

Sicherheits- und Gebrauchshinweise

Produkt: Oliver Prime Pump Langhantel-Set - 16 kg

Produktverantwortlich:

Sportlädchen, Sport- und Freizeitwear Vertriebs GmbH

Toyota-Allee 45, 50858 Köln, Deutschland

info@sportlaedchen.de

Kontaktdaten gelten für die allgemeine Produktsicherheit. Wenn Sie Hilfe bei einer Bestellung oder Retoure benötigen, wenden Sie sich bitte an den Kundenservice.

Deutsch

Der Artikel entspricht dem Produktsicherheitsgesetz (ProdSG).

1. Bestimmungsgemäße Verwendung

Das Langhantel-Set ist für das Kraft- und Ausdauertraining im Fitnessstudio oder Heimbereich konzipiert. Es dient zur Durchführung von Übungen wie Kniebeugen, Kreuzheben oder Bankdrücken zur Steigerung der muskulären Fitness.

2. Sicherheitshinweise

- **Kein Kinderspielzeug:** Das Set ist ein Sportgerät und darf von Kindern nur unter Aufsicht von Erwachsenen verwendet werden. Lagern Sie die Gewichte außerhalb der Reichweite von Kindern.
- **Prüfung vor Gebrauch:** Kontrollieren Sie die Hantelstange, die Gewichtsscheiben und insbesondere die Federverschlüsse vor jeder Nutzung auf festen Sitz und Beschädigungen.
- **Was kann passieren:** Unsachgemäß gesicherte Gewichte können von der Stange rutschen und schwere Verletzungen oder Sachschäden verursachen. Bei Überlastung oder falscher Technik besteht Verletzungsgefahr für Gelenke und Wirbelsäule.
- **Maximale Belastung:** Überschreiten Sie nicht die für die Stange angegebene Maximallast. Achten Sie auf eine gleichmäßige Gewichtsverteilung auf beiden Seiten.

3. Pflege und Lagerung

- **Reinigen:** Wischen Sie die Stange (besonders die Griffflächen) und die Scheiben nach dem Training mit einem leicht feuchten Tuch ab, um Schweißrückstände zu entfernen. Keine aggressiven Reiniger verwenden.
- **Lagern:** Lagern Sie das Set trocken und standsicher. Die Gewichtsscheiben sollten vorzugsweise liegend oder in einem entsprechenden Rack gelagert werden, um ein Wegrollen zu verhindern.

4. Entsorgung

Der Artikel kann über lokale Wertstoffhöfe (Metallrecycling für die Stange/Verschlüsse, entsprechende Entsorgung für die Kunststoff-/Gummibeschichtung der Scheiben) entsorgt werden.

English

This item complies with the Product Safety Act (ProdSG).

1. Intended Use

The barbell set is designed for strength and endurance training in gym or home settings. It is used to perform exercises such as squats, deadlifts, or bench presses to increase muscular fitness.

2. Safety Information

- **Not a toy:** The set is sports equipment and should only be used by children under adult supervision. Store weights out of reach of children.
- **Check before use:** Inspect the barbell, weight plates, and especially the spring collars for a secure fit and damage before each use.
- **What can happen:** Improperly secured weights can slide off the bar and cause serious injury or property damage. Overloading or incorrect technique poses a risk of injury to joints and the spine.
- **Maximum load:** Do not exceed the maximum load specified for the bar. Ensure an even weight distribution on both sides.

3. Maintenance and Storage

- **Cleaning:** Wipe the bar (especially the grip areas) and plates with a slightly damp cloth after training to remove sweat residue. Do not use aggressive cleaners.
- **Storage:** Store the set in a dry and stable manner. Weight plates should preferably be stored flat or in a suitable rack to prevent them from rolling away.

4. Disposal

The item can be disposed of at local recycling centers (metal recycling for the bar/collars, appropriate disposal for the plastic/rubber coating of the plates).

Français

Cet article est conforme à la loi sur la sécurité des produits (ProdSG).

1. Utilisation conforme

L'ensemble d'haltères longs est conçu pour l'entraînement de force et d'endurance en salle de sport ou à domicile. Il est utilisé pour effectuer des exercices tels que les squats, le soulevé de terre ou le développé couché afin d'améliorer la condition physique musculaire.

2. Consignes de sécurité

- **Ceci n'est pas un jouet** : L'ensemble est un équipement sportif et ne doit être utilisé par des enfants que sous la surveillance d'un adulte. Rangez les poids hors de portée des enfants.
- **Vérification avant utilisation** : Contrôlez la barre, les disques de poids et particulièrement les bagues de serrage avant chaque utilisation pour vous assurer de leur bonne fixation et de l'absence de dommages.
- **Ce qui peut arriver** : Des poids mal fixés peuvent glisser de la barre et causer des blessures graves ou des dommages matériels. En cas de surcharge ou de mauvaise technique, il existe un risque de blessure pour les articulations et la colonne vertébrale.
- **Charge maximale** : Ne dépassez pas la charge maximale spécifiée pour la barre. Veillez à une répartition égale du poids des deux côtés.

3. Entretien et stockage

- **Nettoyage** : Essuyez la barre (surtout les zones de préhension) et les disques avec un chiffon légèrement humide après l'entraînement pour éliminer les résidus de sueur. Ne pas utiliser de nettoyeurs agressifs.
- **Stockage** : Conservez l'ensemble dans un endroit sec et stable. Les disques de poids doivent de préférence être rangés à plat ou dans un rack approprié pour éviter qu'ils ne roulent.

4. Élimination

L'article peut être éliminé dans les centres de recyclage locaux (recyclage des métaux pour la barre/bagues, élimination appropriée pour le revêtement en plastique/caoutchouc des disques).