

FITPOLE

ORIGINAL

ASENNUS-, KÄYTTÖ- JA TURVALLISUUSOHJEET

FITPOLE STAGE

Kiitos *Fitpole Stagen* hankinnasta! Olette hankineet suomalaisen kehitystyön, valmistuksen ja markkinoinnin aikaansaannoksen, yhden markkinoiden parhaimman tanssitangon. *Fitpole Stage* kehittyi käyttäjien palautteiden ja parannusehdotusten avulla. Joten jos sinulla on ehdotuksia, joilla voimme parantaa *Fitpole Stagea*, ota yhteyttä! Yhteystiedot löytyvät tämän ohjeen lopusta.



TURVALLISUUS on tärkein asia meille! On erityisen tärkeää, että luet nämä ohjeet ja vinkit alusta loppuun ennen kuin asennat tai käytät. ÄLÄ asenna *Fitpole Stagea*, jos olet epävarma, miten asentaa tai käyttää sitä. Ennenkin ota yhteyttä myyjään. Säilytä ohjeet koko stagen käyttöajan.



YLEISTÄ	3
FITPOLE STAGE	3
FITPOLEN YLEISET HARJOITUSVAIKUTUKSET	3
TURVALLISUUSOHJEET	3
HUOMIOITA.....	3
ASENNUSOHJEET	4
PAKKAUKSEN SISÄLTÖ	4
ASENNUSPAIKKA	4
FITPOLEN KOKOAMINEN JA ASENTAMINEN	4
MUUTA	8
TUOTTEEN PUHDISTUS, HUOLTO JA SÄILYTYS.....	8
KULUTUSTAVARAN KÄYTÖSTÄ POISTAMINEN JA HÄVITTÄMINEN	8
YHTEYSTIEDOT	8

Yleistä

Fitpole Stage

Fitpole Stage on kaksiosainen tanssitankolava, joka on pystyssä pysyvä ilman yläkiinnitystä. *Fitpole Stagessa* on yksi- tai kaksiosainen tanko, joka on korkeudeltaan 2950 tai 2850 mm.

Fitpole Stagella on 1 vuoden takuu. Huom. takuu ei kata huollon laiminlyönneistä tai väärästä käytöstä johtuvia rikkoontumisia

Fitpolen yleiset harjoitusvaikutukset

- Parantaa lihaskuntoa ja – voimaa
- Kehittää koordinaatiokykyä
- Kehittää tasapainoa ja liikkuvuutta
- Kehittää hapenkuljetus- ja verenkiertoelimistön kuntoa
- Polttaa rasvaa ja kiinteyttää

Turvallisuusohjeet

Huomioita

Seuraavien ohjeiden noudattamatta jättäminen voi aiheuttaa vakavia vahinkoja harjoittelun aikana!

- Käy terveystarkastuksessa ennen harjoittelun aloittamista mahdollisten tankotanssiharjoitteluun liittyvien riskien pois sulkemiseksi.
- Jos sinua alkaa pyörryttää tai tunnet itsesi muutoin huonovointiseksi harjoittelun aikana, lopeta ja varmista voitisi ennen kuin aloitat uudelleen.
- Varmista, että ympärilläsi on riittävästi tilaa. *Fitpole Stage* ei ole lelu. Aikuisen on aina valvottava alaikäisten harjoituksia.
- *Fitpole Stage* on tarkoitettu yhdelle henkilölle. Enimmäispaino on 120kg.
- Tarkista *Fitpole Stage* aina ennen harjoittelun aloittamista, mikäli havaitset jotakin poikkeavaa, älä aloita harjoittelua.
- Noudata mahdollisia harjoitteluohjeita.
- Varoitus: jotkut liikkeet voivat vaatia hyvää liikkuvuutta ja tasapainoa, huomioi harjoittelussa ja aloita varovasti.
- Tuotteen valmistaja yhteistyökumppaneineen ei vastaa tämän tuotteen käytön aiheuttamista loukkaantumisista tai materiaalivahingoista.

Fitpole Stagea käytetään Ahlsport Oy:n välittömän valvonnan ulkopuolella. Ahlsport, Ahlsport verkkokauppa, jälleenmyyjät, myyjät tai kuka tahansa muu henkilö tai yritys joka on tekemisissä Ahlsport Oy:n kanssa eivät voi ottaa vastuuta mistään onnettomuudesta käyttäjälle tai kolmannelle osapuolelle aiheutuneesta vammasta, tai omaisuudelle aiheutuneesta vahingosta. Normaalit kuluttajan oikeudet ovat tietenkin voimassa.

Fitpole Stage on siirrettävä ja kuljetettava lava, tästä johtuen se saattaa aiheuttaa vahinkoa lattiaan. *Fitpole Stage* ei eroa tässä suhteessa muista markkinoilla olevista vastaavaista tuotteista. Tämä tosiasia on ymmärrettävä ja minimoitava mahdollisuudet vahinkoihin ennen stagen käyttöönottoa. Ahlcover Group Oy, Ahlsport, jälleenmyyjät eikä kukaan henkilö tai yritys, jotka liittyvät Ahlsport Oy:öön, ei ole vastuussa mistään omaisuusvahingoista tai tapaturmista, jotka syntyvät *Fitpole*

Stagea käytettäessä. Mikäli et hyväksy, että vahinkoja voi sattua, älä ota *stagea* käyttöön taikka edes pakkauksesta.

Asennusohjeet: (KATSO ASENNUSVIDEO: <https://www.youtube.com/watch?v=aGxzUp24BLQ>)

Pakkauksen sisältö

Fitpole pakkaus sisältää alla listatut osat.

- Lavan puiset pohjaosat (2 kpl)
- Lavan metallinen pohjalevy (1 kpl)
- Lavan tanko (yksi- tai kaksiosainen)
- Tiivisteet lavan alle (4-6 kpl)
- Ruuvit tangon kiinnittämiseen (5 kpl)
- Ruuvit lavan pohjalevyn kiinnittämiseen (9 kpl)
- Kuusiokoloavain

Jos pakkauksen sisältö ei ole yllämainitun listan mukainen, ota yhteyttä myyntipisteeseen.

Asennuspaikka

Epävarmoissa tilanteissa kysy rakennusammattilaisen apua tai ota yhteyttä myyntipisteeseen.

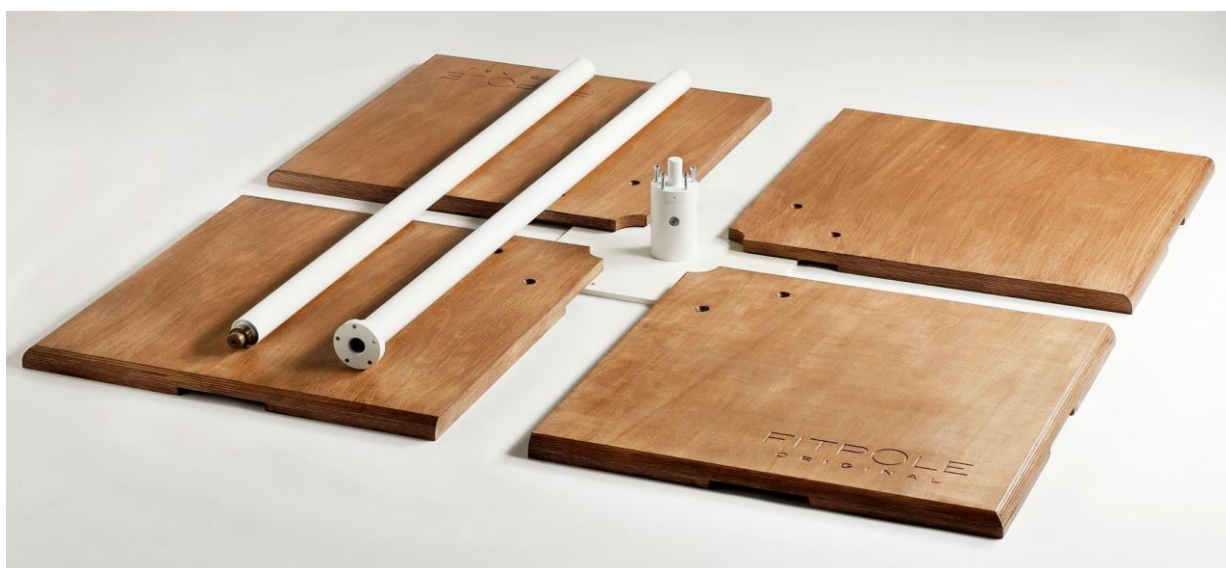
Jos et hyväksy että vahinkoja voi sattua, älä asenna *Fitpole Stagea*.

Valitse harjoittelu- ja tanssipaikka huolella. Sinun tulee voida kiertää suunnitellun tangon paikan ympäri kädet ojennettuina sivuille, ilman että kosketat mihinkään. Tarvitset tilaa noin 3-3,5m halkaisijaltaan olevan ympyrän, jonka keskellä *stage* on.

Fitpolen kokoaminen ja asentaminen

Tarkista vielä pakkauksen sisältö. Jos jotain puuttuu tai on vahingoittunut, ota yhteyttä myyntipisteeseen.

Asenna mukana tulleet puuosat ja metallilevy toisiinsa kuvan mukaisesti (kuva 1).



Kuva 1. Puulevyjen asentaminen metallilevyyn

Asenna pultit (8 kpl) paikalleen kuvan mukaisesti (kuva 2.). Väännä lopuksi pultit sopivaan kireyteen, mutta huomioi ettet vahingoita metallilevyssä olevia kierteitä.



Kuva 2. Pulttien asentaminen puulevyn ja metallilevyn välillä

Tarvittaessa jokaisen kulman alle asennetaan tiiviste lavan liukumisen estämiseksi.

Asenna tanko lavaosaan kuvan mukaisesti (kuva 3.).



Kuva 3. Tangon asennus lavaan

Tangossa ja metallisessa pohjalevyssä on merkit pultinreikien kohdentamista varten (kuva 3.). Asenna ylempien nuolten osoittamat (kuva 3.) kohdistusreiät kohdakkain.

Pyörivässä mallissa lavan saa lukittua staattiseksi, kun kohdistusreiät ovat alemman pultin reiän kohdalla (kuva 3.).

Asenna tangon pultit (5 kpl) paikalleen kuvan (kuva 4.) mukaisesti. Pyöritä tangon pultit paikalleen kuusiokoloavaimen pallomaisella päällä. Kiristä lopuksi avaimen toisella päällä pultit lopulliseen kireyteen.



Kuva 4. Pulttien asennus

Huom! Pyöritä jokaisen pultin kierre ensin alkuun ja lopuksi vasta kiristät ruuvit lopulliseen kireyteen.

Kaksiosaisessa tangossa keskiosan kierteet on esirasvattu tehtaalla pakatessa. Voit rasvata kierteitä säännöllisesti, esim. joka viides pystytyskerta tai vähintään joka toinen kuukausi. Voiteluun voi käyttää esimerkiksi vaseliinia tai öljyä. Kiristä tangon yläosa tangon alaosaan riittävällä voimalla käyttäen käsiä, et tarvitse työkaluja. Yläosa kiertyy alaosaan kiertämällä tangon yläosaa myötäpäivään.

Lopuksi kiristä tangon kyljessä oleva pidätinruuvi myötäpäivään mukana tulevalla kuusiokoloavaimella (kuva 5). Purkaessa ensin avataan pidätinruuvi ja lopuksi pyöritetään tangon osat irti toisistaan. Voit käyttää apuna esim. kosteaa pyyhettä mikäli osat tuntuvat olevan kireässä.

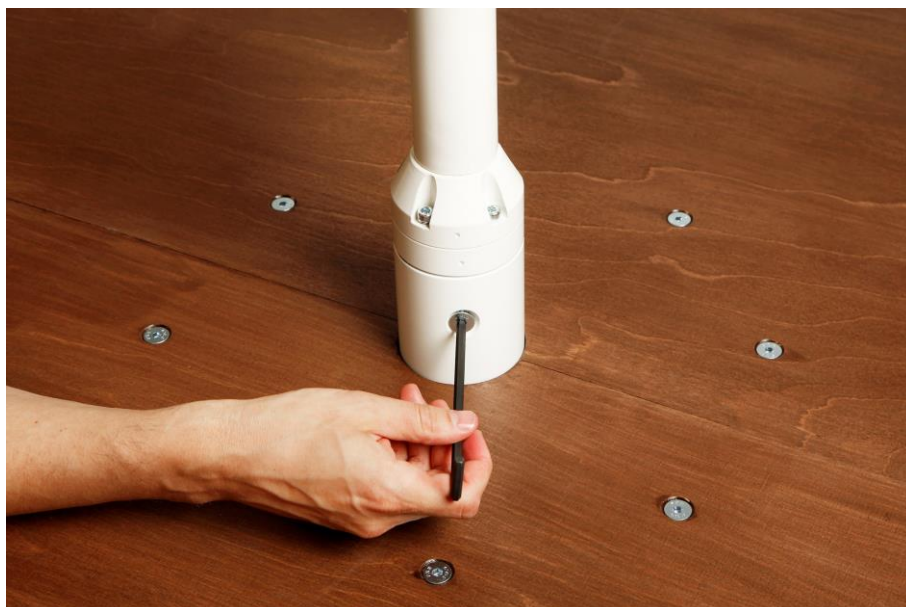


Kuva 5. Pidätinruuvin kiristäminen/avaaminen

Spinnaavassa lavamallissa tangon saa asennettua staattiseksi, kun asentaa kuvan mukaisen (kuva 6.) pultin paikalleen. Katso myös kuva 3. liittyen kohdistusreikiin. Kyseessä on samanlainen pultti kuin vanerilevyjen asentamisessa pohjalevyyn.

Tangon saa pyöriväksi, kun poistaa kyseisen pultin.

Huom! Kyseinen pultti pitää rasvata joka viides pystytyskerta tai vähintään joka toinen kuukausi.



Kuva 6. Lavan asentaminen staattiseksi/spinnaavaksi



Muuta!

Tuotteen puhdistus, huolto ja säilytys

Puhdistamiseen pätee yleisohjeet maalipinnan puhdistukselle. Puhdistaminen suoritetaan vedellä tai neutraalilla pesuaineella. *Fitpole Stage* ei myöskään ole erityisen herkkä alkoholipitoisille puhdistusaineille. Käytettäessä puhdistusaineita, kokeile ensin huomaamattomaan paikkaan. Älä käytä tangon puhdistukseen hankaavia tai naarmuttavia välineitä. Maalipinnan kestävyuden kannalta vältä sormusten tai vastaavien hankaavien korujen käyttöä.

Lavan osien kaikki kierteet on hyvä voidella joka viides pystytyskerta tai vähintään joka toinen kuukausi. Voiteluun voi käyttää esimerkiksi vaseliinia tai öljyä.

Kulutustavaran käytöstä poistaminen ja hävittäminen

Fitpole Stage voidaan hävittää yleisessä kierrätyspisteessä, koostuu pääasiassa metallista sekä puusta.

TÄRKEITÄ LINKKEJÄ:



<https://www.facebook.com/ahlsport/>



<http://www.fitpolestore.com/>

Yhteystiedot

Valmistaja:
 Ahlsport Oy
 Poro-ojantie 17
 42100 Jämsä
 WWW.AHLSPORT.COM
ahlsport@ahlsport.com
 +358(0)44449746363