

ANLEITUNG



WICHTIGE INFORMATION

Bitte lese diese Anleitung vor der Benutzung deines GOAWELL Fitness Balance Boards sorgfältig durch.

TIPPS UND HINWEISE

(Abbildungen dazu auf der Rückseite)

Dieses **Fitness Balance Board** ist sehr flexibel einsetzbar und sowohl für weniger geübte Anfänger als auch für fortgeschrittene Nutzer bestens geeignet.

Mit unserem neu entwickelten **BalanceMate** und den **Support Pads** ist es jetzt erstmals möglich, den Schwierigkeitsgrad beim Balancieren nach Belieben anzupassen.

- 1 Setze das Balance Board zu Beginn in den Ring des **BalanceMate** und du wirst feststellen, daß es dir mit wenig Mühe gelingen wird, die Balance zu halten.
 - 2+3 Steigere dann deine Balance- und Koordinationsfähigkeit, indem du zunächst das **große Support Pad** alleine und dann im nächsten Schritt dazu das **kleine, dickere Support Pad** in den Ring des **BalanceMate** unter das Balance Board legst.
 - 4 Als geübter Nutzer kannst du den **BalanceMate** entfernen und ganz ohne Hilfestellung die Balance halten.
 - 5 Für Balance-Profis: Lege beide **Support Pads** unter das frei stehende Board, um den maximalen Kippwinkel zu erhöhen und den Schwierigkeitsgrad weiter zu steigern.
- ! ! Den schwarzen **Anti-Rutsch-Aufsatz** aus Silikon kannst du schnell und einfach auf den Kunststoff-Sockel des Balance Boards aufsetzen, wann immer du auf einer glatten Oberfläche (z.B. Fliesen- oder Parkettboden) trainieren willst.

ACHTUNG!

1. Bitte verwende das Balance Board nur auf geraden, ebenen und ausreichend stabilen Flächen. Sturz- und Verletzungsgefahr!
2. Achte immer darauf, daß du im Falle eines Sturzes oder Verlust des Gleichgewichtes nur auf weiche oder gepolsterte Stellen fallen kannst. Scharfkantige, harte oder spitze Gegenstände dürfen sich niemals in deiner direkten Umgebung befinden, während du auf dem Balance Board stehst.
3. Benutze das Balance Board NICHT direkt nach Mahlzeiten und NICHT nach dem Konsum von alkoholischen Getränken! Erhöhte Verletzungsgefahr!
4. Benutze das Balance Board NICHT während der Schwangerschaft oder unter dem Einfluß von Medikamenten.
5. Das GOAWELL Fitness Balance Board ist für eine maximale Belastung von 180 kg ausgelegt.

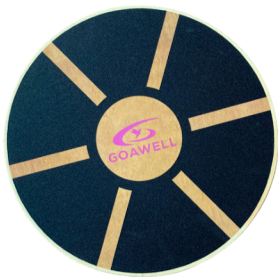
REINIGUNG UND PFLEGE DEINES BALANCE BOARDS

1. Verschmutzungen lassen sich am einfachsten mit einem feuchten Baumwolltuch oder einer weichen Bürste entfernen. Bitte dazu nur Wasser verwenden und keine Putz- oder Lösungsmittel. Dies gilt auch für sämtliches Zubehör.
2. Das Balance Board besteht aus Holz und darf daher nur im Trockenen aufbewahrt werden.
3. Die Schrauben im Kunststoffsockel können bei Bedarf vorsichtig nachgezogen werden.

WIR WÜNSCHEN DIR VIEL SPASS UND ERFOLG BEIM TRAINING!

INHALT DIESER PACKUNG

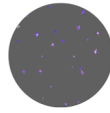
Abbildungen nicht maßstabsgetreu.



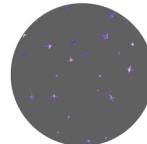
Balance Board



Anti-Rutsch-Aufsatz



Support Pad - klein



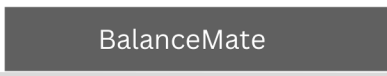
Support Pad - groß



BalanceMate

VARIATIONSMÖGLICHKEITEN

1



4



5



Support Pad - klein



Support Pad - groß



2



Support Pad
groß ODER klein



3



Support Pad - klein



Support Pad - groß



ANTI-
RUTSCH



Anti-Rutsch-Aufsatz

glatter oder rutschiger Boden

Noch Fragen? Melde dich einfach bei uns:

service@goawell.ch

Alle Infos zum GOAWELL

Fitness Balance Board findest du hier:

goawell.com/bb-bm/

Oder scanne einfach diesen QR-Code!



Kontakt: Fuchs TipTopTrading, Byfangweg 6, CH-4148 Pfeffingen

EU-Import: hellocustoms GmbH, Oldesloer Str. 87, D-23795 Bad Segeberg

Dieses Balance Board ist kein Spielzeug. Nur auf ebener, freier Fläche benutzen. Sturzgefahr! Kinder nur unter Aufsicht auf das Board lassen.