

EN - USER INSTRUCTIONS

Customer Service:
For any inquiries or assistance, please contact us using the following details:
Website: www.fitpaddy.com
Email: customercare@fitpaddy.com
Manufacturer Address:
FITPADDY Srl
Via dell'Artigianato 17
20835 - Muggiò (MB)
Italy
Scope of Application:
The Yoga Stretch Strap is designed for use in various Yoga, Pilates, and fitness exercises.
Safety Guidelines:
• Always ensure proper posture and technique when using the Yoga Stretch Strap to avoid injury.
• Keep the Yoga Stretch Strap away from children and ensure it is safely stored when not in use.
Types of Exercise and Biomechanical Positioning:
• Stretching exercises to increase flexibility in muscles and joints.
• Pilates exercises to improve core strength and stability.
• Fitness exercises to enhance muscle tone and endurance.
Adjustment Accessories Warning:
Ensure that the loops of the Yoga Stretch Strap are properly secured before use to prevent accidents.
Free-Standing Equipment Warning:
When using the Yoga Stretch Strap, ensure it is attached to a stable anchoring point to prevent slipping during use.
Care and Maintenance:
• Regularly inspect the Yoga Stretch Strap for any signs of damage or wear.
• Clean the Yoga Stretch Strap with a damp cloth after each use to keep it in good condition.
Product Specifications:
• Maximum user body mass: Not applicable
• Maximum training mass: Not applicable
• Total mass: 145 g
• Dimensions: 180 cm x 2,5 cm

IT - ISTRUZIONI PER L’USO

Servizio clienti:
Per qualsiasi domanda o assistenza, contattateci ai seguenti recapiti:
Sito web: www.fitpaddy.com
Email: customercare@fitpaddy.com
Indirizzo del produttore:
FITPADDY Srl
Via dell'Artigianato 17
20835 - Muggiò (MB)
Italia
Campo di applicazione:
Lo Yoga Stretch Strap è progettato per l'uso in vari esercizi di Yoga, Pilates e fitness.
Linee guida sulla sicurezza:
• Assicurarsi sempre di mantenere la corretta postura e tecnica quando si utilizza lo Yoga Stretch Strap per evitare lesioni.
• Tenere lo Yoga Stretch Strap lontano dai bambini e assicurarsi che sia conservato in modo sicuro quando non è in uso.
Tipi di esercizio e posizionamento biomeccanico:
• Esercizi di stretching per aumentare la flessibilità nei muscoli e nelle articolazioni.
• Esercizi Pilates per migliorare la forza e la stabilità del core.
• Esercizi di fitness per potenziare il tono muscolare e la resistenza.
Avvertenza sugli accessori di regolazione:
Assicurarsi che le asole dello Yoga Stretch Strap siano correttamente fissate prima dell'uso per evitare incidenti.
Avvertenza per l'attrezzatura autoportante:
Quando si utilizza lo Yoga Stretch Strap, assicurarsi che sia attaccato a un punto di ancoraggio stabile per evitare sconvolgimenti durante l'uso.
Cura e manutenzione:
• Ispezionare regolarmente lo Yoga Stretch Strap per individuare eventuali segni di danni o usura.
• Pulire lo Yoga Stretch Strap con un panno umido dopo ogni utilizzo per mantenerlo in buone condizioni.
Specifiche del prodotto:
• Massima massa corporea dell'utente: Non applicabile
• Massima massa di allenamento: Non applicabile
• Massa totale: 145 g
• Dimensioni: 180 cm x 2,5 cm

DE - GEBRAUCHSANWEISUNGEN

Kundendienst:
Für Fragen oder Unterstützung kontaktieren Sie uns bitte unter den folgenden Kontaktdaten:
Website: www.fitpaddy.com
E-Mail: customercare@fitpaddy.com
Herstelleradresse:
FITPADDY Srl
Via dell'Artigianato 17
20835 - Muggiò (MB)
Italien
Anwendungsbereich:
Der Yoga Stretch Strap ist für die Verwendung in verschiedenen Yoga-, Pilates- und Fitnessübungen konzipiert.
Sicherheitsrichtlinien:
• Stellen Sie immer sicher, dass Sie bei der Verwendung des Yoga Stretch Straps eine korrekte Haltung und Technik einhalten, um Verletzungen zu vermeiden.
• Halten Sie den Yoga Stretch Strap von Kindern fern und stellen Sie sicher, dass er sicher aufbewahrt wird, wenn er nicht verwendet wird.
Arten von Übungen und biomechanische Positionierung:
• Dehnübungen zur Steigerung der Flexibilität in Muskeln und Gelenken.
• Pilates-Übungen zur Verbesserung von Kernkraft und Stabilität.
• Fitnessübungen zur Verbesserung von Muskeltonus und Ausdauer.
Warnung vor Einstellzubehör:
Stellen Sie sicher, dass die Schlaufen des Yoga Stretch Straps vor der Verwendung ordnungsgemäß gesichert sind, um Unfälle zu vermeiden.
Warnung vor freistehender Ausrüstung:
Beim Verwenden des Yoga Stretch Straps stellen Sie sicher, dass er an einem stabilen Verankerungspunkt befestigt ist, um ein Verrutschen während der Verwendung zu verhindern.
Pflege und Wartung:
• Überprüfen Sie den Yoga Stretch Strap regelmäßig auf Anzeichen von Beschädigungen oder Verschleiß.
• Reinigen Sie den Yoga Stretch Strap nach jeder Verwendung mit einem feuchten Tuch, um ihn in gutem Zustand zu halten.
Produktspezifikationen:
• Maximale Benutzerkörpermasse: Nicht anwendbar
• Maximale Trainingsmasse: Nicht anwendbar
• Gesamtmasse: 145 g
• Abmessungen: 180 cm x 2,5 cm

FR - INSTRUCTIONS D'UTILISATION

Service Client:
Pour toute question ou assistance, veuillez nous contacter aux coordonnées suivantes :
Site Web : www.fitpaddy.com
E-mail : customercare@fitpaddy.com
Adresse du Fabricant :
FITPADDY Srl
Via dell'Artigianato 17
20835 - Muggiò (MB)
Italie
Domaine d'Application :
La Sangle d'Étirement Yoga est conçue pour être utilisée dans divers exercices de yoga, de pilates et de fitness.
Directives de Sécurité :
• Assurez-vous toujours d'avoir la bonne posture et la bonne technique lorsque vous utilisez la Sangle d'Étirement Yoga pour éviter les blessures.
• Gardez la Sangle d'Étirement Yoga hors de la portée des enfants et assurez-vous de la ranger en toute sécurité lorsqu'elle n'est pas utilisée.
Types d'Exercices et Positionnement Biomécanique :
• Exercices d'étirement pour augmenter la flexibilité des muscles et des articulations.
• Exercices de pilates pour améliorer la force et la stabilité du noyau.
• Exercices de fitness pour renforcer le tonus musculaire et l'endurance.
Avertissement sur les Accessoires d'Ajustement :
Assurez-vous que les boucles de la Sangle d'Étirement Yoga sont correctement fixées avant utilisation pour éviter les accidents.
Avertissement sur l'Équipement Autoportant :
Lors de l'utilisation de la Sangle d'Étirement Yoga, assurez-vous qu'elle est attachée à un point d'ancrage stable pour éviter les glissements pendant l'utilisation.
Entretien et Maintenance :
• Inspectez régulièrement la Sangle d'Étirement Yoga pour détecter tout signe de dommage ou d'usure.
• Nettoyez la Sangle d'Étirement Yoga avec un chiffon humide après chaque utilisation pour la maintenir en bon état.
Spécifications du Produit :
• Masse corporelle maximale de l'utilisateur : Non applicable
• Masse d'entraînement maximale : Non applicable
• Masse totale : 145 g
• Dimensions : 180 cm x 2,5 cm

ES - INSTRUCCIONES DE USO

Servicio al Cliente:
Para cualquier pregunta o asistencia, por favor contáctenos utilizando la siguiente información:
Sitio Web: www.fitpaddy.com
Correo Electrónico: customercare@fitpaddy.com
Dirección del Fabricante:
FITPADDY Srl
Via dell'Artigianato 17
20835 - Muggiò (MB)
Italia
Ámbito de Aplicación:
La Correa de Estiramiento Yoga está diseñada para ser utilizada en varios ejercicios de yoga, pilates y fitness.
Directrices de Seguridad:
• Siempre asegúrese de mantener la postura y la técnica adecuadas al usar la Correa de Estiramiento Yoga para evitar lesiones.
• Mantenga la Correa de Estiramiento Yoga fuera del alcance de los niños y asegúrese de guardarla de forma segura cuando no esté en uso.
Tipos de Ejercicios y Posicionamiento Biomecánico:
• Ejercicios de estiramiento para aumentar la flexibilidad en los músculos y las articulaciones.
• Ejercicios de pilates para mejorar la fuerza y la estabilidad del núcleo.
• Ejercicios de fitness para mejorar el tono muscular y la resistencia.
Advertencia sobre Accesorios de Ajuste:
Asegúrese de que los bucles de la Correa de Estiramiento Yoga estén correctamente asegurados antes de usarla para evitar accidentes.
Advertencia sobre Equipo Autosportado:
Cuando use la Correa de Estiramiento Yoga, asegúrese de que esté sujeta a un punto de anclaje estable para evitar resbalones durante el uso.
Cuidado y Mantenimiento:
• Inspeccione regularmente la Correa de Estiramiento Yoga en busca de signos de daño o desgaste.
• Limpie la Correa de Estiramiento Yoga con un paño húmedo después de cada uso para mantenerla en buen estado.
Especificaciones del Producto:
• Masa corporal máxima del usuario: No aplicable
• Masa máxima de entrenamiento: No aplicable
• Masa total: 145 g
• Dimensiones: 180 cm x 2,5 cm

NL - GEBRUIKSIINSTRUCTIES

Klantenservice:
Voor vragen of assistentie kunt u contact met ons opnemen via de volgende gegevens:
Website: www.fitpaddy.com
E-mail: customercare@fitpaddy.com
Fabrikantadres:
FITPADDY Srl
Via dell'Artigianato 17
20835 - Muggiò (MB)
Italië
Toepassingsgebied:
De Yoga Stretch Strap is ontworpen voor gebruik in verschillende yoga-, pilates- en fitnessoefeningen.
Veiligheidsrichtlijnen:
• Zorg altijd voor een juiste houding en techniek bij het gebruik van de Yoga Stretch Strap om blessures te voorkomen.
• Houd de Yoga Stretch Strap buiten het bereik van kinderen en zorg ervoor dat deze veilig wordt opgeborgen wanneer deze niet in gebruik is.
Soorten Oefeningen en Biomechanische Positionering:
• Rek oefeningen om de flexibiliteit in spieren en gewrichten te vergroten.
• Pilatesoefeningen om de kernkracht en stabiliteit te verbeteren.
• Fitnessoefeningen om de spiertonus en het uithoudingsvermogen te verbeteren.
Waarschuwing voor Verstelbare Accessoires:
Zorg ervoor dat de lussen van de Yoga Stretch Strap voor gebruik goed zijn vastgezet om ongelukken te voorkomen.
Waarschuwing voor Zelfstandige Apparatuur:
Bij gebruik van de Yoga Stretch Strap, zorg ervoor dat deze is bevestigd aan een stabiel verankeringspunt om wegglijden tijdens gebruik te voorkomen.
Onderhoud en Reiniging:
• Controleer de Yoga Stretch Strap regelmatig op tekenen van schade of slijtage.
• Reinig de Yoga Stretch Strap met een vochtige doek na elk gebruik om deze in goede staat te houden.
Productspecificaties:
• Maximale lichaamsmassa van de gebruiker: Niet van toepassing
• Maximale trainingsmasse: Niet van toepassing
• Totale massa: 145 g
• Afmetingen: 180 cm x 2,5 cm

GR - ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

Εξυπηρέτηση Πελατών:
Για οποιαδήποτε ερωτήσεις ή υποστήριξη, παρακαλούμε επικοινωνήστε μαζί μας χρησιμοποιώντας τα παρακάτω στοιχεία:
Ιστότοπος: www.fitpaddy.com
Ηλεκτρονικό Ταχυδρομείο: customercare@fitpaddy.com
Διεύθυνση Κατασκευαστή:
FITPADDY Srl
Οδός dell'Artigianato 17
20835 - Muggiò (MB)
Ιταλία
Πεδίο Εφαρμογής:
Η Σύρματα Εκτέλεσης Yoga σχεδιάστηκε για χρήση σε διάφορες ασκήσεις γιόγκα, πλάτες και φιτνες.
Οδηγίες Ασφαλείας:
• Βεβαιωθείτε πάντα ότι διατηρείτε τη σωστή στάση και την τεχνική όταν χρησιμοποιείτε το Σύρμα Εκτέλεσης Yoga για να αποφύγετε τραυματισμούς.
• Κρατήστε το Σύρμα Εκτέλεσης Yoga μακριά από παιδιά και βεβαιωθείτε ότι αποθηκεύεται με ασφάλεια όταν δεν χρησιμοποιείται.
Τύποι Ασκήσεων και Βιομηχανική Θέση:
• Ασκήσεις εκτέλεσης για την αύξηση της ευελιξίας στους μύες και τις αρθρώσεις.
• Ασκήσεις πλάτες για τη βελτίωση της δύναμης και της σταθερότητας του πυρήνα.
• Ασκήσεις φιτνες για την ενίσχυση του τόνου των μυών και της αντοχής.
Προειδοποίηση Προσαρμογής Εξαρτημάτων:
Βεβαιωθείτε ότι οι βρόχοι του Σύρματος Εκτέλεσης Yoga είναι σωστά στερεωμένοι πριν από τη χρήση για να αποφευχθούν ατυχήματα.
Προειδοποίηση για Αυτόματους Εξοπλισμούς:
Κατά τη χρήση του Σύρματος Εκτέλεσης Yoga, βεβαιωθείτε ότι είναι συνδεδεμένο σε ένα σταθερό σημείο αγκύρωσης για να αποφευχθεί η ολίσθηση κατά τη χρήση.
Φροντίδα και Συντήρηση:
• Ελέγχετε το Σύρμα Εκτέλεσης Yoga τακτικά για ενδείξεις φθοράς ή φθοράς.
• Καθαρίστε το Σύρμα Εκτέλεσης Yoga με ένα υγρό πανί μετά από κάθε χρήση για να διατηρηθεί σε καλή κατάσταση.
Προδιαγραφές Προϊόντος:
• Μέγιστη μάζα σώματος χρήστη: Μη εφαρμοστέο
• Μέγιστη μάζα εκπαίδευσης: Μη εφαρμοστέο
• Συνολική μάζα: 145 g
• Διαστάσεις: 180 cm x 2,5 cm

PT - INSTRUÇÕES DE USO

Atendimento ao Cliente:
Para quaisquer perguntas ou assistência, entre em contato conosco usando as seguintes informações:
Website: www.fitpaddy.com
E-mail: customercare@fitpaddy.com
Endereço do Fabricante:
FITPADDY Srl
Via dell'Artigianato 17
20835 - Muggiò (MB)
Itália
Âmbito de Aplicação:
A Correa de Alongamento Yoga é projetada para uso em várias atividades de yoga, pilates e fitness.
Diretrizes de Segurança:
• Sempre certifique-se de manter a postura e técnica corretas ao usar a Correa de Alongamento Yoga para evitar lesões.
• Mantenha a Correa de Alongamento Yoga fora do alcance de crianças e certifique-se de guardá-la com segurança quando não estiver em uso.
Tipos de Exercícios e Posicionamento Biomecânico:
• Exercícios de alongamento para aumentar a flexibilidade nos músculos e articulações.
• Exercícios de pilates para melhorar a força e estabilidade do núcleo.
• Exercícios de fitness para aumentar o tônus muscular e resistência.
Aviso sobre Acessórios de Ajuste:
Certifique-se de que as alças da Correa de Alongamento Yoga estão corretamente fixadas antes do uso para evitar acidentes.
Aviso sobre Equipamento Autoportante:
Ao usar a Correa de Alongamento Yoga, certifique-se de que ela está presa a um ponto de ancoragem estável para evitar escorregões durante o uso.
Cuidado e Manutenção:
• Verifique regularmente a Correa de Alongamento Yoga em busca de sinais de danos ou desgaste.
• Limpe a Correa de Alongamento Yoga com um pano úmido após cada uso para mantê-la em boas condições.
Especificações do Produto:
• Massa corporal máxima do usuário: Não aplicável
• Massa máxima de treino: Não aplicável
• Massa total: 145 g
• Dimensões: 180 cm x 2,5 cm

SL - NAVODILA ZA UPORABO

Storitev za stranke:
Za vsa vprašanja ali pomoč nas kontaktirajte na spodnjih kontaktnih podatkih:
Spletna stran: www.fitpaddy.com
E-pošta: customercare@fitpaddy.com
Naslov proizvajalca:
FITPADDY Srl
Via dell'Artigianato 17
20835 - Muggiò (MB)
Italija
Področje uporabe:
Trak za raztezanje joge je zasnovan za uporabo pri različnih vajah joge, pilatesa in fitnesa.
Varnostne smernice:
• Vedno poskrbite za pravilno držo in tehniko pri uporabi traku za raztezanje joge, da preprečite poškodbe.
• Trak za raztezanje joge hranite stran od otrok in poskrbite, da bo varno shranjen, ko ni v uporabi.
Vrste vaj in biomehanično pozicioniranje:
• Raztezne vaje za povečanje prožnosti mišic in sklepov.
• Vaje pilatesa za izboljšanje moči in stabilnosti jedra.
• Vaje za krepitev mišic in vzdržljivosti.
Opozorilo glede nastavitvenih dodatkov:
Poskrbite, da bodo zanke traku za raztezanje joge pred uporabo pravilno pritrjene, da preprečite nesreče.
Opozorilo glede samostojne opreme:
Pri uporabi traku za raztezanje joge poskrbite, da bo pritrjen na stabilno sidrišče, da preprečite zdrs med uporabo.
Vzdrževanje in nega:
• Redno pregledujte trak za raztezanje joge glede morebitnih znakov poškodb ali obrabe.
• Po vsaki uporabi traku za raztezanje joge očistite z vlažno krpo, da ga ohranite v dobrem stanju.
Tehnične specifikacije izdelka:
• Maksimalna telesna masa uporabnika: Ni uporabno
• Maksimalna masa vadbe: Ni uporabno
• Skupna masa: 145 g
• Dimenzije: 180 cm x 2,5 cm

HR - UPUTE ZA UPOTREBU

Korisnička služba:
Za sva pitanja ili pomoć, molimo kontaktirajte nas na sljedećim kontakt podacima:
Web stranica: www.fitpaddy.com
E-mail: customercare@fitpaddy.com
Adresa proizvođača:
FITPADDY Srl
Via dell'Artigianato 17
20835 - Muggiò (MB)
Italija
Područje primjene:
Traka za istezanje joge namijenjena je za korištenje u različitim vježbama joge, pilatesa i fitnesa.
Smjernice za sigurnost:
• Uvijek pazite na pravilno držanje i tehniku prilikom korištenja trake za istezanje joge kako biste izbjegli ozljede.
• Držite traku za istezanje joge izvan dohvata djece i osigurajte da bude sigurno pohranjena kada nije u uporabi.
Vrste vježbi i biomehaničko pozicioniranje:
• Vježbe istezanja radi povećanja fleksibilnosti mišića i zglobova.
• Pilates vježbe za poboljšanje snage i stabilnosti jezgre tijela.
• Vježbe fitnesa radi jačanja mišićnog tonusa i izdržljivosti.
Upozorenje o priboru za podešavanje:
Prije korištenja trake za istezanje joge, pobrinite se da su petlje pravilno osigurane kako biste izbjegli nesreće.
Upozorenje o samostalnoj opremi:
Kada koristite traku za istezanje joge, osigurajte da je pričvršćena na stabilnu točku kako biste izbjegli kizanje tijekom korištenja.
Održavanje i nega:
• Redovito pregledavajte traku za istezanje joge radi otkrivanja znakova oštećenja ili trošenja.
• Traku za istezanje joge očistite vlažnom krpom nakon svake uporabe kako biste je održali u dobrom stanju.
Tehničke specifikacije proizvoda:
• Maksimalna tjelesna masa korisnika: Nije primjenjivo
• Maksimalna radna masa: Nije primjenjivo
• Ukupna masa: 145 g
• Dimenzije: 180 cm x 2,5 cm

RS - УПУТСТВО ЗА УПОТРЕБУ

Корисничка Служба:
За сва питања или помоћ, молимо контактирајте нас на следећим контакт подацима:
Веб сајт: www.fitpaddy.com
И-мејл: customercare@fitpaddy.com
Адреса произвођача:
FITPADDY Srl
Виа делл'Артигианато 17
20835 - Муггио (МБ)
Италија
Подручје примене:
Трака за истезање Јоге намењена је за коришћење у различитим вежбама јоге, пилатеса и фитнеса.
Упутства за безбедност:
• Увек пазите на правилно држање и технику приликом коришћења траке за истезање Јоге како бисте избегли повреде.
• Држите траку за истезање Јоге ван домаћаја деце и обезбедите да буде безбедно смештена када није у употреби.
Типови вежби и биомеханичко позиционирање:
• Вежбе истезања ради повећања флексибилности мишића и зглобова.
• Пилатес вежбе за побољшање снаге и стабилности кора тела.
• Вежбе фитнеса ради јачања мишићног тонуса и издржљивости.
Упозорење о прибору за подешавање:
Пре коришћења траке за истезање Јоге, обезбедите да су петље правилно осигуране како бисте избегли несреће.
Упозорење о самосталној опреми:
Када користите траку за истезање Јоге, обезбедите да је прикључена на стабилну тачку како бисте избегли кључање током коришћења.
Одржавање и нега:
• Редовно прегледавајте траку за истезање Јоге ради откривања знакова оштећења или трошења.
• Траку за истезање Јоге очистите влажном крпом након сваке употребе како бисте је одржали у добром стању.
Техничке спецификације производа:
• Максимална телесна маса корисника: Није применљиво
• Максимална радна маса: Није применљиво
• Укупна маса: 145 г
• Димензије: 180 цм x 2,5 цм

AL - UDHËZIME PËR PËRDORIM

Shërbimi për Konsumatorë:
Për çdo pyetje ose ndihmë, ju lutemi na kontaktoni në kontaktet në vijim:
Uebfaqja: www.fitpaddy.com
Email: customercare@fitpaddy.com
Adresa e Prodhuetit:
FITPADDY Srl
Via dell'Artigianato 17
20835 - Muggiò (MB)
Itali
Fusha e Aplikacionit:
Rripa i Strukturimit të Jogës është i dizajnuar për përdorim në ushtrime të ndryshme të jogës, pilates dhe fitnessit.
Udhëzimet për Sigurinë:
• Sigurohuni gjithmonë që të mbani pozicionin dhe teknikën e duhur kur përdorni Rripin e Strukturimit të Jogës për të shmangur lëndimet.
• Mbani Rripin e Strukturimit të Jogës larg fëmijëve dhe sigurohuni që të ruhet në mënyrë të sigurt kur nuk është në përdorim.
Llojet e Ushtrimeve dhe Vendosja Biomekanike:
• Ushtrime të zhvendellta për të shtuar fleksibilitetin në muskujt dhe nyjet.
• Ushtrime pilatesi për të përmirësuar forcën dhe stabilitetin e qendrës.
• Ushtrime fitness për të forcuar tonusin muskular dhe rezistencën.
Paralajmërim për Pajisjet e Rregullimit:
Sigurohuni që luftrat e Rripit të Strukturimit të Jogës të jenë të rregulluara saktësisht para se të përdorni për të shmangur aksidentet.
Paralajmërim për Pajisjet Autonome:
Kur përdorni Rripin e Strukturimit të Jogës, sigurohuni që të jetë i lidhur me një pikë ankorimi stabile për të shmangur rrezimin gjatë përdorimit.
Mbatja dhe Mirëmbajtja:
• Kontrolloni rregullisht Rripin e Strukturimit të Jogës për të zbuluar shenjat e dëmtimit ose shkatërrimit.
• Pastrohi Rripin e Strukturimit të Jogës me një peshqir të lagur pas çdo përdorimi për të ruajtur në gjendje të mirë.
Specifikacionet e Produktit:
• Masa maksimale e trupit të përdoruesit: Jo aplikueshme
• Masa maksimale e ushtrimit: Jo aplikueshme
• Masa totale: 145 g
• Dimensionet: 180 cm x 2,5 cm

PL - INSTRUKCJE OBSŁUGI

Obsługa Klienta: W przypadku pytań lub pomocy prosimy o kontakt za pomocą poniższych danych kontaktowych: Strona Internetowa: www.fitpaddy.com E-mail: customercare@fitpaddy.com
Adres producenta: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Włochy
Zakres zastosowania: Pasek do rozciągania jogi został zaprojektowany do użytku w różnych ćwiczeniach jogi, pilatesu i fitnessu.
Wytyczne dotyczące bezpieczeństwa: • Upewnij się, że zawsze, że utrzymujesz prawidłową postawę i technikę podczas używania Paska do Rozciągania Jogi, aby uniknąć kontuzji. • Trzymaj Pasek do Rozciągania Jogi z dala od dzieci i upewnij się, że jest bezpiecznie przechowywany, gdy nie jest w użyciu.
Rodzaje ćwiczeń i pozycjonowanie biomechaniczne: • Ćwiczenia rozciągające mające na celu zwiększenie elastyczności mięśni i stawów. • Ćwiczenia pilatesu mające na celu poprawę siły i stabilności rdzenia. • Ćwiczenia fitness mające na celu wzmacnianie tonusu mięśni i wytrzymałości.
Ostrzeżenie dotyczące akcesoriów regulacyjnych: Upewnij się, że pętle Paska do Rozciągania Jogi są prawidłowo zabezpieczone przed użyciem, aby uniknąć wypadków.
Ostrzeżenia dotyczące sprzętu samonośnego: Podczas używania Paska do Rozciągania Jogi upewnij się, że jest on przytwierdzony do stabilnego punktu kotwienia, aby uniknąć poślizgnięcia się podczas użytkowania.
Pielegnacja i konserwacja: • Regularnie sprawdzaj Pasek do Rozciągania Jogi pod kątem oznak uszkodzenia lub zużycia. • Po każdym użyciu wyżyść Pasek do Rozciągania Jogi wilgotną szmatką, aby utrzymać go w dobrym stanie.
Specyfikacje produktu: • Maksymalna masa ciała użytkownika: Nie dotyczy • Maksymalna masa treningowa: Nie dotyczy • Całkowita masa: 145 g • Wymiary: 180 cm x 2,5 cm

DK - BRUGERVEJLEDNING

Kundeservice: Har du spørgsmål eller brug for hjælp, bedes du kontakte os på følgende kontaktoplysninger: Hjemmeside: www.fitpaddy.com E-mail: customercare@fitpaddy.com
Producentens adresse: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italien
Anvendelsesområde: Yogastrækremmen er designet til brug i forskellige yoga-, pilates- og fitnessøvelser.
Sikkerhedsvejledning: • Sørg altid for at opretholde korrekt holdning og teknik, når du bruger Yogastrækremmen for at undgå skader. • Hold Yogastrækremmen væk fra børn og sørg for, at den opbevares sikkert, når den ikke er i brug.
Typer af øvelser og biomekanisk positionering: • Strækøvelser til at øge fleksibiliteten i muskler og led. • Pilatesøvelser til at forbedre kernetræningens styrke og stabilitet. • Fitnessøvelser til at styrke muskeltonen og udholdenheden.
Advarsel om justeringsudstyr: Sørg for, at løkkerne på Yogastrækremmen er korrekt fastgjort, inden brug for at undgå ulykker.
Advarsel om selvstændigt udstyr: Når du bruger Yogastrækremmen, skal du sikre dig, at den er fastgjort til et stabilt ankerpunkt for at undgå glid under brug.
Vedligeholdelse og pleje: • Inspektion af Yogastrækremmen regelmæssigt for at identificere eventuelle tegn på skader eller slid. • Rengør Yogastrækremmen med en fugtig klud efter hver brug for at holde den i god stand.
Produktspecifikationer: • Maksimal brugervægt: Ikke relevant • Maksimal træningsvægt: Ikke relevant • Samlet vægt: 145 g • Mål: 180 cm x 2,5 cm

TR - KULLANMA KILAVUZU

Müşteri Hizmetleri: Herhangi bir sorunuz veya yardıma ihtiyacınız varsa, lütfen aşağıdaki iletişim bilgilerinden bize ulaşın: Web Sitesi: www.fitpaddy.com E-posta: customercare@fitpaddy.com
Üretici Adresi: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) İtalya
Kullanım Alanı: Yoga Streç Kayışı, çeşitli yoga, pilates ve fitness egzersizlerinde kullanım için tasarlanmıştır.
Güvenlik Talimatları: • Yoga Streç Kayışı kullanırken her zaman doğru duruşu ve tekniği koruduğunuzdan emin olun, böylece sakatlanmaları önleyebilirsiniz. • Yoga Streç Kayışını çocuklardan uzak tutun ve kullanılmadığı zaman güvenli bir şekilde sakladığınızdan emin olun.
Egzersiz Türleri ve Biyomekanik Pozisyonlama: • Kas ve eklemlerde esnekliği artırmak için germe egzersizleri. • Karın kaslarının gücünü ve stabilitesini artırmak için pilates egzersizleri. • Kas tonusunu ve dayanıklılığı artırmak için fitness egzersizleri.
Uyarılama Ekipmanı Uyarısı: Kullanmadan önce Yoga Streç Kayışı halkalarının doğru şekilde sabitlendiğinden emin olun, böylece kazaları önleyebilirsiniz.
Bağımsız Ekipman Uyarısı: Yoga Streç Kayışını kullanırken, kaymadan kaçınmak için sabit bir ankraj noktasına bağlı olduğundan emin olun.
Bakım ve Temizlik: • Her kullanımdan sonra Yoga Streç Kayışını düzenli olarak kontrol edin ve herhangi bir hasar veya aşınma belirtisi olup olmadığını kontrol edin. • Her kullanımdan sonra Yoga Streç Kayışını nemli bir bezle temizleyerek iyi durumda tutun.
Ürün Özellikleri: • Maksimum kullanıcı ağırlığı: Uygulanamaz • Maksimum antrenman ağırlığı: Uygulanamaz • Toplam ağırlık: 145 g • Ölçüler: 180 cm x 2,5 cm

HU - HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

Ügyfélszolgálat: Kérdések vagy segítség esetén kérjük, lépjen velünk kapcsolatba az alábbi elérhetőségeken: Weboldal: www.fitpaddy.com E-mail: customercare@fitpaddy.com
Gyártó címe: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Olaszország
Alkalmazási terület: A Jóga Nyújtószíjat különböző jóga-, pilates- és fitnessgyakorlatokhoz tervezték.
Biztonsági útmutatók: • Mindig ügyeljen a megfelelő testtartásra és technikára a Jóga Nyújtószíj használatakor, hogy elkerülje a sérüléseket. • Tartsa távol a Jóga Nyújtószíjat a gyermekektől, és gondoskodjon arról, hogy biztonságosan legyen tárolva, amikor nincs használatban.
Gyakorlati típusok és biomechanikus pozicionálás: • Nyújtógyakorlatok a test és az izületek rugalmasságának növelése érdekében. • Pilates gyakorlatok a mag stabilizálása és erősítése érdekében. • Fitnessgyakorlatok az izomtónus és az állóképesség növelése érdekében.
Figyelmeztetés a beállító kiegészítőkről: Győződjön meg arról, hogy a Jóga Nyújtószíj hurokjai megfelelően vannak rögzítve a használat előtt, hogy elkerülje a baleseteket.
Figyelmeztetés az önálló felszerelésről: A Jóga Nyújtószíj használatakor biztosítsa, hogy stabil rögzítési ponton legyen, hogy elkerülje a csúszást használat közben.
Gondozás és karbantartás: • Rendszeresen ellenőrizze a Jóga Nyújtószíjat, hogy észlelje a károsodás vagy kopás jeleit. • Minden használat után tisztítsa meg a Jóga Nyújtószíjat nedves ruhával, hogy jó állapotban tartsa.
Termékspecifikációk: • Felhasználó maximális testsúlya: Nem alkalmazható • Maximális edzési tömeg: Nem alkalmazható • Össztömeg: 145 g • Méreték: 180 cm x 2,5 cm

FI - KÄYTTÖOHJEET

Asiakaspalvelu: Mikäli sinulla on kysyttävää tai tarvitset apua, ole hyvä ja ota yhteyttä seuraaviin yhteystietoihin: Verkko sivusto: www.fitpaddy.com Sähköposti: customercare@fitpaddy.com
Valmistajan osoite: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italia
Käyttöalue: Joogavenitysnauha on suunniteltu käytettäväksi erilaisissa jooga-, pilates- ja kuntosaliharjoituksissa.
Turvallisuusohjeet: • Varmista aina, että säilytät oikean ryhdin ja tekniikan käyttäessäsi joogavenitysnauhaa välttääksesi loukkaantumiset. • Pidä joogavenitysnauha poissa lasten ulottuvilta ja varmista, että se säilytetään turvallisesti käyttämättömänä.
Harjoitustyyppit ja biomekaaninen asentot: • Venyttelyharjoitukset lihasten ja nivelten joustavuuden lisäämiseksi. • Pilates-harjoitukset keskivartalon voiman ja vakauden parantamiseksi. • Kuntosaliharjoitukset lihastonuksen ja kestävyden parantamiseksi.
Varoitussääntövarusteista: Varmista, että joogavenitysnauhan lenkit on kiinnitetty oikein ennen käyttöä välttääksesi tapaturmat.
Varoitussäisenästä varusteista: Käyttäessäsi joogavenitysnauhaa varmista, että se on kiinnitetty vakaaseen kiinnityspisteeseen välttääksesi loukumisen käytön aikana.
Hoito ja ylläpito: • Tarkista joogavenitysnauha säännöllisesti mahdollisten vaurioiden tai kulumisen merkkien varalta. • Pyyhi joogavenitysnauha kostealla liinalla jokaisen käyttökerran jälkeen sen pitämiseksi hyvässä kunnossa.
Tuotetiedot: • Käyttäjän enimmäispaino: Ei sovellettavissa • Harjoituksen enimmäispaino: Ei sovellettavissa • Kokonaispaino: 145 g • Mitat: 180 cm x 2,5 cm

RU - ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

Служба поддержки клиентов: Если у вас есть вопросы или вам нужна помощь, пожалуйста, свяжитесь с нами по следующим контактным данным: Веб-сайт: www.fitpaddy.com Электронная почта: customercare@fitpaddy.com
Адрес производителя: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Италия
Область применения: Ремень для растяжки Йоги предназначен для использования в различных упражнениях Йоги, пилатеса и фитнеса.
Рекомендации по безопасности: • Всегда соблюдайте правильную позу и технику при использовании Ремня для Растяжки Йоги, чтобы избежать травм. • Держите Ремень для Растяжки Йоги вне досягаемости детей и убедитесь, что он хранится в безопасном месте, когда не используется.
Типы упражнений и биомеханическое позиционирование: • Упражнения на растяжку для увеличения гибкости мышц и суставов. • Пилатес упражнения для укрепления силы и стабильности кора. • Упражнения фитнеса для укрепления мышечного тонуса и выносливости.
Предупреждение об устройствах регулирования: Убедитесь, что петли Ремня для Растяжки Йоги правильно закреплены перед использованием, чтобы избежать несчастных случаев.
Предупреждение о самостоятельном оборудовании: При использовании Ремня для Растяжки Йоги убедитесь, что он привязан к устойчивой точке крепления, чтобы избежать скольжения во время использования.
Уход и обслуживание: • Регулярно проверяйте Ремень для Растяжки Йоги на наличие признаков повреждения или износа. • После каждого использования очищайте Ремень для Растяжки Йоги влажной тканью, чтобы сохранить его в хорошем состоянии.
Технические характеристики продукта: • Максимальная масса пользователя: Не применимо • Максимальная тренировочная масса: Не применимо • Общая масса: 145 г • Размеры: 180 см x 2,5 см

CZ - NÁVOD K POUŽITÍ

Zákaznická podpora: Pro jakékoliv dotazy nebo pomoc nás prosím kontaktujte na následujících kontaktech: Webová stránka: www.fitpaddy.com E-mail: customercare@fitpaddy.com
Adresa výrobce: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Itálie
Rozsah použití: Páska na protažení jógy je navržena pro použití při různých cvičeních jógy, pilatesu a fitnessu.
Bezpečnostní pokyny: • Vždy se ujistěte, že zachováváte správnou postavu a techniku při používání Páska na Protahování Jógy, abyste předešli zraněním. • Uchovejte Páska na Protahování Jógy mimo dosah dětí a zajistěte, aby byl bezpečně uložen, když není používán.
Typy cvičení a biomechanické pozicionování: • Protahovací cviky pro zvýšení pružnosti svalů a kloubů. • Pilátosové cviky pro zlepšení síly a stability jádra. • Fitness cviky pro posílení svalového tonusu a vytrvalosti.
Varování ohledně nastavitelných doplňků: Ujistěte se, že jsou smyčky Páska na Protahování Jógy správně upevněny před použitím, abyste předešli nehodám.
Varování ohledně samostatného vybavení: Při používání Páska na Protahování Jógy se ujistěte, že je připraven ke stabilnímu kotvení, abyste předešli skluzu během používání.
Údržba a péče: • Pravidelně kontrolujte Páska na Protahování Jógy, abyste zjistili případné známky poškození nebo opotřebení. • Po každém použití Páska na Protahování Jógy očistěte vlhkým hadříkem, abyste ho udrželi v dobrém stavu.
Specifikace produktu: • Maximální hmotnost uživatele: Nepoužitelné • Maximální hmotnost tréninku: Nepoužitelné • Celková hmotnost: 145 g • Rozměry: 180 cm x 2,5 cm

SE - BRUKSANVISNINGAR

Kundservice: För frågor eller hjälp, kontakta oss gärna på följande kontaktuppgifter: Hemsida: www.fitpaddy.com E-post: customercare@fitpaddy.com
Tillverkarens adress: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italien
Användningsområde: Yogasträckremmen är utformad för användning i olika yogaträningar, pilates och fitnessövningar.
Säkerhetsanvisningar: • Se alltid till att behålla rätt hållning och teknik när du använder Yogasträckremmen för att undvika skador. • Håll Yogasträckremmen utom räckhåll för barn och se till att den förvaras säkert när den inte används.
Typer av övningar och biomekanisk positionering: • Stretchövningar för att öka flexibiliteten i muskler och leder. • Pilatesövningar för att förbättra kärnans styrka och stabilitet. • Fitnessövningar för att stärka muskeltonus och uthållighet.
Varning för justeringsutrustning: Se till att öglorna på Yogasträckremmen är korrekt fastsatta innan användning för att undvika olyckor.
Varning för fristående utrustning: När du använder Yogasträckremmen, se till att den är fäst vid en stabil fästpunkt för att undvika glidning under användning.
Skötsel och underhåll: • Inspektera Yogasträckremmen regelbundet för att upptäcka eventuella skador eller slitage. • Rengör Yogasträckremmen med en fuktig trasa efter varje användning för att hålla den i gott skick.
Produktspecifikationer: • Maximal användarvikt: Ej tillämpligt • Maximal träningsvikt: Ej tillämpligt • Totalvikt: 145 g • Mått: 180 cm x 2,5 cm

SA - تعليمات الاستخدام

خدمة العملاء: إذا كان لديك أي أسئلة أو تحتاج إلى مساعدة، يرجى التواصل معنا على المعلومات التالية: الموقع الإلكتروني: www.fitpaddy.com البريد الإلكتروني: customercare@fitpaddy.com
عنوان المصنع: FITPADDY Srl فيا ديل آرتيجياناتو 17 20835 - مودجيو (MB) إيطاليا
مجال الاستخدام: تم تصميم حزام تمديد اليوغا للاستخدام في مختلف تمارين اليوغا والبيلايس واللياقة البدنية.
إرشادات السلامة: • تأكد دائمًا من الحفاظ على الوضعية الصحيحة والتقنية عند استخدام حزام تمديد اليوغا لتجنب الإصابة. • احرص على إبقاء حزام تمديد اليوغا بعيدًا عن متناول الأطفال وتأكد من أنه محفوظ بشكل آمن عند عدم الاستخدام.
تمارين التمدد والتوتر: • تمارين البيلايس لتعزيز قوة وثبات الحذغ. • تمارين اللياقة البدنية لتعزيز لياقة العضلات والقدرة على التحمل.
تحذير بشأن معدات التمدد: تأكد من أن الحلقات على حزام تمديد اليوغا مثبتة بشكل صحيح قبل الاستخدام لتجنب الحوادث.
تحذير بشأن المعدات المستقلة: عند استخدام حزام تمديد اليوغا، تأكد من أنه مرتبط بنقطة تثبيت مستقرة لتجنب الانزلاق أثناء الاستخدام.
الصيانة والتخزين: • قم بفحص حزام تمديد اليوغا بانتظام لاكتشاف أي علامات على الضرر أو الاهتراء. • قم بتنظيف حزام تمديد اليوغا بقطعة قماش مبللة بعد كل استخدام للحفاظ على حالته الجيدة.
مواصفات المنتج: • الحد الأقصى لوزن المستخدم غير قابل للتطبيق • الحد الأقصى لوزن التمرين غير قابل للتطبيق • الوزن الإجمالي: 145 غراما • الأبعاد: 180 سم x 2,5 سم

SK - NÁVOD NA POUŽITIE

Zákaznická podpora: Ak máte akékoľvek otázky alebo potrebujete pomoc, prosím, kontaktujte nás na nižšie uvedených kontaktoch: Webová stránka: www.fitpaddy.com E-mail: customercare@fitpaddy.com
Adresa výrobcu: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Taliansko
Rozsah použitia: Pásno na protiahnutie jogi je navrhnuté na použitie pri rôznych cvičeniach jogi, pilatesu a fitnessu.
Bezpečnostné pokyny: • Vždy sa uistite, že zachováвате správnu polohu a techniku pri používaní Pásu na Protiahnutie Jogi, aby ste predišli zraneniam. • Drzte Pás na Protiahnutie Jogi mimo dosah detí a uistite sa, že je bezpečne uložený, keď nie je v použití.
Typy cvičení a biomechanické pozicionovanie: • Protahovacie cvičenia na zvýšenie pružnosti svalov a kĺbov. • Pilátosové cvičenia na zlepšenie sily a stability jadra. • Fitness cvičenia na posilnenie svalového tonusu a vytrvalosti.
Upozornenie na nastaviteľné doplnky: Uistite sa, že sú slučky Pásu na Protiahnutie Jogi správne upevnené pred použitím, aby ste predišli nehodám.
Upozornenie na samostatné vybavenie: Pri používaní Pásu na Protiahnutie Jogi sa uistite, že je pripojený k stabilnému kotveniu, aby ste predišli skzu počas používania.
Údržba a starostlivosť: • Pravidelne kontrolujte Pás na Protiahnutie Jogi, aby ste zistili prípadné známky poškodenia alebo opotrebenia. • Po každom použití Pás na Protiahnutie Jogi očistite vlhkým handričkou, aby ste ho udržali v dobrom stave.
Specifikácie produktu: • Maximálna hmotnosť používateľa: Nie je použiteľné • Maximálna hmotnosť tréningu: Nie je použiteľné • Celková hmotnosť: 145 g • Rozmery: 180 cm x 2,5 cm

NO - BRUKSANVISNINGER

Kundeservice: Har du spørsmål eller trenger hjelp, vennligst kontakt oss på følgende kontaktoplysninger: Nettsted: www.fitpaddy.com E-post: customercare@fitpaddy.com
Produsentens adresse: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italia
Bruksområde: Yoga Strekkremmen er designet for bruk i ulike yogatimer, pilates og fitnessøktet.
Sikkerhetsinstruksjoner: • Sørg alltid for å opprettholde riktig holdning og teknikk når du bruker Yoga Strekkremmen for å unngå skader. • Hold Yoga Strekkremmen utilgjengelig for barn, og sørg for at den oppbevares trygt når den ikke er i bruk.
Typet øvelser og biomekanisk posisjonering: • Strekkøvelser for å øke fleksibiliteten i muskler og ledd. • Pilatesøvelser for å forbedre styrken og stabiliteten i kjernen. • Fitnessøvelser for å styrke muskeltonen og utholdenheten.
Advarsel om justeringsutstyr: Sørg for at løkkene på Yoga Strekkremmen er riktig festet før bruk for å unngå ulykker.
Advarsel om fristående utstyr: Når du bruker Yoga Strekkremmen, sørg for at den er festet til et stabilt festepunkt for å unngå glidning under bruk.
Vedlikehold og pleie: • Inspekjon av Yoga Strekkremmen regelmessig for å oppdage eventuelle skader eller slitasje. • Rengjør Yoga Strekkremmen med en fuktig klut etter hver bruk for å holde den i god stand.
Produktspekifikasjoner: • Maksimal brukervekt: Ikke relevant • Maksimal treningsvekt: Ikke relevant • Totalvekt: 145 g • Mål: 180 cm x 2,5 cm

JP - 使用説明書

カスタマーサポート: ご質問やご不明な点がございましたら、以下の連絡先までお問い合わせください: ウェブサイト: www.fitpaddy.com メール: customercare@fitpaddy.com
製造元の住所: FITPADDY株式会社 Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) イタリア
使用目的: ヨガストレッチストラップは、様々なヨガ、ピラティス、フィットネスのエクササイズに使用するために設計されています。
安全上の注意: •怪我を防ぐために、ヨガストレッチストラップを使用する際は常に正しい姿勢と技術を保つようにしてください。 •子供の手の届かない場所にヨガストレッチストラップを保管し、使用しないときは安全な場所に保管してください。
エクササイズの種類とバイオメカニカルなポジショニング: •筋肉と関節の柔軟性を高めるストレッチエクササイズ。 •コアの力と安定性を向上させるピラティスエクササイズ。 •筋肉トーンと持久力を高めるフィットネスエクササイズ。
調整機器に関する警告: 事故を防ぐために、使用する前にヨガストレッチストラップのループが正しく固定されていることを確認してください。
独立した装置に関する警告: ヨガストレッチストラップを使用する際には、滑りを防ぐために安定したアンカーポイントに接続されていることを確認してください。
お手入れとメンテナンス: •ヨガストレッチストラップを定期的に点検し、損傷や摩耗の兆候がないかを確認してください。 •使用後は湿った布でヨガストレッチストラップを拭き、良好な状態を保つようにしてください。
製品仕様: •最大利用者体重: 適用なし •最大トレーニング重量: 適用なし •全体重量: 145グラム •サイズ: 180cm x 2.5cm