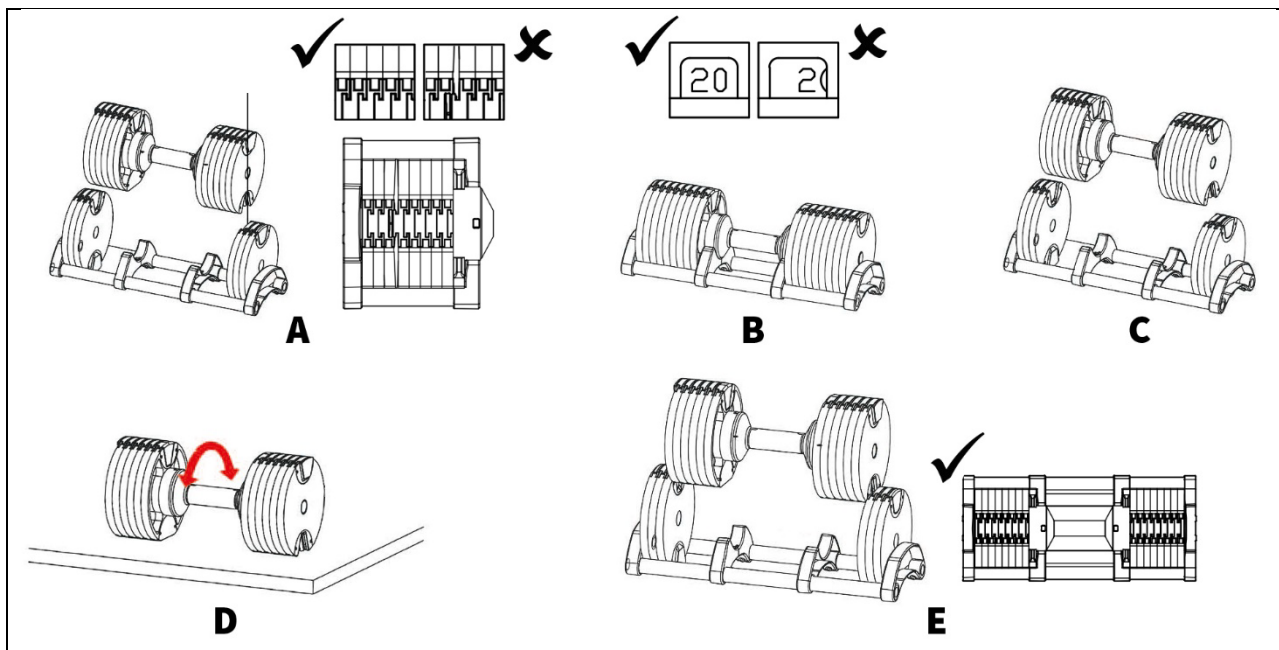


PL Hantle z regulacją obciążenia
EN Dumbbells with adjustable load
DE Hanteln mit Lasteinstellung
RU Гантели с регулируемой нагрузкой
RO Gantere cu sarcină reglabilă
LT Reguluojamos apkrovos hanteliai
CZ Činky s nastavitelnou zátěží
SK Činky s nastaviteľnou záťažou
HU Állítható terhelésű súlyzó
BG Дъмбели с регулируемо натоварване
FR Haltères à charge réglable
IT Manubri con carico regolabile
ES Mancuernas con peso ajustable



PL Użytkowniku,

Zapoznaj się z poniższą instrukcją przed rozpoczęciem montażu i pierwszym użyciem urządzenia. Instrukcja ta zawiera ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa użytkownika i konserwacji sprzętu.

UWAGA! Z urządzenia można korzystać wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem, czyli do treningu przez osoby dorosłe. Każde inne zastosowanie urządzenia może być niebezpieczne. Producent nie może być pociągany do odpowiedzialności za szkody, które zostały spowodowane nieprawidłowym użytkowaniem urządzenia.

UWAGA! Osoby przebywające w pobliżu w trakcie użytkowania sprzętu należy uprzedzić o ewentualnych zagrożeniach. Zachowaj szczególną ostrożność w obecności dzieci.

UWAGA! Przed przystąpieniem do ćwiczeń skonsultuj się z lekarzem w celu upewnienia się, czy nie masz żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do prowadzenia treningów na urządzeniu. W oparciu o opinię specjalisty możesz opracować swój plan treningowy. Nieprawidłowo dobrany program lub nadmierne ćwiczenia mogą być niebezpieczne dla Twojego zdrowia i życia.

UWAGA! Zabrania się używania części pochodzących z innych źródeł niż od producenta.

UWAGA! •W celu trwałego zapewnienia bezpieczeństwa regularnie (czyli przed każdym użyciem) sprawdzaj stan ogólny hantli i stosuj się do poniższych zaleceń.

A. Przed rozpoczęciem treningu upewnij się, że urządzenie zostało prawidłowo zamontowane. Regularnie sprawdzaj złącza. W razie uszkodzenia należy je wymienić przed użyciem.

B. Hantle można regulować wyłącznie, gdy umieszczone są na podstawie bazowej. **UWAGA!** Nigdy nie podnoś hantli z podstawy, jeśli nie jest w pełni wybrana pozycja. Nigdy nie używaj hantli bez kompletnego zestawu obciążników w podstawie.

C. Podnoś hantle z podstawy prosto do góry.

D. Sprawdź czy mechanizm blokujący działa poprawnie. Umieść hantle na płaskiej powierzchni. Spróbuj obrócić uchwyt z normalną siłą. Uchwyt musi pozostać w pozycji zablokowanej. **UWAGA!** Nigdy nie używaj hantli, jeśli uchwyt można obrócić z normalną siłą, gdy nie znajduje się w podstawie.

E. Po użyciu umieść hantle z powrotem na podstawie bazowej, upewniając się, że złącza są wyrównane.

EN User,

Read the following instructions before starting the installation and using the device for the first time. This manual contains important information on the safe use and maintenance of the equipment.

ATTENTION! The device may only be used for its intended purpose, i.e. for training by adults. Any other use of the device could be dangerous. The manufacturer cannot be held liable for damage caused by incorrect use of the device.

ATTENTION! People in the vicinity when using the equipment should be warned of the possible dangers. Take special care in the presence of children.

ATTENTION! Before exercising, consult your doctor to ensure that you have no health contraindications to training on the device. Based on the expert's opinion, you can develop your training plan. An inappropriate program or excessive exercise can be dangerous to your health and life.

ATTENTION! It is forbidden to use parts from sources other than the manufacturer's.

ATTENTION! •To ensure safety on a permanent basis, check the general condition of the dumbbells regularly (i.e. before each use) and follow the recommendations below.

A. Make sure the device is fitted correctly before starting your workout. Check the connectors regularly. If damaged, they must be replaced before use.

B. The dumbbells can only be adjusted when placed on the base. **ATTENTION!** Never lift dumbbells from the base unless the position is fully selected. Never use dumbbells without a complete set of weights in the base.

C. Lift the dumbbell from the base straight up.

D. Check that the locking mechanism works correctly. Place the dumbbell on a flat surface. Try turning the handle with normal force. The handle must remain in the locked position.

ATTENTION! Never use dumbbells if the handle can be turned with normal force when not in the base.

E. After use, place the dumbbell back on the base, making sure the joints are aligned.

DE Benutzer,

Lesen Sie die folgenden Anweisungen, bevor Sie mit der Montage und dem ersten Gebrauch des Geräts beginnen. Diese Anleitung enthält wichtige Informationen zum sicheren Gebrauch und zur Wartung des Geräts.

ACHTUNG! Das Gerät darf nur für den vorgesehenen Zweck, d.h. für das Training von Erwachsenen, verwendet werden. Jede andere Verwendung des Geräts kann gefährlich sein. Der Hersteller haftet nicht für Schäden, die durch unsachgemäßen Gebrauch des Geräts entstehen.

Achtung! Personen, die sich bei der Benutzung des Geräts in der Nähe aufhalten, müssen vor möglichen Gefahren gewarnt werden. Seien Sie besonders vorsichtig in Gegenwart von Kindern.

Achtung! Konsultieren Sie vor dem Training Ihren Arzt, um sicherzustellen, dass Sie keine gesundheitlichen Gegenanzeigen für das Training an diesem Gerät haben. Auf der Grundlage des Gutachtens des Arztes können Sie Ihren Trainingsplan erstellen. Ein ungeeignetes Programm oder übermäßiges Training kann Ihre Gesundheit und Ihr Leben gefährden.

Achtung! Es ist verboten, Teile zu verwenden, die nicht vom Hersteller stammen.

Achtung! -Um die Sicherheit dauerhaft zu gewährleisten, überprüfen Sie den allgemeinen Zustand der Hanteln regelmäßig (d.h. vor jedem Gebrauch) und befolgen Sie die nachstehenden Empfehlungen.

A. Vergewissern Sie sich, dass das Gerät richtig montiert ist, bevor Sie mit dem Training beginnen. Überprüfen Sie die Anschlüsse regelmäßig. Falls sie beschädigt sind, ersetzen Sie sie vor der Benutzung.

B. Die Hanteln können nur eingestellt werden, wenn sie auf der Basis stehen. **Achtung!** Heben Sie die Hanteln niemals von der Basis, wenn die Position nicht vollständig eingestellt ist. Verwenden Sie die Hanteln niemals ohne einen vollständigen Satz Gewichte in der Basis.

C. Heben Sie die Hantel von der Basis gerade nach oben.

D. Überprüfen Sie, ob der Verriegelungsmechanismus korrekt funktioniert. Legen Sie die Hantel auf eine ebene Fläche. Versuchen Sie, den Griff mit normaler Kraft zu drehen. Der Griff muss in der verriegelten Position bleiben. **ACHTUNG!** Verwenden Sie die Hantel nicht, wenn sich der Griff mit normaler Kraft drehen lässt, wenn er sich nicht in der Basis befindet.

E. Legen Sie die Hantel nach dem Gebrauch wieder auf die Basis und achten Sie darauf, dass die Verbindungen richtig ausgerichtet sind.

RU Пользователь,

Перед началом сборки и первым использованием устройства прочитайте следующее руководство. Данное руководство содержит важную информацию, касающуюся безопасности использования и технического обслуживания оборудования.

ВНИМАНИЕ! Устройство может использоваться только по прямому назначению, т.е. для обучения взрослыми. Любое другое использование устройства может быть опасным. Производитель не несет ответственности за ущерб, вызванный неправильным использованием устройства.

ВНИМАНИЕ! Люди, находящиеся поблизости при использовании оборудования, должны быть предупреждены о возможных опасностях. Будьте предельно осторожны в присутствии детей.

ВНИМАНИЕ! Перед началом тренировки проконсультируйтесь с врачом, чтобы убедиться, что у вас нет никаких медицинских противопоказаний к тренировкам на устройстве. На основе мнения эксперта можно разработать свой план тренировок. Неправильно подобранная программа или чрезмерные физические нагрузки могут быть опасны для здоровья и жизни.

ВНИМАНИЕ! Запрещается использовать детали из источников, отличных от производителя.

ВНИМАНИЕ! •Для обеспечения постоянной безопасности регулярно (т.е. перед каждым использованием) проверяйте общее состояние гантелей и следуйте приведенным ниже рекомендациям.

A. Перед началом тренировки убедитесь, что устройство установлено правильно. Регулярно проверяйте разъемы. В случае повреждения их необходимо заменить перед использованием.

Б. Гантели можно регулировать только при размещении на основании основания. **ВНИМАНИЕ!** Никогда не поднимайте гантель с основания, если не полностью выбрано положение. Никогда не используйте гантели без полного комплекта гирь в основании.

В. Поднимите гантель от основания прямо вверх.

Г. Проверьте правильность работы механизма блокировки. Поместите гантель на ровную поверхность. Попробуйте повернуть рукоятку с нормальным усилием. Рукоятка должна оставаться в заблокированном положении. **ВНИМАНИЕ!** Никогда не используйте гантели, если рукоятка может быть повернута с нормальным усилием, когда она не находится в основании.

Д. После использования поместите гантель обратно на основание, убедившись, что разъемы выровнены.

RO Utilizatorul,

Citiți următoarele instrucțiuni înainte de a începe instalarea și de a utiliza aparatul pentru prima dată. Aceste instrucțiuni conțin informații importante privind utilizarea și întreținerea în siguranță a echipamentului.

NOTĂ! Dispozitivul poate fi utilizat numai în scopul pentru care a fost conceput, adică pentru antrenamentul adulților. Orice altă utilizare a dispozitivului ar putea fi periculoasă. Producătorul nu poate fi tras la răspundere pentru daunele cauzate de utilizarea incorectă a dispozitivului.

ATENȚIE! Persoanele aflate în apropiere atunci când utilizează echipamentul trebuie avertizate cu privire la posibilele pericole. Acordați o deosebită atenție în prezența copiilor.

ATENȚIE! Înainte realizarea de exerciții fizice, consultați-vă medicul pentru a vă asigura că nu aveți contraindicații de sănătate pentru a vă antrena pe respectivul aparat. Pe baza opiniei expertului, vă puteți dezvolta planul de antrenament. Un program necorespunzător sau exercițiile fizice excesive pot fi periculoase pentru sănătatea și viața dumneavoastră.

ATENȚIE! Este interzisă utilizarea de piese din alte surse decât de la producător.

ATENȚIE! -Pentru a asigura siguranța în permanență, verificați starea generală a halterelor în mod regulat (adică înainte de fiecare utilizare) și urmați recomandările de mai jos.

A. Asigurați-vă că unitatea este montată corect înainte de a începe antrenamentul. Verificați periodic conectorii. În caz de deteriorare, acestea trebuie înlocuite înainte de utilizare.

B. Ganterele pot fi reglate numai atunci când sunt așezate pe bază. **ATENȚIE!** Nu ridicați niciodată ganterele de la bază decât dacă poziția este complet aleasă. Nu folosiți niciodată ganterele fără un set complet de greutate de bază.

C. Ridicați haltera de la bază direct în sus.

D. Verificați dacă mecanismul de blocare funcționează corect. Așezați gantera pe o suprafață plană. Încercați să rotiți mânerul cu o forță normală. Mânerul trebuie să rămână în poziția de blocare. **NOTĂ!** Nu utilizați niciodată gantera dacă mânerul poate fi rotit cu o forță normală atunci când nu se află în bază.

E. După utilizare, așezați gantera înapoi pe bază, asigurându-vă că elementele de legătură sunt aliniate.

LT Vartotojai,

Prieš pradėdami montuoti ir pirmą kartą naudoti prietaisą, perskaityk šias instrukcijas. Instrukcijose pateikiama svarbi informacija apie saugų prietaiso naudojimą ir priežiūrą.

DĖMESIO! Prietaisą galima naudoti tik pagal numatytą paskirtį, t. y. suaugusiųjų asmenų treniruotėms. Bet koks kitas prietaiso naudojimas gali būti pavojingas. Gamintojas negali būti laikomas atsakingu už žalą, atsiradusią dėl netinkamo prietaiso naudojimo.

DĖMESIO! Naudojant prietaisą šalia esantys žmonės turėtų būti įspėti apie galimus pavojus. Ypač atsargiai elkitės su vaikais.

DĖMESIO! Prieš treniruodamiesi pasikonsultuokite su gydytoju, kad įsitikintumėte, jog neturite sveikatos kontraindikacijų treniruotėms su prietaisu. Remdamiesi ekspertu nuomone, galite parengti treniruotės planą. Netinkama programa arba per didelis fizinis krūvis gali būti pavojingi Jūsų sveikatai ir gyvybei.

DĖMESIO! Draudžiama naudoti dalis iš kitų šaltinių nei gamintojas.

DĖMESIO! •Kad užtikrintumėte nuolatinį saugumą, reguliariai (t. y. prieš kiekvieną naudojimą) tikrinkite bendrą hantelių būklę ir laikykitės toliau pateiktų rekomendacijų.

A. Prieš pradėdami treniruotę įsitikinkite, kad įrenginys tinkamai pritvirtintas. Reguliariai tikrinkite jungtis. Jei jos pažeistos, prieš naudojimą jas reikia pakeisti.

B. Hantelius galima reguliuoti tik tada, kai jie uždėti ant pagrindo. **DĖMESIO!** Niekada nekelkite hantelių nuo pagrindo, kol padėtis nėra visiškai pasirinkta. Niekada nenaudokite hantelių, jei pagrindo nėra viso svorių rinkinio.

C. Kelkite hantelį nuo pagrindo tiesiai į viršų.

D. Patikrinkite, ar tinkamai veikia užrakto mechanizmas. Padėkite hantelį ant lygaus paviršiaus. Pabandykite pasukti rankeną įprasta jėga. Rankena turi likti užfiksuota. **DĒMESIO!** Niekada nenaudokite svarmenų, jei rankeną galima pasukti įprasta jėga, kai jos nėra pagrindu.
E. Po naudojimo uždėkite hantelį atgal ant pagrindo ir įsitinkinkite, kad sąnariai yra vienoje linijoje.

CZ Uživateli,

Před zahájením montáže a prvním použitím zařízení si přečtěte níže uvedené pokyny. Tato příručka obsahuje důležité informace o bezpečném používání a údržbě zařízení.

POZOR! Přístroj smí být používán pouze k určenému účelu, tj. k tréninku dospělých. Jakékoli jiné použití zařízení by mohlo být nebezpečné. Výrobce nenese odpovědnost za škody způsobené nesprávným používáním přístroje.

POZOR! Osoby v blízkosti by měly být při používání zařízení upozorněny na možná nebezpečí. V přítomnosti dětí dbejte zvýšené opatrnosti.

POZOR! Než začnete cvičit, poradte se se svým lékařem, abyste se ujistili, že nemáte žádné zdravotní kontraindikace tréninku na přístroji. Na základě posudku odborníka si můžete sestavit tréninkový plán. Nevhodný program nebo nadměrné cvičení může být nebezpečné pro vaše zdraví a život.

POZOR! Je zakázáno používat díly z jiných zdrojů než od výrobce.

POZOR! - Pro zajištění trvalé bezpečnosti pravidelně kontrolujte celkový stav činek (tj. před každým použitím) a dodržujte níže uvedená doporučení.

A. Před zahájením tréninku se ujistěte, že jsou závaží na přístroji správně nasazeny. Pravidelně kontrolujte konektory. Pokud jsou poškozené, je třeba je před použitím vyměnit.

B. Činky lze nastavit pouze tehdy, když jsou umístěny na základně. **POZOR!** Nikdy nezvedejte činky ze základny, pokud není pozice plně zvolena. Nikdy nepoužívejte činky bez kompletní sady závaží v základně.

C. Zvedněte činku ze základny přímo nahoru.

D. Zkontrolujte, zda uzamykací mechanismus funguje správně. Položte činku na rovný povrch. Zkuste otáčet rukojetí normální silou. Rukojeť musí zůstat v uzamčené poloze.

POZOR! Nikdy nepoužívejte činky, pokud lze rukojetí otáčet běžnou silou, když nejsou v základně.

E. Po použití položte činku zpět na základnu a ujistěte se, že jsou konektory v jedné rovině.

SK Používateľ,

Pred začatím montáže a prvým použitím zariadenia si prečítajte nasledujúce pokyny. Tieto pokyny obsahujú dôležité informácie o bezpečnom používaní a údržbe zariadenia.

POZOR! Zariadenie sa smie používať len na určený účel, t. j. na tréning dospelých osôb. Akékoľvek iné použitie zariadenia môže byť nebezpečné. Výrobca nenesie zodpovednosť za škody spôsobené nesprávnym používaním zariadenia.

POZOR! Osoby v blízkosti pri používaní zariadenia musia byť upozornené na možné nebezpečenstvo. V prítomnosti detí dajte na zvýšenú opatrnosť.

POZOR! Pred cvičením sa poraďte so svojím lekárom, či nemáte zdravotné kontraindikácie pre tréning na zariadení. Na základe odborného posudku si môžete vypracovať tréningový plán. Nevhodný program alebo nadmerné cvičenie môže byť nebezpečné pre vaše zdravie a život.

POZOR! Je zakázané používať diely z iných zdrojov ako od výrobcu.

POZOR! - Na trvalé zaistenie bezpečnosti pravidelne kontrolujte celkový stav čínek (t. j. pred každým použitím) a dodržiavajte nižšie uvedené odporúčania.

A. Pred začatím tréningu sa uistite, že je zariadenie správne zostavené. Pravidelne kontrolujte konektory. Ak sú poškodené, musia sa pred použitím vymeniť.

B. Činky je možné nastaviť len vtedy, keď sú umiestnené na základni. **POZOR!** Nikdy nezdvíhajte činky zo základne, ak nie je úplne zvolená poloha. Nikdy nepoužívajte činky bez kompletnej sady závaží v základni.

C. Zdvihnite činku zo základne priamo nahor.

D. Skontrolujte, či blokovací mechanismus funguje správne. Položte činku na rovný povrch. Pokúste sa otáčať rukoväťou normálnou silou. Rukoväť musí zostať v uzamknutej polohe.

POZOR! Nikdy nepoužívajte činku, ak sa rukoväť dá otáčať normálnou silou, keď nie je v základni.

E. Po použití položte činku späť na základňu a uistite sa, že sú klby zarovnané.

HU Tisztelt Felhasználó,

A telepítés megkezdése és az eszköz első használata előtt figyelmesen olvassa el az alábbi utasításokat. Ez a felhasználói kézikönyv fontos biztonsági utasításokat és információkat tartalmaz az eszköz használatára és karbantartására vonatkozóan.

FIGYELEM! Az eszköz kizárólag a rendeltetésének megfelelően használható, azaz felnőttek számára készült edzőeszközként. Az eszköz bármilyen más használata veszélyes lehet. A gyártó nem vállal felelősséget az eszköz nem megfelelő használata által okozott károkért.

FIGYELEM! A lehetséges veszélyekre az eszköz használatakor a közelben tartózkodó személyeket is figyelmeztetni kell. Fokozott óvatossággal járjon el gyermekek jelenlétében.

FIGYELEM! Edzés előtt vizsgálta ki általános edzettségi állapotát háziorvosával. Kérdezze meg orvosát, van-e ellenjavallata egészségi szempontból a súlyzókészlettel való testedzésnek. A szakember véleménye alapján kidolgozhatja edzéstervét. A nem megfelelő megválasztott program vagy a túlzott testmozgás veszélyes lehet az egészségre és az emberi életre.

FIGYELEM! Tilos a gyártó által ajánlottaktól eltérő forrásból származó alkatrészeket használni.

FIGYELEM! -A biztonság tartós fenntartása érdekében rendszeresen (azaz minden használat előtt) ellenőrizze a súlyzók általános állapotát, és kövesse az alábbi javaslatokat.

A. Az edzés megkezdése előtt győződjön meg arról, hogy az eszköz megfelelően legyen összeszerelve. Rendszeresen ellenőrizze a csatlakozóelemeket. Sérülésük esetén használat előtt cserélje ki őket.

B. A súlyzók csak vízszintes felületre helyezve állíthatók be. **FIGYELEM!** Soha ne emelje fel a súlyzókat a súlyzóállványról, csak amennyiben a pozíció véglegesen ki lett jelölve. Soha ne használja a súlyzókat teljes súlykészlet nélkül a súlyzóállványon.

C. Emelje a súlyzót az állványról egyenesen felfelé.

D. Ellenőrizze, hogy a záromechanizmus megfelelően működik-e. Helyezze a súlyzót vízszintes felületre. Próbálja meg normál erővel elfordítani a fogantyút. A fogantyúnak zárt helyzetben kell maradnia. **FIGYELEM!** Soha ne használja a súlyzókat, ha a fogantyú normál erővel elfordítható, amikor nincsen az állványon.

E. Használat után helyezze vissza a súlyzót az állványra, ügyelve arra, hogy a csatlakozóelemek egy vonalban legyenek.

BG Уважаеми Потребителю,

Прочетете следните инструкции, преди да започнете монтажа и да използвате устройството за първи път. Това ръководство съдържа важна информация за безопасната употреба и поддръжка на оборудването.

ВНИМАНИЕ! Устройството може да се използва само и единствено по предназначение, т.е. трябва да да бъдат обучени за него само възрастни. Всяко друго използване на устройството може да бъде опасно. Производителят не носи отговорност за щети, причинени от неправилна употреба на устройството.

ВНИМАНИЕ! Хората, които се намират в близост по време на употреба на оборудването, трябва да бъдат предупредени за възможните опасности. Бъдете особено внимателни когато има деца.

ВНИМАНИЕ! Преди да започнете упражнения, консултирайте се с Вашия лекар, за да се уверите, че нямате здравословни противопоказания за тренировки на уреда. Въз основа на мнението на специалистите можете да разработите своя план за обучение. Неподходящата програма или претоварването могат да бъдат опасни за здравето и живота ви.

ВНИМАНИЕ! Забранено е използването на части от източници, различни от тези на производителя

ВНИМАНИЕ! -За да осигурите постоянна безопасност, проверявайте редовно общото състояние на дъмбелите (т.е. преди всяка употреба) и следвайте препоръките по-долу.

A. Уверете се, че уреда е правилно сглобен, преди да започнете тренировката. Проверявайте редовно съединителите. Ако са повредени, те трябва да бъдат заменени преди употреба.

B. Дъмбелите могат да се регулират само когато са поставени върху основата. **ВНИМАНИЕ!** Никога не вдигайте дъмбели от основата, освен ако позицията не е напълно избрана. Никога не използвайте дъмбелите без пълен комплект тежести и основата.

C. Повдигнете дъмбела от основата право нагоре.

D. Проверете дали блокиращия механизъм работи правилно. Поставете дъмбела върху равна повърхност. Опитайте да завъртите дръжката с нормална сила. Дръжката трябва да остане в заключено положение. **ВНИМАНИЕ!** Никога не използвайте дъмбели, ако дръжката може да се завърти с нормална сила, когато не е в основата.
E. След употреба поставете дъмбела обратно върху основата, като се уверите, че съединителите са подравнени.

FR Utilisateur,

Lisez les instructions suivantes avant de commencer l'installation et d'utiliser l'appareil pour la première fois. Ce manuel contient des informations importantes sur l'utilisation et l'entretien de l'appareil en toute sécurité.

ATTENTION ! L'appareil ne peut être utilisé que pour l'usage auquel il est destiné, c'est-à-dire pour l'entraînement d'adultes. Toute autre utilisation de l'appareil peut être dangereuse. Le fabricant ne peut être tenu responsable des dommages causés par une utilisation incorrecte de l'appareil.

ATTENTION ! Les personnes se trouvant à proximité lors de l'utilisation de l'appareil doivent être averties des dangers possibles. Soyez particulièrement vigilant en présence d'enfants.

ATTENTION ! Avant de faire de l'exercice physique, consultez votre médecin pour vous assurer que vous ne présentez pas de contre-indication à l'entraînement sur l'appareil. Sur la base de l'avis d'un spécialiste, vous pouvez élaborer votre plan d'entraînement. Un programme inadapté ou un exercice excessif peuvent être dangereux pour la santé et la vie.

ATTENTION ! Il est interdit d'utiliser des pièces provenant d'autres sources que le fabricant.

ATTENTION ! Pour assurer une sécurité permanente, vérifiez régulièrement (c'est-à-dire avant chaque utilisation) l'état général des haltères et suivez les recommandations ci-dessous.

A. Assurez-vous que l'appareil est correctement installé avant de commencer votre entraînement. Vérifiez régulièrement les connecteurs. S'ils sont endommagés, ils doivent être remplacés avant l'utilisation.

B. Les haltères ne peuvent être réglés que lorsqu'ils sont placés sur la base. **ATTENTION !** Ne soulevez jamais d'haltères à partir de la base si la position n'est pas entièrement figée. N'utilisez jamais d'haltères sans un jeu complet de poids sur la base.

C. Soulevez l'haltère de la base vers le haut.

D. Vérifier le bon fonctionnement du mécanisme de verrouillage. Placez l'haltère sur une surface plane. Essayez de tourner la poignée avec une force normale. La poignée doit rester en position verrouillée. **ATTENTION !** N'utilisez jamais d'haltères si la poignée peut être tournée avec une force normale lorsqu'elle n'est pas sur la base.

E. Après utilisation, remplacez l'haltère sur la base, en veillant à ce que les axes soient alignés.

IT Gentile utente,

leggi le seguenti istruzioni prima di iniziare il montaggio e di utilizzare l'apparecchiatura per la prima volta. Queste istruzioni contengono informazioni importanti sull'uso e la manutenzione sicuri dell'apparecchiatura.

ATTENZIONE! Il dispositivo deve essere utilizzato solo per lo scopo previsto, cioè per l'allenamento da parte di adulti. Qualsiasi altro uso del dispositivo può essere pericoloso. Il produttore non può essere ritenuto responsabile per i danni causati da un uso scorretto del dispositivo.

ATTENZIONE! Le persone che si trovano nelle vicinanze durante l'utilizzo dell'apparecchiatura devono essere avvertite dei possibili pericoli. Prestare particolare attenzione in presenza di bambini.

ATTENZIONE! Prima di allenarsi, consultare il proprio medico per verificare che non vi siano controindicazioni di salute all'allenamento con la macchina. In base al parere dello specialista, è possibile sviluppare il proprio piano di allenamento. Un programma inadeguato o un esercizio eccessivo possono essere pericolosi per la salute e la vita.

ATTENZIONE! È vietato utilizzare parti di ricambio di provenienza diversa da quella del produttore.

ATTENZIONE! * Per garantire la sicurezza in modo costante (cioè prima di ogni utilizzo) controllare regolarmente le condizioni generali dei manubri e seguire le raccomandazioni riportate di seguito.

A. Assicurarsi che il dispositivo sia montato correttamente prima di iniziare l'allenamento. Controllare regolarmente i connettori. Se danneggiati, sostituirli prima dell'uso.

B. I manubri possono essere regolati solo quando sono posizionati sulla base. **ATTENZIONE!** Non sollevare mai i manubri dalla base se l'incastro non è completamente adattato. Non utilizzare mai i manubri senza un set completo di pesi nella base.

C. Sollevare il manubrio dalla base verso l'alto.

D. Verificare il corretto funzionamento del meccanismo di bloccaggio. Posizionare il manubrio su una superficie piana. Cercare di ruotare l'impugnatura con una forza normale.

L'impugnatura deve rimanere in posizione di blocco. **ATTENZIONE!** Non utilizzare mai il manubrio se l'impugnatura può essere ruotata con forza normale quando non è nella base.

E. Dopo l'uso, rimettere il manubrio sulla base, assicurandosi che i connettori siano allineati.

ES Estimado usuario,

Lee las siguientes instrucciones antes de iniciar la instalación y utilizar el dispositivo por primera vez. Este manual contiene información importante sobre el uso seguro y el mantenimiento del equipo.

¡ATENCIÓN! El dispositivo sólo puede utilizarse para los fines previstos, es decir, para el entrenamiento por parte de adultos. Cualquier otro uso del dispositivo puede ser peligroso. El fabricante no se hace responsable de los daños causados por un uso incorrecto del dispositivo.

¡ATENCIÓN! Debe advertirse de los posibles peligros a las personas que se encuentren cerca del equipo en uso. Ten especial cuidado en presencia de niños.

¡ATENCIÓN! Antes de comenzar el entrenamiento, consulta a tu médico para asegurarte de que no tienes contraindicaciones de salud para entrenar con el dispositivo. Basándote en la opinión de un especialista, puedes elaborar tu plan de entrenamiento. Un programa inadecuado o un ejercicio excesivo pueden ser peligrosos para tu salud y tu vida.

¡ATENCIÓN! Está prohibido utilizar piezas de repuesto de fuentes distintas que las del fabricante.

¡ATENCIÓN! •Para garantizar la seguridad, comprueba el estado general de las mancuernas con regularidad (es decir, antes de cada uso) y sigue las siguientes recomendaciones.

A. Asegúrate de que el dispositivo está correctamente colocado antes de empezar el entrenamiento. Comprueba las conexiones con regularidad. Si están dañados, deben sustituirse antes de su uso.

B. Las mancuernas sólo pueden ajustarse cuando están colocadas en la base. **¡ATENCIÓN!** Nunca levantes las mancuernas de la base antes de seleccionar la posición. Nunca utilices las mancuernas sin un juego completo de pesas en la base.

C. Levanta la mancuerna de la base hacia arriba.

D. Comprueba que el mecanismo de bloqueo funciona correctamente. Coloca la mancuerna sobre una superficie plana. Intenta girar el mango con fuerza normal. El mango debe permanecer en la posición de bloqueo. **¡ATENCIÓN!** No utilices nunca mancuernas si el mango puede girarse con una fuerza normal cuando no está en la base.

E. Después de usarla, vuelve a colocar la mancuerna en la base, asegurándote de que las conexiones estén alineadas.