

Sicherheitsdokument für das Gymnastik Turnreck

Wichtige Sicherheitsanweisungen für die Nutzung des Gymnastik Turnrecks

1. Allgemeine Sicherheitshinweise

- **Empfohlenes Alter:** Das Turnreck ist für **Kinder ab 3 Jahren** geeignet. Jüngere Kinder sollten das Gerät nicht benutzen.
- **Aufsicht:** Bei Kindern unter 14 Jahren muss jederzeit eine **Erwachsene Aufsichtsperson** anwesend sein, um die Sicherheit der Kinder zu gewährleisten.
- **Umgebung:** Stellen Sie sicher, dass das Turnreck auf einer **ebenen Fläche** aufgestellt wird. Verwenden Sie optional Turnmatten mit einer **Breite von bis zu 124 cm** zur zusätzlichen Sicherheit und Dämpfung.

2. Aufbau und Installation

- **Höhenverstellung:** Stellen Sie die Höhe des Turnrecks nur dann ein, wenn es nicht benutzt wird. Verwenden Sie die **12-fach höhenverstellbare** Funktion (95,5 cm – 150 cm), um die perfekte Höhe für den Benutzer einzustellen.
- **Fixierung:** Achten Sie darauf, dass beide Bolzensysteme – der **Sicherungsbolzen** und der **Schnellverschlussbolzen** – fest angezogen sind, um eine stabile Fixierung zu gewährleisten.
- **Stabilisierungsstreben:** Verwenden Sie die **längenverstellbaren Stabilisierungsstreben**, um Bodenunebenheiten auszugleichen und einen sicheren Stand des Turnrecks zu gewährleisten.

3. Nutzungshinweise

- **Vorsicht beim Umstellen:** Dank der **zwei Kunststoffrollen pro Seite** kann das Turnreck leicht umgestellt werden. Achten Sie darauf, dass das Gerät bei der Bewegung entlastet wird und keine Person in der Nähe der Bewegungsrichtung steht.
- **Rutschsichere Elemente:** Die **rutschsicheren Schonfüße** sorgen für zusätzlichen Halt. Überprüfen Sie regelmäßig deren Zustand und tauschen Sie beschädigte Elemente bei Bedarf aus.
- **Platzsparend zusammenklappen:** Wenn das Turnreck nicht in Gebrauch ist, kann es platzsparend auf **B 136 x H 95,5 x T 27 cm** zusammengeklappt werden. Sichern Sie beim Zusammenklappen die Querstreben mit den **Saugnäpfen an den vertikalen Streben** und fixieren Sie die hochgeklappten Füße mit den gelösten Schraubbolzen am Gestell.

4. Wartung und Pflege

- **Regelmäßige Überprüfung:** Kontrollieren Sie regelmäßig alle Teile auf Abnutzung oder Beschädigungen. Besonders die **Schraub- und Sicherungsbolzen** sollten regelmäßig auf festen Sitz geprüft werden.
- **Reinigung:** Reinigen Sie das Turnreck regelmäßig mit einem weichen, feuchten Tuch.

Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel, die die Oberfläche beschädigen könnten.

Wichtiger Hinweis: Dieses Sicherheitsdokument sollte regelmäßig überprüft und bei Änderungen der Nutzungsvoraussetzungen aktualisiert werden. Bewahren Sie es an einem sicheren Ort in der Nähe des Turnrecks auf.

Safety document for the gymnastics horizontal bar

Important safety instructions for using the gymnastics equipment

1. general safety instructions

- Recommended age: The gymnastic bar is suitable for children aged 3 and over. Younger children should not use the equipment.
- Supervision: Children under the age of 14 must be supervised by an adult at all times to ensure their safety.
- Environment: Make sure that the gymnastic bar is set up on a level surface. Use optional gym mats up to 124 cm wide for additional safety and cushioning.

2. setup and installation

- Height adjustment: Only adjust the height of the gymnastics frame when it is not in use. Use the 12-position height adjustment function (95.5 cm - 150 cm) to set the perfect height for the user.
- Fixation: Make sure that both bolt systems - the locking bolt and the quick-release bolt - are firmly tightened to ensure a stable fixation.
- Stabilizing struts: Use the length-adjustable stabilizing struts to compensate for uneven ground and to ensure that the gymnastics frame stands securely.

3. instructions for use

- Be careful when moving: Thanks to the two plastic rollers on each side, the gymnastic bar can be moved easily. Make sure that the weight is taken off the device during movement and that no one is standing near the direction of movement.
- Non-slip elements: The non-slip protective feet provide additional support. Check their condition regularly and replace damaged elements if necessary.
- Fold up to save space: When the gymnastic bar is not in use, it can be folded up to W 136 x H 95.5 x D 27 cm to save space. When folding up, secure the cross struts to the vertical struts using the suction cups and fix the folded-up feet to the frame using the loosened screw bolts.

4. maintenance and care

- Regular inspection: Check all parts regularly for wear or damage. The screw and locking bolts in particular should be checked regularly for tightness.
- Cleaning: Clean the gymnastic bar regularly with a soft, damp cloth. Do not use any aggressive cleaning agents that could damage the surface.

Important note: This safety document should be checked regularly and updated if the conditions of use change. Keep it in a safe place near the turntable.

Document de sécurité pour l'étrier de gymnastique

Instructions de sécurité importantes pour l'utilisation de la barre de gymnastique

1. consignes générales de sécurité

- Âge recommandé : Le Turnreck convient aux enfants à partir de 3 ans. Les enfants plus jeunes ne devraient pas utiliser l'appareil.
- Surveillance : pour les enfants de moins de 14 ans, un adulte responsable doit être présent à tout moment afin de garantir la sécurité des enfants.
- Environnement : assurez-vous que le Turnreck est installé sur une surface plane. Utilisez en option des tapis de gymnastique d'une largeur maximale de 124 cm pour une sécurité et un amortissement supplémentaires.

2. construction et installation

- Réglage de la hauteur : ne réglez la hauteur du gymnase que lorsqu'il n'est pas utilisé. Utilisez la fonction de réglage de la hauteur sur 12 positions (95,5 cm - 150 cm) afin de régler la hauteur parfaite pour l'utilisateur.
- Fixation : Veillez à ce que les deux systèmes de boulons - le boulon de sécurité et le boulon de fermeture rapide - soient bien serrés afin de garantir une fixation stable.
- Barres de stabilisation : Utilisez les barres de stabilisation réglables en longueur pour compenser les inégalités du sol et garantir la stabilité du gymnase.

3. conseils d'utilisation

- Attention lors du déplacement : Grâce aux deux roulettes en plastique de chaque côté, le Turnreck peut être déplacé facilement. Veillez à ce que l'appareil soit soulagé lors du déplacement et que personne ne se trouve à proximité de la direction du mouvement.
- Éléments antidérapants : Les pieds antidérapants assurent un soutien supplémentaire. Vérifiez régulièrement leur état et remplacez les éléments endommagés si nécessaire.
- Pliage peu encombrant : Lorsque le Turnreck n'est pas utilisé, il peut être replié pour gagner de la place (L 136 x H 95,5 x P 27 cm). Lors du pliage, sécurisez les barres transversales à l'aide des ventouses sur les barres verticales et fixez les pieds relevés sur la structure à l'aide des boulons vissés desserrés.

4. entretien et maintenance

- Vérification régulière : contrôlez régulièrement toutes les pièces pour voir si elles sont usées ou endommagées. Il convient en particulier de vérifier régulièrement le bon serrage des vis et des boulons de sécurité.
- Nettoyage : Nettoyez régulièrement le Turnreck avec un chiffon doux et humide. N'utilisez pas de produits de nettoyage agressifs qui pourraient endommager la surface.

Remarque importante : ce document de sécurité doit être contrôlé régulièrement et mis à jour en cas de modification des conditions d'utilisation. Conservez-le dans un endroit sûr à proximité du gymnase.

Documento di sicurezza per la sbarra orizzontale della ginnastica

Importanti istruzioni di sicurezza per l'utilizzo degli attrezzi ginnici

1. istruzioni generali di sicurezza

- Età consigliata: la sbarra ginnica è adatta ai bambini dai 3 anni in su. I bambini più piccoli non dovrebbero utilizzare l'attrezzatura.
- Supervisione: i bambini di età inferiore ai 14 anni devono essere sempre sorvegliati da un adulto per garantire la loro sicurezza.
- Ambiente: assicurarsi che la sbarra ginnica sia posizionata su una superficie piana. Utilizzare tappetini opzionali larghi fino a 124 cm per una maggiore sicurezza e ammortizzazione.

2. struttura e installazione

- Regolazione dell'altezza: regolare l'altezza del telaio da ginnastica solo quando non è in uso. Utilizzare la funzione di regolazione dell'altezza a 12 posizioni (95,5 cm - 150 cm) per impostare l'altezza perfetta per l'utente.
- Fissaggio: assicurarsi che entrambi i sistemi di bulloni - il bullone di bloccaggio e il bullone a sgancio rapido - siano saldamente serrati per garantire un fissaggio stabile.
- Puntelli di stabilizzazione: Utilizzate i puntoni di stabilizzazione regolabili in lunghezza per compensare le irregolarità del terreno e per garantire che il telaio da ginnastica sia ben saldo.

3. istruzioni per l'uso

- Attenzione allo spostamento: Grazie alle due rotelle in plastica su ciascun lato, la sbarra ginnica può essere spostata facilmente. Assicurarsi che il peso sia tolto dall'apparecchio durante il movimento e che nessuno si trovi vicino alla direzione del movimento.
- Elementi antiscivolo: I piedini di protezione antiscivolo forniscono un ulteriore supporto. Controllate regolarmente il loro stato e, se necessario, sostituite gli elementi danneggiati.
- Ripiegamento per risparmiare spazio: Quando la sbarra ginnica non viene utilizzata, può essere ripiegata fino a L 136 x H 95,5 x P 27 cm per risparmiare spazio. Quando si ripiega, fissare i montanti trasversali ai montanti verticali con le ventose e fissare i piedi ripiegati al telaio con le viti allentate.

4. manutenzione e cura

- Ispezione regolare: controllare regolarmente che tutte le parti non siano usurate o danneggiate. In particolare, è necessario controllare regolarmente la tenuta delle viti e dei bulloni di bloccaggio.
- Pulizia: Pulire regolarmente la sbarra ginnica con un panno morbido e umido. Non utilizzare detergenti aggressivi che potrebbero danneggiare la superficie.

Nota importante: questo documento di sicurezza deve essere controllato regolarmente e aggiornato se le condizioni di utilizzo cambiano. Conservarlo in un luogo sicuro vicino al giradischi.

Documento de seguridad para la barra horizontal de gimnasia

Instrucciones importantes de seguridad para el uso de los aparatos de gimnasia

1. instrucciones generales de seguridad

- Edad recomendada: La barra de gimnasia es adecuada para niños a partir de 3 años. Los niños más pequeños no deben utilizar el equipo.
- Supervisión: Los niños menores de 14 años deben estar supervisados por un adulto en todo momento para garantizar su seguridad.
- Entorno: Asegúrese de que la barra de gimnasia está colocada sobre una superficie nivelada. Utilice alfombrillas de gimnasia opcionales de hasta 124 cm de ancho para mayor seguridad y amortiguación.

2. estructura e instalación

- Ajuste de la altura: ajuste la altura del chasis de gimnasia sólo cuando no lo esté utilizando. Utilice la función de ajuste de altura de 12 posiciones (95,5 cm - 150 cm) para ajustar la altura perfecta para el usuario.
- Fijación: Asegúrese de que ambos sistemas de pernos -el perno de bloqueo y el perno de liberación rápida- estén firmemente apretados para garantizar una fijación estable.
- Puntales estabilizadores: Utilice los puntales estabilizadores de longitud regulable para compensar las irregularidades del suelo y garantizar la estabilidad del aparato de gimnasia.

3. instrucciones de uso

- Cuidado al moverla: Gracias a las dos ruedas de plástico situadas a cada lado, la barra de gimnasia puede desplazarse fácilmente. Asegúrese de que se quita el peso del aparato durante el desplazamiento y de que no hay nadie cerca de la dirección del movimiento.
- Elementos antideslizantes: Los pies protectores antideslizantes proporcionan un apoyo adicional. Compruebe regularmente su estado y sustituya los elementos dañados si es necesario.
- Se pliega para ahorrar espacio: Cuando no se utiliza, la barra de gimnasia puede plegarse hasta un tamaño de 136 x 95,5 x 27 cm para ahorrar espacio. Al plegarla, fije los travesaños a los puntales verticales mediante las ventosas y fije los pies plegados al armazón mediante los tornillos aflojados.

4. mantenimiento y cuidado

- Inspección periódica: Compruebe periódicamente que todas las piezas no estén desgastadas ni dañadas. En particular, debe comprobarse regularmente el apriete de los tornillos y los pernos de bloqueo.
- Limpieza: Limpie regularmente la barra de gimnasia con un paño suave y húmedo. No utilice productos de limpieza agresivos que puedan dañar la superficie.

Nota importante: Este documento de seguridad debe comprobarse periódicamente y actualizarse si cambian las condiciones de uso. Guárdelo en un lugar seguro cerca de la plataforma giratoria.

Документ за безопасност за хоризонталната гредка за гимнастика

Важни инструкции за безопасност при използване на уредите за гимнастика

1. общи инструкции за безопасност

- Препоръчителна възраст: Гимнастическият лост е подходящ за деца на възраст над 3 години. По-малките деца не трябва да използват уредите.
- Надзор: Децата под 14-годишна възраст трябва да бъдат под надзора на възрастен през цялото време, за да се гарантира тяхната безопасност.
- Околна среда: Уверете се, че гимнастическият лост е поставен на равна повърхност. Използвайте допълнителни гимнастически постелки с ширина до 124 см за допълнителна безопасност и амортизация.

2. структура и монтаж

- Регулиране на височината: Регулирайте височината на рамката за гимнастика само когато не се използва. Използвайте функцията за регулиране на височината с 12 позиции (95,5 см - 150 см), за да зададете идеалната височина за потребителя.
- Фиксиране: Уверете се, че и двете системи болтове - заключващият болт и болтът за бързо освобождаване - са здраво затегнати, за да се осигури стабилно фиксиране.
- Стабилизиращи подпори: Използвайте регулируемите по дължина стабилизиращи подпори, за да компенсирате неравностите на терена и да гарантирате, че рамката за гимнастика стои стабилно.

3. инструкции за употреба

- Бъдете внимателни, когато се движите: Благодарение на двете пластмасови колелца от всяка страна гимнастическият лост може лесно да се премества. Уверете се, че тежестта е свалена от устройството по време на движението и че никой не стои в близост до посоката на движение.
- Неплъзгащи се елементи: Неплъзгащите се защитни крачета осигуряват допълнителна опора. Проверявайте състоянието им редовно и при необходимост подменяйте повредените елементи.
- Сгънете, за да спестите място: Когато гимнастическият лост не се използва, той може да се сгъне до размери W 136 x H 95,5 x D 27 cm, за да се спести място. При сгъване закрепете напречните стойки към вертикалните с помощта на вендузите и фиксирайте сгънатите крачета към рамката с помощта на разхлабените винтови болтове.

4. поддръжка и грижи

- Редовна проверка: Проверявайте редовно всички части за износване или повреда. По-специално трябва редовно да се проверява затягането на винтовете и заключващите болтове.
- Почистване: Почиствайте редовно гимнастическия лост с мека и влажна кърпа. Не

използвайте агресивни почистващи препарати, които могат да повредят повърхността.

Важна забележка: Този документ за безопасност трябва да се проверява редовно и да се актуализира при промяна на условията на употреба. Съхранявайте го на безопасно място в близост до грамофона.

Bezpečnostní dokument pro gymnastickou vodorovnou tyč

Důležité bezpečnostní pokyny pro používání gymnastického nářadí

1. obecné bezpečnostní pokyny

- Doporučený věk: Gymnastická tyč je vhodná pro děti od 3 let. Mladší děti by zařízení neměly používat.
- Dohled: Děti mladší 14 let musí být po celou dobu pod dohledem dospělé osoby, aby byla zajištěna jejich bezpečnost.
- Prostředí: Zajistěte, aby byla gymnastická tyč postavena na rovném povrchu. Pro větší bezpečnost a odpružení používejte volitelné gymnastické podložky o šířce až 124 cm.

2. struktura a instalace

- Nastavení výšky: Výšku gymnastického rámu nastavujte pouze tehdy, když se nepoužívá. Pomocí funkce nastavení výšky ve 12 polohách (95,5 cm - 150 cm) nastavte ideální výšku pro uživatele.
- Upevnění: Ujistěte se, že jsou oba systémy šroubů - zajišťovací šroub a rychloupínací šroub - pevně dotaženy, aby bylo zajištěno stabilní upevnění.
- Stabilizační vzpěry: Pomocí délkově nastavitelných stabilizačních vzpěr vyrovnejte nerovnosti terénu a zajistěte bezpečné postavení gymnastického rámu.

3. návod k použití

- Při pohybu buďte opatrní: Díky dvěma plastovým kolečkům na každé straně lze gymnastickou tyč snadno přemístit. Ujistěte se, že je zařízení během pohybu odlehčeno a že nikdo nestojí v blízkosti směru pohybu.
- Protiskluzové prvky: Protiskluzové ochranné nožičky poskytují dodatečnou oporu. Pravidelně kontrolujte jejich stav a v případě potřeby poškozené prvky vyměňte.
- Sklopení pro úsporu místa: Když se gymnastická tyč nepoužívá, lze ji složit na rozměry Š 136 x V 95,5 x H 27 cm, aby se ušetřilo místo. Při skládání připevněte příčné vzpěry ke svislým vzpěrám pomocí přísavek a složené nohy připevněte k rámu pomocí uvolněných šroubů.

4. údržba a péče

- Pravidelná kontrola: Pravidelně kontrolujte všechny díly, zda nejsou opotřebené nebo poškozené. Pravidelně kontrolujte zejména těsnost šroubů a pojistných šroubů.
- Čištění: Gymnastickou tyč pravidelně čistěte měkkým vlhkým hadříkem. Nepoužívejte žádné agresivní čisticí prostředky, které by mohly poškodit povrch.

Důležité upozornění: Tento bezpečnostní dokument by měl být pravidelně kontrolován a aktualizován, pokud se změní podmínky použití. Uchovávejte jej na bezpečném místě v blízkosti gramofonu.

Sikkerhedsdokument for den vandrette gymnastikstang

Vigtige sikkerhedsinstruktioner for brug af gymnastikredskaber

1. Generelle sikkerhedsinstruktioner

- Anbefalet alder: Gymnastikstangen er velegnet til børn fra 3 år og opefter. Yngre børn bør ikke bruge udstyret.
- Overvågning: Børn under 14 år skal altid være under opsyn af en voksen for at sikre deres sikkerhed.
- Omgivelser: Sørg for, at gymnastikstangen er opstillet på et plant underlag. Brug valgfri gymnastikmåtter på op til 124 cm bredde for ekstra sikkerhed og stødabsorbering.

2. Opbygning og installation

- Højdejustering: Juster kun højden på gymnastikstativet, når det ikke er i brug. Brug højdejusteringsfunktionen med 12 positioner (95,5 cm - 150 cm) til at indstille den perfekte højde til brugeren.
- Fastgørelse: Sørg for, at begge boltsystemer - låsebolten og quick-release-bolten - er spændt godt fast for at sikre en stabil fastgørelse.
- Stabiliserende stivere: Brug de længdejusterbare stabiliseringsstivere til at kompensere for ujævnt underlag og til at sikre, at gymnastikstativet står sikkert.

3. brugsanvisning

- Vær forsigtig, når du flytter den: Takket være de to plastikhjul på hver side kan gymnastikstangen nemt flyttes. Sørg for, at vægten tages af redskabet under bevægelse, og at ingen står i nærheden af bevægelsesretningen.
- Skridsikre elementer: De skridsikre beskyttelsesfodder giver ekstra støtte. Tjek deres tilstand regelmæssigt, og udskift beskadigede elementer, hvis det er nødvendigt.
- Foldes sammen for at spare plads: Når gymnastikstangen ikke er i brug, kan den foldes sammen til B 136 x H 95,5 x D 27 cm for at spare plads. Når den foldes sammen, skal tværstiverne fastgøres til de lodrette stivere ved hjælp af sugekopperne, og de sammenfoldede fodder skal fastgøres til rammen ved hjælp af de løsede skruebolte.

4. Vedligeholdelse og pleje

- Regelmæssig inspektion: Kontrollér regelmæssigt alle dele for slid eller skader. Især skruen og låseboltene bør kontrolleres regelmæssigt for tæthed.
- Rengøring: Rengør gymnastikstangen regelmæssigt med en blød, fugtig klud. Brug ikke aggressive rengøringsmidler, der kan beskadige overfladen.

Vigtig bemærkning: Dette sikkerhedsdokument skal kontrolleres regelmæssigt og opdateres, hvis brugsbetingelserne ændres. Opbevar det på et sikkert sted i nærheden af pladespilleren.

Turvallisuusasiakirja voimistelun vaakatangolle

Tärkeitä turvallisuusohjeita voimisteluvälineiden käyttöä varten

1. Yleiset turvallisuusohjeet

- Ikäsuositus: Jumppatanko sopii vähintään 3-vuotiaille lapsille. Nuorempien lasten ei tulisi käyttää laitetta.
- Valvonta: Alle 14-vuotiaiden lasten turvallisuuden takaamiseksi aikuisen on oltava koko ajan heidän valvonnassaan.
- Ympäristö: Varmista, että jumppatanko on pystytetty tasaiselle alustalle. Käytä lisävarusteena saatavia enintään 124 cm leveitä jumppamattoja lisäturvallisuuden ja pehmusteiden lisäämiseksi.

2. rakenne ja asennus

- Korkeuden säätö: Sääda voimistelukehikon korkeutta vain silloin, kun se ei ole käytössä. Käytä 12-asentoista korkeudensäätötoimintoa (95,5 cm - 150 cm) säätääksesi käyttäjälle sopivan korkeuden.
- Kiinnitys: Varmista, että molemmat pulttijärjestelmät - lukituspultti ja pikakiinnityspultti - on kiristetty tiukasti, jotta kiinnitys on vakaa.
- Vakautusjouset: Käytä pituussäädettäviä vakautusjousia epätasaisen maan tasaamiseksi ja varmista, että voimistelukehikko seisoo tukevasti.

3. käyttöohjeet

- Ole varovainen liikkuessasi: Kummallakin puolella olevien kahden muovisen pyörän ansiosta voimistelutankoa voidaan siirtää helposti. Varmista, että laitteen paino otetaan pois liikkeen aikana ja että kukaan ei seiso lähellä liikesuuntaa.
- Liukumattomat elementit: Liukumattomat suojajalat antavat lisätukea. Tarkista niiden kunto säännöllisesti ja vaihda vaurioituneet elementit tarvittaessa.
- Taita kokoon tilan säästämiseksi: Kun jumppatanko ei ole käytössä, se voidaan taittaa kokoon siten, että se on kooltaan 136 x 95,5 x 27 cm (B 136 x K 95,5 x S 27 cm) ja säästää näin tilaa. Kun taittelet kokoon, kiinnitä poikkijalat pystytukiin imukupeilla ja kiinnitä kokoontaitetut jalat runkoon löysätyillä ruuvipulteilla.

4. huolto ja hoito

- Säännöllinen tarkastus: Tarkasta kaikki osat säännöllisesti kulumisen tai vaurioiden varalta. Erityisesti ruuvien ja lukituspulttien kireys on tarkistettava säännöllisesti.
- Puhdistus: Puhdista jumppatanko säännöllisesti pehmeällä, kostealla liinalla. Älä käytä aggressiivisiä puhdistusaineita, jotka voivat vahingoittaa pintaa.

Tärkeä huomautus: Tämä turvallisuusasiakirja on tarkistettava säännöllisesti ja päivitettävä, jos käyttöolosuhteet muuttuvat. Säilytä sitä turvallisessa paikassa levysoittimen lähellä.

Έγγραφο ασφαλείας για την οριζόντια μπάρα γυμναστικής

Σημαντικές οδηγίες ασφαλείας για τη χρήση του εξοπλισμού γυμναστικής

1. Γενικές οδηγίες ασφαλείας

- Συνιστώμενη ηλικία: Η μπάρα γυμναστικής είναι κατάλληλη για παιδιά ηλικίας 3 ετών και άνω. Τα μικρότερα παιδιά δεν πρέπει να χρησιμοποιούν τον εξοπλισμό.
- Επίβλεψη: Τα παιδιά κάτω των 14 ετών πρέπει να επιβλέπονται ανά πάσα στιγμή από ενήλικα για να διασφαλίζεται η ασφάλειά τους.
- Περιβάλλον: Βεβαιωθείτε ότι η μπάρα γυμναστικής έχει στηθεί σε επίπεδη επιφάνεια. Χρησιμοποιήστε προαιρετικά στρώματα γυμναστικής πλάτους έως 124 cm για πρόσθετη ασφάλεια και μαξιλάρι.

2. Δομή και εγκατάσταση

- Ρύθμιση ύψους: Ρυθμίστε το ύψος του πλαισίου γυμναστικής μόνο όταν δεν χρησιμοποιείται. Χρησιμοποιήστε τη λειτουργία ρύθμισης ύψους 12 θέσεων (95,5 cm - 150 cm) για να ρυθμίσετε το τέλειο ύψος για τον χρήστη.
- Στερέωση: Βεβαιωθείτε ότι και τα δύο συστήματα μπουλονιών - το μπουλόνι ασφάλισης και το μπουλόνι ταχείας απελευθέρωσης - είναι καλά σφιγμένα, ώστε να διασφαλιστεί μια σταθερή στερέωση.
- Στήριγμα σταθεροποίησης: Χρησιμοποιήστε τις σταθεροποιητικές αντηρίδες που ρυθμίζονται κατά μήκος για να αντισταθμίσετε τις ανωμαλίες του εδάφους και να διασφαλίσετε ότι το πλαίσιο γυμναστικής στέκεται με ασφάλεια.

3. Οδηγίες χρήσης

- Να είστε προσεκτικοί όταν μετακινείστε: Χάρη στους δύο πλαστικούς τροχούς σε κάθε πλευρά, η μπάρα γυμναστικής μπορεί να μετακινηθεί εύκολα. Βεβαιωθείτε ότι το βάρος αφαιρείται από τη συσκευή κατά τη διάρκεια της μετακίνησης και ότι κανείς δεν στέκεται κοντά στην κατεύθυνση της μετακίνησης.
- Αντιολισθητικά στοιχεία: Τα αντιολισθητικά προστατευτικά πόδια παρέχουν πρόσθετη στήριξη. Ελέγχετε τακτικά την κατάστασή τους και αντικαταστήστε τα κατεστραμμένα στοιχεία εάν είναι απαραίτητο.
- Αναδιπλώνεται για εξοικονόμηση χώρου: Όταν η μπάρα γυμναστικής δεν χρησιμοποιείται, μπορεί να διπλωθεί σε Π 136 x Υ 95,5 x Β 27 cm για εξοικονόμηση χώρου. Όταν αναδιπλώνεται, στερεώστε τις εγκάρσιες δοκούς στις κάθετες δοκούς χρησιμοποιώντας τις βεντούζες και στερεώστε τα αναδιπλωμένα πόδια στο πλαίσιο χρησιμοποιώντας τις λυμένες βίδες.

4. Συντήρηση και φροντίδα

- Τακτική επιθεώρηση: Ελέγχετε τακτικά όλα τα εξαρτήματα για φθορά ή ζημιά. Ειδικά οι βίδες και οι κοχλίες ασφάλισης πρέπει να ελέγχονται τακτικά για τη στεγανότητά τους.
- Καθαρισμός: Καθαρίζετε τακτικά τη μπάρα γυμναστικής με ένα μαλακό, υγρό πανί. Μην

χρησιμοποιείτε επιθετικά καθαριστικά μέσα που θα μπορούσαν να προκαλέσουν ζημιά στην επιφάνεια.

Σημαντική σημείωση: Το παρόν έγγραφο ασφαλείας θα πρέπει να ελέγχεται τακτικά και να ενημερώνεται εάν αλλάξουν οι συνθήκες χρήσης. Φυλάξτε το σε ασφαλές μέρος κοντά στο πικάπ.

Biztonsági dokumentum a torna vízszintes rúdhoz

A tornaszerek használatára vonatkozó fontos biztonsági utasítások

1. Általános biztonsági utasítások

- Ajánlott életkor: A tornarúd 3 éves kortól alkalmas. Kisebb gyermekek nem használhatják a készüléket.
- Felügyelet: A 14 év alatti gyermekeket biztonságuk érdekében mindig felnőttnek kell felügyelnie.
- Környezet: Gondoskodjon arról, hogy a tornarúd sík felületen legyen felállítva. Használjon opcionális tornaszőnyegeket legfeljebb 124 cm szélességig a további biztonság és a párnázás érdekében.

2. felépítés és telepítés

- Magasságállítás: A tornakeret magasságát csak akkor állítsa be, ha nincs használatban. Használja a 12 állású magasságbeállítási funkciót (95,5 cm - 150 cm) a felhasználó számára tökéletes magasság beállításához.
- Rögzítés: A stabil rögzítés érdekében győződjön meg arról, hogy mindkét csavarrendszer - a rögzítőcsavar és a gyorskioldó csavar - erősen meg van húzva.
- Stabilizáló merevítők: Használja a hosszirányban állítható stabilizáló merevítőket az egyenetlen talaj kiegyenlítésére és a tornakeret biztonságos állásának biztosítására.

3. használati utasítás

- Legyen óvatos a mozgás közben: A két oldalsó műanyag görgőnek köszönhetően a tornarúd könnyen mozgatható. Ügyeljen arra, hogy mozgás közben a súlyt levegye az eszközről, és hogy senki ne álljon a mozgás irányának közelében.
- Csúszásmentes elemek: A csúszásmentes védőlábak további támaszt nyújtanak. Rendszeresen ellenőrizze állapotukat, és szükség esetén cserélje ki a sérült elemeket.
- Összecsukható a helytakarékoság érdekében: Amikor a tornarúd nincs használatban, helytakarékosági okokból összecsukható a következő méretre: Sz 136 x H 95,5 x T 27 cm. Összecsukáskor rögzítse a kereszttartókat a függőleges tartókhoz a tapadókorongok segítségével, és rögzítse az összecsukott lábakat a kerethez a kioldott csavarcsavarokkal.

4. karbantartás és gondozás

- Rendszeres ellenőrzés: Rendszeresen ellenőrizze az összes alkatrészt kopás vagy sérülés szempontjából. Különösen a csavarok és a reteszelőcsavarok feszesességét kell rendszeresen ellenőrizni.
- Tisztítás: A tornarudat rendszeresen tisztítsa meg puha, nedves ruhával. Ne használjon agresszív tisztítószeret, amelyek károsíthatják a felületet.

Fontos megjegyzés: Ezt a biztonsági dokumentumot rendszeresen ellenőrizni kell, és frissíteni kell, ha a használati feltételek megváltoznak. Tartsa biztonságos helyen, a lemezjátészó közelében.

Veiligheidsdocument voor de rekstok voor gymnastiek

Belangrijke veiligheidsinstructies voor het gebruik van de turntoestellen

1. algemene veiligheidsinstructies

- Aanbevolen leeftijd: De turnstang is geschikt voor kinderen vanaf 3 jaar. Jongere kinderen mogen de toestellen niet gebruiken.
- Toezicht: Kinderen jonger dan 14 jaar moeten altijd onder toezicht van een volwassene staan om hun veiligheid te garanderen.
- Omgeving: Zorg ervoor dat de rekstok op een vlakke ondergrond staat. Gebruik optionele turnmatten tot 124 cm breed voor extra veiligheid en demping.

2. structuur en installatie

- Hoogteverstelling: Pas de hoogte van het turnframe alleen aan als het niet in gebruik is. Gebruik de 12-standen hoogteverstelling (95,5 cm - 150 cm) om de perfecte hoogte voor de gebruiker in te stellen.
- Bevestiging: Zorg ervoor dat beide boutsystemen - de vergrendelbout en de snelspanbout - stevig vastzitten voor een stabiele bevestiging.
- Stabilisatiesteunen: Gebruik de in lengte verstelbare stabilisatieschoren om oneffenheden in de ondergrond te compenseren en ervoor te zorgen dat het turnframe stevig staat.

3. gebruiksaanwijzing

- Wees voorzichtig bij het verplaatsen: Dankzij de twee kunststof wielen aan elke kant kan de gymnastiekstang gemakkelijk worden verplaatst. Zorg ervoor dat het gewicht van het toestel wordt gehaald tijdens het verplaatsen en dat niemand in de buurt van de bewegingsrichting staat.
- Antislip elementen: De antislip beschermvoetjes bieden extra steun. Controleer regelmatig de staat ervan en vervang indien nodig beschadigde elementen.
- Inklappen om ruimte te besparen: Als de gymnastiekstang niet wordt gebruikt, kan deze worden ingeklapt tot B 136 x H 95,5 x D 27 cm om ruimte te besparen. Bevestig bij het inklappen de dwarsstangen aan de verticale stangen met de zuignappen en bevestig de ingeklapte voeten aan het frame met de losgedraaide schroefbouten.

4. onderhoud en verzorging

- Regelmatige inspectie: Controleer alle onderdelen regelmatig op slijtage of schade. Vooral de schroef en de vergrendelingsbouten moeten regelmatig op vastzitten worden gecontroleerd.
- Schoonmaken: Reinig de gymnastiekstang regelmatig met een zachte, vochtige doek. Gebruik geen agressieve schoonmaakmiddelen die het oppervlak kunnen beschadigen.

Belangrijke opmerking: Dit veiligheidsdocument moet regelmatig worden gecontroleerd en bijgewerkt als de gebruiksomstandigheden veranderen. Bewaar het op een veilige plaats in de buurt van de draaitafel.

Dokument bezpieczeństwa dla drążka poziomego do gimnastyki

Ważne instrukcje bezpieczeństwa dotyczące korzystania ze sprzętu gimnastycznego

1. ogólne instrukcje bezpieczeństwa

- Zalecany wiek: Drążek gimnastyczny jest odpowiedni dla dzieci w wieku od 3 lat. Młodsze dzieci nie powinny korzystać z urządzenia.
- Nadzór: Dzieci w wieku poniżej 14 lat muszą być nadzorowane przez osobę dorosłą przez cały czas, aby zapewnić im bezpieczeństwo.
- Środowisko: Upewnij się, że drążek gimnastyczny jest ustawiony na równej powierzchni. Użyj opcjonalnych mat gimnastycznych o szerokości do 124 cm, aby zapewnić dodatkowe bezpieczeństwo i amortyzację.

2. struktura i instalacja

- Regulacja wysokości: Wysokość ramy gimnastycznej można regulować tylko wtedy, gdy nie jest używana. Użyj 12-pozycyjnej funkcji regulacji wysokości (95,5 cm - 150 cm), aby ustawić idealną wysokość dla użytkownika.
- Mocowanie: Upewnij się, że oba systemy śrub - śruba blokująca i śruba szybkiego zwalniania - są mocno dokręcone, aby zapewnić stabilne mocowanie.
- Rozpórki stabilizujące: Użyj rozpórek stabilizujących o regulowanej długości, aby skompensować nierówności podłoża i zapewnić bezpieczne ustawienie ramy gimnastycznej.

3. instrukcje użytkowania

- Zachowaj ostrożność podczas przenoszenia: Dzięki dwóm plastikowym kółkom po każdej stronie, drążek gimnastyczny można łatwo przemieszczać. Upewnij się, że podczas przesuwania urządzenie jest odciążone i że nikt nie stoi w pobliżu kierunku ruchu.
- Elementy antypoślizgowe: Antypoślizgowe stopki ochronne zapewniają dodatkowe wsparcie. Należy regularnie sprawdzać ich stan i w razie potrzeby wymieniać uszkodzone elementy.
- Składanie w celu zaoszczędzenia miejsca: Gdy drążek gimnastyczny nie jest używany, można go złożyć do wymiarów 136 x 95,5 x 27 cm, aby zaoszczędzić miejsce. Podczas składania należy przymocować rozpórki poprzeczne do rozpórek pionowych za pomocą przyssawek i przymocować złożone stopy do ramy za pomocą poluzowanych śrub.

4. konserwacja i pielęgnacja

- Regularna kontrola: Regularnie sprawdzaj wszystkie części pod kątem zużycia lub uszkodzeń. W szczególności należy regularnie sprawdzać dokręcenie śrub i śrub blokujących.
- Czyszczenie: Regularnie czyść drążek gimnastyczny miękką, wilgotną ściereczką. Nie używaj żadnych agresywnych środków czyszczących, które mogłyby uszkodzić powierzchnię.

Ważna uwaga: Niniejszy dokument bezpieczeństwa powinien być regularnie sprawdzany i aktualizowany w przypadku zmiany warunków użytkowania. Należy przechowywać go w bezpiecznym miejscu w pobliżu gramofonu.

Documento de segurança para a barra horizontal de ginástica

Indicações de segurança importantes para a utilização dos aparelhos de ginástica

1. Instruções gerais de segurança

- Idade recomendada: A barra de ginástica é adequada para crianças a partir dos 3 anos. As crianças mais pequenas não devem utilizar o equipamento.
- Supervisão: As crianças com menos de 14 anos devem ser sempre supervisionadas por um adulto para garantir a sua segurança.
- Ambiente: Certifique-se de que a barra de ginástica é colocada numa superfície plana. Utilizar tapetes de ginástica opcionais até 124 cm de largura para segurança e amortecimento adicionais.

2. estrutura e instalação

- Regulação da altura: Ajustar a altura da estrutura de ginástica apenas quando não estiver a ser utilizada. Utilize a função de regulação em altura de 12 posições (95,5 cm - 150 cm) para definir a altura ideal para o utilizador.
- Fixação: Certifique-se de que os dois sistemas de parafusos - o parafuso de bloqueio e o parafuso de aperto rápido - estão bem apertados para garantir uma fixação estável.
- Escoras estabilizadoras: Utilize as escoras estabilizadoras, reguláveis em comprimento, para compensar os desníveis do terreno e para garantir a estabilidade da estrutura de ginástica.

3. instruções de utilização

- Cuidado ao deslocar-se: Graças aos dois rodízios de plástico de cada lado, a barra de ginástica pode ser facilmente deslocada. Certifique-se de que o peso é retirado do aparelho durante a deslocação e que ninguém se encontra perto da direção do movimento.
- Elementos antiderrapantes: Os pés de proteção antiderrapantes proporcionam um apoio suplementar. Verifique regularmente o seu estado e, se necessário, substitua os elementos danificados.
- Dobrar para poupar espaço: Quando a barra de ginástica não está a ser utilizada, pode ser dobrada até L 136 x A 95,5 x P 27 cm para poupar espaço. Ao dobrar, fixe as escoras transversais às escoras verticais com as ventosas e fixe os pés dobrados à estrutura com os parafusos soltos.

4. manutenção e cuidados

- Inspeção regular: Verificar regularmente todas as peças quanto a desgaste ou danos. O parafuso e os parafusos de bloqueio, em particular, devem ser verificados regularmente quanto ao seu aperto.
- Limpeza: Limpar regularmente a barra de ginástica com um pano macio e húmido. Não utilizar produtos de limpeza agressivos que possam danificar a superfície.

Nota importante: Este documento de segurança deve ser verificado regularmente e atualizado se as condições de utilização se alterarem. Guarde-o num local seguro junto do gira-discos.

Document de siguranță pentru bara orizontală de gimnastică

Instrucțiuni importante de siguranță pentru utilizarea echipamentului de gimnastică

1. instrucțiuni generale de siguranță

- Vârsta recomandată: Bara de gimnastică este potrivită pentru copiii cu vârsta de la 3 ani în sus. Copiii mai mici nu trebuie să folosească echipamentul.
- Supraveghere: Copiii sub 14 ani trebuie supravegheați în permanență de un adult pentru a le asigura siguranța.
- Mediu: Asigurați-vă că bara de gimnastică este instalată pe o suprafață plană. Utilizați covorașe de gimnastică opționale cu lățimea de până la 124 cm pentru siguranță și amortizare suplimentare.

2. structură și instalare

- Reglarea înălțimii: Reglați înălțimea cadrului de gimnastică numai atunci când acesta nu este utilizat. Utilizați funcția de reglare a înălțimii în 12 poziții (95,5 cm - 150 cm) pentru a seta înălțimea perfectă pentru utilizator.
- Fixare: Asigurați-vă că ambele sisteme de șuruburi - șurubul de blocare și șurubul de eliberare rapidă - sunt bine strânse pentru a asigura o fixare stabilă.
- Stâlpi de stabilizare: Utilizați lonjeroanele stabilizatoare cu lungime reglabilă pentru a compensa terenul denivelat și pentru a vă asigura că cadrul de gimnastică stă bine.

3. instrucțiuni de utilizare

- Aveți grijă la mutare: Datorită celor două rotițe din plastic de pe fiecare parte, bara de gimnastică poate fi mutată cu ușurință. Asigurați-vă că greutatea este luată de pe dispozitiv în timpul mișcării și că nimeni nu se află în apropierea direcției de mișcare.
- Elemente antiderapante: Picioarele de protecție antiderapante oferă un suport suplimentar. Verificați periodic starea acestora și înlocuiți elementele deteriorate dacă este necesar.
- Pliati în sus pentru a economisi spațiu: Atunci când bara de gimnastică nu este utilizată, aceasta poate fi pliată până la L 136 x H 95,5 x P 27 cm pentru a economisi spațiu. Atunci când o pliați, fixați traversele transversale de traversele verticale cu ajutorul ventuzelor și fixați picioarele pliate pe cadru cu ajutorul șuruburilor slăbite.

4. întreținere și îngrijire

- Inspecție periodică: Verificați în mod regulat toate piesele pentru uzură sau deteriorare. În special șuruburile și bolțurile de blocare trebuie verificate în mod regulat pentru etanșeitate.
- Curățare: Curățați regulat bara de gimnastică cu o cârpă moale, umedă. Nu utilizați agenți de curățare agresivi care ar putea deteriora suprafața.

Notă importantă: Acest document de siguranță trebuie verificat în mod regulat și actualizat dacă se schimbă condițiile de utilizare. Păstrați-l într-un loc sigur lângă placa turnantă.

Säkerhetsdokument för gymnastikens horisontella stång

Viktiga säkerhetsanvisningar för användning av gymnastikredskap

1. Allmänna säkerhetsanvisningar

- Rekommenderad ålder: Gymnastikstången är lämplig för barn från 3 år och uppåt. Yngre barn bör inte använda redskapet.
- Övervakning: Barn under 14 år måste alltid övervakas av en vuxen för att garantera deras säkerhet.
- Miljö: Se till att gymnastikstången ställs upp på ett plant underlag. Använd valfria gymnastikmattor med en bredd på upp till 124 cm för extra säkerhet och dämpning.

2. struktur och installation

- Höjdjustering: Justera endast höjden på gymnastikramen när den inte används. Använd höjdjusteringsfunktionen med 12 lägen (95,5 cm - 150 cm) för att ställa in den perfekta höjden för användaren.
- Fastsättning: Se till att båda bultsystemen - låsbulten och snabbkopplingsbulten - är ordentligt åtdragna för att säkerställa en stabil fastsättning.
- Stabiliserande stödben: Använd de längdjusterbara stabiliseringsstagen för att kompensera för ojämnheter i marken och för att säkerställa att gymnastikramen står stadigt.

3. bruksanvisning

- Var försiktig när du flyttar den: Tack vare de två plasthjulen på vardera sidan kan gymnastikstången lätt flyttas. Se till att tyngden tas bort från redskapet under förflyttningen och att ingen står i närheten av rörelseriktningen.
- Halkfria element: De halkfria skyddsfötterna ger extra stöd. Kontrollera deras skick regelbundet och byt ut skadade delar vid behov.
- Fäll upp för att spara utrymme: När gymnastikstången inte används kan den fällas ihop till B 136 x H 95,5 x D 27 cm för att spara utrymme. När du fäller ihop den ska du fästa tvärstagen vid de vertikala stagen med hjälp av sugkopparna och fästa de hopfällda fötterna vid ramen med hjälp av de lossade skruvbultarna.

4. underhåll och skötsel

- Regelbunden inspektion: Kontrollera regelbundet alla delar med avseende på slitage eller skador. Särskilt skruven och låsbultarna bör kontrolleras regelbundet så att de sitter fast ordentligt.
- Rengöring: Rengör gymnastikstången regelbundet med en mjuk, fuktig trasa. Använd inga aggressiva rengöringsmedel som kan skada ytan.

Viktig anmärkning: Detta säkerhetsdokument bör kontrolleras regelbundet och uppdateras om användningsförhållandena ändras. Förvara det på en säker plats i närheten av skivspelaren.

Bezpečnostný dokument pre gymnastickú horizontálnu tyč

Dôležité bezpečnostné pokyny pre používanie gymnastického náradia

1. všeobecné bezpečnostné pokyny

- Odporúčaný vek: Gymnastická tyč je vhodná pre deti od 3 rokov. Mladšie deti by zariadenie nemali používať.
- Dohľad: Deti mladšie ako 14 rokov musia byť po celý čas pod dohľadom dospeléj osoby, aby bola zaistená ich bezpečnosť.
- Prostredie: Uistite sa, že gymnastická tyč je postavená na rovnom povrchu. Na zvýšenie bezpečnosti a odpruženie používajte voliteľné gymnastické podložky so šírkou do 124 cm.

2. štruktúra a inštalácia

- Nastavenie výšky: Výšku gymnastického rámu nastavujte len vtedy, keď sa nepoužíva. Pomocou funkcie nastavenia výšky v 12 polohách (95,5 cm - 150 cm) nastavte ideálnu výšku pre používateľa.
- Upevnenie: Uistite sa, že oba systémy skrutiek - poistná skrutka a rýchlopínacia skrutka - sú pevne utiahnuté, aby sa zabezpečilo stabilné upevnenie.
- Stabilizačné vzpery: Pomocou dĺžkovo nastaviteľných stabilizačných vzpier vyrovnejte nerovnosti terénu a zabezpečte, aby gymnastický rám stál bezpečne.

3. návod na použitie

- Pri pohybe buďte opatrní: Vďaka dvom plastovým kolieskam na každej strane možno gymnastickú tyč ľahko premiestňovať. Dbajte na to, aby ste počas presunu odľahčili zariadenie a aby nikto nestál v blízkosti smeru pohybu.
- Protišmykové prvky: Protišmykové ochranné nožičky poskytujú dodatočnú oporu. Pravidelne kontrolujte ich stav a v prípade potreby poškodené prvky vymeňte.
- Zložte, aby ste ušetrili miesto: Keď sa gymnastická tyč nepoužíva, možno ju zložiť na rozmery Š 136 x V 95,5 x H 27 cm, čím sa ušetrí miesto. Pri skladaní upevnite priečne vzpery k zvislým vzperám pomocou prísaviek a zložené nohy pripevnite k rámu pomocou uvoľnených skrutiek.

4. údržba a starostlivosť

- Pravidelná kontrola: Pravidelne kontrolujte všetky diely, či nie sú opotrebované alebo poškodené. Pravidelne kontrolujte najmä tesnosť skrutiek a poistných skrutiek.
- Čistenie: Gymnastickú tyč pravidelne čistite mäkkou a vlhkou handričkou. Nepoužívajte žiadne agresívne čistiace prostriedky, ktoré by mohli poškodiť povrch.

Dôležité upozornenie: Tento bezpečnostný dokument by sa mal pravidelne kontrolovať a aktualizovať, ak sa zmenia podmienky používania. Uchovávajte ho na bezpečnom mieste v blízkosti gramofónu.