SPORTNOW

IN260700010V01_UK_FR_DE_ES_PT_IT_RO

A91-516V00



Hydraulic Arm Exerciser
Exerciceur à bras hydraulique
Hydraulischer Armtrainer
Entrenador de brazos hidráulico
Exercitador de braços hidráulico
Allenatore per bracci idraulico
Antrenor hidraulic pentru brațe

EN_IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.
FR_IMPORTANT : A LIRE ATTENTIVEMEN 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.
RO_IMPORTANT, PĂSTRAȚI PENTRU REFERINȚE VIITOARE: CITIȚI CU ATENȚIE.

EN

Safety Instructions

1. Never point the rear side of the handle directly towards any person.
2. Always select a resistance level suitable for your fitness level to prevent muscle strains.
3. Avoid exercising to your maximum limit. Reserve sufficient strength to control the rebound force of this arm exerciser.
4. Use the product in a spacious area to prevent accidental drops and potential personal injury.
5. If the resistance is set to the highest level and the unit cannot be compressed, do not apply excessive force, as this may cause permanent damage to the product.
6. This arm exerciser is not suitable for children, pregnant women or anyone suffering from poor physical health.
7. This product has a considerable weight. Store it securely out of children's reach to avoid accidental injuries.
8. Adjust the resistance to a suitable level based on your physical condition and fitness goals before use. Beginners are advised to start with low resistance and increase the intensity gradually once they have built familiarity with the equipment.
9. Always complete a full warm-up prior to training with this hydraulic arm exerciser, including joint mobility exercises and dynamic stretches, with particular focus on wrist flexibility.
10. This arm exerciser is not recommended for use by children under 12 years of age.
11. Always maintain correct exercise form and prioritise safety throughout your workout. Do not operate this equipment when children are nearby.

Product Description



Usage Method



1. Remove the storage latch before use to free the two arms of the power twister for full expansion and compression.



2. Adjust workout resistance by rotating the resistance adjustment dial to your preferred training intensity.



3. Squeeze and release the twister repeatedly to build muscles on arms, chest and shoulders.



4. Fasten the storage latch after finishing training to prevent loss and unintended spring back.

Care Instructions

1. Cleaning: Wipe dust off handles and outer casing with dry cloth after each use. Remove oil stains with mild neutral detergent. Do NOT submerge the whole unit in water.
2. Hydraulic System Care: Avoid long-term full-compression storage, as sustained tight squeezing will accelerate aging and oil leakage of hydraulic oil seals.
3. Storage: Store in cool, dry place away from direct sunlight, high temperature heaters or ovens.
4. Replacement & Tightening: Replace worn rubber grips or dead counter batteries as needed. Tighten loose frame screws with a cross-head screwdriver.

Troubleshooting

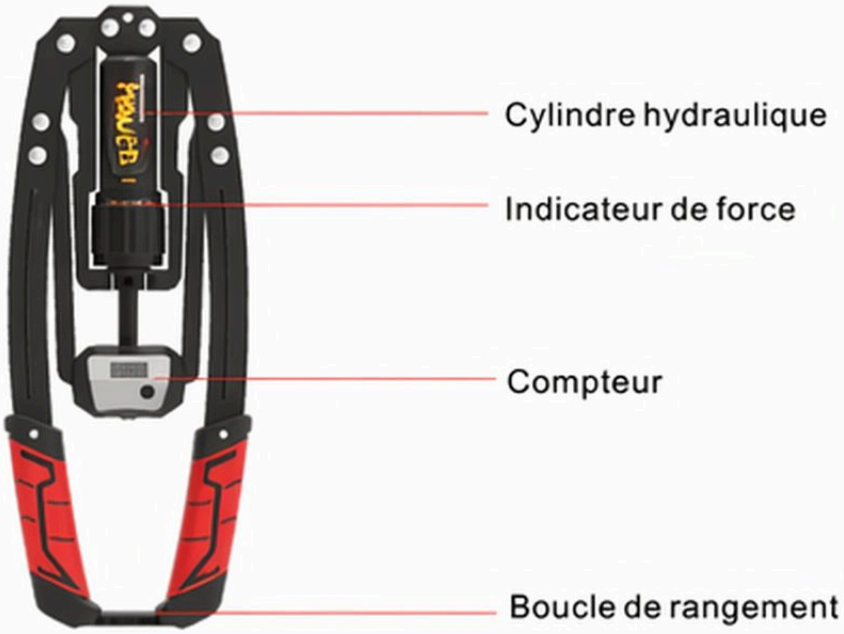
Malfunction	Solutions
Resistance unchanged after turning adjustment dial	1. Check if the dial clamping slot slips off; 2. Contact after-sales service for repair in case of hydraulic cylinder oil leakage
Counter fails to count blank screen	1. Replace with new button cell; 2. Re-fasten loose counter buckle
Loose & slippery hand grips	Fasten fixing rivets of handles; Replace grip sleeves if rubber is aged
Abnormal rattling noise on support frame	Inspect loose rivets and tighten all frame screws one by one

FR

Consignes de sécurité

1. Ne dirigez jamais l'arrière de la poignée directement vers une personne.
2. Choisissez toujours un niveau de résistance adapté à votre niveau de forme physique pour éviter les tensions musculaires.
3. Évitez de vous exercer à votre limite maximale. Réservez suffisamment de force pour maîtriser la force de rebond de cet entraîneur de bras.
4. Utilisez le produit dans un espace spacieux pour éviter les chutes accidentelles et les blessures potentielles.
5. Si la résistance est réglée au niveau le plus élevé et que l'appareil ne peut pas être comprimé, n'appliquez pas une force excessive, car cela peut causer des dommages permanents au produit.
6. Cet entraîneur de bras ne convient pas aux enfants, aux ferrmes enceintes ni à toute personne souffrant d'une mauvaise santé physique.
7. Ce produit a un poids considérable. Rangez-le en lieu sür, hors de portée des enfants, pour éviter les blessures accidentelles.
8. Réglez la résistance à un niveau adapté à votre condition physique et à vos objectifs de forme physique avant utilisation. Il est conseillé aux débutants de commencer avec une faible résistance et d'augmenter progressivement l'intensité une fois qu'ils se sont familiarisés avec l'équipement.
9. Effectuez toujours un échauffement complet avant l'entraînement avec cet entraîneur de bras hydraulique, y compris des exercices de mobilité articulaire et des étirements dynamiques, en accordant une attention particulière à la flexibilité des poignets.
10. Cet entraîneur de bras n'est pas recommandé pour une utilisation par des enfants de moins de 12 ans.
11. Maintenez toujours une bonne technique d'exercice et privilégiez la sécurité tout au long de votre séance d'entraînement. N'utilisez pas cet équipement lorsque des enfants se trouvent à proximité.

Description du produit



Méthode d'utilisation



1. Retirez le loquet de rangement avant utilisation pour libérer les deux bras du Power Twister, afin d'obtenir une ouvertune et une compression complètes.



2. Ajustez la résistance de l'exercice en tournant la molette de réglage de la résistance selon l'intensité d'entraînement souhaitée.



3. Pressez et relâchez le Twister à plusieurs reprises pour renforcer les muscles des bras, de la poitrine et des épaules.



4. Fixez le loquet de rangement après l'entraînement pour éviter les pertes et le retour intempestif du ressort.

Instructions d'entretien

1. Nettoyage : Essuyez la poussière des poignées et du boîtier extérieur avec un chiffon sec après chaque utilisation. Éliminez les taches d'huile avec un détergent neutre doux. NE submergez PAS l'appareil entier dans l'eau.
2. Entretien du système hydraulique : Évitez le stockage prolongé avec une compression totale, car une compression soutenue accélérera le vieillissement et les fuites des joints d'huile du système hydraulique.
3. Stockage : Conservez dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière directe du soleil, des sources de chaleur élevées ou des fours.
4. Remplacement et serrage : Remplacez les poignées en caoutchouc usées ou les piles du compteur lorsque nécessaire. Serrez les vis desserrées du cadre avec un tournevis cruciforme.

Dépannage

Dysfonctionnement	Solutions
La résistance ne change pas après avoir tourné le cadran de réglage	1. Vérifiez si la fente de serrage du cadran n'est pas désengagée ; 2. Contactez le service après-vente pour une réparation en cas de fuite d'huile du vérin hydraulique
Le compteur n'affiche pas (l'écran est vide)	1. Remplacez par une nouvelle pile bouton ; 2. Resserez la boucle du compteur desserrée
Poignées desserrées et glissantes	Fixez fermement les rivets des poignées ; Remplacez les manchons de poignée si le caoutchouc est vieilli
Bruit anormal de cliquetis sur le cadre de support	Inspectez les rivets desserrés et serrez toutes les vis du cadre une par une



Points de collecte sur www.quefairedemesdechets.fr
Privilégiez la réparation ou le don de votre appareil !

DE

Sicherheitshinweise

1. Richten Sie die Rückseite des Griffs niemals direkt auf eine Person.
2. Wählen Sie stets einen für Ihr Fitnesslevel geeigneten Widerstand, um Muskelüberlastungen zu vermeiden.
3. Vermeiden Sie es, bis an Ihre maximale Grenze zu trainieren. Behalten Sie genügend Kraft, um die Rückstoßkraft dieses Armtrainers zu kontrollieren.
4. Verwenden Sie das Produkt in einem geräumigen Bereich, um versehentliches Herunterfallen und mögliche Personenschäden zu vermeiden.
5. Wenn der Widerstand auf die höchste Stufe eingestellt ist und das Gerät nicht zusammengedrückt werden kann, üben Sie keine übermäßige Kraft aus, da dies zu dauerhaften Schäden am Produkt führen kann.
6. Dieser Armtrainer ist nicht für Kinder, schwangere Frauen oder Personen mit schlechter körperlicher Verfassung geeignet.
7. Dieses Produkt hat ein beträchtliches Gewicht. Bewahren Sie es sicher und außerhalb der Reichweite von Kindern auf, um versehentliche Verletzungen zu vermeiden.
8. Stellen Sie den Widerstand vor der Verwendung entsprechend Ihrem körperlichen Zustand und Ihren Fitnesszielen auf ein geeignetes Niveau ein. Anfängern wird empfohlen, mit einem niedrigen Widerstand zu beginnen und die Intensität allmählich zu steigern, sobald sie sich mit dem Gerät vertraut gemacht haben.
9. Führen Sie vor dem Training mit diesem hydraulischen Armtrainer stets ein volständiges Aufwärmen durch, einschließlich Gelenkmobilisationsübungen und dynamischen Dehnübungen, mit besonderem Fokus auf die Handgelenksflexibilliät.
10. Dieser Armtrainer wird für die Verwendung durch Kinder unter 12 Jahren nicht empfohlen.
11. Achten Sie stets auf eine korrekte Übungsausführung und haben Sie während Ihres Workouts die Sicherheit im Vordergrund. Betreiben Sie dieses Gerät nicht, wenn sich Kinder in der Nähe befinden.

Produktübersicht



Hydraulikzylinder

Kraftmessgerät

Zähler

Aufbewahrungsschnalle

Anwendungsmethode



1. Entfernen Sie vor der Verwendung den Verriegelungsbügel, um die beiden Arme des Power Twister für vollständige Dehnung und Kompression freizugeben.



2. Stellen Sie den Trainingswiderstand ein, indem Sie das Widerstandseinstellrad auf Ihre bevorzugte Trainingsintensität drehen.



3. Drücken und lösen Sie den Twister wiederholt, um die Muskeln in Armen, Brust und Schultern aufzubauen.



4. Befestigen Sie nach Abschluss des Trainings den Verriegelungsbügel, um Verlust und unbeabsichtigtes Zurückspringen der Feder zu verhindern.

Pflegehinweise

1. Reinigung: Wischen Sie Staub von den Griffen und dem äußeren Gehäuse nach jedem Gebrauch mit einem trockenen Tuch ab. Enffernen Sie Ölverschmutzungen mit einem milden, neutralen Reinigungsmittel. Tauchen Sie das gesamte Gerät NICHT in Wasser.
2. Pflege des Hydrauliksystems: Vermeiden Sie eine langfristige Lagerung unter voller Kompression, da anhaltendes starkes Zusammendrücken die Alterung und Ölleckage der Hydrauliköldichtungen beschleunigt.
3. Lagerung: An einem kühlen, trockenen Ort aufbewahren und vor direkter Sonneneinstrahlung, Heizgeräten mit hohen Temperaturen oder Öfen schützen.
4. Austausch & Anziehen: Verschlissene Gummigriffe oder leere Zählerbatterien bei Bedarf ersetzen. Lose Rahmenschrauben mit einem Kreuzschlitzschraubendreher festziehen.

Fehlerbehebung

Störung	Lösungen
Widerstand bleibt nach Drehen des Einstellrads unverändert	1. Prüfen, ob der Klemmschlitz für die Skala verrutscht ist; 2. Kundendienst für eine Reparatur kontaktieren, falls Hydraulikzylinder-Ölleckage vorliegt
Zähler zählt nicht; Anzeige bleibt leer	1. Durch neue Knopfzelle ersetzen; 2. Lösen Zählerschnalle wieder befestigen
Lockere und rutschige Handgriffe	Befestigungsnieten der Griffe festziehen; Griffhüllen ersetzen, falls das Gummi gealtert ist
Abnormes Rasselgeräusch am Tragrahmen	Lose Nieten prüfen und alle Rahmenschrauben nacheinander festziehen

ES

Instrucciones de seguridad

1. Nunca apunte la parte trasera del mango directamente hacia ninguna persona.
2. Seleccione siempre un nivel de resistencia adecuado a su nivel de condición física para prevenir tensiones musculares.
3. Evite ejercitarse hasta su límite máximo. Reserve suficiente fuerza para controlar la a fuerza de rebote de este ejercitador de brazo.
4. Utilice el producto en un área espaciosa para evitar caídas accidentales y posibles lesiones personales.
5. Si la resistencia está configurada en el nivel más alto y la unidad no puede comprimirse, no aplique fuerza excesiva, ya que esto puede causar daños permanentes en el producto.
6. Este ejercitador de brazo no es adecuado para niños, mujeres embarazadas ni para personas con mala salud física.
7. Este producto tiene un peso considerable. Guárdelo de forma segura fuera del alcance de los niños para evitar lesiones accidentales.
8. Ajuste la resistencia a un nivel adecuado según su condición física y sus objetivos de condición física antes de usarlo. Se recomienda que los principiantes comiencen con una resistencia baja y aumenten la intensidad gradualmente una vez que se familiaricen con el equipo.
9. Realice siempre un calentamiento completo antes de entrenar con este ejercitador de brazo hidráulico, incluyendo ejercicios de movilidad articular y estiramientos dinámicos, con especial énfasis en la flexibilidad de la muñeca.
10. Este ejercitador de brazo no se recomienda para niños menores de 12 años.
11. Mantenga siempre una forma correcta de ejercicio y priorice la seguridad durante su entrenamiento. No opere este equipo cuando haya niños cerca.

Descripción del producto



Cilindro hidráulico

Medidor de fuerza

Coutador

Hebilla de almacenamiento

Método de uso



1. Retire el pestillo de almacenamiento antes de usar para liberar los dos brazos del power twister para una expansión y compresión completas.



2. Ajuste la resistencia del ejercicio girando el dial de ajuste de resistencia según la intensidad de entrenamiento que prefiera.



3. Apriete y suelte el twister repetidamente para desarrollar los músculos de los brazos, el pecho y los hombros.



4. Asegure el pestillo de almancenaimento después de terminar el entrenamiento para evitar pérdidas y el retorno no intencionado del resorte.

Instrucciones de cuidado

1. Limpieza: Limpie el polvo de las asas y de la carcasa exterior con un paño seco después de cada uso. Elimine las manchas de aceite con un detergente neutro suave. NO sumerja toda la unidad en agua.
2. Cuidado del sistema hidráulico: Evite el almacenamiento con compresión completa prolongada, ya que una compresión sostenida acelerará el envejecimiento y las fugas de aceite de los sellos hidráulicos.
3. Almacenamiento: Guarde en un lugar fresco y seco, lejos de la luz solar directa, calentadores o hornos de alta temperatura.
4. Reemplazo y apriete: Reemplace las empuñaduras de goma desgastadas o las pilas del contador agotadas según sea necesario. Apriete los tornillos sueltos del marco con un destornillador de cabeza Phillips.

Resolución de problemas

Fallo	Soluciones
La resistencia no cambia después de girar el dial de ajuste	1. Verifique si la ranura de sujeción del dial se desliza; 2. Comuníquese con el servicio posventa para reparar en caso de fuga de aceite del cilindro hidráulico
El contador no cuenta; pantalla en blanco	1. Reemplace con una pila de botón nueva; 2. Vuelva a ajustar la hebilla del contador que esté suelta
Empuñaduras sueltas y resbaladizas	Fije firmemente los remaches de las asas; reemplace las fundas de las empuñaduras si el caucho está envejecido
Ruido anormal de traqueteo en el marco de soporte	Inspeccione los remaches sueltos y apriete todos los tornillos del marco uno por uno

PT

Instruções de Segurança

1. Nunca aponte a parte traseira do punho diretamente para qualquer pessoa.
2. Selecione sempre um nível de resistência adequado ao seu nível de condição física para evitar tensões musculares.
3. Evite exercitar-se até ao seu limite máximo. Reserve força suficiente para controlar a força de retorno deste exercitador de braços.
4. Utilize o produto numa área espaçosa para evitar quedas acidentais e possíveis lesões pessoais.
5. Se a resistência estiver definida para o nível mais alto e a unidade não puder ser comprimida, não aplique força excessiva, pois isso pode causar danos permanentes no produto.
6. Este exercitador de braços não é adequado para crianças, mulheres grávidas ou qualquer pessoa que sofra de má condição física.
7. Este produto tem um peso considerável. Guarde-o com segurança fora do alcance das crianças para evitar lesões acidentais.
8. Ajuste a resistência para um nível adequado com base na sua condição física e nos seus objetivos de condição física antes de utilizar. Recomenda-se que os iniciantes comecem com baixa resistência e aumentem gradualmente a intensidade assim que se familiarizarem com o equipamento.
9. Complete sempre um aquecimento completo antes de treinar com este exercitador de braços hidráulico, incluindo exercícios de mobilidade articular e alongamentos dinâmicos, com especial atenção á flexiblidade dos pulsos.
10. Este exercitador de braços não é recomendado para utilização por crianças com menos de 12 anos de idade.
11. Mantenha sempre a forma correta de exercicio e dê prioridade à segurança durante o seu treino. Não utilize este equipamento quando crianças estiverem por perto.

Descrição do Produto



Cilindro hidráulico

Indicador de força

Coutador

Fivela de armazenamento

Método de utilização



1. Remova a trava de armazeiamento antes da utilização para libertar os dois braços do power twister para expansão e compressão completas.



2. Ajuste a resistência do treino rodando o botão de ajuste de resistência para a intensidade de treino pretendida.



3. Aperte e solte o power twister repetidamente para fortalecer os músculos dos braços, peito e ombros.



4. Fixe a trava de armazeiamento após concluir o treino para evitar perdas e o recuo indesejado da mola.

Instruções de Manutenção

1. Limpeza: Limpe o pó dos punhos e do invólucro exterior com um pano seco após cada utilização. Remova manchas de óleo com detergente neutro suave. NÃO mergulhe o aparelho inteiro em água.
2. Manutenção do Sistema Hidráulico: Evite o armazenamento com compressão máxima prolongada, pois a compressão constante acelerará o envelhecimento e a fuga de óleo das vedações hidráulicas.
3. Armazenamento: Guarde em local fresco e seco, afastado da luz solar direta, aquecedores de alta temperatura ou fornos.
4. Substituição e Aperto: Substitua os punhos de borracha gastos ou as pilhas dos contadores quando necessário. Aperte os parafusos soltos da estrutura com uma chave de fendas Phillips.

Resolução de Problemas

Avaria	Soluções
Resistência inalterada após rodar o mostrador de ajuste	1. Verifique se a ranhura de fixação do mostrador deslizou; 2. Contacte o serviço pós-venda para reparação em caso de fuga de óleo do cilindro hidráulico
O contador não conta ecrã em branco	1. Substitua por uma pilha de botão nova; 2. Volte a apertar a fivela solta do contador
Punhos soltos e escorregadios	Aperte os rebites de fixação dos punhos; Substitua as capas dos punhos se a borracha estiver gasta
Ruído anormal de chocalho na estrutura de suporte	Verifique os rebites soltos e aperte todos os parafusos da estrutura, um de cada vez

IT

Istruzioni di sicurezza

1. Non puntare mai la parte posteriore dell'impugnatura direttamente verso alcuna persona.
2. Selezionare sempre un livello di resistenza adatto al proprio livello di forma fisica per evitare sforzi muscolari.
3. Evitare di esercitarsi fino al limite massimo. Conservare forza sufficiente per controllare la forza di rimbalzo di questo attrezzo per le braccia.
4. Utilizzare il prodotto in un'area spaziosa per evitare cadute accidentali e possibili lesioni personali.
5. Se la resistenza è impostata al livello più alto e l'unità non può essere compressa, non applicare una forza eccessiva, poichè ciò potrebbe causare danni permanenti al prodotto.
6. Questo attrezzo per le braccia non è adatto a bambini, donne in gravidanza o a chiunque soffra di cattive condizioni di salute fisica.
7. Questo prodotto ha un peso considerevole. Riporlo in modo sicuro fuori dalla portata dei bambini per evitare lesioni accidentali.
8. Regolare la resistenza a un livello adatto in base alle proprie condizioni fisiche e ai propri obiettivi di fitness prima dell'uso. Ai principianti è consigliato iniziare con una resistenza bassa e aumentare gradualmente l'intensità una volta acquisita familiarità con l'attrezzatura.
9. Completare sempre un riscaldamento completo prima di allenarsi con questo attrezzo idraulico per le braccia, includendo esercizi di mobilità articolare e allungamenti dinamici, con particolare attenzione alla flessibilità dei polsi.
10. Questo attrezzo per le braccia non è raccomandato per l'uso da parte di bambini di età inferiore ai 12 anni.
11. Mantenere sempre una corretta forma di exercizio e dare priorità alla sicurezza durante l'allenamento. Non utilizzare questa attrezzatura quando i bambini sono nelle vicinanze.

Descrizione del prodotto



Metodo di utilizzo



1. Rimuovere il fermo di stoccaggio prima dell'uso per liberare i due bracci del power twister per la massima espansione e compressione.



2. Regolare la resistenza dell'allenamento ruotando la manopola di regolazione della resistenza in base all'intensità di allenamento preferita.



3. Stringere e rilasciare il power twister ripetutamente per sviluppare i muscoli di braccia, petto e spalle.



4. Fissare il fermo di stoccaggio dopo aver completato l'allenamento per evitare perdite e ritorni indesiderati della molla.

Istruzioni per la cura

1. Pulizia: Dopo ogni utilizzo, strofinare via la polvere dalle impugnature e dall'involucro esterno con un panno asciutto. Rimuovere le macchie di olio con un detergente neutro delicato. NON immergere l'intera unità in acqua.
2. Cura del sistema idraulico: Evitare lo stoccaggio a compressione completa prolungata, poiché una compressione eccessiva e protratta accelererà l'invecchiamento e le perdite delle guarnizioni dell'olio idraulico.
3. Conservazione: Conservare in un luogo fresco e asciutto, lontano dalla luce solare diretta, da riscaldatori ad alta temperatura o da forni.
4. Sostituzione e serraggio: Sostituire le impugnature in gomma usurate o le pile del contatore esauste, se necessario. Serrare le viti allentate del telaio con un cacciavite a croce.

Risoluzione dei problemi

Malfunzionamento	Soluzioni
La resistenza non cambia dopo aver ruotato la manopola di regolazione	1. Verificare se la fessura di serraggio della manopola del quadrante è scivolata via; 2. Contattare il servizio post-vendita per la riparazione in caso di perdite di olio del cilindro idraulico
Il contatore non conta, schermo vuoto	1. Sostituire con una nuova pila a bottone; 2. Riagganciare la fibbia del contatore allentata
Impugnature allentate e scivolose	Fissare saldamente i rivetti delle impugnature; Sostituire le guaine delle impugnature se la gomma è invecchiata
Rumore anomalo di scricchiolio sulla struttura di supporto	Controllare i rivetti allentati e serrare tutte le viti del telaio una alla volta

RO

Instrucţiuni de siguranţă

1. Nu îndreptaţi niciodată partea din spate a mânerului direct către vreo persoană.
2. Selectaţi întotdeauna un nivel de rezistenţă potrivit nivelului dumneavoastră de fitness pentru a preveni suprasolicitarea musculară.
3. Evitaţi să vă antrenaţi până la limita maximă. Păstraţi suficientă forţă pentru a controla forţa de revenire a acestui aparat de antrenament pentru braţe.
4. Utilizaţi produsul într-un spaţiu generos pentru a preveni căderile accidentale şi eventualele vătămări corporale.
5. Dacă rezistenţa este setată la nivelul maxim şi unitatea nu poate fi comprimată, nu aplicaţi forţă excesivă, deoarece acest lucru poate cauza deteriorarea permanentă a produsului.
6. Acest aparat de antrenament pentru braţe nu este potrivit pentru copii, femei însărcinate sau pentru oricine suferă de o stare precară de sănătate.
7. Acest produs are o greutate considerabilă. Depozitaţi-l în siguranţă, departe de accesul copilior, pentru a evita vătămările accidentale.
8. Ajustaţi rezistenţa la un nivel adecvat în funcţie de condiţia dumneavoastră fizică şi obiectivele de fitness înainte de utilizare. Începătorii sunt sfătuiţi să înceapă cu o rezistenţă redusă şi să crească treptat intensitatea pe măsură ce se familiarizează cu echipamentul.
9. Efectuaţi întotdeauna o încălzire completă înainte de antrenamentul cu acest aparat de antrenament hidraulic pentru braţe, inclusiv exerciţii de mobilitate pentru articulaţii şi întinderi dinamice, cu accent deosebit pe flexibilitatea încheieturilor.
10. Acest aparat de antrenament pentru braţe nu este recomandat pentru utilizare de către copili sub 12 ani.
11. Menţineţi întotdeauna o tehnică corectă de exerciţiu şi acordaţi prioritate siguranţei pe tot parcursul antrenamentului. Nu utilizaţi acest echipament atunci când copiii se află în apropiere.

Descrierea produsului



Cilindru hidraulic

Indicator de forţă

Contor

Cataramă de depozitare

Mod de utilizare



1. Îndepărtaţi zăvorul de depozitare înainte de utilizare pentru a elibera cele două braţe ale dispozitivului Power Twister pentru extindere şi compresie completă.



2. Reglaţi rezistenţa antrenamentului prin rotirea butonului de reglare a rezistenţei la intensitatea de antrenament preferată.



3. Strângeţi şi eliberaţi dispozitivul Power Twister în mod repetat pentru a dezvolta muşchii braţelor, pieptului şi umerilor.



4. Fixaţi zăvorul de depozitare după finalizarea antrenamentului pentru a preveni pierderea şi revenirea neaşteptată a arcului.

Instrucţiuni de întreţinere

1. Curăţare: Ştergeţi praful de pe mânere şi de pe carcasa exterioară cu o cârpă uscată după fiecare utilizare.
   Îndepărtaţi petele de ulei cu un detergent neutru blând. NU scufundaţi complet unitatea în apă.
2. Întreţinerea sistemului hidraulic: Evitaţi depozitarea pe termen lung în poziţie de compresie completă, deoarece strângerea prelungită va accelera îmbătrânirea şi scurgerile uleiului hidraulic de la garniturile de etanşare.
3. Depozitare: Depozitaţi într-un loc răcoros şi uscat, ferit de lumina directă a soarelui, de încălzitoare sau de cuptoare la temperaturi ridicate.
4. Înlocuire şi strângere: Înlocuiţi mânerele din cauciuc uzate sau bateriile contorului, după caz. Strângeţi şuruburile slăbite ale cadrului cu o şurubelniţă cu cap în cruce.

Depanare

Defecţiune	Soluţii
Rezistenţa rămâne neschimbată după rotirea butonului de reglare	1. Verificaţi dacă fanta de prindere a cadranului alunecă; 2. Contactaţi serviciul post-vânzare pentru reparaţii în cazul scurgerilor de ulei din cilindrul hidraulic
Contorul nu numără, ecran gol	1. Înlocuiţi cu o baterie buton nouă; 2. Fixaţi din nou catarama slăbită a contorului
Mânerele sunt slăbite şi alunecoase	Strângeţi niturile de fixare ale mânerelor; Înlocuiţi manşoanele mânereloor dacă sunt uzate
Zgomot anormal de zăngănit la cadrul de suport	Verificaţi niturile slăbite şi strângeţi toate şuruburile cadrului, unul câte unul

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
0800 240 4050
enquiries@mhstar.co.uk
MADE IN 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

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

RO

Dacă aveți întrebări, vă rugăm să contactați centrul nostru de asistență pentru clienți.
Datele noastre de contact sunt mai jos:


+40 312294730


clienti@aosom.ro

Importat/Producător/REP:
Aosom Romania SRL
Str. Barbu Mumuleanu, nr. 30-32
Bucuresti, Sector 2
Tel: +40 312294730
clienti@aosom.ro
Fabricat in China

ES

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente.
Nuestros datos de contacto son los siguientes:

Se tiver alguma dúvida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente.
Os nossos dados de contacto são os seguintes:


0034-931294512


atencioncliente@aosom.es/info@aosom.pt.

Importador/Fabricante/REP:
Spanish Aosom, S.L.
C/ Roc Gros, nº 15. 08550, Els Hostalets de Balenyà, Spain.
B66295775
HECHO EN CHINA

Aosom