



Weighted Vest



User Manual
support@sportneer.com

How to wear

- EN** **Inspect the Weight Vest:** Before each use, check the vest for any signs of damage. Ensure all buttons and straps are intact and functioning properly.
- FR** **Inspecter le gilet de sauvetage:** Avant chaque utilisation, vérifiez que le gilet n'est pas endommagé. Assurez-vous que tous les boutons et toutes les sangles sont intacts et fonctionnent correctement.
- DE** **Überprüfen Sie die Gewichtsweste:** Vor jedem Gebrauch, überprüfen Sie die Weste auf Anzeichen von Schäden. Vergewissern Sie sich, dass alle Knöpfe und Riemen intakt sind und einwandfrei funktionieren.
- IT** **Ispezione del giubbotto di zavorra:** Prima di ogni utilizzo, controllare che l'imbragatura non presenti segni di danneggiamento. Assicurarsi che tutti i bottoni e le cinghie siano intatti e funzionino correttamente.
- ES** **Inspección el chaleco de musculación:** Antes de cada uso, compruebe que el chaleco no presenta ningún signo de deterioro. Asegúrese de que todos los botones y correas estén intactos y funcionen correctamente.

- EN** **Put on the Vest:** Slide your arms through the vest's openings, positioning it comfortably on your body. Fasten the two front buttons.



- FR** **Enfiler le gilet:** Glisser les bras dans les ouvertures du gilet, en le positionnant confortablement sur le corps. Fermez les deux boutons du devant.

- DE** **Ziehen Sie die Weste an:** Schieben Sie Ihre Arme durch die Öffnungen der Weste und positionieren Sie sie bequem an Ihrem Körper. Schließen Sie die beiden vorderen Knöpfe.

- IT** **Indossare l'imbragatura:** far passare le braccia attraverso le aperture dell'imbragatura, posizionandola comodamente sul corpo. Chiudere i due bottoni anteriori.



- ES** **Póngase el chaleco:** Deslice los brazos por las aberturas del chaleco, colocándolo cómodamente sobre el cuerpo. Abroche los dos botones delanteros.

- EN** **Adjust Fit:** Customize the vest's fit by adjusting the strap length, ensuring it is snug and secure against your body.

- FR** **Ajustez la coupe:** Personnalisez la coupe du gilet en ajustant la longueur de la sangle, en veillant à ce qu'elle soit bien ajustée et sûre contre votre corps.



- DE** **Passen Sie die Passform an:** Passen Sie die Weste an, indem Sie die Länge der Gurte so einstellen, dass sie eng und sicher an Ihrem Körper anliegen.

- IT** **Regolare la vestibilità:** Personalizzare la vestibilità del gilet regolando la lunghezza della cinghia, assicurandosi che sia aderente e sicura al corpo.

- ES** **Ajuste el ajuste:** Personalice el ajuste del chaleco ajustando la longitud de la correa, asegurándose de que quede ceñida y segura contra su cuerpo.



EN Secure Straps: Once adjusted, fold any excess strap and secure it with the elastic band provided at the strap's end.

FR Fixez les sangles: Une fois le réglage effectué, pliez l'excédent de sangle et fixez-le à l'aide de l'élastique prévu à cet effet à l'extrémité de la sangle.

DE Sichern Sie die Gurte: Nach der Einstellung falten Sie den überschüssigen Gurt zusammen und sichern Sie ihn mit dem Gummiband am Ende des Gurtes.

IT Fissare le cinghie: una volta regolate, ripiegare le cinghie in eccesso e fissarle con l'elastico in dotazione all'estremità della cinghia.

ES Asegure las correas: Una vez ajustada, doble cualquier exceso de correa y asegúrela con la banda elástica proporcionada en el extremo de la correa.



EN Begin Training: After confirming the vest is secure and comfortable, you're ready to start your workout.

FR Commencez l'entraînement: Après avoir vérifié que la veste est bien fixée et confortable, vous êtes prêt à commencer votre entraînement.

DE Beginnen Sie mit dem Training: Nachdem Sie sichergestellt haben, dass die Weste sicher und bequem sitzt, können Sie mit dem Training beginnen.

IT Iniziare l'allenamento: dopo aver verificato che l'imbragatura sia sicura e confortevole, si è pronti per iniziare l'allenamento.

ES Empieza a entrenar: Después de confirmar que el chaleco está seguro y cómodo, estás listo para empezar tu entrenamiento.



DETAILS

EN Pockets: Convenient pockets are designed to hold essentials such as phones, keys, and other small items during exercise.

D-Ring: Utilize the D-ring to hang additional gear or accessories as needed.

FR Poches: Les poches pratiques sont conçues pour accueillir les objets essentiels tels que les téléphones, les clés et d'autres petits objets pendant l'exercice.

Anneau en D: L'anneau en D permet d'accrocher du matériel ou des accessoires supplémentaires.

DE Taschen: Praktische Taschen sind so konzipiert, dass sie während des Trainings wichtige Dinge wie Telefon, Schlüssel und andere kleine Gegenstände aufnehmen können.

D-Ring: Nutzen Sie den D-Ring, um bei Bedarf zusätzliche Ausrüstung oder Zubehör aufzuhängen.

IT Tasche: Le comode tasche sono progettate per contenere oggetti essenziali come telefoni, chiavi e altri piccoli oggetti durante l'esercizio.

Anello a D: Utilizzare l'anello a D per appendere altri attrezzi o accessori, se necessario.

ES Bolsillos: Los prácticos bolsillos están diseñados para guardar objetos esenciales como teléfonos, llaves y otros objetos pequeños durante el ejercicio.

Anilla en D: Utilice el anillo en D para colgar equipo adicional o accesorios según sea necesario.



EN We provide a phone bag for you to store your phone.

FR Nous vous fournissons une pochette pour ranger votre téléphone.

DE Wir stellen Ihnen eine Handytasche zur Verfügung, in der Sie Ihr Telefon aufbewahren können.

IT Vi forniamo una borsa per il telefono per riporre il vostro telefono.

ES Te proporcionamos una bolsa para que guardes tu teléfono.



Important Notes

EN Important Notes

1. Do not expose the vest to open flames or sharp objects to prevent fabric damage.
2. Do not wash the vest.
3. If the vest becomes wet after use, dry it thoroughly in the sun or a well-ventilated area before reuse.

FR Remarques importantes

1. N'exposez pas la veste à des flammes nues ou à des objets pointus afin d'éviter d'endommager le tissu.
2. Ne pas laver la veste.
3. Si la veste est mouillée après utilisation, séchez-la soigneusement au soleil ou dans un endroit bien ventilé avant de la réutiliser.

DE Wichtige Hinweise

1. Setzen Sie die Weste keinen offenen Flammen oder scharfen Gegenständen aus, um Stoffschäden zu vermeiden.
2. Waschen Sie die Weste nicht.
3. Wenn die Weste nach dem Gebrauch nass wird, trocknen Sie sie vor der Wiederverwendung gründlich in der Sonne oder in einem gut belüfteten Bereich.

IT Note importanti

1. Non esporre l'imbragatura a fiamme libere o a oggetti taglienti per evitare danni al tessuto.
2. Non lavare il gilet.
3. Se il giubbotto si bagna dopo l'uso, asciugarlo accuratamente al sole o in un'area ben ventilata prima di riutilizzarlo.

ES Notas importantes

1. No exponga el chaleco a llamas abiertas u objetos afilados para evitar daños en el tejido.
2. No lave el chaleco.
3. Si el chaleco se moja después de su uso, séquelo bien al sol o en una zona bien ventilada antes de volver a utilizarlo.

PL Ważne uwagi

1. Nie wystawiaj kamizelki na działanie otwartego ognia lub ostrych przedmiotów, aby zapobiec uszkodzeniu tkaniny.
2. Nie prać kamizelki.
3. Jeśli kamizelka zamoknie po użyciu, przed ponownym użyciem należy ją dokładnie wysuszyć na słońcu lub w dobrze wentylowanym miejscu.

NL Belangrijke opmerkingen

1. Stel het vest niet bloot aan open vuur of scherpe voorwerpen om schade aan de stof te voorkomen.
2. Was het vest niet.
3. Als het vest nat wordt na gebruik, droog het dan grondig in de zon of een goed geventileerde ruimte voordat u het opnieuw gebruikt.

SE Viktiga anmärkningar

1. Utsätt inte västen för öppen eld eller vassa föremål för att förhindra att tyget skadas.
2. Tvätta inte västen.
3. Om västen blir våt efter användning, torka den noggrant i solen eller i ett väl ventilerat utrymme innan den används igen.

TR Önemli Notlar

1. Kumaş hasarını önlemek için yeleği açık alevlere veya keskin nesnelere maruz bırakmayın.
2. Yeleği yıkamayın.
3. Yelek kullanımdan sonra ıslanırsa, yeniden kullanmadan önce güneşte veya iyi havalandırılan bir alanda iyice kurutun.