

INSTRUKCJA OBSŁUGI S123

Importer: VITOLOG.PL Sp. z o.o., ul. Międzyleska 6, 50-514 Wrocław, Polska

Cechy produktu: Odcudzające masujące hula-hop z obciążeniem. Średnica 98 cm. Składane z 7 elementów. Materiał: magnes, czarna część z PE (polietylen), biała część z PP, przezroczyste części z PVC.

Obsługa: Rozpakuj hula hop i upewnij się, że masz wszystkie części. Złóż hula hop: wciśnij czarną część segmentu w białą, a następnie przekręć biały element segmentu w stronę pozycji „LOCK”. Połącz ze sobą kulki magnetyczne poprzez dodanie magnesów w środek. Wciśnij kulki magnetyczne w przygotowane do tego otwory w segmentach hula hop. W celu rozłożenia hula hop, wykonaj powyższe czynności, ale w odwrotnej kolejności, zaczynając od przekręcenia białego elementu w kierunku „OPEN”

Ostrzeżenia: Przed użyciem przeczytaj instrukcje i zachowaj ją na przyszłość. Nie zakładaj przyrządu na szyję. Przedmiot nie jest odpowiedni dla dzieci poniżej 3 roku życia. Starsze dzieci mogą używać go jedynie pod nadzorem osoby dorosłej. Przechowywać w suchym miejscu, nie wystawiać na bezpośrednie działanie promieni słonecznych. Podczas montażu produktu należy zachować ostrożność, nie demontować na siłę. Montażu może dokonać tylko osoba dorosła. Hula Hop nie może obracać się zbyt szybko, wskazane jest utrzymywanie stałego i równomiernego ruchu. Ciało powinno być zrelaksowane i wyprostowane. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy przeprowadzić rozgrzewkę. W trakcie ćwiczenia można się poruszać, a nawet jest to zalecane w celu uniknięcia zmęczenia mięśni i stawów. Aby uzyskać pożądaną efekt, zaleca się wykonywanie ćwiczeń przed ponad 30 minut. Nie można ćwiczyć 30 minut przed posiłkiem. Należy zachować specjalną ostrożność, jeśli osoba ćwicząca jest przewlekłe chora, źle się czuje. Nie zaleca się wykonywania ćwiczeń za pomocą hula-hop przez kobiety w ciąży lub w czasie menstruacji. Zaleca się ćwiczenie na otwartej przestrzeni, tak aby mieć wystarczającą ilość miejsca do poruszania się oraz aby nie uszkodzić przedmiotów znajdujących się w pobliżu. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy upewnić się, że piłka jest dobrze przymocowana, w przeciwnym wypadku może spaść i spowodować obrażenia ludzi lub przedmiotów. Twoje bezpieczeństwo oraz bezpieczeństwo innych osób są ważne, więc zawsze zachowuj ostrożność podczas treningu. Produkt nie jest zabawką. Produkt zawiera małe elementy, które mogą spowodować zadławienie. Chronić przed dziećmi.

INSTRUKCJA OBSŁUGI S123

Importer: VITOLOG.PL Sp. z o.o., ul. Międzyleska 6, 50-514 Wrocław, Polska

Cechy produktu: Odcudzające masujące hula-hop z obciążeniem. Średnica 98 cm. Składane z 7 elementów. Materiał: magnes, czarna część z PE (polietylen), biała część z PP, przezroczyste części z PVC.

Obsługa: Rozpakuj hula hop i upewnij się, że masz wszystkie części. Złóż hula hop: wciśnij czarną część segmentu w białą, a następnie przekręć biały element segmentu w stronę pozycji „LOCK”. Połącz ze sobą kulki magnetyczne poprzez dodanie magnesów w środek. Wciśnij kulki magnetyczne w przygotowane do tego otwory w segmentach hula hop. W celu rozłożenia hula hop, wykonaj powyższe czynności, ale w odwrotnej kolejności, zaczynając od przekręcenia białego elementu w kierunku „OPEN”

Ostrzeżenia: Przed użyciem przeczytaj instrukcje i zachowaj ją na przyszłość. Nie zakładaj przyrządu na szyję. Przedmiot nie jest odpowiedni dla dzieci poniżej 3 roku życia. Starsze dzieci mogą używać go jedynie pod nadzorem osoby dorosłej. Przechowywać w suchym miejscu, nie wystawiać na bezpośrednie działanie promieni słonecznych. Podczas montażu produktu należy zachować ostrożność, nie demontować na siłę. Montażu może dokonać tylko osoba dorosła. Hula Hop nie może obracać się zbyt szybko, wskazane jest utrzymywanie stałego i równomiernego ruchu. Ciało powinno być zrelaksowane i wyprostowane. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy przeprowadzić rozgrzewkę. W trakcie ćwiczenia można się poruszać, a nawet jest to zalecane w celu uniknięcia zmęczenia mięśni i stawów. Aby uzyskać pożądaną efekt, zaleca się wykonywanie ćwiczeń przed ponad 30 minut. Nie można ćwiczyć 30 minut przed posiłkiem. Należy zachować specjalną ostrożność, jeśli osoba ćwicząca jest przewlekłe chora, źle się czuje. Nie zaleca się wykonywania ćwiczeń za pomocą hula-hop przez kobiety w ciąży lub w czasie menstruacji. Zaleca się ćwiczenie na otwartej przestrzeni, tak aby mieć wystarczającą ilość miejsca do poruszania się oraz aby nie uszkodzić przedmiotów znajdujących się w pobliżu. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy upewnić się, że piłka jest dobrze przymocowana, w przeciwnym wypadku może spaść i spowodować obrażenia ludzi lub przedmiotów. Twoje bezpieczeństwo oraz bezpieczeństwo innych osób są ważne, więc zawsze zachowuj ostrożność podczas treningu. Produkt nie jest zabawką. Produkt zawiera małe elementy, które mogą spowodować zadławienie. Chronić przed dziećmi.

INSTRUKCJA OBSŁUGI S123

Importer: VITOLOG.PL Sp. z o.o., ul. Międzyleska 6, 50-514 Wrocław, Polska

Cechy produktu: Odcudzające masujące hula-hop z obciążeniem. Średnica 98 cm. Składane z 7 elementów. Materiał: magnes, czarna część z PE (polietylen), biała część z PP, przezroczyste części z PVC.

Obsługa: Rozpakuj hula hop i upewnij się, że masz wszystkie części. Złóż hula hop: wciśnij czarną część segmentu w białą, a następnie przekręć biały element segmentu w stronę pozycji „LOCK”. Połącz ze sobą kulki magnetyczne poprzez dodanie magnesów w środek. Wciśnij kulki magnetyczne w przygotowane do tego otwory w segmentach hula hop. W celu rozłożenia hula hop, wykonaj powyższe czynności, ale w odwrotnej kolejności, zaczynając od przekręcenia białego elementu w kierunku „OPEN”

Ostrzeżenia: Przed użyciem przeczytaj instrukcje i zachowaj ją na przyszłość. Nie zakładaj przyrządu na szyję. Przedmiot nie jest odpowiedni dla dzieci poniżej 3 roku życia. Starsze dzieci mogą używać go jedynie pod nadzorem osoby dorosłej. Przechowywać w suchym miejscu, nie wystawiać na bezpośrednie działanie promieni słonecznych. Podczas montażu produktu należy zachować ostrożność, nie demontować na siłę. Montażu może dokonać tylko osoba dorosła. Hula Hop nie może obracać się zbyt szybko, wskazane jest utrzymywanie stałego i równomiernego ruchu. Ciało powinno być zrelaksowane i wyprostowane. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy przeprowadzić rozgrzewkę. W trakcie ćwiczenia można się poruszać, a nawet jest to zalecane w celu uniknięcia zmęczenia mięśni i stawów. Aby uzyskać pożądaną efekt, zaleca się wykonywanie ćwiczeń przed ponad 30 minut. Nie można ćwiczyć 30 minut przed posiłkiem. Należy zachować specjalną ostrożność, jeśli osoba ćwicząca jest przewlekłe chora, źle się czuje. Nie zaleca się wykonywania ćwiczeń za pomocą hula-hop przez kobiety w ciąży lub w czasie menstruacji. Zaleca się ćwiczenie na otwartej przestrzeni, tak aby mieć wystarczającą ilość miejsca do poruszania się oraz aby nie uszkodzić przedmiotów znajdujących się w pobliżu. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy upewnić się, że piłka jest dobrze przymocowana, w przeciwnym wypadku może spaść i spowodować obrażenia ludzi lub przedmiotów. Twoje bezpieczeństwo oraz bezpieczeństwo innych osób są ważne, więc zawsze zachowuj ostrożność podczas treningu. Produkt nie jest zabawką. Produkt zawiera małe elementy, które mogą spowodować zadławienie. Chronić przed dziećmi.



Importer: VITOLOG.PL Sp. z o.o., ul. Międzyzyleska 6, 50-514 Wrocław, Poland

Product features:

Slimming massaging hula hoop with weights. Diameter 98 cm. Composed of 7 elements. Material: magnet, black part made of PE (polyethylene), white part made of PP, transparent part made of PVC.

How to use: Unpack the hula hoop and make sure you have all the parts. Assemble the hula hoop: press the black part of the segment into the white part, and then turn the white part of the segment towards the "LOCK" position. Connect the magnetic balls together by adding magnets in the middle. Push the magnetic balls into the prepared holes in the hula hoop segments. To unfold the hula hoop, follow the steps above, but in reverse order, starting by turning the white part in the "OPEN" direction

Warnings: Please read the instructions before use and keep them for future reference. Do not wear the device around the neck. The item is not suitable for children under 3 years of age. Older children can only use it under adult supervision. Store in a dry place, do not expose to direct sunlight. Be careful when assembling the product, do not disassemble by force. Only an adult can assemble it. The hula hoop cannot rotate too fast, it is advisable to keep it moving steadily and evenly. The body should be relaxed and straight. Before you start exercising, you should warm up. You can move during the exercise and it is even recommended to avoid muscle and joint fatigue. To get the desired effect, it is recommended to exercise for more than 30 minutes. You can not exercise 30 minutes before a meal. Special care should be taken if the exercising person is chronically ill or feeling unwell. It is not recommended to exercise with a hula hoop by pregnant or menstruating women. It is recommended to practice in the open so that you have enough space to move around and not to damage nearby objects. Make sure the ball is securely attached before you start exercising, otherwise it may fall off and cause injury to people or things. Your safety and the safety of others are important, so always exercise caution when training. The product is not a toy. The product contains small parts that may cause choking. Keep away from children.

Importer: VITOLOG.PL Sp. z o.o., ul. Międzyzyleska 6, 50-514 Wrocław, Poland

Product features:

Slimming massaging hula hoop with weights. Diameter 98 cm. Composed of 7 elements. Material: magnet, black part made of PE (polyethylene), white part made of PP, transparent part made of PVC.

How to use: Unpack the hula hoop and make sure you have all the parts. Assemble the hula hoop: press the black part of the segment into the white part, and then turn the white part of the segment towards the "LOCK" position. Connect the magnetic balls together by adding magnets in the middle. Push the magnetic balls into the prepared holes in the hula hoop segments. To unfold the hula hoop, follow the steps above, but in reverse order, starting by turning the white part in the "OPEN" direction

Warnings: Please read the instructions before use and keep them for future reference. Do not wear the device around the neck. The item is not suitable for children under 3 years of age. Older children can only use it under adult supervision. Store in a dry place, do not expose to direct sunlight. Be careful when assembling the product, do not disassemble by force. Only an adult can assemble it. The hula hoop cannot rotate too fast, it is advisable to keep it moving steadily and evenly. The body should be relaxed and straight. Before you start exercising, you should warm up. You can move during the exercise and it is even recommended to avoid muscle and joint fatigue. To get the desired effect, it is recommended to exercise for more than 30 minutes. You can not exercise 30 minutes before a meal. Special care should be taken if the exercising person is chronically ill or feeling unwell. It is not recommended to exercise with a hula hoop by pregnant or menstruating women. It is recommended to practice in the open so that you have enough space to move around and not to damage nearby objects. Make sure the ball is securely attached before you start exercising, otherwise it may fall off and cause injury to people or things. Your safety and the safety of others are important, so always exercise caution when training. The product is not a toy. The product contains small parts that may cause choking. Keep away from children.

Importer: VITOLOG.PL Sp. z o.o., ul. Międzyzyleska 6, 50-514 Wrocław, Poland

Product features:

Slimming massaging hula hoop with weights. Diameter 98 cm. Composed of 7 elements. Material: magnet, black part made of PE (polyethylene), white part made of PP, transparent part made of PVC.

How to use: Unpack the hula hoop and make sure you have all the parts. Assemble the hula hoop: press the black part of the segment into the white part, and then turn the white part of the segment towards the "LOCK" position. Connect the magnetic balls together by adding magnets in the middle. Push the magnetic balls into the prepared holes in the hula hoop segments. To unfold the hula hoop, follow the steps above, but in reverse order, starting by turning the white part in the "OPEN" direction

Warnings: Please read the instructions before use and keep them for future reference. Do not wear the device around the neck. The item is not suitable for children under 3 years of age. Older children can only use it under adult supervision. Store in a dry place, do not expose to direct sunlight. Be careful when assembling the product, do not disassemble by force. Only an adult can assemble it. The hula hoop cannot rotate too fast, it is advisable to keep it moving steadily and evenly. The body should be relaxed and straight. Before you start exercising, you should warm up. You can move during the exercise and it is even recommended to avoid muscle and joint fatigue. To get the desired effect, it is recommended to exercise for more than 30 minutes. You can not exercise 30 minutes before a meal. Special care should be taken if the exercising person is chronically ill or feeling unwell. It is not recommended to exercise with a hula hoop by pregnant or menstruating women. It is recommended to practice in the open so that you have enough space to move around and not to damage nearby objects. Make sure the ball is securely attached before you start exercising, otherwise it may fall off and cause injury to people or things. Your safety and the safety of others are important, so always exercise caution when training. The product is not a toy. The product contains small parts that may cause choking. Keep away from children.



Importeur: VITOLOG.PL Sp. z o.o. Zoo, Ul. Międzyzleska 6, 50-514 Breslau, Polen

Produkteigenschaften: Schlankheits-Massage-Hula-Hoop-Reifen mit Gewichten. Durchmesser 98 cm. Bestehend aus 7 Elementen. Material: Magnet, schwarzer PE-Teil (Polyethylen), weißer PP-Teil, transparente PVC-Teile.

Funktionsweise: Packen Sie den Hula-Hoop-Reifen aus und stellen Sie sicher, dass alle Teile vorhanden sind. Bauen Sie den Hula Hoop zusammen: Drücken Sie den schwarzen Teil des Segments in den weißen Teil und drehen Sie dann den weißen Teil des Segments in Richtung „LOCK“-Position. Verbinden Sie die Magnetkugeln miteinander, indem Sie in der Mitte Magnete anbringen. Schieben Sie die Magnetkugeln in die vorbereiteten Löcher in den Hula-Hoop-Segmenten. Um den Hula-Hoop-Reifen zu entfalten, befolgen Sie die oben genannten Schritte, jedoch in umgekehrter Reihenfolge, indem Sie zunächst das weiße Element in die Richtung „OPEN“ drehen

Warnhinweise: Lesen Sie die Anweisungen vor der Verwendung und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf. Legen Sie das Gerät nicht um den Hals. Der Artikel ist nicht für Kinder unter 3 Jahren geeignet. Ältere Kinder können es nur unter Aufsicht eines Erwachsenen benutzen. An einem trockenen Ort aufbewahren, keiner direkten Sonneneinstrahlung aussetzen.

Seien Sie beim Zusammenbau des Produkts vorsichtig und zerlegen Sie es nicht mit Gewalt. Die Installation darf nur von einem Erwachsenen durchgeführt werden. Hula Hop darf nicht zu schnell rotieren, es ist ratsam, eine konstante und gleichmäßige Bewegung beizubehalten. Der Körper sollte entspannt und gerade sein. Bevor Sie mit dem Training beginnen, sollten Sie sich aufwärmen. Sie können sich während der Übung bewegen und es wird sogar empfohlen, dies zu tun, um Muskel- und Gelenkermüdung zu vermeiden. Um den gewünschten Effekt zu erzielen, wird empfohlen, länger als 30 Minuten zu trainieren. 30 Minuten vor einer Mahlzeit dürfen Sie nicht trainieren. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die trainierende Person chronisch krank ist oder sich unwohl fühlt. Schwangeren oder menstruierenden Frauen wird das Training mit einem Hula-Hoop-Reifen nicht empfohlen. Es wird empfohlen, das Training im Freien durchzuführen, um genügend Bewegungsfreiheit zu haben und keine Gegenstände in der Nähe zu beschädigen. Stellen Sie vor Beginn des Trainings sicher, dass der Ball sicher befestigt ist, da er sonst herunterfallen und Personen oder Gegenstände verletzen kann.

Ihre Sicherheit und die Sicherheit anderer sind wichtig. Seien Sie daher beim Training stets vorsichtig. Das Produkt ist kein Spielzeug. Das Produkt enthält Kleinteile, die zum Erstickern führen können.

Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.



Importeur: VITOLOG.PL Sp. z o.o. Zoo, Ul. Międzyzleska 6, 50-514 Breslau, Polen

Produkteigenschaften: Schlankheits-Massage-Hula-Hoop-Reifen mit Gewichten. Durchmesser 98 cm. Bestehend aus 7 Elementen. Material: Magnet, schwarzer PE-Teil (Polyethylen), weißer PP-Teil, transparente PVC-Teile.

Funktionsweise: Packen Sie den Hula-Hoop-Reifen aus und stellen Sie sicher, dass alle Teile vorhanden sind. Bauen Sie den Hula Hoop zusammen: Drücken Sie den schwarzen Teil des Segments in den weißen Teil und drehen Sie dann den weißen Teil des Segments in Richtung „LOCK“-Position. Verbinden Sie die Magnetkugeln miteinander, indem Sie in der Mitte Magnete anbringen. Schieben Sie die Magnetkugeln in die vorbereiteten Löcher in den Hula-Hoop-Segmenten. Um den Hula-Hoop-Reifen zu entfalten, befolgen Sie die oben genannten Schritte, jedoch in umgekehrter Reihenfolge, indem Sie zunächst das weiße Element in die Richtung „OPEN“ drehen

Warnhinweise: Lesen Sie die Anweisungen vor der Verwendung und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf. Legen Sie das Gerät nicht um den Hals. Der Artikel ist nicht für Kinder unter 3 Jahren geeignet. Ältere Kinder können es nur unter Aufsicht eines Erwachsenen benutzen. An einem trockenen Ort aufbewahren, keiner direkten Sonneneinstrahlung aussetzen.

Seien Sie beim Zusammenbau des Produkts vorsichtig und zerlegen Sie es nicht mit Gewalt. Die Installation darf nur von einem Erwachsenen durchgeführt werden. Hula Hop darf nicht zu schnell rotieren, es ist ratsam, eine konstante und gleichmäßige Bewegung beizubehalten. Der Körper sollte entspannt und gerade sein. Bevor Sie mit dem Training beginnen, sollten Sie sich aufwärmen. Sie können sich während der Übung bewegen und es wird sogar empfohlen, dies zu tun, um Muskel- und Gelenkermüdung zu vermeiden. Um den gewünschten Effekt zu erzielen, wird empfohlen, länger als 30 Minuten zu trainieren. 30 Minuten vor einer Mahlzeit dürfen Sie nicht trainieren. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die trainierende Person chronisch krank ist oder sich unwohl fühlt. Schwangeren oder menstruierenden Frauen wird das Training mit einem Hula-Hoop-Reifen nicht empfohlen. Es wird empfohlen, das Training im Freien durchzuführen, um genügend Bewegungsfreiheit zu haben und keine Gegenstände in der Nähe zu beschädigen. Stellen Sie vor Beginn des Trainings sicher, dass der Ball sicher befestigt ist, da er sonst herunterfallen und Personen oder Gegenstände verletzen kann.

Ihre Sicherheit und die Sicherheit anderer sind wichtig. Seien Sie daher beim Training stets vorsichtig. Das Produkt ist kein Spielzeug. Das Produkt enthält Kleinteile, die zum Erstickern führen können.

Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.



Importeur: VITOLOG.PL Sp. z o.o. Zoo, Ul. Międzyzleska 6, 50-514 Breslau, Polen

Produkteigenschaften: Schlankheits-Massage-Hula-Hoop-Reifen mit Gewichten. Durchmesser 98 cm. Bestehend aus 7 Elementen. Material: Magnet, schwarzer PE-Teil (Polyethylen), weißer PP-Teil, transparente PVC-Teile.

Funktionsweise: Packen Sie den Hula-Hoop-Reifen aus und stellen Sie sicher, dass alle Teile vorhanden sind. Bauen Sie den Hula Hoop zusammen: Drücken Sie den schwarzen Teil des Segments in den weißen Teil und drehen Sie dann den weißen Teil des Segments in Richtung „LOCK“-Position. Verbinden Sie die Magnetkugeln miteinander, indem Sie in der Mitte Magnete anbringen. Schieben Sie die Magnetkugeln in die vorbereiteten Löcher in den Hula-Hoop-Segmenten. Um den Hula-Hoop-Reifen zu entfalten, befolgen Sie die oben genannten Schritte, jedoch in umgekehrter Reihenfolge, indem Sie zunächst das weiße Element in die Richtung „OPEN“ drehen

Warnhinweise: Lesen Sie die Anweisungen vor der Verwendung und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf. Legen Sie das Gerät nicht um den Hals. Der Artikel ist nicht für Kinder unter 3 Jahren geeignet. Ältere Kinder können es nur unter Aufsicht eines Erwachsenen benutzen. An einem trockenen Ort aufbewahren, keiner direkten Sonneneinstrahlung aussetzen.

Seien Sie beim Zusammenbau des Produkts vorsichtig und zerlegen Sie es nicht mit Gewalt. Die Installation darf nur von einem Erwachsenen durchgeführt werden. Hula Hop darf nicht zu schnell rotieren, es ist ratsam, eine konstante und gleichmäßige Bewegung beizubehalten. Der Körper sollte entspannt und gerade sein. Bevor Sie mit dem Training beginnen, sollten Sie sich aufwärmen. Sie können sich während der Übung bewegen und es wird sogar empfohlen, dies zu tun, um Muskel- und Gelenkermüdung zu vermeiden. Um den gewünschten Effekt zu erzielen, wird empfohlen, länger als 30 Minuten zu trainieren. 30 Minuten vor einer Mahlzeit dürfen Sie nicht trainieren. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die trainierende Person chronisch krank ist oder sich unwohl fühlt. Schwangeren oder menstruierenden Frauen wird das Training mit einem Hula-Hoop-Reifen nicht empfohlen. Es wird empfohlen, das Training im Freien durchzuführen, um genügend Bewegungsfreiheit zu haben und keine Gegenstände in der Nähe zu beschädigen. Stellen Sie vor Beginn des Trainings sicher, dass der Ball sicher befestigt ist, da er sonst herunterfallen und Personen oder Gegenstände verletzen kann.

Ihre Sicherheit und die Sicherheit anderer sind wichtig. Seien Sie daher beim Training immer vorsichtig. Das Produkt ist kein Spielzeug. Das Produkt enthält Kleinteile, die zum Erstickern führen können.

Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.



BEDIENUNGSANLEITUNG S123
Importeur: VITOLOG.PL Sp. z o.o. Zoo, Ul. Międzyzleska 6, 50-514 Breslau, Polen
Produkteigenschaften:
Schlankheits-Massage-Hula-Hoop-Reifen mit Gewichten. Durchmesser 98 cm. Bestehend aus 7 Elementen. Material: Magnet, schwarzer Teil aus PE (Polyethylen), weißer Teil aus PP, transparenter Teil aus PVC.
Anwendung: Packen Sie den Hula-Hoop-Reifen aus und stellen Sie sicher, dass alle Teile vorhanden sind. Bauen Sie den Hula Hoop zusammen: Drücken Sie den schwarzen Teil des Segments in den weißen Teil und drehen Sie dann den weißen Teil des Segments in Richtung „LOCK“-Position. Verbinden Sie die Magnetkugeln miteinander, indem Sie in der Mitte Magnete anbringen. Schieben Sie die Magnetkugeln in die vorbereiteten Löcher in den Hula-Hoop-Segmenten. Um den Hula-Hoop-Reifen zu entfalten, befolgen Sie die oben genannten Schritte, jedoch in umgekehrter Reihenfolge, indem Sie zunächst den weißen Teil in Richtung „OPEN“ drehen
Warnhinweise: Bitte lesen Sie die Gebrauchsanweisung vor Gebrauch durch und bewahren Sie sie auf zukünftige Referenz. Tragen Sie das Gerät nicht um den Hals. Der Artikel ist nicht für Kinder unter 3 Jahren geeignet. Ältere Kinder können es nur unter Aufsicht eines Erwachsenen benutzen. An einem trockenen Ort aufbewahren, keiner direkten Sonneneinstrahlung aussetzen. Seien Sie beim Zusammenbau des Produkts vorsichtig und zerlegen Sie es nicht mit Gewalt. Nur ein Erwachsener kann es zusammenbauen. Der Hula-Hoop-Reifen darf nicht zu schnell rotieren, es empfiehlt sich, ihn gleichmäßig und gleichmäßig in Bewegung zu halten. Der Körper sollte entspannt und gerade sein. Bevor Sie mit dem Training beginnen, sollten Sie sich aufwärmen. Sie können sich während der Übung bewegen und es wird sogar empfohlen, Muskel- und Gelenkermüdung zu vermeiden. Um den gewünschten Effekt zu erzielen, wird empfohlen, länger als 30 Minuten zu trainieren. Sie können 30 Minuten vor einer Mahlzeit keinen Sport treiben. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die trainierende Person chronisch krank ist oder sich unwohl fühlt. Schwangeren oder menstruierenden Frauen wird das Training mit einem Hula-Hoop-Reifen nicht empfohlen. Es wird empfohlen, im Freien zu üben, damit Sie genügend Bewegungsfreiheit haben und keine Gegenstände in der Nähe beschädigen. Stellen Sie sicher, dass der Ball sicher befestigt ist, bevor Sie mit dem Training beginnen, da er sonst herunterfallen und Personen oder Gegenstände verletzen kann. Ihre Sicherheit und die Sicherheit anderer sind wichtig. Seien Sie daher beim Training immer vorsichtig. Das Produkt ist kein Spielzeug. Das Produkt enthält Kleinteile, die zum Erstickten führen können. Von Kindern fernhalten.



BEDIENUNGSANLEITUNG S123
Importeur: VITOLOG.PL Sp. z o.o. Zoo, Ul. Międzyzleska 6, 50-514 Breslau, Polen
Produkteigenschaften:
Schlankheits-Massage-Hula-Hoop-Reifen mit Gewichten. Durchmesser 98 cm. Bestehend aus 7 Elementen. Material: Magnet, schwarzer Teil aus PE (Polyethylen), weißer Teil aus PP, transparenter Teil aus PVC.
Anwendung: Packen Sie den Hula-Hoop-Reifen aus und stellen Sie sicher, dass alle Teile vorhanden sind. Bauen Sie den Hula Hoop zusammen: Drücken Sie den schwarzen Teil des Segments in den weißen Teil und drehen Sie dann den weißen Teil des Segments in Richtung „LOCK“-Position. Verbinden Sie die Magnetkugeln miteinander, indem Sie in der Mitte Magnete anbringen. Schieben Sie die Magnetkugeln in die vorbereiteten Löcher in den Hula-Hoop-Segmenten. Um den Hula-Hoop-Reifen zu entfalten, befolgen Sie die oben genannten Schritte, jedoch in umgekehrter Reihenfolge, indem Sie zunächst den weißen Teil in Richtung „OPEN“ drehen
Warnhinweise: Bitte lesen Sie die Gebrauchsanweisung vor Gebrauch durch und bewahren Sie sie auf zukünftige Referenz. Tragen Sie das Gerät nicht um den Hals. Der Artikel ist nicht für Kinder unter 3 Jahren geeignet. Ältere Kinder können es nur unter Aufsicht eines Erwachsenen benutzen. An einem trockenen Ort aufbewahren, keiner direkten Sonneneinstrahlung aussetzen. Seien Sie beim Zusammenbau des Produkts vorsichtig und zerlegen Sie es nicht mit Gewalt. Nur ein Erwachsener kann es zusammenbauen. Der Hula-Hoop-Reifen darf nicht zu schnell rotieren, es empfiehlt sich, ihn gleichmäßig und gleichmäßig in Bewegung zu halten. Der Körper sollte entspannt und gerade sein. Bevor Sie mit dem Training beginnen, sollten Sie sich aufwärmen. Sie können sich während der Übung bewegen und es wird sogar empfohlen, Muskel- und Gelenkermüdung zu vermeiden. Um den gewünschten Effekt zu erzielen, wird empfohlen, länger als 30 Minuten zu trainieren. Sie können 30 Minuten vor einer Mahlzeit keinen Sport treiben. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die trainierende Person chronisch krank ist oder sich unwohl fühlt. Schwangeren oder menstruierenden Frauen wird das Training mit einem Hula-Hoop-Reifen nicht empfohlen. Es wird empfohlen, im Freien zu üben, damit Sie genügend Bewegungsfreiheit haben und keine Gegenstände in der Nähe beschädigen. Stellen Sie sicher, dass der Ball sicher befestigt ist, bevor Sie mit dem Training beginnen, da er sonst herunterfallen und Personen oder Gegenstände verletzen kann. Ihre Sicherheit und die Sicherheit anderer sind wichtig. Seien Sie daher beim Training stets vorsichtig. Das Produkt ist kein Spielzeug. Das Produkt enthält Kleinteile, die zum Erstickten führen können. Von Kindern fernhalten.



BEDIENUNGSANLEITUNG S123
Importeur: VITOLOG.PL Sp. z o.o. Zoo, Ul. Międzyzleska 6, 50-514 Breslau, Polen
Produkteigenschaften:
Schlankheits-Massage-Hula-Hoop-Reifen mit Gewichten. Durchmesser 98 cm. Bestehend aus 7 Elementen. Material: Magnet, schwarzer Teil aus PE (Polyethylen), weißer Teil aus PP, transparenter Teil aus PVC.
Anwendung: Packen Sie den Hula-Hoop-Reifen aus und stellen Sie sicher, dass alle Teile vorhanden sind. Bauen Sie den Hula Hoop zusammen: Drücken Sie den schwarzen Teil des Segments in den weißen Teil und drehen Sie dann den weißen Teil des Segments in Richtung „LOCK“-Position. Verbinden Sie die Magnetkugeln miteinander, indem Sie in der Mitte Magnete anbringen. Schieben Sie die Magnetkugeln in die vorbereiteten Löcher in den Hula-Hoop-Segmenten. Um den Hula-Hoop-Reifen zu entfalten, befolgen Sie die oben genannten Schritte, jedoch in umgekehrter Reihenfolge, indem Sie zunächst den weißen Teil in Richtung „OPEN“ drehen
Warnhinweise: Bitte lesen Sie die Gebrauchsanweisung vor Gebrauch durch und bewahren Sie sie auf zukünftige Referenz. Tragen Sie das Gerät nicht um den Hals. Der Artikel ist nicht für Kinder unter 3 Jahren geeignet. Ältere Kinder können es nur unter Aufsicht eines Erwachsenen benutzen. An einem trockenen Ort aufbewahren, keiner direkten Sonneneinstrahlung aussetzen. Seien Sie beim Zusammenbau des Produkts vorsichtig und zerlegen Sie es nicht mit Gewalt. Nur ein Erwachsener kann es zusammenbauen. Der Hula-Hoop-Reifen darf nicht zu schnell rotieren, es empfiehlt sich, ihn gleichmäßig und gleichmäßig in Bewegung zu halten. Der Körper sollte entspannt und gerade sein. Bevor Sie mit dem Training beginnen, sollten Sie sich aufwärmen. Sie können sich während der Übung bewegen und es wird sogar empfohlen, Muskel- und Gelenkermüdung zu vermeiden. Um den gewünschten Effekt zu erzielen, wird empfohlen, länger als 30 Minuten zu trainieren. Sie können 30 Minuten vor einer Mahlzeit keinen Sport treiben. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die trainierende Person chronisch krank ist oder sich unwohl fühlt. Schwangeren oder menstruierenden Frauen wird das Training mit einem Hula-Hoop-Reifen nicht empfohlen. Es wird empfohlen, im Freien zu üben, damit Sie genügend Bewegungsfreiheit haben und keine Gegenstände in der Nähe beschädigen. Stellen Sie sicher, dass der Ball sicher befestigt ist, bevor Sie mit dem Training beginnen, da er sonst herunterfallen und Personen oder Gegenstände verletzen kann. Ihre Sicherheit und die Sicherheit anderer sind wichtig. Seien Sie daher beim Training stets vorsichtig. Das Produkt ist kein Spielzeug. Das Produkt enthält Kleinteile, die zum Erstickten führen können. Von Kindern fernhalten.



Importőr: VITOLOG.PL Sp. állatkert, ul. Międzyleska 6, 50-514 Wrocław,
Lengyelország

Termékjellemzők: Karcsúsító masszírozó hula karika súlyokkal. Átmérője 98 cm. 7 elemből áll. Anyaga: mágnes, fekete PE (polietilén) rész, fehér PP rész, átlátszó PVC részek.

Működés: Csomagolja ki a hula-gyűrűt, és ellenőrizze, hogy minden alkatrésze megvan-e. Szerelje össze a hulagyűrűt: nyomja be a szegmens fekete részét a fehér részbe, majd fordítsa a szegmens fehér részét a "LOCK" pozícióba. Kösse össze a mágneses golyókat úgy, hogy a közepén mágneseket ad hozzá. Tolja a mágneses golyókat a hula karika szegmenseiben lévő előkészített lyukakba. A hula-karika kihajtásához kövesse a fenti lépéseket, de fordított sorrendben, kezdve a fehér elem "NYITÁS" irányba történő elforgatásával

Figyelmeztetések: Használat előtt olvassa el az utasításokat, és őrizze meg későbbi használatra. Ne helyezze a készüléket a nyak köré. A termék 3 év alatti gyermekek számára nem alkalmas. Nagyobb gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett használhatják. Tárolja száraz helyen, ne tegye ki közvetlen napfénynek.

Legyen óvatos a termék összeszerelésekor, és ne szerelje szét erőszakkal. A telepítést csak felnőtt végezheti. A Hula Hop nem tud túl gyorsan forogni, célszerű az állandó és egyenletes mozgást fenntartani. A testnek lazának és egyenesnek kell lennie.

Az edzés megkezdése előtt be kell melegíteni. A gyakorlat során mozoghatsz, sőt ajánlott is, hogy elkerüld az izom- és ízületi fáradtságot. A kívánt hatás eléréséhez 30 percnél hosszabb edzés javasolt. Nem edzhet 30 perccel étkezés előtt. Különös elővigyázatossággal kell eljárni, ha az edzést végző személy krónikusan beteg vagy rosszul érzi magát. Várandós vagy menstruáló nők számára nem ajánlott hula karikával edzeni. Javasoljuk, hogy nyílt térben gyakoroljon, hogy legyen elegendő hely a mozgáshoz, és ne sértse meg a közeli tárgyakat. Az edzés megkezdése előtt győződjön meg arról, hogy a labda biztonságosan rögzítve van, különben leeshet, és sérülést okozhat emberekben vagy tárgyokban.

Az Ön és mások biztonsága fontos, ezért mindig legyen óvatos az edzés során. A termék nem játék.

A termék apró alkatrészeket tartalmaz, amelyek fulladást okozhatnak. Gyermekek elől elzárva tartandó.



Importőr: VITOLOG.PL Sp. állatkert, ul. Międzyleska 6, 50-514 Wrocław,
Lengyelország

Termékjellemzők: Karcsúsító masszírozó hula karika súlyokkal. Átmérője 98 cm. 7 elemből áll. Anyaga: mágnes, fekete PE (polietilén) rész, fehér PP rész, átlátszó PVC részek.

Működés: Csomagolja ki a hula-gyűrűt, és ellenőrizze, hogy minden alkatrésze megvan-e. Szerelje össze a hulagyűrűt: nyomja be a szegmens fekete részét a fehér részbe, majd fordítsa a szegmens fehér részét a "LOCK" pozícióba. Kösse össze a mágneses golyókat úgy, hogy a közepén mágneseket ad hozzá. Tolja a mágneses golyókat a hula karika szegmenseiben lévő előkészített lyukakba. A hula-karika kihajtásához kövesse a fenti lépéseket, de fordított sorrendben, kezdve a fehér elem "NYITÁS" irányba történő elforgatásával

Figyelmeztetések: Használat előtt olvassa el az utasításokat, és őrizze meg későbbi használatra. Ne helyezze a készüléket a nyak köré. A termék 3 év alatti gyermekek számára nem alkalmas. Nagyobb gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett használhatják. Tárolja száraz helyen, ne tegye ki közvetlen napfénynek.

Legyen óvatos a termék összeszerelésekor, és ne szerelje szét erőszakkal. A telepítést csak felnőtt végezheti. A Hula Hop nem tud túl gyorsan forogni, célszerű az állandó és egyenletes mozgást fenntartani. A testnek lazának és egyenesnek kell lennie.

Az edzés megkezdése előtt be kell melegíteni. A gyakorlat során mozoghatsz, sőt ajánlott is, hogy elkerüld az izom- és ízületi fáradtságot. A kívánt hatás eléréséhez 30 percnél hosszabb edzés javasolt. Nem edzhet 30 perccel étkezés előtt. Különös elővigyázatossággal kell eljárni, ha az edzést végző személy krónikusan beteg vagy rosszul érzi magát. Várandós vagy menstruáló nők számára nem ajánlott hula karikával edzeni. Javasoljuk, hogy nyílt térben gyakoroljon, hogy legyen elegendő hely a mozgáshoz, és ne sértse meg a közeli tárgyakat. Az edzés megkezdése előtt győződjön meg arról, hogy a labda biztonságosan rögzítve van, különben leeshet, és sérülést okozhat emberekben vagy tárgyokban.

Az Ön és mások biztonsága fontos, ezért mindig legyen óvatos az edzés során. A termék nem játék.

A termék apró alkatrészeket tartalmaz, amelyek fulladást okozhatnak. Gyermekek elől elzárva tartandó.



Importőr: VITOLOG.PL Sp. állatkert, ul. Międzyleska 6, 50-514 Wrocław,
Lengyelország

Termékjellemzők: Karcsúsító masszírozó hula karika súlyokkal. Átmérője 98 cm. 7 elemből áll. Anyaga: mágnes, fekete PE (polietilén) rész, fehér PP rész, átlátszó PVC részek.

Működés: Csomagolja ki a hula-gyűrűt, és ellenőrizze, hogy minden alkatrésze megvan-e. Szerelje össze a hulagyűrűt: nyomja be a szegmens fekete részét a fehér részbe, majd fordítsa a szegmens fehér részét a "LOCK" pozícióba. Kösse össze a mágneses golyókat úgy, hogy a közepén mágneseket ad hozzá. Tolja a mágneses golyókat a hula karika szegmenseiben lévő előkészített lyukakba. A hula-karika kihajtásához kövesse a fenti lépéseket, de fordított sorrendben, kezdve a fehér elem "NYITÁS" irányba történő elforgatásával

Figyelmeztetések: Használat előtt olvassa el az utasításokat, és őrizze meg későbbi használatra. Ne helyezze a készüléket a nyak köré. A termék 3 év alatti gyermekek számára nem alkalmas. Nagyobb gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett használhatják. Tárolja száraz helyen, ne tegye ki közvetlen napfénynek.

Legyen óvatos a termék összeszerelésekor, és ne szerelje szét erőszakkal. A telepítést csak felnőtt végezheti. A Hula Hop nem tud túl gyorsan forogni, célszerű az állandó és egyenletes mozgást fenntartani. A testnek lazának és egyenesnek kell lennie.

Az edzés megkezdése előtt be kell melegíteni. A gyakorlat során mozoghatsz, sőt ajánlott is, hogy elkerüld az izom- és ízületi fáradtságot. A kívánt hatás eléréséhez 30 percnél hosszabb edzés javasolt. Nem edzhet 30 perccel étkezés előtt. Különös elővigyázatossággal kell eljárni, ha az edzést végző személy krónikusan beteg vagy rosszul érzi magát. Várandós vagy menstruáló nők számára nem ajánlott hula karikával edzeni. Javasoljuk, hogy nyílt térben gyakoroljon, hogy legyen elegendő hely a mozgáshoz, és ne sértse meg a közeli tárgyakat. Az edzés megkezdése előtt győződjön meg arról, hogy a labda biztonságosan rögzítve van, különben leeshet, és sérülést okozhat emberekben vagy tárgyokban.

Az Ön és mások biztonsága fontos, ezért mindig legyen óvatos az edzés során. A termék nem játék.

A termék apró alkatrészeket tartalmaz, amelyek fulladást okozhatnak. Gyermekek elől elzárva tartandó.



Importőr: VITOLOG.PL Sp. állatkert, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław,
Lengyelország

Termékjellemzők: Karcsúsító
masszírozó hula karika súlyokkal. Átmérője 98 cm.
7 elemből áll. Anyaga: mágnes, fekete rész PE (polietilén), fehér rész PP, átlátszó rész PVC.

Használat: Csomagolja ki a hulagyűrűt, és ellenőrizze, hogy minden alkatrésze megvan.
Szerelje össze a hula-gyűrűt: nyomja be a szegmens fekete részét a fehér részbe, majd fordítsa el a szegmens fehér részét a "LOCK" pozíció felé. Kösse össze a mágneses golyókat úgy, hogy a közepén mágneseket ad hozzá. Tolja a mágneses golyókat a hula karika szegmenseiben lévő előkészített lyukakba. A hula karika kihajtásához kövesse a fenti lépéseket, de fordított sorrendben, kezdve a fehér rész "NYITÁS" irányba történő elfordításával

Figyelmeztetések: Kérjük, használat előtt olvassa el az utasításokat és őrizze meg jövőbeli hivatkozás. Ne hordja a készüléket a nyak körül. A termék 3 év alatti gyermekek számára nem alkalmas. Nagyobb gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett használhatják. Tárolja száraz helyen, ne tegye ki közvetlen napfénynek. Legyen óvatos a termék összeszerelésekor, ne szerelje szét erőszakkal. Csak felnőtt szerelheti össze. A hulakarika nem tud túl gyorsan forogni, célszerű egyenletesen és egyenletesen mozogni. A testnek lazának és egyenesnek kell lennie. Mielőtt elkezdené az edzést, be kell melegíteni. A gyakorlat során mozoghatsz, sőt ajánlott elkerülni az izom- és ízületi fáradtságot. A kívánt hatás eléréséhez 30 percnél hosszabb edzés javasolt. Nem edzhet 30 perccel étkezés előtt. Különös elővigyázatossággal kell eljárni, ha a gyakorló személy krónikusan beteg vagy rosszul érzi magát. Várandós vagy menstruáló nők számára nem ajánlott hula karikával edzeni. Javasoljuk, hogy a szabadban gyakoroljon, hogy legyen elég hely a mozgáshoz, és ne sértse meg a közeli tárgyakat. Mielőtt elkezdené az edzést, győződjön meg róla, hogy a labda biztonságosan rögzítve van, különben leeshet, és sérülést okozhat emberekben vagy tárgyokban. Az Ön és mások biztonsága fontos, ezért edzés közben mindig legyen körültekintő. A termék nem játék. A termék apró alkatrészeket tartalmaz, amelyek fulladást okozhatnak. Gyermekek elől elzárva tartandó.

Importőr: VITOLOG.PL Sp. állatkert, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław,
Lengyelország

Termékjellemzők: Karcsúsító
masszírozó hula karika súlyokkal. Átmérője 98 cm.
7 elemből áll. Anyaga: mágnes, fekete rész PE (polietilén), fehér rész PP, átlátszó rész PVC.

Használat: Csomagolja ki a hulagyűrűt, és ellenőrizze, hogy minden alkatrésze megvan.
Szerelje össze a hula-gyűrűt: nyomja be a szegmens fekete részét a fehér részbe, majd fordítsa el a szegmens fehér részét a "LOCK" pozíció felé. Kösse össze a mágneses golyókat úgy, hogy a közepén mágneseket ad hozzá. Tolja a mágneses golyókat a hula karika szegmenseiben lévő előkészített lyukakba. A hula karika kihajtásához kövesse a fenti lépéseket, de fordított sorrendben, kezdve a fehér rész "NYITÁS" irányba történő elfordításával

Figyelmeztetések: Kérjük, használat előtt olvassa el az utasításokat és őrizze meg jövőbeli hivatkozás. Ne hordja a készüléket a nyak körül. A termék 3 év alatti gyermekek számára nem alkalmas. Nagyobb gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett használhatják. Tárolja száraz helyen, ne tegye ki közvetlen napfénynek. Legyen óvatos a termék összeszerelésekor, ne szerelje szét erőszakkal. Csak felnőtt szerelheti össze. A hulakarika nem tud túl gyorsan forogni, célszerű egyenletesen és egyenletesen mozogni. A testnek lazának és egyenesnek kell lennie. Mielőtt elkezdené az edzést, be kell melegíteni. A gyakorlat során mozoghatsz, sőt ajánlott elkerülni az izom- és ízületi fáradtságot. A kívánt hatás eléréséhez 30 percnél hosszabb edzés javasolt. Nem edzhet 30 perccel étkezés előtt. Különös elővigyázatossággal kell eljárni, ha a gyakorló személy krónikusan beteg vagy rosszul érzi magát. Várandós vagy menstruáló nők számára nem ajánlott hula karikával edzeni. Javasoljuk, hogy a szabadban gyakoroljon, hogy legyen elég hely a mozgáshoz, és ne sértse meg a közeli tárgyakat. Mielőtt elkezdené az edzést, győződjön meg róla, hogy a labda biztonságosan rögzítve van, különben leeshet, és sérülést okozhat emberekben vagy tárgyokban. Az Ön és mások biztonsága fontos, ezért mindig legyen óvatos az edzés során. A termék nem játék. A termék apró alkatrészeket tartalmaz, amelyek fulladást okozhatnak. Gyermekek elől elzárva tartandó.

Importőr: VITOLOG.PL Sp. állatkert, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław,
Lengyelország

Termékjellemzők: Karcsúsító
masszírozó hula karika súlyokkal. Átmérője 98 cm.
7 elemből áll. Anyaga: mágnes, fekete rész PE (polietilén), fehér rész PP, átlátszó rész PVC.

Használat: Csomagolja ki a hulagyűrűt, és ellenőrizze, hogy minden alkatrésze megvan.
Szerelje össze a hula-gyűrűt: nyomja be a szegmens fekete részét a fehér részbe, majd fordítsa el a szegmens fehér részét a "LOCK" pozíció felé. Kösse össze a mágneses golyókat úgy, hogy a közepén mágneseket ad hozzá. Tolja a mágneses golyókat a hula karika szegmenseiben lévő előkészített lyukakba. A hula karika kihajtásához kövesse a fenti lépéseket, de fordított sorrendben, kezdve a fehér rész "NYITÁS" irányba történő elfordításával

Figyelmeztetések: Kérjük, használat előtt olvassa el az utasításokat és őrizze meg jövőbeli hivatkozás. Ne hordja a készüléket a nyak körül. A termék 3 év alatti gyermekek számára nem alkalmas. Nagyobb gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett használhatják. Tárolja száraz helyen, ne tegye ki közvetlen napfénynek. Legyen óvatos a termék összeszerelésekor, ne szerelje szét erőszakkal. Csak felnőtt szerelheti össze. A hulakarika nem tud túl gyorsan forogni, célszerű egyenletesen és egyenletesen mozogni. A testnek lazának és egyenesnek kell lennie. Mielőtt elkezdené az edzést, be kell melegíteni. A gyakorlat során mozoghatsz, sőt ajánlott elkerülni az izom- és ízületi fáradtságot. A kívánt hatás eléréséhez 30 percnél hosszabb edzés javasolt. Étkezés előtt 30 perccel nem edzhet. Különös elővigyázatossággal kell eljárni, ha a gyakorló személy krónikusan beteg vagy rosszul érzi magát. Várandós vagy menstruáló nők számára nem ajánlott hula karikával edzeni. Javasoljuk, hogy a szabadban gyakoroljon, hogy legyen elég hely a mozgáshoz, és ne sértse meg a közeli tárgyakat. Mielőtt elkezdené az edzést, győződjön meg róla, hogy a labda biztonságosan rögzítve van, különben leeshet, és sérülést okozhat emberekben vagy tárgyokban. Az Ön és mások biztonsága fontos, ezért mindig legyen óvatos az edzés során. A termék nem játék. A termék apró alkatrészeket tartalmaz, amelyek fulladást okozhatnak. Gyermekek elől elzárva tartandó.



S123 UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČKA
Dovozce: VITOLOG.PL Sp. zoo, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko Vlastnosti produktu: Zeštíhlující masážní hula hoop se závažím. Průměr 98 cm. Skládá se ze 7 prvků. Materiál: magnet, černá PE (polyethylenová) část, bílá PP část, průhledné PVC části. Provoz: Rozbalte hula hoop a ujistěte se, že máte všechny díly. Sestavte hula obruč: zatlačte černou část segmentu do bílé části, poté otočte bílou část segmentu směrem k poloze „ LOCK“. Spojte magnetické kuličky dohromady přidáním magnetů uprostřed. Zatlačte magnetické kuličky do připravených otvorů v segmentech hula hoop. Chcete-li rozvinout hula obruč, postupujte podle výše uvedených kroků, ale v opačném pořadí, začněte otáčením bílého prvku ve směru "OTEVŘENO" Upozornění: Před použitím si přečtěte pokyny a uschovejte je pro budoucí použití. Neumistujte zařízení kolem krku. Zboží není vhodné pro děti do 3 let. Starší děti jej mohou používat pouze pod dohledem dospělé osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte přímému slunečnímu záření. Při montáži výrobku buďte opatrní a nerozebírejte jej násilím. Instalaci smí provádět pouze dospělá osoba. Hula Hop se nemůže otáčet příliš rychle, je vhodné udržovat stálý a rovnoměrný pohyb. Tělo by mělo být uvolněné a rovné. Před zahájením cvičení byste se měli zahřát. Během cvičení se můžete hýbat a dokonce se to doporučuje, abyste se vyhnuli únavě svalů a kloubů. Pro dosažení požadovaného efektu se doporučuje cvičit déle než 30 minut. Nemůžete cvičit 30 minut před jídlem. Zvláštní opatrnosti je třeba, pokud je cvičící osoba chronicky nemocná nebo se necítí dobře. Cvičení s hula hoopem se nedoporučuje těhotným a menstruuujícím ženám. Doporučuje se cvičit na volném prostranství, abyste měli dostatek prostoru pro pohyb a nepoškodili blízké předměty. Před zahájením cvičení se ujistěte, že je míč bezpečně připevněn, jinak může spadnout a způsobit zranění osob nebo předmětů. Vaše bezpečnost a bezpečnost ostatních je důležitá, proto buďte při tréninku vždy opatrní. Výrobek není hračka. Výrobek obsahuje malé části, které mohou způsobit udušení. Uchovávejte mimo dosah dětí.



S123 UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČKA
Dovozce: VITOLOG.PL Sp. zoo, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko Vlastnosti produktu: Zeštíhlující masážní hula hoop se závažím. Průměr 98 cm. Skládá se ze 7 prvků. Materiál: magnet, černá PE (polyethylenová) část, bílá PP část, průhledné PVC části. Provoz: Rozbalte hula hoop a ujistěte se, že máte všechny díly. Sestavte hula obruč: zatlačte černou část segmentu do bílé části, poté otočte bílou část segmentu směrem k poloze „ LOCK“. Spojte magnetické kuličky dohromady přidáním magnetů uprostřed. Zatlačte magnetické kuličky do připravených otvorů v segmentech hula hoop. Chcete-li rozvinout hula obruč, postupujte podle výše uvedených kroků, ale v opačném pořadí, začněte otáčením bílého prvku ve směru "OTEVŘENO" Upozornění: Před použitím si přečtěte pokyny a uschovejte je pro budoucí použití. Neumistujte zařízení kolem krku. Zboží není vhodné pro děti do 3 let. Starší děti jej mohou používat pouze pod dohledem dospělé osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte přímému slunečnímu záření. Při montáži výrobku buďte opatrní a nerozebírejte jej násilím. Instalaci smí provádět pouze dospělá osoba. Hula Hop se nemůže otáčet příliš rychle, je vhodné udržovat stálý a rovnoměrný pohyb. Tělo by mělo být uvolněné a rovné. Před zahájením cvičení byste se měli zahřát. Během cvičení se můžete hýbat a dokonce se to doporučuje, abyste se vyhnuli únavě svalů a kloubů. Pro dosažení požadovaného efektu se doporučuje cvičit déle než 30 minut. Nemůžete cvičit 30 minut před jídlem. Zvláštní opatrnosti je třeba, pokud je cvičící osoba chronicky nemocná nebo se necítí dobře. Cvičení s hula hoopem se nedoporučuje těhotným a menstruuujícím ženám. Doporučuje se cvičit na volném prostranství, abyste měli dostatek prostoru pro pohyb a nepoškodili blízké předměty. Před zahájením cvičení se ujistěte, že je míč bezpečně připevněn, jinak může spadnout a způsobit zranění osob nebo předmětů. Vaše bezpečnost a bezpečnost ostatních je důležitá, proto buďte při tréninku vždy opatrní. Výrobek není hračka. Výrobek obsahuje malé části, které mohou způsobit udušení. Uchovávejte mimo dosah dětí.



S123 UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČKA
Dovozce: VITOLOG.PL Sp. zoo, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko Vlastnosti produktu: Zeštíhlující masážní hula hoop se závažím. Průměr 98 cm. Skládá se ze 7 prvků. Materiál: magnet, černá PE (polyethylenová) část, bílá PP část, průhledné PVC části. Provoz: Rozbalte hula hoop a ujistěte se, že máte všechny díly. Sestavte hula obruč: zatlačte černou část segmentu do bílé části, poté otočte bílou část segmentu směrem k poloze „ LOCK“. Spojte magnetické kuličky dohromady přidáním magnetů uprostřed. Zatlačte magnetické kuličky do připravených otvorů v segmentech hula hoop. Chcete-li rozvinout hula obruč, postupujte podle výše uvedených kroků, ale v opačném pořadí, začněte otáčením bílého prvku ve směru "OTEVŘENO" Upozornění: Před použitím si přečtěte pokyny a uschovejte je pro budoucí použití. Neumistujte zařízení kolem krku. Zboží není vhodné pro děti do 3 let. Starší děti jej mohou používat pouze pod dohledem dospělé osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte přímému slunečnímu záření. Při montáži výrobku buďte opatrní a nerozebírejte jej násilím. Instalaci smí provádět pouze dospělá osoba. Hula Hop se nemůže otáčet příliš rychle, je vhodné udržovat stálý a rovnoměrný pohyb. Tělo by mělo být uvolněné a rovné. Před zahájením cvičení byste se měli zahřát. Během cvičení se můžete hýbat a dokonce se to doporučuje, abyste se vyhnuli únavě svalů a kloubů. Pro dosažení požadovaného efektu se doporučuje cvičit déle než 30 minut. Nemůžete cvičit 30 minut před jídlem. Zvláštní opatrnosti je třeba, pokud je cvičící osoba chronicky nemocná nebo se necítí dobře. Cvičení s hula hoopem se nedoporučuje těhotným a menstruuujícím ženám. Doporučuje se cvičit na volném prostranství, abyste měli dostatek prostoru pro pohyb a nepoškodili blízké předměty. Před zahájením cvičení se ujistěte, že je míč bezpečně připevněn, jinak může spadnout a způsobit zranění osob nebo předmětů. Vaše bezpečnost a bezpečnost ostatních je důležitá, proto buďte při tréninku vždy opatrní. Výrobek není hračka. Výrobek obsahuje malé části, které mohou způsobit udušení. Uchovávejte mimo dosah dětí.



Dovozce: VITOLOG.PL Sp. zoo, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko

Vlastnosti produktu:

Zeštíhlující masážní hula hoop se závažím. Průměr 98 cm.

Skládá se ze 7 prvků. Materiál: magnet, černá část z PE (polyethylen), bílá část z PP, průhledná část z PVC.

Jak používat: Rozbalte hula hoop a ujistěte se, že máte všechny díly.

Sestavte hula obruč: zatlačte černou část segmentu do bílé části a poté otočte bílou část segmentu směrem k poloze „ LOCK“. Spojte magnetické kuličky dohromady přidáním magnetů uprostřed.

Zatlačte magnetické kuličky do připravených otvorů v segmentech hula hoop. Chcete-li

rozvinout hula obruč, postupujte podle výše uvedených kroků, ale v opačném pořadí, začněte otáčením bílé části ve směru "OTEVŘENO"

Upozornění: Před použitím si přečtěte pokyny a uschovejte je budoucí reference. Nenoste zařízení kolem krku. Zboží není vhodné pro děti do 3 let. Starší děti

jej mohou používat pouze pod dohledem dospělé osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte

přímému slunečnímu záření. Při montáži výrobku buďte opatrní, nerozebírejte násilím.

Sestavit jej může pouze dospělý. Hula hop se nemůže otáčet příliš rychle, je vhodné udržovat jej v pohybu důsledně a rovnoměrně. Tělo by mělo být uvolněné a rovné. Než začnete cvičit,

měli byste se zahřát. Při cvičení se můžete hýbat a dokonce se doporučuje vyhnout se únavě svalů a kloubů. Pro dosažení požadovaného efektu se doporučuje cvičit déle než 30

minut. 30 minut před jídlem nemůžete cvičit. Zvláštní pozornost by měla být věnována, pokud je cvičící osoba chronicky nemocná nebo se necítí dobře. Cvičení s hula hoopem se

nedoporučuje těhotným a menstruuujícím ženám. Doporučuje se cvičit pod širým nebem, abyste měli dostatek prostoru pro pohyb a nepoškodili blízké předměty. Před zahájením cvičení se

ujistěte, že je míč bezpečně připevněn, jinak může spadnout a způsobit zranění osob nebo

věcí. Vaše bezpečnost a bezpečnost ostatních je důležitá, proto buďte při tréninku vždy

opatrní. Výrobek není hračka. Výrobek obsahuje malé části, které mohou způsobit udušení.

Uchovávejte mimo dosah dětí.

Dovozce: VITOLOG.PL Sp. zoo, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko

Vlastnosti produktu:

Zeštíhlující masážní hula hoop se závažím. Průměr 98 cm.

Skládá se ze 7 prvků. Materiál: magnet, černá část z PE (polyethylen), bílá část z PP, průhledná část z PVC.

Jak používat: Rozbalte hula hoop a ujistěte se, že máte všechny díly.

Sestavte hula obruč: zatlačte černou část segmentu do bílé části a poté otočte bílou část segmentu směrem k poloze „ LOCK“. Spojte magnetické kuličky dohromady přidáním magnetů uprostřed.

Zatlačte magnetické kuličky do připravených otvorů v segmentech hula hoop. Chcete-li

rozvinout hula obruč, postupujte podle výše uvedených kroků, ale v opačném pořadí, začněte otáčením bílé části ve směru "OTEVŘENO"

Upozornění: Před použitím si přečtěte pokyny a uschovejte je budoucí reference. Nenoste zařízení kolem krku. Zboží není vhodné pro děti do 3 let. Starší děti

jej mohou používat pouze pod dohledem dospělé osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte

přímému slunečnímu záření. Při montáži výrobku buďte opatrní, nerozebírejte násilím.

Sestavit jej může pouze dospělý. Hula hop se nemůže otáčet příliš rychle, je vhodné udržovat jej v pohybu důsledně a rovnoměrně. Tělo by mělo být uvolněné a rovné. Než začnete cvičit,

měli byste se zahřát. Při cvičení se můžete hýbat a dokonce se doporučuje vyhnout se únavě svalů a kloubů. Pro dosažení požadovaného efektu se doporučuje cvičit déle než 30

minut. Nemůžete cvičit 30 minut před jídlem. Zvláštní pozornost by měla být věnována, pokud je cvičící osoba chronicky nemocná nebo se necítí dobře. Cvičení s hula hoopem se

nedoporučuje těhotným a menstruuujícím ženám. Doporučuje se cvičit pod širým nebem, abyste měli dostatek prostoru pro pohyb a nepoškodili blízké předměty. Před zahájením cvičení se

ujistěte, že je míč bezpečně připevněn, jinak může spadnout a způsobit zranění osob nebo

věcí. Vaše bezpečnost a bezpečnost ostatních je důležitá, proto buďte při tréninku vždy

opatrní. Výrobek není hračka. Výrobek obsahuje malé části, které mohou způsobit udušení.

Uchovávejte mimo dosah dětí.

Dovozce: VITOLOG.PL Sp. zoo, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko

Vlastnosti produktu:

Zeštíhlující masážní hula hoop se závažím. Průměr 98 cm.

Skládá se ze 7 prvků. Materiál: magnet, černá část z PE (polyethylen), bílá část z PP, průhledná část z PVC.

Jak používat: Rozbalte hula hoop a ujistěte se, že máte všechny díly.

Sestavte hula obruč: zatlačte černou část segmentu do bílé části a poté otočte bílou část segmentu směrem k poloze „ LOCK“. Spojte magnetické kuličky dohromady přidáním magnetů uprostřed.

Zatlačte magnetické kuličky do připravených otvorů v segmentech hula hoop. Chcete-li

rozvinout hula obruč, postupujte podle výše uvedených kroků, ale v opačném pořadí, začněte otáčením bílé části ve směru "OTEVŘENO"

Upozornění: Před použitím si přečtěte pokyny a uschovejte je budoucí reference. Nenoste zařízení kolem krku. Zboží není vhodné pro děti do 3 let. Starší děti

jej mohou používat pouze pod dohledem dospělé osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte

přímému slunečnímu záření. Při montáži výrobku buďte opatrní, nerozebírejte násilím.

Sestavit jej může pouze dospělý. Hula hop se nemůže otáčet příliš rychle, je vhodné udržovat jej v pohybu důsledně a rovnoměrně. Tělo by mělo být uvolněné a rovné. Než začnete cvičit,

měli byste se zahřát. Při cvičení se můžete hýbat a dokonce se doporučuje vyhnout se únavě svalů a kloubů. Pro dosažení požadovaného efektu se doporučuje cvičit déle než 30

minut. 30 minut před jídlem nemůžete cvičit. Zvláštní pozornost by měla být věnována, pokud je cvičící osoba chronicky nemocná nebo se necítí dobře. Cvičení s hula hoopem se

nedoporučuje těhotným a menstruuujícím ženám. Doporučuje se cvičit pod širým nebem, abyste měli dostatek prostoru pro pohyb a nepoškodili blízké předměty. Před zahájením cvičení se

ujistěte, že je míč bezpečně připevněn, jinak může spadnout a způsobit zranění osob nebo

věcí. Vaše bezpečnost a bezpečnost ostatních je důležitá, proto buďte při tréninku vždy

opatrní. Výrobek není hračka. Výrobek obsahuje malé části, které mohou způsobit udušení.

Uchovávejte mimo dosah dětí.



Dovozca: VITOLOG.PL Sp. zoologická záhrada, ul. Międzyleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko

Vlastnosti produktu: Zoštíhlující masážny hula hoop so závažím. Priemer 98 cm. Skladá sa zo 7 prvkov. Materiál: magnet, čierna PE (polyetylénová) časť, biela PP časť, priehľadné PVC časti.

Obsluha: Rozbaľte hula hoop a uistite sa, že máte všetky diely. Zostavte hula obruč: zatlačte čiernu časť segmentu do bielej časti, potom otočte bielu časť segmentu smerom k polohe „ LOCK“. Magnetické guľôčky spojte tak, že do stredu pridáte magnety. Magnetické guľôčky zatlačte do pripravených otvorov v segmentoch hula hoop. Ak chcete rozložiť hula hop, postupujte podľa vyššie uvedených krokov, ale v opačnom poradí, pričom začnite otáčaním bieleho prvku v smere „ OPEN“

Upozornenia: Pred použitím si prečítajte pokyny a uchovajte ich pre budúce použitie. Neumiestňujte zariadenie okolo krku. Továr nie je vhodný pre deti do 3 rokov. Staršie deti ho môžu používať len pod dohľadom dospeléj osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte priamemu slnečnému žiareniu.

Pri montáži výrobku buďte opatrní a nerozoberajte ho násilím. Inštaláciu môže vykonávať iba dospelá osoba. Hula Hop sa nemôže otáčať príliš rýchlo, je vhodné udržiavať stály a rovnomerný pohyb. Telo by malo byť uvoľnené a rovné.

Pred začatím cvičenia by ste sa mali zahriať. Počas cvičenia sa môžete hýbať a dokonca sa to odporúča, aby ste sa vyhli únave svalov a kĺbov. Pre dosiahnutie požadovaného efektu sa odporúča cvičiť dlhšie ako 30 minút. 30 minút pred jedlom nemôžete cvičiť. Zvláštnu opatrnosť je potrebné venovať, ak je cvičiaca osoba chronicky chorá alebo sa necíti dobre. Cvičenie s obručou sa neodporúča tehotným a menštruujúcim ženám. Odporúča sa cvičiť na otvorenom priestranstve, aby ste mali dostatok priestoru na pohyb a nepoškodili blízke predmety. Pred začatím cvičenia sa uistite, že lopta je bezpečne pripevnená, inak môže spadnúť a spôsobiť zranenie osôb alebo predmetov.

Vaša bezpečnosť a bezpečnosť ostatných sú dôležité, preto buďte pri tréningu vždy opatrní. Výrobok nie je hračka. Výrobok obsahuje malé časti, ktoré môžu spôsobiť udusenie. Uchovávajte mimo dosahu detí.



Dovozca: VITOLOG.PL Sp. zoologická záhrada, ul. Międzyleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko

Vlastnosti produktu: Zoštíhlující masážny hula hoop so závažím. Priemer 98 cm. Skladá sa zo 7 prvkov. Materiál: magnet, čierna PE (polyetylénová) časť, biela PP časť, priehľadné PVC časti.

Obsluha: Rozbaľte hula hoop a uistite sa, že máte všetky diely. Zostavte hula obruč: zatlačte čiernu časť segmentu do bielej časti, potom otočte bielu časť segmentu smerom k polohe „ LOCK“. Magnetické guľôčky spojte tak, že do stredu pridáte magnety. Magnetické guľôčky zatlačte do pripravených otvorov v segmentoch hula hoop. Ak chcete rozložiť hula hop, postupujte podľa vyššie uvedených krokov, ale v opačnom poradí, pričom začnite otáčaním bieleho prvku v smere „ OPEN“

Upozornenia: Pred použitím si prečítajte pokyny a uchovajte ich pre budúce použitie. Neumiestňujte zariadenie okolo krku. Továr nie je vhodný pre deti do 3 rokov. Staršie deti ho môžu používať len pod dohľadom dospeléj osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte priamemu slnečnému žiareniu.

Pri montáži výrobku buďte opatrní a nerozoberajte ho násilím. Inštaláciu môže vykonávať iba dospelá osoba. Hula Hop sa nemôže otáčať príliš rýchlo, je vhodné udržiavať stály a rovnomerný pohyb. Telo by malo byť uvoľnené a rovné.

Pred začatím cvičenia by ste sa mali zahriať. Počas cvičenia sa môžete hýbať a dokonca sa to odporúča, aby ste sa vyhli únave svalov a kĺbov. Pre dosiahnutie požadovaného efektu sa odporúča cvičiť dlhšie ako 30 minút. 30 minút pred jedlom nemôžete cvičiť. Zvláštnu opatrnosť je potrebné venovať, ak je cvičiaca osoba chronicky chorá alebo sa necíti dobre. Cvičenie s obručou sa neodporúča tehotným a menštruujúcim ženám. Odporúča sa cvičiť na otvorenom priestranstve, aby ste mali dostatok priestoru na pohyb a nepoškodili blízke predmety. Pred začatím cvičenia sa uistite, že lopta je bezpečne pripevnená, inak môže spadnúť a spôsobiť zranenie osôb alebo predmetov.

Vaša bezpečnosť a bezpečnosť ostatných sú dôležité, preto buďte pri tréningu vždy opatrní. Výrobok nie je hračka. Výrobok obsahuje malé časti, ktoré môžu spôsobiť udusenie. Uchovávajte mimo dosahu detí.



Dovozca: VITOLOG.PL Sp. zoologická záhrada, ul. Międzyleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko

Vlastnosti produktu: Zoštíhlující masážny hula hoop so závažím. Priemer 98 cm. Skladá sa zo 7 prvkov. Materiál: magnet, čierna PE (polyetylénová) časť, biela PP časť, priehľadné PVC časti.

Obsluha: Rozbaľte hula hoop a uistite sa, že máte všetky diely. Zostavte hula obruč: zatlačte čiernu časť segmentu do bielej časti, potom otočte bielu časť segmentu smerom k polohe „ LOCK“. Magnetické guľôčky spojte tak, že do stredu pridáte magnety. Magnetické guľôčky zatlačte do pripravených otvorov v segmentoch hula hoop. Ak chcete rozložiť hula hop, postupujte podľa vyššie uvedených krokov, ale v opačnom poradí, pričom začnite otáčaním bieleho prvku v smere „ OPEN“

Upozornenia: Pred použitím si prečítajte pokyny a uchovajte ich pre budúce použitie. Neumiestňujte zariadenie okolo krku. Továr nie je vhodný pre deti do 3 rokov. Staršie deti ho môžu používať len pod dohľadom dospeléj osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte priamemu slnečnému žiareniu.

Pri montáži výrobku buďte opatrní a nerozoberajte ho násilím. Inštaláciu môže vykonávať iba dospelá osoba. Hula Hop sa nemôže otáčať príliš rýchlo, je vhodné udržiavať stály a rovnomerný pohyb. Telo by malo byť uvoľnené a rovné.

Pred začatím cvičenia by ste sa mali zahriať. Počas cvičenia sa môžete hýbať a dokonca sa to odporúča, aby ste sa vyhli únave svalov a kĺbov. Pre dosiahnutie požadovaného efektu sa odporúča cvičiť dlhšie ako 30 minút. 30 minút pred jedlom nemôžete cvičiť. Zvláštnu opatrnosť je potrebné venovať, ak je cvičiaca osoba chronicky chorá alebo sa necíti dobre. Cvičenie s obručou sa neodporúča tehotným a menštruujúcim ženám. Odporúča sa cvičiť na otvorenom priestranstve, aby ste mali dostatok priestoru na pohyb a nepoškodili blízke predmety. Pred začatím cvičenia sa uistite, že lopta je bezpečne pripevnená, inak môže spadnúť a spôsobiť zranenie osôb alebo predmetov.

Vaša bezpečnosť a bezpečnosť ostatných sú dôležité, preto buďte pri tréningu vždy opatrní. Výrobok nie je hračka. Výrobok obsahuje malé časti, ktoré môžu spôsobiť udusenie. Uchovávajte mimo dosahu detí.



POUŽÍVATELSKÁ PŘÍRUČKA S123	
Dovozca: VITOLOG.PL Sp. zoologická záhrada, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko	
Vlastnosti produktu:	
Zoštíhlující masážny hula hoop so závažím. Priemer 98 cm.	
Skladá sa zo 7 prvkov. Materiál: magnet, čierna časť z PE (polyetylén), biela časť z PP, priehľadná časť z PVC.	
Ako používať: Rozbaľte hula hoop a uistite sa, že máte všetky diely.	
Zostavte hula obruč: zatlačte čiernu časť segmentu do bielej časti a potom otočte bielu časť segmentu smerom k polohe „ LOCK“. Magnetické guľôčky spojte tak, že do stredu pridáte magnety. Magnetické guľôčky zatlačte do pripravených otvorov v segmentoch hula hoop. Ak chcete rozložiť hula hop, postupujte podľa vyššie uvedených krokov, ale v opačnom poradí, pričom začnite otáčaním bielej časti v smere „ OPEN“	
Upozornenia: Pred použitím si prečítajte pokyny a uschovajte si ich budúca referencia. Nenoste zariadenie okolo krku. Tovar nie je vhodný pre deti do 3 rokov. Staršie deti ho môžu používať len pod dohľadom dospelé osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte priamemu slnečnému žiareniu. Pri montáži výrobku buďte opatrní, nerozoberajte násilím. Zložiť ho môže len dospelá osoba. Hula hop sa nemôže otáčať príliš rýchlo, je vhodné udržiavať ho v pohybe dôsledne a rovnomerne. Telo by malo byť uvoľnené a rovné. Než začnete cvičiť, mali by ste sa zahriať. Počas cvičenia sa môžete hýbať a dokonca sa odporúča vyhnúť sa svalovej a kĺbovej únave. Pre dosiahnutie požadovaného efektu sa odporúča cvičiť dlhšie ako 30 minút. 30 minút pred jedlom nemôžete cvičiť. Zvláštnu pozornosť treba venovať, ak je cvičiaci človek chronicky chorý alebo sa necíti dobre. Cvičenie s obručou sa neodporúča tehotným a menštruujúcim ženám. Odporúča sa cvičiť na otvorenom priestranstve, aby ste mali dostatok priestoru na pohyb a nepoškodili blízke predmety. Pred začatím cvičenia sa uistite, že lopta je bezpečne pripevnená, inak môže spadnúť a spôsobiť zranenie ľudí alebo vecí. Vaša bezpečnosť a bezpečnosť ostatných sú dôležité, preto buďte pri tréningu vždy opatrní. Výrobok nie je hračka. Výrobok obsahuje malé časti, ktoré môžu spôsobiť udusenie. Uchovávajte mimo dosahu detí.	

POUŽÍVATELSKÁ PŘÍRUČKA S123	
Dovozca: VITOLOG.PL Sp. zoologická záhrada, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko	
Vlastnosti produktu:	
Zoštíhlující masážny hula hoop so závažím. Priemer 98 cm.	
Skladá sa zo 7 prvkov. Materiál: magnet, čierna časť z PE (polyetylén), biela časť z PP, priehľadná časť z PVC.	
Ako používať: Rozbaľte hula hoop a uistite sa, že máte všetky diely.	
Zostavte hula obruč: zatlačte čiernu časť segmentu do bielej časti a potom otočte bielu časť segmentu smerom k polohe „ LOCK“. Magnetické guľôčky spojte tak, že do stredu pridáte magnety. Magnetické guľôčky zatlačte do pripravených otvorov v segmentoch hula hoop. Ak chcete rozložiť hula hop, postupujte podľa vyššie uvedených krokov, ale v opačnom poradí, pričom začnite otáčaním bielej časti v smere „ OPEN“	
Upozornenia: Pred použitím si prečítajte pokyny a uschovajte si ich budúca referencia. Nenoste zariadenie okolo krku. Tovar nie je vhodný pre deti do 3 rokov. Staršie deti ho môžu používať len pod dohľadom dospelé osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte priamemu slnečnému žiareniu. Pri montáži výrobku buďte opatrní, nerozoberajte násilím. Zložiť ho môže len dospelá osoba. Hula hop sa nemôže otáčať príliš rýchlo, je vhodné udržiavať ho v pohybe dôsledne a rovnomerne. Telo by malo byť uvoľnené a rovné. Než začnete cvičiť, mali by ste sa zahriať. Počas cvičenia sa môžete hýbať a dokonca sa odporúča vyhnúť sa svalovej a kĺbovej únave. Pre dosiahnutie požadovaného efektu sa odporúča cvičiť dlhšie ako 30 minút. 30 minút pred jedlom nemôžete cvičiť. Zvláštnu pozornosť treba venovať, ak je cvičiaci človek chronicky chorý alebo sa necíti dobre. Cvičenie s obručou sa neodporúča tehotným a menštruujúcim ženám. Odporúča sa cvičiť na otvorenom priestranstve, aby ste mali dostatok priestoru na pohyb a nepoškodili blízke predmety. Pred začatím cvičenia sa uistite, že lopta je bezpečne pripevnená, inak môže spadnúť a spôsobiť zranenie ľudí alebo vecí. Vaša bezpečnosť a bezpečnosť ostatných sú dôležité, preto buďte pri tréningu vždy opatrní. Výrobok nie je hračka. Výrobok obsahuje malé časti, ktoré môžu spôsobiť udusenie. Uchovávajte mimo dosahu detí.	

POUŽÍVATELSKÁ PŘÍRUČKA S123	
Dovozca: VITOLOG.PL Sp. zoologická záhrada, ul. Międzyzleska 6, 50-514 Wrocław, Polsko	
Vlastnosti produktu:	
Zoštíhlující masážny hula hoop so závažím. Priemer 98 cm.	
Skladá sa zo 7 prvkov. Materiál: magnet, čierna časť z PE (polyetylén), biela časť z PP, priehľadná časť z PVC.	
Ako používať: Rozbaľte hula hoop a uistite sa, že máte všetky diely.	
Zostavte hula obruč: zatlačte čiernu časť segmentu do bielej časti a potom otočte bielu časť segmentu smerom k polohe „ LOCK“. Magnetické guľôčky spojte tak, že do stredu pridáte magnety. Magnetické guľôčky zatlačte do pripravených otvorov v segmentoch hula hoop. Ak chcete rozložiť hula hop, postupujte podľa vyššie uvedených krokov, ale v opačnom poradí, pričom začnite otáčaním bielej časti v smere „ OPEN“	
Upozornenia: Pred použitím si prečítajte pokyny a uschovajte si ich budúca referencia. Nenoste zariadenie okolo krku. Tovar nie je vhodný pre deti do 3 rokov. Staršie deti ho môžu používať len pod dohľadom dospelé osoby. Skladujte v suchu, nevystavujte priamemu slnečnému žiareniu. Pri montáži výrobku buďte opatrní, nerozoberajte násilím. Zložiť ho môže len dospelá osoba. Hula hop sa nemôže otáčať príliš rýchlo, je vhodné udržiavať ho v pohybe dôsledne a rovnomerne. Telo by malo byť uvoľnené a rovné. Než začnete cvičiť, mali by ste sa zahriať. Počas cvičenia sa môžete hýbať a dokonca sa odporúča vyhnúť sa svalovej a kĺbovej únave. Pre dosiahnutie požadovaného efektu sa odporúča cvičiť dlhšie ako 30 minút. 30 minút pred jedlom nemôžete cvičiť. Zvláštnu pozornosť treba venovať, ak je cvičiaci človek chronicky chorý alebo sa necíti dobre. Cvičenie s obručou sa neodporúča tehotným a menštruujúcim ženám. Odporúča sa cvičiť na otvorenom priestranstve, aby ste mali dostatok priestoru na pohyb a nepoškodili blízke predmety. Pred začatím cvičenia sa uistite, že lopta je bezpečne pripevnená, inak môže spadnúť a spôsobiť zranenie ľudí alebo vecí. Vaša bezpečnosť a bezpečnosť ostatných sú dôležité, preto buďte pri tréningu vždy opatrní. Výrobok nie je hračka. Výrobok obsahuje malé časti, ktoré môžu spôsobiť udusenie. Uchovávajte mimo dosahu detí.	

