

WAŻNE INFORMACJE DOT. BEZPIECZEŃSTWA ZACHOWAJ INSTRUKCJE W BEZPIECZNYM MIEJSCU

1. Przed użyciem urządzenia przeczytaj uważnie całą instrukcję obsługi. Pełne bezpieczeństwo i skuteczność użytkowania może zostać osiągnięte, pod warunkiem złożenia i użytkowania sprzętu zgodnie z instrukcją. Pamiętaj, że ponosisz odpowiedzialność za to, aby użytkownicy sprzętu zostali poinformowani o wszystkich ograniczeniach, ostrzeżeniach i środkach ostrożności.
2. Urządzenie wolno stosować wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem, to znaczy do treningu fizycznego osób dorosłych, lub dzieci tylko pod nadzorem osoby dorosłej (jednocześnie sprzęt może być używany przez jedną osobę, nie licząc ewentualnej asekuracji). Nie pozostawiaj urządzenia w miejscu dostępnym dla dzieci ponieważ naturalny instynkt zabawy wśród dzieci i ich zamiłowanie do eksperymentów może prowadzić do sytuacji i zachowań, do których to urządzenie nie jest przeznaczone.
3. Sprzęt nie jest odpowiedni do celów terapeutycznych.
4. Urządzenie nie jest przeznaczone do używania na zewnątrz. Z wyjątkiem linii produktów MARBO OUTDOOR
5. Przed użyciem urządzenia, sprawdź czy wszystkie części są na swoich miejscach i nie są luźne. Poluzowywanie się niektórych śrub jest naturalnym procesem zachodzącym w trakcie eksploatacji urządzeń.
6. Pamiętaj, że zachowasz poziom bezpieczeństwa produktu, jeżeli będziesz regularnie sprawdzać produkt w kwestii zużycia/uszkodzenia. Używaj urządzenia wyłącznie gdy jest sprawne technicznie. Jeżeli znajdziesz wadliwe komponenty, lub słyszysz jakiś niepokojący dźwięk dochodzący z urządzenia podczas użytkowania, przestań ćwiczyć. Nie używaj urządzenia, aż problem zostanie usunięty.
7. Nie należy dokonywać żadnych regulacji, oprócz tych opisanych w tej instrukcji. W razie problemów należy skontaktować się ze sprzedawcą.
8. Nie wolno pozostawiać urządzeń regulacyjnych w takim położeniu, które może utrudniać ruchy użytkownika.
9. Używaj urządzenia na stabilnej, płaskiej powierzchni.
10. Korzystając z urządzenia pamiętaj aby zachowywać równowagę.
11. Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia należy przeprowadzić rozgrzewkę (opisaną w dalszej części instrukcji), a po zakończeniu ćwiczenia na sprężenie należy ochłoniąć.
12. Do treningu na urządzeniu, nie należy zakładać luźnych ubrań, które mogą zahaczyć lub wkręcić się w ruchome części urządzenia lub ograniczać twoje ruchy.
13. Nie wolno wkładać palców pomiędzy ruchome części urządzenia.
14. Przed rozpoczęciem programu ćwiczeń powinieneś skonsultować się ze swoim lekarzem o warunkach fizycznych, które mogłyby stworzyć ryzyko dla twojego zdrowia i bezpieczeństwa. Porada twojego lekarza jest konieczna, jeżeli bierzesz lekarstwo, które oddziałuje na twoje tętno, ciśnienie krwi albo poziom cholesterolu. Nie powinno się używać tego urządzenia wbrew zaleceniom lekarza. Niewłaściwy lub nadmierny trening może spowodować uszczerbek na zdrowiu.
15. Bądź świadom sygnałów twojego ciała. Przestań ćwiczyć, jeżeli odczuwasz któryś z symptomów: ból, nieregularne bicie serca, płytkość oddechu, zawroty głowy albo uczucie mdłości. Jeżeli odczuwasz któryś z w/w symptomów powinieneś zasięgnąć porady lekarza przed kontynuowaniem programu ćwiczeń.
16. Podczas korzystania z urządzenia istnieje ryzyko wystąpienia różnych zagrożeń. Przeciężenia, brak odpowiedniej rozgrzewki lub nieprawidłowa technika mogą prowadzić do urazów mięśni, stawów i ścięgien. Nieprawidłowa postawa lub nadmierne obciążenie mogą powodować problemy z kręgosłupem, w tym bóle pleców. Intensywny wysiłek fizyczny niesie ryzyko powikłań sercowo-naczyniowych, takich jak arytmia, nadciśnienie czy zawał serca. Długotrwały trening bez odpowiedniej przerwy lub nawodnienia może prowadzić do zawrotów głowy, omdlenia, a także odwodnienia. Ponadto, kontakt ze sprzętem lub potem może powodować otarcia i podrażnienia skóry. Ruchome elementy urządzeń stanowią dodatkowe zagrożenie, ponieważ mogą prowadzić do przypadkowych urazów mechanicznych, takich jak przyciśnięcia, stłuczenia czy złamania.
17. Jeśli konstrukcja jest montowana do ściany lub sufitu, producent zaleca, aby była ona wykonana z pełnego materiału budowlanego oraz aby zastosować odpowiednie kotki montażowe do tego przeznaczone, w innym przypadku jak drewno, płyta gipsowa, pustaki, itp., montaż na własną odpowiedzialność.
18. Przed rozpoczęciem użytkowania urządzenia należy sprawdzić, czy gumowe stopki nie wchodzi w reakcję z materiałem podłoża, na którym urządzenie zostanie ustawione. Szczególną uwagę należy zwrócić na wpływ środków chemicznych używanych do czyszczenia podłoża, które mogą oddziaływać z gumą. Zaleca się również upewnienie, że stopki nie pozostawiają śladów na powierzchni. W razie potrzeby zastosuj odpowiednie podkładki ochronne, aby zabezpieczyć podłoże.
19. Urządzenie nie jest przeznaczone dla dzieci poniżej 36 miesięcy życia. Ryzyko zadławienia małymi częściami.
20. Etykieta 15cm x 10cm z kodem kreskowym dołączoną do paczki należy nakleić w wyznaczonym miejscu na instrukcji użytkowania.
21. Instrukcję montażu wraz z instrukcją użytkowania należy zachować przez cały okres eksploatacji urządzenia.
22. Urządzenie zostało wykonane zgodnie z europejską normą PN-EN ISO 20957-1:2014-02, PN-EN ISO 20957-2:2021-11 w klasie H. C.

IMPORTANT SAFETY INFORMATION SAFETY KEEP INSTRUCTIONS IN A SAFE PLACE

1. Read the entire instruction manual carefully before using the equipment. Full safety and efficiency of use can only be achieved if the equipment is assembled and used in accordance with the instructions. Remember that it is your responsibility to ensure that users of the equipment are made aware of all restrictions, warnings and precautions.
2. The equipment must only be used for its intended purpose, i.e. for the physical training of adults, or children only under adult supervision (the equipment may be used by one person at a time, not counting any belaying). Do not leave the equipment in a place accessible to children as the natural instinct to play among children and their love of experimentation may lead to situations and behaviours for which this equipment is not intended.
3. The equipment is not suitable for therapeutic purposes.
4. The equipment is not intended for outdoor use. With the exception of the MARBO OUTDOOR product line
5. Before using the equipment, check that all parts are in place and not loose. Loosening of some screws is a natural process that occurs during the use of the equipment.
6. Remember that you will maintain the safety level of the product if you regularly check the product for wear/damage. Only use the appliance when it is technically sound. If you find faulty components, or hear any disturbing sound coming from the device during use, stop exercising. Do not use the device until the problem has been corrected.
7. Do not make any adjustments other than those described in this manual. Contact your dealer if you have any problems.
8. Do not leave the adjustment devices in a position that may impede the user's movements.
9. Use the device on a stable, flat surface.
10. When using the device, remember to keep your balance.
11. Perform a warm-up (described later in this manual) before using the equipment, and cool down after exercising on the equipment.
12. To train on the equipment, do not wear loose clothing that may snag or screw into the moving parts of the equipment or restrict your movements.
13. Do not insert your fingers between the moving parts of the machine.
14. Before starting an exercise programme, you should consult your doctor about physical conditions that could pose a risk to your health and safety. The advice of your doctor is necessary if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol levels. You should not use this device against your doctor's advice. Improper or excessive training can cause damage to your health.
15. Be aware of your body's signals. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, irregular heartbeat, shallow breathing, dizziness or a feeling of nausea. If you experience any of these symptoms you should consult your doctor before continuing with your exercise programme.
16. There are various risks when using the equipment. Overloading, lack of a proper warm-up or incorrect technique can lead to injuries to muscles, joints and tendons. Incorrect posture or excessive strain can cause back problems, including back pain. Intense exercise carries the risk of cardiovascular complications such as arrhythmia, hypertension or heart attack. Prolonged training without adequate rest or hydration can lead to dizziness, fainting, and dehydration. In addition, contact with equipment or sweat can cause abrasions and skin irritation. Moving pieces of equipment pose an additional risk as they can lead to accidental mechanical injuries such as pinches, bruises or fractures.
17. If the structure is mounted to a wall or ceiling, the manufacturer recommends that it is made of solid building material and that suitable mounting dowels are used for this purpose, in other cases such as wood, plasterboard, hollow blocks, etc., mounting at your own risk.
18. Before using the unit, check that the rubber feet do not react with the material of the substrate on which the unit will be placed. Particular attention should be paid to the effect of chemicals used to clean the substrate, which may interact with the rubber. It is also recommended to ensure that the feet do not leave marks on the surface. If necessary, use suitable protective pads to protect the substrate.
19. The appliance is not intended for children under 36 months of age. Risk of choking on small parts.
20. Stick the 15cm x 10cm barcode label included in the package in the designated space on the instructions for use.
21. Keep the installation instructions together with the instructions for use for the entire life of the appliance.
22. The device has been manufactured in accordance with the European standard PN-EN ISO 20957-1:2014-02, PN-EN ISO 20957-2:2021-11 in class H. C.

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

BEWAHREN SIE DIE ANLEITUNG AN EINEM SICHEREN ORT AUF

1. Lesen Sie vor der Verwendung des Geräts die gesamte Bedienungsanleitung sorgfältig durch. Maximale Sicherheit und Effizienz können nur gewährleistet werden, wenn das Gerät gemäß den Anweisungen montiert und verwendet wird. Bitte beachten Sie, dass Sie dafür verantwortlich sind, die Benutzer über alle Einschränkungen, Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen zu informieren.
2. Das Gerät darf ausschließlich gemäß seiner Bestimmung verwendet werden, d. h. für das körperliche Training von Erwachsenen oder von Kindern nur unter Aufsicht eines Erwachsenen (gleichzeitig darf das Gerät nur von einer Person benutzt werden, falls erforderlich, kann eine zweite Person zur Unterstützung oder Sicherung hinzukommen). Stellen Sie sicher, dass das Gerät nicht für Kinder zugänglich ist, da deren natürlicher Spieltrieb und Experimentierfreude zu Verhaltensweisen führen können, für die das Gerät nicht vorgesehen ist.
3. Das Gerät ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet.
4. Das Gerät ist nicht für den Einsatz im Freien vorgesehen, ausgenommen die Produktlinie MARBO OUTDOOR.
5. Überprüfen Sie vor der Benutzung des Geräts, ob alle Teile an ihrem Platz sind und keine Teile locker sind. Das Lösen von Schrauben ist ein natürlicher Vorgang bei der Nutzung des Geräts.
6. Beachten Sie, dass die Sicherheit des Produkts nur gewährleistet werden kann, wenn es regelmäßig auf Abnutzung oder Beschädigung überprüft wird. Verwenden Sie das Gerät ausschließlich im technisch einwandfreien Zustand. Sollten Sie beschädigte Komponenten entdecken oder ungewöhnliche Geräusche während der Nutzung hören, beenden Sie das Training. Benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn der Mangel behoben wurde.
7. Nehmen Sie keine anderen Einstellungen vor, als die in dieser Anleitung beschriebenen. Bei Problemen wenden Sie sich an den Verkäufer.
8. Verlassen Sie keine Einstellmechanismen in einer Position, die die Bewegungen des Benutzers behindern könnte.
9. Verwenden Sie das Gerät auf einer stabilen, ebenen Fläche.
10. Achten Sie während der Nutzung darauf, die Balance zu halten.
11. Führen Sie vor der Nutzung des Geräts ein Aufwärmtraining durch (beschrieben im weiteren Verlauf der Anleitung) und kühlen Sie sich nach der Benutzung des Geräts ab.
12. Tragen Sie während des Trainings keine lockere Kleidung, die sich in beweglichen Teilen verfangen oder Ihre Bewegungen einschränken könnte.
13. Stecken Sie keine Finger zwischen die beweglichen Teile des Geräts.
14. Konsultieren Sie vor Beginn eines Trainingsprogramms Ihren Arzt, insbesondere im Hinblick auf körperliche Bedingungen, die ein Risiko für Ihre Gesundheit und Sicherheit darstellen könnten. Der Rat Ihres Arztes ist unerlässlich, wenn Sie Medikamente einnehmen, die Ihre Herzfrequenz, Ihren Blutdruck oder Ihren Cholesterinspiegel beeinflussen. Verwenden Sie das Gerät nicht entgegen ärztlicher Empfehlungen. Falsches oder übermäßiges Training kann gesundheitsschädlich sein.
15. Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers. Beenden Sie das Training, wenn Sie eines der folgenden Symptome bemerken: Schmerzen, unregelmäßigen Herzschlag, Atemnot, Schwindel oder Übelkeit. Wenn Sie solche Symptome verspüren, sollten Sie vor der Fortsetzung des Trainings einen Arzt aufsuchen.
16. Bei der Nutzung des Geräts können verschiedene Risiken auftreten. Überbelastung, unzureichendes Aufwärmen oder eine falsche Technik können Verletzungen der Muskeln, Gelenke und Sehnen verursachen. Falsche Haltung oder übermäßige Belastung können zu Wirbelsäulenproblemen, einschließlich Rückenschmerzen, führen. Intensive körperliche Anstrengung birgt das Risiko von Herz-Kreislauf-Problemen wie Arrhythmien, Bluthochdruck oder Herzinfarkten. Lang andauerndes Training ohne ausreichende Pausen oder Flüssigkeitszufuhr kann zu Schwindel, Ohnmacht oder Dehydrierung führen. Zudem können durch den Kontakt mit dem Gerät oder Schweiß Hautreizungen und Abschürfungen entstehen. Bewegliche Teile des Geräts stellen ein zusätzliches Risiko für mechanische Verletzungen wie Quetschungen, Prellungen oder Brüche dar.
17. Wenn die Konstruktion an einer Wand oder Decke montiert wird, empfiehlt der Hersteller, dass sie aus einem festen Baumaterial besteht und geeignete Befestigungsdübel verwendet werden. Bei anderen Materialien wie Holz, Gipsplatten, Hohlblocksteinen usw. erfolgt die Montage auf eigene Verantwortung.
18. Vor der Nutzung des Geräts sollte überprüft werden, ob die Gummifüße nicht mit dem Material des Bodens reagieren, auf dem das Gerät aufgestellt wird. Besondere Vorsicht ist geboten bei chemischen Reinigungsmitteln, die mit dem Gummi interagieren könnten. Es wird empfohlen sicherzustellen, dass die Füße keine Spuren auf der Oberfläche hinterlassen. Falls nötig, verwenden Sie geeignete Schutzmatzen, um den Boden zu schützen.
19. Das Gerät ist nicht für Kinder unter 36 Monaten geeignet. Erstickungsgefahr durch Kleinteile.
20. Das 15 cm x 10 cm große Etikett mit dem Strichcode, das dem Paket beiliegt, sollte an der dafür vorgesehenen Stelle in der Bedienungsanleitung angebracht werden.
21. Die Montageanleitung sowie die Bedienungsanleitung sollten während der gesamten Nutzungsdauer des Geräts aufbewahrt werden.
22. Das Gerät wurde gemäß den europäischen Normen PN-EN ISO 20957-1:2014-02 und PN-EN ISO 20957-2:2021-11 in der Klasse H. C. hergestellt.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

CONSERVEZ CE MANUEL DANS UN ENDROIT SÛR

1. Lisez attentivement l'ensemble du mode d'emploi avant d'utiliser l'appareil. Une sécurité et une efficacité maximales ne peuvent être garanties que si l'appareil est monté et utilisé conformément aux instructions. Veuillez noter qu'il est de votre responsabilité d'informer les utilisateurs de toutes les restrictions, avertissements et précautions.
2. L'appareil ne doit être utilisé que conformément à sa destination, c'est-à-dire pour l'entraînement physique des adultes ou des enfants uniquement sous la surveillance d'un adulte (en même temps, l'appareil ne doit être utilisé que par une seule personne ; si nécessaire, une deuxième personne peut être ajoutée pour aider ou sécuriser l'appareil). Assurez-vous que l'appareil n'est pas accessible aux enfants, car leur instinct naturel de jeu et d'expérimentation peut les conduire à des comportements pour lesquels l'appareil n'est pas prévu.
3. L'appareil n'est pas conçu à des fins thérapeutiques.
4. L'appareil n'est pas prévu pour être utilisé à l'extérieur, à l'exception de la ligne de produits MARBO OUTDOOR.
5. Avant d'utiliser l'appareil, vérifiez que toutes les pièces sont en place et qu'aucune n'est desserrée. Le desserrage des vis est un processus naturel lors de l'utilisation de l'appareil.
6. N'oubliez pas que la sécurité du produit ne peut être garantie que s'il est régulièrement contrôlé pour vérifier qu'il n'est pas usé ou endommagé. N'utilisez l'appareil que s'il est en parfait état technique. Si vous découvrez des composants endommagés ou si vous entendez des bruits inhabituels pendant l'utilisation, arrêtez l'entraînement. N'utilisez à nouveau l'appareil que lorsque le défaut a été corrigé.
7. N'effectuez pas de réglages autres que ceux décrits dans ce manuel. En cas de problème, contactez le vendeur.
8. Ne laissez aucun mécanisme de réglage dans une position qui pourrait gêner les mouvements de l'utilisateur.
9. Utilisez l'appareil sur une surface stable et plane.
10. Veillez à garder l'équilibre pendant l'utilisation.
11. Effectuez un échauffement avant d'utiliser l'appareil (décrit plus loin dans le manuel) et refroidissez-vous après avoir utilisé l'appareil.
12. Pendant l'entraînement, ne portez pas de vêtements amples qui pourraient se prendre dans les parties mobiles ou limiter vos mouvements.
13. N'insérez pas vos doigts entre les parties mobiles de l'appareil.
14. Avant de commencer un programme d'entraînement, consultez votre médecin, notamment en ce qui concerne les conditions physiques qui pourraient présenter un risque pour votre santé et votre sécurité. L'avis de votre médecin est indispensable si vous prenez des médicaments qui influencent votre fréquence cardiaque, votre tension artérielle ou votre taux de cholestérol. N'utilisez pas l'appareil contrairement aux recommandations du médecin. Un entraînement incorrect ou excessif peut être dangereux pour la santé.
15. Soyez attentif aux signaux de votre corps. Arrêtez l'entraînement si vous ressentez l'un des symptômes suivants : douleurs, battements de cœur irréguliers, essoufflement, vertiges ou nausées. Si vous ressentez de tels symptômes, consultez un médecin avant de poursuivre l'entraînement.
16. Différents risques peuvent survenir lors de l'utilisation de l'appareil. Une surcharge, un échauffement insuffisant ou une mauvaise technique peuvent provoquer des blessures aux muscles, aux articulations et aux tendons. Une mauvaise posture ou un effort excessif peuvent entraîner des problèmes de colonne vertébrale, notamment des douleurs dorsales. Un effort physique intense comporte un risque de problèmes cardiovasculaires tels que des arythmies, de l'hypertension ou des crises cardiaques. Un entraînement de longue durée sans pauses ni hydratation suffisantes peut entraîner des vertiges, des évanouissements ou une déshydratation. De plus, le contact avec l'appareil ou la transpiration peut provoquer des irritations et des abrasions de la peau. Les parties mobiles de l'appareil présentent un risque supplémentaire de blessures mécaniques telles que des contusions, des écrasements ou des fractures.
17. Si la structure est montée sur un mur ou un plafond, le fabricant recommande qu'elle soit constituée d'un matériau de construction solide et que des chevilles de fixation appropriées soient utilisées. Dans le cas d'autres matériaux tels que le bois, les plaques de plâtre, les briques creuses, etc., le montage se fait sous la responsabilité de l'utilisateur.
18. Avant d'utiliser l'appareil, il convient de vérifier que les pieds en caoutchouc ne réagissent pas avec le matériau du sol sur lequel l'appareil est installé. Une attention particulière doit être portée aux produits de nettoyage chimiques qui pourraient interagir avec le caoutchouc. Il est recommandé de s'assurer que les pieds ne laissent pas de traces sur la surface. Si nécessaire, utilisez des tapis de protection appropriés pour protéger le sol.
19. L'appareil ne convient pas aux enfants de moins de 36 mois. Risque d'étouffement dû aux petites pièces.
20. L'étiquette de 15 cm x 10 cm avec le code-barres jointe au paquet doit être placée à l'endroit prévu dans le mode d'emploi.
21. Les instructions de montage ainsi que le mode d'emploi devraient être conservés pendant toute la durée d'utilisation de l'appareil.
22. L'appareil a été fabriqué conformément aux normes européennes PN-EN ISO 20957-1:2014-02 et PN-EN ISO 20957-2:2021-11 dans la classe H. C.

INSTRUCȚIUNI IMPORTANTE DE SIGURANȚĂ PĂSTRAȚI INSTRUCȚIUNILE ÎNTR-UN LOC SIGUR

1. Citiți cu atenție toate instrucțiunile de utilizare înainte de a utiliza aparatul. Siguranța și eficiența maximă pot fi garantate numai dacă aparatul este instalat și utilizat în conformitate cu instrucțiunile. Vă rugăm să rețineți că sunteți responsabil pentru informarea utilizatorilor cu privire la toate restricțiile, avertismentele și precauțiile.
2. Aparatul poate fi utilizat numai în scopul pentru care a fost conceput, și anume pentru antrenament fizic de către adulți sau de către copii numai sub supravegherea unui adult (aparatul poate fi utilizat de o singură persoană în același timp; dacă este necesar, poate fi adăugată o a doua persoană pentru sprijin sau siguranță). Asigurați-vă că dispozitivul nu este accesibil copiilor, deoarece instinctul lor natural de joacă și dorința de a experimenta pot conduce la un comportament pentru care dispozitivul nu este destinat.
3. Dispozitivul nu este adecvat pentru scopuri terapeutice.
4. Aparatul nu este destinat utilizării în exterior, cu excepția liniei de produse MARBO OUTDOOR.
5. Înainte de a utiliza aparatul, verificați dacă toate piesele sunt la locul lor și dacă nicio piesă nu este slăbită. Slăbirea șuruburilor este un proces natural în timpul utilizării aparatului.
6. Vă rugăm să rețineți că siguranța produsului poate fi garantată numai dacă acesta este verificat în mod regulat pentru uzură sau deteriorare. Utilizați dispozitivul numai dacă acesta este în stare tehnică perfectă. Dacă descoperiți componente deteriorate sau auziți zgomote neobișnuite în timpul utilizării, opriți antrenamentul. Nu utilizați din nou dispozitivul până când defectul nu a fost remediat.
7. Nu efectuați alte setări decât cele descrise în aceste instrucțiuni. Dacă aveți probleme, vă rugăm să contactați vânzătorul.
8. Nu lăsați niciun mecanism de reglare într-o poziție care ar putea împiedica mișcările utilizatorului.
9. Utilizați aparatul pe o suprafață stabilă, plană.
10. Asigurați-vă că vă păstrați echilibrul în timpul utilizării.
11. Efectuați o încălzire înainte de a utiliza dispozitivul (descrișă mai departe în instrucțiuni) și o răcire după utilizarea dispozitivului.
12. În timpul antrenamentului, nu purtați haine largi care s-ar putea prinde în piesele în mișcare sau care v-ar putea limita mișcările.
13. Nu vă puneți degetele între părțile mobile ale aparatului.
14. Consultați-vă medicul înainte de a începe un program de exerciții fizice, în special în ceea ce privește condițiile fizice care ar putea reprezenta un risc pentru sănătatea și siguranța dumneavoastră. Sfatul medicului dumneavoastră este esențial dacă luați medicamente care vă afectează ritmul cardiac, tensiunea arterială sau nivelul colesterolului. Nu utilizați dispozitivul contrar sfatului medicului. Un antrenament incorect sau excesiv poate fi dăunător pentru sănătatea dumneavoastră.
15. Acordați atenție semnalelor corpului dumneavoastră. Opriți antrenamentul dacă observați oricare dintre următoarele simptome: durere, bătăi neregulate ale inimii, dificultăți de respirație, amețeli sau greață. Dacă prezentați astfel de simptome, trebuie să consultați un medic înainte de a vă continua antrenamentul.
16. La utilizarea dispozitivului pot apărea diverse riscuri. Suprasolicitarea, încălzirea insuficientă sau tehnica incorectă pot cauza leziuni ale mușchilor, articulațiilor și tendoanelor. Poziția incorectă sau efortul excesiv pot duce la probleme ale coloanei vertebrale, inclusiv dureri de spate. Efortul fizic intens implică riscul apariției problemelor cardiovasculare, cum ar fi aritmiile, hipertensiunea arterială sau atacurile de cord. Exercițiile prelungite fără pauze suficiente sau hidratare pot duce la amețeli, leșin sau deshidratare. În plus, contactul cu dispozitivul sau transpirația poate provoca iritații și abraziuni ale pielii. Părțile mobile ale dispozitivului prezintă un risc suplimentar de leziuni mecanice, cum ar fi vânătăi, contuzii sau fracturi.
17. În cazul în care structura este montată pe perete sau tavan, producătorul recomandă ca aceasta să fie realizată dintr-un material de construcție solid și să se utilizeze dopuri de fixare adecvate. Pentru alte materiale, cum ar fi lemnul, gips-cartonul, blocurile goale etc., instalarea este responsabilitatea utilizatorului.
18. Înainte de a utiliza aparatul, verificați dacă picioarele de cauciuc nu reacționează cu materialul podelei pe care este amplasat aparatul. Trebuie acordată o atenție deosebită agenților chimici de curățare care ar putea interacționa cu cauciucul. Se recomandă să vă asigurați că picioarele nu lasă urme pe suprafață. Dacă este necesar, utilizați covorașe de protecție adecvate pentru a proteja podeaua.
19. Aparatul nu este potrivit pentru copiii sub 36 de luni. Pericol de sufocare din cauza pieselor mici.
20. Eticheta de 15 cm x 10 cm cu codul de bare inclus în ambalaj trebuie aplicată în spațiul prevăzut în instrucțiunile de utilizare.
21. Instrucțiunile de instalare și utilizare trebuie păstrate pe întreaga durată de viață a aparatului.
22. Dispozitivul a fost fabricat în conformitate cu standardele europene PN-EN ISO 20957-1:2014-02 și PN-EN ISO 20957-2:2021-11 în clasa H. Clasa C.

IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA CONSERVARE LE ISTRUZIONI IN UN LUOGO SICURO

1. Prima di utilizzare l'apparecchio, leggere attentamente tutte le istruzioni per l'uso. La massima sicurezza ed efficienza possono essere garantite solo se l'apparecchio viene installato e utilizzato secondo le istruzioni. L'utente è tenuto a informare gli utenti di tutte le limitazioni, le avvertenze e le precauzioni.
2. L'apparecchio può essere utilizzato solo per lo scopo previsto, ossia per l'allenamento fisico da parte di adulti o di bambini solo sotto la supervisione di un adulto (l'apparecchio può essere utilizzato da una sola persona alla volta; se necessario, può essere aggiunta una seconda persona per il supporto o la sicurezza). Assicurarsi che il dispositivo non sia accessibile ai bambini, poiché il loro naturale istinto di gioco e il desiderio di sperimentare possono portare a comportamenti per i quali il dispositivo non è previsto.
3. Il dispositivo non è adatto a scopi terapeutici.
4. L'apparecchio non è destinato all'uso esterno, ad eccezione della linea di prodotti MARBO OUTDOOR.
5. Prima di utilizzare l'apparecchio, verificare che tutte le parti siano al loro posto e che non siano allentate. L'allentamento delle viti è un processo naturale durante l'utilizzo dell'apparecchio.
6. Si prega di notare che la sicurezza del prodotto può essere garantita solo se viene controllato regolarmente per verificare l'assenza di usura o danni. Utilizzare l'apparecchio solo se è in perfette condizioni tecniche. Se durante l'uso si scoprono componenti danneggiati o si avvertono rumori insoliti, interrompere l'allenamento. Non utilizzare più il dispositivo finché il difetto non è stato eliminato.
7. Non effettuare impostazioni diverse da quelle descritte in queste istruzioni. In caso di problemi, contattare il venditore.
8. Non lasciare i meccanismi di regolazione in una posizione che possa ostacolare i movimenti dell'utente.
9. Utilizzare l'apparecchio su una superficie stabile e piana. c
10. Assicurarsi di mantenere l'equilibrio durante l'uso.
11. Eseguire un riscaldamento prima di utilizzare l'apparecchio (descritto più avanti nelle istruzioni) e un raffreddamento dopo l'utilizzo dell'apparecchio.
12. Durante l'allenamento, non indossare indumenti larghi che potrebbero impigliarsi nelle parti in movimento o limitare i movimenti.
13. Non mettere le dita tra le parti mobili dell'apparecchio.
14. Consultate il vostro medico prima di iniziare un programma di esercizi, soprattutto in caso di condizioni fisiche che potrebbero rappresentare un rischio per la vostra salute e sicurezza. Il parere del medico è indispensabile se si assumono farmaci che influiscono sulla frequenza cardiaca, sulla pressione sanguigna o sui livelli di colesterolo. Non utilizzare il dispositivo in contrasto con il parere del medico. Un allenamento scorretto o eccessivo può essere dannoso per la salute.
15. Prestate attenzione ai segnali del vostro corpo. Smettete di allenarvi se notate uno dei seguenti sintomi: dolore, battito cardiaco irregolare, mancanza di respiro, vertigini o nausea. Se si avvertono questi sintomi, è necessario consultare un medico prima di continuare l'allenamento.
16. L'utilizzo dell'apparecchio può comportare diversi rischi. Un sovraccarico, un riscaldamento insufficiente o una tecnica scorretta possono causare lesioni a muscoli, articolazioni e tendini. Una postura scorretta o uno sforzo eccessivo possono causare problemi alla colonna vertebrale, compreso il mal di schiena. Uno sforzo fisico intenso comporta il rischio di problemi cardiovascolari come aritmie, ipertensione o infarto. L'esercizio fisico prolungato senza sufficienti pause o idratazione può provocare vertigini, svenimenti o disidratazione. Inoltre, il contatto con il dispositivo o con il sudore può causare irritazioni e abrasioni della pelle. Le parti mobili del dispositivo comportano un ulteriore rischio di lesioni meccaniche come lividi, contusioni o fratture.
17. Se la struttura viene montata a parete o a soffitto, il produttore raccomanda che sia realizzata in un materiale da costruzione solido e che vengano utilizzati tasselli di fissaggio adeguati. Per altri materiali come legno, cartongesso, blocchi cavi, ecc. l'installazione è a carico dell'utente.
18. Prima di utilizzare l'apparecchio, verificare che i piedini in gomma non reagiscano con il materiale del pavimento su cui viene collocato l'apparecchio. Occorre prestare particolare attenzione ai detersivi chimici che potrebbero interagire con la gomma. Si raccomanda di assicurarsi che i piedini non lascino segni sulla superficie. Se necessario, utilizzare tappetini protettivi adeguati per proteggere il pavimento.
19. L'apparecchio non è adatto a bambini di età inferiore a 36 mesi. Pericolo di soffocamento a causa delle piccole parti.
20. L'etichetta di 15 cm x 10 cm con il codice a barre allegata alla confezione deve essere apposta nello spazio previsto dalle istruzioni per l'uso.
21. Le istruzioni per l'installazione e l'uso devono essere conservate per tutta la durata di vita dell'apparecchio.
22. Il dispositivo è stato fabbricato in conformità alle norme europee PN-EN ISO 20957-1:2014-02 e PN-EN ISO 20957-2:2021-11 nella classe H. Classe C.

INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

CONSERVE LAS INSTRUCCIONES EN UN LUGAR SEGURO

1. Lea atentamente todo el manual de instrucciones antes de utilizar el aparato. Sólo se puede garantizar la máxima seguridad y eficacia si el aparato se instala y utiliza de acuerdo con las instrucciones. Tenga en cuenta que usted es responsable de informar a los usuarios de todas las restricciones, advertencias y precauciones.
2. El aparato sólo puede utilizarse para el uso previsto, es decir, para entrenamiento físico por parte de adultos o de niños únicamente bajo la supervisión de un adulto (el aparato sólo puede ser utilizado por una persona a la vez; si es necesario, puede añadirse una segunda persona para apoyo o seguridad). Asegúrese de que el aparato no esté al alcance de los niños, ya que su instinto natural de juego y su deseo de experimentar pueden dar lugar a comportamientos para los que el aparato no está destinado.
3. El aparato no es adecuado para fines terapéuticos.
4. El aparato no está diseñado para su uso en exteriores, a excepción de la línea de productos MARBO OUTDOOR.
5. Antes de utilizar el aparato, compruebe que todas las piezas estén en su sitio y que ninguna esté suelta. Aflojar tornillos es un proceso natural al utilizar el aparato.
6. Tenga en cuenta que la seguridad del producto sólo puede garantizarse si se comprueba periódicamente si presenta desgaste o daños. Utilice el aparato sólo si se encuentra en perfecto estado técnico. Si descubre componentes dañados o escucha ruidos extraños durante el uso, interrumpa el entrenamiento. No vuelva a utilizar el aparato hasta que se haya subsanado el defecto.
7. No realice más ajustes que los descritos en estas instrucciones. Si tiene algún problema, póngase en contacto con el vendedor.
8. No deje ningún mecanismo de ajuste en una posición que pueda obstaculizar los movimientos del usuario.
9. Utilice el aparato sobre una superficie estable y nivelada.
10. Asegúrate de mantener el equilibrio durante el uso.
11. Realice un calentamiento antes de utilizar el aparato (descrito más adelante en las instrucciones) y un enfriamiento después de utilizarlo.
12. Durante el entrenamiento, no lleve ropa holgada que pueda engancharse en las piezas móviles o limitar sus movimientos.
13. No introduzca los dedos entre las partes móviles del aparato.
14. Consulte a su médico antes de iniciar un programa de ejercicio, especialmente en lo que se refiere a condiciones físicas que puedan suponer un riesgo para su salud y seguridad. El consejo de su médico es esencial si está tomando medicación que afecte a su ritmo cardíaco, presión arterial o niveles de colesterol. No utilice el aparato en contra de las recomendaciones médicas. Un entrenamiento incorrecto o excesivo puede ser perjudicial para su salud.
15. Presta atención a las señales de tu cuerpo. Deja de hacer ejercicio si notas alguno de los síntomas siguientes: dolor, latidos irregulares del corazón, dificultad para respirar, mareos o náuseas. Si experimentas estos síntomas, debes consultar a un médico antes de continuar con el entrenamiento.
16. El uso del aparato puede entrañar diversos riesgos. Una sobrecarga, un calentamiento insuficiente o una técnica incorrecta pueden provocar lesiones en músculos, articulaciones y tendones. Una postura incorrecta o un esfuerzo excesivo pueden provocar problemas en la columna vertebral, incluidos dolores de espalda. El esfuerzo físico intenso conlleva el riesgo de problemas cardiovasculares como arritmias, hipertensión arterial o infartos. El ejercicio prolongado sin suficientes descansos o hidratación puede provocar mareos, desmayos o deshidratación. Además, el contacto con el dispositivo o el sudor puede provocar irritaciones y abrasiones en la piel. Las partes móviles del dispositivo suponen un riesgo adicional de lesiones mecánicas como hematomas, contusiones o fracturas.
17. Si la estructura se monta en una pared o techo, el fabricante recomienda que sea de un material de construcción sólido y que se utilicen tacos de fijación adecuados. Para otros materiales como madera, cartón yeso, bloques huecos, etc., la instalación es responsabilidad del usuario.
18. Antes de utilizar el aparato, compruebe que las patas de goma no reaccionan con el material del suelo sobre el que se coloca el aparato. Tenga especial cuidado con los productos químicos de limpieza que puedan interactuar con la goma. Se recomienda asegurarse de que las patas no dejen marcas en la superficie. Si es necesario, utilice alfombrillas protectoras adecuadas para proteger el suelo.
19. El aparato no es adecuado para niños menores de 36 meses. Peligro de asfixia debido a las piezas pequeñas.
20. La etiqueta de 15 cm x 10 cm con el código de barras que se incluye en el paquete debe pegarse en el espacio previsto para ello en las instrucciones de uso.
21. Las instrucciones de instalación y funcionamiento deben conservarse durante toda la vida útil del aparato.
22. El dispositivo se fabricó de conformidad con las normas europeas PN-EN ISO 20957-1:2014-02 y PN-EN ISO 20957-2:2021-11 en la clase H. Clase C.

BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

BEWAAR DE INSTRUCTIES OP EEN VEILIGE PLAATS

1. Lees de gehele gebruiksaanwijzing zorgvuldig door voordat u het apparaat in gebruik neemt. Maximale veiligheid en efficiëntie kunnen alleen worden gegarandeerd als het apparaat wordt geïnstalleerd en gebruikt volgens de instructies. Het is uw verantwoordelijkheid om de gebruikers op de hoogte te brengen van alle beperkingen, waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen.
2. Het apparaat mag alleen worden gebruikt in overeenstemming met het beoogde gebruik, d.w.z. voor fysieke training door volwassenen of door kinderen alleen onder toezicht van een volwassene (het apparaat mag slechts door één persoon tegelijk worden gebruikt; indien nodig kan een tweede persoon worden toegevoegd voor ondersteuning of veiligheid). Zorg ervoor dat het apparaat niet toegankelijk is voor kinderen, aangezien hun natuurlijke instinct om te spelen en te experimenteren kan leiden tot gedrag waarvoor het apparaat niet bedoeld is.
3. Het apparaat is niet geschikt voor therapeutische doeleinden.
4. Het apparaat is niet bedoeld voor gebruik buitenshuis, met uitzondering van de MARBO OUTDOOR productlijn.
5. Controleer voordat u het apparaat gebruikt of alle onderdelen op hun plaats zitten en of er geen onderdelen los zitten. Het loskomen van schroeven is een natuurlijk proces tijdens het gebruik van het apparaat.
6. Houd er rekening mee dat de veiligheid van het product alleen kan worden gegarandeerd als het regelmatig wordt gecontroleerd op slijtage of schade. Gebruik het apparaat alleen als het in perfecte technische staat is. Als u tijdens het gebruik beschadigde onderdelen ontdekt of ongewone geluiden hoort, stop dan met trainen. Gebruik het apparaat pas weer als het defect is verholpen.
7. Voer geen andere instellingen uit dan beschreven in deze handleiding. Neem bij problemen contact op met de verkoper.
8. Laat geen instelmecanismen achter in een positie die de bewegingen van de gebruiker zou kunnen belemmeren.
9. Gebruik het apparaat op een stabiele, vlakke ondergrond.
10. Zorg ervoor dat u uw evenwicht bewaart tijdens het gebruik.
11. Doe een warming-up voordat u het apparaat gebruikt (verderop in de instructies beschreven) en koel af na gebruik van het apparaat.
12. Draag tijdens de training geen losse kleding die tussen bewegende onderdelen kan komen of uw bewegingen kan beperken.
13. Steek uw vingers niet tussen de bewegende delen van het apparaat.
14. raadpleeg uw arts voordat u met een trainingsprogramma begint, vooral als het gaat om lichamelijke aandoeningen die een risico kunnen vormen voor uw gezondheid en veiligheid. Het advies van uw arts is essentieel als u medicijnen gebruikt die uw hartslag, bloeddruk of cholesterolgehalte beïnvloeden. Gebruik het apparaat niet in strijd met medisch advies. Verkeerde of overmatige training kan schadelijk zijn voor uw gezondheid.
15. Let op de signalen van uw lichaam. Stop met trainen als u een van de volgende symptomen opmerkt: pijn, onregelmatige hartslag, kortademigheid, duizeligheid of misselijkheid. Als u dergelijke symptomen ervaart, moet u een arts raadplegen voordat u doorgaat met trainen.
16. Er kunnen verschillende risico's optreden bij het gebruik van het apparaat. Overbelasting, onvoldoende warming-up of een verkeerde techniek kunnen blessures aan spieren, gewrichten en pezen veroorzaken. Een verkeerde houding of overmatige belasting kan leiden tot problemen met de wervelkolom, waaronder rugpijn. Intense fysieke inspanning brengt het risico met zich mee van cardiovasculaire problemen zoals hartritme stoornissen, hoge bloeddruk of hartaanvallen. Langdurige inspanning zonder voldoende pauzes of hydratatie kan leiden tot duizeligheid, flauwvallen of uitdroging. Bovendien kan contact met het apparaat of zweet huidirritatie en schaafwonden veroorzaken. Bewegende onderdelen van het apparaat vormen een extra risico op mechanische verwondingen zoals kneuzingen, blauwe plekken of breuken.
17. Als de constructie aan een muur of plafond wordt bevestigd, raadt de fabrikant aan dat deze van stevig bouw materiaal is en dat er geschikte bevestigingspluggen worden gebruikt. Voor andere materialen zoals hout, gipsplaat, holle blokken enz. is de installatie op eigen risico.
18. Controleer voordat u het apparaat gebruikt of de rubberen voetjes niet reageren met het materiaal van de vloer waarop het apparaat staat. Wees extra voorzichtig met chemische schoonmaakmiddelen die met het rubber kunnen reageren. Het wordt aanbevolen om ervoor te zorgen dat de voetjes geen sporen achterlaten op het oppervlak. Gebruik indien nodig geschikte beschermende matten om de vloer te beschermen.
19. Het apparaat is niet geschikt voor kinderen jonger dan 36 maanden. Verstikkingsgevaar door kleine onderdelen.
20. Het etiket van 15 cm x 10 cm met de barcode die bij de verpakking is ingesloten, moet worden aangebracht in de daarvoor bestemde ruimte in de gebruiksaanwijzing.
21. De installatiehandleiding en de gebruiksaanwijzing moeten gedurende de gehele levensduur van het apparaat bewaard worden.
22. Het apparaat is vervaardigd in overeenstemming met de Europese normen PN-EN ISO 20957-1:2014-02 en PN-EN ISO 20957-2:2021-11 in klasse H. C. klasse.

FONTOS BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK

TARTSA AZ UTASÍTÁSOKAT BIZTONSÁGOS HELYEN

1. A készülék használata előtt figyelmesen olvassa el a teljes használati utasítást. A maximális biztonság és hatékonyság csak akkor garantálható, ha a készüléket a használati utasításnak megfelelően telepítik és használják. Felhívjuk figyelmét, hogy a felhasználók tájékoztatása minden korlátozásról, figyelmeztetésről és óvintézkedésről az Ön felelőssége.
2. Az eszköz csak rendeltetésszerűen használható, azaz felnőttek vagy gyermekek által csak felnőtt felügyelete mellett végzett testgyakorlásra (az eszközt egyszerre csak egy személy használhatja; szükség esetén egy második személy is igénybe vehető a támogatás vagy a biztonság érdekében). Biztosítani kell, hogy az eszköz ne legyen elérhető a gyermekek számára, mivel természetes játékosztónuk és kíváncsi kedvük olyan viselkedéshez vezethet, amelyre az eszköz nem szolgál.
3. A készülék nem alkalmas terápiás célokra
4. A készüléket nem kültéri használatra szánták, kivéve a MARBO OUTDOOR termékcsaládot.
5. A készülék használata előtt ellenőrizze, hogy minden alkatrész a helyén van-e, és nincs-e meglazult alkatrész. A csavarok meglazulása természetes folyamat a készülék használatakor.
6. Felhívjuk figyelmét, hogy a termék biztonsága csak akkor garantálható, ha rendszeresen ellenőrzik, hogy a termék nem kopott-e el vagy sérült-e meg. Csak akkor használja a készüléket, ha az tökéletes műszaki állapotban van. A használat közben sérült alkatrészeket fedez fel, vagy szokatlan zajokat hall, hagyja abba az edzést. Ne használja újra a készüléket, amíg a hibát ki nem javították.
7. Ne végezzen az ezen utasításokban leírtaktól eltérő beállításokat. Ha bármilyen probléma merül fel, kérjük, forduljon az eladóhoz.
8. Ne hagyjon semmilyen beállítási mechanizmust olyan helyzetben, amely akadályozhatja a felhasználó mozgását.
9. A készüléket stabil, vízszintes felületen használja.
10. Ügyeljen arra, hogy használat közben megőrizze az egyensúlyát.
11. A készülék használata előtt végezze el a bemelegítést (a használati utasítás későbbi részében leírtak szerint), majd a készülék használata után hűtse le a készüléket.
12. Edzés közben ne viseljen olyan bő ruházatot, amely beakadhat a mozgó alkatrészekbe, vagy korlátozhatja a mozgását.
13. Ne tegye az ujjait a készülék mozgó részei közé.
14. Egyeztessen orvosával, mielőtt elkezdene egy edzésprogramot, különösen olyan fizikai állapotok esetén, amelyek veszélyeztethetik az egészségét és biztonságát. Orvosa tanácsa elengedhetetlen, ha olyan gyógyszert szed, amely hatással van a szívritmusára, a vérnyomására vagy a koleszterinszintjére. Ne használja a készüléket az orvosi tanács ellenére. A helytelen vagy túlzott edzés káros lehet az egészségére.
15. Figyeljen a teste jelzéseire. Hagyja abba az edzést, ha a következő tünetek bármelyikét észleli: fájdalom, szabálytalan szívverés, légszomj, szédülés vagy hányinger. Ha ilyen tüneteket tapasztal, forduljon orvoshoz, mielőtt folytatná az edzést.
16. A készülék használata során különböző kockázatok léphetnek fel. A túlterhelés, a nem megfelelő bemelegítés vagy a helytelen technika sérüléseket okozhat az izmokban, ízületekben és inakban. A helytelen testtartás vagy a túlzott megterhelés gerincproblémákhoz, többek között hátfájáshoz vezethet. Az intenzív fizikai megterhelés a szív- és érrendszeri problémák, például ritmuszavarok, magas vérnyomás vagy szívroham kockázatát hordozza magában. A hosszan tartó testmozgás elegendő szédület vagy folyadékpótlás nélkül szédüléshez, ájuláshoz vagy kiszáradáshoz vezethet. Ezenkívül a készülékkel vagy az izzadsággal való érintkezés bőrirritációt és horzsolásokat okozhat. A készülék mozgó részei további mechanikai sérülések, például zúzódások, zúzódások vagy törések kockázatát jelentik.
17. Ha a szerkezetet falra vagy mennyezetre szerelik, a gyártó azt ajánlja, hogy szilárd építőanyagból készüljön, és megfelelő rögzítődugókat használjanak. Más anyagok, például fa, gipszkarton, üreges blokkok stb. esetén a szerelés a felhasználó felelőssége.
18. A készülék használata előtt ellenőrizze, hogy a gumilábak nem reagálnak-e a padló anyagával, amelyre a készüléket helyezi. Különös óvatossággal kell eljárni az olyan kémiai tisztítószerrel, amelyek kölcsönhatásba léphetnek a gumival. Ajánlatos meggyőződni arról, hogy a lábak nem hagynak nyomot a felületen. Szükség esetén használjon megfelelő védőszőnyeget a padló védelmére.
19. A készülék nem alkalmas 36 hónaposnál fiatalabb gyermekek számára. Fulladásveszély az apró alkatrészek miatt.
20. A csomagolásban található 15 cm x 10 cm-es címkét a vonalkóddal a kezelési útmutatóban megadott helyre kell felragasztani.
21. A telepítési és kezelési útmutatót a készülék teljes élettartama alatt meg kell őrizni.
22. A készüléket a PN-EN ISO 20957-1:2014-02 és a PN-EN ISO 20957-2:2021-11 európai szabványok szerint gyártották H osztályban. C. osztályban.

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ БЕЗОПАСНОСТЬ ХРАНИТЕ ИНСТРУКЦИИ В БЕЗОПАСНОМ МЕСТЕ

1. Перед использованием оборудования внимательно прочитайте всю инструкцию. Полная безопасность и эффективность использования могут быть достигнуты только в том случае, если оборудование собрано и используется в соответствии с инструкциями. Помните, что вы несете ответственность за то, чтобы пользователи оборудования были ознакомлены со всеми ограничениями, предупреждениями и мерами предосторожности.
2. Оборудование должно использоваться только по назначению, т.е. для физической подготовки взрослых или детей только под присмотром взрослых (оборудование может использоваться одним человеком одновременно, не считая страховки). Не оставляйте оборудование в местах, доступных для детей, так как естественный инстинкт игры у детей и их любовь к экспериментам могут привести к ситуациям и поведению, для которых это оборудование не предназначено.
3. Оборудование не подходит для терапевтических целей.
4. Оборудование не предназначено для использования на открытом воздухе. За исключением линейки продуктов MARBO OUTDOOR.
5. Перед использованием оборудования убедитесь, что все детали находятся на месте и не болтаются. Ослабление некоторых винтов является естественным процессом, происходящим в процессе эксплуатации оборудования.
6. Помните, что вы сохраните уровень безопасности изделия, если будете регулярно проверять его на предмет износа/повреждений. Используйте прибор только тогда, когда он технически исправен. Если вы обнаружили неисправные компоненты или услышали какой-либо тревожный звук, исходящий от устройства во время использования, прекратите тренировку. Не используйте прибор до тех пор, пока проблема не будет устранена.
7. Не производите никаких настроек, кроме описанных в данном руководстве. При возникновении любых проблем обращайтесь к дилеру.
8. Не оставляйте регулировочные устройства в положении, которое может затруднить движения пользователя.
9. Используйте устройство на устойчивой, ровной поверхности.
10. При использовании устройства не забывайте сохранять равновесие.
11. Перед использованием оборудования выполните разминку (описана далее в данном руководстве), а после тренировки на оборудовании остыньте.
12. Чтобы тренироваться на тренажере, не надевайте свободную одежду, которая может зацепиться или закрутиться за движущиеся части тренажера или ограничить ваши движения.
13. Не вставляйте пальцы между движущимися частями тренажера.
14. Перед началом программы упражнений необходимо проконсультироваться с врачом по поводу физических состояний, которые могут представлять риск для вашего здоровья и безопасности. Консультация врача необходима, если вы принимаете лекарства, влияющие на частоту сердечных сокращений, кровяное давление или уровень холестерина. Не следует использовать это устройство вопреки рекомендациям врача. Неправильные или чрезмерные тренировки могут нанести вред вашему здоровью.
15. Будьте внимательны к сигналам своего организма. Прекратите тренировку, если вы испытываете любой из следующих симптомов: боль, нерегулярное сердцебиение, поверхностное дыхание, головокружение или чувство тошноты. Если вы испытываете любой из этих симптомов, проконсультируйтесь с врачом, прежде чем продолжать программу упражнений.
16. При использовании оборудования существуют различные риски. Перегрузка, отсутствие должной разминки или неправильная техника могут привести к травмам мышц, суставов и сухожилий. Неправильная осанка или чрезмерное напряжение могут вызвать проблемы со спиной, в том числе боли в спине. Интенсивные тренировки несут риск сердечно-сосудистых осложнений, таких как аритмия, гипертония или сердечный приступ. Длительные тренировки без достаточного отдыха и гидратации могут привести к головокружению, обмороку и обезвоживанию. Кроме того, контакт с оборудованием или пот могут вызвать ссадины и раздражение кожи. Движущиеся части оборудования представляют собой дополнительный риск, поскольку могут привести к случайным механическим травмам, таким как защемления, ушибы или переломы.
17. Если конструкция крепится к стене или потолку, производитель рекомендует, чтобы она была изготовлена из прочного строительного материала и чтобы для этого использовались подходящие монтажные дюбели; в других случаях, таких как дерево, гипсокартон, пустотелые блоки и т.д., монтаж производится на свой страх и риск.
18. Перед использованием устройства убедитесь, что резиновые ножки не вступают в реакцию с материалом основания, на котором будет установлено устройство. Особое внимание следует уделить воздействию химических веществ, используемых для очистки основания, которые могут взаимодействовать с резиной. Также рекомендуется следить за тем, чтобы ножки не оставляли следов на поверхности. При необходимости используйте подходящие защитные накладки для защиты основания.
19. Прибор не предназначен для детей младше 36 месяцев. Опасность удушья мелкими деталями.
20. Наклейте этикетку со штрих-кодом размером 15 см x 10 см, входящую в комплект, в специально отведенное место на инструкции по эксплуатации.
21. Храните инструкцию по установке вместе с инструкцией по эксплуатации в течение всего срока службы прибора.
22. Прибор изготовлен в соответствии с европейским стандартом PN-EN ISO 20957-1:2014-02, PN-EN ISO 20957-2:2021-11 в классе H. C.

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ INFORMACE BEZPEČNOST NÁVOD K POUŽITÍ UCHOVÁVEJTE NA BEZPEČNÉM MÍSTĚ

1. Před použitím zařízení si pečlivě přečtěte celý návod k použití. Plně bezpečnosti a efektivity používání lze dosáhnout pouze tehdy, je-li zařízení sestaveno a používáno v souladu s návodem. Nezapomeňte, že je vaší povinností zajistit, aby byli uživatelé zařízení seznámeni se všemi omezeními, výstrahami a bezpečnostními opatřeními.

2. Vybavení smí být používáno pouze k určenému účelu, tj. k fyzickému tréninku dospělých nebo dětí pouze pod dohledem dospělé osoby (vybavení smí používat vždy jen jedna osoba, nepočítaje v to případné jistiění). Nenechávejte vybavení na místě přístupném dětem, protože přirozený instinkt dětí ke hře a jejich láska k experimentování mohou vést k situacím a chování, pro které toto vybavení není určeno.

3. Vybavení není vhodné pro terapeutické účely.

4. Zařízení není určeno pro venkovní použití. S výjimkou produktové řady MARBO OUTDOOR

5. Před použitím zařízení zkontrolujte, zda jsou všechny části na svém místě a nejsou uvolněné. Uvolnění některých šroubů je přirozený proces, ke kterému dochází během používání zařízení.

6. Nezapomeňte, že úroveň bezpečnosti výrobku zachováte, pokud budete pravidelně kontrolovat jeho opotřebení/poškození. Spotřebič používejte pouze tehdy, je-li technicky v pořádku. Pokud zjistíte vadné součásti nebo pokud během používání uslyšíte jakýkoli rušivý zvuk vycházející ze zařízení, přestaňte cvičit. Přístroj nepoužívejte, dokud nebude problém odstraněn.

7. Neprovádějte žádná jiná nastavení než ta, která jsou popsána v tomto návodu. V případě jakýchkoli problémů se obraťte na svého prodejce.

8. Nenechávejte nastavovací zařízení v poloze, která by mohla bránit pohybu uživatele.

9. Zařízení používejte na stabilním, rovném povrchu.

10. Při používání zařízení nezapomeňte udržovat rovnováhu.

11. Před použitím zařízení proveďte zahřátí (popsané dále v této příručce) a po cvičení na zařízení se ochlaďte.

12. Chcete-li na zařízení cvičit, nenoste volné oblečení, které by se mohlo zachytit nebo zašroubovat do pohyblivých částí zařízení nebo omezovat vaše pohyby.

13. Nevkládejte prsty mezi pohyblivé části zařízení.

14. Před zahájením cvičebního programu byste se měli poradit se svým lékařem o fyzických potížích, které by mohly ohrozit vaše zdraví a bezpečnost. Rada lékaře je nutná, pokud užíváte léky, které ovlivňují srdeční tep, krevní tlak nebo hladinu cholesterolu. Tento přístroj byste neměli používat proti doporučení lékaře. Nesprávný nebo nadměrný trénink může způsobit poškození vašeho zdraví.

15. Dbejte na signály svého těla. Přestaňte cvičit, pokud pocítíte některý z následujících příznaků: bolest, nepravidelný srdeční tep, mělké dýchání, závrať nebo pocit nevolnosti. Pokud pocítíte některý z těchto příznaků, měli byste se před pokračováním ve cvičebním programu poradit se svým lékařem.

16. Při používání zařízení hrozí různá rizika. Přetížení, nedostatečné zahřátí nebo nesprávná technika mohou vést ke zranění svalů, kloubů a šlach. Nesprávné držení těla nebo nadměrná zátěž mohou způsobit problémy se zády, včetně bolesti zad. Intenzivní cvičení s sebou nese riziko kardiovaskulárních komplikací, jako je arytmie, hypertenze nebo infarkt. Dlouhodobý trénink bez dostatečného odpočinku nebo hydratace může vést k závratím, mdlobám a dehydrataci. Kromě toho může kontakt s vybavením nebo pot způsobit odřeniny a podráždění kůže. Pohybující se části vybavení představují další riziko, protože mohou vést k náhodným mechanickým zraněním, jako jsou skřípnutí, pohmožděny nebo zlomeniny.

17. Pokud se konstrukce montuje na stěnu nebo strop, výrobce doporučuje, aby byla vyrobena z pevného stavebního materiálu a aby se k tomuto účelu použily vhodné montážní hmoždinky, v ostatních případech, jako je dřevo, sádrokarton, duté bloky atd. montáž na vlastní nebezpečí.

18. Před použitím přístroje zkontrolujte, zda gumové nožičky nereagují s materiálem podkladu, na který bude přístroj umístěn. Zvláštní pozornost věnujte vlivu chemikálií používaných k čištění podkladu, které mohou s pryží interagovat. Doporučuje se také zajistit, aby nožičky nezaněchávaly na povrchu stopy. V případě potřeby použijte k ochraně podkladu vhodné ochranné podložky.

19. Spotřebič není určen pro děti mladší 36 měsíců. Hrozí nebezpečí udušení malými částmi.

20. Nalepte štítek s čárovým kódem o rozměrech 15 x 10 cm, který je součástí balení, na určené místo v návodu k použití.

21. Návod k instalaci uchovávejte společně s návodem k použití po celou dobu životnosti spotřebiče.

22. Přístroj byl vyroben v souladu s evropskou normou PN-EN ISO 20957-1:2014-02, PN-EN ISO 20957-2:2021-11 ve třídě H. C.

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY USCHOVAJTE POKYNY NA BEZPEČNOM MIESTE

1. Pred použitím spotrebiča si pozorne prečítajte celý návod na obsluhu. Maximálnu bezpečnosť a účinnosť možno zaručiť len vtedy, ak je spotrebič nainštalovaný a používaný v súlade s návodom. Upozorňujeme, že je vašou povinnosťou informovať používateľov o všetkých obmedzeniach, upozorneniach a bezpečnostných opatreniach.

2. Zariadenie sa môže používať len v súlade s jeho určením, t. j. na fyzický tréning dospelými osobami alebo deťmi len pod dohľadom dospelé osoby (zariadenie môže používať vždy len jedna osoba; v prípade potreby sa môže pridať druhá osoba kvôli podpore alebo bezpečnosti). Zabezpečte, aby zariadenie nebolo prístupné deťom, pretože ich prirodzený inštinkt hrať sa a experimentovať môže viesť k správaniu, na ktoré zariadenie nie je určené.

3. Zariadenie nie je vhodné na terapeutické účely.

4. Zariadenie nie je určené na používanie v exteriéri, s výnimkou produktového radu MARBO OUTDOOR.

5. Pred použitím zariadenia skontrolujte, či sú všetky časti na svojom mieste a či nie sú uvoľnené žiadne časti. Uvoľnenie skrutiek je prirodzený proces pri používaní prístroja.

6. Upozorňujeme, že bezpečnosť výrobku je možné zaručiť len vtedy, ak sa pravidelne kontroluje, či nie je opotrebovaný alebo poškodený. Spotrebič používajte len vtedy, keď je v bezchybnom technickom stave. Ak počas používania objavíte poškodené súčasti alebo počujete nezvyčajné zvuky, prestaňte cvičiť. Prístroj nepoužívajte, kým sa závada neodstráni.

7. Pri používaní prístroja dbajte na to, aby ste ho mohli používať. Nevykonávajte žiadne iné nastavenia, ako sú popísané v tomto návode. V prípade akýchkoľvek problémov sa obráťte na predajcu.

8. Nenechávajte žiadne nastavovacie mechanizmy v polohe, ktorá by mohla brániť používateľovi v pohybe.

9. Spotrebič používajte na stabilnom, rovnom povrchu.

10. Dbajte na to, aby ste počas používania udržiavali rovnováhu.

11. Pred použitím prístroja vykonajte zahriatie (popísané ďalej v návode) a po použití prístroj ochlaďte.

12. Počas tréningu nenoste volné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť o pohyblivé časti alebo obmedzovať vaše pohyby.

13. Nevkladajte prsty medzi pohyblivé časti zariadenia.

14. Pred začatím tréningového programu sa poraďte so svojim lekárom, najmä s ohľadom na fyzické podmienky, ktoré by mohli predstavovať riziko pre vaše zdravie a bezpečnosť. Rada lekára je nevyhnutná, ak užívate lieky, ktoré ovplyvňujú váš srdcový tep, krvný tlak alebo hladinu cholesterolu. Zariadenie nepoužívajte v rozpore s lekárske odporúčaniami. Nesprávny alebo nadmerný tréning môže byť škodlivý pre vaše zdravie.

15. Venujte pozornosť signálom svojho tela. Prestaňte cvičiť, ak spozorujete niektorý z nasledujúcich príznakov: bolesť, nepravidelný srdcový tep, dýchavičnosť, závraty alebo nevolnosť. Ak sa u vás takéto príznaky vyskytnú, pred pokračovaním v tréningu sa poraďte s lekárom.

16. Pri používaní zariadenia sa môžu vyskytnúť rôzne riziká. Preťaženie, nedostatočné zahriatie alebo nesprávna technika môžu spôsobiť poranenia svalov, kĺbov a šliach. Nesprávne držanie tela alebo nadmerná záťaž môžu viesť k problémom s chrbticou vrátane bolesti chrbta. Intenzívna fyzická námaha prináša riziko kardiovaskulárnych problémov, ako sú arytmia, vysoký krvný tlak alebo infarkt. Dlhodobé cvičenie bez dostatočných prestávok alebo hydratacie môže viesť k závratom, mdlobám alebo dehydratacii. Okrem toho kontakt so zariadením alebo pot môže spôsobiť podráždenie pokožky a odřeniny. Pohyblivé časti prístroja predstavujú ďalšie riziko mechanických poranení, ako je rozdrvenie, pomliaždenie alebo zlomeniny.

17. Ak sa konštrukcia montuje na stenu alebo strop, výrobca odporúča, aby bola vyrobena z pevného stavebného materiálu a aby sa použili vhodné upevňovacie hmoždinky. V prípade iných materiálov, ako je drevo, sádrokartón, duté tvárnice atd. je montáž na vlastné riziko.

18. Pred použitím spotrebiča skontrolujte, či gumové nožičky nereagujú s materiálom podlahy, na ktorej je spotrebič umiestnený. Osobitnú pozornosť treba venovať chemickým čistiacim prostriedkom, ktoré by mohli s gumou interagovať. Odporúča sa zabezpečiť, aby nožičky nezaněchávali na povrchu stopy. V prípade potreby použite na ochranu podlahy vhodné ochranné rohože.

19. Spotrebič nie je vhodný pre deti mladšie ako 36 mesiacov. Nebezpečenstvo zadusenía v dôsledku malých častí.

20. Štítok s čiarovým kódem s rozmermi 15 x 10 cm, ktorý je súčasťou balenia, by mal byť nalepený na mieste určenom v návode na obsluhu.

21. Návod na inštaláciu a návod na obsluhu by sa mali uchovávať počas celej životnosti spotrebiča.

22. Zariadenie bolo vyrobené v súlade s európskymi normami PN-EN ISO 20957-1:2014-02 a PN-EN ISO 20957-2:2021-11 v triede H. C. triedy.

VARNINGSTEXTER

VIKTIGA SÄKERHETSANVISNINGAR

FÖRVARA ANVISNINGARNA PÅ EN SÄKER PLATS

1. Läs igenom hela bruksanvisningen noggrant innan du använder apparaten. Maximal säkerhet och effektivitet kan endast garanteras om apparaten installeras och används i enlighet med anvisningarna. Observera att det är ditt ansvar att informera användarna om alla begränsningar, varningar och försiktighetsåtgärder.
2. Apparaten får endast användas i enlighet med dess avsedda användning, dvs. för fysisk träning av vuxna eller av barn endast under överinseende av en vuxen (apparaten får endast användas av en person åt gången; vid behov kan en andra person läggas till för stöd eller säkerhet). Se till att apparaten inte är tillgänglig för barn, eftersom deras naturliga instinkt att leka och experimentera kan leda till ett beteende som apparaten inte är avsedd för.
3. Apparaten är inte lämplig för terapeutiska ändamål.
4. Enheten är inte avsedd för utomhusbruk, med undantag för produktlinjen MARBO OUTDOOR.
5. Innan du använder enheten ska du kontrollera att alla delar sitter på plats och att inga delar är lösa. Att skruvar lossnar är en naturlig process när du använder apparaten.
6. Observera att produktens säkerhet endast kan garanteras om den regelbundet kontrolleras med avseende på slitage eller skador. Använd endast apparaten när den är i tekniskt felfritt skick. Om du upptäcker skadade komponenter eller hör ovanliga ljud under användningen ska du avbryta träningen. Använd inte apparaten igen förrän felet har avhjälpats.
7. Gör inga andra inställningar än de som beskrivs i denna bruksanvisning. Om du har några problem, vänligen kontakta säljaren.
8. Lämna inte några justeringsmekanismer i ett läge som kan hindra användarens rörelser.
9. Använd apparaten på ett stabilt och jämnt underlag.
10. Se till att du håller balansen under användningen.
11. Värm upp innan du använder apparaten (beskrivs längre fram i bruksanvisningen) och kyl ned efter att du har använt apparaten.
12. Bär inte löst sittande kläder under träningen som kan fastna i rörliga delar eller begränsa dina rörelser.
13. Stick inte in fingrarna mellan de rörliga delarna på apparaten.
14. Rådgör med din läkare innan du påbörjar ett träningsprogram, särskilt när det gäller fysiska tillstånd som kan utgöra en risk för din hälsa och säkerhet. Din läkares råd är viktigt om du tar mediciner som påverkar din hjärtfrekvens, ditt blodtryck eller dina kolesterolnivåer. Använd inte enheten i strid med läkares råd. Felaktig eller överdriven träning kan vara skadlig för din hälsa.
15. Var uppmärksam på din kropps signaler. Sluta träna om du känner av något av följande symtom: smärta, oregelbunden hjärtrytm, andnöd, yrsel eller illamående. Om du upplever sådana symtom bör du rådfråga läkare innan du fortsätter träningen.
16. Vid användning av apparaten kan olika risker uppstå. Överbelastning, otillräcklig uppvärmning eller felaktig teknik kan orsaka skador på muskler, leder och senor. Felaktig hållning eller överbelastning kan leda till ryggproblem, t.ex. ryggsmärta. Intensiv fysisk ansträngning medför risk för hjärt- och kärlproblem, t.ex. arytmier, högt blodtryck eller hjärtinfarkt. Långvarig träning utan tillräckliga pauser eller vätskeintag kan leda till yrsel, svimning eller uttorkning. Dessutom kan kontakt med apparaten eller svett orsaka hudirritation och skavsår. Rörliga delar på apparaten utgör en extra risk för mekaniska skador som klämskador, blåmärken eller frakturer.
17. Om konstruktionen monteras på en vägg eller i ett tak rekommenderar tillverkaren att den är tillverkad av ett fast byggnadsmaterial och att lämpliga fästpluggar används. För andra material, t.ex. trä, gipsskivor, hålblock etc., sker monteringen på egen risk.
18. Innan du använder apparaten ska du kontrollera att gummifötterna inte reagerar med materialet i det golv som apparaten placeras på. Särskild försiktighet bör iaktas vid användning av kemiska rengöringsmedel som kan reagera med gummit. Vi rekommenderar att du ser till att fötterna inte lämnar några märken på ytan. Använd vid behov lämpliga skyddsmattor för att skydda golvet.
19. Apparaten är inte lämplig för barn under 36 månader. Risk för kvävning på grund av små delar.
20. Den 15 cm x 10 cm stora etiketten med streckkoden som medföljer förpackningen ska fästas i det utrymme som finns i bruksanvisningen.
21. Installationsanvisningen och bruksanvisningen ska sparas under hela apparatens livslängd.
22. Apparaten har tillverkats i enlighet med Europastandarderna PN-EN ISO 20957-1:2014-02 och PN-EN ISO 20957-2:2021-11 i klass H. C. klass.