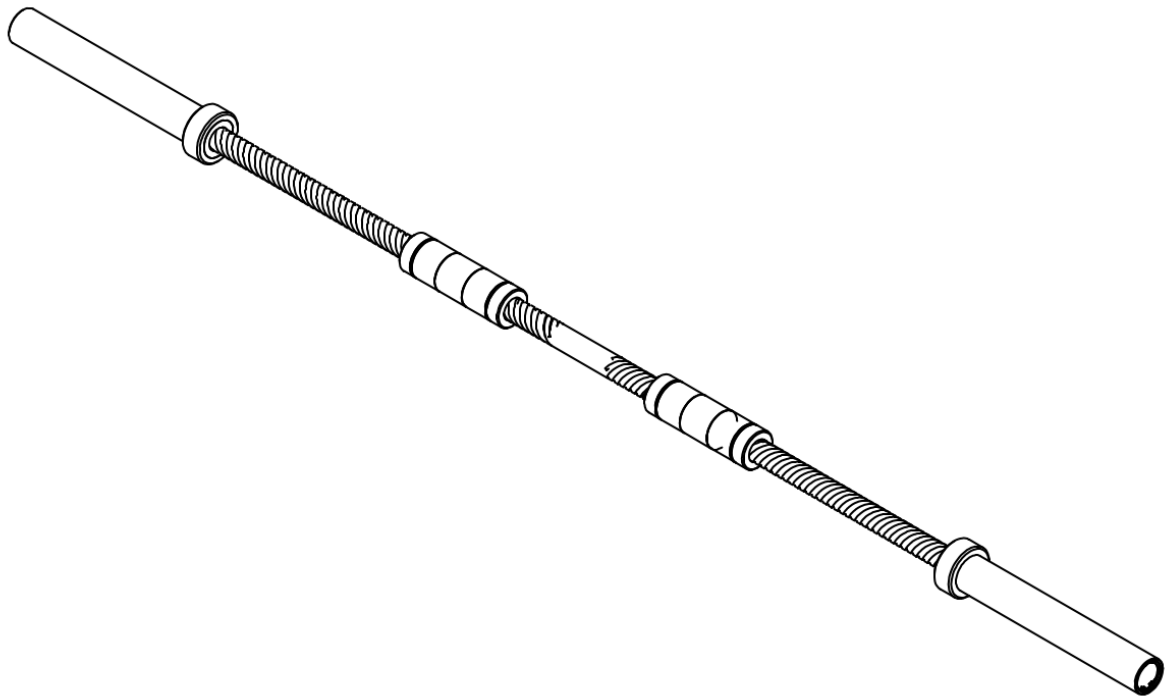


Squeezebar Lite

9kg

User Manual

Bedienungsanleitung



English

Deutsch

PLEASE READ BEFORE USE.

DIE BEDIENUNGSANLEITUNG VOR GEBRAUCH BITTE SORGFÄLTIG LESEN.

CAUTION/ ACHTUNG

It is the responsibility of the buyer of SQUEEZE BAR products to instruct all users and supervising personnel on proper usage of the device.

Es liegt in der Verantwortung des Käufers von SQUEEZE BAR-Produkten, alle Benutzer und das Aufsichtspersonal in der ordnungsgemäßen Verwendung des Geräts zu unterweisen.

Be careful with your clothes. After unpacking and also afterwards, the SQUEEZE BAR may be oily. There is a risk of soiling and damaging clothing.

Seien Sie vorsichtig mit Ihrer Kleidung. Nach dem Auspacken und auch danach kann die SQUEEZE BAR ölig sein. Es besteht die Gefahr, dass die Kleidung verschmutzt und beschädigt wird.

SAFETY INSTRUCTIONS/ SICHERHEITSHINWEISE

The instructions MUST be read before using any SQUEEZE BAR device. Use each device as it is intended to be used.

Die Anweisungen MÜSSEN vor dem Gebrauch eines SQUEEZE BAR-Gerätes gelesen werden. Verwenden Sie jedes Gerät so, wie es dafür vorgesehen ist.

A user MUST be medically evaluated and properly instructed prior to using SQUEEZE BAR device.

Ein Benutzer MUSS vor der Verwendung von SQUEEZE BAR-Geräten allgemein medizinisch untersucht und ordnungsgemäß eingewiesen werden.

Under no circumstances allow anyone to use a device that appears to be damaged. Do not attempt to repair a device before consulting an SQUEEZE BAR technician.

Lassen Sie unter keinen Umständen zu, dass jemand ein Gerät benutzt, das beschädigt zu sein scheint. Versuchen Sie nicht, ein Gerät zu reparieren, bevor Sie einen SQUEEZE BAR-Techniker hinzugezogen haben.



DO NOT replace components of SQUEEZEBAR devices with other non SQUEEZEBAR parts. If in doubt, contact an SQUEEZEBAR representative before taking any action.

Ersetzen Sie KEINE Komponenten von SQUEEZEBAR-Geräten durch Nicht-SQUEEZEBAR-Teile. Wenden Sie sich im Zweifelsfall an einen SQUEEZEBAR-Vertreter, bevor Sie etwas unternehmen.

DO NOT overload the device or attempt to exceed your personal strength level.

Überlasten Sie das Gerät NICHT und versuchen Sie NICHT, Ihr persönliches Kraftniveau zu überschreiten.

Children are not allowed to play with SQUEEZEBAR device. Children and teenagers MUST be supervised by a competent adult.

Kinder dürfen nicht mit SQUEEZEBAR-Geräten spielen. Kinder und Jugendliche MÜSSEN von einem kompetenten Erwachsenen beaufsichtigt werden.

DO NOT placing fingers or other body parts next to the handles. The handles of the SQUEEZEBAR move. There is a risk of bruise!

Vermeiden Sie Finger oder andere Körperteile neben den Griffen. Die Griffen der SQUEEZEBAR bewegen sich. Es besteht Quetschgefahr!

Keep long hair AWAY from the SQUEEZEBAR. There is a risk that the hair will get caught in the mechanism.

Halten Sie lange Haare fern von der SQUEEZEBAR. Es besteht die Gefahr, dass sich die Haare im Mechanismus verfangen.

RISK OF DAMAGE/ BESCHÄDIGUNGSGEFÄHR

DO NOT let the handles slide too fast into the center of the SQUEEZEBAR. The thread ends there. There is a risk of damaging the handles.

Slide the upper handle gently to the center before placing the SQUEEZEBAR vertically in a barbell rack.

Lassen Sie die Griffen NICHT zu schnell in die Mitte der SQUEEZEBAR gleiten. Das Gewinde endet dort. Es besteht die Gefahr, dass der Griff beschädigt wird.

Schieben Sie den oberen Griff vorsichtig in die Mitte, bevor Sie die SQUEEZEBAR vertikal in einen Hantelständer stellen.



MAINTENANCE & CARE/ WARTUNG UND PFLEGE

REGULARLY:

Clean the surfaces from dust and dirt. Vacuum clean the thread.

EVERY MONTH:

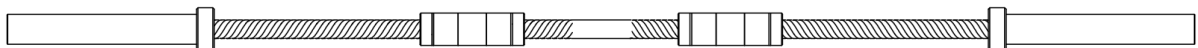
Spray TEFLON on the thread after the thread has been vacuumed. Slide the handles 3 times to the left and to the right.

REGELMÄSSIG:

Reinigen Sie die Oberflächen von Staub und Schmutz. Saugen Sie das Gewinde ab.

MONATLICH:

TEFLON auf das Gewinde sprühen, nachdem das Gewinde abgesaugt wurde. Schieben Sie die Griffe 3-mal nach links und rechts.



Squeezebar GmbH | Germany

E-mail: info@squeeezebar.de

www.squeeezebar.de



SQUEEZEBAR