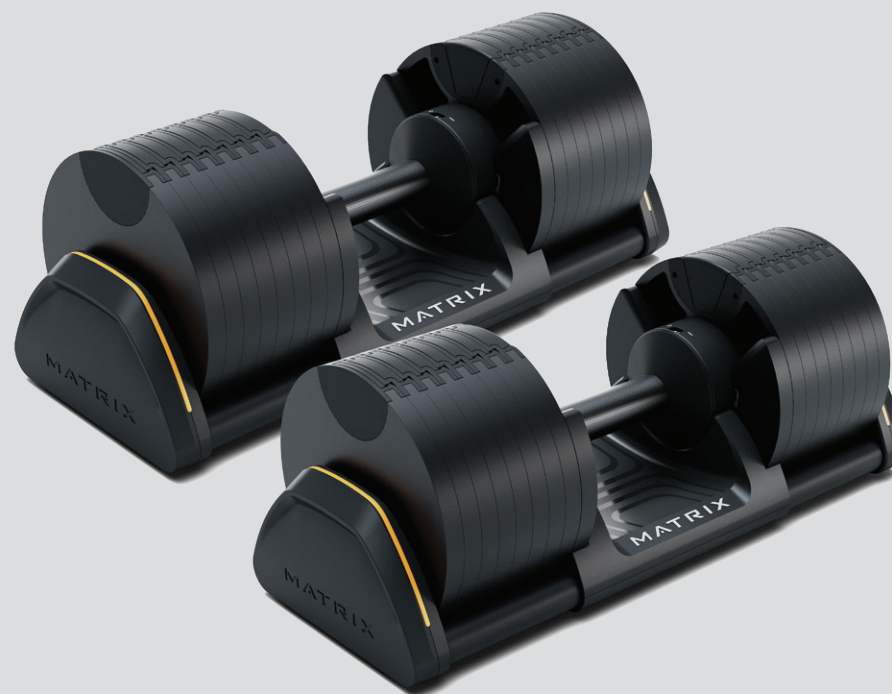




2	ENGLISH
5	DEUTSCH
8	NEDERLANDS
11	FRANÇAIS
14	ESPAÑOL
17	ITALIANO
20	PORTUGUÊS
23	POLSKI
26	РУССКИЙ





PRODUCT INFORMATION

MODEL:	DB20	DB32	DB50	DB80
Weight Increments	2-20kg in 2kg increments	2-32kg in 2kg increments	5-50lbs in 5lb increments	5-80lbs in 5lb increments
Product Weight	21 kg / 46.2 lbs	33 kg / 72.6 lbs	23 kg / 50.6 lbs	37 kg / 81.4 lbs
Handle Length	10.5 cm / 4.15"	10.5 cm / 4.15"	10.5 cm / 4.15"	10.5 cm / 4.15"
Dimensions (L x W x H)*	35 x 17.8 x 17.3 cm / 13.75 x 7 x 6.8"	43.5 x 17.8 x 17.3 cm / 17 x 7 x 6.8"	35 x 18.8 x 18.25 cm / 13.75 x 7.4 x 7.2"	43.5 x 18.8 x 18.25 cm / 17 x 7.4 x 7.2"
Dimensions with Cradle (L x W x H)*	40.5 x 19 x 17.8 cm / 16 x 7.5 x 7"	49 x 19 x 17.8 cm / 19.3 x 7.5 x 7"	40.5 x 19.4 x 19 cm / 16 x 7.6 x 7.5"	49 x 19.4 x 19 cm / 19.3 x 7.6 x 7.5"

SAVE THESE INSTRUCTIONS

Read all instructions before using this equipment. It is the responsibility of the owner to ensure that all users of this equipment are adequately informed of all warnings and precautions. If you have any questions after reading this guide, contact Customer Tech Support.

This equipment is intended for in-home use only. Do not use this equipment in any commercial, rental, school or institutional setting. Failure to comply will void the warranty.

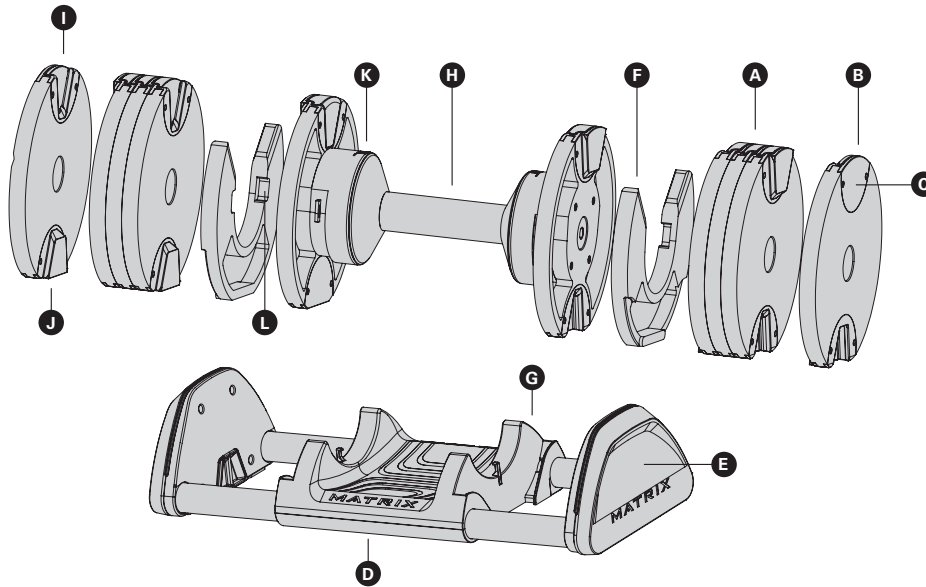
Link to Patent Number List:
nuoathletics.com/patent

PROPER USAGE

- The dumbbell can only be adjusted while in the cradle.
- Make sure male and female connectors align when returning dumbbell to cradle.
- Never attempt to lift dumbbell from the cradle if weight selection is not centered in the window.
- Carefully inspect male and female connectors regularly.
- Do not use if male and female connectors are damaged.
- Check regularly that dumbbell handle can be turned to all weight selections while in cradle.
- Check regularly that dumbbell handle cannot be turned while out of cradle.
- Never use dumbbell without the complete set of weight plates in the cradle.
- If dumbbell is damaged, missing parts or not functioning properly, discontinue use and contact Customer Tech Support.

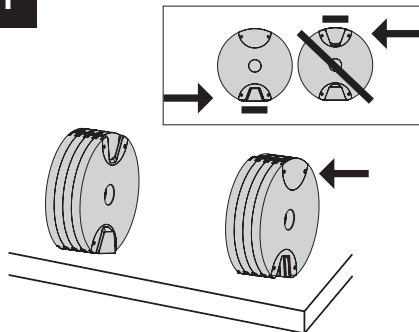


ASSEMBLY



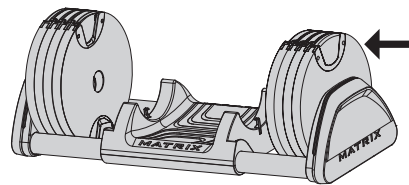
- A **STACK OF REGULAR WEIGHT PLATES**
* Number of weight plates varies by model
- B **END PLATE**
- C **FLAT CONNECTOR**
- D **CRADLE**
- E **OUTER SUPPORT**
- F **HALF PLATE**
- G **INNER SUPPORT**
- H **HANDLE**
- I **SLOT**
- J **WEDGE**
- K **INDICATOR WINDOW**
- L **HALF PLATE GROOVE**

1



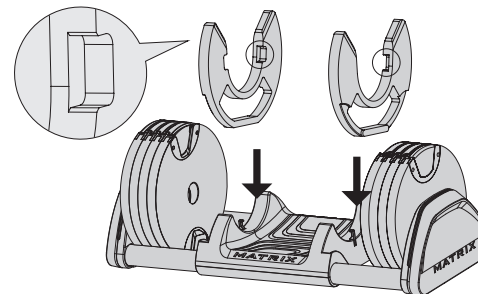
Unpack and prepare two symmetrical **STACKS (A)** of connected weight plates on a flat surface, making sure that each stack has an **END PLATE (B)** with a **FLAT CONNECTOR (C)** pointing outwards. The flat side of the stack should point downwards.

2



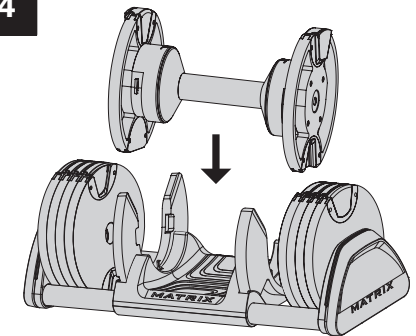
Place the stacks in the **CRADLE (D)**, tightly positioned toward the **OUTER SUPPORTS (E)**. Make sure that the **FLAT CONNECTOR (C)** is pointing outwards.

3



Insert the **HALF PLATES (F)** in the slot of the **INNER SUPPORTS (G)** on the cradle, making sure that the **GROOVES (L)** on the half plates face each other.

4



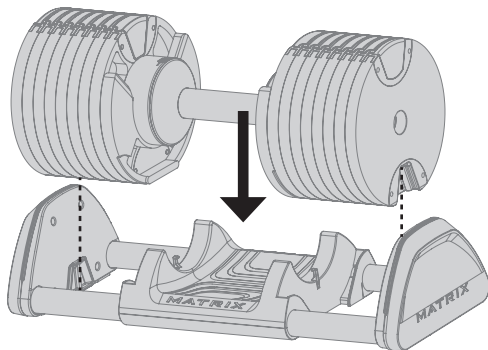
Place the **HANDLE (H)** in the remaining space between weight stack and half plates, making sure that the **SLOTS (I)** and **WEDGES (J)** on the connectors align.



PROPER USAGE

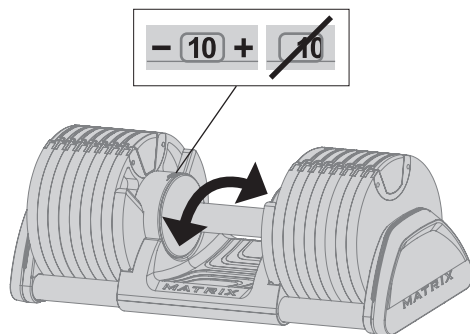
1

Place the dumbbell in the cradle.
Male and female connectors must be aligned.



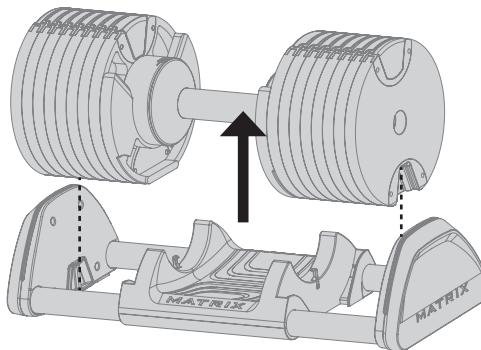
2

Select weight by turning handle until desired weight is centered in the window.



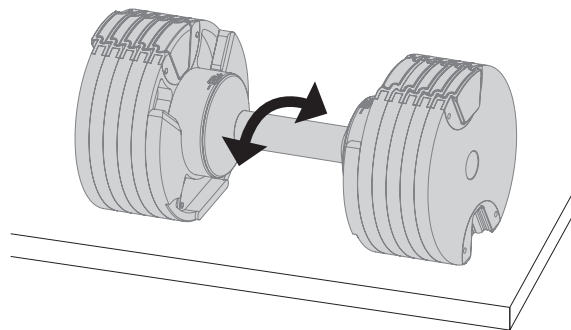
3

Lift the dumbbell straight up out of cradle.



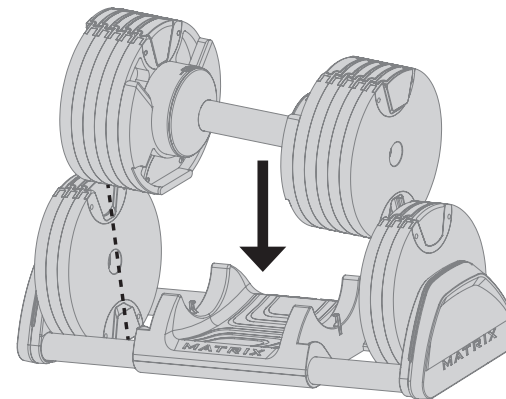
4

Place dumbbell on flat surface.
Try turning handle with little effort. The handle must remain in locked position.
Make sure bar ends are within 5 mm of the selected plate.



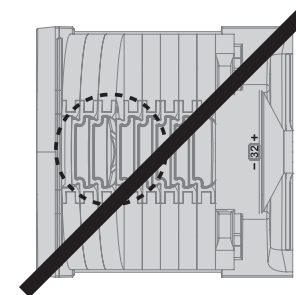
5

After use, return dumbbell to cradle.
Male and female connectors must be aligned.



6

Make sure male and female connectors are aligned. Do not use if connectors are damaged.





PRODUKTINFORMATIONEN

MODELL:	DB20	DB32	DB50	DB80
Gewichtsabstufungen	2 – 20 kg in 2-kg-Schritten	2 – 32 kg in 2-kg-Schritten	5 – 50 lbs in 5-lb-Schritten	5 – 80 lbs in 5-lb-Schritten
Produktgewicht	21 kg	33 kg	23 kg	37 kg
Grifflänge	10,5 cm	10,5 cm	10,5 cm	10,5 cm
Maße (L x B x H)*	35 x 17,8 x 17,3 cm 13.75 x 7 x 6.8"	43,5 x 17,8 x 17,3 cm 17 x 7 x 6.8"	35 x 18,8 x 18,25 cm 13.75 x 7.4 x 7.2"	43,5 x 18,8 x 18,25 cm 17 x 7.4 x 7.2"
Maße mit Ablage (L x B x H)*	40,5 x 19 x 17,8 cm / 16 x 7.5. x 7"	49 x 19 x 17,8 cm 19.3 x 7.5 x 7"	40,5 x 19,4 x 19 cm 16 x 7.6 x 7.5"	49 x 19,4 x 19 cm 19.3 x 7.6 x 7.5"

BEWAHREN SIE DIESE ANLEITUNGEN SICHER AUF

Lesen Sie alle Anleitungen, bevor Sie das Gerät benutzen. Der Besitzer ist dafür verantwortlich, dass alle Benutzer dieses Geräts über alle Warn- und Sicherheitshinweise informiert sind. Wenn Sie nach dem Lesen dieser Anleitung weitere Fragen haben, wenden Sie sich an den technischen Kundendienst.

Dieses Gerät ist nur für den Heimgebrauch gedacht. Setzen Sie das Gerät nicht für den kommerziellen Gebrauch, in einer Schule oder anderen Einrichtungen ein. Bei Zuwiderhandlung verfällt die Garantie.

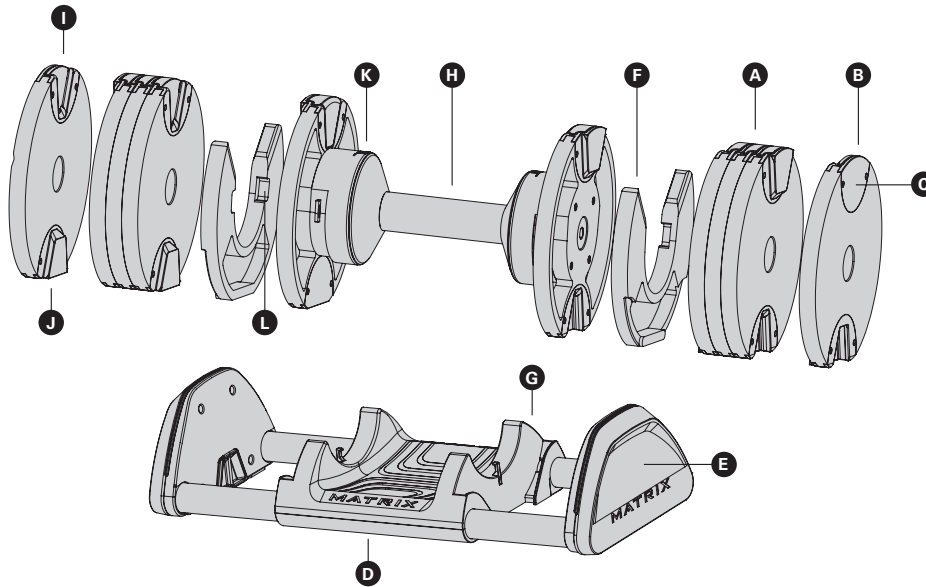
Link zur Liste der Patentnummern:
nuoathletics.com/patent

ORDNUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH

- Die Hantel kann nur in der Ablage verstellt werden.
- Stellen Sie sicher, dass die Verbindungselemente der Hantelscheiben korrekt ausgerichtet sind, wenn Sie die Hantel in die Ablage zurücklegen.
- Versuchen Sie niemals, die Hantel aus der Ablage zu heben, wenn die Gewichtsauswahl nicht mittig im Sichtfenster angezeigt wird.
- Prüfen Sie die Verbindungselemente regelmäßig sorgfältig.
- Verwenden Sie die Hantel nicht, wenn die Verbindungselemente beschädigt sind.
- Prüfen Sie regelmäßig, ob sich der Hantelgriff in der Ablage durch alle Gewichtseinstellungen drehen lässt.
- Prüfen Sie regelmäßig, dass der Hantelgriff nicht gedreht werden kann, wenn er sich nicht in der Ablage befindet.
- Verwenden Sie die Hantel niemals ohne den kompletten Satz Hantelscheiben in der Ablage.
- Wenn die Hantel beschädigt ist, Teile fehlen oder nicht ordnungsgemäß funktionieren, verwenden Sie sie nicht mehr und wenden Sie sich an den technischen Kundendienst.



AUFBAU



A STAPEL NORMALER GEWICHTSPLATTEN

* Anzahl an Gewichtsplatten variiert je nach Modell

B ENDPLATTE

C FLACHES VERBINDUNGSELEMENT

D HALTERUNG

E ÄUSSERE STÜTZE

F HALBPLATTE

G INNERE STÜTZE

H GRIFF

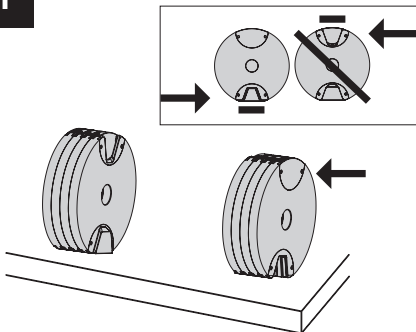
I SCHLITZ

J KEIL

K ANZEIGEFENSTER

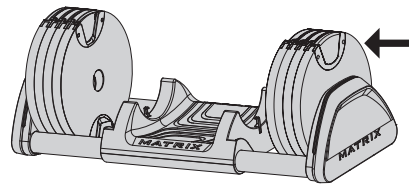
L HALBPLATTENRILLE

1



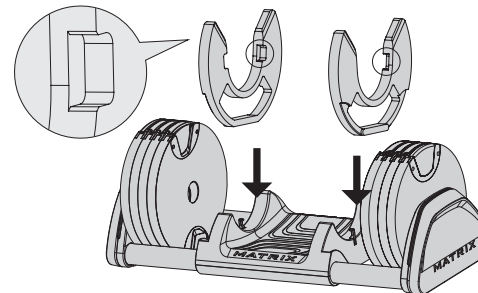
Packen Sie zwei symmetrische **STAPEL (A)** verbundener Gewichtsplatten auf einer ebenen Fläche aus und stellen Sie sicher, dass jeder Stapel mit einer **ENDPLATTE (B)** versehen ist, deren **FLACHES VERBINDUNGSELEMENT (C)** nach außen zeigt. Die flache Seite des Stapels sollte nach unten zeigen.

2



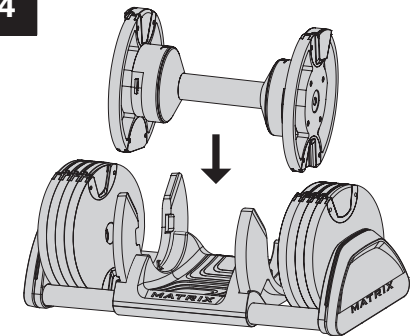
Setzen Sie die Stapel so in die **HALTERUNG (D)** ein, dass sie sich dicht an den **ÄUSSEREN STÜTZEN (E)** befinden. Stellen Sie sicher, dass das **FLACHE VERBINDUNGSELEMENT (C)** nach außen zeigt.

3



Setzen Sie die **HALBPLATTEN (F)** in den Schlitz der **INNEREN STÜTZEN (G)** an der Halterung ein, und stellen Sie sicher, dass die **RILLEN (L)** der Halbplatten zueinander zeigen.

4



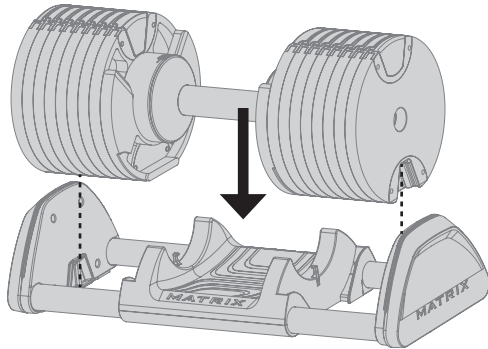
Setzen Sie den **GRIFF (H)** in den verbleibenden Abstand zwischen Gewichtsstapel und Halbplatten ein, und stellen Sie sicher, dass die **SCHLITZE (I)** und **KEILE (J)** an den Verbindungselementen ausgerichtet sind.



ORDNUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH

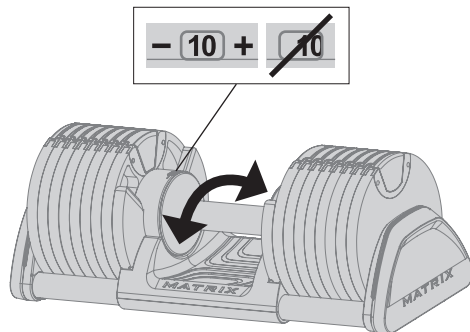
1

Legen Sie die Hantel in die Ablage.
Alle Verbindungselemente müssen korrekt ausgerichtet sein.



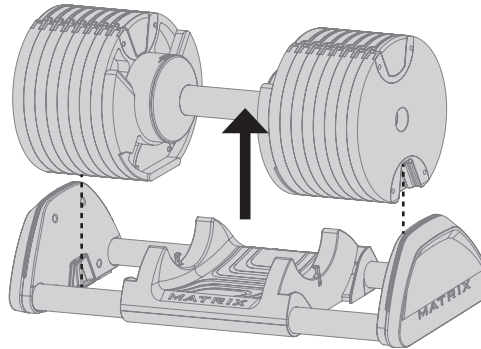
2

Stellen Sie das Gewicht ein, indem Sie den Griff drehen, bis das gewünschte Gewicht in der Mitte des Sichtfensters erscheint.



3

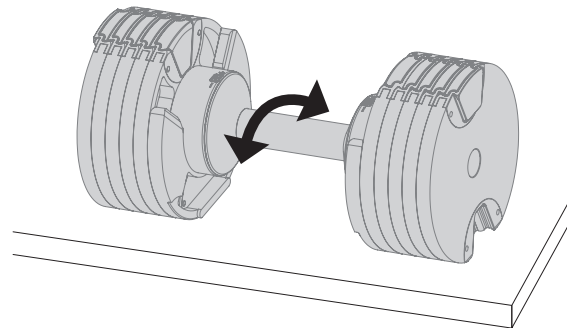
Heben Sie die Hantel gerade nach oben aus der Halterung.



4

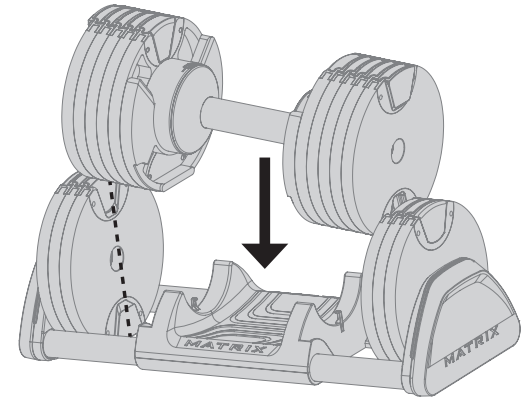
Legen Sie die Hantel auf eine gerade Oberfläche.
Versuchen Sie, den Griff mit geringem Kraftaufwand zu drehen. Der Griff muss in der verriegelten Position bleiben.

Stellen Sie sicher, dass die Enden der Hantelstange nicht mehr als 5 mm aus der ausgewählten Hantelscheibe herausstehen.



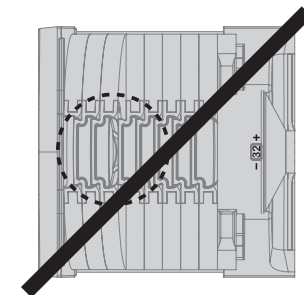
5

Legen Sie die Hantel nach dem Gebrauch wieder in die Halterung.
Alle Verbindungselemente müssen korrekt ausgerichtet sein.



6

Stellen Sie sicher, dass die Verbindungselemente korrekt ausgerichtet sind. Verwenden Sie die Hantel nicht, wenn die Verbindungselemente beschädigt sind.





PRODUCTINFORMATIE

MODEL:	DB20	DB32	DB50	DB80
Incrementele gewichten	2-20kg in stappen van 2 kg	2-32kg in stappen van 2 kg	5-50lbs in stappen van 5 lb	5-80lbs in stappen van 5 lb
Productgewicht	21 kg / 46,2 lbs	33 kg / 72,6 lbs	23 kg / 50,6 lbs	37 kg / 81,4 lbs
Lengte handgreep	10,5 cm / 4,15"	10,5 cm / 4,15"	10,5 cm / 4,15"	10,5 cm / 4,15"
Afmetingen (L x B x H)*	35 x 17,8 x 17,3 cm / 13,75 x 7 x 6,8"	43,5 x 17,8 x 17,3 cm / 17 x 7 x 6,8"	35 x 18,8 x 18,25 cm / 13,75 x 7,4 x 7,2"	43,5 x 18,8 x 18,25 cm / 17 x 7,4 x 7,2"
Afmetingen met houder (L x B x H)*	40,5 x 19 x 17,8 cm / 16 x 7,5 x 7"	49 x 19 x 17,8 cm / 19,3 x 7,5 x 7"	40,5 x 19,4 x 19 cm / 16 x 7,6 x 7,5"	49 x 19,4 x 19 cm / 19,3 x 7,6 x 7,5"

BEWAAR DEZE INSTRUCTIES

Lees alle instructies voor u deze apparatuur gebruikt. De eigenaar is er verantwoordelijk voor dat alle gebruikers van de apparatuur afdoende geïnformeerd worden over alle waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen. Als u na het lezen van deze handleiding nog vragen hebt, neem dan contact op met de technische klantenservice.

Deze apparatuur is uitsluitend bedoeld voor particulier gebruik. Gebruik deze apparatuur niet voor commerciële of verhuurdoeleinden, in scholen of instellingen. Als u zich hier niet aan houdt, zal de garantie komen te vervallen.

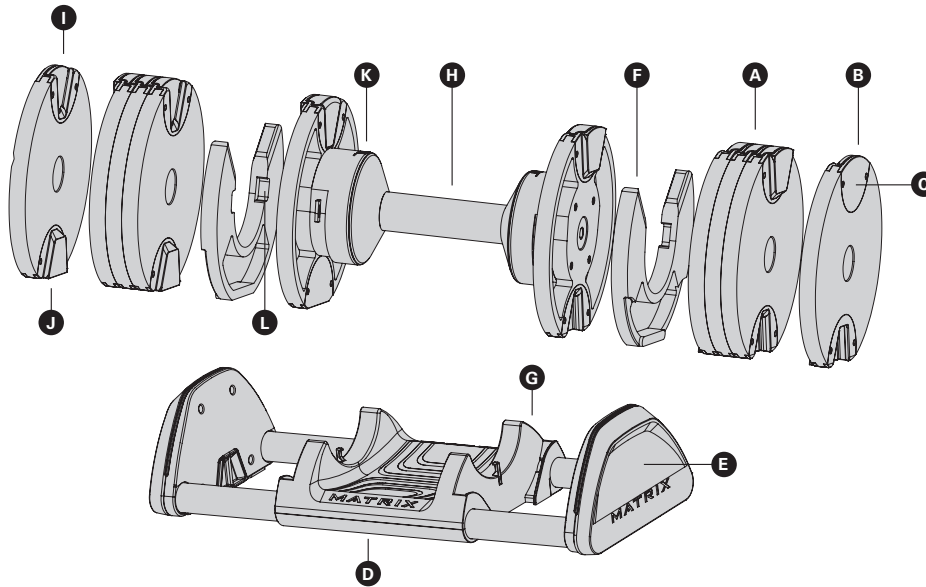
Link naar patentnummerlijst:
nuoathletics.com/patent

CORRECT GEBRUIK

- De dumbbell kan alleen in de houder worden versteld.
- Zorg ervoor dat de mannelijke en vrouwelijke connectoren op één lijn liggen wanneer u de dumbbell terug in de houder plaatst.
- Probeer de dumbbell nooit uit de houder te tillen als de gewichtselectie niet in het midden van het venster staat.
- Inspecteer de mannelijke en vrouwelijke connectoren regelmatig zorgvuldig.
- Niet gebruiken indien de mannelijke en vrouwelijke connectoren beschadigd zijn.
- Controleer regelmatig of de dumbbell-handgreep in de houder naar alle gewichtsinstellingen kan worden gedraaid.
- Controleer regelmatig of de dumbbell-handgreep niet kan worden gedraaid terwijl hij uit de houder is.
- Gebruik de dumbbell nooit zonder de complete set gewichtplaten in de houder.
- Als de dumbbell beschadigd is, onderdelen ontbreken of niet goed functioneren, stop dan direct met het gebruik en neem contact op met de technische klantenservice.

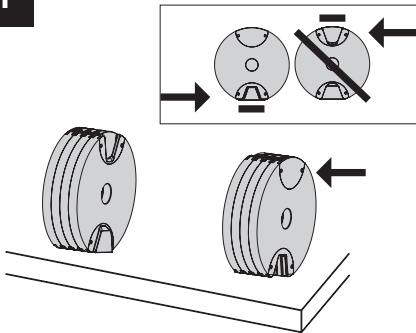


MONTAGE



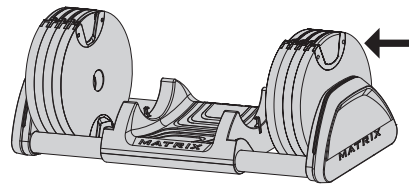
- A **STAPEL GEWONE GEWICHTPLATEN**
* Aantal gewichtplaten verschilt per model
- B **EINDPLAAT**
- C **PLATTE CONNECTOR**
- D **HOUDER**
- E **BUITENSTE STEUN**
- F **HALVE PLAAT**
- G **INTERNE ONDERSTEUNING**
- H **GREEP**
- I **SLEUF**
- J **WIG**
- K **INDICATORVENSTER**
- L **HALVE PLAATGROEF**

1



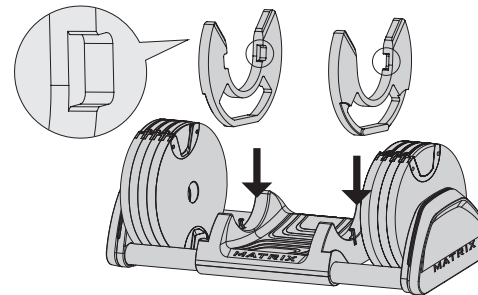
Pak uit en leg twee symmetrische **STAPELS (A)** met verbonden halterschijven en klaar op een vlakke ondergrond. Zorg ervoor dat elke stapel een **EINDPLAAT (B)** heeft met een **PLATTE CONNECTOR (C)** die naar buiten wijst. De platte kant van de stapel moet naar beneden wijzen.

2



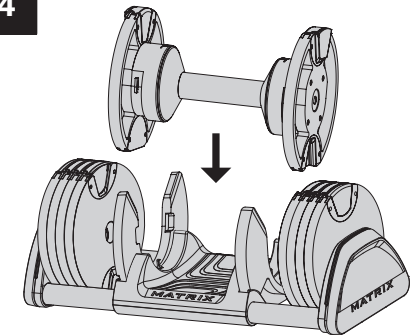
Plaats de stapels in de **HOUDER (D)**, strak gepositioneerd richting de **BUITENSTE STEUNEN (E)**. Zorg ervoor dat de **PLATTE CONNECTOR (C)** naar buiten wijst.

3



Steek de **HALVE PLATEN (F)** in de gleuf van de **BINNENSTE STEUNEN (G)** op de houder en zorg ervoor dat de **GROEVEN (L)** op de halve platen naar elkaar toe wijzen.

4



Plaats de **GREEP (H)** in de resterende ruimte tussen de gewichtstapel en de halve platen, waarbij u ervoor zorgt dat de **SLEUVEN (I)** en **WIGGEN (J)** op de connectoren op één lijn liggen.

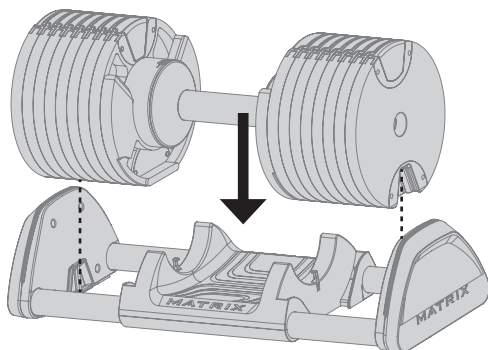


CORRECT GEBRUIK

1

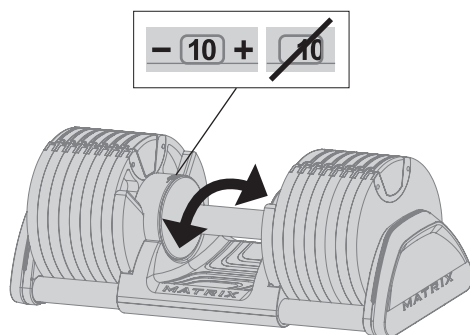
Plaats de dumbbell in de houder.

De mannelijke en vrouwelijke connectoren moeten op één lijn liggen.



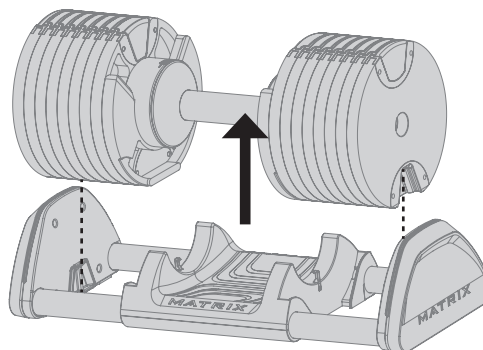
2

Selecteer het gewicht door aan de handgreep te draaien totdat het gewenste gewicht in het midden van het venster staat.



3

Til de dumbbell recht omhoog uit de houder.

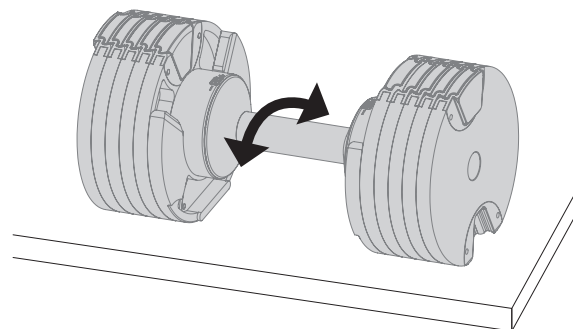


4

Plaats de dumbbell op een vlakke ondergrond.

Probeer de handgreep met weinig moeite te draaien. De handgreep moet in vergrendelde stand blijven.

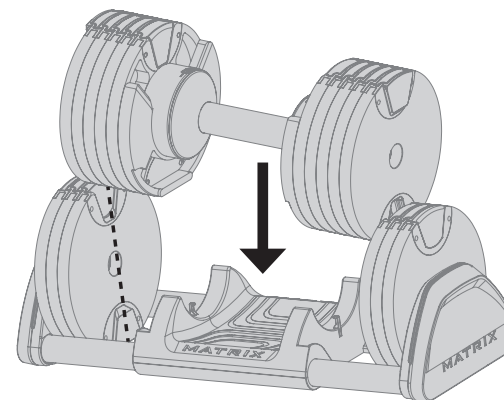
Zorg ervoor dat de uiteinden van de stang zich binnen 5 mm van de geselecteerde plaat bevinden.



5

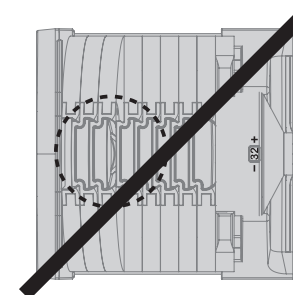
Plaats de dumbbell na gebruik weer terug in de houder.

De mannelijke en vrouwelijke connectoren moeten op één lijn liggen.



6

Zorg ervoor dat de mannelijke en vrouwelijke connectoren op één lijn liggen. Niet gebruiken indien de connectoren beschadigd zijn.





INFORMATION SUR LES PRODUITS

MODÈLE :	DB20	DB32	DB50	DB80
Incréments de poids	2-20 kg par incréments de 2 kg	2-32 kg par incréments de 2 kg	5-50 lbs par incréments de 5 lb	5-80 lbs par incréments de 5 lb
Poids du produit	21 kg / 46,2 lbs	33 kg / 72,6 lbs	23 kg / 50,6 lbs	37 kg / 81,4 lbs
Longueur de la poignée	10,5 cm / 4,15"	10,5 cm / 4,15"	10,5 cm / 4,15"	10,5 cm / 4,15"
Dimensions (lo. x la. x ha.)*	35 x 17,8 x 17,3 cm / 13,75 x 7 x 6,8"	43,5 x 17,8 x 17,3 cm / 17 x 7 x 6,8"	35 x 18,8 x 18,25 cm / 13,5 x 7,4 x 7,2"	43,5 x 18,8 x 18,25 cm / 17 x 7,4 x 7,2"
Dimensions avec support (lo. x la. x ha.)*	40,5 x 19 x 17,8 cm / 16 x 7,5 x 7"	49 x 19 x 17,8 cm / 19,3 x 7,5 x 7"	40,5 x 19,4 x 19 cm / 16 x 7,6 x 7,5"	49 x 19,4 x 19 cm / 19,3 x 7,6 x 7,5"

CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

Lisez toutes les instructions avant d'utiliser cet équipement. Il incombe au propriétaire de s'assurer que tous les utilisateurs de cet équipement sont correctement informés de tous les avertissements et de toutes les précautions. Si vous avez des questions après avoir lu ce guide, contactez le support technique.

Cet équipement est destiné à un usage domestique uniquement. N'utilisez pas cet équipement dans un environnement commercial, locatif, scolaire ou institutionnel. En cas de non-respect de ces instructions, la garantie sera annulée.

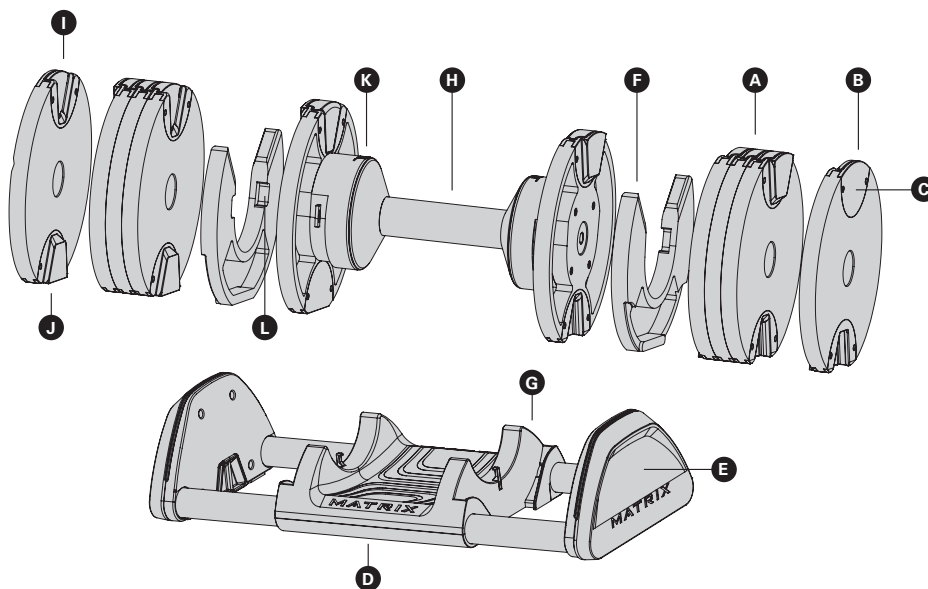
Lien vers la liste du numéro de brevet :
nuoathletics.com/patent

UTILISATION APPROPRIÉE

- L'haltère ne peut être réglé que lorsqu'il se trouve sur son support.
- Assurez-vous que les connecteurs mâle et femelle sont alignés lorsque vous replacez l'haltère sur le support.
- N'essayez jamais de soulever l'haltère du support si la sélection du poids n'est pas centrée dans la fenêtre.
- Inspectez soigneusement et régulièrement les connecteurs mâle et femelle.
- N'utilisez pas l'appareil si les connecteurs mâle et femelle sont endommagés.
- Vérifiez régulièrement que la poignée de l'haltère peut être tournée sur toutes les sélections de poids lorsqu'elle se trouve sur le support.
- Vérifiez régulièrement que la poignée de l'haltère ne peut pas être tournée lorsqu'elle est hors du support.
- N'utilisez jamais l'haltère sans le jeu complet de plaques de poids dans le support.
- Si l'haltère est endommagé, s'il manque des pièces ou s'il ne fonctionne pas correctement, cessez de l'utiliser et contactez le service d'assistance technique à la clientèle.



MONTAGE



A PILE DE PLAQUES DE POIDS RÉGULIÈRES

* Le nombre de plaques de poids varie selon le modèle

B PLAQUE D'EXTRÉMITÉ

C CONNECTEUR PLAT

D SOCLE

E SUPPORT EXTÉRIEUR

F DEMI-PLAQUE

G SUPPORT INTÉRIEUR

H POIGNÉE

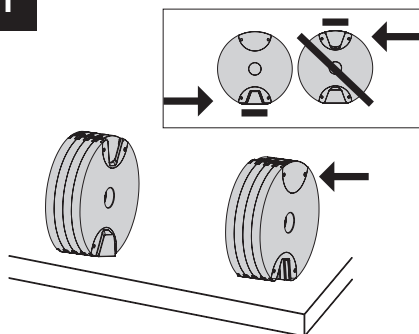
I FENTE

J CALE

K FENÊTRE D'INDICATEUR

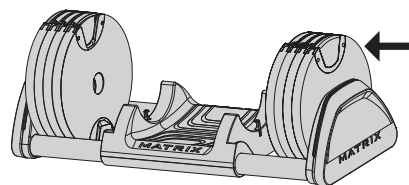
L RAINURE DEMI-PLAQUE

1



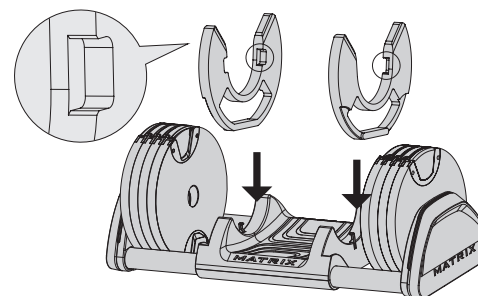
Déballez et préparez deux **PILES (A)** symétriques de plaques de poids connectées sur une surface plane, en vous assurant que chaque pile a une **PLAQUE D'EXTRÉMITÉ (B)** avec un **CONNECTEUR PLAT (C)** pointant vers l'extérieur. Le côté plat de la pile doit pointer vers le bas.

2



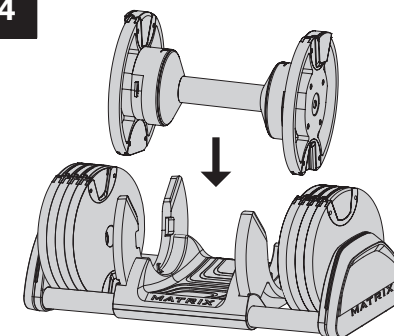
Placez les piles dans le **SOCLE (D)**, bien positionnées vers les **SUPPORTS EXTÉRIEURS (E)**. Assurez-vous que le **CONNECTEUR PLAT (C)** pointe vers l'extérieur.

3



Insérez les **DEMI-PLAQUES (F)** dans la fente des **SUPPORTS INTÉRIEURS (G)** sur le socle, en vous assurant que les **RAINURES (L)** des demi-plaques se font face.

4



Placez la **POIGNÉE (H)** dans l'espace restant entre la pile de poids et les **SUPPORTS INTÉRIEURS (G)**, en vous assurant que les **FENTES (I)** et les **CALES (J)** sur les connecteurs sont alignés.

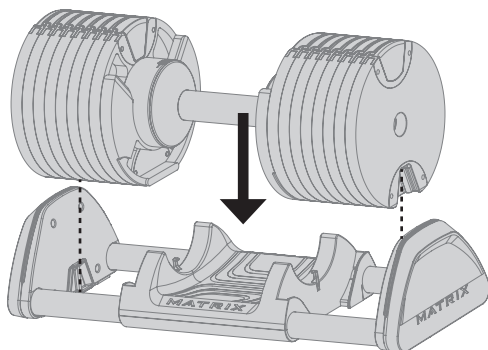


UTILISATION APPROPRIÉE

1

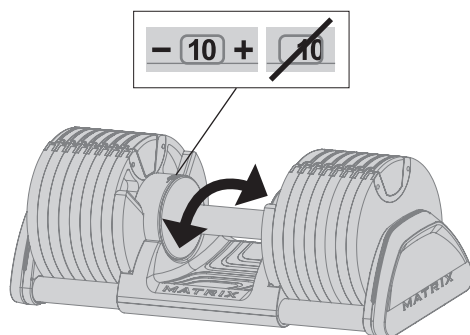
Placez l'haltère dans le support.

Les connecteurs mâle et femelle doivent être alignés.



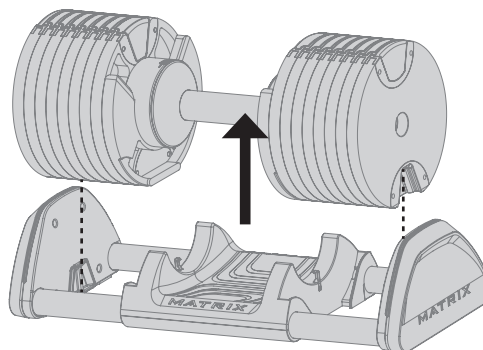
2

Sélectionnez le poids en tournant la poignée jusqu'à ce que le poids souhaité soit centré dans la fenêtre.



3

Soulevez l'haltère verticalement hors du support.

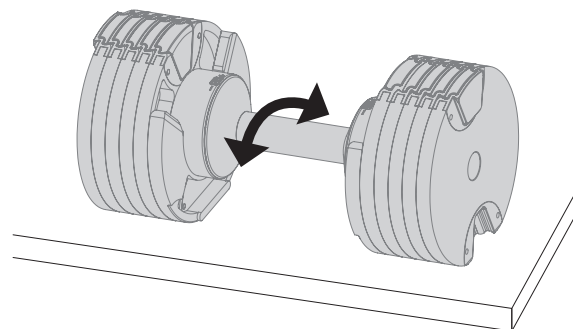


4

Placez l'haltère sur une surface plane.

Essayez de tourner la poignée sans effort trop important. La poignée doit rester en position verrouillée.

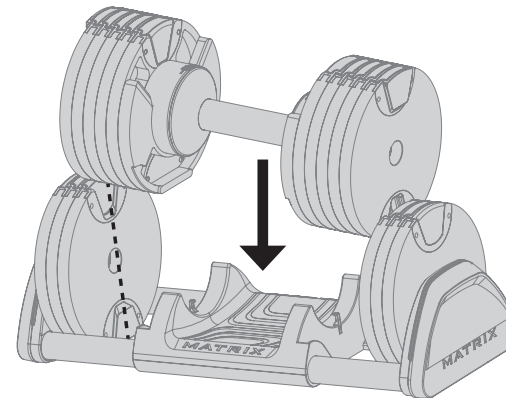
Assurez-vous que les extrémités de la barre se trouvent à moins de 5 mm de la plaque sélectionnée.



5

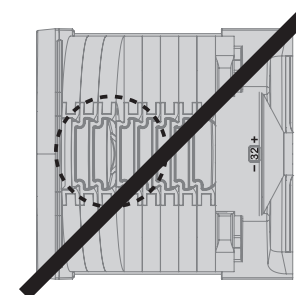
Après utilisation, replacez l'haltère dans le support.

Les connecteurs mâle et femelle doivent être alignés.



6

Assurez-vous que les connecteurs mâle et femelle sont alignés. N'utilisez pas l'haltère si les connecteurs sont endommagés.





INFORMACIÓN SOBRE EL PRODUCTO

MODELO:	DB20	DB32	DB50	DB80
Incrementos de peso	2-20 kg en incrementos de 2 kg	2-32 kg en incrementos de 2 kg	5-50 lbs en incrementos de 5 lb	5-80 lbs en incrementos de 5 lb
Peso del producto	21 kg/46,2 lbs	33 kg/72,6 lbs	23 kg/50,6 lbs	37 kg/81,4 lbs
Longitud de la empuñadura	10,5 cm/4,15 in	10,5 cm/4,15 in	10,5 cm/4,15 in	10,5 cm/4,15 in
Dimensiones (largo x ancho x alto)*	35 x 17,8 x 17,3 cm/ 13,75 x 7 x 6,8 in	43,5 x 17,8 x 17,3 cm/ 17 x 7 x 6,8 in	35 x 18,8 x 18,25 cm/ 13,75 x 7,4 x 7,2 in	43,5 x 18,8 x 18,25 cm/ 17 x 7,4 x 7,2 in
Dimensiones con soporte (largo x ancho x alto)*	40,5 x 19 x 17,8 cm/ 16 x 7,5 x 7 in	49 x 19 x 17,8 cm/ 19,3 x 7,5 x 7 in	40,5 x 19,4 x 19 cm/ 16 x 7,6 x 7,5 in	49 x 19,4 x 19 cm/ 19,3 x 7,6 x 7,5 in

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

Lea todas las instrucciones antes de utilizar este equipo. El propietario es responsable de garantizar que todos los usuarios de este equipo estén informados de manera adecuada sobre todas las advertencias y precauciones. Si tiene alguna pregunta después de leer este manual, póngase en contacto con el servicio de asistencia técnica.

Este equipo ha sido concebido para un uso exclusivamente doméstico. No utilice este equipo en ningún establecimiento comercial, escolar, institucional ni de alquiler. El incumplimiento de estas indicaciones dará lugar a la anulación de la garantía.

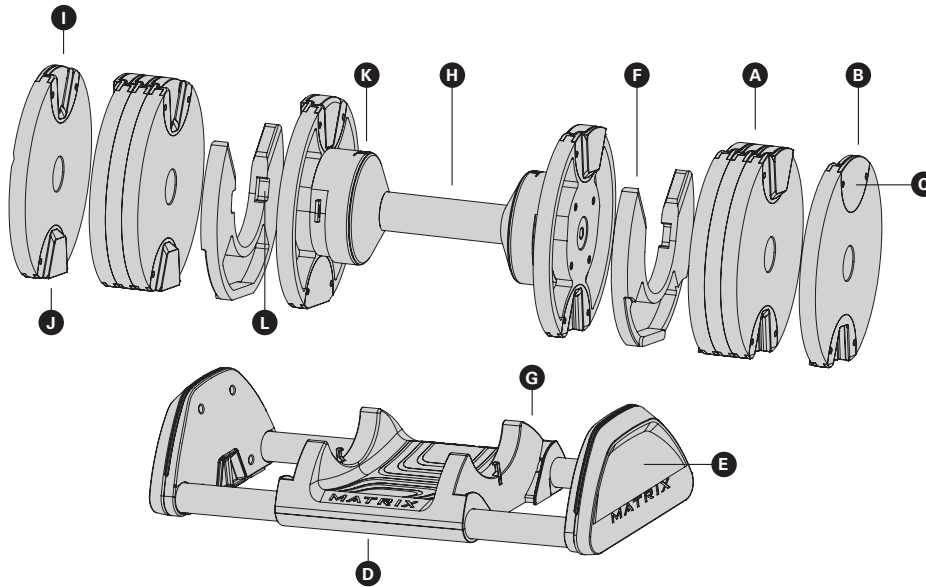
Enlace a la lista de número de patente:
nuoathletics.com/patent

USO CORRECTO

- La mancuerna solo puede ajustarse mientras está en el soporte.
- Asegúrese de que los conectores macho y hembra estén alineados cuando vuelva a colocar la mancuerna en el soporte.
- Nunca intente levantar la mancuerna desde el soporte si la selección de peso no está centrada en la ventana.
- Inspeccione cuidadosamente los conectores macho y hembra con regularidad.
- No utilizar si los conectores macho y hembra están dañados.
- Compruebe regularmente que la empuñadura de la mancuerna se puede girar a todas las selecciones de peso mientras está en el soporte.
- Compruebe regularmente que la empuñadura de la mancuerna no puede girarse mientras está fuera del soporte.
- Nunca utilice la mancuerna sin el juego completo de pesas en el soporte.
- Si la mancuerna está dañada, le faltan piezas o no funciona correctamente, deje de utilizarla y póngase en contacto con el servicio técnico.



MONTAJE



A COLUMNA DE PLACAS DE PESAS NORMALES
* El número de placas varía según el modelo

B PLACA FINAL

C CONECTOR PLANO

D SOPORTE

E SOPORTE EXTERIOR

F MEDIA PLACA

G SOPORTE INTERIOR

H MANGO

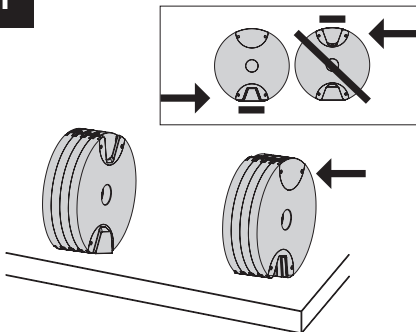
I RANURA

J CUÑA

K VENTANA INDICADORA

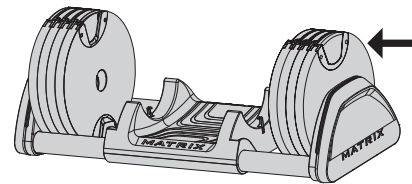
L HENDIDURA DE MEDIA PLACA

1



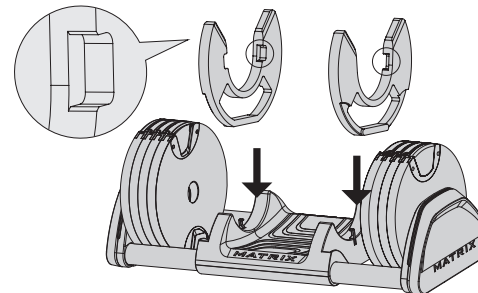
Desembale y prepare dos **COLUMNAS (A)** simétricas de placas de pesas conectadas sobre una superficie plana, asegurándose de que cada pila tenga una **PLACA FINAL (B)** con un **CONECTOR PLANO (C)** apuntando hacia fuera. El lado plano de la columna debe apuntar hacia abajo.

2



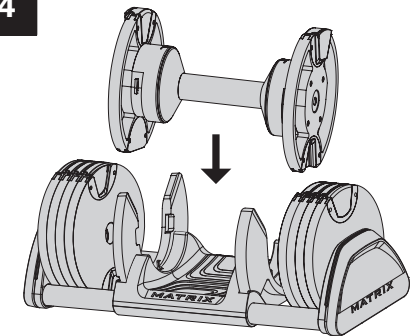
Coloque las columnas en el **SOPORTE (D)**, bien apretadas hacia los **SOPORTES EXTERIORES (E)**. Asegúrese de que el **CONECTOR PLANO (C)** apunta hacia fuera.

3



Introduzca las **MEDIAS PLACAS (F)** en la ranura de los **SOPORTES INTERIORES (G)** del soporte, asegurándose de que las **HENDIDURAS (L)** de las medias placas queden unas en frente de las otras.

4



Coloque el **MANGO (H)** en el espacio que queda entre la columna de pesas y las medias placas, asegurándose de que las **RANURAS (I)** y las **CUÑAS (J)** de los conectores estén alineadas.

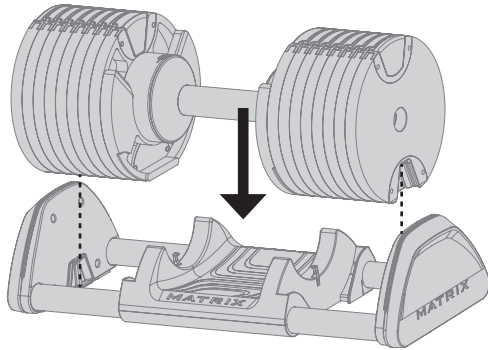


USO CORRECTO

1

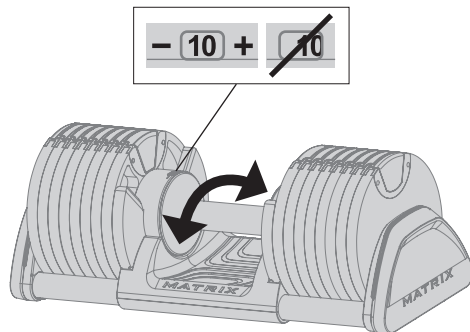
Coloque la mancuerna en el soporte.

Los conectores macho y hembra deben estar alineados.



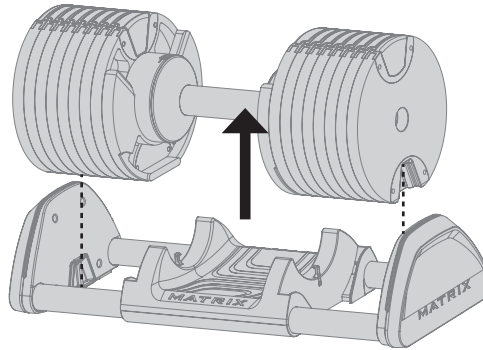
2

Seleccione el peso girando la empuñadura hasta que el peso deseado quede centrado en la ventana.



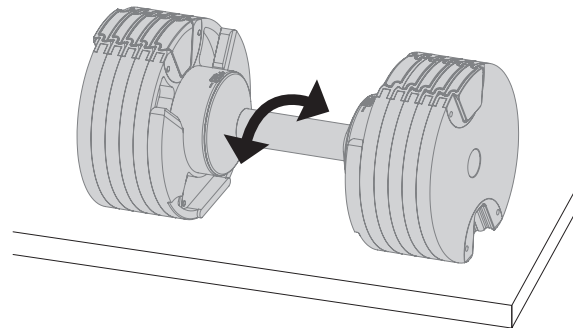
3

Levante la mancuerna recta fuera del soporte.



4

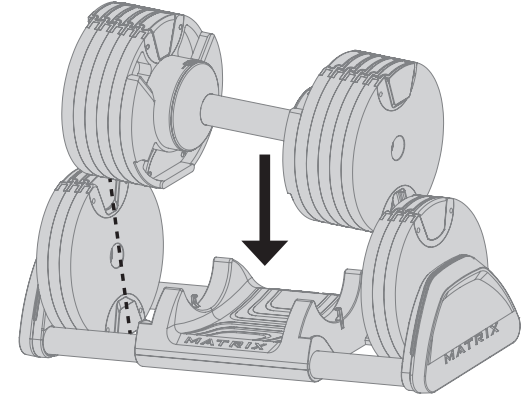
Coloque la mancuerna sobre una superficie plana. Intente girar la empuñadura con poco esfuerzo. La empuñadura debe permanecer en posición de bloqueo. Asegúrese de que los extremos de la barra estén a menos de 5 mm del peso seleccionado.



5

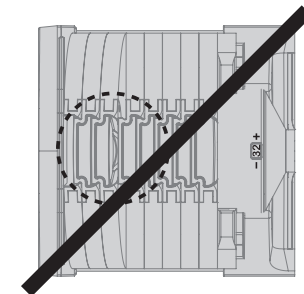
Después del uso, devuelva la mancuerna al soporte.

Los conectores macho y hembra deben estar alineados.



6

Asegúrese de que los conectores macho y hembra están alineados. No utilizar si los conectores están dañados.





INFORMAZIONI SUL PRODOTTO

MODELLO:	DB20	DB32	DB50	DB80
Incrementi di peso	2-20 kg in incrementi di 2 kg	2-32 kg in incrementi di 2 kg	5-50 lbs in incrementi di 5 lb	5-80 lbs in incrementi di 5 lb
Peso del prodotto	21 kg / 46.2 lbs	33 kg / 72.6 lbs	23 kg / 50.6 lbs	37 kg / 81.4 lbs
Lunghezza dell'impugnatura	10,5 cm / 4.15"	10,5 cm / 4.15"	10,5 cm / 4.15"	10,5 cm / 4.15"
Dimensioni (L x L x A)*	35 x 17,8 x 17,3 cm / 13.75 x 7 x 6.8"	43,5 x 17,8 x 17,3 cm / 17 x 7 x 6.8"	35 x 18,8 x 18,25 cm / 13.75 x 7.4 x 7.2"	43,5 x 18,8 x 18,25 cm / 17 x 7.4 x 7.2"
Dimensioni con il supporto (L x L x A)*	40,5 x 19 x 17,8 cm / 16 x 7.5 x 7"	49 x 19 x 17,8 cm / 19.3 x 7.5 x 7"	40,5 x 19,4 x 19 cm / 16 x 7.6 x 7.5"	49 x 19,4 x 19 cm / 19.3 x 7.6 x 7.5"

CONSERVARE QUESTE ISTRUZIONI

Leggere tutte le istruzioni prima di usare l'attrezzo. È responsabilità del proprietario assicurarsi che tutti gli utilizzatori siano adeguatamente informati in merito alle avvertenze e alle precauzioni. In caso di domande dopo la lettura delle presenti istruzioni, contattare l'Assistenza Tecnica Clienti.

Questo attrezzo è inteso esclusivamente per l'uso domestico. Non utilizzare questo attrezzo a fini commerciali, a noleggio, in un contesto scolastico o istituzionale. Il mancato rispetto di questo limite annulla la garanzia.

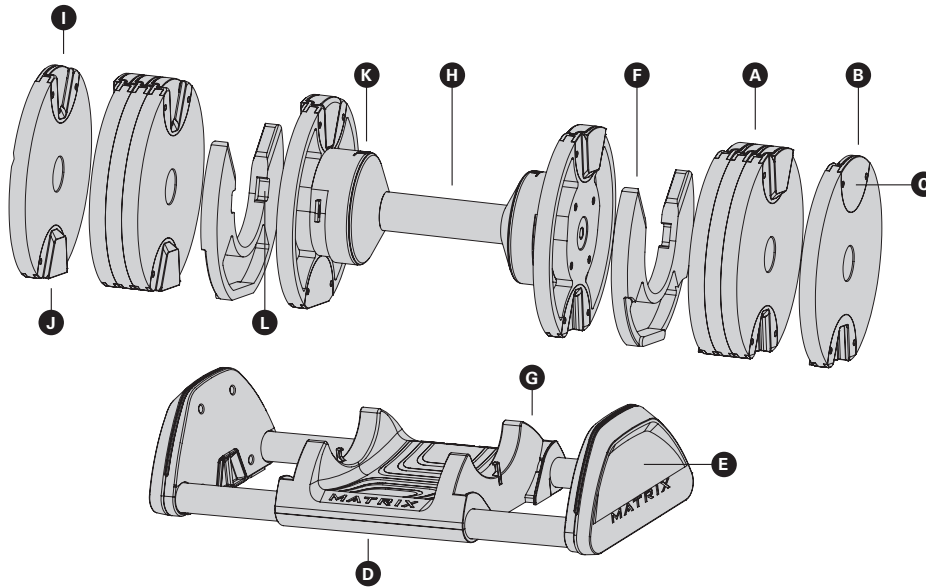
Link all'elenco dei numeri di brevetto:
nuoathletics.com/patent

UTILIZZO APPROPRIATO

- Il manubrio può essere regolato solo quando si trova nel supporto.
- Assicurarsi che i connettori maschio e femmina siano allineati quando si rimette il manubrio nel supporto.
- Non tentare mai di sollevare il manubrio dal supporto se la selezione del peso non è centrata nella finestra.
- Ispezionare attentamente i connettori maschio e femmina.
- Non utilizzare se i connettori maschio e femmina sono danneggiati.
- Controllare regolarmente che l'impugnatura del manubrio possa essere ruotata su tutte le selezioni di peso mentre è nel supporto.
- Controllare regolarmente che l'impugnatura del manubrio non possa essere ruotata quando è fuori dal supporto.
- Non utilizzare mai il manubrio senza il set completo di piastre di peso nel supporto.
- Se il manubrio è danneggiato, manca di parti o non funziona correttamente, interrompere l'uso e contattare l'Assistenza Tecnica Clienti.

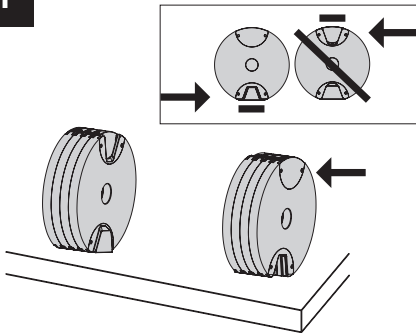


ASSEMBLAGGIO



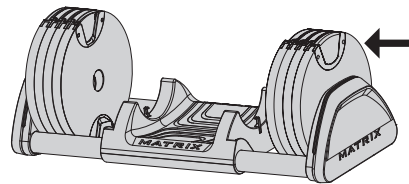
- A **COLONNA DI PESI A PIASTRA NORMALI**
*Il numero di piastre varia in base al modello
- B **PIASTRA TERMINALE**
- C **CONNETTORE PIATTO**
- D **SUPPORTO**
- E **SUPPORTO ESTERNO**
- F **MEZZA PIASTRA**
- G **SUPPORTO INTERNO**
- H **MANIGLIA**
- I **FESSURA**
- J **CUNEO**
- K **FINESTRA INDICATORE**
- L **SCANALATURA MEZZA PIASTRA**

1



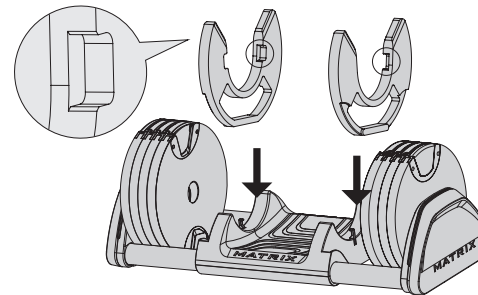
Disimballare e preparare due **COLONNE (A)** simmetriche di piastre collegate su una superficie piana, verificando che ciascuna colonna abbia una **PIASTRA TERMINALE (B)** con un **CONNETTORE PIATTO (C)** rivolto verso l'esterno. Il lato piatto della colonna deve essere rivolto verso il basso.

2



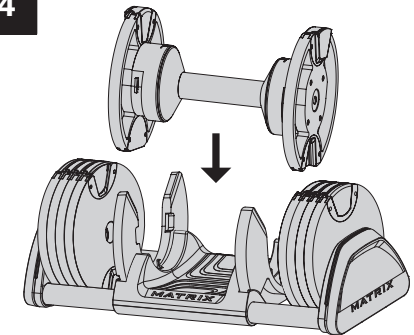
Posizionare le colonne nel **SUPPORTO (D)**, posizionate saldamente verso i **SUPPORTI ESTERNI (E)**. Verificare che il **CONNETTORE PIATTO (C)** sia rivolto verso l'esterno.

3



Inserire le **MEZZE PIASTRE (F)** nella fessura dei **SUPPORTI INTERNI (G)** sul supporto, verificando che le **SCANALATURE (L)** sulle mezzepiastre siano una di fronte all'altra.

4



Posizionare la **MANIGLIA (H)** nello spazio rimanente tra le piastre e le mezzepiastre, verificando che le **FESSURE (I)** e i **CUNEI (J)** sui connettori siano allineati.

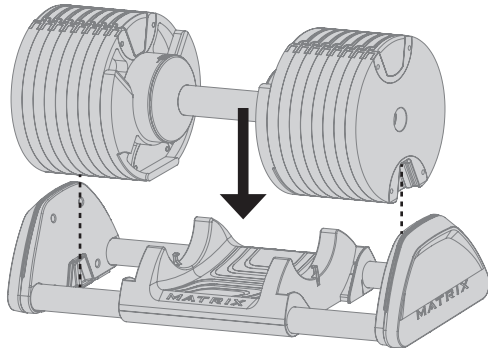


UTILIZZO APPROPRIATO

1

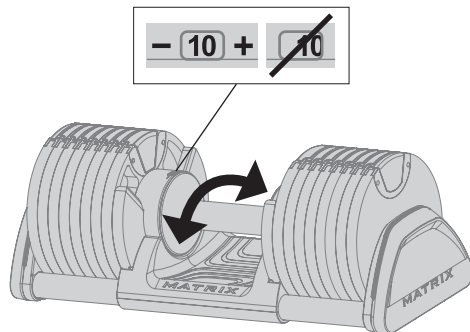
Posizionare il manubrio nel supporto.

I connettori maschio e femmina devono essere allineati.



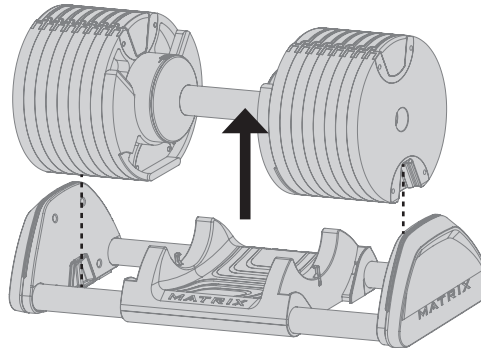
2

Selezionare il peso ruotando l'impugnatura finché il peso desiderato non è centrato nella finestra.



3

Sollevare il manubrio dal supporto.

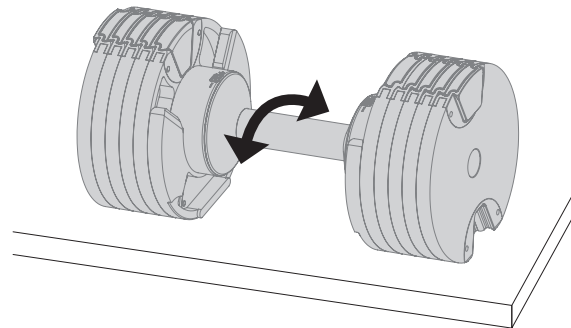


4

Posizionare il manubrio su una superficie piana.

Provare a girare l'impugnatura con un minimo sforzo. L'impugnatura deve rimanere in posizione bloccata.

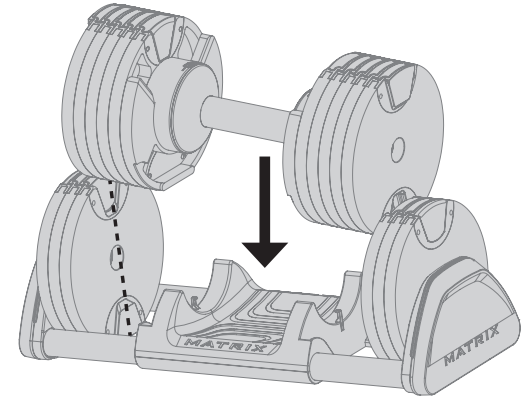
Assicurarsi che le estremità della barra siano entro 5 mm dalla piastra selezionata.



5

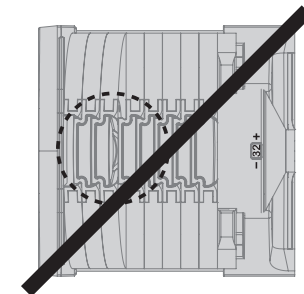
Dopo l'uso, rimettere il manubrio nel supporto.

I connettori maschio e femmina devono essere allineati.



6

Assicurarsi che i connettori maschio e femmina siano allineati. Non utilizzare se i connettori sono danneggiati.





INFORMAÇÕES DO PRODUTO

MODELO:	DB20	DB32	DB50	DB80
Incrementos de peso	Incrementos de 2-20 kg em 2 kg	Incrementos de 2-32 kg em 2 kg	Incrementos de 5-50 lb em 5 lb	Incrementos de 5-80 lb em 5 lb
Peso do produto	21 kg / 46,2 lb	33 kg / 72,6 lb	23 kg / 50,6 lb	37 kg / 81,4 lb
Comprimento das alavancas	10,5 cm / 4,15"	10,5 cm / 4,15"	10,5 cm / 4,15"	10,5 cm / 4,15"
Dimensões (C x L x A)*	35 x 17,8 x 17,3 cm / 13,75 x 7 x 6,8"	43,5 x 17,8 x 17,3 cm / 17 x 7 x 6,8"	35 x 18,8 x 18,25 cm / 13,75 x 7,4 x 7,2"	43,5 x 18,8 x 18,25 cm / 17 x 7,4 x 7,2"
Dimensões com suporte (C x L x A)*	40,5 x 19 x 17,8 cm / 16 x 7,5 x 7"	49 x 19 x 17,8 cm / 19,3 x 7,5 x 7"	40,5 x 19,4 x 19 cm / 16 x 7,6 x 7,5"	49 x 19,4 x 19 cm / 19,3 x 7,6 x 7,5"

GUARDE ESTAS INSTRUÇÕES

Leia todas as instruções antes de utilizar este equipamento. É da responsabilidade do proprietário assegurar que todos os usuários deste equipamento sejam informados de modo adequado sobre todos os avisos e as precauções. Caso tenha dúvidas após ler este guia, entre em contato com o Suporte Técnico ao Cliente.

Este equipamento destina-se apenas a uso doméstico. Não use este equipamento em qualquer ambiente comercial, de aluguel, escola ou institucional. O não cumprimento invalidará a garantia.

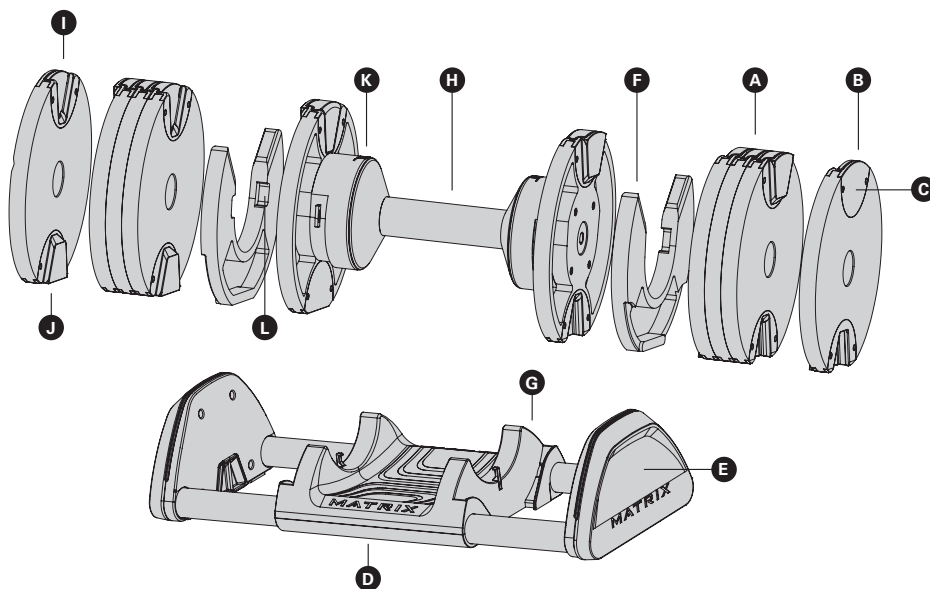
Link para a Lista de Número de Patentes:
nuoathletics.com/patent

USO ADEQUADO

- O halter só pode ser ajustado quando estiver no suporte.
- Certifique-se de que os conectores macho e fêmea estejam alinhados ao colocar o halter de volta no suporte.
- Nunca tente levantar o halter do suporte se a seleção de peso não estiver centralizada na janela.
- Inspeção os conectores macho e fêmea regularmente.
- Não use se os conectores macho e fêmea estiverem danificados.
- Verifique regularmente se a alavanca do halter pode ser girada em todas as seleções de peso enquanto estiver no suporte.
- Verifique regularmente se a alavanca do halter não pode ser girada fora do suporte.
- Nunca use o halter sem o conjunto completo de placas de peso no suporte.
- Se o halter estiver danificado, com peças faltando ou não estiver funcionando adequadamente, interrompa o uso e entre em contato com o Suporte Técnico ao Cliente.

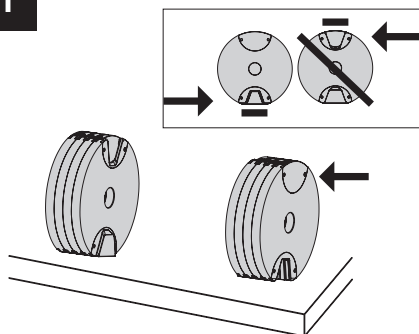


MONTAGEM



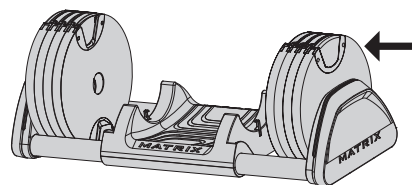
- A PILHA DE ANILHAS NORMAIS**
* O número de anilhas varia de acordo com o modelo
- B ANILHA FINAL**
- C CONECTOR PLANO**
- D SUPORTE**
- E SUPORTE EXTERNO**
- F MEIA ANILHA**
- G SUPORTE INTERNO**
- H PEGA**
- I RANHURA**
- J CALÇO**
- K JANELA INDICADORA**
- L ENCAIXE DA MEIA-ANILHA**

1



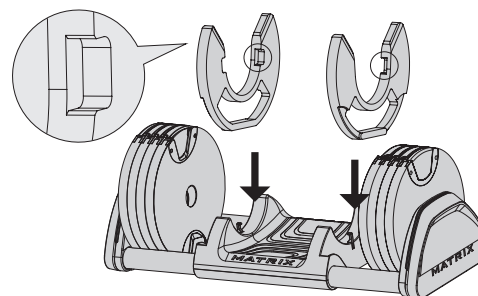
Desembale e prepare duas **PILHAS (A)** simétricas de anilhas conectadas em uma superfície plana, certificando-se de que cada pilha tenha uma **ANILHA FINAL (B)** com um **CONECTOR PLANO (C)** virado para fora. O lado plano da pilha deve apontar para baixo.

2



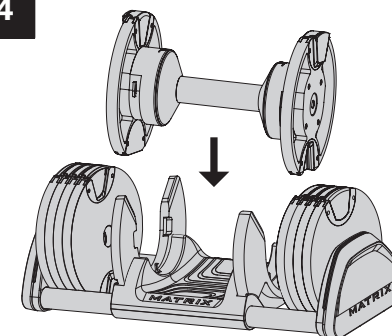
Coloque as pilhas no **SUPORTE (D)**, firmemente posicionadas em direção aos **SUPORTES EXTERNOS (E)**. Certifique-se de que o **CONECTOR PLANO (C)** esteja virado para fora.

3



Insira as **MEIAS-ANILHAS (F)** no encaixe dos **SUPORTES INTERNOS (G)** no suporte, certificando-se de que as **RANHURAS (L)** nas meias-anilhas estejam viradas uma para a outra.

4



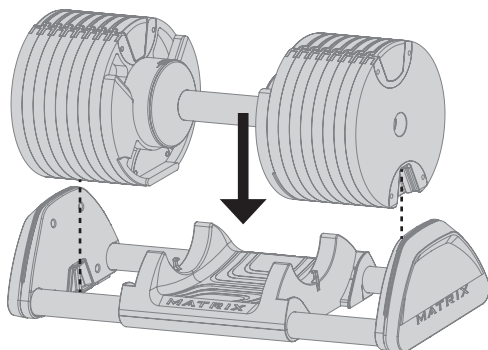
Coloque a **PEGA (H)** no espaço restante entre a pilha de pesos e as meias-anilhas, certificando-se de que os **ENCAIXES (I)** e os **CALÇOS (J)** dos conectores estejam alinhados.



USO ADEQUADO

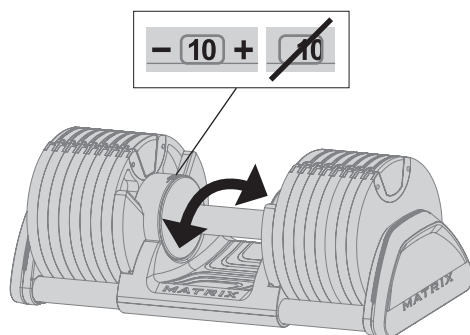
1

Coloque o halter no suporte.
Os conectores macho e fêmea
devem estar alinhados.



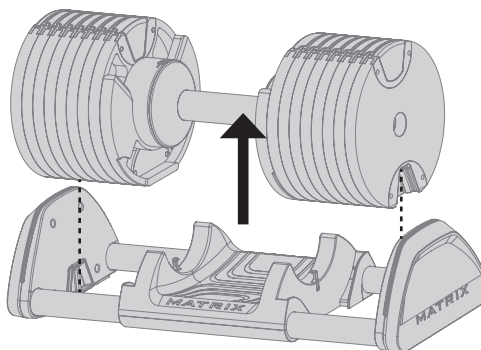
2

Selecione o peso girando a alavanca até que o
peso desejado esteja centralizado na janela.



3

Levante o halter do suporte em linha reta.

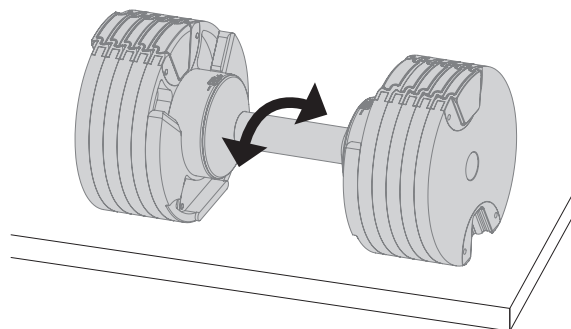


4

Coloque o halter na superfície plana.

Tente girar levemente a alavanca. A alavanca
deve estar na posição de bloqueio.

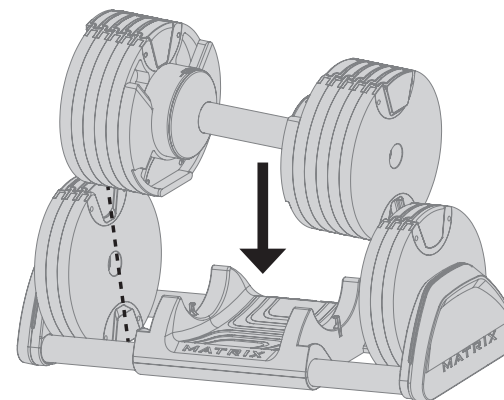
Certifique-se de que as extremidades da barra
estejam dentro de 5 mm da placa selecionada.



5

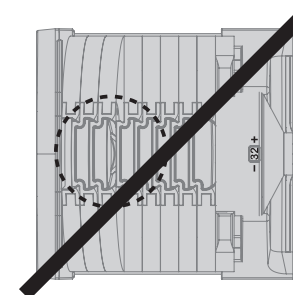
Após o uso, coloque o halter
de volta no suporte.

Os conectores macho e fêmea
devem estar alinhados.



6

Certifique-se de que os conectores macho
e fêmea estejam alinhados. Não use se
os conectores estiverem danificados.





INFORMACJE O PRODUKCIE

MODEL:	DB20	DB32	DB50	DB80
Podziałka masy	2–20 kg co 2 kg	2–32 kg co 2 kg	5–50 funtów co 5 funtów	5–80 funtów co 5 funtów
Masa produktu	21 kg / 46,2 funta	33 kg / 72,6 funta	23 kg / 50,6 funta	37 kg / 81,4 funta
Długość uchwytu	10,5 cm / 4,15 cala	10,5 cm / 4,15 cala	10,5 cm / 4,15 cala	10,5 cm / 4,15 cala
Wymiary (dł. x szer. x wys.)*	35 x 17,8 x 17,3 cm / 13,75 x 7 x 6,8 cala	43,5 x 17,8 x 17,3 cm / 17 x 7 x 6,8 cala	35 x 18,8 x 18,25 cm / 13,75 x 7,4 x 7,2 cala	43,5 x 18,8 x 18,25 cm / 17 x 7,4 x 7,2 cala
Wymiary z podstawą (dł. x szer. x wys.)*	40,5 x 19 x 17,8 cm / 16 x 7,5 x 7 cala	49 x 19 x 17,8 cm / 19,3 x 7,5 x 7 cala	40,5 x 19,4 x 19 cm / 16 x 7,6 x 7,5 cala	49 x 19,4 x 19 cm / 19,3 x 7,6 x 7,5 cala

ZACHOWAĆ NINIEJSZĄ INSTRUKCJĘ

Przed użyciem urządzenia należy przeczytać wszystkie instrukcje. Obowiązkiem właściciela jest zapewnienie, że wszyscy użytkownicy tego urządzenia są odpowiednio poinformowani o wszystkich ostrzeżeniach i środkach ostrożności. W razie pytań po zapoznaniu się z niniejszym podręcznikiem, należy skontaktować się z działem obsługi klienta.

To urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego. Nie należy wykorzystywać go w celach komercyjnych, wypożyczalniach, a także placówkach szkolnych czy instytucjach. Niezastosowanie się do tego wymogu powoduje utratę gwarancji.

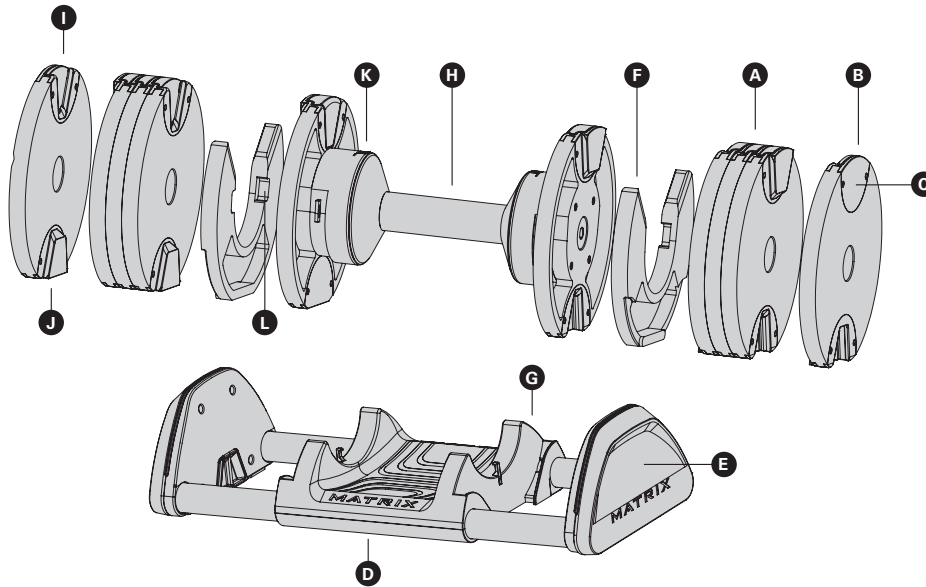
Łącze do wykazu numerów patentów:
nuoathletics.com/patent

PRAWIDŁOWE UŻYCIE

- Ciężarek można ustawiać wyłącznie w podstawie.
- Kładąc ciężarek w podstawie, upewnić się, że łączniki męskie i żeńskie są wyrównane.
- Nigdy nie podnosić ciężarka z podstawy, jeśli wybór masy nie jest wyśrodkowany w oknie.
- Dokładnie sprawdzać męskie i żeńskie łączniki w regularnych odstępach czasu.
- Nie używać w przypadku uszkodzenia męskich i żeńskich łączników.
- Regularnie upewniać się, że uchwyt ciężarka można obracać w celu ustawienia każdej z wartości masy, pozostawiając ciężarek w podstawie.
- Regularnie upewniać się, że uchwytu ciężarka nie można obrócić, gdy ciężarek znajduje się poza podstawą.
- Nigdy nie używać ciężarka bez kompletnego zestawu płytek obciążających w podstawie.
- W przypadku uszkodzenia ciężarka, braku części lub nieprawidłowego działania zaprzestać używania ciężarka i skontaktować się z działem wsparcia technicznego klienta.

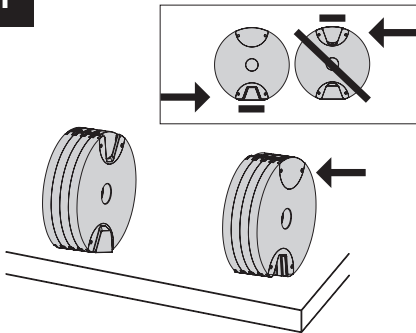


MONTAŻ



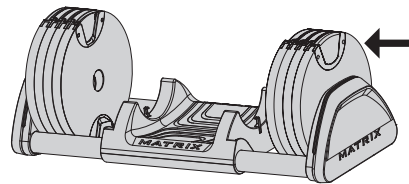
- A STOS PŁYT OBCIĄŻAJĄCYCH
*Liczba płyt zależy od modelu
- B PŁYTA KOŃCOWA
- C PŁASKI ŁĄCZNIK
- D PODSTAWA
- E PODPORA ZEWNĘTRZNA
- F PÓŁPŁYTA
- G PODPORA WEWNĘTRZNA
- H UCHWYT
- I SZCZELINA
- J KLIN
- K OKIENKO WSKAŹNIKOWE
- L ROWEK PÓŁPŁYTY

1



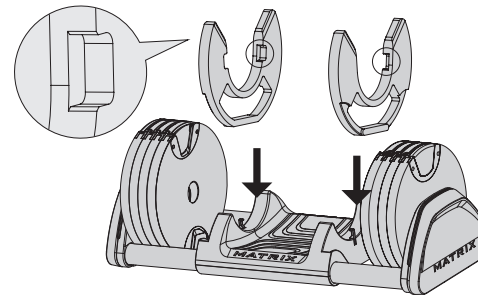
Rozpakować i przygotować dwa symetryczne **STOSY (A)** połączonych ze sobą płyt obciążeniowych na płaskiej powierzchni, upewniając się, że każdy stos obejmuje **PŁYTĘ KOŃCOWĄ (B)** z **PŁASKIM ŁĄCZNIKIEM (C)** skierowanym na zewnątrz. Płaska strona stosu powinna być skierowana ku dołowi.

2



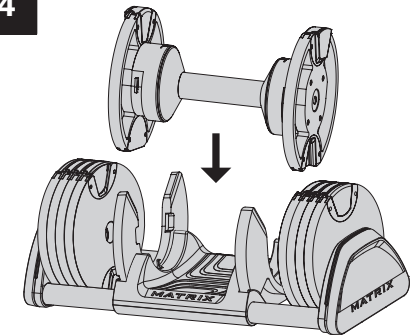
Umieścić stosy w **PODSTAWIE (D)**, zwracając uwagę, aby ściśle przylegały do **PODPÓR ZEWNĘTRZNYCH (E)**. Upewnić się, że **PŁASKI ŁĄCZNIK (C)** jest skierowany na zewnątrz.

3



Wprowadzić **PÓŁPŁYTY (F)** do szczeliny w **PODPORACH WEWNĘTRZNYCH (G)** na podstawie i dopilnować, aby **ROWKI (L)** na półpłytach były skierowane ku sobie.

4



Umieścić **UCHWYT (H)** w pozostałej przestrzeni między stosem płyt obciążeniowych i półpłyt, pamiętając o konieczności wyrównania **SZCZELIN (I)** i **KLINÓW (J)** na łącznikach.

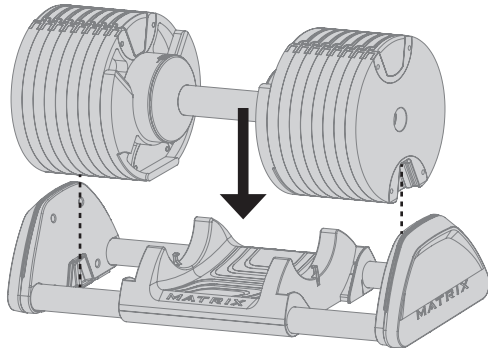


PRAWIDŁOWE UŻYCIE

1

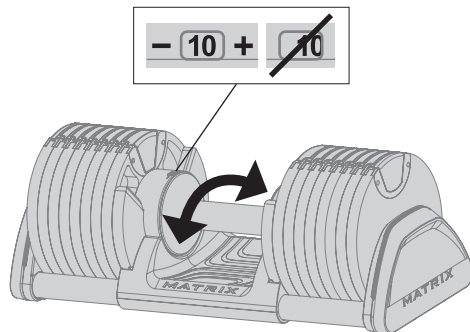
Umieścić ciężarek w podstawie.

Męskie i żeńskie łączniki muszą być wyrównane.



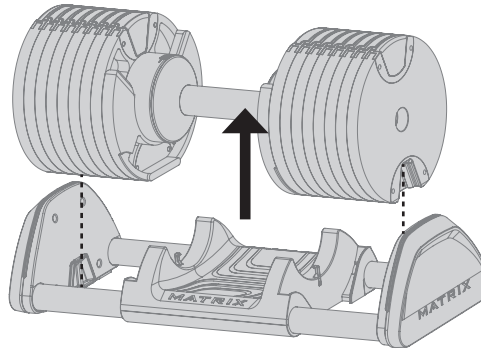
2

Wybrać masę, obracając uchwyt do wyśrodkowania wartości żądanej masy w oknie.



3

Podnieść ciężarek pionowo w górę z podstawy.

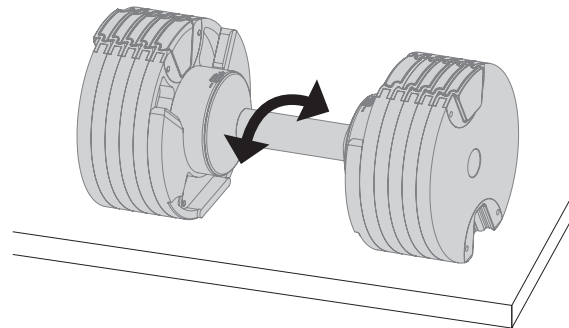


4

Położyć ciężarek na płaskim podłożu.

Spróbować obrócić uchwyt, stosując niewielką siłę. Uchwyt nie może się poruszyć.

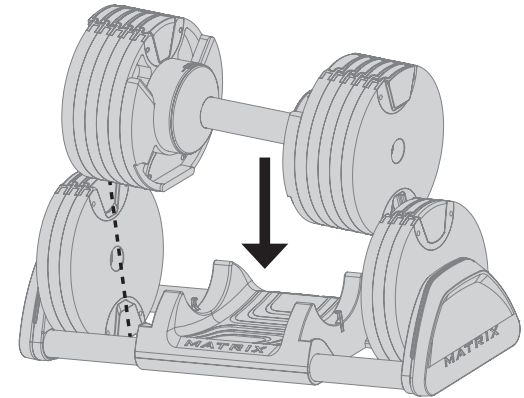
Upewnić się, że końce belki znajdują się w obrębie 5 mm od wybranej płytki.



5

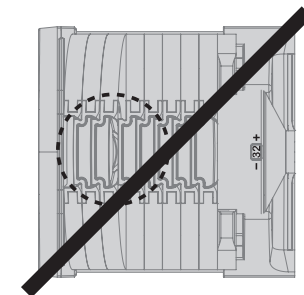
Po użyciu odłożyć ciężarek na podstawę.

Męskie i żeńskie łączniki muszą być wyrównane.



6

Wyrównać męskie i żeńskie łączniki.
Nie używać, jeżeli łączniki są uszkodzone.





СВЕДЕНИЯ О ПРОДУКЦИИ

МОДЕЛЬ:	DB20	DB32	DB50	DB80
Увеличение веса	2-20 кг с добавлением по 2 кг	2-32 кг с добавлением по 2 кг	5-50 фунтов с добавлением по 5 фунтов	5-80 фунтов с добавлением по 5 фунтов
Вес изделия	21 кг / 46,2 фунта	33 кг / 72,6 фунта	23 кг / 50,6 фунта	37 кг / 81,4 фунта
Длина ручки	10,5 см / 4,15 дюйма	10,5 см / 4,15 дюйма	10,5 см / 4,15 дюйма	10,5 см / 4,15 дюйма
Размеры (Д x Ш x В)*	35 x 17,8 x 17,3 см / 13,75 x 7 x 6,8 дюйма	43,5 x 17,8 x 17,3 см / 17 x 7 x 6,8 дюйма	35 x 18,8 x 18,25 см / 13,75 x 7,4 x 7,2 дюйма	43,5 x 18,8 x 18,25 см / 17 x 7,4 x 7,2 дюйма
Размеры с учетом подставки (Д x Ш x В)*	40,5 x 19 x 17,8 см / 16 x 7,5 x 7 дюйма	49 x 19 x 17,8 см / 19,3 x 7,5 x 7 дюйма	40,5 x 19,4 x 19 см / 16 x 7,6 x 7,5 дюйма	49 x 19,4 x 19 см / 19,3 x 7,6 x 7,5 дюйма

СОХРАНИТЕ ЭТИ ИНСТРУКЦИИ

Ознакомьтесь с инструкциями перед эксплуатацией данного оборудования. Владелец обязан обеспечить, чтобы все пользователи оборудования были надлежащим образом проинформированы обо всех предупреждениях и мерах предосторожности. Если после прочтения данного руководства у вас остались вопросы, обратитесь к специалистам службы технической поддержки.

Оборудование предназначено исключительно для домашнего использования. Не допускается использование данного оборудования для коммерческих объектов, предоставления во временное пользование, в образовательных или иных учреждениях. Невыполнение этих условий ведет к аннулированию гарантии.

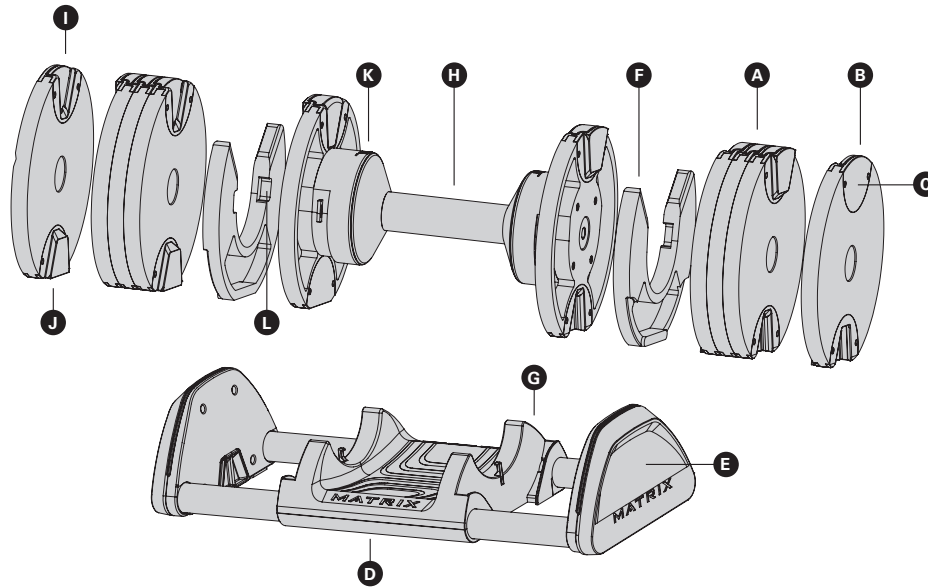
Ссылка на перечень номеров патентов:
nuoathletics.com/patent

ПОРЯДОК ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

- Регулировать положение dumbbell можно только, пока изделие находится на подставке.
- Перед повторной установкой dumbbell на подставку убедитесь в том, что охватываемое и охватывающее соединения совпадают.
- Запрещается снимать dumbbell с подставки, если выбранное значение веса находится не по центру окошка.
- Регулярно внимательно проверяйте охватываемое и охватывающее соединения.
- Не используйте изделие, если охватываемое и охватывающее соединения повреждены.
- Регулярно проверяйте, чтобы ручка dumbbell поворачивалась при выборе любого значения веса, пока изделие находится на подставке.
- Ручка dumbbell не должна поворачиваться, когда изделие не находится на подставке.
- Запрещается использовать dumbbell без полного набора блинов на подставке.
- В случае повреждения dumbbell, отсутствия деталей или, если изделие не подлежит эксплуатации должным образом, не используйте его и обратитесь в службу технической поддержки клиентов.

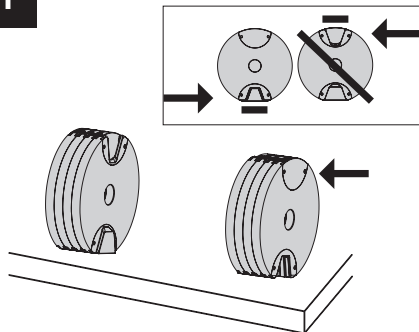


СБОРКА



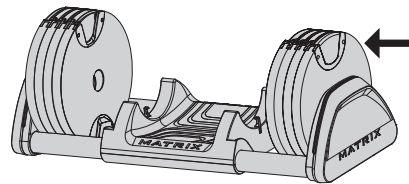
- A СТЕК ИЗ ОБЫЧНЫХ ВЕСОВЫХ ДИСКОВ
* Количество весовых дисков зависит от модели.
- B ТОРЦЕВОЙ ДИСК
- C ПЛОСКИЙ СОЕДИНИТЕЛЬ
- D ПОДСТАВКА
- E ВНЕШНЯЯ ОПОРА
- F ПОЛУДИСК
- G ВНУТРЕННЯЯ ОПОРА
- H РУЧКА
- I ПРОРЕЗЬ
- J КЛИН
- K ОКНО ИНДИКАТОРА
- L ПАЗ ПОЛУДИСКА

1



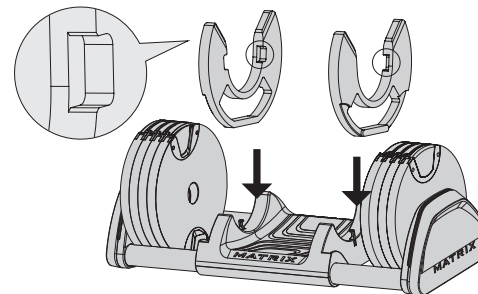
Распакуйте и разложите на плоской поверхности два симметричных **СТЕКА (A)** соединенных весовых дисков, убедившись в том, что каждый стек оснащен **ТОРЦЕВЫМ ДИСКОМ (B)** с **ПЛОСКИМ СОЕДИНИТЕЛЕМ (C)**, направленным наружу. Плоская сторона стека должна быть направлена вниз.

2



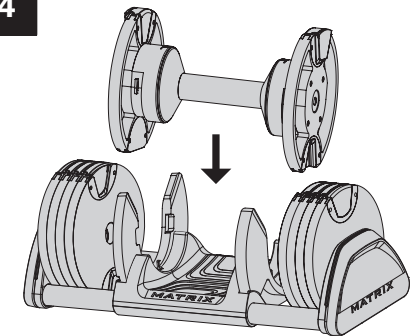
Поместите стеки в **ПОДСТАВКУ (D)**, плотно прижав их к **ВНЕШНИМ ОПОРАМ (E)**. Убедитесь в том, что **ПЛОСКИЙ СОЕДИНИТЕЛЬ (C)** направлен наружу.

3



Вставьте **ПОЛУДИСКИ (F)** в прорези **ВНУТРЕННИХ ОПОР (G)** на подставке, убедившись в том, что **ПАЗЫ (L)** на полудисках обращены друг к другу.

4



Поместите **РУЧКУ (H)** в оставшееся пространство между весовым стеком и полудисками, убедившись в том, что **ПРОРЕЗИ (I)** и **КЛИНЬЯ (J)** на соединителях совпадают.

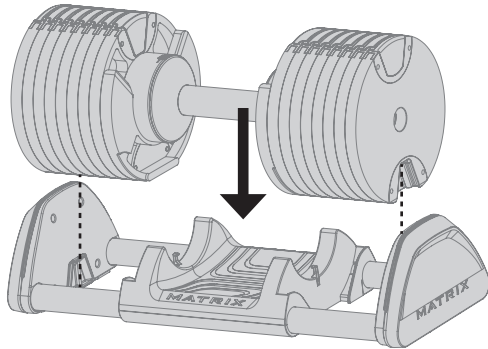


ПОРЯДОК ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

1

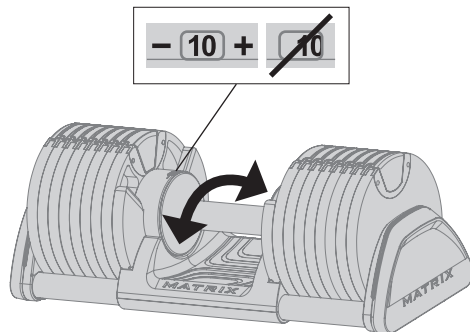
Установите dumbbell на подставку.

Охватываемое и охватывающее соединения должны совпадать.



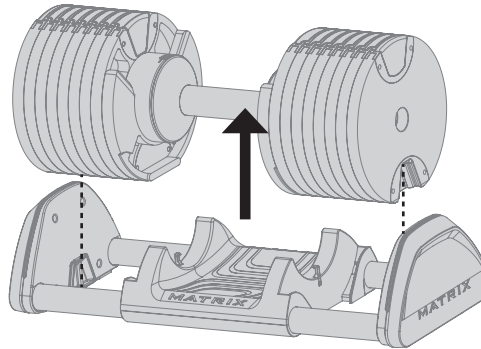
2

Выберите вес, поворачивая ручку до тех пор, пока желаемое значение не окажется по центру окошка.



3

Поднимите dumbbell над подставкой.

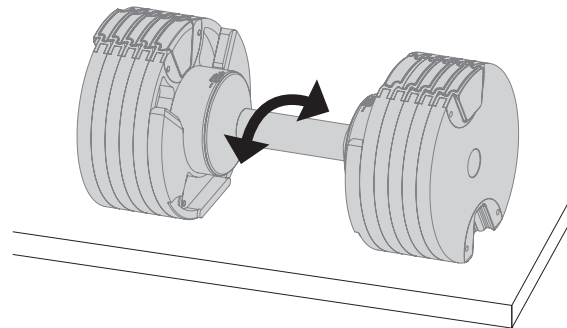


4

Положите dumbbell на ровную поверхность.

Небольшим усилием попробуйте повернуть ручку. Ручка должна оставаться в заблокированном положении.

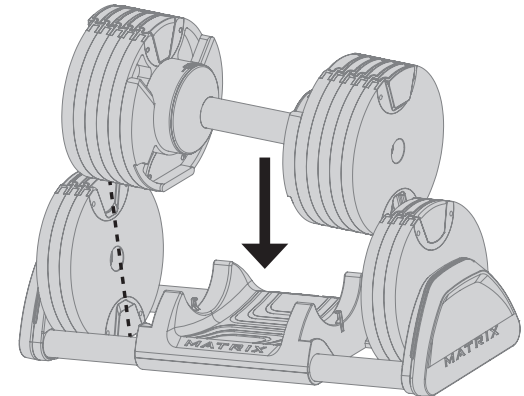
Убедитесь в том, что выбранные блины расположены на расстоянии 5 мм от концов штанги.



5

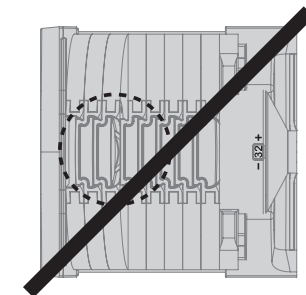
После использования установите dumbbell обратно на подставку.

Охватываемое и охватывающее соединения должны совпадать.



6

Проверьте, чтобы охватываемое и охватывающее соединения совпадали. Не использовать при повреждении соединений.



MATRIX



DB20

DB32

DB50

DB80

© 2024 Johnson Health Tech
Rev 1.1 B