



Руководство пользователя

Мешок

Артикул: LB01



Внимание

Перед началом сборки проверьте комплектацию изделия.

Не выбрасывайте упаковку до окончания сборки изделия.

Производитель имеет право вносить изменения в конструкцию не ухудшающие потребительские свойства изделия, без специального уведомления.

Тренажёр предназначен для домашнего (бытового) использования.

ВНИМАНИЕ!

Перед началом использования тренажера изучите настоящее руководство. Это поможет быстро настроить тренажер для занятий и использовать его правильно и безопасно. Сохраните руководство для последующих справок.

ВНИМАНИЕ!

Настоятельно рекомендуем Вам перед тем, как приступить к тренировкам, пройти полное медицинское обследование, особенно:

- если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или заболеваниям сердечно - сосудистой системы,
- если Вы старше 45 лет,
- если Вы курите,
- если у Вас повышен уровень холестерина,
- если Вы страдаете ожирением или в течение последнего года не занимались регулярно спортом.

Если во время тренировки Вы почувствуете слабость, головокружение, одышку или боль, немедленно прекратите занятия!

ВНИМАНИЕ!

Для выполнения условий гарантии необходимо соблюдать следующие правила и рекомендации хранения и использования тренажера!

РЕКОМЕНДАЦИИ

- Сохраняйте инструкцию. Внимательно ознакомьтесь с инструкцией перед сборкой и использованием тренажера.
- Перед началом занятий обеспечьте зону безопасности радиусом 2 м, свободную от людей, животных и посторонних предметов.
- Тренажер предназначен для использования в домашних условиях при температуре не ниже 15 °С.
- Храните тренажер вдали от острых и раскаленных предметов, открытого огня и прямых солнечных лучей.
- Транспортировка тренажера возможна только с предварительно опустошенной базой.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- Перед началом занятий с тренажером проконсультируйтесь у врача. В случае возникновения физического дискомфорта во время тренировки обратитесь к врачу.
- Для занятий на тренажере необходимо использовать боксерские бинты, снаряженные или боксерские перчатки. Перед каждым занятием разогревайте мышцы, чтобы избежать растяжений и вывихов.
- Во избежание травм и повреждений тренажера перед началом тренировки снимите все украшения! Не наносите удары по боксерскому мешку посторонними предметами! Манекен не предназначен для тренировок с использованием оружия (палок и прочее) и ударов обутыми ногами.
- Данный тренажер предназначен для отработки точности удара. Вода внутри помогает распределить силу удара, что делает тренажер пригодным для тяжелых ударов.

ВОДОНАЛИВНОЙ БОКСЁРСКИЙ МЕШОК

Руководство пользователя

Шаг 1. Зацепите такелажную скобу за пластиковое отверстие в верхней части мешка и закройте её.

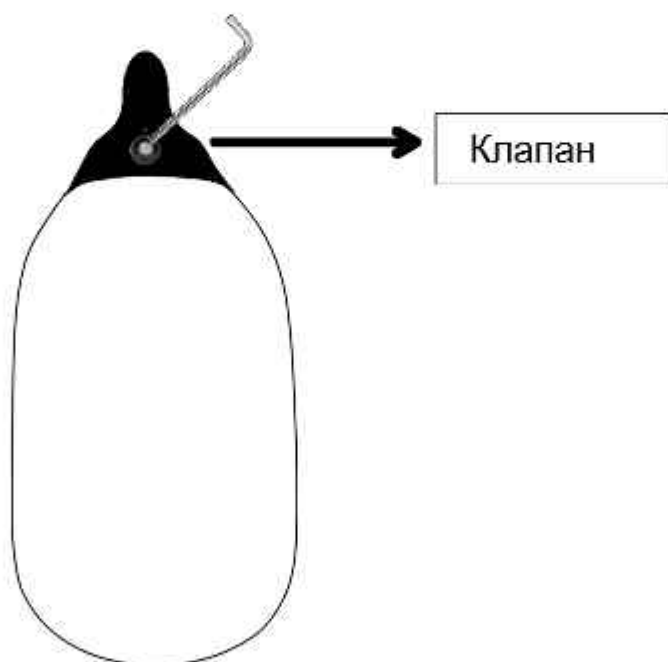
Шаг 2. Используя шестигранный ключ, откройте клапан в верхней части мешка.

Шаг 3. Установите воронку в отверстие и с помощью неё заполните мешок водой до желаемого уровня (максимальный вес заполненного мешка – приблизительно 45 кг).

Шаг 4. Когда мешок будет заполнен примерно на 90%, закройте клапан шестигранным ключом.

Шаг 5. Повесьте боксёрский мешок на высоте, соответствующей вашему росту (приблизительно на уровне лица или туловища), для удобства тренировок.

Готово!



Запасные инструменты и приспособления:



Такелажная
скоба



Карабин



Цепь



Воронка



Шестигранник