

10034383 10034384

## **Adjustabell**

Verstellbare Kugelhandel

Adjustable Kettlebell

Pesa rusa regulable

Barre réglable

Kettlebell regolabile

**Sehr geehrter Kunde,**

wir gratulieren Ihnen zum Erwerb Ihres Gerätes. Lesen Sie die folgenden Hinweise sorgfältig durch und befolgen Sie diese, um möglichen Schäden vorzubeugen. Für Schäden, die durch Missachtung der Hinweise und unsachgemäßen Gebrauch entstehen, übernehmen wir keine Haftung. Scannen Sie den folgenden QR-Code, um Zugriff auf die aktuellste Bedienungsanleitung und weitere Informationen rund um das Produkt zu erhalten.



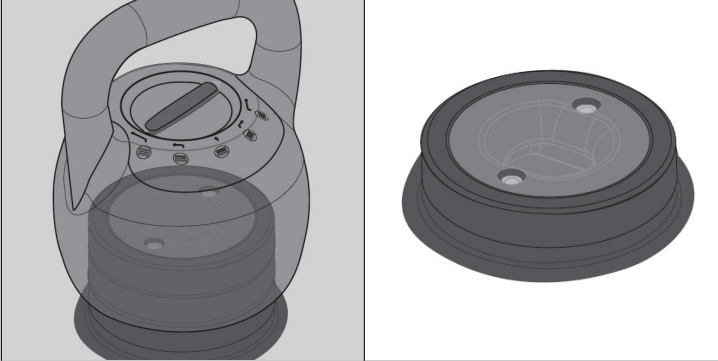

---

## GEWICHT EINSTELLEN

---

1	2
<p>Beim Einstellen der Gewichte der muss die Hantel auf eine ebene und stabile Oberfläche gestellt werden. Drücken Sie den Hebel nach unten, um das Einstellsystem (A) zu entriegeln. Drehen Sie den Hebel, um die Gewichte (B) auszuwählen.</p>	<p>Beim Einstellen der Gewichte muss sichergestellt sein, dass die Hebel einrastet und in der Verriegelungsposition bleibt. Achten Sie darauf, dass der Hebel auf die Punkte über der Zahl zeigt.</p>

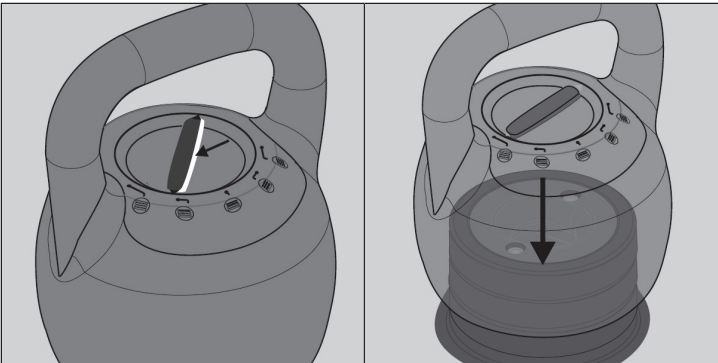
3



Lassen Sie die Hebel los, nachdem Sie die Gewichtsauswahl abgeschlossen haben. Die Einstelluntertasse springt ab.

### Wichtige Hinweise

**Hinweis:** Drehen sie während des Trainings nicht den Hebel, um Gewichte einzustellen. Beim Einstellen der Gewichte muss die Hantel auf eine ebene und stabile Oberfläche gestellt werden.



Wenn sich die Einstelluntertasse in der Verriegelungsposition befindet, sollten Sie den inneren Hebel (gelb) nicht sehen können. Wenn der innere Hebel sichtbar ist, stellen Sie den äußeren Hebel leicht ein, und die Einstelluntertasse springt ab.

Um das Gewichte neu einzustellen, muss die Hantel wieder an der Einstelluntertasse befestigt werden. Setzen Sie die Hantel nach Abschluss der Übung wieder auf die Einstelluntertasse und wählen Sie das schwerste Gewicht, um die Hantel zu fixieren.

---

## HERSTELLER & IMPORTEUR (UK)

---

**Hersteller:**

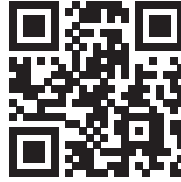
Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Deutschland.

**Importeur für Großbritannien:**

Berlin Brands Group UK Limited  
PO Box 42  
272 Kensington High Street  
London, W8 6ND  
United Kingdom

**Dear Customer,**

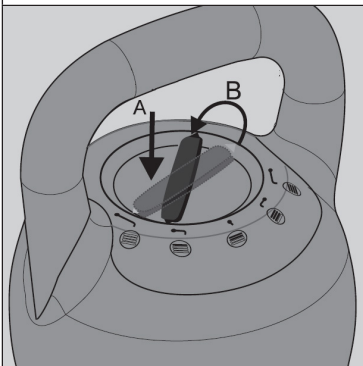
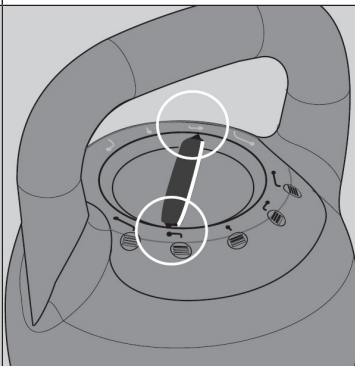
Congratulations on purchasing this device. Please read the following instructions carefully and follow them to prevent possible damages. We assume no liability for damage caused by disregard of the instructions and improper use. Scan the QR code to get access to the latest user manual and more product information.



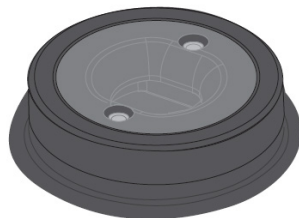
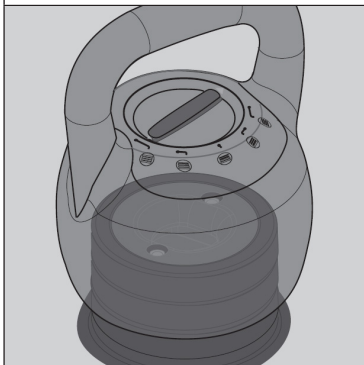
---

## ADJUSTING THE WEIGHT

---

1	2
	
<p>When adjusting the weight of the dumbbell, it must be placed on a flat and stable surface. Press the lever down to unlock the adjustment system (A). Turn the lever to select the weights (B).</p>	<p>When adjusting the weights, make sure that the levers engage and remain in the locking position. Make sure that the lever points to the points above the number.</p>

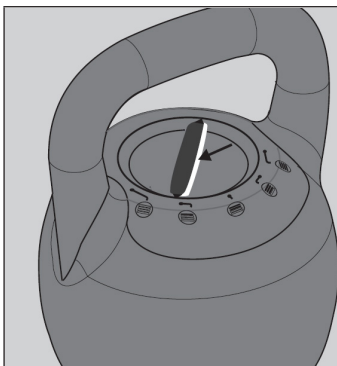
3



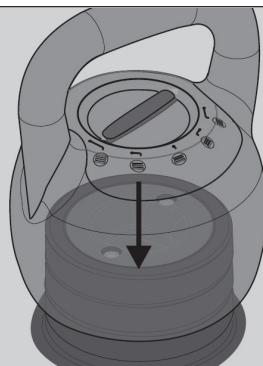
Release the levers after you have completed the weight selection. The adjustment saucer jumps off.

### Important Notes

**Note:** Do not turn the lever during training to adjust weights. When adjusting weights, the bar must be placed on a flat and stable surface.



If the adjustment saucer is in the locking position, you should not be able to see the inner lever (yellow). If the inner lever is visible, adjust the outer lever slightly and the adjustment saucer will jump off.



To readjust the weights, the bar must be reattached to the adjustment saucer. At the end of the exercise, place the bar back on the adjustment saucer and select the heaviest weight to fix the bar.

---

## MANUFACTURER & IMPORTER (UK)

---

**Manufacturer:**

Chal-Tec GmbH, Wallstrasse 16, 10179 Berlin, Germany.

**Importer for Great Britain:**

Berlin Brands Group UK Limited

PO Box 42

272 Kensington High Street

London, W8 6ND

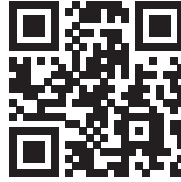
United Kingdom





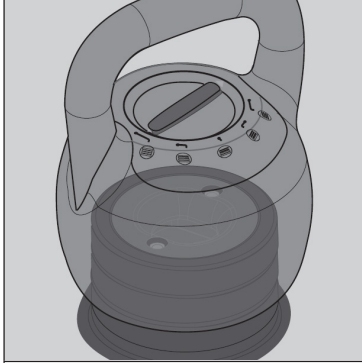
**Estimado cliente:**

Le felicitamos por la adquisición de este producto. Lea atentamente el siguiente manual y siga cuidadosamente las instrucciones de uso con el fin de evitar posibles daños. La empresa no se responsabiliza de los daños ocasionados por un uso indebido del producto o por haber desatendido las indicaciones de seguridad. Escanee el código QR para obtener acceso al manual de usuario más reciente y otra información sobre el producto.

**AJUSTAR PESO**

1	2
<p>Al regular el peso, la pesa debe colocarse sobre una superficie plana y estable. Presione la pesa hacia abajo para desbloquear el sistema de ajuste (A). Gire la palanca para seleccionar el peso (B).</p>	<p>Al regular el peso hay que asegurarse de que la palanca se encaje y se mantenga en la posición de bloqueo. Asegúrese de que la palanca se oriente a los puntos situados encima de los números.</p>

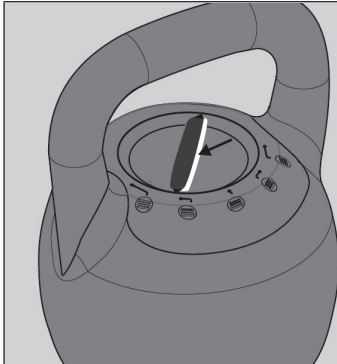
3



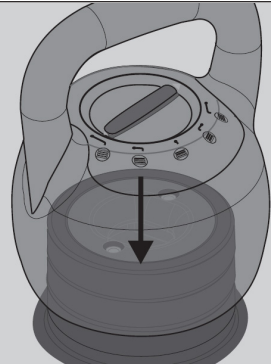
Suelte la palanca después de haber finalizado la selección de peso. El platillo de ajuste salta.

**Indicaciones importantes**

**Nota:** Durante el entrenamiento no gire la palanca para regular el peso. Al regular el peso, la pesa debe colocarse sobre una superficie plana y estable.



Cuando el platillo de ajuste se encuentra en la posición de bloqueo, no debe poder ver la palanca interior (amarilla). Cuando la palanca interior está visible, regule la palanca exterior y el platillo de ajuste salta.



Para volver a regular de nuevo el peso, la pesa debe fijarse de nuevo al platillo de ajuste. Al finalizar el ejercicio, coloque la pesa en el platillo de ajuste y seleccione el peso más pesado para fijar la pesa.

---

## **FABRICANTE E IMPORTADOR (REINO UNIDO)**

---

**Fabricante:**

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlín, Alemania.

**Importador para Gran Bretaña:**

Berlin Brands Group UK Limited

PO Box 42

272 Kensington High Street

London, W8 6ND

United Kingdom



**Cher client,**

Toutes nos félicitations pour l'acquisition de ce nouvel appareil. Veuillez lire attentivement les instructions suivantes de branchement et d'utilisation afin d'éviter d'éventuels dommages. Le fabricant ne saurait être tenu pour responsable des dommages dus au non-respect des consignes de sécurité et à la mauvaise utilisation de l'appareil. Scannez le QR-Code pour accéder à la dernière version du mode d'emploi et à d'autres informations concernant le produit.



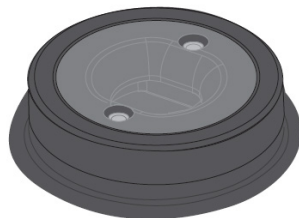
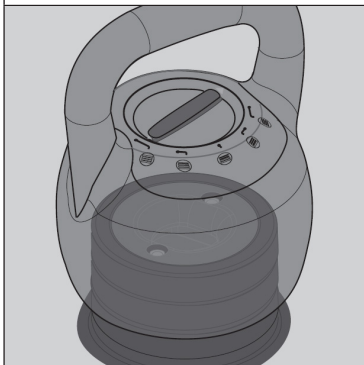

---

## POUR RÉGLER LE POIDS

---

1	2
<p>Pour régler les poids, posez la barre sur une surface stable et horizontale. Abaissez le levier pour déverrouiller le système de réglage (A). Tournez le levier (B) pour sélectionner les poids.</p>	<p>Lors du réglage des poids vérifiez que le levier est enclenché et reste en position verrouillée. Veillez à ce que le levier soit dirigé vers les points au-dessus du chiffre.</p>

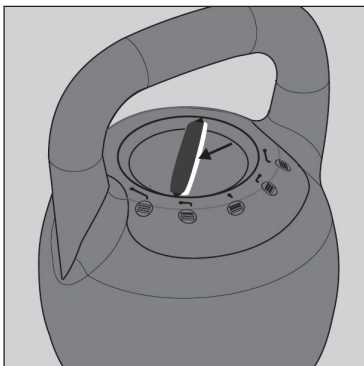
3



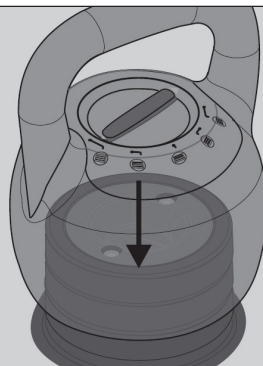
Relâchez les leviers après avoir terminé la sélection du poids. La soucoupe d'ajustement s'ouvre.

### Remarques importantes

**Remarques :** Ne tournez pas le levier pendant l'exercice pour régler des poids. Lors du réglage des poids, l'haltère doit être placée sur une surface plane et stable.



Lorsque la soucoupe de réglage se trouve en position de verrouillage, vous ne devez pas voir le levier intérieur (jaune). Si vous pouvez voir le levier intérieur, ajustez légèrement le levier extérieur pour que la soucoupe de réglage s'ouvre.



Afin de réajuster les poids, l'haltère doit être fixée à la soucoupe d'ajustement. Une fois l'exercice terminé, remplacez l'haltère sur la soucoupe de réglage et choisissez le poids le plus lourd pour le fixer.

---

## FABRICANT ET IMPORTATEUR (UK)

---

**Fabricant :**

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Allemagne.

**Importateur pour la Grande Bretagne :**

Berlin Brands Group UK Limited

PO Box 42

272 Kensington High Street

London, W8 6ND

United Kingdom





**Gentile cliente,**

La ringraziamo per aver acquistato il dispositivo. La preghiamo di leggere attentamente le seguenti istruzioni per l'uso e di seguirle per evitare possibili danni tecnici. Non ci assumiamo alcuna responsabilità per danni scaturiti da una mancata osservazione delle avvertenze di sicurezza e da un uso improprio del dispositivo. Scansionare il codice QR seguente, per accedere al manuale d'uso più attuale e per ricevere informazioni sul prodotto.



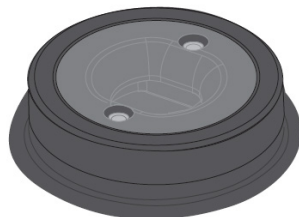
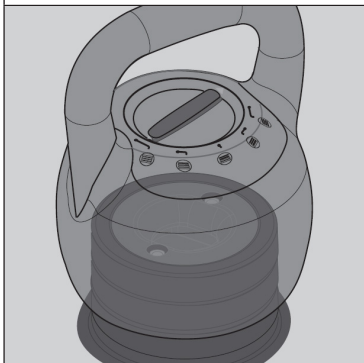

---

## IMPOSTARE IL PESO

---

1	2
<p>Per regolare il peso, la kettlebell deve essere poggiata su una superficie piana e stabile. Premere la leva verso il basso per sbloccare il sistema di regolazione (A). Ruotare la leva per selezionare i pesi (B).</p>	<p>Quando si impostano i pesi, è necessario assicurarsi che la leva sia fissa nella posizione di bloccaggio. Assicurarsi che la leva sia rivolta ai punti sopra al numero.</p>

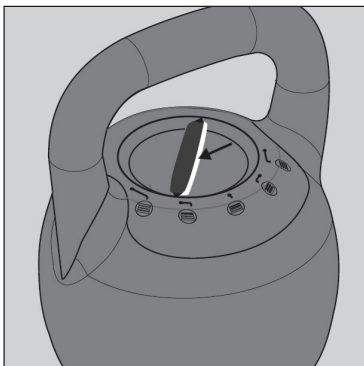
3



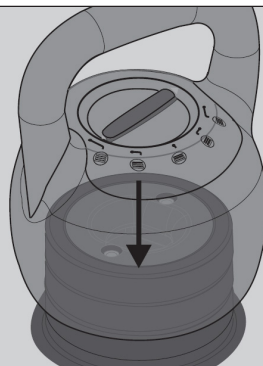
Lasciare andare la leva dopo aver concluso la selezione del peso. La sottounità di regolazione salta.

### Avvertenze importanti

**Avvertenza:** non ruotare la leva durante l'allenamento per regolare i pesi. Per regolare i pesi, la kettlebell deve essere poggiata su una superficie piana e stabile.



Quando la sottounità di impostazione si trova nella posizione di bloccaggio, non deve essere possibile vedere la leva interna (gialla). Se la leva interna è visibile, impostare leggermente la leva esterna e la sottounità di regolazione salta.



Per impostare nuovamente i pesi, la kettlebell deve essere fissata nuovamente alla sottounità di regolazione. Finito l'esercizio, poggiare di nuovo la kettlebell sulla sottounità di regolazione e selezionare il peso maggiore per fissare la kettlebell.

---

## **PRODUTTORE E IMPORTATORE (UK)**

---

**Produttore:**

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlino, Germania.

**Importatore per la Gran Bretagna:**

Berlin Brands Group UK Limited

PO Box 42

272 Kensington High Street

London, W8 6ND

United Kingdom

