

Pull-up bar User manual



- ☒ Non-slip
- ☒ Secure
- ☒ Automatic locking

IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

Horizontal bar installation distance reference

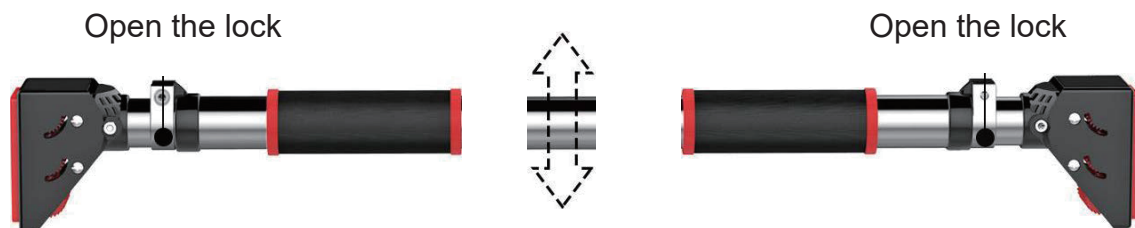
Horizontal bar Load bearing installation	72-92	92-124	110-138	130-175
73cm	200kg	/	/	/
75cm	200kg	/	/	/
80cm	150kg	/	/	/
85cm	120kg	/	/	/
90cm	100kg	200kg	/	/
95cm	75kg	200kg	/	/
100cm	10kg	200kg	/	/
105cm	/	180kg	/	/
110cm	/	150kg	200kg	/
115cm	/	120kg	200kg	/
120cm	/	100kg	200kg	/
125cm	/	75kg	180kg	/
130cm	/	10kg	150kg	200kg
135cm	/	/	120kg	200kg
140cm	/	/	75kg	180kg
145cm	/	/	10kg	180kg
150cm	/	/	0kg	150kg
160cm	/	/	/	120kg
175cm	/	/	/	100kg

The table offers guidelines for installation distance and weight capacity under normal conditions. Follow these recommendations to ensure safety.

Product accessories list

1. Horizontal bar x 1
2. Padded hand grip x 2
3. Lock x 2
4. Seven-shaped small wrench x 1
5. User manual (includes certificate of approval) x 1

Installation instructions



1. Adjust the length of the horizontal bar

- A. Before installing the horizontal bar, measure the distance of the installation position. Ensure the bar meets the safety distance requirement.
- B. Place the horizontal bar on a flat and stable surface.
- C. Hold the middle pole (marked with a dotted line) and rotate it in the direction indicated by the instructions on the middle pole. Make sure the extension rods on both sides do not rotate.
- D. Adjust the length of the horizontal bar to be slightly smaller than the required size for installation.

2. Position the horizontal bar between the wall or door frame

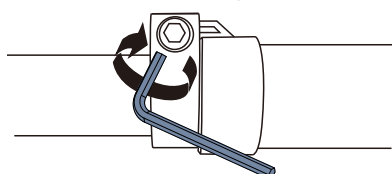
- A. Place the horizontal bar between the wall or door frame where you plan to install it.
- B. Extend the bar to match the size of the installation position. This will help the bar fit securely in place.
- C. Once the bar is in position, adjust its horizontal alignment. For safety, ensure the bar is installed at a level, horizontal state. Installing at an angle increases the risk of falling.

3. Fasten the horizontal bar

- A. Once the bar is adjusted, hold the middle pole with both hands.
- B. Continue rotating the middle pole in the direction of the horizontal bar extension until it cannot move further.
- C. Ensure you rotate it firmly and apply enough force.

4. Fasten the lock

- A: Align the small buckle on the lock with the groove on the middle pole.
- B: Use the spare seven-shaped small wrench to tighten the lock from the side.



5. Adjust the distance between the anti-skid hand grips

- A. Determine the desired distance for stretching your arms during exercise.
- B. Adjust the non-slip hand grips on the middle pole to the appropriate distance.
- C. Once the handle grips are set, the installation process is complete.

Precautions

- 1. This product must be installed by an adult. Before use, carefully check that it is secure and stable. If used by minors, they must be supervised by an adult responsible for their safety.
- 2. Before using the horizontal bar, find a suitable place to set it up. Ensure the bar's length is suitable for the specific distance and environment. Use appropriate accessories for different walls or door frames. Ensure the installation position is secure and can withstand the strength and forces applied during use. Do not install on unstable surfaces like fragile walls, hollow door frames or tile walls.
- 3. Before using the horizontal bar, consider the distance and weight of the suspension (including the user's weight). Make sure they fall within the safe loading range. Refer to the distance/weight table for guidance.
- 4. Do not disassemble any screws or components on the horizontal bar during use. This can cause accidents or hazards due to assembly issues.
- 5. Never use this bar for hanging upside down.
- 6. If the horizontal bar remains fixed for long periods, it must be regularly checked to prevent accidents or safety hazards.
- 7. Avoid performing dangerous actions on the bar.

Important!

- 1. If the bar gets damaged, the manufacturer and distributors are only responsible if the bar is properly installed and reasonably loaded.
- 2. Manufacturers and distributors are not liable for accidents due to incorrect installation, exceeding the maximum load or other user-related reasons.
- 3. To use this product, you must install it yourself, following all instructions for safe and proper use.

Manuel de l'Utilisateur de la Barre de Traction



- ☒ Antidérapant
- ☒ Antidesserrage
- ☒ Verrouillage Automatique

IMPORTANT - CONSERVEZ CES INFORMATIONS
POUR VOTRE CONSULTATION ULTÉRIEURE: LISEZ ATTENTIVEMENT

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

Distance d'installation de la barre horizontale / référence

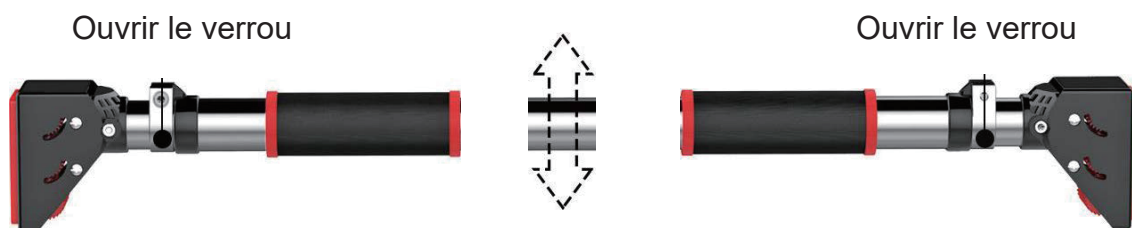
Barre horizontale Capacité de charge Installation	72-92	92-124	110-138	130-175
73cm	200kg	/	/	/
75cm	200kg	/	/	/
80cm	150kg	/	/	/
85cm	120kg	/	/	/
90cm	100kg	200kg	/	/
95cm	75kg	200kg	/	/
100cm	10kg	200kg	/	/
105cm	/	180kg	/	/
110cm	/	150kg	200kg	/
115cm	/	120kg	200kg	/
120cm	/	100kg	200kg	/
125cm	/	75kg	180kg	/
130cm	/	10kg	150kg	200kg
135cm	/	/	120kg	200kg
140cm	/	/	75kg	180kg
145cm	/	/	10kg	180kg
150cm	/	/	0kg	150kg
160cm	/	/	/	120kg
175cm	/	/	/	100kg

Les données fournies dans ce tableau sont les suivantes : les données de référence de la distance d'installation et la capacité de charge correspondante de la barre horizontale de différentes spécifications dans des conditions environnementales normales, pour que l'utilisateur puisse s'informer, en interdisant à l'utilisateur d'utiliser la barre horizontale au-delà de la limite.

Liste des accessoires du produit

1. Barre horizontale ×1
2. Poignée rembourrée ×2
3. Verrou ×2
4. Clé en forme de "7" ×1
5. Manuel de l'utilisateur (inclut le certificat d'approbation) ×1

Instructions d'Installation



1. Ajuster préliminairement la longueur de la barre horizontale

Mesurer la distance de la position d'installation avant l'installation (et s'assurer que la barre horizontale achetée respecte la distance de sécurité pour la partie à installer), placer la barre horizontale sur un sol plat ou sur la table, puis tenir le poteau central (en pointillés), suivre l'"indication importante" attachée au poteau central et tourner le poteau central dans le sens de l'allongement (en tournant tout en veillant à ce que les tiges d'extension des deux côtés ne suivent pas), rendre la barre horizontale légèrement plus petite que la taille à installer.

2. Placer initialement la barre horizontale entre le mur ou le chambranle de porte

Placer la barre horizontale entre le mur à installer ou le chambranle de porte, et étendre la barre horizontale à la même taille que la position d'installation, de sorte qu'elle puisse être essentiellement coincée dans la position d'installation, puis ajuster la position horizontale de l'installation de la barre horizontale. Remarque : pour des raisons de sécurité, la barre horizontale doit être installée à l'horizontale, sinon il y a un risque de chute.

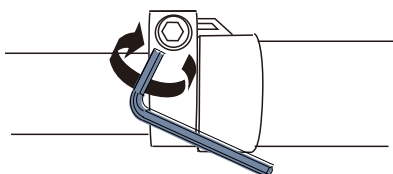
3. Fixer la barre horizontale

Après avoir ajusté l'installation de la barre horizontale, tenir le poteau central des deux mains et continuer à tourner le poteau central dans le sens de l'extension de la barre horizontale jusqu'à ce qu'il ne puisse plus bouger. Remarque: Veuillez tourner fermement.

4. Fixer le verrou

A : Alignez la petite boucle du verrou sur la rainure du poteau central

B : Utilisez la clé en forme de "7" de rechange pour serrer le verrou depuis le côté du verrou.



5. Ajuster la distance entre les poignées antidérapantes

Ajustez les poignées antidérapantes à la distance appropriée sur le poteau central, en fonction de la distance à laquelle vous souhaitez étendre vos bras pendant l'exercice.

À ce stade, l'installation est terminée.

Précautions

1. Lors de l'utilisation de ce produit, il doit être installé par un adulte et vérifié attentivement pour s'assurer qu'il est sécurisé avant d'être installé. L'utilisation de ce produit par des mineurs, des personnes âgées ou des personnes insuffisamment formées doit se faire en présence d'un tuteur. Avant utilisation, il appartient au tuteur de vérifier que la barre horizontale est sécurisée.
2. Lors de l'achat ou de l'utilisation de la barre horizontale, vous devez comprendre l'environnement d'installation en premier. Pour différents environnements et distances, veuillez sélectionner la barre horizontale à laquelle la longueur spécifiée est applicable. La surface d'installation de différents murs ou chambranles de porte peut nécessiter l'installation des accessoires appropriés. Avant d'installer la barre horizontale, veuillez confirmer si la position d'installation (mur ou chambranle de porte) est ferme et confirmer que la position d'installation peut supporter la force du produit ou la force générée pendant l'utilisation avant d'installer. Les positions d'installation instables (y compris, mais sans s'y limiter, les surfaces telles que les murs fragiles, les chambranles de porte creux ou les murs carrelés) sont strictement interdites !
3. Avant d'acheter et d'utiliser la barre horizontale, veuillez confirmer si la distance de la position et le poids de la suspension (comme le poids de l'utilisateur) dépassent la plage de charge sûre de la barre horizontale. Veuillez vous référer au tableau de référence de distance / charge dans ce manuel pour plus de détails.
4. Il est interdit de démonter des vis ou des composants de la barre horizontale installée en utilisation, sinon il est très probable qu'il y ait des accidents inconnus ou des dangers pour la sécurité dus à des problèmes d'assemblage.
5. Il est interdit d'utiliser ce produit comme barre horizontale de charge pour se suspendre à l'envers.
6. Si le produit est installé dans une position fixe pendant une longue période, veuillez vérifier l'installation de la barre horizontale chaque semaine pour éviter les accidents ou les dangers pour la sécurité dus à des raisons environnementales ou autres.
7. Il est interdit de faire des actions dangereuses sur la barre horizontale de la porte.

Déclaration Solennelle

1. Le fabricant et les distributeurs de la barre horizontale ne sont responsables que de la casse de la barre horizontale lorsque la barre horizontale est correctement installée et chargée de manière raisonnable.
2. Le fabricant ou les distributeurs de la barre horizontale ne sont pas responsables des accidents causés par une installation incorrecte ou une utilisation de charge non raisonnable des barres horizontales ou pour d'autres raisons liées à l'utilisateur.
3. Pour utiliser ce produit, les consommateurs doivent l'installer eux-mêmes. Veuillez lire attentivement cette instruction, installer et utiliser ce produit correctement pour assurer la sécurité.

Manual del usuario de barra de tracción horizontal para puerta



- ☒ Antideslizante
- ☒ Anti-suelta
- ☒ Bloqueo automático

IMPORTANTE - CONSERVE ESTA INFORMACIÓN
PARA SU CONSULTA POSTERIOR: LEER DETALLADAMENTE

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

Distancia / referencia de instalación de la barra horizontal

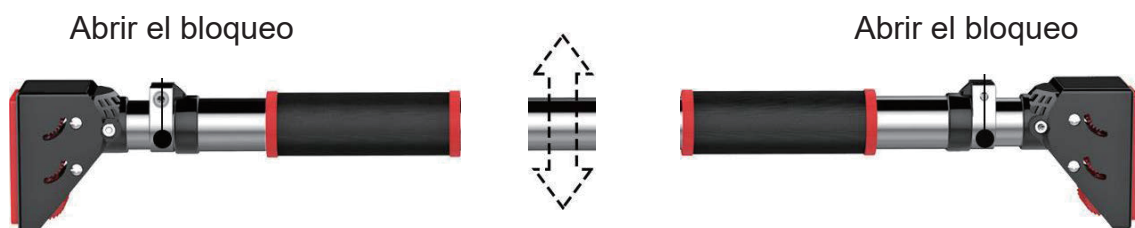
Barra horizontal Capacidad de carga Instalación	72-92	92-124	110-138	130-175
73cm	200kg	/	/	/
75cm	200kg	/	/	/
80cm	150kg	/	/	/
85cm	120kg	/	/	/
90cm	100kg	200kg	/	/
95cm	75kg	200kg	/	/
100cm	10kg	200kg	/	/
105cm	/	180kg	/	/
110cm	/	150kg	200kg	/
115cm	/	120kg	200kg	/
120cm	/	100kg	200kg	/
125cm	/	75kg	180kg	/
130cm	/	10kg	150kg	200kg
135cm	/	/	120kg	200kg
140cm	/	/	75kg	180kg
145cm	/	/	10kg	180kg
150cm	/	/	0kg	150kg
160cm	/	/	/	120kg
175cm	/	/	/	100kg

Los datos proporcionados en esta tabla son los siguientes: Los datos de referencia de la distancia de instalación y la capacidad de carga correspondiente de la barra horizontal de distintas especificaciones en las condiciones ambientales normales son para que el usuario consulte, se prohíbe al usuario utilizar la barra horizontal más allá del límite.

Lista de accesorios del producto

1. Barra horizontal×1
2. Empuñadura acolchada × 2
3. Bloqueo ×2
4. Llave pequeña en forma de “7” × 1
5. Manual de usuario (incluido el certificado de aprobación)×1

Instrucciones de instalación



1. Ajustar preliminarmente la longitud de la barra horizontal

Antes de realizar la instalación, mida la distancia del lugar de instalación (y asegúrese de que la barra horizontal comprada cumpla con la distancia de seguridad del sitio que se va a instalar), coloque la barra horizontal en un suelo plano o en una mesa, luego sostenga el poste central (en la línea de puntos), siga la “indicación importante” adherida en el poste central, gire el poste central en la dirección de alargamiento (mientras gira, asegúrese de que las varillas de extensión en ambos lados no sigan), de modo que la barra horizontal extendida es ligeramente más pequeña que el tamaño de instalación.

2. Colocar la barra horizontal inicialmente entre la pared o el marco de la puerta

Coloque la barra horizontal entre la pared a instalar o el marco de la puerta, y extienda la barra horizontal al mismo tamaño que el lugar de instalación, de modo que quede básicamente pegada en el lugar de instalación, y luego ajuste la posición de instalación horizontal de la barra horizontal. Nota: Por seguridad, la barra horizontal debe ser instalada en estado horizontal, de lo contrario, existe riesgo de caída.

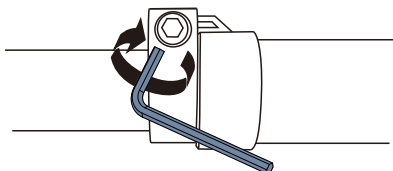
3. Fijar la barra horizontal

Después de ajustar la instalación de la barra horizontal, sostenga el poste central con ambas manos y continúe girándolo en la dirección de extensión de la barra horizontal hasta que no pueda moverse. Nota: Utilice fuerza al girarlo.

4. Cerrar el bloqueo

A:Apunte la pequeña hebilla del bloqueo hacia la ranura del poste central.

B:Apriete el bloqueo desde el costado del bloqueo con la llave pequeña de repuesto en forma de “7”.



5. Ajustar la distancia entre las empuñaduras antideslizantes

Ajuste las empuñaduras antideslizantes en el poste central a la distancia adecuada según cuánto desee estirar los brazos durante el ejercicio.

En este punto, la instalación está lista.

Precauciones

1. Al utilizar este producto, debe ser instalado por los adultos e inspeccionado cuidadosamente con el fin de garantizar que esté seguro antes de la instalación. Los menores, personas mayores o discapacitadas deben tener un tutor presente al utilizar este producto. Antes de su uso, haga que el tutor compruebe que la barra horizontal esté segura.
2. Al comprar o utilizar la barra horizontal, en primer lugar, debe comprender el entorno de instalación. Para diferentes entornos y distancias, elija una barra horizontal con una longitud especificada aplicable. Es posible que se necesiten los accesorios adecuados para equipar la superficie de instalación de diferentes paredes o marcos de puertas. Antes de instalar la barra horizontal, confirme si el lugar de instalación (pared o marco de la puerta) es firme y confirme que el lugar de instalación pueda soportar la resistencia del producto o la fuerza generada durante el uso antes de la instalación. ¡Está estrictamente prohibido instalarla en los lugares inestables (incluidas, entre otras, superficies como paredes frágiles, marcos de puertas huecos o paredes de azulejos)!
3. Antes de comprar y utilizar la barra horizontal, confirme si la distancia del lugar y el peso de la suspensión (como el peso del usuario) exceden el rango de carga segura de la barra horizontal. Consulte la tabla de referencia de distancia/capacidad de carga en este manual para obtener más detalles.
4. Está prohibido desmontar cualquier tornillo o pieza de la barra horizontal instalada durante el uso, de lo contrario, pueden ocurrir accidentes desconocidos o riesgos de seguridad causados por problemas de montaje.
5. Está prohibido utilizar este producto como barra horizontal de carga para colgarse al revés.
6. Si el producto se instala en un lugar fijo durante largo plazo, verifique el estado de instalación de la barra horizontal cada semana con el fin de evitar accidentes o riesgos de seguridad causados por el medio ambiente u otras razones.
7. Está prohibido realizar acciones peligrosas en la barra horizontal para puerta.

Declaración solemne

1. El fabricante y los distribuidores de barras horizontales sólo son responsables de la rotura de la barra horizontal si la barra horizontal está instalada adecuadamente y cargada razonablemente.
2. El fabricante o los distribuidores de barras horizontales no asume ninguna responsabilidad por accidentes causados por una instalación incorrecta o el uso de carga irrazonable de la barra horizontal u otras razones del usuario.
3. Para utilizar este producto, los consumidores deben instalarlo ellos mismos. Lea cuidadosamente todas las instrucciones, instale y utilice este producto de manera correcta para garantizar la seguridad.

Türrahmen Horizontal Gebrauchsanweisung für die Reckstange



- ☒ Rutschfest
- ☒ Lockerungsschutz
- ☒ Automatische Verriegelung

WICHTIG - BITTE HEBEN SIE DIESE ANLEITUNG FÜR
EINE SPÄTERE BEZUGNAHME AUF: SORGFÄLTIG DURCHLESEN

Reckstange Montageabstand / Hinweis

Reckstange Tragfähiger Einbau	72-92	92-124	110-138	130-175
73cm	200kg	/	/	/
75cm	200kg	/	/	/
80cm	150kg	/	/	/
85cm	120kg	/	/	/
90cm	100kg	200kg	/	/
95cm	75kg	200kg	/	/
100cm	10kg	200kg	/	/
105cm	/	180kg	/	/
110cm	/	150kg	200kg	/
115cm	/	120kg	200kg	/
120cm	/	100kg	200kg	/
125cm	/	75kg	180kg	/
130cm	/	10kg	150kg	200kg
135cm	/	/	120kg	200kg
140cm	/	/	75kg	180kg
145cm	/	/	10kg	180kg
150cm	/	/	0kg	150kg
160cm	/	/	/	120kg
175cm	/	/	/	100kg

Die Daten in dieser Tabelle sind als Referenzdaten für den Installationsabstand und die entsprechende Tragfähigkeit der Reckstange verschiedener Spezifikationen unter normalen Umgebungsbedingungen zu verstehen, die vom Benutzer zu erfragen sind, wobei der Benutzer die Reckstange nicht über die Grenzwerte hinaus verwenden darf.

Liste des Produktzubehörs

1. Reckstange × 1
2. Gepolsterter Handgriff × 2
3. Verriegelung × 2
4. Kleiner „7-förmiger“ Schraubenschlüssel × 1
5. Gebrauchsanweisung (inkl. Prüfzertifikat) × 1

Montageanweisungen

Öffnen des Schlosses



Öffnen des Schlosses



1. Vorläufige Einstellung der Länge der Reckstange

Messen Sie vor der Installation den Abstand der Installationsposition (und stellen Sie sicher, dass die gekaufte Reckstange den Sicherheitsabstand für das zu installierende Teil einhält), legen Sie die Reckstange auf einen ebenen Boden oder Tisch und halten Sie dann die mittlere Stange (in der gestrichelten Linie) gedrückt, folgen Sie dem „wichtigen Hinweis“, der an der mittleren Stange angebracht ist, drehen Sie die mittlere Stange in die Ausziehrichtung (drehen Sie, ohne die Ausziehstangen auf beiden Seiten mitzudrehen), lassen Sie die Reckstange etwas kürzer als das zu montierende Format ausfahren.

2. Platzieren Sie die Reckstange zunächst zwischen der Wand oder dem Tür-rahmen.

Platzieren Sie die Reckstange zwischen der zu installierenden Wand oder dem Türrahmen und verlängern Sie die Reckstange auf das gleiche Format wie die Installationsposition, so dass sie im Wesentlichen in der Installationsposition stecken bleibt. Hinweis: Aus Sicherheitsgründen muss die Reckstange in horizontaler Position montiert werden, da sonst die Gefahr besteht, dass sie herunterfällt.

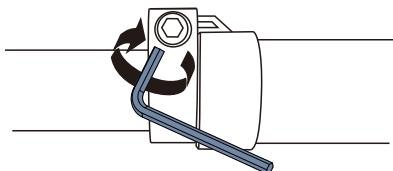
3. Befestigen der Reckstange

Nachdem Sie die Reckstange justiert haben, halten Sie die Mittelstange mit beiden Händen fest und drehen Sie die Mittelstange in Richtung der Verlängerung der Reckstange, bis sie sich nicht mehr bewegen lässt. Hinweis: Bitte kräftig drehen.

4. Verriegeln

A: Richten Sie die kleine Schnalle des Schlosses auf die Rille der mittleren Stange aus.

B: Ziehen Sie das Schloss mit dem kleinen „7-förmiger“ Schraubenschlüssel von der Seite her fest.



5. Einstellen des Abstands zwischen den rutschfesten Griffen

Je nachdem, wie weit Sie Ihre Arme beim Training ausstrecken möchten, stellen Sie die Anti-Rutsch-Griffe auf den entsprechenden Abstand an der Mittelstange ein.

Damit ist die Installation abgeschlossen.

Vorsichtsmaßnahmen

1. Wenn Sie dieses Produkt benutzen, muss es von einem Erwachsenen installiert und vor der Benutzung sorgfältig überprüft werden, um die Sicherheit zu gewährleisten. Die Benutzung dieses Produktes durch Minderjährige, Senioren oder nicht volljährige Personen darf nur in Anwesenheit einer Aufsichtsperson erfolgen. Die Aufsichtsperson muss vor der Benutzung überprüfen, ob die Reckstange sicher ist.
2. Vor dem Kauf oder der Verwendung der Reckstange müssen Sie sich über die Installationsumgebung im Klaren sein. Für unterschiedliche Umgebungen und Entfernungen wählen Sie bitte die Reckstange, für die die angegebene Länge gilt. Für die Montage an verschiedenen Wänden oder Türrahmen kann es erforderlich sein, das entsprechende Zubehör zu verwenden. Stellen Sie vor der Montage der Reckstange sicher, dass die Montageposition (Wand oder Türrahmen) stabil ist und dass die Montageposition der Dicke des Produkts oder den Kräften, die während der Benutzung auftreten, standhält. Instabile Montageorte (einschließlich, aber nicht beschränkt auf Oberflächen wie brüchige Wände, hohle Türrahmen oder geflieste Wände) sind strengstens verboten!
3. Bitte prüfen Sie vor dem Kauf und der Nutzung der Reckstange, ob der Abstand der Position und das Gewicht der Aufhängung (z.B. das Gewicht des Benutzers) den sicheren Tragbereich der Reckstange überschreiten. Einzelheiten sind der Abstands-/Lasttabelle in dieser Bedienungsanleitung zu entnehmen.
4. Es ist verboten, Schrauben oder Komponenten der installierten Reckstange zu demontieren, da dies mit hoher Wahrscheinlichkeit zu unbekannten Unfällen oder Sicherheitsrisiken aufgrund von Installationsproblemen führen kann.
5. Es ist verboten, dieses Produkt als tragende Reckstange zum Aufhängen über Kopf zu verwenden.
6. Wenn das Produkt über einen längeren Zeitraum fest installiert ist, überprüfen Sie bitte wöchentlich die Installation der Horizontalstange, um Unfälle oder Sicherheitsrisiken durch Umwelteinflüsse oder andere Gründe zu vermeiden.
7. Es ist verboten, gefährliche Handlungen an der Reckstange der Tür vorzunehmen.

Ehrenwörtliche Erklärung

1. Die Hersteller und Vertreiber von Reckstangen sind nur dann für einen Bruch der Reckstange verantwortlich, wenn die Reckstange ordnungsgemäß installiert und entsprechend belastet wurde.
2. Die Hersteller und Vertreiber der Reckstangen sind nicht verantwortlich für Unfälle, die durch unsachgemäßen Einbau oder unsachgemäße Belastung der Reckstangen oder aus anderen Gründen des Benutzers verursacht werden.
3. Die Benutzung dieses Produkts erfordert die Montage durch die Benutzer. Bitte lesen Sie diese Anleitung sorgfältig durch, installieren Sie das Produkt und verwenden Sie es richtig, um die Sicherheit zu gewährleisten.

Manuale di istruzioni Barra orizzontale per trazioni per porta



- ☒ Antiscivolo
- ☒ Anti-allentamento
- ☒ Blocco automatico

IMPORTANTE - CONSERVARE QUESTE INFORMAZIONI
PER CONSULTARLE IN SEGUITO: LEGGERE ATTENTAMENTE

ISTRUZIONI DI ASSEMBLAGGIO

Distanza/riferimento di installazione della barra orizzontale

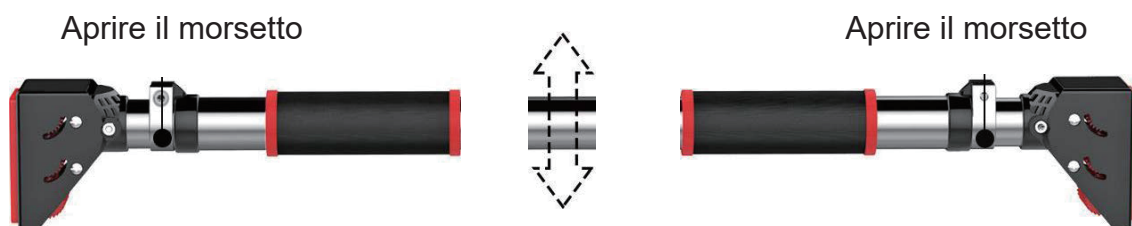
Barra orizzontale Capacita' di carico Installazione	72-92	92-124	110-138	130-175
73cm	200kg	/	/	/
75cm	200kg	/	/	/
80cm	150kg	/	/	/
85cm	120kg	/	/	/
90cm	100kg	200kg	/	/
95cm	75kg	200kg	/	/
100cm	10kg	200kg	/	/
105cm	/	180kg	/	/
110cm	/	150kg	200kg	/
115cm	/	120kg	200kg	/
120cm	/	100kg	200kg	/
125cm	/	75kg	180kg	/
130cm	/	10kg	150kg	200kg
135cm	/	/	120kg	200kg
140cm	/	/	75kg	180kg
145cm	/	/	10kg	180kg
150cm	/	/	0kg	150kg
160cm	/	/	/	120kg
175cm	/	/	/	100kg

I dati forniti nella tabella sono: i dati di riferimento della distanza di installazione e la corrispondente capacità di carico della barra orizzontale di diverse lunghezze in normali condizioni ambientali, affinché l'utente possa informarsi, non consentendo l'uso della barra orizzontale oltre il limite di capacità di carico.

Lista accessori

1. Barra orizzontale×1
2. Impugnatura imbottita ×2
3. Morsetto ×2
- 4 Chiave piccola a forma di 7 ×1
5. Manuale d'uso (includere il certificato di approvazione)×1

Istruzioni di installazione



1. Regolare in via preventiva la lunghezza della barra orizzontale

Misurare la distanza della posizione di installazione prima di procedere all'installazione (e assicurarsi che la barra orizzontale acquistata soddisfi la distanza di sicurezza in cui andrà installata), posizionare la barra orizzontale su un pavimento piano o sul tavolo, quindi afferrare il tubo centrale (la parte con linea tratteggiata), seguire le "indicazioni importanti", ruotare il tubo centrale nella direzione dell'allungamento (ruotandolo, assicurarsi che le aste di prolunga su entrambi i lati non seguano il movimento di rotazione), accorciare leggermente la barra orizzontale rispetto alla dimensione della posizione in cui va installata.

2. Posizionare la barra orizzontale tra il muro o il telaio della porta.

Posizionare la barra orizzontale tra la parete in cui installarla o il telaio della porta ed estendere la barra orizzontale fino a raggiungere la stessa lunghezza della posizione di installazione, in modo che possa essere sostanzialmente bloccata in posizione, quindi regolare la posizione della barra orizzontale. Nota: per motivi di sicurezza, la barra orizzontale deve essere installata in posizione orizzontale, altrimenti vi è il rischio di cadere

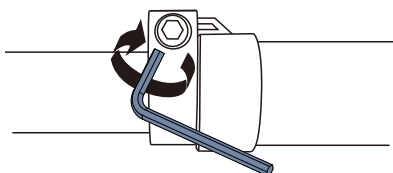
3. Fissare la barra orizzontale in posizione

Dopo aver regolato la lunghezza della barra orizzontale, afferrare il tubo centrale con entrambe le mani e continuare a ruotare il tubo centrale nella direzione dell'estensione della barra orizzontale finché non è più in grado di muoversi. Nota: ruotare con forza.

4. Stringere i morsetti

A: Puntare la piccola fibbia del morsetto verso la scanalatura del tubo centrale.

B: Utilizzare la piccola chiave "a forma di 7" per stringere il morsetto dal lato di chiusura.



5. Regolare la distanza tra le impugnature antiscivolo

Regolare le impugnature antiscivolo alla distanza appropriata sul tubo centrale, a seconda di quanto si desidera allungare le braccia durante l'esercizio.

A questo punto l'installazione è completa.

Precauzioni

1. Quando si utilizza questo prodotto, esso deve essere installato da un adulto e controllato attentamente per assicurarsi che sia sicuro prima di essere installato. L'utilizzo di questo prodotto da parte di minori, anziani o persone non autosufficienti deve avvenire in presenza di un supervisore. Prima dell'uso, spetta al supervisore verificare che la barra orizzontale sia fissata in sicurezza.
2. Quando si acquista o si utilizza la barra orizzontale, è necessario comprendere innanzitutto la situazione dell'ambiente di installazione. Per ambienti e distanze diversi, selezionare la barra orizzontale a cui è applicabile quella lunghezza specifica. Potrebbe essere necessario dotare la superficie di installazione di diverse pareti o telai di porte con gli accessori appropriati. Prima di installare la barra orizzontale, verificare che la posizione di installazione (parete o telaio della porta) sia stabile e verificare che la posizione di installazione possa resistere al peso del prodotto o alla forza generata durante l'uso prima dell'installazione. Sono severamente vietate posizioni di installazione instabili (incluse ma non limitate a superfici come pareti fragili, telai cavi di porte o pareti piastrellate)!
3. Prima di acquistare e utilizzare la barra orizzontale, verificare se la distanza della posizione di installazione e il peso del carico (il peso dell'utente) superano l'intervallo di carico sicuro della barra orizzontale. Per i dettagli, fare riferimento alla tabella di distanza/riferimento di installazione della barra orizzontale contenuta in questo manuale.
4. È vietato smontare viti o componenti della barra orizzontale durante l'uso, altrimenti è molto probabile che si verifichino incidenti o rischi per la sicurezza dovuti a problemi di assemblaggio.
5. È vietato utilizzare questo prodotto come barra orizzontale per appendersi a testa in giù.
6. Se il prodotto viene installato in una posizione fissa per lunghi periodi, controllare la barra orizzontale ogni settimana per prevenire incidenti o rischi per la sicurezza dovuti a motivi ambientali o di altro tipo.
7. È vietato compiere azioni pericolose sulla barra orizzontale.

Dichiarazione solenne

1. Il produttore e i distributori delle barre orizzontali sono responsabili esclusivamente per la rottura della barra orizzontale quando essa è installata correttamente e caricata ragionevolmente.
2. Il produttore o i distributori della barra orizzontale non sono responsabili per eventuali incidenti causati da un'installazione errata o da un irragionevole carico delle barre orizzontali o da altri motivi causati dall'utente.
3. Per utilizzare questo prodotto, gli utenti devono installarlo da soli. Si prega di leggere questo manuale di istruzioni attentamente, e di installare e utilizzare questo prodotto correttamente per garantire la vostra sicurezza.

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 HOSTALETES 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

