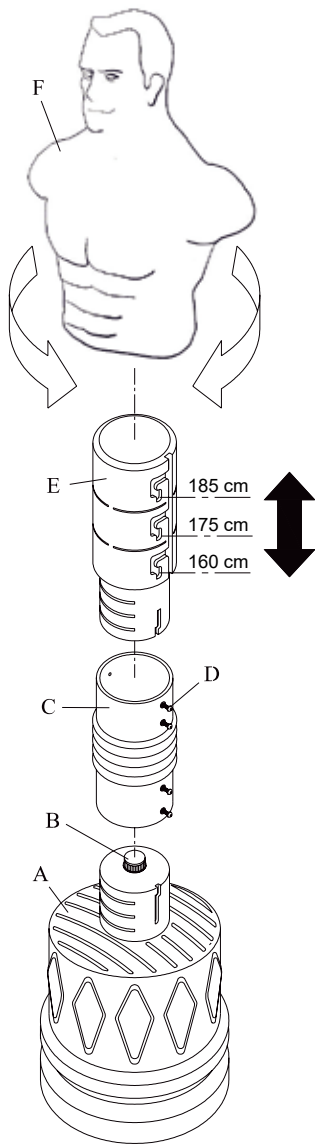


Montageanleitung Standboxtrainer PRO FIGHTER



Schritt 1

Entfernen Sie den Verschlussdeckel (B) vom Standfuß (A).

Schritt 2

Der Standfuß (A) kann wahlweise mit Wasser oder Sand gefüllt werden.

Füllgewicht:

- mit Wasser: ca. 110 kg
- mit Sand: ca. 130 kg

Warnhinweis

Überprüfen Sie vor der erstmaligen Befüllung den Standfuß auf mögliche Beschädigungen. Befüllen Sie niemals einen Standfuß der Schäden aufweist!

Schritt 3

Verschließen Sie die Einfüllöffnung mit der Verschlussdeckel (B).

Schritt 4

Setzen Sie den unteren Teil des Flexsystems (C) in Verbindung mit der Höhenverstellung (E) auf die Aufnahme des Standfußes (A). Befestigen Sie diese mit den Schrauben (D).

Schritt 5

Setzen Sie nun den Torso (F) auf der Höhenverstellung ein und fixieren Sie ihn in der gewünschten Position.

Hierzu stehen drei Position zur Auswahl (siehe Abbildung links):

Position 1: Höhe ca. 160 cm

Position 2: Höhe ca. 175 cm

Position 3: Höhe ca. 185 cm

Standort

Wählen Sie einen Standort, der frei von störenden Gegenständen ist. Es sollte eine Fläche gewählt werden, die in alle Richtungen einen Freiraum von mindestens 150 cm, gemessen an Außenkante des Standfußes, bietet. Achten Sie darauf, dass während des Trainings Dritte, insbesondere Kinder oder Tiere, sich nicht im Trainingsbereich befinden.

Achten Sie darauf, dass der Standbox-Fighter PRO niemals längere Zeit der direkten Sonnenbestrahlung ausgesetzt ist. Der Standbox-Fighter PRO ist für die ausschließliche Nutzung in trockenen, wohltemperierten Räumen konzipiert. Eine dauerhafte Nutzung in Frei- oder Nassbereichen ist nicht möglich.

Reinigung

Reinigen Sie den Standbox-Fighter PRO nach jedem Training ausschließlich mit Wasser und einer leichten Seifenlauge. Verwenden Sie niemals Lösungs- oder andere Reinigungsmittel.

Wartung

Prüfen Sie vor jedem Training den festen Sitz der Schrauben und ziehen Sie diese gegebenenfalls nach.

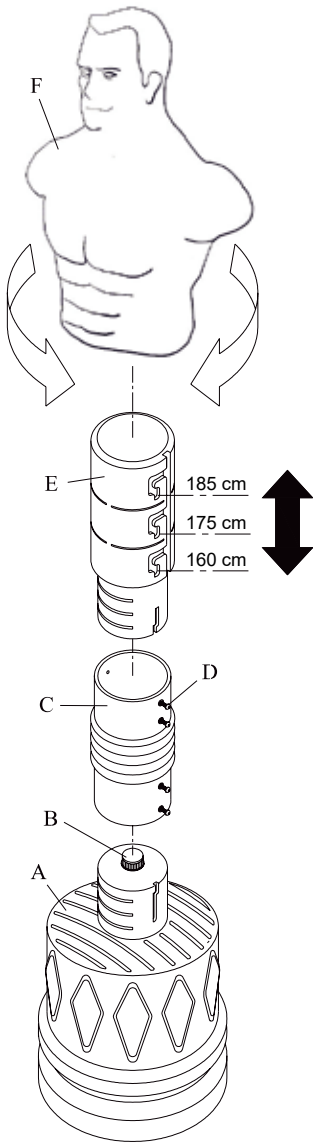
Trainingshinweise

Der Torso des Standbox-Fighters PRO darf niemals von Hand extrem zur Seite gebogen werden (nicht mehr als 40°), da ansonsten das Flexelement beschädigt werden kann. Achten Sie hierbei insbesondere auf die Experimentierfreudigkeit von Kindern. Schäden dieser Art werden nicht durch die Gewährleistung abgedeckt.

Um Ihre Hände optimal zu schützen tragen Sie während des Trainings geeignete Box- oder Ballhandschuhe in Verbindung mit einer Schlup- oder Wickelbandage. Bei dem Training von Tritten und Kicks tragen Sie niemals Schuhe, sondern trainieren Sie diese Techniken ausschließlich barfuß oder mit Strümpfen.

Assembly Instructions

Standing PRO FIGHTER



Step 1

Remove the cap (B) from the pedestal (A).

Step 2

The base (A) can optionally be filled with water or sand. Filling weight:

- with water: about 110 kg
- with sand: about 130 k

Warning

Before initial filling, check the base for possible damage. Never fill a damaged base!

Step 3

Close the filler opening with the cover (B).

Step 4

Place the lower part of the flex system (C) with the height adjustment (E) on the base (A). Secure with the screws (D).

Step 5

Place the torso (F) on the height adjustment and fix it in the desired position.

There are three positions to choose from (see picture on the left):

Position 1: Height approx. 160 cm

Position 2: Height approx. 170 cm

Position 3: Height approx. 180 cm

Location:

Choose a location that is free of obstructions with a free space of at least 150cm in all directions, measured from the outer edge of the base.

Make sure that third parties, especially children or animals, are not in the training area during training. Make sure that the standing punching bag is never exposed to direct sunlight for a long time. The standing PRO-FIGHTER is designed for use in dry, well-ventilated rooms only.

Do not use permanently outdoors or in wet areas.

Cleaning:

After training, clean the standing PRO-FIGHTER with water and a light soapy solution only. Never use solvents or other cleaning agents.

Maintenance:

Check the tightness of the screws before each workout and tighten them if necessary.

Training notes:

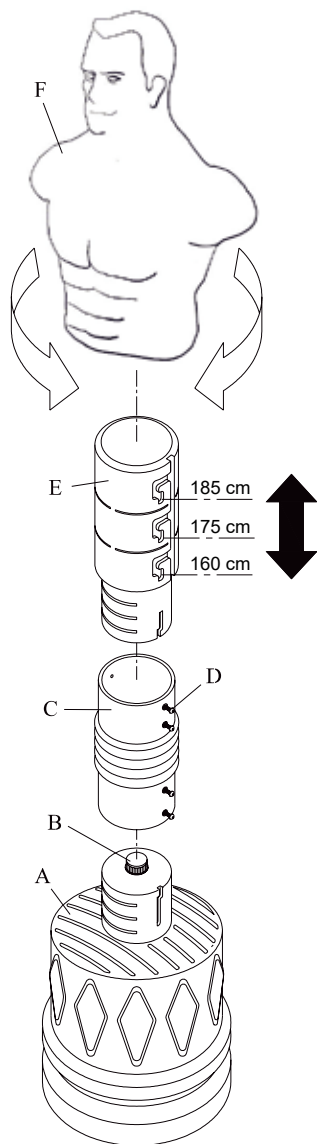
The torso of the standing PRO-FIGHTER must never be bent too far to the side (not more than 40°), otherwise the flex element may be damaged. It is not suitable for use by children. Damage of this nature is not covered by the warranty.

To protect your hands, wear suitable boxing or ball gloves in conjunction with a slip-on or wrapping bandage during training. When practising kicks, train these techniques barefoot or with stockings, never wear shoes.

ENG

Istruzioni di montaggio

Manichino da boxe PRO FIGHTER



Passo 1

Rimuovere il tappo (B) dalla base (A).

Passo 2

Riempire la base (A) con acqua o sabbia a scelta dell'utilizzatore. Peso della base riempita:

- acqua: circa 110 kg
- sabbia: circa 130 kg

Attenzione

Prima di riempire la base, verificare possibili danni o rotture della struttura. Non riempire la base se presenta crepe o fori!

Passo 3

Chiudere il foro con il tappo rimosso in precedenza (B).

Passo 4

Posizionare la parte inferiore del meccanismo a molla (C) con l'elemento per regolare l'altezza (E) sulla base (A). Fissare gli elementi con le viti (D).

Passo 5

Posizionare il manichino (F) sull'elemento per regolare l'altezza, e fissarlo nella posizione desiderata.

È possibile scegliere tra tre diverse altezze come illustrato in figura:

Posizione 1: altezza circa 160 cm

Posizione 2: altezza circa 170 cm

Posizione 3: altezza circa 180 cm

Posizionamento:

Scegliere un'area libera da ostacoli e con uno spazio di minimo 150 cm in ogni direzione, misurato dal lato esterno della base.

Assicurarsi che bambini e animali siano tenuti a distanza durante l'allenamento. Assicurarsi inoltre che il manichino non venga esposto alla luce solare diretta per periodi prolungati. Il manichino PRO-FIGHTER è progettato per uso in ambienti asciutti e ben arieggiati. Non posizionare o utilizzare l'attrezzo per periodi prolungati all'aperto o in ambienti umidi.

Pulizia:

Al termine di ciascuna sessione di allenamento, pulire il manichino PRO-FIGHTER con acqua e detergente neutro. Non utilizzare in nessun caso solventi o detersivi aggressivi.

Manutenzione:

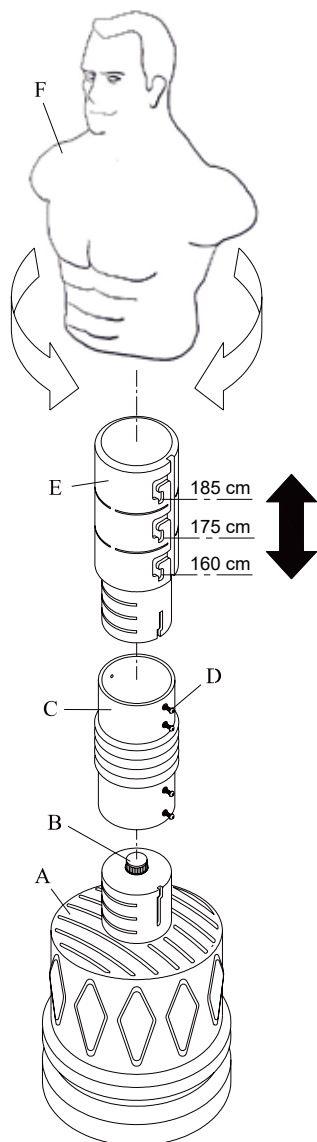
Prima di ogni sessione di allenamento, verificare che le viti siano correttamente fissate, e stringerle se necessario.

Suggerimenti per l'allenamento:

Il corpo del manichino PRO-FIGHTER non deve essere piegato a mano oltre un certo limite (non oltre i 40°), altrimenti si rischiano danni all'elemento a molla. Il manichino non è progettato per l'uso da parte dei bambini. Danni di questa natura non sono coperti dalla garanzia.

Per proteggere ossa e articolazioni delle mani, consigliamo di indossare guantoni da boxe o da allenamento e di guanti in tessuto o fasce elastiche da boxe. Per allenarsi con i calci, rimuovere le scarpe e colpire a piedi nudi o con calze, non colpire mai il manichino con le scarpe.

Instructions d'assemblage PRO FIGHTER sur pied



Etape 1

Retirez le bouchon (B) du socle (A).

Etape 2

Le socle (A) peut être rempli avec de l'eau ou du sable.

Poids du remplissage :

- Avec de l'eau : environ 110 kg
- Avec du sable : environ 130 kg

Avertissement

Avant le remplissage initial, vérifiez que le socle n'est pas endommagé. Ne jamais remplir un pied endommagé !

Etape 3

Fermez l'ouverture avec le bouchon (B).

Etape 4

Placez la partie la plus basse du système flex (C) avec le système de réglage de la hauteur (E) sur le socle (A). Fixez avec les vis (D).

Etape 5

Placez le tronc (F) sur le système de réglage de la hauteur et fixez-le dans la position désirée.

Vous pouvez choisir parmi trois positions (voir l'illustration à gauche) :

Position 1 : hauteur approx. 160 cm

Position 2 : hauteur approx. 175 cm

Position 3 : hauteur approx. 185 cm

Lieu :

Choisissez un lieu sans obstacles et disposant d'un espace libre d'au moins 150 cm autour de sac de frappe, mesuré à partir du bord extérieur du socle.

Assurez-vous que personne ne se trouve dans la zone d'entraînement pendant votre séance, particulièrement les enfants et les animaux. Assurez-vous que le sac de frappe sur pied ne soit jamais exposé à la lumière directe du soleil pendant une longue période. Le PRO-FIGHTER sur pied est conçu uniquement pour un usage dans une pièce tempérée et bien aérée. Ne l'utilisez pas de façon permanente à l'extérieur ou dans des zones humides.

Nettoyage :

Après l'entraînement, nettoyez le PRO-FIGHTER sur pied uniquement avec de l'eau et une solution légèrement savonneuse. Ne jamais utiliser de solvants ou autres produits de nettoyage.

Entretien :

Vérifiez le serrage des vis avant chaque entraînement et resserrez-les si nécessaire.

Notes d'entraînement :

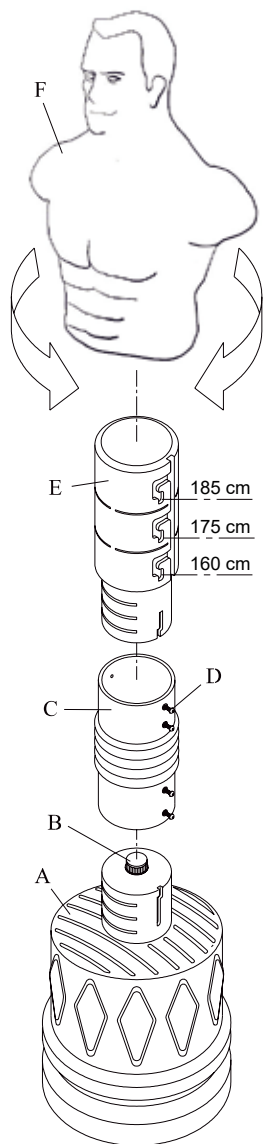
Le PRO-FIGHTER sur pied ne doit jamais être plié trop loin sur le côté (pas plus de 40°), autrement l'élément flexible pourrait être endommagé. Il n'est pas adapté aux enfants. Ce type de dégâts n'est pas couvert par la garantie.

Pour protéger vos mains lors de l'entraînement, portez des gants de boxe ou "ball gloves" adaptés, associés à des bandages de boxe à enfiler ou à enrouler. Lorsque vous exécutez des coups de pied, réalisez ces techniques nu-pieds ou en chaussettes, ne portez jamais de chaussures.

FRA

Instrucciones de Montaje

PRO FIGHTER de pie



Paso 1

Retire la tapa (B) del pedestal (A).

Paso 2

La base (A) se puede llenar opcionalmente con agua o arena. Peso de relleno:

- Con agua: sobre 110 kg
- Con arena: sobre 130 kg

Advertencia

Antes de llenar inicialmente, compruebe la base por si hay posibles daños. ¡Nunca debe llenar una base dañada!

Paso 3

Cierre el agujero de llenar con la tapa (B).

Paso 4

Coloque la parte inferior del sistema flex (C) con el ajustado de altura (E) en la base (A). Asegure con los tornillos (D).

Paso 5

Coloque el torso (F) sobre el ajuste de altura y asegúrelo en la posición deseada. Hay tres posiciones para elegir (mire la foto a la izquierda):

Posición 1: Altura de aprox. 160 cm

Posición 2: Altura de aprox. 170 cm

Posición 3: Altura de aprox. 180 cm

Lugar:

Elija un lugar que no tenga obstrucciones con un espacio libre de al menos 150cm en todas las direcciones, medido desde la esquina exterior de la base. Asegúrese que terceros, especialmente los niños o los animales, no estén en la zona de entrenamiento durante la sesión. Asegúrese que el muñeco de boxeo de pie nunca esté expuesto a la luz directa del sol durante un periodo largo de tiempo. El PRO-STANDING de pie está diseñado para el uso únicamente en espacios secos y bien-ventilados. No se debe usar permanentemente al aire libre o en las zonas mojadas.

Limpieza:

Después del entrenamiento, limpie el PRO-FIGHTER de pie únicamente con agua y una solución de gel ligera. Nunca debe usar solventes u otros agentes de limpieza.

Cuidado:

Compruebe la tensión de los tornillos antes de cada sesión y apriételos si fuera necesario.

Notas de entrenamiento:

El torso de pie PRO-FIGHTER nunca se debe doblar demasiado hacia un lado (no más de 40°), ya que el elemento flex podría ser dañado. No es adecuado para el uso de los niños. Los daños causados de esta manera no estarán cubiertos por la garantía.

Para proteger sus manos durante el entrenamiento, debe llevar guantes de boxeo adecuados además de una venda de quita y pón o de liar. Cuando practique patadas, debe entrenar descalzo o con medias, nunca con calzado.

ESP