

EN

INSTRUCTIONS SISSEL® Hand Grip Sport

IMPORTANT: READ ALL WARNINGS & CAUTIONARY STATEMENTS TO REDUCE THE RISK OF INJURY WHEN USING THIS PRODUCT. PLEASE KEEP THE INSTRUCTIONS AND ADDITIONAL INFORMATION IN A SAFE PLACE. DO NOT LEND OUT OR GIVE THE PRODUCT TO A THIRD PARTY WITHOUT THESE INSTRUCTIONS.

Adjustable hand exerciser

Development and strengthening of hand, finger and forearm muscles.

- adjustable from 5-20 kg (11,0-44,1 lbs)
- special anti-slip handles
- dimension: 10,2 cm (4") x 15 cm (5,9") x 2,2 cm (0,9")
- weight: 145 g / 5,11 oz



Safety Instructions:

⚠ WARNING

- Check the condition of the product before each use. If damaged, the function of the product and safety are no longer guaranteed.
- Risk of injury! Only use the product as intended for exercise purposes. Inappropriate use of the product may lead to serious injury or property damage.
- Risk of injury! DO NOT insert any objects or fingers into the spring or the joint.
- STOP USING immediately if you feel uncomfortable or any pain or fatigue occurs.
- The product and their accessories are no toys and should be kept out of the reach of children. DO NOT allow children to play with them.

⚠ CAUTION

- Begin all exercises slowly and increase repetitions and resistance very cautiously.
- DO NOT perform exercises that are beyond your ability.

NOTICE

- DO NOT immerse in water or other fluids. You can wipe the product with common household cleaning and disinfection agents.
- Storage: Protect product from direct sunlight and store in a cool, clean and dry place.

ES

INSTRUCCIONES SISSEL® Hand Grip Sport

IMPORTANTE: LEA TODAS LAS ADVERTENCIAS Y PRECAUCIONES PARA REDUCIR EL RIESGO DE LESIONES AL UTILIZAR ESTE PRODUCTO. GUARDE LAS INSTRUCCIONES Y LA INFORMACIÓN ADICIONAL EN UN LUGAR SEGURO. NO PRESTE NI ENTREGUE EL PRODUCTO A UN TERCERO SIN ESTAS INSTRUCCIONES.

Ejercitador de manos ajustable

Desarrollo y fortalecimiento de los músculos de la mano, los dedos y el antebrazo.

- ajustable de 5-20 kg (11,0-44,1 lbs)
- asas especiales antideslizantes
- dimensión: 10,2 cm (4") x 15 cm (5,9") x 2,2 cm (0,9")
- peso: 145 g / 5,11 oz

Instrucciones de seguridad:

⚠ ADVERTENCIA

- Compruebe el estado del producto antes de cada uso. Si está dañado, el funcionamiento del producto y la seguridad ya no están garantizados.
- ¡Riesgo de lesiones! Utilice el producto sólo como está previsto para el ejercicio. El uso inadecuado del producto puede provocar lesiones graves, desfiguración o daños materiales.
- ¡Riesgo de lesiones! NO introduzca ningún objeto ni los dedos en el muelle ni en la articulación.
- DEJE DE USARLO inmediatamente si se siente incómodo o se produce algún dolor o fatiga.
- El producto y sus accesorios no son juguetes y deben mantenerse fuera del alcance de los niños. NO permita que los niños jueguen con ellos.

⚠ ATENCIÓN

- Comience todos los ejercicios lentamente y aumente las repeticiones y la resistencia con mucha precaución.
- NO realice ejercicios que estén por encima de su capacidad.

AVISO

- NO sumergir en agua u otros líquidos. Puede limpiar el producto con agentes de limpieza y desinfección domésticos comunes.
- Almacenaje: Proteger el producto de la luz solar directa y guardarlo en un lugar fresco, limpio y seco.



IMPORTANT : LISEZ TOUS LES AVERTISSEMENTS ET MISES EN GARDE AFIN DE RÉDUIRE LE RISQUE DE BLESSURE LORS DE L'UTILISATION DE CE PRODUIT. VEUILLEZ CONSERVER LES INSTRUCTIONS ET LES INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES DANS UN ENDROIT SÛR. NE PAS PRÊTER OU DONNER LE PRODUIT À UN TIERS SANS CES INSTRUCTIONS.

Exerciseur de main réglable

Développement et renforcement des muscles de la main, des doigts et de l'avant-bras.

- réglable de 5 à 20 kg (11,0-44,1 lbs)
- poignées spéciales antidérapantes
- dimensions : 10,2 cm (4") x 15 cm (5,9") x 2,2 cm (0,9")
- poids : 145 g / 5,11 oz



Instructions de sécurité :

⚠ AVERTISSEMENT

- Vérifiez l'état du produit avant chaque utilisation. S'il est endommagé, le fonctionnement du produit et la sécurité ne sont plus garantis.
- Risque de blessure ! N'utilisez le produit qu'aux fins d'exercice prévues. Une utilisation inappropriée du produit peut entraîner des blessures graves, une défiguration ou des dommages matériels.
- Risque de blessure ! N'insérez PAS d'objets ou de doigts dans le ressort ou l'articulation.
- ARRÊTEZ D'UTILISER immédiatement si vous vous sentez mal à l'aise ou si vous ressentez une douleur ou une fatigue.
- Le produit et ses accessoires ne sont pas des jouets et doivent être tenus hors de portée des enfants. NE PAS permettre aux enfants de jouer avec eux.

⚠ ATTENTION

- Commencez tous les exercices lentement et augmentez les répétitions et la résistance très prudemment.
- N'effectuez PAS d'exercices qui dépassent vos capacités.

AVIS

- NE PAS immerger dans l'eau ou d'autres fluides. Vous pouvez essuyer le produit avec des produits de nettoyage et de désinfection ménagers courants.
- Stockage : Protéger le produit de la lumière directe du soleil et le stocker dans un endroit frais, propre et sec.