

Manuál k obsluze – Balanční polštář na sezení MOTIV



Návod si pečlivě prostudujte a uschovejte pro možnost pozdějšího nahlédnutí. Pokud zboží někomu darujete nebo zapůjčíte, vždy mu je předejte včetně tohoto návodu. Produkt není určen pro komerční využití.

Všeobecná upozornění:

- karton se zbožím si připravte na rovný povrch a opatrně otevřete, tak aby nedošlo k poškození zboží uvnitř
- opatrně vyjměte všechny jednotlivé díly a zkontrolujte, že balení obsahuje všechny díly
- poté všechny jednotlivé díly zkontrolujte, že žádný z nich nejeví znaky poškození nebo vady
- pokud Vám některý díl bude chybět nebo bude vykazovat znaky poškození, tak ihned kontaktujte prodejce, produkt nikdy nesestavujte a nepoužívejte
- produkt používejte vždy v souladu s jeho primárním účelem, nikdy ne jinak
- děti mohou podložku používat pouze pod vedením dospělé osoby, obeznámené s pokyny v tomto manuálu.
- zajistěte dostatek volného prostoru, abyste mohli provádět všechny cviky a v případě pádu nebyla ohrožena vaše bezpečnost.
- předcházejte protržení balančního polštáře a nepoužívejte ho v blízkosti ostrých předmětů
- pokud během tréninku ztrácíte rovnováhu, pociťujete slabost nebo jakékoliv zdravotní potíže, jednoduše sestupte z balančního polštáře

Před prvním použitím

- Pomocí pumpičky nahustíte balanční polštář do výšky. Maximálně do výšky 7 cm.

Balanční polštář lze dofukovat dle potřeby:

- Méně vzduchu – vyšší náročnost
- Více vzduchu – nižší náročnost

Balanční polštář MOTIV Efektivně napomáhá procvičovat stabilizační svaly a vzpřimovače páteře, navíc podporuje správné držení těla.

Působí tak jako prevence proti bolesti zad a napomáhá správnému držení těla. Zároveň se jedná o tzv. balanční sed, takže bez napětí a námahy dochází k aktivnímu posílení nejen zádového, ale i břišního svalstva.



