FR

Haltère réglable 12,5 kg x 2

- Merci d'avoir acheté notre produit.
- Veuillez lire attentivement ce guide avant votre utilisation et le conserver pour référence future.
- Les illustrations de ce manuel peuvent différer du produit réel. Autorité est le vrai produit.

1. Usage prévu

- Pour votre propre sécurité et santé, lisez attentivement ce manuel d'instructions avant de l'utiliser pour la première fois.

2. Instructions de sécurité



⚠ ATTENTION ! DANGER D'ÉTRANGLEMENT ET D'EMMÊLEMENT !

Éloignez toujours les enfants et les animaux de compagnie de l'haltera.
Ne laissez jamais d'enfants sans surveillance avec l'haltère – risque de blessure ! Ce produit ne doit être utilisé que par une seule personne à la fois.
Arrêtez immédiatement de faire de l'exercice si vous ne vous sentez pas bien ou ressentez des symptômes tels que des vertiges, des nausées ou une sensation d'oppression thoracique. Consultez immédiatement un médecin.
Vérifiez le produit pour détecter des dommages avant chaque utilisation. N'utilisez pas l'haltère si des pièces sont endommagées ou usées.
Vérifiez régulièrement le mécanisme de réglage.
Augmentez toujours le poids progressivement. Les débutants ne devraient s'entraîner qu'avec la supervision d'un entraîneur ou d'un thérapeute.
Ne laissez pas tomber l'haltère pour éviter les dommages ou les blessures. Ne démontez pas l'haltère ni n'utilisez de force, surtout lors de l'ajustement du poids.
Échauffez-vous suffisamment avant chaque séance.

⚠ IMPORTANT :

Consultez toujours votre médecin avant de commencer un programme d'exercice, surtout si vous souffrez déjà de maladies telles que des maladies cardiaques ou pulmonaires, de l'hypertension, des infections, de l'anémie, de l'ostéoporose, de l'arthrite ou des lésions musculaires ou des tissus mous.

3. Réglage du poids

L'haltère est réglable en 11 niveaux de poids.
Note : Les valeurs de poids indiquées sont approximatives et peuvent légèrement varier en raison des tolérances de fabrication.

kg	1.5	2.5	3.5	4.5	6	7	8	9	10.5	11.5	12.5
lb	3	5.5	8	10.5	13	15.5	18	20.5	23	25.5	28


Fig. 1


Fig. 2

1. Le réglage ne peut être effectué que lorsque l'haltère est posé sur la base. Placez correctement l'haltère sur la base (Fig. 1).
2. Réglez maintenant le poids désiré – assurez-vous que l'indicateur pointe correctement vers le poids désiré (Fig. 2) et que le poids sélectionné s'enclenche audiblement.
3. Retirez soigneusement l'haltère de la base et secouez-le légèrement pour vérifier que le poids est bien réglé et qu'aucune pièce ne se détache.
4. Si des pièces se détachent ou si l'haltère ne peut pas être ajusté correctement, procédez comme suit :

- Utilisez un tournevis pour appuyer sur le bouton à ressort (Fig. 3).
- Maintenant, réglez le poids le plus bas en tournant la poignée.
- Fais pareil de l'autre côté.

- Ensuite, assemblez toutes les pièces correctement – la pince métallique doit être orientée vers le centre de la base (voir Fig. 4).


Fig. 3


Fig. 4

4. Stockage et entretien

- Conserver dans un endroit sec et frais
- Protégez de l'humidité et du soleil direct
- Nettoyez l'haltère uniquement avec un chiffon humide.
- N'utilisez pas d'agents nettoyants agressifs.
- Séchez soigneusement le produit après le nettoyage.

5. Données techniques

EAN	4252023130684
Modèle	KM-HE-AD25
Matériel	Plastique (ABS), acier
Dimensions du produit par haltère (sans base)	39,7 x 17,5 x 16,5 cm
Dimensions du produit par haltère (avec base)	39,9 x 20,6 x 17 cm
Poids	je Hantel 12,5 kg
Couleur	Noir
Plage de poids	1,5–12,5 kg je Hantel
Réglage du poids	11 niveaux

6. Élimination

- Emballage :
- L'emballage est fabriqué en matériaux écologiques et recyclables. Éliminez-les conformément à la réglementation locale.
- Produit : Pour obtenir des informations sur l'élimination, contactez votre municipalité locale ou votre conseil municipal.

7. Contact

Téléphone : +44 (0) 208 068 5604
Mail: info@km-fit.co.de
L'adresse de remise se trouve dans l'empreinte :
https://www.km-fit.com

EXERCISES MANUALS

AREBOS GmbH
Industriestr. 24
97297 Waldbüttelbrunn,
Allemagne

Déclaration de conformité de l'UE

Nous, le	AREBOS GmbH Industriestr. 24 97297 Waldbüttelbrunn, Allemagne

déclarez en exclusivité que le produit suivant :

Marque	
Produit	Haltères réglables 12,5 kg - Ensemble de 2
Modèle produit	KM-HE-AD25
EAN	4252023130684

conforme à la législation pertinente sur l'harmonisation de l'Union européenne. (EC) N° 1907/2006 concernant REACH

L'objet de la déclaration décrit ci-dessus répond aux exigences pertinentes des directives européennes applicables.

L'évaluation a été réalisée sur la base des dispositions et normes juridiques suivantes :	Essais des métaux lourds et retardateurs de flamme Règlement (CE) n° 1907/2006 (REACH) Directive 2011/65/UE (RoHS) sur la restriction de l'utilisation de certaines substances dangereuses dans les équipements électriques et électroniques, y compris ses modifications Règlement (UE) 2015/863 modifiant l'annexe II de la directive 2011/65/UE (phtalates)
Autres normes et spécifications techniques appliquées :	N/A
Lieu et date de l'exposition :	Waldbüttelbrunn, 13.04.2026

Signature :

Dipl.-Inform. (Univ.) Korhan Canbolat, Directeur général