



## Pole Dance Stange

10023091 10028265

**KLAR**  **FIT**

## Sehr geehrter Kunde,

Wir gratulieren Ihnen zum Erwerb Ihres Klarfit Gerätes. Lesen Sie alle Hinweise sorgfältig durch und befolgen Sie sie, um möglichen Schäden vorzubeugen. Für Schäden, die durch Missachtung der Sicherheitshinweise und unsachgemäßen Gebrauch entstehen, übernehmen wir keine Haftung.

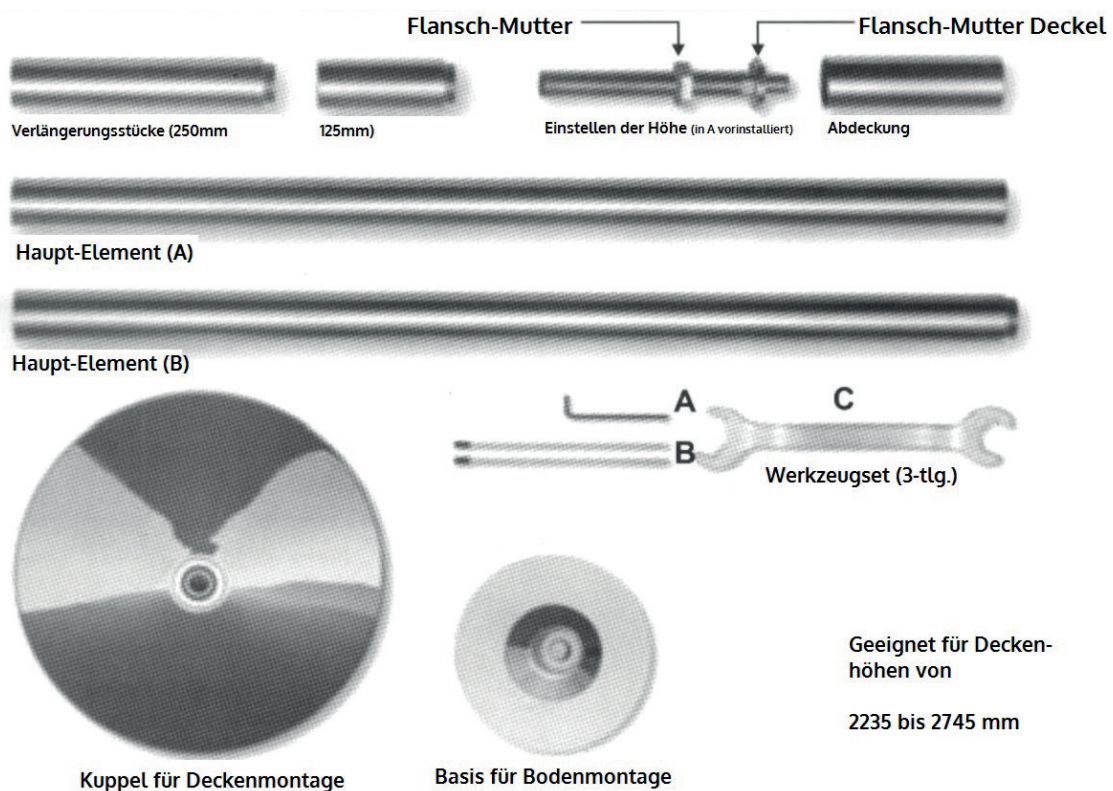
## Einführung

Pole Dance ist eine Betätigung zwischen Tanz und Sport. Wurden Stangentänze seit ewigen Zeiten im Zusammenhang mit fernöstlicher Artistik bewundert, wurde Pole Dancing in den letzten Jahrzehnten eher mit erotischem Tanz in Verbindung gebracht.

Dass dem Pole Dancing aber kein per sé schlüpfriges Image anlasten muss, zeigt die aktuell wachsende Popularität als Sportform, die Ästhetik mit Akrobatik verbindet und dabei verschiedene Muskelgruppen trainiert, die sonst typischerweise vernachlässigt werden.

Daraus ergibt sich der Dress-Code: Tragen Sie, worin auch immer Sie sich am wohlsten fühlen. Jazz-pants oder Shorts und ein T-Shirt sind perfekt zum Training geeignet.

## Liste der Einzelteile



## Aufbau

Ein Video zum Aufbau finden Sie auf der beiliegenden DVD!

### Generelle Hinweise

- Wählen Sie eine geeignete Stelle für den Aufbau Ihrer Pole Dance Stange. Achten Sie darauf, dass um die Stange herum ausreichender Abstand zu Wänden, Stufen, Fen-

tern und Hindernissen aller Art besteht. Ein Anhaltspunkt gibt Ihnen Ihre Armspannweite bei ausgebreiteten Armen. Zu Ihrer Sicherheit sollte die Pole Dance Stange im Zentrum eines etwa Kreises mit mindestens 3m - 3,5m Durchmesser stehen.

- Decke und Boden müssen am Aufbauort stabil und belastbar sein. Achten Sie - vor allem in Altbauten - darauf, dass Sie die Pole Dance Stange nicht unter Decken-Hohlräumen aufbauen.

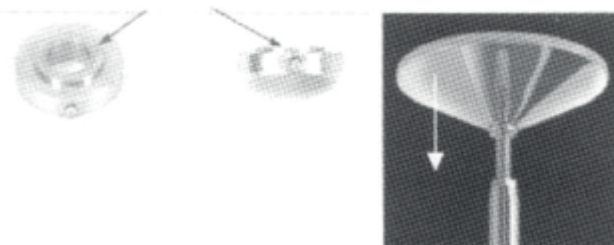
### Berechnung der Höhe / der notwendigen Verlängerungsstücke

Deckenhöhe in mm	Welches Verlängerungsstück	Weitere Verlängerungsstücke?
2235 - 2375	keins	nein
2360 - 2500	125mm	nein
2485 - 2620	250mm	nein
2610 - 2745	250mm + 125mm	nein
2735 - 2870	<b>500mm</b>	<b>ja</b>
2860 - 2995	<b>500mm</b> + 125mm	<b>ja</b>
2985 - 3120	<b>500mm</b> + 250mm	<b>ja</b>
3110 - 3245	<b>500mm</b> + 250mm + 125mm	<b>ja</b>
3235 - 3310	<b>1000mm</b>	<b>ja</b>

Die Pole Dance Stange ist im zusammengebauten Zustand - ohne Nutzung der Verlängerungsstücke - für Deckenhöhen von 2235 - 2375mm geeignet. Für größere Höhen verwenden Sie bitte die Verlängerungsstücke sowie das Einstell-Stück samt Abdeckung. Beachten Sie obige Tabelle. Das Sicherheitslimit beträgt 140mm - dies ist die maximale Ausdehnung, die die Stange ohne Nutzung der Verlängerungsstücke zusätzlich bietet.

### Zusammenbau

- Schieben Sie zunächst die Abdeckung über das Haupt-Element (A)
- Schieben Sie dann die Kuppel auf die Einstellungsstange, die aus (A) ragt. Die Flansch ist oben, zwischen Kuppel und Haupt-Element (A).

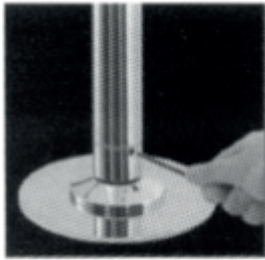


- Nehmen Sie eine Leiter und Verbinden Sie nun die beiden Hauptelemente (A und B). Stecken Sie (B) zuvor auf die Basisplatte für die Bodenmontage. Fügen Sie, wenn nötig, ein Verlängerungsstück zwischen B und die Basisplatte.



- Achten Sie darauf, dass die Silikon-Pads gleichmäßig auf der Oberseite der Kuppel sowie auf der Unterseite der Basisplatte liegen und dass beide plan auf Boden und Decke anliegen.
- Drehen Sie nun mit dem mitgelieferten Maulschlüssel das Höhenverstellbare Teil zwischen A und der Kuppel gegen den Uhrzeigersinn. Das Gewinde wird sich aus der Stage (A) schrauben und Druck auf die Kuppel und damit die Decke ausüben. Die Stange spreizt (=verlängert) sich nun.
- Ist der Druck groß genug, so dass die Stange von alleine stehen bleibt (überprüfen Sie den Halt, indem Sie an der Stange rütteln und sich anlehnen), kontern Sie die Gewindestange mit der anliegenden Mutter, indem Sie diese im Uhrzeigersinn nach unten Schrauben, bis sie fest an (A) anliegt.

- schieben Sie die Abdeckung nach oben bis sie bündig auf der Flansch anliegt, und schrauben Sie sie an der Flansch fest indem sie die beiden Bohrlöcher übereinander platzieren.
- Die Stange ist drehbar! Entfernen Sie die zwei Schrauben am unteren Ende der Pole Dance Stange:



## Lieferumfang

1 x Verlängerungsstück 250mm  
 1 x Höhen-Versteller  
 1 x Hauptteil (A)  
 1 x Kuppel für Deckenmontage  
 1 x 4-teiliges Werkzeugset

1 x Verlängerungsstück 125mm  
 1 x Abdeckung  
 1 x Hauptteil (B)  
 1 x Basisplatte für Bodenmontage  
 1 x DVD mit Video-Aufbau-Anleitung

## Hinweise zur Entsorgung



Befindet sich die diese Abbildung (durchgestrichene Mülltonne auf Rädern) auf dem Produkt, gilt die Europäische Richtlinie 2002/96/EG. Diese Produkte dürfen nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden. Informieren Sie sich über die örtlichen Regelungen zur getrennten Sammlung elektrischer und elektronischer Gerätschaften. Richten Sie sich nach den örtlichen Regelungen und entsorgen Sie Altgeräte nicht über den Hausmüll. Durch die regelkonforme Entsorgung der Altgeräte werden Umwelt und die Gesundheit ihrer Mitmenschen vor möglichen negativen Konsequenzen geschützt. Materialrecycling hilft, den Verbrauch von Rohstoffen zu verringern.

## Hersteller

Hersteller: Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin.



Dear Customer,

Congratulations on purchasing this product. Please read and follow these instructions, in order to avoid damaging the item. We do not cover any damages that may arise from improper use of the item or the disregard of the safety instructions.

## Safety Instructions

- Read all instructions before using.
- Do not place on or near a hot gas or electric burner or in a heated oven.
- This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliances by a person responsible for their safety.
- Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
- Save these instructions.

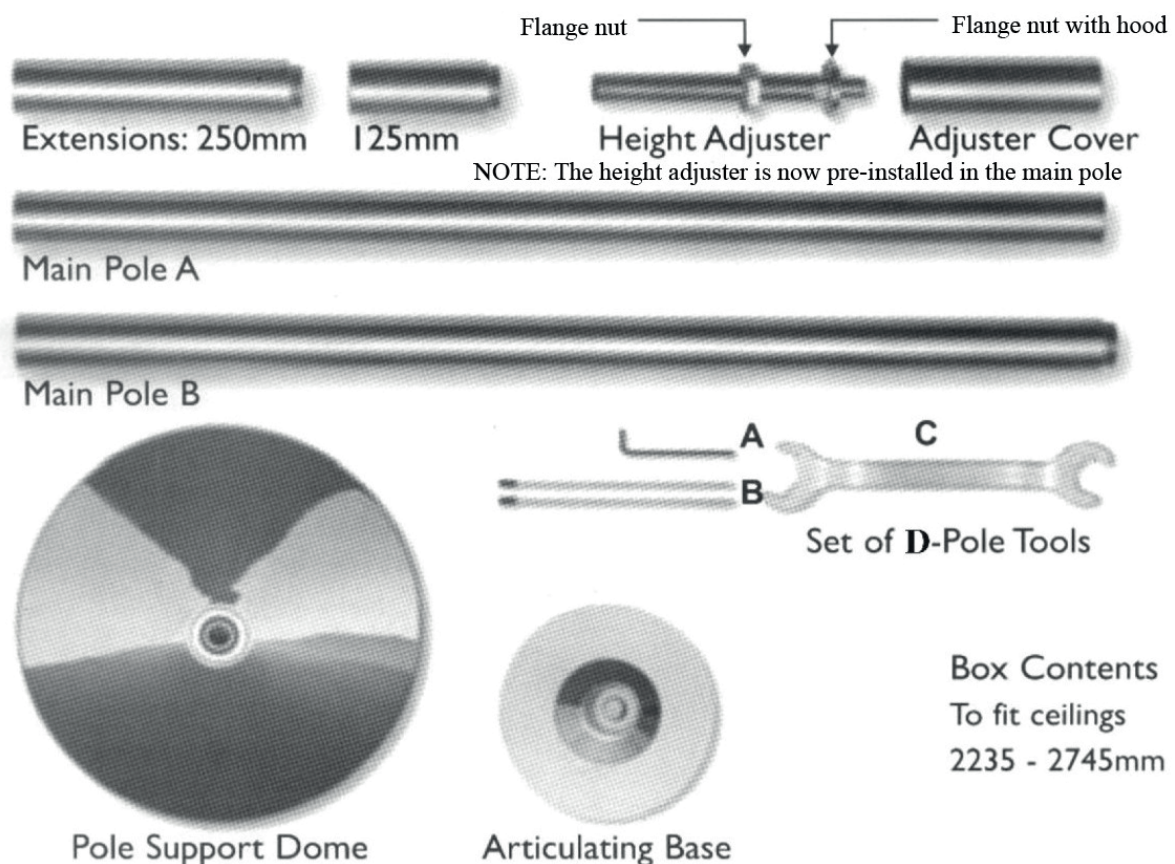
## Introduction

Pole dancing, an activity supposedly having its roots somewhere in medieval far eastern artistry, became merely associated with erotic dance in more recent decades.

As an art form, combining workout, dance and artistry, in peoples' perception pole dancing has changed back into a less prurient fashion over the past years, filling the gap between aerobic and dance and tensioning muscle groups that typically are left out.

This implies the dress code: Wear whatever you feel comfortable in. Jazz pants or shorts and a t shirt make a perfect outfit for training.

## Parts



# Assembly

Please find a video tutorial for the assembly on the included DVD!

## General hints

- Pick an appropriate site for the assembly of your pole dance pole. Keep in mind that you will need enough space around to not get hurt. Make sure that there is enough distance to any walls, steps, stairs, windows and any other obstacles. Try walking around the imagined point you want to install the pole with your arms stretched. To be really sure, the pole should mark the center of a circle with a diameter of at least 3 meters.
- The ceiling and the floor must be stable and resilient. Make sure that there are no cavities in the roof, that would not stand the pressure

## Calculation of the pole height

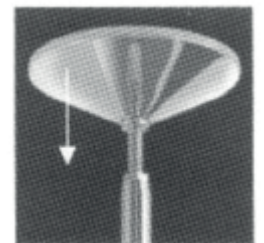
Floor to roof distance in mm	What extension is required?	Additional extensions?
2235 - 2375	none	no
2360 - 2500	125mm	no
2485 - 2620	250mm	no
2610 - 2745	250mm + 125mm	no
2735 - 2870	<b>500mm</b>	<b>yes</b>
2860 - 2995	<b>500mm</b> + 125mm	<b>yes</b>
2985 - 3120	<b>500mm</b> + 250mm	<b>yes</b>
3110 - 3245	<b>500mm</b> + 250mm + 125mm	<b>yes</b>
3235 - 3310	<b>1000mm</b>	<b>yes</b>

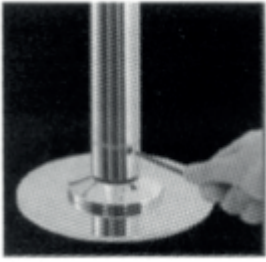
The pole is (fully assembled without using the extensions) suitable for roof heights of 2235 - 2375mm. For any higher rooms please use the extension pieces included.

The safety limit is 140mm: This is the maximum addable length the pole can expand using the height adjuster (without the extension pieces).

## Installation

- Fit the extensions to the base (if required).
- Attach lower main pole to the base. Tighten firmly by hand.
- Take the adjuster cover and cove it to the main pole A then slide the upper dome onto adjuster shaft.
- Switch the flange upside. Attach the upper pole to the lower pole (You might need a ladder). Screw up tightly and hold vertically.
- If you calculated the height of the room right, the distance between the dome and the ceiling is less than 140mm.
- Unscrew the adjuster by hand until it is firm to the ceiling. Make sure the upper dome is flat. Let go of the pole and make sure: a) the pole stands 100% vertically and b) the pole is under a joist.
- Before fasten the pole make surer the silicone pads that protect floor and ceiling are in place on top of the pole as well as below the base plate.
- Tighten pole adjuster with spanner until it is really firm. Check for any possible movement and retighten in this case. Screw the nut down until it firmly is attached to the main pole. Slide the adjuster cover up. Press in the two sprung pins and lock in place.





The pole is spinning! Detach the two small screws at the bottom to make it spin.

## Environment Concerns



According to the European waste regulation 2002/96/EG this symbol on the product or on its packaging indicates that this product may not be treated as household waste. Instead it should be taken to the appropriate collection point for the recycling of electrical and electronic equipment. By ensuring this product is disposed of correctly, you will help prevent potential negative consequences for the environment and human health, which could otherwise be caused by inappropriate waste handling of this product. For more detailed information about recycling of this product, please contact your local council or your household waste disposal service.

## Manufacturer

**Producer: Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin.**

CE

KLAR  FIT

**Chère cliente, cher client,**

Toutes nos félicitations pour l'acquisition de ce nouvel appareil. Veuillez lire attentivement et respecter les instructions de ce mode d'emploi afin d'éviter d'éventuels dommages. Nous ne saurions être tenus pour responsables des dommages dus au non-respect des consignes et à la mauvaise utilisation de l'appareil.

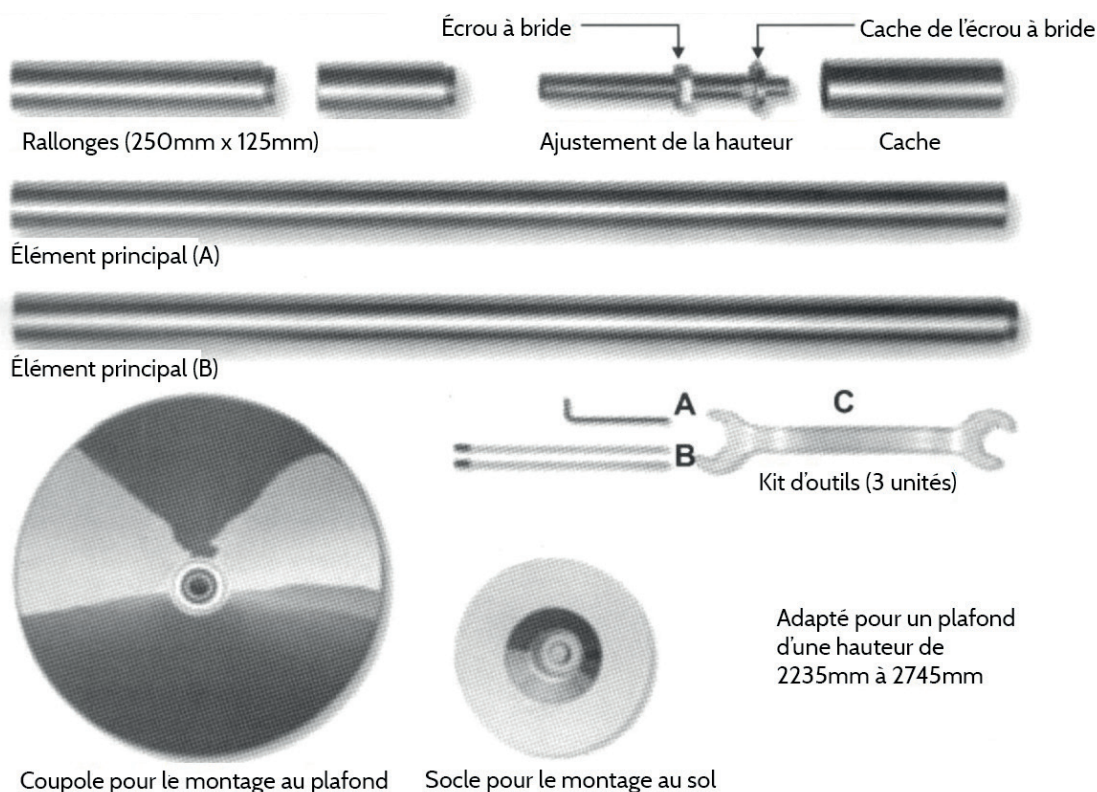
## Introduction

La danse à la barre verticale est une activité entre la danse et le sport. Si les danses à la barre ont suscité l'admiration depuis longtemps en Orient, le Pole Dancing est devenu associé à la danse érotique ces dernières décennies.

Comme le Pole Dancing ne doit pas nécessairement présenter une image érotique, il gagne aujourd'hui en popularité en tant que sport, qui allie esthétique et acrobatie et entraîne ainsi différents ensembles de muscles qui ne sont habituellement pas entraînés.

De là découle le dresscode : il s'agit de porter des vêtements dans lesquels on se sent bien. Un pantalon de jazz ou un short et un t-shirt sont parfaits pour la pratique de la barre.

## Liste des pièces détachées



## Montage

**Une vidéo de montage sur support DVD est incluse dans l'emballage**

### Remarques générales

- Choisir un emplacement adapté pour le montage de la barre de danse. Veiller à ce que la barre soit à distance suffisante des murs, des marches, des fenêtres et des obstacles de toute sorte.



Tendre complètement les deux bras à partir de la barre pour déterminer l'écart minimal avec les objets environnants. Pour plus de sécurité, la barre de danse doit se trouver au centre d'un cercle d'un diamètre compris entre 3 m et 3,5 m.

- Le plafond et le sol doivent être solides, stables et pouvoir supporter un poids important. Faire attention - surtout dans les anciens bâtiments - à ne pas installer la barre de danse dans un faux-plafond.

### Calcul de la hauteur / des rallonges nécessaires

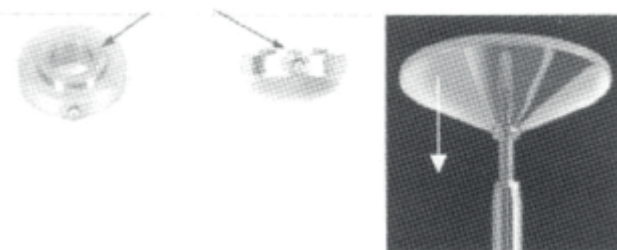
Hauteur de plafond en mm	Quel type de rallonge	Rallonge supplémentaire ?
2235 - 2375	aucune	non
2360 - 2500	125 mm	non
2485 - 2620	250 mm	non
2610 - 2745	250 mm + 125 mm	non
2735 - 2870	<b>500 mm</b>	<b>oui</b>
2860 - 2995	<b>500 mm + 125 mm</b>	<b>oui</b>
2985 - 3120	<b>500 mm + 250 mm</b>	<b>oui</b>
3110 - 3245	<b>500 mm + 250 mm + 125 mm</b>	<b>oui</b>
3235 - 3310	<b>1000 mm</b>	<b>oui</b>

Lorsqu'elle est montée - sans recours à une rallonge - la barre de danse est adaptée pour les plafonds d'une hauteur de 2235 - 2375 mm.

Pour les hauteurs plus élevées, utiliser une rallonge de même que la pièce de réglage de la hauteur et le cache. Se référer au tableau ci-dessus.

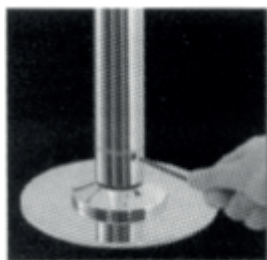
### Montage

- Faire glisser la protection sur l'élément principal (A)
- Puis faire glisser la coupole sur la barre de réglage, qui s'élève au-dessus de (A). L'écrou à bride se trouve en haut, entre la coupole et l'élément principal (A).
- Monter sur une échelle et relier à présent les deux éléments principaux (A et B). introduire (B) dans le socle pour le montage au sol. Ajouter une rallonge entre B et le socle si nécessaire.



- Veiller à ce que les pads en silicone soient placés de manière homogène sur le dessus de la coupole de même que sur le dessous du socle et que les deux collent bien à plat au sol et au plafond.
- Tourner à présent, dans le sens contraire des aiguilles d'une montre, la pièce de réglage de la hauteur située entre l'élément A et la coupole, en s'aidant de la clé à fourche. La vis filetée se vissera depuis l'élément (A) et exercera une pression sur la coupole et par conséquent sur le plafond.
- Si la pression est suffisante, de sorte à ce que la barre tienne d'elle-même (vérifier la stabilité en secouant la barre et en s'appuyant dessus), serrer l'écrou fourni dans le sens inverse à la vis filetée, en le tournant dans le sens des aiguilles d'une montre, jusqu'à ce que l'élément A soit totalement fixe.

- Faire glisser le cache vers le haut jusqu'à ce qu'il recouvre la bride et visser la bride en superposant les deux trous.
- La barre peut tourner ! Retirer les deux vis en bas de la barre de danse :



## Contenu de la livraison

1 x rallonge 250 mm	1 x rallonge 125 mm
1 x ajusteur de hauteur	1 x cache
1 x élément principal (A)	1 x élément principal (B)
1 x coupole pour le montage au plafond	1 x Socle pour le montage au sol
1 x kit de 4 outils	1 x DVD avec instruction vidéo de montage

## Information sur le recyclage



Vous trouverez sur le produit l'image ci-contre (une poubelle sur roues, barrée d'une croix), ce qui indique que le produit se trouve soumis à la directive européenne 2002/96/CE. Renseignez-vous sur les dispositions en vigueur dans votre région concernant la collecte séparée des appareils électriques et électroniques. Respectez-les et ne jetez pas les appareils usagés avec les ordures ménagères. La mise au rebut correcte du produit usagé permet de préserver l'environnement et la santé. Le recyclage des matériaux contribue à la préservation des ressources naturelles.

## Fabricant

Fabricant : Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin.

