

# **Sicherheitsinformationen, rechtliche Anforderungen & Gewährleistung**

## **Wichtige Sicherheitsinformationen**

Behandle STRAFFR Bänder mit der notwendigen Sorgfalt. Sie enthalten empfindliche elektronische Bauteile, einschließlich Batterien, und können bei unsachgemäßem Gebrauch beschädigt werden, die Funktionalität beeinträchtigen oder zu Verletzungen und Tod führen.

### **Batterien**

**WARNUNG:** Die in diesem Gerät verwendete Batterie kann bei unsachgemäßer Behandlung eine Brand- oder Verätzungsgefahr darstellen. Es besteht Brand-, Explosions- und Verbrennungsgefahr. Nicht zerlegen, zerdrücken, über 100°C(212°F) erhitzen, kurzschließen oder verbrennen.

Versuche nicht, die Batterien der STRAFFR Bänder selbst zu ersetzen - Du könntest die Batterien beschädigen, was zu Überhitzung und Verletzungen führen kann.

### **Bluetooth®**

Um Bluetooth am STRAFFR-Band auszuschalten, drücke zweimal die STRAFFR-Taste und ziehe das USB-Kabel aus dem Gehäuse oder trenne die STRAFFR-App und warte, bis das STRAFFR-Band in den Ruhezustand geht.

## **Aufladen**

Verwende zum Aufladen des STRAFFR Bandes das mitgelieferte Ladekabel und ein kompatibles Netzteil. Du kannst zum Aufladen des Bandes auch Netzteile von Drittanbietern verwenden, die kompatibel sind und den geltenden nationalen und internationalen Bestimmungen entsprechen. Andere Netzteile erfüllen möglicherweise nicht die geltenden Sicherheitsstandards, sodass das Laden mit diesen Netzteilen zu Verletzungen und zum Tod führen kann. Das Verwenden von beschädigten Kabeln oder Ladegeräten oder das Aufladen in feuchten Umgebungen kann einen Brand, einen Stromschlag oder Verletzungen verursachen oder das STRAFFR Band und andere Sachwerte beschädigen.

## **Längere Wärmeexposition**

Verwende gesunden Menschenverstand und vermeide Situationen, in denen deine Haut für längere Zeit mit dem STRAFFR Band, dem Ladekabel, oder dem Netzteil in Kontakt kommt, wenn diese an eine Stromquelle angeschlossen sind. Zum Beispiel solltest du nicht auf dem STRAFFR Band, dem Ladekabel oder dem Netzteil schlafen oder sie unter eine Decke, ein Kissen oder deinen Körper legen, wenn sie an eine Stromquelle angeschlossen sind.

Sei besonders vorsichtig, wenn dein Körper so disponiert ist, dass er nicht unmittelbar auf hohe Temperaturen und Hitze reagiert.

## **Interferenzen mit medizinischen Geräten**

Das STRAFFR Band beinhaltet Komponenten, die elektromagnetische Strahlung aussenden. Diese elektromagnetischen Felder und Magnete können Beeinträchtigungen und Störungen medizinischer Geräte wie Herzschrittmachern und Defibrillatoren verursachen. Halte einen sicheren Abstand zwischen dem medizinischen Gerät und dem STRAFFR Band ein. Wende dich an deinen Arzt und den Gerätehersteller, um genauere Informationen zu deinem medizinischen Gerät zu erhalten. Wenn Du den Verdacht hegst, dass das STRAFFR Band mit deinem Herzschrittmacher, Defibrillator oder einem anderen medizinischen Gerät interferieren, verwende sie nicht länger.

## **Hautreizung**

Reinige das STRAFFR-Band regelmäßig mit einem feuchten Tuch. Lasse keine Feuchtigkeit in die Öffnungen eindringen und verwende keine Aerosolsprays, Lösungs- oder Scheuermittel. Wenn ein Hautproblem auftritt, stelle die Anwendung ein. Wenn das Problem weiterhin besteht, suche einen Arzt auf.

## **Elektrostatischer Schock**

Bei der Verwendung von STRAFFR-Bändern in Bereichen mit sehr trockener Luft kann es leicht zu statischer Aufladung kommen. Um das Risiko einer elektrostatischen Entladung zu minimieren, vermeide die Verwendung von STRAFFR-Bändern in extrem trockenen Umgebungen oder berühre einen geerdeten, nicht lackierten Metallgegenstand, bevor du STRAFFR-Bänder verwendest.

## **Support**

Informationen zu Support und Fehlerbehebung und die neuesten STRAFFR Software Downloads findest Du unter [www.straffr.com/support](http://www.straffr.com/support).

# **Garantie**

Die vollständigen Bedingungen der einjährigen STRAFFR-Garantie sowie Einzelheiten zur Inanspruchnahme von Serviceleistungen findest Du unter [www.straffr.com/legal](http://www.straffr.com/legal).

## **Sicherheitsinformationen**

- Bitte beachte diese STRAFFR Sicherheitsinformationen und bewahre sie gut auf! Lese und befolge diese Gebrauchsanleitung und alle weiteren Informationen, bevor Du STRAFFR benutzt.
- Eine sichere Verwendung von STRAFFR kann nur erreicht werden, wenn diese richtig und nach Anweisung benutzt werden. Es liegt in deiner Verantwortung, dass alle Benutzer von STRAFFR über die Warnhinweise und Vorsichtsregeln informiert sind.
- Bevor Du mit deinem Trainingsprogramm beginnst, solltest Du deinen Hausarzt aufsuchen, um eventuelle Gesundheitsrisiken auszuschließen. Der Rat eines Arztes ist wichtig in Bezug auf eventuelle Probleme deiner Herzfrequenz, deinem Blutdruck oder Cholesterinspiegel. (Abklärung nach Operationen oder bei Behinderungen, Schwindel, Gleichgewichtsstörungen)
- Achte auf deine Körpersignale. Unkorrektes oder übermäßiges Training kann deine Gesundheit gefährden. Solltest Du irgendwann während deines Trainings körperliche Symptome wie Schmerzen, Beklemmung im Brustkorb, unregelmäßigen Herzschlag oder Benommenheit spüren, unterbreche das Training bitte sofort und suche deinen Hausarzt auf oder rufe einen Krankenwagen.

- Prüfe das STRAFFR Band vor jedem Gebrauch beispielsweise auf Risse oder poröse Stellen. Die Sicherheit des Bandes kann nur erhalten bleiben, wenn es in regelmäßigen Abständen auf Schäden hin überprüft wird.
- Trage während des Trainings immer geeignete Kleidung. Vermeide weite Kleidung, die an dem STRAFFR Band hängen bleiben kann und somit das Training einschränkt oder deine Sicherheit gefährdet. Schuhe mit rutschfester Sohle sind bei jedem Training empfohlen.
- Kinder und Tiere sollten von STRAFFR ferngehalten werden. STRAFFR ist ausschließlich für den Gebrauch durch Erwachsene bestimmt!
- Benutze STRAFFR auf einem festen, ebenen Untergrund. Der Sicherheitsabstand sollte rundherum mindestens 2 m betragen.
- Bei Nichtbenutzung sollte STRAFFR an einer geschützten Stelle aufbewahrt werden. Insbesondere andauernde Sonneneinstrahlung beeinträchtigt die Haltbarkeit des STRAFFR Bandes und sollte daher vermieden werden.
- Halte während der Benutzung ausreichend großen Abstand zu anderen Personen und/oder Gegenständen ein. Achte bei der Benutzung immer darauf, dass Du nicht dich selbst oder andere verletzt.

- Ziehe ein STRAFFR-Band niemals direkt in Richtung Gesicht.
- Ziehe das STRAFFR Band niemals über das Gehäuse.
- Ziehe das STRAFFR Band nie direkt in Richtung deines Gesichtes. Darüber hinaus empfehlen wir das Band nicht extrem zu überspannen, da es eventuell reißen oder zu unvorhersehbaren Verletzungen führen könnte. Lass das Band niemals an einer Seite los, wenn es auf Spannung ist.
- Das STRAFFR Band sollte nur mit Absprache eines Fachmannes (Arzt/Physiotherapeut) für medizinische oder therapeutische Zwecke genutzt werden.
- Verfärbungen des STRAFFR-Bands und/oder des USB-C-Kabels nach regelmäßigem Gebrauch sind normal. Schmutz, Ablagerungen und der Kontakt mit Lotionen können Verfärbungen verursachen.
- STRAFFR ist nicht verantwortlich oder haftbar für Verletzungen oder Schäden, die du als Folge unserer Fitnessprogramme, Trainingsvideos, Online-Fitness-Inhalte oder auf unseren Websites geteilten Informationen erleidest.
- Bei jeder Art von Problemen mit STRAFFR oder allgemeinen Fragen, kontaktiere uns per Mail unter [support@straffr.com](mailto:support@straffr.com)



# **Safety Information, Warranty & Regulatory Description**



## Important safety information

Use STRAFFR bands with care. They contain sensitive electronic components, including batteries, and can be damaged, impair functionality, or cause injury and death if misused.

### Batteries

**Caution:** The battery used in this device may present a fire or chemical burn hazard if mistreated. Do not disassemble, heat above 100°C(212°F) or incinerate.

**WARNING:** Risk of fire, explosion, and burns. Do not disassemble, crush, heat above 100°C(212°F), short-circuit or incinerate.

Do not try to replace the STRAFFR bands batteries yourself—you could damage the batteries, which may cause overheating and injury.

### Charging

Charge the STRAFFR band with the USB-C charging cable. Only charge with an adapter that is compliant with applicable country regulations and international and regional safety standards, including the International Standard for Safety of Information Technology Equipment (IEC 60950-1).

Other adapters may not meet the safety standards and charging with such adapters could pose a risk of death or injury. Using damaged cables or chargers, or charging when moisture is present can cause electric shock, fire, injury, or damage to the band or other property.

### **Bluetooth®**

To turn off Bluetooth on the STRAFFR band, press the STRAFFR button twice, and unplug the USB-Cable from the case or disconnect the STRAFFR app and wait for the STRAFFR band to go to sleep.

### **Prolonged heat exposure**

Prevent prolonged skin contact with a device, its power adapter, the charging cable and connector when connected with a power source, because it may trigger discomfort or injury. For example, while the STRAFFR band is charging using the USB charging cable and a power adapter plugged into a power source, don't rest or lean on the STRAFFR band, USB charging cable, power adapter, or place them under a cover, cushion, or your body. Be especially careful if you have a physical condition that affects your capability to detect heat touching your body.

## **Medical device interference**

STRAFFR bands include components and radios that emit electromagnetic fields. These electromagnetic fields may interfere with pacemakers, defibrillators, or other medical devices. Retain a safe distance of separation between your medical device and STRAFFR bands. Consult your doctor and device manufacturer for information specific to your medical device. Stop using STRAFFR bands if you assume they are interfering with your pacemaker, defibrillator, or any other medical device.

## **Skin irritation**

Clean STRAFFR bands regularly with a moist cloth. Don't get moisture in any openings, or use aerosol sprays, solvents, or abrasives. If a skin problem develops, discontinue use. If the problem persists, consult a physician.

## **Electrostatic shock**

When using STRAFFR bands in areas where the air is very dry, it is easy to build up static electricity. To minimize the risk of electrostatic discharge, avoid using STRAFFR bands in extremely dry environments, or touch a grounded unpainted metal object before using STRAFFR bands.

STRAFFR will not be responsible or liable for any injury or harm you sustain as a result of our fitness programs, training videos, online fitness content, or information shared on our websites. This includes emails, videos, and text. Thanks for your understanding. Exercise smart and healthy!

## **Support**

For support and troubleshooting information, user discussion boards, and the latest STRAFFR software downloads, go to [www.traffr.com/support](http://www.traffr.com/support).

# **Warranty**

Please find the full terms of STRAFFR's One Year Limited Warranty and details on obtaining service at [www.traffr.com/legal](http://www.traffr.com/legal).

## **Safety Information**

- Please pay careful attention to this STRAFFR safety information and keep it in a safe place! Read and follow these instructions for use and all the other information before using your STRAFFR band.
- Safe use of the STRAFFR band is only achievable if they are used correctly and in accordance with the instructions.
- It is your responsibility to ensure every STRAFFR user is well informed of warning notes and precautionary rules.
- Before starting your training program, you should consult your doctor to exclude any potential health risks.
- Your doctor's advice is important with regard to your heart rate, blood pressure and cholesterol levels.
- Pay attention to your body's signals.
- Incorrect or excessive training may be harmful to your health.
- If at any time during your training you should experience physical symptoms such as pain, chest tightness, irregular pulse or dizziness, please stop training immediately and visit your doctor or call an ambulance.

- Check the STRAFFR band for tears or porous sections every time prior to use.
- The safety of your STRAFFR bands can only be guaranteed if they are routinely checked for damage.
- Always wear appropriate clothing when training.
- Avoid loose-fitting clothing that the STRAFFR band could catch on, thereby restricting your training or endangering your safety.
- Keep children and animals away from all STRAFFR bands.
- STRAFFR bands are intended exclusively for use by adults.
- Use the STRAFFR band on a firm and even surface.
- The safety zone surrounding the user must be at least 2 meters. Keep your STRAFFR bands in a safe place when you are not using them.
- In particular, prolonged exposure to sunlight will reduce the useful life of your STRAFFR band and should therefore be avoided.
- Maintain an adequate distance to other people and/or objects during use.
- Always make sure you do not injure yourself or others during use.

- Never stretch the band over the STRAFFR case.
- Never pull a STRAFFR band directly towards your face.
- Furthermore, we recommend you do not subject the STRAFFR band to extreme tension as it may tear or lead to unforeseeable injury.
- Never let go of one end of the band when it's under tension.
- STRAFFR should only be used for medical or therapeutic purposes in coordination with an expert (doctor, physiotherapist).
- Discoloration of the STRAFFR band and/or of the USB-C cable after regular use is normal. Dirt, debris, and exposure to lotions may cause discoloration.
- STRAFFR will not be responsible or liable for any injury or harm you sustain as a result of our fitness programs, training videos, online fitness content, or information shared on our websites. This includes emails, videos, and text.
- If you have any problems with your STRAFFR band or questions in general, please send an email to [support@straffr.com](mailto:support@straffr.com)



# Regulatory Description

## **FCC compliance statement**

This device complies with part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules.

These limits are de-signed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation.

This equipment generates, uses, and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment to an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

Changes or modifications to this product not authorized by STRAFFR could void the electromagnetic compatibility (EMC) and wireless compliance and negate your authority to operate the product.

This product has demonstrated EMC compliance under conditions that included the use of compliant peripheral devices and shielded cables between system components. It is important that you use compliant peripheral devices and shielded cables between system components to reduce the possibility of causing interference to radios, television sets, and other electronic devices.

Responsible party (contact for FCC matters only):  
STRAFFR GmbH  
Universitätsplatz 12  
34127 Kassel  
Germany  
[www.strafr.com](http://www.strafr.com)

## **ISED Canada compliance statement**

### **English**

This device complies with ISED Canada license-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause interference, and (2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

### **Francais**

Le présent appareil est conforme aux CNR d'ISDE Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes : (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage, et (2) l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

## **EU Konformität**

### **English**

STRAFFR GmbH hereby declares that this wireless device is in compliance with Directive 2014/53/EU.

A copy of the EU Declaration of Conformity is available at <http://www.straffr.com/legal>.

### **Francais**

STRAFFR GmbH déclare que l'appareil sans fil est conforme à la directive 2014/53/EU.

Une copie de la Déclaration de conformité de l'U.E. est disponible en ligne à l'adresse <http://www.straffr.com/legal>.

### **Deutsch**

Hiermit erklärt STRAFFR GmbH, dass sich dieses drahtlose Gerät in Übereinstimmung mit der Richtlinie 2014/53/EU befindet.

Eine Kopie der EU-Konformitätserklärung ist unter <http://www.straffr.com/legal> zu finden.



Frequency	Maximum Power
Hz (bluetooth)	<100mW

Regulatory Information:

STRAFFR Resistance Band

Model: ST01X

Contains FCC ID: 2APD9-RSL10SIP

FCC ID: 2AWRM-ST01X

Contains IC ID: 23763-RSL10SIP

Made in Germany

# Disposal and Recycling Information



## English

This symbol indicates that this product and/or battery should not be disposed of with household waste. When you decide to dispose of this product and/or its battery, do so in accordance with local environmental laws and guidelines.

## Francais

Información sobre eliminación de residuos y reciclaje

El símbolo de arriba indica que este producto y/o su batería no debe desecharse con los residuos domésticos. Cuando decida desechar este producto y/o su batería, hágalo de conformidad con las leyes y directrices ambientales locales.

Deutsch

Informationen zu Entsorgung und Recycling  
Dieses Produkt und/oder die Batterie müssen getrennt vom Hausmüll entsorgt werden. Achte beim Entsorgen dieses Produkts und/oder der Batterie auf die Einhaltung der umweltrechtlichen Bestimmungen und Regelungen.

Europäische Union – Informationen zur Entsorgung

Das oben aufgeführte Symbol weist darauf hin, dass dieses Produkt den geltenden gesetzlichen Vorschriften entsprechend und vom Hausmüll getrennt entsorgt werden muss. Muss dieses Produkt entsorgt werden, gib es bei einer offiziellen Sammelstelle ab. Durch getrenntes Sammeln und Recycling werden die Rohstoffreserven geschont und es ist sichergestellt, dass beim Recycling des Produkts alle Bestimmungen zum Schutz von Gesundheit und Umwelt eingehalten werden.



2021 STRAFFR GmbH. Alle Rechte vorbehalten.  
All rights reserved. Printed in Germany.