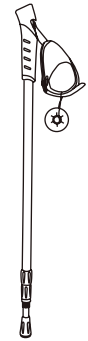
SPORTANA®

Sportana Wanderstöcke



Artikelnummer:
106999/107000/107001

Der direkte Weg zu unseren neusten Produkten, Angeboten und vieles mehr!

SCAN ME

Deuba Serviceportal

Für jede Art Service, Reklamationen und technischen Support können Sie sich vertrauensvoll an unsere geschulten Mitarbeiter wenden.

www.Deubaservice.de

Hergestellt für:
Deuba GmbH & Co. KG
Zum Wiesenhof 84
66663 Merzig
Germany

Made for:
Deuba LTD
Wyatt Way,
Thetford Norfolk,
IP24 1HB

ANLEITUNG

ACHTUNG! Beachten Sie die Sicherheitshinweise und Aufbauanweisungen, um das Risiko von Verletzungen oder Beschädigungen am Produkt zu vermeiden.

Nur für den Hausgebrauch und nicht für gewerbliche Nutzung geeignet!

Wichtig: Lesen Sie die Anleitung vollständig und gründlich durch. Bewahren Sie diese Anleitung zum späteren Nachschlagen auf. Sollten Sie eines Tages das Produkt weitergeben, achten Sie darauf, auch diese Anleitung weiterzugeben.

Halten Sie kleine Teile außerhalb der Reichweite von Kindern. Achten Sie auch insbesondere beim Auspacken darauf Plastiktüten und anderes Verpackungsmaterial von Kindern fernzuhalten! Erstickungsgefahr!

Prüfen Sie den Lieferumfang auf Vollständigkeit. Spätere Reklamationen können nicht akzeptiert werden.

Prüfen Sie alle Elemente und Teile auf Schäden. Trotz sorgfältiger Kontrollen kann es passieren, dass auch die beste Ware auf dem Transportweg Schaden nimmt. Bauen Sie in solch einem Fall Ihr Produkt nicht auf. Defekte Teile können Gefahren und Gesundheitsschäden nach sich ziehen.

Nehmen Sie niemals Änderungen am Produkt vor! Durch Änderungen erlischt die Garantie und das Produkt kann unsicher bzw. schlimmstenfalls sogar gefährlich werden.

Verwenden Sie zur Reinigung einen Schwamm und warmes Seifenwasser. Verwenden Sie keine lösungsmittelhaltigen Reiniger oder Waschmittel, z.B. Bleichmittel können das Produkt beschädigen.

Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, bei der das schnelle Gehen durch den Einsatz von zwei Stöcken im Rhythmus der Schritte unterstützt wird.

Möchten Sie die Sportart neu erlernen, sollten Sie klären, ob aus ärztlicher Sicht etwas dagegen spricht und dann an einem Einsteigerkurs teilnehmen.

Tipps:

➢ Durch Drehmechanismus wird die Länge der Stöcke eingestellt. Drehen Sie die Rohrsegmente nach links zum Öffnen, drehen Sie sie nach rechts zum Fixieren.
Mit Hilfe der aufgedruckten Zentimeter Skalierung können Sie die Stöcke auf die gewünschte Länge ausziehen.
➢ Achten Sie darauf, dass die Stop-Linie nicht überschritten wird. Ansonsten wird die Nutzungsqualität beeinträchtigt.
➢ Als Richtwert für die richtige Stocklänge gilt die folgende Faustformel:
Körpergröße (in cm) x 0,66
➢ Fassen Sie den Griff an und stellen Sie die Stöcke senkrecht auf. Der Winkel zwischen Oberarm und Unterarm sollte für Anfänger 90 Grad, für Fortgeschrittene etwas größer sein.
➢ Die Stöcke werden durch die Schlaufen so gehalten, dass sich die Hände nicht verkrampfen und sich die Handgelenke nicht verdrehen.
➢ Für weiterführende Informationen zur richtigen Nordic Walking Technik und Ausrüstung wenden Sie sich an geschulte Trainer.

INSTRUCTIONS

ATTENTION! Observe the safety and assembly instructions in order to avoid the risk of injury or damaging the product.

Only for domestic use and not for commercial use!

Important: Read these instructions carefully and thoroughly. Keep these instructions to read through at a later date. If you give the product to anyone else at some point in the future, please ensure you also pass on this manual.

Keep small parts out of the reach of children. Pay attention especially when unpacking it. Keep plastic bags and other packaging away from children reach. Danger of Suffocation!

Check all elements and parts for damages. Despite careful checks since may happen that even the best product takes damage during the transport. In this case, do not build up of your product. Defective parts can endanger your health.

Never modify the product! Changes will void the warranty and the product may be unsafe or even dangerous.

For cleaning use a sponge and warm soapy water. Do not use solvent based-cleaners or detergents for example Bleach those can damage the product.

Nordic walking is an endurance sport where you walk quickly and use two poles to support your steps.

If you'd like to learn how to do it, you'll need to seek your GP's guidance to make sure there's no reason why you can't take part. Then, think about signing up for a beginner's course.

Tipps:

➢ You can adjust the length of the poles using a twist grip. Rotate the tube segments to the left to extend or shorten the poles then turn them to the right to secure them in place.
Use the printed centimetre indicator to adjust the poles to the desired length.
➢ Make sure you don't go over the 'stop' marker or it will affect your correct use of the poles.
➢ Use the following formula as a guide to get the right pole length:
Body height (cm) x 0.66
➢ Hold onto the pole handles and hold the poles up straight. The angle between your upper and lower arm should be 90 degrees for beginners, slightly greater for the more advanced.
➢ Hold the poles by the loops so that your hands don't need to clench and you don't twist your wrists.
➢ For more information on proper Nordic Walking techniques and equipment, please contact a certified trainer.

ORIENTATION

ATTENTION! Respectez les consignes de sécurité et de montage pour éviter tout risque de blessure ou d'endommagement du produit.

Pour usage privé uniquement et non commercial !

Important: Lisez ces instructions avec attention dans leur totalité. Gardez ces instructions afin de pouvoir les relire dans le futur. Si vous donnez ce produit à une autre personne, veuillez également faire passer cette notice.

Gardez les petites pièces hors de portée des enfants. Faites particulièrement attention au moment de déballer le produit. Gardez les sacs plastiques et autres emballages hors de portée des enfants. Danger de suffocation!

Assurez-vous que la livraison a été faite dans son intégralité. Des réclamations ultérieures ne pourront pas être prises en compte.

Vérifier toutes les parties et tous les éléments pour vérifier qu'ils n'ont subis aucun dommage. Malgré le soin apporté, il est possible que même le meilleur des produits ait été endommagé pendant le transport. Dans ce cas, ne montez pas le produit. Des pièces endommagées peuvent mettre votre santé en danger.

Ne modifiez jamais le produit ! Les modifications annulent la garantie et le produit pourrait être peu sûr, voir même dangereux.

Utilisez une éponge avec de l'eau chaude savonneuse pour l'entretien. N'utilisez pas de détergeants ou de produits a base de solvants, la javel peut par exemple endommager le produit.

La marche Nordique est un sport d'endurance durant lequel la marche rapide est supporté par l'utilisation de deux bâtons au rythme des pas.

Si vous voulez apprendre ce sport, vous devez clarifier si d'un point de vue médical, rien ne s'y oppose et participer au cours de débutants.

☞ Conseils :

➢ La longueur des bâtons est ajustée par le mécanisme de rotation. Pour ouvrir faites tourner les segments de tubes vers la gauche et tourner-les vers la droite pour les fixer.
Avec l'aide de l'échelle centimétrique imprimée, vous pouvez positionner les bâtons à la longueur désirée.

➢ Assurez-vous que la ligne d'arrêt ne soit pas dépassée. Dans le cas contraire, la qualité l'utilisation serait réduite.

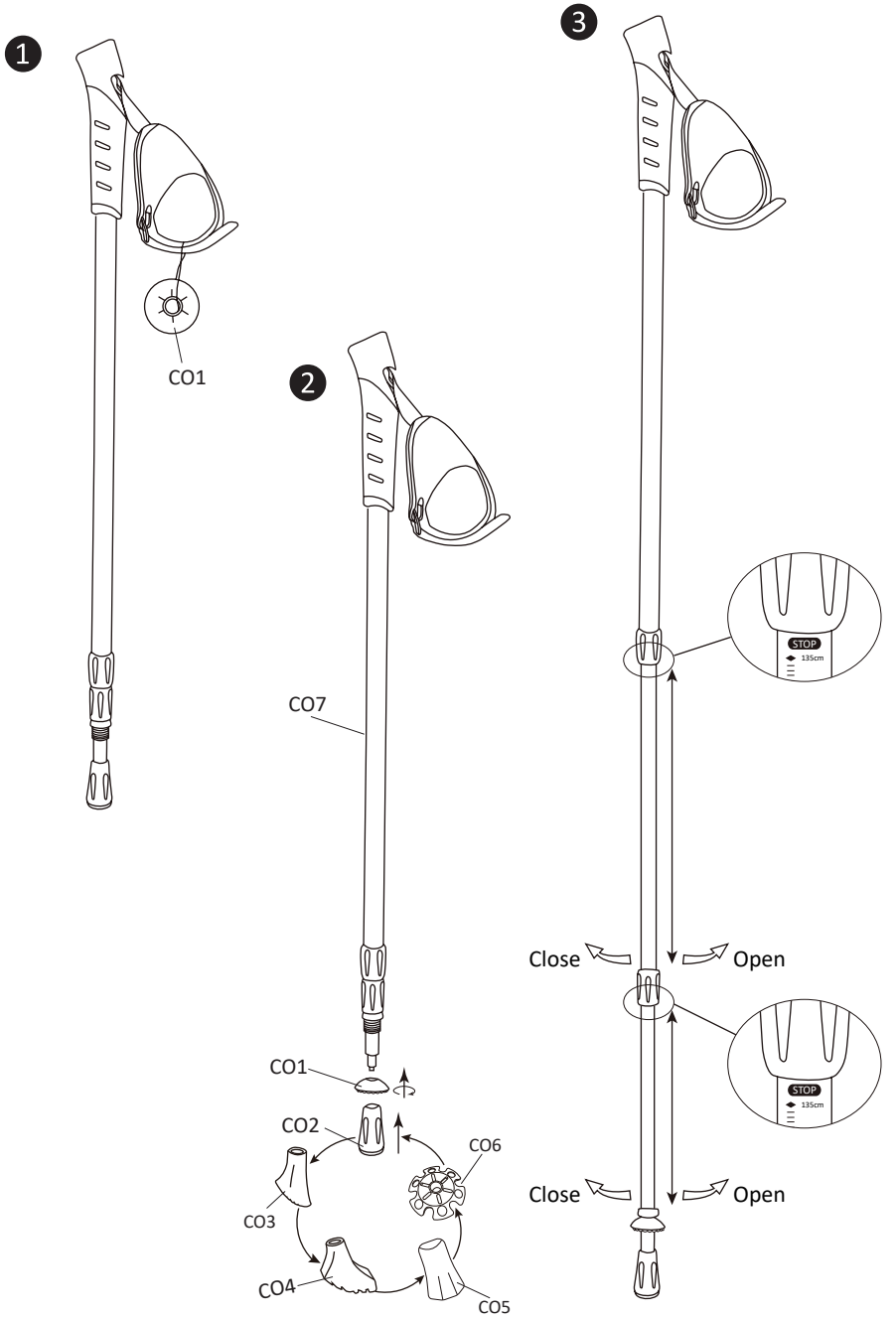
➢ A titre indicatif pour la longueur parfaite des bâtons, la règle empirique suivante s'applique :
Taille du corps (en cm) x 0,66

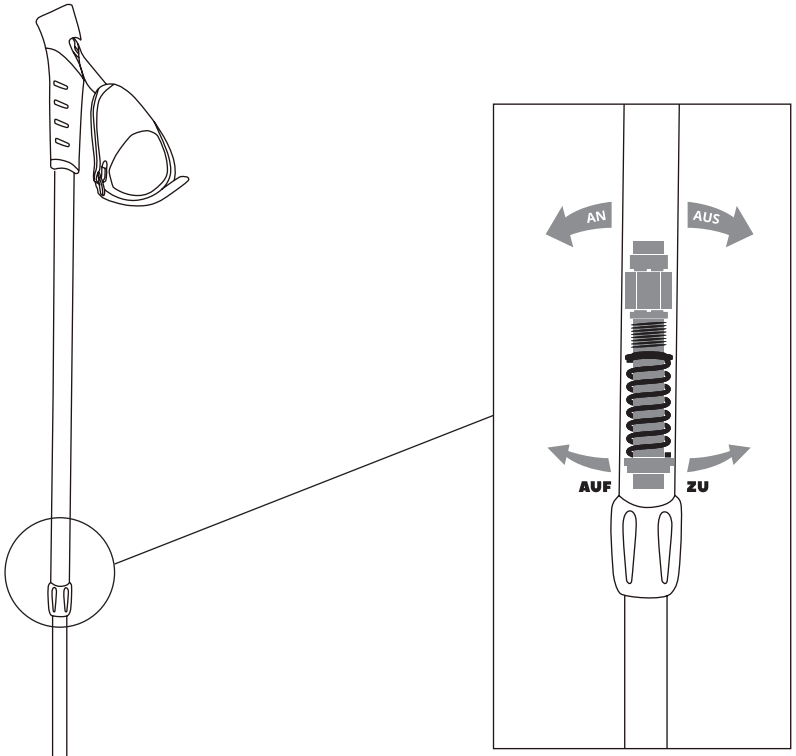
➢ Saisissez la poignée et placez les bâtons en position verticale. L'angle entre le haut du bras et l'avant-bras doit être de 90 degrés pour les débutants et légèrement supérieur à 90 dégrées pour les plus avancés.

➢ Les bâtons sont tenus par les boucles de telle manière que les mains ne se crispent pas et que les poignets ne soient pas tordus.

➢ Pour plus d'informations sur la technique correcte de la marche nordique et de l'équipement, veuillez contacter un entraineur professionnel.

TEIL	NR.	STK.
	CO1	6
	CO2	2
	CO3	2
	CO4	2
	CO5	2
	CO6	2
	CO7	2





JE NACH BODENBESCHAFFENHEIT KANN DER DÄMPFER IN KOMBINATION MIT DER TELESKOPFUNKTION GENUTZT WERDEN.

DEPENDING ON THE GROUND CONDITIONS, THE DAMPER CAN BE USED IN COMBINATION WITH THE TELESCOPIC HEAD FUNCTION.

ANTISHOCK ON/OFF

Entsorgung:

Am Ende der langen Lebensdauer Ihres Artikels führen Sie bitte die wertvollen Rohstoffe einer fachgerechten Entsorgung zu, so dass ein ordnungsgemäßes Recycling stattfinden kann. Sollten Sie sich nicht sicher sein, wie Sie am besten vorgehen, helfen die örtlichen Entsorgungsbetriebe oder Wertstoffhöfe gerne weiter.

Disposal:

Once item end-of-life, please dispose valuable raw materials for a proper recycling. If you are not sure how to handle it in a correct way please contact your local disposal or recycling centers for advice.

Mise au rebut:

À la fin de la longue durée de vie de votre article, veuillez mettre au rebut des matières recyclables afin de procéder au recyclage. Si vous n'êtes pas sûr des démarches à suivre, merci de contacter votre communauté d'agglomération ou déchetterie locaux.

Le produit et l'emballage sont soumis aux directives de recyclage. Pour plus d'informations, rendez-vous sur: quefairedemesdechets.fr

Deuba – Der Onlinehändler Ihres Vertrauens wenn es um Garten-, Deko- und Haushaltswaren geht. Mit über 4000 Produkten lassen wir Ihr Herz höher schlagen.

www.DeubaXXL.de

SCAN ME

Entdecken Sie täglich Neuheiten und Sonderangebote aus unserem Sortiment, ein Besuch lohnt sich immer!

Hergestellt für:
Deuba GmbH & Co. KG
Zum Wiesenhof 84 · 66663 Merzig · Germany

Made for: Deuba LTD
Wyatt Way, Thetford Norfolk, IP24 1HB

Copyright by

Alle Rechte vorbehalten. Ohne schriftliche Zustimmung der Deuba GmbH & Co. KG darf dieses Handbuch, auch nicht auszugsweise, in irgendeiner Form reproduziert werden oder unter Verwendung elektronischer, mechanischer oder chemischer Verfahren vervielfältigt oder verarbeitet werden. Änderungen im Sinne des technischen Fortschritts können jederzeit ohne Ankündigungen vorgenommen werden. Das Handbuch wird regelmäßig korrigiert. Für technische und drucktechnische Fehler und ihre Folgen übernehmen wir keine Haftung.