

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.

The SISSEL® Fun & Active Band is a small and versatile fitness and workout device for a wide range of applications for low impact workouts.

The SISSEL® Fun & Active Band is available in 3 different resistance levels: soft (orange), medium (yellow), strong (green).

The size is approx. 15 cm x 200 cm (5,9" x 78,7").

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.
- DO NOT use the product if you find any defects. Dispose damaged bands correctly and never repair them.
- Risk of severe injury! Never release the band suddenly when it is under tension. Always carefully return to normal length.
- Make sure your hands and feet can not slip out of the band.
- Risk of injury! Never wrap the band around the neck, head, arms or body.
- DO NOT stretch the band to more than three times their normal length.
- STOP USING immediately if you feel uncomfortable or any pain, nausea or dizziness occurs.
- Exercise slow and steady with controlled movements and tension. Avoid overly difficult exercises or high-risk experimentation.
- Drink plenty before, during and after exercise.
- Keep the exercise area free of sharp objects and obstructions.
- Use the product on dry, clean, non-slip, solid, non-rough surfaces only.
- This product is not a toy, keep it out of reach of children.
- Never allow pets near the product.

⚠ CAUTION

- Before beginning your exercise program, please see a healthcare provider or physician for appropriate exercise advice and safety precautions.
- If you feel uncomfortable during the exercises, stop using and consult a physician.
- Only use the product as intended for exercise purposes. Inappropriate use may cause serious injury or damage.
- Always practice your exercises carefully, follow the exercise instructions exactly and adapt the exercises to your fitness level.

NOTICE

- Be sure to wear appropriate exercise clothing and footwear.
- Clean the tube with a damp cloth. Then rub dry. Do not use detergents or disinfectants.
- Storage: Protect product from direct sunlight and store in a cool, clean and dry place.

Important information, please note:

The SISSEL® Fun & Active Band is made of latex-free and odorless TPE. The pleasant feel material makes the product skin-friendly and particularly tear-resistant.



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.

La banda SISSEL® Fun & Active Band es un dispositivo de fitness y entrenamiento pequeño y versátil para una amplia gama de aplicaciones para entrenamientos de bajo impacto.

La banda SISSEL® Fun & Active Band está disponible en 3 niveles de resistencia diferentes: suave (naranja), media (amarillo), fuerte (verde).

El tamaño es de aproximadamente 15 cm x 200 cm (5,9" x 78,7").

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.
- NO utilice el producto si encuentra algún defecto. Deseche correctamente las bandas dañadas y nunca las repare.
- Riesgo de lesiones graves. Nunca suelte la banda de forma repentina cuando esté bajo tensión. Vuelva siempre con cuidado a la longitud normal.
- Asegúrese de que sus manos y pies no puedan salirse de la banda.
- ¡Riesgo de lesiones! No enrolle nunca la banda alrededor del cuello, la cabeza, los brazos o el cuerpo.
- NO estire la banda a más de tres veces su longitud normal.
- DEJE DE USARLO inmediatamente si se siente incómodo o se produce algún dolor, náuseas o mareos.
- Realice ejercicios lentos y constantes con movimientos y tensión controlados. Evita los ejercicios demasiado difíciles o la experimentación de alto riesgo.
- Beba abundantemente antes, durante y después del ejercicio.
- Mantenga la zona de ejercicio libre de objetos punzantes y obstrucciones.
- Utilice el producto sólo en superficies secas, limpias, antideslizantes, sólidas y no rugosas.
- Este producto no es un juguete, manténgalo fuera del alcance de los niños.

- No permita que los animales domésticos se acerquen al producto.

⚠ ATENCIÓN

- Antes de comenzar su programa de ejercicios, consulte a un profesional de la salud o a un médico para que le aconseje sobre los ejercicios adecuados y las precauciones de seguridad.
- Si se siente incómodo durante los ejercicios, deje de usarlos y consulte a un médico.
- Utilice el producto sólo como está previsto para el ejercicio. Un uso inadecuado puede causar lesiones o daños graves.
- Practique siempre sus ejercicios con cuidado, siga exactamente las instrucciones de los ejercicios y adapte los ejercicios a su nivel de condición física.

AVISO

- Asegúrese de llevar ropa y calzado adecuados para hacer ejercicio.
- Limpie el tubo con un paño húmedo. A continuación, frote en seco. No utilice detergentes ni desinfectantes.
- Almacenaje: Proteger el producto de la luz solar directa y almacenarlo en un lugar fresco, limpio y seco.

Información importante, tenga en cuenta:

La banda SISSEL® Fun & Active está fabricada con TPE sin látex y sin olor. El material de tacto agradable hace que el producto sea agradable para la piel y especialmente resistente al desgarrar.



FR

INSTRUCTIONS SISSEL® Fun & Active Band

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.

Le SISSEL® Fun & Active Band est un appareil de fitness et d'entraînement petit et polyvalent, destiné à un large éventail d'applications pour des entraînements à faible impact.

La bande SISSEL® Fun & Active est disponible en 3 niveaux de résistance différents : doux (orange), moyen (jaune), fort (vert).

La taille est d'environ 15 cm x 200 cm (5,9" x 78,7").

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.
- NE PAS utiliser le produit si vous constatez un quelconque défaut. Jetez correctement les bandes endommagées et ne les réparez jamais.
- Risque de blessure grave ! Ne relâchez jamais brusquement la bande lorsqu'elle est sous tension. Revenez toujours avec précaution à la longueur normale.
- Assurez-vous que vos mains et vos pieds ne peuvent pas glisser hors de la bande.
- Risque de blessure ! N'enroulez jamais la bande autour du cou, de la tête, des bras ou du corps.
- NE PAS étirer la bande à plus de trois fois sa longueur normale.
- Cessez immédiatement de l'utiliser si vous vous sentez mal à l'aise ou si vous ressentez des douleurs, des nausées ou des étourdissements.
- Faites des exercices lents et réguliers avec des mouvements et une tension contrôlée. Évitez les exercices trop difficiles ou les expériences à haut risque.
- Buvez beaucoup avant, pendant et après l'exercice.
- Veillez à ce que l'aire d'exercice soit exempte d'objets pointus et d'obstacles.
- Utilisez le produit uniquement sur des surfaces sèches, propres, non glissantes, solides et non rugueuses.

- Ce produit n'est pas un jouet, gardez-le hors de portée des enfants.
- Ne laissez jamais d'animaux domestiques à proximité du produit.

⚠ ATTENTION

- Avant de commencer votre programme d'exercices, veuillez consulter un prestataire de soins de santé ou un médecin pour obtenir des conseils appropriés sur les exercices et les précautions à prendre.
- Si vous vous sentez mal à l'aise pendant les exercices, cessez de les utiliser et consultez un médecin.
- N'utilisez le produit qu'aux fins d'exercice prévues. Une utilisation inappropriée peut entraîner des blessures ou des dommages graves.
- Pratiquez toujours vos exercices avec soin, suivez exactement les instructions des exercices et adaptez les exercices à votre niveau de forme.

AVIS

- Veuillez à porter des vêtements et des chaussures d'exercice appropriés.
- Nettoyez le tube avec un chiffon humide. Frottez ensuite à sec. N'utilisez pas de détergents ou de désinfectants.
- Stockage: Protéger le produit de la lumière directe du soleil et le stocker dans un endroit frais, propre et sec.

Informations importantes, veuillez noter:

La bande SISSEL® Fun & Active est fabriquée en TPE sans latex et sans odeur. Ce matériau au toucher agréable rend le produit agréable pour la peau et particulièrement résistant à la déchirure.