

BENUTZERHANDBUCH - ANLEITUNG

Ablauf: MU-66fcf494f349d3cc281f500e
v1.0

Stärkt gezielt Finger, Hände und Arme.



Komplettpaket Power
Hands WL-57

EINFÜHRUNG

Bitte lesen Sie diese Anweisungen vollständig und sorgfältig durch, bevor Sie mit dem Gerät arbeiten, damit Sie wissen, wie Sie es richtig verwenden. Die Informationen werden nur zu Referenzzwecken bereitgestellt. Aufgrund von Updates kann es zu Abweichungen kommen. Die gezeigten Bilder dienen der Veranschaulichung. Produktdesign und -betrieb können ohne Vorankündigung variieren.

PACKUNGSGEHALT



Stärkt gezielt Finger, Hände und Arme.

SICHERHEIT UND WARNHINWEISE

⚠ Befolgen Sie diese Vorsichtsmaßnahmen und Warnungen, um eine sichere Verwendung dieses Produkts zu gewährleisten. Bei unsachgemäßer Verwendung des Rucksacks kann es zu Verletzungen an Händen und Armen kommen. Es wird empfohlen, den maximalen Widerstand nicht zu überschreiten und Übungen zu vermeiden, die Schmerzen oder Unbehagen verursachen. Bewahren Sie das Produkt außerhalb der Reichweite von Kindern auf und verwenden Sie es stets unter Aufsicht. Dieses Produkt ist KEIN SPIELZEUG. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

GEBRAUCHSANWEISUNG

Produktverwendung: Für ein besseres Benutzererlebnis befolgen Sie bitte sorgfältig die folgenden Anweisungen und unsere Empfehlungen. Daher, sorgt für eine ordnungsgemäße Verwendung und bessere Pflege.

Verwendung eines Griffverstärkers.



Stellen Sie den Widerstand durch Drehen des Rades auf die gewünschte Stufe ein (bis zu 60 kg). Halten Sie den Krafttrainer mit einer Hand und achten Sie darauf, dass Ihre Finger sicher auf den ergonomischen Griffen liegen. Führen Sie Druckübungen durch, halten Sie den Druck 3–5 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie diese Übung 10 bis 15 Mal pro Hand und passen Sie den Widerstand nach Bedarf für ein progressives Training an.

Einsatz der Fingerstrecke.



Legen Sie den Extender auf Ihre Finger und achten Sie darauf, dass jedes Band sicher befestigt ist. Wählen Sie die entsprechende Widerstandsstufe (aus den 3 verfügbaren) und spreizen Sie Ihre Finger gegen den Widerstand. Halten Sie die Position 3–5 Sekunden lang. Kehren Sie in die Ausgangsposition zurück und wiederholen Sie die Übung 10 bis 15 Mal pro Hand. Führen Sie vor dem Training oder als Teil der Rehabilitation Aufwärmübungen durch und passen Sie den Widerstand nach Bedarf für ein effektives Training an.

WARTUNG UND PFLEGE

An einem trockenen Ort bei Raumtemperatur und vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt lagern. Vermeiden Sie die Einwirkung extremer Bedingungen. Befolgen Sie zur ordnungsgemäßen Verwendung und Pflege immer die spezifischen Anweisungen des Herstellers. Entsorgen Sie dieses Produkt am Ende seiner Nutzungsdauer verantwortungsbewusst gemäß den örtlichen Vorschriften. Durch Befolgen dieser Empfehlungen können Sie die Qualität und Leistung Ihres Produkts länger aufrechterhalten. Wenn das Produkt von Minderjährigen gehandhabt wird, lassen Sie es bitte von einem verantwortlichen Erwachsenen beaufsichtigen, um eine Gefährdung der Person zu vermeiden.

SPEZIFIKATIONEN

Allgemeiner Name: Komplettes Extender-Paket
Marke: Power Hands Modell: WL-57

Materialien, aus denen das Produkt besteht:

Kunststoff Silikon Metalle Verwendung: Ausschließlich im Innenbereich Abmessungen: 30 cm x 25 cm x 10 cm Gewicht: 300 g

PRODUKTKENNZEICHNU



VERPACKUNGSMARKER



Entspricht den EU-Richtlinien und -
Verordnungen:
REACH-Richtlinien (EG) 1907/2006, Verordnung (EU)
2023/988 Standards
EN 913:2018

 Power Hands www.powerhands.es fbamarketplace.apc@gmail.com		Power Hands - 72182006W URB La Mina 113, Erdgeschoss links, Arce, 39478, Spanien	
---	---	---	---