

Sicherheits- und Gebrauchshinweise

Produkt: Oliver Lateral Resistor (stark)

Produktverantwortlich:

Sportlädchen, Sport- und Freizeitwear Vertriebs GmbH, Toyota-Allee 45, 50858 Köln, Deutschland - info@sportlaedchen.de

Kontakt Daten 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

Der Oliver Lateral Resistor ist ein Trainingsgerät zur Kräftigung der Bein-, Hüft- und Gesäßmuskulatur. Er besteht aus zwei gepolsterten Fußmanschetten, die durch einen ummantelten Widerstandsschlauch (Tube) verbunden sind. Das Gerät ist für das funktionelle Training von Seitwärtsbewegungen und Stabilisationsübungen konzipiert.

2. Sicherheitshinweise

- **Kein Kinderspielzeug:** Der Lateral Resistor ist ein Sportgerät und darf von Kindern nur unter Aufsicht von Erwachsenen verwendet werden. Bewahren Sie das Gerät für Kinder unzugänglich auf.
- **Schutz durch Ummantelung:** Die schützende Ummantelung des Tubes minimiert das Verletzungsrisiko im Falle eines Defekts des Innenschlauchs und verhindert konstruktionsbedingt ein Überdehnen über die Belastungsgrenze hinaus.
- **Prüfung vor Gebrauch:** Da der Innenschlauch durch die Ummantelung verdeckt ist, kontrollieren Sie die äußere Hülle sowie die Verbindungspunkte an den Manschetten vor jeder Nutzung auf Risse, Scheuerstellen oder mechanische Beschädigungen.
- **Manschettenbefestigung:** Achten Sie auf einen festen, aber bequemen Sitz der Manschetten an den Knöcheln. Ein zu festes Anlegen kann die Durchblutung einschränken; ein zu lockeres Verrutschen kann zu Stolpergefahr führen.
- **Was kann passieren:** Trotz der Schutzhülle ist bei Übungen gegen den Widerstand auf ausreichend Platz im Trainingsbereich zu achten, um Kollisionen oder Stürze zu vermeiden.

3. Pflege und Lagerung

- **Reinigen:** Die Manschetten und die Ummantelung des Tubes mit einem feuchten Tuch abwischen. Keine aggressiven Reiniger oder alkoholhaltigen Mittel verwenden.
- **Lagern:** Trocken und kühl lagern. Vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung (UV-Licht) und die Nähe zu Heizkörpern, um das Material des Innenschlauchs und der Hülle zu schonen.

4. Entsorgung

Der Artikel kann über den Hausmüll oder lokale Wertstoffhöfe (Restmüll) entsorgt werden.

English

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

1. Intended Use

The Oliver Lateral Resistor is a training device for strengthening leg, hip, and gluteal muscles. It consists of two padded ankle cuffs connected by a covered resistance tube. The device is designed for functional training of lateral movements and stabilization exercises.

2. Safety Information

- **Not a toy:** The Lateral Resistor is sports equipment and should only be used by children under adult supervision. Keep the device out of reach of children.
- **Protection by Sleeve:** The protective sleeve of the tube minimizes the risk of injury in the event of a failure of the inner tube and prevents overstretching beyond the load limit by design.
- **Check before use:** Since the inner tube is covered by the sleeve, inspect the outer casing and the connection points at the cuffs for tears, chafing, or mechanical damage before each use.
- **Cuff Attachment:** Ensure a firm but comfortable fit of the cuffs on the ankles. Over-tightening can restrict blood circulation; a loose fit can cause slipping and a tripping hazard.
- **What can happen:** Despite the protective sleeve, ensure sufficient space in the training area to avoid collisions or falls while training against resistance.

3. Maintenance and Storage

- **Cleaning:** Wipe the cuffs and the tube sleeve with a damp cloth. Do not use aggressive cleaners or alcohol-based agents.
- **Storage:** Store in a dry, cool place. Avoid direct sunlight (UV light) and proximity to radiators to protect the material of the inner tube and the casing.

4. Disposal

The item can be disposed of with household waste or at local recycling centers (general waste).

Français

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

1. Utilisation conforme

Le Lateral Resistor Oliver est un appareil d'entraînement destiné à renforcer les muscles des jambes, des hanches et des fessiers. Il se compose de deux bracelets de cheville rembourrés reliés par un tube de résistance gainé. L'appareil est conçu pour l'entraînement fonctionnel des mouvements latéraux et les exercices de stabilisation.

2. Consignes de sécurité

- **Ceci n'est pas un jouet** : Le Lateral Resistor est un équipement sportif et ne doit être utilisé par des enfants que sous la surveillance d'un adulte. Conservez l'appareil hors de portée des enfants.
- **Protection par gaine** : La gaine de protection du tube minimise le risque de blessure en cas de défaillance du tube interne et empêche, par sa conception, un étirement excessif au-delà de la limite de charge.
- **Vérification avant utilisation** : Le tube interne étant masqué par la gaine, contrôlez l'enveloppe extérieure ainsi que les points de fixation aux bracelets avant chaque utilisation pour détecter des déchirures, des frottements ou des dommages mécaniques.
- **Fixation des bracelets** : Veillez à ce que les bracelets soient fixés fermement mais confortablement aux chevilles. Un serrage trop important peut entraver la circulation sanguine ; un ajustement trop lâche peut entraîner un glissement et un risque de chute.
- **Ce qui peut arriver** : Malgré la gaine de protection, veillez à ce que l'espace d'entraînement soit suffisant pour éviter les collisions ou les chutes lors de l'entraînement contre la résistance.

3. Entretien et stockage

- **Nettoyage** : Essuyer les bracelets et la gaine du tube avec un chiffon humide. Ne pas utiliser de nettoyeurs agressifs ou d'agents à base d'alcool.
- **Stockage** : Conserver dans un endroit sec et frais. Évitez la lumière directe du soleil (UV) et la proximité de radiateurs pour préserver le matériau du tube interne et de la gaine.

4. Élimination

L'article peut être éliminé avec les ordures ménagères ou dans les centres de recyclage locaux (déchets résiduels).