



BAG HANGER

GR-BH60

GR-BH100

GR-BH110

USER MANUAL

BEDIENUNGSANLEITUNG | INSTRUKCJA OBSŁUGI
NÁVOD K POUŽITÍ | MANUEL D'UTILISATION
ISTRUZIONI PER L'USO | MANUAL DE INSTRUCCIONES

INHALT | CONTENT | TREŚĆ | OBSAH | CONTENU | CONTENUTO | CONTENIDO

DEUTSCH	3
ENGLISH	5
POLSKI	7
ČESKY	9
FRANÇAIS	11
ITALIANO	13
ESPAÑOL	15

NAZWA PRODUKTU	MOCOWANIE SUFITOWE DO WORKÓW BOKSERSKICH	UCHWYT ŚCIENNY DO WORKA BOKSERSKIEGO	WOREK BOKSERSKI Z UCHWYTEM I DRAŻKIEM DO PODCIĄGANIA
PRODUKTNAME	BOXSACKHALTERUNG	BOXSACK WANDHALTERUNG MIT SPEEDBALL	BOXSACK WANDHALTERUNG MIT KLIMMZUGSTANGE UND BOXSACK
PRODUCT NAME	HEAVY BAG HANGER	SPEED BAG HANGER	HEAVY BAG HANGER WITH BAG
NOM DU PRODUIT	SUSPENSION SAC DE FRAPPE	SUSPENSION PUNCHING-BALL	SAC DE FRAPPE AVEC SUSPENSION
NOME DEL PRODOTTO	SUPPORTO SACCO DA BOXE	SACCO DA BOXE CON SUPPORTO A MURO	SUPPORTO A MURO CON SACCO DA BOXE E SBARRA PER TRAZIONI
NOMBRE DEL PRODUCTO	SOPORTE PARA SACO DE BOXEO	PERA DE BOXEO CON SOPORTE PARED	SOPORTE PARA SACO CON BARRA DE EJERCICIOS
NÁZEV VÝROBKU	UPEVNĚNÍ KE STROPU K BOXOVACÍM PYTLŮM	STĚNOVÝ DRŽÁK PRO BOXOVACÍ PYTEL	BOXOVACÍ PYTEL S DRŽÁKEM A TYČÍ K PŘITAHOVÁNÍ
MODEL PRODUKTU MODELL PRODUCT MODEL MODÈLE MODELLO MODELO MODEL VÝROBKU	GR-BH100	GR-BH60	GR-BH110
NAZWA PRODUCENTA NAME DES HERSTELLERS MANUFACTURER NAME NOM DU FABRICANT NOME DEL PRODUTTORE NOMBRE DEL FABRICANTE NÁZEV VÝROBCE	EXPONDO POLSKA SP. Z O.O. SP. K.		
ADRES PRODUCENTA ANSCHRIFT DES HERSTELLERS MANUFACTURER ADDRESS ADRESSE DU FABRICANT INDIRIZZO DEL FORNITORE DIRECCIÓN DEL FABRICANTE ADRESA VÝROBCE	UL. NOWY KISIELIN - INNOWACYJNA 7, 66-002 ZIELONA GÓRA POLAND, EU		

DE BEDIENUNGSANLEITUNG

TECHNISCHE DATEN

Parameter – Beschreibung	Parameter – Wert		
Produktname	Boxsack-halterung	Boxsack Wandhalterung mit Speedball	Boxsack Wandhalterung mit Klimmzugstange und Boxsack
Modell	GR-BH100	GR-BH60	GR-BH110
Maximale Belastbarkeit [kg]	100	60	110
Inklusive Boxsack	nein	ja	ja
Abmessungen [mm]	200 x50 x44	428 x195 x360	980 x525 x580
Gewicht [kg]	0,75	1,7	30,2

1. Allgemeine Beschreibung

Diese Anleitung ist als Hilfe für eine sichere und zuverlässige Nutzung gedacht. Das Produkt wurde strikt nach den technischen Vorgaben und unter Verwendung modernster Technologien und Komponenten sowie unter Wahrung der höchsten Qualitätsstandards entworfen und angefertigt.

VOR INBETRIEBNAHME MUSS DIE ANLEITUNG GENAU DURCHGELESEN UND VERSTANDEN WERDEN.

Für einen langen und zuverlässigen Betrieb des Geräts muss auf die richtige Handhabung und Wartung entsprechend den in dieser Anleitung angeführten Vorgaben geachtet werden. Die in dieser Anleitung angegebenen technischen Daten und die Spezifikation sind aktuell. Der Hersteller behält sich das Recht vor, im Rahmen der Verbesserung der Qualität Änderungen vorzunehmen.

Erläuterung der Symbole



Gebrauchsanweisung beachten.



HINWEIS! In der vorliegenden Anleitung sind Beispielbilder vorhanden, die von dem tatsächlichen Aussehen des Produkts abweichen können.

Die originale Anweisung ist die deutschsprachige Fassung. Sonstige Sprachfassungen sind Übersetzungen aus der deutschen Sprache.

2. Nutzungssicherheit



ACHTUNG! Lesen Sie alle Sicherheitshinweise und alle Anweisungen durch. Die Nichtbeachtung der Warnungen und Anweisungen kann zu schweren Verletzungen bis hin zum Tod führen.

Die Begriffe „Gerät“ oder „Produkt“, welche in den Hinweisen und in der Beschreibung des Handbuchs verwendet werden, beziehen sich auf die/den Boxsackhalterung; Boxsack Wandhalterung mit Speedball; Boxsack Wandhalterung mit Klimmzugstange und Boxsack.

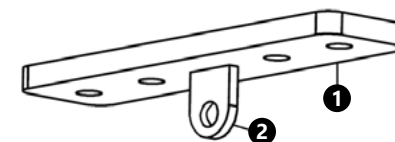
- Bei bestehender Unsicherheit bezüglich der ordnungsgemäßen Funktionsweise des Geräts oder bei Feststellung von Schäden, wenden Sie sich bitte an den Kundendienst des Herstellers.
- Das Produkt darf nur vom Hersteller repariert werden. Reparieren Sie es nicht selbst!
- Überlasten Sie das Gerät nicht.
- Halten Sie das Gerät im einwandfreien Zustand. Überprüfen Sie vor jeder Benutzung, ob Schäden am Gerät oder Schäden an Zubehörteilen (Bruch von Komponenten oder anderen Einzelteilen, die den sicheren Betrieb der Maschine beeinträchtigen könnten) vorliegen. Im Falle eines Schadens muss das Gerät vor dem nächsten Gebrauch in Reparatur gegeben werden.
- Halten Sie das Gerät von Kindern und Tieren fern.
- Konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie mit den Übungen beginnen. Dies dient der Feststellung gesundheitlicher Risiken.
- Sollten Sie während des Trainings gesundheitliche Probleme feststellen, z.B. Schmerzen im Brustbereich, Schwindel oder Atemnot, brechen Sie das Training sofort ab und konsultieren Sie einen Arzt.

3. Nutzungsbedingungen

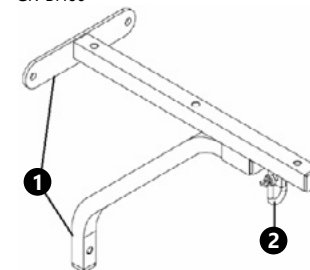
Der Boxsackhalter ist ein Produkt zur Decken – oder Wandmontage (je nach Modell) und dient dem Aufhängen eines Boxsacks. Der Boxsack ist ein Gerät für das Boxtraining, d.h. für das Training von Schlagtechniken und Kraft. Einige Produktmodelle haben eine Zugstange. Das Produkt ist nur für den Heimgebrauch bestimmt!

Für alle Schäden bei nicht sachgemäßer Verwendung haftet allein der Betreiber.

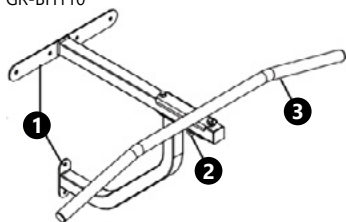
3.1. Gerätebeschreibung GR-BH100



GR-BH60



GR-BH110



1. Montagehalterung
2. Boxsackhalterung
3. Zugstange

3.2. Vorbereitung für die Nutzung Bestandteilverzeichnis:

GR-BH100

Nr. Teil	Beschreibung	Anzahl/Stck.
1.	Schraube M8x70	4
2.	Unterlage M8	4
3.	Montagehalterung	1
4.	Spannstift	4

GR-BH60

Nr. Teil	Beschreibung	Anzahl/Stck.
1.	Oberer Rahmen	1
2.	Stütze	1
3.	Schraube M8 x 60	2
4.	Unterlage	6
5.	Spannstift	6
6.	Blende	2
7.	Schäkel	1
8.	Blende	1
9.	Schraube M8x80	4

GR-BH110

Nr. Teil	Beschreibung	Anzahl/Stck.
1.	Schraube M10x60	2
2.	Schraube m8x70	6
3.	Spannstift	6
4.	Unterlage M10	4
5.	Mutter M10	2
6.	Oberer Rahmen	1
7.	Stütze	1
8.	Zugstange	1
9.	Blende	2
10.	Blende	1
11.	Schäkel	1
12.	Kettenwirbel	1

Zusammensetzen des Geräts:

Das Modell GR-BH100 wird an der Decke, GR-BH60 an der Wand oder an der Decke, GR-BH110 an der Wand befestigt.

⚠ ACHTUNG: Die Explosionszeichnungen von diesem Produkt befinden sich auf der letzte Seite der Bedienungsanleitung S. 17.

3.3. Reinigung und Wartung

- Reinigen Sie das Gerät nach jedem Gebrauch. Schweißspuren können durch Säurereaktionen Schäden an der Polsterung verursachen.
- Verwenden Sie zum Reinigen der Oberfläche ausschließlich Mittel ohne ätzende Inhaltsstoffe.
- Nutzen Sie für die Reinigung bitte einen weichen Lappen.
- Bewahren Sie das Gerät an einem trockenen, kühlen, vor Feuchtigkeit und direkter Sonneneinstrahlung geschütztem Ort auf.

EN USER MANUAL

TECHNICAL DATA

Parameter description	Parameter value		
Product name	Heavy bag hanger	Speed bag hanger	Heavy bag hanger with bag
Model	GR-BH100	GR-BH60	GR-BH110
Maximum load [kg]	100	60	110
The boxing bag included in the set	no	yes	yes
Dimensions [mm]	200 x50 x44	428 x195 x360	980 x525 x580
Weight [kg]	0,75	1,7	30,2

1. General description

The user manual is designed to assist in the safe and trouble-free use of the device. The product is designed and manufactured in accordance with strict technical guidelines, using state-of-the-art technologies and components. Additionally, it is produced in compliance with the most stringent quality standards.

DO NOT USE THE DEVICE UNLESS YOU HAVE THOROUGHLY READ AND UNDERSTOOD THIS USER MANUAL.

To increase the product life of the device and to ensure a trouble-free operation, use it in accordance with this user manual and regularly perform the maintenance tasks. The technical data and specifications in this user manual are up to date. The manufacturer reserves the right to make changes associated with quality improvement.

Legend



Read the instructions before use.



PLEASE NOTE! Drawings in this manual are for illustration purposes only and in some details may differ from the actual product.

The original operation manual is in German. Other language versions are translations from German.

2. Usage safety



ATTENTION! Read all safety warnings and all instructions. Failure to follow the warnings and instructions may result in serious injury or even death.

Whenever "device" or "product" are used in the warnings and instructions, it shall mean heavy bag hanger, speed bag hanger, heavy bag hanger with bag.

1. In case of doubt whether the product operates correctly, or in case damage is discovered, please contact the service centre of the manufacturer.
2. Only the service centre of the manufacturer can make product repairs.

Do not attempt to make any repairs yourself!

Das Produkt darf nur vom Hersteller repariert werden. Reparieren Sie es nicht selbst!

3. Do not overload the device.
4. Maintain the device in a good technical state. Before each use check for general damage and especially check for cracked parts or elements and for any other conditions which may impact the safe operation of the device. If damage is discovered, hand over the device for repair before use.
5. Keep the device away from children and animals.
6. Before you start training, consult a doctor to find whether there are no health counterindications.
7. In case you feel distressing symptoms such as chest pain, dizziness, short breath, etc. during training, you should immediately stop the training and consult the doctor.

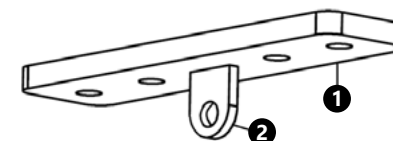
3. Use guidelines

The boxing bag holder is a product intended for hanging a boxing bag by means of ceiling or wall mounting (depending on the model). The boxing bag is a boxing training device, i.e. for training strokes and strength. Certain product models have a pull-up bar. The product is intended for home use only!

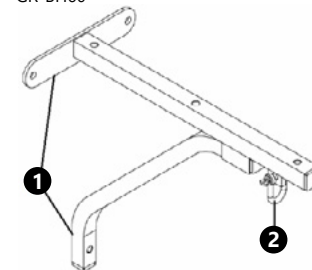
The user is liable for any damage resulting from non-intended use of the device.

3.1. Device description

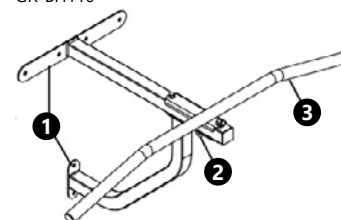
GR-BH100



GR-BH60



GR-BH110



1. Mounting handle
2. Holder for the boxing bag
3. Pull-up bar

3.2. Preparation for use

List of elements:

GR-BH100

Part Number	Description	Number of pieces
1.	Screw M8x70	4
2.	Washer M8	4
3.	Mounting handle	1
4.	Expansion dowel	4

GR-BH60

Part Number	Description	Number of pieces
1.	Top frame	1
2.	Support	1
3.	Screw M8 x 60	2
4.	Washer	6
5.	Expansion dowel	6
6.	Plug	2
7.	Shackle	1
8.	Plug	1
9.	Screw M8x80	4

GR-BH110

Part Number	Description	Number of pieces
1.	Screw M10x60	2
2.	Screw m8x70	6
3.	Expansion dowel	6
4.	Washer M10	4
5.	Nut M10	2
6.	Top frame	1
7.	Support	1
8.	Pull-up bar	1
9.	Plug	2
10.	Plug	1
11.	Shackle	1
12.	Eye to eye swivel	1

Folding the equipment:

GR-BH100 must be attached to the ceiling, the model GR-BH60 has the option of wall or ceiling mounting, the model GR-BH110 must be attached to the wall.



ATTENTION! This product's exploded view can be found on the last page of the operating instructions (pp. 17).

3.3. Cleaning and maintenance

- Clean the device after each use. Traces of sweat with acid reaction damage upholstery.
- Use cleaners without corrosive substances to clean each surface.
- Use a soft cloth for cleaning.
- Store the unit in a dry, cool place, free from moisture and direct exposure to sunlight.

PL INSTRUKCJA OBSŁUGI

DANE TECHNICZNE

Opis parametru	Wartość parametru		
Nazwa produktu	Mocowanie sufitowe do worków bokserskich	Uchwyt ścienny do worka bokserskiego	Worek bokserski z uchwytem i drążkiem do podciągania
Model	GR-BH100	GR-BH60	GR-BH110
Maksymalne obciążenie [kg]	100	60	110
Worek bokserski w zestawie	nie	tak	tak
Wymiary [mm]	200 x50 x44	428 x195 x360	980 x525 x580
Waga [kg]	0,75	1,7	30,2

1. Ogólny opis

Instrukcja przeznaczona jest do pomocy w bezpiecznym i niezawodnym użytkowaniu. Produkt jest zaprojektowany i wykonany ściśle według wskazań technicznych przy użyciu najnowszych technologii i komponentów oraz przy zachowaniu najwyższych standardów jakości.

PRZED PRZYSTĄPIENIEM DO PRACY NALEŻY DOKŁADNIE PRZECZYTAĆ I ZROZUMIEĆ NINIEJSZĄ INSTRUKCJĘ.

Dla zapewnienia długiej i niezawodnej pracy urządzenia należy dbać o jego prawidłową obsługę oraz konserwację zgodnie ze wskazówkami zawartymi w tej instrukcji. Dane techniczne i specyfikacje zawarte w tej instrukcji obsługi są aktualne. Producent zastrzega sobie prawo dokonywania zmian związanych z podwyższeniem jakości.

Objaśnienie symboli



Przed użyciem należy zapoznać się z instrukcją.



UWAGA! Ilustracje w niniejszej instrukcji obsługi mają charakter poglądowy i w niektórych szczegółach mogą różnić się od rzeczywistego wyglądu produktu.

Instrukcją oryginalną jest niemiecka wersja instrukcji. Pozostałe wersje językowe są tłumaczeniami z języka niemieckiego.

2. Bezpieczeństwo użytkowania



UWAGA! Przeczytaj wszystkie ostrzeżenia dotyczące bezpieczeństwa oraz wszystkie instrukcje. Niezastosowanie się do ostrzeżeń i instrukcji może spowodować ciężkie obrażenia ciała lub śmierć.

Termin „urządzenie” lub „produkt” w ostrzeżeniach i w opisie instrukcji odnosi się do <mocowania sufitowego do worków bokserskich; uchwytu ściennego do worka bokserskiego; worka bokserskiego z uchwytem i drążkiem do podciągania.

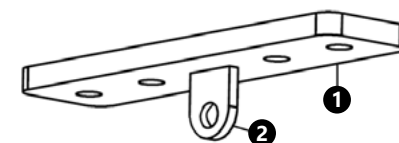
1. W razie wątpliwości, czy produkt działa poprawnie lub stwierdzenia uszkodzenia należy skontaktować się z serwisem producenta.
2. Naprawę produktu może wykonać wyłącznie serwis producenta. Nie wolno dokonywać napraw samodzielnie!
3. Nie należy przeciążać urządzenia.
4. Utrzymywać urządzenie w dobrym stanie technicznym. Sprawdzać przed każdą pracą czy nie posiada uszkodzeń ogólnych lub związanych z elementami ruchomymi (pęknięcia części i elementów lub wszelkie inne warunki, które mogą mieć wpływ na bezpieczne działanie urządzenia). W przypadku uszkodzenia, oddać urządzenie do naprawy przed użyciem.
5. Urządzenie trzymać z dala od dzieci i zwierząt.
6. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem w celu ustalenia, czy nie ma przeciwwskazań zdrowotnych.
7. W przypadku odczuwania podczas ćwiczeń niepokojących symptomów np. bólu w klatce piersiowej, zawrotów głowy, braku tchu itp. należy bezzwłocznie przerwać trening oraz skonsultować się z lekarzem.

3. Zasady użytkowania

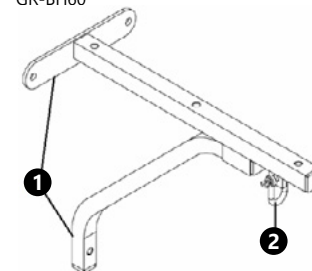
Uchwyt worka bokserskiego jest produktem przeznaczonym do montażu na suficie lub ścianie (w zależności od modelu) w celu powieszenia worka bokserskiego. Worek bokserski jest przyrządem do treningu bokserskiego tj. do trenowania uderzeń oraz siły. Niektóre z modeli produktu posiadają drążek do podciągania. Produkt jest przeznaczony tylko do użytku domowego!

Odpowiedzialność za wszelkie szkody powstałe w wyniku użytkowania niezgodnego z przeznaczeniem ponosi użytkownik.

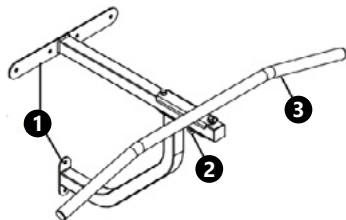
3.1. Opis urządzenia GR-BH100



GR-BH60



GR-BH110



1. Uchwyt montażowy
2. Uchwyt na worek treningowy
3. Drążek do podciągania

3.2. Przygotowanie do użytkowania

Lista elementów:

GR-BH100

Numer części	Opis	Ilość sztuk
1.	Śruba M8x70	4
2.	Podkładka M8	4
3.	Uchwyt montażowy	1
4.	Kolek rozporowy	4

GR-BH60

Numer części	Opis	Ilość sztuk
1.	Górna rama	1
2.	Podpora	1
3.	Śruba M8 x 60	2
4.	Podkładka	6
5.	Kolek rozporowy	6
6.	Zaślepka	2
7.	Szekla	1
8.	Zaślepka	1
9.	Śruba M8x80	4

GR-BH110

Numer części	Opis	Ilość sztuk
1.	Śruba M10x60	2
2.	Śruba m8x70	6
3.	Kolek rozporowy	6
4.	Podkładka M10	4
5.	Nakrętka M10	2
6.	Górna rama	1
7.	Podpora	1
8.	Drążek do podciągania	2

Numer części	Opis	Ilość sztuk
9.	Zaślepka	6
10.	Zaślepka	6
11.	Szekla	1
12.	Okrętka do łańcucha	1

Składanie sprzętu:

Model GR-BH100 należy mocować do sufitu, model GR-BH60 posiada możliwość montażu do ściany lub do sufitu, model GR-BH110 należy mocować do ściany.

UWAGA: Rysunki złożeniowe produktu znajdują się na końcu instrukcji na stronie 17.

3.3. Czyszczenie i konserwacja

- Czyścić urządzenie po każdym użyciu. Ślady potu o kwasowym odczynie powodują uszkodzenie tapicerki.
- Do czyszczenia powierzchni należy stosować wyłącznie środki niezawierające substancji żrących.
- Do czyszczenia należy używać miękkiej ściereczki.
- Urządzenie należy przechowywać w suchym i chłodnym miejscu chronionym przed wilgocią i bezpośrednim promieniowaniem słonecznym

CZ NÁVOD K OBSLUZE

TECHNICKÉ ÚDAJE

Popis parametru	Hodnota parametru		
Název výrobku	Stropní držák na boxovací pytel	Stěnový držák na boxovací pytel	Boxovací pytel s držákem a přitahovací hrazdou
Model	GR-BH100	GR-BH60	GR-BH110
Maximální nosnost [kg]	100	60	110
Boxovací pytel v sadě	ne	ano	ano
Rozměry [mm]	200 x50 x44	428 x195 x360	980 x525 x580
Hmotnost [kg]	0,75	1,7	30,2

1. Všeobecný popis

Návod slouží jako návod na bezpečné a spolehlivé používání. Výrobek je navržen a vyroben přesně podle technických údajů s použitím nejnovějších technologií a komponentů a se zachováním nejvyšších jakostních standardů.

PŘED ZAHÁJENÍM PRÁCE SI DŮKLADNĚ PŘEČTĚTE TENTO NÁVOD A SNAŽTE SE JEJ POCHOPIT.

Pro zajištění dlouhého a spolehlivého fungování zařízení provádějte pravidelný servis a údržbu v souladu s pokyny uvedenými v tomto návodu. Technické údaje a specifikace uvedené v návodu k obsluze jsou aktuální. Výrobce si vyhrazuje právo provádět změny pro zvýšení kvality.

Vysvětlení symbolů



Před použitím se seznamte s návodem.



POZOR! Obrázky v tomto návodu jsou pouze ilustrační a v některých detailech se od skutečného vzhledu výrobku mohou lišit.

Originálním návodem je německá verze návodu. Ostatní jazykové verze jsou překladem z německého jazyka.

2. Bezpečnost používání



POZNÁMKA! Přečtěte si tento návod včetně všech bezpečnostních pokynů. Nedodržování návodu a výstrah může způsobit těžký úraz nebo smrt.

Pojem „zařízení“ nebo „výrobek“ v bezpečnostních pokynech a návodu se vztahuje na upevnění ke stropu k boxovacímu pytlí; stěnový držák pro boxovací pytel; boxovací pytel s držákem a tyčí k přitahování.

1. Budete-li mít pochybnosti, zda výrobek funguje správně, nebo zjistíte-li poškození, kontaktujte zákaznický servis výrobce.
2. Výrobek může opravovat pouze výrobce. Opravy neprovádějte sami!

3. Zařízení nepřetěžujte.
4. Zařízení udržujte v dobrém technickém stavu. Kontrolujte před každým použitím jeho celkový stav i jednotlivé díly a ujistěte se, že je vše v dobrém stavu, a nehrozí tak užiteli při práci se zařízením žádné nebezpečí. V případě, že zjistíte poškození, nechte zařízení opravit.
5. Zařízení mějte v dostatečné vzdálenosti od dětí a zvířat.
6. Před zahájením cvičení se zeptejte lékaře, zda nejsou kontraindikace.
7. Pokud se při cvičení objeví zneklidňující příznaky, např. bolest na hrudníku, závratě, dušnost atp., ihned přerušte cvičení a poraďte se s lékařem.

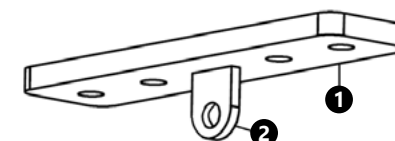
3. Zásady používání

Držák boxovacího pytle je určen k montáži na strop nebo stěnu (v závislosti na modelu) pro zavěšení boxovacího pytle. Boxovací pytel slouží k boxerskému tréninku, tj. k trénování úderů a síly. Některé modely zařízení mají přitahovací hrazdu. Zařízení je určeno pouze pro domácí použití!

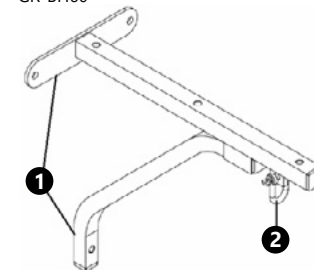
Odpovědnost za veškeré škody vzniklé v důsledku použití zařízení v rozporu s pokyny nese uživatel.

3.1. Popis zařízení

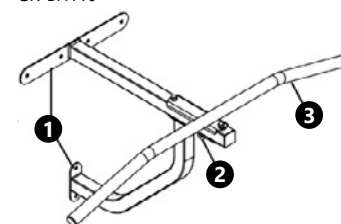
GR-BH100



GR-BH60



GR-BH110



1. Montážní konzola
2. Držák na boxovací pytel
3. Přítahovací hrazda

3.2. Příprava k používání

Seznam dílů:

GR-BH100

Číslo dílu	Popis	Počet kusů
1.	Šroub M8x70	4
2.	Podložka M8	4
3.	Montážní konzola	1
4.	Hmoždinka	4

GR-BH60

Číslo dílu	Popis	Počet kusů
1.	Horní rám	1
2.	Vzpěra	1
3.	Šroub M8 x 60	2
4.	Podložka	6
5.	Hmoždinka	6
6.	Záslepka	2
7.	Řetězový třmen	1
8.	Záslepka	1
9.	Šroub M8x80	4

GR-BH110

Číslo dílu	Popis	Počet kusů
1.	Šroub M10x60	2
2.	Šroub M8x70	6
3.	Hmoždinka	6
4.	Podložka M10	4
5.	Matice M10	2
6.	Horní rám	1
7.	Vzpěra	1
8.	Přítahovací hrazda	1
9.	Záslepka	2
10.	Záslepka	1
11.	Řetězový třmen	1
12.	Řetězový obratlík	1

Skládání zařízení:

Model GR-BH100 je určen na připevnění na strop, model GR-BH60 má možnost montáže na stěnu nebo na strop, model GR-BH110 má být připevněn ke stěně.

POZNÁMKA! Nákres tohoto produktu naleznete na konci tohoto návodu, tj. na str. 17.

3.3. Čištění a údržba

- Zařízení čistěte po každém použití. Stopy potu s kyselým pH poškozují čalounění.
- K čištění povrchu používejte výhradně prostředky neobsahující žíravé látky.
- K čištění používejte měkký hadřík.
- Zařízení skladujte na suchém a chladném místě, chráněném proti vlhkosti a přímému slunečnímu záření.

FR MANUEL D'UTILISATION

DÉTAILS TECHNIQUES

Description des paramètres	Valeur des paramètres		
Nom du produit	Crochet pour sac de boxe	Fixation murale pour sac de boxe avec poire de vitesse	Fixation murale pour sac de boxe avec barre de traction et sac de boxe
Modèle	GR-BH100	GR-BH60	GR-BH110
Charge maximale [kg]	100	60	110
Sac de boxe compris	Non	Oui	Oui
Dimensions [mm]	200 x50 x44	428 x195 x360	980 x525 x580
Poids [kg]	0,75	1,7	30,2

1. Description générale

L'objectif du présent manuel est de favoriser une utilisation sécuritaire et fiable de l'appareil. Le produit a été conçu et fabriqué dans les règles de l'art, en respectant les directives techniques applicables et en utilisant les technologies et les composants les plus actuels. Il répond à des normes de qualité élevées.

LIRE ATTENTIVEMENT LE PRÉSENT MANUEL ET S'ASSURER DE BIEN LE COMPRENDRE AVANT LA PREMIÈRE UTILISATION.

Afin de garantir le fonctionnement fiable et durable de l'appareil, il est nécessaire d'utiliser et d'entretenir ce dernier conformément aux consignes figurant dans le présent manuel. Les caractéristiques et les spécifications contenues dans ce document sont à jour. Le fabricant se réserve le droit de procéder à des modifications à des fins d'amélioration du produit.

Symboles



Respectez les consignes du manuel.



REMARQUE! Les illustrations contenues dans le présent manuel sont fournies à titre explicatif. Elles peuvent ne pas être identiques à votre appareil.

La version originale de ce manuel a été rédigée en allemand. Toutes les autres versions sont des traductions de l'allemand.

2. Consignes de sécurité



ATTENTION! Veuillez lire attentivement toutes les consignes de sécurité et toutes les instructions. Le non-respect des instructions et des consignes de sécurité peut entraîner des blessures graves ou la mort.

Les notions d'« appareil » et de « produit » présentes dans les descriptions et les consignes du manuel se rapportent au < crochet pour sac de boxe; à la fixation murale pour sac de boxe avec poire de vitesse; à la fixation murale pour sac de boxe avec barre de traction et sac de boxe >.

1. En cas de doute quant au bon fonctionnement de l'appareil, ou si vous constatez des dommages, contactez le service client du fabricant.
2. Seul le fabricant doit réparer le produit. Ne tentez pas de le réparer le produit par vous-même!
3. Ne surchargez pas l'appareil.
4. Maintenez l'appareil en parfait état de marche. Avant chaque utilisation, assurez-vous de que l'appareil et ses composants ne présentent aucun dommage (assurez-vous qu'aucune pièce ni composant n'est cassé et vérifiez que rien ne compromet le fonctionnement sécuritaire de l'appareil). En cas de dommages, l'appareil doit impérativement être réparé avant d'être utilisé de nouveau.
5. Tenez l'appareil hors de portée des enfants et des animaux.
6. Avant de commencer tout entraînement sportif, consultez un médecin. Il pourra déterminer si cela pose des risques pour votre santé.
7. Si vous éprouvez des problèmes de santé pendant l'entraînement, p. ex. des douleurs à la poitrine, des étourdissements ou de l'insuffisance respiratoire, interrompez la séance et consultez immédiatement un médecin.

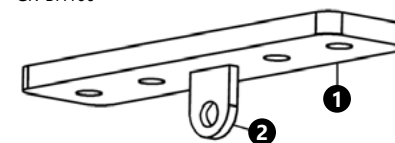
3. Conditions d'utilisation

Le crochet/la fixation est un produit conçu pour permettre le montage d'un sac de boxe au mur ou au plafond (selon le modèle). Le sac de boxe est un équipement d'entraînement pour la boxe; il permet de pratiquer différentes techniques et forces de frappe. Certains modèles comportent une barre de traction. Le produit est uniquement destiné à une utilisation privée!

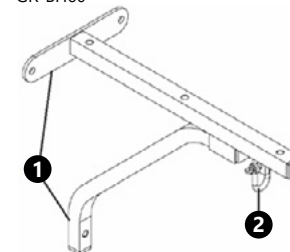
L'utilisateur porte l'entière responsabilité en cas de dommages attribuables à un usage inapproprié.

3.1. Description de l'appareil

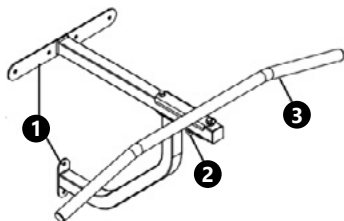
GR-BH100



GR-BH60



GR-BH110



1. Support de montage
2. Crochet pour sac de boxe
3. Barre de traction

3.2 Préparation à l'utilisation

Nomenclature:

GR-BH100

No de pièce	Description	Nombre/ pièces
1.	Vis M8 x 70	4
2.	Rondelle M8	4
3.	Support de montage	1
4.	Cheville	4

GR-BH60

No de pièce	Description	Nombre/ pièces
1.	Cadre supérieur	1
2.	Tige de renforcement	1
3.	Vis M8 x 60	2
4.	Rondelle	6
5.	Cheville	6
6.	Obturateur	2
7.	Manille	1
8.	Obturateur	1
9.	VIS M8 X 80	4

GR-BH110

No de pièce	Description	Nombre/ pièces
1.	Vis M10 x 60	2
2.	Vis M8 x 70	6
3.	Cheville	6
4.	Rondelle M10	4
5.	Écrou M10	2
6.	Cadre supérieur	1
7.	Tige de renforcement	1

No de pièce	Description	Nombre/ pièces
8.	Barre de traction	1
9.	Obturateur	2
10.	Obturateur	1
11.	Manille	1
12.	Émerillon	1

Assemblage de l'appareil:

Le modèle GR-BH100 se monte au plafond, le modèle GR-BH60 se monte au mur ou au plafond et le modèle GRBH110 se monte au mur.



ATTENTION! Les vues éclatées de ce produit se trouve à la dernière page du manuel d'utilisation p. 17.

3.3. Nettoyage et entretien

- Nettoyez l'appareil après chaque utilisation. La transpiration peut causer une réaction acide et endommager la garniture.
- Pour nettoyer les différentes surfaces, n'utilisez que des produits sans agents corrosifs.
- Utilisez un chiffon doux lors du nettoyage.
- Conservez l'appareil dans un endroit frais et sec, à l'abri de l'humidité et des rayons du soleil.

IT ISTRUZIONI PER L'USO

DETTAGLI TECNICI

Parametro Descrizione	Parametro – Valore		
Nome del prodotto	Supporto sacco da boxe	Sacco da boxe con supporto a muro	Supporto a muro con sacco da boxe e sbarra per trazioni
Modello	GR-BH100	GR-BH60	GR-BH110
Capacità di carico massima [kg]	100	60	110
Sacco da boxe incluso	No	Sì	Sì
Dimensioni [mm]	200 x50 x44	428 x195 x360	980 x525 x580
Peso [kg]	0,75	1,7	30,2

1. Descrizione generale

Questo manuale è stato pensato per consentire di utilizzare il dispositivo in tutta sicurezza. Il prodotto è stato progettato e fabbricato seguendo rigorose specifiche tecniche e ricorrendo alle più recenti tecnologie. Tutte le fasi del processo produttivo sono state eseguite nel pieno rispetto di elevati standard qualitativi.

PRIMA DELL'UTILIZZO LEGGERE ATTENTAMENTE E COMPRENDERE LE ISTRUZIONI RIPORTATE IN QUESTO MANUALE.

Affinchè questo dispositivo sia un prodotto affidabile che duri nel tempo leggere accuratamente le seguenti istruzioni d'uso e di manutenzione: le specifiche e i dettagli tecnici riportati in questo manuale sono il risultato di costanti verifiche e aggiornamenti. Il produttore si riserva il diritto di apportare eventuali modifiche al fine di migliorare la qualità del prodotto.

Definizione simboli



Leggere attentamente le seguenti avvertenze.



IMPORTANTE! Le immagini contenute in questo manuale sono puramente indicative e potrebbero differire dal prodotto.

La versione originale di questo manuale è in lingua tedesca. Ulteriori versioni sono traduzioni dal tedesco.

2. Norme di sicurezza



ATTENZIONE! Leggere attentamente tutte le istruzioni di sicurezza. La mancata osservanza delle seguenti avvertenze può provocare lesioni gravi o condurre alla morte.

Il termine „dispositivo” o „prodotto” riportato nelle avvertenze e nella descrizione del manuale si riferisce al <supporto sacco da boxe; al sacco da boxe con supporto a muro; al supporto a muro con sacco da boxe e sbarra per trazioni >.

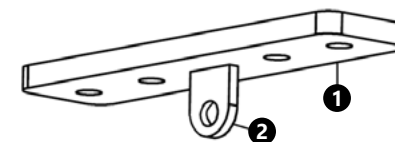
- Se non si è sicuri del corretto funzionamento del dispositivo o se si riscontrano danni, rivolgersi al Servizio Clienti del produttore.
- Soltanto i tecnici del Servizio Clienti del produttore sono autorizzati a riparare il dispositivo. Non riparare il dispositivo autonomamente!
- Non sovraccaricare il dispositivo.
- Mantenere il dispositivo in perfette condizioni. Prima dell'utilizzo assicurarsi sempre che il dispositivo non presenti componenti danneggiate (se il dispositivo non funziona correttamente, potrebbe compromettere la sicurezza dell'utente). Se il dispositivo è danneggiato, è necessario ripararlo prima dell'utilizzo.
- Tenere il dispositivo fuori dalla portata dei bambini e degli animali.
- Prima di iniziare gli esercizi, consultare un medico per accertarsi sulle proprie condizioni di salute. In questo modo è possibile evitare di mettere a rischio la propria salute.
- Se durante l'allenamento si avvertono sintomi allarmanti, come dolore al petto, vertigini o affanno, interrompere immediatamente l'allenamento e consultare un medico.

3. Modalità d'uso

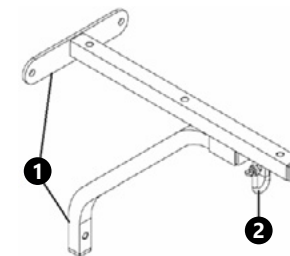
Il supporto sacco da boxe è un dispositivo da parete o da soffitto (a seconda del modello) appositamente pensato per appendere il sacco da boxe. Il sacco da boxe è un'attrezzatura utilizzata per praticare pugilato, nonché per allenarsi. Alcuni modelli sono dotati della sbarra per le trazioni. Questo prodotto è destinato esclusivamente all'uso domestico!

L'utente è il solo e unico responsabile dei danni causati da un utilizzo improprio del dispositivo.

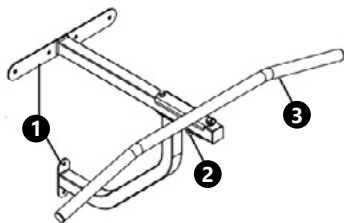
3.1. Descrizione del dispositivo GR-BH100



GR-BH60



GR-BH110



1. Piastra di montaggio
2. Supporto sacco da boxe
3. Sbarra per le trazioni

3.2. Preparazione all'uso

Elenco dei componenti:

GR-BH100

Nr.	Descrizione	Quantità/ pz.
1.	Vite M8x70	4
2.	Anello M8	4
3.	Piastra di montaggio	1
4.	Tassello	4

GR-BH60

Nr.	Descrizione	Quantità/ pz.
1.	Telaio superiore	1
2.	Perno	1
3.	Vite M8x60	2
4.	Anello	6
5.	Tassello	6
6.	Raccordo	2
7.	Grillo dritto	1
8.	Raccordo	1
9.	Vite M8x80	4

GR-BH110

Nr.	Descrizione	Quantità/ pz.
1.	Vite M10x60	2
2.	Vite M8x70	6
3.	Tassello	6
4.	Anello M10	4
5.	Dado madre M10	2
6.	Telaio superiore	1
7.	Perno	1
8.	Sbarra per le trazioni	1

Nr.	Descrizione	Quantità/ pz.
9.	Raccordo	2
10.	Raccordo	1
11.	Grillo dritto	1
12.	Grillo con girella	1

Montaggio del dispositivo:

Montare il modello GR-BH100 al soffitto, il modello GR-BH60 alla parete o al soffitto e il modello GR-BH110 alla parete.



ATTENZIONE: L'esploso di questo prodotto si trova nell'ultima pagina del manuale d'uso, p. 17.

3.3. PULIZIA E MANUTENZIONE

- Pulire il dispositivo dopo ogni utilizzo. Le tracce di sudore acido danneggiano il rivestimento.
- Per la pulizia delle superfici impiegare solo sostanze non corrosive.
- Per la pulizia utilizzare un panno morbido.
- Conservare il dispositivo in un luogo fresco e asciutto e lontano dall'esposizione diretta ai raggi solari.

ES MANUAL DE INSTRUCCIONES

DATOS TÉCNICOS

Parámetro – Descripción	Parámetro – Valor		
Nombre del producto	Soporte para saco de boxeo	Pera de boxeo con soporte a pared	Soporte para saco con barra de ejercicios
Modelo	GR-BH100	GR-BH60	GR-BH110
Carga máxima [kg]	100	60	110
Incluye saco de boxeo	No	Sí	Sí
Dimensiones [mm]	200 x50 x44	428 x195 x360	980 x525 x580
Peso [kg]	0,75	1,7	30,2

1. Descripción general

Este manual ha sido elaborado para favorecer un empleo seguro y fiable. El producto ha sido estrictamente diseñado y fabricado conforme a las especificaciones técnicas y para ello se han utilizado las últimas tecnologías y componentes, manteniendo los más altos estándares de calidad.

ANTES DE LA PUESTA EN FUNCIONAMIENTO, LEA LAS INSTRUCCIONES MINUCIOSAMENTE Y ASEGÚRESE DE COMPRENDERLAS.

Para garantizar un funcionamiento duradero y fiable del aparato, el manejo y mantenimiento deben llevarse a cabo de acuerdo con las instrucciones de este manual. Los datos técnicos y las especificaciones de este manual están actualizados. El fabricante se reserva el derecho de realizar modificaciones para mejorar la calidad.

Explicación de los símbolos



Respetar las instrucciones de uso.



¡ADVERTENCIA! En este manual, se incluyen fotos ilustrativas que podrían no coincidir exactamente con la apariencia real del dispositivo.

El texto en alemán corresponde a la versión original. Los textos en otras lenguas son traducciones del original en alemán.

2. Seguridad



¡ATENCIÓN! Lea todas las instrucciones e indicaciones de seguridad con atención. La inobservancia de las advertencias e instrucciones al respecto puede provocar lesiones graves o incluso la muerte.

Conceptos como „aparato“ o „producto“ en las advertencias y descripciones de este manual se refieren al soporte para saco de boxeo, a la pera de boxeo con soporte a pared o al soporte para saco con barra de ejercicios.

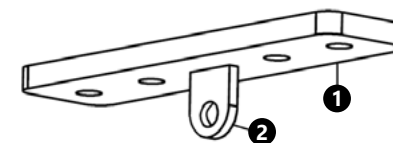
- En caso de duda sobre el correcto funcionamiento del aparato o si detectara algún tipo de daño o desperfecto, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente del fabricante.
- El producto solamente puede ser reparado por el fabricante. ¡No intente repararlo usted mismo!
- No permita que el aparato se sobrecargue.
- Mantenga el aparato en perfecto estado de funcionamiento. Antes de cada trabajo, compruébelo en busca de daños generales o en piezas móviles (fractura de piezas y componentes u otras condiciones que puedan perjudicar el funcionamiento seguro de la máquina). En caso de daños, el producto debe ser reparado antes de volver a utilizarse.
- Mantenga el equipo alejado de niños y animales.
- Antes de comenzar con los ejercicios, consulte a un médico para asegurarse de que no tenga problemas de salud.
- Si experimentara síntomas o molestias durante el entrenamiento, por ejemplo, dolor torácico, mareos, falta de aire, etc., detenga el entrenamiento inmediatamente y busque atención médica.

3. Instrucciones de uso

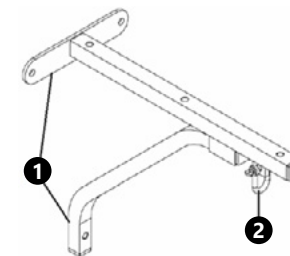
Este soporte ha sido concebido montar en techo o pared (dependiendo del modelo) y se utiliza para colgar un saco de boxeo. El saco de boxeo es un producto para entrenamiento de boxeo, esto es, para entrenamiento de técnicas de golpeo y fuerza. Algunos modelos disponen de barra de entrenamiento.

¡El producto solamente puede utilizarse de forma privada!
El usuario es responsable de los daños derivados de un uso inadecuado del aparato.

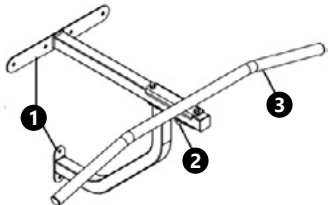
3.1. Descripción del aparato GR-BH100



GR-BH60



GR-BH110



1. Elemento de montaje a la pared / techo
2. Soporte para saco de boxeo
3. Barra de entrenamiento

3.2 Preparación para el uso

Lista de componentes:

GR-BH100

Nº de pieza	Descripción	Cantidad de piezas
1.	Tornillo M8x70	4
2.	Arandela M8	4
3.	Elemento de montaje al techo	1
4.	Taco	4

GR-BH60

Nº de pieza	Descripción	Cantidad de piezas
1.	Bastidor superior	1
2.	Refuerzo	1
3.	Tornillo M8 x 60	2
4.	Arandela	6
5.	Taco	6
6.	Placa	2
7.	Grillete	1
8.	Placa	1
9.	Tornillo M8x80	4

GR-BH110

Nº de pieza	Descripción	Cantidad de piezas
1.	Tornillo M10x60	2
2.	Tornillo M8x70	6
3.	Taco	6
4.	Arandela M10	4
5.	Tuerca M10	2
6.	Bastidor superior	1
7.	Refuerzo	1
8.	Barra de entrenamiento	1

Nº de pieza	Descripción	Cantidad de piezas
9.	Placa	2
10.	Placa	1
11.	Grillete	1
12.	Grillete giratorio	1

Montaje del equipo:

El modelo GR-BH100 se fija al techo, el GR-BH60 a la pared o al techo y el GR-BH110 a la pared.



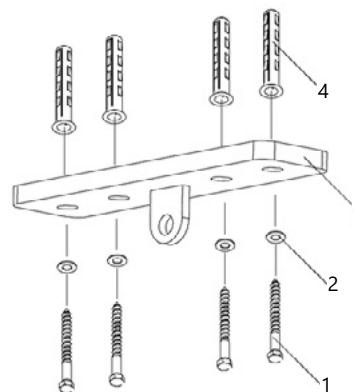
¡ATENCIÓN! El despiece de este producto se encuentra en la última página de las instrucciones p. 17.

3.3. Limpieza y mantenimiento

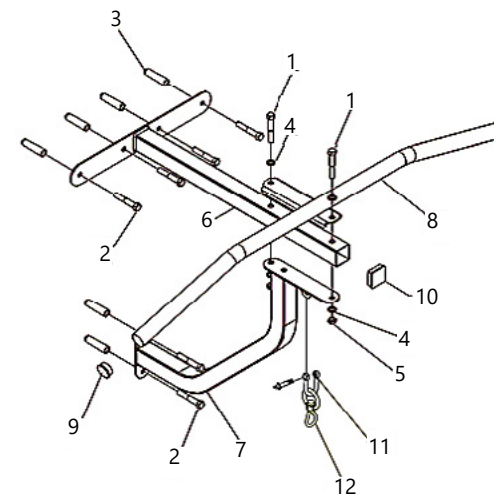
- Limpie el equipo en profundidad después de cada uso. Las marcas de sudor pueden causar daños en la tapicería debido a reacciones ácidas.
- Para limpiar la superficie, utilice solo productos que no contengan sustancias corrosivas.
- Para la limpieza utilice, por favor, un paño suave.
- Guarde el aparato en un lugar seco, fresco y protegido de la humedad y la radiación solar directa.

Zusammensetzen des Geräts | Folding the equipment | Składanie sprzętu | Skládání zařízení
Assemblage de l'appareil | Montaggio del dispositivo | Montaje del equipo

GR-BH100

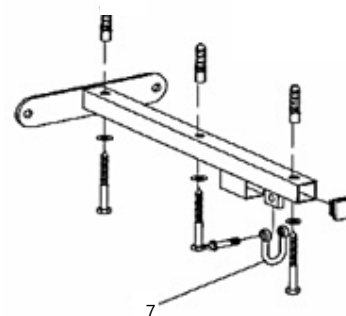


GR-BH110

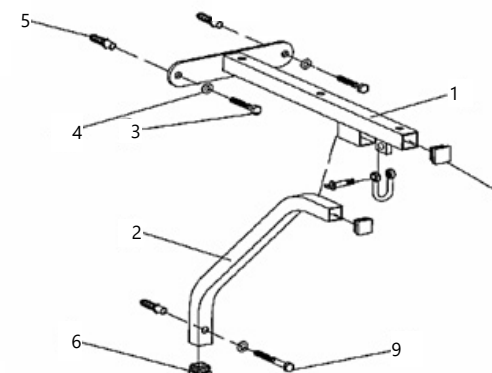


GR-BH60

I



II





NOTES/NOTZIEN

| 18

19 |

NOTES/NOTZIEN



UNSER HAUPTZIEL IST DIE ZUFRIEDENHEIT UNSERER KUNDEN!
BEI FRAGEN KONTAKTIEREN SIE UNS BITTE UNTER:

OUR CUSTOMERS' SATISFACTION IS OUR MAIN GOAL!
PLEASE CONTACT US WITH QUESTIONS AT:

NASZYM GŁÓWNYM CELEM JEST SATYSFAKCJA KLIENTÓW
W PRZYPADKU PYTAŃ PROSIMY O KONTAKT Z PRZEDSTAWICIELEM
W DANYM KRAJU:

NOTRE BUT PREMIER EST VOTRE SATISFACTION!
POUR TOUTE QUESTION, CONTACTEZ NOUS SUR:

NUESTRO OBJETIVO PRINCIPAL ES LA SATISFACCIÓN DE NUESTROS CLIENTES!
SI TIENE PREGUNTAS, POR FAVOR PÓNGANSE EN CONTACTO CON NOSTROS EN:

I NOSTRO PRINCIPALE OBIETTIVO È LA SODDISFAZIONE DEI NOSTRI CLIENTI!
PER EVENTUALI DOMANDE PER FAVORE, CI CONTATTINO SOTTO:

NAŠÍM HLAVNÍM CÍLEM JE SPOKOJENOST NAŠICH ZÁKAZNÍKŮ! V PŘÍPADĚ OTÁZEK
NÁS PROSÍM KONTAKTUJTE NA:

CONTACT

expondo Polska sp. z o.o. sp. k.
ul. Nowy Kisielin-Innowacyjna 7
66-002 Zielona Góra | Poland, EU
e-mail: info@expondo.de