

**NE VOULEZ PAS LIRE LES MOTS!
LA PHOTO N'EST PAS
FACILE À COMPRENDRE!
REGARDER LE TUTORIEL PRODUIT
VIDÉO SUR
WWW.FITBEASTSPORT.COM**



Vidéos tutoriel

Courriel: fitbeastservice@gmail.com

WhatsApp: +8618038159034

Facebook: Fitbeast

Ins: fitbeastsport

Utilisez le code d'enregistrement sur la carte de service du produit à utiliser sur le site officiel de la marque.

MATIERES

Vidéos didactiques ----- 38

Avertissements ----- 39

Directives pour la sécurité et les risques ----- 41

Instruction des produits et accessoires ----- 43

Site officiel et service après-vente ----- 47

JEU DE BANDES DE RÉSISTANCE EXERCICE

LI Lisez et suivez toutes les informations avant utilisation. Des blessures graves ou mortelles peuvent survenir.



ANCRE DE PORTE

- Assurez-vous TOUJOURS que la porte est suffisamment ferme avant la formation et n'utilisez pas d'ancrage de porte sur le mur de gypse ou la porte en verre.
- Installez TOUJOURS des «BANDES DE RÉSISTANCE Ancrages de porte» afin que la porte se ferme VERS vous.
- TOUJOURS bien fermer la porte, sécuriser et verrouiller le loquet avant chaque utilisation.

BANDES DE RÉSISTANCE

- Vérifiez TOUJOURS vos bracelets pour vous assurer qu'il n'y a aucun risque de hors ligne ou de fracture.
- NE PAS utiliser sur des portes faibles ou à âme creuse. N'utilisez la «BANDE DE RÉSISTANCE» que sur les portes en bois massif ou en métal.
- TOUJOURS inspecter les bandes, les ancrages de porte et tous les composants pour détecter des entailles, des coupures ou des fils / coutures desserrés avant chaque utilisation. Si vous trouvez des coupures ou du fil lâche, cessez immédiatement de l'utiliser.

ANCRE EN MOUSSE

Fait de mousse et de matériau PP, forte capacité portante, ferme et sûr.

GUIDE D'UTILISATION DU PAD MANUEL

LIGNES DIRECTRICES SUR LES BANDES DE RÉSISTANCE POUR LA SÉCURITÉ ET LES RISQUES

Avertissements: S'étirer plus de 5 fois risque d'être endommagé. La plage de sécurité de l'étiement est comprise entre 3 et 4 fois.

Veillez noter la limite du rapport d'étiement lorsque vous commencez à vous entraîner.

Les «BANDES DE RÉSISTANCE» ne sont pas un jouet. Merci de ne pas manger ni de vous suspendre la tête en bas.

«BANDES DE RÉSISTANCE» Ne tentez aucun type de traction ultime sur les «BANDES DE RÉSISTANCE» Utilisez uniquement comme indiqué / illustré / prévu.

Les «BANDES DE RÉSISTANCE» sont destinées à un usage adulte uniquement et ne doivent pas être utilisées par des enfants de moins de 18 ans. Gardez toujours les «BANDES DE RÉSISTANCE» hors de la portée des enfants.

Les «BANDES DE RÉSISTANCE» peuvent présenter un risque d'étranglement pour les enfants et les animaux domestiques et ne doivent donc JAMAIS être laissés sans surveillance. Pour éviter les accidents, désinstallez et rangez les «BANDES DE RÉSISTANCE» hors de portée des enfants lorsqu'ils ne sont pas utilisés.

DÉCLARATION

FitBeast LLC n'est pas responsable de tout dommage matériel pouvant survenir lors de l'installation ou de l'utilisation des «BANDES DE RÉSISTANCE» ou de l'un de ses composants.

IMPORTANT!!

**LES ÉTAPES SONT TOUTES
IMPORTANT , LES BANDES
SOYEZ INVARIABLE SI VOUS
SUIVRE LES MAUVAISES ÉTAPES**

AFFICHAGE DE LA STRUCTURE DU PRODUIT

STRCKRBLE UP TO 100 LBS

They can be used alone or stacked in any combination of intensity from 10 lbs to 100 lbs



LÄNGE: 1,5m/59inch

ANCRE DE PORTE INSTALLATION

(Reportez-vous à la figure 1 d'ANCRAGE DE PORTE pour les options de position appropriées)

Faites de l'exercice UNIQUEMENT du côté de la porte où la porte se ferme VERS VOUS

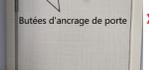
Vue du côté non-exercice de la porte



Vue du côté exercice de la porte



Fermer la porte VERS vous sur le "côté exercice" de la serrure de la porte et verrouiller la porte



Placez les bandes de porte centrés sur le dessus de la porte, les ancrages de porte doivent être du "côté non-exercice" de la porte.

Lorsque la porte est fermée, les ancrages de porte s'adaptent parfaitement entre le haut de la porte et le montant de la porte. Les butées d'ancrage de porte doivent reposer solidement contre Le cadre de la porte.

Lorsqu'elles sont correctement installées, les attaches de la sangle de suspension à réglage rapide sont orientées vers vous du "côté exercice" de la porte, après que vous ayez fermé la porte vers vous.

**VOIR LE TUTORIEL SUR
LE PRODUIT
VIDÉO ON
WWW.FITBEASTSPORT.COM**



Vidéos des tutoriels

Courriel: fitbeastservice@gmail.com

WhatsApp: +8618038159034

Facebook: Fitbeast

Ins: fitbeastsport

Utilisez le code d'enregistrement sur la carte de service du produit à utiliser sur le site officiel de la marque.

AVERTISSEMENTS SUR LES BANDES DE RÉSISTANCE

Avertissements et conseils d'entretien des BANDES DE RÉSISTANCE

Avertissements et conseils d'entretien des bandes d'assistance à la traction

1. Avertissements

Avant utilisation : Vérifiez toujours les fissures ou les entailles avant utilisation. Utilisé:

- Ne portez pas de bijoux pointus et ne gardez pas les ongles longs pendant l'utilisation en cas d'usure.
- Ne frottez pas les bandes avec des objets pointus en cas d'usure.
- N'étirez pas les bandes plus de 3 fois leur longueur.
- Remplacez les bandes périodiquement (par trimestre), sinon le cycle de vie sera réduit.
- Arrêtez d'utiliser si vous êtes allergique au latex.

2. Conseils d'entretien

- Ne plongez pas les bandes dans l'eau. Il est préférable de nettoyer avec de l'eau savonneuse, puis de le sécher dans un endroit frais.
- Tenez les bandes éloignées du réactif chimique.

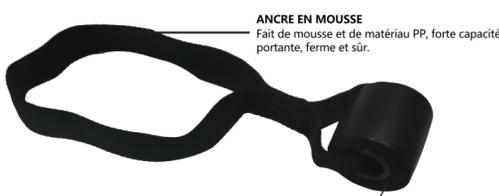
3. À propos de l'odeur

Gardez toujours les bandes dans un endroit ventilé, puis l'odeur de latex disparaîtra progressivement.

4. stockage

N'exposez pas les bandes à l'air pendant 6 mois, rangez les bandes dans le sac de transport, ou les bandes risquent de se fracturer.

ANCRE DE PORTE PLACEMENT



ANCRE EN MOUSSE
Fait de mousse et de matériau PP, forte capacité portante, ferme et sûr.

COUCHE DE RECOUVREMENT EN MOUSSE
Réduisez l'usure pour une utilisation de longue durée.

A w/As positionne les ancrages de porte dans le TOP-CENTER de la porte. Placez TOUJOURS les ancrages de porte de façon à ce que la porte se ferme VERS vous du côté exercice de la porte. Utilisez uniquement des «bandes de résistance» sur les portes sbLUD wood ou MEDAL.



Figure 1
[Exercice côté de la porte]

UTILISER LE GUIDE DE LA SANGLE DE CHEVILLE

Comment utiliser la sangle de cheville



1. Attacher la ceinture à la cheville

2. Régler le morillon

3. Réajuster

4. Gardez vos pieds confortables et sans frottement

SANGLES D'ENTRAÎNEMENT PRO EXERCICE



LI MPORTANT: Lisez et suivez tous les avertissements et instructions avant d'utiliser ce produit afin de réduire le risque de blessure.

Des blessures graves ou mortelles peuvent survenir. Les programmes d'exercices de toute nature présentent un danger inhérent pour le participant. Consultez votre médecin avant de commencer tout programme d'exercice. Tous les équipements FitBeast sont destinés à être utilisés par des adultes uniquement de la manière indiquée/illustrée/décrite. Toute personne âgée de moins de 18 ans doit être surveillée en permanence par un adulte. Toujours lire et suivre tous les avertissements et instructions avant utilisation. Toujours utiliser les techniques appropriées et le bon sens lors de l'exercice. Si vous en trouvez, cessez immédiatement l'utilisation et contactez FitBeast pour obtenir de l'aide. Ce produit n'est pas destiné à un usage commercial.

Allez sur www.fitbeastport.com pour des informations sur les produits. FABRIQUÉ EN CHINE.

