

GYMform® LEG FITNESS

ENGLISH

SAFETY WARNINGS

Read the instruction manual before using the Gymform® Leg Fitness for the first time.

If you have any doubts about your physical fitness or if you are suffering from any form of illness, always consult your doctor before using the Gymform® Leg Fitness.

If you are suffering from a herniated disc, consult your doctor before using the Gymform® Leg Fitness.

If you suffer from asthma or any other respiratory illness, consult your doctor before using the Gymform® Leg Fitness.

Always place the Gymform® Leg Fitness on a flat surface.

Make sure children do not use the Gymform® Leg Fitness without adult supervision.

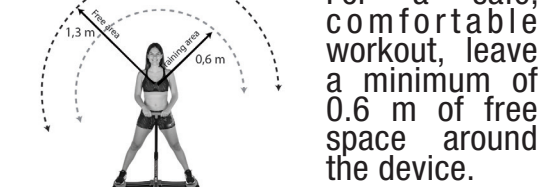
Do not use the Gymform® Leg Fitness if you are pregnant.

Do not consume alcoholic drinks while using the Gymform® Leg Fitness.

Drink water after using the Gymform® Leg Fitness.

The maximum weight allowed on the Gymform® Leg Fitness is 100 kg.

Warning: Not for therapeutic use.



Assemble the machine exactly as described in the installation instructions and use only the specific parts enclosed. Before assembly, make sure that all the items on the delivery notice are included with the delivery and that the box contains all the parts mentioned in the assembly steps in the installation and operating instructions.

Check the tightness of all screws, nuts and other connections before using the machine for the first time and at regular intervals to ensure that the machine is safe to use.

Set up the machine in a dry, level place and protect it from moisture and water. Uneven sections of the floor should be compensated for by taking suitable measures and using the adjustable parts of the machine (when installed). Ensure that no contact occurs with moisture or water.

Do not use harsh cleaning agents to clean the machine. Use only the tools supplied or suitable tools of your own to assemble the machine and for any necessary repairs. Remove drops of sweat from the machine immediately after you finish working out.

Work out on the machine only when it is in proper working order. Use only original spare parts for any repairs required.

WARNING: Replace worn parts immediately and do not use the machine until they are replaced.

To reduce the risk of injury, fire and damage, always follow basic safety precautions when using this device.

This device may be used by children aged eight and over, by people with reduced physical, sensory or mental abilities, and by people lacking in experience and knowledge if they are appropriately supervised or given suitable instructions on the safe use of the device and understand the dangers its use entails. Children should not be

allowed to play with the device. Children should not clean or do maintenance on the device without supervision.

Make sure the product components are in good condition before using the device the first time. If the components are damaged, the machine cannot be used. Please return it to your store.

The device is for personal indoor use only. It is not designed for commercial use.

The distributor is not liable for any loss or damage caused by misuse of the device.

Do not jump on the device. This may damage the unit.

Never try to service the machine yourself. Consult an expert about the problem.

The machine can be used by only one person per session. It should not be used by more than one person at the same time.

Stop using the machine immediately if you feel uncomfortable or dizzy.

Consult a physician immediately if you do not feel well or have chest pain or any other symptoms.

If you have not done exercise for a long time or if you have a heart condition, a circulatory disorder or an orthopaedic problem, consult a physician before using the machine.

Children should be supervised at all times to ensure that they do not play with the machine.

Children should be supervised at all times to ensure that they do not play with the machine.

UNFOLDING THE PRODUCT FOR USE

1. Take the folded product out of the box.
 2. Slide the lock switch up.
 3. Remove the lock pin.
 4. To unfold the product, push each platform with pedal down to the floor.
 5. Raise the handlebar.
 6. Insert the lock switch down.
 7. Insert the lock pin.
 8. Hold on to the handlebar. Carefully step on the pedals. Do not do it too quickly.
 9. Repeatedly open and close your legs during the workout.
- WARNING: Avoid falling and walk away when the pedal comes to a complete stop

FOLDING THE DEVICE (9)

- To easily store the device:
- Raise the side pedals
 - Place one pedal on top of the other
 - If the pedals are not in the right position, the product will fold up.
 - Lower the handlebar, slide the lock switch down and insert the lock pin
 - Place the platforms in the indicated area so they are folded up and locked

CARE AND MAINTENANCE

Periodically wipe the unit with a damp cloth.

CERTIFICATES AND DIRECTIVES

Model No. VDPVACIND0032
Class HC
This product meets the requirements of Standard Directive EN ISO 20957-1:2013.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Gymform® Leg Fitness
VDPVACIND0032
Class HC
Maximum user weight: 100 kg
Approximate space requirements: H 100 cm x W 120cm x D 40cm
Approximate space requirements when folded: H 70 cm x W 50 cm x D 40 cm
Approximate weight: 4 kg
This product meets the requirements of Standard Directive EN ISO 20957-1:2013.

QUALITY WARRANTY:

This product is covered by a warranty against manufacturing defects subject to the time periods stipulated by the legislation in force in each country. This warranty does not cover damage resulting from inadequate use, negligent commercial use, abnormal wear and tear, accidents or improper handling.

Australia & New Zealand only
This product has the benefit of certain Consumer Guarantees. These are prescribed by the Australian Consumer Law & the New Zealand Consumer Guarantees Act 1993 both of which provide protection for consumers. There is no express warranty for this product in Australia or New Zealand. The above paragraph refers to other countries.

Made in China.

ESPAÑOL

ADVERTENCIAS DE SEGURIDAD

Lea el manual de instrucciones antes de utilizar Gymform® Leg Fitness por primera vez.

Si duda sobre su condición física o si padece alguna enfermedad, consulte a su médico antes de utilizar Gymform® Leg Fitness.

Si tiene una hernia discal, consulte a su médico antes de utilizar el Gymform® Leg Fitness.

Si padece asma o cualquier otra afección respiratoria, consulte a su médico antes de utilizar el Gymform® Leg Fitness.

Coloque siempre el Gymform® Leg Fitness sobre una superficie plana.

Asegúrese de que los niños no utilicen el Gymform® Leg Fitness sin la supervisión de un adulto.

No utilice el Gymform® Leg Fitness si está embarazada.

No consuma bebidas alcohólicas mientras utiliza el Gymform® Leg Fitness.

Beba agua después de utilizar el Gymform® Leg Fitness.

El Gymform® Leg Fitness soporta un peso máximo de 100 kg.

Advertencia: "No apto para uso terapéutico"

Para poder realizar ejercicio de forma segura y cómoda dejar un perímetro mínimo de espacio libre de 0,6m.

Para poder realizar ejercicio de forma segura y cómoda dejar un perímetro mínimo de espacio libre de 0,6m.

Monte la máquina exactamente como se describe en las instrucciones de instalación y utilice solo las partes específicas de la máquina que se indican en ellas.

Antes de montarla, compruebe el albarán para asegurarse de que ha recibido todos los componentes y compare el contenido de la caja con los pasos de montaje de las instrucciones de instalación y uso para cerciorarse de que no falta nada.

Compruebe si todos los tornillos, tuercas y otras conexiones están bien apretados antes de usar la máquina por primera vez y a intervalos regulares, para garantizar que el aparato es seguro.

Monte la máquina en un lugar seco y llano, y protéjala de la humedad y el agua.

Las zonas irregulares del suelo se deben compensar con medios adecuados y con las partes regulables de la máquina, si están instaladas.

Asegúrese de que la máquina no entre en contacto con humedad ni agua.

No utilice productos agresivos para limpiar la máquina y emplee únicamente las herramientas proporcionadas u otras adecuadas para montarla y realizar las reparaciones que sean necesarias.

Limpie las gotas de sudor de la máquina inmediatamente después del entrenamiento.

Entrene con la máquina solamente si esta funciona correctamente. Use piezas de repuesto originales para las reparaciones que sean necesarias.

ADVERTENCIA: Sustituya las piezas desgastadas inmediatamente y no las use hasta que estén reparadas.

Tome siempre las precauciones de seguridad básicas cuando utilice la máquina para reducir el riesgo de lesiones, incendio y daños.

Este aparato puede ser utilizado por niños de 8 años o más y personas con capaci-

dades físicas, sensoriales o mentales limitadas o con falta de experiencia y conocimientos al respecto si han sido supervisados o instruidos acerca del uso del aparato de forma segura y comprenden los peligros asociados.

Los niños no deben jugar con el aparato. Los niños no deben realizar la limpieza ni el mantenimiento del aparato sin supervisión.

Cerciórese de que los componentes del producto están en buen estado antes de usar la máquina por primera vez.

Si los componentes están dañados, no use el aparato y devuélvalo a la tienda.

Esta máquina está diseñada para uso personal en interiores y no para uso comercial.

El distribuidor no se hace responsable de los daños o pérdidas causados por un uso indebido del aparato.

No salte encima del aparato, ya que podría dañarlo.

Nunca intente reparar la máquina personalmente; consulte el problema a un experto.

La máquina está concebida para ser usada por una sola persona por sesión. No debe utilizarla más de una persona a la vez.

Deje de utilizar el aparato inmediatamente si se siente incómodo o mareado. Acuda al médico de inmediato si no se encuentra bien, tiene dolor en el pecho o presenta otros síntomas.

Si hace tiempo que no hace ejercicio o padece alguna enfermedad cardíaca, trastornos circulatorios o problemas ortopédicos, consulte al médico antes de usar el aparato.

Los niños deben estar supervisados en todo momento para garantizar que no juegan con el aparato.

Advertencia: Si alguna de las piezas ajustables no queda bien fijada, podría interferir en el movimiento del usuario.

CÓMO DESPLEGAR EL PRODUCTO Y COMO USARLO

1. Retire el producto plegado de la caja.
 2. Deslice la palanca de bloqueo hacia arriba.
 3. Retire el pasador de bloqueo.
 4. Presione las dos plataformas con sus respectivos pedales hacia los lados para desplegar el producto.
 5. Levante la barra del manillar.
 6. Deslice la palanca de bloqueo hacia abajo.
 7. Introduzca el pasador de bloqueo.
 8. Agárrase al manillar. Súbase a los pedales del producto con precaución. No lo haga de forma brusca.
 9. Abra y cierre las piernas de forma repetida durante el ejercicio.
- ADVERTENCIA: Evite caerse y aléjese cuando el pedal se detenga por completo

CÓMO PLEGAR EL APARATO (9)

- Para guardar el aparato fácilmente:
- Levante las plataformas laterales
 - Coloque los pedales uno encima del otro
 - * Si no ubica bien estos pedales, el producto no podrá plegarse
 - Baje el manillar y bloquéelo con el interruptor y el pasador
 - Ubique las plataformas en la zona intencionada para que se bloqueen plegados

CUIDADO Y MANTENIMIENTO

Puede limpiar el aparato con un paño húmedo

ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Gymform® Leg Fitness
VDPVACIND0032
CLASE HC
Peso máximo usuario: 100 Kg
Requisito de espacio aproximado: H 100 cm x W 120cm x D 40cm
Requisito de espacio plegado: H 70 cm x W 50 cm x D 40 cm
Pero aproximado: 4 Kg
Este producto cumple con la Directiva Standard EN ISO 20957-1:2013.

GARANTÍA DE CALIDAD

Este producto queda cubierto por una garantía contra defectos de fabricación sujeta a los plazos de tiempo estipulados por la legislación vigente en cada país. Esta garantía no cubre los daños resultantes de un uso inadecuado, uso comercial negligente, desgaste anormal, accidentes o manipulación indebida.

Fabricado en China.

FRANÇAIS

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Lisez la notice d'utilisation avant d'utiliser Gymform® Leg Fitness pour la première fois.

En cas de doute à propos de votre état de santé ou si vous souffrez d'une maladie, consultez votre médecin avant d'utiliser Gymform® Leg Fitness.

Si vous souffrez d'une hernie discale, consultez votre médecin avant d'utiliser Gymform® Leg Fitness.

Si vous avez de l'asthme ou souffrez de toute autre maladie respiratoire, consultez votre médecin avant d'utiliser Gymform® Leg Fitness.

Placez toujours Gymform® Leg Fitness sur une surface plane.

Veillez à ce que les enfants n'utilisent Gymform® Leg Fitness que sous la surveillance d'un adulte.

N'utilisez pas Gymform® Leg Fitness si vous êtes enceinte.

Ne consommez pas de boissons alcoolisées lorsque vous utilisez Gymform® Leg Fitness.

Buvez de l'eau après avoir utilisé Gymform® Leg Fitness.

Gymform® Leg Fitness supporte un poids maximum de 100 kg.

Avertissement : « Ne convient pas à un usage thérapeutique »

Pour réaliser les exercices de façon confortable et sûre, veillez à ce qu'il y ait un espace dégagé d'au moins 60 cm tout autour de l'appareil.

Montez l'appareil en respectant les instructions d'installation et utilisez uniquement les éléments spécifiques de l'appareil qui y sont mentionnés.

Avant le montage, vérifiez le bordereau pour vous assurer que vous avez reçu tous les composants et comparez le contenu de la boîte avec les étapes de montage des instructions d'installation et d'utilisation pour être sûr qu'il ne manque rien.

Vérifiez que toutes les vis, les écrous et autres raccords sont correctement serrés avant d'utiliser l'appareil pour la première fois, puis à intervalles réguliers pour garantir la sécurité de l'appareil.

Montez l'appareil dans un lieu sec et plat, et protégez-le de l'humidité et de l'eau.

Les irrégularités du sol doivent être compensées par des moyens adéquats et avec les éléments réglables de l'appareil s'il y en a.

Assurez-vous que l'appareil ne soit pas au contact de l'humidité ni de l'eau.

N'utilisez pas de produits agressifs pour nettoyer l'appareil et servez-vous uniquement des outils fournis ou d'autres outils appropriés pour effectuer le montage et d'éventuelles réparations.

Nettoyez les gouttes de sueur de l'appareil immédiatement après l'entraînement.

Entrenez-vous avec l'appareil uniquement s'il fonctionne correctement. Utilisez des pièces de rechange originales pour effectuer d'éventuelles réparations.

MISE EN GARDE : Remplacez immédiatement les pièces usées et ne les utilisez pas jusqu'à ce qu'elles soient réparées.

Pour éviter tout risque de lésion, d'incendie ou de dommage, adoptez les mesures de sécurité de base lorsque vous utilisez cet appareil.

Cet appareil peut être utilisé par des enfants âgés de 8 ans et plus, par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont limitées ou par des personnes dépourvues de l'expérience et

des connaissances nécessaires, à condition que ces utilisateurs soient encadrés ou aient reçu les instructions pertinentes pour utiliser l'appareil en toute sécurité et qu'ils comprennent les risques que cela implique.

Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. En l'absence de surveillance, les enfants ne doivent pas nettoyer l'appareil ni assurer son entretien.

Avant d'utiliser l'appareil pour la première fois, vérifiez que tous ses composants sont en bon état.

Si les composants sont endommagés, n'utilisez pas l'appareil et retournez-le au magasin.

Cet appareil est destiné à un usage personnel en intérieur et non à un usage commercial.

Le distributeur ne peut pas être tenu responsable des dommages ni des pertes découlant d'une utilisation non conforme de l'appareil.

Ne sautez pas sur l'appareil, vous pourriez l'endommager.

N'essayez jamais de réparer vous-même l'appareil. Consultez un spécialiste en cas de problème.

L'appareil ne doit être utilisé que par une seule personne lors de chaque séance. Il ne doit pas être utilisé par plus d'une personne à la fois.

En cas de gêne ou d'étourdissement, cessez immédiatement d'utiliser l'appareil.

Consultez immédiatement un médecin si vous ne vous sentez pas bien, si vous sentez une douleur dans la poitrine ou si vous présentez d'autres symptômes.

Si cela fait longtemps que vous ne faites pas d'exercice physique ou si vous souffrez d'une maladie cardiaque, de troubles de la circulation ou de problèmes orthopédiques, consultez le médecin avant d'utiliser l'appareil.

Les enfants doivent être surveillés en permanence afin d'éviter qu'ils jouent avec l'appareil.

Mise en garde : si l'un des éléments réglables n'est pas bien fixé, il pourrait entraver le mouvement de l'utilisateur.

DEPLIAGE ET UTILISATION DU PRODUIT

1. Retirez le produit plié de la boîte.
 2. Faites glisser le levier de verrouillage vers le haut.
 3. Retirez le goujon de verrouillage.
 4. Appuyez sur les deux plates-formes en utilisant leurs pédales respectives afin de déplier le produit.
 5. Relevez la barre du guidon.
 6. Faites glisser le levier de verrouillage vers le bas.
 7. Insérez le goujon de verrouillage.
 8. Faites-vous au guidon. Montez sur les pédales du produit en faisant preuve de prudence. Ne montez pas brusquement sur les pédales.
 9. Ouvrez et fermez plusieurs fois vos jambes pendant que vous réalisez l'exercice.
- AVERTISSEMENT : évitez de tomber et éloignez-vous lorsque la pédale s'arrête complètement

PLIAGE DE L'APPAREIL

Pour ranger facilement l'appareil :

- Soulevez les plates-formes latérales
- Placez les pédales l'une au-dessus de l'autre
- * Si vous ne positionnez pas correctement ces pédales, vous ne serez pas en mesure de plier le produit
- Abaissez le guidon et verrouillez-le à l'aide de l'interrupteur et du goujon
- Positionnez les plates-formes dans la zone prévue à cet effet, de sorte qu'elles soient verrouillées en position pliée

PRÉCAUTIONS ET ENTRETIEN

Pour nettoyer l'appareil, utilisez un chiffon humide.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

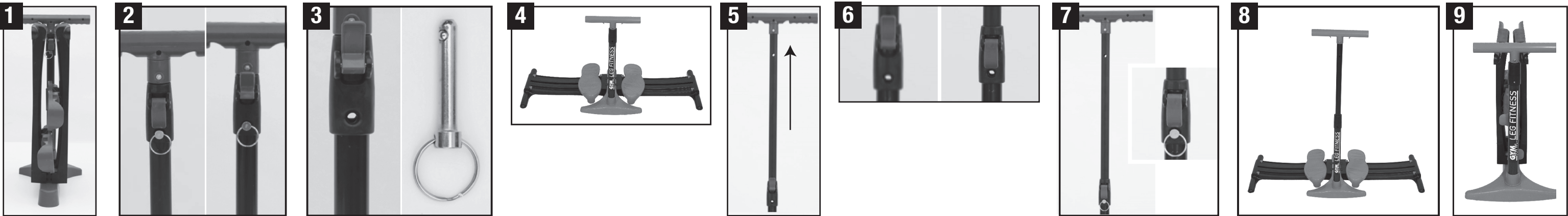
Gymform® Leg Fitness
Modèle VDPVACIND0032
CATÉGORIE HC
Poids maximum de l'utilisateur : 100 kg
Espace approximatif occupé : H 100 cm x W 120cm x D 40cm
Espace occupé plié : H 70 cm x W 50 cm x D 40 cm
Poids approximatif : 4 kg
Ce produit est conforme à la norme EN ISO 20957-1:2013.

GARANTIE
Cet appareil est couvert par une garantie contre les défauts de fabrication, dont la durée dépend de la législation en vigueur dans chaque pays.

Cette garantie ne couvre pas les dommages résultant d'une utilisation inappropriée, d'une négligence de la part du commerçant, d'une usure anormale, d'accidents ou d'une mauvaise manipulation.

Fabriqué en Chine.





DEUTSCH

SICHERHEITSHINWEISE

Lesen Sie vor der ersten Benutzung von Gymform® Leg Fitness immer erst die Gebrauchsanleitung durch. Falls Sie Zweifel bezüglich Ihrer körperlichen Verfassung haben oder an irgendeiner Krankheit leiden, konsultieren Sie Ihren Arzt, ehe Sie Gymform® Leg Fitness verwenden.

Im Fall eines Bandscheibenvorfalles vor dem Gebrauch von Gymform® Leg Fitness den Arzt konsultieren.

Wenn Sie an Asthma oder einer anderen Atemwegserkrankung leiden, konsultieren Sie Ihren Arzt, ehe Sie Gymform® Leg Fitness verwenden.

Stellen Sie Gymform® Leg Fitness nur auf einer ebenen Fläche auf.

Stellen Sie sicher, dass Kinder Gymform® Leg Fitness nur unter Aufsicht eines Erwachsenen nutzen.

Bei Schwangerschaft Gymform® Leg Fitness nicht verwenden.

Während der Benutzung von Gymform® Leg Fitness keine alkoholischen Getränke konsumieren.

Nach der Benutzung von Gymform® Leg Fitness Wasser trinken.

Gymform® Leg Fitness ist für ein Körpergewicht von maximal 100 kg ausgelegt.

Warnhinweis: „Nicht für den therapeutischen Gebrauch gedacht“



Für eine sichere und bequeme

Durchführung der Übungen muss um das Gerät

mindestens 0,6 m freier Platz zur Verfügung stehen.

- Das Gerät gemäß der in der Montageanleitung enthaltenen Beschreibung unter ausschließlicher Verwendung der darin beschriebenen Geräterteile zusammenbauen. Vor dem Zusammenbau anhand des Lieferzeichens prüfen, ob sämtliche Bestandteile angeliefert wurden, und den Kartoninhalt mit den jeweiligen Montagebeschritten der Montageanleitung vergleichen, um sicherzustellen, dass nichts fehlt.

- Vor der ersten und regelmäßigen Verwendung des Geräts prüfen, ob sämtliche Schrauben, Müttern und andere Verbindungselemente fest angezogen sind, um die sichere Gerätebenutzung sicherzustellen.

- Das Gerät an einem trockenen und ebenen Ort, gegen Feuchtigkeit und Wasser geschützt, aufbauen. Unregelmäßigkeiten des Bodens müssen mit geeigneten Mitteln und den jeweils einstellbaren Geräterteilen, falls vorhanden, ausgeglichen werden. Stellen Sie sicher, dass das Gerät weder mit Feuchtigkeit noch mit Wasser in Kontakt kommt.

- Für die Gerätereinigung keine aggressiven Reinigungsmittel verwenden. Für die Montage und die Ausführung von Reparaturen ausschließlich die mitgelieferten bzw. andere geeignete Werkzeuge verwenden. Schweißtropfen direkt nach dem Training vom Gerät entfernen.

- Mit dem Gerät darf nur trainiert werden, wenn dieses problemlos funktioniert. Für die eventuelle nötige Reparaturen Originalersatzteile verwenden.

WARNHINWEIS: Abgenutzte Teile müssen sofort ersetzt werden; diese nicht verwenden, bis sie nicht repariert sind.

- Bei der Benutzung des Geräts immer die grundlegenden Sicherheitsmaßnahmen ergreifen, um die Gefahr von Verletzungen, Brand oder Sachschäden zu verringern.

Dieses Gerät kann von Kindern über 8 Jahren und Personen mit physischen, sensorischen oder geistigen Behinderungen bzw. fehlender Kenntnis und Erfahrung benutzt werden, wenn sie eine entsprechende Aufsicht und Unterweisung erhalten und die mit dem Gerät verbundenen Gefahren verstanden haben. Kinder dürfen nicht mit diesem Gerät spielen. Kinder dürfen unbeaufsichtigt das Gerät weder reinigen noch warten.

- Vor der erstmaligen Benutzung ist sicherzustellen, dass sich alle Komponenten des Geräts in einem guten Zustand befinden. Im Fall von beschädigten Komponenten darf das Gerät nicht benutzt und muss an die Verkaufsstelle zurückgegeben werden.

- Dieses Gerät ist für den persönlichen und nicht kommerziellen Gebrauch in Innenräumen konzipiert.

- Der Verkäufer haftet nicht für durch unsachgemäße Verwendung des Geräts verursachte Schäden oder Verlüste.

- Nicht auf das Gerät springen, es könnte dadurch beschädigt werden.

- Nie versuchen, das Gerät selbst zu reparieren; bei jeglichem Problem ist eine Fachkraft zu konsultieren.

- Das Gerät ist für die Nutzung von einer Person pro Trainingssession konzipiert. Es darf nicht von mehr als einer Person gleichzeitig verwendet werden.

- Die Verwendung des Geräts ist bei Unwohlsein oder Schmerzen unverzüglich zu unterbrechen. Gehen Sie sofort zum Arzt, wenn Sie sich unwohl fühlen, Schmerzen in der Brust haben oder andere Symptome aufweisen.

- Wenn das letzte Training schon länger her ist oder Sie an irgendeiner Herzkrankheit, Durchblutungsstörung oder einem orthopädischen Problem leiden, konsultieren Sie vor der Benutzung des Geräts Ihren Arzt.

- Kinder müssen durchgehend beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.

Warnung: Falls einige der verstellbaren Teile nicht gut gefestigt sind, können Sie die Bewegungen des Benutzers beeinträchtigen.

AUFSTELLUNG UND VERWENDUNG DES PRODUKTES
1. Das zusammengeklappte Gerät aus der Verpackung nehmen.
2. Sperrhebel nach oben schieben.
3. Sicherungsstift herausziehen.
4. Zum Aufstellen des Produkts die beiden Gerätereständer mit ihren Fußplatten auseinanderdrücken.
5. Griffstange ausziehen.
6. Sperrhebel nach unten schieben.
7. Sicherungsstift einführen.
8. Sich am Griff festhalten. Mit Vorsicht auf die Fußplatten des Produkts steigen. Nicht zu schnell vorgehen.

WARNUNG: Vermeiden Sie es, zu fallen und wegzugehen, wenn das Pedal vollständig zum Stillstand kommt

ZUSAMMENKLAPPEN DES GERÄTS
Für eine problemlose Aufbewahrung:

• Gerätereständer anheben und oben zusammenführen, • Fußplatten jeweils übereinander positionieren.

*Das Produkt kann nicht zusammengeklappt werden, wenn die Fußplatten nicht richtig positioniert sind.

• Griffstange einschieben und mit dem Sperrhebel und Sicherungsstift blockieren.

• Die Ständer müssen zur Aufbewahrung wie angegeben zusammengeklappt werden, dass sie sich gegenseitig blockieren.

PFLUGE UND WARTUNG
Das Produkt kann mit einem feuchten Tuch gereinigt werden.

TECHNISCHE DATEN
Gymform® Leg Fitness
Modell Nr. VDPVACIND0032
KLASSE HC

Maximales Gewicht des Benutzers: 100 kg
Umfangreicher Platzbedarf: H 100 cm x W 120cm x D 40cm

Platzbedarf in zusammengeklapptem Zustand: H 70 cm x W 50 cm x D 40 cm

Umfangreiches Gewicht: 4 kg
Dieses Produkt erfüllt die Standardrichtlinie EN ISO 20957-1:2013.

Hergestellt in China.

ITALIANO

AVVERTENZE DI SICUREZZA

Leggere il manuale di istruzioni prima di usare Gymform® Leg Fitness per la prima volta.

In caso di dubbi sul proprio stato fisico o in caso di condizioni di salute particolari, consultare un medico prima di usare Gymform® Leg Fitness.

In caso di ernia discale, consultare un medico prima di usare Gymform® Leg Fitness.

In caso di asma o altre malattie respiratorie, consultare un medico prima di usare Gymform® Leg Fitness.

Posizionare sempre Gymform® Leg Fitness su una superficie piana.

I bambini non devono usare Gymform® Leg Fitness senza la supervisione di un adulto.

Non usare Gymform® Leg Fitness in caso di gravidanza.

Non consumare bevande alcoliche durante l'uso del Gymform® Leg Fitness.

Dopo aver usato Gymform® Leg Fitness bere dell'acqua.

Gymform® Leg Fitness sopporta un peso massimo di 100 kg.

Avvertenza: "Prodotto non destinato all'uso terapeutico"

Per potersi allenare in modo sicuro e confortevole, lasciare un perimetro minimo di spazio libero di 0,6 m.



Montare l'attrezzo come descritto nelle istruzioni di installazione usando solo le parti specifiche dell'attrezzo indicate nelle istruzioni. Prima di montare l'attrezzo, verificare che siano presenti tutti i componenti e fare un raffronto tra il contenuto della scatola e i passi di montaggio da seguire indicati nelle istruzioni di installazione e uso, per accertarsi che non manchi nessun elemento.

- Verificare che tutte le viti, i dadi e gli altri elementi di giunzione siano serrati correttamente prima di usare l'attrezzo per la prima volta e tornare a verificare regolarmente per garantire la sicurezza dell'attrezzo.

- Montare l'attrezzo in un luogo asciutto e su una superficie piana, lontano da sorgenti di umidità e dall'acqua. Se il suolo presenta zone irregolari, queste devono essere compensate in modo adeguato e con le parti regolabili dell'attrezzo, se installate. Assicurarsi che l'attrezzo non entri in contatto con umidità o acqua.

- Non applicare prodotti aggressivi per pulire l'attrezzo e usare solo gli utensili forniti o utensili adeguati per montare l'attrezzo e realizzare le riparazioni necessarie. Pulire le gocce di sudore che possono trovarsi sull'attrezzo subito dopo l'allenamento.

- Allenarsi con l'attrezzo solo se questo funziona in modo corretto. Usare i pezzi di ricambio originali per riparare l'attrezzo, quando necessario.

AVVERTENZA: Sostituire immediatamente i pezzi usurati e usare l'attrezzo solo una volta completata la riparazione.

- Durante l'uso di questo attrezzo adottare sempre le precauzioni di sicurezza di base per ridurre il rischio di lesioni, incendi e danni.

Questo attrezzo può essere utilizzato da bambini di età non inferiore a 8 anni

e da persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o con esperienza e conoscenze insufficienti, purché attentamente sorvegliati e istruiti riguardo l'uso in sicurezza dell'attrezzo e purché siano consapevoli dei rischi connessi. I bambini non devono giocare con l'attrezzo. I bambini non devono eseguire operazioni di pulizia e manutenzione dell'attrezzo senza la supervisione di un adulto.

- Controllare che i componenti del prodotto siano in buone condizioni prima di utilizzare l'attrezzo per la prima volta. Se i componenti sono danneggiati, non usare l'attrezzo e restituirlo al negozio.

- Questo attrezzo è stato progettato per l'uso personale in ambienti interni e non per l'uso commerciale.

- Il rivenditore non è responsabile di danni o perdite provocati da un uso anomalo dell'attrezzo.

- Non saltare sull'attrezzo, in quanto si potrebbe danneggiare.

- Non cercare mai di riparare l'attrezzo personalmente; consultare un esperto.

- L'attrezzo è pensato per essere usato da una sola persona per sessione. Non deve essere usato da più di una persona alla volta.

- Interrompere immediatamente l'utilizzo dell'attrezzo in caso di disturbi o vertigini. Rivolgersi immediatamente al medico in caso di malessere, dolore al petto o altri sintomi.

- Se non si pratica esercizio da tempo o in caso di patologie cardiache, disturbi circolatori o problemi ortopedici, consultare il medico prima di usare l'attrezzo.

- Supervisionare sempre i bambini per assicurarsi che non giochino con il prodotto.

Attenzione: Se uno qualsiasi dei componenti regolabili non è fissato correttamente, potrebbe interferire con il movimento dell'utente.

COME APRIRE IL PRODOTTO E COME USARLO

1. Rimuovere il prodotto piegato dalla scatola.
2. Far scorrere la leva di bloccaggio verso l'alto.
3. Rimuovere il perno di bloccaggio.
4. Premere sulle due pedane con i rispettivi pedali lateralmente per aprire il prodotto.

5. Sollevare la barra del manubrio.
6. Far scorrere la leva di bloccaggio verso il basso.
7. Inserire il perno di bloccaggio.
8. Afferrare il manubrio. Salire sui pedali del prodotto con cautela. Non farlo bruscamente.

9. Durante l'esercizio, aprire e chiudere le gambe ripetutamente.

AVVERTENZA: evitare di cadere e allontanarsi quando il pedale si ferma completamente

COME PIEGARE L'APPARECCHIO
Per una facile conservazione dell'apparecchio:

• Sollevare le pedane laterali
• Posizionare i pedali uno sopra l'altro
*Se non si posizionano correttamente i pedali, il prodotto non potrà essere piegato

• Abbassare il manubrio e bloccarlo con la leva e il perno

• Posizionare le pedane nell'area prevista in modo che si bloccino ripiegate

CURA E MANUTENZIONE
È possibile pulire l'apparecchio con un panno umido

SPECIFICHE TECNICHE
Gymform® Leg Fitness
Modello n. VDPVACIND0032
KLASSE HC

Peso massimo utente: 100 kg
Requisiti di spazio indicativi: H 100 cm x W 120cm x D 40cm

Requisiti di spazio con l'attrezzo piegato: H 70 cm x W 50 cm x D 40 cm

Peso approssimativo: 4 kg
Questo prodotto è conforme alla norma EN ISO 20957-1:2013.

GARANZIA DI QUALITÀ
Questo prodotto è garantito contro ogni difetto di fabbricazione per il tempo previsto dalla legislazione vigente.

Sono esplicitamente esclusi dalla garanzia i danni derivanti da uso improprio, uso commerciale negligente, usura anormale, incidenti o manomissioni.

Made in China.

PORTUGUÊS

ADVERTÊNCIAS DE SEGURANÇA

Leia o manual de instruções antes de utilizar o Gymform® Leg Fitness pela primeira vez.

Se tiver dúvidas sobre a sua condição física ou se sofrer de uma doença, consulte o seu médico antes de utilizar o Gymform® Leg Fitness.

Se tiver uma hérnia discal, consulte o seu médico antes de utilizar o Gymform® Leg Fitness.

Se sofrer de asma ou de qualquer outra afecção respiratória, consulte o seu médico antes de utilizar o Gymform® Leg Fitness.

Coloque sempre o Gymform® Leg Fitness sobre uma superfície plana.

Certifique-se de que as crianças não utilizam o Gymform® Leg Fitness sem a supervisão de um adulto.

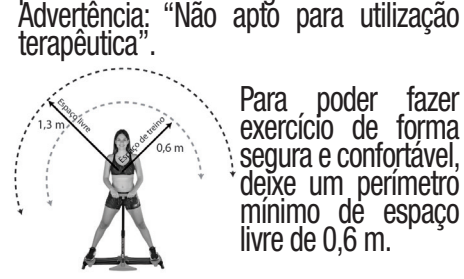
Não utilize o Gymform® Leg Fitness se estiver grávida.

Não consuma bebidas alcoólicas durante a utilização do Gymform® Leg Fitness.

Beba água depois de utilizar o Gymform® Leg Fitness.

O Gymform® Leg Fitness suporta um peso máximo de 100 kg.

Advertência: "Não apto para utilização terapêutica".



Para poder fazer exercício de forma segura e confortável, deixe um perímetro mínimo de espaço livre de 0,6 m.

- Monte o aparelho exatamente como descrito nas instruções de instalação e utilize apenas as partes específicas indicadas nas mesmas. Antes de montar este aparelho, comprave a guia de remessa para se assegurar de que recebeu todos os componentes e compare o conteúdo da caixa com os passos de montagem das instruções de instalação e utilização para ser certificar de que não falta nada.

- Comprove se todos os parafusos, as porcas e as restantes uniões estão bem apertados antes de utilizar o aparelho pela primeira vez e em intervalos regulares, para garantir a sua segurança.

- Monte o aparelho num lugar seco e plano e proteja-o da humidade e da água. As zonas irregulares do solo devem ser compensadas com meios adequados e com as partes reguláveis do aparelho, se estiverem instaladas. Certifique-se de que o aparelho não entra em contacto com humidade nem água.

- Não utilize produtos agressivos para limpar o aparelho e empregue unicamente as ferramentas proporcionadas ou outras adequadas para o montar e realizar as reparações que forem necessárias. Limpe as gotas de suor do aparelho imediatamente depois do treino.

- Treine com o aparelho unicamente se estiver a funcionar corretamente. Utilize peças sobresselentes originais para as reparações que sejam necessárias.

AVISO: Substitua imediatamente as peças gastas e não as utilize enquanto não estiverem reparadas.

- Quando ajustar as peças reguláveis, certifique-se de que a posição é correta e que respeita as posições de regulação máximas sinalizadas. Da mesma forma, certifique-se de que a nova posição de regulação está bem fixada.

- Tome sempre as precauções de segurança básicas quando utilizar o aparelho para reduzir o risco de lesões, de incêndio ou de danos.

Este aparelho pode ser utilizado por crianças com 8 ou mais anos e por

peças com capacidades físicas, sensoriais ou mentais limitadas ou com falta de experiência e conhecimento, se forem supervisionadas ou tiverem recebido instruções para a sua utilização segura e compreenderem os perigos associados. As crianças não devem brincar com o aparelho. As crianças não devem realizar a limpeza nem a manutenção do aparelho sem supervisão.

- Certifique-se de que os componentes do aparelho estão em bom estado antes de o utilizar pela primeira vez. Se os componentes estiverem danificados, não utilize o aparelho e devolva-o à loja.

- Este aparelho foi concebido para uma utilização pessoal em interiores e não para a sua utilização comercial.

- O distribuidor não se responsabiliza pelos danos ou perdas causados por uma utilização indevida do aparelho.

- Não salte em cima do aparelho, pois poderia danificá-lo.

- Nunca tente reparar o aparelho pessoalmente; fale sobre o problema a um técnico.

- Realize exercícios de aquecimento antes de começar a utilizar o aparelho. Comece por fazer os exercícios devagar e vá aumentando a intensidade progressivamente.

- Este aparelho foi concebido para ser utilizado por uma pessoa por sessão. Não deve ser utilizado por mais de uma pessoa ao mesmo tempo.

- Se não praticar exercício há algum tempo ou se sofrer de alguma doença cardíaca, de transtornos circulatórios ou de problemas ortopédicos, consulte um médico antes de utilizar o aparelho.

- As crianças devem ser sempre supervisionadas para garantir que não brincam com o aparelho.

Advertência: se alguma das peças reguláveis não ficar bem instalada, pode interferir no movimento do utilizador.

COMO DESDOBRAR O PRODUTO E COMO O UTILIZAR

1. Retire o produto dobrado da caixa.
2. Mova o mecanismo de bloqueio para cima.
3. Retire o pino de bloqueio.

4. Pressione as duas plataformas com os seus respetivos pedais para os lados a fim de desdobrar o produto.

5. Levante a barra do manípulo

6. Mova o mecanismo de bloqueio para baixo.

7. Introduza o pino de bloqueio.

8. Agrade o manípulo. Pise nos pedais do produto com cautela. Não o faça de forma abrupta.

9. Abra e feche as pernas repetidamente durante o exercício.

AVISO: Evite cair e andar para longe quando o pedal parar completamente

COMO DOBRAR O APARELHO
Para guardar o aparelho facilmente:

• Levante as plataformas laterais
• Coloque os pedais um em cima do outro
*se estes pedais não estiverem posicionados corretamente, o aparelho não pode ser dobrado

• Baixe o manípulo e fixe-o com o mecanismo de bloqueio e o pino

• Posicione as plataformas na área pretendida para que fiquem bloqueadas quando dobradas

CUIDADO E MANUTENÇÃO
Pode limpar o aparelho com um pano húmido.

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS
Gymform® Leg Fitness
Modelo n. VDPVACIND0032
KLASSE HC

Peso máximo do utilizador: 100 kg
Requisito de espaço aproximado: H 100 cm x W 120cm x D 40cm

Requisito de espaço dobrado: H 70 cm x W 50 cm x D 40 cm

Peso aproximado: 4 kg
Este produto cumpre a diretiva EN ISO 20957-1:2013.

GARANZIA DE QUALIDADE
Este produto está coberto por uma garantia contra defeitos de fabrico sujeita aos prazos estipulados pela legislação em vigor em cada país.

Esta garantia não cobre os danos decorrentes de uma utilização inadequada, utilização comercial negligente, desgaste anormal, acidentes ou manipulação indevida.

Made in China.

NEDERLANDS

VEILIGHEIDSWAARSCHUWINGEN

Lees altijd de instructiehandleiding door alvorens Gymform® Leg Fitness voor het eerst te gebruiken.

Hebt u twijfels over uw lichamelijke conditie of lijdt u aan een ziekte, raadpleeg dan uw arts alvorens Gymform® Leg Fitness te gebruiken.

Hebt u last van een hernia van de tussenwervelschijf, raadpleeg dan uw arts alvorens Gymform® Leg Fitness te gebruiken.

Lijdt u aan astma of een andere aandoening van de luchtwegen, raadpleeg dan uw arts alvorens Gymform® Leg Fitness te gebruiken.

Plaats de Gymform® Leg Fitness altijd op een vlakke ondergrond.

Let er op dat kinderen de Gymform® Leg Fitness niet gebruiken zonder toezicht van een volwassene.

Gebruik de Gymform® Leg Fitness niet als u zwanger bent.

Drink geen alcohol tijdens het gebruik van de Gymform® Leg Fitness.

Drink water nadat u de Gymform® Leg Fitness hebt gebruikt.

De Gymform® Leg Fitness is bestand tegen een gewicht van maximaal 100 kg.

Waarschuwing: "Niet bestemd voor therapeutisch gebruik".



Om op een veilige en comfortabele manier oefeningen te doen, moet u rond het toestel minimaal 0,6 m vrij houden.

- Monteer het apparaat precies zoals beschreven in de gebruikershandleiding en gebruik uitsluitend de specifieke onderdelen van het apparaat die daarin zijn aangegeven. Controleer vóór montage de leveringsbon om er zeker van te zijn dat u alle componenten hebt ontvangen en vergelijk de inhoud van de doos met de montage- en gebruiker-handleiding om er zeker van te zijn dat er niets ontbreekt.

- Controleer of alle schroeven, moeren en andere verbindingen goed vastzitten voordat u het apparaat voor het eerst gebruikt. Doe dit regelmatig om er zeker van te zijn dat het apparaat veilig is.

- Instaleer het apparaat op een droge, vlakke plaats en bescherm het tegen vocht en water. Oneffenheden in de vloer moeten worden gecompenseerd met geschikte middelen en de verstelbare onderdelen van het apparaat, indien deze zijn gemonteerd. Zorg ervoor dat het apparaat niet in contact komt met vocht of water.

- Gebruik geen bijtende producten om het apparaat te reinigen en gebruik uitsluitend het meegeleverde gereedschap of ander geschikt gereedschap om het apparaat te monteren en de nodige reparaties uit te voeren. Verwijder zweetdruppels direct na het trainen van het apparaat.

- Train alleen met het apparaat als het goed werkt. Gebruik originele reserveonderdelen voor eventuele reparaties.

WAARSCHUWING: vervang versleten onderdelen onmiddellijk en gebruik ze niet totdat ze gerepareerd zijn.

- Neem altijd de basisveiligheidsmaatregelen bij het gebruik van dit apparaat om het risico op letsel, brand of schade te beperken. Dit apparaat mag worden gebruikt door kinderen vanaf 8 jaar en personen met beperkte lichamelijke, sensorische of psychische vermogens, of zonder ervaring of kennis, mits zij onder toezicht staan of aanwijzingen hebben ontvangen over een veilig gebruik van het apparaat en de mogelijke gevaren daarvan onderkennen. Kinderen mogen niet met het apparaat

spelen. Reinigings- en onderhoudswerkzaamheden aan het apparaat mogen niet zonder toezicht door kinderen worden uitgevoerd.

- Controleer of de onderdelen van het product in goede staat verkeren voordat u het apparaat voor de eerste keer gebruikt. Als de onderdelen beschadigd zijn, gebruik het apparaat dan niet en breng het terug naar de winkel.

- Dit apparaat is ontworpen voor persoonlijk gebruik binnenshuis en niet voor commercieel gebruik.

- De distributeur stelt zich niet aansprakelijk voor schade of verliezen die het gevolg zijn van een verkeerd gebruik van het apparaat.

- Spring niet op het apparaat, want het kan hierdoor beschadigd raken.

- Probeer nooit zelf het apparaat te repareren maar doe een beroep op een deskundige.

- Het apparaat is ontworpen om slechts door één persoon per sessie te worden gebruikt. Het mag niet door meer dan één persoon tegelijk worden gebruikt.

- Stop het gebruik van het apparaat onmiddellijk als u zich onwel of duizelig voelt. Ga meteen naar de dokter als u zich niet goed voelt, pijn op de borst voelt of andere symptomen ervaart.

- Als u lange tijd niet hebt getraind of als u een hartaandoening, bloedsomloopstoornissen of orthopedische problemen hebt, raadpleeg dan uw arts voordat u het apparaat gebruikt.

- Houd altijd toezicht op kinderen om ervoor te zorgen dat ze niet met het apparaat spelen.

Waarschuwing: als een van de weerstandsknoppen los hangt, kan dat de bewegingen van de gebruiker hinderen.

HET TOESTEL OPENKLAPPEN EN GEB