

Aerialyoga-duk

Art.nr. 2703901 ff.

Takk for at du har valgt dette produktet!

For at du skal få mest mulig glede av produktet og for at sikkerheten skal være ivaretatt, bør du lese denne bruksanvisningen nøye og i sin helhet før bruk. Ta godt vare på anvisningen. Har du spørsmål eller ønsker, hjelper vi deg gjerne.



MONTERINGSVEILEDNING:

Montering av duken skal kun utføres av voksne!

Bruk kun denne monteringsvarianten; andre varianter er ikke sikkerhetstestet!

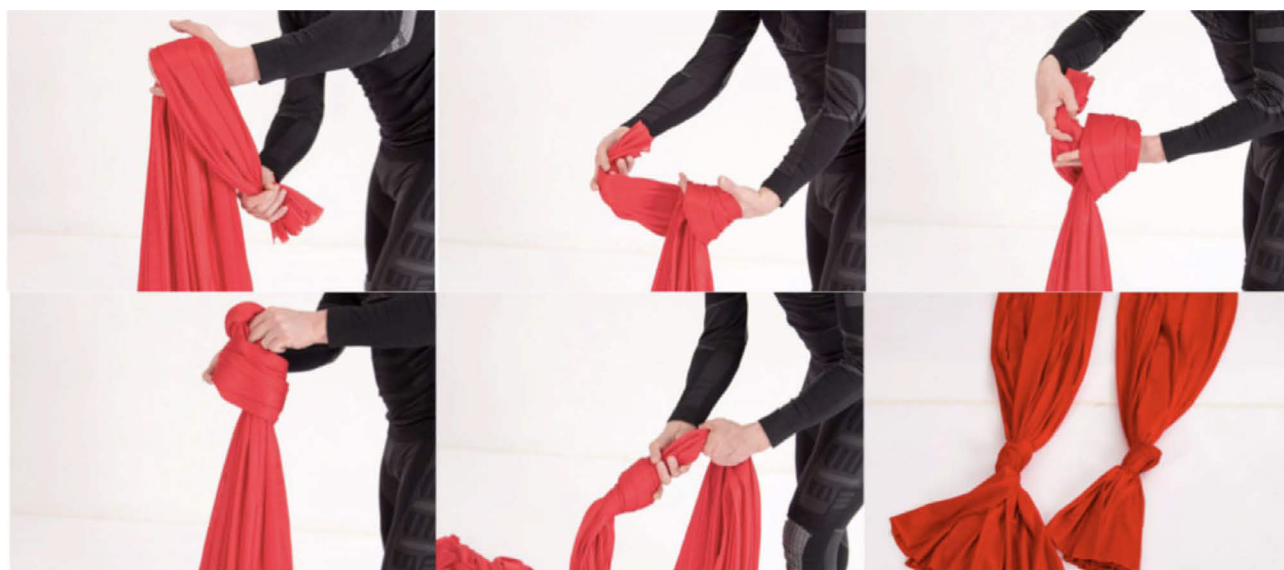
1) Samle duken:

Legg en smal side av duken på et rent, glatt underlag og samle duken sammen.



2) Lag en overhåndsknute i duken:

Ta tak i den sammenraskede duken og knyt den «over hånden». Stram knuten godt. Gjør det samme på motsatt side av duken.



3) Fest løkker på duken:

Legg en løkke under knuten, under duken, og trekk den ene enden av løkken gjennom den andre før du strammer løkken. Gjør det samme på motsatt side av duken.



4) Montering av DaisyChains:

Før en løkke på DaisyChain gjennom øyet i takfestet, og tre deretter den lange enden av DaisyChain gjennom løkken. Dra så enden ned mot gulvet til forbindelsen sitter stramt.



Nå kan du henge opp stoffet i DaisyChain-en(e) ved hjelp av karabinene, ved å koble sammen løkken som er festet på stoffet og DaisyChain-en med karabinen.

Ettpunktsvariant >>> Stoffet henger i ett takfeste Anbefales ved takhøyde på ca. 3 m eller mer

Toppunktsvariant >>> Stoffet henger i to takfester

Anbefales ved takhøyde mellom 2,5 m og 3 m. Festepunktene bør være omtrent i armhulebredde (30–50 cm) fra hverandre.



5) Før første bruk:

Når du har hengt opp tøyet, dra godt til med begge hendene og sjekk at løkke, tøy, karabin, DaisyChain og takøye sitter riktig. Når alt ser bra ut, kan du stille deg opp i tøyet. Knuter og løkker strammer seg da litt ekstra. Tøyet vil «sette seg» og strekker seg ca. 5–10 cm, så etterpå må du henge det litt høyere.

6) Kvalitetskontroll:

Begge kantene på tøyet bør være i samme høyde, ellers kan tøyet klype under treningen. Jo bedre du rynker sammen tøyet (trinn 1 i veiledningen), desto bedre blir resultatet! Er kantene mer enn tre fingerbredder i ulik høyde, bør du rynke sammen tøyet på nytt med omhu og knyte om igjen.

7) Regelmessig kontroll:

Sjekk karabiner, løkker og DaisyChains, og særlig forbindelsen mellom takfestet og tøyet, jevnlig for at alt sitter stramt, samt for slitasje og skader. Defekte deler må byttes ut umiddelbart.

BRUKSANVISNING:

Sjekk før hver bruk at alle festepunkter sitter riktig, og dra eller rist godt i stoffet. Bruk en sklisikker yogamatte til treningen, eller en turnmatte hvis du har.

Festekomponenter og slidedeler bør jevnlig kontrolleres for at de sitter godt og for tegn på slitasje!

Justering av stoffhøyde:

Høyden på stoffet kan justeres trinnvis ved hjelp av DaisyChains.

Slik stiller du inn høyden på AerialYoga-stoffet:

- › Grip stoffet stramt, i hoftebredde, rett foran hoftene;
- › Still inn omtrent i beltehode, dvs. ved toppen av hoftekammen
- › Ved «å sitte i stoffet» bør det være en håndsbredde mellom gulvet og personens føtter
- › I «enkel omvendt posisjon» bør det være en håndsbredde mellom hodet og gulvet
- › Stoffet skal verken henge for høyt eller for lavt
- › Jo høyere stoffet henger, desto mer krevende blir treningen
- › Henger tøyet for lavt, er det fare for at hodet kan treffe gulvet i omvendte posisjoner

VEDLIKEHOLDSRÅD FOR TØYET:

Tøyene er laget av plastmateriale, som eldes når det utsettes for vær og vind utendørs.

Direkte sollys, også gjennom vindusruter, bleker tøyene! Fargene turkis og petrol er spesielt utsatt.

Fester og slidedeler bør jevnlig kontrolleres for at de sitter godt og for tegn på slitasje.

Håndtering av hull:

Mindre hull i tøyet bør forsegles med fargeløs neglelakk for å hindre at hullene blir større (masker som løper). Tøy med rifter større enn 5 cm skal ikke brukes!

VASKEANVISNING:

Aerial-tøy kan både vaskes og tørkes i vanlige «husholdnings»-vaskemaskiner, samt i profesjonelle maskiner på vaskesenter.

Vask kun tøyet!

- › Demonter karabiner, slynger og DaisyChains fra tøyet før vask, og IKKE vask dem sammen med tøyet!
- › En enkel overhåndsknute kan bli sittende i tøyet.

Vask:

- › Kaldvask eller 30°C finvask
- › Bruk fargevaskemiddel eller finvaskemiddel
- › Ingen blekemiddel eller tøyrenner
- › Vask separat fra annen klesvask = hold fargene rene, altså bare én farge om gangen
- › Tøyene kan avgi litt farge i de første vaskene

Sentrifugering og tørking:

- › Sentrifugering på lav hastighet er mulig
- › Rist tøyet godt etter sentrifugering
- › La tøyet lufttørke, og rist det gjerne underveis
- › Tøyet kan henges opp igjen mens det fortsatt er fuktig etter vask, men må være helt tørt og ristes flere ganger før bruk
- › Fuktig tøy som pakkes ned kan utvikle mugg

Tørking i tørketrommel:

- › Kan tørketromles på lav varme, 2–3 x 10 min
- › Rist og løs opp floker etter hver 10. minutt
- › Tørkingen må ikke skje på høy varme

VIKTIG – ADVARSLER

Generelt:

Informasjonsarket og bruksanvisningen må leses nøye og forstås før produktet tas i bruk. Ta vare på denne veiledningen for eventuelle spørsmål senere.

- › Stoffet er ikke egnet for barn under 3 år, og særlig ikke som soveplass! Det er økt risiko for kvelning og strangulering, samt fare for skader ved fall.
- › For personer fra 3 år og oppover, kun under tilsyn av en voksen. Hold oppsyn med barna!
- › Barn under 14 år må være under oppsyn ved bruk, da det er økt risiko for fall og kollisjon ved lek og tumling. Stoffet er ikke en huske!
- › Å vri tøyets mens det er belastet (f.eks. av en person) vil ødelegge tøyets. Karabiner, løkker og DaisyChains er ikke egnet eller godkjent til dette. For å rotere i tøyets må du bruke egne dreie-/svivelementer, såkalte swivels eller rotor, kjøpt hos faghandel!
- › Bruk og oppheng av tøyets skjer på eget ansvar.
- › AerialYoga-Berlin påtar seg intet ansvar for skader som skyldes feil bruk eller feil montering av tøyene.
- › Tøyets er IKKE egnet til klatring – tøyets er IKKE klatrestyr – Not for Climbing
- › Tøyets er IKKE egnet til personsikring, f.eks. ved arbeid i høyden
- › Bare du selv kan beskytte deg mot skader!
- › Bare du selv kan forhindre at du blir skadet!

Listen over mulige feilbruk er ikke uttømmende; det finnes utallige måter å bruke produktet feil på, som ikke kan listes opp her. Dette produktet er kun beregnet brukt som AerialYoga- og AerialFitness-sportsutstyr, samt til avslapning og velvære.

- › Det må sikres at takfestepunktet har en bruddlast på minst 10KN (i henhold til EN 795)
- › Dette produktet skal kun brukes av kyndige og ansvarlige personer, eller under tilsyn.
- › Hvis disse advarslene ikke følges, øker risikoen for skader og potensielt alvorlige ulykker.
- › Det frarådes på det sterkeste å bruke brukt utstyr (second-hand).

Rifter:

Skarpe og spisse gjenstander som glidelåser, smykker, belter eller nagler på bukser kan skade duken og føre til redusert bæreevne. Duker med rifter større enn 5 cm skal ikke brukes!

Brann:

Duken er brennbar og må ikke komme i kontakt med åpen flamme (f.eks. stearinlys, ild), glør (f.eks. røkelsespinne) eller gnistsprut, da den kan ta fyr og/eller få brennhull.

Forholdsregler:

Personer som bruker dette treningsutstyret, må være sikre på at helse- og formnivået er tilstrekkelig for å ivareta egen sikkerhet under bruk. Dette omtales særskilt under punktet «Kontraindikasjoner». Før bruk skal korrekt feste og riktig plassering av duken, løkkene, karabinkrokene, DaisyChains og takfestepunktene kontrolleres. AerialYoga-/AerialFitness-duken og alt tilhørende utstyr må ikke komme i kontakt med sterke/aggressive kjemiske stoffer, og dette gjelder også under transport. UV-stråling, også gjennom et vindu, kan skade både duken og andre plastkomponenter og føre til for tidlig aldring. Unngå direkte kontakt med ru overflater og skarpe kanter.

Inspeksjon:

Dersom du oppdager følgende tegn på duk eller utstyr, må den aktuelle delen – eller hele produktet – byttes ut umiddelbart!

Duk:

Kutt, rifter som er større enn 5 cm, slitasje, skader forårsaket av: bruk, varme, kjemikalier

Løkker og DaisyChains:

Kutt, rifter, slitasje, skader forårsaket av: bruk, varme, kjemikalier

Karabiner:

Deformasjoner, sprekker, korrosjon, skarpe kanter, skader forårsaket av bruk, varme, kjemikalier

Ved hyppig bruk skal det gjennomføres en grundig inspeksjon hver 3. måned, og ved sporadisk bruk hver 12. måned.

Levetid:

Levetiden til AerialYoga-/AerialFitness-duken med tilhørende utstyr er begrenset til maksimalt 10 år, forutsatt at alle komponenter er helt intakte. Følgende forhold kan redusere produktets levetid:

Hyppig og hard bruk, skadde produktdele, kontakt med aggressive kjemikalier, temperaturer over 60 °C, slitasje, kutt osv. UV-stråling eller sterkt sollys – også gjennom vindusruter – kan skade duken og andre plastkomponenter og dermed forkorte levetiden. Det samme gjelder værpåvirkning ved varig bruk av duken utendørs.

Enkelte komponenter eller hele produktet må byttes ut umiddelbart i følgende tilfeller:

- › Ved inspeksjon/kontroll avdekkes skader
- › Produktet eller deler av produktet har vært i kontakt med aktive, etsende eller farlige kjemiske stoffer.

› Dersom det finnes den minste tvil om sikkerheten til produktet eller enkeltkomponenter.

Reklamasjon:

Lovens reklamasjonsregler gjelder. Ved feil bruk bortfaller reklamasjonsretten. Dette omfatter ikke normal bruksslitasje, endringer av produktet, ombygginger, lagring som er for fuktig eller for varm, UV-stråling – også gjennom en vindusrute – mangelfullt vedlikehold og stell, skader som følge av ulykker samt uaktsom, uforsvarlig eller feil bruk. Enhver endring eller reparasjon utenfor våre produksjonsenheter er forbudt.

Kontraindikasjoner:

Bruk Aerial-Yoga-/Aerial-Fitness-duken kun dersom du er i tilstrekkelig god form. Ved tvil, kontakt lege. Ikke bruk duken, eller bruk den kun etter avtale med lege, dersom du har noen av følgende begrensninger:

- › Økt risiko for slag eller hjerteinfarkt
- › Hjerte- og karsykdommer, høyt blodtrykk, innsnevring av halspulsåren
- › Bruk av blodfortynnende eller antikoagulerende medisiner
- › Økt risiko for blodpropp (trombose), samt etter kirurgiske inngrep
- › Akutte eller skjulte skader i ryggraden
- › Forhøyet trykk i øyet (glaukom)
- › Sykdommer i det indre øret
- › Benskjørhet (osteoporose)
- › Feber eller betennelsestilstander i kroppen
- › Epilepsi
- › Kraftig overvekt
- › Graviditet
- › Menstruasjon – varierer fra person til person, avgjøres av den enkelte