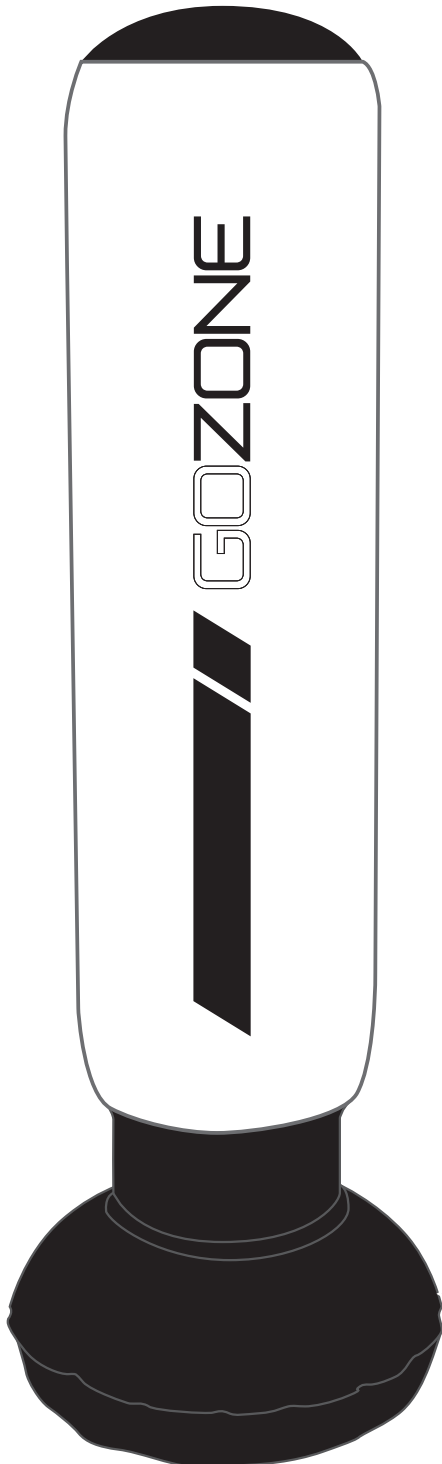


INFLATABLE PUNCHING BAG / SAC DE FRAPPE GONFLABLE



Step 1.

Fill base with water and seal using the provided caps

Step 2.

Inflate the strike bag using the included foot pump. When fully inflated you should be able to depress your finger to about 2in depth

DO NOT over inflate the punching bag. Over-inflation may lead to damage to the product and/or injury

Make sure you leave at least 6ft of space around the equipment
Make sure your workout area is free from obstructions

Étape 1.

Remplir la base d'eau et bien la fermer avec les bouchons fournis

Étape 2.

Gonfler le sac de frappe avec la pompe à pied incluse. Quand le sac est complètement gonflé, il doit être possible d'enfoncer le doigt à environ 5 cm de profondeur

NE PAS trop gonfler le sac de frappe. Cela pourrait l'endommager et/ou entraîner des blessures

S'assurer de laisser un espace libre d'au moins 2 m autour de l'équipement.
S'assurer qu'il n'y a pas d'obstacles dans la zone d'exercice

