

## Instrukcja Użytkowania – Stoperzy do Deski Balansującej

### 1. Zastosowanie produktu

Stoperzy do deski balansującej są przeznaczone do używania z deskami balansującymi, które są stosowane na rollerach lub wałkach do ćwiczeń stabilności i równowagi. **Stoperzy chronią deskę przed przypadkowym zjazdem z wałka**, co zmniejsza ryzyko kontuzji i zapewnia większą pewność podczas treningu.

### 2. Instrukcja montażu stoperów

#### A. Przygotowanie deski balansującej:

- Upewnij się, że deska balansująca jest **czysta** i wolna od wszelkich zanieczyszczeń, które mogą wpływać na przyczepność stoperów.

#### B. Montaż stoperów:

- **Lokalizacja:** Stoperzy należy **umieścić na końcach deski balansującej**. W zależności od konstrukcji deski, są specjalne otwory, do których należy przymocować stoperzy.
- **Zakładanie stoperów:** Umieść stoperzy na odpowiednich końcach deski. W przypadku stoperów, które mają być przymocowane za pomocą **śrub lub innych elementów montażowych**, upewnij się, że są one dobrze przykręcone i stabilne.
- **Dopasowanie:** Upewnij się, że stoperzy są odpowiednio dopasowane do szerokości deski i wałka. **Stoperzy powinny być umieszczone w taki sposób, aby zapobiec przemieszczaniu się deski z wałka.**

#### C. Kontrola po montażu:

- Po zamontowaniu stoperów **sprawdź, czy są one stabilne i dobrze przymocowane.**
- Upewnij się, że nie ma luzów ani przesunięć, które mogłyby wpłynąć na bezpieczeństwo ćwiczeń.

### 3. Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa

- **Unikaj nadmiernego nacisku:** Stoperzy powinny być zamontowane zgodnie z instrukcją, ale należy unikać nadmiernego dociskania, które może uszkodzić deskę lub wałek.
- **Zachowaj ostrożność przy montażu:** Podczas montażu stoperów używaj **odpowiednich narzędzi** i upewnij się, że elementy montażowe są dobrze dokręcone, aby zapobiec przypadkowemu poluzowaniu się stoperów podczas ćwiczeń.
- **Bezpieczne użytkowanie:** Stoperzy mają na celu zapewnienie większej stabilności, ale pamiętaj, że deska balansująca wciąż wymaga ostrożności podczas ćwiczeń. Używaj jej na **odpowiedniej nawierzchni**, np. na macie lub miękkiej powierzchni, aby zminimalizować ryzyko upadków.
- **Obecność dorosłych:** Stoperzy są przeznaczone do używania przez osoby dorosłe lub młodsze osoby pod nadzorem dorosłych. **Dzieci powinny używać deski balansującej wyłącznie pod opieką dorosłych.**

### 4. Konserwacja i wymiana

- **Czyszczenie:** Stopery można czyścić wilgotną ściereczką. **Unikaj używania silnych detergentów**, które mogą uszkodzić materiał stoperów.
- **Wymiana:** Regularnie **sprawdzaj stan stoperów**. W przypadku zauważenia jakichkolwiek uszkodzeń, pęknięć lub wyraźnego zużycia, należy wymienić stopery na nowe.

## 5. Utylizacja

- Zużyte lub uszkodzone stopery należy **zutyliczować zgodnie z lokalnymi przepisami dotyczącymi odpadów**.

## 6. Ostrzeżenie

- **Nie dla dzieci:** Stopery do deski balansującej nie są zabawką i **nie są przeznaczone do użytku przez dzieci bez nadzoru dorosłych**.
- **Używaj zgodnie z przeznaczeniem:** Stopery służą wyłącznie do zabezpieczania deski balansującej przed spadaniem z wałka. **Używaj ich zgodnie z instrukcją, aby zapewnić bezpieczeństwo i pełną funkcjonalność**.

## DE

### Gebrauchsanweisung – Stopper für Balance-Boards

#### 1. Produktanwendung

Stopper für Balance-Boards sind für die Verwendung mit Balance-Boards konzipiert, die auf Rollern oder Walzen für Stabilitäts- und Gleichgewichtstraining verwendet werden. **Die Stopper verhindern ein versehentliches Abrutschen des Boards von der Walze**, wodurch das Verletzungsrisiko verringert und mehr Sicherheit während des Trainings gewährleistet wird.

#### 2. Anleitung zur Montage der Stopper

##### A. Vorbereitung des Balance-Boards:

- Stellen Sie sicher, dass das Balance-Board **sauber** und frei von Verschmutzungen ist, die die Haftung der Stopper beeinträchtigen könnten.

##### B. Montage der Stopper:

- **Platzierung:** Die Stopper sollten **an den Enden des Balance-Boards angebracht** werden. Abhängig vom Design des Boards gibt es spezielle Löcher, in die die Stopper befestigt werden können.
- **Anbringen der Stopper:** Befestigen Sie die Stopper an den entsprechenden Enden des Boards. Falls die Stopper mit Schrauben oder anderen Montagematerialien angebracht werden, **sollten diese fest angezogen** und stabil sein.
- **Anpassung:** Stellen Sie sicher, dass die Stopper richtig an die Breite des Boards und der Walze angepasst sind. **Die Stopper müssen so positioniert werden, dass ein Verrutschen des Boards auf der Walze verhindert wird**.

##### C. Kontrolle nach der Montage:

- Überprüfen Sie nach der Montage der Stopper, ob sie **stabil und sicher befestigt sind**.

- Achten Sie darauf, dass keine Lockerungen oder Verschiebungen auftreten, die die Sicherheit des Trainings beeinträchtigen könnten.

### 3. Sicherheitshinweise

- **Vermeiden Sie übermäßigen Druck:** Die Stopper sollten gemäß der Anleitung montiert werden. **Vermeiden Sie jedoch übermäßigen Druck**, der das Board oder die Walze beschädigen könnte.
- **Achten Sie auf Vorsicht bei der Montage:** Verwenden Sie geeignete Werkzeuge für die Montage und **stellen Sie sicher, dass die Montagematerialien gut angezogen** sind, um ein versehentliches Lösen der Stopper während des Trainings zu verhindern.
- **Sicherer Gebrauch:** Die Stopper sorgen für mehr Stabilität, aber das Balance-Board erfordert weiterhin **Vorsicht während der Übungen**. Verwenden Sie es auf einer geeigneten Oberfläche, z. B. einer Matte oder einer weichen Fläche, um das Sturzrisiko zu minimieren.
- **Aufsicht durch Erwachsene:** Die Stopper sind für Erwachsene oder jüngere Personen unter Aufsicht eines Erwachsenen bestimmt. **Kinder sollten das Balance-Board nur unter Aufsicht eines Erwachsenen benutzen.**

### 4. Wartung und Austausch

- **Reinigung:** Reinigen Sie die Stopper mit einem feuchten Tuch. **Vermeiden Sie die Verwendung starker Reinigungsmittel**, die das Material der Stopper beschädigen könnten.
- **Austausch:** Überprüfen Sie regelmäßig den Zustand der Stopper. Wenn Schäden, Risse oder Abnutzungserscheinungen festgestellt werden, **ersetzen Sie die Stopper durch neue.**

### 5. Entsorgung

- Abgenutzte oder beschädigte Stopper müssen gemäß den örtlichen Vorschriften für Abfälle entsorgt werden.

### 6. Warnung

- **Nicht für Kinder geeignet:** Die Stopper für Balance-Boards sind kein Spielzeug und **nicht für die Verwendung durch Kinder ohne Aufsicht durch Erwachsene geeignet.**
- **Bestimmungsgemäßer Gebrauch:** Die Stopper dienen ausschließlich dazu, das Balance-Board vor dem Abrutschen von der Walze zu sichern. **Verwenden Sie sie gemäß der Anleitung, um Sicherheit und volle Funktionalität zu gewährleisten.**

---

EN

## User Manual – Stoppers for Balance Board

### 1. Product Application

Stoppers for balance boards are designed for use with balance boards placed on rollers or cylinders for stability and balance exercises. **The stoppers prevent the board from accidentally sliding off the roller**, reducing the risk of injury and providing greater confidence during training.

## 2. Instructions for Installing Stoppers

### A. Preparing the Balance Board:

- Ensure the balance board is **clean** and free of any contaminants that could affect the stoppers' adhesion.

### B. Mounting the Stoppers:

- **Placement:** The stoppers should be **positioned at the ends of the balance board**. Depending on the board's design, there are specific holes for attaching the stoppers.
- **Attaching the Stoppers:** Secure the stoppers at the appropriate ends of the board. For stoppers that require screws or other mounting elements, ensure they are **tightly fastened and stable**.
- **Adjustment:** Make sure the stoppers are properly adjusted to the width of the board and the roller. **The stoppers should be placed to prevent the board from shifting on the roller.**

### C. Post-Installation Check:

- After mounting the stoppers, check that they are **stable and securely attached**.
- Ensure there are no loosened parts or misalignments that could compromise exercise safety.

## 3. Safety Tips

- **Avoid excessive pressure:** Stoppers should be mounted according to the instructions, but avoid applying excessive force that could damage the board or roller.
- **Be cautious during installation:** Use proper tools for installation and ensure all mounting components are **tightly secured** to prevent accidental loosening of the stoppers during exercise.
- **Safe usage:** While stoppers provide greater stability, balance boards still require **care during exercises**. Use the board on an appropriate surface, such as a mat or soft surface, to minimize the risk of falls.
- **Adult supervision:** Stoppers are intended for use by adults or younger individuals under adult supervision. **Children should use the balance board only under adult guidance.**

## 4. Maintenance and Replacement

- **Cleaning:** Wipe the stoppers with a damp cloth. **Avoid using strong detergents** that may damage the material.
- **Replacement:** Regularly check the condition of the stoppers. If any damage, cracks, or significant wear is noticed, **replace the stoppers with new ones.**

## 5. Disposal

- Used or damaged stoppers must be disposed of in accordance with local waste disposal regulations.

## 6. Warning

- **Not suitable for children:** Balance board stoppers are not toys and are **not intended for use by children without adult supervision.**
- **Use as intended:** Stoppers are designed solely to secure the balance board on the roller. **Use them as directed to ensure safety and full functionality.**

## CS

### Uživatelská příručka – Zarážky pro balanční desku

#### 1. Použití produktu

Zarážky pro balanční desku jsou určeny pro použití s balančními deskami umístěnými na válcích nebo válečcích pro cvičení stability a rovnováhy. **Zarážky zabraňují náhodnému sklouznutí desky z válce**, což snižuje riziko zranění a zvyšuje jistotu během tréninku.

#### 2. Pokyny pro montáž zarážek

##### A. Příprava balanční desky:

- Ujistěte se, že balanční deska je **čistá** a zbavená jakýchkoliv nečistot, které by mohly ovlivnit přilnavost zarážek.

##### B. Montáž zarážek:

- **Umístění:** Zarážky by měly být **umístěny na koncích balanční desky**. V závislosti na konstrukci desky existují speciální otvory pro připevnění zarážek.
- **Připevnění zarážek:** Umístěte zarážky na příslušné konce desky. U zarážek, které se připevňují pomocí **šroubů nebo jiných montážních prvků**, se ujistěte, že jsou pevně dotažené a stabilní.
- **Přizpůsobení:** Ujistěte se, že zarážky jsou správně přizpůsobeny šířce desky a válce. **Zarážky by měly být umístěny tak, aby zabránily pohybu desky na válci.**

##### C. Kontrola po montáži:

- Po připevnění zarážek zkontrolujte, zda jsou **stabilní a bezpečně upevněné**.
- Zajistěte, aby nebyly uvolněné části nebo posuny, které by mohly ohrozit bezpečnost cvičení.

#### 3. Bezpečnostní pokyny

- **Vyhňte se nadměrnému tlaku:** Zarážky by měly být namontovány podle pokynů, ale vyhněte se nadměrnému tlaku, který by mohl poškodit desku nebo válec.
- **Buďte opatrní při montáži:** Používejte vhodné nástroje pro montáž a ujistěte se, že všechny montážní prvky jsou **pevně dotažené**, aby nedošlo k jejich uvolnění během cvičení.
- **Bezpečné používání:** I když zarážky poskytují větší stabilitu, balanční deska stále vyžaduje **opatrnost během cvičení**. Používejte ji na vhodném povrchu, například na podložce nebo měkké ploše, abyste minimalizovali riziko pádu.
- **Dohled dospělých:** Zarážky jsou určeny pro použití dospělými nebo mladšími osobami pod dohledem dospělých. **Děti by měly používat balanční desku pouze pod dohledem dospělých.**

#### 4. Údržba a výměna

- **Čištění:** Zarážky otírejte vlhkým hadříkem. **Vyhňte se použití silných čisticích prostředků**, které by mohly poškodit materiál.
- **Výměna:** Pravidelně kontrolujte stav zářek. Pokud zjistíte poškození, praskliny nebo výrazné opotřebení, **vyměňte zářky za nové**.

## 5. Likvidace

- Použité nebo poškozené zářky musí být **likvidovány v souladu s místními předpisy o nakládání s odpady**.

## 6. Upozornění

- **Není vhodné pro děti:** Zarážky pro balanční desku nejsou hračkou a nejsou **určeny k používání dětmi bez dozoru dospělých**.
- **Použití dle určení:** Zarážky jsou navrženy pouze k zajištění balanční desky na válci. **Používejte je dle pokynů, abyste zajistili bezpečnost a plnou funkčnost**.

---

## SK

### Návod na použitie – Zarážky na balančnú dosku

#### 1. Použitie produktu

Zarážky na balančnú dosku sú určené na použitie s balančnými doskami umiestnenými na valcoch alebo valčekoch na cvičenie stability a rovnováhy. **Zarážky zabraňujú náhodnému zosunu dosky z valca**, čím znižujú riziko zranenia a zvyšujú istotu počas tréningu.

#### 2. Pokyny na montáž zářok

##### A. Príprava balančnej dosky:

- Uistite sa, že balančná doska je **čistá** a bez nečistôt, ktoré by mohli ovplyvniť príľnavosť zářok.

##### B. Montáž zářok:

- **Umiestnenie:** Zarážky by mali byť **umiestnené na koncoch balančnej dosky**. Podľa dizajnu dosky sú k dispozícii špeciálne otvory na upevnenie zářok.
- **Pripevnenie zářok:** Zarážky upevnite na príslušné konce dosky. Pri zářkách, ktoré sa upevňujú pomocou **skrutiek alebo iných montážnych prvkov**, sa uistite, že sú pevne dotiahnuté a stabilné.
- **Prispôsobenie:** Uistite sa, že zářky sú správne prispôsobené šírke dosky a valca. **Zarážky musia byť umiestnené tak, aby zabránili pohybu dosky na valci**.

##### C. Kontrola po montáži:

- Po upevnení zářok skontrolujte, či sú **stabilné a pevne pripevnené**.
- Zabezpečte, aby neboli uvoľnené časti alebo posuny, ktoré by mohli ohroziť bezpečnosť cvičenia.

#### 3. Bezpečnostné tipy

- **Vyhňte sa nadmernému tlaku:** Zarážky by mali byť namontované podľa pokynov, ale vyhňte sa nadmernému tlaku, ktorý by mohol poškodiť dosku alebo valec.
- **Opatrnosť pri montáži:** Používajte vhodné nástroje na montáž a uistite sa, že všetky montážne prvky sú **pevne dotiahnuté**, aby sa zabránilo ich uvoľneniu počas cvičenia.
- **Bezpečné používanie:** Aj keď zarážky poskytujú väčšiu stabilitu, balančná doska stále vyžaduje **opatrnosť počas cvičenia**. Používajte ju na vhodnom povrchu, napríklad na podložke alebo mäkkej ploche, aby sa minimalizovalo riziko pádu.
- **Dozor dospelých:** Zarážky sú určené na použitie dospelými alebo mladšími osobami pod dohľadom dospelých. **Deti by mali používať balančnú dosku iba pod dohľadom dospelých.**

#### 4. Údržba a výmena

- **Čistenie:** Zarážky čistite vlhkou handričkou. **Vyhňte sa používaniu silných čistiacich prostriedkov**, ktoré by mohli poškodiť materiál.
- **Výmena:** Pravidelne kontrolujte stav zarážok. Ak zistíte poškodenie, praskliny alebo výrazné opotrebenie, **vymeňte zarážky za nové.**

#### 5. Likvidácia

- Použité alebo poškodené zarážky musia byť **zlikvidované v súlade s miestnymi predpismi o odpadoch.**

#### 6. Upozornenie

- **Nevhodné pre deti:** Zarážky na balančnú dosku nie sú hračkou a nie sú **určené na používanie deťmi bez dozoru dospelých.**
- **Použitie podľa určenia:** Zarážky sú určené výhradne na zaistenie balančnej dosky na valci. **Používajte ich podľa pokynov, aby ste zaistili bezpečnosť a plnú funkčnosť.**

## HU

### Használati útmutató – Egyensúlydeszkához tartozó ütközők

#### 1. Termék felhasználása

Az egyensúlydeszkához tartozó ütközők olyan deszkákhoz használhatók, amelyeket hengereken vagy görgőkön helyeznek el a stabilitás és egyensúly fejlesztéséhez. **Az ütközők megakadályozzák a deszka véletlenszerű lecsúszását a hengerről**, ezzel csökkentve a sérülések kockázatát és növelve a biztonságot az edzés során.

#### 2. Az ütközők felszerelésének útmutatója

##### A. Az egyensúlydeszka előkészítése:

- Győződjön meg arról, hogy az egyensúlydeszka **tiszta** és mentes minden szennyeződéstől, amely befolyásolhatja az ütközők tapadását.

##### B. Az ütközők felszerelése:

- **Elhelyezés:** Az ütközőket az egyensúlydeszka végein kell elhelyezni. A deszka kialakításától függően **speciális lyukak állnak rendelkezésre az ütközők rögzítéséhez.**

- **Az ütközők rögzítése:** Helyezze az ütközőket a deszka megfelelő végeire. Az ütközők csavarokkal vagy más rögzítő elemekkel történő rögzítésekor ügyeljen arra, hogy azok **szorosan és stabilan rögzüljenek.**
- **Illesztés:** Biztosítsa, hogy az ütközők megfelelően illeszkedjenek a deszka és a henger szélességéhez. **Az ütközőket úgy kell elhelyezni, hogy megakadályozzák a deszka elmozdulását a hengeren.**

### C. Ellenőrzés a felszerelés után:

- Az ütközők felszerelése után ellenőrizze, hogy **stabilak és biztonságosan rögzítettek-e.**
- Ügyeljen arra, hogy ne legyenek laza részek vagy elmozdulások, amelyek veszélyeztethetik a gyakorlatok biztonságát.

### 3. Biztonsági tippek

- **Kerülje a túlzott nyomást:** Az ütközőket az útmutatónak megfelelően kell felszerelni, de kerülje a túlzott nyomást, amely károsíthatja a deszkát vagy a hengert.
- **Legyen óvatos a felszerelés során:** Használjon megfelelő szerszámokat a felszereléshez, és győződjön meg arról, hogy minden rögzítő elem **szorosan rögzítve van,** hogy megakadályozza az ütközők véletlenszerű meglazulását az edzés során.
- **Biztonságos használat:** Bár az ütközők nagyobb stabilitást biztosítanak, az egyensúlydeszka továbbra is **óvatosságot igényel az edzések során.** Használja megfelelő felületen, például szőnyegen vagy puha alapon, hogy minimalizálja az esés kockázatát.
- **Felnőttek felügyelete:** Az ütközők felnőttek vagy felnőttek felügyelete alatt álló fiatalabb személyek számára készültek. **Gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett használhatják az egyensúlydeszkát.**

### 4. Karbantartás és csere

- **Tisztítás:** Tisztítsa meg az ütközőket nedves ruhával. **Kerülje az erős tisztítószeres használatát,** amelyek károsíthatják az anyagot.
- **Csere:** Rendszeresen ellenőrizze az ütközők állapotát. Ha sérülést, repedést vagy jelentős kopást tapasztal, **cserélje ki az ütközőket újakra.**

### 5. Ártalmatlanítás

- A használt vagy sérült ütközőket az **helyi hulladékkezelési előírásoknak megfelelően kell ártalmatlanítani.**

### 6. Figyelmeztetés

- **Nem alkalmas gyermekek számára:** Az egyensúlydeszkához tartozó ütközők nem játékok, és **nem használhatók gyermekek által felnőtt felügyelete nélkül.**
  - **Használat rendeltetésszerűen:** Az ütközők kizárólag az egyensúlydeszka hengerről való leesésének megakadályozására szolgálnak. **Használja őket az útmutató szerint, hogy biztosítsa a biztonságot és a teljes funkcionalitást.**
-

## Manuel d'utilisation – Butoirs pour planche d'équilibre

### 1. Utilisation du produit

Les butoirs pour planche d'équilibre sont conçus pour être utilisés avec des planches d'équilibre placées sur des rouleaux ou cylindres pour les exercices de stabilité et d'équilibre. **Les butoirs empêchent la planche de glisser accidentellement du rouleau**, réduisant ainsi les risques de blessures et augmentant la confiance lors de l'entraînement.

### 2. Instructions pour l'installation des butoirs

#### A. Préparation de la planche d'équilibre :

- Assurez-vous que la planche d'équilibre est **propre** et exempte de toute contamination pouvant affecter l'adhérence des butoirs.

#### B. Installation des butoirs :

- **Positionnement** : Les butoirs doivent être **placés aux extrémités de la planche d'équilibre**. En fonction du design de la planche, des trous spécifiques sont prévus pour fixer les butoirs.
- **Fixation des butoirs** : Placez les butoirs aux extrémités appropriées de la planche. Si les butoirs doivent être fixés à l'aide de **vis ou d'autres éléments de fixation**, assurez-vous qu'ils sont bien serrés et stables.
- **Ajustement** : Assurez-vous que les butoirs sont correctement ajustés à la largeur de la planche et du rouleau. **Les butoirs doivent être placés de manière à empêcher le déplacement de la planche sur le rouleau.**

#### C. Contrôle après installation :

- Après avoir installé les butoirs, vérifiez qu'ils sont **stables et solidement fixés**.
- Assurez-vous qu'il n'y a pas de pièces desserrées ou de décalages pouvant compromettre la sécurité des exercices.

### 3. Conseils de sécurité

- **Évitez une pression excessive** : Les butoirs doivent être installés conformément aux instructions, mais évitez une pression excessive qui pourrait endommager la planche ou le rouleau.
- **Soyez prudent lors de l'installation** : Utilisez des outils appropriés pour l'installation et assurez-vous que tous les éléments de fixation sont **solidement serrés** pour éviter un desserrage accidentel des butoirs pendant l'entraînement.
- **Utilisation en toute sécurité** : Bien que les butoirs offrent une plus grande stabilité, la planche d'équilibre nécessite toujours **de la prudence lors des exercices**. Utilisez-la sur une surface appropriée, telle qu'un tapis ou une surface douce, pour minimiser les risques de chute.
- **Surveillance des adultes** : Les butoirs sont destinés à être utilisés par des adultes ou des jeunes sous la surveillance d'adultes. **Les enfants ne doivent utiliser la planche d'équilibre que sous la supervision d'un adulte.**

### 4. Entretien et remplacement

- **Nettoyage** : Nettoyez les butoirs avec un chiffon humide. **Évitez d'utiliser des détergents puissants** qui pourraient endommager le matériau.
- **Remplacement** : Vérifiez régulièrement l'état des butoirs. En cas de dommages, fissures ou usure importante, **remplacez les butoirs par de nouveaux**.

## 5. Élimination

- Les butoirs usagés ou endommagés doivent être **éliminés conformément aux réglementations locales en matière de gestion des déchets**.

## 6. Avertissement

- **Non adapté aux enfants** : Les butoirs pour planche d'équilibre ne sont pas des jouets et **ne doivent pas être utilisés par des enfants sans la supervision d'un adulte**.
- **Utilisation conforme** : Les butoirs sont exclusivement conçus pour empêcher la planche d'équilibre de glisser du rouleau. **Utilisez-les conformément aux instructions pour garantir la sécurité et une fonctionnalité complète**.

## ES

### Manual de Uso – Topes para Tablas de Equilibrio

#### 1. Uso del producto

Los topes para tablas de equilibrio están diseñados para su uso con tablas de equilibrio colocadas sobre rodillos o cilindros para ejercicios de estabilidad y equilibrio. Los topes evitan que la tabla se deslice accidentalmente del rodillo, reduciendo el riesgo de lesiones y proporcionando mayor seguridad durante el entrenamiento.

#### 2. Instrucciones para la instalación de los topes

##### A. Preparación de la tabla de equilibrio:

- Asegúrese de que la tabla de equilibrio esté limpia y libre de contaminantes que puedan afectar la adherencia de los topes.

##### B. Montaje de los topes:

- **Colocación**: Los topes deben ubicarse en los extremos de la tabla de equilibrio. Según el diseño de la tabla, hay agujeros específicos para fijar los topes.
- **Fijación de los topes**: Coloque los topes en los extremos adecuados de la tabla. Si los topes requieren fijación con tornillos u otros elementos de montaje, asegúrese de que estén firmemente apretados y estables.
- **Ajuste**: Verifique que los topes estén correctamente ajustados al ancho de la tabla y el rodillo. Los topes deben colocarse para evitar el movimiento de la tabla sobre el rodillo.

##### C. Revisión posterior a la instalación:

- Después de montar los topes, compruebe que estén estables y correctamente fijados.
- Asegúrese de que no haya piezas flojas ni desplazamientos que puedan comprometer la seguridad durante los ejercicios.

### 3. Consejos de seguridad

- Evite la presión excesiva: Los topes deben montarse según las instrucciones, pero evite ejercer presión excesiva que pueda dañar la tabla o el rodillo.
- Sea precavido durante la instalación: Utilice herramientas adecuadas para el montaje y asegúrese de que todos los elementos de fijación estén firmemente apretados, para evitar que los topes se aflojen durante el entrenamiento.
- Uso seguro: Aunque los topes ofrecen mayor estabilidad, la tabla de equilibrio requiere precaución durante los ejercicios. Utilícela en una superficie adecuada, como una alfombra o superficie blanda, para minimizar el riesgo de caídas.
- Supervisión adulta: Los topes están diseñados para ser utilizados por adultos o personas jóvenes bajo supervisión adulta. Los niños deben usar la tabla de equilibrio únicamente bajo la supervisión de un adulto.

### 4. Mantenimiento y reemplazo

- Limpieza: Limpie los topes con un paño húmedo. Evite usar detergentes fuertes que puedan dañar el material.
- Reemplazo: Verifique regularmente el estado de los topes. Si detecta daños, grietas o desgaste significativo, reemplace los topes por otros nuevos.

### 5. Eliminación

- Los topes usados o dañados deben eliminarse de acuerdo con las regulaciones locales sobre gestión de residuos.

### 6. Advertencia

- No apto para niños: Los topes para tablas de equilibrio no son juguetes y no deben ser utilizados por niños sin supervisión adulta.
- Uso según instrucciones: Los topes están diseñados exclusivamente para evitar que la tabla de equilibrio se deslice del rodillo. Úselos según las instrucciones para garantizar seguridad y funcionalidad total.

---

## IT

### Manuale d'Uso – Fermi per Tavola d'Equilibrio

#### 1. Utilizzo del prodotto

I fermi per tavola d'equilibrio sono progettati per essere utilizzati con tavole d'equilibrio posizionate su rulli o cilindri per esercizi di stabilità ed equilibrio. I fermi impediscono alla tavola di scivolare accidentalmente dal rullo, riducendo il rischio di infortuni e offrendo maggiore sicurezza durante l'allenamento.

#### 2. Istruzioni per l'installazione dei fermi

##### A. Preparazione della tavola d'equilibrio:

- Assicurarsi che la tavola d'equilibrio sia pulita e priva di contaminazioni che possano compromettere l'adesione dei fermi.

## B. Montaggio dei fermi:

- Posizionamento: I fermi devono essere posizionati alle estremità della tavola d'equilibrio. A seconda del design della tavola, ci sono fori specifici per fissare i fermi.
- Fissaggio dei fermi: Collocare i fermi alle estremità appropriate della tavola. Per i fermi che richiedono viti o altri elementi di fissaggio, assicurarsi che siano ben serrati e stabili.
- Regolazione: Verificare che i fermi siano correttamente regolati alla larghezza della tavola e del rullo. I fermi devono essere posizionati in modo da impedire lo spostamento della tavola sul rullo.

## C. Controllo post-installazione:

- Dopo aver montato i fermi, verificare che siano stabili e saldamente fissati.
- Assicurarsi che non ci siano parti allentate o spostamenti che possano compromettere la sicurezza degli esercizi.

## 3. Consigli di sicurezza

- Evitare una pressione eccessiva: I fermi devono essere montati seguendo le istruzioni, ma evitare una pressione eccessiva che potrebbe danneggiare la tavola o il rullo.
- Prestare attenzione durante l'installazione: Utilizzare strumenti adeguati per il montaggio e assicurarsi che tutti gli elementi di fissaggio siano ben serrati, per evitare che i fermi si allentino durante l'allenamento.
- Uso sicuro: Sebbene i fermi offrano maggiore stabilità, la tavola d'equilibrio richiede comunque cautela durante gli esercizi. Usarla su una superficie adeguata, come un tappetino o una superficie morbida, per ridurre al minimo il rischio di cadute.
- Supervisione di un adulto: I fermi sono progettati per essere utilizzati da adulti o da giovani sotto la supervisione di un adulto. I bambini devono utilizzare la tavola d'equilibrio solo sotto la supervisione di un adulto.

## 4. Manutenzione e sostituzione


- Pulizia: Pulire i fermi con un panno umido. Evitare l'uso di detergenti aggressivi che potrebbero danneggiare il materiale.
- Sostituzione: Controllare regolarmente lo stato dei fermi. In caso di danni, crepe o usura significativa, sostituire i fermi con nuovi.

## 5. Smaltimento

- I fermi usati o danneggiati devono essere smaltiti in conformità alle normative locali sulla gestione dei rifiuti.

## 6. Avvertenza

- Non adatto ai bambini: I fermi per tavola d'equilibrio non sono giocattoli e non devono essere utilizzati da bambini senza la supervisione di un adulto.
- Uso conforme: I fermi sono progettati esclusivamente per impedire che la tavola d'equilibrio scivoli dal rullo. Usarli secondo le istruzioni per garantire sicurezza e piena funzionalità.

<b>PL   DE   EN   CS   SK   HU   FR   ES   IT</b>	
Stoppery do balance boardu   Stopper für Balance Board   Stoppers for balance board   Stopery na balance board   Stopery na balance board   Stopper a balance boardhoz   Butées pour balance board   Topes para balance board   Fermi per balance board	
Brand: Switch Boards	Made in: Poland
<b>EC REP</b> Jakub Pacut ul. Hallera 121 43-400 Cieszyn	Producer: Jakub Pacut ul. Fabryczna 10 43-440 Goleiszów
<p>Produkt nie jest zabawką; chronić przed dziećmi   Das Produkt ist kein Spielzeug; von Kindern fernhalten            This product is not a toy; keep away from children   Produkt není hračka; chráňte před dětmi            Produkt nie je hračka; chráňte pred deťmi            A termék nem játék; tartsa távol a gyerekektől   Le produit n'est pas un jouet; tenir hors de portée des enfants            El producto no es un juguete; mantener fuera del alcance de los niños            Il prodotto non è un giocattolo; tenere lontano dai bambini</p>	
 OTHER	

