaminį turėtų montuoti tik suaugęs asmuo.
- Prieš naudodami patikrinkite, ar visos dalys yra sukomplektuotos.
- Visada įsitinkinkite, kad gaminys yra patikimai pritvirtintas.
- Gaminio negalima naudoti viduje.
- Įsitinkinkite, kad aplinkui nebūtų kliūčių ir kad išvengtumėte žalą aplinkai.

PRIEŽIŪRA IR LAIKYMAS:

Valykite tik vandeniu, niekada nenaudokite šiurkščių valymo priemonių. Visada sandėliuokite gaminį švarų ir sausą.

(SLO) PREDVIDENA UPORABA: S tem nogometnim pripomočkom lahko razvijete svojo tehniko podajanja in streljanja na zeleno raven, pri čemer ni treba nenehno hoditi po žogo.

OPOZORILO: Ta navodila za uporabo je treba natančno prebrati, upoštevati in shraniti. Preden se lotite vadbenega programa, se najprej posvetujte s svojim zdravnikom. Trening prilagodite vašemu trenutnemu fizičnemu stanju. Pomembno je, da med vajo vzdržujete pravilno držo. Vedno nosite primerno obutev in oblačila. Izogibajte se kakršnih

koli predmetov ali drugih oseb. Pred vadbo ne pozabite na ogrevanje (10 minut hoje) in ohlajitev po vsaki vadbi (raztezanje celega telesa). Poškodba lahko nastane zaradi napačnega ali pretiranega treninga ali zaradi nepravilnega ogrevanja. V primeru fizičnih komplikacij takoj zaključite z vadbo. Proizvajalec in njegovi distributerji ne prevzemajo nobene odgovornosti za nesreče ali poškodbe ljudi ali lastnine, ki bi lahko nastale v povezavi z vajami in uporabo. Uporaba tega izdelka je na lastno odgovornost. Nosečnice lahko izdelek uporabljajo le po posvetovanju z zdravnikom. Napravo smejo uporabljati samo odrasli in nikoli kot igračo. Priporočljivo je, da med vajami delate premore. Pred uporabo izdelka vsakič preverite, ali so na njem poškodbe ali sledi obrabe. Če je ugotovljena škoda, izdelka ne uporabljajte. Artikel je primeren samo za domačo uporabo. Izdelek shranjujte na suhem in čistem, v prostoru s konstantno zmerno temperaturo. Za čiščenje izdelka ne uporabljajte čistilnih sredstev, očistite ga le z vlažno krpo, nato posušite s krpo za čiščenje. Ta izdelek zaščitite pred ekstremnimi temperaturami, soncem in vlago. Izdelek in embalažne materiale zavrzite v skladu z lokalnimi veljavnimi predpisi na zbirnem mestu. Če izdelek izročite tretji osebi, vedno poskrbite, da je vključena tudi vsa dokumentacija. Vaje vedno izvajajte tako, kot je opisano v teh navodilih. Trenirajte le na ravni in nedrsljivi površini. Poskrbite, da je vadbeno območje čisto in brez koničastih predmetov. Okoli vašega vadbenege območja naj bo vsaj 100 cm prostora.

- Izboljšajte svojo tehniko, reakcijski čas in dotik.
- Udoben, nastavljiv pas: 55-112 cm.
- Elastika se raztegne za 5 metrov.
- Primerno za žoge velikosti 3,4 in 5.
- Žoga ni vključena.

NAVODILA:

Vstavite žogo v držalo in pritrdite pas okrog pasu. Neskončna vadba se lahko začne, ne da bi vam bilo treba pri tem pobirati žogo.

VARNOSTNA NAVODILA:

Vadbo začnite z rahlim brcanjem žoge, da se seznanimate z izdelkom, spoznajete se z odbojem žoge. Bodite previdni, da žoga ne zadene občutljivih delov telesa, na primer obraza ali drugih delov.

Pred vsako uporabo preverite, da izdelek ni poškodovan ali obrabljen. Izdelka nikoli ne uporabljajte, če je poškodba vidna ali domnevna.

- Izdelek naj sestavi odrasla oseba.
- Pred uporabo preverite, ali so vsi deli popolni.
- Vedno se prepričajte, da je izdelek varno pritrjen.
- Izdelka ni dovoljeno uporabljati znotraj.
- Poskrbite, da v okolici ni ovir, da preprečite poškodbe okolice.

NEGA IN SHRANJEVANJE:

Čistite samo z vodo, nikoli ne uporabljajte agresivnih čistilnih sredstev. Izdelek vedno shranite čist in suh.

(EST) KASUTUSOTSTARVE: Selle jalgpallitreeneriga saate arendada oma sõõdu- ja löögetehnikat vajaliku tasemeni, ilma et peaksite palli tagasi tooma.

HOIATUS: Lugege need kasutusjuhendid hoolikalt läbi. Enne kui treenimisprogrammi järgima hakkate; konsulteerige oma arstiga. Koostage treenimisprogramm vastavuses oma konditsiooniga. On oluline võtta harjutuste ajal sisse õige hoiak. Kandke alati sobivaid jalanõusid ja rõivaid. Hoidke eemale esemetest ja teistest inimestest. Tehke alati soojendust (10 minutit kõndi) ja peale igat treeningut (täis body stretch) jahutus. Haavad võivad tekkida valest või ülepingutatud soojendusest. Kehaliste kaebuste korral lõpetage koheselt treenimine. Importija ja tema distributeerija ei võta vastutust haavade või kahjude eest, mis on tekkinud kasutuse või vale kasutuse tagajärjel mõne teise isiku poolt. Selle eseme kasutus on oma riisikol. Rasedad naised võivad eset kasutada eranditult peale konsulteerimist arstiga. Eset võib kasutada ainult täiskasvanu poolt ja ei sobi mänguasjaks. On soovitatud vahepeal pause teha. Kontrolli eset enne kasutust, ega see pole kahjustunud või kulunud. Kui on, ei tohi eset enam kasutada. eranditult mõeldud privē kasutuseks ja ei ole mõeldud kommertseasmärkideks. Hoiusta eset kuivas ja puhtas kohas kus on konstantne, mõõdukas temperatuur. Ära kasuta mingeid puhastusvahendeid eseme puhastamiseks; ainult puhastada niiske lapiga; tolmuvõtulapiga. Kaitse eset ekstreemse kuumuse eest; külma, niiske ja päikesepaiste eest. See toode ja pakkmaterjalid peavad olema pandud prügisse järgides aktuaalseid ettekirjutusi, mis kogumispunkti viimise juurde kuuluvad. Kui toote kolmandale isikule annate; peate edasi andma ka selle dokumenti. Sooritage harjutusi nagu kirjeldatud selles instruktsioonis. Tehke trenni vaid tassel ja mittelbiiseval pinnasel. Veenduge, et teie trennialal ei oleks teravaid objekte. Teie trenniala ümbruses peab olema vähemalt 100 cm vaba ruumi.

- Oma tehnika, ajastuse, puute maksimaliseerimiseks.
- Pael venib kuni 5 meetrit.
- Pallihoidjasse sobib pall mõõduga 3,4 ja 5.
- Pall ei ole lisatud.

JUHEND:

Sulge pall hoidjasse ja kinnita vahendi külge rihm. Harjutuste piiramatu läbivimine võib nüüd alata, ilma, et te kunagi peaks palli minema üles võtma.

TURVALISUSINSTRUKTSIOONID:

Alusta treenimisega visates palli pehmelt eemale, harjuge tootega, kohanege sellega kuidas pall tagasi pörkab. Olge ettevaatlik. Kontrollige igal kasutuskorral kahjustusi ja kulumist. Ärge toodet kunagi kasutage kui kahjustused on nähtavad või on kahtlustada kahju.

- Montaažiga peaks tegelema vaid täiskasvanu.
- Kontrollige enne kasutamist, et kõik osad oleksid olemas.
- Alati veenduge, et toode oleks turvaliselt kinnitatud.
- Seda toodet ei tohi kasutada siseruumides.
- Veenduge, et ümbritseval alal ei asuks takistusi, et vältida kahjustusi ümbritsevatele objektidele.

HOOLDUS JA HOIUSTAMINE:

Tee puhtaks veega, ära kasuta kunagi agressiivseid puhastusvahendeid. Hoiusta toode kuivas ja puhtas kohas.

(HR) NAMJENA: Uz ovaj nogometni trenazer možete razviti svoju tehniku dodavanja i šutiranja do željene razine, a da pritom ne hvatate loptu.

UPOZORENJE: Ovaj se priručnik mora pažljivo pročitati, slijediti i pohraniti. Prije praćenja programa treninga prvo se posavjetujte s liječnikom. Raspored treninga temeljite na svom trenutnom fizičkom stanju. Važno je zauzeti pravilno držanje tijekom vježbe. Uvijek nosite prikladnu obuću i odjeću. Držite se podalje od predmeta ili drugih ljudi. Uvijek radite zagrijavanje (10 minuta hoda) i hlađenje nakon svakog vježbanja (istezanje cijelog tijela). Do ozljeda može doći zbog nepravilnog ili prekomjernog treninga ili zbog pogrešnog zagrijavanja. U slučaju fizičkih problema, odmah završite s treningom. Proizvođač i njegovi distributeri ne preuzimaju nikakvu odgovornost za nezgode ili ozljede ljudi ili imovine koji mogu rezultirati u vezi s vježbom i uporabom. Korištenje predmeta je na vlastiti rizik. Trudnice mogu trenirati samo nakon savjetovanja s liječnikom. Predmeti za vježbanje mogu koristiti samo odrasli i ne služe kao igračka. Preporučuje se pauza između treninga . Uvijek provjerite da li predmet ima oštećenja ili habanja prije uporabe. Ako se primjete oštećenja, predmet se neće koristiti. Predmet je pogodan samo za kućanstvo. Predmet čuvajte suh i čist u sobi sa konstantnom umjerenom temperaturom. Za čišćenje predmeta ne koristite nikakve proizvode za čišćenje, samo ih očistite vlažnom krpom, a zatim obrišite suhom krpom za čišćenje. Zaštitite predmet od ekstremnih vrućina, hladnoće, vlage i sunčevih zraka. Predmet i ambalažni materijal odložite u skladu s lokalnim i važećim propisima na mjesto sakupljanja. Ako proizvod dajete trećim osobama, morate ih dostaviti sa dokumentima.Uvijek vježbte napravite na način kako je opisan u uputama . Uvijek tretirajte samo na ravnoj i neklizajućoj površini. Osigurajte da je površina uvijek čista i bez oštih dijelova. Oko prostora za trening mora postojati slobodna zona od najmanje 100 cm.

- Maksimalno usavršiti tehniku, pravovremenost i dodire.
- Ugodno podesiva traka 55-112 cm.
- Traka se raširi do 5m.
- Posjedniku lopte odgovara lopta veličine 3.4 i 5.
- Lopta nije uključena .

UPUTSTVO:

Pričvrstite loptu na držač i pričvrstite remen oko struka. Beskrajno vježbanje može početi, bez potrebe za dohvaćanjem lopte.

SIGURNOSNE UPUTE:

Počnite trening sa slabim udarcima lopte ,kako bi stekli osjećaj za pomagalo sa kojim vježbate i kako bi vam se lopta polagano vraćala. Budite oprezni da vas lopta ne udari u osjetljive dijelove tijela, npr. u lice ili druge osjetljive dijelove tijela.

Provjerite prije svake uporabe da proizvod nije oštećen ili istrošen.Nikada ne koristite proizvod ako je šteta vidljiva ili sumnjate da je oštećen !

- Proizvod smije instalirati samo odrasla osoba.
- Prije uporabe provjerite jesu li svi dijelovi kompletni.
- Uvijek provjerite je li proizvod dobro pričvršćen.
- Predmet se ne smije koristiti u zatvorenom prostoru.
- Uvjerite se da u okolišu nema prepreka kako biste izbjegli štetu po okoliš.

BRIGA I SKLADIŠTENJE:

Operite proizvod samo sa čistom s vodom, ne koristite jake deterdente. Uvijek pohranite proizvod suh i čist.

(UA) ПРИЗНАЧЕННЯ: З цим футбольним тренажером ви зможете розвинути техніку пасу та кидка до бажаного рівня, не вдаючись до того, щоб постійно забирати м'яч.

ПОПЕРЕДЖЕННЯ: Ці інструкції з експлуатації необхідно ретельно прочитати, дотримуватися та зберігати. Перш ніж проводити тренувальну програму, спочатку проконсультуйтеся з лікарем. Графік тренувань будуйте відповідно своєму фізичному стану. Важливо прийняти правильну поставу під час вправи. Завжди носіть відповідне взуття та одяг. Тримайтеся подалі від будь-яких предметів чи інших осіб. Завжди робіть розминку (10 хвилин ходьби) та охолодження після кожного тренування (розтягування тіла). Травмування може статися через неправильне або надмірне тренування, або через неправильну розминку. У разі фізичних скарг негайно припиніть тренування. Виробник та його дистриб'ютори не несуть ніякої відповідальності та не відповідають за нещасні випадки або травмування людей або майна, які можуть спричинити за собою вправи та використання. Використання цього обладнання на власний ризик. Вагітна жінка повинна займатися фізичними вправами лише після консультації з лікарем. Виріб слід використовувати лише дорослим і ніколи не використовувати як іграшку. Рекомендується робити паузи між вправами. Перед використанням, завжди перевіряйте обладнання на предмет пошкоджень чи зносу. У разі пошкодження виріб, його не можна використовувати. Виріб підходить тільки для домашнього використання. Зберігайте виріб сухим і чистим у приміщенні з постійною помірною температурою. Не використовуйте засоби для чищення щоб очистити виріб, чистіть його лише вологою ганчіркою, після чого витріть насухо серветкою. Не піддавайте обладнання впливу екстремальних температур, сонця та вологості. Утилізуйте виріб та пакувальні матеріали у відповідності з місцевими чинними нормами у пункті збору. Передаючи виріб сторонньому користувачеві, завжди переконайтеся, що інструкції надані. Завжди виконуйте вправи, як описано в цій інструкції. Тренуйтеся тільки на рівній та не ковзаючій поверхні. Переконайтесь, що поверхня завжди чиста і без гострих деталей. Навколо місця вашого тренування повинна бути вільна зона не менше 100 см.

- Збільште свою техніку, швидкість і попадання.
- Зручне регулювання пояса 55-112cm.
- Мотузка тягнеться до 5 м.
- Тримає підходить для м'яча розміром 3,4 і 5.
- М'яч не входить до комплекту.

ІНСТРУКЦІЯ:

Закріпіть м'яч у тримачі і закріпіть ремінь навколо талії. Нескінченні вправи можна починати без необхідності йти за м'ячем.

ІНСТРУКЦІЇ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ:

Почніть навчання з слабких подач, щоб ознайомитися з цим пристосуванням, попрактикуйте з характеристиками відскоків. Будьте обережні, щоб м'яч не потрапив в делікатні частини тіла, наприклад, в лице або інші частини.

Перевіряйте пристосування на пошкодження і знос перед кожним використанням. Ніколи не використовуйте пристосування, якщо є видимі пошкодження або підозри на несправність!

- Виріб має монтуватися лише дорослим.
- Перед використанням перевірте комплектність деталей.
- Завжди слідкуйте за тим, щоб виріб був надійно закріплений.
- Виріб не можна використовувати всередині.
- Переконайтеся, що навколо немає перешкод, щоб не завдати шкоди навколишньому середовищу.

ОБСЛУГОВУВАННЯ І ЗБЕРІГАННЯ:

Мійте тільки чистою водою, ніколи не використовуйте агресивні чистячі засоби. Завжди зберігайте пристосування в чистому і сухому стані.

(RO) UTILIZARE PREVĂZUTĂ: Cu acest antrenor de fotbal îți poți dezvolta tehnica de trecere și de tragere la nivelul dorit, fără a trebui sa recuperezi mingea continuu.

AVERTISMENT: Aceste instrucțiuni de utilizare trebuie citite cu atenție, urmate și păstrate. Înainte de a urma un program de antrenament, cereți mai întâi părerea medicului dumneavoastră. Adaptați programul de antrenament la condiția dumneavoastră fizică actuală. Este important să luați o postură corectă în timpul exercițiului. Purtați întotdeauna îmbrăcăminte și încălțăminte corespunzătoare în timpul

exercițiilor. Păstrați distanța de alte obiecte sau persoane. Faceți întotdeauna o încălzire (10 minute de mers) și o perioadă de relaxare (întindere pentru tot corpul) după fiecare antrenament. Accidentări pot apărea în urma antrenamentului incorect sau excesiv, sau datorită unei încălziri incorecte. În caz de disconfort fizic, încetați imediat antrenamentul. Fabricantul și distribuitorii săi nu pot fi făcuți responsabili în cazul reclamațiilor privind accidentări sau pagube ce pot fi provocate persoanelor sau bunurilor că urmare a folosirii sau a utilizării incorecte a acestui produs de către cumpărătorii sau de către oricare altă persoană. Folosirea acestui produs se face pe propria răspundere. Femeile însărcinate ar trebui să se antreneze doar că urmare a acceptului doctorului. Articolul trebuie utilizat doar de către adulți și niciodată pe post de jucărie. Este recomandat să se facă pauze între exerciții. Verificați întotdeauna produsul înainte utilizării, pentru a nu fi uzat sau deteriorat. Dacă se constată deteriorări, produsul nu mai poate fi folosit. Acest articol este destinat doar pentru uz personal și nu poate fi utilizat în scopuri comerciale. Depozitați articolul uscat și curat, într-un spațiu cu o temperatură moderată în permanentă. Nu utilizați detergenți pentru a curăța aceste produs, ștergeți-l doar cu o cârpă umedă, după care cu una uscată. Protejați acest articol de temperaturi extreme, soare și umiditate. Aruncați articolul precum și ambalajul, în concordanță cu legea locală și reglementările legale curente, la un punct de colectare. În cazul în care dați produsul altei persoane, asigurați-vă că documentația este inclusă. Executați întotdeauna exercițiile așa cum sunt ele descrise în aceste instrucțiuni. Antrenați-vă numai pe o suprafață plană și antiderapantă. Asigurați-vă că spațiul dumneavoastră de antrenament este curat și lipsit de obiecte ascuțite. Trebuie să păstrați o zonă liberă de cel puțin 100 cm în jurul ariei de antrenament.

- Maximalizarea tehnicii, sincronizării și atingerii.
- Curea de talie 55-112 cm confortabilă și reglabilă.
- Fâșia se extinde până 5 metri.
- Suportul mingii este pentru numărul mingii 3,4 și 5.
- Mingea nu este inclusă

INSTRUȚIUNI:

Ferecătii mingea în suport și fizați cureaua pe talie. Acum puteți să începeți practicarea nelimitată fără să căutați mingea.

INSTRUCȚIUNI DE SIGURANȚĂ:

Începeți antrenament să trageți mingea ușor să vă obișnuiți cu produsul, obișnuiți-vă că mingea vine înapoi. Aveți grijă că mingea nu atinge părțile delicate ale corpului, de exemplu fața sau alte părți.

Controlați înainte de fiecare folosire deteriorări și semne de uzură. Nu folosiți niciodată produsul dacă un semn de uzură este vizibil sau dacă presupuneți o uzură!

- Asamblarea trebuie efectuată numai de un adult.
- Verificați înainte de utilizare dacă toate piesele sunt complete.
- Asigurați-vă întotdeauna că produsul este asigurat în siguranță.
- Articolul nu poate fi folosit în interior.
- Asigurați-vă că zona înconjurătoare este lipsită de obstacole pentru a preveni deteriorarea mediului înconjurător.

ÎNTREȚINERE ȘI DEPOZITARE:

Curățați doar cu apă, nu folosiți niciodată produse de curățenie agresive. Depozitați produsul sec și curat

(BG) ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ: С този футболен тренажор можете да развиете техниката си за подаване и стрелба до желаното ниво, без да се налага да вземате топката обратно.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Това ръководство трябва да бъде внимателно прочетено, следвано и съхранявано. Преди да следвате тренировъчна програма, първо се консултирайте с вашия лекар. Базирайте тренировъчния график на текущото си физическо състояние. Важно е да приемете правилна стойка по време на упражнението. Винаги носете подходящи обувки и дрехи. Стойте далеч от предмети или други хора. Винаги правете загряване (10 минути ходене) и охлаждане след всяка тренировка (разтягане на цялото тяло). Нараняване може да възникне поради неправилно или прекомерно трениране или поради неправилно загряване. В случай на физически оплаквания, незабавно прекратете тренировката. Производителят и неговите дистрибутори не носят отговорност за злополуки или наранявания на хора или имущество, които могат да възникнат от упражнения и употреба. Използването на артикула е на ваш собствен риск. Бременните жени могат да тренират само след консултация с лекар. Този продукт може да се използва само от възрастни и не служи като играчка. Препоръчва се да правите пауза между упражненията. Винаги

проверявайте продукта за повреда или износване преди употреба. Ако това бъде намерено, продуктът не може да се използва. Този артикул е предназначен само за лична употреба и не може да се използва за търговски цели. Съхранявайте продукта сух и чист в помещение, с постоянна умерена температура. Не използвайте никакви почистващи препарати за почистване на предмета. Почиствайте само с влажна кърпа, след което го изсушете със кърпа за почистване. Предпазвайте предмета от силна топлина, студ, влажност и слънчеви лъчи. Изхвърлете продукта и опаковъчните материали в съответствие с местните действащи разпоредби, на място за събиране. Ако дадете продукта на трети страни, трябва също да предоставите тези документи. Винаги правете упражненията, както е описано в тази инструкция. Тренирайте само върху равна и нехлъзгаща се повърхност. Уверете се, че вашият тренировъчен обхват е чист и без заострен предмет. Трябва да имате свободна площ от поне 100см около вашата тренировъчна зона.

- Подобрете техниката си, синхронизирането и контакта с топката.
- Удобна регулируема каишка за кръста 55-112 см.
- Каишката се разтяга до 5 метра.
- В поставката се вества топка с размери 3, 4 или 5.
- Топка не е включена в доставката.

ИНСТРУКЦИЯ:

Застопорете топката в поставката и поставете каишката около кръста си. Сега можете да се заемете с неограничени на брой упражнения, без да е необходимо всеки път да тичате след топката.

ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТТА:

Започнете тренировка, отначало с леко ритане на топката, докато свикнете с артикула, след това усвоете реагирането на отскоците на топката. Внимавайте много топката да не удря по-деликатни части на тялото ви, като лицето и други части.

Преди всяка употреба контролирайте артикула за евентуални повреди и износване. В никакъв случай не използвайте артикула в случай на увреждане или съмнение за увреждане!

- Сглобяването трябва да се извършва само от възрастен.
- Проверете преди употреба дали всички части са налице.
- Уверете се, че артикулът е винаги добре обезопасен.
- Продуктът не трябва да се използва на закрито.
- Уверете се, че заобикалящата среда е чиста от всякакви пречки, за да избегнете щети около izdelieto.

ПОДДРЪЖКА И СЪХРАНЕНИЕ:

Почиствайте единствено с вода, в никакъв случай не използвайте агресивни почистващи препарати. Съхранявайте артикула сух и чист.

(SK) ÚČEL POUŽITIA: : S týmto futbalovým trenažerom môžete rozvinúť svoju techniku prihrávok a strelby na požadovanú úroveň bez toho, aby ste museli neustále zbierať loptu.

VAROVANIE: Tento návod na obsluhu si musíte pozorne prečítať, sledovať a uchovať. Pred začatím tréningového programu sa najskôr poraďte so svojím lekárom. Zložte rozvrh tréningov na základe vašej aktuálnej fyzickej kondície. Počas cvičenia je dôležité zaujať správne držanie tela. Vždy noste vhodnú obuv a odev. Držte sa ďalej od akýchkoľvek predmetov alebo iných osôb. Vždy sa zahrejte (10 minút chôdze) a ochlaďte po každom tréningu (natiahnutie celého tela). Zranenie sa môže vyskytnúť v dôsledku nesprávneho alebo nadmerného výcviku alebo nesprávneho zahriatia. V prípade fyzických potiaží okamžite ukončíte svoje školenie. Výrobca a jeho distribútori nepreberajú žiadnu zodpovednosť za nehody alebo zranenia osôb alebo majetku, ktoré môžu vyústiť z cvičenia a používania. Použitie tohto výrobku je na vaše vlastné riziko. Tehotná žena by mala cvičiť iba po konzultácii s lekárom. Výrobok by mal používať iba dospelí a nikdy by sa nemal používať ako hračka. Medzi cvičeniami sa odporúča prestávka. Pred použitím výrobok vždy skontrolujte, či nie je poškodený alebo opotrebovaný. Ak sa to zistí, výrobok sa nesmie použiť. Výrobok je vhodný iba na domáce použitie. Výrobok skladujte suchý a čistý v miestnosti s konštantnou miernou teplotou. Na čistenie predmetu nepoužívajte čistiace prostriedky, čistite iba vlhku handričkou a potom osušte handrou. Chráňte tento výrobok pred extrémnymi teplotami, slnkom a vlhkosťou. Zlikvidujte tento výrobok a obalové materiály v súlade s miestnymi platnými predpismi na zbernom mieste. Pri odovzdávaní produktu tretej strane vždy skontrolujte, či je súčasťou dokumentácia. Cvičenia robte vždy podľa pokynov v tomto návode. Trénujte iba na rovnom a nekĺzavom povrchu. Uistite sa, že vaša tréningová plocha je čistá a bez špicaťých

predmetov. Okolo vášho tréningového priestoru musí byť voľný priestor najmenej 100 cm.

- Maximalizujte svoju techniku, načasovanie a dotyk.
- Pohodlný nastaviteľný pás 55-112cm.
- Pás sa natiahne do 5 metrov.
- Držiak lopty vyhovuje veľkostiam lopty 3.4 a 5.
- Lopta nie je súčasťou balenia.

NÁVOD NA POUŽITIE:

Zamknite loptu do držiaku a pripevnite popruh okolo pása. Nekonečné precvičovanie môže začať, bez toho aby ste stratili svoj loptu.

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY:

Začnite tréning slabými zábermi, aby ste sa s výrobkom zoznámili a vyskúšali si ako lopta odskakuje. Buďte opatrní, aby lopta nezasiahla chýlostivé časti tela, napr. tvár, alebo iné osoby.

Pred každým použitím skontrolujte, či výrobok nie je poškodený a opotrebovaný. Nikdy nepoužívajte výrobok, ak je viditeľné akékoľvek poškodenie alebo máte podozrenie, že by mohol byť výrobok poškodený.

- Montáž by mala vykonávať iba dospelá osoba.
- Pred použitím skontrolujte, či sú všetky diely kompletne.
- Vždy sa uistite, že je výrobok bezpečne zaistený.
- Tento výrobok nesmie byť použitý vo vnútri.
- Uistite sa, že v okolí nie sú žiadne prekážky, aby nedošlo k poškodeniu okolia.

STAROSTLIVOSŤ A SKLADOVANIE:

Čistite len vodou, nikdy nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky. Výrobok uskladňujte vždy v čistom a suchom stave.



PWSPORTS

P.O. BOX 683
4870 AR ETTENLEUR
THE NETHERLANDS