

Rebel

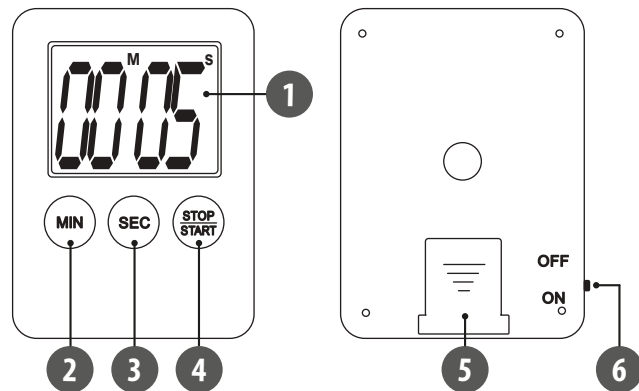
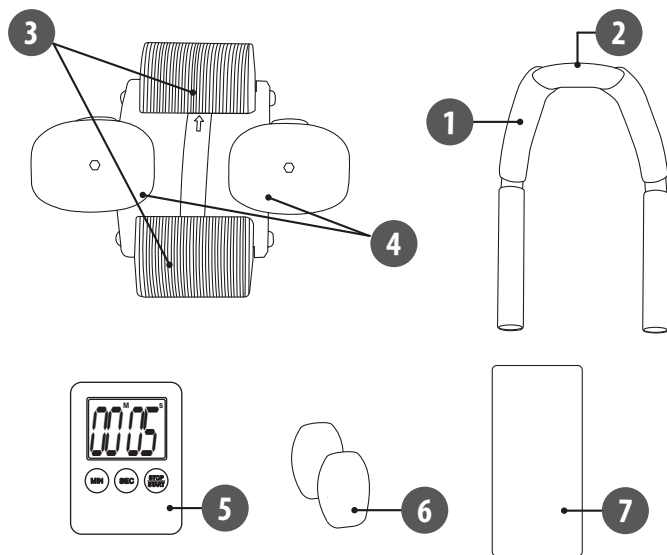
ACTIVE

**AB ROLLER
WITH TIMER**

OWNER'S
MANUAL

DE EN PL RO

model: RBA-3068-BL
RBA-3068-OR



	DE	EN	PL	RO
1	Halterung	Bracket	Rama	Suport
2	Timer-Halterung	Timer holder	Uchwyt na timer	Suport pentru temporizator
3	Räder	Wheels	Koła	Rotile
4	Ellbogenstütze	Elbow-rests	Podłokietniki	Suport pentru cot
5	Timer	Timer	Timer	Temporizator
6	Selbstklebende Ellbogenschützer	Elbow self-adhesive pads	Samoprzylepne podkładki na podłokietniki	Pernuțe autoadezive pentru cot
7	Kniematte	Kneeling mat	Mata pod kolana	Covorăș pentru genunchi

	DE	EN	PL	RO
1	LED Display	LED display	Wyświetlacz LED	Afișaj LED
2	Taste MIN	MIN button	Przycisk MIN	Buton MIN
3	Taste SEC	SEC button	Przycisk SEC	Buton SEC
4	Taste STOP/START	STOP/START button	Przycisk STOP/START	Buton STOP/START
5	Batteriefach	Battery compartment	Gniazdo baterii	Compartment baterii
6	EIN/AUS Schalter [ON/OFF]	ON/OFF switch	Włącznik	Comutator ON/OFF

SICHERHEITSANLEITUNGEN

Um die Gefahr von Beschädigungen, Feuer, Stromschlag oder anderen Verletzungen zu vermeiden, befolgen Sie die grundlegenden Sicherheitsvorkehrungen, einschließlich der folgenden:

- Überlasten Sie das Gerät nicht. Das maximale Benutzergewicht beträgt 150 kg.
- Das Gerät darf immer nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden.
- Stellen Sie vor der Verwendung sicher, dass das Gerät ordnungsgemäß zusammengebaut ist.
- Überprüfen Sie das Gerät vor jedem Gebrauch auf Anzeichen von Schäden. Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn es nicht ordnungsgemäß funktioniert oder Teile davon beschädigt sind.
- Das AB-Rad kann nur auf rutschfestem Untergrund verwendet werden.
- Halten Sie bei der Verwendung des Geräts einen Sicherheitsabstand von mindestens 3 Metern zu Kindern, Haustieren, Möbeln und anderen Gegenständen ein, um unnötige Unfälle zu vermeiden.
- Tragen Sie beim Training angemessene Kleidung. Tragen Sie keine lange, weite Kleidung, die sich im Gerät verfangen könnte. Wenn Sie lange Haare haben, binden Sie diese vorher zusammen, damit sie sich nicht im Gerät verfangen. Stellen Sie sicher, dass Ihre Schuhe eine rutschfeste Sohle haben.
- Führen Sie vor Beginn Ihres Trainings immer ein Aufwärmtraining durch.
- Überfordern Sie sich beim Training nicht und geben Ihrem Körper genügend Zeit, zu reagieren.
- Wenn Sie sich unwohl fühlen oder Schmerzen jeglicher Art verspüren, beenden Sie das Training sofort und wenden sich an Ihren Arzt. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen oder zum Tod führen.
- Dieses Gerät wird für Kinder nicht empfohlen. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

WARNUNG: Es wird empfohlen, vor Beginn des Trainings einen Arzt oder Gesundheitsexperten zu konsultieren, insbesondere wenn Sie 35 Jahre oder älter sind oder gesundheitliche Probleme haben. Der Hersteller ist nicht für daraus resultierende Verletzungen verantwortlich, wenn die folgenden Anweisungen nicht befolgt werden. Verwenden Sie dieses Gerät nur für den vorgesehenen Zweck, wie in dieser Bedienungsanleitung beschrieben.

Benutzen Sie das Gerät nur in der Richtung, die mit dem Pfeil auf dem Hauptgehäuse des Produkts gekennzeichnet ist. **Es ist strengstens verboten, das Gerät in der entgegengesetzten Richtung zu verwenden, da dies zu Schäden an den internen Komponenten führen kann.**

MONTAGE

1. Ziehen Sie das Trägerpapier von den Ellbogenschützern ab und legen die Ellbogenschützer auf die Ellbogenstützen.
2. Stecken Sie die Halterung in die Löcher unter den Ellbogenstützen im Hauptkörper, bis sie einrastet.
3. Drücken Sie den Timer fest in den Schlitz oben und hinten an der Halterung, bis er einrastet (Sie hören ein Klicken).

BATTERIEN EINLEGEN

1. Öffnen Sie den Deckel des Batteriefachs.
2. Setzen Sie 1 x LR1130 Batterie ein, unter Beachtung der korrekten Polarität (+/-).
3. Schließen Sie den Deckel.

TIMER BETRIEB

1. Stellen Sie den **EIN/AUS** Schalter an der Seite des Timers auf die Position **EIN [ON]**.
2. Drücken Sie die Taste **STOP/START**, um den Timer zu starten/stoppen.
3. Um den Countdown einzustellen, halten Sie die Taste **MIN** gedrückt, um die Minuten einzustellen, und halten Sie die Taste **SEC** gedrückt, um die Sekunden einzustellen. Die maximal einstellbare Zeit beträgt 99 Minuten und 59 Sekunden.
4. Wenn die Zeit eingestellt ist, drücken Sie die Taste **STOP/START**, um den Countdown zu starten.
5. Wenn der Countdown beendet ist, ertönt der Alarm. Es dauert 30 Sekunden und kann durch Drücken der Taste **STOP/START** gestoppt werden.
6. Um den Timer zurückzusetzen, drücken Sie gleichzeitig die Tasten **MIN** und **SEC**.
7. Um den Timer auszuschalten, stellen Sie den Schalter an der Seite auf die Position **AUS [OFF]**.

TECHNISCHE DATEN

Abmessungen: 40 x 27 x 22 cm
Radbreite: 10,4 cm
Raddurchmesser: 10,7 cm
Weiche Schaumstoffgriffe
Armspannweite: 27,5 cm
LED Display: 5,3 x 7 cm
Funktionen: Timer
Stromversorgung des LED Display: 1 x LR1130 Batterie
Gewichtskapazität: 150 kg
Matte im Set enthalten
Abmessungen der Matte: 17 x 34 x 0,5 mm
Material: PP
Mattenmaterial: EVA-Schaum
Gewicht: 1,5 kg



Deutsch
Korrekte Entsorgung dieses Produkts
(Elektromüll)



(Anzuwenden in den Ländern der Europäischen Union und anderen europäischen Ländern mit einem separaten Sammelsystem) Die Kennzeichnung auf dem Produkt bzw. auf der dazugehörigen Literatur gibt an, dass es nach seiner Lebensdauer nicht zusammen mit dem normalen Haushaltsmüll entsorgt werden darf. Entsorgen Sie dieses Gerät bitte getrennt von anderen Abfällen, um der Umwelt bzw. der menschlichen Gesundheit nicht durch unkontrollierte Müllbeseitigung zu schaden. Recyceln Sie das Gerät, um die nachhaltige Wiederverwertung von stofflichen Ressourcen zu fördern. Private Nutzer sollten den Händler, bei dem das Produkt gekauft wurde, oder die zuständigen Behörden kontaktieren, um in Erfahrung zu bringen, wie sie das Gerät auf umweltfreundliche Weise recyceln können. Gewerbliche Nutzer sollten sich an Ihren Lieferanten wenden und die Bedingungen des Verkaufsvertrags konsultieren. Dieses Produkt darf nicht zusammen mit anderem Gewerbemüll entsorgt werden.

Hergestellt in China für Lechpol Electronics Leszek Sp.k., ul. Garwolińska 1, 08-400 Miętne.
serwis@lechpol.pl

SAFETY INSTRUCTIONS

In order to reduce the injuries or damages, follow basic safety precautions, including the following:

- Do not overload the equipment. The maximum user weight is 150 kg.
- Only one person should use the equipment at a time.
- Before use make sure the equipment is properly assembled.
- Inspect the equipment for any damage signs before each use. Do not use the product if it is not working properly or if any of its part is damaged.
- The AB wheel can be used only on the antiskid ground.
- When using the equipment, provide a safe distance from children, pets, furniture and other objects of at least 3 meters to prevent unnecessary accidents.
- Wear appropriate clothing when exercising. Do not wear long, loose fitting clothing that may be caught in the equipment. If your hair is long tie it beforehand to avoid getting caught in the equipment. Make sure your shoes have antiskid sole.
- Always perform a warm-up before starting your workout.
- During exercising, do not over force yourself and give your body enough time to react.
- If you start to feel bad or experience any kind of pain, stop exercising immediately and consult your physician. Incorrect or excessive exercise may result in injury or death.
- This equipment is not recommended for children. Keep it out of the reach of children.

WARNING It is recommended to consult with a physician or health professional before starting your workout, especially for those who are 35 and above or who have health problems. The producer is not responsible for any resulting injury if the below instructions are not followed. Use this equipment only for its intended use as described in this User's manual.

Use the equipment only in the direction marked with the arrow on the product's main body. **It is strictly forbidden to use it in the opposite direction as it may cause damage to the internal components.**

ASSEMBLY

1. Peel the backing paper off the elbow pads and place the elbow pads on the elbow-rests.
2. Insert the bracket into the holes under the elbow-rests in the main body until it lock in place.
3. Push the timer into the slot at the top and back of the bracket firmly, until it locks in place (you will hear a click).

BATTERY INSTALLATION

1. Open the battery cover.
2. Insert 1 x LR1130 battery with correct polarization (+/-).
3. Close the cover.

TIMER OPERATION

1. Set the **ON/OFF** switch on the side of the timer to **ON** position.
2. Press the **STOP/START** button to start/stop timer.
3. To set countdown, keep pressing the **MIN** button to set minutes, keep pressing the **SEC** button to set seconds. The maximum time that can be set is 99 minutes 59 seconds.
4. When the time is set, press the **STOP/START** button to start countdown.
5. When countdown is finished, the alarm goes off. It lasts 30 seconds and it can be stopped by pressing the **STOP/START** button.
6. To reset the timer, press the **MIN** and **SEC** buttons simultaneously.
7. To turn off the timer, set the switch on the side to the **OFF** position.

SPECIFICATION

Dimensions: 40 x 27 x 22 cm
Wheel width: 10,4 cm
Wheel diameter: 10,7 cm
Soft foam grips
Arms span: 27,5 cm
LED display: 5,3 x 7 cm
Functions: timer
LED display power supply: 1 x LR1130 battery
Weight capacity: 150 kg
Mat included in set
Mat dimensions: 17 x 34 x 0,5 cm
Material: PP
Mat material: EVA foam with antislip surface
Weight: 1,5 kg



English
Correct Disposal of This Product
(Waste Electrical & Electronic Equipment)



(Applicable in the European Union and other European countries with separate collection systems) This marking shown on the product or its literature, indicates that it should not be disposed with other household wastes at the end of its working life. To prevent possible harm to the environment or human health from uncontrolled waste disposal, please separate this from other types of wastes and recycle it responsibly to promote the sustainable reuse of material resources. Household users should contact either the retailer where they purchased this product, or their local government office, for details of where and how they can take this item for environmentally safe recycling. Business users should contact their supplier and check the terms and conditions of the purchase contract. This product should not be mixed with other commercial wastes for disposal.

Made in China for Lechpol Electronics Leszek Sp.k., ul. Garwolińska 1, 08-400 Miętne.
serwis@lechpol.pl

KWESTIE BEZPIECZEŃSTWA

Aby uniknąć uszkodzeń lub obrażeń, należy przestrzegać podstawowych środków bezpieczeństwa, włączając te wyszczególnione poniżej:

- Nie należy przeciążać produktu. Maksymalna waga użytkownika wynosi 150 kg.
- Produkt jest przeznaczony do ćwiczeń dla jednej osoby.
- Przed użyciem, należy upewnić się, że produkt jest poprawnie złożony.
- Przed każdym użyciem należy sprawdzić, czy produkt nie posiada żadnych uszkodzeń. Nie należy używać produktu jeśli nie działa poprawnie lub posiada widoczne uszkodzenia.
- Produktu należy używać wyłącznie na antypoślizgowej powierzchni.
- Podczas używania produktu, należy zapewnić bezpieczną odległość co najmniej 3 metrów od dzieci, zwierząt, mebli oraz innych przedmiotów, aby zapobiec niepotrzebnym wypadkom.
- Ćwiczenia należy wykonywać w odpowiednim ubraniu sportowym. Ćwiczeń nie należy wykonywać w długich i luźnych ubraniach, które mogą zostać wciągnięte przez urządzenie. W przypadku posiadania długich włosów, należy je związać przed rozpoczęciem treningu, gdyż mogą zostać wciągnięte przez produkt. Należy upewnić się, że obuwiu do treningu posiada antypoślizgową podeszwę.
- Aby zapewnić bezpieczny trening oraz uniknąć kontuzji, przed rozpoczęciem ćwiczeń należy przeprowadzić rozgrzewkę.
- Podczas treningu nie należy się przeciążać i pozwolić ciału przyzwyczaić się do ćwiczenia.
- Jeśli podczas ćwiczeń pojawi się gorsze samopoczucie lub ból, należy przerwać trening i skonsultować się z lekarzem. Nieprawidłowe lub nadmierne ćwiczenia mogą doprowadzić do kontuzji lub śmierci.
- Produkt nie jest przeznaczony do użytku przez dzieci. Urządzenie należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci.

UWAGA Przed rozpoczęciem ćwiczeń zaleca się konsultację z lekarzem, w szczególności osobom powyżej 35 roku życia lub osobom z problemami zdrowotnymi. Producent urządzenia nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje spowodowane nieprzestrzeganiem niniejszej instrukcji. Z urządzenia należy korzystać tylko w sposób przedstawiony w niniejszej instrukcji.

Produktu należy używać w kierunku oznaczonym strzałką na korpusie. **Zabronione jest używanie go w przeciwnym kierunku, gdyż może to grozić uszkodzeniem elementów wewnętrznych.**

MONTAŻ

1. Należy odkleić papier i przykleić podkładki na podłokietniki.
2. Wsunąć oba końce ramy w otwory znajdujące się pod podłokietnikami i wcisnąć, aż rama zablokuje się w miejscu.
3. Wsunąć timer do wycięcia znajdującego się u szczytu z tyłu ramy i wcisnąć, aż zablokuje się w miejscu (słyszalne będzie kliknięcie).

INSTALACJA BATERII

1. Należy otworzyć pokrywę baterii.
2. Umieścić 1 x baterię LR1130 zgodnie z zaznaczoną polaryzacją.
3. Zamknąć pokrywę.

OBSŁUGA TIMERA

1. Należy ustawić włącznik znajdujący się z boku timera w pozycji **ON**.
2. Nacisnąć przycisk **STOP/START**, aby włączyć timer.
3. Aby ustawić odliczanie, należy nacisnąć przycisk **MIN**, aby ustawić minuty, nacisnąć przycisk **SEC**, aby ustawić sekundy. Maksymalny czas jaki można ustawić to 99 minut i 59 sekund.
4. Po ustawieniu czasu, należy nacisnąć przycisk **STOP/START**, aby uruchomić odliczanie.
5. W momencie zakończenia odliczania, rozlegnie się alarm. Alarm trwa 30 sekund i może zostać wyłączony wcześniej poprzez naciśnięcie przycisku **STOP/START**.
6. Aby zresetować timer, należy jednocześnie nacisnąć przyciski **MIN** oraz **SEC**.
7. Aby wyłączyć timer, należy ustawić włącznik w pozycji **OFF**.

SPECYFIKACJA

Wymiary: 40 x 27 x 22 cm
Szerokość kółka: 10,4 cm
Srednica kółka: 10,7 cm
Miękkie piankowe uchwyty
Rozstaw rąk: 27,5 cm
Wyświetlacz LED: 5,3 x 7 cm
Funkcje: timer
Zasilanie wyświetlacza LED: 1 x bateria LR1130
Maksymalne obciążenie: 150 kg
Mata dołączona do zestawu
Wymiary maty: 17 x 34 x 0,5 cm
Materiał: PP
Materiał maty: pianka EVA
Waga: 1,5 kg



Poland
Prawidłowe usuwanie produktu
(zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny)



Oznaczenie przekreślonego kosza umieszczone na produkcie lub w odnoszących się do niego tekstach wskazuje, że po upływie okresu użytkowania nie należy usuwać go z innymi odpadami pochodzącymi z gospodarstw domowych. Aby uniknąć szkodliwego wpływu na środowisko naturalne i zdrowie ludzi wskutek niekontrolowanego usuwania odpadów, prosimy o oddzielenie produktu od innego typu odpadów oraz odpowiedzialny recykling w celu promowania ponownego użycia zasobów materialnych, jako stałej praktyki. W celu uzyskania informacji na temat miejsca i sposobu bezpiecznego dla środowiska recyklingu tego produktu użytkownicy w gospodarstwach domowych powinni skontaktować się z punktem sprzedaży detalicznej, w którym dokonali zakupu produktu, lub z organem władz lokalnych. Użytkownicy w firmach powinni kontaktować się ze swoim dostawcą i sprawdzić warunki umowy zakupu. Produktu nie należy usuwać razem z innymi odpadami komunalnymi. Taki sprzęt podlega selektywnej zbiórce i recyklingowi. Zawarte w nim szkodliwe substancje mogą powodować zanieczyszczenie środowiska i stanowić zagrożenie dla życia i zdrowia ludzi.

Wyprodukowano w CHRL dla Lechpol Electronics Leszek Sp.k., ul. Garwolińska 1, 08-400 Miętno.
serwis@lechpol.pl

INSTRUCȚIUNI PRIVIND SIGURANȚA

Pentru a reduce accidentările sau deteriorările, respectați măsurile de siguranță de bază aplicate atunci, inclusiv următoarele:

- Nu supraîncărcați echipamentul. Greutatea maximă a utilizatorului este de 150 kg.
- Echipamentul trebuie utilizat de o singură persoană la un moment dat.
- Înainte de utilizare, asigurați-vă că echipamentul este asamblat corect.
- Verificați echipamentul pentru orice semne de deteriorare înainte de fiecare utilizare. Nu utilizați produsul dacă nu funcționează corect sau dacă vreuna dintre componentele sale este deteriorată.
- Roate AB poate fi utilizată doar pe teren antiderapant.
- Când utilizați echipamentul, asigurați o distanță sigură de cel puțin 3 metri față de copii, animale de companie, mobilier și alte obiecte pentru a preveni accidente.
- Purtați îmbrăcăminte adecvată în timpul exercițiilor fizice. Nu purtați haine lungi și largi, care s-ar putea prinde în echipament. Dacă aveți părul lung, legați-l în prealabil pentru a evita prinderea în echipament. Asigurați-vă că încălțăminte are talpă antiderapantă.
- Efectuați întotdeauna o încălzire înainte de a începe antrenamentul.
- În timpul exercițiilor fizice, nu va forțați excesiv și oferiți corpului suficient timp pentru a reacționa.
- Dacă începeți să vă simțiți rău sau săsimțiți orice fel de durere, opriți imediat exercițiile fizice și consultați un medic. Exercițiile fizice incorecte sau excesive pot duce la răniri sau deces.
- Acest echipament nu este recomandat pentru utilizare de către copii. Nu îl lăsați la îndemâna copiilor.

AVERTISMENT Se recomandă consultarea unui medic sau a unui profesionist din domeniul sănătății înainte de a începe antrenamentul, în special pentru persoanele cu vârsta de 35 de ani și peste sau care au probleme de sănătate. Producătorul nu este responsabil pentru nicio vătămare corporală rezultată dacă instrucțiunile de mai jos nu sunt respectate. Utilizați acest echipament doar în scopul prevăzut, așa cum este descris în acest manual de utilizare.

Utilizați echipamentul doar în direcția marcată cu săgeata de pe corpul principal al produsului. **Este strict interzisă utilizarea în direcția opusă, deoarece poate deteriora componentele interne.**

INSTALARE

1. Îndepărtați hârtia protectoare de pe cotiere și puneți cotierele pe suporturile pentru cot.
2. Introduceți suportul în orificiile de sub suporturile pentru cot din corpul principal până când se blochează în poziție.
3. Împingeți ferm temporizatorul în fanta din partea superioară și din spatele suportului, până când se blochează în poziție (veți auzi un click).

INSTALARE BATERIE

1. Deschideți capacul bateriei.
2. Introduceți 1 baterie LR1130 cu polaritatea corectă (+/-).
3. Închideți capacul.

FUNCȚIONARE TEMPORIZATOR

1. Setează comutatorul **ON/OFF** de pe lateralul temporizatorului în poziția **ON**.
2. Apăsăți butonul **START/STOP** pentru a porni/opri temporizatorul.
3. Pentru a seta numărătoarea inversă, apăsați continuu butonul **MIN** entru a seta minutele, apăsați continuu butonul **SEC** pentru a seta secunde. Timpul maxim care poate fi setat este de 99 de minute și 59 de secunde.
4. După setarea orei, apăsați butonul **START/STOP** pentru a începe numărătoarea inversă.
5. Când numărătoarea inversă se termină, alarma se declanșează. Durează 30 de secunde și poate fi oprită apăsând butonul **START/STOP**.
6. Pentru a reseta temporizatorul, apăsați simultan butoanele **MIN** și **SEC**.
7. Pentru a opri temporizatorul, setați comutatorul din lateral în poziția **OFF**.

SPECIFICAȚII

Dimensiuni: 40 x 27 x 22 cm
Lățime roată: 10,4 cm
Diametru roată: 10,7 cm
Mânere din spumă moale
Deschidere brațe: 27,5 cm
Afișaj LED: 5,3 x 7 cm
Funcții: temporizator
Alimentare afișaj LED: 1 x baterie LR1130
Greutate maximă: 150 kg
Covoraș inclus în set
Dimensiuni covoraș: 17 x 34 x 0,5 cm
Material: PP
Material covoraș: spumă EVA cu suprafață antiderapantă
Greutate: 1,5 kg



Romania
Reciclarea corectă a acestui produs
(reziduuri provenind din aparatură electrică și electronică)



Marcajale de pe acest produs sau menționate în instrucțiunile sale de folosire indică faptul că produsul nu trebuie aruncat împreună cu alte reziduuri din gospodărie atunci când nu mai este în stare de funcționare. Pentru a preveni posibile efecte dăunătoare asupra mediului înconjurător sau a sănătății oamenilor datorate evacuării necontrolate a reziduurilor, vă rugăm să separați acest produs de alte tipuri de reziduuri și să-l reciclați în mod responsabil pentru a promova refolosirea resurselor materiale. Utilizatorii casnici sunt rugați să ia legătura fie cu distribuitorul de la care au achiziționat acest produs, fie cu autoritățile locale, pentru a primi informații cu privire la locul și modul în care pot depozita acest produs în vederea reciclării sale ecologice. Utilizatorii instituționali sunt rugați să ia legătura cu furnizorul și să verifice condițiile stipulate în contractul de vânzare. Acest produs nu trebuie amestecat cu alte reziduuri de natură comercială. Este interzisă depozitarea deșeurilor de echipamente marcate cu simbolul unui coș de gunoi alături de alte deșeuri. Acest echipament este supus colectării și reciclării selective. Substanțele nocive pe care le conține pot provoca poluarea mediului și reprezintă o amenințare pentru sănătatea umană.

Distribuit de Lechpol Electronic SRL, Republicii nr. 5, Resita, CS, ROMANIA. office@lechpol.ro

Rebel
ACTIVE

www.rebelelectro.com