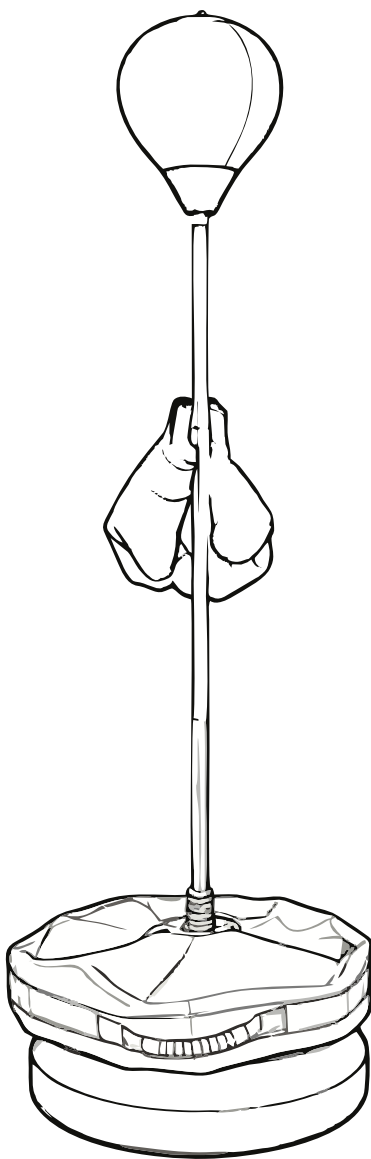




Free-standing punching bag
Sac de frappe autoportant
Stehender Boxsack
Saco de boxeo independiente
Saco de boxe autoportante
Sacco da boxe autoportante



EN_IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.

FR_IMPORTANT : A LIRE ATTENTIVEMENT ET A CONSERVER POUR VOUS Y REFERER ULTERIEUREMENT.

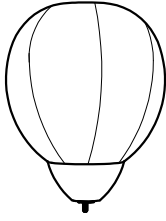
ES_IMPORTANTE, LEA Y GUARDE PARA FUTURAS REFERENCIAS.

PT_IMPORTANTE, RETER PARA REFERÊNCIA FUTURA: LEIA ATENTAMENTE.

DE_WICHTIG! SORGFÄLTIG LESEN UND FÜR SPÄTER NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN.

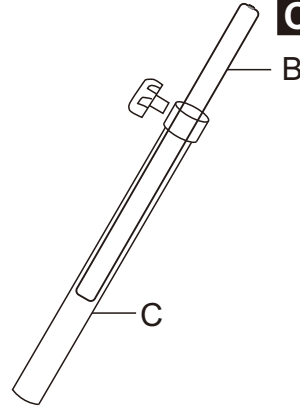
IT_IMPORTANTE! CONSERVARE IL PRESENTE MANUALE PER FUTURO RIFERIMENTO E LEGGERLO ATTENTAMENTE.

A x 1



B x 1

C x 1

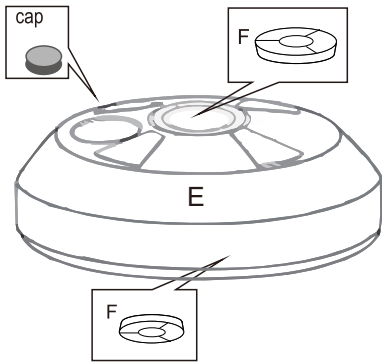


D x 1



E x 1

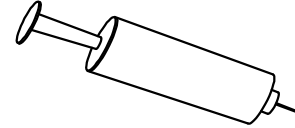
F x 1



G x 1



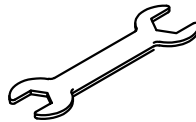
H x 1



I x 1



J x 1



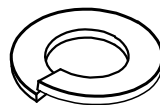
K x 1



L x 1



M x 2



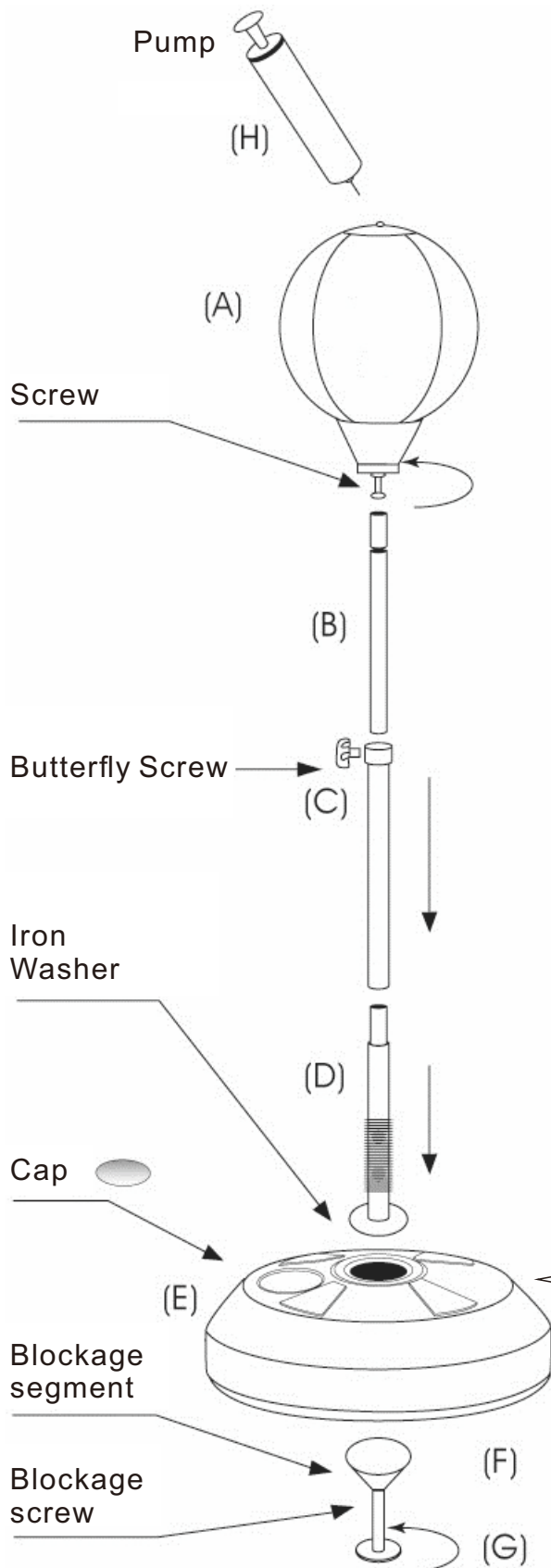
WARNING:

- Before using your freestanding boxing, you are urged to contact a physician to be sure that your hands, wrists, elbows, shoulders and back are suitably conditioned to withstand the rigors of punching this equipment.
- When using this equipment be sure that you are in good physical condition and under expert supervision. Before each and every use be sure that the equipment is in good condition and properly fastened.
- It is recommended that you use well-padded leather bag gloves together with hand wraps. They provide a degree of protection but it is not warranted that this will avoid any injury.
- Don't always hit the same one point. So that the boxing stand will not tilt to one side. For safety reasons, we recommend that sand be used instead of water to fill the Base. If a leak develops, water could run out unnoticed, allowing the system to fall over, resulting in serious personal injuries, or property damage.
- If using Water, check the Base carefully for leaks. If a leak is found, lay the system down on the ground and call Customer Service. Do not use, stand up, or play on a leaking system.

MAINTENANCE AND CARE

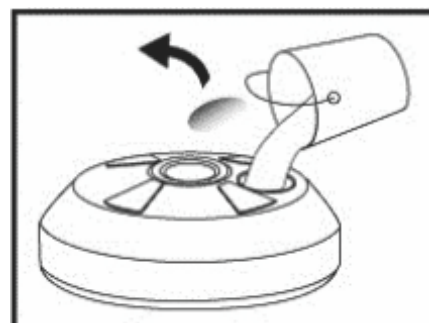
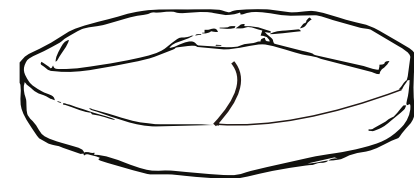
- Keep all instructions and parts relating to this product for future reference.
- Inspect the boxing stand before each use and replace any worn, defective or missing parts.
- Avoid high temperature, moisture or direct sunlight, please place in a well-ventilated place.
- When you accidentally wet the product, use a dry cloth to avoid skidding.
- Neutral detergent can be used to dilute the water to wipe the cloth carefully wipe the oil, and then dry with a dry cloth.

ASSEMBLY INSTRUCTIONS



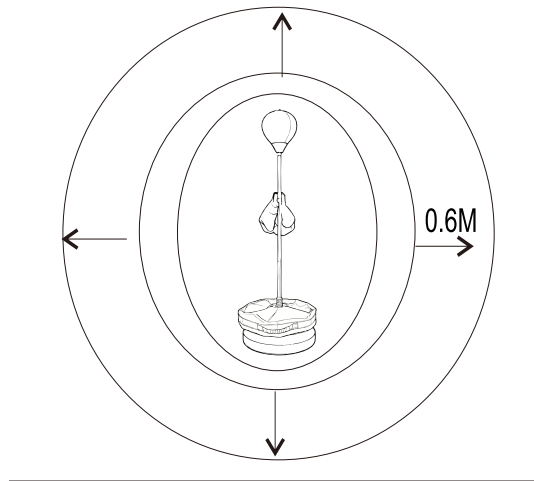
1. Fill the base with water or sand and replace cap.
2. Place the large iron washer over the hole in the base and insert the lower section (D) into the base, the Blockage segment (F) needs to go on the bottom of the base and the screw needs to go through the Blockage segment and be securely fastened to lower section (D)
3. Screw section (C) making sure butterfly screw is at the top into lower part (D) until firmly into place.
4. Insert the upper section (B) into place and set to the desired height. Use the butterfly screw to fix the upper section into place.
5. Pump up the punch ball by using the pump provided, then screw into position at the top of section (B).
6. Fill the bag (I) with counterweights, then place it on the base (E) through the connection between (C) and (D) to enhance stability.
7. Only use a safe place, well away from all obstacles, breakable items or other hazards.

Boxing is contact sport. Any contact sport can be dangerous and result in serious injury. When boxing, be sure you are in good physical condition and under expert supervision. This equipment will provide limited protection but will not protect you against serious injury. Anyone using this equipment must assume the risk of any injury.



General instructions for use:

1. Keep children and pets away from training equipment, and do not leave unattended children alone in the room where the training equipment is placed.
2. Training equipment should be placed on a clean and flat surface and should not be used near water sources or outdoors. Only one person is allowed to use the training equipment at a time.
3. Before training, various stretching exercises are usually performed to warm up, and then protective gear is worn to stand 0.6 meters away from one side of the equipment.
4. When using, hit or kick the soft column with your fist or foot, and the speed of each hit can vary depending on the speed of the soft rebound.
5. The equipment can be used for hitting training throughout one lap, and the feet need to be stable during hitting.
6. When using, the head should not be close to any components and should not rest against the equipment.
7. When using training equipment for training, the attire should be suitable for the training. Do not wear loose or other types of clothing as they may get stuck during training.
8. During the use of training equipment, training can only be carried out according to the operation.
9. Avoid placing any sharp objects around the training equipment.
10. If the training equipment cannot function properly, please do not use it.
11. In the direction of entry from the device, the free area should not be less than 0.6 meters from the training area. The free area must also include an emergency exit area. If the devices are adjacent to each other, the available area of value is shared as a blow:



MISE EN GARDE :

- Avant d'utiliser votre sac de boxe autonome, nous vous recommandons vivement de consulter un médecin pour vous assurer que vos mains, poignets, coudes, épaules et dos sont suffisamment conditionnés pour supporter les efforts intenses liés au frappeage sur cet équipement.
- Lors de l'utilisation de cet équipement, assurez-vous d'être en bonne forme physique et de travailler sous supervision experte. Avant chaque utilisation, vérifiez systématiquement que l'équipement est en bon état et solidement fixé.
- Nous recommandons l'utilisation de gants de boxe en cuir bien rembourrés associés à des bandages pour les mains. Ces accessoires offrent un certain niveau de protection, mais il n'est pas garanti qu'ils évitent tout risque de blessure.
- N'frappez pas systématiquement le même point, afin d'éviter que le support de boxe ne s'incline d'un côté. Pour des raisons de sécurité, nous conseillons d'utiliser du sable plutôt que de l'eau pour remplir la base. En cas de fuite, l'eau pourrait s'écouler sans être détectée, provoquant le renversement de l'équipement et entraînant des blessures graves ou des dommages matériels.
- Si vous utilisez de l'eau, vérifiez attentivement la base pour détecter toute fuite. En cas de fuite, déposez l'équipement au sol et contactez le service client. Ne utilisez pas, ne redressez pas et ne jouez pas avec un équipement fuyant.

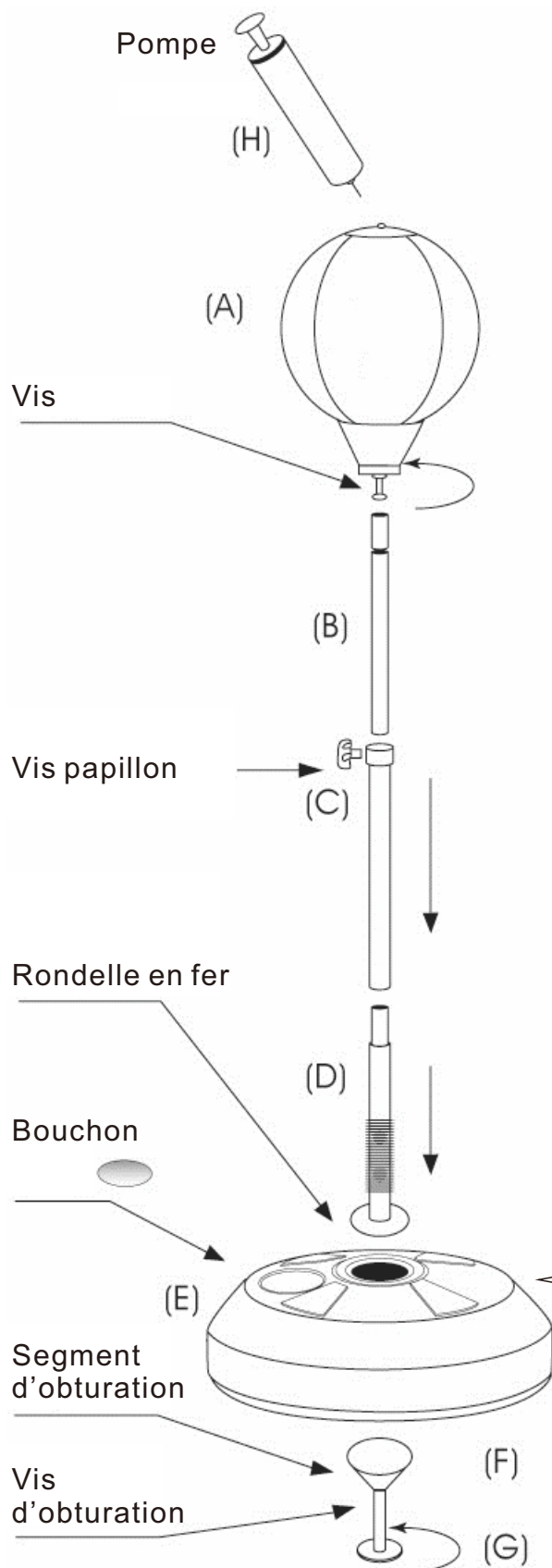
ENTRETIEN ET SOINS :

- Conservez toutes les instructions et pièces relatives à ce produit pour consultation ultérieure.
- Inspectez le support de boxe avant chaque utilisation et remplacez toute pièce usée, défectueuse ou manquante.
- Évitez les températures élevées, l'humidité et l'exposition directe au soleil ; placez l'équipement dans un endroit bien ventilé.
- Si vous mouillez accidentellement le produit, essuyez-le immédiatement avec un chiffon sec pour éviter tout risque de glissement.
- Pour nettoyer les taches grasses, diluez un détergent neutre dans de l'eau, essuyez délicatement avec un chiffon puis séchez à l'aide d'un chiffon sec.



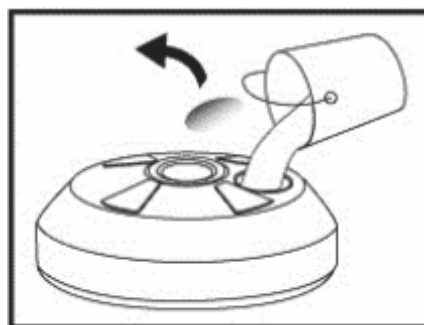
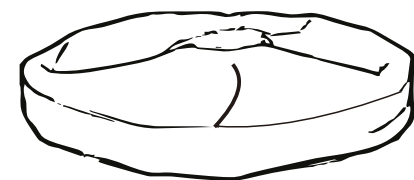
Adresses sur quefairedemesdechets.fr

INSTRUCTIONS DE MONTAGE



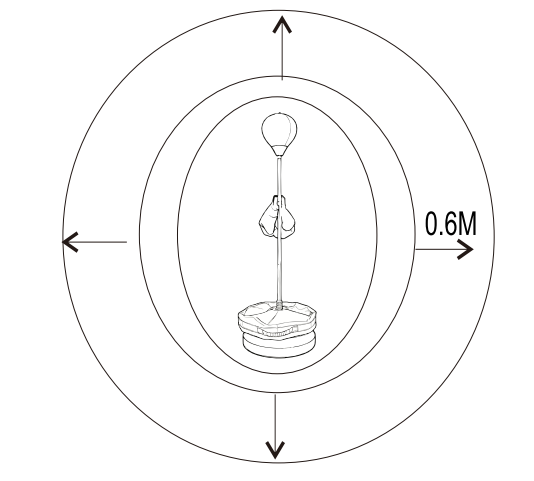
1. Remplir la base d'eau ou de sable et remettre le bouchon.
2. Placez la grande rondelle en fer sur le trou de la base et insérez la section inférieure (D) dans la base ; le segment de blocage (F) doit se trouver au fond de la base et la vis doit traverser le segment de blocage et être solidement fixée à la section inférieure (D).
3. Visser la section (C) en veillant à ce que la vis papillon soit en haut dans la partie inférieure (D) jusqu'à ce qu'elle soit fermement en place.
4. Insérez la section supérieure (B) en place et réglez-la à la hauteur souhaitée. Utilisez la vis papillon pour fixer la section supérieure en place.
5. Gonflez la balle de frappe à l'aide de la pompe fournie, puis vissez-la en position en haut de la section (B).
6. Remplissez le sac (I) avec des contrepoids, puis placez-le sur la base (E) via la connexion entre (C) et (D) pour améliorer la stabilité.
7. N'utilisez que des endroits sûrs, bien éloignés de tout obstacle, d'objets fragiles ou d'autres dangers.

La boxe est un sport de contact. Tout sport de contact peut être dangereux et entraîner des blessures graves. Lorsque vous pratiquez la boxe, assurez-vous d'être en bonne condition physique et sous la supervision d'un expert. Cet équipement offrira une protection limitée mais ne vous protégera pas contre les blessures graves. Toute personne utilisant cet équipement doit assumer le risque de toute blessure.



Instructions générales d'utilisation :

1. Tenir les enfants et les animaux domestiques à l'écart du matériel d'entraînement et ne pas laisser d'enfants sans surveillance seuls dans la pièce où le matériel d'entraînement est installé.
2. Le matériel d'entraînement doit être placé sur une surface propre et plane et ne doit pas être utilisé à proximité de sources d'eau ou en plein air. Une seule personne est autorisée à utiliser le matériel d'entraînement à la fois.
3. Avant l'entraînement, divers exercices d'étirement sont généralement effectués pour s'échauffer, puis l'équipement de protection est porté et l'on se tient à 0,6 mètre d'un côté de l'appareil.
4. Lors de l'utilisation, frappez ou donnez un coup de pied à la colonne souple avec votre poing ou votre pied, et la vitesse de chaque coup peut varier en fonction de la vitesse du rebond souple.
5. L'équipement peut être utilisé pour l'entraînement de frappe tout au long d'un tour, et les pieds doivent rester stables pendant les frappes.
6. Lors de l'utilisation, la tête ne doit pas être proche de composants et ne doit pas reposer contre l'équipement.
7. Lors de l'utilisation de l'équipement d'entraînement, la tenue doit être adaptée à l'entraînement. Ne portez pas de vêtements amples ou d'autres types de vêtements susceptibles de se coincer pendant l'entraînement.
8. Lors de l'utilisation du matériel d'entraînement, l'entraînement ne peut être effectué que conformément au mode d'emploi.
9. Évitez de placer des objets tranchants autour du matériel d'entraînement.
10. Si le matériel d'entraînement ne fonctionne pas correctement, veuillez ne pas l'utiliser.
11. Dans le sens d'entrée depuis l'appareil, la zone libre ne doit pas être inférieure à 0,6 mètre par rapport à la zone d'entraînement. La zone libre doit également inclure une zone de sortie de secours. Si les appareils sont adjacents les uns aux autres, la surface disponible est partagée comme suit :



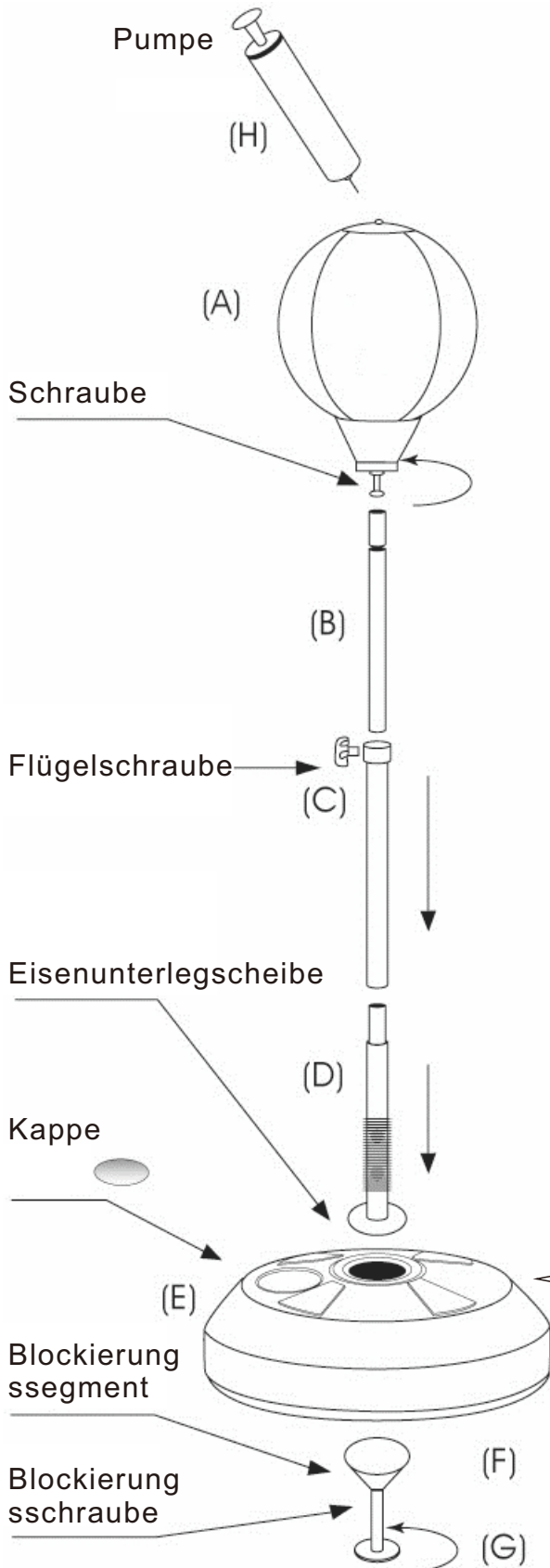
WARNUNG :

- Vor der Nutzung Ihres freistehenden Boxsacks empfehlen wir Ihnen dringend, einen Arzt zu konsultieren, um sicherstellen zu können, dass Ihre Hände, Handgelenke, Ellbogen, Schultern und Rücken ausreichend trainiert sind, um die anstrengenden Belastungen des Schlagen auf diese Ausrüstung standhalten zu können.
- Bei der Nutzung dieser Ausrüstung stellen Sie sicher, dass Sie in guter körperlicher Verfassung sind und unter fachkundiger Aufsicht trainieren. Vor jeder einzelnen Nutzung überprüfen Sie unbedingt, ob die Ausrüstung in gutem Zustand ist und fest montiert ist.
- Wir empfehlen die Nutzung von gut gepolsterten Lederboxhandschuhen in Kombination mit Handbinden. Diese Accessoires bieten einen gewissen Schutzgrad, jedoch wird nicht garantiert, dass dadurch jede Verletzung vermieden wird.
- Schlagen Sie nicht ständig denselben Punkt, um zu verhindern, dass der Boxständer zu einer Seite neigt. Aus Sicherheitsgründen empfehlen wir, den Boden mit Sand statt mit Wasser zu füllen. Im Falle eines Lecks könnte das Wasser unbemerkt austreten, was zum Umfallen der Ausrüstung führt und schwere Verletzungen oder Sachschäden verursachen kann.
- Falls Sie Wasser verwenden, prüfen Sie den Boden sorgfältig auf Lecks. Bei Entdeckung eines Lecks legen Sie die Ausrüstung auf den Boden und wenden Sie sich an den Kundenservice. Nutzen Sie nicht, stellen Sie nicht auf oder spielen Sie mit einer auslaufenden Ausrüstung.

WARTUNG UND PFLEGE :

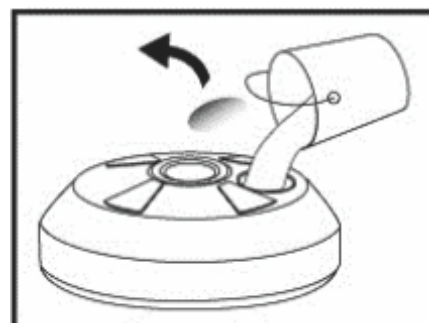
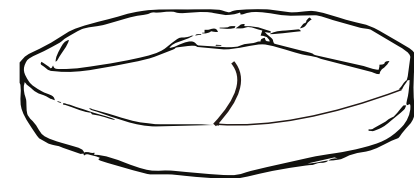
- Bewahren Sie alle Anweisungen und Teile dieses Produkts zur späteren Nachschlage auf.
- Überprüfen Sie den Boxständer vor jeder Nutzung und ersetzen Sie alle abgenutzten, defekten oder fehlenden Teile.
- Vermeiden Sie hohe Temperaturen, Feuchtigkeit und direkte Sonneneinstrahlung; stellen Sie die Ausrüstung an einen gut belüfteten Ort.
- Falls Sie das Produkt versehentlich nass machen, wischen Sie es sofort mit einem trockenen Tuch ab, um das Rutschrisiko zu vermeiden.
- Zum Reinigen von Fettflecken verdünnen Sie ein neutrales Waschmittel mit Wasser, wischen Sie vorsichtig mit einem Tuch ab und trocknen Sie anschließend mit einem trockenen Tuch.

MONTAGEANLEITUNG



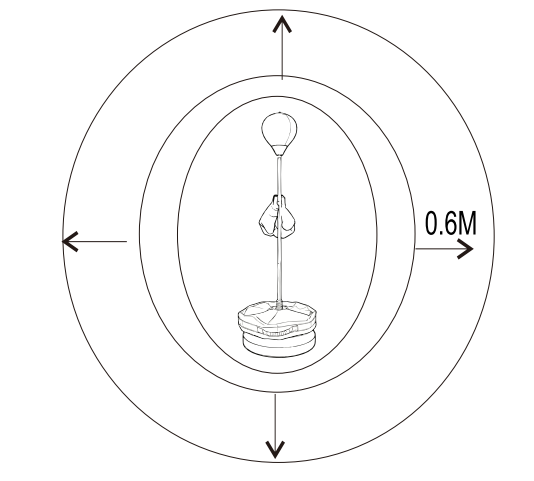
1. Füllen Sie den Sockel mit Wasser oder Sand und setzen Sie den Verschluss wieder auf.
2. Legen Sie die große Eisenunterlegscheibe über das Loch im Sockel und stecken Sie den unteren Abschnitt (D) in den Sockel. Das Blockierungssegment (F) muss an den Boden des Sockels kommen und die Schraube muss durch das Blockierungssegment geführt und sicher am unteren Abschnitt (D) befestigt werden.
3. Schrauben Sie Abschnitt ©, wobei die Flügelschraube oben sein muss, in den unteren Teil (D), bis er fest sitzt.
4. Setzen Sie den oberen Abschnitt (B) ein und bringen Sie ihn auf die gewünschte Höhe. Verwenden Sie die Flügelschraube, um den oberen Abschnitt zu fixieren.
5. Pumpen Sie den Boxball mit der mitgelieferten Pumpe auf und schrauben Sie ihn dann oben an Abschnitt (B) fest.
6. Füllen Sie die Tasche (I) mit Gegengewichten und legen Sie sie zur Erhöhung der Stabilität auf die Basis (E) durch die Verbindung zwischen (C) und (D).
7. Verwenden Sie nur einen sicheren Standort, fern von allen Hindernissen, zerbrechlichen Gegenständen oder anderen Gefahren.

Boxen ist ein Kontaktsport. Jeder Kontaktsport kann gefährlich sein und zu schweren Verletzungen führen. Beim Boxen sollten Sie in guter körperlicher Verfassung sein und unter fachkundiger Aufsicht stehen. Diese Ausrüstung bietet nur einen begrenzten Schutz und schützt nicht vor schweren Verletzungen. Jede Person, die diese Ausrüstung verwendet, muss das Risiko jeglicher Verletzung tragen.



Allgemeine Gebrauchsanweisung:

1. Halten Sie Kinder und Haustiere von den Trainingsgeräten fern, und lassen Sie keine unbeaufsichtigten Kinder allein in dem Raum, in dem sich das Trainingsgerät befindet.
2. Trainingsgeräte sollten auf einer sauberen und ebenen Fläche aufgestellt werden und nicht in der Nähe von Wasserquellen oder im Freien verwendet werden. Es darf jeweils nur eine Person das Trainingsgerät benutzen.
3. Vor dem Training werden in der Regel verschiedene Dehnübungen zur Aufwärmung durchgeführt, anschließend wird Schutzausrüstung angelegt und man stellt sich 0,6 Meter von einer Seite des Geräts entfernt auf.
4. Beim Gebrauch das weiche Säulenteil mit der Faust oder dem Fuß treffen, und die Geschwindigkeit jedes Treffers kann je nach Geschwindigkeit der weichen Rückfederung variieren.
5. Das Gerät kann für Schlagübungen während einer gesamten Runde verwendet werden, und die Füße müssen beim Schlagen stabil stehen.
6. Beim Gebrauch darf sich der Kopf nicht in der Nähe von Komponenten befinden und nicht am Gerät anlehnen.
7. Beim Training mit dem Übungsgerät sollte die Kleidung für das Training geeignet sein. Tragen Sie keine weiten oder andere Arten von Kleidung, da diese sich während des Trainings verfangen könnten.
8. Während der Benutzung der Trainingsgeräte darf das Training nur entsprechend der Betriebsanleitung durchgeführt werden.
9. Vermeiden Sie es, scharfe Gegenstände in der Umgebung der Trainingsgeräte zu platzieren.
10. Wenn die Trainingsgeräte nicht einwandfrei funktionieren, verwenden Sie sie bitte nicht.
11. In Richtung des Einstiegs zum Gerät darf die freie Fläche zum Trainingsbereich nicht weniger als 0,6 Meter betragen. Die freie Fläche muss auch einen Bereich für den Notausgang einschließen. Wenn die Geräte nebeneinander stehen, wird die verfügbare Fläche wie folgt aufgeteilt:



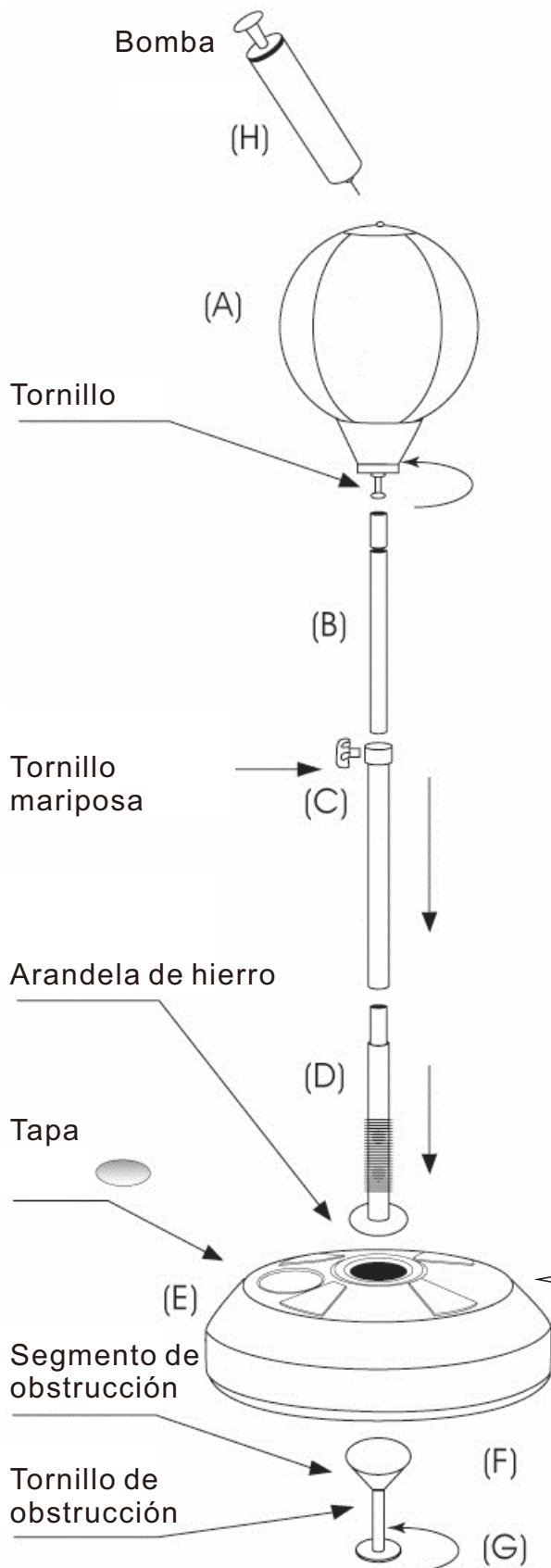
ADVERTENCIA :

- Antes de usar su saco de boxeo independiente, le instamos a consultar a un médico para asegurarse de que sus manos, muñecas, codos, hombros y espalda están adecuadamente condicionados para resistir las exigencias de golpear este equipo.
- Al usar este equipo, asegúrese de encontrarse en buena condición física y bajo supervisión experta. Antes de cada uso, verifique que el equipo se encuentre en buen estado y esté correctamente asegurado.
- Se recomienda usar guantes de boxeo de cuero bien acolchados junto con vendas para las manos. Estos brindan un grado de protección, pero no se garantiza que eviten cualquier lesión.
- No golpee siempre el mismo punto, para que el soporte del saco de boxeo no se incline hacia un lado. Por razones de seguridad, recomendamos usar arena en lugar de agua para rellenar la base. Si se produce una fuga, el agua podría escapar sin ser detectada, causando el derrumbe del equipo y resultando en lesiones graves a personas o daños a propiedades.
- Si utiliza agua, revise cuidadosamente la base en busca de fugas. Si se detecta una fuga, coloque el equipo en el suelo y comuníquese con el Servicio al Cliente. No use, levante ni juegue con un equipo que tenga fugas.

MANTENIMIENTO Y CUIDADOS :

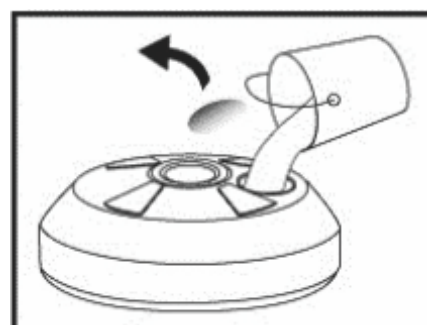
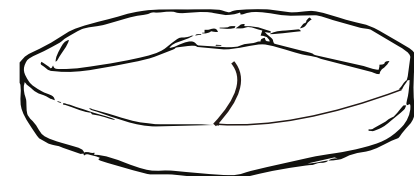
- Guarde todas las instrucciones y piezas relacionadas con este producto para consultas futuras.
- Inspeccione el soporte del saco de boxeo antes de cada uso y reemplace cualquier pieza desgastada, defectuosa o faltante.
- Evite temperaturas altas, humedad o exposición directa al sol; coloque el equipo en un lugar bien ventilado.
- Si moja accidentalmente el producto, use un paño seco para evitar resbalones.
- Para limpiar manchas de grasa, diluya un detergente neutro en agua, limpie cuidadosamente con un paño y luego seque con un paño seco.

INSTRUCCIONES DE MONTAJE



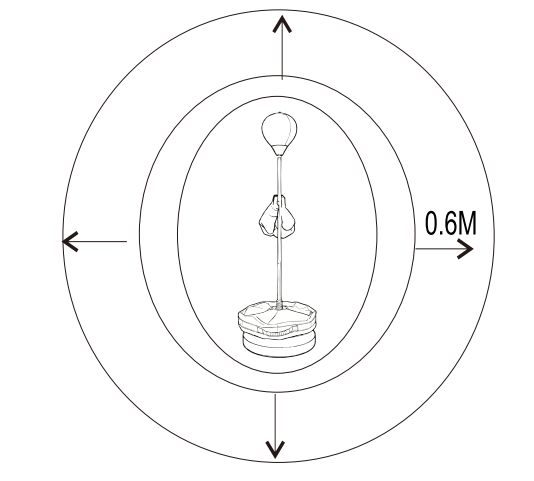
1. Rellene la base con agua o arena y vuelva a colocar la tapa.
2. Coloque la arandela grande de hierro sobre el agujero en la base e inserte la sección inferior (D) en la base; el segmento de bloqueo (F) debe ir en la parte inferior de la base y el tornillo debe pasar a través del segmento de bloqueo y sujetarse firmemente a la sección inferior (D).
3. Enrosque la sección (C) asegurándose de que el tornillo mariposa esté en la parte superior, en la parte inferior (D), hasta que quede firmemente en su lugar.
4. Inserte la sección superior (B) en su posición y ajústela a la altura deseada. Use el tornillo mariposa para fijar la sección superior en su lugar.
5. Infla la pera de golpeo con la bomba proporcionada, luego enróscala en posición en la parte superior de la sección (B).
6. Rellena la bolsa (I) con contrapesos, luego colócala sobre la base (E) a través de la conexión entre (C) y (D) para aumentar la estabilidad.
7. Utiliza únicamente un lugar seguro, alejado de todos los obstáculos, objetos frágiles u otros peligros.

El boxeo es un deporte de contacto. Cualquier deporte de contacto puede ser peligroso y provocar lesiones graves. Al practicar boxeo, asegúrate de estar en buena condición física y bajo supervisión experta. Este equipo proporcionará protección limitada pero no te protegerá contra lesiones graves. Cualquiera que use este equipo debe asumir el riesgo de cualquier lesión.



Instrucciones generales de uso:

1. Mantenga a los niños y las mascotas alejados del equipo de entrenamiento, y no deje a niños desatendidos solos en la habitación donde se encuentra el equipo de entrenamiento.
2. El equipo de entrenamiento debe colocarse sobre una superficie limpia y plana y no debe utilizarse cerca de fuentes de agua ni al aire libre. Solo una persona puede usar el equipo de entrenamiento a la vez.
3. Antes del entrenamiento, normalmente se realizan varios ejercicios de estiramiento para calentarse, y luego se coloca el equipo de protección para situarse a 0,6 metros de un lado del equipo.
4. Al usarlo, golpee o patee la columna blanda con el puño o el pie, y la velocidad de cada golpe puede variar dependiendo de la rapidez del rebote suave.
5. El equipo puede usarse para entrenamiento de golpes durante una vuelta completa, y los pies deben mantenerse estables durante los golpes.
6. Al usarlo, la cabeza no debe acercarse a ningún componente ni apoyarse contra el equipo.
7. Al usar el equipo de entrenamiento, la vestimenta debe ser adecuada para el entrenamiento. No use ropa suelta u otros tipos de prendas que puedan engancharse durante el entrenamiento.
8. Durante el uso del equipo de entrenamiento, el entrenamiento solo puede llevarse a cabo según el modo de operación.
9. Evite colocar cualquier objeto afilado alrededor del equipo de entrenamiento.
10. Si el equipo de entrenamiento no puede funcionar correctamente, por favor no lo utilice.
11. En la dirección de entrada desde el dispositivo, el área libre no debe ser menor de 0,6 metros desde el área de entrenamiento. El área libre también debe incluir un área de salida de emergencia. Si los dispositivos están adyacentes entre sí, el área disponible de valor se comparte de la siguiente manera:



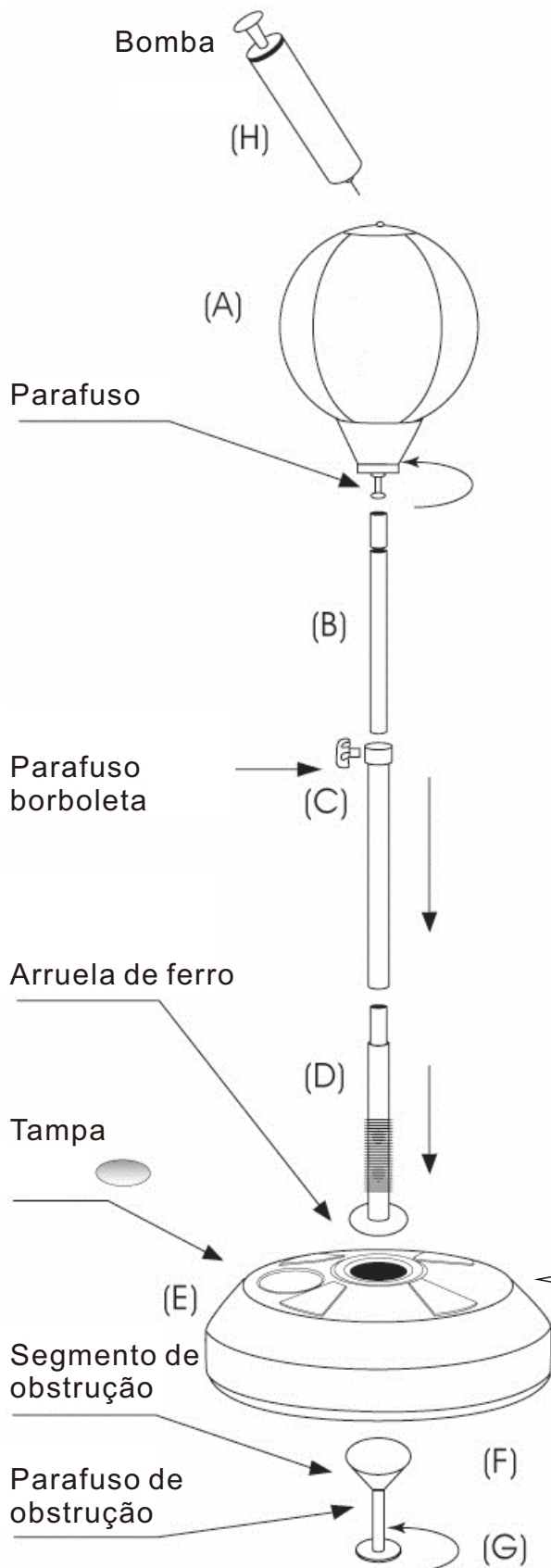
AVISO:

- Antes de usar seu aparelho de boxe independente, é recomendável consultar um médico para garantir que suas mãos, punhos, cotovelos, ombros e costas estejam adequadamente condicionados para suportar os rigores de golpear este equipamento.
- Ao usar este equipamento, certifique-se de estar em boa condição física e sob supervisão especializada. Antes de cada uso, verifique se o equipamento está em boas condições e devidamente fixado.
- Recomenda-se o uso de luvas de saco de couro bem acolchoadas juntamente com bandagens para as mãos. Elas oferecem um grau de proteção, mas não se garante que isso evitará qualquer lesão.
- Não golpeie sempre o mesmo ponto. Assim, o suporte de boxe não inclinará para um dos lados. Por razões de segurança, recomendamos que seja usado areia em vez de água para preencher a base. Se ocorrer um vazamento, a água pode escapar sem ser percebida, permitindo que o sistema tombe, resultando em graves ferimentos pessoais ou danos à propriedade.
- Se usar água, verifique cuidadosamente a Base quanto a vazamentos. Se for encontrado um vazamento, deite o sistema no chão e ligue para o Serviço de Atendimento ao Cliente. Não use, não se apoie e não brinque em um sistema com vazamento.

MANUTENÇÃO E CUIDADOS

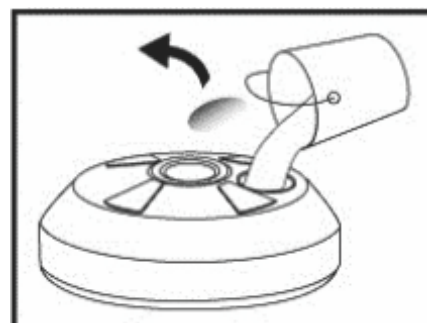
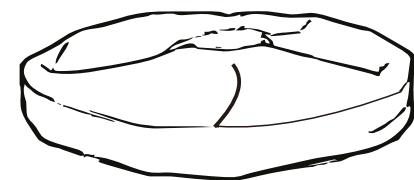
- Guarde todas as instruções e peças relativas a este produto para referência futura.
- Inspeção o suporte de boxe antes de cada uso e substitua quaisquer peças desgastadas, defeituosas ou em falta.
- Evite altas temperaturas, umidade ou luz solar direta; por favor, coloque em um local bem ventilado.
- Quando molhar o produto acidentalmente, use um pano seco para evitar escorregamento.
- Pode-se usar detergente neutro diluído em água para limpar o óleo com um pano, e então secar com um pano seco.

INSTRUÇÕES DE MONTAGEM



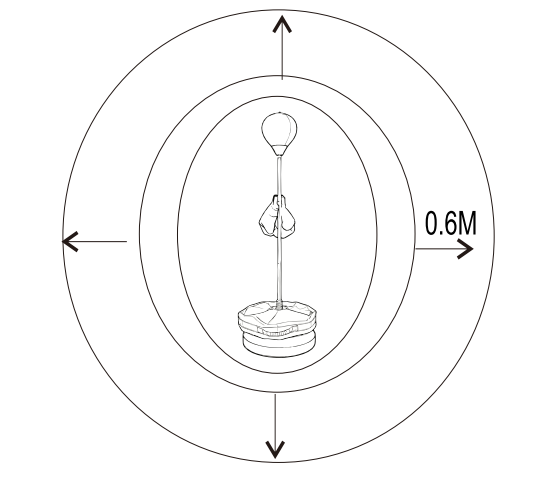
1. Encha a base com água ou areia e recoloca a tampa.
2. Coloque a grande arruela de ferro sobre o orifício na base e insira a seção inferior (D) na base; o segmento de bloqueio (F) precisa ficar na parte inferior da base e o parafuso deve passar pelo segmento de bloqueio e ser firmemente fixado à seção inferior (D).
3. Rosqueie a seção (A), certificando-se de que o parafuso borboleta esteja no topo da parte inferior (D), até ficar firmemente no lugar.
4. Insira a seção superior (B) no lugar e ajuste para a altura desejada. Use o parafuso borboleta para fixar a seção superior no lugar.
5. Encha a bola de soco utilizando a bomba fornecida e, em seguida, rosqueie-a na posição no topo da seção (B).
6. Encha a bolsa (I) com contrapesos e, em seguida, coloque-a na base (E) através da conexão entre (C) e (D) para aumentar a estabilidade.
7. Use apenas um local seguro, bem longe de obstáculos, objetos frágeis ou outros perigos.

O boxe é um esporte de contato. Qualquer esporte de contato pode ser perigoso e resultar em lesões graves. Ao praticar boxe, certifique-se de estar em boa condição física e sob supervisão especializada. Este equipamento oferecerá proteção limitada, mas não o protegerá contra lesões graves. Qualquer pessoa que utilize este equipamento deve assumir o risco de qualquer lesão.



Instruções gerais de uso:

1. Mantenha crianças e animais de estimação afastados dos equipamentos de treino e não deixe crianças desacompanhadas na sala onde os equipamentos de treino estão colocados.
2. Os equipamentos de treino devem ser colocados sobre uma superfície limpa e plana e não devem ser usados perto de fontes de água ou ao ar livre. Apenas uma pessoa pode usar o equipamento de treino por vez.
3. Antes do treino, geralmente são realizados vários exercícios de alongamento para aquecimento, e em seguida usa-se equipamento de proteção ficando a 0,6 metros de uma das laterais do equipamento.
4. Ao usar, bata ou chute a coluna macia com o punho ou o pé, e a velocidade de cada impacto pode variar dependendo da velocidade do retorno suave.
5. O equipamento pode ser usado para treinamento de golpes durante uma volta completa, e os pés precisam estar estáveis durante os golpes.
6. Ao usar, a cabeça não deve ficar próxima a nenhum componente e não deve repousar contra o equipamento.
7. Ao usar o equipamento de treinamento, a roupa deve ser adequada para o treino. Não vista roupas largas ou outros tipos de vestuário que possam ficar presas durante o treino.
8. Durante o uso do equipamento de treino, o treinamento só pode ser realizado conforme o procedimento operacional.
9. Evite colocar quaisquer objetos pontiagudos ao redor do equipamento de treino.
10. Se o equipamento de treino não funcionar corretamente, por favor não o utilize.
11. Na direção de entrada do aparelho, a área livre não deve ser inferior a 0,6 metros a partir da área de treino. A área livre também deve incluir uma área de saída de emergência. Se os aparelhos estiverem adjacentes entre si, a área disponível de valor é compartilhada da seguinte forma:



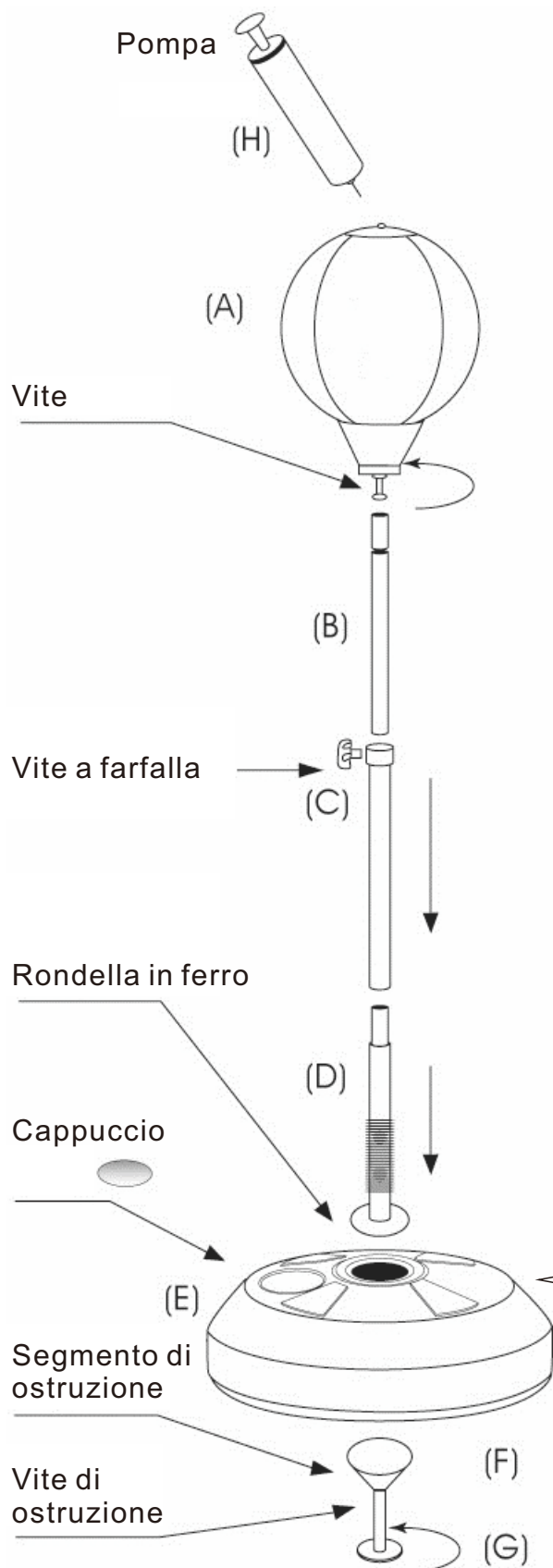
AVVERTENZA :

- Prima di usare il vostro sacco da boxe indipendente, vi invitiamo vivamente a consultare un medico per assicurarvi che le vostre mani, polsi, gomiti, spalle e schiena siano adeguatamente condizionate per resistere alle sollecitazioni intensive del colpire questo attrezzo.
- Quando usate questo attrezzo, assicuratevi di essere in buona condizione fisica e di lavorare sotto supervisione esperta. Prima di ogni uso, verificate attentamente che l'attrezzo sia in buono stato e correttamente fissato.
- Si consiglia di usare guanti da boxe di cuoio ben imbottiti insieme a bendaggi per le mani. Questi accessori offrono un certo livello di protezione, ma non è garantito che evitino qualsiasi lesione.
- Non colpite sempre lo stesso punto, per evitare che il supporto del sacco da boxe si inclini verso un lato. Per motivi di sicurezza, consigliamo di usare sabbia invece di acqua per riempire la base. In caso di perdita, l'acqua potrebbe scappare senza essere rilevata, causando la caduta dell'attrezzo e portando a gravi lesioni personali o danni materiali.
- Se usate acqua, controllate attentamente la base per eventuali perdite. Se si rileva una perdita, mettete l'attrezzo a terra e contattate il Servizio Clienti. Non usate, non rialzate e non giocate con un attrezzo che ha perdite.

MANUTENZIONE E CURE :

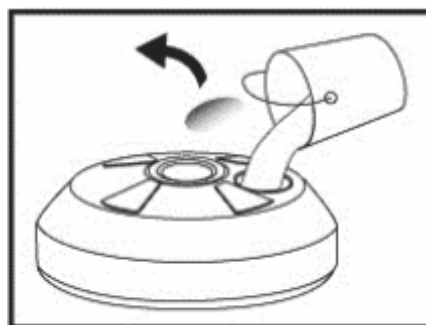
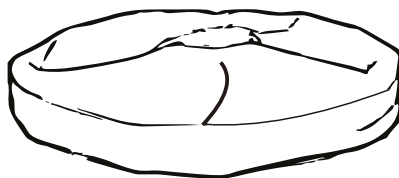
- Conservate tutte le istruzioni e le parti relative a questo prodotto per consultazioni future.
- Ispezionate il supporto del sacco da boxe prima di ogni uso e sostituite eventuali parti usurate, difettose o mancanti.
- Evitate temperature elevate, umidità e esposizione diretta al sole; collocate l'attrezzo in un luogo ben ventilato.
- Se bagnate accidentalmente il prodotto, asciugatelo immediatamente con un panno secco per evitare rischi di scivolamento.
- Per pulire le macchie di grasso, diluite un detergente neutro in acqua, pulite attentamente con un panno e poi asciugate con un panno secco.

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO



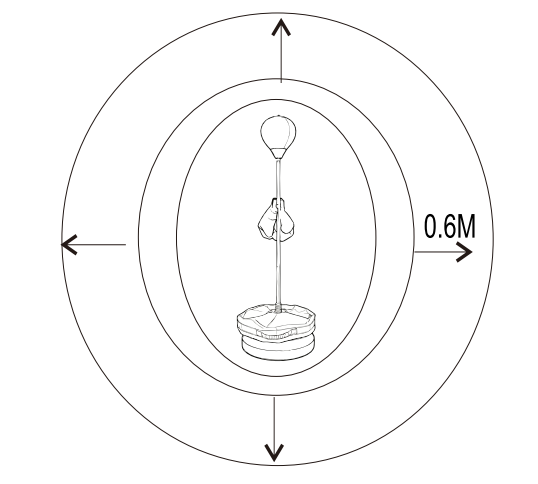
1. Riempire la base con acqua o sabbia e richiudere con il tappo.
2. Posizionare la grande rondella in ferro sopra il foro nella base e inserire la sezione inferiore (D) nella base; il segmento di Bloccaggio (F) deve andare sul fondo della base e la vite deve passare attraverso il segmento di Bloccaggio e essere fissata saldamente alla sezione inferiore (D).
3. Avvitare la sezione (C) assicurandosi che la vite a farfalla sia in alto nella parte inferiore (D) fino a che non sia saldamente in posizione.
4. Inserire la sezione superiore (B) al suo posto e regolarla all'altezza desiderata. Usare la vite a farfalla per fissare la sezione superiore in posizione.
5. Gonfiare la palla da pugilato utilizzando la pompa fornita, quindi avvitare in posizione sulla parte superiore della sezione (B).
6. Riempire la borsa (I) con i contrappesi, quindi posizionarla sulla base (E) attraverso il collegamento tra (C) e (D) per aumentare la stabilità.
7. Utilizzare soltanto un luogo sicuro, ben lontano da ostacoli, oggetti fragili o altri pericoli.

La boxe è uno sport di contatto. Qualsiasi sport di contatto può essere pericoloso e causare lesioni gravi. Quando pratici la boxe, assicurati di essere in buona condizione fisica e sotto la supervisione di un esperto. Questo equipaggiamento fornirà una protezione limitata ma non ti proteggerà da lesioni gravi. Chiunque utilizzi questo equipaggiamento deve assumersi il rischio di eventuali lesioni.



Istruzioni generali per l'uso:

1. Tenere bambini e animali domestici lontano dall'attrezzatura per l'allenamento e non lasciare bambini incustoditi nella stanza in cui è collocata l'attrezzatura.
2. L'attrezzatura per l'allenamento deve essere posta su una superficie pulita e piana e non deve essere utilizzata vicino a fonti d'acqua o all'aperto. È consentita l'uso dell'attrezzatura da parte di una sola persona alla volta.
3. Prima dell'allenamento si eseguono di solito vari esercizi di stretching per riscaldarsi, quindi si indossano protezioni e ci si posiziona a 0,6 metri da un lato dell'attrezzatura.
4. Durante l'uso, colpire o calciare la colonna morbida con il pugno o il piede; la velocità di ogni colpo può variare in base alla velocità del rimbalzo morbido.
5. L'attrezzatura può essere utilizzata per l'allenamento di colpi per tutta una tornata; i piedi devono rimanere stabili durante i colpi.
6. Durante l'uso, la testa non deve essere vicina ad alcun componente e non deve appoggiarsi all'attrezzatura.
7. Durante l'uso dell'attrezzatura per l'allenamento, l'abbigliamento deve essere adeguato all'allenamento. Non indossare abiti larghi o di altro tipo che possano impigliarsi durante l'allenamento.
8. Durante l'uso dell'attrezzatura per l'allenamento, l'allenamento può essere svolto solo secondo le modalità operative.
9. Evitare di collocare oggetti appuntiti intorno all'attrezzatura per l'allenamento.
10. Se l'attrezzatura di allenamento non funziona correttamente, non utilizzarla.
11. Nella direzione di ingresso dal dispositivo, l'area libera non deve essere inferiore a 0,6 metri dall'area di allenamento. L'area libera deve includere anche un'area di uscita di emergenza. Se i dispositivi sono adiacenti tra loro, l'area disponibile di valore è condivisa come segue:



UK

If you have any questions, please contact our customer care centre.

Our contact details are below:



0044-800-240-4004



enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:

MH STAR UK Ltd

1 Northampton Cross Logistics Park

Northampton Cross Road

Northampton

NN4 9FH

MADE IN CHINA

ES

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente.

Nuestros datos de contacto son los siguientes:



0034-931294512



atencioncliente@aosom.es

Importador/Fabricante/REP:

Spanish Aosom, S.L.

C/ Roc Gros, nº 15. 08550, Els Hostalets de Balenyà, Spain.

B66295775

atencioncliente@aosom.es

TEL: 931294512

HECHO EN CHINA

FR

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle.

Nos coordonnées sont les suivantes:



0033-1-84166106



aosom@mhfrance.fr

Importé par/Fabricant/REP:

MH France

2, rue Maurice Hartmann

92130 Issy-les-Moulineaux

France

FABRIQUÉ EN CHINE

PT

Se tiver alguma dúvida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente.

Os nossos dados de contacto são os seguintes:



0034-931294512



info@aosom.pt.

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L

C.ROC GROS N.15, 08550. ELS HOSTALETES DE BALENYÀ

TEL: 931294512 (SEG-SEX DAS 7:30H ÀS 16:30H)

INFO@AOSOM.PT

WWW.AOSOM.PT

DE

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Kundendienstzentrum.

Unsere Kontaktdaten stehen unten:



0049-0(40)-87408465



service@aosom.de

Importeur/Hersteller/REP:

MH Handel GmbH

Wendenstraße 309

D-20537 Hamburg

Germany

IN CHINA HERGESTELLT

IT

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti.

I nostri dettagli di contatto sono di seguito:



0039-0249471447



clienti@aosom.it

IMPORTATO DA/Produttore/REP:

AOSOM Italy srl

Centro Direzionale Milanofiori

Strada 1 Palazzo F1

20057 Assago (MI)

P.I.: 08567220960

FATTO IN CINA

