

SISSEL® Hang Up



Die hochbelastbare Inversionsbank
The extremely robust inversion table
Table d'inversion. Qualité et robustesse
Tabla inversora muy robusta

Gebrauchsanweisung
Instructions for use
Manuel d'utilisation
Manuel de instrucciones



1. Allgemeine Hinweise

Lesen Sie nachstehende Gebrauchsanweisung aufmerksam durch und beachten Sie die Sicherheits- und Warnhinweise.

Die SISSEL® Hang Up Inversionsbank ist ein Trainingsgerät zur Entspannung der Rückenmuskulatur, Regeneration und dem gezielten Muskelgruppentraining.

Das Produkt ist entsprechend der vorliegenden Gebrauchsanweisung zu verwenden.

Die SISSEL GmbH übernimmt keine Haftung für den Gebrauch des Produkts außerhalb der in dieser Gebrauchsanweisung beschriebenen Anwendungen.

Die Gebrauchsanweisung ist sorgfältig und griffbereit aufzubewahren sowie bei Weitergabe des Produkts beizulegen.

Wichtiges vorab:

Das Gerät ist für den Einsatz im privaten bzw. häuslichen Bereich und nicht für einen professionellen Einsatz vorgesehen.

Das Gerät entspricht den Anforderungen der DIN 957-2 Klasse H. Der Einsatzbereich der Klasse H steht für die Benutzung im Heimbereich. Trainingsgeräte der Klasse H sind nicht für die Aufstellung in Bereichen vorgesehen, die Jedermann unkontrolliert zugänglich sind.

Die Produktprüfung erfolgte nach DIN EN 957 für ein max. Benutzergewicht von 110 kg.

Der Hersteller garantiert, dass dieses Produkt, bei Einsatz innerhalb dieses vorgesehenen Zweckes und unter der Bedingung, dass es in Übereinstimmung mit der Gebrauchsanweisung aufgebaut und betrieben wird, frei von Material- und Funktionsmängeln ist. Die sich aus der Gewährleistung ergebende Verpflichtung des Herstellers beschränkt sich auf den kostenlosen Ersatz oder Reparatur der Teile, die innerhalb des vorgesehenen Anwendungszweckes Mängel aufweisen.

Die Gewährleistung erstreckt sich nicht auf Schäden die durch unsachgemässen Betrieb, Zweckentfremdung, unautorisierte Reparaturen oder kommerziellen Einsatz hervorgerufen wurden.

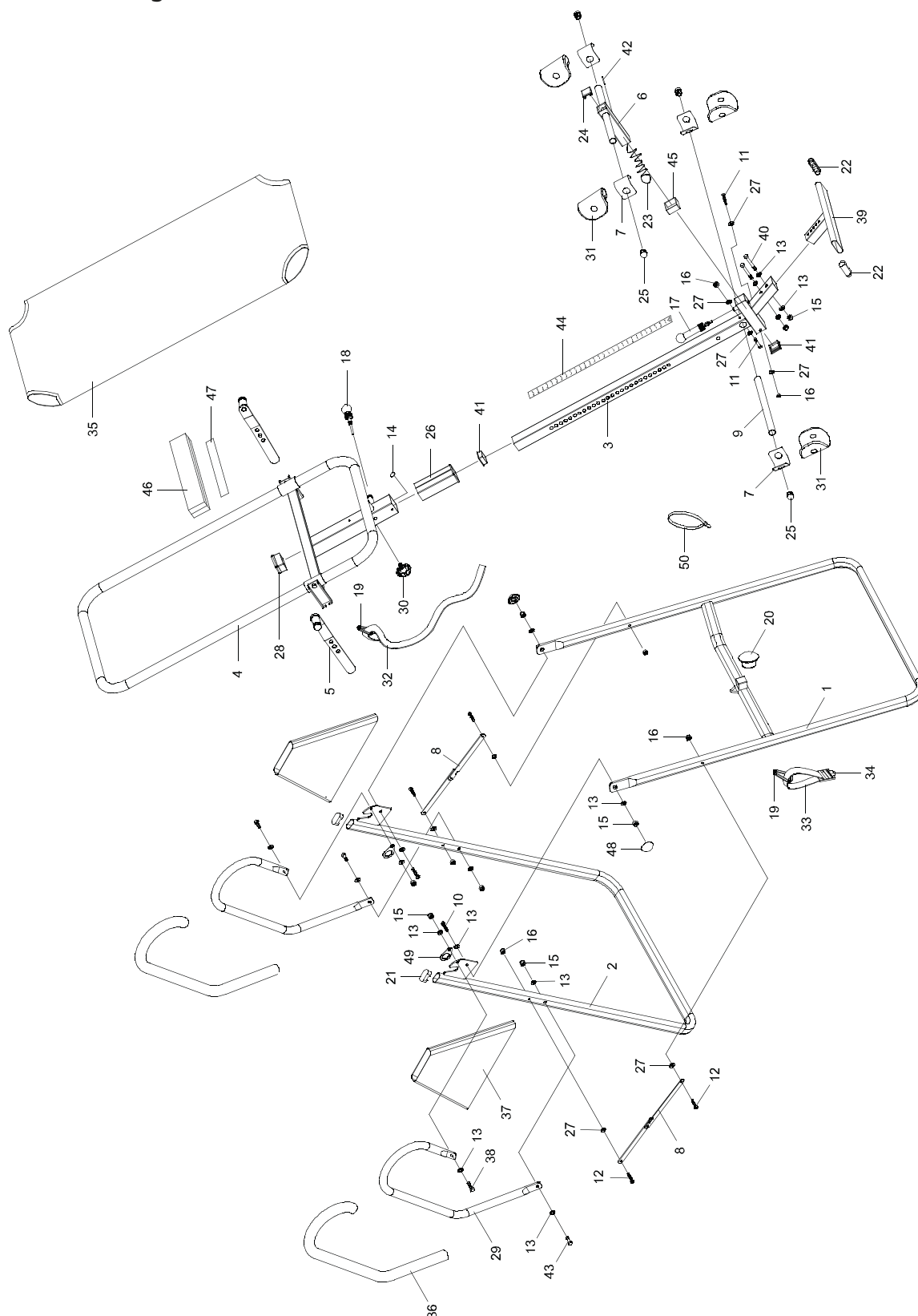
2. Sicherheitshinweise

- ! Prüfen Sie vor jeder Anwendung die Unversehrtheit des Produkts. Bei Beschädigungen ist die Funktion des Produkts und die Sicherheit nicht mehr gewährleistet.
- ! Verwenden Sie das Produkt nicht in unmittelbarer Nähe von Wärmequellen (z. B. Heizkörper, Herdplatte, offene Flamme, Funkenflug) und vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung.
- ! Halten Sie den Übungsbereich frei von scharfen Gegenständen oder Kanten.
- ! Trainieren Sie nur auf trockenen, rutschfesten, geraden Flächen und nicht in der Nähe von Treppenabgängen, Balustraden, Kanten etc.
- ! Achten Sie darauf, dass beim Aufstellen des Gerätes genügend Freiraum um das Gerät vorhanden ist.
- ! Trainieren Sie ausschließlich barfuss oder tragen Sie Socken mit gummierter Unterseite (Anti-Rutsch-Socken). Trainieren Sie nicht mit Schuhen und achten Sie auch sonst auf passende Sportkleidung.
- ! Bitte beachten Sie, dass die Mindestgrösse des Nutzers 140 cm und die maximale Grösse 198 cm betragen muss.
- ! Überschreiten Sie nicht das maximale Nutzergewicht von 110 kg.
- ! Wählen Sie ein Trainingsprogramm, dass zu Ihrem körperlichen Kraft- und Fitnessniveau passt und vermeiden Sie allzu schwierige Übungen oder Experimente mit erhöhtem Risiko.
- ! Verwenden Sie nur vom Hersteller vorgesehenes Zubehör.
- ! Anwendung bei Kindern und Jugendlichen, während der Schwangerschaft sowie bei vorhandenen gesundheitlichen Beschwerden wie Schwindel, Herz/Kreislaufproblemen, Gelenkschwächen, Schmerzen etc. nur unter professioneller Aufsicht und nach ärztlicher Rücksprache.
- ! Das Produkt und sein Zubehör sind kein Spielzeug und außerhalb der Reichweite von Kindern aufzubewahren. Gestatten Sie Kindern nicht, damit zu spielen. Erdrosselungsgefahr.
- ! Nicht für die Anwendung im Außenbereich geeignet.
- ! Beenden Sie das Training bei Anzeichen von Schwäche, Benommenheit, Schwindel oder unangenehmem Druckgefühl.
- ! Es darf immer nur eine Person das Gerät benutzen.
- ! Prüfen Sie vor jeder Anwendung die Funktionstüchtigkeit des Gerätes, Schrauben, Muttern und Bolzen müssen fest angezogen sein.
- ! Lassen Sie niemals einen Gegenstand in eine Öffnung fallen oder stecken Sie einen Gegenstand in eine Öffnung.

3. Produktinformationen

Lieferumfang:
SISSEL® Hang Up
bestehend aus:

Explosionszeichnung



Nr.	Einzelteile	Menge
1	Vorderer U-Rahmen	1
2	Hinterer U-Rahmen	1
3	Ausleger	1
4	Bettrahmen	1
5	Schwenkarm	2
6	Spannrahmen	1
7	Fersenhalterbügel	4
8	Klapparm	2
9	Stange	1
10	Sechskantschraube mit Innensechskant M8x23	2
11	Sechskantschraube M6x47	2
12	Kreuzschlitzschraube mit Flachrundkopf M6x30	4
13	Unterlegscheibe Ø20xØ8.5x1.5	16
14	Runde Platte	1
15	Sicherungsmutter M8	8
16	Sicherungsmutter M6	6
17	kleiner Federknopf	1
18	großer Federknopf	1
19	Sicherheitshaken	2
20	Gummipolster	1
21	Ovale Endkappe	2
22	Fußstangen-Endkappe	2
23	Feder	1
24	Quadratische Endkappe für verstellbaren Spannrahmen	1
25	runde Endkappe	4
26	Untere Bettrahmenbuchse	1

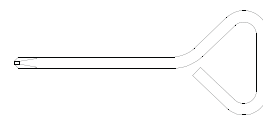
27	Unterlegscheibe Ø16xØ6.5x1.0	8
28	Obere Bettrahmenbuchse	1
29	Lenker	2
30	Knopf	1
31	Fersenhalter	4
32	Nylonriemen	1
33	Schlaufenriemen	1
34	Gurtverschluss	1
35	Nylon-Bett	1
36	Schaumstoff-Griff	2
37	Schutzabdeckung	2
38	Sechskantschraube M8x23	2
39	Fußstange	1
40	Sechskantschraube M8x50	2
41	quadratische Endkappe	2
42	Federverriegelung	1
43	Sechskantschraube M8x38	2
44	Höhenskala	1
45	Kunststoffbuchse	1
46	Pad	1
47	Doppelseitiges Klebeband	1
48	Mutterkappe Ø27xØ13.5	2
49	Schwenkarmring	2
50	Rohrklemme	1

Zubehör

Multisechskantwerkzeug S-10-13-17 QTY 2
Kreuzschlitzschraubendreher

Technische Daten

Maximales Nutzergewicht: 110 kg
Minimale Nutzergröße: 140 cm
Maximale Nutzergröße: 198 cm

**Bestimmungsgemäße Anwendung**

 Verletzungsgefahr! Verwenden Sie das Produkt bei vorhandenen Gesundheitsproblemen, insbesondere folgenden Erkrankungen und Symptomen nur nach vorheriger ärztlicher Rücksprache: Leistenbruch, Glaukom, Netzhautablösungen, Augenerkrankungen, Osteoporose, Knochenbrüchen (die erst vor Kurzem verheilt sind), Knochen die Implantate enthalten, Innenohrerkrankungen, Neigung zu Blutungen im Kopf, Verletzungen der Wirbelsäule, zerebrale Sklerose, Schlaganfall, Herz- und Kreislaufstörungen, Bluthochdruck (Hypertonie), Hiatushernie oder ventrale Hernie, Gebrauch von Blutverdünnungsmitteln (Heparin), Schwellungen der Gelenke, Schwangerschaften, Verwendung von Antikoagulantien einschließlich Aspirin in hohen Dosen und starkem Übergewicht.

 Verwenden Sie das Gerät nur, wenn Sie eine korrekte Durchführung der Übung sicherstellen können.

 Verletzungsgefahr! Vergewissern Sie sich vor jeder Benutzung, dass der Knöchelsperrbolzen vollständig eingerastet ist.



Correct:
Locking pin
fully engaged.



Incorrect:
Locking pin not
fully engaged.

Steigen Sie langsam auf die SISSEL® Hang Up Inversionsbank auf und befestigen Sie die vorderen und hinteren Knöchelklemmen fest an Ihren Knöcheln. Beginnen Sie mit der Übung.

 Verletzungsgefahr! Wenn die vorderen und hinteren Knöchelklemmen nicht fest an Ihren Knöcheln befestigt sind, können Sie beim Umkippen der SISSEL® Hang up Inversionsbank herunterfallen.

Halten Sie sich während der Übung immer an den Sicherheitsgriffen fest und gehen Sie beim Umkippen langsam zurück.

 Verletzungsgefahr! Nichtverwendung der Sicherheitsgriffe kann zu schweren körperlichen Verletzungen führen.

 Verletzungsgefahr! Halten Sie Körperteile, Haare, lose Kleidung und Schmuck von allen beweglichen Teilen fern.

Schwindelgefühl nach einer Sitzung bedeutet, dass Sie zu schnell aufgestiegen sind. Warten Sie nach dem Essen eine Weile, bevor Sie den SISSEL® Hang Up Inversionsbank benutzen.



Verletzungsgefahr! Beenden Sie die Übung sofort, wenn Ihnen übel wird oder sobald Sie sich unwohl fühlen.

4. Installation & Inbetriebnahme

Prüfen Sie die Verpackung und das Produkt bei Anlieferung auf eventuelle Beschädigungen.

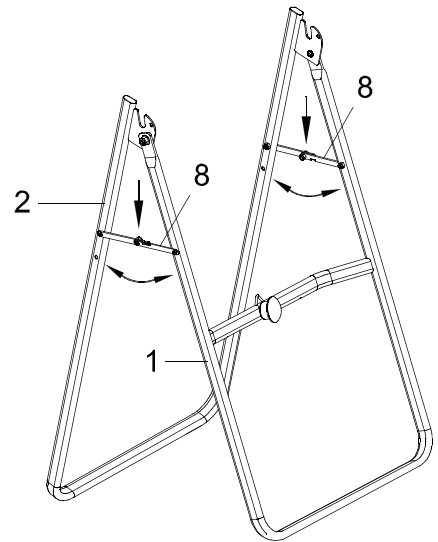


Verwenden Sie niemals ein beschädigtes Produkt, es besteht Verletzungsgefahr.

Schritt 1

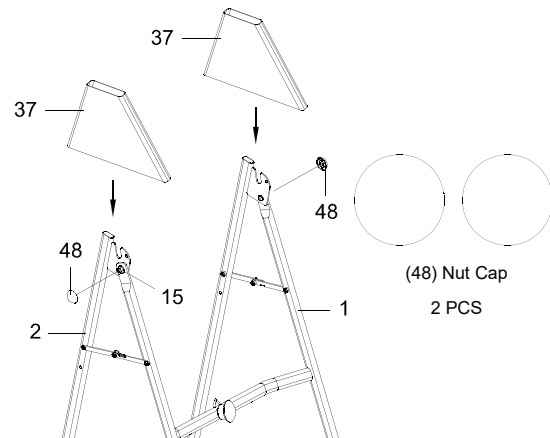
Stellen Sie die Basis des SISSEL® Hang Up Inversionsbank auf, indem Sie den vorderen und hinteren U-Rahmen trennen (1, 2). Ziehen Sie die vorderen und hinteren U-Rahmen (1, 2) so weit wie möglich auseinander. Drücken Sie dann auf die Mitte der beiden Klapparme (8) nach unten, bis sie vollständig eingerastet sind.

Hinweis: Das Produkt wiegt mehr als 20 kg und sollte von zwei oder mehr Personen montiert und von zwei oder mehr Personen transportiert werden.



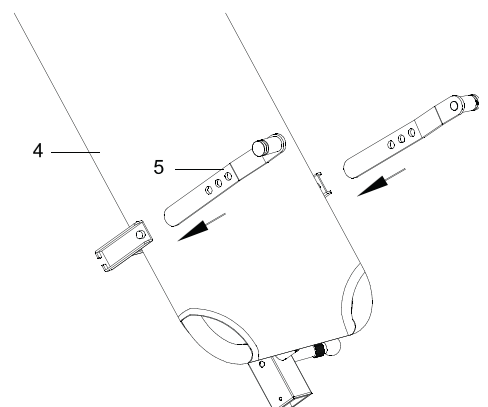
Schritt 2

Montieren Sie die zwei Mutterkappen (48) auf die Sicherungsmuttern (15). Schieben Sie je eine Schutzabdeckung (37) auf jede Seite des Sockels, wie abgebildet, und ziehen Sie die Schutzabdeckungen (37) nach unten, bis die Unterseite der Abdeckungen etwas niedriger ist als die Klapparme (8). Verwenden Sie die Klettverschlüsse an der Unterseite der Schutzabdeckungen (37), um die Abdeckungen an den Klapparmen (8) zu befestigen. Wenn die Abdeckungen korrekt montiert sind, sollten die Klapparme (8) vollständig von der Schutzabdeckung (37) bedeckt sein.



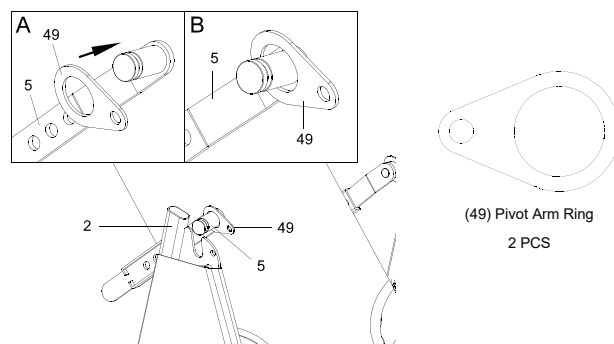
Schritt 3

Schieben Sie die Unterseite der Schwenkarme (5) in die Halterungen, die sich an jeder Seite des Bettrahmens (4) befinden, und richten Sie das gewünschte Loch am Arm mit dem Zapfen an der Halterung aus. Stecken Sie den Zapfen in das Loch, um die Schwenkarme (5) zu verriegeln. Es wird empfohlen, das untere Loch an den Schwenkarmen (5) zu verwenden, bis Sie sich mit dem Gerät besser vertraut gemacht haben.

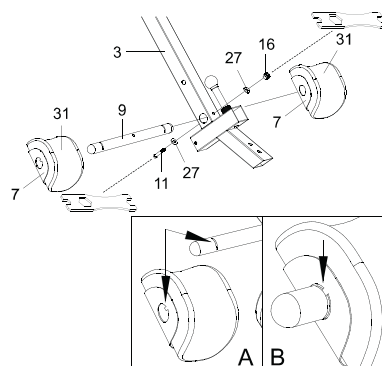
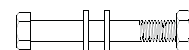


Schritt 4

Montieren Sie die Schwenkarmringe (49) an den Schwenkarmen (5). Montieren Sie den Bettrahmen (4) am hinteren U-Rahmen (2), indem Sie die Enden der Schwenkarme (5) in die Kanäle an den Platten einführen. Der geschlitzte Teil der Rollen am Ende der Schwenkarme (5) sollte in die Kanäle an den Platten eingeführt werden.

**Schritt 5**

Schieben Sie die Stange (9) durch das große runde Loch an der Seite des verstellbaren Auslegers (3) und befestigen Sie die Stange (9) am verstellbaren Ausleger (3) mit einer Sechskantschraube (11), einer Sicherungsmutter (16) und zwei Unterlegscheiben (27). Schieben Sie einen Fersenhalterbügel (7) und einen Fersenhalter (31) auf ein Ende der Stange (9), bis der Sicherungszahn in den Schlitz in der Stange (9) eingeklemmt ist, wie in den Abbildungen A und B dargestellt. Gehen Sie genauso vor, um den anderen Fersenhalterbügel (7) und den Fersenhalter (31) am anderen Ende der Stange (9) zu befestigen. Ziehen Sie die Schraube und die Sicherungsmutter mit den beiden mitgelieferten Sechskantschlüsseln fest.

**Hardware:**

(11) Hexagon Head Bolt 1 PC



(16) Lock Nut 1 PC

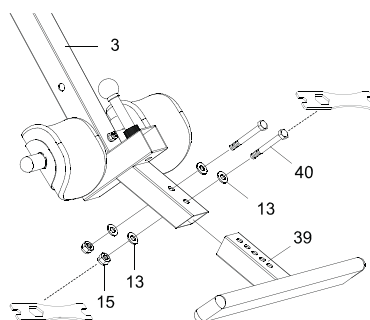
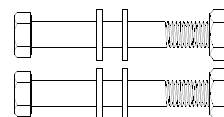


(27) Washer 2 PCS

Hinweis: Vergewissern Sie sich, dass die Sperrzähne in die Schlitz in der Stange (9) eingeklemmt sind, um die Fersenhalterbügel (7) und die Fersenhalter (31) vor der Verwendung zu arretieren.

Schritt 6

Schieben Sie die Fußstange (39) in die Unterseite des verstellbaren Auslegers (3) und richten Sie zwei der Löcher an der Fußstange (39) mit zwei Löchern am verstellbaren Ausleger (3) aus. Befestigen Sie die Fußstange (39) mit zwei Sechskantschrauben (40), zwei Sicherungsmuttern (15) und vier Unterlegscheiben (13). Ziehen Sie die Schrauben und Sicherungsmuttern mit den beiden mitgelieferten Multisechskantwerkzeugen fest.

**Hardware:**

(40) Hexagon Head Bolt 2 PCS



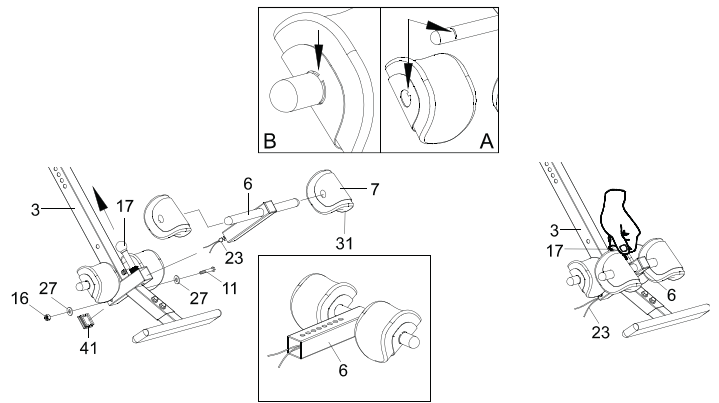
(15) Lock Nut 2 PCS



(13) Washer 4 PCS

Schritt 7:

Schieben Sie einen Fersenhalterbügel (7) und einen Fersenhalter (31) auf ein Ende des verstellbaren Spannrahmens (6), bis der Sperrzahn in den Schlitz im verstellbaren Spannrahmen (6) eingeklemmt ist, wie in den Abbildungen A und B dargestellt. Gehen Sie genauso vor, um den anderen Fersenhalterbügel (7) und den Fersenhalter (31) am anderen Ende des verstellbaren Spannrahmens (6) anzubringen. Entfernen Sie die quadratische Endkappe (41) auf der Rückseite der quadratischen Halterung des verstellbaren Auslegers (3). Ziehen Sie den kleinen Federknopf (17) heraus und schieben Sie dann den verstellbaren Spannrahmen (6) vollständig in die quadratische Halterung. Die Fläche mit den Löchern muss in Richtung des kleinen Federknopfs (17) zeigen. Schieben Sie den verstellbaren Spannrahmen (6) leicht vor und zurück, bis der kleine Federknopf (17) in die verriegelte Position „springt“.

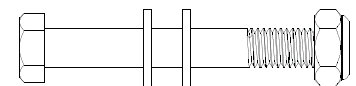
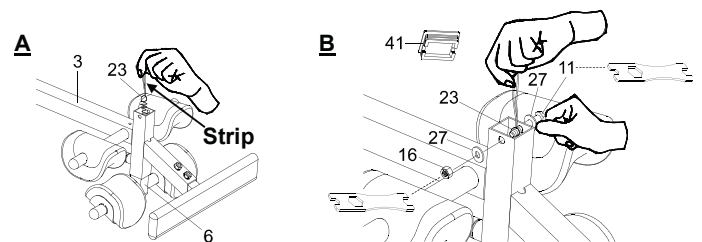


Hinweis: Um den verstellbaren Spannrahmen (6) in den quadratischen Rahmen zu schieben, müssen Sie zunächst den kleinen Federknopf (17) herausziehen.

Schritt 7.1:

A. Ziehen Sie den Riemen am Ring der Feder (23), um den Ring und die Löcher an der Halterung auszurichten.

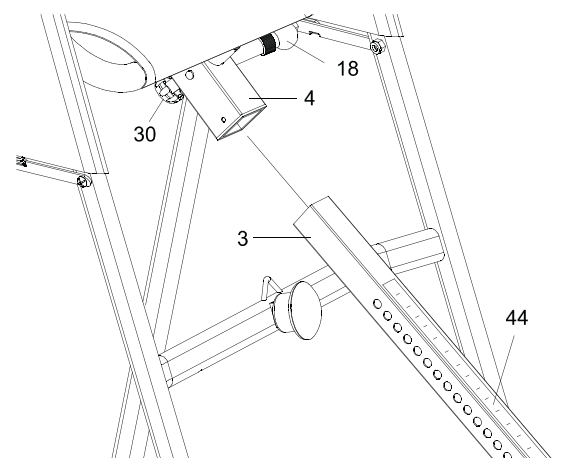
B. Führen Sie die Sechskantschraube (11) mit einer Unterlegscheibe (27) zur Hälfte durch den Vierkantwinkel, schieben Sie die Sechskantschraube (11) durch den Ring am unteren Ende der Feder (23), schieben Sie die Sechskantschraube (11) durch den Rest des Vierkants und sichern Sie diese am anderen Ende mit einer Unterlegscheibe (27) und einer Sicherungsmutter (16). Ziehen Sie die Schraube und die Sicherungsmutter mit den beiden mitgelieferten Multisechskantwerkzeugen fest. Befestigen Sie die quadratische Endkappe (41) an der Rückseite der quadratischen Halterung des verstellbaren Auslegers (3), die entfernt wurde.



(11) Hexagon Head Bolt	1 PC
(16) Lock Nut	1 PC
(27) Washer	2 PCS

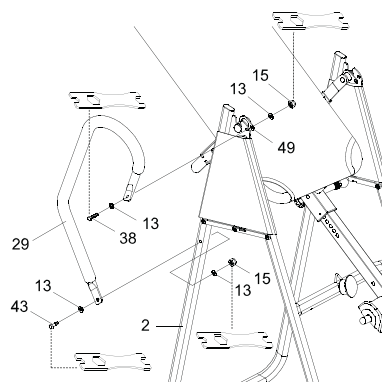
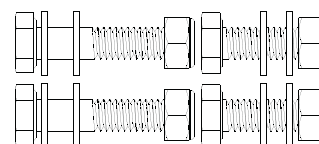
Schritt 8

Lösen Sie den Knopf (30). Ziehen Sie den großen Federknopf (18) und schieben Sie den verstellbaren Ausleger (3) wie abgebildet in die viereckige Halterung an der Unterseite des Bettrahmens (4). Schieben Sie den verstellbaren Ausleger (3) auf die gewünschte Höhe. Lösen Sie den großen Federknopf (18) und vergewissern Sie sich, dass er in das Loch „einrastet“. Ziehen Sie den Knopf (30) für zusätzliche Sicherheit fest.

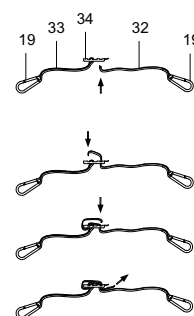


Schritt 9

Befestigen Sie das obere Ende des Lenkers (29) mit einer Sechskantschraube (38), einer Sicherungsmutter (15) und zwei Unterlegscheiben (13) am hinteren U-Rahmen (2) und am Schwenkarmring (49). Befestigen Sie das untere Ende des Lenkers (29) am hinteren U-Rahmen (2) mit einer Sechskantschraube (43), einer Sicherungsmutter (15) und zwei Unterlegscheiben (13). Ziehen Sie die Schraube und die Sicherungsmutter mit den beiden mitgelieferten Multisechskantwerkzeugen fest. Wiederholen Sie die obigen Schritte, um den anderen Lenker (29) am hinteren U-Rahmen (2) und am Schwenkarmring (49) zu befestigen.

**Hardware:**

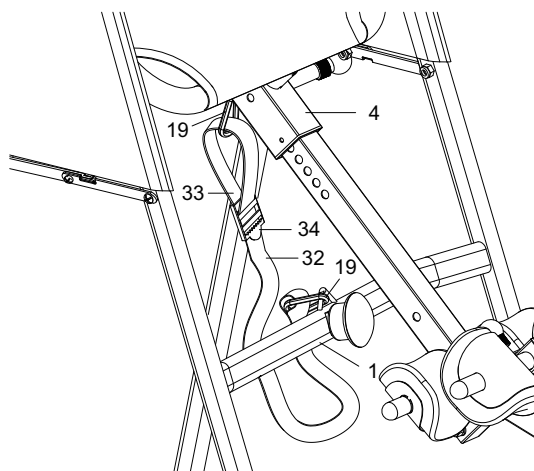
(38) Hexagon Head Bolt	2 PCS
(43) Hexagon Head Bolt	2 PCS
(15) Lock Nut	4 PCS
(13) Washer	8 PCS

**Schritt 10:**

Befestigen Sie den Nylonriemen (32) am Gurtverschluss (34), indem Sie das Ende des Nylonriemens (32) nach oben durch den Boden des Gurtverschlusses (34) führen, den Nylonriemen (32) über den vormontierten Schlaufenriemen (33) und nach unten durch das Gurtverschluss (34) schlaufen. Führen Sie den Nylonriemen nun in einer Schlaufe über sich selbst zurück durch den Gurtverschluss (34) und ziehen Sie ihn fest, um ihn zu sichern.

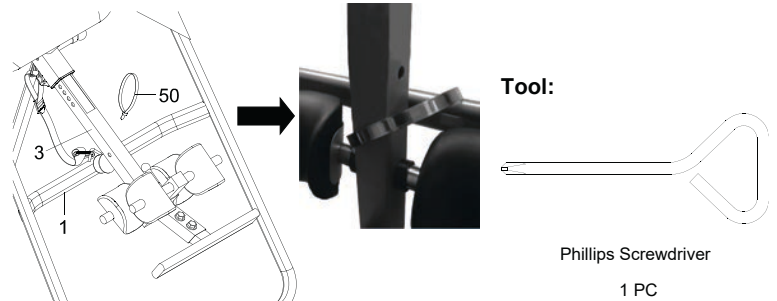
Schritt 11:

Befestigen Sie die Nylon- und Schlaufenriemen (32, 33) am Inversionsbank, indem Sie das Ende des Nylonriemens (32) in die vormontierte Schlaufe auf der Rückseite des vorderen U-Rahmens (1) einhaken (siehe Abbildung). Hängen Sie nun das andere Ende des Schlaufenriemens (33) in die andere vormontierte Schlaufe am Bettrahmen (4) ein (siehe Abbildung).



Aufbewahrung ohne Abbau:

Wenn der Umkehrungstisch nicht benutzt wird, sollte er mit der Rohrklemme (50) verriegelt werden, um eine unbeaufsichtigte Benutzung zu verhindern. Lösen Sie mit einem Kreuzschlitzschraubendreher die Schraube an der Rohrklemme (50), um die Rohrklemme (50) zu entriegeln. Verwenden Sie dann die Rohrschelle (50), um den verstellbaren Ausleger (3) und den vorderen U-Rahmen (1) wie in der Abbildung oben gezeigt miteinander zu verbinden. Ziehen Sie die Schraube fest, damit sie sich nicht lösen kann.



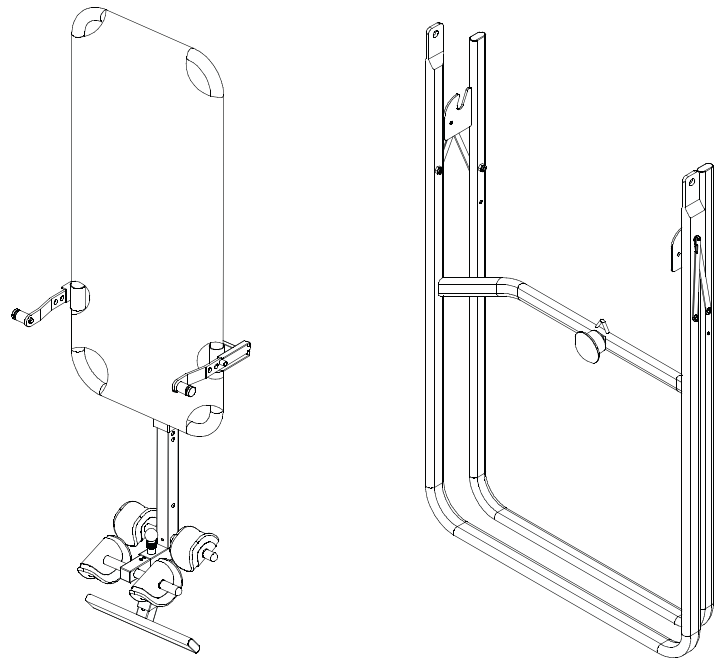
Aufbewahrung mit Abbau:

Schieben Sie zunächst den Ausleger (3) ganz nach hinten in den Rahmen. Lösen Sie dazu mit dem Knopf (30) die Verriegelung. Wenn die hinterste Einstellung erreicht ist, lassen Sie den Federknopf, durch leichtes hin und her schieben, in die nächste Position einrasten.

Entfernen Sie die Nylonriemen (32), falls diese befestigt sind. Klinken Sie dazu die Sicherheitsketten (19) aus den Ösen. Heben Sie nun die Liegefläche einschließlich der Schwenkarme (5) aus der Einkerbung des Basisrahmens heraus und stellen ihn beiseite. Entfernen Sie die Schwenkarme (5).

Klappen Sie den Rahmen zusammen, indem Sie die Querstreben nach oben drücken und dadurch die Verriegelung lösen.

Jetzt kann das Gerät gelagert und bei Bedarf schnell und einfach wieder auseinander geklappt und zusammen gebaut werden.



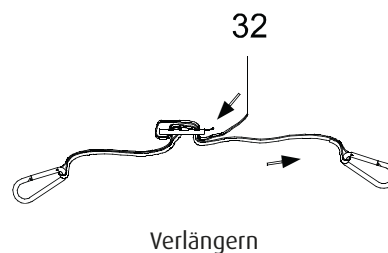
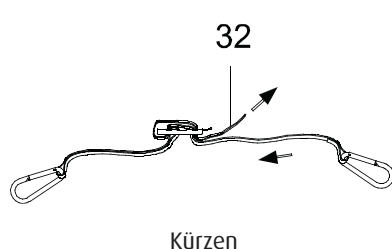
Hinweis: Nach der Anwendung sind ggf. Reinigungs- und ggf. Desinfektionsmaßnahmen notwendig (siehe Pflege & Hygiene).

Betrieb und Einstellungen

Der Riemen

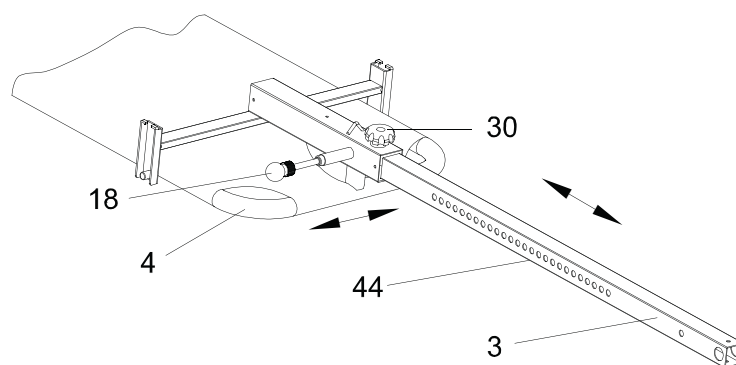
Im Sicherheitsinteresse wurde ein Nylonriemen beigefügt um den Inversionsgrad zu regeln und zu begrenzen. Dieser Riemen kann auf unterschiedliche Längen eingestellt werden, was die Einstellung eines höheren oder geringeren Inversionsgrades ermöglicht.

1. Zur Verkürzung des Riemens wird das untere Ende in die Riemenbefestigung eingefädelt und am oberen Ende gezogen
2. Zur Verlängerung des Riemens (32) wird dessen oberes Ende in die Riemenbefestigung eingefädelt und am unteren Ende gezogen.



Einstellung des Auslegers

Der einstellbare Ausleger (3) kann in mehrere Positionen individuell auf die Körperlänge des Benutzers eingestellt werden. Lockern Sie dazu die Verschraubung (30) und ziehen Sie den Federknopf (18) soweit heraus, bis Sie den Ausleger nach oben oder nach unten verschieben können. Stellen Sie das gewünschte Mass ein und lassen Sie den Federknopf los und schieben den Ausleger leicht nach oben oder nach unten, bis er in die eingestellte Position „einspringt“ und drehen Sie dann die Verschraubung (30) wieder fest.



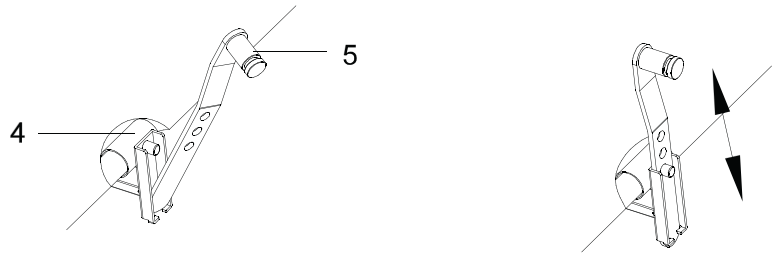
TIPP: Da jeder Mensch einen unterschiedlichen Schwerpunkt hat, dient die Skala zunächst als Einstellungsempfehlung. Stellen Sie vor dem ersten Training die Skala mindestens 5 cm unter der Ihnen bekannten Körpergröße ein und tasten Sie sich durch schrittweises Annähern an die für Sie ideale Position.

Schwenkarm mit Befestigungsöffnungen

Die Schwenkarme sind mit mehreren Befestigungsöffnungen ausgestattet. Diese dienen zur Einstellung des Inversionsgrades. Zur Veränderung der Einstellung kippen Sie den Schwenkarm einfach so weit nach vorne, bis sich der Zapfen ausserhalb der jeweiligen

Öffnung befindet. Schieben Sie nun den Schwenkarm in die nächste, von Ihnen gewünschte Richtung und drücken Sie die Öffnung wieder über den Zapfen zurück.

- Die unterste Öffnung bietet den geringsten Inversionsgrad.
- Die oberste Öffnung bietet den höchsten Inversionsgrad.



Für Anfänger empfehlen wir mit der untersten (das ist die letzte bzw. 3. Öffnung, die nach dem Querzapfen kommt) Öffnung zu beginnen, damit man sich mit dem Gerät ausreichend vertraut machen kann.

- ! Die Öffnungen beider Schwenkarme müssen unbedingt in gleicher Höhe eingerastet sein. Unterschiedliches Anbringen kann das Gerät beschädigen und zu Verletzungen führen.

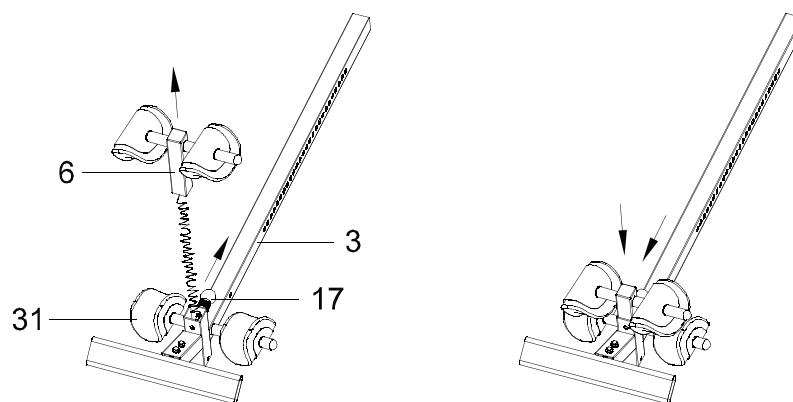
Die Griffe

Zur Erhöhung von Komfort und Sicherheit wurde die Inversionsliege mit Handgriffen ausgestattet. Diese Griffe befinden sich am oberen Ende des hinteren U-Rahmens (2). Mit Ihrer Hilfe wird die Rückkehr in die aufrechte Ausgangsstellung und zwar von jedem Inversionsgrad aus erleichtert. Wenn Sie in die aufrechte Stellung zurückkehren möchten und die Liegefläche zu langsam ist oder sich überhaupt nicht bewegt, greifen Sie einfach nach den Griffen und ziehen Sie daran bis Sie sich wieder in der Ausgangsposition befinden.

- ! Der neutrale Schwerpunkt ist beim Menschen unterschiedlich. Deshalb kann es vorkommen, dass die auf der Skala angegebene Körpergrösse von der für Sie idealen Einstellung abweicht. Stellen Sie vor dem ersten Training die Skala mindestens 5 cm unter der ihnen bekannten Körpergrösse ein und tasten Sie sich durch schrittweises Annähern an die für Sie ideale Position. Die richtige Längeneinstellung ist dann erreicht, wenn sich die Liege in die Ausgangsstellung zurück bewegt, sobald Sie ihre Arme nach unten, unterhalb der Taille bewegen.

5. Allgemeine Vorsichtsmassnahmen

1. Vergewissern Sie sich, dass der Bolzen des Schwenkarmes exakt in der Kerbe des Basisrahmens liegt. Er muss in der Kerbe ganz unten aufsitzen.
2. Die Anwesenheit einer weiteren Person ist bei den ersten Anwendungen empfehlenswert.
3. Der einstellbare Ausleger sollte richtig auf Ihre Grösse eingestellt sein.
4. Vergewissern Sie sich, dass der einstellbare Ausleger sowohl von den grossen Federknöpfen wie auch vom Knopf (30) sicher gehalten wird.
5. Stellen Sie sicher, dass die Liegefläche genug Platz hat um sich komplett drehen zu können.
6. Stellen Sie sicher, daß das Gerät auf einem ebenen, rutschfreien Untergrund steht.
7. Vergewissern Sie sich, dass die Fersenhalterungen Ihre Füsse sicher und fest halten und der Federbolzen korrekt eingerastet ist. Schieben Sie ggfs. die Halterung mit leichtem Druck in die nächste Öffnung. Vermeiden Sie einen zu hohen Druck auf die Füsse

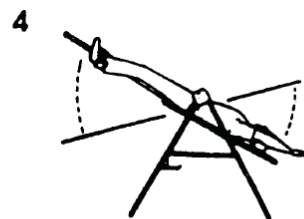
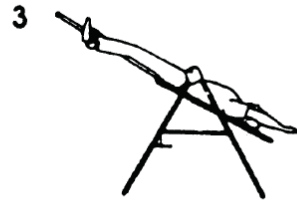
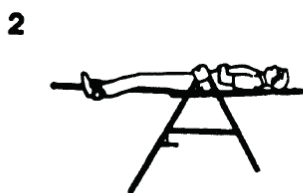
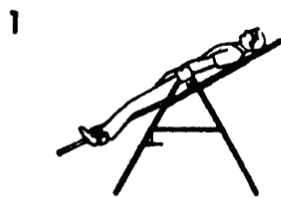


Benutzung der Inversionsliege

1. Ziehen Sie den kleinen Federknopf (17) nach oben, schieben Sie die Fussrückenhalterung (6) soweit zurück, bis der Federknopf in der letzten Position (Öffnung) einrastet.
2. Schieben Sie ihre Knöchel seitlich zwischen die Fersenhalterungen (31) und stellen Sie sich auf die am Ende des einstellbaren Auslegers angebrachten Fussstange.
3. Ziehen Sie den kleinen Federknopf so weit nach oben, bis sich die Arretierung löst und schieben die Fersenrückenhalterung so weit nach unten, bis diese eng an den Füßen (Knöchel) anliegen und der Federknopf spürbar einrastet (springt).
4. Richten Sie sich vollständig auf, legen Sie Ihren Rücken gegen die Liegefläche und halten Sie Ihre Hände seitlich angelegt oder legen Sie diese in den Schoss.

Anwendungsvorschläge

1. Beginnen Sie langsam: Am Anfang lediglich mit einer Inversion von 15° bis 20°. Bleiben Sie in dieser Stellung nur so lange Sie sich wohl fühlen. Kehren Sie langsam wieder in die Ausgangsstellung zurück.
2. Gehen Sie Änderungen langsam an: Steigern Sie den Winkel nur, wenn Sie dies als angenehm empfinden. Steigern Sie den Winkel jedes Mal nur um einige Grad. Steigern Sie die Anwendungsdauer über einen Zeitraum von mehreren Wochen um 1-2 Minuten bis auf 10 Minuten. Zusätzliches Stretching und einfache Gymnastik sollten erst dann hinzukommen, wenn Sie die Inversion als angenehm empfinden.
3. Beobachten Sie Ihren Körper: Kehren Sie langsam in die Ausgangsstellung zurück. Schwindel bedeutet, dass Sie zu schnell waren. Benutzen Sie das Gerät nicht direkt nach dem Essen. Wenn Ihnen schlecht werden sollte, gehen Sie nicht dagegen an, sondern kehren Sie in die Ausgangsposition zurück so bald Sie sich unwohl fühlen.
4. Bleiben Sie in Bewegung: Bewegung während der Inversion regt Blut-, Lymph- und Liquorkreislauf an und unterstützt die Ausrichtung von Knochen und Organen. Bewegen Sie sich in der Traktion oder machen Sie leichte Gymnastik. Probieren Sie dazu leichte Seitneigungen und Rotationsbewegungen nach links und rechts. Lassen Sie dabei die Arme entspannt ausgehängen. Von anstrengenden Übungen während der Inversion wird abgeraten. Reduzieren Sie partielle Inversion ohne Bewegung auf Sitzungen von ein bis zwei Minuten.
5. Wenden Sie die Inversion regelmässig an: Wir empfehlen, je nach Ihrer Verfassung, zwei bis drei Sitzungen täglich. Versuchen Sie die Sitzungen jeweils zum gleichen Zeitpunkt durchzuführen.



6. Pflege & Hygiene

Das Produkt kann mit handelsüblichen Reinigungs- und Desinfektionsmitteln abgewischt werden. Benutzen Sie dazu ein weiches Tuch und keine scheuernden Mittel. Benutzen Sie keine phenolhaltigen Mittel oder solche, die den Stoff Diethylene Glycol Monoethyl Ether enthalten.

-  Desinfektionsmaßnahmen sind ausschließlich mit geeigneten und auf Wirksamkeit geprüften Desinfektionsmitteln durchzuführen.
-  Desinfektionsmittel, die die Materialien des Produkts schädigen können, sind zu vermeiden.
-  Die Anwendungshinweise des Desinfektionsmittelherstellers sind zu beachten.

Bei der Verwendung ungeeigneter bzw. nicht auf Wirksamkeit geprüfter Präparate oder deren falscher Anwendung erlischt der Gewährleistungs- und Garantieanspruch.

7. Entsorgung & Umwelt

Produkt

Das Produkt kann dem Hausmüll zugeführt werden.

Verpackung

Es werden keine besonderen Verpackungsarten verwendet. Die jeweils gültigen Entsorgungsrichtlinien sind zu beachten.

8. Gewährleistung

Die Gewährleistung richtet sich nach den gesetzlichen Vorschriften.

Jede Gewährleistung ist ausgeschlossen, wenn von der SISSEL GmbH gelieferte Ware ohne Zustimmung von anderer Seite bearbeitet, behandelt oder verändert wurde oder wenn die Gebrauchsanweisung nicht befolgt wurde.

1. General information

Read the following user manual carefully and observe the safety instructions and warnings.

The SISSEL® Hang Up Inversion Table is a training device for relaxation of the back muscles, regeneration and targeted muscle group training.

The product may only be used in accordance with these instructions for use.

SISSEL GmbH accepts no liability for the use of the product outside the applications described in these user instructions.

The user manual must be kept carefully and within easy reach, and must be enclosed if the product is passed on.

First things first:

The device is intended for private or domestic purposes, not for professional use.

The device satisfies the requirements of DIN 957-2 Class H. The Class H range of applications denotes home use. Class H training devices are not intended for installation in areas to which uncontrolled access is allowed.

The product has been tested to DIN EN 957 for a max. user weight of 110 kg.

The manufacturer guarantees this product to be free of material and functional defects subject to being used for its intended purpose and assembled and operated in compliance with the instructions for use. The manufacturer's liability under the warranty is limited to the free replacement or repair of parts that exhibit defects when used for their intended purpose.

The warranty does not cover damage caused by improper operation, wrongful use, unauthorised repairs or commercial application.

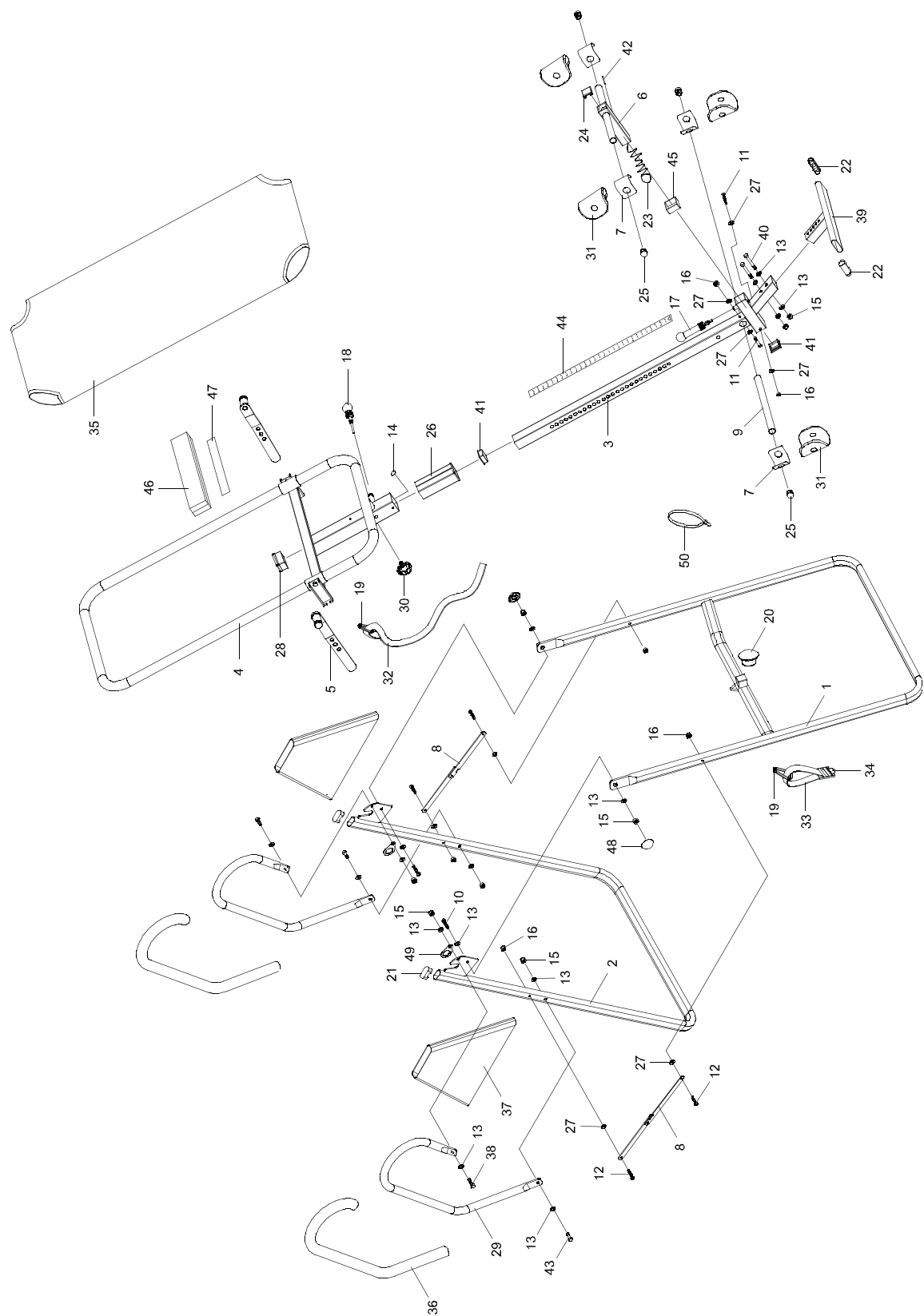
2. Safety instructions

- ! Check the condition of the product before each use. If damaged, the function of the product and safety is no longer guaranteed.
- ! Do not use the product in the immediate area of heat sources (e.g. radiator, hotplate, open flame, flying sparks) and avoid direct sunlight.
- ! Keep the area of use free of sharp or pointed objects.
- ! Exercise only on dry, non-slip, straight surfaces and not near stairways, balustrades, edges etc.
- ! Make sure that there is enough free space around the unit when setting it up.
- ! Train exclusively barefoot or wear socks with a rubberised bottom (anti-slip socks). Do not train with shoes and make sure you wear suitable sports clothing.
- ! Please note that the minimum height of the user must be 140 cm and the maximum height 198 cm.
- ! Do not exceed the maximum user weight of 110 kg.
- ! Choose a training programme that suits your physical strength and fitness level and avoid overly difficult exercises or experiments with increased risk.
- ! Only use accessories intended by the manufacturer.
- ! Use in children and adolescents, during pregnancy and in case of existing health complaints such as dizziness, cardiovascular problems, joint weaknesses, pain etc. only under professional supervision and after medical consultation.
- ! The product and its accessories are not toys and must be kept out of the reach of children. Do not allow children to play with it. Strangulation hazard.
- ! Not suitable for outdoor use.
- ! Stop exercising if there are any signs of weakness, drowsiness, dizziness or uncomfortable feeling of pressure.
- ! Only one person is allowed to use the equipment at a time.
- ! Before each use, check that the unit is in good working order, screws, nuts and bolts must be tight.
- ! Never drop or insert any object into any opening.

3. Product information

Scope of delivery:
SISSEL® Hang Up
Consisting of:

Exploded view



No.	Individual parts	Quantity
1	Front U-Frame	1
2	Rear U-Frame	1
3	Adjustable Boom	1
4	Bed Frame	1
5	Pivot Arm	2
6	Adjustable Instep Frame	1
7	Heel Holder Bracket	4
8	Folding Arm	2
9	Rod	1
10	Hexagon Socket Head Cap Bolt M8x23	2
11	Hexagon Head Bolt M6x47	2
12	Cross Recessed Truss Head Screw M6x30	4
13	Washer Ø20xØ8.5x1.5	16
14	Round Plate	1
15	Lock Nut M8	8
16	Lock Nut M6	6
17	Small Spring Knob	1
18	Large Spring Knob	1
19	Safety Hook	2
20	Rubber Pad	1
21	Oval End Cap	2
22	Foot Bar End Cap	2
23	Spring	1
24	Adjustable Instep Frame Square End Cap	1
25	Round End Cap	4
26	Lower Bed Frame Bushing	1

27	Washer Ø16xØ6.5x1.0	8
28	Upper Bed Frame Bushing	1
29	Handlebar	2
30	Knob	1
31	Heel Holder	4
32	Nylon Strap	1
33	Loop Strap	1
34	Strap Lock	1
35	Nylon Bed	1
36	Foam Grip	2
37	Protective Cover	2
38	Hexagon Head Bolt M8x23	2
39	Foot Bar	1
40	Hexagon Head Bolt M8x50	2
41	Square End Cap	2
42	Spring Latch	1
43	Hexagon Head Bolt M8x38	2
44	Height Scale	1
45	Plastic Bushing	1
46	Pad	1
47	Double Sided Tape	1
48	Nut Cap Ø27xØ13.5	2
49	Pivot Arm Ring	2
50	Tube Clamp	1

Accessories

Multi Hex Tool S-10-13-17 QTY 2

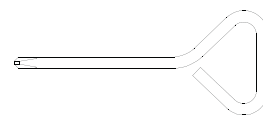
Phillips Screwdriver QTY 1

Technical specifications

Maximum User weight: 110 kg

Minimum user height: 140 cm

Maximum User height: 198 cm



Intended use

 Risk of injury! Use the product only after prior consultation with a doctor if you have any health problems, especially the following diseases and symptoms: Inguinal hernia, glaucoma, retinal detachments, eye diseases, osteoporosis, bone fractures (recently healed), bones containing implants, inner ear diseases, tendency to bleed in the head, spinal injuries, cerebral sclerosis, stroke, Cardiovascular disorders, high blood pressure (hypertension), hiatal hernia or ventral hernia, use of blood thinners (heparin), swelling of the joints, pregnancy, use of anticoagulants including aspirin in high doses and severe obesity.

 Only use the device if you can ensure correct performance of the exercise.

 Risk of injury! Before each use, make sure that the ankle lock pin is fully engaged.



Correct:
Locking pin
fully engaged.



Incorrect:
Locking pin not
fully engaged.

Slowly climb onto the SISSEL® Hang Up inversion bench and firmly attach the front and back ankle clamps to your ankles. Begin the exercise.

 Risk of injury! If the front and rear ankle clamps are not firmly attached to your ankles, you may fall off when the SISSEL® Hang up inversion bench tips over.

Always hold on to the safety handles during the exercise and slowly back away if you fall over.

 Risk of injury! Failure to use the safety handles can result in serious physical injury.

 Risk of injury! Keep Body parts, hair, loose clothing and jewelry clear of all moving parts.

Feeling dizzy after a session means that you have climbed up too quickly. Wait a while after eating before using the SISSEL® Hang Up inversion bench.

 Risk of injury! Stop the exercise immediately if you feel nauseous or as soon as you feel unwell.

4. Installation & commissioning

Check the packaging and the product for any damage on delivery.

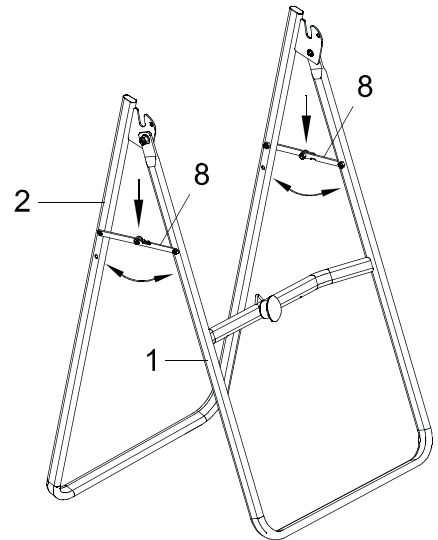


Never use a damaged product.

Step 1

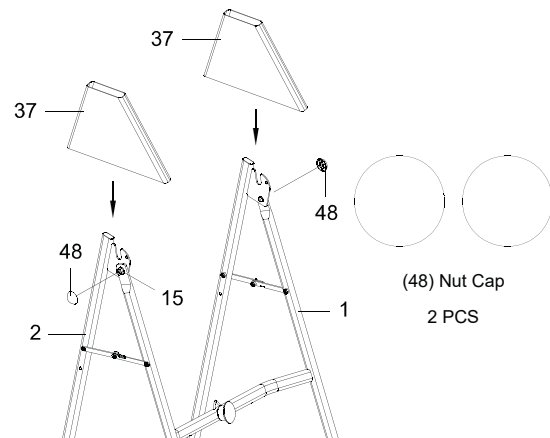
Lay down the base of the SISSEL® Hang Up by separating the Front and Rear U-Frames. (1, 2). Pull the Front and Rear U-Frames (1,2) as far apart from each other as possible. Then push down on the middle of the two Folding Arms (8) until they are fully locked down.

Note: The weight of the product is more than 20 kg and it should be assembled and moved by two or more people.



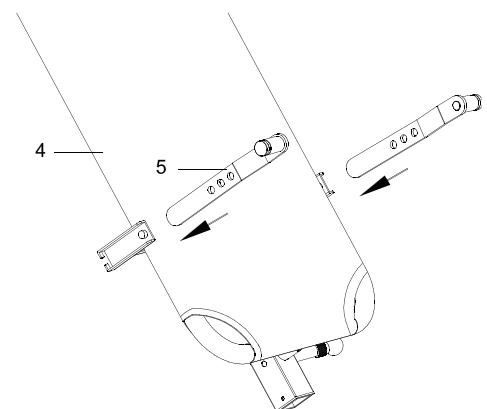
Step 2

Install two Nut Caps (48) onto Lock Nuts (15). Slide one Protective Cover (37) on to each side of the base as shown, and pull down on the Protective Covers (37) until the bottom of the covers are slightly lower than the Folding Arms (8). Use the Velcro straps on the bottom of the Protective Covers (37) to secure the covers to the Folding Arms (8). When the covers are assembled correctly, the Folding Arms (8) should be fully covered by the Protective Cover (37).



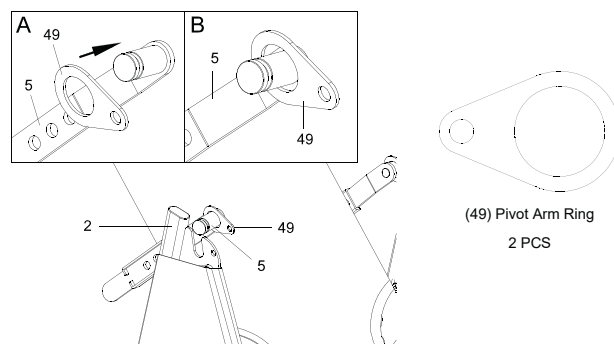
Step 3

Slide the bottom of the Pivot Arms (5) into the brackets that located at each side of the Bed Frame (4), align to the desired hole on the arm with the peg on the bracket. Insert the peg into the hole to lock the Pivot Arms (5) in place. It is recommended that you use the bottom hole on the Pivot Arms (5) until you become more familiar with the equipment.

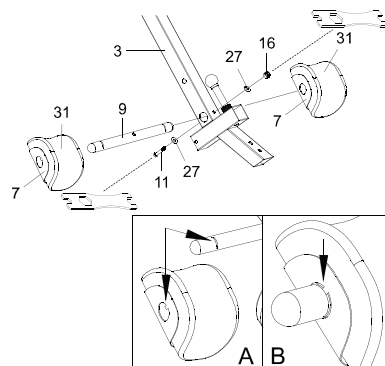


Step 4

Install the Pivot Arm Rings (49) onto the Pivot Arms (5). Mount the Bed Frame (4) to the Rear U-Frame (2) by inserting the ends of the Pivot Arms (5) into the channels on the plates. The slotted portion of the rollers on the end of the Pivot Arms (5) should be inserted into the channels on the plates.

**Step 5**

Slide the Rod (9) through the large round hole on the side of the Adjustable Boom (3), and secure the Rod (9) on the Adjustable Boom (3) with one Hexagon Head Bolt (11), one Lock Nut (16), and two Washers (27). Slide one Heel Holder Bracket (7) and one Heel Holder (31) onto one end of the Rod (9) until the lock tooth is wedged into the slot in the Rod (9) as shown in figures A and B. Use the same procedure to attach the other Heel Holder Bracket (7) and Heel Holder (31) onto the other end of the Rod (9). Tighten bolt and lock nut with two Multi Hex Tools provided.

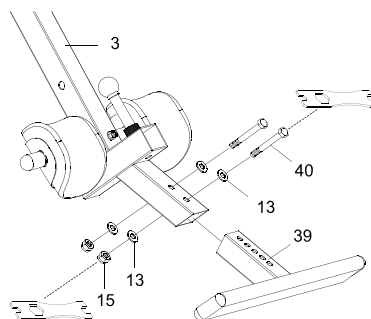
**Hardware:**

(11) Hexagon Head Bolt	1 PC
(16) Lock Nut	1 PC
(27) Washer	2 PCS

Note: Make sure the lock teeth are wedged into the slots in the Rod (9) to lock the Heel Holder Brackets (7) and Heel Holders (31) in place before use.

Step 6

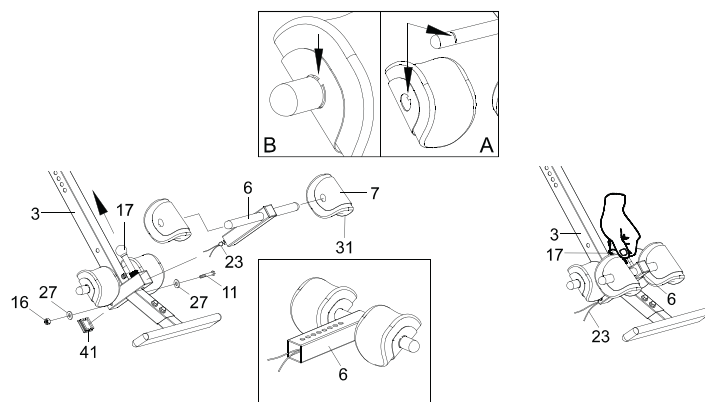
Slide the Foot Bar (39) into the bottom of the Adjustable Boom (3) and align two of the holes on the Foot Bar (39) with two holes on the Adjustable Boom (3). Secure the Foot Bar (39) in place using two Hexagon Head Bolts (40), two Lock Nuts (15), and four Washers (13). Tighten bolt and lock nut with two Multi Hex Tools provided.

**Hardware:**

(40) Hexagon Head Bolt	2 PCS
(15) Lock Nut	2 PCS
(13) Washer	4 PCS

Step 7:

Slide one Heel Holder Bracket (7) and one Heel Holder (31) onto one end of the Adjustable Instep Frame (6) until the lock tooth is wedged into the slot in the Adjustable Instep Frame (6) as shown in figures A and B. Use the same procedure to attach the other Heel Holder Bracket (7) and Heel Holder (31) onto the other end of the Adjustable Instep Frame (6). Remove the Square End Cap (41) on the back of square bracket of Adjustable Boom (3). Pull out the small Spring Knob (17) and then slide the Adjustable Instep Frame (6) completely into the square bracket. The surface with holes must face toward the Small Spring Knob (17). Sliding the Adjustable Instep Frame (6) back or forth slightly until the Small Spring Knob (17) „pops“ down into the locked position.

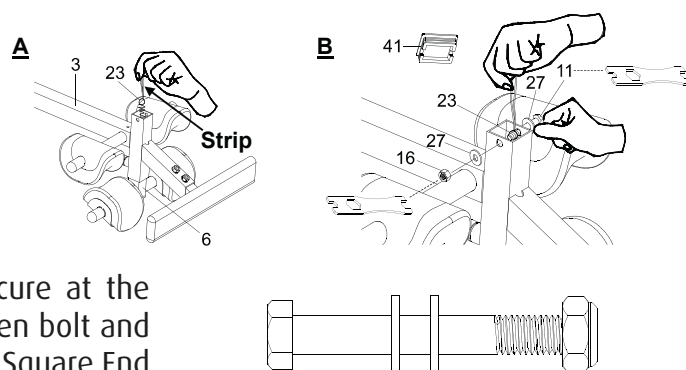


Note: To slide the Adjustable Instep Frame (6) into the square frame, you must first pull out the Small Spring Knob (17).

Step 7.1:

A. Pull the Strip on the ring of the Spring (23) to align the ring and holes on bracket.

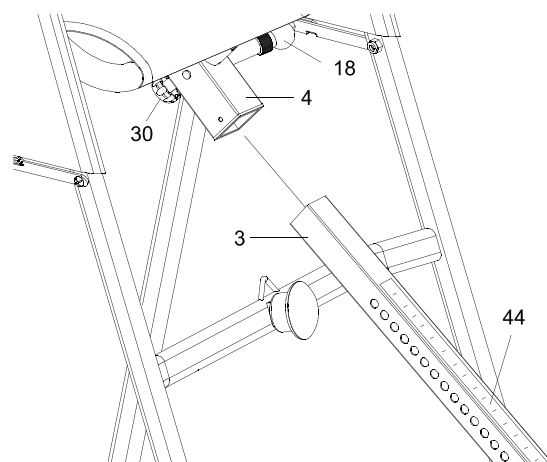
B. Insert the Hexagon Head Bolt (11) with a Washer (27) halfway through the square bracket, slide the Hexagon Head Bolt (11) through the ring at the bottom of the Spring (23), slide the Hexagon Head Bolt (11) through the rest of the square bracket, and secure at the other end with a Washer (27) and Lock Nut (16). Tighten bolt and lock nut with two Multi Hex Tools provided. Attach the Square End Cap (41) onto the back of square bracket of Adjustable Boom (3) that was removed.



(11) Hexagon Head Bolt	1 PC
(16) Lock Nut	1 PC
(27) Washer	2 PCS

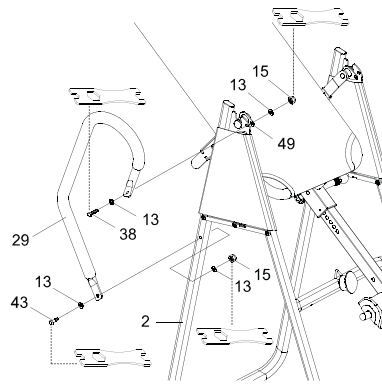
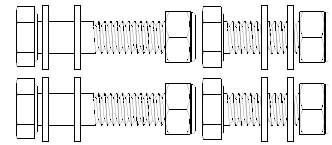
Step 8

Loosen the Knob (30). Pull the Large Spring Knob (18) and slide the Adjustable Boom (3) into the square bracket on the bottom of the Bed Frame (4) as shown. Slide the Adjustable Boom (3) up to the desired height. Release the Large Spring Knob (18) and make sure it “pops” into the hole. Tighten the Knob (30) for additional safety.

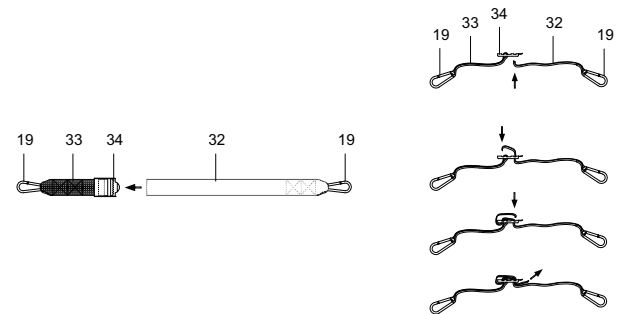


Step 9

Attach the top end of Handlebar (29) onto the Rear U-Frame (2) and Pivot Arm Ring (49) with one Hexagon Head Bolt (38), one Lock Nut (15), and two Washers (13). Attach the bottom end of the Handlebar (29) onto the Rear U-Frame (2) with one Hexagon Head Bolt (43), one Lock Nut (15), and two Washers (13). Tighten bolt and lock nut with two Multi Hex Tools provided. Repeat above same steps to attach the other Handlebar (29) to the Rear U-Frame (2) and Pivot Arm Ring (49).

**Hardware:**

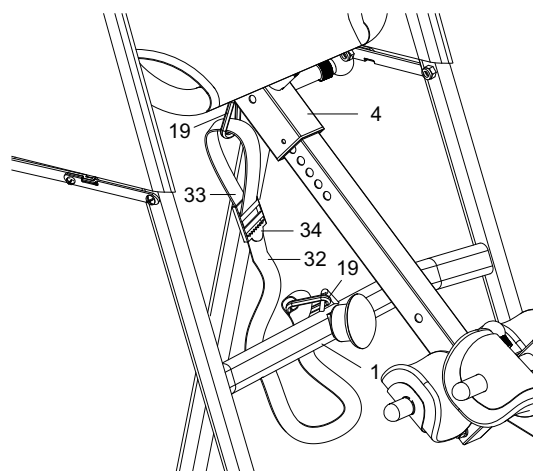
(38) Hexagon Head Bolt	2 PCS
(43) Hexagon Head Bolt	2 PCS
(15) Lock Nut	4 PCS
(13) Washer	8 PCS

**Step 10:**

Attach the Nylon Strap (32) to the Strap Lock (34) by inserting the end of the Nylon Strap (32) up through the bottom of the Strap Lock (34), loop the Nylon Strap (32) over the Pre-assembled Loop Strap (33) and down through the Strap Lock (34). Now, loop the strap back over itself and insert back through the Strap Lock (34), and pull tight to secure.

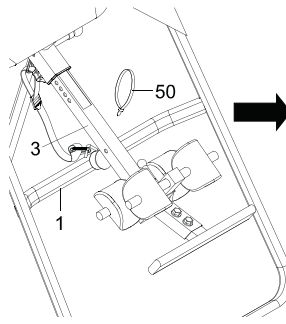
Step 11:

Attach the Nylon and Loop Straps (32, 33) to the Inversion Table by hooking the end of the Nylon Strap (32) to the pre-assembled loop on the back of the Front U-Frame (1) as shown. Now hook the other end of Loop Strap (33) to the other Pre-assembled loop on the Bed Frame (4) as shown.

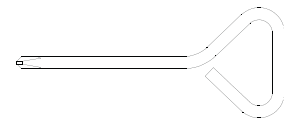


Storage without disassembly:

When the inversion table not in use, it should be locked with the Tube Clamp (50) to prevent unsupervised use. Use a Phillips screwdriver to undo the screw on Tube Clamp (50) to unlock the Tube Clamp (50). Then use the Tube Clamp (50) to connect both Adjustable Boom (3) and Front U-Frame (1) together as shown in illustration above. To prevent removal please tighten the screw.



Tool:



Phillips Screwdriver

1 PC

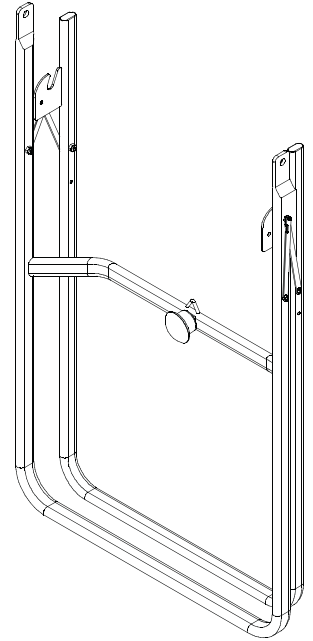
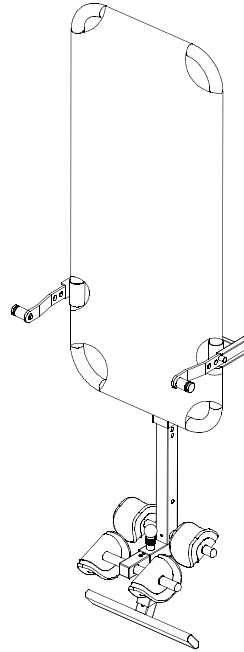
Storage with disassembly:

First push the extension arm (3) all the way back into the frame. To do this, release the lock with the knob (30). When the rearmost setting is reached, let the spring button engage in the next position by pushing it slightly back and forth.

Remove the nylon straps (32) if they are attached. To do this, release the safety hooks (19) from the eyelets. Now lift the lying surface including the pivot arms (5) out of the notches in the base frame and set it aside. Remove the pivot arms (5).

Fold the frame by pushing the cross struts upwards, thereby releasing the lock.

Now the unit can be stored and quickly and easily unfolded and reassembled when needed.



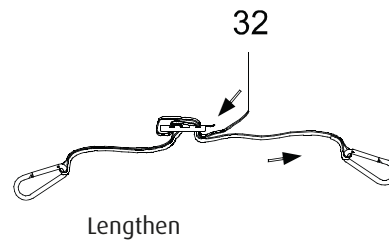
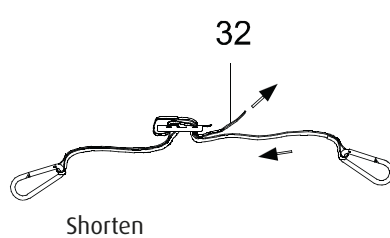
Note: After use, cleaning and possibly disinfection measures may be necessary (see Care & Hygiene).

Operation and settings

The strap

In the interests of safety, a nylon strap for controlling and limiting the inversion gradient is enclosed. This strap can be set to various lengths, which allows a greater or lesser inversion gradient.

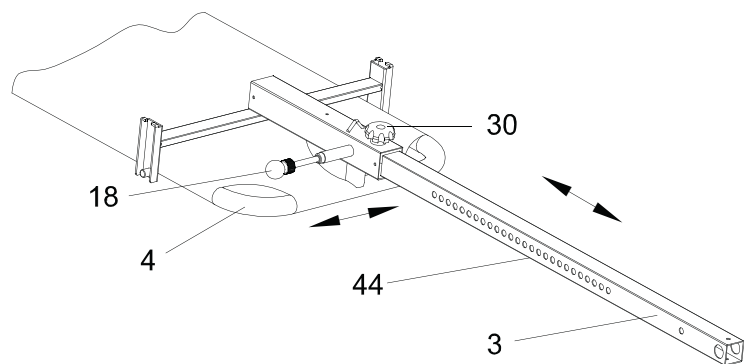
1. To shorten the strap, thread the lower end into the strap buckle and pull at the upper end.
2. To lengthen the strap (32), thread it into the upper end of the strap buckle and pull at the lower end.



Adjusting the arm

The adjustable arm (3) can be individually set to several positions depending on the user's body length. Loosen the knob (30) and pull out the spring button (18) until you can move the arm up or down. Set the desired length, release the spring button and slide the arm up or down slightly until it „springs“ into the set position. Now retighten the knob (30).

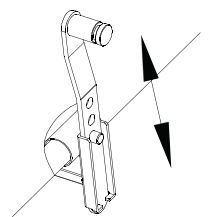
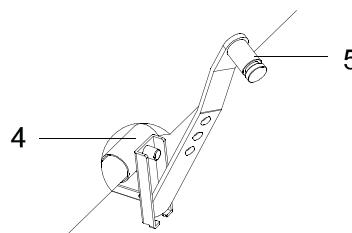
TIP: Because different individuals have different centres of gravity, the scale provides a setting recommendation in the first instance. Before training for the first time, set the scale to a minimum of 5 cm below your known body height and feel, by approaching gradually, for the position that is ideal for you.



Pivot arm with mounting openings

The pivot arms are fitted with several mounting openings. These openings are used to set the inversion gradient. To alter the setting, simply tilt the pivot arm upwards until the pin comes out of its opening. Now slide the pivot arm into the position you want next and push the opening back over the pin.

- The lowermost opening offers the smallest inversion gradient.
- The uppermost opening offers the highest inversion gradient.



We recommend that novices start with the lowest (the last or 3rd opening after the square pin) opening so that they can become accustomed to the device.

- ! The openings on the two pivot arms have to be engaged at the same height. Engaging at different heights can damage the device and cause injury.

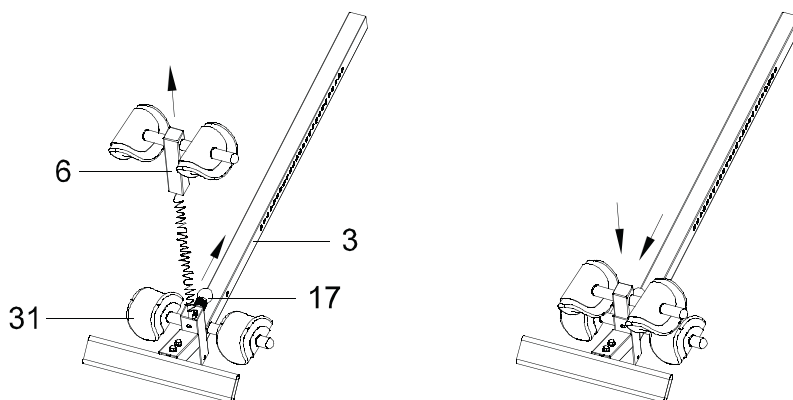
The grips

To increase comfort and safety, the inversion table has been fitted with hand grips. These grips are located at the upper end of the rear U-frame (2). They help you return to the upright starting position, whatever the inversion gradient. If you want to return to the upright position and the table is moving too slowly or not at all, simply take hold of the grips and pull on them until you are back in the starting position.

- ! The neutral centre of gravity differs from individual to individual. The body height shown on the scale may therefore differ from the setting that is ideal for you. Before training for the first time, set the scale to a minimum of 5 cm below your known body height and feel, by approaching gradually, for the position that is ideal for you. The correct length setting has been reached if the table returns to the starting position as soon as you move your arm down below your waist.

5. General precautions

1. Make sure that the bolt on the pivot arm sits properly in the notch of the base frame. It must be located at the very bottom of the notch.
2. A second person should be present when using the device for the first few times.
3. The adjustable arm should be correctly set to your height.
4. Make sure that the adjustable arm is securely held by both the large spring buttons and by the knob (30).
5. Ensure that there is enough clearance for the table to fully rotate.
6. Ensure that the device is standing on an even, slip-free surface.
7. Make sure that the heel retainers hold your feet secure and tight and that the spring bolt is correctly engaged. If necessary, gently slide the retainer into the next opening. Avoid excess pressure on your feet.

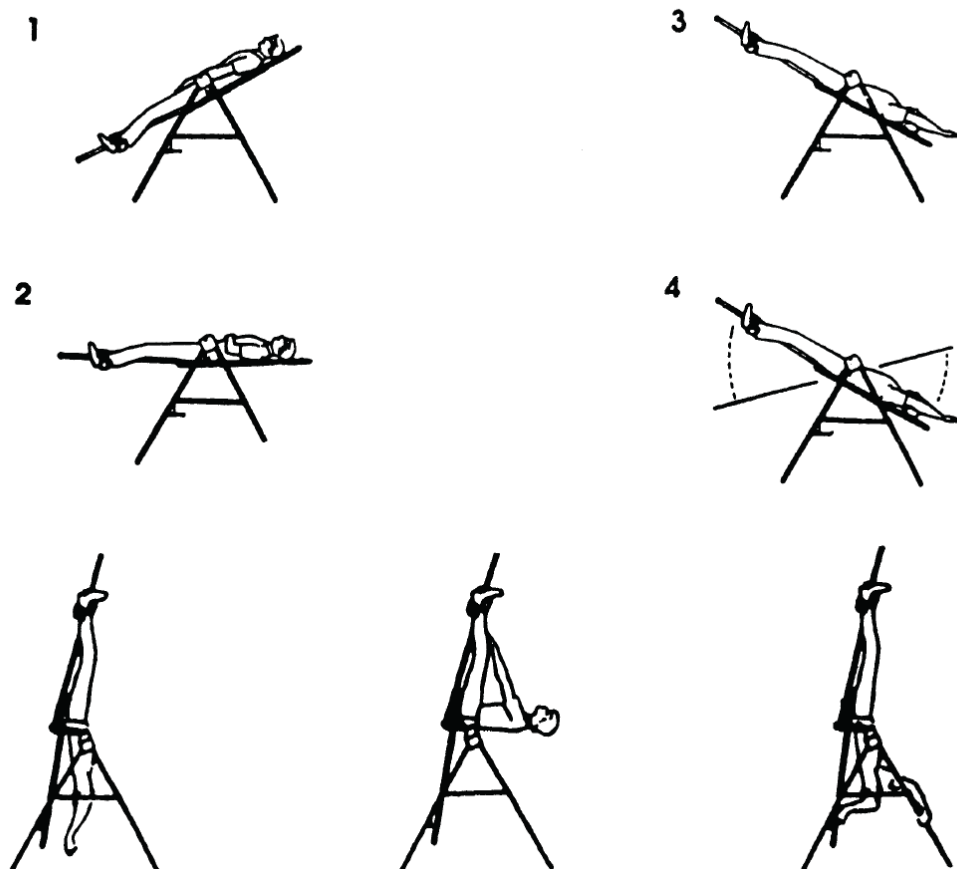


Using the inversion table

1. Pull the small spring button (17) upwards and slide the adjustable instep frame (6) until the spring button engages into the last position (opening).
2. Slide your ankles between the rubber heel holders (31) and place your feet on the foot bar attached to the end of the adjustable arm.
3. Pull the small spring button upwards until it releases and slide the heel retainers down until they are tight against your feet (ankles) and the spring button audibly engages (springs).
4. Straighten up completely, lay your back against the table and hold your hands to the side or place them in your lap.

Recommendations for use

1. **Start slowly:** Start with an inversion of just 15° to 20°. Remain in this position for as long as you feel OK. Slowly return to the starting position.
2. **Progress slowly:** Increase the angle only when you feel comfortable doing so. Increase the angle by just a few degrees each time. Increase the duration of use by 1-2 minutes over several weeks until you reach 10 minutes. You should only add stretching and simple gymnastic movements when the inversion table feels comfortable.
3. **Listen to your body:** Slowly return to the starting position. A feeling of dizziness means you moved too quickly. Do not use the device straight after a meal. Do not ignore a feeling of unease. As soon as you feel unwell, return to the starting position.
4. **Keep moving:** Movement while inverted activates blood, lymph and fluid circulation and supports the orientation of bones and organs. Move in traction or carry out light gymnastic movements. Try slight lateral inclinations and rotational movements to the right and left. Let your arms hang loose. We do not recommend strenuous exercises while inverted. Limit partial inversion without movement to sessions of one to two minutes.
5. **Use inversion regularly:** We recommend two to three sessions per day, depending on your condition. Try to schedule the sessions for the same time.



6. Care & Hygiene

The product can be wiped off with commercially available cleaning agents and disinfectants. Use a soft cloth and no abrasive agents. Do not use any agents containing phenols or diethylene glycol monoethyl ether.



Disinfection measures are to be carried out exclusively with suitable disinfectants that have been tested for effectiveness.



Disinfectants that can damage the materials of the product must be avoided.



The application instructions of the disinfectant manufacturer must be observed.

The use of unsuitable preparations or preparations that have not been tested for effectiveness or their incorrect use will invalidate the warranty and guarantee claim.

7. Disposal & Environment

Product

The product can be disposed of with household waste.

Packaging

No special types of packaging are used. The respective valid disposal guidelines must be observed.

8. Warranty

The warranty is governed by the statutory provisions.

Any warranty is excluded if goods delivered by SISSEL® GmbH have been processed, treated or modified by others without consent or if the instructions for use have not been followed.

A blank sheet of lined paper with horizontal dotted lines, resembling notebook paper, centered on a white background. The paper has rounded corners and a subtle drop shadow. The top of the page features a light gray horizontal bar, and the bottom features a solid red horizontal bar. The dotted lines are evenly spaced and run horizontally across the page.

1. Informations générales

Lire attentivement le manuel d'utilisation suivant et respecter les consignes de sécurité et les avertissements.

La table d'inversion SISSEL® Hang Up est un appareil d'entraînement pour la détente de la musculature du dos, la régénération et l'entraînement ciblé de groupes de muscles.

Le produit ne doit être utilisé que conformément à ce mode d'emploi.

SISSEL GmbH décline toute responsabilité en cas d'utilisation du produit en dehors des applications décrites dans ce mode d'emploi.

Le mode d'emploi doit être conservé soigneusement et à portée de main, et doit être joint en cas de transmission du produit.

Recommandations préalables:

Cet appareil a été élaboré pour une utilisation privée, ou, selon le cas, domestique, et non professionnelle.

L'appareil correspond aux exigences de la norme DIN 957-2 classe H. Le domaine d'utilisation de la classe H concerne l'utilisation domestique. Les appareils d'entraînement de la classe H ne sont pas prévus pour être installés dans une pièce où l'accès est ouvert à tout le monde.

Les tests effectués sur le produit, d'après la norme DIN EN 957, ont démontré que le poids maximum autorisé de l'utilisateur est de 110 kg.

Le fabricant garantit que ce produit, lorsqu'il est employé selon le but pour lequel il a été conçu et à la condition qu'il soit utilisé et monté conformément au mode d'emploi, ne comporte aucun défaut de fabrication ou de fonctionnement. L'obligation du constructeur, résultant de la garantie se limite, et ce gratuitement, au remplacement ou à la réparation des pièces qui présenteraient un défaut se rapportant au domaine d'application prévu.

La garantie ne s'étend pas aux dommages qui auraient été provoqués par un fonctionnement inapproprié, un emploi détourné, des réparations non autorisées ou une utilisation commerciale.

2. Consignes de sécurité

- ! Vérifier l'état du produit avant chaque utilisation. S'il est endommagé, le fonctionnement du produit et la sécurité ne sont plus garantis.
- ! Ne pas utiliser le produit à proximité immédiate de sources de chaleur (radiateur, plaque chauffante, flamme nue, étincelles) et éviter la lumière directe du soleil.
- ! Maintenir la zone d'utilisation exempte d'objets tranchants ou pointus.
- ! Ne vous entraînez que sur des surfaces sèches, antidérapantes et droites, à l'écart des descentes d'escalier, des balustrades, des bords, etc.
- ! Veillez à ce qu'il y ait suffisamment d'espace libre autour de l'appareil lorsque vous l'installez.
- ! Entraînez-vous exclusivement pieds nus ou portez des chaussettes avec un dessous caoutchouté (chaussettes antidérapantes). Ne vous entraînez pas avec des chaussures et veillez à porter des vêtements de sport adaptés.
- ! Veuillez noter que la taille minimale de l'utilisateur doit être de 140 cm et la taille maximale de 198 cm.
- ! Ne dépassez pas le poids maximal de l'utilisateur de 110 kg.
- ! Choisissez un programme d'entraînement adapté à votre niveau de force physique et de condition physique et évitez les exercices trop difficiles ou les expériences à risque.
- ! N'utilisez que les accessoires prévus par le fabricant.
- ! Utilisation chez les enfants et les adolescents, pendant la grossesse ainsi qu'en cas de troubles de santé existants tels que vertiges, problèmes cardiaques/circulatoires, faiblesses articulaires, douleurs, etc. uniquement sous surveillance professionnelle et après consultation d'un médecin.
- ! Le produit et ses accessoires ne sont pas des jouets et doivent être tenus hors de portée des enfants. Ne permettez pas aux enfants de jouer avec. Risque de strangulation.
- ! Ne convient pas à une utilisation en extérieur.
- ! Arrêtez l'entraînement en cas de signes de faiblesse, d'étourdissement, de vertiges ou de sensation de pression désagréable.
- ! Une seule personne à la fois peut utiliser l'appareil.
- ! Avant chaque utilisation, vérifiez le bon fonctionnement de l'appareil, les vis, écrous et boulons doivent être bien serrés.
- ! Ne laissez jamais tomber un objet dans une ouverture ou n'insérez jamais un objet dans une ouverture.

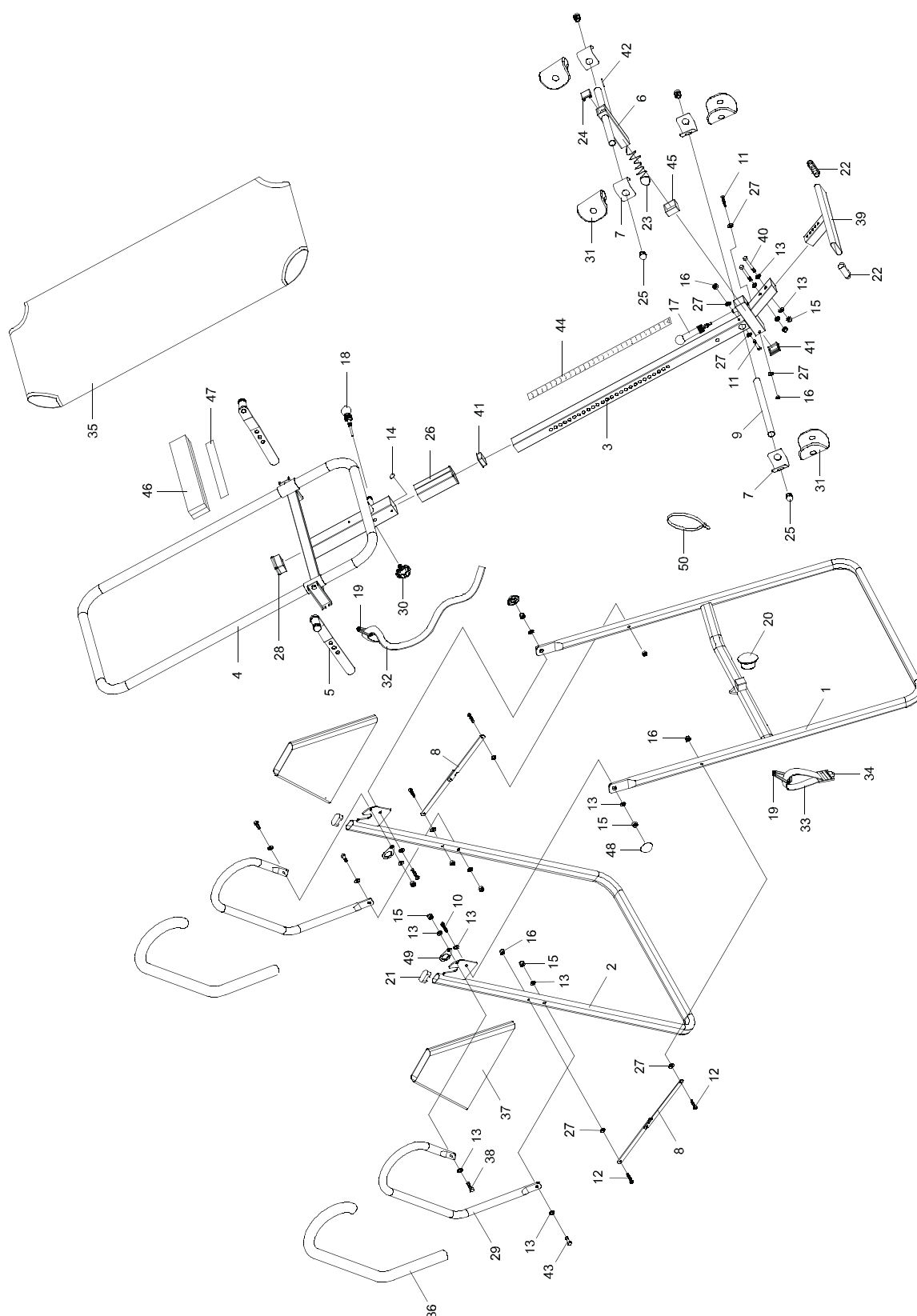
3. Informations sur le produit

Contenu de la livraison:

SISSEL® Hang Up

composé de:

Vue éclatée



No.	Pièces détachées	Quantité
1	Cadre avant en U	1
2	Cadre arrière en U	1
3	Bras réglable	1
4	Cadre de lit	1
5	Bras pivotant	2
6	Cadre de serrage réglable	1
7	Etriers de talonnière	4
8	Bras pliant	2
9	Tige	1
10	Boulon à tête hexagonale à six pans creux M8x23	2
11	Boulon à tête hexagonale M6x47	2
12	Boulon cruciforme à tête ronde plate M6x30	4
13	Rondelle Ø20xØ8.5x1.5	16
14	Plaque ronde	1
15	Écrou de blocage M8	8
16	Écrou de blocage M6	6
17	Petit bouton à ressort	1
18	Bouton à ressort	1
19	crochet de sécurité	2
20	Rembourrage en caoutchouc	1
21	Ovale Endkappe	2
22	Embout de barre de pieds	2
23	Ressort	1
24	Cadre de cou-de-pied réglable Embout carré	1
25	Embout rond	4
26	Douille inférieure du cadre de lit	1

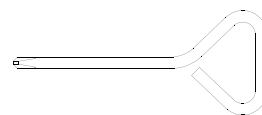
27	Rondelle Ø16xØ6.5x1.0	8
28	Douille supérieure du cadre de lit	1
29	Guidon	2
30	Bouton	1
31	Talonnière	4
32	Sangle en nylon	1
33	Sangle à boucle	1
34	Boucle de la ceinture	1
35	Lit en nylon	1
36	Poignée en mousse	2
37	Couvertures de protection	2
38	Boulon à tête hexagonale M8x28	2
39	Barre de pieds	1
40	Boulon à tête hexagonale M8x50	2
41	Embout carré	2
42	Verrouillage par ressort	1
43	Boulon à tête hexagonale M8x38	2
44	Échelle des hauteurs	1
45	Douille en plastique	1
46	Pad	1
47	Ruban adhésif double face	1
48	Capuchon d'écrou Ø27xØ13.5	2
49	Anneau de bras pivotant	2
50	Collier de serrage	1

Accessoires

Outil multi-lames fournis S-10-13-17 QTY 2
Tournevis cruciforme

Caractéristiques techniques

Poids maximal de l'utilisateur : 110 kg
Taille minimale de l'utilisateur : 140 cm
Taille maximale de l'utilisateur : 198 cm



Utilisation conforme

 Risque de blessure ! N'utilisez le produit en cas de problèmes de santé existants, notamment les maladies et symptômes suivants, qu'après avoir consulté un médecin : Hernie, glaucome, décollement de la rétine, maladies oculaires, ostéoporose, fractures (récemment guéries), os contenant des implants, maladies de l'oreille interne, tendance aux saignements dans la tête, blessures de la colonne vertébrale, sclérose cérébrale, accident vasculaire cérébral, troubles cardiovasculaires, hypertension (hypertonie), hernie hiatale ou ventrale, utilisation d'anticoagulants (héparine), gonflement des articulations, grossesses, utilisation d'anticoagulants, y compris l'aspirine à fortes doses, et obésité sévère.

 N'utilisez l'appareil que si vous pouvez garantir une exécution correcte de l'exercice.

 Risque de blessure ! Avant chaque utilisation, assurez-vous que le boulon de blocage de la cheville est complètement enclenché.



Correct:
Locking pin
fully engaged.



Incorrect:
Locking pin not
fully engaged.

Montez lentement sur la table d'inversion SISSEL® Hang Up et fixez fermement les pinces de cheville avant et arrière à vos chevilles. Commencez l'exercice.

 Risque de blessure ! Si les pinces de cheville avant et arrière ne sont pas solidement fixées à vos chevilles, vous risquez de tomber en renversant la table d'inversion SISSEL® Hang up.

Pendant l'exercice, tenez-vous toujours aux poignées de sécurité et reculez lentement si vous basculez.

 Risque de blessure ! La non-utilisation des poignées de sécurité peut entraîner des blessures physiques graves.

 Risque de blessure ! Éloignez les parties du corps, les cheveux, les vêtements amples et les bijoux de toutes les pièces mobiles.

Une sensation de vertige après une séance signifie que vous êtes monté trop vite. Attendez un peu après avoir mangé avant d'utiliser la table d'inversion SISSEL® Hang Up.



Risque de blessure ! Arrêtez immédiatement l'exercice si vous avez la nausée ou dès que vous vous sentez mal.

4. Installation & mise en service

Vérifiez que l'emballage et le produit ne sont pas endommagés à la livraison.

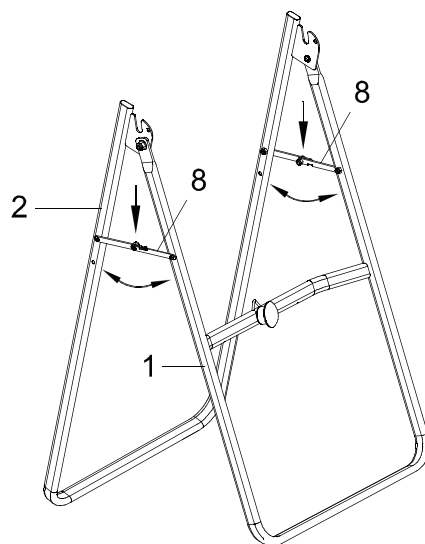


N'utilisez jamais un produit endommagé.

Étape 1

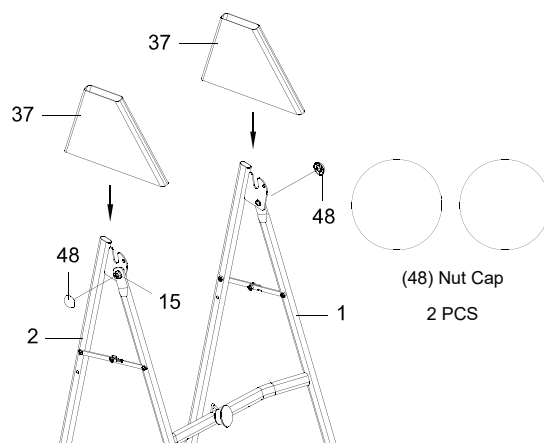
Installez la base de la table d'inversion SISSEL® Hang Up en séparant les cadres en U avant et arrière (1, 2). Écartez le plus possible les cadres en U avant et arrière (1, 2). Appuyez ensuite sur le centre des deux bras pliants (8) vers le bas jusqu'à ce qu'ils soient complètement enclenchés.

Note: Le produit pèse plus de 20 kg et doit être monté par deux personnes ou plus et transporté par deux personnes ou plus.



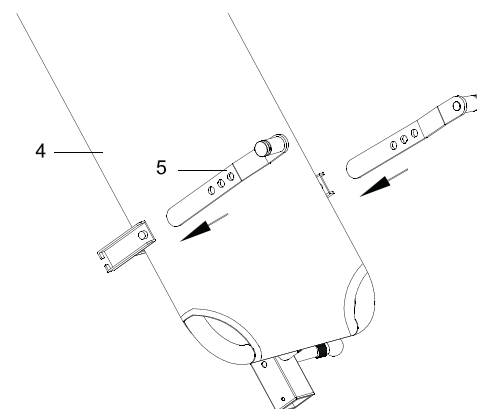
Étape 2

Montez les deux capuchons d'écrou (48) sur les écrous de blocage (15). Faites glisser un couvercle de protection (37) de chaque côté du socle, comme illustré, et tirez les couvercles de protection (37) vers le bas jusqu'à ce que la partie inférieure des couvercles soit légèrement plus basse que les bras pliants (8). Utilisez les bandes velcro situées sur la partie inférieure des couvercles de protection (37) pour fixer les couvercles sur les bras pliants (8). Lorsque les caches sont correctement montés, les bras pliants (8) doivent être entièrement recouverts par les couvercles de protection (37).



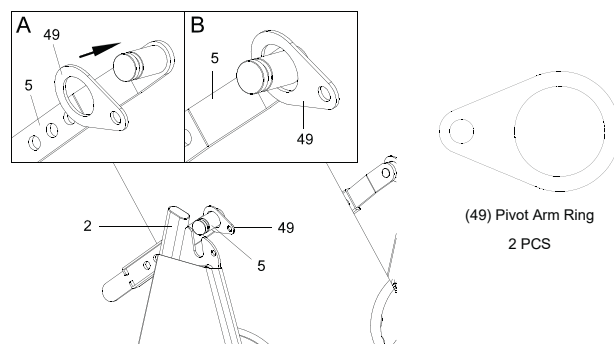
Étape 3

Insérez la partie inférieure des bras pivotants (5) dans les fixations qui se trouvent de chaque côté du cadre de lit (4) et alignez le trou souhaité sur le bras avec le tenon sur la fixation. Insérez le tenon dans le trou pour verrouiller les bras pivotants (5). Il est recommandé d'utiliser le trou inférieur sur les bras pivotants (5) jusqu'à ce que vous vous soyez mieux familiarisé avec l'appareil.

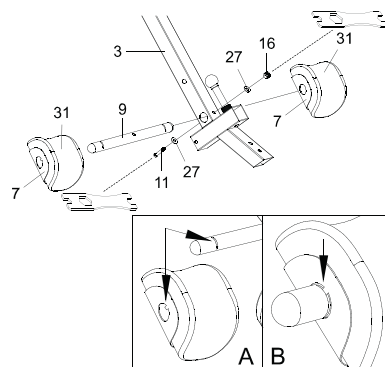


Étape 4

Montez les anneaux des bras pivotants (49) sur les bras pivotants (5). Montez le cadre de lit (4) sur le cadre en U arrière (2) en insérant les extrémités des bras pivotants (5) dans les canaux sur les panneaux. La partie fendue des roulettes à l'extrémité des bras pivotants (5) doit être introduite dans les canaux sur les panneaux.

**Étape 5**

Insérez la tige (9) dans le grand trou rond situé sur le côté du bras réglable (3) et fixez la tige (9) au bras réglable (3) à l'aide d'un boulon à tête hexagonale (11), d'un écrou de blocage (16) et de deux rondelles (27). Faites glisser un étriers de talonnière (7) et une talonnière (31) sur une extrémité de la tige (9) jusqu'à ce que la dent de blocage soit coincée dans la fente de la tige (9), comme indiqué sur les figures A et B. Procédez de la même manière pour fixer l'autre étriers de talonnière (7) et la talonnière (31) à l'autre extrémité de la tige (9). Serrez la vis et l'écrou de blocage à l'aide des deux clés hexagonales fournies.

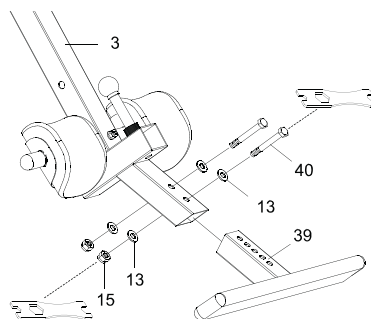
**Hardware:**

	
(11) Hexagon Head Bolt	1 PC
(16) Lock Nut	1 PC
(27) Washer	2 PCS

Note: Assurez-vous que les dents de blocage sont coincées dans les fentes de la tige (9) afin de bloquer les attaches de étriers de talonnière (7) et les attaches de talonnière (31) avant utilisation.

Étape 6

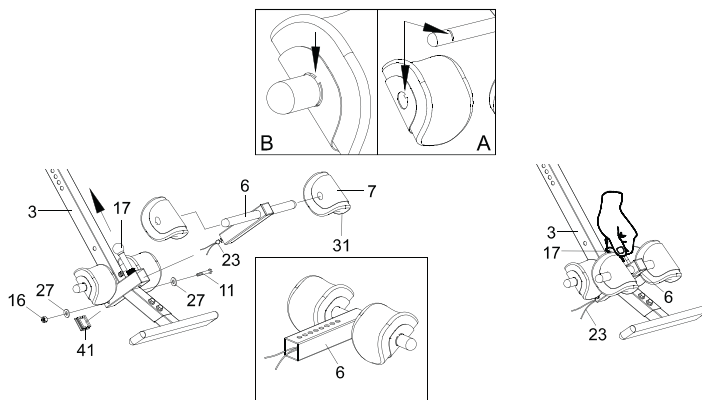
Insérez la barre de pieds (39) dans la partie inférieure du bras réglable (3) et alignez deux des trous de la barre de pieds (39) avec deux trous du bras réglable (3). Fixez la barre de pieds (39) avec deux boulon à tête hexagonale (40), deux écrous de blocage (15) et quatre rondelles (13). Serrez les vis et les écrous de blocage à l'aide des deux outils multi-lames fournis.

**Hardware:**

	
(40) Hexagon Head Bolt	2 PCS
(15) Lock Nut	2 PCS
(13) Washer	4 PCS

Étape 7:

Faites glisser un étrier de talonnière (7) et une talonnière (31) sur une extrémité du cadre de serrage réglable (6) jusqu'à ce que la dent de blocage soit coincée dans la fente du cadre de serrage réglable (6), comme indiqué sur les figures A et B. Procédez de la même manière pour fixer l'autre étrier de la talonnière (7) et la talonnière (31) à l'autre extrémité du cadre de serrage réglable (6). Retirez l'embout carré (41) à l'arrière du support carré de la bras réglable (3). Retirez le petit bouton à ressort (17), puis insérez complètement le cadre de serrage réglable (6) dans le support carré. La surface avec les trous doit être orientée vers le petit bouton à ressort (17). Poussez légèrement le cadre de serrage réglable (6) d'avant en arrière jusqu'à ce que le petit bouton à ressort (17) „saute” en position verrouillée.

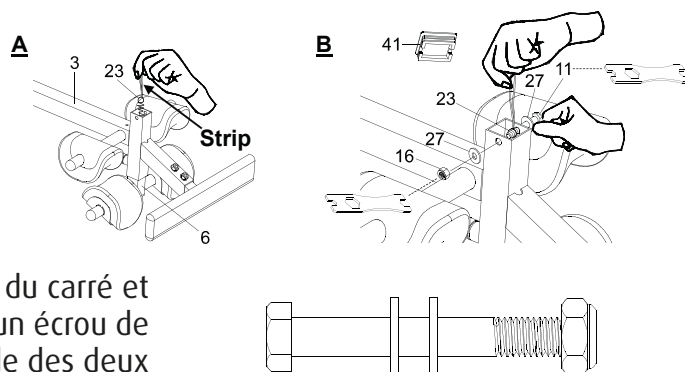


Note: Pour faire glisser le cadre de serrage réglable (6) dans le cadre carré, vous devez d'abord retirer le petit bouton à ressort (17).

Étape 7.1:

A. Tirer la courroie sur l'anneau du ressort (23) pour aligner l'anneau et les trous sur le support.

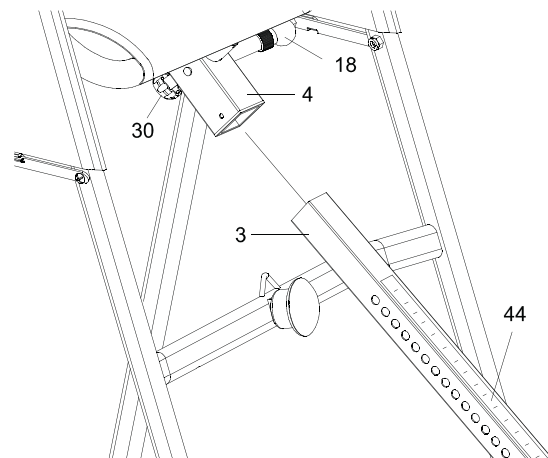
B. Insérez la boulon à tête hexagonale (11) avec une rondelle (27) à mi-chemin dans le carré, faites passer la vis à tête hexagonale (11) à travers l'anneau à l'extrémité inférieure du ressort (23), faites passer la vis à tête hexagonale (11) à travers le reste du carré et fixez-la à l'autre extrémité avec une rondelle (27) et un écrou de blocage (16). Serrez la vis et l'écrou de blocage à l'aide des deux outils multi-lames fournis. Fixez l'embout carré (41) à l'arrière du support carré de la bras réglable (3) qui a été retiré.



(11) Hexagon Head Bolt	1 PC
(16) Lock Nut	1 PC
(27) Washer	2 PCS

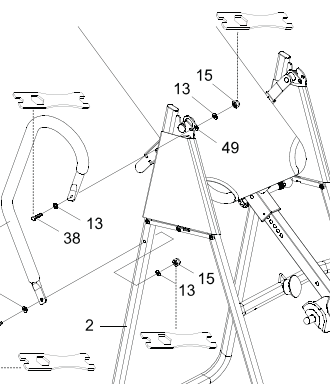
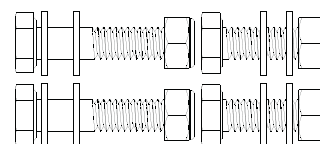
Étape 8

Desserrez le bouton (30). Tirez sur le gros bouton à ressort (18) et insérez la bras réglable (3) comme illustré dans la fixation carrée sur la face inférieure du cadre de lit (4). Faites glisser le bras réglable (3) à la hauteur souhaitée. Desserrez le gros bouton à ressort (18) et assurez-vous qu'il „s'enclenche” dans le trou. Serrez le bouton (30) pour plus de sécurité.



Étape 9

Fixez l'extrémité supérieure du guidon (29) au cadre en U arrière (2) et à l'anneau du bras pivotant (49) à l'aide d'un boulon à tête hexagonale (38), d'un écrou de blocage (15) et de deux rondelles (13). Fixez l'extrémité inférieure du guidon (29) au cadre en U arrière (2) à l'aide d'une vis à tête hexagonale (43), d'un écrou de blocage (15) et de deux rondelles (13). Serrez la vis et l'écrou de blocage à l'aide des deux outils multi-lames fournis. Répétez les étapes ci-dessus pour fixer l'autre guidon (29) au cadre en U arrière (2) et à l'anneau du bras pivotant (49).

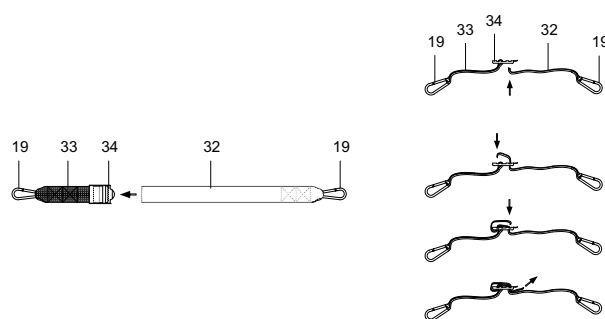
**Hardware:**

(38) Hexagon Head Bolt 2 PCS

(43) Hexagon Head Bolt 2 PCS

(15) Lock Nut 4 PCS

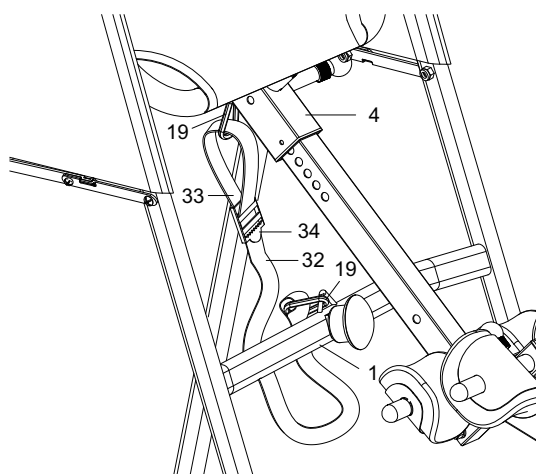
(13) Washer 8 PCS

**Étape 10:**

Fixez la sangle en nylon (32) à la boucle de ceinture (34) en faisant passer l'extrémité de la sangle en nylon (32) vers le haut à travers le fond de la boucle de ceinture (34), en faisant passer la sangle en nylon (32) par-dessus la sangle à boucle prémontée (33) et vers le bas à travers la boucle de ceinture (34). Passez maintenant la courroie en nylon en boucle sur elle-même en arrière à travers la boucle de ceinture (34) et serrez pour la fixer.

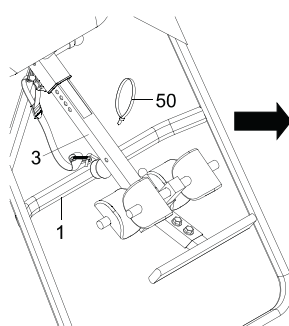
Étape 11:

Fixez les sangles en nylon et à boucles (32, 33) à la table d'inversion en accrochant l'extrémité de la sangle en nylon (32) à la boucle prémontée à l'arrière du cadre en U avant (1) (voir illustration). Accrochez ensuite l'autre extrémité de la sangle à boucles (33) à l'autre boucle prémontée sur le cadre de lit (4) (voir illustration).

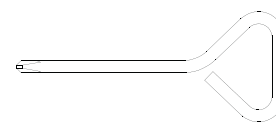


Rangement sans démontage:

Lorsque la table d'inversion n'est pas utilisée, elle doit être verrouillée à l'aide du collier de serrage (50) afin d'éviter toute utilisation sans surveillance. Desserrez la vis du collier de serrage (50) à l'aide d'un tournevis cruciforme pour déverrouiller le collier de serrage (50). Utilisez ensuite le collier de serrage (50) pour relier le bras réglable (3) et le cadre en U avant (1) comme indiqué sur la figure ci-dessus. Serrez la vis pour qu'elle ne puisse pas se desserrer.



Tool:



Phillips Screwdriver

1 PC

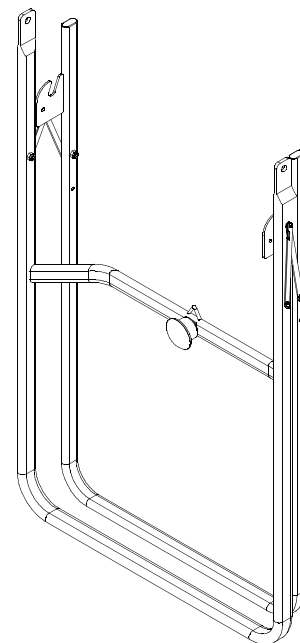
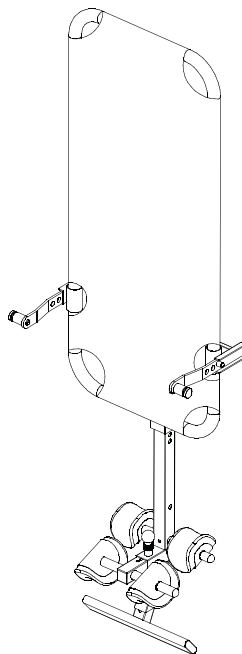
Rangement avec démontage:

Poussez d'abord le bras réglable (3) complètement vers l'arrière dans le cadre. Pour cela, desserrez le verrouillage à l'aide du bouton (30). Lorsque le réglage le plus en arrière est atteint, faites glisser légèrement le bouton à ressort d'avant en arrière pour l'enclencher dans la position suivante.

Retirez les sangles en nylon (32) si elles sont fixées. Pour ce faire, décrochez les crochets de sécurité (19) des œillets. Soulevez maintenant le plan de couchage, y compris les bras pivotants (5), de l'encoche du cadre de base et mettez-le de côté. Retirez les bras pivotants (5).

Repliez le cadre en poussant les traverses vers le haut, ce qui libère le verrouillage.

L'appareil peut maintenant être stocké et, si nécessaire, rapidement et facilement déplié et remonté.



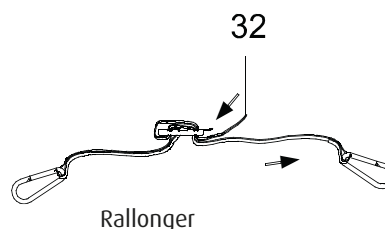
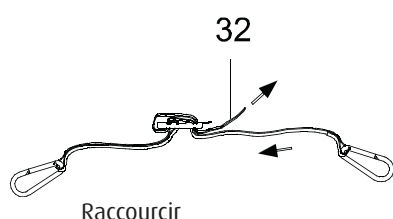
Note: Après l'utilisation, des mesures de nettoyage et éventuellement de désinfection peuvent être nécessaires (voir Entretien et hygiène).

Réglages

La sangle

Dans l'intérêt de votre sécurité le fabricant a ajouté une sangle en nylon pour régler et limiter le degré d'inversion. Pour augmenter ou diminuer le degré d'inversion il vous suffit de modifier la longueur de cette sangle.

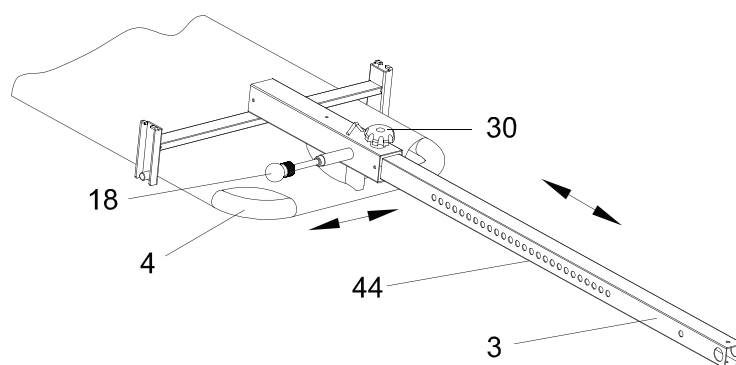
1. Pour la raccourcir : enfiler l'extrémité inférieure de la sangle dans la boucle et tirez sur l'extrémité supérieure.
2. Pour la rallonger : Enfiler l'extrémité supérieure dans la boucle et tirez sur l'extrémité inférieure.



Réglage de la barre centrale

La barre centrale (n°3 sur schéma étape 7) peut être réglée sur plusieurs positions en fonction de la taille de l'utilisateur. Desserrez la molette (30) et tirez la poignée (18) jusqu'à ce que vous puissiez faire coulisser la barre centrale vers le haut ou le bas. Une fois le réglage fixé au point désiré, lâchez la poignée et glissez la barre centrale jusqu'elle soit solidement enclenchée. Revisez ensuite la molette (30).

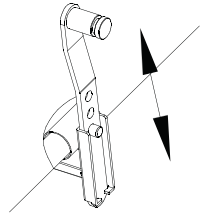
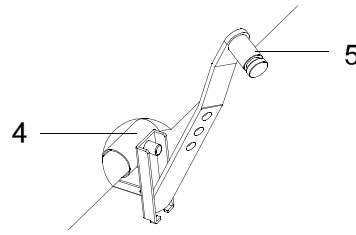
Conseil: Chaque individu ayant un centre de gravité différent, servez-vous de l'échelle graduée pour régler la barre centrale. Avant la première inversion, la graduation doit être réglée à votre taille moins 5 cm.



Les manettes d'inclinaison (5)

Les manettes d'inclinaison ont des trous pour régler le degré d'inversion. Afin de changer le réglage, basculez la manette jusqu'au point d'encrage et enclenchez le point d'encrage dans l'ouverture désirée.

- Le trou le plus bas offre le degré d'inversion le plus petit.
- Le trou le plus haut offre le degré d'inversion le plus grand.



Pour les débutants nous recommandons de commencer avec le premier trou. De cette façon vous pourrez vous familiariser avec la table.

! Les trous des deux manettes d'inclinaison doivent être enclenchés à la même hauteur. Régler à des niveaux différents, vous pourriez vous blesser ou la table pourrait être endommagée.

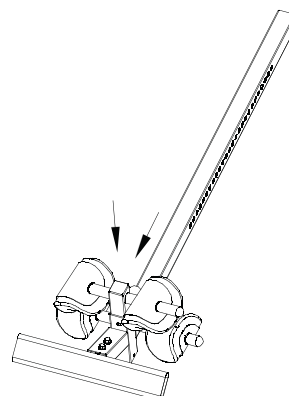
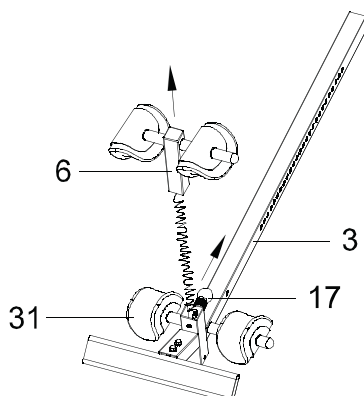
Les poignées

Pour un maximum de confort et sécurité, nous avons équipé la table d'inversion avec des poignées. Celles-ci se trouvent au bord supérieur du cadre arrière (2). Avec leur aide, il est plus facile de retourner à la position de départ. Si vous voulez retourner à la position debout, attrapez les poignées et tirez dessus jusqu'à ce que vous vous retrouviez à la position de départ.

! Le centre de gravité neutre est différent pour chaque personne. Pour cette raison, il est possible que la taille indiquée sur la graduation diffère de votre réglage idéal. Avant votre première inversion réglez la graduation à votre taille moins 5 cm minimum. Le réglage idéal est atteint si la table commence à basculer lorsque vous allongez les bras le long du corps (au dessous de la taille).

5. Mesures de précaution générales

1. Assurez-vous que les points d'encrage sont correctement enclenchés.
2. La présence d'une autre personne est recommandée pendant les premières utilisations.
3. La barre centrale doit être réglée à votre taille.
4. Assurez-vous que la barre centrale (3) soit bien maintenue par les vis de serrage (18) et la molette (30).
5. Vérifiez que le plateau central ait assez de place pour basculer complètement.
6. Assurez-vous que la table est sur une surface plane et non glissante.
7. Vérifiez que les chevillères soient bien attachées et que l'axe des chevillères soit correctement fixé à la table.

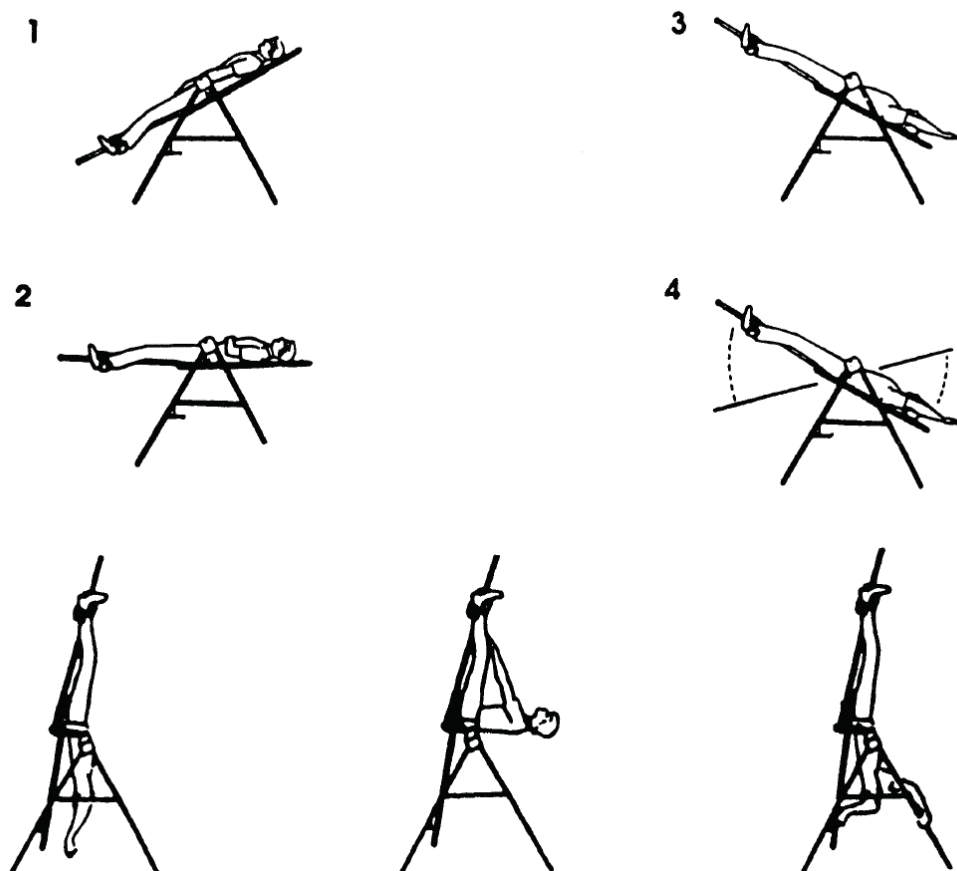


Utilisation de la table d'inversion

1. Tirez le petit bouchon (17) vers le haut et repoussez la fixation chevilles (6) jusqu'à ce que le bouchon s'enclenche dans le dernier trou.
2. Enfilez vos chevilles à l'intérieur des fixations (31) et posez les pieds au bout de la barre centrale.
3. Tirez le petit bouchon (17) jusqu'à ce que le support se desserre. Puis, glissez les fixations chevilles vers le bas jusqu'à ce qu'ils moulent et que la manette de fermeture soit correctement enclenchée.
4. Tenez vous bien droit et appuyez votre dos contre le plateau central. Puis, mettez les bras le long du corps.

Mécanisme d'équilibre de la table

1. Au début commencez avec une inversion de 15° à 20°. Restez dans cette position tant que vous vous sentez bien. Retournez lentement à la position de départ.
2. Augmentez l'angle progressivement, par fourchette de quelques degrés. Pendant une période de plusieurs semaines vous pouvez augmenter la durée d'inversion de 1 à 2 minutes à 10 minutes. Ne commencez à faire les exercices de stretching et de gymnastique que lorsque vous ressentez l'inversion comme agréable.
3. Observez votre corps : retournez doucement à la position de départ. Des vertiges signifient que vous êtes allé trop vite. N'utilisez pas la table après les repas. Si vous vous sentez mal retournez à la position debout.
4. Restez en mouvement. Du mouvement pendant l'inversion stimule la circulation du sang et de la lymphe. Bougez pendant la traction ou opérez des petits mouvements de rotation ou de balancement vers la gauche et la droite. Laissez pendre vos bras relâchés. Nous vous déconseillons de faire des exercices très physiques pendant l'inversion. Une inversion sans mouvement aucun ne doit pas durer plus de 1 à 2 minutes.
5. Pratiquez l'inversion régulièrement : Nous vous recommandons de faire deux à trois séances par jour selon votre forme. Essayez de faire ces séances à heure fixe.



6. Entretien & hygiène

Le produit peut être essuyé avec des produits de nettoyage et de désinfection courants. Utilisez pour cela un chiffon doux et aucun produit abrasif. N'utilisez pas de produits contenant du phénol ou de l'éther monoéthylique de diéthylène glycol.



Les opérations de désinfection doivent être effectuées exclusivement avec des désinfectants appropriés dont l'efficacité a été testée.



Éviter les désinfectants qui peuvent endommager les matériaux du produit.



Les instructions d'utilisation du fabricant de désinfectant doivent être respectées.

L'utilisation de préparations inappropriées ou dont l'efficacité n'a pas été testée, ou leur mauvaise application, annule le droit à la garantie.

7. Élimination & environnement

Produit

Le produit peut être jeté avec les ordures ménagères.

Emballage

Aucun type d'emballage particulier n'est utilisé. Les directives d'élimination en vigueur doivent être respectées.

8. Garantie

La garantie est régie par les dispositions légales.

Toute garantie est exclue si la marchandise livrée par SISSEL GmbH a été traitée, manipulée ou modifiée sans l'accord d'une autre partie ou si le mode d'emploi n'a pas été respecté.

A blank sheet of lined paper with horizontal dotted lines, resembling notebook paper, centered on a white background. The paper has rounded corners and a subtle drop shadow. The top of the page features a light gray horizontal bar, and the bottom features a solid red horizontal bar. The dotted lines are evenly spaced and run horizontally across the page.

1. Información general

Lea atentamente el siguiente manual de usuario y observe las instrucciones y advertencias de seguridad.

El banco de inversión SISSEL® Hang Up es un dispositivo de entrenamiento para la relajación de los músculos de la espalda, la regeneración y el entrenamiento de grupos musculares específicos. El producto sólo puede utilizarse de acuerdo con estas instrucciones de uso.

SISSEL GmbH no asume ninguna responsabilidad por el uso del producto fuera de las aplicaciones descritas en estas instrucciones de uso.

El manual de uso debe guardarse con cuidado y al alcance de la mano, y debe adjuntarse en caso de transmisión del producto.

Lo primero es lo primero:

El dispositivo está diseñado para fines privados o nacionales, no para uso profesional.

El dispositivo cumple los requisitos de DIN 957-2 Clase H. Gama de aplicaciones de la Clase H denota el uso doméstico. Dispositivos de entrenamiento de clase H no están diseñados para la instalación en áreas a las que se permite el acceso incontrolado.

El producto ha sido testado por DIN EN 957 para el peso máximo del usuario de 110 kg.

El fabricante garantiza que este producto está libre de defectos de materiales o funcionales susceptibles de ser utilizados para los fines previstos y montado y operado de acuerdo con las instrucciones de uso. La responsabilidad del fabricante bajo esta garantía se limita a la sustitución o la reparación gratuita de las piezas que exhiben defectos cuando se utiliza para los fines previstos.

La garantía no cubre los daños causados por la operación incorrecta, mal uso, reparaciones no autorizadas o la aplicación comercial.

2. Instrucciones de seguridad

- ! Compruebe el estado del producto antes de cada uso. Si está dañado, el funcionamiento del producto y la seguridad ya no están garantizados.
- ! No utilice el producto en áreas inmediatas a fuentes de calor (por ejemplo, radiadores, placas caliente, llamas abiertas, chisporroteos) y evite la luz solar directa.
- ! Mantenga el área de uso libre de objetos afilados o puntiagudos.
- ! Ejercer sólo en superficies secas, antideslizantes y rectas y no cerca de escaleras, barandillas, bordes, etc.
- ! Asegúrese de que hay suficiente espacio libre alrededor de la unidad cuando la instale.
- ! Entrene exclusivamente descalzo o utilice calcetines con fondo de goma (calcetines antideslizantes). No entrenes con zapatillas y asegúrate de llevar ropa deportiva adecuada.
- ! Tenga en cuenta que la altura mínima del usuario debe ser de 140 cm y la máxima de 198 cm.
- ! No supere el peso máximo del usuario de 110 kg.
- ! Elija un programa de entrenamiento que se adapte a su fuerza física y a su nivel de condición física y evite los ejercicios demasiado difíciles o los experimentos con mayor riesgo.
- ! Utilice únicamente los accesorios previstos por el fabricante.
- ! Utilizar en niños y adolescentes, durante el embarazo y en caso de dolencias existentes como mareos, problemas cardiovasculares, debilidad articular, dolor, etc., sólo bajo supervisión profesional y previa consulta médica.
- ! El producto y sus accesorios no son juguetes y deben mantenerse fuera del alcance de los niños. No permita que los niños jueguen con él. Peligro de estrangulamiento.
- ! No es apto para su uso en exteriores.
- ! Deje de hacer ejercicio si hay algún signo de debilidad, somnolencia, mareo o sensación de presión incómoda.
- ! Sólo se permite que una persona utilice la unidad a la vez.
- ! Antes de cada uso, compruebe que la unidad está en buen estado de funcionamiento, los tornillos, tuercas y pernos deben estar apretados.
- ! Nunca deje caer o introduzca un objeto en una abertura.

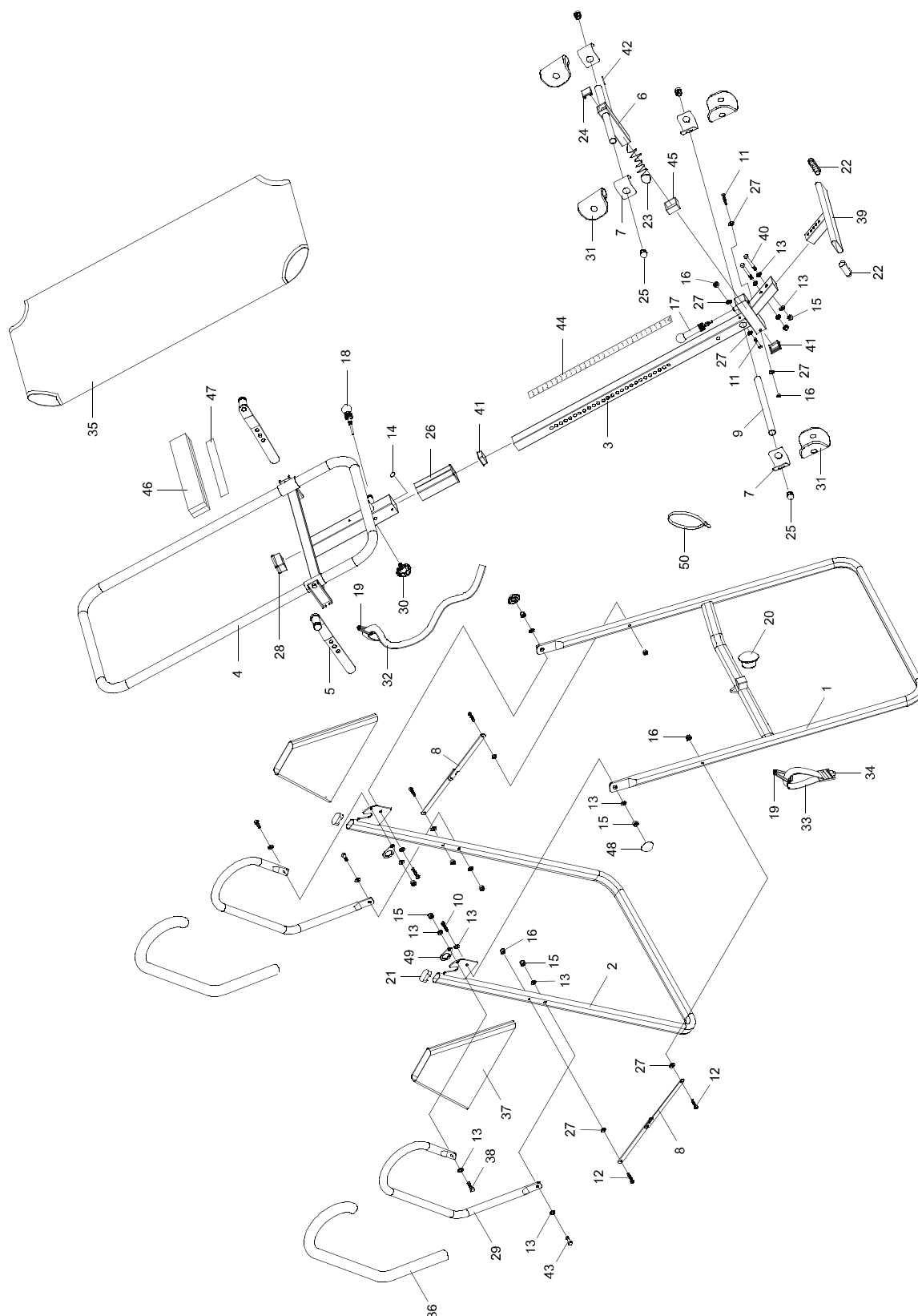
3. Información sobre el producto

Alcance de la entrega:

SISSEL® Hang Up

Consta de:

Despiece



No.	Piezas individuales	Cantidad
1	Marco delantero en U	1
2	Marco trasero en U	1
3	Voladizo	1
4	Marco de la cama	1
5	Brazo giratorio	2
6	Marco tensor	1
7	Soporte de retención del talón	4
8	Brazo plegable	2
9	Varilla	1
10	Tornillo hexagonal con casquillo hexagonal M8x23	2
11	Tornillo hexagonal M6x47	2
12	Tornillo Phillips con cabeza redonda plana M6x30	4
13	Arandela Ø20xØ8.5x1.5	16
14	Placa redonda	1
15	Tuerca de seguridad M8	8
16	Tuerca de seguridad M6	6
17	Pequeño botón de resorte	1
18	Botón grande del resorte	1
19	Gancho de seguridad	2
20	Almohadilla de goma	1
21	Tapa ovalada	2
22	Tapa del reposapiés	2
23	Resorte	1
24	Tapa final cuadrada para el marco tensor ajustable	1
25	Tapa redonda	4
26	Armazón de la cama inferior	1

27	Arandela Ø16xØ6.5x1.0	8
28	Armazón de la cama superior	1
29	Manillar	2
30	Botón	1
31	Retenedor del talón	4
32	Correa de nailon	1
33	Correa de bucle	1
34	Hebilla del cinturón	1
35	Cama de nailon	1
36	Asa de espuma	2
37	Cubierta protectora	2
38	Tornillo hexagonal M8x23	2
39	Barra de pies	1
40	Tornillo hexagonal M8x50	2
41	Tapa cuadrada	2
42	Bloqueo de resorte	1
43	Tornillo hexagonal M8x38	2
44	Escala de altura	1
45	Arbusto de plástico	1
46	Tapicería	1
47	Cinta adhesiva de doble cara	1
48	Tapa de tuerca Ø27xØ13.5	2
49	Anillo de brazo giratorio	2
50	Abrazadera de tubo	1

Accesorios

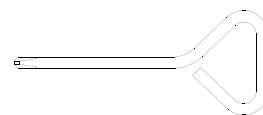
Herramienta multisección S-10-13-17 QTY 2
Destornillador Phillips

Datos técnicos

Peso máximo del usuario: 110 kg

Altura mínima del usuario: 140 cm

Altura máxima del usuario: 198 cm



Uso previsto

⚠ Riesgo de lesiones. Utilice el producto sólo después de consultar previamente con un médico si tiene algún problema de salud, especialmente las siguientes enfermedades y síntomas: Hernia inguinal, glaucoma, desprendimientos de retina, enfermedades oculares, osteoporosis, fracturas óseas (recién curadas), huesos que contienen implantes, enfermedades del oído interno, tendencia a las hemorragias en la cabeza, lesiones de la columna vertebral, esclerosis cerebral, derrame cerebral, Trastornos cardiovasculares, presión arterial alta (hipertensión), hernia de hiato o hernia ventral, uso de anticoagulantes (heparina), inflamación de las articulaciones, embarazo, uso de anticoagulantes, incluida la aspirina, en dosis elevadas y obesidad grave.

⚠ Utilice el aparato sólo si puede asegurar la correcta realización del ejercicio.

⚠ Riesgo de lesiones. Antes de cada uso, asegúrese de que el pasador de bloqueo del tobillo esté completamente encajado.



Correct:
Locking pin
fully engaged.



Incorrect:
Locking pin not
fully engaged.

Suba lentamente al banco de inversión SISSEL® Hang Up y fije firmemente las abrazaderas de los tobillos delanteros y traseros a sus tobillos. Comienza el ejercicio.

⚠ Riesgo de lesiones. Si las abrazaderas de los tobillos delanteras y traseras no están firmemente sujetas a sus tobillos, puede caerse cuando el banco de inversión SISSEL® Hang up se vuelque.

Sujétese siempre a las asas de seguridad durante el ejercicio y retroceda lentamente si se cae.

⚠ Riesgo de lesiones. La no utilización de las asas de seguridad puede provocar graves lesiones físicas.

⚠ Riesgo de lesiones. Mantenga las partes del cuerpo, el pelo, la ropa suelta y las joyas alejadas de todas las piezas móviles.

Sentirse mareado después de una sesión significa que se ha subido demasiado rápido. Espere un rato después de comer antes de utilizar el banco de inversión SISSEL® Hang Up.



Riesgo de lesiones. Detenga el ejercicio inmediatamente si siente náuseas o tan pronto como se sienta mal.

4. Instalación & puesta en marcha

Compruebe que el embalaje y el producto no presentan daños en el momento de la entrega.

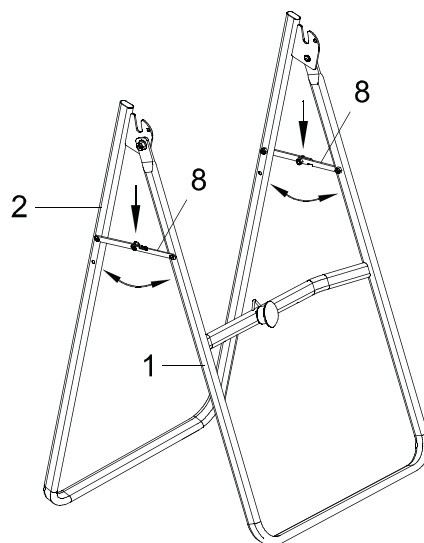


No utilice nunca un producto dañado.

Paso 1

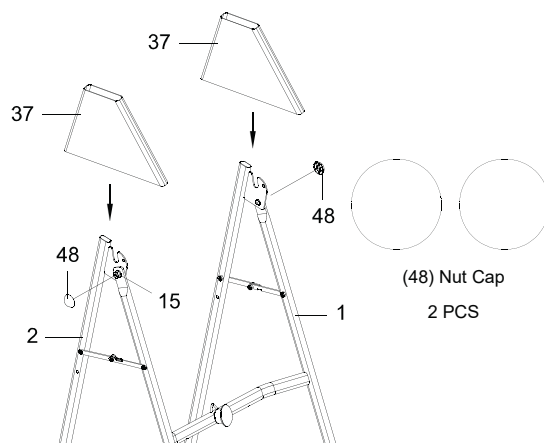
Coloque la base del banco de inversión SISSEL® Hang Up separando los marcos en U delantero y trasero (1, 2). Separe al máximo los marcos en U delantero y trasero (1, 2). A continuación, presione hacia abajo el centro de los dos brazos plegables (8) hasta que queden totalmente encajados.

Nota: El producto pesa más de 20 kg y debe ser montado por dos o más personas y transportado por dos o más personas.



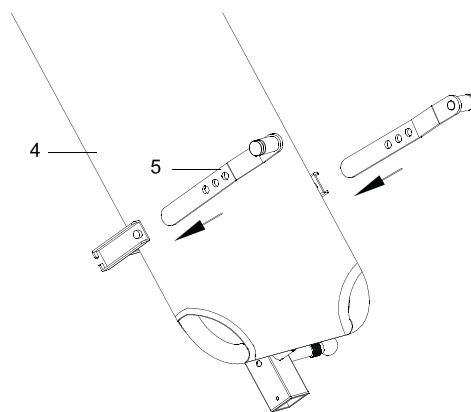
Paso 2

Coloque las dos tapas de tuerca (48) en las tuercas de seguridad (15). Deslice una cubierta protectora (37) en cada lado de la base, como se muestra, y tire de las cubiertas protectoras (37) hacia abajo hasta que la parte inferior de las cubiertas esté ligeramente más baja que los brazos plegables (8). Utilice los cierres de velcro de la parte inferior de las cubiertas protectoras (37) para fijar las cubiertas a los brazos plegables (8). Cuando las cubiertas están correctamente montadas, los brazos plegables (8) deben estar completamente cubiertos por la cubierta protectora (37).



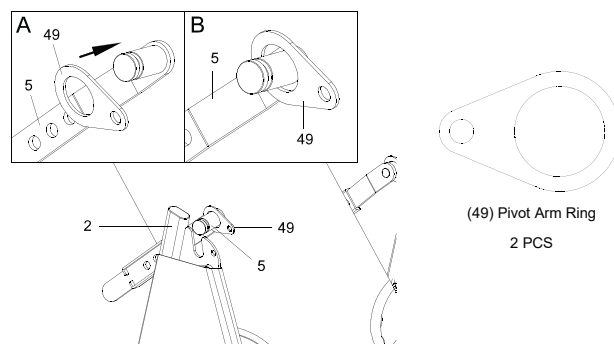
Paso 3

Deslice la parte inferior de los brazos giratorios (5) en los soportes situados a cada lado del marco de la cama (4) y alinee el orificio deseado del brazo con la clavija del soporte. Introduzca la clavija en el agujero para bloquear los brazos giratorios (5). Se recomienda utilizar el orificio inferior de los brazos giratorios (5) hasta que esté más familiarizado con la unidad.

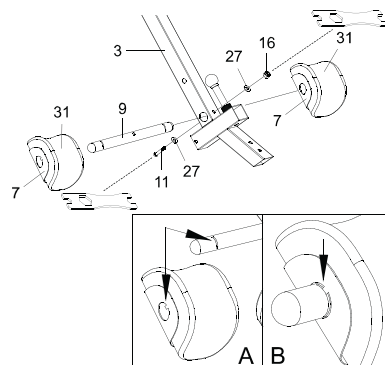


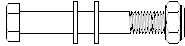
Paso 4

Monte los anillos del brazo giratorio (49) en los brazos giratorios (5). Monte el marco de la cama (4) en el marco en U trasero (2) introduciendo los extremos de los brazos giratorios (5) en los canales de los paneles. La parte ranurada de los rodillos en el extremo de los brazos giratorios (5) debe introducirse en los canales de los paneles.

**Paso 5**

Introduzca la varilla (9) a través del orificio redondo grande en el lado del voladizo ajustable (3) y fije la varilla (9) al estabilizador ajustable (3) con un tornillo hexagonal (11), una tuerca de seguridad (16) y dos arandelas (27). Deslice un soporte de retención del talón (7) y un retenedor del talón (31) en un extremo de la varilla (9) hasta que el diente de bloqueo quede sujeto en la ranura de la varilla (9), como se muestra en las figuras A y B. Siga el mismo procedimiento para fijar el otro soporte de retención del talón (7) y el retenedor del talón (31) en el otro extremo de la varilla (9). Apriete el tornillo y la tuerca de seguridad con las dos llaves hexagonales suministradas.

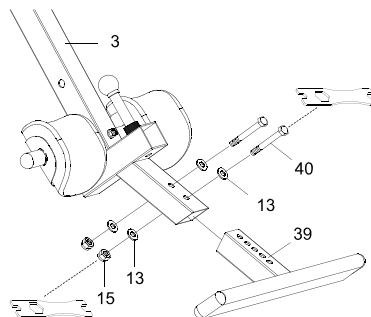
**Hardware:**

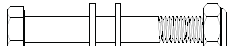
	
(11) Hexagon Head Bolt	1 PC
(16) Lock Nut	1 PC
(27) Washer	2 PCS

Nota: Asegúrese de que los dientes de bloqueo están encajados en las ranuras de la barra (9) para bloquear los soportes de retención del talón (7) y los retenedores del talón (31) antes de su uso.

Paso 6

Deslice la barra de pies (39) en la parte inferior de el voladizo ajustable (3) y alinee dos de los agujeros de la barra de pies (39) con dos agujeros de el voladizo ajustable (3). Fije la barra de pies (39) con dos tornillos hexagonales (40), dos tuercas de seguridad (15) y cuatro arandelas (13). Apriete los tornillos y las tuercas de seguridad con las dos herramientas multitáctiles suministradas.

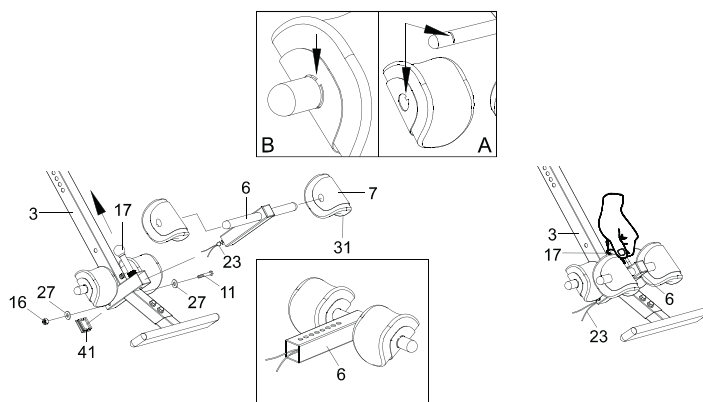
**Hardware:**

	
(40) Hexagon Head Bolt	2 PCS
(15) Lock Nut	2 PCS
(13) Washer	4 PCS

Paso 7:

Deslice un soporte de retención del talón (7) y un retenedor del talón (31) en un extremo del marco tensor ajustable (6) hasta que el diente del trinquete quede sujeto en la ranura del marco tensor ajustable (6), como se muestra en las figuras A y B. Siga el mismo procedimiento para fijar el otro soporte de retención del talón (7) y el retenedor del talón (31) al otro extremo del marco tensor ajustable (6). Retire la tapa cuadrada (41) de la parte posterior del soporte cuadrado de el voladizo ajustable (3). Extraiga el pequeño botón de resorte (17) y, a continuación, introduzca completamente el marco tensor ajustable (6) en el soporte cuadrado.

La superficie con los agujeros debe apuntar en la dirección del pequeño botón de resorte (17). Empuje el marco tensor ajustable (6) ligeramente hacia adelante y hacia atrás hasta que el pequeño botón de resorte (17) „salte“ a la posición de bloqueo.

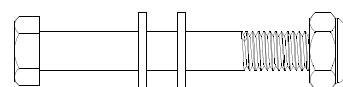
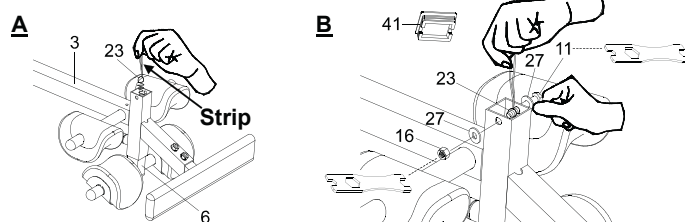


Nota: Para deslizar el marco tensor ajustable (6) en el marco cuadrado, primero debe sacar el pequeño botón de resorte (17).

Paso 7.1:

A. Tire de la correa del anillo del resorte (23) para alinear el anillo y los agujeros del soporte.

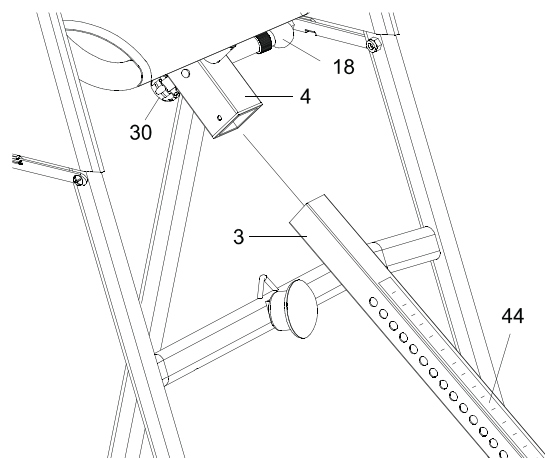
B. Introduzca el tornillo hexagonal (11) con una arandela (27) hasta la mitad del cuadrado, empuje el tornillo hexagonal (11) a través del anillo en la parte inferior del resorte (23), empuje el tornillo hexagonal (11) a través del resto del cuadrado y asegúrelo en el otro extremo con una arandela (27) y una tuerca de seguridad (16). Apriete el tornillo y la tuerca de seguridad con las dos herramientas multisección suministradas. Coloque la tapa cuadrada (41) en la parte posterior del soporte cuadrado del voladizo ajustable (3) que se retiró.



(11) Hexagon Head Bolt	1 PC
(16) Lock Nut	1 PC
(27) Washer	2 PCS

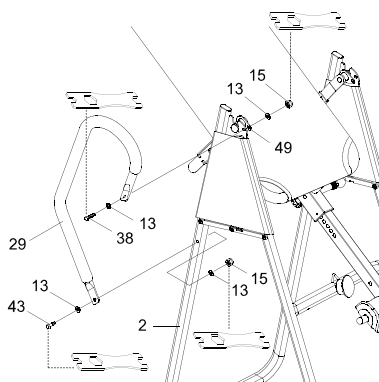
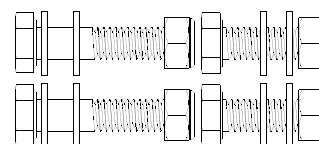
Paso 8

Afloje el botón (30). Tire del botón grande del resorte (18) y deslice el voladizo de extensión ajustable (3) en el soporte cuadrado de la parte inferior del marco de la cama (4), como se muestra. Deslice el brazo extensible ajustable (3) hasta la altura deseada. Afloje el pomo grande del muelle (18) y asegúrese de que „encaja“ en el agujero. Apriete el botón (30) para mayor seguridad.



Paso 9

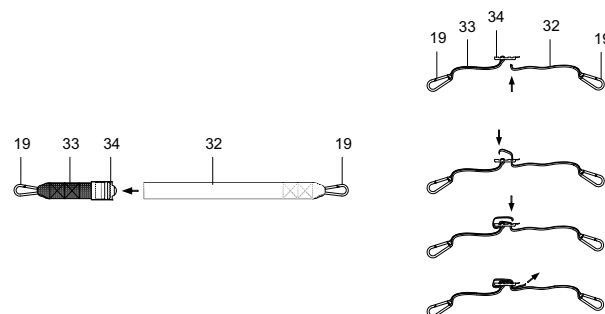
Fije el extremo superior del manillar (29) al marco trasero en U (2) y al anillo de brazo giratorio (49) con un tornillo hexagonal (38), una tuerca de seguridad (15) y dos arandelas (13). Fije el extremo inferior del manillar (29) al marco trasero en U (2) con un tornillo hexagonal (43), una tuerca de seguridad (15) y dos arandelas (13). Apriete el perno y la tuerca de seguridad con las dos Tuerca de seguridad suministradas. Repita los pasos anteriores para fijar el otro manillar (29) al marco trasero en U (2) y al anillo de brazo giratorio (49).

**Hardware:**

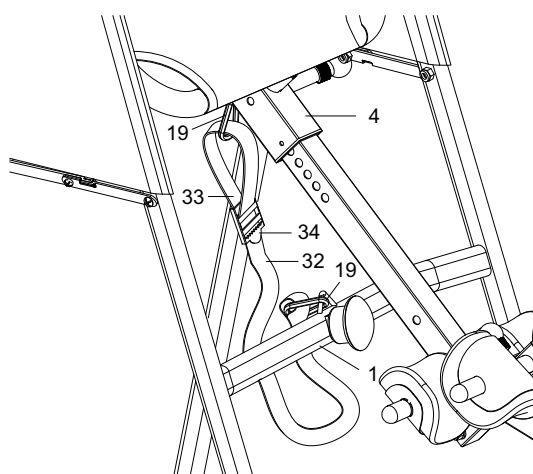
(38) Hexagon Head Bolt	2 PCS
(43) Hexagon Head Bolt	2 PCS
(15) Lock Nut	4 PCS
(13) Washer	8 PCS

Paso 10:

Fije la correa de nailon (32) a la hebilla del cinturón (34) pasando el extremo de la correa de nailon (32) por la parte inferior de la hebilla del cinturón (34), haciendo un bucle con la correa de nailon (32) sobre la correa de bucle premontada (33) y bajando por la hebilla del cinturón (34). Ahora pase la correa de nylon sobre sí misma a través de la hebilla del cinturón (34) y tire de ella para asegurarla.

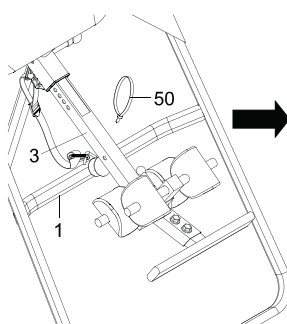
**Paso 11:**

Fije las correas de nailon y de bucle (32, 33) al banco de inversión enganchando el extremo de la correa de nailon (32) en el bucle premontado en la parte posterior del marco en U delantero (1) (véase la ilustración). Ahora enganche el otro extremo de la correa de bucle (33) en el otro bucle premontado en el marco de la cama (4) (véase la ilustración).

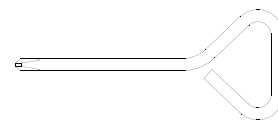


Almacenamiento sin desmontaje:

Cuando la mesa de inversión no está en uso, debe bloquearse con la abrazadera de tubo (50) para evitar su uso sin vigilancia. Utilice un destornillador Phillips para aflojar el tornillo de la abrazadera de la tubería (50) para desbloquearla. A continuación, utilice la abrazadera de tubo (50) para conectar el voladizo ajustable (3) y el marco en U delantero (1) como se muestra en la ilustración anterior. Apriete el tornillo para que no se pueda aflojar.



Tool:



Phillips Screwdriver

1 PC

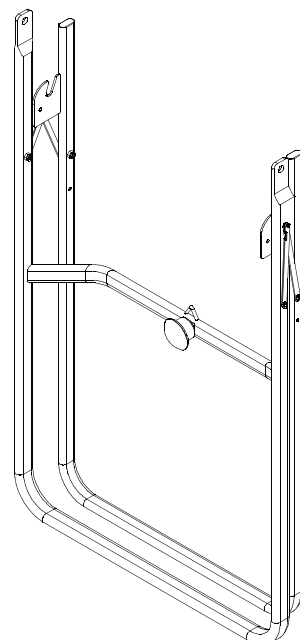
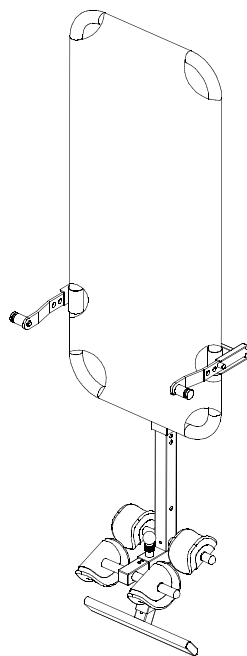
Almacenamiento con desmontaje:

En primer lugar, introduzca el voladizo de extensión (3) hasta el fondo en el bastidor. Para ello, libere el bloqueo con el botón (30). Cuando se alcance el ajuste más atrasado, deje que el botón del muelle se enganche en la siguiente posición empujándolo ligeramente hacia adelante y hacia atrás.

Retire las correas de nailon (32) si están fijadas. Para ello, suelte los ganchos de seguridad (19) de los ojales. Ahora levante el somier, incluidos los brazos giratorios (5), para sacarlo de la muesca del bastidor base y déjelo a un lado. Retire los brazos giratorios (5).

Doble el bastidor empujando los travesaños hacia arriba, liberando así el bloqueo.

Ahora la unidad puede guardarse y desplegarse y volverse a montar rápida y fácilmente cuando se necesite.



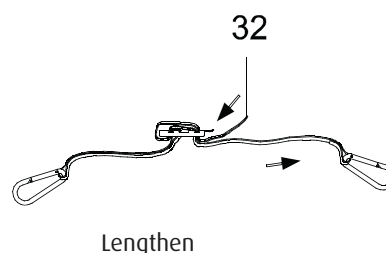
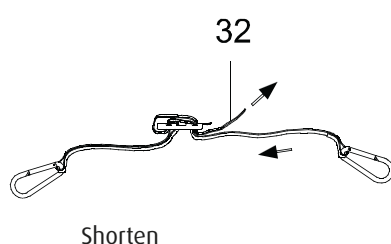
Nota: Después de su uso, puede ser necesario realizar una limpieza y, eventualmente, una desinfección (ver Cuidados e Higiene).

Funcionamiento y reglas

La correa

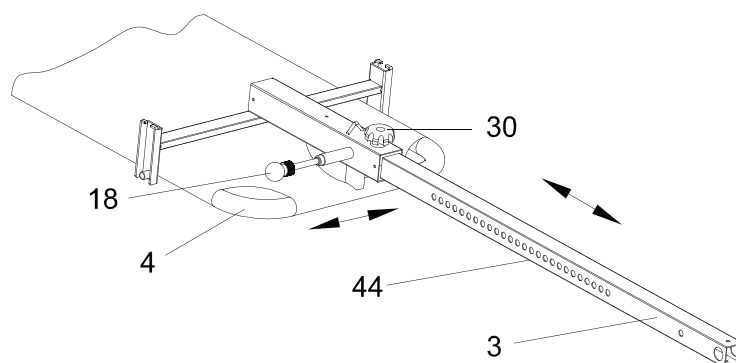
En aras de la seguridad, la correa de nylon para controlar y limitar el gradiente de la inversión está encerrada. Esta correa se puede ajustar a distintas longitudes, lo que permite un mayor o menor gradiente de inversión.

1. Para acortar la correa, pase el extremo inferior en la hebilla de la correa y tire en el extremo superior.
2. Para alargar la correa (32), el hilo en el extremo superior de la hebilla de la correa y tire en el extremo inferior.



Ajuste del brazo

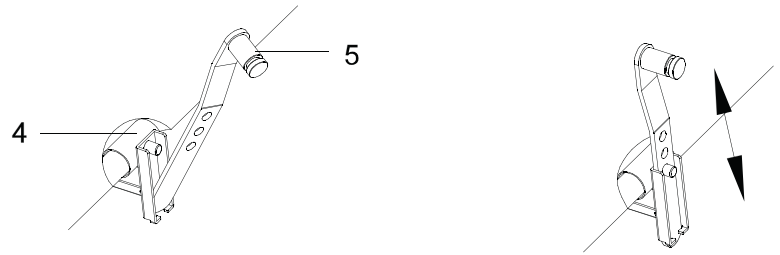
El brazo ajustable (3) se puede ajustar individualmente en varias posiciones en función de la longitud del cuerpo del usuario. Afloje el pomo (30) y extraiga el botón de muelle (18) hasta que pueda mover el brazo hacia arriba o hacia abajo. Ajuste la longitud deseada, suelte el botón de muelle y deslice el brazo hacia arriba o hacia abajo un poco hasta que se „encaje“ en la posición ajustada. Ahora vuelva a apretar el pomo (30).



TIP: Debido a que diferentes personas tienen diferentes centros de gravedad, la escala ofrece una recomendación de ajuste en la primera instancia. Antes del entrenamiento, por primera vez, ajuste la escala a un mínimo de 5 cm por debajo de la altura de su cuerpo, acercándose poco a poco, por la posición de que es ideal para usted.

El brazo pivotante con aberturas de montaje

Los brazos de pivote están equipados con varias aberturas de montaje. Estas aberturas se utilizan para establecer el gradiente de inversión. Para modificar la configuración, simplemente inclinar el brazo de pivote hacia arriba hasta que el pasador salga de su apertura. Ahora deslice el brazo de pivote en la posición que desee a continuación y empuje la abertura hacia atrás sobre el pasador.



- La apertura inferior ofrece el gradiente de inversión más pequeña.
- La apertura superior ofrece el mayor gradiente de inversión.

Se recomienda que los principiantes comiencen con la más baja apertura (la última o tercera apertura después del pin cuadrado) para que puedan acostumbrarse al dispositivo.

- ! Las aberturas de los dos brazos de pivote tienen que comprometerse a la misma altura. Involucrar a diferentes alturas puede dañar el dispositivo y causar lesiones.

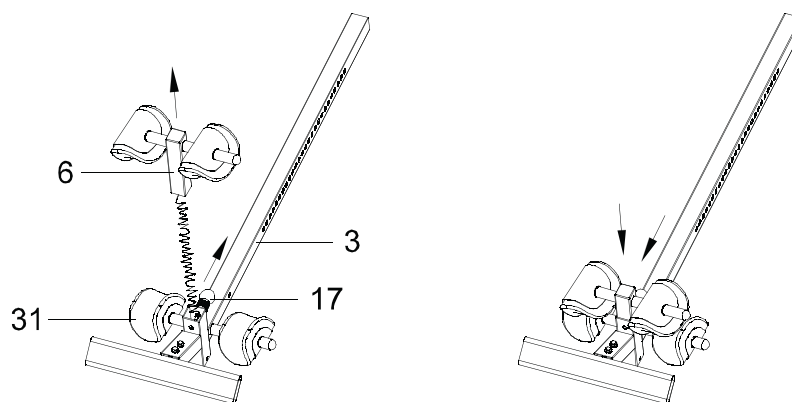
Las empuñaduras

Para aumentar la comodidad y la seguridad, la tabla de inversión ha sido equipada con asas. Estas empuñaduras se encuentran en el extremo superior del bastidor trasero (2). Ayudan a que regrese a la posición inicial vertical, sea cual sea el gradiente de inversión. Si desea volver a la posición vertical y la tabla se mueve demasiado lentamente o en absoluto, simplemente agarre y tire de las empuñaduras hasta que la tabla esté de nuevo en la posición inicial.

- ! El centro neutral de gravedad difiere de un individuo a otro. La altura del cuerpo mostrada en la escala puede variar con respecto a la configuración que es ideal para usted. Antes del entrenamiento, por primera vez, ajuste la escala a un mínimo de 5 cm por debajo de su altura conocida, al acercarse poco a poco, por la posición de que es ideal para usted. El ajuste de la longitud correcta se alcanza cuando la tabla vuelva a la posición inicial al mover su brazo hacia abajo y por debajo de su cintura.

5. Precauciones

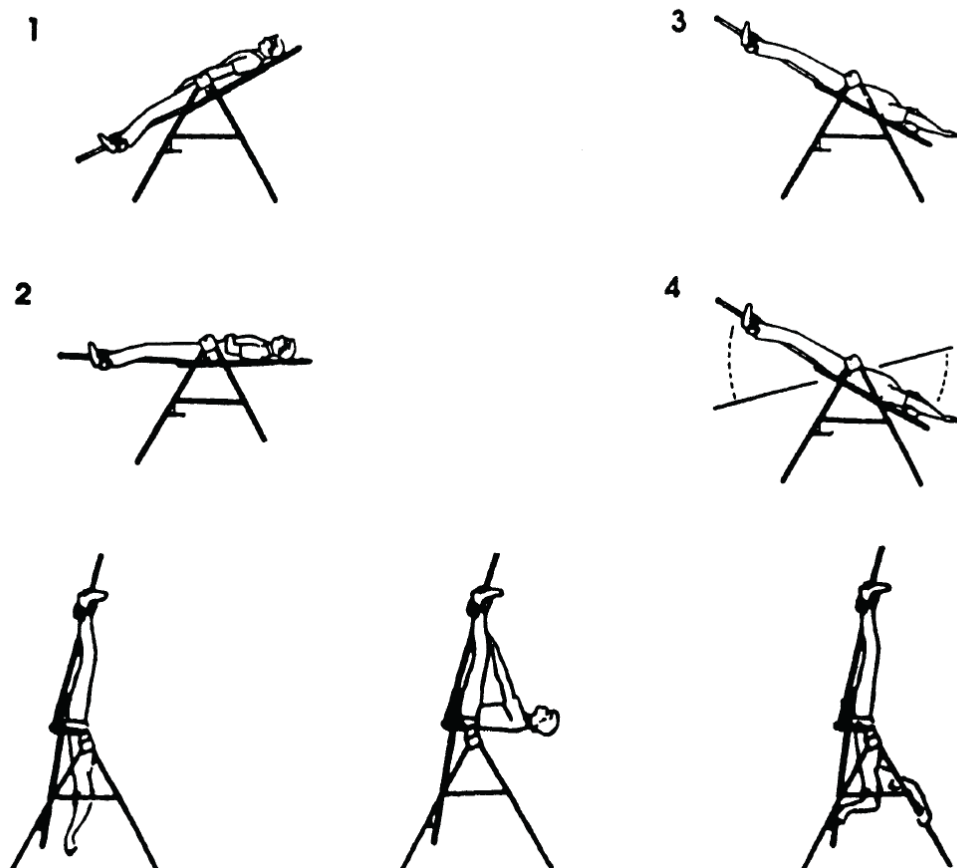
1. Asegúrese de que el perno del brazo de pivote se asienta correctamente en la muesca del bastidor base. Debe estar ubicado en la parte inferior de la muesca.
2. Una segunda persona debe estar presente cuando se utiliza el dispositivo para las primeras veces.
3. El brazo ajustable debe ajustarse correctamente a tu altura.
4. Asegúrese de que el brazo ajustable se mantiene de forma segura por ambos los botones grandes de primavera y por el mando (30).
5. Asegúrese de que haya suficiente espacio para la tabla de rotar completamente.
6. Asegúrese de que el dispositivo está de pie sobre una superficie lisa y sin deslizamiento.
7. Asegúrese de que los dispositivos de retención del talón tienen los pies bien colocadas y firmes y que el perno de resorte encaje correctamente. Si es necesario, deslice suavemente el retenedor en la próxima apertura. Evitar el exceso de presión en los pies.

**Utilizando la tabla de inversión:**

1. Tire del botón de muelle pequeño (17) hacia arriba y deslice el marco empeine ajustable (6) hasta que el botón de resorte encaje en la última posición (de apertura).
2. Deslice los tobillos entre los titulares de tacón de goma (31) y coloque los pies sobre la barra de pie atado al extremo del brazo ajustable.
3. Tire del botón pequeño resorte hacia arriba hasta que se suelte y deslice los retenedores de talón hacia abajo hasta que queden apretados contra sus pies (tobillos) y el botón de la primavera de encaje de forma perceptible (manantiales).
4. Enderece para arriba totalmente, yacía boca arriba sobre la mesa y mantenga sus manos a un lado o colocarlos en su regazo.

Recomendaciones del uso

1. Comience lentamente: Comience con una inversión de sólo 15 ° a 20 °. Permanezca en esta posición durante el tiempo que usted se sienta bien. Lentamente regrese a la posición inicial.
2. Progresar lentamente: Aumente el ángulo sólo cuando se sienta cómodo haciéndolo. Aumente el ángulo de unos pocos grados cada vez. Aumentar la duración de su uso por 1-2 minutos durante varias semanas hasta llegar a 10 minutos. Sólo se deben agregar estiramientos y movimientos gimnásticos simples cuando la tabla de inversión se siente cómodo.
3. Escuche a su cuerpo: Lentamente regrese a la posición inicial. Una sensación de vértigo significa movió demasiado rápido. No utilice el dispositivo inmediatamente después de una comida. No ignore una sensación de malestar. Tan pronto como usted se siente bien, volver a la posición inicial.
4. Mantenga en movimiento: Movimiento mientras invertida activa la sangre, la linfa y la circulación fluida y apoya la orientación de los huesos y los órganos. Mover en la tracción o realizar movimientos gimnásticos de luz. Trate inclinaciones laterales ligeras y movimientos de rotación a la derecha ya la izquierda. Deje que sus brazos cuelguen sueltos. No recomendamos ejercicios extenuantes mientras invertida. Limite inversión parcial sin movimiento a las sesiones de uno a dos minutos.
5. Utilice inversión regular: Recomendamos dos a tres sesiones por día, dependiendo de su condición. Trate de programar las sesiones durante el mismo tiempo.



6. Cuidado & higiene

El producto puede limpiarse con agentes de limpieza y desinfectantes disponibles en el mercado. Utilice un paño suave y sin agentes abrasivos. No utilizar agentes que contengan fenoles o éter monoetílico de dietilenglicol.



Las medidas de desinfección se llevarán a cabo exclusivamente con desinfectantes adecuados cuya eficacia haya sido probada.



Deben evitarse los desinfectantes que puedan dañar los materiales del producto.



Deben respetarse las instrucciones de aplicación del fabricante del desinfectante.

El uso de preparados inadecuados o que no hayan sido sometidos a pruebas de eficacia, o su uso incorrecto, invalidará el derecho a la garantía.

7. Eliminación & medio ambiente

Producto

El producto puede eliminarse con la basura doméstica.

Embalaje

No se utiliza ningún tipo de embalaje especial. Deben observarse las respectivas directrices válidas de eliminación.

8. Garantía

La garantía se rige por las disposiciones legales.

Queda excluida cualquier garantía si la mercancía suministrada por SISSEL GmbH ha sido procesada, tratada o modificada por terceros sin consentimiento o si no se han seguido las instrucciones de uso.

A blank sheet of lined paper with horizontal dotted lines, resembling notebook paper, centered on a white background. The paper has rounded corners and a subtle drop shadow. The top of the page features a light gray horizontal bar, and the bottom features an orange horizontal bar. The lined area consists of 20 horizontal dotted lines.

A blank sheet of lined paper with horizontal dotted lines, resembling notebook paper, centered on a white background. The paper has rounded corners and a subtle drop shadow. The top of the page features a light gray horizontal bar, and the bottom features an orange horizontal bar. The lined area consists of 20 horizontal dotted lines.

SISSEL GmbH, Bruchstrasse 48, 67098 Bad Dürkheim, Germany
Tel. +49(0)6322-9565-0, Fax +49(0)6322-9565-65, www.sissel.com

Druckfehler und Irrtümer vorbehalten. Farb-, Material- und Konstruktionsänderungen möglich.

Misprints and errors excepted. Colour, material and design changes possible.

Sous réserve de fautes d'impression et d'erreurs. Des modifications de couleurs, de matériaux et de construction sont possibles.

Salvo errores y erratas. Posibilidad de cambios de color, material y diseño.

BA11 V5 · SISSEL Hang up

