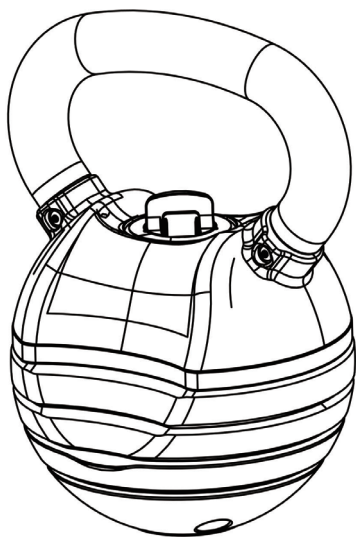


TAURUS®

Bedienungsanleitung



Art.-Nr. TF-AKB-30

TFAKB30.01.01

Allgemeine Sicherheitshinweise

► ACHTUNG

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu Sachschäden führen können.

⚠ VORSICHT

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu leichten bzw. geringfügigen Verletzungen führen können!

⚠ WARNUNG

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu schwersten Verletzungen oder zum Tode führen können!

⚠ GEFAHR

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu schwersten Verletzungen oder zum Tode führen!

① HINWEIS

Dieser Hinweis steht für weitere nützliche Informationen.

⚠ GEFAHR

- + Bevor Sie mit der Nutzung des Gerätes beginnen, sollten Sie durch Ihren Hausarzt klären, ob das Training für Sie aus gesundheitlicher Sicht geeignet ist. Betroffen hiervon sind vor allem Personen, die eine vererbungsbedingte Anlage zu Bluthochdruck oder Herzleiden haben, über 45 Jahre alt sind, rauchen, überhöhte Cholesterinwerte aufweisen, übergewichtig sind und/oder im letzten Jahr nicht regelmäßig Sport getrieben haben. Wenn Sie unter medikamentöser Behandlung stehen, die Ihre Herzfrequenz beeinträchtigt, so ist ärztlicher Rat absolut unabdinglich.
- + Beachten Sie, dass exzessives Training Ihre Gesundheit ernsthaft gefährden kann. Bitte nehmen Sie gleichermaßen zur Kenntnis, dass Systeme der Herzfrequenzüberwachung ungenau sein können. Sobald Sie Anzeichen von Schwäche, Übelkeit, Schwindelgefühle, Schmerzen, Atemnot oder andere abnormale Symptome erkennen, brechen Sie Ihr Training sofort ab und konsultieren Sie im Notfall Ihren Hausarzt.

⚠ WARNUNG

- + Die Benutzung dieses Gerätes ist für Kinder unter 14 Jahren nicht zulässig.
- + Kinder sollten nicht unbeaufsichtigt in die Nähe des Gerätes gelangen.
- + Personen mit Behinderungen müssen eine medizinische Genehmigung vorweisen und unter strenger Beobachtung stehen, wenn Sie jegliche Trainingsgeräte benutzen.
- + Das Gerät darf grundsätzlich nicht gleichzeitig von mehreren Personen genutzt werden.
- + Halten Sie Hände, Füße und andere Körperteile, Haar, Kleidung,

Schmuck und andere Gegenstände von den beweglichen Teilen fern, da sich diese in dem Gerät verfangen können.

- + Tragen Sie bei der Benutzung keine lose bzw. weite Kleidung, sondern geeignete Sportbekleidung. Achten Sie bei den Sportschuhen auf geeignete Sohlen, vorzugsweise sollten diese aus Gummi oder anderen rutschfesten Materialien sein. Ungeeignet sind Schuhe mit Absätzen, Ledersohlen, Stollen oder Spikes. Trainieren Sie niemals barfuß.
- + Stellen Sie das Gerät nicht in Hauptdurchgängen oder Fluchtwegen auf.

⚠ VORSICHT

- + Muss Ihr Gerät mit einem Netzkabel ans Stromnetz angeschlossen werden, stellen Sie sicher, dass das Kabel keine potentielle Stolpergefahr darstellt.
- + Achten Sie darauf, dass sich niemand während des Trainings im Bewegungsbereich des Gerätes befindet, um Sie und andere Personen nicht zu gefährden.
- + Stellen Sie sicher, dass der Trainingsraum während des Trainings gut durchlüftet und keiner Zugluft ausgesetzt ist.
- + Wählen Sie den Aufstellort und die Trainingszone sodass zu allen Seiten genügend Platz vorhanden ist.
- + Die Stellfläche des Gerätes sollten eben, belastbar und fest sein.

► ACHTUNG

- + Es dürfen keine Gegenstände jedweder Art in die Öffnungen des Gerätes gesteckt werden.
- + Um hochwertige Bodenbeläge (Parkett, Laminat, Kork, Teppiche) vor Druckstellen und Schweiß zu schützen, benutzen Sie eine Bodenschutzmatte.
- + Das Gerät darf nur in einem Gebäude, in ausreichend temperierten und trockenen Räumen (Umgebungstemperaturen zwischen 10°C und 35°C), genutzt werden. Die Nutzung im Freien oder in Räumen mit hoher Luftfeuchtigkeit (über 70%) wie Schwimmbädern ist nicht zulässig.

Lieferumfang

Überprüfen Sie den Lieferumfang auf Vollständigkeit und potentielle Beschädigungen.

⚠ VORSICHT

Sollten Teile des Lieferumfangs fehlen oder beschädigt sein, darf das Gerät nicht verwendet werden.

Geräteübersicht

- + A Stellknopf
- + B Griff
- + C Gewichtsplatten



Bedienungsanleitung

1. Stellen Sie die Kettlebell auf den Boden.

⚠ WARNUNG

Stellen Sie sicher, dass der Stellknopf bei dem folgenden Schritt korrekt einrastet! Ansonsten kann es passieren, dass zusätzliche Hantelscheiben mit angehoben werden, die sich im Ernstfall lösen können.

2. Stellen Sie das gewünschte Gewicht durch Drehen des Stellknopfes (A) ein.
3. Umfassen Sie den Griff (B) und heben Sie die Kettlebell an.

📌 HINWEIS

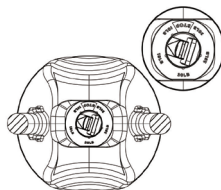
Je nach Gewichtseinstellung bleiben Gewichtsplatten (C) auf dem Boden stehen.

4. Senken Sie die Kettlebell nach dem Training wieder gerade auf die nicht befestigten Gewichte ab.

Stufen

Die Stufen dieser Kettlebell werden mithilfe des Stellknopfes eingestellt. Die einzelnen Stufen sind direkt auf dem Gerät gekennzeichnet. Richten Sie den Stellknopf Ihrer gewünschten Einstellung entsprechend aus. Die folgenden Gewichtseinstellungen sind möglich:

10LB (ca. 4,5 kg), 15LB (ca. 6,8 kg),
20LB (ca. 9 kg), 25LB (ca. 11,3 kg), 30LB (ca. 13,6 kg)

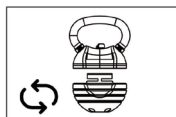


Fehlerbehebung

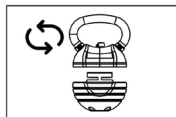
Nachfolgend sind die häufigsten Ursachen aufgeführt, warum die Kettlebell-Verstellung nicht wie gewünscht funktioniert und wie der Fehler behoben werden kann.

Wenn die Gewichtsplatten nicht richtig ausgerichtet sind:

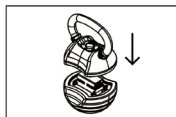
Drehen Sie die Gewichtsscheiben um und stecken Sie den Griff wieder auf.



Drehen Sie den Griff um und stecken Sie ihn wieder auf.

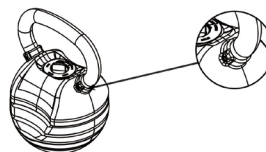


Drücken Sie den Griff nach unten, wenn Sie das Gewicht einstellen.



Wenn die Abdeckungen locker sind:

Sollten die Abdeckungen lose sein, ziehen Sie die Schrauben an den Handgriffen nach.



Technische Daten

Verpackungsmaße (LxBxH): 33 cm x 28 cm x 24,5 cm
Aufstellmaße (LxBxH): 22,4 cm x 18,3 cm x 30 cm
Artikelgewicht (brutto, inkl. Verpackung): 14,4 kg
Artikelgewicht (netto, ohne Verpackung): 13,6 kg

Pflege, Wartung und Lagerung

⚠ WARNUNG

Der Lagerort sollte so gewählt werden, dass ein Missbrauch durch Dritte oder Kinder ausgeschlossen werden kann.

1. Reinigen Sie das Gerät mit einem trockenem weichen Tuch.
2. Lagern Sie das Gerät in einer trockenen Umgebung.

Seriennummer

Um Ihnen den bestmöglichen Service bieten zu können, halten Sie bitte **Modellbezeichnung**, **Artikelnummer** und **Seriennummer** bereit.

📌 HINWEIS

Die Seriennummer Ihres Geräts ist einmalig. Sie befindet sich auf einem weißen Aufkleber. Die genaue Position dieses Aufklebers entnehmen Sie bitte der folgenden Abbildung.



Die Seriennummer befindet sich auf der Unterseite der letzten Gewichtplatte.

Garantiehinweise

Trainingsgeräte von Taurus® unterliegen einer strengen Qualitätskontrolle. Sollte ein bei uns gekauftes Fitnessgerät dennoch nicht einwandfrei funktionieren, bedauern wir dies sehr und bitten Sie, sich an unseren aufgeführten Kundendienst zu wenden. Gerne stehen wir Ihnen telefonisch über die Technik-Hotline zur Verfügung.

Garantiezeiten

Ab Übergabe des Trainingsgerätes übernehmen wir die in unserem Webshop hinterlegten Garantiezeiten. Die für Ihr Trainingsgerät entsprechenden Garantiezeiten finden Sie auf der jeweiligen Produktseite.

Die genauen Garantiebedingungen entnehmen Sie bitte der Webseite zu Ihrem Taurus®-Gerät.

Kontakt

DE Technik

☎ +49 4621 4210-900

✉ technik@sport-tiedje.de

Service

☎ 0800 20 20 277

(kostenlos)

✉ info@sport-tiedje.de

UK Technik

☎ +44 141 876 3986

✉ support@powerhousefitness.co.uk

Service

☎ +44 141 876 3972

FR Technik & Service

☎ +33 (0) 172 770033

+49 4621 4210-933

✉ service-france@fitshop.fr

DK Technik & Service

☎ 80 90 16 50

+49 4621 4210-945

✉ info@fitshop.dk

INT Technik & Service

☎ +49 4621 4210-944

✉ service-int@sport-tiedje.de

BE Technik & Service

☎ 02 732 46 77

+49 4621 42 10-932

✉ info@fitshop.be

NL Technik & Service

☎ +31 172 619961

✉ info@fitshop.nl

AT Technik & Service

☎ 0800 20 20 277

(kostenlos)

+49 4621 42 10-0

✉ info@sport-tiedje.at

CH Technik & Service

☎ 0800 202 027

+49 4621 42 10-0

✉ info@sport-tiedje.ch

PL Technik & Service

☎ 22 307 43 21

+49 4621 42 10-948

✉ info@fitshop.pl