

POWERBLOCK®

PRO 100 MONTAGEANLEITUNG FÜR LANGHANTELGRIFFE SEITE 1

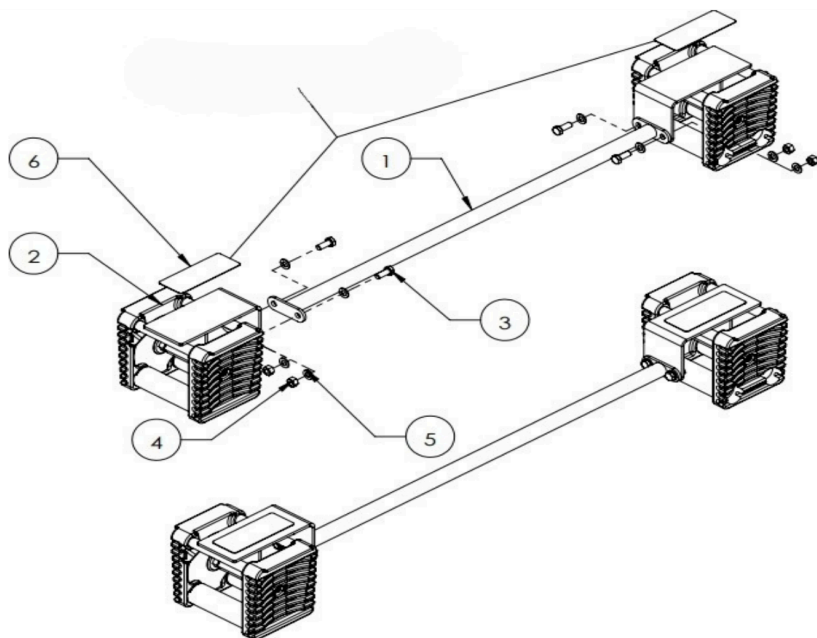
ARTIKEL-NR.	BESCHREIBUNG	MENGE.
1	GERADE ODER EZ CURL BAR	1
2	LANGHANTELGRIFF	2
3	Stahlschrauben M10 - 1,5 x 25 mm	4
4	Stahlmuttern M10 - 1,5	4
5	Stahlscheiben M10	8
6	AUFKLEBER-GEWICHTSTABELLE	2

BENÖTIGTE WERKZEUGE:

- 17-mm-Schraubenschlüssel
- 16-mm-Schraubenschlüssel

1. BEFESTIGEN SIE DIE LANGHANTELGRIFFE MIT HILFE DER MITGELIEFERTEN HARDWARE UND BENUTZEN SIE DIE LÖCHER IN DEN METALLPLATTEN AN DER STANGE.

PLATZIEREN SIE DIE ENTSPRECHENDEN GEWICHTSTABELLEN MIT KLEBERÜCKSEITE AN DER ABGEBILDETEN POSITION:



POWERBLOCK®

PRO 100MONTAGEANLEITUNG FÜR LANGHANTELGRIFFE SEITE 2

Vielen Dank für den Kauf des PowerBlock Langhantelsystems. Bei Fragen zu diesem Produkt wenden Sie sich bitte per E-Mail an den Kundenservice unter questions@powerblock.com.

Warnung: Lesen Sie vor der Verwendung von PowerBlock-Produkten die dem PowerBlock-Gewichtsset beiliegende Bedienungsanleitung und alle Etiketten. Die Nichtbeachtung aller Sicherheitsvorkehrungen und Anweisungen kann zu schweren Verletzungen führen. Sollte die Anleitung fehlen, finden Sie Ersatz unter www.powerblock.com.

Warnung: Das Langhantelsystem ist für eine Gesamtbelastung von 89 kg ausgelegt. Das maximale Gewicht der Langhantel darf 97 kg nicht überschreiten. Bei Nichtbeachtung dieser maximalen Belastung kann es zu herabfallenden Gewichten und/oder Verletzungen kommen.

Warnung: Verstellen Sie das Hantelset und/oder die Hantelstange nur, wenn sie sicher auf dem Boden oder einer ebenen Fläche stehen. Andernfalls kann es zu herabfallenden Gewichten und/oder schweren Verletzungen kommen.

Bitte überprüfen Sie das Hantelsystem vor jedem Gebrauch. Verwenden Sie das Hantelsystem nicht, wenn Teile abgenutzt, beschädigt oder lose sind. Bitte überprüfen Sie vor Gebrauch, ob alle Teile festgezogen sind.

Bitte beachten Sie: Zur Feinabstimmung Ihrer Inkremente verfügt die Kernbaugruppe über eine Option für Zusatzgewichte. Zusatzgewichte sind separat erhältlich. Sie können die Zusatzgewichte per E-Mail an questions@powerblock.com bestellen.

