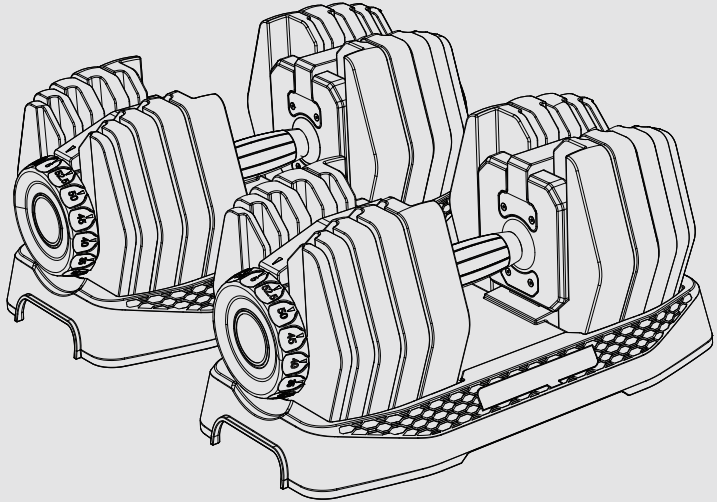
FED FITNESS

FEIERDUN YL07

Adjustable Dumbbells



Website: www.fedfitness.com
Email: support@feierdun.fit

USER MANUAL

CONTENT

Safety Instructions 01
Product Information 02
Operating Instructions 03-05
Exercise Instructions 06
Maintenance & Warranty 07

INHALT

Sicherheitshinweise 08
Produktinformationen 10
Bedienungsanleitung 11-14
Trainingsanleitung 15
Wartung und Garantie 16

SOMMAIRE

Consignes de sécurité 17
Informations sur le produit 18
Mode d'emploi 19-23
Consignes d'exercice 24
Entretien et garantie 25

ÍNDICE

Instrucciones de seguridad 26
Información del producto 27
Instrucciones de funcionamiento 28-30
Instrucciones para el ejercicio 31
Mantenimiento y garantía 32

INDICE

Istruzioni di sicurezza 33
Informazioni sul prodotto 34
Istruzioni per l'uso 35-38
Istruzioni per gli esercizi 39
Manutenzione e garanzia 40

EN

Safety Instructions

⚠ This icon signifies a potential hazard. Please adhere to the following safety warnings before using this equipment.

⚠ Thoroughly read and understand all warnings indicated on the equipment. If the warning label becomes detached, unreadable, or falls off, please contact FEIERDUN Customer Service for assistance.

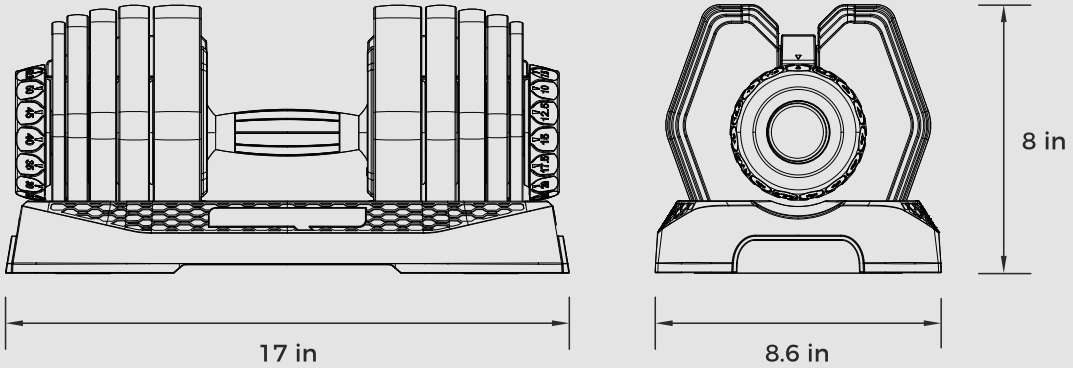
Contact Email: support@feierdun.fit

- Never permit children to use or approach this equipment. The moving parts and other features pose a significant risk to children.
- Use is prohibited for individuals under 14 years of age.
- This equipment should not be used by individuals with certain medical conditions that may impair safe usage or pose a risk of harm.
- If you experience chest pain, tightness, shortness of breath, or fainting. Please stop exercising and consult your physician.
- This equipment is designed for home use only.
- Regularly inspect and test the locking mechanism of the dumbbells to ensure proper operation. Follow the testing procedures outlined in this manual.
- Avoid using this equipment outdoors or in damp conditions.
- Before exercising, ensure there are no distractions or obstructions in your vicinity. Maintain a clearance of at least 0.6 meters (24 inches) in all directions from the maximum reach of your exercise.
- Exercise within your limits. Follow the usage instructions detailed in this manual.
- If the dumbbell is removed from its base, do not forcibly turn the adjustment knob.
- Do not drop the dumbbells onto the ground as this may damage the product or cause injury.
- Avoid striking the dumbbells forcefully during use to prevent damage or personal injury.
- Do not lean on the dumbbell handles or use them to bear your body weight, such as for push-ups. This could lead to product damage or personal injury.
- Do not attempt to remove the dumbbell handles or base installation. For any inquiries, please contact FEIERDUN Customer Service.
- The dumbbells are heavy. If not utilizing the included dumbbell base, ensure appropriate placement to prevent accidents. Please prioritize safety to ensure a positive and risk-free workout experience.

Product Information

EN

Size: 17 x 8.6 x 8 in
Weight: 52.5 pounds



Each dumbbell has 15 weight options (LBS):

5	7.5	10	12.5	15	17.5	20	22.5	25	30	35	40	45	50	52.5

Each dumbbell has 15 weight options (KG):

2.27	3.4	4.54	5.67	6.8	7.94	9.07	10.21	11.34	13.61	15.88	18.14	20.41	22.68	23.81

EN

Operating Instructions

Understanding Your Dumbbells

Dumbbells are shipped fully assembled, one set per box. Carefully remove the dumbbells from the box and follow these initial steps to familiarize yourself with the product's features and ensure all functions operate correctly.

⚠ Do not let the dumbbells drop. Dropping the dumbbells can damage the weight plates or locking mechanisms, and may cause the weight plates to detach from the handle without warning (falling). This can result in serious injury and void your warranty.

- After removing the dumbbells from the protective packaging, inspect the product and packaging materials for any damage.
- Gently push down on the handle to ensure it is fully secured in the base. Rotate each adjustment knob a few turns to ensure they can rotate freely in both directions. Ensure that each increment on the adjustment knobs produces a clicking sound. This clicking sound helps you align the knob correctly to select the weight.
- The weight increment range of the two adjustment knobs is from 5 to 52.5 pounds. To correctly select the desired weight, the number must align with the arrow indicated on the nameplate (Figure 1).
- Once you've confirmed that the adjustment knobs rotate correctly, turn each knob to align the number 5 with the arrow on the nameplate.
- After setting both adjustment knobs to the number 5, pull the handle straight out from the dumbbells. This will only remove the handle from the base, leaving all the weight plates in the base (Figure 2). The handle without weight plates weighs 5 pounds.
- You can increase the selected weight by turning each adjustment knob clockwise.

Note: When removing the dumbbells from the base, place them back in the base in a direction perpendicular to it. Do not tilt the dumbbells or move them sideways (parallel to the base).

⚠ Do not lean on the dumbbell handle or use it to support your body weight, such as using it as a base for push-ups. Doing so can damage the weight plates or locking mechanisms and may cause the weight plates to detach from the handle without warning (falling). This can result in serious injury and void your warranty.

⚠ Inspect the Dumbbells Prior to Use. Do not use the dumbbells if any components are worn or damaged. Please contact your please contact Customer Service for assistance.

Contact Email: support@feierdun.fit

Operating Instructions

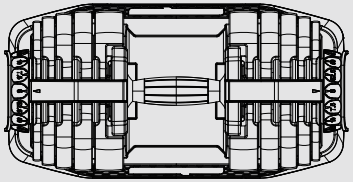


Figure 1

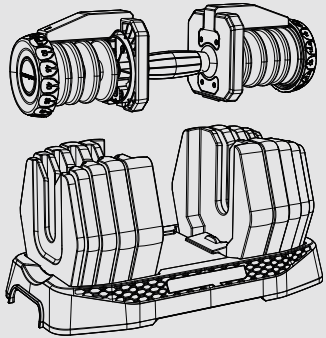


Figure 2

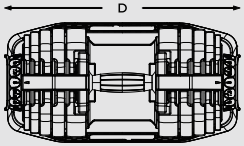
Understanding the Locking Mechanism

⚠ It is essential to fully comprehend the functionality of this mechanism and to conduct regular tests to ensure proper usage.

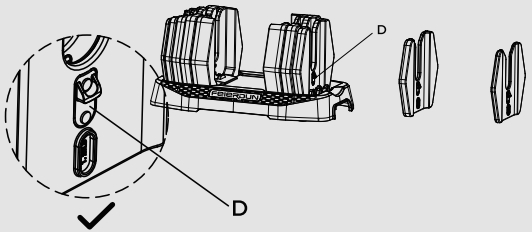
The locking device has two key functions:

1. The mechanism allows adjustment only when the dumbbell handle is securely engaged with the dumbbell base.
2. If the adjustment knob does not fully align with the selected weight plates, the device will lock the dumbbell handle to the base.

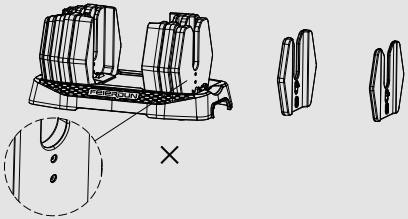
All Locks (D) must point outward.



Correct—Locks (D) point outward



Incorrect—Locks (D) point inward



EN

Operating Instructions

Testing the Locking Mechanism Functionality

- When the dumbbell handles and plates are positioned on the dumbbell base, turn both adjustment knobs to the number 5. You should hear a slight click.
- You should be able to remove the handles from the base, leaving the dumbbell plates behind.
- After removing the handles from the base, use one hand to hold one of the adjustment knobs and gently try to turn it. At this point, the knob should be locked and unable to rotate. When the unit is removed from the base, the locking pin in the mechanism will engage with the rotary installation. Perform this test on all adjustment knobs.

⚠ Avoid using excessive force when turning the adjustment knobs, as this may damage the locking mechanism.

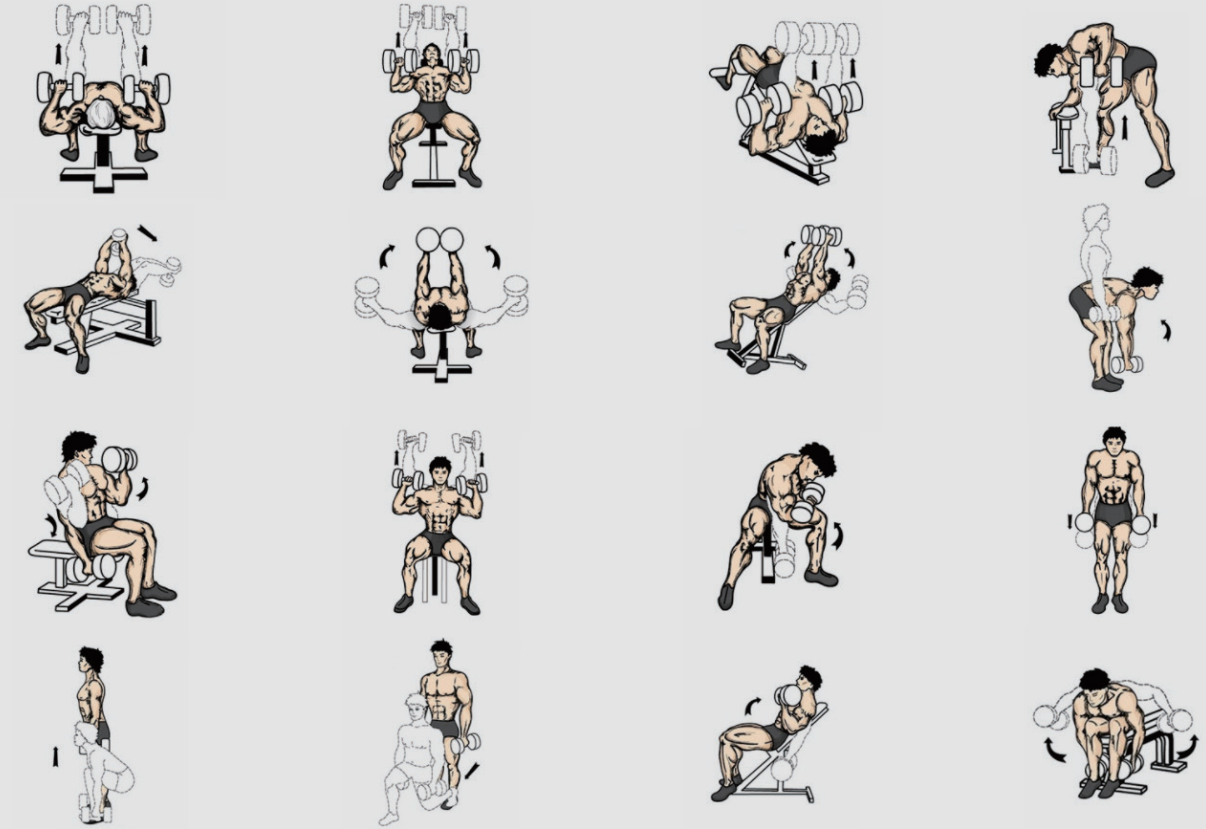
- After confirming proper functionality of the locking mechanism as described above, Insert the dumbbell handle back into the base.
- Once the handles are back on the base, turn one of the adjustment knobs to a position between 5 and 7.5. This indicates that the weight selection is incomplete, the adjustment knob has not fully selected the weight, and the knob is positioned between the selection locking mechanisms.
- When the selection knob is in this position, try gently lifting the handle to remove it from the base. You will find that the handle is locked to the base, and light pressure will not allow it to be removed as usual.
- Rotate the improperly selected adjustment knob back to a fully and properly selected weight position to ensure the dumbbell handle can be removed again.
- Repeat this testing process for all adjustment knobs.
- Ensure the entire dumbbell handle is correctly tightened. To do this, set the adjustment knobs at position 5 and remove the handle assembly from the base. Grasp both adjustment knobs and gently pull them forward and backward to remove them from the handle grip.
- Now that you have tested the functionality of the locking mechanism, we recommend repeating this test monthly to ensure proper operation.

⚠ Do not engage the locking mechanism and attempt to lift both the dumbbell and the base using the handle at the same time.

If the dumbbell locking mechanism does not perform well during the above testing procedure, take the following actions:
1. Immediately cease use of the product until the testing has verified it is usable.
2. Please contact FEIERDUN Customer Service: support@feierdun.fit

Exercise Instructions

EN



EN

Maintenance & Warranty

⚠ It is essential to regularly check the equipment for any damage and undertake necessary repairs. Users are responsible for ensuring that routine maintenance is performed. Any worn or damaged parts should be replaced immediately, or the equipment should be taken out of service until repairs are completed. When maintaining and repairing the equipment, only use parts provided by the manufacturer.

Dumbbells require minimal maintenance; however, you should take a few steps to keep the product in optimal condition and appearance.

1.If your dumbbell handles, plates, or bases become dusty, you may use a cloth dampened with warm water and mild detergent to wipe them down. Use a separate cloth to dry them.

2.The interior of the dumbbells has been lubricated and does not require further internal lubrication. The contact between the dumbbell plates and selection disks is not lubricated but typically experiences minimal friction. Generally, no lubrication is necessary. If you feel it is necessary to lubricate the dumbbell plates and/or selection disks, only use organic silicone lubricants, preferably “food-grade” lubricants.

⚠ Do not use any solvents, strong detergents, chemicals, or bleach on this product—doing so may damage the materials, leading to degradation in performance or strength.

⚠ Do not attempt to disassemble your dumbbell handles or bases. These components are not designed for user maintenance. Such actions will void the manufacturer’s warranty. For service, please contact FEIERDUN Customer Service.

Contact Email: support@feierdun.fit

Sicherheitshinweise

⚠ Dieses Symbol weist auf eine potenzielle Gefahr hin. Bitte beachten Sie vor der Verwendung dieses Geräts die folgenden Sicherheitshinweise.

⚠ Lesen Sie alle auf dem Gerät angegebenen Warnhinweise sorgfältig durch und machen Sie sich mit ihnen vertraut. Wenn sich das Warnschild löst, unleserlich wird oder abfällt, wenden Sie sich bitte an den FEIERDUN-Kundendienst, um Unterstützung zu erhalten.

Kontakt-E-Mail: support@feierdun.fit

- Lassen Sie Kinder niemals dieses Gerät benutzen oder sich ihm nähern. Die beweglichen Teile und andere Funktionen stellen eine erhebliche Gefahr für Kinder dar.
- Die Nutzung durch Personen unter 14 Jahren ist verboten.
- Dieses Gerät sollte nicht von Personen mit bestimmten Erkrankungen genutzt werden, die die sichere Nutzung beeinträchtigen oder ein Verletzungsrisiko darstellen können.
- Wenn Sie Brustschmerzen, Engegefühl, Atemnot oder Ohnmacht verspüren, beenden Sie bitte das Training und konsultieren Sie Ihren Arzt.
- Dieses Gerät ist nur für den Heimgebrauch bestimmt.
- Überprüfen und testen Sie regelmäßig den Verriegelungsmechanismus der Hanteln, um deren ordnungsgemäße Funktion sicherzustellen. Befolgen Sie die in dieser Anleitung beschriebenen Testverfahren.
- Vermeiden Sie die Verwendung dieses Geräts im Freien oder unter feuchten Bedingungen.
- Stellen Sie vor dem Training sicher, dass sich keine Ablenkungen oder Hindernisse in Ihrer Nähe befinden. Halten Sie einen Abstand von mindestens 0,6 Metern in alle Richtungen vom maximalen Bewegungsradius Ihres Trainings ab.
- Trainieren Sie innerhalb Ihrer Grenzen. Befolgen Sie die in diesem Handbuch beschriebenen Gebrauchsanweisungen.
- Wenn die Hantel von ihrer Basis entfernt wird, drehen Sie den Einstellknopf nicht mit Gewalt.
- Lassen Sie die Hanteln nicht auf den Boden fallen, da dies zu Schäden am Produkt oder zu Verletzungen führen kann.
- Vermeiden Sie es, während des Gebrauchs mit Gewalt auf die Hanteln zu schlagen, um Schäden oder Verletzungen zu vermeiden.
- Lehnen Sie sich nicht an die Hantelgriffe und verwenden Sie diese nicht, um Ihr Körpergewicht zu tragen, z. B. bei Liegestützen. Dies könnte zu Produktschäden oder Verletzungen führen.

DE

Sicherheitshinweise

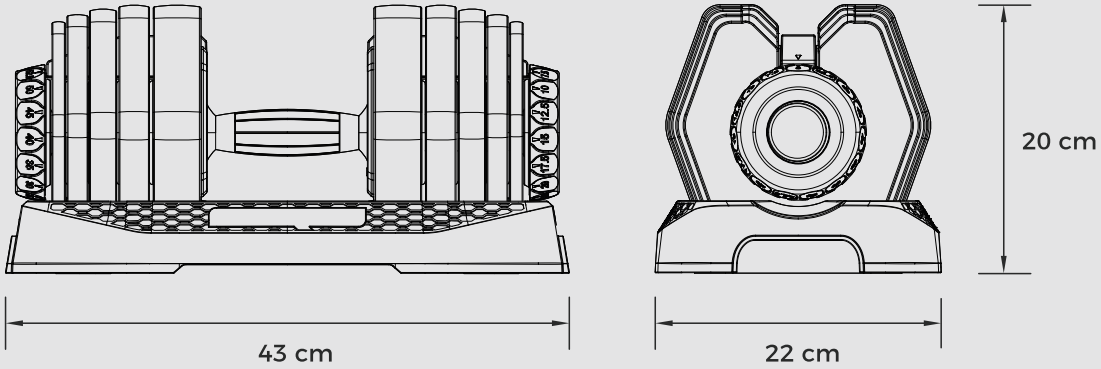
- Versuchen Sie nicht, die Hantelgriffe oder die Basisinstallation zu entfernen. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an den FEIERDUN-Kundendienst.
- Die Hanteln sind schwer. Wenn Sie die mitgelieferte Hantelbasis nicht verwenden, achten Sie auf eine geeignete Platzierung, um Unfälle zu vermeiden.

Bitte legen Sie Wert auf Sicherheit, um ein positives und risikofreies Trainingserlebnis zu gewährleisten.

Produktinformationen

DE

Größe: 43 x 22 x 20 cm
Gewicht: 52,5 pounds (23,8 kg)



Each dumbbell has 15 weight options (LBS):

5	7.5	10	12.5	15	17.5	20	22.5	25	30	35	40	45	50	52.5

Each dumbbell has 15 weight options (KG):

2.27	3.4	4.54	5.67	6.8	7.94	9.07	10.21	11.34	13.61	15.88	18.14	20.41	22.68	23.81

DE

Bedienungsanleitung

Informationen zu Ihren Hanteln

Die Hanteln werden vollständig montiert geliefert, ein Satz pro Karton. Nehmen Sie die Hanteln vorsichtig aus dem Karton und befolgen Sie diese ersten Schritte, um sich mit den Funktionen des Produkts vertraut zu machen und sicherzustellen, dass alle Funktionen ordnungsgemäß funktionieren.

⚠ Lassen Sie die Hanteln nicht fallen. Durch Herunterfallen können die Gewichtsplatten oder Verriegelungsmechanismen beschädigt werden, wodurch sich die Gewichtsplatten ohne Vorwarnung vom Griff lösen (herunterfallen) können. Dies kann zu schweren Verletzungen führen und Ihre Garantie ungültig machen.

- Nachdem Sie die Hanteln aus der Schutzverpackung genommen haben, überprüfen Sie das Produkt und die Verpackungsmaterialien auf Beschädigungen.
- Drücken Sie den Griff vorsichtig nach unten, um sicherzustellen, dass er vollständig in der Basis befestigt ist. Drehen Sie jeden Einstellknopf einige Umdrehungen, um sicherzustellen, dass er sich in beide Richtungen frei drehen lässt. Vergewissern Sie sich, dass jede Stufe der Einstellknöpfe ein Klickgeräusch erzeugt. Dieses Klickgeräusch hilft Ihnen, den Knopf richtig auszurichten, um das Gewicht auszuwählen.
- Der Gewichtsbereich der beiden Einstellknöpfe reicht von 5 bis 52,5 Pfund. Um das gewünschte Gewicht korrekt auszuwählen, muss die Zahl mit dem Pfeil auf dem Typenschild übereinstimmen (Abbildung 1).
- Nachdem Sie sich vergewissert haben, dass sich die Einstellknöpfe korrekt drehen lassen, drehen Sie jeden Knopf so, dass die Zahl 5 mit dem Pfeil auf dem Typenschild übereinstimmt.
- Nachdem Sie beide Einstellknöpfe auf die Zahl 5 eingestellt haben, ziehen Sie den Griff gerade aus den Hanteln heraus. Dadurch wird nur der Griff aus der Basis entfernt, während alle Gewichtsplatten in der Basis verbleiben (Abbildung 2). Der Griff ohne Gewichtsplatten wiegt 5 Pfund.
- Sie können das ausgewählte Gewicht erhöhen, indem Sie jeden Einstellknopf im Uhrzeigersinn drehen.
  Hinweis: Wenn Sie die Hanteln aus der Basis entfernen, legen Sie sie senkrecht zur Basis zurück. Kippen Sie die Hanteln nicht und bewegen Sie sie nicht seitlich (parallel zur Basis).

Bedienungsanleitung

DE

⚠ Stützen Sie sich nicht auf den Hantelgriff und verwenden Sie ihn nicht, um Ihr Körpergewicht zu stützen, z. B. als Basis für Liegestütze. Dies kann die Gewichtsplatten oder Verriegelungsmechanismen beschädigen und dazu führen, dass sich die Gewichtsplatten ohne Vorwarnung vom Griff lösen (herunterfallen). Dies kann zu schweren Verletzungen führen und Ihre Garantie ungültig machen.

⚠ Überprüfen Sie die Hanteln vor dem Gebrauch. Verwenden Sie die Hanteln nicht, wenn Komponenten verschlissen oder beschädigt sind. Wenden Sie sich bitte an Ihren Kundendienst, um Hilfe zu erhalten.

Kontakt-E-Mail: support@feierdun.fit

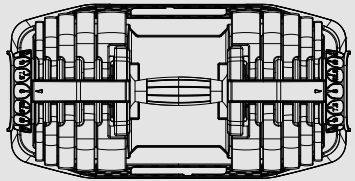


Abbildung 1

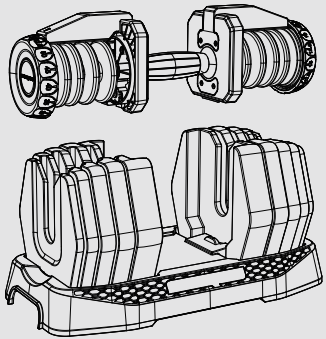


Abbildung 2

Bedienungsanleitung

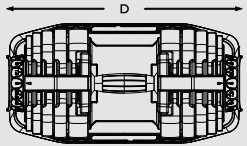
Funktionsweise des Verriegelungsmechanismus

⚠ Es ist wichtig, die Funktionsweise dieses Mechanismus vollständig zu verstehen und regelmäßige Tests durchzuführen, um eine ordnungsgemäße Verwendung sicherzustellen.

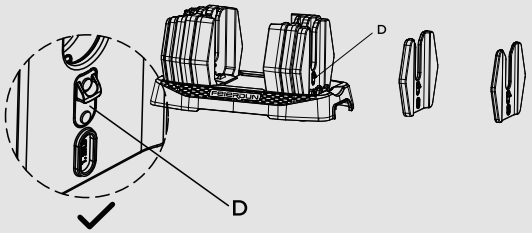
Die Verriegelungsvorrichtung hat zwei wichtige Funktionen:

1. Der Mechanismus ermöglicht eine Einstellung nur, wenn der Hantelgriff sicher mit der Hantelbasis verbunden ist.
2. Wenn der Einstellknopf nicht vollständig mit den ausgewählten Gewichtsplatten ausgerichtet ist, verriegelt die Vorrichtung den Hantelgriff mit der Basis.

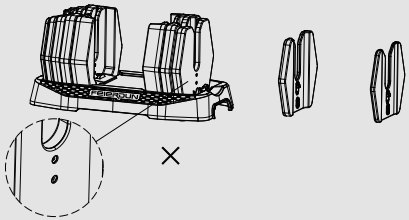
Alle Verriegelungen (D) müssen nach außen zeigen.



Richtig – Verriegelungen (D) zeigen nach außen.



Falsch – Verriegelungen (D) zeigen nach innen.



Bedienungsanleitung

Testen der Funktion des Verriegelungsmechanismus

- Wenn die Hantelgriffe und -platten auf der Hantelbasis positioniert sind, drehen Sie beide Einstellknöpfe auf die Zahl 5. Sie sollten ein leises Klicken hören.
- Sie sollten nun in der Lage sein, die Griffe von der Basis zu entfernen, wobei die Hantelscheiben zurückbleiben.
- Nachdem Sie die Griffe von der Basis entfernt haben, halten Sie einen der Einstellknöpfe mit einer Hand fest und versuchen Sie, ihn vorsichtig zu drehen. Zu diesem Zeitpunkt sollte der Knopf verriegelt sein und sich nicht drehen lassen. Wenn die Einheit von der Basis entfernt wird, rastet der Verriegelungsstift im Mechanismus in die Drehvorrichtung ein. Führen Sie diesen Test an allen Einstellknöpfen durch.

⚠ Wenden Sie beim Drehen der Einstellknöpfe keine übermäßige Kraft an, da dies den Verriegelungsmechanismus beschädigen kann.

- Nachdem Sie die ordnungsgemäße Funktion des Verriegelungsmechanismus wie oben beschrieben überprüft haben, setzen Sie den Hantelgriff wieder in die Basis ein.
- Sobald die Griffe wieder auf der Basis sitzen, drehen Sie einen der Einstellknöpfe auf eine Position zwischen 5 und 7,5. Dies zeigt an, dass die Gewichtsauswahl unvollständig ist, der Einstellknopf das Gewicht nicht vollständig ausgewählt hat und sich der Knopf zwischen den Auswahlverriegelungsmechanismen befindet.
- Gewichtsposition, um sicherzustellen, dass der Hantelgriff wieder entfernt werden kann.
- Wiederholen Sie diesen Testvorgang für alle Einstellknöpfe.
- Stellen Sie sicher, dass der gesamte Hantelgriff korrekt festgezogen ist. Stellen Sie dazu die Einstellknöpfe auf Position 5 und entfernen Sie die Griffbaugruppe von der Basis. Fassen Sie beide Einstellknöpfe und ziehen Sie sie vorsichtig vor und zurück, um sie aus dem Griff zu entfernen.
- Nachdem Sie nun die Funktionalität des Verriegelungsmechanismus getestet haben, empfehlen wir, diesen Test monatlich zu wiederholen, um einen ordnungsgemäßen Betrieb sicherzustellen.

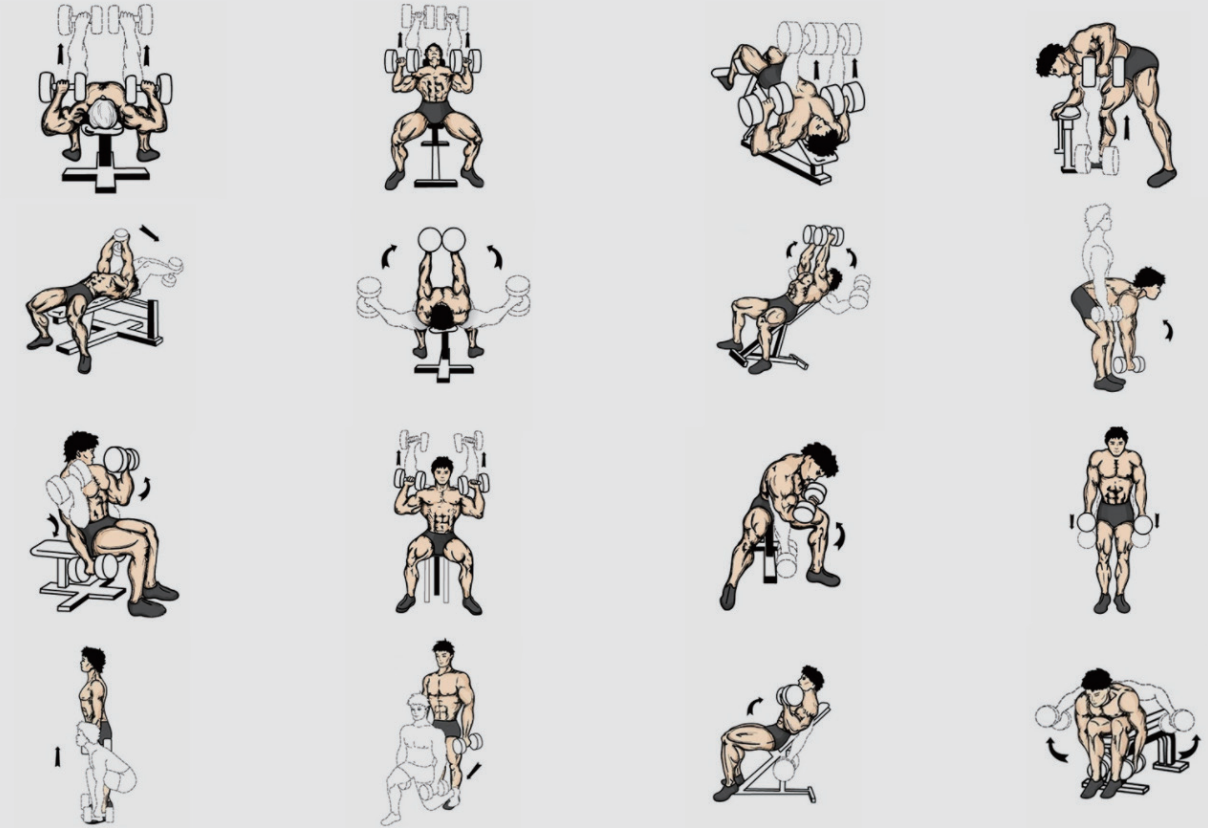
⚠ Betätigen Sie nicht den Verriegelungsmechanismus und versuchen Sie nicht, die Hantel und die Basis gleichzeitig am Griff anzuheben.

Wenn der Verriegelungsmechanismus der Hantel während des oben beschriebenen Testverfahrens nicht ordnungsgemäß funktioniert, ergreifen Sie bitte die folgenden Maßnahmen

1. Stellen Sie die Verwendung des Produkts sofort ein, bis durch Tests seine Gebrauchstauglichkeit bestätigt wurde.
2. Wenden Sie sich bitte an den FEIERDUN-Kundendienst: support@feierdun.fit

DE

Trainingsanleitung



Wartung und Garantie

⚠ Es ist wichtig, die Geräte regelmäßig auf Beschädigungen zu überprüfen und notwendige Reparaturen durchzuführen. Die Benutzer sind dafür verantwortlich, dass die routinemäßige Wartung durchgeführt wird. Verschlissene oder beschädigte Teile sollten sofort ausgetauscht werden, oder das Gerät sollte bis zum Abschluss der Reparaturen außer Betrieb genommen werden. Verwenden Sie bei der Wartung und Reparatur des Geräts nur vom Hersteller bereitgestellte Teile.

Hanteln erfordern nur minimale Wartung. Sie sollten jedoch einige Maßnahmen ergreifen, um das Produkt in einem optimalen Zustand und Aussehen zu halten

1. Wenn die Griffe, Scheiben oder Sockel Ihrer Hanteln staubig werden, können Sie sie mit einem mit warmem Wasser und einem milden Reinigungsmittel angefeuchteten Tuch abwischen. Verwenden Sie zum Trocknen ein separates Tuch.

2. Das Innere der Hanteln wurde geschmiert und erfordert keine weitere interne Schmierung. Der Kontakt zwischen den Hantelscheiben und den Auswahlscheiben ist nicht geschmiert, unterliegt jedoch in der Regel nur minimaler Reibung. Im Allgemeinen ist keine Schmierung erforderlich. Wenn Sie es für notwendig halten, die Hantelscheiben und/oder Auswahlscheiben zu schmieren, verwenden Sie nur organische Silikonschmiermittel, vorzugsweise Schmiermittel in Lebensmittelqualität.

⚠ Verwenden Sie keine Lösungsmittel, starken Reinigungsmittel, Chemikalien oder Bleichmittel für dieses Produkt, da dies zu einer Beschädigung der Materialien und damit zu einer Verschlechterung der Leistung oder Festigkeit führen kann.

⚠ Versuchen Sie nicht, die Griffe oder Sockel Ihrer Hanteln zu zerlegen. Diese Komponenten sind nicht für die Wartung durch den Benutzer vorgesehen. Durch solche Maßnahmen erlischt die Herstellergarantie. Für Serviceleistungen wenden Sie sich bitte an den FEIERDUN-Kundendienst.
Kontakt-E-Mail: support@feierdun.fit

FR

Consignes de sécurité

⚠ Cette icône signale un danger potentiel. Veuillez respecter les consignes de sécurité suivantes avant d'utiliser cet équipement.

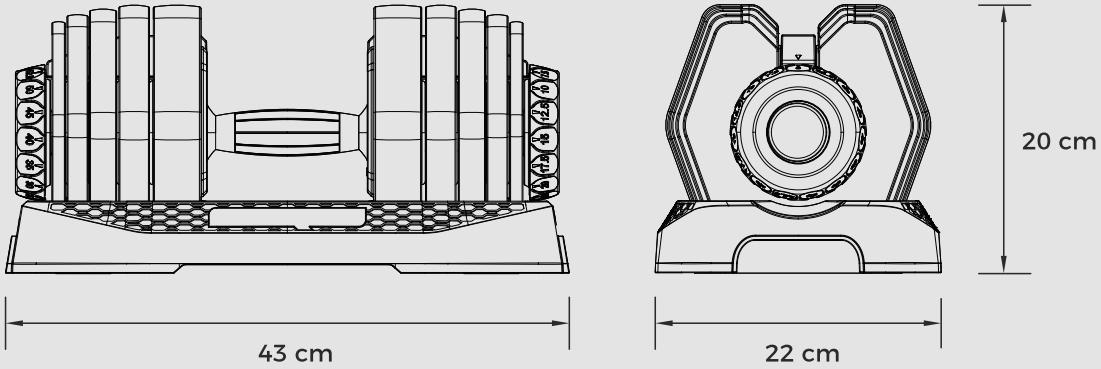
⚠ Lisez attentivement et comprenez toutes les mises en garde indiquées sur l'équipement. Si l'étiquette d'avertissement se détache, devient illisible ou tombe, veuillez contacter le service clientèle de FEIERDUN pour obtenir de l'aide.

E-mail de contact: support@feierdun.fit

- Ne laissez jamais les enfants utiliser ou s'approcher de cet équipement. Les pièces mobiles et autres caractéristiques présentent un risque important pour les enfants.
- L'utilisation est interdite aux personnes âgées de moins de 14 ans.
- Cet équipement ne doit pas être utilisé par des personnes souffrant de certaines conditions médicales qui pourraient nuire à une utilisation sûre ou présenter un risque de blessure.
- Si vous ressentez des douleurs thoraciques, une oppression, un essoufflement ou des évanouissements, veuillez cesser l'exercice et consulter votre médecin.
- Cet équipement est conçu pour un usage domestique uniquement.
- Inspectez et testez régulièrement le mécanisme de verrouillage des haltères afin de vous assurer de leur bon fonctionnement. Suivez les procédures de test décrites dans ce manuel.
- Évitez d'utiliser cet équipement à l'extérieur ou dans des conditions humides.
- Avant de commencer l'exercice, assurez-vous qu'il n'y a pas de distractions ou d'obstacles à proximité. Maintenez un espace libre d'au moins 0,6 mètre dans toutes les directions à partir de la portée maximale de votre exercice.
- Faites de l'exercice dans les limites de vos capacités. Suivez les instructions d'utilisation détaillées dans ce manuel.
- Si l'haltère est retiré de sa base, ne tournez pas de force le bouton de réglage.
- Ne laissez pas tomber les haltères sur le sol, car cela pourrait endommager le produit ou causer des blessures.
- Évitez de frapper les haltères avec force pendant leur utilisation afin de prévenir tout dommage ou blessure corporelle.
- Ne vous appuyez pas sur les poignées des haltères et ne les utilisez pas pour supporter votre poids corporel, par exemple pour faire des pompes. Cela pourrait endommager le produit ou causer des blessures corporelles.
- N'essayez pas de retirer les poignées des haltères ou la base d'installation. Pour toute question, veuillez contacter le service clientèle FEIERDUN.
- Les haltères sont lourds. Si vous n'utilisez pas la base fournie, veillez à les placer de manière appropriée afin d'éviter tout accident. Veillez à privilégier la sécurité afin de garantir une expérience d'entraînement positive et sans risque.

Informations sur le produit

Dimensions: 43 x 22 x 20 cm
Poids: 52,5 pounds (23,8 kg)



Each dumbbell has 15 weight options (LBS):

5	7.5	10	12.5	15	17.5	20	22.5	25	30	35	40	45	50	52.5

Each dumbbell has 15 weight options (KG):

2.27	3.4	4.54	5.67	6.8	7.94	9.07	10.21	11.34	13.61	15.88	18.14	20.41	22.68	23.81

Mode d'emploi

Comprendre vos haltères

Les haltères sont livrés entièrement assemblés, un ensemble par boîte. Retirez délicatement les haltères de la boîte et suivez ces étapes initiales pour vous familiariser avec les caractéristiques du produit et vous assurer que toutes les fonctions fonctionnent correctement.

⚠ Ne laissez pas tomber les haltères. Les faire tomber peut endommager les disques ou les mécanismes de verrouillage, et peut entraîner le détachement des disques de la poignée sans avertissement (chute). Cela peut entraîner des blessures graves et annuler votre garantie.

- Après avoir retiré les haltères de leur emballage de protection, inspectez le produit et les matériaux d'emballage pour vous assurer qu'ils ne sont pas endommagés.
- Appuyez doucement sur la poignée pour vous assurer qu'elle est bien fixée à la base. Tournez chaque bouton de réglage de quelques tours pour vous assurer qu'ils peuvent tourner librement dans les deux sens. Assurez-vous que chaque incrément sur les boutons de réglage produit un clic. Ce clic vous aide à aligner correctement le bouton pour sélectionner le poids.
- La plage d'augmentation du poids des deux boutons de réglage va de 5 à 52,5 livres. Pour sélectionner correctement le poids souhaité, le chiffre doit être aligné avec la flèche indiquée sur la plaque signalétique (Figure 1).
- Une fois que vous avez vérifié que les boutons de réglage tournent correctement, tournez chaque bouton pour aligner le chiffre 5 avec la flèche sur la plaque signalétique.
- Après avoir réglé les deux boutons de réglage sur le chiffre 5, tirez la poignée vers l'extérieur des haltères. Cela permettra uniquement de retirer la poignée de la base, laissant tous les disques de poids dans la base (Figure 2). La poignée sans disques de poids pèse 5 livres.
- Vous pouvez augmenter le poids sélectionné en tournant chaque bouton de réglage dans le sens des aiguilles d'une montre. Remarque: lorsque vous retirez les haltères de la base, replacez-les dans la base dans une direction perpendiculaire à celle-ci. N'inclinez pas les haltères et ne les déplacez pas latéralement (parallèlement à la base).

⚠ Ne vous appuyez pas sur la poignée de l'haltère et ne l'utilisez pas pour soutenir votre poids corporel, par exemple en l'utilisant comme base pour faire des pompes. Cela pourrait endommager les disques de poids ou les mécanismes de verrouillage et entraîner le détachement des disques de poids de la poignée sans avertissement (chute). Cela pourrait entraîner des blessures graves et annuler votre garantie.

Mode d'emploi

⚠ Inspectez les haltères avant de les utiliser. N'utilisez pas les haltères si l'un de leurs composants est usé ou endommagé. Veuillez contacter votre service clientèle pour obtenir de l'aide.
E-mail de contact: support@feierdun.fit

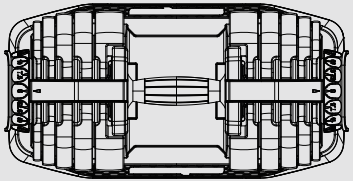


Figure 1

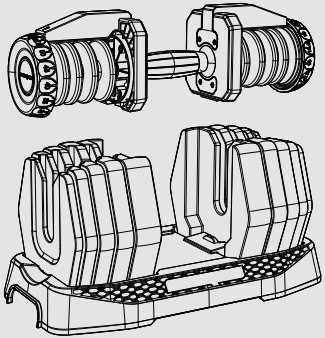


Figure 2

Mode d'emploi

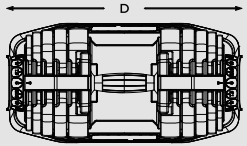
Comprendre le mécanisme de verrouillage

⚠ Il est essentiel de bien comprendre le fonctionnement de ce mécanisme et d'effectuer des tests réguliers pour s'assurer de son bon usage.

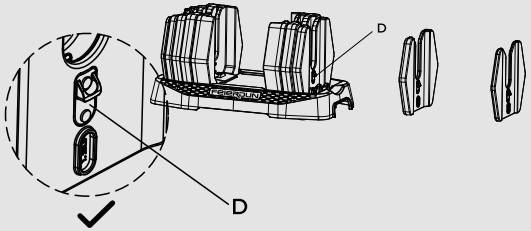
Le dispositif de verrouillage a deux fonctions principales:

1. Le mécanisme ne permet le réglage que lorsque la poignée de l'haltère est solidement fixée à la base de l'haltère.
2. Si le bouton de réglage n'est pas parfaitement aligné avec les disques de poids sélectionnés, le dispositif verrouille la poignée de l'haltère à la base.

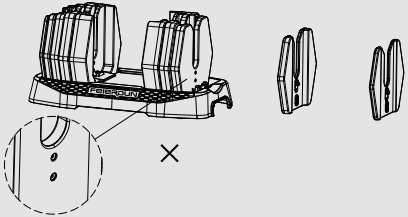
Tous les verrous (D) doivent pointer vers l'extérieur.



Correct: les verrous (D) pointent vers l'extérieur.



Incorrect: les verrous (D) pointent vers l'intérieur.



Mode d'emploi

Test du fonctionnement du mécanisme de verrouillage

- Lorsque les poignées et les disques sont positionnés sur la base de l'haltère, tournez les deux boutons de réglage sur le chiffre 5. Vous devriez entendre un léger clic.
- Vous devriez pouvoir retirer les poignées de la base, en laissant les disques en place.
- Après avoir retiré les poignées de la base, utilisez une main pour tenir l'un des boutons de réglage et essayez de le tourner doucement. À ce stade, le bouton doit être verrouillé et incapable de tourner. Lorsque l'unité est retirée de la base, la goupille de verrouillage du mécanisme s'enclenche dans l'installation rotative. Effectuez ce test sur tous les boutons de réglage.

⚠ Évitez d'utiliser une force excessive lorsque vous tournez les boutons de réglage, car cela pourrait endommager le mécanisme de verrouillage.

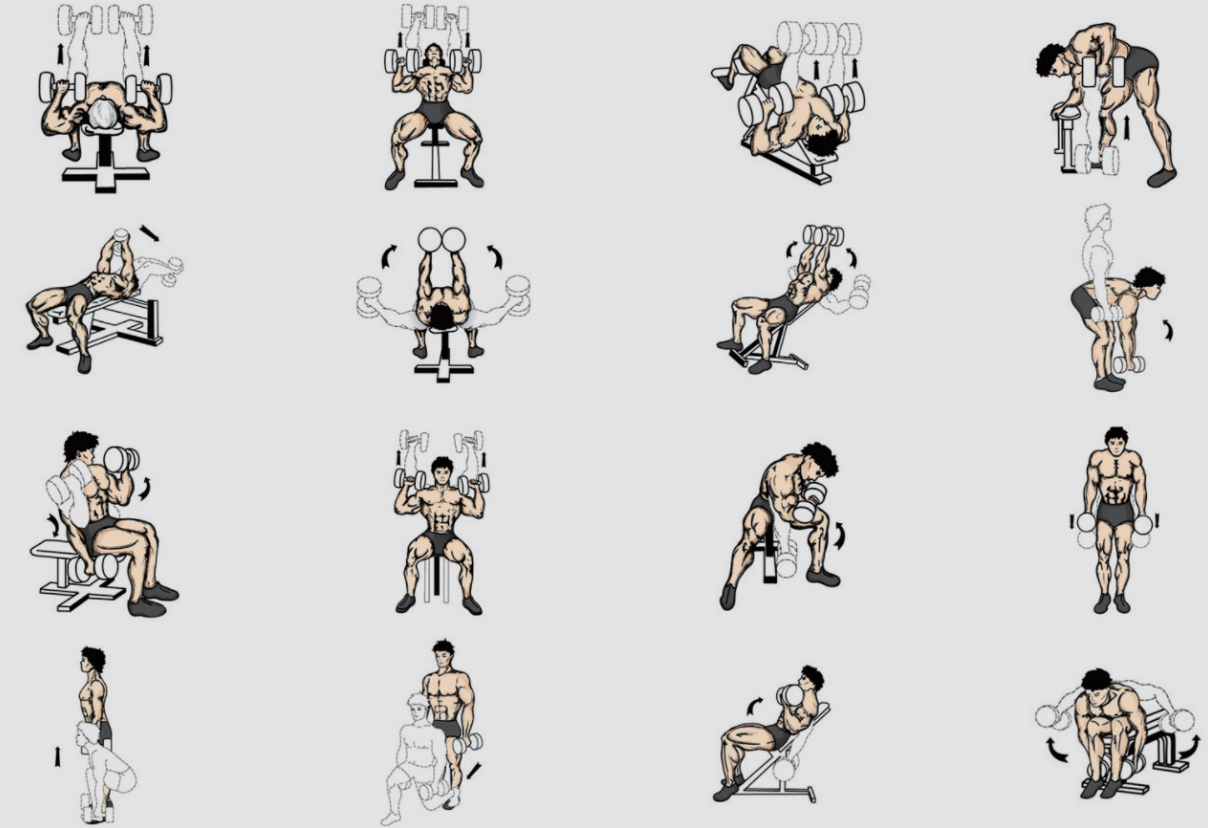
- Après avoir vérifié le bon fonctionnement du mécanisme de verrouillage comme décrit ci-dessus, réinsérez la poignée de l'haltère dans la base.
- Une fois les poignées replacées sur la base, tournez l'un des boutons de réglage entre 5 et 7,5. Cela indique que la sélection du poids est incomplète, que le bouton de réglage n'a pas entièrement sélectionné le poids et que le bouton est positionné entre les mécanismes de verrouillage de sélection.
- Lorsque le bouton de sélection est dans cette position, essayez de soulever doucement la poignée pour la retirer de la base. Vous constaterez que la poignée est verrouillée à la base et qu'une légère pression ne permettra pas de la retirer comme d'habitude.
- Tournez le bouton de réglage mal sélectionné pour le ramener à une position de poids correctement sélectionnée afin de pouvoir retirer à nouveau la poignée de l'haltère.
- Répétez ce processus de test pour tous les boutons de réglage.
- Assurez-vous que toute la poignée de l'haltère est correctement serrée. Pour ce faire, réglez les boutons de réglage sur la position 5 et retirez l'ensemble de la poignée de la base. Saisissez les deux boutons de réglage et tirez-les doucement vers l'avant et vers l'arrière pour les retirer de la poignée.
- Maintenant que vous avez testé le fonctionnement du mécanisme de verrouillage, nous vous recommandons de répéter ce test tous les mois afin de vous assurer de son bon fonctionnement.

Mode d'emploi

⚠ N'engagez pas le mécanisme de verrouillage et n'essayez pas de soulever à la fois l'haltère et la base à l'aide de la poignée.
Si le mécanisme de verrouillage de l'haltère ne fonctionne pas correctement lors de la procédure de test ci-dessus, prenez les mesures suivantes

1. Cessez immédiatement d'utiliser le produit jusqu'à ce que le test ait vérifié qu'il est utilisable.
2. Veuillez contacter le service clientèle de FEIERDUN: support@feierdun.fit

Consignes d'exercice



Entretien et garantie

⚠ Il est essentiel de vérifier régulièrement l'état de l'équipement afin de détecter tout dommage et d'effectuer les réparations nécessaires. Les utilisateurs sont responsables de l'entretien régulier de l'équipement. Toute pièce usée ou endommagée doit être remplacée immédiatement, ou l'équipement doit être mis hors service jusqu'à ce que les réparations soient effectuées. Pour l'entretien et la réparation de l'équipement, utilisez uniquement des pièces fournies par le fabricant.

Les haltères nécessitent un entretien minimal; toutefois, vous devez prendre quelques mesures pour maintenir le produit dans un état et un aspect optimaux

1. Si les poignées, les disques ou les bases de vos haltères sont poussiéreux, vous pouvez les essuyer à l'aide d'un chiffon imbibé d'eau tiède et de détergent doux. Utilisez un chiffon séparé pour les sécher.

2. L'intérieur des haltères a été lubrifié et ne nécessite pas de lubrification interne supplémentaire. Le contact entre les disques d'haltères et les disques de sélection n'est pas lubrifié, mais subit généralement un frottement minimal. En général, aucune lubrification n'est nécessaire. Si vous estimez nécessaire de lubrifier les disques d'haltères et/ou les disques de sélection, utilisez uniquement des lubrifiants organiques à base de silicone, de préférence des lubrifiants « de qualité alimentaire ».

⚠ N'utilisez pas de solvants, de détergents puissants, de produits chimiques ou d'eau de Javel sur ce produit, car cela pourrait endommager les matériaux et entraîner une dégradation des performances ou de la résistance.

⚠ N'essayez pas de démonter les poignées ou les bases de vos haltères. Ces composants ne sont pas conçus pour être entretenus par l'utilisateur. De telles actions annuleront la garantie du fabricant. Pour toute réparation, veuillez contacter le service clientèle de FEIERDUN.
E-mail de contact: support@feierdun.fit

Instrucciones de seguridad

⚠ Este icono indica un peligro potencial. Siga las siguientes advertencias de seguridad antes de utilizar este equipo.

⚠ Lea detenidamente y comprenda todas las advertencias indicadas en el equipo. Si la etiqueta de advertencia se desprende, se vuelve ilegible o se cae, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente de FEIERDUN para obtener ayuda.

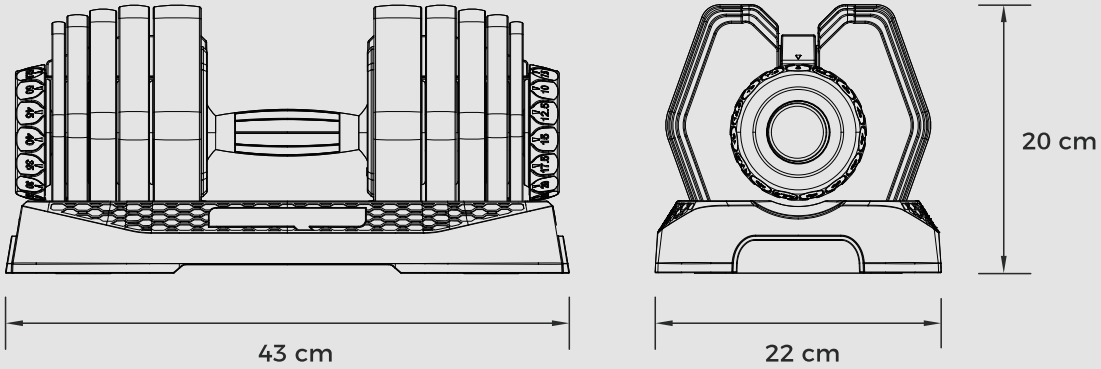
Correo electrónico de contacto: support@feierdun.fit

- No permita que los niños utilicen o se acerquen a este equipo. Las piezas móviles y otras características suponen un riesgo importante para los niños.
- Se prohíbe su uso a menores de 14 años.
- Este equipo no debe ser utilizado por personas con determinadas afecciones médicas que puedan afectar a su uso seguro o suponer un riesgo de daño.
- Si experimenta dolor en el pecho, opresión, dificultad para respirar o desmayos, deje de hacer ejercicio y consulte a su médico.
- Este equipo está diseñado exclusivamente para uso doméstico.
- Inspeccione y pruebe periódicamente el mecanismo de bloqueo de las mancuernas para garantizar su correcto funcionamiento. Siga los procedimientos de prueba descritos en este manual.
- Evite utilizar este equipo al aire libre o en condiciones de humedad.
- Antes de hacer ejercicio, asegúrese de que no haya distracciones ni obstáculos en su entorno. Mantenga una distancia mínima de 0,6 metros en todas las direcciones desde el alcance máximo de su ejercicio.
- Haga ejercicio dentro de sus límites. Siga las instrucciones de uso detalladas en este manual.
- Si se retira la mancuerna de su base, no gire a la fuerza la perilla de ajuste.
- No deje caer las mancuernas al suelo, ya que esto podría dañar el producto o causar lesiones.
- Evite golpear las mancuernas con fuerza durante su uso para evitar daños o lesiones personales.
- No se apoye en los mangos de las mancuernas ni los utilice para soportar el peso de su cuerpo, por ejemplo, para hacer flexiones. Esto podría provocar daños en el producto o lesiones personales.
- No intente retirar las asas de las mancuernas ni la base de instalación. Para cualquier consulta, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente de FEIERDUN.
- Las mancuernas son pesadas. Si no utiliza la base incluida, asegúrese de colocarlas en un lugar adecuado para evitar accidentes. Priorice la seguridad para garantizar una experiencia de entrenamiento positiva y sin riesgos.

ES

Información del producto

Tamaño: 43 x 22 x 20 cm
Peso: 52,5 pounds (23,8 kg)



Each dumbbell has 15 weight options (LBS):

5	7.5	10	12.5	15	17.5	20	22.5	25	30	35	40	45	50	52.5

Each dumbbell has 15 weight options (KG):

2.27	3.4	4.54	5.67	6.8	7.94	9.07	10.21	11.34	13.61	15.88	18.14	20.41	22.68	23.81

Instrucciones de funcionamiento

Conozca sus mancuernas

Las mancuernas se envían completamente montadas, un juego por caja. Saque con cuidado las mancuernas de la caja y siga estos pasos iniciales para familiarizarse con las características del producto y asegurarse de que todas las funciones operan correctamente.

⚠ No deje caer las mancuernas. Si se caen, pueden dañarse las placas de peso o los mecanismos de bloqueo, y las placas de peso pueden desprenderse del mango sin previo aviso (caída). Esto puede provocar lesiones graves y anular la garantía.

- Después de sacar las mancuernas del embalaje protector, inspeccione el producto y los materiales de embalaje para comprobar que no haya daños.
- Presione suavemente el mango hacia abajo para asegurarse de que está completamente fijado a la base. Gire cada perilla de ajuste unas cuantas vueltas para asegurarse de que pueden girar libremente en ambas direcciones. Asegúrese de que cada incremento en las perillas de ajuste produce un clic. Este clic le ayuda a alinear la perilla correctamente para seleccionar el peso.
- El rango de incremento de peso de las dos perillas de ajuste es de 5 a 52,5 libras. Para seleccionar correctamente el peso deseado, el número debe alinearse con la flecha indicada en la placa de identificación (Figura 1).
- Una vez que haya confirmado que las perillas de ajuste giran correctamente, gire cada perilla para alinear el número 5 con la flecha de la placa de identificación.
- Después de ajustar ambos mandos de ajuste al número 5, tire del mango hacia fuera de las mancuernas. Esto solo retirará el mango de la base, dejando todas las placas de peso en la base (Figura 2). El mango sin placas de peso pesa 5 libras.
- Puede aumentar el peso seleccionado girando cada mando de ajuste en el sentido de las agujas del reloj.
  Nota: Al retirar las mancuernas de la base, vuelva a colocarlas en la base en dirección perpendicular a esta. No incline las mancuernas ni las mueva hacia los lados (en paralelo a la base).

⚠ No se apoye en el mango de la mancuerna ni lo utilice para soportar el peso de su cuerpo, por ejemplo, como base para hacer flexiones. Si lo hace, puede dañar las placas de peso o los mecanismos de bloqueo y provocar que las placas de peso se desprendan del mango sin previo aviso (caída). Esto puede provocar lesiones graves y anular la garantía.

⚠ Inspeccione las mancuernas antes de usarlas. No utilice las mancuernas si alguno de sus componentes está desgastado o dañado. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente para obtener ayuda.
Correo electrónico de contacto: support@feierdun.fit

ES

Instrucciones de funcionamiento

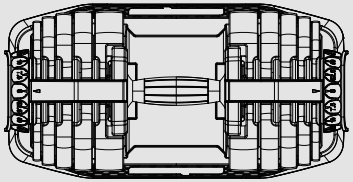


Figura 1

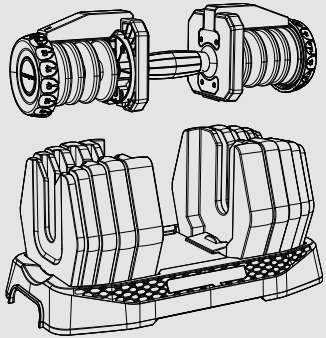


Figura 2

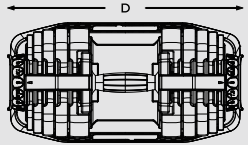
Comprensión del mecanismo de bloqueo

⚠ Es esencial comprender completamente la funcionalidad de este mecanismo y realizar pruebas periódicas para garantizar un uso adecuado.

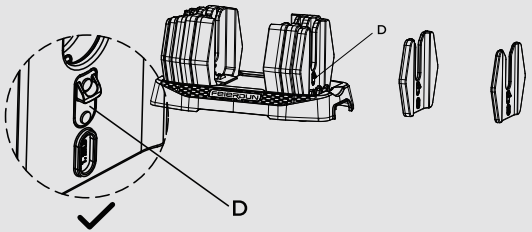
El dispositivo de bloqueo tiene dos funciones clave:

1. El mecanismo solo permite el ajuste cuando el mango de la mancuerna está bien encajado en la base de la mancuerna.
2. Si la perilla de ajuste no se alinea completamente con las placas de peso seleccionadas, el dispositivo bloqueará el mango de la mancuerna en la base.

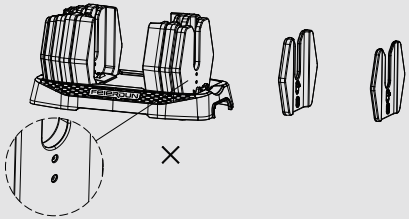
Todos los bloqueos (D) deben apuntar hacia afuera.



Correcto: los bloqueos (D) apuntan hacia afuera.



Incorrecto: los bloqueos (D) apuntan hacia adentro.



Instrucciones de funcionamiento

Comprobación del funcionamiento del mecanismo de bloqueo

- Cuando las manijas y las placas de las mancuernas estén colocadas en la base de las mancuernas, gire ambas perillas de ajuste hasta el número 5. Debería oír un ligero clic.
- Debería poder retirar las manijas de la base, dejando las placas de las mancuernas en su sitio.
- Después de retirar los mangos de la base, utilice una mano para sujetar una de las perillas de ajuste e intente girarla suavemente. En este punto, la perilla debería estar bloqueada y no poder girar. Cuando se retira la unidad de la base, el pasador de bloqueo del mecanismo se acopla con la instalación giratoria. Realice esta prueba en todas las perillas de ajuste.

⚠ Evite aplicar una fuerza excesiva al girar las perillas de ajuste, ya que esto podría dañar el mecanismo de bloqueo.

- Después de confirmar el correcto funcionamiento del mecanismo de bloqueo como se ha descrito anteriormente, vuelva a insertar el mango de la mancuerna en la base.
- Una vez que los mangos estén de nuevo en la base, gire una de las perillas de ajuste a una posición entre 5 y 7,5. Esto indica que la selección del peso está incompleta, que la perilla de ajuste no ha seleccionado completamente el peso y que la perilla está posicionada entre los mecanismos de bloqueo de selección.
- Cuando el mando de selección esté en esta posición, intente levantar suavemente el mango para retirarlo de la base. Verá que el mango está bloqueado en la base y que, con una ligera presión, no se puede retirar como de costumbre.
- Gire el mando de ajuste seleccionado incorrectamente hasta volver a una posición de peso seleccionada completa y correctamente para asegurarse de que el mango de la mancuerna se pueda volver a retirar.
- Repita este proceso de prueba con todos los mandos de ajuste.
- Asegúrese de que todo el mango de la mancuerna esté correctamente apretado. Para ello, coloque las perillas de ajuste en la posición 5 y retire el conjunto del mango de la base. Sujete ambas perillas de ajuste y tire suavemente de ellas hacia adelante y hacia atrás para retirarlas del mango.
- Ahora que ha probado el funcionamiento del mecanismo de bloqueo, le recomendamos que repita esta prueba mensualmente para asegurarse de que funciona correctamente.

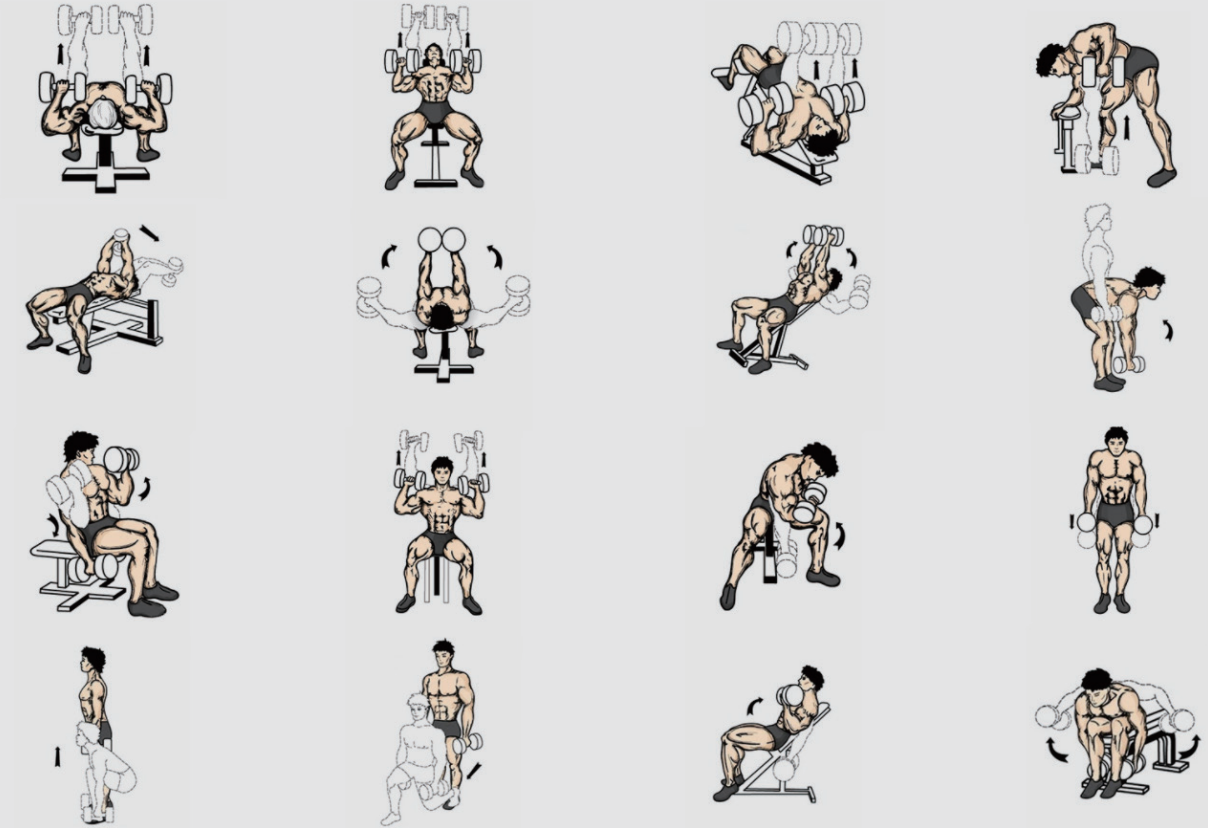
⚠ No active el mecanismo de bloqueo e intente levantar la mancuerna y la base al mismo tiempo utilizando el mango.

Si el mecanismo de bloqueo de la mancuerna no funciona correctamente durante el procedimiento de prueba anterior, tome las siguientes medidas:

1. Deje de utilizar el producto inmediatamente hasta que la prueba haya verificado que es utilizable.
2. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente de FEIERDUN: support@feierdun.fit.

ES

Instrucciones para el ejercicio



Mantenimiento y garantía

⚠ Es esencial revisar periódicamente el equipo para detectar cualquier daño y realizar las reparaciones necesarias. Los usuarios son responsables de garantizar que se realice el mantenimiento rutinario. Cualquier pieza desgastada o dañada debe sustituirse inmediatamente, o bien el equipo debe retirarse del servicio hasta que se completen las reparaciones. Para el mantenimiento y la reparación del equipo, utilice únicamente piezas suministradas por el fabricante.

Las mancuernas requieren un mantenimiento mínimo; sin embargo, debe tomar algunas medidas para mantener el producto en óptimas condiciones y con un aspecto óptimo

1. Si los mangos, las placas o las bases de las mancuernas se llenan de polvo, puede limpiarlos con un paño humedecido con agua tibia y detergente suave. Utilice un paño aparte para secarlos.

2. El interior de las mancuernas ha sido lubricado y no requiere lubricación interna adicional. El contacto entre las placas de las mancuernas y los discos de selección no está lubricado, pero normalmente experimenta una fricción mínima. Por lo general, no es necesario lubricarlo. Si considera necesario lubricar las placas de las mancuernas y/o los discos de selección, utilice únicamente lubricantes de silicona orgánica, preferiblemente lubricantes «de grado alimentario».

⚠ No utilice disolventes, detergentes fuertes, productos químicos ni lejía en este producto, ya que podría dañar los materiales y provocar una degradación del rendimiento o la resistencia.

⚠ No intente desmontar los mangos o las bases de las mancuernas. Estos componentes no están diseñados para que el usuario los mantenga. Dichas acciones anularán la garantía del fabricante. Para obtener asistencia, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente de FEIERDUN.
Correo electrónico de contacto: support@feierdun.fit

IT

Istruzioni di sicurezza

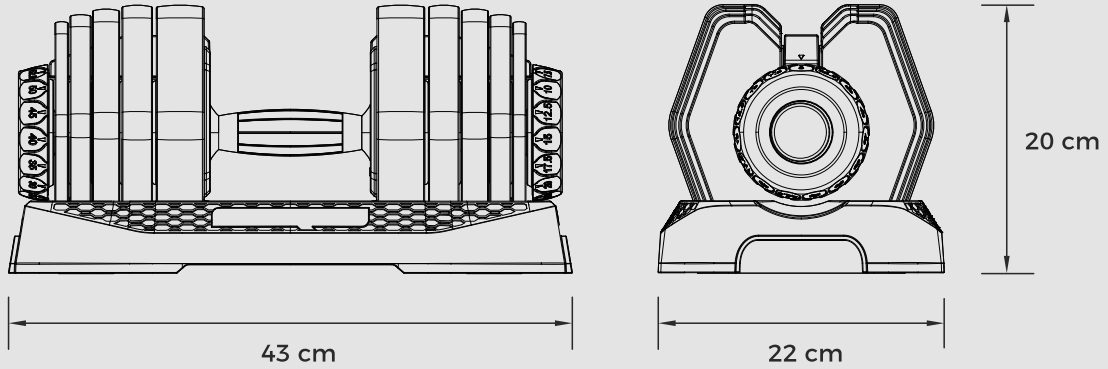
⚠ Questa icona indica un potenziale pericolo. Si prega di attenersi alle seguenti avvertenze di sicurezza prima di utilizzare questa apparecchiatura.

⚠ Leggere attentamente e comprendere tutte le avvertenze indicate sull'apparecchiatura. Se l'etichetta di avvertenza si stacca, diventa illeggibile o cade, contattare il servizio clienti FEIERDUN per assistenza.
E-mail di contatto: support@feierdun.fit

- Non consentire mai ai bambini di utilizzare o avvicinarsi a questa apparecchiatura. Le parti mobili e altre caratteristiche rappresentano un rischio significativo per i bambini.
- L'uso è vietato ai minori di 14 anni.
- Questa attrezzatura non deve essere utilizzata da persone affette da determinate condizioni mediche che potrebbero comprometterne l'uso sicuro o comportare un rischio di lesioni.
- In caso di dolore toracico, senso di oppressione, respiro affannoso o svenimento, interrompere l'allenamento e consultare il proprio medico.
- Questa attrezzatura è progettata esclusivamente per uso domestico.
- Controllare e testare regolarmente il meccanismo di bloccaggio dei manubri per assicurarne il corretto funzionamento. Seguire le procedure di test descritte nel presente manuale.
- Evitare di utilizzare questa attrezzatura all'aperto o in condizioni di umidità.
- Prima di allenarsi, assicurarsi che non vi siano distrazioni o ostacoli nelle vicinanze. Mantenere una distanza di almeno 0,6 metri in tutte le direzioni dal raggio massimo di movimento dell'esercizio.
- Allenarsi entro i propri limiti. Seguire le istruzioni d'uso descritte in questo manuale.
- Se il manubrio viene rimosso dalla sua base, non ruotare con forza la manopola di regolazione.
- Non far cadere i manubri a terra, poiché ciò potrebbe danneggiare il prodotto o causare lesioni.
- Evitare di colpire con forza i manubri durante l'uso per prevenire danni o lesioni personali.
- Non appoggiarsi alle impugnature dei manubri né utilizzarle per sostenere il peso del corpo, ad esempio per fare flessioni. Ciò potrebbe causare danni al prodotto o lesioni personali.
- Non tentare di rimuovere i manubri o la base di installazione. Per qualsiasi domanda, contattare il servizio clienti FEIERDUN.
- I manubri sono pesanti. Se non si utilizza la base inclusa, assicurarsi di posizionarli in modo appropriato per evitare incidenti. Dare priorità alla sicurezza per garantire un'esperienza di allenamento positiva e priva di rischi.

Informazioni sul prodotto

Dimensioni: 43 x 22 x 20 cm
Peso: 52,5 pounds (23,8 kg)



Each dumbbell has 15 weight options (LBS):

5	7.5	10	12.5	15	17.5	20	22.5	25	30	35	40	45	50	52.5

Each dumbbell has 15 weight options (KG):

2.27	3.4	4.54	5.67	6.8	7.94	9.07	10.21	11.34	13.61	15.88	18.14	20.41	22.68	23.81

Istruzioni per l'uso

Informazioni sui manubri

I manubri vengono spediti completamente assemblati, un set per scatola. Rimuovere con cautela i manubri dalla scatola e seguire questi passaggi iniziali per familiarizzare con le caratteristiche del prodotto e assicurarsi che tutte le funzioni operino correttamente.

⚠ Non lasciate cadere i manubri. La caduta dei manubri può danneggiare i dischi o i meccanismi di bloccaggio e può causare il distacco dei dischi dall'impugnatura senza preavviso (caduta). Ciò può provocare gravi lesioni e invalidare la garanzia

- Dopo aver rimosso i manubri dall'imballaggio protettivo, ispezionate il prodotto e i materiali di imballaggio per verificare che non siano danneggiati.
- Spingere delicatamente verso il basso l'impugnatura per assicurarsi che sia completamente fissata alla base. Ruotare alcune volte ciascuna manopola di regolazione per assicurarsi che possano ruotare liberamente in entrambe le direzioni. Assicurarsi che ogni incremento sulle manopole di regolazione produca un clic. Questo clic aiuta ad allineare correttamente la manopola per selezionare il peso.
- L'intervallo di incremento del peso delle due manopole di regolazione va da 5 a 52,5 libbre. Per selezionare correttamente il peso desiderato, il numero deve essere allineato con la freccia indicata sulla targhetta (Figura 1).
- Dopo aver verificato che le manopole di regolazione ruotino correttamente, ruotare ciascuna manopola per allineare il numero 5 con la freccia sulla targhetta.
- Dopo aver impostato entrambe le manopole di regolazione sul numero 5, estrarre la maniglia dai manubri. In questo modo si rimuoverà solo la maniglia dalla base, lasciando tutti i dischi di peso nella base (Figura 2). La maniglia senza dischi di peso pesa 5 libbre
- È possibile aumentare il peso selezionato ruotando ciascuna manopola di regolazione in senso orario

Nota: quando si rimuovono i manubri dalla base, riporli nella base in direzione perpendicolare ad essa. Non inclinare i manubri né spostarli lateralmente (parallelamente alla base).

⚠ Non appoggiarsi alla maniglia del manubrio né utilizzarla per sostenere il peso del corpo, ad esempio come base per le flessioni. Ciò potrebbe danneggiare i dischi o i meccanismi di bloccaggio e causare il distacco dei dischi dalla maniglia senza preavviso (caduta). Ciò può provocare gravi lesioni e invalidare la garanzia.

Ispezionare i manubri prima dell'uso. Non utilizzare i manubri se alcuni componenti sono usurati o danneggiati. Contattare il servizio clienti per assistenza.

E-mail di contatto: support@feierdun.fit

Istruzioni per l'uso

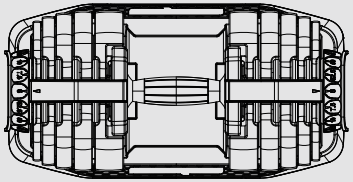


Figura 1

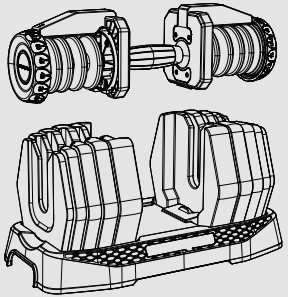


Figura 2

Comprensione del meccanismo di bloccaggio

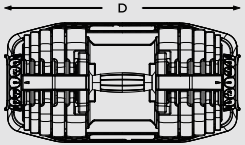
⚠ È fondamentale comprendere appieno il funzionamento di questo meccanismo ed eseguire test regolari per garantirne l'uso corretto

Il dispositivo di bloccaggio ha due funzioni principali:

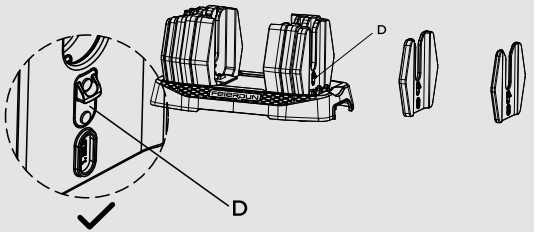
1. Il meccanismo consente la regolazione solo quando l'impugnatura del manubrio è saldamente agganciata alla base del manubrio.

2. Se la manopola di regolazione non è perfettamente allineata con i dischi di peso selezionati, il dispositivo bloccherà l'impugnatura del manubrio alla base.

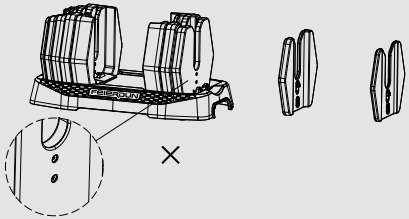
Tutti i blocchi (D) devono essere rivolti verso l'esterno.



Corretto: i blocchi (D) sono rivolti verso l'esterno.



Errato: i blocchi (D) sono rivolti verso l'interno.



Istruzioni per l'uso

Verifica del funzionamento del meccanismo di bloccaggio

- Quando le maniglie e i dischi del manubrio sono posizionati sulla base, ruotare entrambe le manopole di regolazione sul numero 5. Si dovrebbe sentire un leggero clic.
- Dovrebbe essere possibile rimuovere le maniglie dalla base, lasciando i dischi del manubrio al loro posto.
- Dopo aver rimosso le maniglie dalla base, tenere con una mano una delle manopole di regolazione e provare a ruotarla delicatamente. A questo punto, la manopola dovrebbe essere bloccata e non ruotare. Quando l'unità viene rimossa dalla base, il perno di bloccaggio nel meccanismo si innesta con l'installazione rotante. Eseguire questo test su tutte le manopole di regolazione.

⚠ Evitare di esercitare una forza eccessiva durante la rotazione delle manopole di regolazione, poiché ciò potrebbe danneggiare il meccanismo di bloccaggio.

- Dopo aver verificato il corretto funzionamento del meccanismo di blocco come descritto sopra, reinserire la maniglia del manubrio nella base.
- Una volta che le maniglie sono tornate sulla base, ruotare una delle manopole di regolazione in una posizione compresa tra 5 e 7,5. Ciò indica che la selezione del peso è incompleta, che la manopola di regolazione non ha selezionato completamente il peso e che la manopola è posizionata tra i meccanismi di blocco della selezione.
- Quando la manopola di selezione è in questa posizione, provare a sollevare delicatamente l'impugnatura per rimuoverla dalla base. Si noterà che l'impugnatura è bloccata alla base e una leggera pressione non consentirà di rimuoverla come di consueto.
- Ruotare la manopola di regolazione selezionata in modo errato riportandola in una posizione di peso completamente e correttamente selezionata per garantire che l'impugnatura del manubrio possa essere nuovamente rimossa.
- Ripetere questa procedura di verifica per tutte le manopole di regolazione.
- Assicurarsi che l'intera maniglia del manubrio sia serrata correttamente. A tal fine, impostare le manopole di regolazione sulla posizione 5 e rimuovere il gruppo maniglia dalla base. Afferrare entrambe le manopole di regolazione e tirarle delicatamente in avanti e indietro per rimuoverle dall'impugnatura.
- Dopo aver verificato il funzionamento del meccanismo di bloccaggio, si consiglia di ripetere questo test ogni mese per assicurarne il corretto funzionamento.

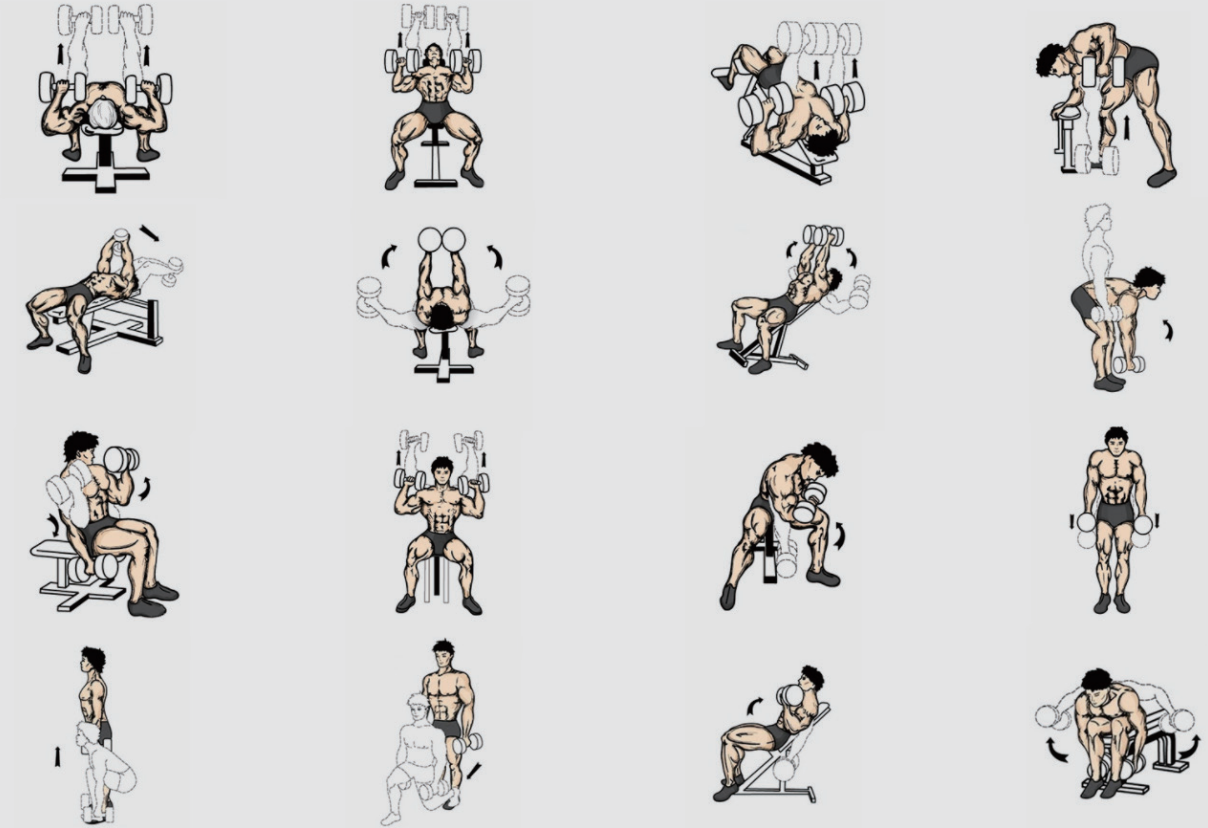
Istruzioni per l'uso

⚠ Non attivare il meccanismo di bloccaggio e non tentare di sollevare contemporaneamente il manubrio e la base utilizzando l'impugnatura.

Se il meccanismo di bloccaggio del manubrio non funziona correttamente durante la procedura di test sopra descritta, procedere come segue:

1. Interrompere immediatamente l'uso del prodotto fino a quando il test non ne avrà verificato l'idoneità all'uso.
2. Contattare il servizio clienti FEIERDUN: support@feierdun.fit

Istruzioni per gli esercizi



Manutenzione e garanzia

⚠ È fondamentale controllare regolarmente l'attrezzatura per verificare la presenza di eventuali danni ed effettuare le riparazioni necessarie. Gli utenti sono responsabili di garantire che venga eseguita la manutenzione ordinaria. Qualsiasi parte usurata o danneggiata deve essere sostituita immediatamente, oppure l'attrezzatura deve essere messa fuori servizio fino al completamento delle riparazioni. Per la manutenzione e la riparazione dell'attrezzatura, utilizzare solo parti fornite dal produttore.

I manubri richiedono una manutenzione minima; tuttavia, è necessario adottare alcune misure per mantenere il prodotto in condizioni e aspetto ottimali

1. Se le impugnature, i dischi o le basi dei manubri sono impolverati, è possibile pulirli con un panno inumidito con acqua calda e detergente delicato. Utilizzare un panno separato per asciugarli.

2. L'interno dei manubri è stato lubrificato e non richiede ulteriore lubrificazione interna. Il contatto tra i dischi dei manubri e i dischi di selezione non è lubrificato, ma in genere subisce un attrito minimo. In genere, non è necessaria alcuna lubrificazione. Se si ritiene necessario lubrificare i dischi dei manubri e/o i dischi di selezione, utilizzare solo lubrificanti siliconici organici, preferibilmente lubrificanti “di grado alimentare”.

⚠ Non utilizzare solventi, detergenti aggressivi, prodotti chimici o candeggina su questo prodotto, poiché ciò potrebbe danneggiare i materiali e compromettere le prestazioni o la resistenza.

⚠ Non tentare di smontare i manubri o le basi. Questi componenti non sono progettati per la manutenzione da parte dell'utente. Tali azioni invalideranno la garanzia del produttore. Per assistenza, contattare il Servizio Clienti FEIERDUN.

E-mail di contatto: support@feierdun.fit

FED FITNESS

Follow Us on Social Media @fedfitness

Email: support@feierdun.fit
Website: www.fedfitness.com