

Lieferumfang

1 Grundbrett, 2 Griffe, 2 Trittflächen, 1 Halbkugel

Anleitung (siehe auch Rückseite)

Das Erzi Momentum ist ein vielfältiges funktionelles Trainings- und Therapiegerät zum Trainieren von Kraft, Balance und Koordination sämtlicher Muskelgruppen.

Im Gegensatz zum großen Momentum XL eignet sich das "Kleine" speziell für den Einstieg ins Balance- und Koordinationstraining. Hüft-, Knie und Sprunggelenk lassen sich damit gezielt mobilisieren und ansteuern.

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.



magnetische Halterung
magnetic mounts

austauschbare Elemente
interchangeable elements



Artnr.: 47025

Scope of delivery

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

Instructions (see also back side):

The Erzi Momentum is a versatile functional-training and therapy device for exercising strength, balance and coordination applied to all groups of muscles.

In contrast to the larger Momentum XL, this smaller version is specially designed for those just starting with balancing and coordination-training exercises. It facilitates targeted mobility and control focused on the knee, hip and ankle joints.

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

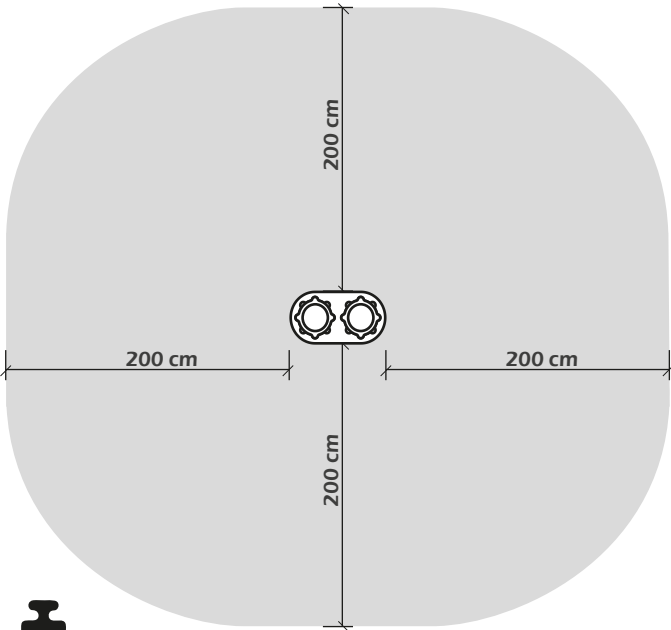
- Please do not use any scouring agents. Only clean with a slightly damp cloth and rub dry afterwards immediately.
- For slight scratches in the wood use a commercial furniture polish
- Use environmental-friendly cleaning agents
- Inform your cleaners about these care instructions

Maintenance instructions

- Exchange any parts 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



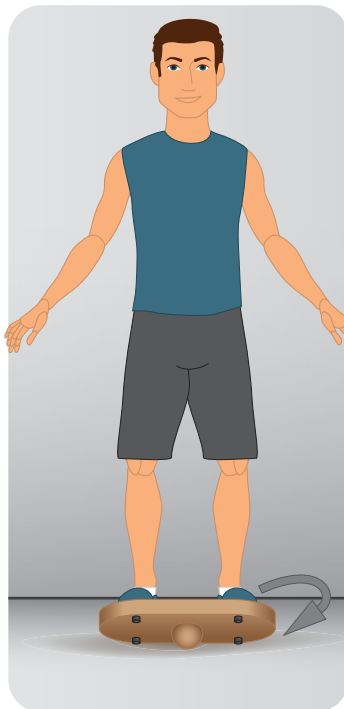
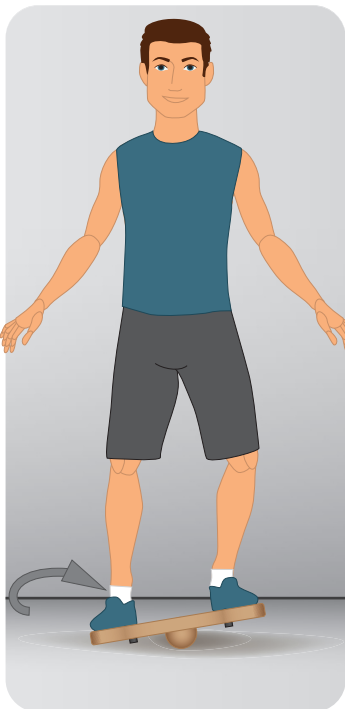
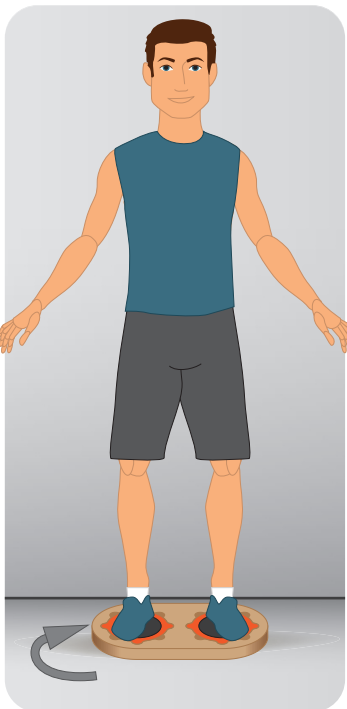
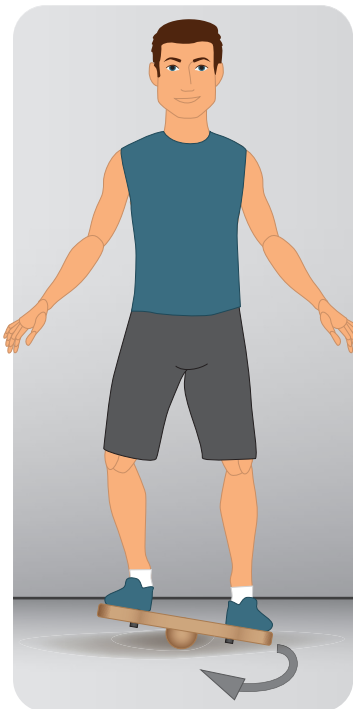
47030
Muskeltrainer
Muscle-trainer
Momentum



www.tuv.com
ID 1111212162



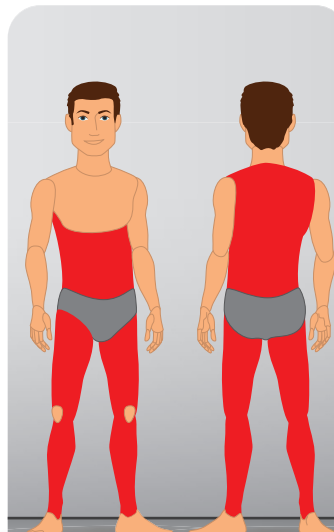
Erzi® Qualitätsprodukte aus Holz GmbH
Lengefelder Straße 16
09579 Grünhainichen
Germany



**Balanceübung
Kreisen & Kippen**
balancing exercise
swaying & rocking

Alternative Übung:
Kippe das Brett gezielt
vor und zurück oder
nach links und rechts

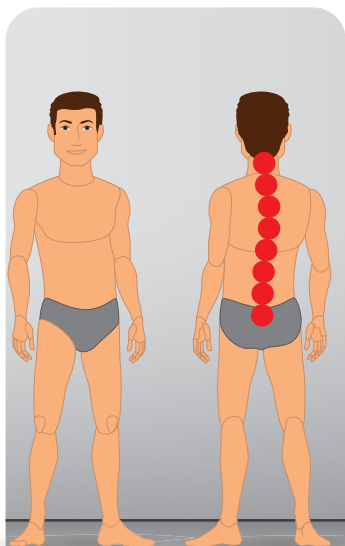
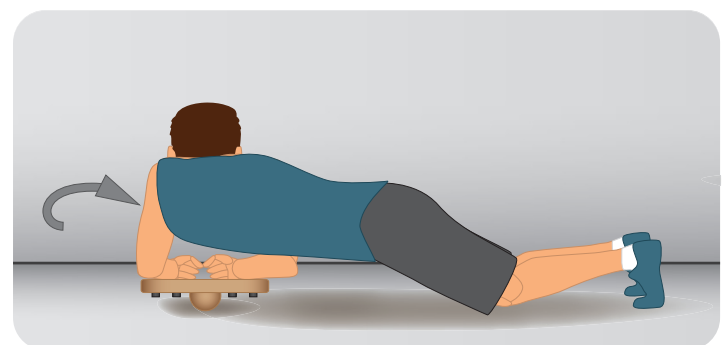
alternative exercise:
kipping the board specific
back and forth
or from left to right



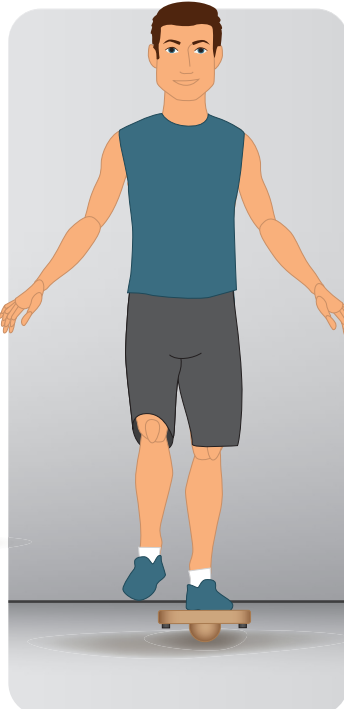
Rumpf | trunk
Becken | pelvis
Beine | legs



Mobilisation Wirbelsäule
mobilisation of the spinal column



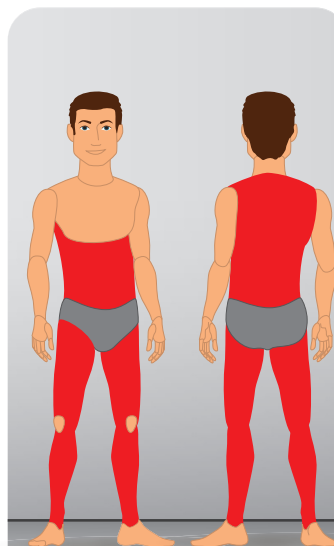
Wirbelsäule | spinal column



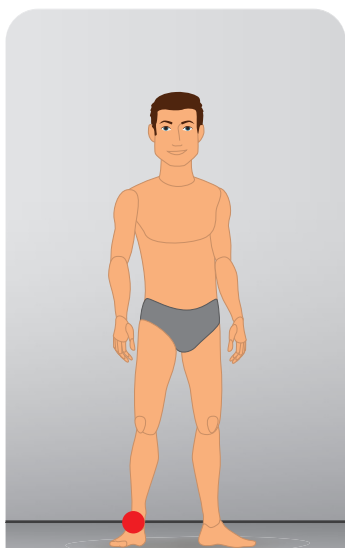
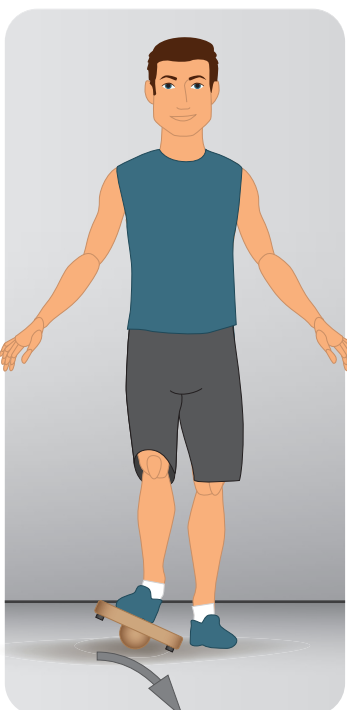
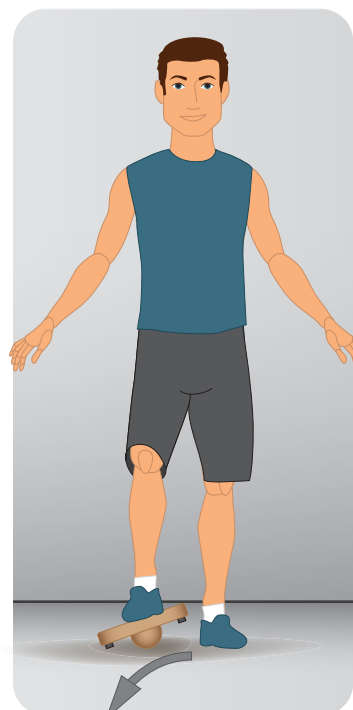
**Balanceübung
einbeiniges Stehen**
balancing exercise
standing on one leg

Alternative Übung:
Einfache
Balance- Kniebeuge

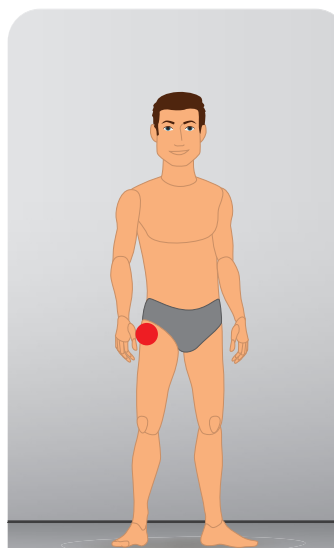
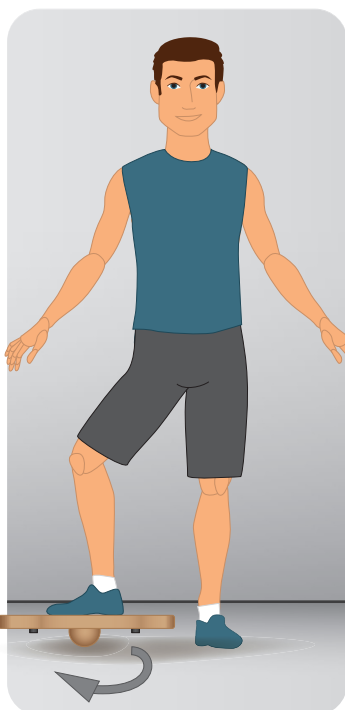
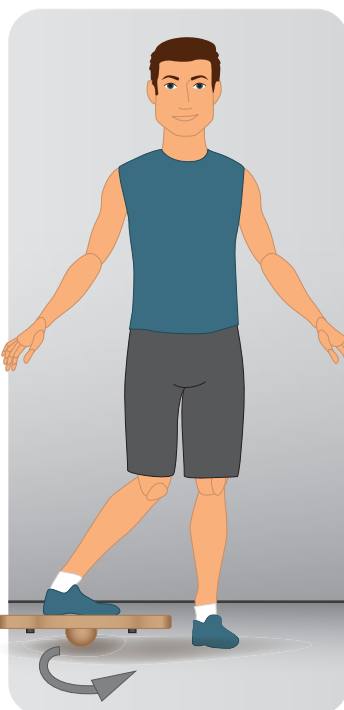
alternative exercise:
balancing knee bands



Rumpf | trunk
Becken | pelvis
Beine | legs



Sprunggelenk | ankle joints



Hüftgelenk | hip joints

Mobilisation Sprunggelenk
mobilisation of the ankle joints

Mobilisation Hüftgelenk
mobilisation of the hip joints