



**WARNING! Use personal protective equipment.
Follow the instruction.**

183.102.005-TAVIALO Resistance Bands with Handle.



1. Assignment:

The TAVIALO Resistance Bands with Handle are designed for fitness exercises, both indoors and outdoors. They are convenient for strength training, physical therapy, and general fitness routines.

2. Main Parameters of the Set:

Material: High-quality latex with foam-covered handles. Band Length: 120 cm.

Resistance Levels: Light, Medium, and Heavy (dependent on color). Maximum tensile strength: 150 lbs.

3. Safety Precautions when Working with the Set:

Warning!

We recommend that you read this manual carefully and strictly observe the safety precautions to ensure the durability and reliability of your resistance bands.

- 3.1. Use the resistance bands for their intended purpose only.
- 3.2. Do not exceed the recommended tensile strength for the band.
- 3.3. Inspect the bands for any signs of wear or damage before each use.

3.4. Do not use the bands on sharp or abrasive surfaces to prevent tearing.

3.5. Be cautious while stretching the bands to avoid accidental snapping.

3.6. Use the set only for its intended purpose.

3.7. If the bands have been physically impacted, deformed, or worn, further use may result in injury. Discontinue use immediately.

3.8. Improper use may result in injury.

The company assumes no liability for the use of the set other than its intended purpose, for misuse, or for using damaged or worn sets.

4. Remember to observe these safety precautions to prevent injury and create a safe working environment.

Preparation of the Set for Use:

Check the resistance bands:

Inspect the bands for visible damage. Ensure that the handles and bands are securely attached.

Select an appropriate exercise area:

Choose a flat and stable surface to perform exercises.

5. How to Use:

To set up for use:

Hold the handles firmly, select the appropriate resistance level (based on color), and begin your workout.

While using:

Perform the exercises slowly, avoiding sudden movements or jerking. Observe the recommended resistance level for your fitness needs.



6. Maintenance:

- 6.1. Clean the resistance bands regularly to remove dirt and dust.
- 6.2. Use a soft brush or damp cloth to clean the handles.
- 6.3. Avoid using harsh chemicals for cleaning to prevent damage to the latex material.
- 6.4. Allow the bands to dry naturally, avoiding direct sunlight and high temperatures, which may degrade the latex.

7. Storage and Transportation:

- 7.1. Store the resistance bands in a dry place, away from moisture and direct sunlight to avoid degradation of the latex.
- 7.2. Ensure the bands are completely dry before storing them to prevent mildew or material breakdown.

7.3. Carefully coil the bands and secure them to avoid tangling during storage.

7.4. For transport, use a protective cover or packaging that prevents damage and contamination.

7.5. Do not drop or hit the resistance bands, as this can weaken the material. During storage and transportation, protect the bands from mechanical impacts, moisture, and contamination.

7.6. The bands can be transported by any means of transport that ensures the product's integrity, in accordance with general transportation regulations.

7.7. Avoid placing heavy objects on the bands. During loading and unloading, ensure the bands are not subjected to shocks, vibrations, or exposure to extreme weather conditions.

8. Disposal:

Dispose of the product and its packaging in accordance with national legislation or in accordance with local regulations.

DE: GEBRAUCHSANWEISUNG



**ACHTUNG! Persönliche Schutzausrüstung verwenden.
Anweisungen befolgen.**

530.023.001-Widerstandsbänder mit Griff.



1. Einsatzgebiet:

Zweckbestimmung:

Die TAVIALO Widerstandsbänder mit Griff sind für Fitnessübungen sowohl drinnen als auch draußen konzipiert. Sie eignen sich für Krafttraining, Physiotherapie und allgemeine Fitnessroutinen.

2. Hauptparameter des Werkzeugs:

Material: Hochwertiger Latex mit Schaumstoff überzogenen Griffen. Bandlänge: 120 cm.

Widerstandsstufen: Leicht, Mittel und Schwer (abhängig von der Farbe).

Maximale Zugkraft: 150 lbs.

3. Sicherheitsvorkehrungen bei der Verwendung des Werkzeugs:

Warnung!

Wir empfehlen, dieses Handbuch sorgfältig zu lesen und die Sicherheitshinweise strikt zu beachten, um die Haltbarkeit und Zuverlässigkeit Ihrer Widerstandsbänder zu gewährleisten.

3.1. Verwenden Sie die Widerstandsbänder nur für den vorgesehenen Zweck.

3.2. Überschreiten Sie nicht die empfohlene Zugkraft des Bandes.

3.3. Überprüfen Sie die Bänder vor jeder Verwendung auf Abnutzungserscheinungen oder Schäden.

3.4. Verwenden Sie die Bänder nicht auf scharfen oder rauen Oberflächen, um Risse zu vermeiden.

3.5. Seien Sie vorsichtig beim Dehnen der Bänder, um versehentliches Reißen zu vermeiden.

3.6. Verwenden Sie das Werkzeug nur für den vorgesehenen Zweck.

3.7. Wenn die Bänder physisch beeinträchtigt, verformt oder abgenutzt sind, kann die weitere Verwendung zu Verletzungen führen. Stellen Sie die Verwendung sofort ein.

3.8. Unsachgemäße Verwendung kann zu Verletzungen führen. Das Unternehmen übernimmt keine Haftung für die Nutzung des Werkzeugs außerhalb des vorgesehenen Zwecks, für unsachgemäße Verwendung oder für die Verwendung beschädigter oder abgenutzter Werkzeuge.

Beachten Sie diese Sicherheitshinweise, um Verletzungen zu vermeiden und ein sicheres Arbeitsumfeld zu schaffen.

4. Vorbereitung des Werkzeugs zur Verwendung:

Überprüfen Sie die Widerstandsbänder:

Untersuchen Sie die Bänder auf sichtbare Schäden. Stellen Sie sicher, dass die Griffe und Bänder sicher befestigt sind.

Wählen Sie einen geeigneten Übungsbereich: Wählen Sie eine flache und stabile Oberfläche, um die Übungen durchzuführen.

5. Verwendung:

Zum Aufstellen für die Verwendung:

Halten Sie die Griffe fest, wählen Sie den entsprechenden Widerstandsgrad (basierend auf der Farbe) und beginnen Sie Ihr Training.

Während der Verwendung:

Führen Sie die Übungen langsam durch und vermeiden Sie ruckartige Bewegungen. Beachten Sie das empfohlene Widerstandsniveau für Ihre Fitnessbedürfnisse.



6. Wartung:

- 6.1. Reinigen Sie die Widerstandsbänder regelmäßig, um Schmutz und Staub zu entfernen.
- 6.2. Verwenden Sie eine weiche Bürste oder ein feuchtes Tuch, um die Griffe zu reinigen.
- 6.3. Vermeiden Sie aggressive Reinigungsmittel, um Schäden am Latexmaterial zu vermeiden.
- 6.4. Lassen Sie die Bänder auf natürliche Weise trocknen und vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung und hohe Temperaturen, da diese das Latex beeinträchtigen können.

7. Lagerung und Transport:

- 7.1. Lagern Sie die Widerstandsbänder an einem trockenen Ort, fern von Feuchtigkeit und direkter Sonneneinstrahlung, um eine Verschlechterung des Latex zu vermeiden.

- 7.2. Stellen Sie sicher, dass die Bänder vollständig trocken sind, bevor Sie sie lagern, um Schimmel oder Materialabbau zu vermeiden.

- 7.3. Wickeln Sie die Bänder sorgfältig zusammen und sichern Sie sie, um ein Verheddern während der Lagerung zu vermeiden.

- 7.4. Verwenden Sie für den Transport eine Schutzhülle oder Verpackung, die Schäden und Verunreinigungen verhindert.

- 7.5. Lassen Sie die Widerstandsbänder nicht fallen und schlagen Sie sie nicht, da dies das Material schwächen kann. Schützen Sie die Bänder während der Lagerung und des Transports vor mechanischen Einflüssen, Feuchtigkeit und Verunreinigungen.

- 7.6. Die Bänder können mit allen Transportmitteln transportiert werden, die die Unversehrtheit des Produkts gewährleisten, gemäß den allgemeinen Transportvorschriften.

- 7.7. Vermeiden Sie es, schwere Gegenstände auf die Bänder zu legen. Achten Sie beim Be- und Entladen darauf, dass die Bänder keinen Erschütterungen, Vibrationen oder extremen Witterungsbedingungen ausgesetzt werden.

8. Entsorgen:

- Entsorgen Sie das Produkt und seine Verpackung in Übereinstimmung mit der nationalen Gesetzgebung oder gemäß den örtlichen Vorschriften.



**ATTENTION ! Utilisez un équipement de protection individuelle.
Suivez les instructions.**

183.102.005-TAVIALO Bandes de Résistance avec Poignées



1. Utilisation :

La chaise pliante Stark est conçue pour s'asseoir confortablement à l'extérieur et à l'intérieur. Elle est pratique à utiliser pour les pique-niques, le camping, la pêche et d'autres activités de plein air.

2. Principaux paramètres de l'outil :

Matériau : Polypropylène.

Taille de la chaise pliée : 30,5 x 27,5 x 26 cm.

Taille de l'assise : 27 x 23 cm.

Capacité de charge maximale : 120 kg.

3. Précautions de sécurité à prendre lors de l'utilisation de l'outil :

Attention ! Nous vous recommandons de lire attentivement ce manuel et de respecter scrupuleusement les consignes de sécurité afin de garantir la durabilité et la fiabilité de votre chaise pliante.

3.1. Utiliser la chaise uniquement pour l'usage auquel elle est destinée.

3.2. Ne pas dépasser la charge maximale de 120 kg.

3.3. Vérifier que la chaise n'est pas endommagée avant chaque utilisation.

3.4. Ne pas utiliser la chaise sur des surfaces inégales ou glissantes.

3.5. Soyez prudent lorsque vous pliez et dépliez la chaise afin d'éviter de vous pincer les doigts.

3.6. N'utilisez l'outil que pour l'usage auquel il est destiné.

3.7. Si l'outil a subi un choc physique, une déformation ou une usure au cours de son utilisation, toute nouvelle utilisation de l'outil peut entraîner des blessures. L'outil ne doit pas être réutilisé.

3.8. L'utilisation incorrecte de l'outil peut entraîner des blessures.

L'entreprise décline toute responsabilité en cas d'utilisation de l'outil à d'autres fins que celles prévues, en cas de mauvaise utilisation de l'outil ou en cas d'utilisation d'outils endommagés ou usés.

N'oubliez pas de respecter ces mesures de sécurité afin d'éviter les blessures et de créer un environnement de travail sûr.

4. Préparation de l'outil en vue de son utilisation :

Vérifier la chaise :

Inspectez la chaise pour vérifier qu'elle ne présente pas de dommages visibles. Assurez-vous que toutes les pièces de la chaise sont en place et en bon état de fonctionnement.

Choisissez un emplacement pour l'installation :

Choisissez une surface plane et stable pour y placer la chaise.

5. Mode d'emploi :

Déplier la chaise :

Retirez la chaise de l'emballage. Ouvrez le fauteuil en tirant sur l'assise et les pieds jusqu'à ce qu'il soit complètement déployé. Assurez-vous que tous les verrous et loquets sont bien enclenchés.

Pour l'utiliser :

S'asseoir sur la chaise avec précaution, ne pas faire de mouvements brusques. Respectez la charge maximale autorisée de 120 kg.



6. Entretien :

- 6.1. Nettoyer régulièrement la chaise de la saleté et de la poussière.
- 6.2. Utilisez une brosse douce ou un chiffon humide pour nettoyer l'assise en tissu.
- 6.3. Évitez d'utiliser des produits chimiques agressifs pour le nettoyage.
- 6.4. Sécher la chaise naturellement, en évitant la lumière directe du soleil et les températures élevées.

7. le stockage et le transport :

- 7.1. Stocker le fauteuil dans un endroit sec, à l'abri de l'humidité et de la lumière directe du soleil.
- 7.2. Assurez-vous que la chaise est complètement sèche avant de la plier.

- 7.3. Plier la chaise en pliant soigneusement les pieds et l'assise.
- 7.4. Pour le transport, utilisez une housse ou un emballage spécial qui protège le fauteuil contre les dommages.
- 7.5. Ne pas faire tomber ou heurter l'outil. Pendant le stockage et le transport, l'outil doit être protégé des chocs mécaniques, de l'humidité et de la contamination.
- 7.6. Le transport est autorisé par tous les types de transport qui garantissent l'intégrité du produit, conformément aux règles générales de transport.
- 7.7. Ne pas placer d'objets lourds sur le produit. Pendant les opérations de chargement et de déchargement et le transport, le produit ne doit pas être soumis à des chocs et à des précipitations atmosphériques.

8. Mise au rebut:

Éliminer le produit et son emballage conformément à la législation nationale ou aux réglementations locales.



**ATTENZIONE! Utilizzare dispositivi di protezione individuale.
Seguire le istruzioni.**

183.102.005-TAVIALO Bandes de Résistance avec Poignées



1. Affectation :

Les bandes de résistance TAVIALO avec poignées sont conçues pour des exercices de fitness, à l'intérieur et à l'extérieur. Elles sont pratiques pour l'entraînement en force, la thérapie physique et les routines de fitness générales.

2. Paramètres principaux de l'outil :

Matériau : Latex de haute qualité avec poignées recouvertes de mousse. Longueur de la bande : 120 cm. Niveaux de résistance : Léger, Moyen, et Fort (en fonction de la couleur). Force maximale de traction : 150 lbs.

3. Précautions de sécurité lors de l'utilisation de l'outil : **Attention !**

Nous vous recommandons de lire attentivement ce manuel et de respecter strictement les consignes de sécurité afin de garantir la durabilité et la fiabilité de vos bandes de résistance.

- 3.1. Utilisez les bandes de résistance uniquement pour leur usage prévu.
- 3.2. Ne dépassez pas la résistance maximale recommandée pour la bande.
- 3.3. Vérifiez les bandes pour des signes d'usure ou de dommages avant chaque utilisation.
- 3.4. N'utilisez pas les bandes sur des surfaces rugueuses ou tranchantes pour éviter les déchirures.
- 3.5. Soyez prudent lors de l'étirement des bandes pour éviter

les ruptures accidentelles.

3.6. Utilisez l'outil uniquement pour son usage prévu.

3.7. Si les bandes ont été physiquement impactées, déformées ou usées, une utilisation ultérieure peut entraîner des blessures. Cessez immédiatement de les utiliser.

3.8. Une utilisation incorrecte peut entraîner des blessures.

La société décline toute responsabilité en cas d'utilisation de l'outil à d'autres fins que celles prévues, de mauvaise utilisation ou d'utilisation d'outils endommagés ou usés.

Respectez ces consignes de sécurité pour éviter les blessures et créer un environnement de travail sûr.

4. Préparation de l'outil pour utilisation :

Vérifiez les bandes de résistance :

Inspectez les bandes pour tout dommage visible. Assurez-vous que les poignées et les bandes sont solidement attachées. Choisissez un espace approprié pour l'exercice :

Sélectionnez une surface plane et stable pour effectuer vos exercices.

5. Comment utiliser :

Pour installer les bandes : Tenez fermement les poignées, sélectionnez le niveau de résistance approprié (en fonction de la couleur), et commencez votre entraînement.

Pendant l'utilisation : Effectuez les exercices lentement, en évitant les mouvements brusques ou saccadés. Respectez le niveau de résistance recommandé en fonction de vos besoins.

6. Entretien :

6.1. Nettoyez régulièrement les bandes de résistance pour éliminer la saleté et la poussière.

6.2. Utilisez une brosse douce ou un chiffon humide pour nettoyer les poignées.

6.3. Évitez d'utiliser des produits chimiques agressifs pour le nettoyage afin de ne pas endommager le latex.

6.4. Laissez les bandes sécher naturellement, en évitant l'exposition directe au soleil et aux températures élevées, qui peuvent dégrader le latex.

7. Stockage et transport :

7.1. Stockez les bandes de résistance dans un endroit sec, à l'abri de l'humidité et de la lumière directe du soleil pour éviter la dégradation du latex.

7.2. Assurez-vous que les bandes sont complètement sèches avant de les ranger pour éviter la moisissure ou la détérioration du matériau.

7.3. Enroulez soigneusement les bandes et attachez-les pour éviter qu'elles ne s'emmêlent lors du stockage.

7.4. Pour le transport, utilisez une housse de protection ou un emballage qui protège contre les dommages et les contaminations.

7.5. Ne laissez pas tomber ou ne cognez pas les bandes de résistance, car cela pourrait affaiblir le matériau. Pendant le stockage et le transport, protégez les bandes contre les impacts mécaniques, l'humidité et les contaminations.

7.6. Les bandes peuvent être transportées par tout moyen de transport assurant l'intégrité du produit, conformément aux règlements généraux de transport.

7.7. Évitez de placer des objets lourds sur les bandes. Lors du chargement et du déchargement, veillez à ce que les bandes ne subissent pas de chocs, de vibrations ou d'exposition à des conditions météorologiques extrêmes.

1. Destinazione:

Le bande di resistenza TAVIALO con maniglie sono progettate per esercizi di fitness, sia all'interno che all'esterno. Sono ideali per l'allenamento di forza, la fisioterapia e le routine di fitness generali.

2. Parametri principali dello strumento:

Materiale: Lattice di alta qualità con maniglie rivestite in schiuma. Lunghezza della banda: 120 cm. Livelli di resistenza: Leggero, Medio e Forte (in base al colore). Forza massima di trazione: 150 lbs.

3. Precauzioni di sicurezza durante l'uso dello strumento: Attenzione!

Si consiglia di leggere attentamente questo manuale e di rispettare scrupolosamente le precauzioni di sicurezza per garantire la durata e l'affidabilità delle bande di resistenza.

3.1. Utilizzare le bande di resistenza solo per l'uso previsto.

3.2. Non superare la resistenza massima raccomandata per la banda.

3.3. Controllare le bande per eventuali segni di usura o danni prima di ogni utilizzo.

3.4. Non utilizzare le bande su superfici abrasive o affilate per evitare strappi.

3.5. Prestare attenzione durante l'allungamento delle bande per evitare rotture accidentali.

3.6. Utilizzare lo strumento solo per l'uso previsto.

3.7. Se le bande sono state danneggiate, deformate o usurate, un ulteriore utilizzo potrebbe causare lesioni. Smettere immediatamente di utilizzarle.

3.8. Un uso improprio può causare lesioni.

La società non si assume alcuna responsabilità per l'uso dello strumento per scopi diversi da quelli previsti, per l'uso improprio o per l'uso di strumenti danneggiati o usurati.

Ricordare di rispettare queste precauzioni di sicurezza per evitare infortuni e creare un ambiente di lavoro sicuro.

4. Preparazione dello strumento per l'uso:

Verificare le bande di resistenza:

Controllare le bande per eventuali danni visibili. Assicurarsi che le maniglie e le bande siano fissate saldamente.

Selezionare un'area di esercizio adeguata:

Scegliere una superficie piana e stabile per eseguire gli esercizi.

5. Come usare:

Per preparare all'uso:

Tenere saldamente le maniglie, selezionare il livello di resistenza appropriato (in base al colore) e iniziare l'allenamento. Durante l'uso:

Eseguire gli esercizi lentamente, evitando movimenti bruschi o scatti. Rispettare il livello di resistenza consigliato in base alle proprie esigenze di fitness.



6. Manutenzione:

7. 6.1. Pulire regolarmente le bande di resistenza per rimuovere sporco e polvere.

8. 6.2. Usare una spazzola morbida o un panno umido per pulire le maniglie.

9. 6.3. Evitare di usare sostanze chimiche aggressive per la pulizia per non danneggiare il lattice.

6.4. Lasciare asciugare le bande naturalmente, evitando l'esposizione diretta al sole e alle alte temperature, che potrebbero deteriorare il lattice.

7. Conservazione e trasporto:

7.1. Conservare le bande di resistenza in un luogo asciutto, lontano da umidità e luce solare diretta per evitare la degradazione del lattice.

7.2. Assicurarsi che le bande siano completamente asciutte prima di riporle per evitare la formazione di muffa o la rottura

del materiale.

7.3. Avvolgere con cura le bande e fissarle per evitare che si aggroviglino durante la conservazione.

7.4. Per il trasporto, utilizzare una custodia protettiva o un imballaggio che prevenga danni e contaminazioni.

7.5. Non far cadere o colpire le bande di resistenza, poiché ciò potrebbe indebolire il materiale. Durante la conservazione e il trasporto, proteggere le bande dagli impatti meccanici, dall'umidità e dalle contaminazioni.

7.6. Le bande possono essere trasportate con qualsiasi mezzo di trasporto che garantisca l'integrità del prodotto, in conformità con le normative generali di trasporto.

7.7. Evitare di posizionare oggetti pesanti sulle bande. Durante le operazioni di carico e scarico, assicurarsi che le bande non subiscano urti, vibrazioni o esposizioni a condizioni meteorologiche estreme.

8. Smaltimento:

Smaltire il prodotto e l'imballaggio in conformità alla legislazione nazionale o alle normative locali.



**¡ADVERTENCIA! Utilice equipo de protección personal.
Siga las instrucciones.**

183.102.005- Bandas de Resistencia con Mango TAVIALO.



1. Asignación:

Las Bandas de Resistencia con Mango TAVIALO están diseñadas para ejercicios de fitness tanto en interiores como exteriores. Son convenientes para entrenamientos de fuerza, terapia física y rutinas generales de fitness.

2. Parámetros principales de la herramienta:

Material: Látex de alta calidad con mangos cubiertos de espuma.

Longitud de la banda: 120 cm. Niveles de resistencia: Ligero, Medio y Fuerte (dependiendo del color).

Resistencia máxima: 150 lbs.

3. Precauciones de seguridad al trabajar con la herramienta:

¡Advertencia!

Recomendamos leer este manual detenidamente y seguir estrictamente las precauciones de seguridad para garantizar la durabilidad y fiabilidad de sus bandas de resistencia.

3.1. Utiliza las bandas de resistencia solo para su propósito previsto.

3.2. No excedas la resistencia recomendada para la banda.

3.3. Inspecciona las bandas para detectar signos de desgaste o daño antes de cada uso.

3.4. No utilices las bandas en superficies afiladas o abrasivas para evitar desgarros.

3.5. Ten precaución al estirar las bandas para evitar que se rompan accidentalmente.

3.6. Usa la herramienta solo para su propósito previsto.

3.7. Si las bandas han sufrido impactos físicos, deformaciones o desgaste, su uso posterior puede resultar en lesiones. Suspensa su uso inmediatamente.

3.8. El uso incorrecto puede causar lesiones.

La empresa no asume ninguna responsabilidad por el uso de la herramienta para otros fines, su mal uso o el uso de herramientas dañadas o desgastadas.

Recuerda observar estas precauciones de seguridad para prevenir lesiones y crear un entorno de trabajo seguro.

4. Preparación de la herramienta para su uso:

Revisa las bandas de resistencia:

Inspecciona las bandas para detectar daños visibles. Asegúrate de que los mangos y las bandas estén bien sujetos.

Selecciona un área de ejercicio adecuada:

Elige una superficie plana y estable para realizar los ejercicios.

5. Cómo usar:

Configuración para su uso:

Sujeta los mangos firmemente, selecciona el nivel de resistencia adecuado (según el color) y comienza tu rutina de ejercicios.

Durante el uso:

Realiza los ejercicios lentamente, evitando movimientos bruscos o tirones. Respeta el nivel de resistencia recomendado para tus necesidades de fitness.



6. Mantenimiento:

- 6.1. Limpia las bandas de resistencia regularmente para eliminar la suciedad y el polvo.
- 6.2. Usa un cepillo suave o un paño húmedo para limpiar los mangos.
- 6.3. Evita usar productos químicos agresivos para la limpieza para prevenir daños en el material de látex.
- 6.4. Deja que las bandas se sequen naturalmente, evitando la luz solar directa y las altas temperaturas, que pueden degradar el látex.

7. Almacenamiento y transporte:

- 7.1. Almacena las bandas de resistencia en un lugar seco, alejado de la humedad y la luz solar directa para evitar la degradación del látex.

7.2. Asegúrate de que las bandas estén completamente secas antes de guardarlas para evitar el moho o la descomposición del material.

7.3. Enrolla las bandas con cuidado y asegúralas para evitar enredos durante el almacenamiento.

7.4. Para el transporte, usa una funda protectora o embalaje que evite daños y contaminación.

7.5. No golpees ni dejes caer las bandas de resistencia, ya que esto puede debilitar el material. Durante el almacenamiento y transporte, protege las bandas de impactos mecánicos, la humedad y la contaminación.

7.6. Las bandas pueden ser transportadas por cualquier medio de transporte que asegure la integridad del producto, de acuerdo con las regulaciones generales de transporte.

7.7. Evita colocar objetos pesados sobre las bandas. Durante las operaciones de carga y descarga, asegúrate de que las bandas no se vean sometidas a golpes, vibraciones o condiciones climáticas extremas.

8. Eliminación:

Elimine el producto y su embalaje de acuerdo con la legislación nacional o de acuerdo con las reglamentaciones locales.



**WAARSCHUWING! Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen.
Volg de instructies.**

183.102.005-Weerstandsbanden met Handvat TAVIALO.



1. Toewijzing:

De TAVIALO Weerstandsbanden met Handvat zijn ontworpen voor fitnessoefeningen, zowel binnen als buiten. Ze zijn geschikt voor krachttraining, fysiotherapie en algemene fitnessroutines.

2. Belangrijkste Parameters van de Set:

Materiaal: Hoogwaardig latex met handvatten bedekt met schuim.

Lengte van de band: 120 cm.

Weerstandsniveaus: Licht, Medium en Zwaar (afhankelijk van de kleur).

Maximale treksterkte: 150 lbs.

3. Veiligheidsmaatregelen bij het werken met de Set:

Waarschuwing!

We raden aan om deze handleiding zorgvuldig door te lezen en de veiligheidsmaatregelen strikt na te leven om de duurzaamheid en betrouwbaarheid van uw weerstandsbanden te waarborgen.

3.1. Gebruik de weerstandsbanden alleen voor het beoogde doel.

3.2. Overschrijd de aanbevolen treksterkte van de band niet.

3.3. Controleer de banden op tekenen van slijtage of schade voor elk gebruik.

3.4. Gebruik de banden niet op scherpe of schurende oppervlakken om scheuren te voorkomen.

3.5. Wees voorzichtig bij het uitrekken van de banden om te voorkomen dat ze per ongeluk breken.

3.6. Gebruik de set alleen voor het beoogde doel.

3.7. Als de banden fysiek zijn aangetast, vervormd of versleten, kan verder gebruik leiden tot letsel. Stop onmiddellijk met het gebruik.

3.8. Onjuist gebruik kan letsel veroorzaken.

Het bedrijf aanvaardt geen aansprakelijkheid voor het gebruik van de set voor andere doeleinden, voor misbruik of voor het gebruik van beschadigde of versleten sets.

Houd deze veiligheidsmaatregelen in acht om letsel te voorkomen en een veilige werkomgeving te creëren.

4. Voorbereiding van de Set voor gebruik:

Controleer de weerstandsbanden:

Inspecteer de banden op zichtbare schade. Zorg ervoor dat de handvatten en banden stevig vastzitten.

Kies een geschikte oefenruimte:

Kies een vlak en stabiel oppervlak om de oefeningen uit te voeren.

5. Hoe te gebruiken:

Klaarzetten voor gebruik:

Houd de handvatten stevig vast, selecteer het juiste weerstandsniveau (op basis van de kleur) en begin met uw training.

Tijdens het gebruik:

Voer de oefeningen langzaam uit en vermijd plotselinge bewegingen of rukken. Respecteer het aanbevolen weerstandsniveau voor uw fitnessbehoeften.



6. Onderhoud:

- 6.1. Reinig de weerstandsbanden regelmatig om vuil en stof te verwijderen.
- 6.2. Gebruik een zachte borstel of een vochtige doek om de handvatten schoon te maken.
- 6.3. Vermijd het gebruik van agressieve chemicaliën voor de reiniging om schade aan het latexmateriaal te voorkomen.
- 6.4. Laat de banden op natuurlijke wijze drogen, vermijd direct zonlicht en hoge temperaturen, die het latex kunnen aantasten.

7. Opslag en Transport:

- 7.1. Bewaar de weerstandsbanden op een droge plaats, weg van vocht en direct zonlicht om aantasting van het latex te voorkomen.
- 7.2. Zorg ervoor dat de banden volledig droog zijn voordat u ze opbergt om schimmel of materiaal aantasting te voorkomen.

7.3. Rol de banden voorzichtig op en zet ze vast om klitten tijdens opslag te voorkomen.

7.4. Gebruik voor transport een beschermhoes of verpakking die schade en vervuiling voorkomt.

7.5. Laat de weerstandsbanden niet vallen en geef er geen harde stoten op, dit kan het materiaal verzwakken. Bescherm de banden tijdens opslag en transport tegen mechanische impact, vocht en vervuiling.

7.6. De banden kunnen worden vervoerd door elk type transport dat de integriteit van het product waarborgt, in overeenstemming met de algemene vervoersregels.

7.7. Vermijd het plaatsen van zware voorwerpen op de banden. Zorg tijdens het laden en lossen ervoor dat de banden niet worden blootgesteld aan schokken, trillingen of extreme weersomstandigheden.

8. Verwijdering:

Gooi het product en de verpakking weg volgens de nationale wetgeving of volgens de plaatselijke voorschriften.



**WARNING! Använd personlig skyddsutrustning.
Följ instruktionerna.**

183.102.005- TAVIALO Motståndsband med Handtag



1. Användningsområde:

TAVIALO Motståndsband med Handtag är designade för fitnessövningar både inomhus och utomhus. De är praktiska för styrketräning, sjukgymnastik och allmänna träningsrutiner.

2. Verktygets Huvudparametrar:

Material: Högkvalitativ latex med handtag täckta med skum.
Bandets längd: 120 cm. Motståndsnivåer: Lätt, Medium och Tung (beroende på färg). Maximal draghållfasthet: 150 lbs.

3. Säkerhetsåtgärder vid Användning av Verktyget:

Varning!

Vi rekommenderar att du noggrant läser denna manual och följer säkerhetsåtgärderna för att säkerställa hållbarheten och pålitligheten hos dina motståndsband.

- 3.1. Använd motståndsbanden endast för avsett ändamål.
- 3.2. Överskrid inte den rekommenderade draghållfastheten för bandet.
- 3.3. Inspektera banden för tecken på slitage eller skada före varje användning.
- 3.4. Använd inte banden på vassa eller slipande ytor för att undvika att de går sönder.

3.5. Var försiktig när du sträcker banden för att undvika att de oavsiktligt snärtar tillbaka.

3.6. Använd verktyget endast för dess avsedda ändamål.

3.7. Om banden har blivit fysiskt skadade, deformerade eller slitna kan fortsatt användning leda till skada. Sluta omedelbart använda dem.

3.8. Felaktig användning kan leda till skador. Företaget tar inget ansvar för användning av verktyget utanför dess avsedda ändamål, för missbruk eller för användning av skadade eller slitna verktyg. Kom ihåg att följa dessa säkerhetsåtgärder för att förhindra skador och skapa en säker arbetsmiljö.

4. Förberedelse av Verktyget för Användning:

Kontrollera motståndsbanden:

Inspektera banden för synliga skador. Kontrollera att handtagen och banden är ordentligt fästa.

Välj ett lämpligt träningsområde:

Välj en plan och stabil yta för att utföra övningarna.

5. Så här Använder du Verktyget:

Förbered för användning:

Håll handtagen stadigt, välj rätt motståndsnivå (beroende på färg) och börja din träning.

Under användning:

Utför övningarna långsamt och undvik plötsliga rörelser eller ryck. Följ det rekommenderade motståndsnivån baserat på dina träningsbehov.



6. Underhåll:

- 6.1. Rengör motståndsbanden regelbundet för att avlägsna smuts och damm.
- 6.2. Använd en mjuk borste eller fuktig trasa för att rengöra handtagen.
- 6.3. Undvik att använda starka kemikalier vid rengöring för att inte skada latexmaterialet.
- 6.4. Låt banden torka naturligt, undvik direkt solljus och höga temperaturer som kan försämra latexet.

7. Förvaring och Transport:

- 7.1. Förvara motståndsbanden på en torr plats, skyddade från fukt och direkt solljus för att undvika nedbrytning av latexet.
- 7.2. Se till att banden är helt torra innan du förvarar dem för att undvika mögel eller materialnedbrytning.

7.3. Rulla försiktigt ihop banden och säkra dem för att undvika trassel vid förvaring.

7.4. Använd ett skyddsfodral eller en förpackning som förhindrar skador och kontaminering vid transport.

7.5. Tappa inte eller slå motståndsbanden, då detta kan försvaga materialet. Skydda banden mot mekanisk påverkan, fukt och föroreningar under förvaring och transport.

7.6. Banden kan transporteras med alla transportmedel som säkerställer produktens integritet, i enlighet med allmänna transportbestämmelser.

7.7. Undvik att placera tunga föremål på banden. Under lastning och lossning, se till att banden inte utsätts för stötar, vibrationer eller extrema väderförhållanden.

8. Avfallshantering:

Kassera produkten och dess förpackning i enlighet med nationell lagstiftning eller i enlighet med lokala bestämmelser.



**UYARI! Kişisel koruyucu ekipman kullanın.
Talimatları izleyin.**

183.102.005- TAVIALO Saplı Direnç Bantları.



1. Kullanım Amacı:

TAVIALO Saplı Direnç Bantları, hem iç hem de dış mekan fitness egzersizleri için tasarlanmıştır. Güç antrenmanları, fizyoterapi ve genel fitness rutinleri için uygundur.

2. Aletin Ana Parametreleri:

Malzeme: Yüksek kaliteli lateks ve köpük kaplı saplar.

Bant Uzunluğu: 120 cm.

Direnç Seviyeleri: Hafif, Orta ve Ağır (renge bağlı olarak).

Maksimum Çekme Mukavemeti: 150 lbs.

3. Aleti Kullanırken Güvenlik Önlemleri:

Uyarı!

Direnç bantlarınızın dayanıklılığını ve güvenilirliğini sağlamak için bu kılavuzu dikkatlice okumanızı ve güvenlik önlemlerine sıkı sıkıya uymanızı tavsiye ederiz.

3.1. Direnç bantlarını yalnızca amaçlarına uygun şekilde kullanın.

3.2. Bandın önerilen çekme mukavemetini aşmayın.

3.3. Her kullanım öncesi bantlarda aşınma veya hasar belirtisi olup olmadığını kontrol edin.

3.4. Bantların yırtılmasını önlemek için keskin veya aşındırıcı yüzeylerde kullanmayın.

3.5. Bantları gererken dikkatli olun, kazara geri fırlamasını önlemek için özen gösterin.

3.6. Aleti yalnızca amacına uygun şekilde kullanın.

3.7. Bantlar fiziksel olarak hasar görmüşse, deforme olmuşsa veya aşınmışsa, kullanıma devam etmek yaralanmaya neden olabilir. Derhal kullanmayı bırakın.

3.8. Yanlış kullanım yaralanmalara neden olabilir.

Firma, aletin amacı dışında kullanılması, yanlış kullanımı veya hasarlı ya da aşınmış aletlerin kullanımı için sorumluluk kabul etmez.

Bu güvenlik önlemlerini dikkate alarak yaralanmaları önleyin ve güvenli bir çalışma ortamı oluşturun.

4. Aletin Kullanıma Hazırlanması:

Direnç bantlarını kontrol edin:

Bantlarda görünür hasar olup olmadığını inceleyin. Sapların ve bantların güvenli bir şekilde bağlı olduğundan emin olun.

Uygun bir egzersiz alanı seçin:

Egzersizlerinizi yapmak için düz ve sabit bir yüzey seçin.

5. Alet Nasıl Kullanılır:

Kullanıma hazırlık:

Sapları sıkıca tutun, uygun direnç seviyesini (renge bağlı olarak) seçin ve egzersize başlayın.

Kullanırken:

Egzersizleri yavaşça yapın, ani hareketlerden veya sarsılmalardan kaçının. Fitness ihtiyaçlarınıza uygun önerilen direnç seviyesine dikkat edin.



6. Bakım:

6.1. Direnç bantlarını düzenli olarak temizleyin, kir ve tozdan arındırın.

6.2. Sapları temizlemek için yumuşak bir fırça veya nemli bir bez kullanın.

6.3. Lateks malzemesine zarar vermemek için sert kimyasallar kullanmaktan kaçının.

6.4. Bantları doğal bir şekilde kurumaya bırakın, doğrudan güneş ışığından ve yüksek sıcaklıklardan kaçının, çünkü bu lateksi bozabilir.

7. Depolama ve Taşıma:

7.1. Direnç bantlarını kuru bir yerde, nemden ve doğrudan güneş ışığından uzak tutarak saklayın, böylece lateksin bozulması önlenir.

7.2. Bantların tamamen kuru olduğundan emin olun, böylece küf veya malzeme bozulması önlenir.

7.3. Bantları dikkatlice sarın ve dolaşmalarını önlemek için sabitleyin.

7.4. Taşıma sırasında, zarar ve kirlenmeyi önlemek için koruyucu bir kap veya ambalaj kullanın.

7.5. Bantları düşürmeyin veya vurmayın, bu malzemeyi zayıflatabilir. Depolama ve taşıma sırasında bantları mekanik darbelerle, neme ve kirliliğe karşı koruyun.

7.6. Bantlar, genel taşıma kurallarına uygun olarak, ürünü koruyacak her türlü taşıma yöntemi ile taşınabilir.

7.7. Bantların üzerine ağır nesnelere koymaktan kaçının. Yükleme ve boşaltma işlemleri sırasında, bantların darbelerle, titreşimlere veya aşırı hava koşullarına maruz kalmadığından emin olun.

8. Bertaraf:

Ürünü ve ambalajını ulusal mevzuata veya yerel düzenlemelere uygun şekilde bertaraf edin.



**OSTRZEŻENIE! Stosuj środki ochrony osobistej.
Postępuj zgodnie z instrukcją.**

183.102.005-TAVIALO Gumowe Taśmy Oporowe z Uchwytami.



1. Przeznaczenie:

TAVIALO Gumowe Taśmy Oporowe z Uchwytami są przeznaczone do ćwiczeń fitness, zarówno w pomieszczeniach, jak i na zewnątrz. Są one idealne do treningu siłowego, fizjoterapii oraz ogólnych rutyn fitness.

2. Główne Parametry Narzędzia:

Materiał: Wysokiej jakości lateks z uchwytami pokrytymi pianką. Długość taśmy: 120 cm.

Poziomy oporu: Lekki, Średni i Ciężki (w zależności od koloru).

Maksymalna wytrzymałość na rozciąganie: 150 lbs.

3. Środki ostrożności podczas używania narzędzia:

Uwaga!

Zalecamy uważne przeczytanie tej instrukcji i ściśle przestrzeganie środków ostrożności, aby zapewnić trwałość i niezawodność twoich taśm oporowych.

3.1. Używaj taśm oporowych wyłącznie zgodnie z ich przeznaczeniem.

3.2. Nie przekraczaj zalecanej wytrzymałości na rozciąganie dla taśmy.

3.3. Przed każdym użyciem sprawdź, czy taśmy nie wykazują oznak zużycia lub uszkodzenia.

3.4. Nie używaj taśm na ostrych lub szorstkich powierzchniach, aby uniknąć ich rozdarcia.

3.5. Bądź ostrożny podczas rozciągania taśm, aby uniknąć ich przypadkowego zerwania.

3.6. Używaj narzędzia tylko zgodnie z jego przeznaczeniem.

3.7. Jeśli taśmy zostały uszkodzone, zdeformowane lub zużyte, dalsze ich użycie może prowadzić do obrażeń. Natychmiast przerwij używanie.

3.8. Niewłaściwe użycie może prowadzić do obrażeń.

Firma nie ponosi odpowiedzialności za użycie narzędzia niezgodne z jego przeznaczeniem, za niewłaściwe użycie ani za używanie uszkodzonych lub zużytych narzędzi.

Przeznaczaj tych środków ostrożności, aby zapobiec urazom i stworzyć bezpieczne środowisko pracy.

4. Przygotowanie narzędzia do użycia:

Sprawdź taśmy oporowe:

Oceń, czy taśmy nie mają widocznych uszkodzeń. Upewnij się, że uchwyty i taśmy są bezpiecznie zamocowane.

Wybierz odpowiednie miejsce do ćwiczeń:

Wybierz płaską i stabilną powierzchnię do wykonywania ćwiczeń.

5. Jak używać:

Przygotowanie do użycia:

Trzymaj uchwyty mocno, wybierz odpowiedni poziom oporu (na podstawie koloru) i rozpocznij trening.

Podczas używania:

Wykonuj ćwiczenia powoli, unikając nagłych ruchów i szarpnięć. Zwróć uwagę na zalecany poziom oporu dostosowany do twoich potrzeb fitness.



6. Konserwacja:

- 6.1. Regularnie czyść taśmy oporowe, aby usunąć brud i kurz.
- 6.2. Użyj miękkiej szczotki lub wilgotnej ściereczki do czyszczenia uchwytów.
- 6.3. Unikaj używania agresywnych środków chemicznych do czyszczenia, aby nie uszkodzić materiału lateksowego.
- 6.4. Pozostaw taśmy do wyschnięcia w naturalny sposób, unikając bezpośredniego nasłonecznienia i wysokich temperatur, które mogą pogorszyć jakość lateksu.

7. Przechowywanie i transport:

- 7.1. Przechowuj taśmy oporowe w suchym miejscu, z dala od wilgoci i bezpośredniego nasłonecznienia, aby zapobiec degradacji lateksu.
- 7.2. Upewnij się, że taśmy są całkowicie suche przed ich schowaniem, aby zapobiec pleśni lub uszkodzeniu materiału.

7.3. Starannie zwiń taśmy i zabezpiecz je, aby uniknąć splątania podczas przechowywania.

7.4. Do transportu używaj osłony ochronnej lub opakowania, które zabezpieczy przed uszkodzeniem i zabrudzeniem.

7.5. Nie upuszczaj ani nie uderzaj taśm oporowych, ponieważ może to osłabić materiał. Podczas przechowywania i transportu chroń taśmy przed mechanicznymi uderzeniami, wilgocią i zabrudzeniem.

7.6. Taśmy można transportować każdym środkiem transportu, który zapewnia integralność produktu, zgodnie z ogólnymi przepisami dotyczącymi transportu.

7.7. Unikaj umieszczania ciężkich przedmiotów na taśmach. Podczas załadunku i rozładunku upewnij się, że taśmy nie są narażone na wstrząsy, wibracje ani ekstremalne warunki pogodowe.

8. Utylizacja:

Produkt i jego opakowanie należy utylizować zgodnie z przepisami krajowymi lub lokalnymi.

UA: ІНСТРУКЦІЯ КОРИСТУВАЧА



**УВАГА! Використовувати засоби індивідуального захисту.
Дотримуйтесь інструкції.**

183.102.005-.TAVIALO Еспандери з Ручками



1. Призначення:

Еспандери TAVIALO з ручками призначені для фітнес-вправ як у приміщенні, так і на відкритому повітрі. Вони підходять для силових тренувань, фізіотерапії та загальних фітнес-програм.

2. Основні характеристики гумок:

Матеріал: Високоякісний латекс з ручками, покритими піною. Довжина стрічки: 120 см.

Рівні опору: Легкий, Середній і Важкий (в залежності від кольору). Максимальне навантаження: 150 фунтів.

3. Запобіжні заходи при роботі з гумками:

Увага!

Ми рекомендуємо уважно ознайомитися з цією інструкцією і дотримуватися заходів безпеки для забезпечення довговічності та надійності ваших еспандерів.

3.1. Використовуйте еспандери лише за призначенням.

3.2. Не перевищуйте рекомендоване навантаження для стрічки.

3.3. Перед кожним використанням перевіряйте еспандери на предмет зносу або пошкоджень.

3.4. Не використовуйте стрічки на гострих або шорстких поверхнях, щоб уникнути розриву.

3.5. Будьте обережні під час розтягування стрічок, щоб уникнути їх раптового розриву.

3.6. Використовуйте гумки тільки за призначенням.

3.7. Якщо стрічки були пошкоджені, деформовані або зношені, подальше їх використання може призвести до травм. Припиніть використання негайно.

3.8. Неправильне використання може призвести до травм.

Компанія не несе відповідальності за використання гумок не за призначенням, за неправильне використання або за використання пошкоджених або зношених гумок.

Пам'ятайте про ці запобіжні заходи, щоб уникнути травм і створити безпечне робоче середовище.

4. Підготовка гумок до використання:

Перевірте еспандери:

Огляньте стрічки на наявність видимих пошкоджень. Переконайтеся, що ручки і стрічки надійно закріплені.

Виберіть відповідне місце для вправ:

Виберіть рівну і стабільну поверхню для виконання вправ.

5. Як використовувати:

Підготовка до використання:

Міцно тримайте ручки, виберіть відповідний рівень опору (в залежності від кольору) і починайте тренування.

Під час використання:

Виконуйте вправи повільно, уникаючи різких рухів і ривків. Дотримуйтесь рекомендованого рівня опору відповідно до ваших потреб.



6. Догляд:

- 6.1. Регулярно очищуйте еспандери від бруду і пилу.
- 6.2. Використовуйте м'яку щітку або вологу тканину для очищення ручок.
- 6.3. Уникайте використання агресивних хімічних засобів для чищення, щоб не пошкодити латексний матеріал.
- 6.4. Дайте стрічкам висохнути природним шляхом, уникаючи прямого сонячного світла і високих температур, які можуть погіршити якість латексу.

7. Зберігання та транспортування:

- 7.1. Зберігайте еспандери в сухому місці, подалі від вологи і прямих сонячних променів, щоб запобігти деградації латексу.
- 7.2. Переконайтеся, що стрічки повністю висохли перед зберіганням, щоб запобігти появі плісняви або пошкодженню матеріалу.

7.3. Обережно скрутіть стрічки і закріпіть їх, щоб уникнути заплутування під час зберігання.

7.4. Для транспортування використовуйте захисне покриття або упаковку, що захищає від пошкоджень і забруднень.

7.5. Не кидайте і не вдаряйте еспандери, оскільки це може послабити матеріал. Під час зберігання і транспортування захищайте стрічки від механічних ударів, вологи і забруднень.

7.6. Стрічки можна транспортувати будь-яким видом транспорту, що забезпечує цілісність продукту відповідно до загальних правил транспортування.

7.7. Уникайте розміщення важких предметів на стрічках. Під час завантаження і розвантаження переконайтеся, що стрічки не піддаються ударам, вібраціям або впливу екстремальних погодних умов.

8. Утилізація:

Утилізуйте виріб і його упаковку відповідно до національного законодавства або місцевих нормативних актів.