



## **SPORT-TEC TRAININGSBANK, 3-TLG.** **ANLEITUNG**

Art.-Nr.  22930 · Kategorie:  Reha-Sport Geräte

Lesen Sie diese Anleitung vor der Anwendung genau durch. Befolgen Sie die Hinweise und bewahren Sie die Gebrauchsanweisung sorgfältig auf.

## ALLGEMEINES

Die massive, dreiteilige Trainingsbank wurde für den Einsatz in der Medizinischen Trainingstherapie (MTT) konzipiert und lässt sich optimal an individuelle Trainingsanforderungen anpassen. Die vielfältigen Verstellmöglichkeiten ermöglichen dem Patienten eine sichere und stabile Ausgangsposition für das Training am Seilzugapparat. Die Bank kann darüber hinaus beispielsweise auch für das Freihandtraining eingesetzt werden.

Während die hintere Sitzfläche fest ist, lässt sich die vordere Sitzfläche in der Neigung bis 25° verstellen. Das mittlere Polster ist in Höhe und Neigung bis 90° verstellbar. Ein gradgenauer Winkelmesser erlaubt stets die gleiche Einstellung für vielfältige Übungsvariationen.

Die integrierten Transportrollen ermöglichen ein einfaches Verschieben der Bank.

## LIEFERUMFANG

Nr.	Bezeichnung	Anzahl
①	Trainingsbank, montiert	1x
②	Anleitung	1x

## SICHERHEITSHINWEISE

**Wichtiger Hinweis:** Eine nicht sachgemäße Nutzung und die Missachtung der Sicherheitshinweise kann zu Verletzungen und Beschädigungen am Gerät führen.

Die Trainingsbank wird bereits montiert geliefert. Entfernen Sie das Verpackungsmaterial und prüfen Sie die Trainingsbank auf Transportschäden. Bei Schäden kontaktieren Sie uns bitte umgehend. Halten Sie dazu die Seriennummer des Produktes bereit.

Prüfen Sie die Bank regelmäßig auf Beschädigungen und stellen Sie sicher, dass alle Schrauben korrekt angezogen sind. Wartungen am Produkt dürfen nur von Fachpersonal durchgeführt werden.

Die Bank ist für die Benutzung in Innenräumen geeignet und darf weder Feuchtigkeit noch Schmutz ausgesetzt werden.

Unter der Trainingsbank dürfen sich keine Gegenstände oder Hindernisse befinden.

Die Bank darf nicht bewegt werden, während sich eine Person darauf befindet.

Überschreiten Sie die maximale Belastbarkeit von 160 kg nicht.

Legen Sie keine Wärmepacks oder heiße Gegenstände auf das Polster der Trainingsbank.

# HINWEISE ZUR BENUTZUNG

## SITZWINKELVERSTELLUNG VORDERE SITZFLÄCHE

Die vordere Sitzfläche kann in der Neigung bis 25° verstellt werden. Heben Sie dazu die Sitzfläche mit der Hand an und lassen Sie sie los, sobald der gewünschte Neigungswinkel erreicht ist. Die Sitzfläche wird in dieser Position automatisch arretiert. Drücken Sie die Metallplatte am unteren Teil des Stabs nach oben um die Arretierung zu lösen und den Sitz abzusenken.

## SITZWINKELVERSTELLUNG MITTELTEIL

**Wichtiger Hinweis:** Um den Mittelteil zu verstellen, muss die vordere Sitzfläche abgesenkt sein.

Das mittlere Polster kann in der Neigung bis 90° verstellt werden. Die Neigung kann am Winkelmesser abgelesen werden. Heben Sie dazu die Sitzfläche mit der Hand an und lassen Sie das Polster los, sobald der gewünschte Neigungswinkel erreicht ist. Die Sitzfläche wird in dieser Position automatisch arretiert. Drücken Sie den schwarzen Hebel unter dem mittleren Polster um die Arretierung zu lösen und den Sitz abzusenken.

## HÖHENVERSTELLUNG MITTELTEIL

Klappen Sie das mittlere Polster nach oben. Ziehen und halten Sie den schwarzen Bolzen um das Polster in der Höhe zu verstellen. Bringen Sie das Polster in die gewünschte Position und lassen Sie den Bolzen los um es zu arretieren. Achten Sie darauf, dass der Bolzen richtig einrastet.

**Wichtiger Hinweis:** Stellen Sie vor jeder Benutzung sicher, dass der Bolzen richtig eingerastet und das Mittelteil korrekt arretiert ist.

## PFLEGE UND REINIGUNG

Das Polster lässt sich mit lauwarmem Wasser und einem milden Reinigungsmittel abwischen.

## PRODUKTEIGENSCHAFTEN

	<b>Sport-Tec Trainingsbank, 3-tlg.</b>
Art.-Nr.	22930
Farbe	silber und schwarz (22930-05) bzw. silber und anthrazit (22930-18)
Gewicht	ca. 20 kg
Max. Belastbarkeit	ca. 160 kg
Maße (BxTxH)	104x33x47 cm
Umgebungstemperatur	+10°C...+60°C, relative Luftfeuchtigkeit 30%...60%
Hersteller	Tormec srl, Via Guido Rossa 9/11, 46020 Pegognaga MN, Italien
Ursprungsland	Made in Italy



==== [www.sport-tec.de](http://www.sport-tec.de) ====

**Sport-Tec GmbH**  
**Physio & Fitness**  
Lemberger Str. 255  
D-66955 Pirmasens

**Tel.:** +49 (0) 6331 1480-0  
**Fax:** +49 (0) 6331 1480-220  
**E-Mail:** [info@sport-tec.de](mailto:info@sport-tec.de)  
**Web:** [www.sport-tec.de](http://www.sport-tec.de)

