

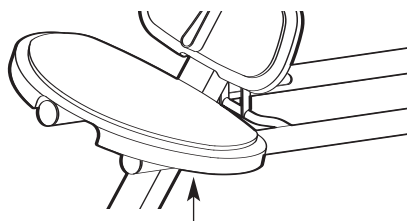
PRO-FORM[®]



Modelnummer PFEMBE1346.0

Serienummer _____

Schrijf het serienummer op de lijn hierboven voor raadpleging.

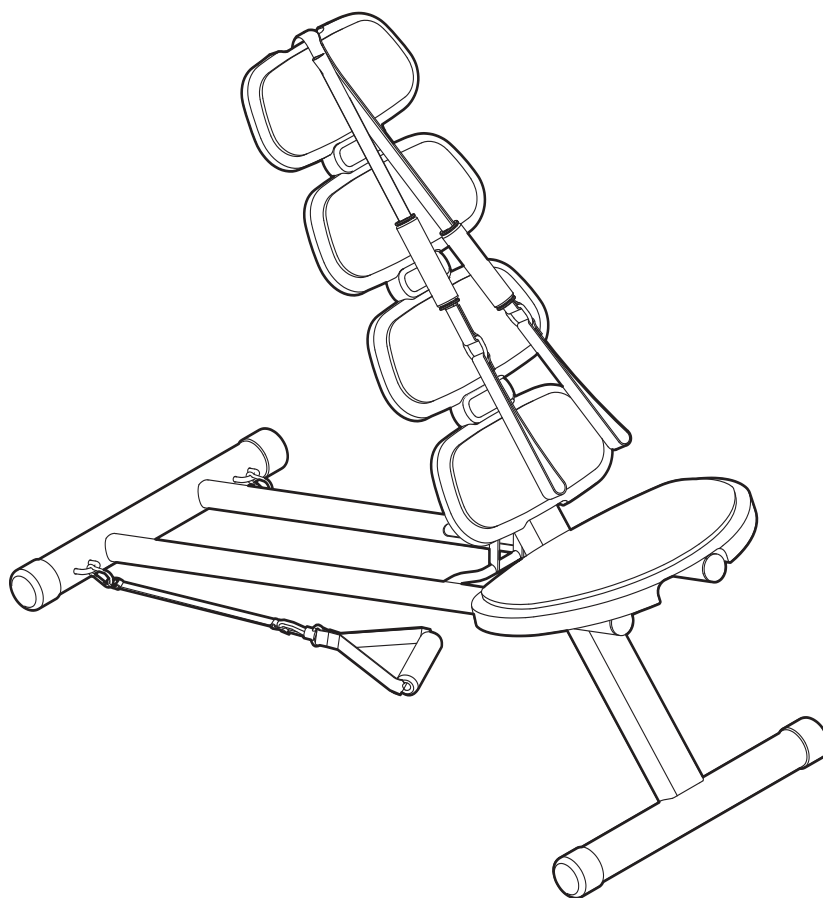


Sticker met Serienummer
(onder de zitting)

GEBRUIKSAANWIJZING

VRAGEN?

Als fabrikant zijn wij gesteld op uw volledige tevredenheid. Mocht u nog vragen hebben, mochten sommige onderdelen ontbreken of beschadigd zijn neem dan contact op met de winkel waar u dit produkt hebt gekocht.



OPGELET

Lees alle instructies en voorzorgsmaatregelen in deze handleiding door voordat u dit apparaat gaat gebruiken. Bewaar deze handleiding voor verdere raadpleging.



Bezoek onze website

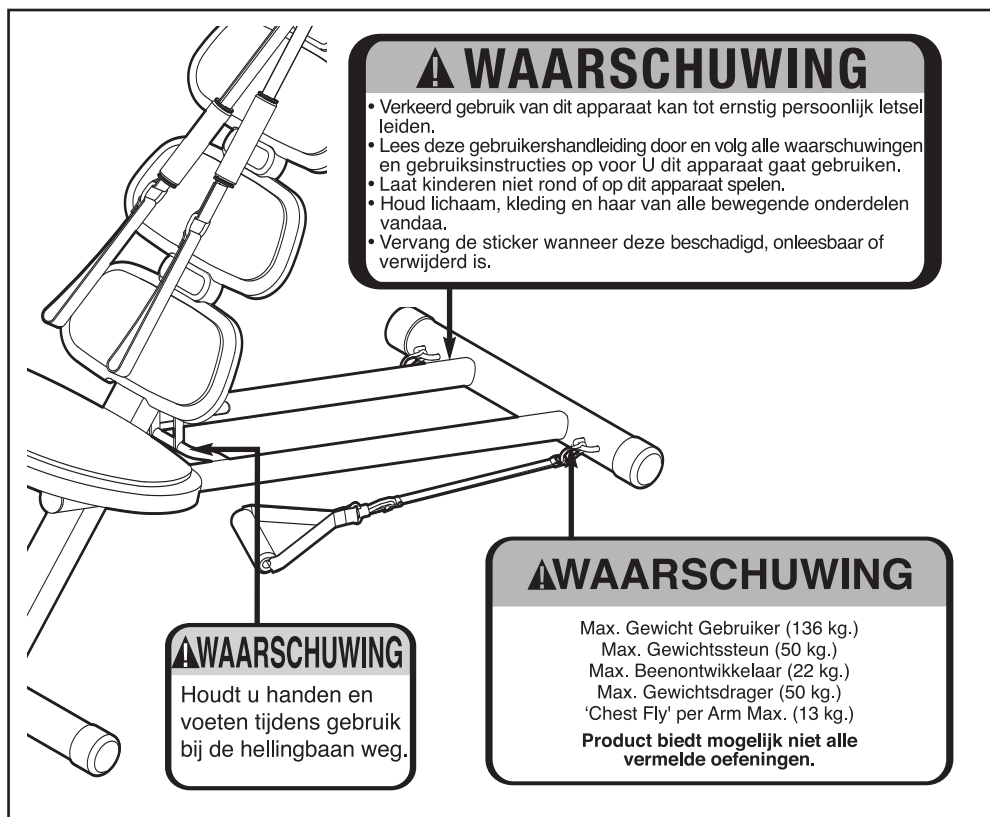
www.iconeurope.com

INHOUD

PLAATSING VAN DE WAARSCHUWINGSSTICKER	2
BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN	3
VOORDAT U BEGINT	4
DE WEERSTANDSBANDEN EN -HANDVATEN VASTMAKEN	5
LIJST MET ONDERDELEN	6
GEDETAILLEERDE TEKENING	7
HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN	Laatste Pagina

PLAATSING VAN DE WAARSCHUWINGSSTICKER

De waarschuwingstickers zijn rechts op de oefenbank gekleefd op de aangegeven plaatsen. Als er een sticker ontbreekt of onleesbaar is, telefoneer naar het nummer op de eerste pagina van deze handleiding of bestel gratis een nieuwe sticker. Kleef de sticker op de oefenbank op de aangegeven plaats.



BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN

⚠ WAARSCHUWING: Lees de volgende belangrijke voorzorgsmaatregelen door voordat u de oefenbank gaat gebruiken om persoonlijk letsel te voorkomen.

1. Lees alle instructies in deze handleiding en alle waarschuwingen voor de oefenbank door voordat u het apparaat gebruikt. Gebruik de oefenbank door voordat u de oefenbank gaat gebruiken.
2. Gebruik de oefenbank alleen zoals beschreven in deze handleiding.
3. De eigenaar moet zich ervan te vergewissen dat allen die gebruik maken van de oefenbank voldoende op de hoogte zijn van alle voorzorgsmaatregelen.
4. Deze oefenbank is alleen voor huiselijk gebruik bedoeld. Gebruik de oefenbank niet commercieel of voor verhuur.
5. Houdt de oefenbank binnenshuis, weg van vocht en stof. Houdt de oefenbank binnenshuis, weg van vocht en stof. Plaats de oefenbank op een vlakke ondergrond met een matje eronder om de vloerbedekking te beschermen. Zorg ervoor dat er genoeg ruimte rond het apparaat is om gemakkelijk op het apparaat te stappen, om te kunnen oefenen, en om af te stappen.
6. Zorg er steeds voor dat alle onderdelen goed zijn vastgedraaid wanneer u de oefenbank gebruikt. Vervang versleten onderdelen meteen.
7. Houdt te allen tijde kinderen jonger dan 12 en huisdieren bij de oefenbank weg.
8. De oefenbank is ontworpen voor een gebruiker die maximaal 136 kg weegt.
9. Houdt uw handen en voeten bij bewegende onderdelen weg.
10. Draag altijd geschikte kleding als u oefent. Draag geen losse kleding die in de oefenbank kan gekneld geraken. Mocht u lang haar hebben, steek het op zodat uw haar niet bekneld kan raken. Draag altijd sportschoenen wanneer u de gewichtsbank gebruikt.
11. Zorg er altijd voor dat de draai van de rugleuning helemaal vastzit voordat u tegen de rugleuning steunt.
12. Gebruik de oefenbank alleen met de bijgeleverde weerstand. De oefenbank is niet ontworpen om gewichten te gebruiken.
13. Stop meteen en begin geleidelijk af te koelen wanneer u pijn voelt of duizelig wordt.

⚠ WAARSCHUWING: Raadpleeg uw huisarts voordat u met dit of enig ander oefenprogramma begint. Dit is bijzonder belangrijk voor mensen ouder dan 35 of mensen met gezondheidsproblemen. Lees alle instructies voor gebruik door. ICON is niet aansprakelijk voor persoonlijk letsel of schade door het gebruik van dit product.

VOORDAT U BEGINT

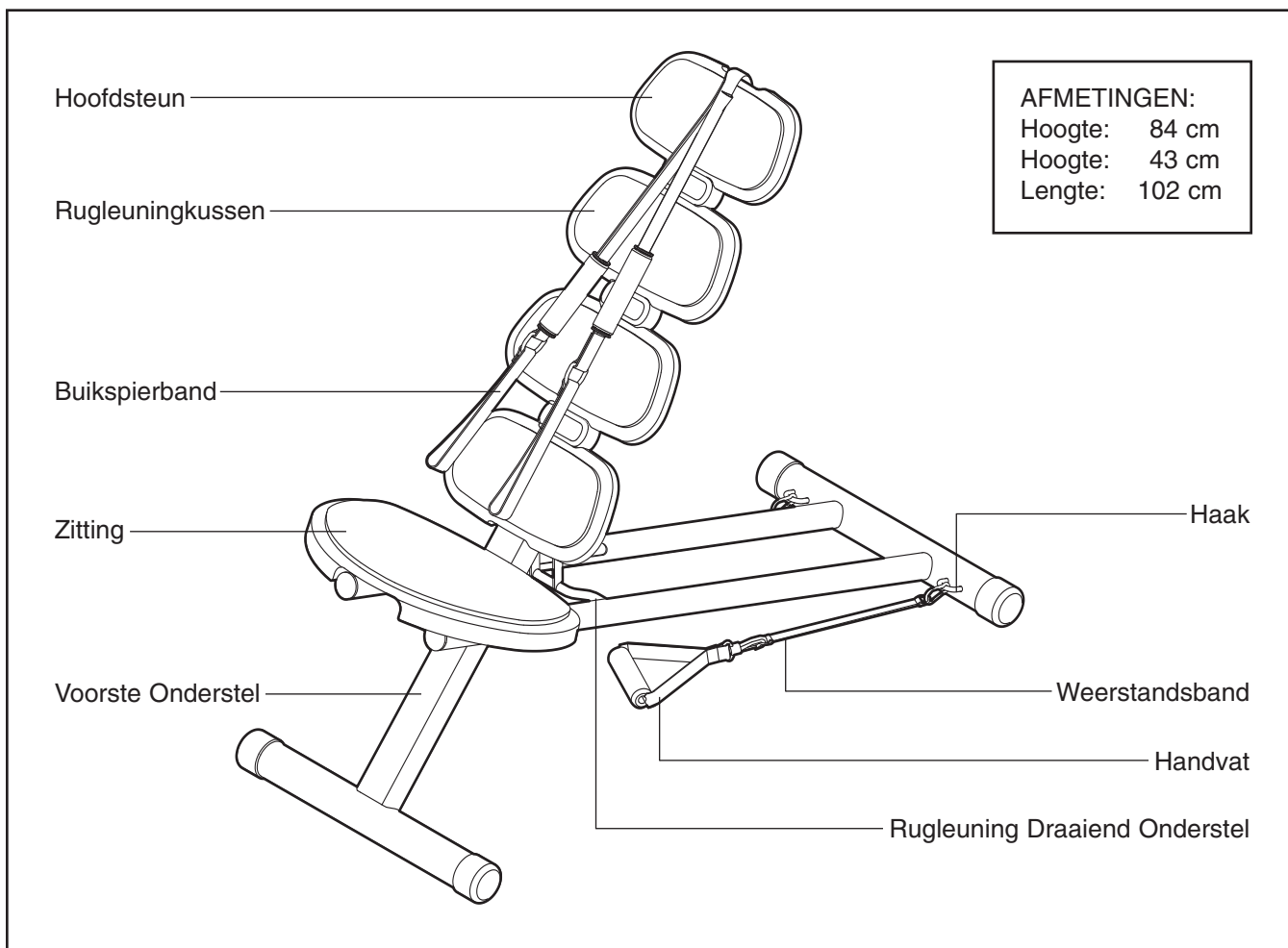
Hartelijk dank voor uw keuze van de veelzijdige oefenbank PROFORM® ABS. De ABS-oefenbank is ontworpen om uw lichaam te vormen en te versterken en een strakkere, slankere buik te krijgen in enkele minuten per dag.

Lees voor uw eigen welzijn deze handleiding zorgvuldig door voordat u de gewichtsbank gebruikt.

Mocht u nog vragen hebben, neem dan contact op

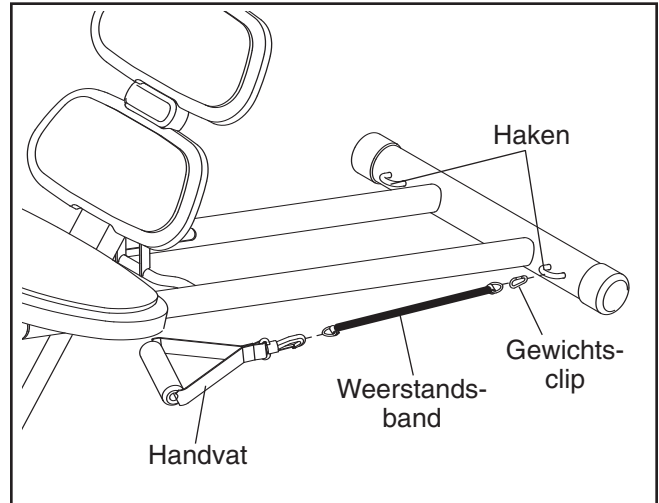
met de winkel waar u dit product hebt gekocht. Om u beter van dienst te kunnen zijn, zorg ervoor dat u het model- en serienummer bij de hand hebt voordat u belt. Het modelnummer is PFEMBE1346.0. Het serienummer bevindt zich op een sticker op de gewichtsbank (zie kapt van deze handleiding).

Voordat u verder leest, bekijk eerst aandachtig de tekening hieronder met de verschillende onderdelen.



DE WEERSTANDSBANDEN EN –HANDVATEN VASTMAKEN

Er zitten zes weerstandsbanden bij de oefenbank. Om de weerstandsbanden en –handvaten aan de oefenbank vast te maken, maak een uiteinde van de weerstandsband aan een van de haken vast met een gewichtsclip. Maak het andere uiteinde aan het handvat vast.



LIJST MET ONDERDELEN—Modelnr. PFEMBE1346.0 R0107A

Nr.	Aantal	Beschrijving	Nr.	Aantal	Beschrijving
1	1	Achterste Onderstel	22	4	M8 x 75mm Bout met Afgeronde Kop
2	1	Voorste Onderstel	23	1	M8 x 70mm Bout met Afgeronde Kop
3	1	Lage Rugleuning	24	2	M8 x 40mm Bout met Afgeronde Kop
4	2	Boven Rugleuning	25	2	M6 x 35mm Bout met Afgeronde Kop
5	1	Hoofdsteun	26	2	M6 Nylon Klemmoer
6	1	Zitting	27	8	M8 Nylon Klemmoer
7	4	Rugleuningkussen	28	1	M10 Nylon Klemmoer
8	1	Zittingkussen	29	3	M8 Tussenring
9	3	Tussenstukken	30	1	Pen
10	1	Rugleuningstang	31	2	Weerstandsstang
11	1	Buikspierband	32	1	Splitpen
12	1	ShakelRugleuning	33	2	Gewichtsklip
13	1	Korte Hoekijzer van de Rugleuning	34	2	Lichte weerstandsband
14	1	Lange Hoekijzer van de Rugleuning	35	2	Handvat
15	1	Bovenste Stangbeugel	36	2	Medium weerstandsband
16	1	Onderste Stangbeugel	37	2	Sterke weerstandsband
17	4	Stabilisatorkapje	#	-	Gebruiksaanwijzing
18	1	Bussen	#	-	Gids met oefeningen
19	2	35mm Rondkapje			
20	1	M8 x 62mm Schouderbout			
21	1	M10 x 218mm Bout			

Opgelet: “#” betekent onderdeel niet getoond. Specificaties kunnen zonder opgave van redenen gewijzigd zijn/worden. Kijk op de achterkant van deze gebruiksaanwijzing voor informatie over te bestellen onderdelen.

HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN

Om vervang onderdelen voor uw loopband te bestellen, neem dan a.u.b. contact op met de winkel waar u dit apparaat hebt gekocht.

Zorg ervoor dat u de volgende informatie bij de hand hebt wanneer u onderdelen wilt bestellen:

- het MODELNUMMER van het produkt (PFEMBE1346.0)
- de NAAM van het product (PROFORM ABS gewichtsbank)
- het SERIENUMMER van het product (zie de kft van de handleiding)
- het NUMMER en BESCHRIJVING VAN HET ONDERDEEL (zie LIJST MET ONDERDELEN en de GEDETAILLEERDE TEKENING op paginas 6 en 7)

GEDETAILLEERDE TEKENING—Modelnr. PFEMBE1346.0 R0107A

