

MANUEL D'UTILISATION - INSTRUCTIONS

Exp : MU-66fcf494f349d3cc281f500e v1.0

Renforce les doigts, les mains et les bras de manière spécifique.



Pack complet d'extenseurs
Power Hands WL-57

INTRODUCTION

Veuillez lire attentivement et intégralement ces instructions avant d'effectuer toute opération avec l'équipement, afin de savoir comment l'utiliser correctement. Les informations sont présentées à titre indicatif uniquement ; En raison des mises à jour, il peut y avoir des différences. Les images présentées sont illustratives. La conception et le fonctionnement du produit peuvent varier sans préavis.

CONTENU DE LA BOÎTE



Renforce les doigts, les mains et les bras de manière spécifique.

SÉCURITÉ ET AVERTISSEMENTS

⚠ Pour garantir une utilisation sûre de ce produit, suivez ces précautions et avertissements. Une mauvaise utilisation du pack peut provoquer des blessures aux mains et aux bras. Il est recommandé de ne pas dépasser la résistance maximale et d'éviter les exercices qui provoquent de la douleur ou de l'inconfort. Gardez le produit hors de portée des enfants et utilisez-le toujours sous surveillance. Ce produit n'est PAS UN JOUET, tenir hors de portée des enfants.

MODE D'EMPLOI

Utilisation du produit Pour une meilleure expérience utilisateur, veuillez suivre attentivement les instructions ci-dessous et nos recommandations.

Ainsi, assurera une utilisation appropriée et un meilleur entretien.

Utilisation d'un renforceur de préhension.



Réglez la résistance en tournant la molette jusqu'au niveau souhaité (jusqu'à 60 kg). Tenez le renforcement d'une main, en vous assurant que vos doigts sont bien positionnés sur les poignées ergonomiques. Effectuez des exercices de compression en maintenant la pression pendant 3 à 5 secondes, puis relâchez. Répétez cet exercice 10 à 15 fois par main, en ajustant la résistance selon les besoins pour un entraînement progressif.

Utilisation des extenseurs des doigts.



Placez l'extenseur sur vos doigts, en vous assurant que chaque bande est solidement fixée. Sélectionnez le niveau de résistance approprié (parmi les 3 disponibles) et écartez vos doigts contre la résistance, en maintenant la position pendant 3 à 5 secondes. Revenez à la position de départ et répétez 10 à 15 fois par main. Effectuez des exercices d'échauffement avant l'entraînement ou dans le cadre de la rééducation, en ajustant la résistance selon les besoins pour un entraînement efficace.

ENTRETIEN ET SOINS

Conserver dans un endroit sec à température ambiante, à l'abri de la lumière directe du soleil. Évitez l'exposition à des conditions extrêmes. Suivez toujours les instructions spécifiques du fabricant pour une utilisation et un entretien appropriés. Éliminez ce produit de manière responsable, conformément aux réglementations locales, à la fin de sa durée de vie utile. Suivre ces recommandations permet de maintenir la qualité et les performances de votre produit plus longtemps. Si le produit est manipulé par un mineur, veuillez demander à un adulte responsable de le surveiller afin d'éviter tout dommage à la personne.

CARACTÉRISTIQUES

Nom général : Pack d'extension complet
Marque : Power Hands Modèle : WL-57

Matériaux qui composent le produit :

Plastique Silicone Métaux Utilisation : Usage intérieur exclusif Dimensions : 30 cm x 25 cm x 10 cm Poids : 300 gr

MARQUAGE DES PRODUITS



MARQUEUR D'EMBALLAGE



Répond aux directives et réglementations de l'UE :

Directives REACH (CE) 1907/2006, Règlement (UE) 2023/988 Normes
EN 913:2018

 Mains puissantes www.powerhands.es fbamarketplace.apc@gmail.com		Power Hands - 72182006W URB La Mina 113, rez-de-chaussée, gauche, Arce, 39478, Espagne	
---	---	--	---