

## **Warnhinweise und Sicherheitsinformationen für den Boxsack mit Boxhandschuhen - 9 Kg**

- 1. Verwendung nur für den vorgesehenen Zweck:**

Der Boxsack ist ausschließlich für das Boxtraining und Fitnessübungen vorgesehen. Verwenden Sie ihn nicht für andere Zwecke, um Verletzungen oder Schäden zu vermeiden.
- 2. Sicherheitsabstand wahren:**

Achten Sie darauf, dass genügend Platz um den Boxsack herum vorhanden ist, um Kollisionen mit Wänden, Möbeln oder anderen Objekten zu vermeiden. Stellen Sie sicher, dass keine Personen oder Haustiere in der Nähe des Boxsacks sind, während Sie trainieren.
- 3. Richtige Montage:**

Achten Sie darauf, den Boxsack sicher und korrekt an einer stabilen Decken- oder Wandhalterung zu befestigen. Die Aufhängung muss ausreichend Tragkraft bieten, um den Boxsack sicher zu halten, um ein Herabfallen oder Abreißen zu verhindern.
- 4. Prüfung der Aufhängung:**

Überprüfen Sie regelmäßig die Aufhängung des Boxsacks, um sicherzustellen, dass alle Teile fest sitzen und keine Beschädigungen oder Abnutzungen vorliegen. Ein unsicherer Haken oder eine beschädigte Aufhängung kann zu gefährlichen Situationen führen.
- 5. Verwendung der richtigen Boxhandschuhe:**

Tragen Sie beim Training immer die mitgelieferten Boxhandschuhe (Größe 6 oz), um Ihre Hände und Handgelenke zu schützen. Verwenden Sie keine anderen Handschuhe, die nicht für das Boxtraining geeignet sind.
- 6. Vermeidung von Überlastung:**

Überanstrengen Sie sich nicht. Beginnen Sie mit leichten Trainingseinheiten und steigern Sie die Intensität allmählich, um Verletzungen vorzubeugen. Achten Sie auf Ihre Körperhaltung und Technik.
- 7. Sicherer Boden:**

Stellen Sie sicher, dass der Boden unter dem Boxsack eben und rutschfest ist, um ein Abrutschen während des Trainings zu verhindern.
- 8. Regelmäßige Wartung:**

Überprüfen Sie regelmäßig den Zustand des Boxsacks und der Handschuhe. Bei Anzeichen von Abnutzung, Rissen oder anderen Schäden sollten Sie das Trainingsgerät sofort nicht mehr verwenden und gegebenenfalls ersetzen.
- 9. Nicht für Kinder oder Ungeübte:**

Der Boxsack ist kein Spielzeug und sollte nur von Erwachsenen oder unter Anleitung von Fachpersonal verwendet werden. Kinder oder unerfahrene Nutzer sollten unter Aufsicht trainieren.

### **Haftungsausschluss:**

Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Verletzungen oder Schäden, die durch unsachgemäße Verwendung oder Installation des Boxsacks entstehen. Achten Sie darauf, alle Sicherheitsrichtlinien zu befolgen und das Gerät regelmäßig auf seine Funktionsfähigkeit zu überprüfen.