

10030293

PaaraFit

Fitness-Ständer

Fitness Stand

Paralelas para fondos

Support fitness

Stand per fitness

Sehr geehrter Kunde,

wir gratulieren Ihnen zum Erwerb Ihres Gerätes. Lesen Sie die folgenden Hinweise sorgfältig durch und befolgen Sie diese, um möglichen Schäden vorzubeugen. Für Schäden, die durch Missachtung der Hinweise und unsachgemäßen Gebrauch entstehen, übernehmen wir keine Haftung. Scannen Sie den folgenden QR-Code, um Zugriff auf die aktuellste Bedienungsanleitung und weitere Informationen rund um das Produkt zu erhalten:

**Dear Customer,**

Congratulations on purchasing this device. Please read the following instructions carefully and follow them to prevent possible damages. We assume no liability for damage caused by disregard of the instructions and improper use. Scan the QR code to get access to the latest user manual and more product information.

**Estimado cliente,**

Le felicitamos por la adquisición de este producto. Lea atentamente las siguientes instrucciones y sígalas para evitar posibles daños. No asumimos ninguna responsabilidad por los daños causados por el incumplimiento de las instrucciones y el uso inadecuado. Escanee el siguiente código QR para obtener acceso a la última guía del usuario y más información sobre el producto.

**Chère cliente, cher client,**

Toutes nos félicitations pour l'acquisition de ce nouvel appareil. Veuillez lire attentivement et respecter les instructions de ce mode d'emploi afin d'éviter d'éventuels dommages. Nous ne saurions être tenus pour responsables des dommages dus au non-respect des consignes et à la mauvaise utilisation de l'appareil. Scannez le QR-Code pour obtenir la dernière version du mode d'emploi et des informations supplémentaires concernant le produit.

**Gentile cliente,**

La ringraziamo per aver acquistato il dispositivo. La preghiamo di leggere attentamente le seguenti istruzioni per l'uso e di seguirle per evitare possibili danni. Non ci assumiamo alcuna responsabilità per danni scaturiti da una mancata osservazione delle avvertenze di sicurezza e da un uso improprio del dispositivo. Scansionare il codice QR seguente, per accedere al manuale d'uso più attuale e per ricevere informazioni sul prodotto.

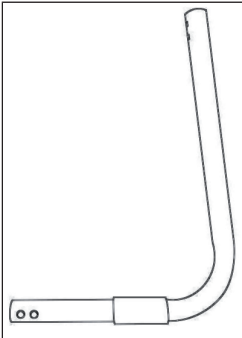
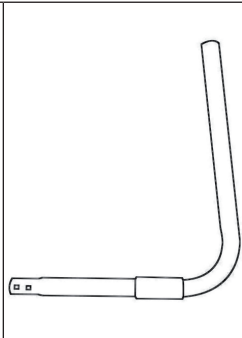
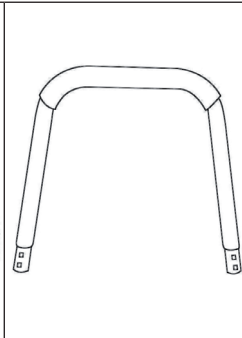


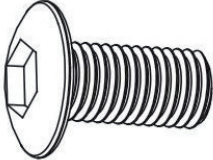
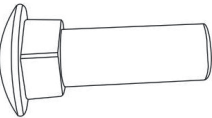
SICHERHEITSHINWEISE

- Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung vor dem Aufbauen und Benutzen des Gerätes aufmerksam durch. Ein sicherer und effektiver Gebrauch des Gerätes kann nur erzielt werden, wenn das Gerät ordnungsgemäß aufgebaut, gepflegt und benutzt wird. Stellen Sie sicher, dass sämtliche Personen, die dieses Gerät nutzen, über die Warnungen und Sicherheitshinweise informiert sind.
- Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers. Falsches oder übermäßiges Training kann gesundheitsschädlich sein. Beenden Sie umgehend das Training wenn Sie folgende Symptome feststellen: Schmerzen/ Engegefühl in der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, extreme Kurzatmigkeit, Anzeichen leichter Benommenheit, Schwindel oder Übelkeit. Falls Sie irgendeine dieser Symptome an sich feststellen sollten Sie einen Arzt aufsuchen, bevor Sie das Training fortsetzen.
- Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und/oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhielten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist. Kinder sollten beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.
- Achtung! Das Gerät ist nicht im Boden verankert - es darf nicht wie eine Schaukel oder Wippe etc. verwendet werden - es könnte umkippen.
- Achten Sie darauf, dass das Gerät jeweils von nur einer Person benutzt wird.
- Stellen Sie sicher, dass um das Gerät herum ein Freiraum von mindestens 2 Metern besteht.
- Stellen Sie das Gerät auf eine trockene und ebene Oberfläche.
- Stellen Sie vor jedem Training sicher, dass sämtliche Schrauben und Befestigungen ordnungsgemäß festgezogen sind.
- Die Sicherheit des Gerätes kann nur gewährleistet werden, wenn das Gerät regelmäßig gepflegt und auf etwaige Schäden oder Abnutzungserscheinungen untersucht wird.
- Nutzen Sie das Gerät ausschließlich wie vorgesehen. Sollten Sie beim Aufbau oder bei der Kontrolle defekte Komponenten entdecken oder sollten Sie während des Trainings ungewöhnliche Geräusche am Gerät feststellen, beenden Sie umgehend das Training. Nutzen Sie das Gerät erst wieder nachdem das Problem identifiziert und gelöst wurde.
- Das Gerät ist für den häuslichen Gebrauch freigegeben. Das maximale Benutzergewicht sollte 120 kg nicht übersteigen.
- Tragen Sie angemessene Kleidung bei Benutzung des Gerätes.
- Das Gerät ist nicht für therapeutischen Einsatz geeignet.
- Setzen Sie dieses Gerät nicht dem Regen, Feuchtigkeit und extremen Temperaturen aus.

- Reinigen Sie das Gerät nur mit einem trockenen Tuch.
- Stellen Sie keine Quellen offener Flammen, z.B. brennende Kerzen, auf das Gerät.
- Bewahren Sie kleine Objekte (z. B. Schrauben und anderes Montagematerial) und Verpackungsteile außerhalb der Reichweite von Kindern auf, damit sie nicht von diesen verschluckt werden können. Lassen Sie kleine Kinder nicht mit Folie spielen. Es besteht Erstickungsgefahr!
- Gehen Sie bei der Montage des Geräts umsichtig vor: Entfernen Sie die Verpackungsmaterialien vorsichtig und legen Sie zum Schutz des Bodens gegebenenfalls eine Unterlage aus. Vergewissern Sie sich, dass alle Teile vorhanden sind.

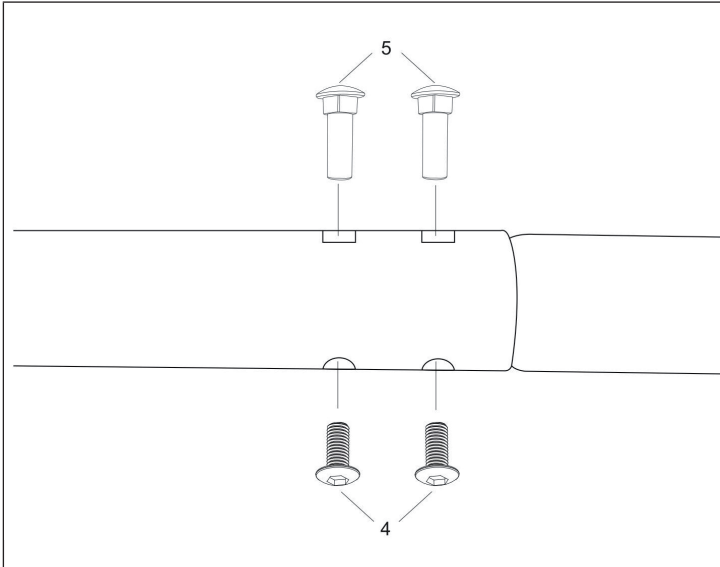
EINZELTEILE

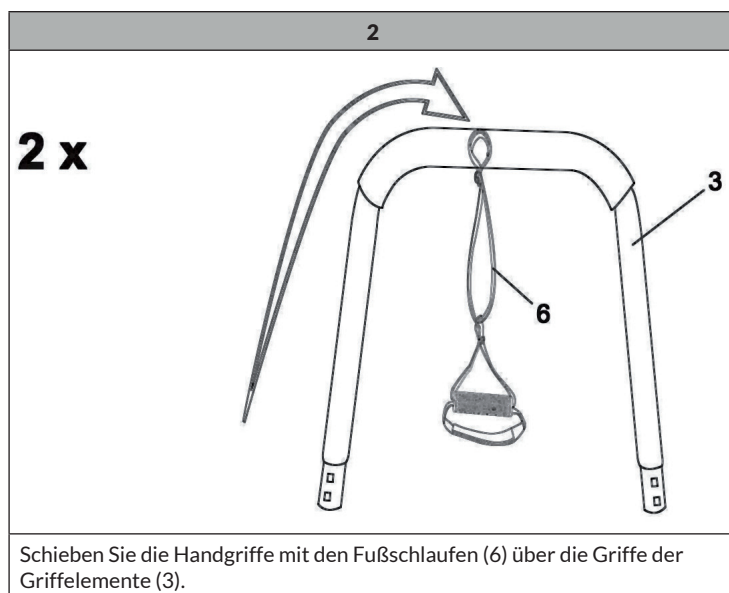
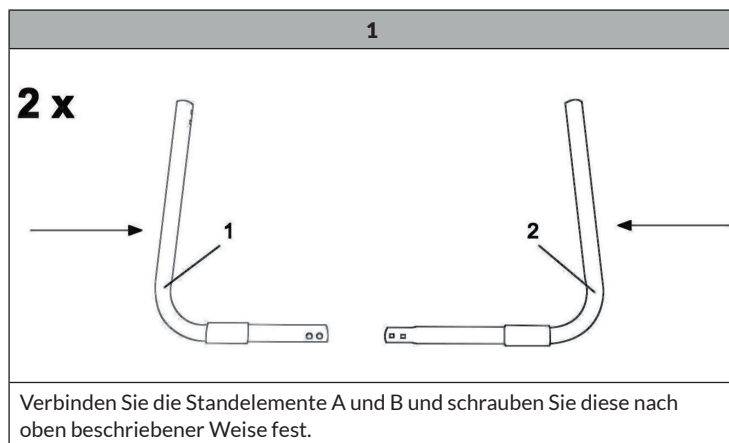
		
Standelement A (x2)	Standelement B (x2)	Griffelement(x2)

		
Achsschraube mit Außengewinde (x12)	Achsschraube mit Innengewinde (x12)	Längenverstellbarer Handgriff / Fußschlaufe (x2)
		
Inbusschlüssel(x1)		

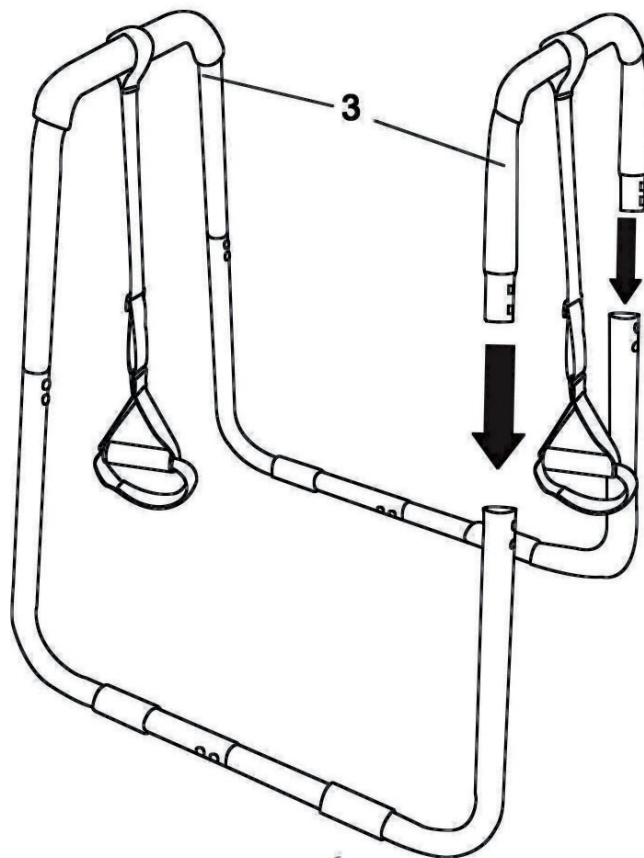
ZUSAMMENBAU

Allgemeiner Hinweis: Stecken Sie die Achsschrauben mit dem Innengewinde (5) jeweils an der Seite ein, an der sich die quadratischen Öffnungen der Rahmenelemente überlagern. Drehen Sie dann die Schrauben mit den Außengewinden (4) von der anderen Seite fest. Drehen Sie die Schrauben dann jeweils abwechselnd fest:





3



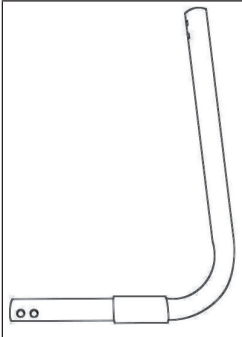
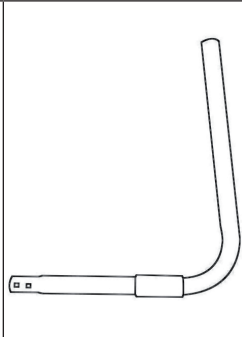
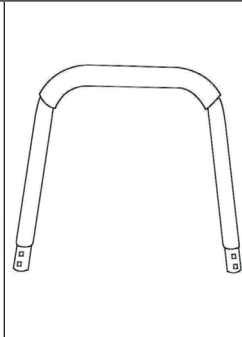
Verbinden Sie die Griffelemente mit den Standelementen. Ziehen sie zuletzt alle Schrauben nochmals an.

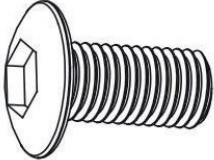
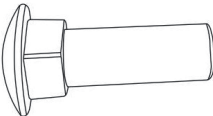
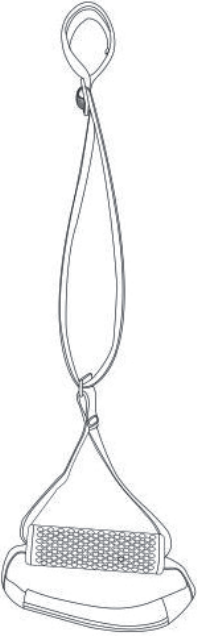
SAFETY INSTRUCTIONS

- Read these operating instructions carefully before setting up and using the unit. Safe and effective use of the unit can only be achieved if the unit is properly set up, maintained and used. Ensure that all persons using this device are aware of the warnings and safety instructions.
- Pay attention to your body's signals. Wrong or excessive training can be harmful to your health. Stop exercising immediately if you experience any of the following symptoms: chest pain/tightness, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, signs of light-headedness, dizziness or nausea. If you experience any of these symptoms you should consult a doctor before continuing training.
- This device is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and/or knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety. Children should be supervised to ensure that they do not play with the device.
- Warning! The device is not anchored to the ground - it must not be used as a swing or see-saw etc. - it could tip over.
- Make sure that the device is only used by one person at a time.
- Make sure there is at least 2 metres of free space around the device.
- Place the unit on a dry and level surface.
- Before each training session, make sure that all screws and fixings are properly tightened.
- The safety of the unit can only be guaranteed if the unit is regularly maintained and inspected for any damage or signs of wear.
- Only use the unit as intended. If you discover any defective components during set-up or inspection, or if you notice any unusual noises on the unit during training, stop training immediately. Do not use the unit again until the problem has been identified and solved.
- The device is approved for domestic use. The maximum user weight should not exceed 120 kg.
- Wear appropriate clothing when using the unit.
- The device is not suitable for therapeutic use.
- Do not expose this device to rain, moisture or extreme temperatures.

- Only clean the device with a dry cloth.
- Do not place sources of naked flames, e.g. burning candles, on the device.
- Keep small objects (e.g. screws and other assembly material) and packaging parts out of the reach of children to prevent them from being swallowed. Do not let small children play with plastic film. There is a danger of suffocation!
- Be careful when assembling the device: carefully remove the packaging materials and, if necessary, lay down an underlay to protect the floor. Make sure all parts are present.

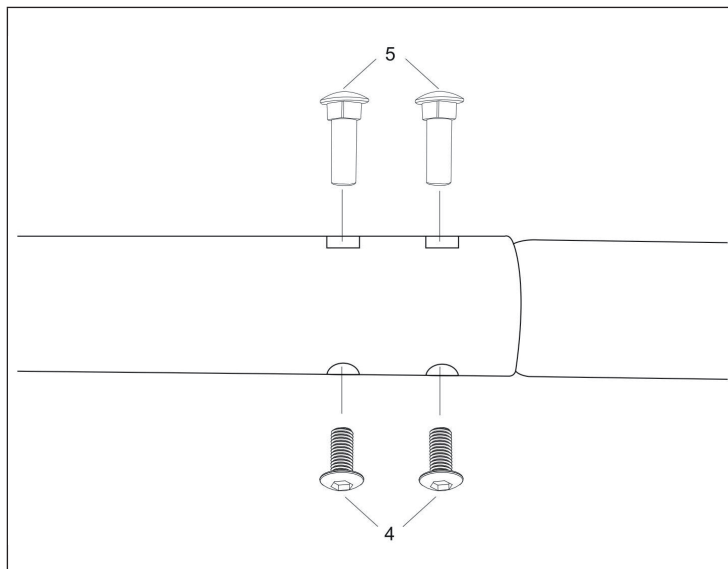
INDIVIDUAL PARTS

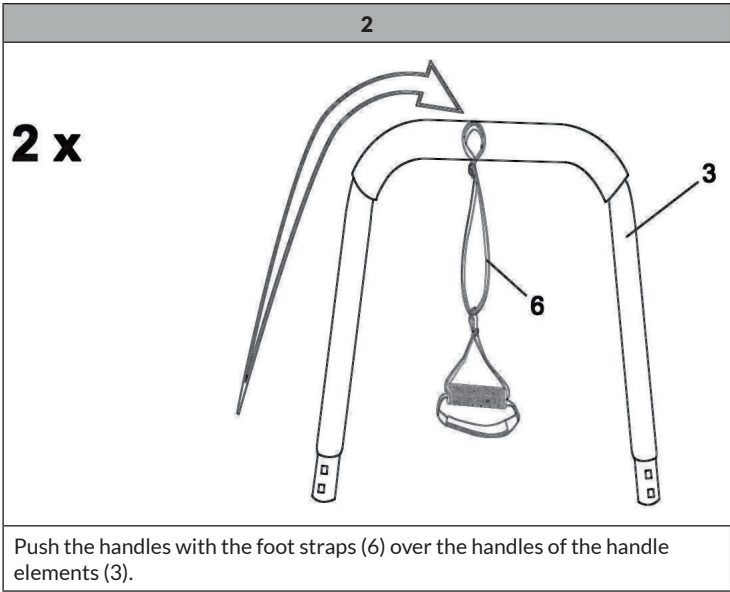
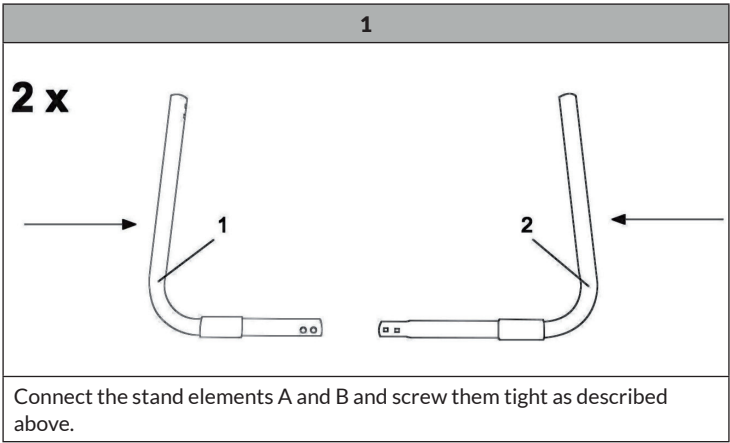
		
Stand element A (x2)	Stand element B (x2)	Grip element (x2)

		
Axle bolt with external thread (x12)	Axle bolt with internal thread (x12)	Adjustable length handle / foot strap (x2)
		
Allen key (x1)		

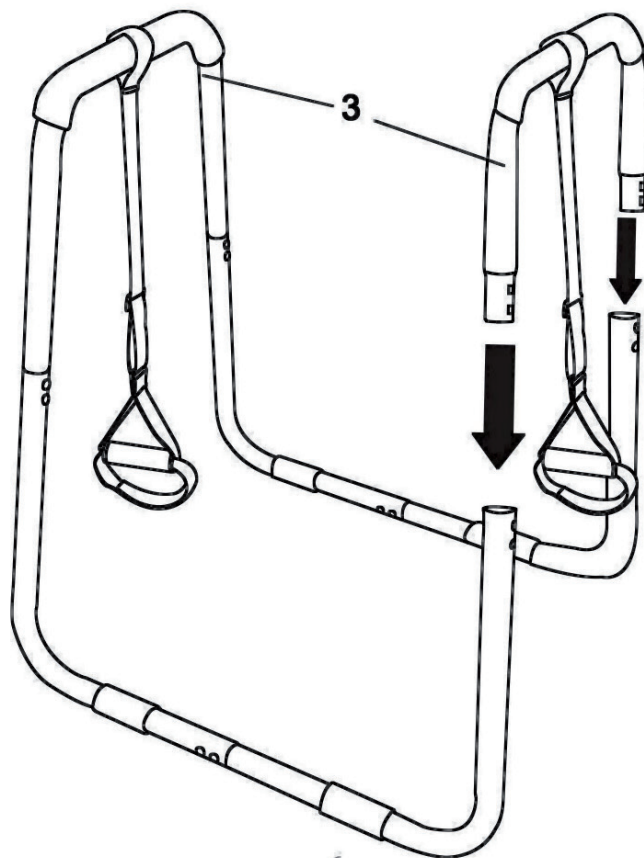
ASSEMBLY

General note: Insert the axle bolts with the internal thread (5) on the side where the square openings of the frame elements overlap. Then tighten the screws with the external threads (4) from the other side. Then tighten the screws alternately:





3



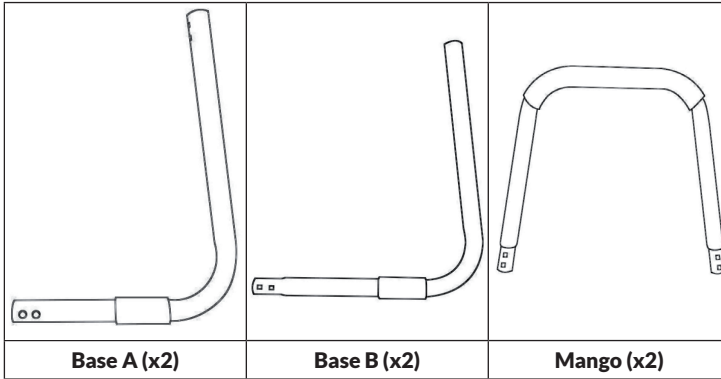
Connect the handle elements to the stand elements. Finally, tighten all the screws again.

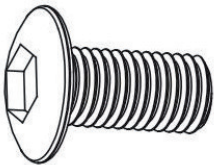
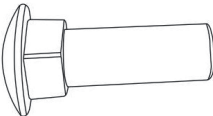
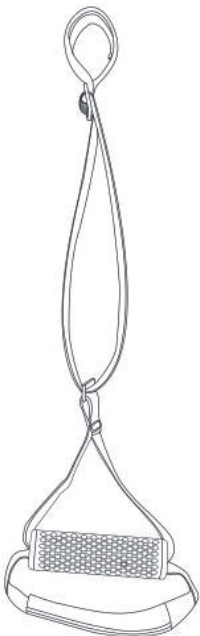
INDICACIONES DE SEGURIDAD

- Lea atentamente este manual de instrucciones antes de instalar y utilizar el aparato. Sólo se garantizará un uso seguro y eficaz del aparato si se configura, mantiene y utiliza correctamente. Asegúrese de que todas las personas que utilicen este aparato conozcan las advertencias e instrucciones de seguridad.
- Preste atención a las señales de su cuerpo. Un entrenamiento incorrecto o excesivo puede ser perjudicial para su salud. Detenga el entrenamiento inmediatamente si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor/presión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, dificultad extrema para respirar, signos de aturdimiento, mareos o náuseas. Si experimenta alguno de estos síntomas, debe consultar a un médico antes de continuar con el entrenamiento.
- Este aparato no está diseñado para ser manejado por personas (incluidos niños) con discapacidades físicas, sensoriales o mentales o con falta de experiencia o conocimientos, salvo que estén supervisados por una persona responsable o hayan recibido instrucciones sobre cómo utilizar el aparato. Los niños deben estar bajo vigilancia para evitar que jueguen con el aparato.
- ¡Atención! Este aparato no está anclado al suelo, por lo tanto no debe utilizarse como un columpio o balancín, etc., ya que podría volcarse.
- Asegúrese de que solamente una persona utilice este aparato.
- Asegúrese de que hay un espacio libre de al menos 2 metros alrededor del aparato.
- Coloque el aparato en una superficie plana y nivelada.
- Antes de cada sesión de entrenamiento, asegúrese de que todos los tornillos y fijaciones estén bien apretados.
- La seguridad del aparato sólo puede garantizarse si se realiza un mantenimiento periódico del mismo y se inspecciona para detectar cualquier daño o signo de desgaste.
- Utilice el aparato solo como está previsto. Si descubre algún componente defectuoso durante la puesta en marcha o la inspección, o si nota algún ruido inusual en el aparato durante el entrenamiento, detenga el entrenamiento inmediatamente. No vuelva a utilizar el aparato hasta que se haya identificado y solucionado el problema.
- El aparato está autorizado para uso doméstico. El peso máximo del usuario no debe superar los 120 kg.
- Use ropa adecuada cuando utilice el aparato.
- El aparato no es adecuado para uso terapéutico.
- No exponga el aparato a la lluvia, la humedad o las temperaturas extremas.

- Limpie el aparato únicamente con un paño húmedo.
- No coloque fuentes de llamas abiertas, por ejemplo, velas encendidas, sobre el aparato.
- Conserve las piezas pequeñas (p. ej., tornillos y otro material de montaje, tarjetas de memoria) y las piezas del embalaje fuera del alcance de los niños para evitar que se asfixien. No permita que los niños jueguen con los plásticos. ¡Existe peligro de asfixia!
- Tenga cuidado al montar el aparato: retire con cuidado los materiales de embalaje y, si es necesario, coloque una base para proteger el suelo. Asegúrese de que todas las piezas están presentes.

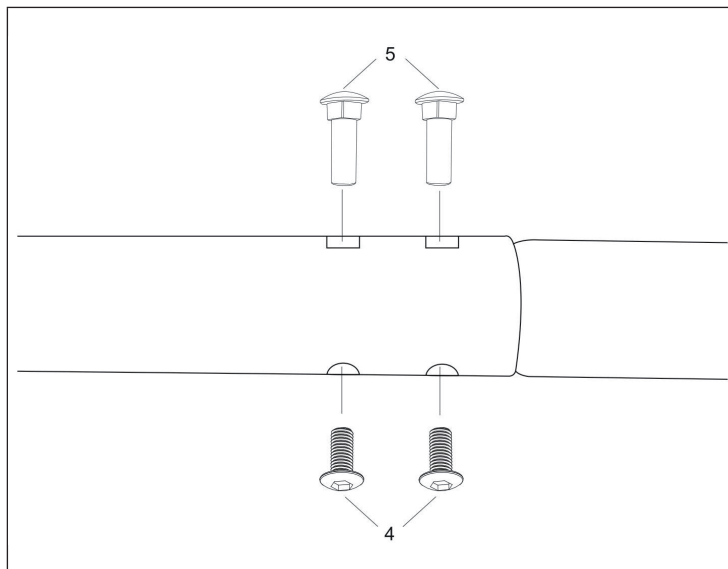
PIEZAS

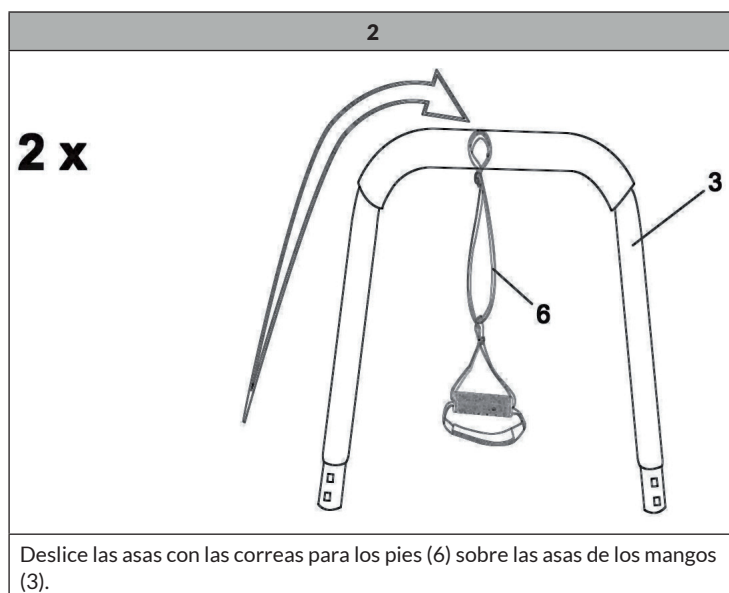
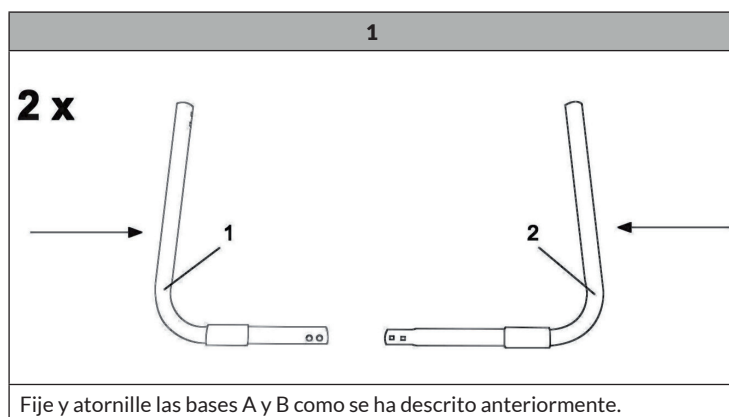


		
Perno del eje con rosca exterior (x12)	Perno del eje con rosca interior (x12)	Asa ajustable en longitud/correa para los pies (x2)
 Llave Allen (x1)		

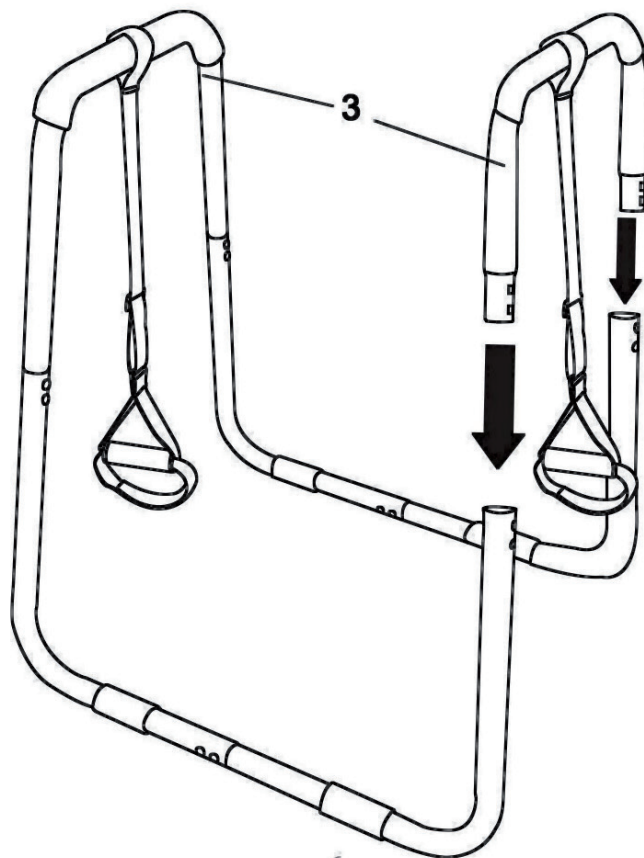
MONTAJE

Indicaciones generales: inserte los tornillos del eje con la rosca interior (5) en cada lado donde se superponen las aberturas cuadradas del marco. A continuación, apriete los tornillos con la rosca exterior (4) desde el otro lado. Luego, apriete los tornillos de forma alterna:





3



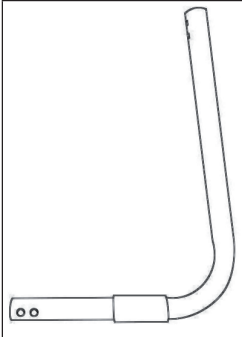
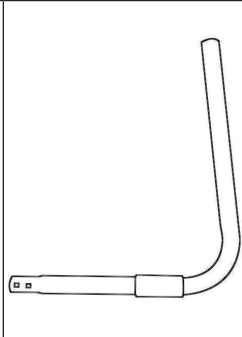
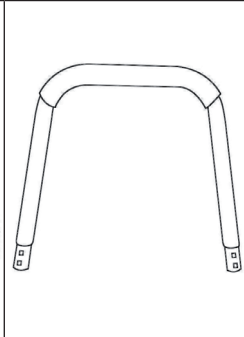
Fije las asas a las bases. Por último, vuelva a apretar todos los tornillos.

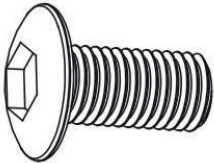
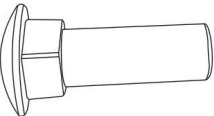
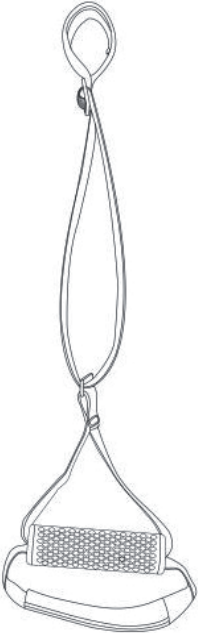
CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- Lisez attentivement ce mode d'emploi avant d'installer et d'utiliser l'appareil. Une utilisation sûre et efficace de l'appareil ne peut être obtenue que si l'appareil est correctement installé, entretenu et utilisé. Assurez-vous que toutes les personnes qui utilisent cet appareil ont pris connaissance des mises en garde et des consignes de sécurité.
- Soyez attentif aux signaux de votre corps. Un entraînement inadapté ou excessif peut nuire à votre santé. Arrêtez immédiatement de faire de l'exercice si vous ressentez l'un des symptômes suivants : Douleur ou oppression thoracique, rythme cardiaque irrégulier, essoufflement extrême, signes d'étourdissement, vertiges ou nausées. Si vous ressentez l'un de ces symptômes, consultez un médecin avant de poursuivre l'entraînement.
- Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes (y compris des enfants) ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales limitées ou dénuées d'expérience et/ou de connaissances, sauf sous surveillance ou après avoir été formées par un responsable de leur sécurité aux instructions et à la façon d'utiliser l'appareil. Surveillez les enfants pour qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
- Attention ! L'appareil n'est pas ancré au sol - il ne doit pas être utilisé comme balançoire ou autre. - il pourrait basculer.
- Assurez-vous que l'appareil n'est utilisé que par une seule personne à la fois.
- Assurez-vous qu'il y a au moins 2 mètres d'espace libre autour de l'appareil.
- Placez l'appareil sur une surface plane et sèche.
- Avant chaque session d'entraînement, assurez-vous que toutes les vis et fixations sont correctement serrées.
- La sécurité de l'appareil ne peut être garantie que s'il est régulièrement entretenu et inspecté pour détecter tout dommage ou signe d'usure.
- Utilisez l'appareil uniquement comme prévu. Si vous découvrez des composants défectueux lors de l'installation ou de l'inspection, ou si vous remarquez des bruits inhabituels sur l'appareil pendant l'entraînement, arrêtez immédiatement l'entraînement. N'utilisez plus l'appareil tant que le problème n'a pas été identifié et résolu.
- L'appareil est approuvé pour un usage domestique. Le poids maximal de l'utilisateur ne doit pas dépasser 120 kg.
- Portez des vêtements appropriés lorsque vous utilisez l'appareil.
- L'appareil n'est pas adapté à un usage thérapeutique.
- N'exposez pas cet appareil à la pluie, à l'humidité et aux températures extrêmes.

- Nettoyez l'appareil avec un chiffon sec uniquement.
- Ne placez pas de sources de flammes nues, par exemple des bougies allumées, sur l'appareil.
- Conservez les petits objets (par ex. vis et autre matériel de montage, cartes mémoire) et les pièces d'emballage hors de portée des enfants afin qu'ils ne puissent pas les avaler. Ne laissez pas les jeunes enfants jouer avec les plastiques d'emballage. Il y a risque d'étouffement !
- Soyez prudent lors du montage de l'appareil : retirez soigneusement les matériaux d'emballage et, si nécessaire, posez une sous-couche pour protéger le sol. Vérifiez que toutes les pièces sont présentes.

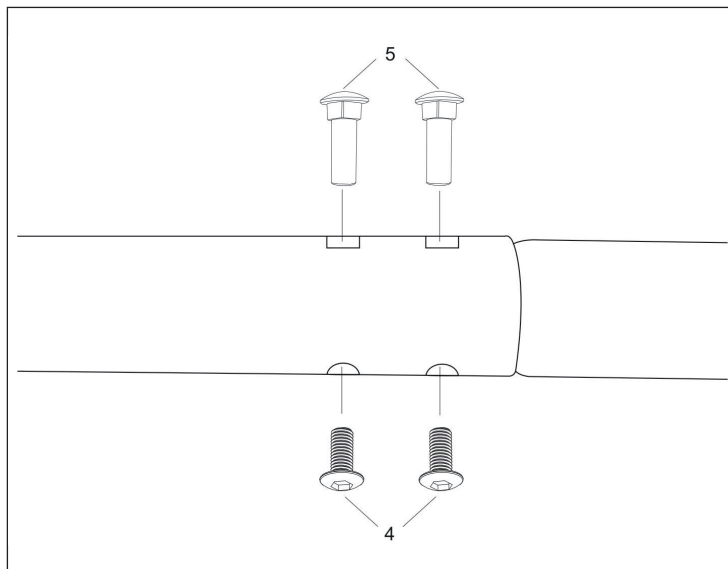
PIÈCES DÉTACHÉES

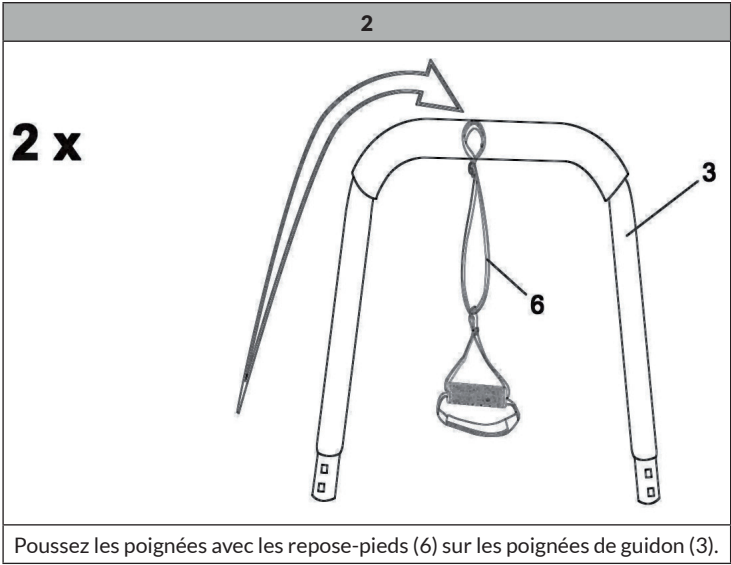
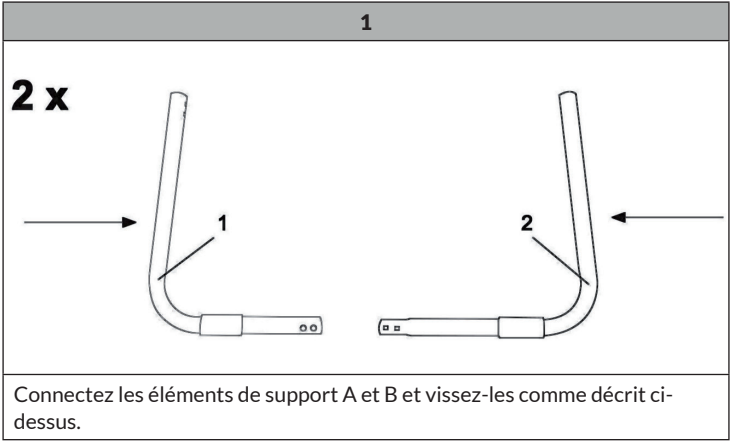
		
Élément de support A (x2)	Élément de support B (x2)	Élément de poignée (x2)

		
Boulon d'axe mâle (x12)	Boulon d'axe femelle (x12)	Guidon / sangle de pied réglable en longueur (x2)
 Clé Allen (x1)		

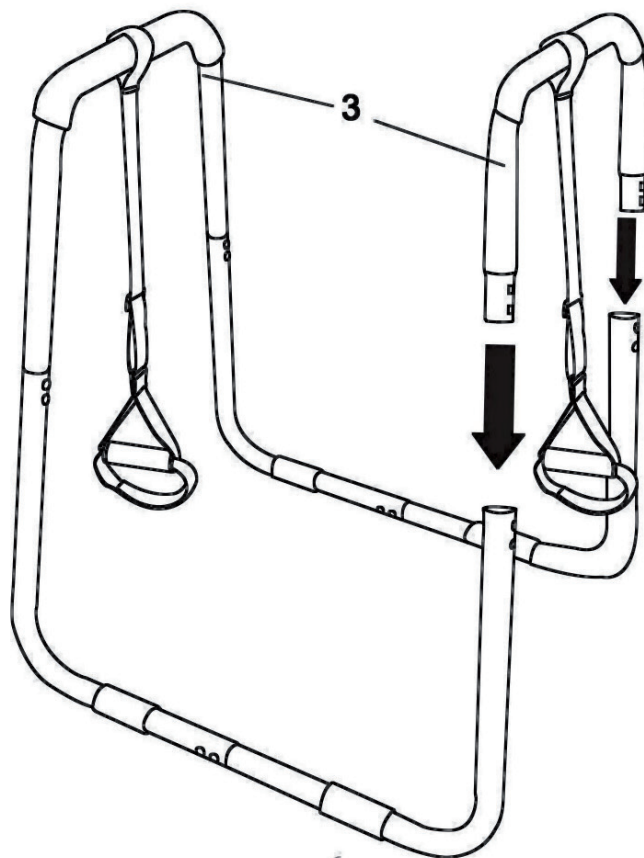
ASSEMBLAGE

Remarque générale : Insérez les boulons d'essieu avec le filetage intérieur (5) du côté où les ouvertures carrées des éléments du cadre se chevauchent. Serrez ensuite les vis avec les filetages externes (4) de l'autre côté. Serrez ensuite les vis en alternance :





3



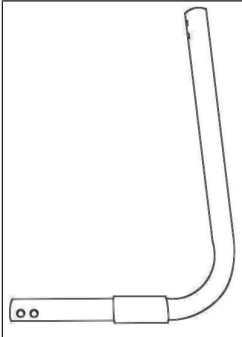
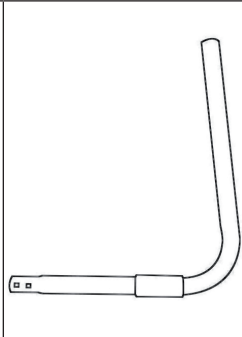
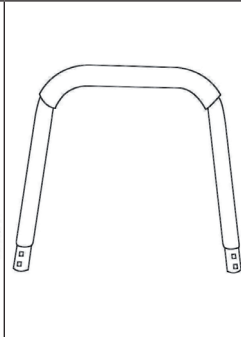
Connectez les éléments de poignée aux éléments de support. Resserrez enfin toutes les vis.

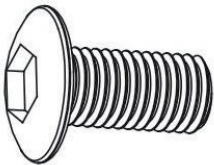
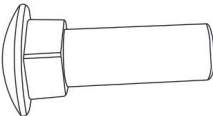
AVVERTENZE DI SICUREZZA

- Leggere attentamente le istruzioni per l'uso prima di montare e utilizzare il dispositivo. L'uso sicuro ed efficace del dispositivo può essere ottenuto solo se il tappeto elastico è montato, mantenuto e utilizzato correttamente. Assicurarsi che tutte le persone che utilizzano questo dispositivo siano a conoscenza delle avvertenze e delle istruzioni di sicurezza.
- Fare attenzione ai segnali del proprio corpo. Un allenamento errato o eccessivo può avere effetti negativi sulla salute. Interrompere immediatamente l'allenamento se compaiono i seguenti sintomi: dolore/senso di oppressione al torace, battito cardiaco irregolare, estrema mancanza di respiro, segni di stordimento, vertigini o nausea. Se si manifesta uno di questi sintomi, si consiglia di consultare un medico prima di continuare l'allenamento.
- Questo dispositivo non è progettato per essere utilizzato da persone (inclusi bambini) con limitate facoltà fisiche, psichiche e sensoriali o carenza di esperienza e/o conoscenze, a meno che siano supervisionate da una persona responsabile del loro controllo o abbiano ricevuto istruzioni sull'utilizzo corretto e sicuro del dispositivo. Tenere sotto controllo i bambini per assicurarsi che non giochino con il dispositivo.
- Attenzione! Il dispositivo non è ancorato al terreno: non deve quindi essere usato come un'altalena o un sedile per altalena, perché potrebbe ribaltarsi.
- Assicurarsi che il dispositivo venga utilizzato da una persona sola.
- Accertarsi che attorno al dispositivo ci sia uno spazio di almeno 2 metri.
- Posizionare il dispositivo su una superficie piana e asciutta.
- Prima di ogni sessione di allenamento, assicurarsi che tutte le viti e i fissaggi siano ben serrati.
- La sicurezza del dispositivo può essere garantita solo se esso viene regolarmente mantenuto e ispezionato per eventuali danni o segni di usura.
- Utilizzare il dispositivo solo nel modo previsto. Se si notano componenti difettosi durante l'installazione e l'ispezione o rumori insoliti sul dispositivo durante l'allenamento, interrompere immediatamente gli esercizi. Non usare più il dispositivo finché il problema non è stato identificato e risolto.
- Il dispositivo è approvato per l'uso domestico. Il peso massimo dell'utente non deve superare i 120 kg.
- Indossare un abbigliamento appropriato quando si usa il dispositivo.
- Il dispositivo non è adatto all'utilizzo terapeutico.
- Non esporre il dispositivo alla pioggia, all'umidità e alle temperature estreme.

- Pulire il dispositivo solo con un panno asciutto.
- Non poggiare fiamme libere sopra al dispositivo, come candele accese.
- Conservare i piccoli oggetti (ad es. viti e altro materiale di montaggio) e i componenti d'imballaggio fuori dalla portata dei bambini, in modo che non li ingeriscano. Non lasciare che i bambini giochino con la pellicola. Pericolo di soffocamento!
- Fare attenzione durante il montaggio del dispositivo: rimuovere attentamente il materiale d'imballaggio e posizionare eventualmente un tappeto sul pavimento per proteggerlo. Verificare che vi siano tutti i pezzi.

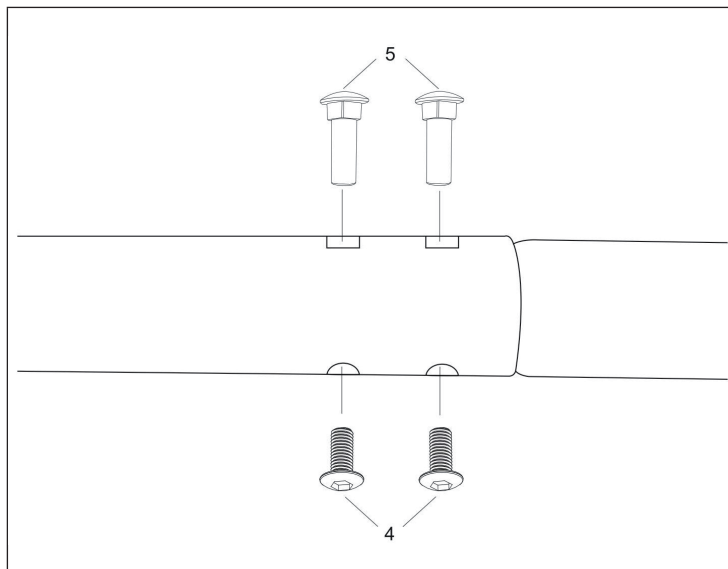
SINGOLI COMPONENTI

		
Base A (x2)	Base B (x2)	Elemento di presa (x2)

		
Vite assiale con filettatura esterna (x12)	Vite assiale con filettatura interna (x12)	Manico regolabile in lunghezza / cinturino per caviglia (x2)
 Chiave a brugola (x1)		

MONTAGGIO

Indicazioni generali: inserire ogni vite assiale con filettatura interna (5) nel lato in cui le aperture quadrate degli elementi del telaio si sovrappongono. Serrare poi le viti con filettatura esterna (4) dall'altro lato. Stringere ogni vite alternativamente:



1

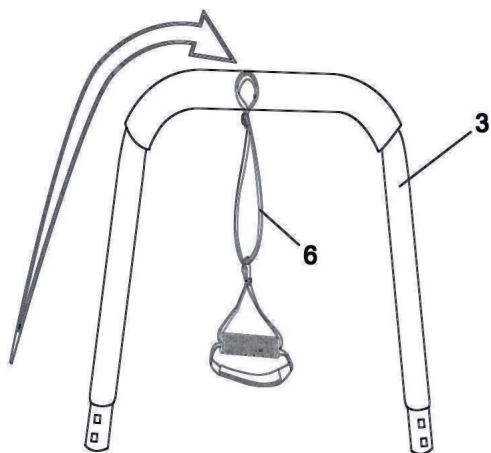
2 x



Collegare le basi A e B e avvitarle seguendo il metodo descritto sopra.

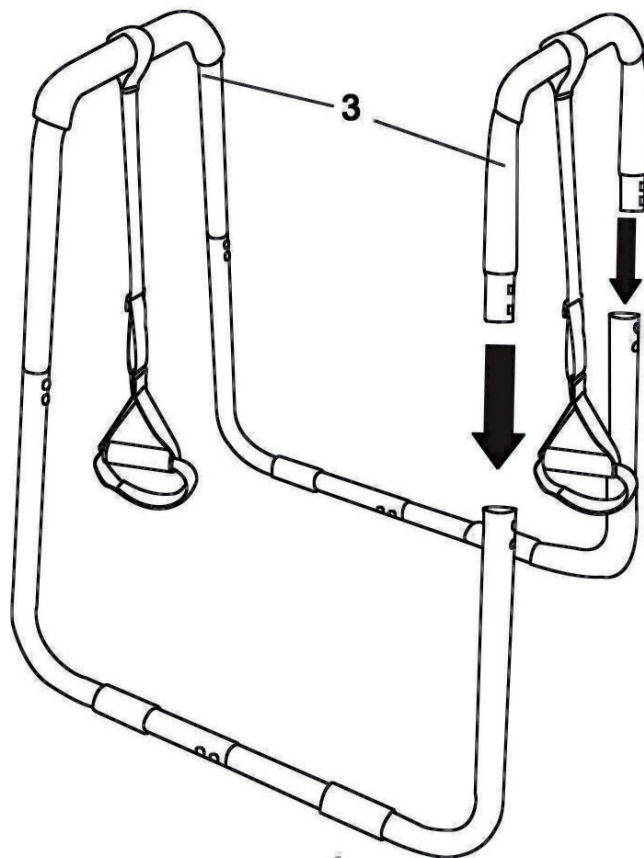
2

2 x



Far scorrere i manici con cinturini per caviglia (6) sopra le impugnature degli elementi di presa (3).

3



Collegare gli elementi di presa con le basi. Stringere infine di nuovo tutte le viti.

HERSTELLER

Manufacturer | Fabricante | Fabricant | Produttore

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Deutschland (Germany).

IMPORTEUR FÜR GROSSBRITANNIEN

Importer for Great Britain | Importador para Gran Bretaña | Importateur pour la Grande Bretagne | Importatore per la Gran Bretagna

Berlin Brands Group UK Limited
PO Box 42
272 Kensington High Street
London, W8 6ND
United Kingdom

