

## MONTAGE & PFLEGE

### INHALT:

- 1x Schultergurt
- 2x Widerstandsbänder mit Griffen & Clips

### PRÜFEN SIE DEN SCHULTERGURT UND DIE BÄNDER:

Prüfen Sie Ihren neuen FITBOXR auf mögliche Schäden. Sollten Sie auf einen Schaden stoßen, dann kontaktieren Sie bitte 1-707-FITBOXR (1-707-348-2697), um sich einen KOSTENLOSEN Ersatz senden zu lassen.

### BEFESTIGUNG DER BÄNDER:

- Befestigen Sie die Bänder, indem Sie sie durch die Plastikringe stecken.
- Befestigen Sie anschließend die Aluminiumkarabiner an den Schlaufen oben und unten am Schultergurt.

### PFLEGE:

Schultergurt: Per Hand waschen und an der Luft trocknen lassen.

Bänder: Nur mit Wasser oder dem FITBOXR Widerstandsband-Conditioner waschen. **Keine Chemikalien oder Seife verwenden.** Die Bänder sollten alle 4-6 Monate ausgetauscht werden.

## MACHEN SIE SICH MIT IHREM FITBOXR VERTRAUT

Der FITBOXR ist ein tragbares Fitnessgerät. Das Versäumnis, sich an die angemessenen Sicherheits- und Inspektionsprozeduren zu halten, kann zu ernststen Verletzungen führen.

- Nutzen Sie den FITBOXR Widerstandstrainer ausschließlich mit den zugelassenen FITBOXR Produkten.
- Wickeln Sie sich die FITBOXR Widerstandsbänder nicht um den Körper.
- **LATEX WARNUNG. Die Widerstandsbänder bestehen aus Latex.**
- Nutzen Sie die FITBOXR Widerstandsbänder nur mit dem Schultergurt.
- Dehnen Sie die Bänder nie weiter als um das 2,5-fache ihrer Länge.
- Kinder unter 14 Jahren sollten den Widerstandstrainer nur unter Aufsicht eines Erwachsenen nutzen.
- Verwenden Sie die FITBOXR Widerstandsbänder ausschließlich zum Trainieren.

**Prüfen Sie den Widerstandstrainer vor jeder Verwendung. Sollten die Widerstandsbänder angerissen sein, dann müssen sofort ersetzt werden.**

## GEBRAUCHSANLEITUNG

Der FITBOXR wird mit ausgestreckten Armen **über den Kopf** gezogen.

Stellen Sie die Gurte dazu so ein, dass die Armöffnungen so groß wie möglich sind.

Halten Sie den Schultergurt so, dass Sie FITBOXR lesen können und stecken Sie die Arme durch die Armöffnungen.

Ziehen Sie den Schultergurt nun über den Kopf und rücken Sie ihn in die richtige Position.

Ziehen Sie den Schultergurt anschließend nach unten, damit er richtig sitzt und stellen Sie die Gurte fest.

## EINSTELLUNGEN

### DIE RICHTIGE PASSFORM FINDEN

1. **INDIVIDUELLE PASSFORM:**  
Der FITBOXR Widerstandstrainer kann individuell eingestellt werden, sodass er sich genau an Ihre Körpermaße anpasst.
2. **LÄNGERE ARME:**  
Befestigen Sie die Karabiner-Clips, wenn Sie längere Arme haben, an der oberen und unteren Schlaufe in der vorderen Position.
3. **KÜRZERE ARME:**  
Befestigen Sie die Karabiner-Clips, wenn Sie kürzere Arme haben, an der oberen und unteren Schlaufe in der hinteren Position.
4. **TIPP:**

Nutzen Sie diese Anleitung nicht, um den Widerstandstrainer so einzustellen, dass absichtlich der Widerstand erhöht wird. Kaufen Sie in diesem Fall stattdessen die nächsten Widerstandsbänder auf FITBOXR.com

**HAFTUNGSBESCHRÄNKUNG:**

Unter keinen Umständen haften FITBOXR, LLC. oder jegliche zugehörige Personen, Eigentümer, Leiter, Direktoren, Mitarbeiter, Agenten, Lieferanten oder Trainer gegenüber Ihnen oder Dritten für Verletzungen oder Schäden an Personen oder Eigentum oder für spezielle, indirekte, zufällige, folgende oder andere Schäden jeglicher Art, die sich aus der unsachgemäßen Verwendung der Widerstandsbänder ergeben.

Dies ist eine umfassende Haftungsbeschränkung, die sich auf jeglichen Verlust oder Schäden jeglicher Art (egal ob direkt, indirekt, allgemein, speziell, folgend, zufällig, exemplarisch oder sonstige) bezieht – und dass, egal ob der Anspruch durch den Vertrag, ein Schadensersatzrecht oder durch Gefährdungshaftung entsteht, selbst wenn ein autorisierter Vertreter von FITBOXR, LLC darauf hingewiesen wurde oder wissen sollte, dass es zu einem entsprechenden Schaden kommen könnte.

Das gültige Recht könnte eine solche Haftungsbeschränkung ausschließen, sodass sie auf Sie nicht zutreffen könnte. Sollte ein Teil dieser Haftungsbeschränkung aus irgendeinem Grund ungültig oder nicht durchsetzbar sein, so wird der gesamte Haftungsumfang von FITBOXR, LLC. oder jeglichen zugehörigen Personen, Eigentümern, Leitern, Direktoren, Mitarbeitern, Agenten, Lieferanten oder Trainern im Fall von Haftungen, die andernfalls beschränkt wären, nicht den Kaufpreis dieses Fitnessproduktes überschreiten.