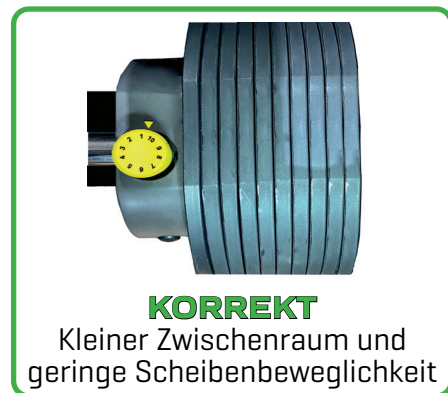


## ANLEITUNG

### FÜR EINE REIBUNGSLOSE & EXAKTE HANTELSCHIEBENAUSWAHL

#### PROBLEMLÖSUNGEN

- + Wählscheibe lässt sich nicht nach unten drücken und einrasten.
- + Wählscheibe steckt fest oder lässt sich nicht leicht drehen.
- + Die zusätzliche Gewichtsplatte bleibt hängen, wenn der Hantelaufsatz aus der Halterung genommen wird.
- + Die Hantelscheiben sind zu weit auseinander oder zu eng beieinander.

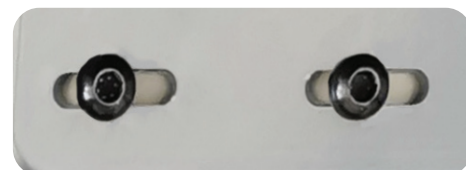


#### SCHRITT EINS

Wenn sich das Hantelset in der Tragschale befindet, finden Sie die darunter befindlichen Einstellschrauben in den Schlitzern.

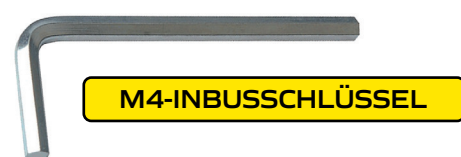


#### EINSTELLSCHLITZE



#### SCHRITT ZWEI

Lösen Sie die 4 Einstellschrauben an einem Ende der Vario-System Hantel-Tragschale mit einem M4-Inbusschlüssel gerade so weit, dass Sie die Tragschale wie gewünscht verstellen können.



#### WENN DER ABSTAND DER TRAGSCHALE ZU GROSS IST

Drücken Sie das frei bewegliche Ende der Tragschale leicht nach innen. Ziehen Sie die Schrauben fest, setzen Sie das Hantelset wieder ein und prüfen Sie, dass der Abstand zwischen den Scheiben stimmt; prüfen Sie alle Einstellungen des Drehknopfs. Wenn der Abstand nicht stimmt, wiederholen Sie das Einstellverfahren.

#### WENN DER ABSTAND DER TRAGSCHALE ZU KLEIN IST

Verschieben Sie das frei bewegliche Ende der Tragschale leicht nach außen, um einen leichten Spalt zwischen den Scheiben zu erzeugen. Ziehen Sie die Schrauben fest, setzen Sie das Hantelset wieder ein und prüfen Sie, dass der Abstand zwischen den Scheiben stimmt; prüfen Sie alle Einstellungen des Drehknopfs. Wenn der Abstand nicht stimmt, wiederholen Sie das Einstellverfahren.

#### Andere Sprachen



# VARIO-STÄNDER

## Für Hantel-Tragschalen (ohne FüÙe)

### MONTAGE UND SYSTEMEINSTELLUNG

#### STÄNDER



#### HANTELN



### WARNHINWEISE

Um mögliche Verletzungen zu vermeiden, bitten wir Sie die folgenden Instruktionen sorgfältig zu lesen.

1. Konsultieren Sie einen Arzt oder medizinisches Fachpersonal, um die Freigabe für das Training zu erhalten und um die für Sie geeigneten Übungen zu definieren.
2. Wenn Sie Schmerzen oder Schwindelgefühle verspüren, brechen Sie das Training sofort ab und suchen Sie einen Arzt auf.
3. Führen Sie die Übungen korrekt durch. Bei Unklarheiten und Fragen wenden Sie sich bitte an Fachpersonal.
4. Die Vario-Systeme sind lediglich für den Heimgebrauch konzipiert und ungeeignet für jegliche kommerzielle Nutzung.
5. Nutzen Sie die Vario-Systeme ausschliesslich gemäss Anleitung.
6. Berühren Sie niemals die Entriegelungstaste für die Gewichtsauswahl und betätigen Sie niemals die Gewichtseinstellung, wenn sich Ihre Hantel nicht in der Halterung befindet, da sich sonst die Gewichtsplatten von der Handeinheit lösen und es zu schweren Verletzungen kommen kann.
7. Benutzen Sie das Vario-System niemals, wenn es nicht ordnungsgemäß funktioniert.
8. Jegliche Gewalteinwirkung auf das Gerät und Manipulation am Gerät führen zum Erlöschen der Garantie und bergen das Risiko von dauerhaften physischen Schäden bei der Nutzung.
9. Bei der Nutzung und Lagerung der Vario Systeme tragen Sie die volle persönliche Verantwortung für Ihre eigene Sicherheit sowie die Sicherheit der Personen in Ihrer Umgebung.
10. Dieses Gerät kann von Kindern ab 14 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Geräts unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Die Reinigung und Benutzerwartung darf nicht von Kindern ohne Aufsicht durchgeführt werden  
Übersetzt mit [www.DeepL.com/Translator](http://www.DeepL.com/Translator) (kostenlose Version)

US PATENT NUMBERS: 9643042 & 10166427 BRITISH PATENT NUMBERS: 2911752 & 2956218  
BREVETT PATENT NUMBERS: 502017000140462 & 502019000108103

VERSION - 220721



## GEWICHTSAUSWAHL

Stellen Sie das Gewicht nur ein, wenn sich die Scheiben in der Halterung befinden.



Stellen Sie das Wunschgewicht auf beiden Seiten der Hantel ein.

## MONTAGEANWEISUNG - VARIO-STÄNDER



**SCHRITT EINS** Stellen Sie den Karton des Hantelständers so auf einen flachen, ebenen Untergrund, dass der „Up“-Pfeil nach oben zeigt. Öffnen Sie den Karton auf dessen Oberseite und nehmen Sie die Ständer-Stützen heraus.



Ständer-Stützen



**SCHRITT ZWEI** Bedienungsanleitung und Montagesatz befinden sich im unteren Bereich des Kartons unter dem hinteren Stützbügel des Ständers. Nehmen Sie den Montagesatz aus der Kunststoffhülle und legen Sie die Schrauben und Inbusschlüssel beiseite. Nehmen Sie den hinteren Stützbügel des Ständers heraus.



**STÄNDER - Montagesatz**  
4 x Schrauben, Unterlegscheiben und 4-mm-Inbusschlüssel für den Ständer

4 x Senkkopfschrauben und 3-mm-Inbusschlüssel für die Tragschale



Ständer:  
Hinterer  
Stützbügel

## SCHRITT DREI - STÄNDER MONTIEREN

Legen Sie die Stützen des Ständers auf den Boden (achten Sie darauf, den Boden oder die Beschichtung des Ständers nicht zu beschädigen) und bringen Sie den hinteren Stützbügel des Ständers in Position, um das Schraubenmuster beider Teile auszurichten.

Der KETTLER-Aufkleber muss an beiden Ständer-Stützen nach außen zeigen und der Warnaufkleber auf dem hinteren Stützbügel des Ständers muss im montierten Zustand nach oben zeigen. Montieren Sie die Ständer-Stützen am hinteren Stützbügel des Ständers mit 4 Schrauben und Unterlegscheiben – ziehen Sie diese jetzt noch NICHT vollständig fest.

Legen Sie die Ständer-Baugruppe wie abgebildet auf den Boden und prüfen Sie, dass die Ständer-Baugruppe gleichmäßig auf dem Boden aufliegt.

**SCHRAUBEN DES STÄNDERS VOLLSTÄNDIG FESTZIEHEN.**



## SCHRITT VIER

Wenn an der Vario Select Hantel-Tragschale keine Füße montiert sind, fahren Sie fort mit Schritt 5; befolgen Sie anderenfalls obige Anweisungen „Auswahl des gewünschten Trainingsgewichts“, drehen Sie den Drehknopf auf 10, entfernen Sie das Vario Hantelset aus der Tragschale, und legen Sie es beiseite. Einstellung 10 ist die SCHWERSTE; seien Sie daher beim Anheben und Ablegen der Hantel vorsichtig. Drehen Sie die Tragschale um und entfernen Sie mit einem 4-mm-Inbusschlüssel zuerst die Schrauben der Füße und anschließend die Füße selbst.



## SCHRITT FÜNF - TRAGSCHALEN AM STÄNDER MONTIEREN

Montieren Sie eine Tragschale mit 2 Senkkopfschrauben locker auf der Stütze des Ständers; die Legende für das Gewicht muss von vorn abgelesen werden können. Wiederholen Sie den Vorgang für die andere Tragschale. Ziehen Sie alle Schrauben fest und stellen Sie sicher, dass die Tragschalen parallel ausgerichtet sind.

