

Herzlich Willkommen in der Leeze Boom Board Community!

Wir freuen uns, dich in unserer Community begrüßen zu dürfen, die momentan enorm anwächst und von Gelegenheitsfahrer/innen bis zu Tour de France Teilnehmern reicht. Jetzt kannst auch du dein Warm-up für die nächste Indoor- oder Outdoor-Radeinheit oder dein Krafttraining noch vielfältiger gestalten und mit dem Leeze Boom Balance Board ein dynamisches und anspruchsvolles Ausgleichstraining erleben.

Aufbau und Tipps zur Nutzung

Um dir den Start zu erleichtern, haben wir dir eine Übungsanleitung mit spezifisch für Radsportler/innen ausgewählten Übungen zusammengestellt und mitgesendet. Deiner Kreativität sind aber keine Grenzen gesetzt und so können diverse Übungen auf dem Board ausgeführt und neu erlebt werden. Den zum Aufbau des Leeze Boom Balance Boards benötigten Innensechskantschlüssel haben wir bewusst nicht beigelegt, da es sich um ein Einwegprodukt handeln würde und wir davon ausgehen, dass Radfahrer/innen diesen Schlüssel bereits besitzen.

Falls du dein Leeze Boom Balance Board auf einem festen Untergrund nutzt, empfehlen wir dir die mitgelieferten Filzgleiter unter dem Board anzubringen. Nutzt du dein Board auf einer Unterlage, musst du die Filzgleiter nicht verwenden.

Vor deinen ersten Übungen empfehlen wir, die Verschraubungen nachzuziehen.

Das Leeze Boom Balance Board ist mit zwei Gummipuffern in den äußeren Verschraubungen vormontiert. Mit etwas Erfahrung kannst du die Einstellung des Balance Boards an deinen Trainingsfortschritt anpassen, indem du beispielsweise nur noch einen Gummipuffer in der Mitte des Balance Boards platzierst. Diesen Schwierigkeitsgrad empfehlen wir für Fortgeschrittene. Bei dieser Einstellung wird das Balance-Training auf dem Board spätestens jetzt zu einer richtigen Herausforderung.

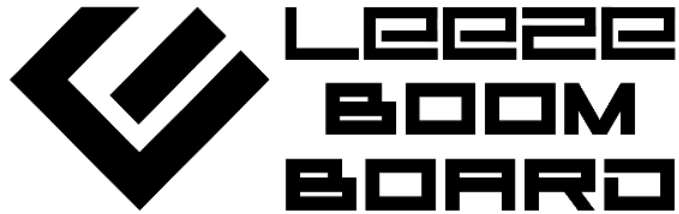
Material und Pflege

Das Balance Board besteht aus Siebdruckplatten und Metallgummipuffern, die äußerst robust sind und eine lange Lebensdauer aufweisen.

Die Oberfläche des Leeze Balance Board ist wasser- und schweißbeständig. Damit du möglichst lange Freude an deinem Leeze Boom Balance Board hast, empfehlen wir das Board nach jeder schweißtreibenden Trainingseinheit abzuwischen.

Let's get ready to rock!

Deine Leeze Boom Board Crew



Welcome to our Leeze Boom Board Community!

We are excited to welcome you to our community, which is rapidly growing and ranges from occasional riders to Tour de France participants.

With the new Leeze Boom Balance Board, you can make your warm-up for the next indoor or outdoor cycling session or your strength training even more versatile and experience a dynamic and challenging balance training.

Assembly and Usage Tips

To help you get started, we have compiled an exercise guide with exercises specifically selected for cyclists. However, there are no limits to your creativity and various exercises can be performed on the board and experienced in a new way. We have deliberately not included the Allen key needed to assemble the Leeze Boom Balance Board, as this would be a disposable product and we assume that cyclists already have this key.

If you are using your Leeze Boom Balance Board on a solid surface, we recommend that you attach the included felt glides underneath the board. If you are using your board on a soft surface, you don't need to use the felt glides.

Before your first exercises, we recommend tightening the screw connections.

The Leeze Boom Balance Board is pre-assembled with two rubber bumpers in the outer screw fittings. With a little experience, you can adjust the balance board setting to your training progress, for example, by placing only one rubber bumper in the middle of the balance board. We recommend this level of difficulty for advanced users, as balance training in this setting will become a real challenge!

Material and Maintenance

The balance board is made of screen-printed wooden plates and metal-rubber buffers, which are extremely robust and have a long service life.

The surface of the Leeze Boom Balance Board is water and sweat resistant. In order to enjoy your Leeze Boom Balance Board for as long as possible, we recommend wiping it down after every sweaty training session.

Let's get ready to rock!

Your Leeze Boom Board Crew