Avertissement de sécurité Typologie : Appareil de musculation Voici un avertissement de sécurité multilingue pour un appareil de musculation, conforme aux exigences demandées :

AVERTISSEMENT DE SÉCURITÉ IMPORTANT – APPAREIL DE MUSCULATION

Français:

Consignes de Sécurité Importantes

Avant d'utiliser cet appareil de musculation, veuillez lire attentivement ce manuel d'utilisation. Une utilisation incorrecte peut entraîner des blessures graves.

* **Consultation Médicale:** Consultez votre médecin avant de commencer tout programme d'exercice, surtout si vous avez des problèmes de santé préexistants. * **Assemblage et Inspection:** Assurez-vous que l'appareil est correctement assemblé selon les instructions fournies. Vérifiez régulièrement toutes les fixations et pièces pour détecter tout signe d'usure ou de dommage. Ne pas utiliser l'appareil s'il est endommagé. * **Environnement d'Utilisation:** Placez l'appareil sur une surface plane et stable. Assurez-vous d'avoir suffisamment d'espace libre autour de l'appareil pour une utilisation sûre. * **Utilisation Appropriée:** Utilisez l'appareil uniquement pour les exercices prévus, conformément aux instructions. Ne dépassez pas les limites de poids maximales indiquées. * **Supervision:** Ne laissez jamais les enfants ou les animaux domestiques à proximité de l'appareil sans surveillance. Les adolescents doivent être supervisés par un adulte compétent. * **Équipement:** Portez des vêtements de sport appropriés et des chaussures de sport antidérapantes. Retirez tout bijou ou accessoire qui pourrait se coincer dans l'appareil. * **Technique d'Exercice:** Apprenez et respectez les techniques d'exercice appropriées. Si vous n'êtes pas sûr, demandez conseil à un entraîneur professionnel. Commencez lentement et augmentez progressivement l'intensité. * **Arrêt Immédiat:** Arrêtez immédiatement l'exercice si vous ressentez une douleur, un inconfort ou un essoufflement. * **Entretien:** Nettoyez régulièrement l'appareil avec un chiffon propre et sec.

Ce document est généré automatiquement en réponse à la réglementation européenne sur la sécurité des produits et conformément au RGPD.

English:

Important Safety Instructions

Before using this exercise machine, please read this user manual carefully. Incorrect use can lead to serious injuries.

* **Medical Consultation:** Consult your doctor before starting any exercise program, especially if you have pre-existing health conditions. * **Assembly and Inspection:** Ensure the machine is properly assembled according to the instructions provided. Regularly check all fasteners and parts for signs of wear or damage. Do not use the machine if it is damaged. * **Operating Environment:** Place the machine on a flat and stable surface. Ensure you have enough free space around the machine for safe use. * **Appropriate Use:** Use the machine only for its intended exercises, as instructed. Do not exceed the maximum weight limits indicated. * **Supervision:** Never leave children or pets near the machine unattended. Teenagers should be supervised by a competent adult. * **Equipment:** Wear appropriate sportswear and non-slip sports shoes. Remove any jewelry or accessories that could get caught in the machine. * **Exercise Technique:** Learn and respect proper exercise techniques. If you are unsure, seek advice from a professional trainer. Start slowly and gradually increase the intensity. * **Immediate Stop:** Stop exercising immediately if you experience pain, discomfort, or shortness of breath. * **Maintenance:** Regularly clean the machine with a clean, dry cloth.

This document is generated automatically in response to European product safety regulations and in accordance with the GDPR.

Español:

Instrucciones de Seguridad Importantes

Antes de utilizar este aparato de musculación, lea atentamente este manual de usuario. El uso incorrecto

puede provocar lesiones graves.

* **Consulta Médica:** Consulte a su médico antes de comenzar cualquier programa de ejercicios, especialmente si tiene problemas de salud preexistentes. * **Montaje e Inspección:** Asegúrese de que el aparato esté correctamente montado según las instrucciones proporcionadas. Revise regularmente todas las fijaciones y piezas para detectar signos de desgaste o daños. No utilice el aparato si está dañado. * **Entorno de Uso:** Coloque el aparato sobre una superficie plana y estable. Asegúrese de tener suficiente espacio libre alrededor del aparato para un uso seguro. * **Uso Apropiado:** Utilice el aparato únicamente para los ejercicios previstos, de acuerdo con las instrucciones. No exceda los límites máximos de peso indicados. * **Supervisión:** Nunca deje a los niños o mascotas cerca del aparato sin supervisión. Los adolescentes deben ser supervisados por un adulto competente. * **Equipamiento:** Use ropa deportiva adecuada y calzado deportivo antideslizante. Quítese cualquier joya o accesorio que pueda quedar atrapado en el aparato. * **Técnica de Ejercicio:** Aprenda y respete las técnicas de ejercicio adecuadas. Si no está seguro, busque el consejo de un entrenador profesional. Comience lentamente y aumente gradualmente la intensidad. * **Parada Inmediata:** Deje de hacer ejercicio inmediatamente si siente dolor, incomodidad o dificultad para respirar. * **Mantenimiento:** Limpie regularmente el aparato con un paño limpio y seco.

Este documento se genera automáticamente en respuesta a las regulaciones europeas de seguridad de productos y de acuerdo con el RGPD.

Português:

Instruções de Segurança Importantes

Antes de usar este aparelho de musculação, leia atentamente este manual do usuário. O uso incorreto pode causar ferimentos graves.

* **Consulta Médica:** Consulte seu médico antes de iniciar qualquer programa de exercícios, especialmente se tiver problemas de saúde preexistentes. * **Montagem e Inspeção:** Certifique-se de que o aparelho esteja montado corretamente de acordo com as instruções fornecidas. Verifique regularmente todas as fixações e peças para detectar sinais de desgaste ou danos. Não use o aparelho se estiver danificado. * **Ambiente de Uso:** Coloque o aparelho sobre uma superfície plana e estável. Certifique-se de ter espaço livre suficiente ao redor do aparelho para um uso seguro. * **Uso Apropriado:** Use o aparelho apenas para os exercícios pretendidos, conforme as instruções. Não exceda os limites máximos de peso indicados. * **Supervisão:** Nunca deixe crianças ou animais de estimação perto do aparelho sem supervisão. Adolescentes devem ser supervisionados por um adulto competente. * **Equipamento:** Use roupas esportivas apropriadas e calçados esportivos antiderrapantes. Remova qualquer joia ou acessório que possa ficar preso no aparelho. * **Técnica de Exercício:** Aprenda e respeite as técnicas de exercício adequadas. Se não tiver certeza, procure o conselho de um treinador profissional. Comece devagar e aumente gradualmente a intensidade. * **Parada Imediata:** Pare de se exercitar imediatamente se sentir dor, desconforto ou falta de ar. * **Manutenção:** Limpe regularmente o aparelho com um pano limpo e seco.

Este documento é gerado automaticamente em resposta aos regulamentos europeus de segurança de produtos e em conformidade com o RGPD.

Deutsch:

Wichtige Sicherheitshinweise

Bevor Sie dieses Trainingsgerät verwenden, lesen Sie bitte diese Bedienungsanleitung sorgfältig durch. Eine unsachgemäße Verwendung kann zu schweren Verletzungen führen.

* **Ärztliche Beratung:** Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen, insbesondere wenn Sie bereits gesundheitliche Probleme haben. * **Montage und Inspektion:** Stellen Sie sicher, dass das Gerät gemäß den mitgelieferten Anweisungen korrekt montiert ist. Überprüfen Sie regelmäßig alle Befestigungen und Teile auf Anzeichen von Verschleiß oder Beschädigung. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn es beschädigt ist. * **Umgebung für die Nutzung:** Stellen Sie das Gerät auf eine ebene und stabile Fläche. Stellen Sie sicher, dass Sie ausreichend Freiraum um das Gerät herum haben,

um es sicher zu verwenden. * **Geeignete Verwendung:** Verwenden Sie das Gerät nur für die vorgesehenen Übungen gemäß den Anweisungen. Überschreiten Sie nicht die angegebenen maximalen Gewichtsgrenzen. * **Aufsicht:** Lassen Sie Kinder oder Haustiere niemals unbeaufsichtigt in der Nähe des Geräts. Jugendliche sollten von einem kompetenten Erwachsenen beaufsichtigt werden. * **Ausrüstung:** Tragen Sie geeignete Sportbekleidung und rutschfeste Sportschuhe. Entfernen Sie jeglichen Schmuck oder Zubehör, das sich im Gerät verfangen könnte. * **Übungstechnik:** Erlernen und respektieren Sie die richtigen Übungstechniken. Wenn Sie sich nicht sicher sind, holen Sie sich Rat von einem professionellen Trainer. Beginnen Sie langsam und steigern Sie die Intensität allmählich. * **Sofortiger Stopp:** Beenden Sie die Übung sofort, wenn Sie Schmerzen, Unbehagen oder Atemnot verspüren. * **Wartung:** Reinigen Sie das Gerät regelmäßig mit einem sauberen, trockenen Tuch.

Dieses Dokument wird automatisch als Antwort auf die europäischen Produktsicherheitsbestimmungen und in Übereinstimmung mit der DSGVO generiert.

Italiano:

Importanti Istruzioni di Sicurezza

Prima di utilizzare questo attrezzo per esercizi, leggere attentamente questo manuale d'uso. Un uso improprio può causare lesioni gravi.

* **Consulto Medico:** Consultare il proprio medico prima di iniziare qualsiasi programma di esercizi, soprattutto se si hanno problemi di salute preesistenti. * **Montaggio e Ispezione:** Assicurarsi che l'attrezzo sia montato correttamente secondo le istruzioni fornite. Controllare regolarmente tutti i fissaggi e le parti per eventuali segni di usura o danni. Non utilizzare l'attrezzo se è danneggiato. * **Ambiente di Utilizzo:** Posizionare l'attrezzo su una superficie piana e stabile. Assicurarsi di avere spazio libero sufficiente intorno all'attrezzo per un uso sicuro. * **Uso Appropriato:** Utilizzare l'attrezzo solo per gli esercizi previsti, secondo le istruzioni. Non superare i limiti di peso massimi indicati. * **Supervisione:** Non lasciare mai bambini o animali domestici vicino all'attrezzo senza supervisione. Gli adolescenti devono essere supervisionati da un adulto competente. * **Equipaggiamento:** Indossare abbigliamento sportivo appropriato e scarpe sportive antiscivolo. Rimuovere gioielli o accessori che potrebbero impigliarsi nell'attrezzo. * **Tecnica di Esercizio:** Imparare e rispettare le tecniche di esercizio appropriate. Se non si è sicuri, chiedere consiglio a un allenatore professionista. Iniziare lentamente e aumentare gradualmente l'intensità. * **Arresto Immediato:** Interrompere immediatamente l'esercizio se si avverte dolore, disagio o mancanza di respiro. * **Manutenzione:** Pulire regolarmente l'attrezzo con un panno pulito e asciutto.

Questo documento è generato automaticamente in risposta alle normative europee sulla sicurezza dei prodotti e in conformità con il GDPR.

Nederlands:

Belangrijke Veiligheidsinstructies

Lees deze gebruikershandleiding zorgvuldig door voordat u dit fitnessapparaat gebruikt. Onjuist gebruik kan leiden tot ernstige verwondingen.

* **Medisch Advies:** Raadpleeg uw arts voordat u met een trainingsprogramma begint, vooral als u reeds bestaande gezondheidsproblemen heeft. * **Montage en Inspectie:** Zorg ervoor dat het apparaat correct is gemonteerd volgens de meegeleverde instructies. Controleer regelmatig alle bevestigingen en onderdelen op tekenen van slijtage of schade. Gebruik het apparaat niet als het beschadigd is. * **Gebruiksomgeving:** Plaats het apparaat op een vlakke en stabiele ondergrond. Zorg ervoor dat u voldoende vrije ruimte rond het apparaat heeft voor veilig gebruik. * **Correct Gebruik:** Gebruik het apparaat alleen voor de beoogde oefeningen, zoals aangegeven. Overschrijd de aangegeven maximale gewichtslimieten niet. * **Toezicht:** Laat kinderen of huisdieren nooit onbeheerd in de buurt van het apparaat. Tieners moeten worden begeleid door een competente volwassene. * **Uitrusting:** Draag geschikte sportkleding en antislipsportschoenen. Verwijder alle sieraden of accessoires die vast kunnen komen te zitten in het apparaat. * **Oefentechniek:** Leer en respecteer de juiste oefentechnieken. Als u het niet zeker weet, vraag dan advies aan een professionele trainer. Begin langzaam en verhoog de intensiteit geleidelijk. * **Onmiddellijke Stop:** Stop onmiddellijk met trainen als u pijn, ongemak of kortademigheid ervaart. * **Onderhoud:** Reinig het apparaat regelmatig met een schone, droge doek.

Dit document wordt automatisch gegenereerd als antwoord op de Europese productveiligheidsvoorschriften en in overeenstemming met de AVG.