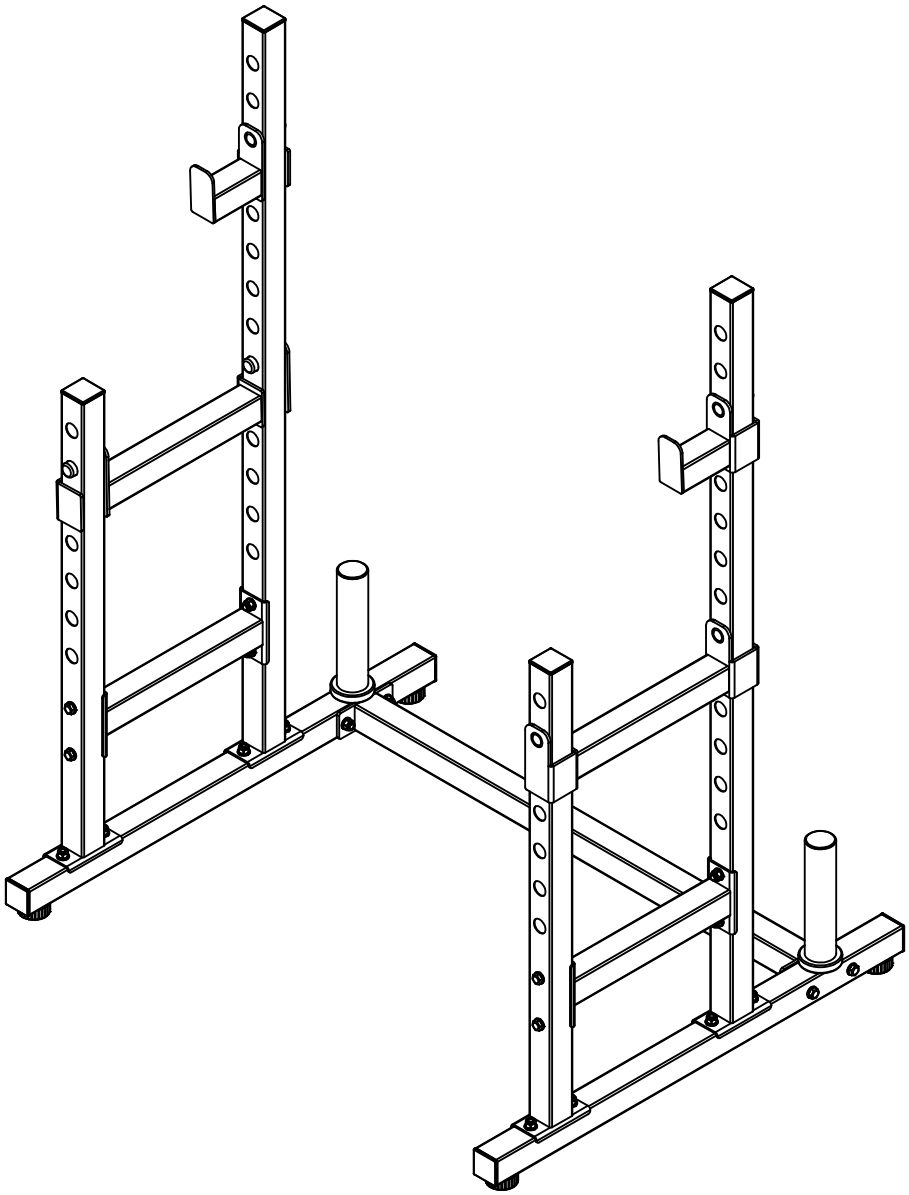
SPORTNOW

IN250400199V01_DE

A91-406V01



***EN*_IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.**

***DE*_WICHTIG! SORGFÄLTIG LESEN UND FÜR SPÄTER NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN.**

BOX 1/2

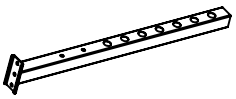
① x 2



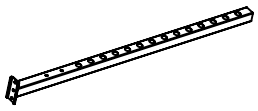
② x 1



③ x 2



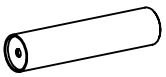
④ x 2



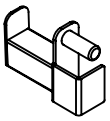
⑥ x 2



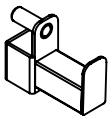
⑦ x 2



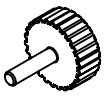
⑧ x 1



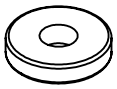
⑨ x 1



⑩ x 4



⑪ x 2

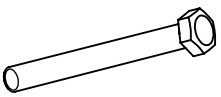


⑫ x12



M10*70

⑬ x 2



M10*90

⑭ x34



Ø10

⑮ x20

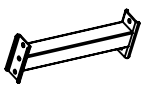


M10

PARTS

BOX 2/2

⑤ x 2



Important Safety Information EN

Please keep this manual in a safe place for reference.

1. It is important to read this entire manual before assembling and using the equipment. Safe and efficient use can only be achieved if the equipment is assembled, maintained and used properly. It is your responsibility to ensure that all users of the equipment are informed of all warnings and precautions.
2. Before starting any exercise program you should consult your doctor to determine if you have any physical or health conditions that could create a risk to your health and safety, or prevent you from using the equipment properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol level.
3. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: Pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, feeling light headed, dizzy or nauseous. If you do experience any of these conditions you should consult your doctor before continuing with your exercise program.
4. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
5. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. For safety, the equipment should have at least 0.5 meter of free space all around it.
6. Before using the equipment, check the nuts and bolts are securely tightened.
7. The safety level of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
8. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components whilst assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noise coming from the equipment during use, stop. Do not use the equipment until the problem has been rectified.
9. Wear suitable clothing whilst using the equipment. Avoid wearing loose clothing which may get caught in the equipment or that may restrict or prevent movement.
10. The equipment is suitable for domestic, home use only. **Maximum weight: 300kg.**
11. The equipment is not suitable for therapeutic use.
12. Care must be taken when lifting or moving the equipment so as not to injure your back. Always use proper lifting techniques and/or use assistance.

Wichtige Sicherheitsinformationen DE

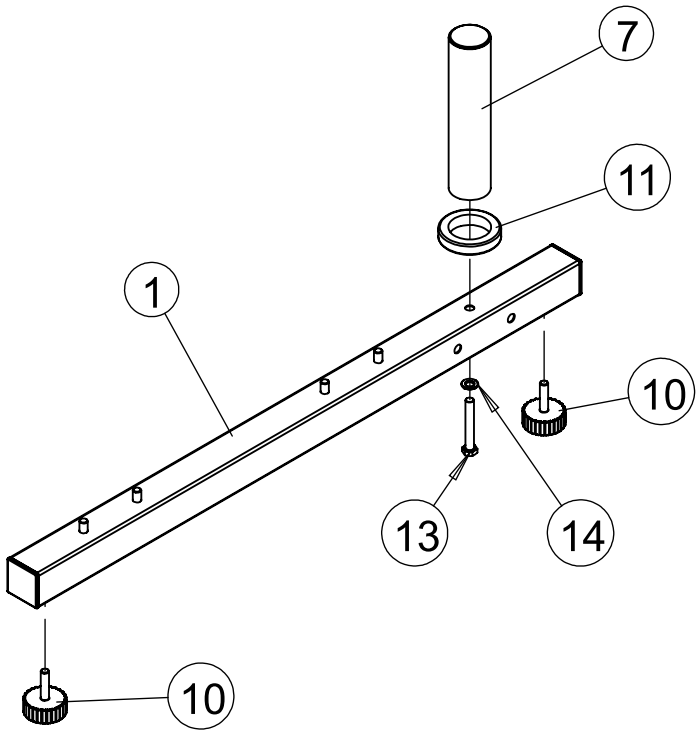
Bitte bewahren Sie dieses Handbuch an einem sicheren Ort zur späteren Bezugnahme auf.

1. Es ist wichtig, dieses gesamte Handbuch vor dem Zusammenbau und der Benutzung des Geräts zu lesen. Eine sichere und effiziente Nutzung ist nur gewährleistet, wenn das Gerät korrekt zusammengebaut, gewartet und verwendet wird. Es liegt in Ihrer Verantwortung sicherzustellen, dass alle Benutzer des Geräts über alle Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen informiert sind.
2. Bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, um festzustellen, ob Sie körperliche oder gesundheitliche Bedingungen haben, die ein Risiko für Ihre Gesundheit und Sicherheit darstellen oder Sie daran hindern könnten, das Gerät richtig zu benutzen. Der Rat Ihres Arztes ist besonders wichtig, wenn Sie Medikamente einnehmen, die Ihre Herzfrequenz, Ihren Blutdruck oder Ihren Cholesterinspiegel beeinflussen.
3. Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers. Falsches oder übermäßiges Training kann Ihre Gesundheit schädigen. Beenden Sie das Training, wenn Sie eines der folgenden Symptome bemerken: Schmerzen, Engegefühl in der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, extreme Atemnot, Schwindel, Benommenheit oder Übelkeit. Wenn Sie eines dieser Symptome verspüren, sollten Sie vor der Fortsetzung Ihres Trainingsprogramms Ihren Arzt konsultieren.
4. Halten Sie Kinder und Haustiere vom Gerät fern. Das Gerät ist nur für die Benutzung durch Erwachsene vorgesehen.
5. Verwenden Sie das Gerät auf einer festen, ebenen Fläche mit einem Schutzbelag für Ihren Boden oder Teppich. Aus Sicherheitsgründen sollte das Gerät rundherum mindestens 0,5 Meter Freiraum haben.
6. Überprüfen Sie vor der Benutzung des Geräts, ob alle Muttern und Schrauben fest angezogen sind.
7. Das Sicherheitsniveau des Geräts kann nur aufrechterhalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und/oder Verschleiß überprüft wird.
8. Verwenden Sie die Ausrüstung stets wie angegeben. Wenn Sie beim Zusammenbauen oder Überprüfen der Ausrüstung defekte Komponenten feststellen oder ungewöhnliche Geräusche während der Benutzung hören, stoppen Sie. Verwenden Sie die Ausrüstung nicht, bis das Problem behoben ist.
9. Tragen Sie geeignete Kleidung während der Benutzung der Ausrüstung. Vermeiden Sie das Tragen von lockerer Kleidung, die in der Ausrüstung hängen bleiben oder die Bewegung einschränken oder verhindern könnte.
10. Die Ausrüstung ist nur für den häuslichen Gebrauch geeignet. **Maximales Gewicht: 300 kg.**
11. Die Ausrüstung ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet.
12. Beim Heben oder Bewegen der Ausrüstung ist Vorsicht geboten, um Rückenverletzungen zu vermeiden. Verwenden Sie stets richtige Hebetechniken und/oder holen Sie sich Hilfe.

01

⑬ x 1

⑭ x 1



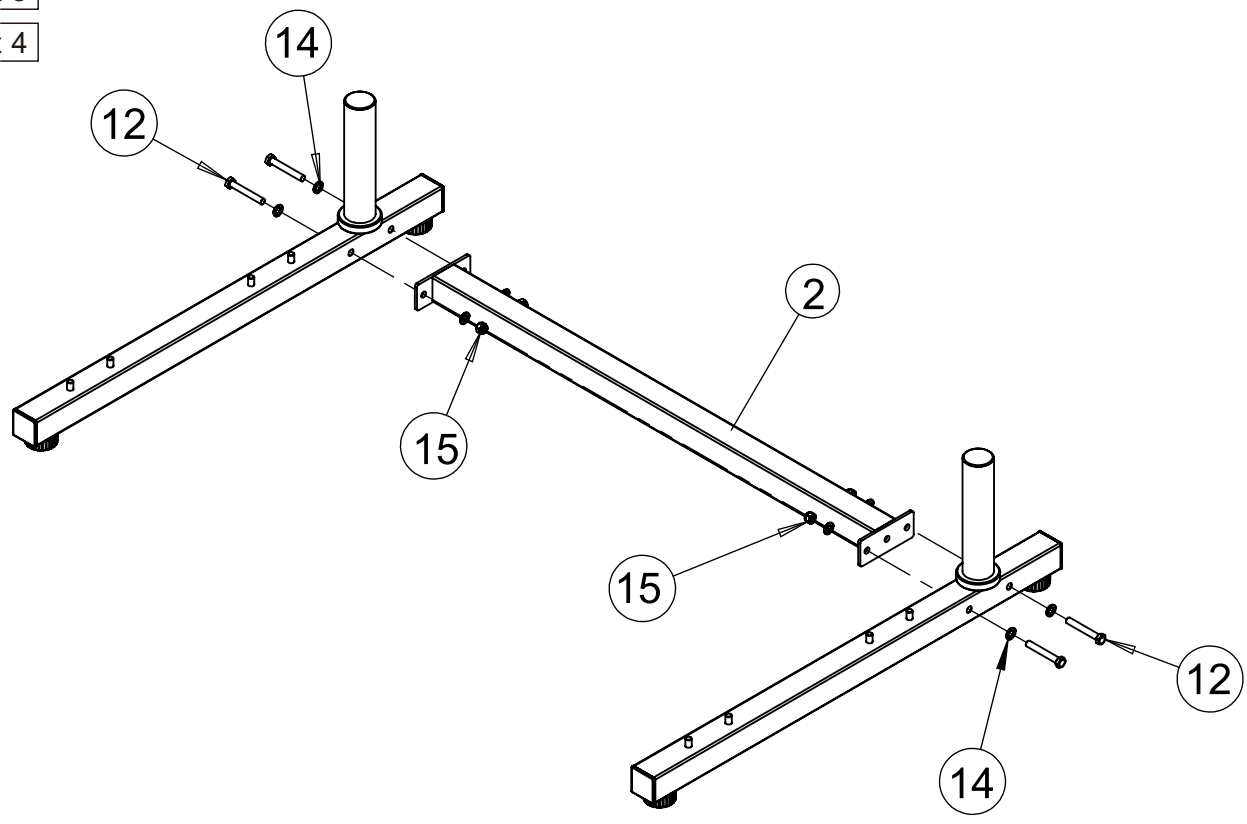
x2

02

⑫ x 4

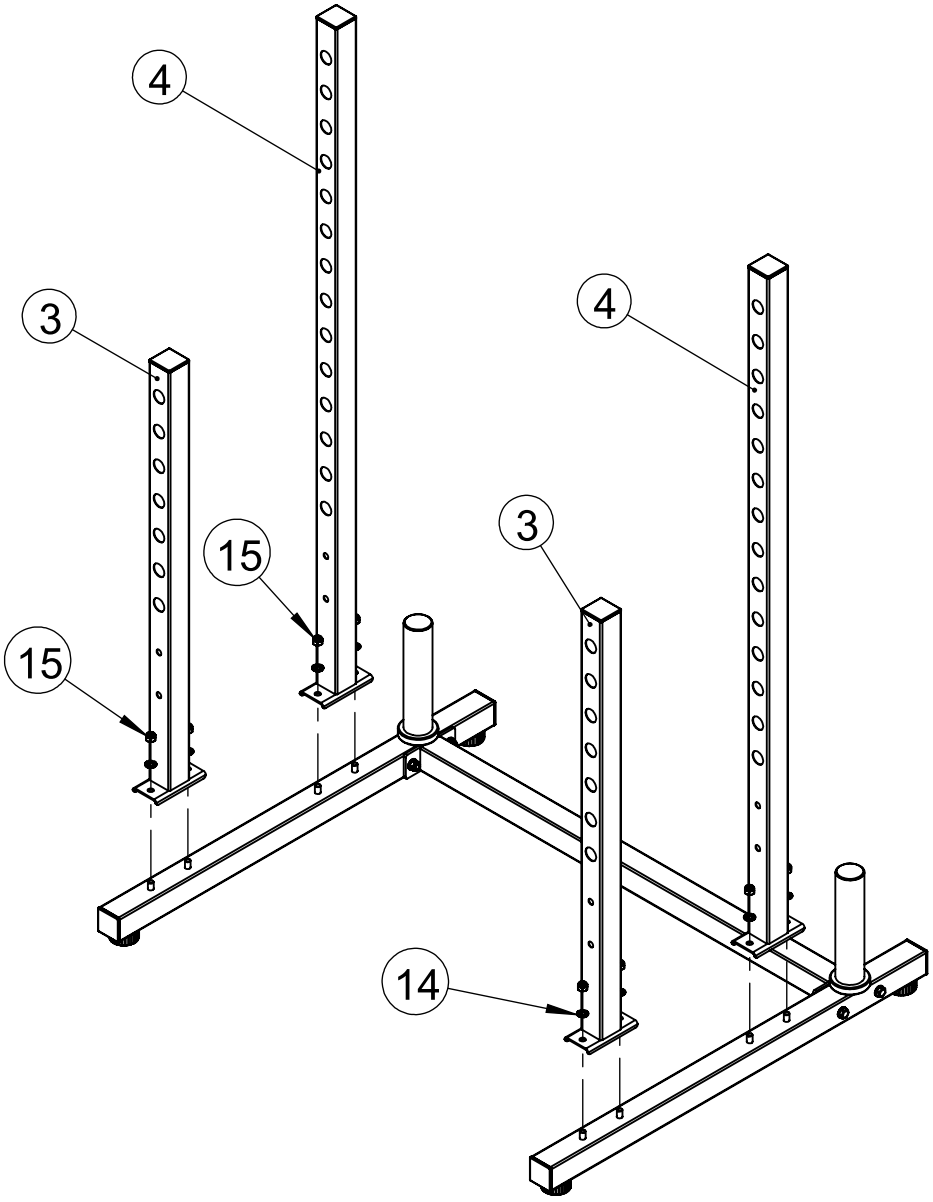
⑭ x 8

⑮ x 4

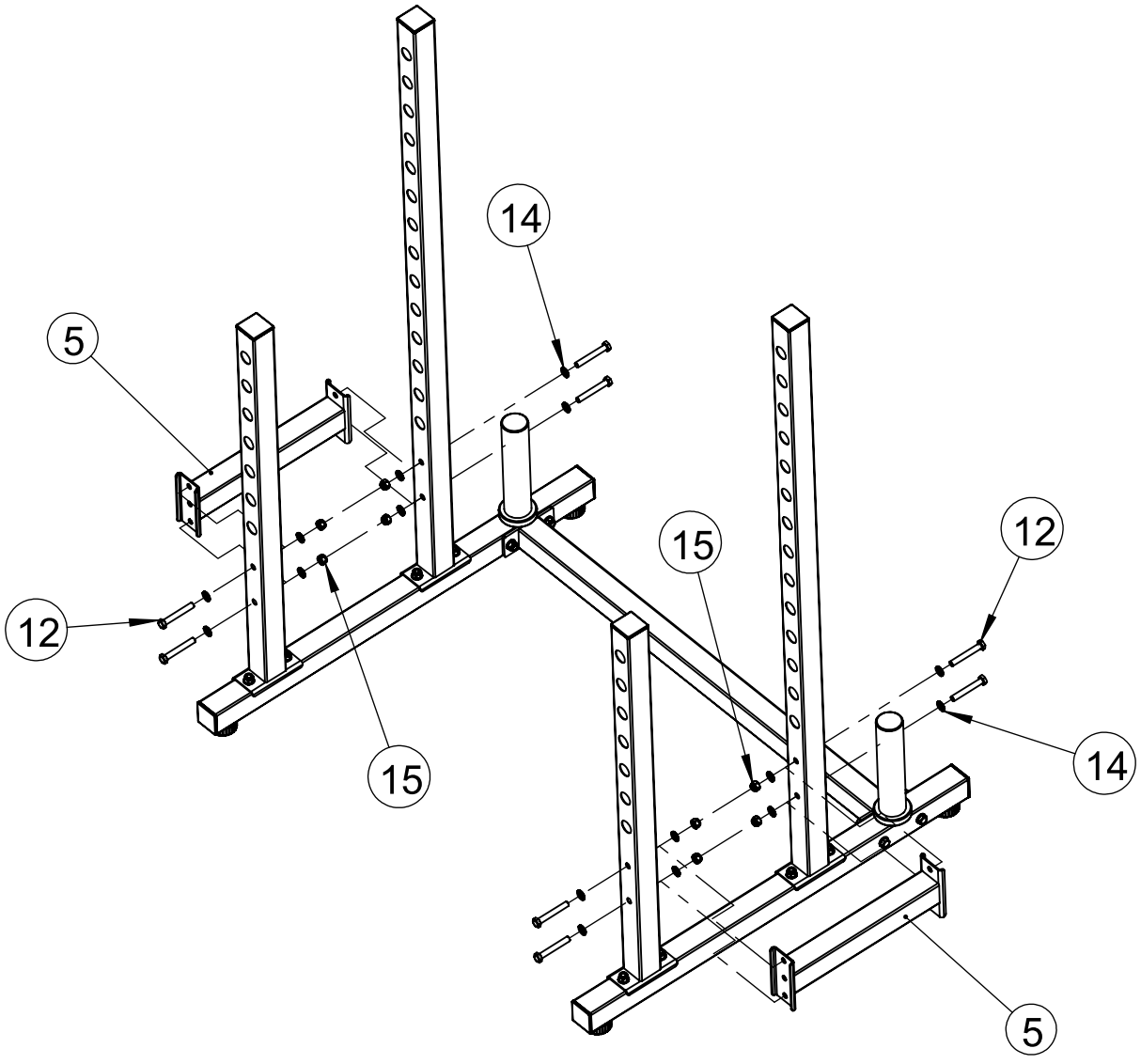


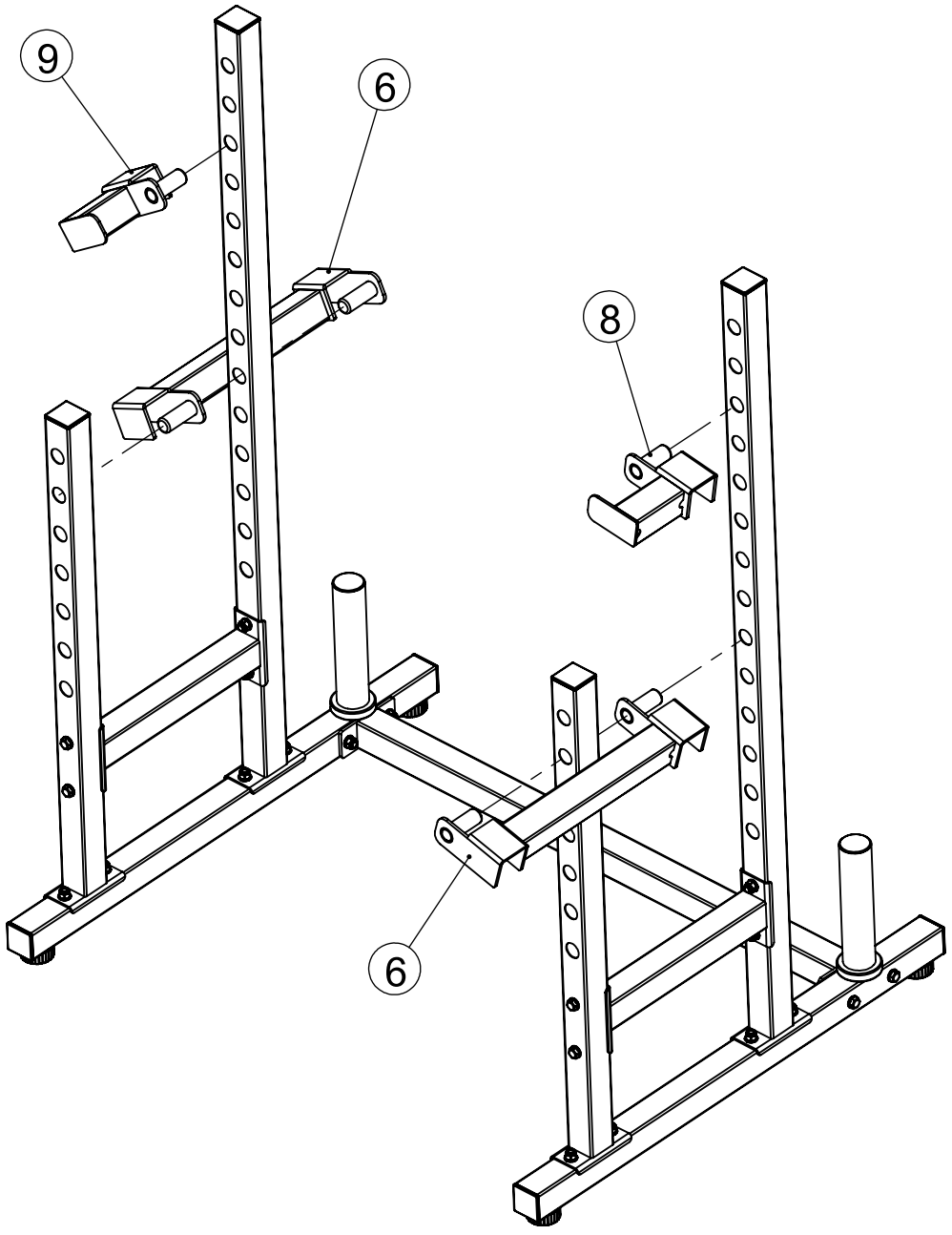
⑭ x 8

⑮ x 8



⑫ x 8
⑭ x16
⑮ x 8




9
6
8
6

UK

If you have any questions, please contact our customer care centre.
Our contact details are below:


0044-800-240-4004


enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:
MH STAR UK LTD
Unit 27, Perivale Park,
Horsenden lane South
Perivale, UB6 7RH
MADE IN CHINA

ES

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente.
Nuestros datos de contacto son los siguientes:


0034-931294512


atencioncliente@aosom.es

Importador/Fabricante/REP:
Spanish Aosom, S.L.
C/ Roc Gros, nº 15. 08550, Els Hostalets de Balenyà, Spain.
B66295775
atencioncliente@aosom.es
TEL: 931294512
HECHO EN CHINA

FR

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle.
Nos coordonnées sont les suivantes:


0033-1-84166106


aosom@mhfrance.fr

Importé par/Fabricant/REP:
MH France
2, rue Maurice Hartmann
92130 Issy-les-Moulineaux
France
Fabriqué en Chine

PT

Se tiver alguma dúvida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente.
Os nossos dados de contacto são os seguintes:


0034-931294512


info@aosom.pt.

IMPORTADOR:
SPANISH AOSOM, S.L
C.ROC GROS N.15, 08550. ELS HOSTALETS DE BALENYÀ
TEL: 931294512 (SEG-SEX DAS 7:30H ÀS 16:30H)
INFO@AOSOM.PT
WWW.AOSOM.PT

DE

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Kundendienstzentrum.
Unsere Kontaktdaten stehen unten:


0049-0(40)-87408465


service@aosom.de

Importeur/Hersteller/REP:
MH Handel GmbH
Wendenstraße 309
D-20537 Hamburg
Germany
IN CHINA HERGESTELLT

IT

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti.
I nostri dettagli di contatto sono di seguito:


0039-0249471447


clienti@aosom.it

IMPORTATO DA/Produttore/REP:
AOSOM Italy srl
Centro Direzionale Milanofiori
Strada 1 Palazzo F1
20057 Assago (MI)
P.I.: 08567220960
FATTO IN CINA

Aosom