DE, AT, CH
Gebrauchsanleitung für das Manus Schlagpolster „Extreme Wave" SKU 5516-9005

Hersteller: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Material: außen: 100 % Polyurethan; Padding: Formschaumstoff

Anleitung zur Nutzung:
Das Manus Schlagpolster „Extreme Wave" ist ein innovatives Trainingsgerät, das sich hervorragend für intensives Schlag- und Kicktraining eignet. Mit einem robusten Kunstleder-Cover und einem komprimierten Schaumstoff-Padding sorgt das Polster für eine hervorragende Stoßdämpfung und schützt den Halter vor zu starken Aufschlägen. Die leicht gewölbte Schlagfläche optimiert die Verteilung der Aufprallenergie und unterstützt so eine angenehme Dämpfung bei jedem Treffer. Dank der 7 Haltepunkte ist das „Extreme Wave" besonders flexibel und vielseitig in der Handhabung. Es lässt sich in verschiedenen Positionen halten und bietet so zahlreiche Einsatzmöglichkeiten für unterschiedlichste Trainingsübungen. Die flexible Handhabung des Polsters ist besonders vorteilhaft, um die Schlagtechnik zu verfeinern und schnelle Reaktionszeiten zu trainieren.

Pflege- und Wartungshinweise:
Das Kunstleder-Cover sollte regelmäßig mit einem feuchten Tuch gereinigt werden, um Schmutz und Abnutzung zu verhindern. Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel oder Lösungsmittel, da diese das Material schädigen können. Achten Sie darauf, das Polster nach jeder Benutzung zu überprüfen, um die Sicherheit zu gewährleisten.

Trainingsbereich:
Das Manus Schlagpolster „Extreme Wave" eignet sich perfekt für das Training von Schlägen, Kicks und taktischen Übungen. Besonders bei Kampfsportarten wie Kickboxen, Karate und Taekwondo bietet es die nötige Widerstandskraft und Flexibilität für ein abwechslungsreiches Training. Durch seine robuste Konstruktion ist es auch für intensivere Trainingseinheiten geeignet und ermöglicht eine langfristige Nutzung im Studio oder im persönlichen Fitnessbereich.

Sicherheitshinweise:
Achten Sie darauf, das Schlagpolster richtig zu halten, um Verletzungen zu vermeiden. Die Haltepunkte müssen vor dem Training auf ihre Sicherheit überprüft werden. Achten Sie zudem darauf, dass der Haltegriff sicher in der Hand sitzt, um die Kontrolle über das Polster zu behalten.

Achtung: Das Manus Schlagpolster „Extreme Wave" sollte nur unter sicheren Bedingungen verwendet werden. Vermeiden Sie den Einsatz bei unsachgemäßer Handhabung oder falls das Polster sichtbare Schäden aufweist. Es sollte nicht von Kindern ohne Aufsicht genutzt werden.

GB, UK
Instructions for use of Manus Extreme Wave Punch Pad SKU 5516-9005

Manufacturer: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Material: outer material: 100% polyurethane; padding: molded foam

Instructions for use:
The Manus "Extreme Wave" punching pad is an innovative training tool that is ideal for intensive punch and kick training. With a robust imitation leather cover and compressed foam padding, the pad provides excellent shock absorption and protects the holder from too strong impacts. The slightly curved striking surface optimizes the distribution of the impact energy and thus provides comfortable cushioning with every hit. Thanks to the 7 holding points, the "Extreme Wave" is particularly flexible and versatile to use. It can be held in different positions and thus offers numerous possibilities for a wide range of training exercises. The flexible handling of the pad is particularly advantageous for refining the striking technique and training fast reaction times.

Care and maintenance instructions:
The imitation leather cover should be cleaned regularly with a damp cloth to prevent dirt and wear. Do not use aggressive cleaning agents or solvents, as these can damage the material. Be sure to check the pad after each use to ensure safety.

Training area:
The Manus Extreme Wave Punching Bag is perfect for training punches, kicks and tactical exercises. Especially for martial arts such as kickboxing, karate and taekwondo, it offers the necessary resistance and flexibility for a varied workout. Its robust construction also makes it suitable for more intensive training sessions and enables long-term use in the studio or in personal fitness training.

Safety instructions:
To avoid injury, be sure to hold the punching bag correctly. The handholds must be checked for safety before training. Also, be sure to hold the grab handle securely in your hand to maintain control of the bag.

Caution: The Manus Extreme Wave pad should only be used in safe conditions. Avoid use in case of improper handling or if the pad shows visible damage. It should not be used by children without supervision.

FR
Mode d'emploi pour le coussin de frappe Manus « Extreme Wave » SKU 5516-9005

Fabricant : Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Matériau : extérieur : 100 % polyuréthane ; rembourrage : mousse moulée

Instructions d'utilisation :
Le coussin de frappe Manus « Extreme Wave » est un appareil d'entraînement innovant qui convient parfaitement à l'entraînement intensif des coups de poing et de pied. Avec une couverture en similicuir robuste et un padding en mousse comprimée, le coussin assure une excellente absorption des chocs et protège le support des impacts trop violents. La surface de frappe légèrement bombée optimise la répartition de l'énergie de l'impact et favorise ainsi un amortissement agréable à chaque coup. Grâce aux 7 points de maintien, le « Extreme Wave » est particulièrement flexible et polyvalent dans son maniement. Il peut être maintenu dans différentes positions et offre ainsi de nombreuses possibilités d'utilisation pour les exercices d'entraînement les plus divers. La manipulation flexible du coussin est particulièrement avantageuse pour affiner la technique de frappe et pour entraîner des temps de réaction rapides.

Conseils d'entretien et de maintenance :
La housse en similicuir doit être nettoyée régulièrement avec un chiffon humide pour éviter la saleté et l'usure. N'utilisez pas de produits de nettoyage agressifs ou de solvants, car ils peuvent endommager le matériau. Veillez à vérifier le coussin après chaque utilisation afin de garantir la sécurité.

Zone d'entraînement :
Le coussin de frappe Manus « Extreme Wave » est parfaitement adapté à l'entraînement des coups de poing, des coups de pied et des exercices tactiques. En particulier pour les sports de combat comme le kickboxing, le karaté et le taekwondo, il offre la résistance et la flexibilité nécessaires pour un entraînement varié. Grâce à sa construction robuste, il est également adapté aux séances d'entraînement plus intensives et permet une utilisation à long terme en studio ou dans l'espace de fitness personnel.

Consignes de sécurité :
Veillez à tenir correctement le coussin de frappe afin d'éviter les blessures. La sécurité des points de maintien doit être vérifiée avant l'entraînement. Veillez également à ce que la poignée de maintien soit bien en place dans la main afin de garder le contrôle du coussin.

Attention : le coussin de frappe Manus « Extreme Wave » ne doit être utilisé que dans des conditions de sécurité. Évitez de l'utiliser en cas de mauvaise manipulation ou si le coussin présente des dommages visibles. Il ne doit pas être utilisé par des enfants sans surveillance.

IT
Manuale di istruzioni per il tampone di punzonatura Manus "Extreme Wave" SKU 5516-9005

Produttore: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Materiale: esterno: 100 % poliuretano; imbottitura: schiuma stampata

Istruzioni per l'uso:
Il tappetino per pugni Manus "Extreme Wave" è un dispositivo di allenamento innovativo, ideale per l'allenamento intensivo di pugni e calci. Con un robusto rivestimento in pelle artificiale e un'imbottitura in schiuma compressa, il cuscinetto offre un eccellente assorbimento degli urti e protegge il portatore da impatti eccessivi. La superficie d'impatto leggermente curva ottimizza la distribuzione dell'energia d'impatto e favorisce un'ammortizzazione confortevole a ogni colpo. Grazie ai 7 punti di presa, l'"Extreme Wave" è particolarmente flessibile e versatile da usare. Può essere tenuto in varie posizioni e offre quindi numerose possibilità di applicazione per un'ampia gamma di esercizi di allenamento. La flessibilità d'uso del pad è particolarmente vantaggiosa per affinare la tecnica di colpo e allenare tempi di reazione rapidi.

Istruzioni per la cura e la manutenzione:
Il rivestimento in pelle sintetica deve essere pulito regolarmente con un panno umido per evitare lo sporco e l'usura. Non utilizzare detergenti aggressivi o solventi, poiché potrebbero danneggiare il materiale. Assicurarsi di controllare l'imbottitura dopo ogni utilizzo per garantire la sicurezza.

Area di allenamento:
Il tappetino per pugni Manus "Extreme Wave" è perfetto per allenarsi con pugni, calci ed esercizi tattici. Specialmente per le arti marziali come kickboxing, karate e taekwondo, offre la resistenza e la flessibilità necessarie per un allenamento vario. Grazie alla sua struttura robusta, è adatto anche a sessioni di allenamento più intense e consente un uso prolungato in palestra o nell'area fitness personale.

Istruzioni di sicurezza:
Assicurarsi di impugnare correttamente l'impact pad per evitare lesioni. Prima dell'allenamento è necessario verificare la sicurezza dei punti di presa. Assicurarsi inoltre che l'impugnatura sia ben salda nella mano per mantenere il controllo del cuscinetto.

Attenzione: l'impact pad Manus "Extreme Wave" deve essere utilizzato solo in condizioni di sicurezza. Evitare di utilizzarlo se non viene maneggiato correttamente o se presenta segni visibili di danneggiamento. Non deve essere utilizzato dai bambini senza supervisione.

ES
Manual de instrucciones para el punzonador Manus «Extreme Wave» SKU 5516-9005

Fabricante: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Material: exterior: 100 % poliuretano; acolchado: espuma moldeada

Instrucciones de uso:
El punching pad Manus «Extreme Wave» es un innovador dispositivo de entrenamiento ideal para el entrenamiento intensivo de puñetazos y patadas. Con una robusta cubierta de cuero artificial y un acolchado de espuma comprimida, el cojín proporciona una excelente absorción de impactos y protege al portador de impactos excesivos. La superficie de impacto ligeramente curvada optimiza la distribución de la energía de impacto y favorece así una cómoda amortiguación en cada golpe. Gracias a los 7 puntos de sujeción, la «Extreme Wave» es especialmente flexible y versátil de usar. Se puede sujetar en varias posiciones y, por lo tanto, ofrece numerosas opciones de aplicación para una amplia gama de ejercicios de entrenamiento. El manejo flexible de la almohadilla es especialmente ventajoso para perfeccionar la técnica de golpeo y entrenar tiempos de reacción rápidos.

Instrucciones de cuidado y mantenimiento:
La cubierta de cuero sintético debe limpiarse regularmente con un paño húmedo para evitar la suciedad y el desgaste. No utilice productos de limpieza agresivos ni disolventes, ya que pueden dañar el material. Asegúrese de comprobar el acolchado después de cada uso para garantizar la seguridad.

Zona de entrenamiento:
La almohadilla para puñetazos Manus «Extreme Wave» es perfecta para entrenar puñetazos, patadas y ejercicios tácticos. Especialmente para artes marciales como kickboxing, kárate y taekwondo, ofrece la resistencia y flexibilidad necesarias para un entrenamiento variado. Gracias a su robusta construcción, también es adecuado para sesiones de entrenamiento más intensivas y permite un uso a largo plazo en el gimnasio o en el área de fitness personal.

Instrucciones de seguridad:
Asegúrese de sujetar correctamente la almohadilla de impacto para evitar lesiones. Antes del entrenamiento, compruebe la seguridad de los puntos de sujeción. Asegúrese también de que la empuñadura está bien asentada en la mano para mantener el control de la almohadilla.

Precaución: La almohadilla de impacto Manus «Extreme Wave» sólo debe utilizarse en condiciones seguras. Evite utilizarla si no se maneja correctamente o si la almohadilla muestra signos visibles de daños. No debe ser utilizada por niños sin supervisión.

NL
Gebruiksaanwijzing voor de Manus ponsmat "Extreme Wave" SKU 5516-9005

Fabrikant: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Materiaal: buitenkant: 100% polyurethaan; vulling: gevormd schuim

Gebruiksaanwijzing:
De Manus boksmat "Extreme Wave" is een innovatief trainingsapparaat dat ideaal is voor intensieve stoot- en traptraining. Met een robuuste kunstlederen hoes en een vulling van samengeperst schuim biedt de pad uitstekende schokabsorptie en beschermt hij de houder tegen overmatige schokken. Het licht gebogen stootvlak optimaliseert de verdeling van de stootenergie en ondersteunt zo een comfortabele demping bij elke stoot. Dankzij de 7 bevestigingspunten is de "Extreme Wave" bijzonder flexibel en veelzijdig in gebruik. Hij kan in verschillende posities worden vastgehouden en biedt zo talloze toepassingsmogelijkheden voor een breed scala aan trainingsoefeningen. De flexibele hantering van de pad is vooral voordelig voor het verfijnen van je slagtechniek en het trainen van snelle reactietijden.

Onderhoudsinstructies:
De kunstlederen hoes moet regelmatig worden gereinigd met een vochtige doek om vuil en slijtage te voorkomen. Gebruik geen agressieve schoonmaakmiddelen of oplosmiddelen, omdat deze het materiaal kunnen beschadigen. Controleer de bekleding na elk gebruik om de veiligheid te garanderen.

Trainingsgebied:
De Manus "Extreme Wave" boksmat is perfect voor het trainen van stoten, trappen en tactische oefeningen. Speciaal voor vechtsporten zoals kickboksen, karate en taekwondo biedt het de nodige weerstand en flexibiliteit voor gevarieerde trainingen. Dankzij de robuuste constructie is het ook geschikt voor intensievere trainingen en kan het langdurig worden gebruikt in de sportschool of persoonlijke fitnessruimte.

Veiligheidsinstructies:
Zorg ervoor dat je het stootkussen op de juiste manier vasthoudt om letsel te voorkomen. De bevestigingspunten moeten voor de training op veiligheid worden gecontroleerd. Zorg er ook voor dat het handvat stevig in je hand ligt om de controle over het pad te behouden.

Let op: Het Manus "Extreme Wave" stootkussen mag alleen onder veilige omstandigheden worden gebruikt. Gebruik hem niet als hij niet goed wordt gehanteerd of als de mat zichtbare tekenen van beschadiging vertoont. Het mag niet zonder toezicht door kinderen worden gebruikt.

PT
Manual de instruções para a almofada de perfuração Manus "Extreme Wave" SKU 5516-9005

Fabricante: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Material: exterior: 100 % poliuretano; acolchoamento: espuma moldada

Instruções de utilização:
A almofada para socos Manus "Extreme Wave" é um aparelho de treino inovador, ideal para um treino intensivo de socos e pontapés. Com uma cobertura robusta em couro artificial e um acolchoamento em espuma comprimida, a almofada proporciona uma excelente absorção de choques e protege o suporte de impactos excessivos. A superfície de impacto ligeiramente curvada optimiza a distribuição da energia de impacto e, assim, proporciona um amortecimento confortável em cada golpe. Graças aos 7 pontos de fixação, a "Extreme Wave" é particularmente flexível e versátil na sua utilização. Pode ser colocada em várias posições e oferece assim numerosas possibilidades de aplicação para uma vasta gama de exercícios de treino. O manuseamento flexível da almofada é particularmente vantajoso para aperfeiçoar a sua técnica de ataque e treinar tempos de reação rápidos.

Instruções de conservação e manutenção:
A capa de couro sintético deve ser limpa regularmente com um pano húmido para evitar a sujidade e o desgaste. Não utilizar produtos de limpeza agressivos ou solventes, uma vez que estes podem danificar o material. Não se esqueça de verificar o estofo após cada utilização para garantir a segurança.

Zona de treino:
O tapete de socos Manus "Extreme Wave" é perfeito para treinar socos, pontapés e exercícios tácticos. Especialmente para as artes marciais, como o kickboxing, o karaté e o taekwondo, oferece a resistência e a flexibilidade necessárias para um treino variado. Graças à sua construção robusta, também é adequado para sessões de treino mais intensivas e permite uma utilização a longo prazo no ginásio ou na área de fitness pessoal.

Instruções de segurança:
Segure corretamente a almofada de impacto para evitar lesões. Os pontos de fixação devem ser verificados quanto à segurança antes do treino. Certifique-se também de que a pega assenta firmemente na sua mão para manter o controlo da almofada.

Atenção: A almofada de impacto Manus "Extreme Wave" só deve ser utilizada em condições de segurança. Evite utilizá-la se não for manuseada corretamente ou se a almofada apresentar sinais visíveis de danos. Não deve ser utilizada por crianças sem supervisão.

PL
Instrukcja obsługi podkładki wykrawającej Manus „Extreme Wave" SKU 5516-9005

Producent: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Materiał: na zewnątrz: 100% poliuretan; wyściółka: formowana pianka

Instrukcja użytkowania:
Pad bokserski Manus „Extreme Wave" to innowacyjne urządzenie treningowe, które idealnie nadaje się do intensywnego treningu uderzeń i kopnięć. Dzięki wytrzymałemu pokryciu ze sztucznej skóry i wyściółce ze skompresowanej pianki, pad zapewnia doskonałą amortyzację i chroni uchwyt przed nadmiernymi uderzeniami. Lekko zakrzywiona powierzchnia uderzeniowa optymalizuje rozkład energii uderzenia, a tym samym zapewnia wygodną amortyzację przy każdym uderzeniu. Dzięki 7 punktom mocowania, „Extreme Wave" jest wyjątkowo elastyczna i wszechstronna w użyciu. Może być trzymana w różnych pozycjach, a tym samym oferuje wiele opcji zastosowania dla szerokiej gamy ćwiczeń treningowych. Elastyczna obsługa podkładki jest szczególnie korzystna dla doskonalenia techniki uderzania i trenowania szybkich czasów reakcji.

Instrukcje dotyczące pielęgnacji i konserwacji:
Pokrycie ze skóry syntetycznej należy regularnie czyścić wilgotną ścierecz̨ką, aby zapobiec zabrudzeniu i zużyciu. Nie używaj agresywnych środków czyszczących ani rozpuszczalników, ponieważ mogą one uszkodzić materiał. Pamiętaj, aby sprawdzić wyściółkę po każdym użyciu, aby zapewnić bezpieczeństwo.

Obszar treningowy:
Podkładka pod ciosy Manus „Extreme Wave" jest idealna do treningu ciosów, kopnięć i ćwiczeń taktycznych. Szczególnie w przypadku sztuk walki, takich jak kickboxing, karate i taekwondo, oferuje niezbędny opór i elastyczność do zróżnicowanego treningu. Dzięki solidnej konstrukcji nadaje się również do bardziej intensywnych sesji treningowych i umożliwia długotrwałe użytkowanie na siłowni lub w osobistej strefie fitness.

Instrukcje bezpieczeństwa:
Upewnij się, że trzymasz pad uderzeniowy prawidłowo, aby uniknąć obrażeń. Punkty mocowania należy sprawdzić pod kątem bezpieczeństwa przed treningiem. Upewnij się również, że uchwyt pewnie leży w dłoni, aby zachować kontrolę nad podkładką.

Uwaga: Podkładka udarowa Manus „Extreme Wave" powinna być używana wyłącznie w bezpiecznych warunkach. Unikaj używania go, jeśli nie jest obsługiwany prawidłowo lub jeśli podkładka wykazuje widoczne oznaki uszkodzenia. Podkładka nie powinna być używana przez dzieci bez nadzoru.

CS
Návod k použití děrovací podložky Manus „Extreme Wave" SKU 5516-9005

Výrobce: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Materiál: vnější strana: 100 % polyuretan; polstrování: tvarovaná pěna.

Návod k použití:
Podložka pro údery Manus „Extreme Wave" je inovativní tréninkové zařízení, které je ideální pro intenzivní trénink úderů a kopů. Díky robustnímu potahu z umělé kůže a polstrování z lisované pěny poskytuje podložka vynikající tlumení nárazů a chrání držitele před nadměrnými údery. Mírně zakřivená úderová plocha optimalizuje rozložení energie úderu a podporuje tak pohodlné tlumení při každém úderu. Díky 7 bodům držení je „Extreme Wave" obzvláště flexibilní a všestranně použitelný. Lze jej držet v různých polohách a nabízí tak četné možnosti použití pro širokou škálu tréninkových cvičení. Flexibilní manipulace s podložkou je výhodná zejména pro zdokonalování techniky úderů a trénink rychlých reakcí.

Pokyny pro péči a údržbu:
Potah ze syntetické kůže by se měl pravidelně čistit vlhkým hadříkem, aby se zabránilo znečištění a opotřebení. Nepoužívejte agresivní čisticí prostředky ani rozpouštědla, protože mohou materiál poškodit. Nezapomeňte po každém použití zkontrolovat polstrování, abyste zajistili bezpečnost.

Tréninková plocha:
Úderová podložka Manus „Extreme Wave" je ideální pro trénink úderů, kopů a taktických cvičení. Zejména pro bojová umění, jako je kickbox, karate a taekwondo, nabízí potřebný odpor a flexibilitu pro rozmanitý trénink. Díky své robustní konstrukci je vhodná i pro intenzivnější tréninky a umožňuje dlouhodobé používání v posilovně nebo v osobním fitness.

Bezpečnostní pokyny:
Dbejte na správné držení dopadové podložky, abyste předešli zranění. Před tréninkem je třeba zkontrolovat bezpečnost úchytných bodů. Ujistěte se také, že rukojeť bezpečně sedí v ruce, abyste měli podložku stále pod kontrolou.

Upozornění: Rázovou podložku Manus „Extreme Wave" používejte pouze za bezpečných podmínek. Nepoužívejte ji, pokud se s ní nezachází správně nebo pokud podložka vykazuje viditelné známky poškození. Neměly by ji používat děti bez dozoru.

HU
Használati utasítás a Manus „Extreme Wave" lyukasztóbetéthez SKU 5516-9005

Gyártó: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Anyag: külső: 100 % poliuretán; párnázat: formázott hab.

Használati utasítás:
A Manus ütőpárna „Extreme Wave" egy innovatív edzőeszköz, amely ideális az intenzív ütő- és rúgódedzéshez. Az erős műbőr borítással és tömörített habszivacs párnázattal ellátott ütőpárna kiváló ütéscsillapítást biztosít, és megvédi a tartót a túlzott ütésektől. Az enyhén ívelt ütőfelület optimalizálja az ütési energia eloszlását, és így minden ütésnél támogatja a kényelmes csillapítást. A 7 tartópontnak köszönhetően az „Extreme Wave" különösen rugalmasan és sokoldalúan használható. Különböző pozíciókban tartható, és így számos alkalmazási lehetőséget kínál az edzésgyakorlatok széles skálájához. A párna rugalmas kezelése különösen előnyös az ütéstechnika finomításához és a gyors reakcióidő edzéséhez.

Ápolási és karbantartási utasítások:
A műbőr borítást rendszeresen nedves ruhával kell tisztítani a szennyeződés és kopás megelőzése érdekében. Ne használjon agresszív tisztítószereket vagy oldószereket, mivel ezek károsíthatják az anyagot. A biztonság érdekében minden használat után ellenőrizze a párnázatot.

Gyakorlási terület:
A Manus „Extreme Wave" ütőpárna tökéletesen alkalmas ütések, rúgások és taktikai gyakorlatok gyakorlásához. Különösen az olyan harcművészetekhez, mint a kickbox, karate és taekwondo, biztosítja a szükséges ellenállást és rugalmasságot a változatos edzésekhez. Robusztus felépítésének köszönhetően intenzívebb edzésekhez is alkalmas, és hosszú távú használatot tesz lehetővé az edzőteremben vagy a személyes fitneszteremben.

Biztonsági utasítások:
A sérülések elkerülése érdekében ügyeljen arra, hogy megfelelően tartsa az ütőpárnát. Az edzés előtt ellenőrizni kell a tartópontok biztonságosságát. Győződjön meg arról is, hogy a fogantyú biztonságosan ül a kezében, hogy megőrizze az irányítást az ütőpárna felett.

Vigyázat: A Manus „Extreme Wave" ütőpadot csak biztonságos körülmények között szabad használni. Kerülje a használatát, ha nem megfelelően kezelik, vagy ha a párna látható sérülés jeleit mutatja. Gyermekek felügyelet nélkül nem használhják.

DK
Brugsanvisning til Manus-stansepude »Extreme Wave« SKU 5516-9005

Producent: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Materiale: yderside: 100 % polyuretan; polstring: formstøbt skum

Vejledning til brug:
Manus slagpude »Extreme Wave« er et innovativt træningsredskab, der er ideelt til intensiv slag- og sparketræning. Med et robust kunstlæderbetræk og en komprimeret skumpolstring giver puden en fremragende stødabsorbering og beskytter holderen mod for kraftige slag. Den let buede slagflade optimerer fordelingen af anslagsenergien og giver dermed en behagelig dæmpning ved hvert slag. Takket være de 7 holdepunkter er »Extreme Wave« særligt fleksibel og alsidig at bruge. Den kan holdes i forskellige positioner og giver dermed mange anvendelsesmuligheder til en lang række træningsøvelser. Den fleksible håndtering af puden er særlig fordelagtig, når du skal forfine din slagteknik og træne hurtige reaktionstider.

Pleje- og vedligeholdelsesinstruktioner:
Betrækket af syntetisk læder skal rengøres regelmæssigt med en fugtig klud for at forhindre snavs og slitage. Brug ikke aggressive rengøringsmidler eller opløsningsmidler, da de kan beskadige materialet. Sørg for at kontrollere polstringen efter hver brug for at sikre sikkerheden.

Træningsområde:
Manus »Extreme Wave« punch pad er perfekt til træning af slag, spark og taktiske øvelser. Især til kampsport som kickboxing, karate og taekwondo giver den den nødvendige modstand og fleksibilitet til varieret træning. Takket være den robuste konstruktion er den også velegnet til mere intensive træningssessioner og muliggør langvarig brug i fitnesscentret eller det personlige fitnessområde.

Sikkerhedsanvisninger:
Sørg for at holde stødpuden korrekt for at undgå skader. Holdepunkterne skal kontrolleres for sikkerhed før træning. Sørg også for, at håndtaget sidder sikkert i hånden, så du kan bevare kontrollen over puden.

Forsigtig: Manus »Extreme Wave«-slagpuden bør kun bruges under sikre forhold. Undgå at bruge den, hvis den håndteres forkert, eller hvis den viser synlige tegn på skader. Den bør ikke bruges af børn uden opsyn.

FI
Käyttöohje Manus rei'itysalustalle "Extreme Wave" SKU 5516-9005.

Valmistaja: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach.
Materiaali: ulkopuoli: 100 % polyuretaania; pehmuste: muotoonpuristettua vaahtomuovia.

Käyttöohjeet:
Manus nyrkkeilytyyny "Extreme Wave" on innovatiivinen harjoitteluväline, joka on ihanteellinen intensiiviseen lyönti- ja potkuharjoitteluun. Vahvan keinonahkaverhoilun ja puristetun vaahtomuovipehmusteen ansiosta tyyny vaimentaa erinomaisesti iskuja ja suojaa pideltävää liiallisilta iskuilta. Hieman kaareva iskupinta optimoi iskuenergian jakautumisen ja tukee siten mukavaa pehmustusta jokaisella lyönnillä. Seitsemän pitopisteen ansiosta "Extreme Wave" on erityisen joustava ja monipuolinen käyttää. Sitä voidaan pitää eri asennoissa ja se tarjoaa siten lukuisia käyttömahdollisuuksia monenlaisiin harjoituksiin. Tyynyn joustava käsittely on erityisen edullista lyöntitekniikan hiomisessa ja nopeiden reaktioaikojen harjoittelussa.

Hoito- ja huolto-ohjeet:
Synteettisestä nahasta valmistettu päällinen on puhdistettava säännöllisesti kostealla liinalla lian ja kulumisen estämiseksi. Älä käytä aggressiivisia puhdistusaineita tai liuottimia, sillä ne voivat vahingoittaa materiaalia. Muista tarkistaa pehmuste jokaisen käytön jälkeen turvallisuuden varmistamiseksi.

Harjoittelualue:
Manus "Extreme Wave" -lyöntityyny sopii erinomaisesti lyöntien, potkujen ja taktisten harjoitusten harjoitteluun. Erityisesti kamppailulajeissa, kuten potkunyrkkeilyssä, karatessa ja taekwondossa, se tarjoaa tarvittavan vastuksen ja joustavuuden monipuoliseen harjoitteluun. Vankan rakenteensa ansiosta se soveltuu myös intensiivisempiin harjoituksiin ja mahdollistaa pitkäaikaisen käytön kuntosalilla tai henkilökohtaisella kuntoilualueella.

Turvallisuusohjeet:
Varmista, että pidät iskutyynyä oikein, jotta vältät loukkaantumiset. Tartuntakohdat on tarkistettava turvallisuuden varmistamiseksi ennen harjoittelua. Varmista myös, että kahva istuu tukevasti kädessäsi, jotta pehmusteen hallinta säilyy.

Varoitus: Manus "Extreme Wave" -iskutyynyä saa käyttää vain turvallisissa olosuhteissa. Vältä sen käyttöä, jos sitä käsitellään väärin tai jos tyynyssä on näkyviä merkkejä vaurioista. Lasten ei tulisi käyttää sitä ilman valvontaa.

NO
Bruksanvisning for Manus stansepute «Extreme Wave» SKU 5516-9005

Produsent: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Materiale: utvendig: 100 % polyuretan; polstring: formstøpt skum

Bruksanvisning:
Manus slagpute «Extreme Wave» er et innovativt treningsapparat som er ideelt for intensiv slag- og sparketrening. Med et robust kunstlærtrekk og en komprimert skumpolstring gir puten utmerket støtdemping og beskytter holderen mot for kraftige støt. Den svakt buede slagflaten optimaliserer fordelingen av slagenergien og sørger dermed for behagelig demping ved hvert slag. Takket være de 7 holdepunktene er «Extreme Wave» spesielt fleksibel og allsidig i bruk. Den kan holdes i forskjellige posisjoner og gir dermed mange bruksmuligheter for et bredt spekter av treningsøvelser. Den fleksible håndteringen av puten er spesielt fordelaktig når du skal finpusse slagteknikken og trene opp reaksjonstiden.

Instruksjoner for pleie og vedlikehold:
Trekket i kunstlær bør rengjøres regelmessig med en fuktig klut for å unngå smuss og slitasje. Ikke bruk aggressive rengjøringsmidler eller løsemidler, da disse kan skade materialet. Kontroller polstringen etter hver bruk for å garantere sikkerheten.

Treningsområde:
Manus «Extreme Wave» slagpute er perfekt for trening av slag, spark og taktiske øvelser. Spesielt for kampsport som kickboksing, karate og taekwondo gir den nødvendig motstand og fleksibilitet for variert trening. Takket være den robuste konstruksjonen er den også egnet for mer intensive treningsøkter og muliggjør langvarig bruk på treningsstudioet eller i det personlige treningsområdet.

Sikkerhetsinstruksjoner:

Sørg for at du holder slagputen riktig for å unngå skader. Før treningen må du kontrollere at holdepunktene er sikre. Sørg også for at håndtaket sitter godt i hånden slik at du har kontroll over puten.

Forsiktig: Manus «Extreme Wave» slagpute skal kun brukes under trygge forhold. Unngå å bruke den hvis den håndteres feil eller hvis puten viser synlige tegn på skade. Den bør ikke brukes av barn uten tilsyn.

RO
Manual de instrucțiuni pentru tamponul de perforare Manus „Extreme Wave" SKU 5516-9005

Producător: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Material: exterior: 100 % poliuretan; umplutură: spumă turnată

Instrucțiuni de utilizare:
Tamponul de lovituri Manus „Extreme Wave" este un dispozitiv de antrenament inovator, ideal pentru antrenamente intensive de lovituri cu pumnul și cu piciorul. Cu o acoperire robustă din piele artificială și o umplutură din spumă comprimată, pad-ul oferă o absorbție excelentă a șocurilor și protejează titularul de impacturile excesive. Suprafața de impact ușor curbată optimizează distribuția

energiei de impact și susține astfel amortizarea confortabilă la fiecare lovitură. Datorită celor 7 puncte de prindere, „Extreme Wave" este deosebit de flexibil și versatil de utilizat. Acesta poate fi tinut în diferite poziții și oferă astfel numeroase opțiuni de aplicare pentru o gamă largă de exerciții de antrenament. Manevrarea flexibilă a plăcuței este deosebit de avantajoasă pentru rafinarea tehnicii de lovire și antrenarea timpilor rapizi de reacție.

Instrucțiuni de îngrijire și întreținere:
Capacul din piele sintetică trebuie curățat în mod regulat cu o cârpă umedă pentru a preveni murdăria și uzura. Nu utilizați agenți de curățare agresivi sau solvenți, deoarece aceștia pot deteriora materialul. Asigurați-vă că verificați căptușeala după fiecare utilizare pentru a asigura siguranța.

Zona de antrenament:
Tamponul pentru pumni Manus „Extreme Wave" este perfect pentru antrenarea pumnilor, loviturilor și exercițiilor tactice. În special pentru arte marțiale precum kickboxing, karate și taekwondo, oferă rezistența și flexibilitatea necesare pentru antrenamente variate. Datorită construcției sale robuste, este potrivit și pentru sesiuni de antrenament mai intense și permite utilizarea pe termen lung în sala de sport sau în zona de fitness personală.

Instrucțiuni de siguranță:
Asigurați-vă că țineți corect tamponul de impact pentru a evita rănirea. Punctele de prindere trebuie să fie verificate pentru siguranță înainte de antrenament. De asemenea, asigurați-vă că mânerul se așează bine în mână pentru a menține controlul asupra pad-ului.

Atenție: Tampoanele de impact Manus „Extreme Wave" trebuie utilizate numai în condiții de siguranță. Evitați utilizarea acestuia dacă este manevrat necorespunzător sau dacă pad-ul prezintă semne vizibile de deteriorare. Nu trebuie utilizat de copii fără supraveghere.

SK
Návod na použitie pre dierovaciu podložku Manus „Extreme Wave" SKU 5516-9005

Výrobca: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Materiál: vonkajšia strana: 100 % polyuretán; výplň: tvarovaná pena

Návod na použitie:
V prípade, že je to možné, je potrebné, aby ste si mohli vyskúšať, či je to možné, alebo nie, aby ste si vyskúšali, či je to možné. Vďaka robustnému poťahu z umelej kože a výplni zo stlačenej peny poskytuje podložka vynikajúcu absorpciu nárazov a chráni držiteľa pred nadmernými údermi. Mierne zakrivená úderová plocha optimalizuje rozloženie energie úderu a podporuje tak pohodlné tlmenie pri každom údere. Vďaka 7 bodom držania je „Extreme Wave" mimoriadne flexibilný a všestranne použiteľný. Dá sa držať v rôznych polohách, a tak ponúka početné možnosti použitia pre širokú škálu tréningových cvičení. Flexibilná manipulácia s podložkou je obzvlášť výhodná pri zdokonaľovaní techniky úderov a tréningu rýchlych reakcií.

Pokyny na ošetrovanie a údržbu:
Poťah zo syntetickej kože by sa mal pravidelne čistiť vlhkou handričkou, aby sa zabránilo znečisteniu a opotrebovaniu. Nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky ani rozpúšťadlá, pretože môžu poškodiť materiál. Nezabudnite po každom použití skontrolovať polstrovanie, aby ste zaistili bezpečnosť.

Tréningová plocha:
Úderová podložka Manus „Extreme Wave" je ideálna na tréning úderov, kopov a taktických cvičení. Najmä pri bojových umeniach, ako je kickbox, karate a taekwondo, ponúka potrebný odpor a flexibilitu na rôznorodý tréning. Vďaka svojej robustnej konštrukcii je vhodná aj na intenzívnejšie tréningy a umožňuje dlhodobé používanie v posilňovni alebo v osobnom fitness.

Bezpečnostné pokyny:
Dbajte na správne držanie nárazovej podložky, aby ste sa vyhli zraneniu. Pred tréningom je potrebné skontrolovať bezpečnosť bodov držania. Uistite sa tiež, že rukoväť bezpečne sedí v ruke, aby ste si udržali kontrolu nad podložkou.

Upozornenie: Manus „Extreme Wave" dopadová podložka by sa mala používať len za bezpečných podmienok. Vyhnite sa jej používaniu, ak sa s ňou nezaobchádza správne alebo ak podložka vykazuje viditeľné známky poškodenia. Nemali by ju používať deti bez dozoru.

SL
Navodila za uporabo za Manusovo podlogo za luknjanje „Extreme Wave" SKU 5516-9005

Proizvajalec: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Material: zunanja stran: 100 % poliuretan; oblazinjenje: oblikovana pena

Navodila za uporabo:
V primeru, da je to potrebno, se lahko uporabi tudi za trening udarcev in brcanja, ki jih je treba izvesti v obliki udarca. Z robustno prevleko iz umetnega usnja in oblazinjenjem iz stisnjene pene blazinica odlično absorbira udarce in ščiti imetnika pred prekomernimi udarci. Rahlo ukrivljena udarna površina optimizira porazdelitev energije udarca in tako podpira udobno blaženje pri vsakem udarcu. Zahvaljujoč 7 točkam za držanje je blazina „Extreme Wave" še posebej prilagodljiva in vsestransko uporabna. Lahko ga držite v različnih položajih in tako ponuja številne možnosti uporabe za najrazličnejše vadbene vaje. Fleksibilno rokovanje z blazinico je še posebej ugodno za izpopolnjevanje tehnike udarcev in urjenje hitrih reakcijskih časov.

Navodila za nego in vzdrževanje:
Prevleko iz umetnega usnja je treba redno čistiti z vlažno krpo, da se prepreči umazanija in obraba. Ne uporabljajte agresivnih čistil ali topil, saj lahko poškodujejo material. Po vsaki uporabi obvezno preverite oblazinjenje, da zagotovite varnost.

Območje usposabljanja:
Podloga za udarce Manus „Extreme Wave" je odlična za vadbo udarcev, brc in taktičnih vaj. Predvsem za borilne veščine, kot so kickboxing, karate in taekwondo, nudi potrebno odpornost in prožnost za raznolike treninge. Zaradi robustne konstrukcije je primerna tudi za intenzivnejše treninge in omogoča dolgotrajno uporabo v telovadnici ali osebnem fitnesu.

Varnostna navodila:
Da se izognete poškodbam, poskrbite, da boste udarno blazino držali pravilno. Pred vadbo je treba preveriti varnost točk za držanje. Prav tako se prepričajte, da ročaj varno sedi v roki, da ohranite nadzor nad blazino.

Opozorilo: Udarno blazino Manus „Extreme Wave" lahko uporabljate le v varnih pogojih. Ne uporabljajte je, če ste z njo ravnali nepravilno ali če ima vidne znake poškodb. Otroci je ne smejo uporabljati brez nadzora.

BG
Ръководство за употреба за перфоратор Manus „Extreme Wave" SKU 5516-9005

Производител: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Материал: външна част: 100 % полиуретан; подложка: формована пяна

Инструкции за употреба:
Подложката за удари Manus „Extreme Wave" е иновативно тренировъчно устройство, което е идеално за интензивни тренировки за удари и ритници. Със здрава обвивка от изкуствена кожа и подложка от пресована пяна, подложката осигурява отлично абсорбиране на ударите и предлазва притежателя от прекомерни удари. Леко извитата ударна повърхност оптимизира разпределението на енергията на удара и по този начин поддържа комфортно амортизиране при всеки удар. Благодарение на 7-те точки на захващане „Екстремна вълна" е особено гъвкава и многофункционална за използване. Тя може да се държи в различни позиции и по този начин предлага многобройни възможности за приложение за широк спектър от тренировъчни упражнения. Гъвкавото боравене с подложката е особено благоприятно за усъвършенстване на техниката на ударите и трениране на бързи реакции.

Инструкции за грижа и поддръжка:
Покритието от синтетична кожа трябва да се почиства редовно с влажна кърпа, за да се предотврати замърсяването и износването. Не използвайте агресивни почистващи препарати или разтворители, тъй като те могат да повредят материала. Не забравяйте да проверявате подложката след всяка употреба, за да осигурите безопасност.

Област на обучение:
Подложката за удари Manus „Extreme Wave" е идеална за трениране на удари, ритници и тактически упражнения. Специално за бойни изкуства като кикбокс, карате и таекондо, тя предлага необходимата устойчивост и гъвкавост за разнообразни тренировки. Благодарение на здравата си конструкция тя е подходяща и за по-интензивни тренировки и дава възможност за дългосрочна употреба във фитнес залата или в зоната за личен фитнес.

Инструкции за безопасност:
Уверете се, че държите ударопоглъщащата подложка правилно, за да избегнете наранявane. Точките на захващане трябва да се проверят за безопасност преди тренировка. Също така се уверете, че дръжката седи сигурно в ръката ви, за да поддържате контрол върху подложката.

Предупреждение: Ударната подложка Manus „Extreme Wave" трябва да се използва само при безопасни условия. Избягвайте да я използвате, ако с нея се борави неправилно или ако подложката показва видими признаци на повреда. Тя не трябва да се използва от деца без надзор.

GR
Εγχειρίδιο οδηγιών για το μαξιλάρι διάτρησης Manus «Extreme Wave» SKU 5516-9005

Κατασκευαστής: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Υλικό: εξωτερικά: 100 % πολυουρεθάνη- επένδυση: μορφοποιημένος αφρός

Οδηγίες χρήσης:
Το μαξιλάρι γροθιάς Manus «Extreme Wave» είναι μια καινοτόμος συσκευή προπόνησης που είναι ιδανική για εντατική προπόνηση γροθιάς και κλωτσιάς. Με ανθεκτικό κάλυμμα από τεχνητό δέρμα και επένδυση από συμπιεσμένο αφρό, το μαξιλάρι παρέχει εξαιρετική απορρόφηση κραδασμών και προστατεύει τον κάτοχο από υπερβολικές κρούσεις. Η ελαφρώς καμπυλωτή επιφάνεια κρούσης βελτιστοποιεί την κατανομή της ενέργειας κρούσης και έτσι υποστηρίζει την άνετη απορρόφηση σε κάθε χτύπημα. Χάρη στα 7 σημεία συγκράτησης, το «Extreme Wave» είναι ιδιαίτερα ευέλικτο και ευπροσάρμοστο στη χρήση. Μπορεί να συγκρατηθεί σε διάφορες θέσεις και έτσι προσφέρει πολυάριθμες επιλογές εφαρμογής για ένα ευρύ φάσμα προπονητικών ασκήσεων. Ο ευέλικτος χειρισμός του μαξιλαριού είναι ιδιαίτερα επωφελής για την τελειοποίηση της τεχνικής του χτυπήματος και την προπόνηση γρήγορων χρόνων αντίδρασης.

Οδηγίες φροντίδας και συντήρησης:
Το συνθετικό δερμάτινο κάλυμμα πρέπει να καθαρίζεται τακτικά με ένα υγρό πανί για να αποφεύγεται η βρωμιά και η φθορά. Μην χρησιμοποιείτε επιθετικά καθαριστικά ή διαλύτες, καθώς αυτά μπορεί να προκαλέσουν ζημιά στο υλικό. Βεβαιωθείτε ότι ελέγχετε το μαξιλάρι μετά από κάθε χρήση για να διασφαλίσετε την ασφάλεια.

Χώρος εκπαίδευσης: Το μαξιλάρι είναι κατάλληλο για την προπόνηση:
Το μαξιλάρι γροθιάς «Extreme Wave» της Manus είναι ιδανικό για την προπόνηση γροθιών, κλωτσιών και ασκήσεων τακτικής. Ειδικά για πολεμικές τέχνες όπως το kickboxing, το καράτε και το taekwondo, προσφέρει την απαραίτητη αντίσταση και ευελιξία για ποικίλη προπόνηση. Χάρη στη στιβαρή κατασκευή του, είναι επίσης κατάλληλο για πιο εντατικές προπονήσεις και επιτρέπει τη μακροχρόνια χρήση στο γυμναστήριο ή στον προσωπικό χώρο γυμναστικής.

Οδηγίες ασφαλείας:
Βεβαιωθείτε ότι κρατάτε σωστά το μαξιλάρι κρούσης για να αποφύγετε τραυματισμούς. Τα σημεία αγκυροβόλησης πρέπει να ελέγχονται για την ασφάλειά τους πριν από την προπόνηση. Βεβαιωθείτε επίσης ότι η λαβή κάθεται με ασφάλεια στο χέρι σας για να διατηρήσετε τον έλεγχο του μαξιλαριού.

Προσοχή: Το μαξιλάρι κρούσης Manus «Extreme Wave» πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο υπό ασφαλείς συνθήκες. Αποφύγετε τη χρήση του εάν το χειριστείτε με ακατάλληλο τρόπο ή εάν το μαξιλάρι παρουσιάζει ορατά σημάδια ζημιάς. Δεν πρέπει να χρησιμοποιείται από παιδιά χωρίς επίβλεψη.

RU
Инструкция по эксплуатации перфоратора Manus «Extreme Wave» SKU 5516-9005

Производитель: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Материал: внешняя сторона: 100% полиуретан; набивка: формованная пена

Инструкция по применению:
Накладка для боев Manus «Extreme Wave» - это инновационный тренажер, который идеально подходит для интенсивных тренировок по боям и ударам. Благодаря прочному покрытию из искусственной кожи и набивке из прессованной пены, накладка обеспечивает отличную амортизацию и защищает боксера от чрезмерных ударов. Слегка изогнутая ударная поверхность оптимизирует распределение энергии удара и тем самым обеспечивает комфортную амортизацию при каждом ударе. Благодаря 7 точкам фиксации «Extreme Wave» отличается особой гибкостью и универсальностью в использовании. Ее можно удерживать в различных положениях и, таким образом, предлагать множество вариантов применения для широкого спектра тренировочных упражнений. Гибкое использование накладки особенно полезно для отработки техники ударов и тренировки быстроты реакции.

Рекомендации по уходу и обслуживанию:
Покрытие из искусственной кожи следует регулярно протирать влажной тканью, чтобы предотвратить загрязнение и износ. Не используйте агрессивные чистящие средства или растворители, так как они могут повредить материал. Обязательно проверяйте набивку после каждого использования, чтобы обеспечить безопасность.

Тренировочная зона:
Накладка для ударов Manus «Extreme Wave» идеально подходит для тренировки ударов руками, ногами и тактических упражнений. Особенно для таких боевых искусств, как кикбоксинг, карате и тхэквондо, она обеспечивает необходимую устойчивость и гибкость для разнообразных тренировок. Благодаря прочной конструкции он также подходит для более интенсивных тренировок и позволяет использовать его в течение длительного времени в тренажерном зале или в личном фитнес-зале.

Инструкции по безопасности:
Убедитесь, что вы правильно держите ударную площадку, чтобы избежать травм. Перед тренировкой необходимо проверить безопасность точек крепления. Также убедитесь, что рукоятка надежно сидит в руке, чтобы сохранить контроль над площадкой.

Внимание: Ударную площадку Manus «Extreme Wave» следует использовать только в безопасных условиях. Не используйте ее, если с ней не обращаются должным образом или если накладка имеет видимые признаки повреждения. Она не должна использоваться детьми без присмотра.

TR
Manus delme pedi “Extreme Wave” SKU 5516-9005 için kullanım kılavuzu

Üretici: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach
Malzeme: dış: %100 poliüretan; dolgu: kalıplanmış köpük

Kullanım talimatları:
Manus boks pedi “Extreme Wave”, yoğun yumruk ve tekme antrenmanları için ideal olan yenilikçi bir antrenman cihazıdır. Sağlam suni deri kaplaması ve sıkıştırılmış köpük dolgusuyla bu ped mükemmel şok emilimi sağlar ve tutucuyu aşırı darbelerden korur. Hafif kavisli darbe yüzeyi, darbe enerjisinin dağılımını optimize eder ve böylece her vuruşta rahat yastıklamayı destekler. 7 tutma noktası sayesinde “Extreme Wave” özellikle esnek ve çok yönlü kullanıma sahiptir. Çeşitli pozisyonlarda tutulabilir ve böylece çok çeşitli antrenman egzersizleri için sayısız uygulama seçeneği sunar. Pedin esnek kullanımı özellikle vuruş tekniğinizi geliştirmek ve hızlı reaksiyon sürelerini eğitmek için avantajlıdır.

Bakım ve onarım talimatları:
Sentetik deri kılıf, kir ve aşınmayı önlemek için düzenli olarak nemli bir bezle temizlenmelidir. Malzemeye zarar verebileceğinden agresif temizlik maddeleri veya çözücüler kullanmayın. Güvenliği sağlamak için her kullanımdan sonra dolguyu kontrol ettiğinizden emin olun.

Eğitim alanı:
Manus “Extreme Wave” yumruk pedi yumruk, tekme ve taktik egzersizleri için mükemmeldir. Özellikle kickboks, karate ve tekvando gibi dövüş sanatları için çeşitli antrenmanlar için gerekli direnci ve esnekliği sunar. Sağlam yapısı sayesinde daha yoğun antrenman seansları için de uygundur ve spor salonunda veya kişisel fitness alanında uzun süreli kullanım sağlar.

Güvenlik talimatları:
Yaralanmaları önlemek için darbe pedini doğru şekilde tuttuğunuzdan emin olun. Antrenmandan önce tutma noktalarının güvenliği kontrol edilmelidir. Ayrıca pedin kontrolünü sağlamak için sapın elinize güvenli bir şekilde oturduğundan emin olun.

Dikkat: Manus “Extreme Wave” darbe pedi yalnızca güvenli koşullar altında kullanılmalıdır. Yanlış kullanıldığında veya pedde gözle görülür hasar belirtileri görüldüğünde kullanmaktan kaçının. Gözetim olmadan çocuklar tarafından kullanılmamalıdır.

AR
ماتس التثقيب بلوحة الخاص التعليمات دليل “Extreme Wave” SKU 5516-9005

الصنعة الشركة: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach

مصبوب فوم :البطانة بوريثان؛ بولي X100 :الخارج من :المادة

جهاز ماتس من “Extreme Wave” اللكم وسادة تعتبر :الاستخدام تعليمات
اختصاصاً الوسادة توفر .واركل اللكم على المكثف للتدريب مثالي مبتكر تدريب
الجلدي الغطاء يقطل المغرفطة الصدمات من حاملها وتحمي للصدمات ممتازاً
الصدمة سطح يعمل .المضغوطة الإسفنجية والحشوة القوي الصناعي
المريح التوسيد يدعم وبالتالي الصدمة طاقة توزيع تحسين على قليلاً المنحنى
بمرونة "ريف إكستريم" تتميز .السهم التثبيت تقاط ويقطل .ضربة كل مع
توفر وبالتالي مختلفة أوضاع في حملها يمكن .الاستخدامات وتعدد خاصة
إن .التدريبية التمارين من واسعة لمجموعة الاستخدام خيارات من العديد
الضرب أسلوب للتحسين خاص بشكل مفيد الوسادة مع المرن التعامل
.السريع الفعل رد أوقات على والتدريب

الصناعي الجلد من المصنوع الغطاء تنظيف يجب :والصيانة العناية تعليمات
التنظيف مواد تستخدم لا .والتآكل الالتساخ لمنع مبللة قماش بقطعة بانتظام
البطانة فحص من تأكد .المواد هذه تتلف أن يمكن حيث ،المذيبات أو القوية
.السلامة لضمان استخدام كل بعد

مثالية ماتس من "ريف إكستريم" الملاكمة وسادة تعتبر :التدريب منطقة
عن الدفاع لفنون خاصة .الكتيكية والتمارين والركلات اللكمات على للتدريب
المقاومة توفر فهي ،والتايكواندو والكاراتيه بوكسينغ الكيك مثل النفس
أيضاً مناسب فهو ،المتين هيكله وبفضل .المتنوع للتدريب اللازمة والمرونة
صالة في الطويل المدى على استخدامه لك ويتيح المكثفة التدريب لجلسات
.الشخصية البدنية اللياقة منطقة أو الرياضية الألعاب

لتجنب صحيح بشكل الصدمات وسادة إمساك من تأكد :السلامة تعليمات
تأكد .التدريب قبل سلامتها من للتأكد الإمساك نقاط فحص يجب .الإصابة
.الوسادة في التحكم على للحفاظ يدك في بإحكام المقبض تثبيت من أيضًا

تحذير: يجب "Extreme Wave" الصدمات وسادة استخدام مناتس غير بشكل معها التعامل تم إذا استخدامها تجنب .فقط آمنة ظروف في عدم يجب .واضحة تلف علامات الوسادة على ظهرت إذا أو صحيح إشراف دون الأطفال قبل من استخدامها.

CN
Manus Extreme Wave Punch Pad
SKU 5516-9005 使用说明

制造商：Budoland GmbH，地址：Am Grießenbach 8，DE-83126 Flintsbach

材质：外层：100%聚氨酯；填充物：模制泡沫

使用说明：Manus“Extreme Wave”冲拳垫是一款创新的训练工具，非常适合高强度拳法和脚法训练。这款冲拳垫采用坚固的仿皮套和压缩泡沫填充物，具有出色的减震效果，可保护使用者免受强烈冲击。略微弯曲的击打面可优化冲击能量的分布，从而为每次击打提供舒适的缓冲。得益于7种握法，“Extreme Wave”的使用非常灵活且多样。它可以握在不同的位置，从而为各种训练练习提供多种可能性。这款沙袋的灵活操控性对于提高击打技巧和训练快速反应能力尤为有利。

保养和维护说明：合成皮革外罩应定期用湿布清洁，以防止污垢和磨损。请勿使用腐蚀性清洁剂或溶剂，否则可能会损坏材料。每次使用后请务必检查垫子，以确保安全。

训练区：Manus“Extreme Wave”训练垫非常适合训练拳击、跆拳道和空手道等武术。它为各种训练提供了必要的阻力和灵活性。由于其坚固的结构，它也适用于强度更高的训练，可在健身房或个人健身区长期使用。

安全须知：请务必正确握住拳击垫，以免受伤。训练前必须检查握持点是否安全。此外，请确保手柄牢牢握在手中，以便控制拳击垫。

注意：Manus Extreme Wave垫只能在安全条件下使用。如果垫子有明显损坏或使用不当，应避免使用。儿童应在成人监护下使用。

JP
マヌス エクストリームウェーブ パンチパッド SKU 5516-9005 のご使用方法

メーカー： Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 Flintsbach

素材： 表地：100% ポリウレタン、パッド：成形発泡体

使用方法：Manus「エクストリームウェーブ」パンチングパッドは、パンチやキックの集中トレーニングに最適な画期的なトレーニングツールです。丈夫な人工皮革カバーと圧縮フォームパッドにより、優れた衝撃吸収性を実現し、強すぎる衝撃から使用者を保護します。わずかに湾曲した打撃面は衝撃エネルギーを最適に分散し、打撃のたびに快適なクッション性を実現します。7つのハンドポジションにより、「エクストリームウェーブ」は特に柔軟かつ多用途に使用できます。さまざまなポジションで保持できるため、幅広いトレーニング演習に数多くの可能性を提供します。このパッドの柔軟な取り扱いは、打撃技術の向上や素早い反応時間のトレーニングに特に有効です。

お手入れとメンテナンス方法：合成皮革のカバーは、汚れや摩耗を防ぐために、定期的に湿らせた布で拭いてください。素材を傷める可能性があるため、強力な洗剤や溶剤は使用しないでください。使用後は必ずパッドの状態を確認し、安全を確保してください。

トレーニングエリア：Manus「エクストリームウェーブ」パンチングパッドは、パンチやキック、戦術的訓練に最適です。特にキックボクシング、空手、テコンドーなどの格闘技には、多様なトレーニングに必要な抵抗と柔軟性を提供します。頑丈な構造により、より集中的なトレーニングにも適しており、スタジオやパーソナルフィットネスエリアでの長期間の使用にも耐えることができます。

安全上の注意：怪我を避けるため、パンチングパッドを正しく保持してください。トレーニングを開始する前に、必ず固定箇所が安全であることを確認してください。また、パッドを制御できるよう、ハンドルがしっかりと手に収まっていることを確認してください。

注意：Manus Extreme Waveパッドは安全な状況でのみ使用してください。パッドに目に見える損傷がある場合や、正しく取り扱われていない場合は使用を避けてください。また、重傷者のいない子供には使用させないでください。

KO
마누스 펀칭 패드 “익스트림 웨이브” 사용 설명서 SKU 5516-9005

제조사: Budoland GmbH, Am Grießenbach 8, DE-83126 플린츠바흐

재질: 외부: 폴리우레탄 100%; 패딩: 몰드 폼

사용 방법: 마누스 펀칭 패드 “익스트림 웨이브”는 집중적인 펀치 및 발차기 훈련에 이상적인 혁신적인 훈련 장비입니다. 견고한 인조 가죽 커버와 압축 폼 패딩으로 충격 흡수가 뛰어나며 과도한 충격으로부터 홀더를 보호합니다. 약간 구부러진 충격 표면은 충격 에너지의 분산을 최적화하여 타격할 때마다 편안한 쿠션을 제공합니다. 7개의 홀딩 포인트 덕분에 “익스트림 웨이브”는 특히 유연하고 다양하게 사용할 수 있습니다. 다양한 자세로 잡을 수 있어 다양한 훈련에 적응할 수 있는 다양한 옵션을 제공합니다. 패드의 유연한 핸들링은 타격 기술을 연마하고 빠른 반응 속도를 훈련하는 데 특히 유리합니다.

관리 및 유지보수 지침: 합성 가죽 커버는 오염과 마모를 방지하기 위해 젖은 천으로 정기적으로 청소해야 합니다. 강한 세제나 솔벤트는 소재를 손상시킬 수 있으므로 사용하지 마세요. 안전을 위해 매번 사용 후 패딩을 점검하세요.

훈련 영역: 마누스 “익스트림 웨이브” 펀치 패드는 펀치, 발차기 및 전술 훈련에 적합합니다. 특히 킥복싱, 가라테, 태권도와 같은 무술의 경우 다양한 훈련에 필요한 저항력과 유연성을 제공합니다. 견고한 구조 덕분에 보다 집중적인 훈련 세션에도 적합하며 체육관이나 개인 피트니스 공간에서 장기간 사용할 수 있습니다.

안전 지침: 부상을 방지하기 위해 임팩트 패드를 올바르게 잡아야 합니다. 트레이닝 전에 잡는 지점이 안전한지 확인해야 합니다. 또한 패드를 잘 제어할 수 있도록 손잡이가 손에 단단히 고정되어 있는지 확인하세요.

주의: 마누스 “익스트림 웨이브” 임팩트 패드는 안전한 조건에서만 사용해야 합니다. 제대로 다루지 않았거나 패드가 눈에 띄게 손상된 흔적이 있는 경우에는 사용하지 마세요. 보호자 없이 어린이가 사용해서는 안 됩니다.