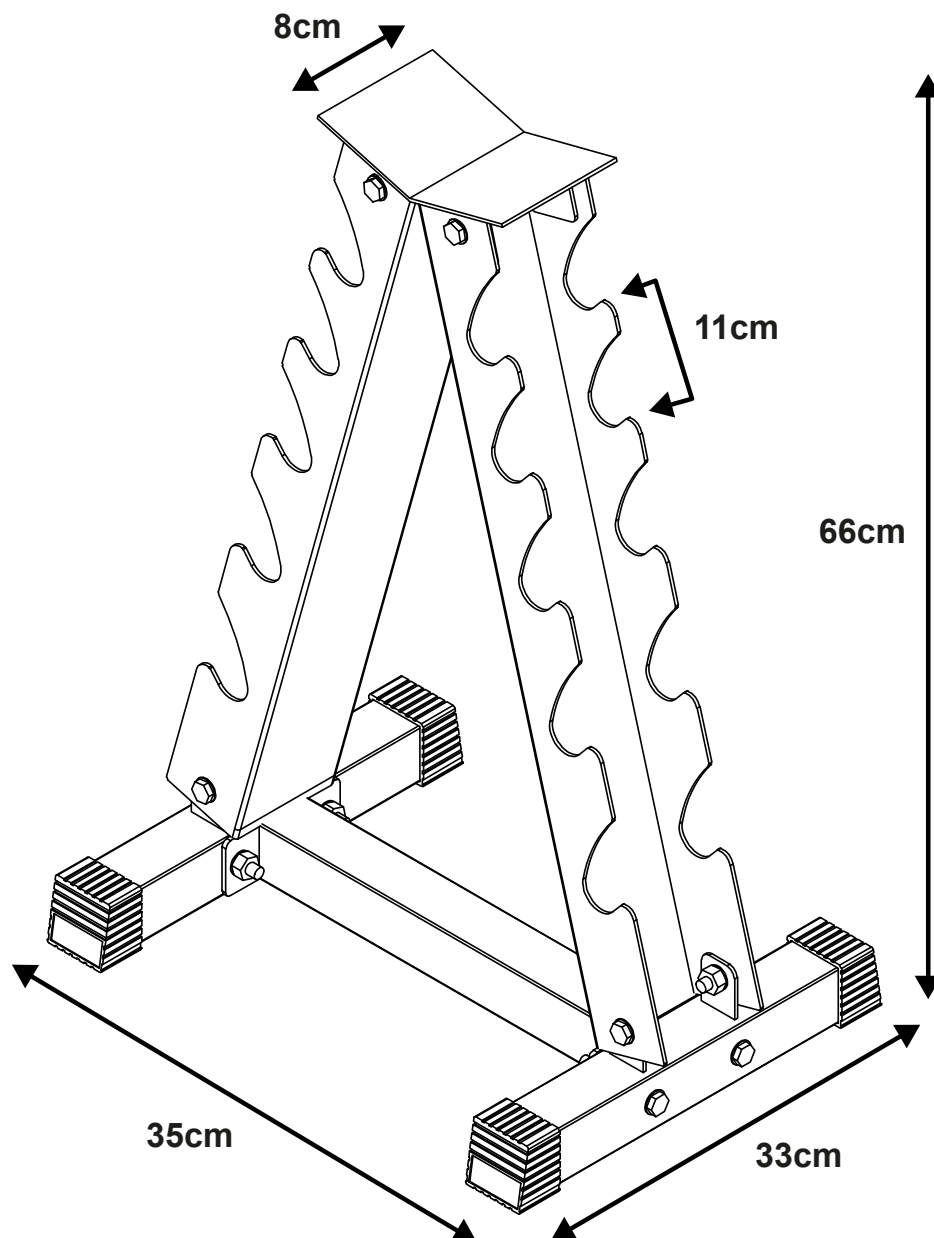


Dumbbell Rack



DE: Montageanleitung
FR: Instructions de montage
EN: Assembly Instructions

DE - Wichtige Sicherheitshinweise

Bitte bewahren Sie dieses Handbuch zum Nachschlagen an einem sicheren Ort auf.

1. Es ist wichtig, dass Sie dieses Handbuch vor dem Zusammenbau und der Verwendung des Geräts vollständig lesen. Eine sichere und effiziente Nutzung kann nur erreicht werden, wenn das Gerät ordnungsgemäß montiert, gewartet und ordnungsgemäß verwendet wird. Es liegt in Ihrer Verantwortung, sicherzustellen, dass alle Benutzer des Geräts über alle Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen informiert sind.
2. Halten Sie Kinder und Haustiere von den Geräten fern. Das Gerät ist nur für Erwachsene bestimmt.
3. Benutzen Sie das Gerät auf einer festen, ebenen Fläche mit einem Schutzbelag für Ihren Boden oder Teppich. Aus Sicherheitsgründen sollte um das Gerät herum ein Freiraum von mindestens 0,5 m vorhanden sein.
4. Überprüfen Sie vor der Benutzung des Geräts, ob die Schrauben und Muttern fest angezogen sind.
5. Das Sicherheitsniveau des Geräts kann nur aufrechterhalten werden, wenn es regelmäßig auf Beschädigungen und/oder Verschleiß untersucht wird.
6. Verwenden Sie das Gerät immer wie angegeben. Wenn Sie beim Zusammenbau oder bei der Überprüfung des Geräts defekte Teile finden oder wenn Sie während des Gebrauchs ungewöhnliche Geräusche aus dem Gerät hören, halten Sie an. Verwenden Sie das Gerät nicht, bis das Problem behoben ist.
7. Das Gerät ist nicht für den therapeutischen Einsatz geeignet.
8. Beim Anheben oder Bewegen des Geräts ist Vorsicht geboten, damit Sie Ihren Rücken nicht verletzen. Wenden Sie immer die richtigen Hebetechniken an und/oder lassen Sie sich helfen.

FR - Informations de sécurité importantes

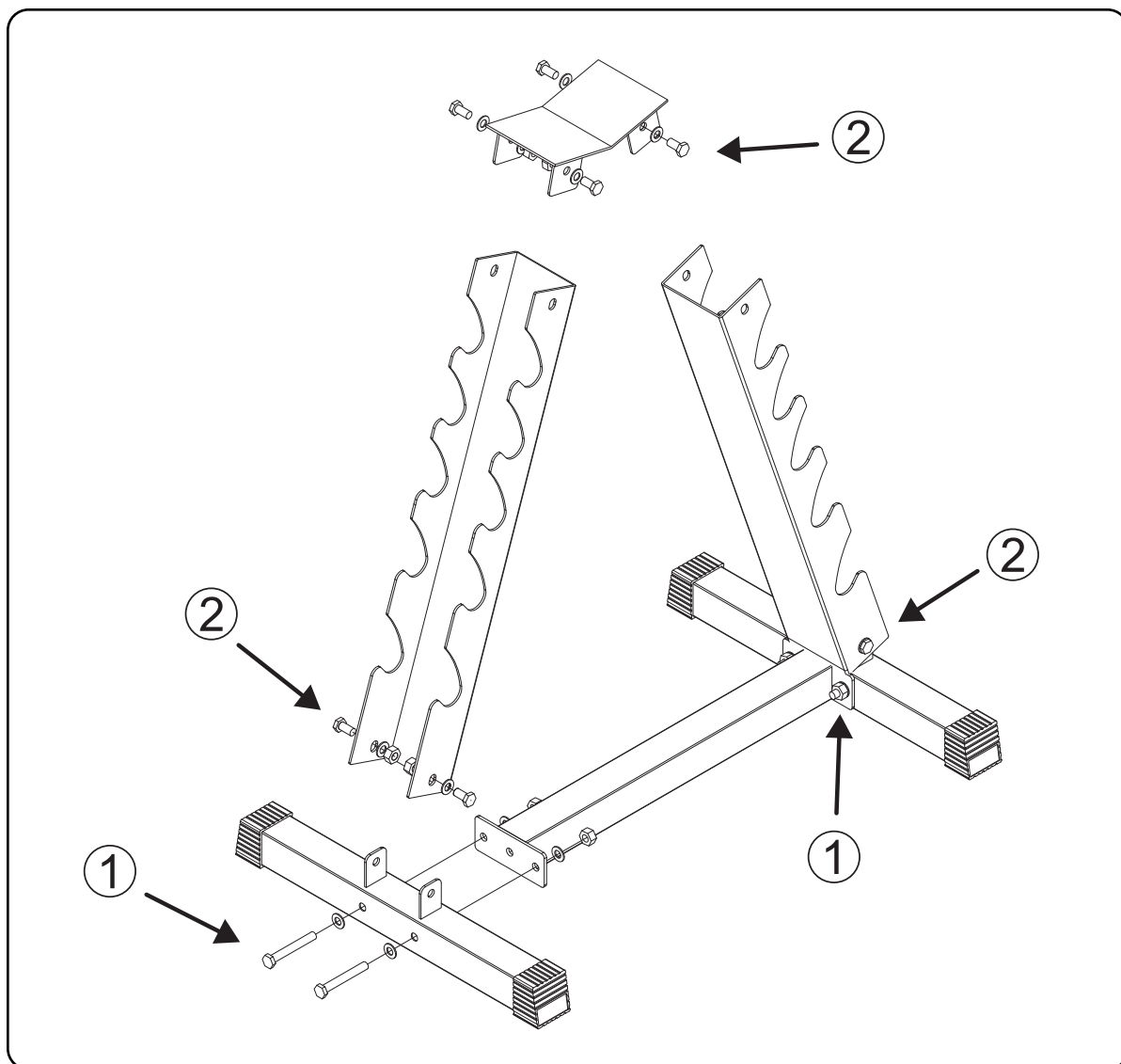
Conservez ce manuel dans un endroit sûr pour pouvoir vous y référer.

1. Il est important de lire l'intégralité de ce manuel avant d'assembler et d'utiliser l'appareil. Une utilisation sûre et efficace n'est possible que si l'équipement est assemblé, entretenu et utilisé correctement. Il est de votre responsabilité de vous assurer que tous les utilisateurs de l'équipement sont informés de tous les avertissements et précautions.
2. Tenez les enfants et les animaux domestiques à l'écart de l'appareil. L'équipement est conçu pour une utilisation par des adultes uniquement.
3. Utilisez l'appareil sur une surface solide et plane, recouverte d'une housse de protection pour le sol ou la moquette. Pour des raisons de sécurité, l'appareil doit être entouré d'un espace libre d'au moins 0,5 mètre.
4. Avant d'utiliser l'appareil, vérifiez que les écrous et les boulons sont bien serrés.
5. Le niveau de sécurité de l'équipement ne peut être maintenu que s'il est régulièrement examiné pour détecter les dommages et/ou l'usure.
6. Utilisez toujours l'appareil comme indiqué. Si vous trouvez des composants défectueux lors du montage ou de la vérification de l'appareil, ou si vous entendez un bruit inhabituel provenant de l'appareil en cours d'utilisation, arrêtez. N'utilisez pas l'appareil tant que le problème n'a pas été résolu.
7. L'équipement n'est pas adapté à un usage thérapeutique.
8. Il faut être prudent lorsque l'on soulève ou déplace l'appareil afin de ne pas se blesser le dos. Utilisez toujours des techniques de levage appropriées et/ou faites appel à de l'aide.

EN - Important Safety Information

Please keep this manual in a safe place for reference.

1. It is important to read this entire manual before assembling and using the equipment. Safe and efficient use can only be achieved if the equipment is assembled, maintained and used properly. It is your responsibility to ensure that all users of the equipment are informed of all warnings and precautions.
2. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
3. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. For safety, the equipment should have at least 0.5 meter of free space all around it.
4. Before using the equipment, check the nuts and bolts are securely tightened.
5. The safety level of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
6. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components whilst assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noise coming from the equipment during use, stop. Do not use the equipment until the problem has been rectified.
7. The equipment is not suitable for therapeutic use.
8. Care must be taken when lifting or moving the equipment so as not to injure your back. Always use proper lifting techniques and/or use assistance.



1

M10x 70 bolt, washer, nut

    x 4

2

M10x 20 bolt, washer, nut

    x 8

		Stückliste	Liste Des Pièces	Part List
PARTS NO.	QTY	DE	FR	EN
1	4	M10 X 70 Sechskantschraube	Boulon Hexagonal M10 X 70	M10 X 70 Hex Bolt
1	8	M10 Unterlegscheibe	Rondelle M10	M10 Washer
1	4	M10 Mutter	Sillet En M10	M10 Nut
2	8	M10 X 20 Sechskantschraube	Boulon Hexagonal M10 X 20	M10 X 20 Hex Bolt
2	16	M10 Unterlegscheibe	Rondelle M10	M10 Washer
2	8	M10 Mutter	Sillet En M10	M10 Nut