

PL
Elastyczna obręcz do fitnessu
Sposób użycia
Złóż obręcz, umieść ją na tali i wpraw w ruch biodrami. Ćwicz 5–20 minut dziennie w wygodnym stroju sportowym. Po treningu rozłóż i przechowuj w suchym miejscu.
Ostrzeżenie
Produkt przeznaczony jest dla dorosłych. Nie stosować przy urazach pleców ani problemach zdrowotnych bez konsultacji z lekarzem. Ćwicz w bezpiecznej przestrzeni. Nie jest to zabawka. W razie bólu lub zawrotów głowy przerwij ćwiczenie. Produkt nie jest przeznaczony dla dzieci. Plastikowe opakowanie może być niebezpieczne. Aby uniknąć ryzyka uduszenia, należy trzymać je z dala od dzieci i niemowląt.
Skład materiałowy: PVC. Wyprodukowano w: Chinach.
ENG
Flexible Fitness Hoop
Instructions for use
Assemble the hoop, place it around your waist, and start a rhythmic motion with your hips. Exercise for 5–20 minutes daily in comfortable sportswear. After your workout, disassemble the hoop and store it in a dry place.
Warning
This product is intended for adults. Do not use if you have back injuries or other health problems without consulting a doctor. Exercise in a safe space. This is not a toy. If you experience pain or dizziness, stop exercising immediately. This product is not intended for children. The plastic packaging can be dangerous. To avoid the risk of suffocation, keep it away from children and infants.
Material composition: PVC. Made in: China.
DE
Flexibler Fitnessreifen
Gebrauchsanweisung
Falten Sie den Reifen zusammen, legen Sie ihn um Ihre Taille und bringen Sie ihn mit den Hüften in Bewegung. Trainieren Sie 5–20 Minuten täglich in bequemer Sportkleidung. Nach dem Training zusammenlegen und an einem trockenen Ort aufbewahren.
Warnung
Dieses Produkt ist für Erwachsene bestimmt. Nicht bei Rückenverletzungen oder anderen gesundheitlichen Problemen ohne Rücksprache mit einem Arzt anwenden. Trainieren Sie in einem sicheren Bereich. Dies ist kein Spielzeug. Bei Schmerzen oder Schwindel das Training sofort unterbrechen. Dieses Produkt ist nicht für Kinder bestimmt. Die Plastikverpackung kann gefährlich sein. Um Erstickungsgefahr zu vermeiden, halten Sie sie von Kindern und Säuglingen fern.
Materialzusammensetzung: PVC. Hergestellt in: China.
NL
Flexibele fitnessring
Gebruiksaanwijzing
Vouw de ring op, plaats hem om uw taille en breng hem in beweging met uw heupen. Oefen dagelijks 5–20 minuten in comfortabele sportkleding. Na de training opvouwen en op een droge plaats bewaren.
Waarschuwing

Dit product is bedoeld voor volwassenen. Niet gebruiken bij rugblessures of andere gezondheidsproblemen zonder overleg met een arts. Oefen in een veilige ruimte. Dit is geen speelgoed. Bij pijn of duizeligheid de oefening onmiddellijk stoppen. Dit product is niet bedoeld voor kinderen. De plastic verpakking kan gevaarlijk zijn. Om verstikkingsgevaar te voorkomen, moet u deze buiten het bereik van kinderen en baby's houden.
Materiële samenstelling: PVC. Gemaakt in: China.
FIN
Joustava fitness-rengas
Käyttöohjeet
Taita rengas, aseta se vyötäröllesi ja laita se liikkeelle lantiollasi. Harjoittele 5–20 minuuttia päivässä mukavissa urheiluvaatteissa. Harjoituksen jälkeen taita rengas kokoon ja säilytä kuivassa paikassa.
Varoitus
Tämä tuote on tarkoitettu aikuisille. Älä käytä sitä selkävammojen tai muiden terveysongelmien yhteydessä ilman lääkärin ennakkokonsultaatiota. Harjoittele turvallisessa paikassa. Tämä ei ole lelu. Jos tunnet kipua tai huijausta, lopeta harjoitus välittömästi. Tuotetta ei ole tarkoitettu lapsille. Muovipakkaus voi olla vaarallinen. Tukehtumisvaaran välttämiseksi pidä se poissa lasten ja vauvojen ulottuvilta.
Materiaalikoostumus: PVC. Valmistettu: Kiinassa.
EST
Painotettu fitnessrõngas
Kasutusjuhend
Pange rõngas kokku, asetage see vööle ja pange see liikuma puusadega. Treenige 5–20 minutit päevas mugavates spordirõivastes. Pärast treeningut võtke rõngas lahti ja hoidke kuivas kohas.
Hoiaatus
Toode on mõeldud täiskasvanutele. Mitte kasutada seljavigastuste või terviseprobleemide korral ilma arstiga konsulteermata. Treenige turvalises ruumis. See ei ole mänguasi. Valu või pearingluse korral lõpetage harjutus kohe. Toode ei ole mõeldud lastele. Plastikpakend võib olla ohtlik. Lõbumisohu vältimiseks hoia seda laste ja imikute eest eemal.
Materjali koostis: PVC. Toodetud: Hiinas.
LT
Lankstus fitneso lankas
Naudojimo instrukcija
Sulenkite lanką, uždėkite jį ant juosmens ir judinkite klubais. Mankštinkitės 5–20 minučių per dieną patogioje sportinėje aprangoje. Po treniruočių išardykite ir laikykite sausoje vietoje.
Įspėjimas
Produktas skirtas suaugusiems. Nenaudoti esant nugaros traumoms ar sveikatos problemoms be gydytojo konsultacijos. Mankštinkitės saugioje erdvinėje. Tai nėra žaislas. Jei jaučiate skausmą ar galvos svaigimą, nedelsdami nutraukite pratimą. Produktas nėra skirtas vaikams. Plastikinė pakuotė gali būti pavojinga. Kad išvengtumėte uždusimo rizikos, laikykite ją atokiau nuo vaikų ir kūdikių.
Medžiagos sudėtis: PVC. Pagaminta: Kinijoje.
LV
Elastīgs fitnesa aplis

Lietošanas instrukcija
Salieciet apli, novietojiet to ap vidukli un kustiniet to ar gurniem. Vingrojiet 5–20 minūtes dienā ērtā sporta apģērbā. Pēc treniņa salieciet un uzglabājiēt sausa vietā.
Brīdinājums
Produkts ir paredzēts pieaugušajiem. Nelietot muguras traumau vai veselības problēmu gadījumā bez konsultēšanās ar ārstu. Vingrojiet drošā telpā. Šī nav rotaļlieta. Sāpju vai reibonu gadījumā pārtrauciet vingrošanu nekavējoties. Produkts nav paredzēts bērniem. Plastmasas iepakojums var būt bīstams. Lai izvairītos no nosmakšanas riska, turiet to prom no bērniem un zīdaiņiem.
Materiāla sastāvs: PVC. Ražots: Ķīnā.
CZ
Flexibilní fitness obruč
Návod k použití
Složte obruč, umístěte ji na pas a uveďte do pohybu boky. Cvičte 5–20 minut denně v pohodlném sportovním oblečení. Po tréninku rozložte a uchovávejte na suchém místě.
Upozornění
Produkt je určen pro dospělé. Nepoužívejte při poranění zad nebo zdravotních problémech bez konzultace s lékařem. Cvičte v bezpečném prostoru. Nejedná se o hračku. V případě bolesti nebo závratí cvičení přerušte. Produkt není určen pro děti. Plastové balení může být nebezpečné. Abyste předešli riziku udušení, držte jej mimo dosah dětí a kojenců.
Materiálové složení: PVC. Vyrobeno v: Číně.
SK
Flexibilný fitness obruč
Návod na použitie
Zložte obruč, umiestnite ju na pás a uveďte do pohybu bokmi. Cvičte 5–20 minút denne v pohodlnom športovom oblečení. Po tréningu rozložte a uchovávaťe na suchom mieste.
Varovanie
Produkt je určený pre dospelých. Nepoužívajte pri poraneniach chrbta alebo zdravotných problémoch bez konzultácie s lekárom. Cvičte v bezpečnom priestore. Nejedná sa o hračku. V prípade bolesti alebo závratov cvičenie prerušte. Produkt nie je určený pre deti. Plastové balenie môže byť nebezpečné. Aby ste predišli riziku udusenia, držte ho mimo dosahu detí a dojčiat.
Materiálové zloženie: PVC. Vyrobené v: Číne.
HU
Flexibilis fitness karika
Használati útmutató
Hajtsa össze a karikát, helyezze a derekára, és indítsa el a csípőjével. Gyakoroljon 5–20 percet naponta kényelmes sportruházatban. Edzés után hajtsa szét és tárolja száraz helyen.
Figyelmeztetés
A termék felnőtteknek készült. Ne használja hát sérülések vagy egészségügyi problémák esetén orvosi konzultáció nélkül. Gyakoroljon biztonságos helyen. Ez nem játék. Fájdalom vagy szédülés esetén azonnal hagyja abba a gyakorlatot. A termék nem gyermekek számára készült. A műanyag csomagolás veszélyes lehet. A fulladásveszély elkerülése érdekében tartsa távol gyermekektől és csecsemőktől.

Anyagösszetétel: PVC. Gyártási hely: Kína.

RO

Cerc flexibil pentru fitness

Instrucțiuni de utilizare

Pliați cercul, așezați-l pe talie și puneți-l în mișcare cu șoldurile. Antrenați-vă 5–20 de minute pe zi în haine sport confortabile. După antrenament, depiați și păstrați într-un loc uscat.

Avertisment

Produsul este destinat adulților. Nu utilizați în caz de leziuni la spate sau probleme de sănătate fără a consulta un medic. Antrenați-vă într-un spațiu sigur. Nu este o jucărie. În caz de durere sau amețeli, opriți exercițiul imediat. Produsul nu este destinat copiilor. Ambalajul din plastic poate fi periculos. Pentru a evita riscul de sufocare, țineți-l departe de copii și sugari.

Compoziția materialului: PVC. Fabricat în: China.

BG

Гъвкав фитнес обръч

Инструкции за употреба

Сгънете обръча, поставете го на талията си и го задвижете с бедрата. Упражнявайте се 5–20 минути на ден в удобно спортно облекло. След тренировка разгънете и съхранявайте на сухо място.

Предупреждение

Продуктът е предназначен за възрастни. Не използвайте при травми на гърба или здравословни проблеми без консултация с лекар. Упражнявайте се в безопасно пространство. Това не е играчка. В случай на болка или световъртеж, спрете упражнението незабавно. Продуктът не е предназначен за деца. Пластмасовата опаковка може да бъде опасна. За да избегнете риск от задушаване, дръжте я далеч от деца и бебета.

Материален състав: PVC. Произведено в: Китай.

IT

Cerchio flessibile per fitness

Istruzioni per l'uso

Assemblare il cerchio, posizionarlo intorno alla vita e farlo ruotare con i fianchi. Esercitarsi per 5–20 minuti al giorno con un abbigliamento sportivo comodo. Dopo l'allenamento, smontare il cerchio e conservarlo in un luogo asciutto.

Avvertenza

Questo prodotto è destinato agli adulti. Non utilizzare in caso di lesioni alla schiena o altri problemi di salute senza aver consultato un medico. Esercitarsi in uno spazio sicuro. Questo non è un giocattolo. In caso di dolore o vertigini, interrompere l'esercizio immediatamente. Il prodotto non è destinato ai bambini. L'imballaggio in plastica può essere pericoloso. Per evitare il rischio di soffocamento, tenerlo lontano da bambini e neonati.

Composizione del materiale: PVC. Prodotto in: Cina.

SI

Prilagodljiv fitnes obroč

Navodila za uporabo

Sestavite obroč, ga namestite na pas in ga z boki spravite v gibanje. Vadite 5–20 minut na dan v udobni športni obleki. Po vadbi ga razstavite in shranite na suhom mestu.

Opozorilo

Izdelek je namenjen odraslim. Ne uporabljajte ga pri poškodbah hrbta ali zdravstvenih težavah brez posveta z zdravnikom. Vadite v varnem prostoru. To ni igrača. V primeru bolečine ali vrtoglavice prekinite vadbo takoj. Izdelek ni namenjen otrokom. Plastična embalaža je lahko nevarna. Da se izognete nevarnosti zadušitve, jo hranite stran od otrok in dojenčkov.

Sestava materiala: PVC. Izdelano v: Kitajski.

HR

Fleksibilan fitness обруч

Upute za uporabu

Sastavite обруч, postavite ga oko struka i pokrenite ga bokovima. Vježbajte 5–20 minuta dnevno u udobnoj sportskoj odjeći. Nakon treninga, rastavite обруч i pohranite ga na suhom mjestu.

Upozorenje

Ovaj proizvod je namijenjen odraslima. Ne koristite ga u slučaju ozljeda leđa ili zdravstvenih problema bez savjetovanja s liječnikom. Vježbajte u sigurnom prostoru. Ovo nije igračka. U slučaju boli ili vrtoglavice, odmah prekinite vježbu. Proizvod nije namijenjen djeci. Plastična ambalaža može biti opasna. Kako biste izbjegli rizik od gušenja, držite je podalje od djece i dojenčadi.

Sastav materijala: PVC. Proizvedeno u: Kini.