

Lieferumfang

1 Grundbrett, 2 Griffe, 2 Trittflächen, 1 Halbkugel, 1 Rolle

Anleitung (siehe auch Rückseite)

Ein vielfältiges funktionelles Trainings- und Therapiegerät zum Trainieren von Kraft, Balance und Koordination sämtlicher Muskelgruppen.

Mit dem Erzi Momentum XL trainieren sie in verschiedensten Positionen. Von einfachen klassischen Balanceübungen mit einem Bein, bis hin zu einem gezielten Krafttraining für Arme und Beine - immer kombiniert mit Rücken und Bauch - bietet dieses Gerät, Abwechslung, Spaß und hocheffektive Trainingsmöglichkeiten. Es ist sowohl in der Therapie als auch im Fitnessbereich einsetzbar. Austauschbare Holzinlays und Balanceunterlagen bieten unendliche Übungsmöglichkeiten.

Sicherheitshinweise

- Nur im Innenbereich verwenden!
- Vor Benutzung Bedienungsanleitung sorgfältig lesen
- Nur unter Aufsicht von Erwachsenen benutzen
- Ab 3 Jahren geeignet. Kinder unter 6 Jahren müssen besonders beaufsichtigt werden.
- Max. 1 Person darf das Gerät betreten.
- Die max. Belastung von 150kg darf nicht überschritten werden
- Keine Seile, Bänke oder andere Geräte an dem Gerät befestigen
- Nur am Boden zu benutzen.

Pflegehinweise

- Verwenden Sie bitte keine Scheuermittel. Wischen Sie nur mit einem nebelfeuchten Tuch ab und reiben Sie sofort trocken nach.
- Verwenden Sie für leichte Kratzer im Holz eine handelsübliche Möbelpolitur.
- Achten Sie bitte auf umweltfreundliche Reinigungsmittel.
- Informieren Sie Ihr Raumpflegepersonal über diese Pflegehinweise.

Wartungshinweise

- Eventuell beschädigte Bauteile tauschen
- Auf Sauberkeit und einwandfreie Funktionalität ist stets zu achten.

Freiraum

Der Freiraum um das Gerät muss mind. 2 m betragen. In diesem Bereich dürfen sich keine Gegenstände befinden, auf die ein Benutzer fallen könnte und die Verletzungen verursachen könnten.



Erzi® Qualitätsprodukte aus Holz GmbH
Lengefelder Straße 16
09579 Grünhainichen
Germany

Scope of delivery

1 baseboard, 2 handles, 2 treads, 1 semi-cone, 1 roll

Instructions (see also back side):

A multifaceted functional-training and therapy device for exercising strength, balance and coordination applied to all groups of muscles.

The Erzi Momentum XL accesses you to potential training skills in a whole variety of different positions. These range from simple classical balancing exercises performed on one leg right through to targeted strength-training workouts involving the arms and legs, combined in each case with the back and abdomen muscles. Going for this unit means opting for variety, fun and highly effective training drills. The Erzi Momentum XL can be put to efficient use for both therapeutic and fitness functions. The use of interchangeable wooden inlays and balancing bases means that there is virtually no end to the potential opportunity for achieving maximum exercising.

Safety instructions

- For indoor use only!
- Read operating instructions before usage
- Only use under the supervision of adults
- Suitable from the age of 3 years. Children under the age of 6 years must be specially supervised.
- No more than 1 person may be on board.
- The maximum load of 150 kg may not be exceeded
- Do not fasten any ropes, tapes, benches or other equipment onto the board
- Only using on the ground

Care instructions

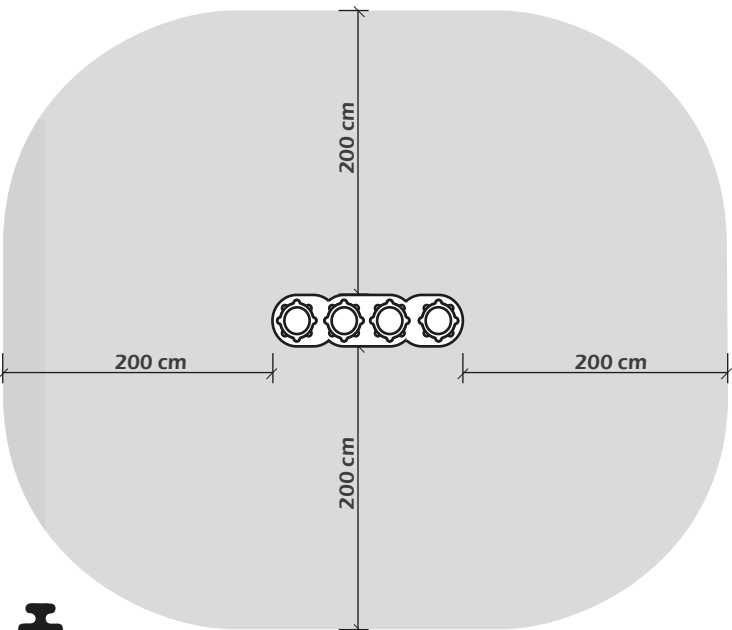
- Please do not use any scouring agents. Only clean with a slightly damp cloth and rub dry afterwards immediately.
- For slight scratches in the wood use a commercial furniture polish
- Use environmental-friendly cleaning agents
- Inform your cleaners about these care instructions

Maintenance instructions

- Exchange any pans that may be damaged
- Cleanliness and perfect functionality must always be ensured

Free space

The free space around the slide needs to be 2 m at least. There are no objects allowed within the space the user might fall onto it and could cause injuries.



max. 150 kg

Größe / Size:
48,5 x 25 x 11,5 cm
2,48 kg

Kein Spielzeug! Sportgerät!
Herstellernachweis bitte aufbewahren.
No toy! Sports goods!
Please keep manufacturer's reference.

Telefon | phone: +49 (37294) 920-0
Telefax | fax: +49 (37294) 920-49
E-Mail | e-mail: info@erzi.de
Internet | internet: www.erzi.de



Bedienungsanleitung | Operating instructions

Muskeltrainer | Muscle-trainer

Momentum XL



47025
Muskeltrainer
Muscle-trainer
Momentum XL





Liegestützübung
press-up exercises

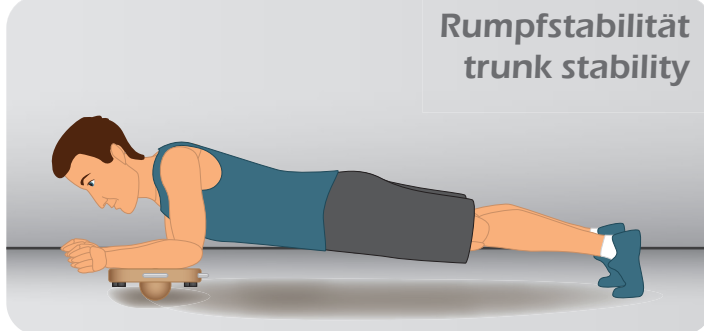


schwerere Variante
harder version

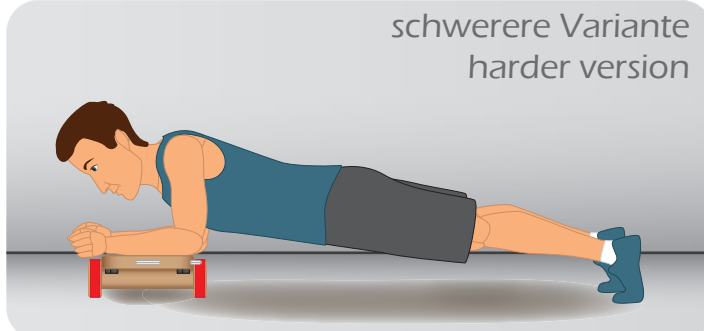


Brust | chest
Rumpf | trunk
Trizeps | triceps

Rumpfstabilität
trunk stability

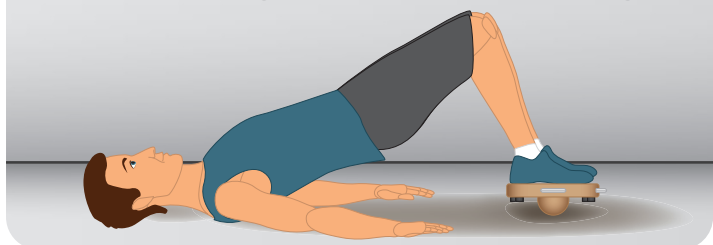


schwerere Variante
harder version

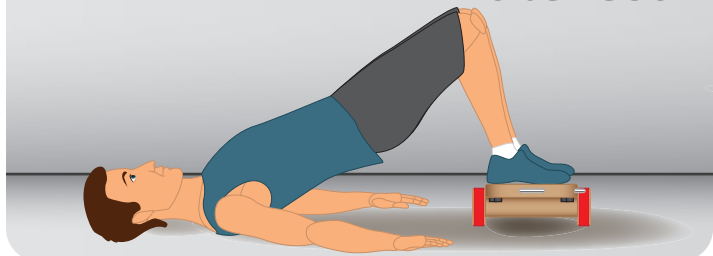


Brust | chest
Rumpf | trunk
Trizeps | triceps

Balanceübung fürs Becken
balancing exercise for pelvic region

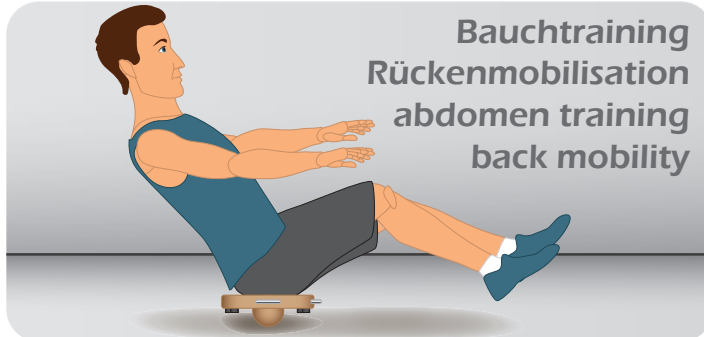


schwerere Variante
harder version



unterer Rücken | lower back
hintere
Oberschenkel | back thighs
Waden | calves

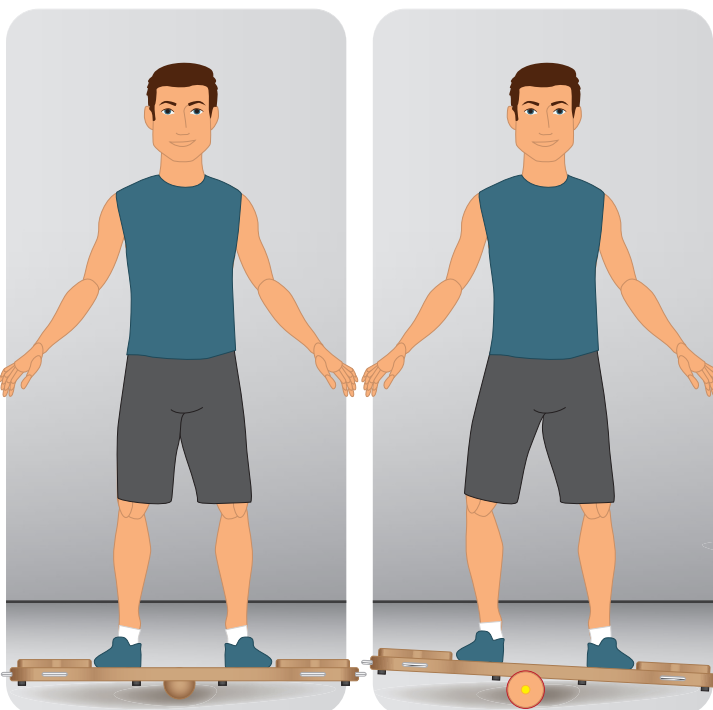
Bauchtraining
Rückenmobilisation
abdomen training
back mobility



schwerere Variante
harder version

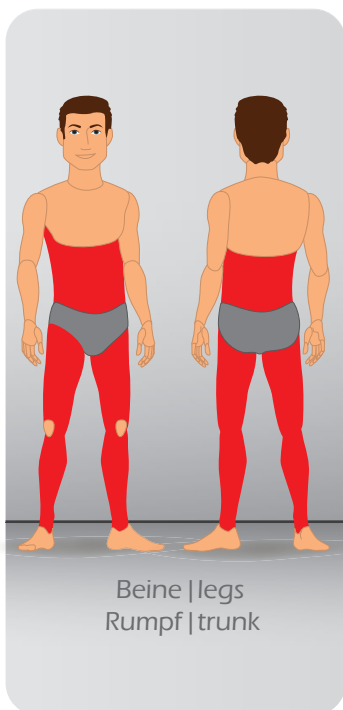


Rücken | back
Bauch | abdomen
Beine | legs
Beckenboden | pelvic floor

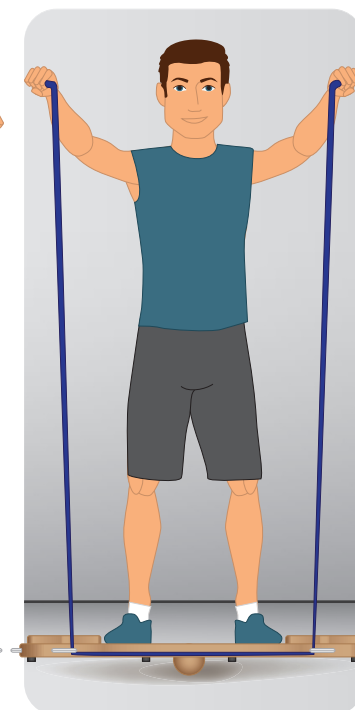
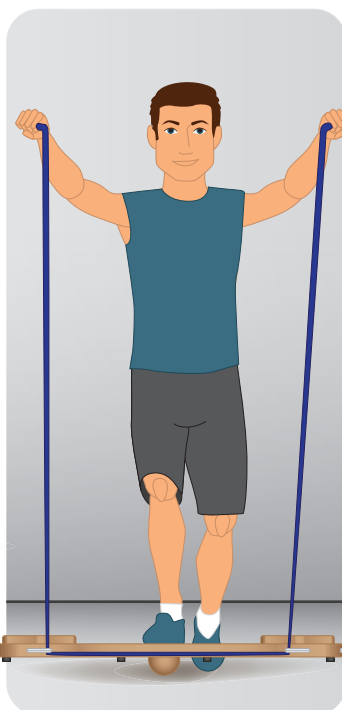


schwerere Variante
harder version

Ganzkörper-Balanceübung
whole-body balancing exercise

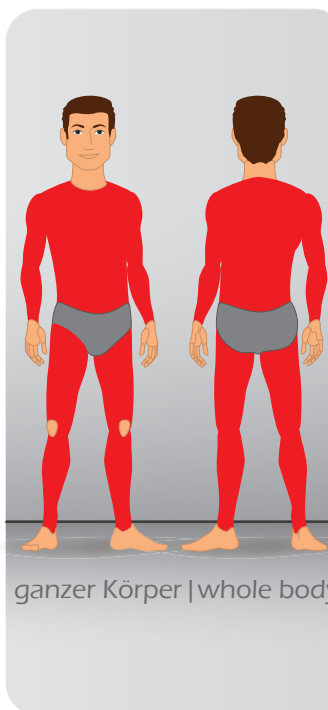


Beine | legs
Rumpf | trunk



schwerere Variante
harder version

Balance und Körperspannung
mit Fitnessband
balance and body-tension exercising
with the elastic fitness belt



ganzer Körper | whole body