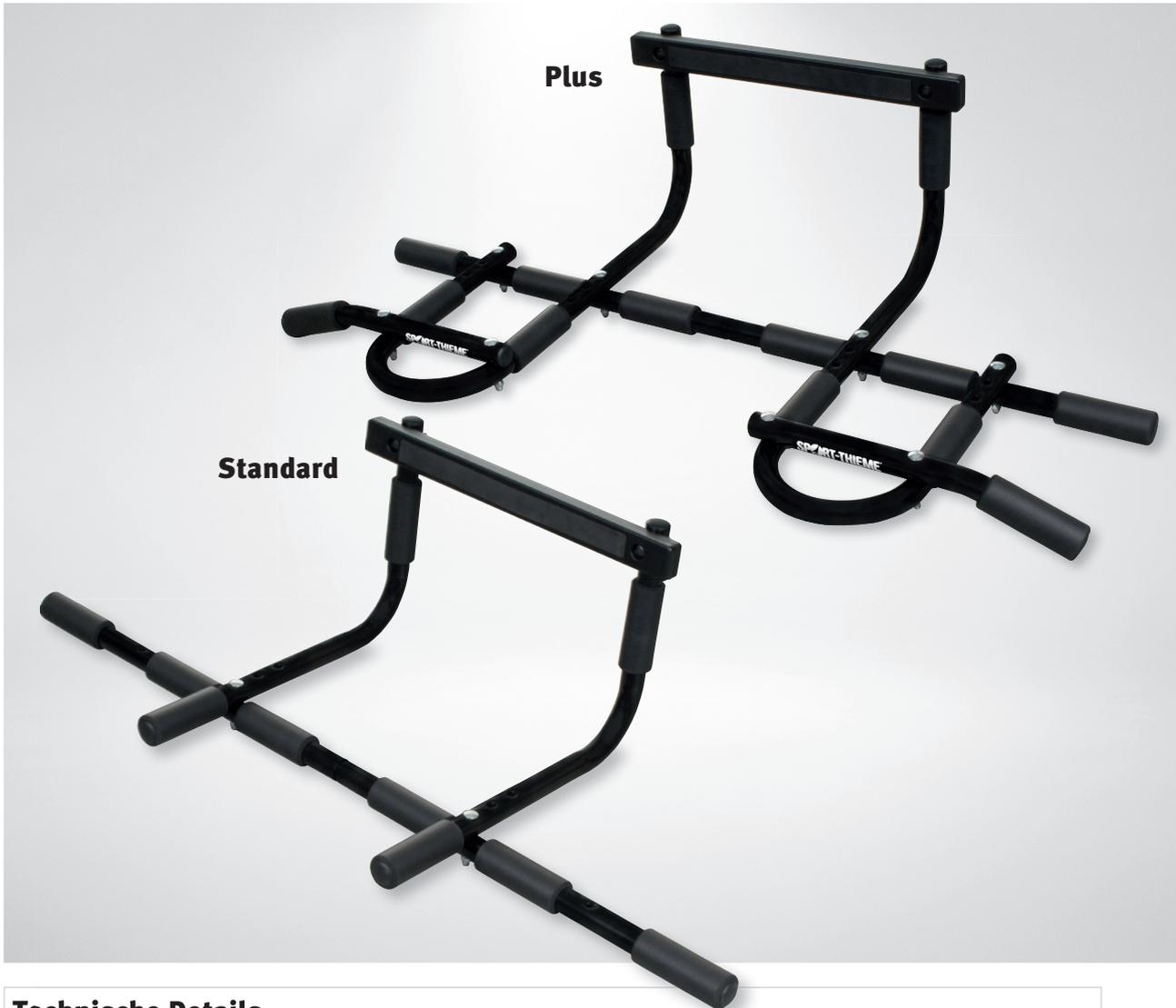


Sport-Thieme® Multifunktionales Türreck

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

Damit Sie viel Freude an diesem Gerät haben und die Sicherheit gewährleistet ist, sollten Sie diese Anleitung zunächst vollständig durchlesen, bevor Sie mit der Montage beginnen. Für Fragen und Wünsche stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



Technische Details

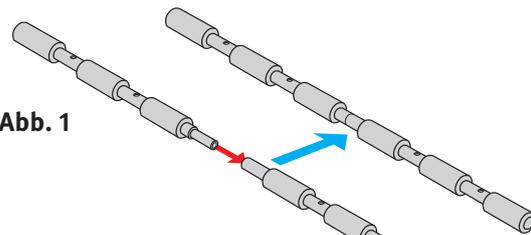
Version Standard		Version Plus	
Gewicht:	ca. 2 kg	Gewicht:	ca. 3,5 kg
Material:	Metall mit Schaumstoffpolsterung	Material:	Metall mit Schaumstoffpolsterung
Belastbarkeit:	100 kg	Belastbarkeit:	100 kg
Kompatibilität:	innere Türrahmen-Breite: 78-92 cm	Kompatibilität:	innere Türrahmen-Breite: 78-92 cm

Aufbauanleitung (Beispiel: Version Plus)

1. Montage der Grundstange

Stecken Sie die beiden kleinen Rohre zu einem Rohr zusammen: korrekt zusammengesteckt schnappt die Verriegelung an der Unterseite ein.

Abb. 1



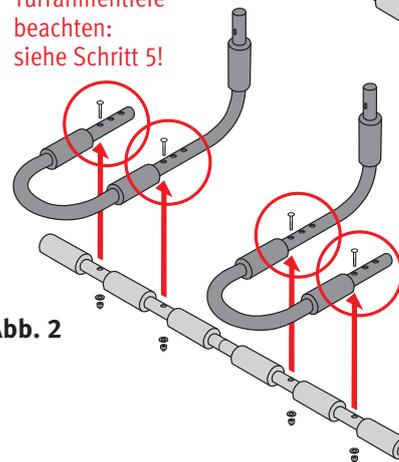
2. Anbringen der geschwungenen Haltestangen

Positionieren Sie die geschwungenen Stangen oberhalb der Grundstange und schrauben Sie sie zweifach fest: wählen Sie je nach Stärke Ihres Türrahmens die korrekten Schraublöcher in den Haltestangen.

Achtung: beachten Sie hierzu die Info zum Türrahmen auf Seite 3, Schritt 5.

Türrahmentiefe beachten: siehe Schritt 5!

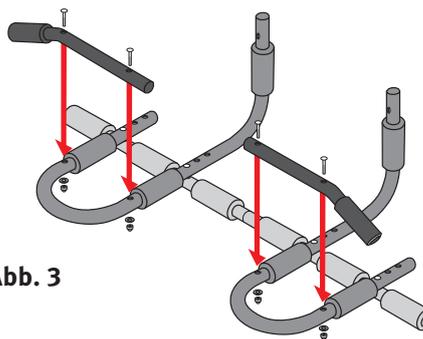
Abb. 2



3. Anbringen der kurzen Reckstangen

Positionieren Sie die kurzen Reckstangen oberhalb der Haltestangen: die Schraublöcher befinden sich auf den gebogenen Seiten. Die Haltegriffe müssen dabei nach unten schauen.

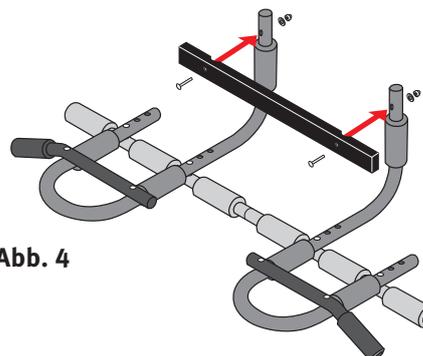
Abb. 3



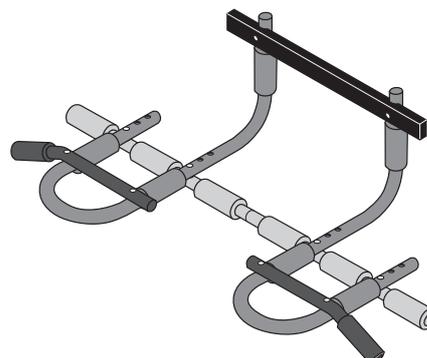
4. Anbringen des Haltebalkens

Positionieren Sie den Haltebalken am oberen Ende der geschwungenen Haltestangen: die Einbuchtungen zeigen dabei Richtung Haltestangen. Schrauben Sie den Balken zweifach an.

Abb. 4



Das Türreck Plus ist jetzt komplett zusammengebaut:

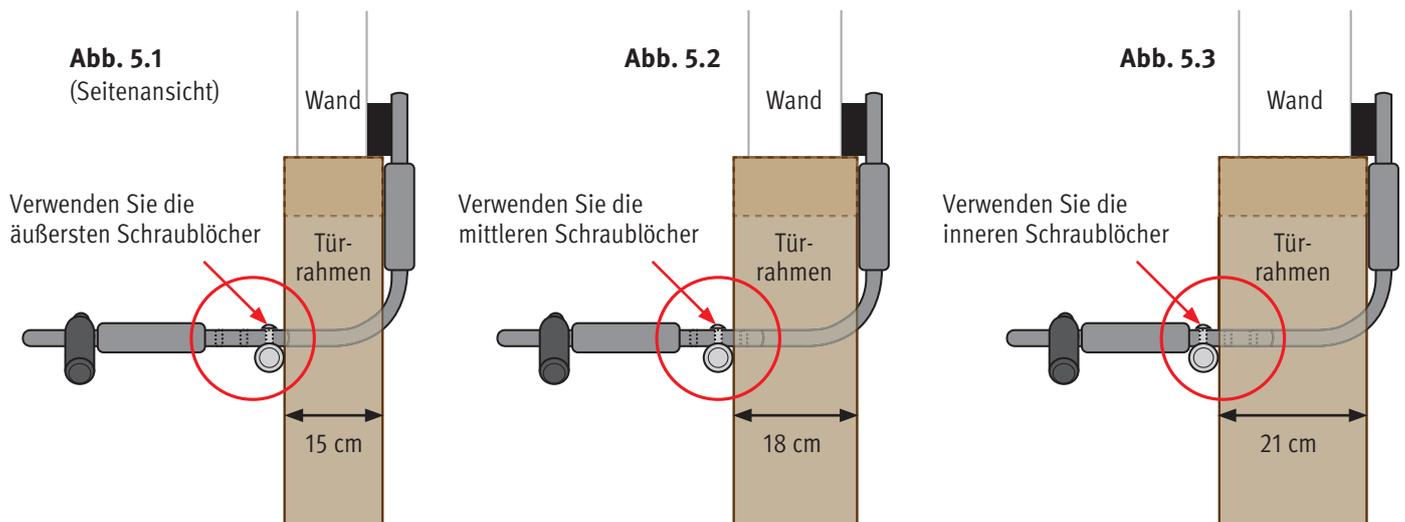


Anbringen des Türrecks im Türrahmen

5. Passen Sie die Verschraubung des Türrecks Ihrem Türrahmen an

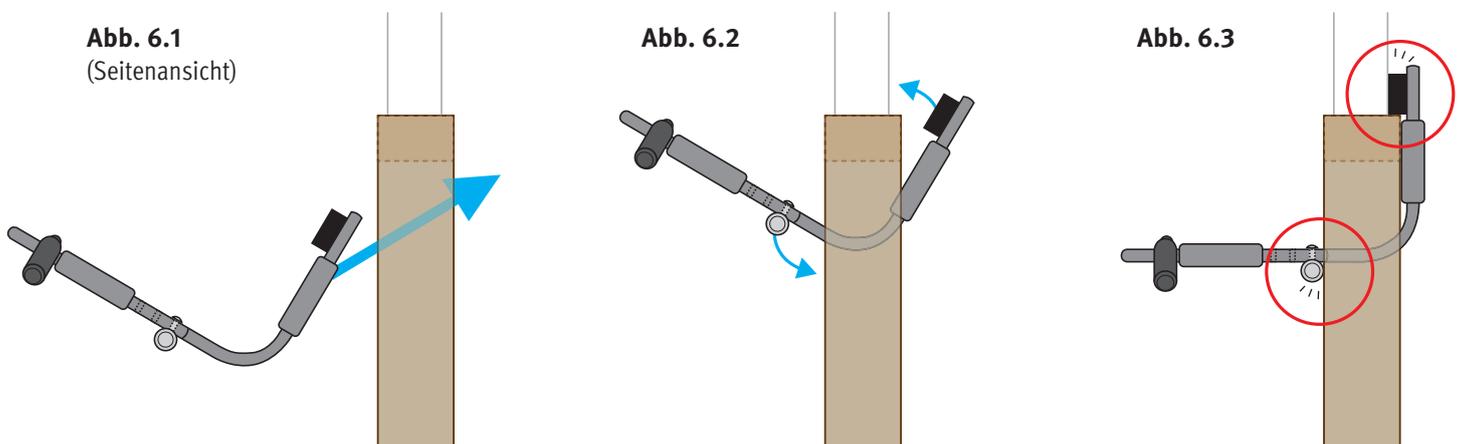
Das Sport-Thieme Türreck kann an Türrahmen der gängigen 3 Tiefen angebracht werden: 15, 18 und 21 cm. Dazu muss bereits bei der Verschraubung der geschwungenen Haltestangen (Seite 2, Punkt 3.) auf die Verwendung des korrekten Schraublochs geachtet werden:

- Für einen Türrahmen mit 15 cm Stärke verwenden Sie die äußersten Schraublöcher: siehe Abb. 5.1
- Für einen Türrahmen mit 18 cm Stärke verwenden Sie die mittleren Schraublöcher: siehe Abb. 5.2
- Für einen Türrahmen mit 21 cm Stärke verwenden Sie die inneren Schraublöcher: siehe Abb. 5.3



6. Anbringen des Türrecks am Türrahmen

1. Führen Sie das Türreck mit dem Haltebalken voraus durch die Türöffnung hindurch, siehe Abb. 6.1
2. Drehen Sie das Türreck oben in den Türrahmen ein, siehe Abb. 6.2
3. Das Türreck sitzt dann fest im Türrahmen wenn sowohl der Haltebalken oberhalb des Türrahmens greift, als auch die Polsterungen der Grundstange am Türrahmen; siehe Abb. 6.3



7. Vor dem ersten Gebrauch

- Das Sport-Thieme Türreck ist ein wertvolles Trainingsgerät, das nur für den bestimmten Gebrauch verwendet werden darf
- Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, bevor Sie das Training mit dem Sport Thieme Türreck beginnen
- Bei der Produktion des Trainingsgerätes wurde speziell darauf Wert gelegt, dass das Risiko einer Verletzung minimiert wird. Trotzdem besteht die Möglichkeit, sich zu verletzen oder Eigentum zu beschädigen
- Der Nutzer übernimmt die Haftung für alle Risiken, die mit der Nutzung des Türrecks verbunden sind.

8. Sicherheitshinweise

- Schwingen oder federn Sie nicht am Sport-Thieme Türreck
- Hängen Sie nicht mit den Beinen oder Füßen an dem Trainingsgerät
- Nutzen Sie das Türreck nur, wenn Sie sich der Stabilität des Türrahmens oder Türpfostens sicher sind
- Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren verwenden das Trainingsgerät nur unter Aufsicht durch einen Erwachsenen oder eine Fachkraft
- Führen Sie am Türreck nur kontrollierte Bewegungen durch
- Prüfen Sie die Befestigung des Gerätes vor jedem Training
- Beschädigte Teile müssen sofort ausgetauscht werden
- Prüfen Sie regelmäßig alle Schraubverbindungen
- Informieren Sie sich über ein sinnvolles, effektives und sicheres Training bei einer Fachkraft (z.B. Physiotherapeut, Trainer)
- Setzen Sie dem Trainingsgerät keiner offenen Witterung aus (z.B. Sonneneinstrahlung, Kälte)
- Halten Sie das Gerät von Kleinkindern fern
- Achten Sie auf ausreichend Bewegungsfreiheit für die durchzuführenden Trainingsübungen
- Verstauen Sie das Gerät nach dem Training sicher

9. Ersatzteile

Bei Fragen nach Ersatzteilen wenden Sie sich bitte an unseren Kundenservice oder schreiben uns an info@sport-thieme.de mit der Angabe der Ersatzteilnummern.

Sport-Thieme Türreck Standard	Sport-Thieme Türreck Plus
E-TRS-01 Hauptstahlrohr	E-TRA-01 Hauptstahlrohr
E-TRS-02 Schraube schwarz (2 Stück)	E-TRA-02 Schraube schwarz (2 Stück)
E-TRS-03 Schraube vernickelt (2 Stück)	E-TRA-03 Schraube vernickelt (8 Stück)
E-TRS-04 Mutter (4 Stück)	E-TRA-04 Mutter (10 Stück)
E-TRS-05 Abstandsscheibe (4 Stück)	E-TRA-05 Abstandsscheibe (10 Stück)

10. Kontakt

Sport-Thieme GmbH
Helmstedter Straße 40
38368 Grasleben

Telefon: 05357 18181
Telefax: 05357 18190
E-Mail: info@sport-thieme.de
www.sport-thieme.de

11. Explosionszeichnungen

