



FR

**CET ARTICLE
SE TRIE**



MAGASIN

OU



DÉCHÈTERIE

quefairedemesdechets.fr

- EN 1)** Storage and maintenance instructions: to ensure long life, rinse in clean, cold water and hang to dry naturally. Do not leave exposed in direct sunlight.
- 2)** Disposal of packaging materials: please dispose of packaging materials responsibly in a recycling bin.
- 3)** Disposal of the product: when disposing of your buoyancy device please ensure to carefully cut or separate the device so as others are not able to use it.

INSTRUCTIONS FOR USE

Multiple hand positioning and comfortable support as a kickboard.
Asymmetric shape for a perfect fit and feel as a pullbuoy.

Suitable for beginner swimmers for the buoyancy given.

Suitable for advanced swimmers for improving technique by keeping the body in a better position.

Can be used as a kickboard for improving the lower body force in the legs or as a pullbuoy for isolating the muscles in the upper body increasing arm and shoulder strength.

Multiple hand positioning and comfortable support for the arms while keeping the upper body still.

Suitable for beginner swimmers ≥ 60 KG / ≥ 12 Y for to tone lower body muscles.

Suitable for advanced swimmers ≥ 60 KG / ≥ 12 Y to improve core stabilization and kick.

The Device should not be bitten or chewed by the user as pieces that may be bitten off / torn from / come away from the material may cause a choking hazard.

WARNING

WILL NOT PROTECT AGAINST DROWNING.

USE ONLY UNDER CONSTANT SUPERVISION.

- ES** 1) Instrucciones de mantenimiento: para asegurar una larga vida útil, enjuáguelo en agua fría y cuélguelo para que se seque al aire. No lo deje expuesto a la luz directa del sol.
- 2) Desecho de los materiales de embalaje: deseche los materiales de embalaje de forma responsable en un contenedor de reciclaje.
- 3) Desecho del producto: cuando deseche su dispositivo de flotabilidad, asegúrese de cortarlo o separarlo cuidadosamente para que otros no puedan utilizarlo.

INSTRUCCIONES DE USO

Distintas posiciones para las manos y soporte muy cómodo, como una tabla de natación.

Forma asimétrica para un ajuste perfecto, como un pullbuoy.

Flotabilidad ideal para nadadores principiantes.

Óptimo para nadadores avanzados que deseen mejorar su técnica manteniendo el cuerpo en una mejor posición.

Se puede utilizar como tabla de natación para mejorar la fuerza de las piernas o como pullbuoy para aislar los músculos de la parte superior del cuerpo y aumentar la fuerza de brazos y hombros.

Varias posiciones para las manos y soporte cómodo para los brazos mientras el tren superior se mantiene inmóvil.

Apto para nadadores principiantes ≥ 60 KG / ≥ 12 A que deseen tonificar los músculos del tren inferior.

Apto para nadadores avanzados ≥ 60 KG / ≥ 12 A que deseen mejorar la estabilización de los músculos centrales y la patada.

El usuario no debe morder ni masticar este artículo, pues los fragmentos que se podrían desprender o soltar del material pueden presentar riesgo de asfixia.

ADVERTENCIA

**NO PROTEGE AL NIÑO CONTRA EL PELIGRO DE AHOGARSE.
USAR SÓLO BAJO SUPERVISIÓN CONSTANTE.**

- FR** 1) Conseils d'entretien: pour garantir une longue durée de vie, rincer à l'eau froide et claire puis laisser sécher naturellement. Ne pas laisser au soleil.
- 2) Mise au rebut des matériaux d'emballage: veuillez éliminer l'emballage de manière responsable en le jetant dans un bac de recyclage.
- 3) Mise au rebut du produit: quand vous jetez votre dispositif de flottaison, veuillez à couper ou à séparer soigneusement le dispositif de manière à ce que personne ne puisse être en mesure de l'utiliser.

MODE D'EMPLOI

Plusieurs positions possibles des mains, soutien co fortable en mode planche. Forme asymétrique convenant parfaitement à l'utilisation en tant que pull buoy.

Adapté aux nageurs débutants pour la flottabilité assurée.

Adapté aux nageurs confirmés pour améliorer leur technique en maintenant le corps dans une meilleure position.

Peut être utilisé comme une planche pour améliorer la force du bas du corps dans les jambes ou comme pull buoy pour isoler les muscles dans le haut du corps en augmentant la puissance des bras et des épaules.

Multiplie le positionnement des mains, et soutien des bras tout en maintenant immobile le haut du corps.

Convient aux nageurs débutants ≥ 60 KG / ≥ 12 A pour renforcer les muscles du bas du corps.

Convient aux nageurs avancés ≥ 60 KG / ≥ 12 A, afin d'améliorer la stabilisation générale et les battements.

L'utilisateur ne doit pas mordre ni mastiquer l'article car les morceaux qui seraient mordus, arrachés ou se détacheraient du matériau pourraient provoquer un risque d'étouffement.

AVERTISSEMENT

NE PROTÈGE PAS CONTRE LA NOYADE.

UTILISER SEULEMENT SOUS SURVEILLANCE CONSTANTE.

- DE 1) Pflegehinweis: für eine lange Lebensdauer spülen Sie es in kaltem Wasser und lassen Sie es aufgehängt an der Luft trocknen. Lassen Sie es vor direktem Sonnenlicht geschützt trocknen.
- 2) Entsorgung des Verpackungsmaterials: bitte führen Sie das Verpackungsmaterial dem entsprechenden Recycling zu.
- 3) Entsorgung des Produkts: wenn Sie Ihre Tarierausrüstung entsorgen, zerschneiden oder zertrennen Sie sie so, dass sie nicht mehr von anderen verwendet werden kann.

BEDIENUNGSANLEITUNG

Verschiedene Handpositionen und komfortabler Halt als Schwimmbrett.

Asymmetrische Form für einen perfekten Sitz und Halt als Pullbuoy.

Dank seines Auftriebs für Schwimmanfänger geeignet.

Fortgeschrittene Schwimmer können damit ihre Technik verbessern, indem der Körper eine bessere Position einnimmt.

Auch als Schwimmbrett zur Stärkung des Unterkörpers und Beinschlags oder als Pullbuoy für isoliertes Muskeltraining des Oberkörpers zur Kräftigung der Arme und Schultern verwendbar.

Vielfältige Handpositionen und komfortabler Halt für die Arme, während Ihr Oberkörper ruhig bleibt.

Geeignet für Schwimmanfänger $\geq 60 \text{ KG}$ / $\geq 12 \text{ J}$ zur Stärkung der Unterkörpermuskulatur.

Geeignet für fortgeschrittene Schwimmer $\geq 60 \text{ KG}$ / $\geq 12 \text{ J}$ zur Kernstabilisierung und Verbesserung des Beinschlags.

Das Produkt darf vom Benutzer nicht zerbissen oder gekaut werden, da die vom Material abgebissenen, abgerissenen oder sich davon gelösten Stücke eine Erstickungsgefahr darstellen können.

WARNUNG

KEIN SCHUTZ GEGEN ERTRINKEN.

NUR UNTER STÄNDIGER AUFSICHT VERWENDEN.

- IT 1) Istruzioni per la manutenzione: per assicurare una lunga durata, sciacquare con acqua pulita e fredda e lasciare asciugare all'aria. Non lasciare il prodotto esposto direttamente alla luce del sole.
- 2) Smaltimento dei materiali di imballaggio: smaltire i materiali di imballaggio in modo responsabile nell'apposito cestino per la raccolta differenziata.
- 3) Smaltimento del prodotto: per lo smaltimento del dispositivo di galleggiamento, accertarsi di tagliarlo o separarlo con cura in modo che non possa essere utilizzato da altri.

ISTRUZIONI PER L'USO

Più posizioni per le mani e sostegno comodo come se fosse una kickboard. Forma asimmetrica per ottenere un'aderenza perfetta e la sensazione di usare un pullbuoy.

Adatto per nuotatori principianti grazie alla galleggiabilità fornita.

Adatta per nuotatori esperti per migliorare la tecnica mantenendo il corpo in una migliore posizione.

Può essere usato come kickboard per migliorare la resistenza della parte inferiore del corpo, in particolare delle gambe, oppure come pullbuoy per isolare i muscoli del torso, per aumentare la forza di braccia e spalle.

Varie posizioni per le mani e sostegno confortevole per le braccia mantenendo contemporaneamente ferma la parte superiore del corpo. Adatta ai nuotatori principianti ≥ 60 KG / ≥ 12 A per tonificare i muscoli della parte inferiore del corpo.

Perfetta per i nuotatori di livello avanzato ≥ 60 KG / ≥ 12 A per migliorare la core stability e la gambata.

Non mordere o tentare di masticare il dispositivo. Eventuali parti di materiale strappato o staccato possono causare un rischio di soffocamento.

ATTENZIONE

NON È UN AUSILIO ANTI-ANNEGAMENTO.

USARE ESCLUSIVAMENTE SOTTO COSTANTE SUPERVISIONE.

- PT** 1) Instruções de manutenção: para garantir a durabilidade, lave com água limpa e fria, deixando secar naturalmente. Não deixe exposto à luz direta do sol.
- 2) Descarte dos materiais da embalagem: descarte os materiais da embalagem de forma responsável num recipiente de lixo.
- 3) Descarte do produto: ao descartar o seu equipamento de flutuação, corte ou separe devidamente o mesmo para que os outros não consigam utilizá-lo.

INSTRUÇÕES DE USO

Posição múltipla das mãos e um apoio confortável como uma prancha kickboard.

Forma assimétrica para um encaixe perfeito e sensação de um pull buoy.

Adequado para nadadores iniciantes pela flutuação proporcionada.

Adequada para nadadores avançados para aperfeiçoar a técnica, mantendo o corpo em uma posição melhor.

Pode ser usado como prancha kickboard para melhoria da força nos membros inferiores ou como pull buoy para isolar os músculos na parte superior do corpo, aumentando a força nos braços e ombros.

Múltiplas posições para as mãos e apoio confortável para os braços, mantendo o tronco fixo.

Adequado para nadadores iniciantes ≥ 60 KG / ≥ 12 A para tonificar os músculos dos membros inferiores.

Adequado para nadadores avançados ≥ 60 KG / ≥ 12 A para melhorar a estabilidade e a perna.

O Dispositivo não deve ser mordido nem mastigado pelo utilizador porque os pedaços mordidos/ arrancados/despedaçados do material podem causar um risco de asfixia.

AVISO

**NÃO PROTEGE CONTRA O AFOGAMENTO.
USE APENAS SOB SUPERVISÃO CONSTANTE.**

- RU** 1) Указания по уходу: Удлинить срок службы поможет полоскание в чистой холодной воде и вывешивание для естественной сушки. Не оставляйте под прямыми солнечными лучами.
- 2) Вывоз в отходы упаковочного материала. Просим ответственно подойти к выбрасыванию упаковки в контейнер для дифференцированного сбора отходов.
- 3) Вывоз в отходы изделия. При выбрасывании устройства для плавания просим аккуратно отрезать или отделить устройство, чтобы другие не могли им воспользоваться.

ИНСТРУКЦИЯ

Доска для плавания с удобным хватом и комфортной поддержкой.

Колобашка асимметричной формы для лёгкого позиционирования и удобства.

Дополнительная плавучесть придаст уверенности начинающим пловцам.

Придавая телу оптимальное положение, поможет опытным спортсменам усовершенствовать технику плавания.

Используйте как доску для плавания при тренировке мышц ног или как колобашку для изоляции мышц торса при тренировке рук и плеч.

Удобная поддержка рук при различных вариантах захвата доски позволит торсу оставаться в покое.

Начинающим пловцам ≥ 60 кг / ≥ 12 лет доска поможет в тренировках мышц ног.

Опытным пловцам ≥ 60 кг / ≥ 12 лет доска позволит усовершенствовать стабилизацию корпуса и отработать толчковые движения.

Пользователь не должен кусать или жевать данное Устройство, так как откусенные / оторванные / отделившиеся части материала могут создавать опасность удушья.

ВНИМАНИЕ

НЕ ЗАЩИЩАЮТ ОТ УТОПЛЕНИЯ.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ ТОЛЬКО ПОД ПОСТОЯННЫМ ПРИСМОТРОМ.

- HU** 1) Karbantartási utasítások: a hosszú élettartam biztosítása érdekében öblítse le tiszta, hideg vízzel, majd felfüggesztve hagyja megszáradni. Nemszabadnapsugárzásközvetlenhatásának kitenni.
- 2) Csomagoló anyagok eldobása: a csomagolóanyagot felelősségteljesen, újrahasznosításra elhelyezett szemetesbe kell dobni.
- 3) A termék eldobása: az úszásszabályozó leselejtezőskor feltétlenül vágja szét vagy különítse el a készüléket, nehogy mások használhassák azt.

HASZNÁLATI UTASÍTÁS

A kéz többféleképpen pozicionálható és biztosított a kényelmes alátámasztás, akár egy úszódeszkán.

Az aszimmetrikus forma tökéletes illeszkedést és érzést biztosít, akár egy lábujjra.

Alkalmas kezdő úszók számára az úszóképesség fenntartására. Alkalmas haladó úszók számára az úszástechnika javítására, mivel a testet jobb helyzetben tartja.

Használható úszódeszkeként, a lábizmok megdolgoztatására vagy lábujjaként, a felsőtest - a kar és a váll - izomzatának külön erősítésére.

Több kézpozíció és kényelmes kartámasz a felsőtest helyben tartása közben.

Kezdő úszóknak ≥ 60 KG / ≥ 12 Y megfelelő az alsó test izmainak formálásához.

Haladó úszóknak ≥ 60 KG / ≥ 12 Y megfelelő a törzs stabilitásának és a lábtempó fejlesztéséhez.

Az eszközt a felhasználónak nem szabad megharapnia vagy megrágnia, mivel az anyagból leharapott/leszakadt/levált darabok fulladásveszélyt okozhatnak.

FIGYELMEZTETÉS

**NEM BIZTOSÍT VÉDELMEZT A VÍZBE FULLADÁS ELLEN.
CSAK ÁLLANDÓ FELÜGYELET MELLETT HASZNÁLJA.**

- PL** 1) Instrukcje dotyczące konserwacji: aby zapewnić długotrwałość produktu, należy go przepłukać czystą, zimną wodą i pozostawić powieszony do samoistnego wyschnięcia. Nie narażać na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.
- 2) Usuwanie opakowania: prosimy o usuwanie opakowania w sposób odpowiedzialny, do odpowiednich pojemników na recykling.
- 3) Usuwanie produktu: wyrzucając element wypomościowy, należy go przeciąć lub oddzielić, aby inne osoby nie mogły go używać.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA

Możliwość ułożenia rąk na wiele sposobów i wygodne podparcie jako deska.

Asymetryczny kształt świetnie dopasowuje się do ciała pływaką, podobnie jak „ósemka”.

Odpowiednia dla początkujących, pomaga uzyskać pływalność.

Pomaga zaawansowanym pływakom w ćwiczeniu techniki, gdyż poprawia pozycję ich ciała.

Można używać jako deskę, by wzmocnić nogi, albo jako „ósemkę” izolującą mięśnie górnej części ciała, w tym ramion i barków.

Wiele możliwości ułożeń dłoni i wygodne podparcie dla ramion, przy jednoczesnym utrzymywaniu górnej części ciała.

Odpowiednie dla początkujących pływaków ≥ 60 KG / ≥ 12 LAT, do wzmacniania mięśni dolnej części ciała.

Odpowiednie dla zaawansowanych pływaków, ≥ 60 KG / ≥ 12 LAT do zwiększania stabilizacji tułowia i siły odbicia.

Przyrządu nie należy gryźć ani żuć, ponieważ kawałki, które mogą zostać odgryzione / oderwane / odpadną od materiału, mogą powodować ryzyko zadławienia.

OSTRZEŻENIE

**NIE STANOWI OCHRONY PRZED UTONIĘCIEM.
UŻYWAĆ TYLKO POD STAŁYM NADZOREM.**

- CS** 1) Pokyny pro údržbu: pro zajištění dlouhé životnosti opláchněte čistou studenou vodou a nechte oschnout na vzduchu. Nevystavujte přímému slunci.
- 2) Likvidace obalových materiálů: obalové materiály vyhodte do odpadkového koše.
- 3) Likvidácia výrobku: při likvidaci vaší plovací pomůcky dbejte, abyste důkladně oddělili nebo rozstříhali toto zařízení, aby jej nikdo nemohl použít.

POKYNY PRO POUŽÍVÁNÍ

Několik poloh na umístění rukou a pohodlná podpora při použití jako plovoucí deska.

Asymetrický tvar pro dokonalé uchycení a pocit plavecké osmičky.

Vhodný pro začátečníky plavce kvůli poskytovanému vztlaku.

Vhodný pro pokročilé plavce na zdokonalení techniky tím, že udržuje tělo v lepší pozici.

Může se použít jako plovoucí deska na rozvoj síly spodní části těla v nohách nebo jako plavecká osmička na izolaci svalů v horní části těla na rozvoj síly paže a ramene.

Vícenásobné umístění rukou a pohodlná podpěra pro ramena při uchovávání horní části těla nečinné.

Vhodné pro začínající plavce $\geq 60 \text{ KG} / \geq 12 \text{ LET}$ pro zpevňování svalů dolní části těla.

Vhodné pro pokročilé plavce $\geq 60 \text{ KG} / \geq 12 \text{ LET}$ pro zlepšení stability středu těla a kopu.

Uživatel by do produktu neměl kousat ani ho žvýkat, protože kusy, které mohou být ukousnuty/utrženy/odtrženy z materiálu, mohou způsobit nebezpečí udušení.

VAROVÁNÍ

NECHRÁNÍ PROTI UTONUTÍ.

POUŽÍVAT POUZE POD STÁLÝM DOHLEDEM.

- NL** 1) Aanwijzingen voor onderhoud: spoel het product met schoon, koud water en hang het op om te drogen. Het product zal dan langer meegaan. Leg het product niet in de zon.
- 2) Verpakkingsafval: lever het verpakkingsmateriaal in bij het oud papier.
- 3) Product weggooien: wanneer u het trimjacket bij het afval verwijdt, haalt u het dan zorgvuldig uit elkaar of maak het bewust lek zodat anderen het niet kunnen gebruiken.

GEBRUIKSAANWIJZING

Meerdere handposities en comfortabele steun bij gebruik als kickboard. Asymmetrische vorm zorgt voor perfecte pasvorm en gevoel bij gebruik als pullbuoy.

Geschikt voor beginnende zwemmers vanwege het drijfvermogen. Geschikt voor gevorderde zwemmers die hun techniek willen verbeteren vanwege de betere lichaamshouding.

Kan worden gebruikt als kickboard om de beenkracht te verbeteren of als pullbuoy om de spieren in het bovenlichaam te isoleren voor meer kracht in armen en schouders.

Meerdere handposities en comfortabele steun voor de armen terwijl het bovenlichaam is gefixeerd.

Geschikt voor beginnende zwemmers ≥ 60 KG / ≥ 12 J om de spieren van het onderlichaam te versterken.

Geschikt voor gevorderde zwemmers ≥ 60 KG / ≥ 12 J ten behoeve van een stabielere ligging en betere beenslag.

De gebruiker mag niet op dit artikel bijten of kauwen, omdat stukken materiaal die worden afgebeten/afgescheurd/loskomen een gevaar van verstikking kunnen vormen.

WAARSCHUWING

DE BANDJES BIEDEN GEEN BESCHERMING TEGEN VERDRINKING.

HOUD HET KIND TIJDENS GEBRUIK ALTIJD IN.

- DA 1) Vedligeholdelse: efter brug bør du vaske produktet i koldt vand og tørre det af – så holder det længere. Lad ikke produktet ligge ude i solen.
- 2) Bortskaffelse af emballagematerialer: emballagen bedes bortskaffet på forsvarlig vis i en genbrugscontainer.
- 3) Bortskaffelse af produktet: når din afbalanceringsvest er udtjent og skal bortskaffes, skal du sørge for at opskære eller adskille den, så andre ikke kan forsøge at bruge den.

BRUGSVEJLEDNING

Flere forskellige håndstillinger og bekvem støtte som svømmeplade.

Asymmetrisk form giver en perfekt pasform og fornemmelse som pull buoy.

Egnet til svømmere på begynderniveau på grund af den opdrift den giver.

Egnet til øvede svømmere til forbedring af teknik ved at holde kroppen i en bedre stilling.

Kan bruges som svømmeplade til at forbedre styrken i underkrop og ben eller som pull buoy til at isolere musklerne i overkroppen og forbedre arm- og skulderstyrke.

Flere håndstillinger og bekvem støtte til armene samtidig med at overkroppen holdes i ro.

Egnet til uøvede svømmere ≥ 60 KG / ≥ 12 ÅR til at styrke musklerne i underkroppen.

Egnet til øvede svømmere ≥ 60 KG / ≥ 12 ÅR til at forbedre core-stabilitet og benta.

Brugeren må ikke bide eller tygge i enheden, da stykker, der kan blive bidt af/revet fra/løse sig fra materialet, kan forårsage kvælningfare.

ADVARSEL

BESKYTTER IKKE MOD DRUKNING.

MÅ KUN BENYTTES UNDER KONSTANT OPSYN.

- FI** 1) Huolto-ohjeet: taataksesi pitkän käyttöiän, pese käsikellukkeet käytön jälkeen kylmällä ja puhtaalla vedellä ja ripusta kuivumaan. Älä jätä niitä käytön jälkeen suoraan auringonvaloon.
- 2) Pakkausmateriaalien hävittäminen: hävitä pakkausmateriaalit vastuullisesti kierrättämällä.
- 3) Tuotteen hävittäminen: kun tasapainotusliiviä hävitetään varmista, että se leikataan tai laitetaan huolellisesti erilleen siten, että kukaan ei pääse sitä käyttämään.

KÄYTTÖOHJEET

Useat käsikahvat ja mukava tuki uimalautana käytettäessä.

Muodoltaan epäsymmetrinen ihanteelliselle asennolle ja pullbuoy-kelluvuudelle.

Soveltuu aloittelijoille nosteen vuoksi.

Soveltuu kehittyneille uimareille tekniikan parantamiseksi pitämällä kehoa paremmassa asennossa.

Voidaan käyttää myös jalkojen voiman parantamiseen kuten myös Pullbuoy-kellukkeena yläkehon lihasten harjoittamiseksi lisäämällä käsivarsien ja olkapäiden voimaa.

Useat käsikahvat ja mukava tuki käsivarsille pitämällä samalla yläkehoa vakaana. Soveltuu aloittelijoille ≥ 60 KG / ≥ 12 V alaraajojen lihasten vahvistamiseksi.

Soveltuu kehittyneille uimareille ≥ 60 KG / ≥ 12 V keskikehon vakauden ja potkun parantamiseksi.

Käyttäjä ei saa purra tai pureskella tuotetta, koska materiaalista puretut / repeävät / irtoavat kappaleet voivat aiheuttaa tukehtumisvaaran.

VAROITUS

EI SUOJAA HUKKUMISELTA.

KÄYTÄ AINOASTAAN JATKUVAN VALVONNAN ALLA.

- EL** 1) Οδηγίες συντηρησης: Για να διασφαλίσετε μεγάλη διάρκεια ζωής, ξεπλύνετε το προϊόν με καθαρό, κρύο νερό και κρεμάστε το για να στεγνώσει. Μην αφήνετε το προϊόν εκτεθειμένο στην άμεση ηλιακή ακτινοβολία.
- 2) Απόρριψη υλικών συσκευασίας: Απορρίπτετε τα υλικά συσκευασίας σε κάδο ανακύκλωσης με σεβασμό απέναντι στο περιβάλλον.
- 3) Απόρριψη του προϊόντος: Κατά την απόρριψη της συσκευής πλευστότητας, βεβαιωθείτε ότι κόψατε ή αποσυναρμολογήσατε προσεκτικά τη συσκευή σας ώστε να μην μπορούν να τη χρησιμοποιήσουν άλλα άτομα.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

Πολλές θέσεις για τα χέρια και άνετη στήριξη ως σανίδα κολύμβησης.

Ασύμμετρο σχήμα για τέλεια προσαρμογή και αίσθηση ως σωσίβιο έλξης.

Κατάλληλο για αρχάριους κολυμβητές για λόγους πλευστότητας.

Κατάλληλο για προχωρημένους κολυμβητές για βελτίωση της τεχνικής διατηρώντας το σώμα σε καλύτερη στάση.

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως σανίδα κολύμβησης για βελτίωση της δύναμης στο κάτω μέρος του σώματος, στα πόδια, ή ως σωσίβιο έλξης για απομόνωση των μυών στο πάνω μέρος του σώματος, με ανάλογη ενδυνάμωση των χεριών και των ώμων.

Πολλές θέσεις για τα χέρια και άνετη στήριξη των βραχιόνων ενώ ο κορμός διατηρείται σταθερός.

Ενδείκνυται για αρχάριους κολυμβητές ≥ 60 KG / ≥ 12 ετών για την τόνωση των μυών στα κάτω άκρα.

Ενδείκνυται για προχωρημένους κολυμβητές ≥ 60 KG / ≥ 12 ετών για τη βελτίωση της σταθεροποίησης του κορμού και της κίνησης των ποδιών.

Ο χρήστης δεν θα πρέπει να δαγκώνει ή να μασά το προϊόν, διότι τα κομμάτια που κόβονται με τα δόντια, σχίζονται ή αποσπώνται από το υλικό ενέχουν κίνδυνο ασφυξίας.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

ΤΟ ΠΡΟΪΟΝ ΔΕΝ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΕΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΠΝΙΓΜΟ.

ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΜΟΝΟ ΥΠΟ ΣΥΝΕΧΗ ΕΠΙΒΛΕΨΗ.

- (1) لا يحمي من الغرق. يستخدم تحت المراقبة المستمرة. تحذير
- (2) لمص من مواد التغليف يرجى التخلص من مواد التغليف بشكل مسئول في صندوق تدوير النفايات.
- (3) لمص من المنتج عندما تخلص من أداة الطفو يرجى أن تنصها بعناية أو تجرّتها الأداة بحيث لا يمكن أن تستعمل من قبل شخص آخر.

أماكن قبض متعددة ومسدّد مريح مثل لوح السباحة.

شكل غير متناظر للتلاؤم بشكل أفضل والشعور كأنها بول بوي.

مناسب للسباحين المبتدئين لخاصية الطفو.

مناسب للسباحين المتقدمين لتحسين التقنية من خلال المحافظة على الجسم في وضعية أمثل.

يمكن استخدامها كلعو سباحة لتحسين قوة الجزء السفلي من الجسم في الساقين أو مثل بول بوي لعزل العضلات في الجزء العلوي

لزيادة قوة الأذرع والأكتاف.

يجب على المستخدم ألا يعض أو يمضغ الجهاز هذا حيث يمكن لقطع منه أن تتمزق/تنخلع عن المادة مسببة خطر الاختناق

تحذير

لا يحمي من الغرق. يستخدم تحت المراقبة المستمرة.

- TR** 1) Bakım talimatları: dayanımlı olması için temiz ve soğuk suda durulayınız ve doğal biçimde kuruması için asınız. Direkt güneş ışığına maruz bırakmayınız.
- 2) Ambalaj malzemelerinin imhası: lütfen ambalaj malzemelerini çöp kutusuna dikatli bir şekilde atınız.
- 3) Ürünün imhası: yüzdürme cihazınızı atarken lütfen cihazı, dikkatli bir şekilde, başkalarının kullanamayacağı şekilde kestiğinizden ya kopardığınızdan emin olunuz.

KULLANIM İÇİN TALİMATLAR

Yüzme tahtası olarak çoklu el konumlandırma ve rahat destek. Pullbuoy olarak asimetrik şekli ile mükemmel oturma ve his. Batmama desteği sağladığından yeni yüzme öğrenenler için idealdir. Vücudu daha iyi bir pozisyonda tuttuğundan teknik geliştirmek isteyen profesyonel yüzücüler için uygundur. Bacaklardaki alt vücut kuvvetini artırmak için yüzme tahtası veya kol ve omuz gücünü arttıran üst vücut kaslarını kuvvetlendirmek için pullbuoy olarak kullanılabilir. Üst vücudu sabit tutarak çeşitli el konumlarına imkan tanır ve rahat destek sağlar. Yeni başlayan yüzücülerin ≥ 60 KG / ≥ 12 Y alt vücut kaslarını güçlendirmek için uygundur. Profesyonel yüzücülerin ≥ 60 KG / ≥ 12 Y temel denge ve vurma hareketini geliştirmeleri için uygundur. Kullanıcı Cihazı ısırmamalı veya çiğnememelidir. Isırılarak koparılan / yırtılan / yerinden çıkan parçalar boğulma tehlikesine neden olabilir.

UYARI

BOĞULMAYA KARŞI KORUMAYACAKTIR.
SADECE SÜREKLİ GÖZETİM ALTINDA KULLANINIZ.

- NO 1)** Anvisninger for vedlikehold: for å sikre lang levetid, skyll i rent og kaldt vann og heng opp til lufttørring. Unngå vedvarende eksponering mot direkte sollys.
- 2)** Avhending av emballasjemateriale: kast emballasjemateriale på en ansvarlig måte, som gjenvinnbart avfall.
- 3)** Avhending av produktet: når du skal kaste flyteenheten din, forsikre deg om at du klipper eller deler opp enheten slik at andre ikke kan bruke den.

ANVISNINGER FOR BRUK

Flere håndposisjoner og behagelig støtte ved bruk som flytebrett. Asymmetrisk fasong som gir perfekt tilpasning og opplevelse ved bruk som pullbuoy.

Velegnet til grunnleggende svømmetrening ved den angitte oppdriften. Velegnet for viderekomne svømmere som ønsker å forbedre teknikken ved å holde kroppen i en bedre stilling.

Kan brukes som et flytebrett for å trene styrken i bena, eller som en pullbuoy for å fokusere på musklene i overkroppen slik at styrken i armer og skuldre styrkes.

Forskjellige stillinger for hendene og behagelig støtte for armene hjelper samtidig med til å holde overkroppen stødig.

Passer for nybegynnere ≥ 60 KG / ≥ 12 Å for å styrke musklene i underkroppen.

Perfekt for habile svømmere ≥ 60 KG / ≥ 12 Å for å bedre kjernestabiliteten og frasparket.

Ikke forsøk å bite eller tygge på enheten. Eventuelle deler av avrevet eller løsnet materialet kan utgjøre en kvelningsfare.

ADVARSEL

**ARMRINGENE ER INGEN GARANTI MOT DRUKNING.
SKAL BARE BRUKES UNDER KONSTANT OVERVÅKING.**

- SV** 1) Underhållsinstruktioner: för att se till lång hållbarhet ska du skölja den i kallt vatten och låta hängtorka naturligt. Utsätt inte för direkt solljus.
- 2) Kassering av förpackningsmaterial: vänligen återvinn förpackningsmaterialet på ett ansvarsfullt sätt.
- 3) Kassering av produkt: försäkra att ni klipper itu eller separerar anordningennärnikasserardensåattingenannankan användaden.

ANVÄNDARINSTRUKTIONER

Flera grepp för händerna och bekvämt stöd som kickboard.

Asymetrisk form som passar perfekt och som känns som en dolme.

Lämplig för nybörjare eftersom den bidrar till flytförmågan.

Lämplig för avancerade simmare eftersom den håller kroppen i en bättre position.

Kan användas som kickboard för att förbättra styrkan i benen eller som dolme för att isolera musklerna i överkroppen och öka arm- och axelstyrkan.

Flera olika handpositioner och bekvämt stöd för armarna samtidigt som överkroppen hålls stilla.

Lämplig för nybörjare $\geq 60 \text{ KG} / \geq 12 \text{ Y}$ för att tona benmusklerna.

Lämplig för avancerade simmare $\geq 60 \text{ KG} / \geq 12 \text{ Y}$ för att förbättra stabiliteten och kraften i benen.

Bit inte eller tugga inte på enheten. Delar som bits eller rivs av, eller lösgörs från materialet utgör en kvävningsrisk.

VARNING!

SKYDDAR INTE MOT DRUNKNING.

ANVÄND ENDAST UNDER KONSTANT ÖVERVAKNING.

- RO 1)** Instrucțiuni de îngrijire: pentru a asigura o durată lungă de viață, clătiți în apă rece, curată și atârnați la uscat. Nu expuneți direct la razele soarelui.
- 2)** Eliminarea materialelor de ambalare: va rugăm aruncați materialele ambalajului responsabil într-un cos de reciclare.
- 3)** Eliminarea produsului: când aruncați vesta compensatoare, asigurați-vă ca ați tăiat-o și separat cu atenție componentele pentru a nu putea fi folosite de alte persoane.

INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE

Poziționare multiplă a mainilor și suport confortabil ca și kickboard. Forma asimetrică pentru a se potrivi corespunzător ca și pullbuoy. Adecvată pentru inotatori începători datorită flotabilității date.

Adecvată pentru inotatori avansați pentru îmbunătățirea tehnicii prin menținerea corpului într-o poziție mai bună.

Poate fi utilizată ca și kickboard pentru a îmbunătăți forța în partea inferioară a corpului, sau ca pullbuoy pentru izolarea mușchilor în partea superioară a corpului crescând rezistența în brațe și umeri.

Poziții multiple pentru mâini și suport confortabil pentru brațe, păstrând în același timp partea superioară a corpului.

Adecvat pentru inotatori începători $\geq 60 \text{ KG}$ / $\geq 12 \text{ A}$ pentru ași tonifica mușchii inferiori a corpului.

Adecvat pentru inotatori avansați $\geq 60 \text{ KG}$ / $\geq 12 \text{ A}$ pentru ași îmbunătăți stabilitatea și mișcarea.

Dispozitivul nu trebuie să fie mușcat sau mestecat de către utilizator, deoarece bucățile care pot fi mușcate / rupte / desprinse din material ar putea provoca sufocare.

ATENȚIE

NU PROTEJEAZĂ ÎMPOTRIVA ÎNECULUI.

UTILIZAȚI NUMAI SUB SUPRAVEGHERE CONSTANTĂ.

- SK** 1) Pokyny na údržbu: pre zaistenie dlhej životnosti opláchnite čistou studenou vodou a nechajte oschnúť na vzduchu. Nevystavujte priamemu slnku.
- 2) Likvidácia obalových materiálov: obalové materiály vyhoďte do odpadkového koša.
- 3) Likvidace výrobku: pri likvidácii vašej plávacie pomôcky dbajte, aby ste dôkladne oddelili alebo rozstrihali toto zariadenie, aby ho nikto nemohol použiť.

POKYNY NA POUŽÍVANIE

Viacero polôh na umiestnenie rúk a pohodlná podpora pri použití ako plávacia doska.

Asymetrický tvar pre dokonalé uchytenie a pocit plaveckej osmičky.

Vhodný pre plavcov začiatocníkov kvôli poskytovanému vztlaku.

Vhodný pre pokročilých plavcov na zdokonalenie techniky tým, že udržuje telo v lepšej pozícii.

Môže sa použiť ako plávacia doska na rozvoj sily spodnej časti tela v nohách alebo ako plavecká osmička na izoláciu svalov v hornej časti tela na rozvoj sily ramena a pleca.

Viacnásobné polohovanie rúk a pohodlná podpera pre ramená pri udržaní hornej časti tela nečinné.

Vhodná pre začínajúcich plavcov ≥ 60 KG / ≥ 12 R pre spevňovanie svalov dolnej časti tela.

Vhodná pre pokročilých plavcov ≥ 60 KG / ≥ 12 R na zlepšenie stability stredu tela a kopu.

Používateľ by do produktu nemal hrýzť ani ho žuť, pretože kusy, ktoré môžu byť odhryznuté/odtrhnuté/oddelené z materiálu, môžu spôsobiť nebezpečenstvo udusenía.

VAROVANIE

NECHRÁNI PROTI UTOPENIU.

POUŽÍVAŤ IBA POD STÁLYM DOHLĎADOM.

- HR 1)** Upute za održavanje: za osiguranja dugotrajnosti isperite u čistoj, hladnoj vodi i objesite da se prirodno osuši. Ne ostavljajte izloženo sunčevoj svjetlosti.
- 2)** Zbrinjavanje ambalažnih materijala: materijal pakiranja odgovorno odložite u kantu za smeće.
- 3)** Zbrinjavanje proizvoda: prilikom bacanja vašeg uređaja za plovnost pažljivo ga razrežite ili rastavite kako ga netko drugi ne bi mogao koristiti.

UPUTE ZA UPORABU

Razni položaji ruku i udobna potpora kao ploča za plivanje. Asimetrični oblik za savršeno pristajanje i osjećaj kao plovak za noge. Prikladno za plivače početnike za dodatnu plovnost. Prikladno za napredne plivače za poboljšanje tehnike održavajući tijelo u boljem položaju.

Može se koristiti kao ploča za plivanje za poboljšanje snage donjeg dijela tijela u nogama ili kao plovak za noge za izolaciju mišića u gornjem dijelu tijela pojačavajući snagu ruku i ramena. Višestruki položaji šake i udobna potpora rukama, dok gornji dio tijela drži mirnim.

Prikladno za plivače početnike ≥ 60 KG / ≥ 12 G za toniranje mišića donjeg dijela tijela.

Prikladno za napredne plivače ≥ 60 KG / ≥ 12 G za poboljšanje osnovne stabilizacije i snage.

Korisnik ne bi smio gristi ili žvakati uređaj jer se komadići mogu odgristi / otrgnuti / odvojiti se od materijala te mogu uzrokovati opasnost od gušenja.

UPOZORENJE

NE ŠTITI OD UTAPANJA.

KORISTITE ISKLJUČIVO POD STALNIM NADZOROM.

- BG** 1) Инструкции за съхранение и поддръжка. За да се гарантира дълъг живот, изплакнете с чиста, студена вода и да се мотае да изсъхне по естествен път. Не оставяйте го изложени на пряка слънчева светлина.
- 2) Изхвърляне на опаковъчните материали. Моля изхвърляйте опаковъчните материали отговорно в контейнер за отпадъци.
- 3) Изхвърляне на продукта. Когато изхвърляте самата балансираща жилетка, моля да я направите негодна за употреба от други лица (чрез нарязване, разкъсване и пр.).

ИНСТРУКЦИИ ЗА УПОТРЕБА

Различни позиции на ръцете и удобно хващане между краката. Асиметрична форма за перфектно напасване и чувство като пулбуй. Подходяща за начинаещи плувци заради подобрената плаваемост.

Подходяща за напреднали плувци за подобряване на техниката чрез поддържане на тялото в правилно положение.

Може да се използва като дъска за краката за подобряване на силата в долната част на тялото или като пулбуй за изолиране на горната част на тялото и подобряване на силата на ръцете и раменете.

Различни позиции за дланите и удобна поддръжка на ръцете без да се върти горната част на тялото.

Подходяща за начинаещи плувци с тегло, по-голямо от 60 кг и възраст, по-голяма от 12 г. за тренировка на мускулите на краката.

Подходяща за напреднали плувци с тегло, по-голямо от 60 кг и възраст, по-голяма от 12 г. за подобряване на стабилността на торса и движенията на краката.

Уредът не трябва да се захваща от потребителя, защото парчета от материала могат да се откъснат и да предизвикат опасност от задушаване.

ВНИМАНИЕ

не осигурява защита срещу критично състояние.

Използвайте под постоянно наблюдение.

- ET 1)** Hoiu- ja hooldusjuhised: pika kasutusea tagamiseks loputage seda puhtas, külmas vees ja riputage loomulikult viisil kuivama. Ärge jätke otsese päikesevalguse kätte.
- 2)** Pakkematerjalide hävitamine: pange pakkematerjalid korralikult prügikasti.
- 3)** Tootehävitamine: ujumisvahendihävitamisel õigakese hoolikalt tükideks või murdke osadeks, et keegi ei saaks seda kasutada.

KASUTUSJUHE

Mitu käte asendit, mugav tugi jalatreeninguks.

Asümmeetriline kuju, istub hästi ja sobib ujumise abivahendiks.

Hea ujuvuse tõttu sobib algajatele ujujatele.

Sobib ka edasijõudnud ujujatele tehnika täiustamiseks, hoides keha paremas asendis.

Võib kasutada alakeha ja jalgade treeningvahendina või ülakeha lihaste isoleerimiseks ning käsivarte ja õlgade jõutreeninguks.

Mitmed eri käteasendid ja mugav tugi käsivartele, aidates samas ülakeha paigal hoida.

Mitmed eri käteasendid ja mugav tugi käsivartele, aidates samas ülakeha paigal hoida.

Sobib algajatele ujujatele (≥ 60 KG / ≥ 12 A) alakeha lihaste treenimiseks.

Sobib edasijõudnud ujujatele (≥ 60 KG / ≥ 12 A) kerelihaste ja jalgade töö tugevdamiseks.

Kasutaja ei tohi seadet hammustada ega närida, sest materjali küljest lahti hammustatavad / rebitavad / eraldatavad tükid võivad põhjustada lämbumisohtu.

HOIATUS

EI KAITSE UPPUMISE EEST.

KASUTADA AINULT PIDEVA JÄRELEVALVE ALL.

- LT
- 1) Laikymo ir priežiūros nurodymai: kad galėtumėte naudotis ilgai, plaukite švariu šaltu vandeniu ir pakabinkite, kad savaime išdžiūtų. Nepalikite tiesioginėje saulės šviesoje.
 - 2) Pakuotės išmetimas: pakuotę prašome išmesti į jai skirtą perdirbamų atliekų dėžę.
 - 3) Gaminio išmetimas: prieš išmesdami savo plūdrujį įtaisą būtinai stropiai jį supjaustykite arba išardykite, kad kiti juo nebegalėtų naudotis.

NAUDOJIMO NURODYMAI

Galima suimti skirtingais būdais. Patogi atrama naudojant kaip plaukimo lentą.

Asimetriška forma užtikrina tikslų ir patogų prigludimą naudojant kaip tarp kojų laikomą plaukimo plūdūrą.

Suteikiamas plūdrumas tinka pradedantiesiems plaukikams.

Išlaiko kūną geresnėje padėtyje, todėl taip pat tinka pažengusiems plaukikams, tobulinantiems plaukimo techniką.

Galima naudoti kaip plaukimo lentą, norint stiprinti apatinę kūno dalį ir kojas, arba kaip tarp kojų laikomą plaukimo plūdūrą, kad dirbtų tik viršutinės kūno dalies raumenys ir stiprėtų rankos bei pečiai.

Galima suimti skirtingais būdais. Suteikia patogią atramą rankoms ir išlaiko viršutinę kūno dalį nejudamą.

Tinka pradedantiesiems plaukikams ≥ 60 KG / ≥ 12 M, norintiems sustiprinti apatinės kūno dalies raumenis.

Tinka pažengusiems plaukikams ≥ 60 KG / ≥ 12 M, norintiems padidinti juosmens stabilumą ir sustiprinti kojų mostus.

Prietaisą naudojantis asmuo neturėtų prietaiso kandžioti ar kramtyti, nes nukąsti / atplėšti nuo medžiagos gabalėliai gali sukelti užspringimo pavojų.

ĮSPĖJIMAS

NEAPSAUGO NUO NUSKENDIMO.

NAUDOKITE TIK NUOLAT PRIŽIŪRIMI.

- LV** 1) Uzglabāšanas un apkopes norādījumi: lai nodrošinātu ilgu kalpošanas laiku, noskalojiet to tīrā, aukstā ūdenī un pakariet, lai tas nožūtu dabiskā veidā. Neatstājiet tiešos saules staros.
- 2) Iepakojuma materiālu izmešana: lūdzu, izmetiet iepakojuma materiālu atbildīgā veidā pārstrādājamo atkritumu tvertnē.
- 3) Produkta izmešana: izmetot peldlīdzekli, lūdzu, rūpīgi to sagrieziet vai sadaliet ierīci tā, lai to nevarētu izmantot citi.

LIETOŠANAS NORĀDĪJUMI

Dažāda roku pozicionēšana un ērts atbalsts kā peldēšanas dēlim. Asimetriska forma, kas ir ideāli piemērota un jūtama kā kāju pelddēlis.

Piemērots iesācēju peldspējas nodrošināšanai.

Piemērots pieredzējušiem peldētājiem, lai uzlabotu tehniku, saglabājot ķermeni labākā stāvoklī.

Var izmantot kā peldēšanas dēli, lai uzlabotu ķermeņa apakšdaļas spēku kājās vai kā kāju pelddēli, lai izolētu muskuļus ķermeņa augšdaļā, palielinot roku un plecu spēku.

Vairākas roku pozīcijas un ērts atbalsts rokām, saglabājot ķermeņa augšdaļas stāvokli.

Vairākas roku pozīcijas un ērts atbalsts rokām, saglabājot ķermeņa augšdaļas stāvokli.

Piemērots peldētājiem — iesācējiem ≥ 60 KG / ≥ 12 G, lai tonizētu ķermeņa apakšējās daļas muskuļus.

Piemērots progresīviem peldētājiem ≥ 60 KG / ≥ 12 G, lai uzlabotu ķermeņa stabilizāciju un kāju spēku.

Lietotājs nedrīkst iekost vai košļāt ierīci, jo gabali, kas var tikt nokosti/noplēsti/atdalīti no materiāla, var izraisīt aizrīšanās risku.

BRĪDINĀJUMS

NEAIZSARGĀS PRET NOSLĪKŠANU. IZMANTOT TIKAI PASTĀVĪGAS UZRAUDZĪBAS APSTĀKĻOS.

- SL** 1) Navodila za shranjevanje in vzdrževanje: če želite zagotoviti dolgo življenjsko dobo, izdelek sperite v čisti, mrzli vodi in pustite, da se naravno posuši. Ne puščajte ga izpostavljenega neposredni sončni svetlobi.
- 2) Odlaganje ovojnine med odpadke: ovojnino odgovorno odvrzite v koš za odpadke.
- 3) Odlaganje izdelka med odpadke: pri odlaganju vaše plovne naprave med odpadke pazljivo razrežite izdelek, da ga drugi ne bodo mogli uporabljati.

NAVODILA ZA UPORABO

Več možnosti za oprijem in kot plavalna deska nudi udobno podporo.

Asimetrična oblika za popolno prileganje in občutek plovca.

S svojo plovnostjo je primeren za plavalne začetnike.

Primeren je za izboljšanje tehnike naprednih plavalcev, saj drži telo v boljšem položaju.

Lahko se ga uporablja kot plavalno desko za povečanje moči v nogah ali kot plovec za izoliranje mišic zgornjega dela telesa in s tem krepitve moči rok in ramen.

Več možnosti oprijema in udobna podpora za roke, hkrati pa poskrbi, da je zgornji del telesa pri miru.

Primerna za krepitev mišic spodnjega dela mišic pri plavalcih začetnikih $\geq 60 \text{ KG}$ / $\geq 12 \text{ LET}$.

Primerna za izboljšanje stabilizacije trupa telesa in brcanja pri naprednih plavalcih $\geq 60 \text{ KG}$ / $\geq 12 \text{ LET}$.

Uporabnik naprave ne sme gristi ali žvečiti, saj lahko kosi, ki jih je mogoče odgrizniti / odtrgati / ločiti od materiala, predstavljajo nevarnost zadušitve.

OPOZORILO

NE ŠČITI PRED UTOPITVIJO.

UPORABLJATI SAMO POD NENEHNM NADZOROM.



Arena S.p.A
Contrada Cisterna 84-85
62029 Tolentino (MC)
Italy
ARENASPORT.COM