

GOZONE

WEIGHT TRAINING | ENTRAÎNEMENT AVEC POIDS

10LB WEIGHTED VEST | GILET LESTÉ DE 10 LB



INSTRUCTIONS FOR USE:

- Use the GoZone weighted vest to add weighted resistance to your workout
- Place your arms through the armholes and use the chest snap buckle to hold the vest in place
- Adjust the length of the chest strap to get a fit that is comfortable, but tight enough to keep the vest from sliding around while you exercise

CARE INSTRUCTIONS:

- Spot clean vest with a damp cloth and mild soap
- Let vest fully air-dry before using
- Keep sharp objects away from the weighted vest
- Do not expose the vest to fire, excessive heat, or excessive sunlight

SAFETY INSTRUCTIONS:

- Consult your physician before adding the weighted vest to your workout routine
- Vest should be used by adults only
- If you feel faint, dizzy, lightheaded, or have chest pain, remove vest immediately and stop exercising. Call emergency services if symptoms do not quickly subside

MODE D'EMPLOI:

- Utiliser le gilet lesté GoZone pour ajouter une résistance sous forme de poids à l'entraînement.
- Passer les bras dans les trous et utiliser la boucle à pression de la poitrine pour maintenir le gilet en place.
- Ajuster la longueur de la sangle de poitrine pour obtenir un ajustement confortable, mais suffisamment serré pour empêcher le gilet de glisser pendant que l'exercice.

CONSIGNES POUR L'ENTRETIEN:

- Laver le gilet à la main avec un chiffon humide et du savon doux.
- Laisser le gilet sécher complètement à l'air avant de l'utiliser.
- Garder les objets tranchants loin du gilet lesté.
- Ne pas exposer le gilet au feu, à une chaleur excessive ou à la lumière du soleil pendant trop longtemps.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ:

- Consulter un médecin avant d'ajouter le gilet lesté à un programme d'entraînement.
- Le gilet ne doit être utilisé que par des adultes.
- En cas d'étourdissement, de vertiges, de nausées ou de douleurs thoraciques, retirer immédiatement le gilet et arrêter de faire de l'exercice. Appeler les services d'urgence si les symptômes ne disparaissent pas rapidement.