SCHILDKRÖT®
est. 1896

YOGA MAT 4mm

Technische Spezifikationen/ technical specifications/spécifications techniques:

Art. No.	Model	Size	Thickness	Material
960067	Yoga mat Bicolor navy/mint	183 x 61cm	0.4cm	TPE (Thermoplastic Elastomer)
960268	Yoga mat Bicolor petrol/anthr.			
960269	Yoga mat Bicolor purple/pink			
960167	Yoga mat Bicolor lime/anthr.			
960162	Yoga mat Bicolor green/moos			
960168	Yoga mat jade green			
960169	Yoga mat sky blue			

DE – Danke, dass Sie sich für eine Yogamatte der Marke SCHILDKRÖT entschieden haben.

Inhalt: Yogamatte, Tragetasche/Tragewrap.

Allgemeines: Bitte lesen Sie die Gebrauchsanleitung, insbesondere die Sicherheitshinweise, vor dem ersten Gebrauch sorgfältig durch. Diese Anleitung ist fester Bestandteil des Produktes. Wenn Sie das Produkt an Dritte weitergeben, geben Sie bitte auch diese Anleitung mit.

Bestimmungsgemäßer Gebrauch: Diese Yogamatte ist zur Verwendung durch eine Person für Yoga-, Fitness- oder Dehnübungen im Innenbereich vorgesehen. Die maximale Belastbarkeit der Matte beträgt 120kg. Die Matte ist für den Privatgebrauch bestimmt und nicht für gewerbliche Anwendungen geeignet. Benutzen Sie die Matte nur wie in dieser Anleitung beschrieben. Jede andere Verwendung gilt als nicht bestimmungsgemäß und kann zu Sachschäden oder sogar zu Personenschäden führen.

Allgemeine Warnhinweise: Setzen Sie die Matte nur auf ebenen, trockenen und rutschfestem Untergrund ein, der frei von jeglichen Gegenständen, Schmutz und anderen Hindernissen ist.

Benutzung immer nur durch eine Person gleichzeitig. Maximales Nutzergewicht 120kg.

Rutschgefahr! Verwenden Sie die Matte nicht, wenn sie nass oder feucht ist.

Positionieren Sie die Matte so, dass sie keine Stolperfalle für andere darstellt.

Bitte halten Sie ausreichend Abstand zu anderen Gegenständen und Personen. Führen Sie keine Übungen in der Nähe von Treppen oder Absätzen aus.

Beschädigungsgefahr! Trainieren Sie ohne Schuhe, damit die Oberfläche der Matte nicht beschädigt wird. Verwenden Sie die Matte niemals als Unterlage für Fitnessgeräte oder Maschinen, da die besonderen Dämpfungseigenschaften der Matte keine stabile Aufstellung von schweren Geräten zulassen.

Die Matte ist kein Spielzeug und nicht für Kinder unter 14 Jahren geeignet. Stets außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Lassen Sie Kinder nicht mit dem Verpackungsmaterial spielen, Erstickungsgefahr!

Anwendung: Erstanwendung: Lassen Sie Ihre neue Matte vor dem ersten Gebrauch bei Zimmertemperatur temperieren und einige Zeit in einem gut belüfteten Raum oder im Freien Lüften.

Führen Sie alle Übungen immer völlig konzentriert, langsam und gleichmäßig aus. Bei vorliegenden Vorerkrankungen holen Sie zuerst den Rat Ihres Arztes ein. Dies gilt insbesondere für Personen mit Gleichgewichtsstörungen. Brechen Sie Ihr Training bei Schmerzen, Unwohlsein, Atemnot sofort ab und konsultieren Sie einen Arzt.

Bei Hautreizungen, Allergien oder bekannten Sensitivitäten gegenüber bestimmten Kunststoffen (hier TPE) die Matte ggf. nicht verwenden.

Tragen Sie nur angemessene Sportkleidung, niemals Schmuck. Binden Sie lange Haare zusammen.

Lagerung und Wartung: Reinigen Sie Ihre Yogamatte regelmäßig. Schweiß, Schmutz und Bakterien können sich auf der Oberfläche ansammeln und nicht nur üble Gerüche und eine rutschige Oberfläche verursachen, sondern auch Ihre Gesundheit gefährden.

Verwenden Sie zur Reinigung keine aggressiven Reinigungsmittel. Verwenden Sie ein feuchtes Tuch und lauwarmes, mildes Seifenwasser. Benetzen Sie die Matte gleichmäßig mit dem Seifenwasser, lassen Sie es kurz einwirken und wischen Sie mit klarem Wasser mehrmals nach, damit die Seifenrückstände vollständig entfernt werden. Keine Maschinenwäsche! Lassen Sie die Matte vor jedem Aufrollen vollständig trocknen.

Überprüfen Sie die Matte vor und nach jedem Training auf Schäden, Risse und Verschleiß. Verwenden Sie die Matte nur in einwandfreiem Zustand.

Lagern Sie das Produkt nicht auf Holzböden, an Möbeln, auf glatten, lackierten oder geölten Flächen, da es zu unvorhergesehenen Reaktionen mit dem Material kommen kann. Bewahren Sie die Yogamatte nicht über einen längeren Zeitraum im Auto auf.

Schützen Sie das Produkt vor direkter Sonneneinstrahlung, Heizquellen und Schmutz.

Schützen Sie die Matte vor scharfkantigen und spitzen Gegenständen.

Entsorgung: Bitte führen Sie den Artikel am Ende seiner Lebensdauer den zur Verfügung stehenden Rückgabe- und Sammelsystemen zu. Fragen beantworten die Entsorgungsunternehmen vor Ort.

EN - Thank you for choosing a SCHILDKRÖT yoga mat.

Contents: Yoga mat, carry bag/carry wrap.

Intended use: This yoga mat is intended for use by one person for yoga, fitness or stretching exercises indoors. It is intended for indoor use only. Maximum load: 120kg. For private use only, not for commercial purposes. Use only as described. Any other use is improper and may cause property damage or personal injury.

General warnings: Please read the user manual carefully, including safety instructions, before first use. This manual is part of the product. If you pass the product to third parties, please include this manual.

Use only on a flat, slip-resistant surface free of objects, dirt and obstacles.

Only one person at a time. Max weight 120kg.

Slippery! Do not use it if mat is wet or damp.

Place the mat so it does not create a tripping hazard.

Keep sufficient distance between other objects or people. Do not exercise near stairs or edges.

Damage risk! Train barefoot to avoid damaging the surface. Never use as a base for fitness machines, its cushioning is not stable for heavy equipment.

The mat is not a toy and not suitable for children under 14. Always keep out of children's reach. Do not let children play with packaging material, choking hazard!

Instructions: First use: Before first use, let your new mat adjust to room temperature and air it out for a while in a well-ventilated room or outdoors.

Perform exercises fully focused, slowly and evenly. If you have medical conditions, consult your doctor first, especially with balance issues. Stop training immediately and consult a doctor if you feel pain, discomfort or shortness of breath.

In case of skin irritation, allergies or known sensitivity to certain plastics (here TPE), do not use the mat.

Wear appropriate sportswear; remove jewelry; tie back long hair.

Storage & maintenance: Clean the mat regularly! Sweat, dirt and bacteria collect and can cause odor, slippery surface and health risks. Do not use aggressive cleaners. Use a damp cloth with lukewarm mild soapy water. Apply evenly, let sit briefly, wipe with clean water. Let the mat dry completely before rolling it up. Check the mat before and after use for damage, tears, wear. Use only if in perfect condition. Do not store on wood floors, furniture, smooth lacquered/oiled surfaces, undesired material reactions possible. Protect from direct sunlight, heat sources and dirt.

Keep away from sharp and pointed objects.

Disposal: At end of life, please return via available collection systems local waste management can advise.

FR - Merci d'avoir choisi un tapis de yoga SCHILDKRÖT.

Contenu : Tapis de yoga, sac de transport/wrap de transport.

Utilisation prévue : Ce tapis de yoga est destiné à être utilisé par une seule personne pour des exercices de yoga, de fitness ou d'étirement à l'intérieur. Il est destiné uniquement à une utilisation en intérieur. Charge maximale : 120kg. Réservé à un usage privé, non destiné à un usage commercial. À utiliser uniquement comme décrit. Toute autre utilisation est inappropriée et peut entraîner des dommages matériels ou des blessures.

Avertissements généraux : Veuillez lire attentivement le manuel d'utilisation, y compris les consignes de sécurité, avant la première utilisation. Ce manuel fait partie intégrante du produit. Si vous transmettez le produit à un tiers, veuillez inclure ce manuel.

Utiliser uniquement sur une surface plane, antidérapante et exempte d'objets, de saleté ou d'obstacles.

Une seule personne à la fois. Poids maximal : 120kg.

Glissant ! Ne pas utiliser si le tapis est mouillé ou humide.

Placer le tapis de manière à ne pas créer de risque de trébuchement.

Maintenir une distance suffisante avec d'autres objets ou personnes. Ne pas s'exercer à proximité d'escaliers ou de bords.

Risque de dommages ! S'entraîner pieds nus afin de ne pas endommager la surface. Ne jamais utiliser comme support pour des appareils de fitness, le rembourrage n'est pas conçu pour des équipements lourds.

Le tapis n'est pas un jouet et ne convient pas aux enfants de moins de 14 ans. Toujours le tenir hors de portée des enfants. Ne laissez pas les enfants jouer avec les matériaux d'emballage, risque d'étouffement !

Instructions : Première utilisation : Avant la première utilisation, laissez votre nouveau tapis s'acclimater à la température ambiante et aérez-le quelque temps dans une pièce bien ventilée ou à l'extérieur.

Effectuer les exercices avec concentration, lentement et de manière régulière. En cas de problèmes de santé, consultez votre médecin avant toute utilisation, en particulier en cas de troubles de l'équilibre. Arrêtez immédiatement l'entraînement en cas de douleur, d'inconfort ou de difficulté respiratoire et consultez un médecin.

En cas d'irritations cutanées, d'allergies ou de sensibilités connues à certains plastiques (ici TPE), n'utilisez pas le tapis.

Porter une tenue de sport adaptée, retirer les bijoux, attacher les cheveux longs.

Stockage et entretien : Nettoyez régulièrement le tapis ! La sueur, la saleté et les bactéries peuvent s'accumuler et provoquer des odeurs, une surface glissante et des risques pour la santé. N'utilisez pas de produits nettoyants agressifs. Utilisez un chiffon humide avec de l'eau tiède savonneuse douce. Appliquez uniformément, laissez agir brièvement, puis essuyez avec de l'eau propre. Laissez le tapis sécher complètement avant de l'enrouler. Vérifiez l'état du tapis avant et après chaque utilisation pour détecter tout dommage, déchirure ou signe d'usure. N'utilisez le tapis que s'il est en parfait état. Ne pas stocker sur des sols en bois, des meubles ou des surfaces peintes/huilées lisses, des réactions indésirables du matériau sont possibles. Protéger de la lumière directe du soleil, des sources de chaleur et de la saleté.

Tenir éloigné des objets tranchants ou pointus.

Élimination : En fin de vie, veuillez le remettre via les systèmes de collecte existants. Les services locaux de gestion des déchets peuvent vous renseigner.

IT - Grazie per aver scelto un tappetino da yoga SCHILDKRÖT.

Contenuto: Tappetino da yoga, borsa per il trasporto/fascia di trasporto.

Uso previsto: Questo tappetino da yoga è destinato a essere utilizzato da una sola persona per esercizi di yoga, fitness o stretching in ambienti interni. È destinato esclusivamente all'uso in ambienti interni. Carico massimo: 120kg. Solo per uso privato, non adatto a scopi commerciali. Utilizzare solo come descritto. Qualsiasi altro uso è improprio e può causare danni materiali o lesioni personali.

Avvertenze generali: Leggere attentamente il manuale d'uso, comprese le istruzioni di sicurezza, prima del primo utilizzo. Questo manuale è parte integrante del prodotto. Se si cede il prodotto a terzi, includere sempre questo manuale.

Utilizzare solo su una superficie piana, antiscivolo e priva di oggetti, sporco o ostacoli.

Una sola persona alla volta. Peso massimo: 120kg.

Rischio di scivolamento! Non utilizzare se il tappetino è bagnato o umido.

Posizionare il tappetino in modo che non rappresenti un pericolo di inciampo.

Mantenere una distanza di sicurezza da oggetti o persone. Non allenarsi vicino a scale o bordi.

Rischio di danni! Allenarsi a piedi nudi per evitare di danneggiare la superficie. Non utilizzare mai come base per attrezzi fitness, l'imbottitura non è adatta a sopportare pesi elevati.

Il tappetino non è un giocattolo e non è adatto a bambini di età inferiore a 14 anni. Tenerlo sempre fuori dalla portata dei bambini. Non lasciare che i bambini giochino con l'imballaggio, pericolo di soffocamento!

Istruzioni: Primo utilizzo: Prima del primo utilizzo, lasciare che il nuovo tappetino si acclimati alla temperatura ambiente e aerarlo per un po' in un ambiente ben ventilato o all'aperto. Eseguire gli esercizi con concentrazione, in modo lento e uniforme. In caso di problemi di salute, consultare il proprio medico prima di iniziare, in particolare se si hanno disturbi dell'equilibrio. Interrompere immediatamente l'allenamento in caso di dolore, fastidio o difficoltà respiratorie e consultare un medico.

In caso di irritazioni cutanee, allergie o sensibilità note a determinate plastiche (qui TPE), non utilizzare il tappetino.

Indossare un abbigliamento sportivo adeguato, togliere i gioielli, legare i capelli lunghi.

Conservazione e manutenzione: Pulire regolarmente il tappetino! Sudore, sporco e batteri possono accumularsi e causare odori, superficie scivolosa e rischi per la salute. Non utilizzare detergenti aggressivi. Usare un panno umido con acqua tiepida e sapone delicato. Applicare in modo uniforme, lasciare agire brevemente, poi risciacquare con acqua pulita. Lasciare asciugare completamente il tappetino prima di arrotolarlo. Controllare il tappetino prima e dopo l'uso per verificare eventuali danni, strappi o segni di usura. Utilizzare solo se in perfette condizioni. Non conservare su pavimenti in legno, mobili o superfici laccate/oliati, potrebbero verificarsi reazioni indesiderate del materiale. Proteggere dalla luce solare diretta, da fonti di calore e dalla sporcizia. Tenere lontano da oggetti appuntiti o taglienti.

Eliminazione: A fine vita, smaltire tramite i sistemi di raccolta disponibili. I servizi locali di gestione dei rifiuti possono fornire informazioni.

ES - Gracias por elegir una esterilla de yoga SCHILDKRÖT.

Contenido: Esterilla de yoga, bolsa de transporte/funda envolvente de transporte.

Uso previsto: Esta esterilla de yoga está destinada al uso de una sola persona para ejercicios de yoga, fitness o estiramientos en interiores. Solo apta para uso en interiores. Carga máxima: 120kg. Solo para uso privado, no apta para uso comercial. Utilizar únicamente según lo descrito. Cualquier otro uso es inadecuado y puede causar daños materiales o lesiones personales.

Advertencias generales: Lea atentamente el manual de instrucciones, incluida la información de seguridad, antes del primer uso. Este manual forma parte del producto. Si entrega el producto a terceros, incluya también este manual.

Utilizar solo sobre una superficie plana, antideslizante y libre de objetos, suciedad u obstáculos.

Solo una persona a la vez. Peso máximo: 120kg.

Peligro de resbalones. No usar si la esterilla está mojada o húmeda.

Coloque la esterilla de modo que no suponga un riesgo de tropiezo.

Mantenga suficiente distancia con otros objetos o personas. No hacer ejercicio cerca de escaleras o bordes.

Riesgo de daños. Entrene descalzo para evitar dañar la superficie. Nunca usar como base para máquinas de ejercicio, el acolchado no es estable para equipos pesados.

La esterilla no es un juguete y no es adecuada para niños menores de 14 años. Mantener siempre fuera del alcance de los niños. No permita que los niños jueguen con el material del embalaje, peligro de asfixia.

Instrucciones: Primer uso: Antes del primer uso, deje que la esterilla se aclimate a la temperatura ambiente y ventílela durante un tiempo en una habitación bien aireada o al aire libre. Realice los ejercicios con concentración, de manera lenta y uniforme. En caso de tener problemas de salud, consulte primero a su médico, especialmente si tiene problemas de equilibrio. Detenga el entrenamiento inmediatamente si siente dolor, molestias o falta de aire y consulte a un médico.

En caso de irritaciones cutáneas, alergias o sensibilidades conocidas a ciertos plásticos (aquí TPE), no utilice la esterilla.

Use ropa deportiva adecuada, retire las joyas y recoja el cabello largo.

Almacenamiento y mantenimiento: ¡Limpie la esterilla con regularidad! El sudor, la suciedad y las bacterias se acumulan y pueden causar malos olores, superficies resbaladizas y riesgos para la salud. No utilice productos de limpieza agresivos. Use un paño húmedo con agua tibia y jabón suave. Aplíquelo uniformemente, deje actuar brevemente y enjuague con agua limpia. Deje secar completamente la esterilla antes de enrollarla. Revise la esterilla antes y después de cada uso para detectar daños, rasgaduras o desgaste. Use únicamente si está en perfectas condiciones. No almacenar sobre suelos de madera, muebles o superficies barnizadas/aceitadas, ya que pueden producirse reacciones no deseadas. Protéjala de la luz solar directa, fuentes de calor y suciedad.

Manténgala alejada de objetos puntiagudos o afilados.

Eliminación: Al final de su vida útil, deseche el producto en los sistemas de recogida disponibles. Su servicio local de gestión de residuos le puede asesorar. Raccolta differenziata. Verifica le disposizoni del tuo commune.

PT - Obrigado por escolher um tapete de ioga SCHILDKRÖT.

Conteúdo: Tapete de ioga, saco de transporte/envoltório de transporte.

Utilização: Este tapete de ioga destina-se a ser utilizado por uma pessoa para exercícios de ioga, fitness ou alongamento em ambientes interiores. Destinado apenas para uso em interiores. Carga máxima: 120kg. Apenas para uso privado, não adequado para fins comerciais. Utilizar apenas conforme descrito. Qualquer outra utilização é inadequada e pode causar danos materiais ou ferimentos pessoais.

Avisos gerais: Leia cuidadosamente o manual de instruções, incluindo as informações de segurança, antes da primeira utilização. Este manual faz parte do produto. Se entregar o produto a terceiros, inclua também este manual.

Utilize apenas em superfícies planas, antiderrapantes e livres de objetos, sujidade ou obstáculos.

Apenas uma pessoa de cada vez. Peso máximo: 120kg.

Perigo de escorregamento. Não utilize se o tapete estiver molhado ou húmido.

Coloque o tapete de forma a não representar risco de tropeçar.

Mantenha distância suficiente de objetos e pessoas. Não se exercite perto de escadas ou desníveis.

Risco de danos. Treine descalço para evitar danificar a superfície. Nunca utilize como base para máquinas de fitness. O amortecimento do tapete não é estável para equipamentos pesados.

O tapete não é um brinquedo e não é adequado para crianças com menos de 14 anos. Mantenha sempre fora do alcance das crianças. Não deixe as crianças brincarem com o material de embalagem, perigo de asfixia.

Instruções: Primeira utilização: Antes da primeira utilização, deixe o tapete adaptar-se à temperatura ambiente e areje-o durante algum tempo numa divisão bem ventilada ou no exterior. Realize os exercícios com concentração total, de forma lenta e uniforme. Se tiver problemas de saúde, consulte primeiro o seu médico, especialmente em casos de distúrbios de equilíbrio. Interrompa o treino imediatamente e consulte um médico se sentir dor, mal-estar ou dificuldade respiratória.

Em caso de irritações cutâneas, alergias ou sensibilidades conhecidas a determinados plásticos (aqui TPE), não utilize o tapete.

Use vestuário desportivo adequado, remova jóias e prenda o cabelo comprido.

Armazenamento e manutenção: Limpe o tapete regularmente. Suor, sujidade e bactérias podem acumular-se e causar odores desagradáveis, superfície escorregadia e riscos para a saúde. Não use produtos de limpeza agressivos. Use um pano húmido com água morna e sabão suave. Aplique uniformemente, deixe atuar brevemente e enxague com água limpa. Deixe o tapete secar completamente antes de enrolar. Verifique o tapete antes e depois do uso quanto a danos, rasgos e desgaste. Utilize apenas se estiver em perfeitas condições. Não armazene sobre pavimentos de madeira, móveis ou superfícies envernizadas/oleadas, pois podem ocorrer reações indesejadas com o material. Proteja da luz solar direta, fontes de calor e sujidade.

Mantenha afastado de objetos pontiagudos ou cortantes.

Eliminação: No fim da sua vida útil, deposite o produto nos sistemas de recolha disponíveis. Os serviços locais de gestão de resíduos poderão aconselhá-lo.

NL - Bedankt dat u hebt gekozen voor een yogamat van SCHILDKRÖT.

Inhoud: Yogamat, draagtas/draagwikkel.

Beoogd gebruik: Deze yogamat is bedoeld voor gebruik door één persoon voor yoga-, fitness- of rekoefeningen binnenshuis. Alleen geschikt voor gebruik binnenshuis. Maximale belasting: 120kg. Alleen voor privégebruik, niet geschikt voor commercieel gebruik. Gebruik alleen zoals beschreven. Elk ander gebruik is ongeschikt en kan leiden tot materiële schade of letsel.

Algemene waarschuwingen: Lees de handleiding zorgvuldig door, inclusief de veiligheidsinstructies, vóór het eerste gebruik. Deze handleiding maakt deel uit van het product. Als u het product aan derden overdraagt, voeg dan ook deze handleiding toe.

Gebruik alleen op een vlakke, antislip ondergrond, vrij van voorwerpen, vuil of obstakels.

Slechts één persoon tegelijk. Maximaal gewicht: 120kg.

Gevaar voor uitglijden. Gebruik de mat niet als deze nat of vochtig is.

Plaats de mat zo dat er geen struikelgevaar ontstaat.

Houd voldoende afstand tot andere objecten of personen. Voer geen oefeningen uit in de buurt van trappen of randen.

Risico op schade. Train op blote voeten om beschadiging van het oppervlak te voorkomen. Gebruik de mat nooit als ondergrond voor fitnessapparatuur, de demping is niet stabiel genoeg voor zware toestellen.

De mat is geen speelgoed en niet geschikt voor kinderen onder de 14 jaar. Altijd buiten bereik van kinderen houden. Laat kinderen niet met het verpakkingsmateriaal spelen, verstikkingsgevaar.

Instructies: Eerste gebruik: Laat uw nieuwe mat vóór het eerste gebruik op kamertemperatuur komen en enige tijd luchten in een goed geventileerde ruimte of buiten.

Voer oefeningen altijd geconcentreerd, langzaam en gelijkmatig uit. Raadpleeg bij gezondheidsproblemen eerst uw arts, vooral bij evenwichtsstoornissen. Stop onmiddellijk met trainen en raadpleeg een arts als u pijn, ongemak of kortademigheid ervaart.

Bij huidirritaties, allergieën of bekende gevoeligheden voor bepaalde kunststoffen (hier TPE), de mat niet gebruiken.

Draag geschikte sportkleding, verwijder sieraden en bind lang haar vast.

Opslag en onderhoud: Maak de mat regelmatig schoon. Zweet, vuil en bacteriën kunnen zich ophopen en onaangename geuren, een glad oppervlak en gezondheidsrisico's veroorzaken. Gebruik geen agressieve schoonmaakmiddelen. Gebruik een vochtige doek met lauw water en milde zeep. Breng gelijkmatig aan, laat even inwerken en veeg schoon met helder water. Laat de mat volledig drogen vóór het oprollen. Controleer de mat voor en na elk gebruik op beschadigingen, scheuren en slijtage. Gebruik alleen als de mat in perfecte staat is. Niet op houten vloeren, meubels of gelakte/geoliede oppervlakken opslaan vanwege mogelijke materiaalreacties. Bescherm tegen direct zonlicht, warmtebronnen en vuil.

Houd de mat uit de buurt van scherpe of puntige voorwerpen.

Verwijdering: Aan het einde van de levensduur inleveren bij de daarvoor bestemde inzamelpunten. Uw lokale afvalbeheer kan u hierover adviseren.

SE - Tack för att du valde en yogamatta från SCHILDKRÖT.

Innehåll: Yogamatta, bärväska/bärband.

Avsedd användning: Denna yogamatta är avsedd att användas av en person för yoga-, fitness- eller stretchövningar inomhus. Endast för inomhusbruk. Maximal belastning: 120kg. Endast för privat bruk, inte för kommersiellt bruk. Använd endast enligt beskrivningen. Annan användning är olämplig och kan orsaka materiella skador eller personskador.

Allmänna varningar: Läs bruksanvisningen noggrant, inklusive säkerhetsanvisningarna, före första användning. Denna bruksanvisning är en del av produkten. Om du ger produkten vidare till tredje part, inkludera även denna anvisning.

Använd endast på ett plant, halkfritt underlag fritt från föremål, smuts eller hinder.

Endast en person åt gången. Maxvikt: 120kg.

Halkrisk. Använd inte om mattan är våt eller fuktig.

Placera mattan så att den inte utgör en snubbelrisk.

Håll tillräckligt avstånd till andra föremål och personer. Träna inte nära trappor eller kanter.

Risk för skador. Träna barfota för att undvika att skada mattans yta. Använd aldrig som underlag för träningsmaskiner. Dämpningen är inte tillräckligt stabil för tung utrustning.

Mattan är inte en leksak och är inte lämplig för barn under 14 år. Förvara alltid utom räckhåll för barn. Låt inte barn leka med förpackningsmaterialet. Kvävningsrisk.

Instruktioner: Första användning: Låt din nya matta anta rumstemperatur och vädra den en stund i ett välventilerat rum eller utomhus innan första användningen.

Utför övningarna med fullt fokus, långsamt och jämnt. Rådgör med läkare vid medicinska tillstånd, särskilt om du har problem med balansen. Avbryt träningen omedelbart och kontakta läkare om du känner smärta, obehag eller andnöd.

Vid hudirritationer, allergier eller kända känsligheter mot vissa plaster (här TPE), använd inte mattan.

Använd lämpliga träningskläder, ta av smycken och sätt upp långt hår.

Förvaring och skötsel: Rengör mattan regelbundet. Svett, smuts och bakterier kan samlas och orsaka lukt, hal yta och hälsorisker. Använd inte aggressiva rengöringsmedel. Använd en fuktig trasa med ljummet vatten och mild tvållösning. Applicera jämnt, låt verka kort och torka av med rent vatten. Låt mattan torka helt innan du rullar ihop den. Kontrollera mattan före och efter användning för skador, revor eller slitage. Använd endast om den är i perfekt skick. Förvara inte på trägolv, möbler eller lackerade/oljade ytor. Oönskade materialreaktioner kan uppstå. Skydda från direkt solljus, värmekällor och smuts.

Håll borta från vassa eller spetsiga föremål.

Avfallshantering:

När produkten är uttjänt, lämna den till befintliga insamlingssystem. Din lokala avfallsmyndighet kan ge råd.

HR - Hvala što ste odabrali SCHILDKRÖT prostirku za jogu.

Sadržaj: Prostirka za jogu, torba za nošenje/omot za nošenje.

Namjena: Ova prostirka za jogu namijenjena je za korištenje od strane jedne osobe za vježbe joge, fitnessa ili istezanja u zatvorenom prostoru. Namijenjena je isključivo za unutarnju upotrebu. Maksimalno opterećenje: 120kg. Samo za privatnu, ne i za komercijalnu uporabu. Koristiti samo prema opisu. Svaka druga uporaba smatra se neispravnom i može uzrokovati materijalnu štetu ili ozljede.

Opće upute za sigurnost: Prije prve upotrebe pažljivo pročitajte upute za uporabu uključujući sigurnosne smjernice. Ove upute su sastavni dio proizvoda. Ako proizvod prosljeđujete trećim osobama, priložite i ovaj priručnik.

Koristiti samo na ravnoj, protukliznoj površini bez predmeta, prljavštine i prepreka.

Dozvoljena je upotreba jedne osobe u isto vrijeme. Maksimalna težina: 120kg.

Može biti sklisko. Ne koristiti ako je prostirka mokra ili vlažna.

Postavite prostirku tako da ne predstavlja opasnost od spoticanja.

Održavajte dovoljan razmak od drugih predmeta i osoba. Ne vježbajte blizu stepenica ili rubova.

Opasnost od oštećenja. Vježbajte bosi kako ne biste oštetili površinu. Ne koristiti kao podlogu za fitness uređaje jer njezino ublažavanje nije stabilno za tešku opremu.

Prostirka nije igračka i nije prikladna za djecu mlađu od 14 godina. Držati izvan dosega djece. Djeca se ne smiju igrati s ambalažom zbog opasnosti od gušenja.

Upute za uporabu: Prva uporaba: Prije prve uporabe ostavite prostirku da se prilagodi sobnoj temperaturi i prozračite je neko vrijeme u dobro prozračenoj prostoriji ili na otvorenom.

Vježbajte koncentrirano, polako i ravnomjerno. Ako imate zdravstvenih problema, najprije se posavjetujte s liječnikom, osobito ako imate problema s ravnotežom. Ako tijekom vježbanja osjetite bol, nelagodu ili kratak dah, odmah prekinite i obratite se liječniku.

U slučaju iritacija kože, alergija ili poznate preosjetljivosti na određene plastike (ovdje TPE), prostirku nemojte koristiti.

Nosite prikladnu sportsku odjeću, uklonite nakit, a dugu kosu svežite.

Pohrana i održavanje: Redovito čistite prostirku. Znoj, prljavština i bakterije se nakupljaju i mogu uzrokovati neugodan miris, sklisku površinu i zdravstvene rizike. Ne koristiti agresivna sredstva za čišćenje. Koristite vlažnu krpu s mlakom vodom i blagim sapunom. Ravnomjerno nanesite, kratko ostavite da djeluje i obrišite čistom vodom. Prije namotavanja, pustite da se prostirka potpuno osuši. Provjerite prostirku prije i nakon korištenja na oštećenja, pukotine i istrošenost. Koristite samo ako je u savršenom stanju. Ne pohranjujte na drvenim podovima, namještaju ili glatkim lakiranim/nauljenim površinama jer mogu nastati neželjene reakcije materijala. Zaštitite od izravne sunčeve svjetlosti, izvora topline i prljavštine.

Držati podalje od oštrih i šiljastih predmeta.

Zbrinjavanje: Na kraju životnog vijeka proizvoda, odložite ga putem dostupnih sustava za prikupljanje otpada. Lokalne službe za gospodarenje otpadom mogu pružiti dodatne informacije.

SL - Hvala, da ste izbrali joga blazino SCHILDKRÖT.

Vsebina: Joga blazina, torba za prenašanje/trak za prenašanje.

Namen uporabe: Ta joga blazina je namenjena uporabi ene osebe za jogo, fitnes ali raztezne vaje v notranjih prostorih. Namenjena je izključno za uporabo v notranjih prostorih. Največja obremenitev: 120kg. Samo za zasebno uporabo, ni primerna za komercialne namene. Uporabljajte le kot opisano. Vsaka druga uporaba je neprimerna in lahko povzroči materialno škodo ali telesne poškodbe.

Splošna opozorila: Pred prvo uporabo natančno preberite navodila za uporabo, vključno z varnostnimi napotki. Ta navodila so del izdelka. Če izdelek posredujete tretjim osebam, priložite tudi ta priročnik.

Uporabljajte le na ravni, protizdrsni površini, brez predmetov, umazanije ali ovir.

Na blazini naj bo vedno le ena oseba. Največja dovoljena teža: 120kg.

Drsno! Ne uporabljajte, če je blazina mokra ali vlažna.

Blazino položite tako, da ne predstavlja nevarnosti spotikanja.

Zagotovite dovolj prostora do drugih predmetov ali oseb. Ne vadite v bližini stopnic ali robov.

Nevarnost poškodb! Vadite bosi, da ne poškodujete površine. Ne uporabljajte kot podlago za fitnes naprave, saj blaženje ni stabilno za težko opremo.

Blazina ni igrača in ni primerna za otroke, mlajše od 14 let. Hranite zunaj dosega otrok. Otroci naj se ne igrajo z embalažnim materialom, nevarnost zadušitve.

Navodila za uporabo: Prva uporaba: Pred prvo uporabo pustite, da se blazina prilagodi sobni temperaturi, in jo nekaj časa zračite v dobro prezračevanem prostoru ali na prostem. Vaje izvajajte zbrano, počasi in enakomerno. Če imate zdravstvene težave, se najprej posvetujte z zdravnikom, zlasti če imate težave z ravnotežjem. Če med vadbo začutite bolečine, nelagodje ali težko dihanje, vadbo takoj prekinite in se posvetujte z zdravnikom.

V primeru draženja kože, alergij ali znanih občutljivosti na določene plastike (tukaj TPE) blazine ne uporabljajte.

Nosite primerno športno oblačilo, odstranite nakit, dolge lase spnite.

Shranjevanje in vzdrževanje: Redno čistite blazino. Pot, umazanija in bakterije se nabirajo in lahko povzročijo neprijeten vonj, drsečo površino in zdravstvena tveganja. Ne uporabljajte agresivnih čistil. Uporabite vlažno krpo z mlačno milnico. Enakomerno nanesite, pustite nekaj časa učinkovati, nato obrišite s čisto vodo. Pred zvijanjem naj se blazina popolnoma posuši. Pred in po uporabi preverite blazino glede poškodb, razpok in obrabe. Uporabljajte le, če je v brezhibnem stanju. Ne shranjujte na lesenih tleh, pohištvu ali lakiranih/oljnih površinah – možne so nezaželene reakcije materiala. Zaščitite pred neposredno sončno svetlobo, viri toplote in umazanijo.

Hranite stran od ostrih in koničastih predmetov.

Odstranitev: Ko izdelek doseže konec življenjske dobe, ga oddajte v ustrezne zbirne sisteme. Za več informacij se obrnite na lokalne službe za ravnanje z odpadki.

PL - Dziękujemy, że wybrali Państwo matę do jogi SCHILDKRÖT.

Zawartość: Mata do jogi, torba do przenoszenia/owijka do przenoszenia.

Przeznaczenie: Ta mata do jogi przeznaczona jest do użytku przez jedną osobę do ćwiczeń jogi, fitness lub rozciągania wewnątrz pomieszczeń. Przeznaczona wyłącznie do użytku wewnętrznego. Maksymalne obciążenie: 120kg. Tylko do użytku prywatnego, nie do celów komercyjnych. Używać wyłącznie zgodnie z opisem. Inne użycie jest niewłaściwe i może powodować uszkodzenia mienia lub obrażenia ciała.

Ogólne ostrzeżenia: Przed pierwszym użyciem dokładnie przeczytaj instrukcję obsługi, w tym instrukcje bezpieczeństwa. Instrukcja jest integralną częścią produktu. Jeśli przekazujesz produkt osobom trzecim, dołącz także tę instrukcję.

Używaj wyłącznie na płaskiej, antypoślizgowej powierzchni, wolnej od przedmiotów, brudu i przeszkód.

Jednocześnie korzystać może tylko jedna osoba. Maksymalna waga użytkownika: 120kg.

Ryzyko poślizgnięcia. Nie używaj, jeśli mata jest mokra lub wilgotna.

Umieść matę tak, aby nie stanowiła zagrożenia potknięcia się.

Zachowaj odpowiedni odstęp od innych przedmiotów i osób. Nie ćwicz w pobliżu schodów lub krawędzi.

Ryzyko uszkodzenia. Ćwicz boso, aby nie uszkodzić powierzchni. Nigdy nie używaj jako podkładu pod urządzenia fitness, amortyzacja nie jest stabilna dla ciężkiego sprzętu.

Mata nie jest zabawką i nie nadaje się dla dzieci poniżej 14 roku życia. Zawsze trzymaj ją poza zasięgiem dzieci. Nie pozwól dzieciom bawić się materiałami opakowaniowymi, ryzyko uduszenia.

Instrukcje: Pierwsze użycie: Przed pierwszym użyciem pozostaw matę, aby osiągnęła temperaturę pokojową, i przez pewien czas wietrz ją w dobrze wentylowanym pomieszczeniu lub na zewnątrz.

Wykonuj ćwiczenia z pełną koncentracją, powoli i równomiernie. Jeśli masz problemy zdrowotne, skonsultuj się najpierw z lekarzem, szczególnie w przypadku zaburzeń równowagi. Natychmiast przerwij trening i skonsultuj się z lekarzem, jeśli odczuwasz ból, dyskomfort lub duszność.

W przypadku podrażnień skóry, alergii lub znanej nadwrażliwości na niektóre tworzywa sztuczne (tutaj TPE), nie używać maty.

Noś odpowiednią odzież sportową, zdejmij biżuterię i zwiąż długie włosy.

Przechowywanie i konserwacja: Regularnie czyść matę. Pot, brud i bakterie mogą się gromadzić, powodując nieprzyjemne zapachy, śliską powierzchnię i zagrożenia dla zdrowia. Nie używaj agresywnych środków czyszczących. Użyj wilgotnej szmatki z letnią wodą i łagodnym mydłem. Nakładaj równomiernie, pozostaw na chwilę, przetrzyj czystą wodą. Pozwól macie całkowicie wyschnąć przed zwinięciem. Sprawdzaj matę przed i po użyciu pod kątem uszkodzeń, rozdarć i zużycia. Używaj tylko jeśli jest w idealnym stanie. Nie przechowuj na drewnianych podłogach, meblach ani na gładkich lakierowanych/olejowanych powierzchniach, ponieważ mogą wystąpić niepożądane reakcje materiału. Chroń przed bezpośrednim światłem słonecznym, źródłami ciepła i zabrudzeniami.

Trzymaj z dala od ostrych i spiczastych przedmiotów.

Utylizacja: Po zakończeniu okresu użytkowania oddaj produkt do dostępnych systemów zbiórki odpadów. Lokalny zakład gospodarki odpadami może udzielić informacji.

HU - Köszönjük, hogy a SCHILDKRÖT jóga szőnyeget választotta.

Tartalom: Jóga szőnyeg, hordtáska/hordozó pánt.

Célzott használat: Ez a jógaszőnyeg egy személy beltéri jóga-, fitnesz- vagy nyújtógyakorlataira készült. Csak beltéri használatra alkalmas. Maximális teherbírás: 120kg. Csak magáncélra, nem kereskedelmi használatra. Csak az útmutatóban leírtak szerint használja. Bármilyen más használat nem rendeltetésszerű, és anyagi kárt vagy személyi sérülést okozhat.

Általános figyelmeztetések: Első használat előtt alaposan olvassa el a használati útmutatót, különös tekintettel a biztonsági előírásokra. Ez az útmutató a termék szerves része. Ha a terméket harmadik félnek adja át, kérjük, mellékelje ezt a használati útmutatót is.

Csak sík, csúszásmentes felületen használja, amely mentes minden tárgytól, szennyeződéstől és akadálytól.

Egyszerre csak egy személy használhatja. Maximális súly: 120kg.

Csúszásveszély! Ne használja a szőnyeget nedves vagy párás állapotban.

Helyezze el úgy a szőnyeget, hogy ne jelentsen botlásveszélyt.

Tartson elegendő távolságot más tárgyaktól és személyektől. Ne végezzen gyakorlatokat lépcsők vagy peremek közelében.

Sérülésveszély! Edzés cipő nélkül, mezítláb történjen, hogy ne sérüljön a szőnyeg felülete. Ne használja fitness gépek alátétjeként, mert a szőnyeg különleges ütéscsillapító tulajdonságai nem biztosítanak stabil felületet nehéz berendezésekhez.

A szőnyeg nem játék, és nem alkalmas 14 év alatti gyermekek számára. Mindig tartsa távol a gyermekektől. Ne engedje, hogy a gyerekek a csomagolóanyaggal játsszanak, fulladásveszély!

Használati utasítás: Első használat: Az első használat előtt hagyja, hogy a szőnyeg felvegye a szobahőmérsékletet, és szellőztesse ki egy ideig jól szellőző helyiségben vagy a szabadban.

A gyakorlatokat mindig teljes odafigyeléssel, lassan és egyenletesen végezze. Egészségügyi problémák esetén előzetesen kérje ki orvosa tanácsát, különösen, ha egyensúlyzavarai vannak. Ha fájdalmat, rossz közérzetet vagy légszomjat tapasztal, azonnal hagyja abba az edzést, és forduljon orvoshoz.

Bőrirritáció, allergia vagy bizonyos műanyagokkal (itt TPE) szembeni ismert érzékenység esetén ne használja a szőnyeget.

Viseljen megfelelő sportöltözetet, vegye le az ékszereket, és fogja össze a hosszú hajat.

Tárolás és karbantartás: Rendszeresen tisztítsa a szőnyeget! Az izzadság, szennyeződés és baktériumok lerakódhatnak, kellemetlen szagot, csúszós felületet és egészségügyi kockázatot okozva. Ne használjon agresszív tisztítószereket. Nedves ruhával, langyos, enyhe szappanos vízzel tisztítsa. Egyenletesen vigye fel, hagyja rövid ideig hatni, majd tiszta vízzel törölje át. Minden használat után hagyja teljesen megszáradni a szőnyeget, mielőtt feltekeri. Edzés előtt és után ellenőrizze a szőnyeget sérülések, repedések és kopás szempontjából. Csak hibátlan állapotban használja. Ne tárolja fa padlón, bútorokon vagy sima, lakkozott/olajozott felületeken, mert nem kívánt reakciók léphetnek fel az anyaggal. Védeni kell közvetlen napsugárzástól, hőforrásoktól és szennyeződésektől.

Tartsa távol éles és hegyes tárgyaktól.

Ártalmatlanítás: A termék életciklusa végén kérjük, adja le a rendelkezésre álló gyűjtő- és visszavevő rendszerekben. A helyi hulladékgazdálkodási szolgáltatók további tájékoztatást nyújtanak.

CZ - Děkujeme, že jste si vybrali jógovou podložku SCHILDKRÖT.

Obsah: Podložka na jógu, taška na přenášení/wrap.

Určené použití: Tato jógová podložka je určena pro použití jednou osobou při cvičení jógy, fitness nebo protahování v interiéru. Pouze pro vnitřní použití. Maximální zatížení: 120kg. Pouze pro soukromé použití, ne pro komerční účely. Používejte pouze podle návodu. Jakékoliv jiné použití je nevhodné a může způsobit škody na majetku nebo zranění.

Obecná upozornění: Před prvním použitím si pozorně přečtěte návod k použití včetně bezpečnostních pokynů. Tento návod je nedílnou součástí produktu. Pokud produkt předáte třetí straně, předejte i tento návod.

Používejte pouze na rovném, protiskluzovém povrchu bez předmětů, nečistot a překážek.

Pouze jedna osoba najednou. Maximální váha: 120kg.

Nebezpečí uklouznutí! Nepoužívejte, je-li podložka mokrá nebo vlhká.

Umístěte podložku tak, aby nepředstavovala nebezpečí zakopnutí.

Dodržujte dostatečnou vzdálenost od ostatních předmětů a osob. Necvičte v blízkosti schodů nebo okrajů.

Riziko poškození! Cvičte naboso, aby nedošlo k poškození povrchu. Nikdy nepoužívejte jako podklad pod fitness stroje, odpružení není stabilní pro těžké zařízení.

Podložka není hračka a není vhodná pro děti mladší 14 let. Vždy uchovávejte mimo dosah dětí. Nedovolte dětem hrát si s obalovým materiálem, hrozí nebezpečí udušení.

Pokyny: První použití: Před prvním použitím nechte podložku přizpůsobit se pokojové teplotě a nějaký čas ji větrejte v dobře větrané místnosti nebo venku. Provádějte cviky soustředěně, pomalu a rovnoměrně. Pokud máte zdravotní potíže, konzultujte to nejprve s lékařem, zejména při problémech s rovnováhou. Přerušte cvičení při bolesti, nepohodlí nebo dušnosti a vyhledejte lékaře.

Při podráždění pokožky, alergiích nebo známé citlivosti na určité plasty (zde TPE) podložku nepoužívejte.

Noste vhodné sportovní oblečení, sundejte šperky a sepněte dlouhé vlasy.

Skladování a údržba: Pravidelně čistěte podložku. Pot, špína a bakterie se hromadí a mohou způsobit nepříjemný zápach, kluzký povrch a zdravotní rizika. Nepoužívejte agresivní čisticí prostředky. Použijte vlhký hadřík s vlažnou vodou a jemným mýdlem. Rovnoměrně naneste, nechte krátce působit a setřete čistou vodou. Nechte podložku úplně vyschnout před srolováním. Před a po použití kontrolujte poškození, trhliny a opotřebení. Používejte jen v perfektním stavu. Neskladujte na dřevěných podlahách, nábytku nebo hladkých lakovaných/ošetřených površích. Může dojít k nežádoucím reakcím materiálu. Chraňte před přímým slunečním zářením, zdroji tepla a nečistotami.

Držte mimo dosah ostrých a hrotitých předmětů.

Likvidace: Po skončení životnosti vraťte produkt do dostupných sběrných systémů. Místní správa odpadu vám poskytne další informace.

SK - Ďakujeme, že ste si vybrali jogovú podložku SCHILDKRÖT.

Obsah: Podložka na jogu, taška na prenášanie/wrap.

Určené použitie: Táto jogová podložka je určená na používanie jednou osobou na jogu, fitness alebo strečingové cvičenia vo vnútorných priestoroch. Iba na vnútorné použitie. Maximálna nosnosť: 120kg. Len na súkromné použitie, nie na komerčné účely. Používajte len podľa návodu. Akékoľvek iné použitie je nevhodné a môže spôsobiť škody na majetku alebo zranenia.

Všeobecné upozornenia:

Pred prvým použitím si starostlivo prečítajte návod na použitie vrátane bezpečnostných pokynov. Tento návod je neoddeliteľnou súčasťou produktu. Ak produkt odovzdávate tretej osobe, priložte aj tento návod.

Používajte iba na rovných, protišmykových povrchoch bez predmetov, nečistôt a prekážok.

Len jedna osoba naraz. Maximálna hmotnosť: 120kg.

Nebezpečenstvo pošmyknutia! Nepoužívajte, ak je podložka mokrá alebo vlhká.

Umiestnite podložku tak, aby nepredstavovala nebezpečenstvo zakopnutia.

Dodržujte dostatočnú vzdialenosť od iných predmetov a osôb. Necvičte blízko schodov alebo okrajov.

Riziko poškodenia! Cvičte naboso, aby ste nepoškodili povrch. Nepoužívajte ako podklad pod fitnes stroje, odpruženie nie je stabilné pre ťažké zariadenia.

Podložka nie je hračka a nie je vhodná pre deti mladšie ako 14 rokov. Vždy ju uchovávajte mimo dosahu detí. Nedovoľte deťom hrať sa s obalovým materiálom, hrozí nebezpečenstvo udusenia.

Pokyny: Prvé použitie: Pred prvým použitím nechajte podložku prispôsobiť sa izbovej teplote a určitý čas ju vetrajte v dobre vetranej miestnosti alebo vonku.

Cvičte sústredene, pomaly a rovnomerne. Ak máte zdravotné problémy, najskôr sa poraďte s lekárom, najmä ak máte problémy s rovnováhou. Ak pocítite bolesť, nepríjemný pocit alebo dýchavičnosť, okamžite prestaňte a vyhľadajte lekára.

Pri podráždení pokožky, alergiách alebo známej citlivosti na určité plasty (tu TPE) podložku nepoužívajte.

Noste vhodné športové oblečenie, odstráňte šperky a zviažte dlhé vlasy.

Skladovanie a údržba: Podložku pravidelne čistite. Pot, nečistoty a baktérie sa hromadia a môžu spôsobiť nepríjemný zápach, klzký povrch a zdravotné riziká. Nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky. Použite vlhkú handričku s vlažnou vodou a jemným mydlom. Naneste rovnomerne, nechajte chvíľu pôsobiť a zotrite čistou vodou. Nechajte podložku úplne vyschnúť pred zrolovaním. Pred a po použití skontrolujte podložku na poškodenia, trhliny a opotrebenie. Používajte len v perfektnom stave. Neuchovávajte na drevených podlahách, nábytku alebo hladkých lakovaných/olejovaných povrchoch. Môžu nastať nežiaduce reakcie materiálu. Chráňte pred priamym slnečným žiarením, zdrojmi tepla a nečistotami.

Držte mimo dosahu ostrých a špicatých predmetov.

Likvidácia: Po skončení životnosti odovzdajte produkt do dostupných zberných systémov. Miestna správa odpadu vám poskytne ďalšie informácie.

RO - Vă mulțumim că ați ales salteaua de yoga SCHILDKRÖT.

Conținut: Saltea de yoga, geantă de transport/wrap de transport.

Utilizare prevăzută: Această saltea de yoga este destinată utilizării de către o singură persoană pentru exerciții de yoga, fitness sau stretching în interior. Destinată exclusiv utilizării în interior. Sarcina maximă: 120kg. Doar pentru uz privat, nu pentru scopuri comerciale. Folosiți numai conform descrierii. Orice altă utilizare este necorespunzătoare și poate provoca daune materiale sau vătămări corporale.

Avertismente generale: Citiți cu atenție manualul de utilizare, inclusiv instrucțiunile de siguranță, înainte de prima utilizare. Acest manual face parte integrantă din produs. Dacă transmiteți produsul către terți, vă rugăm să includeți și acest manual.

Utilizați doar pe o suprafață plană, antiderapantă, lipsită de obiecte, murdărie și obstacole.

Doar o persoană simultan. Greutatea maximă: 120kg.

Pericol de alunecare. Nu folosiți dacă salteaua este udă sau umedă.

Așezați salteaua astfel încât să nu reprezinte un pericol de împiedicare.

Păstrați o distanță suficientă față de alte obiecte sau persoane. Nu faceți exerciții în apropierea scărilor sau marginilor.

Pericol de deteriorare. Exersați desculț pentru a evita deteriorarea suprafeței. Nu folosiți niciodată ca bază pentru aparate de fitness, amortizarea nu este stabilă pentru echipamente grele.

Salteaua nu este o jucărie și nu este potrivită pentru copii sub 14 ani. Păstrați-o întotdeauna la îndemâna copiilor. Nu lăsați copiii să se joace cu materialul de ambalare, risc de sufocare.

Instrucțiuni: Prima utilizare: Înainte de prima utilizare, lăsați salteaua să se aclimatizeze la temperatura camerei și aerisiți-o o perioadă într-o încăpere bine ventilată sau afară. Efectuați exercițiile cu concentrare totală, încet și uniform. Dacă aveți afecțiuni medicale, consultați mai întâi medicul, mai ales dacă aveți probleme de echilibru. Opriți imediat antrenamentul și consultați un medic dacă simțiți durere, disconfort sau dificultăți de respirație.

În caz de iritații ale pielii, alergii sau sensibilități cunoscute la anumite materiale plastice (aici TPE), nu utilizați salteaua.

Purtați haine sportive adecvate, îndepărtați bijuteriile și prindeți părul lung.

Depozitare și întreținere: Curățați salteaua regulat. Transpirația, murdăria și bacteriile se pot acumula și pot cauza miros neplăcut, suprafață alunecoasă și riscuri pentru sănătate. Nu folosiți substanțe de curățare agresive. Folosiți o cârpă umedă cu apă călduță și săpun delicat. Aplicați uniform, lăsați să acționeze puțin, apoi ștergeți cu apă curată. Lăsați salteaua să se usuce complet înainte de a o rula. Verificați salteaua înainte și după utilizare pentru deteriorări, fisuri și uzură. Folosiți-o numai dacă este în stare perfectă. Nu depozitați pe pardoseli din lemn, mobilă sau suprafețe lăcuite/uleiate netede, deoarece pot apărea reacții nedorite ale materialului. Protejați-o de lumina directă a soarelui, sursele de căldură și murdăria.

Țineți departe de obiecte ascuțite și ascuțite.

Eliminare: La sfârșitul duratei de viață, returnați produsul prin sistemele disponibile de colectare a deșeurilor. Autoritățile locale de gestionare a deșeurilor vă pot oferi informații suplimentare.

SCHILDKRÖT®
est. 1896

MTS Sportartikel Vertriebs GmbH
Hans-Urmiller-Ring 11, 82515 Wolfratshausen
Germany

info@mts-sport.de

www.schildkröt-sport.com