

Sport-Thieme® Aerobic Stepper „Balance Step 3“

Vielen Dank, dass Sie sich für ein Sport-Thieme Produkt entschieden haben!

Damit Sie viel Freude an diesem Produkt haben und die Sicherheit gewährleistet ist, sollten Sie diese Gebrauchsanleitung vor dem Gebrauch zunächst vollständig durchlesen. Bewahren Sie die Anleitung gut auf. Für Fragen und Wünsche stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



21 cm
Hoch / High

18 cm
Mittel / Medium

16 cm
Niedrig / Low

Die Halbkugel sollte eine Höhengausdehnung zwischen 16 und 21 cm aufweisen.

The Dome should be between 16 to 21 cm high.

Niedrig / Low = 16 cm

Mittel / Medium = 18 cm

Hoch / High = 21 cm (Maximum)



Beginnen Sie mit niedriger Höhe, passen Sie diese gemäß Ihrem Komfort und Ihren Fähigkeiten an. Die maximale Höhe sollte für Fortgeschrittene 21 cm sein.

Start at low height and adjust to suit your comfort and ability.

Max height is 21 cm for advanced users.

Belastbar bis 200 kg

Maximum load = 200 kg

Achtung: Überfüllen Sie die Halbkugel nicht über eine Höhe von 21 cm hinaus!

Warning: Do not overinflate the dome!

Nutzen Sie diese Seite wie ein Lineal, drehen Sie zum Messen den Stepper auf die flache Seite
Use this page as a guide, turn the dome over.