



AB & BACK-TRAINER

Inhaltsverzeichnis	Obsah	Seite/Strana
1. Sicherheitshinweise	1. Bezpečnostní instrukce	02
2. Allgemeines	2. Obecné	03
2.1 Verpackung	2.1 Balení	03
3. Montage	3. Montáž	04
3.1 Montageschritte	3.1 Montážní kroky	04
4. Pflege und Wartung	4. Péče a údržba	08
5. Verstellungen	5. Úpravy	08
6. Trainingsanleitung	6. Trénink	09
6.1 Übungsbilder	6.1 Foto k tréninku	10
7. Explosionszeichnung	7. Rozložený nákres	16
8. Teileliste	8. Seznam dílů	17
9. Garantie	9. Záruka	18
10. Service-Hotline & Ersatzteilbestellformular	10. -	19

1. Sicherheitshinweise

WICHTIG!

- Es handelt sich bei diesem Ab & Backtrainer um ein Trainingsgerät, nach DIN EN 957-1/2.
- Max. Belastbarkeit 150 kg.
- Die Trainingsbank darf nur für seinen bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden!
- Jegliche andere Verwendung ist unzulässig und möglicherweise gefährlich. Der Importeur kann nicht für Schäden verantwortlich gemacht werden, die durch nicht bestimmungsgemäßen Gebrauch verursacht werden.
- Sie trainieren mit einem Gerät, das sicherheitstechnisch nach neuesten Erkenntnissen konstruiert wurde. Mögliche Gefahrenquellen, die Verletzungen verursachen könnten, wurden bestmöglich ausgeschlossen.

Um Verletzungen und/oder Unfälle zu vermeiden, lesen und befolgen Sie bitte diese einfachen Regeln:

1. Erlauben Sie Kindern nicht, mit dem Gerät oder in dessen Nähe zu spielen.
2. Überprüfen Sie regelmäßig, ob alle Schrauben und Muttern, fest angezogen sind.
3. Tauschen Sie defekte Teile sofort aus und nutzen Sie das Gerät bis zur Instandsetzung nicht. Achten Sie auch auf eventuelle Materialermüdungen.
4. Vor Gebrauch des Gerätes die Bedienungsanleitung genau durchlesen.
5. Stellen Sie das Gerät auf einen festen und ebenen Untergrund.
6. Trainieren Sie nicht unmittelbar vor bzw. nach den Mahlzeiten.
7. Lassen Sie sich vor Beginn eines Fitness-Trainings immer zuerst von einem Arzt untersuchen.
8. Das Sicherheitsniveau des Gerätes kann nur gewährleistet werden, wenn Sie in regelmäßigen Abständen die Verschleißteile überprüfen. Diese sind mit * in der Teilleiste gekennzeichnet.
9. Trainingsgeräte sind auf keinen Fall als Spielgeräte zu verwenden.
10. Tragen Sie Schuhe und trainieren Sie nie barfuß.
11. Das Trainingsgerät darf nicht in feuchten Räumen (Bad) oder auf dem Balkon aufgestellt werden.

1. Bezpečnostní instrukce

DŮLEŽITÉ

- Lavice je vyrobena podle směrnice DIN EN 957-1/2.
- Maximální váha uživatele je 150kg
- Lavici používejte pouze ke cvičení.
- Jiné používání stroje, než k určenému účelu, je zakázáno a může být dokonce nebezpečné. Dovozce nenese žádnou zodpovědnost za škody nebo zranění způsobené nesprávným užíváním stroje.
- Stroj je vyroben podle nových bezpečnostních norem.

Abyste předešli zranění nebo nehodě, pozorně si přečtěte následující instrukce:

1. Nenechávejte děti, aby si hrály se strojem.
2. Pravidelně kontrolujte, zda jsou všechny šrouby a matice pořádně utaženy.
3. Všechny opotřebené díly ihned vyměňte. Stroj nepoužívejte, dokud nebudou všechny tyto díly vyměněny.
4. Před použitím si pečlivě přečtěte návod k obsluze.
5. Umístěte zařízení na pevný a rovný povrch.
6. Necvičte bezprostředně po jídle nebo před jídlem.
7. Před cvičením konzultujte svůj zdravotní stav se svým lékařem.
8. Bezpečnost lavice je zajištěna pouze tehdy, jsou-li pravidelně kontrolovány a vyměňovány díly, které podléhají opotřebením - na "part listu" (seznam dílů) jsou tyto díly označeny *. Páky a jiné mechanismy by v průběhu tréninku neměly nikde překážet.
9. Vybavení nesmí mít nikdy používáno jako hračka.
10. Nikdy necvičte bez bot.
11. Neumisťujte lavici do místností s vysokou vlhkostí, jako např. do koupelny či na balkon.

Der Anwendungsbereich dieses Ab & Backtrainers ist der Heimbereich. Das Gerät entspricht den Anforderungen der DIN EN 957-1/2. Bei unsachgemäßem Gebrauch dieses Gerätes (z. B. übermäßigem Training, falsche Einstellungen, etc.) sind Gesundheitsschäden nicht auszuschließen.

Vor Beginn des Trainings sollte eine allgemeine Untersuchung von Ihrem Arzt durchgeführt werden, um eventuelle vorhandene Gesundheitsrisiken auszuschließen.

2.1 Verpackung

Die Verpackung besteht aus umweltfreundlichen und wieder verwertbaren Materialien:

- Außenverpackung aus Pappe
- Formteile aus geschäumtem, FCKW-freiem Polystyrol (PS)
- Folien und Beutel aus Polyäthylen (PE)
- Spannbänder aus Polypropylen (PP)

Tento stroj je primárně určen pro domácí používání. Zařízení splňuje požadavky DIN EN 957-1/7 třídy HC. Označení CE odkazuje na směrnici EU 2014/30/EU. Pokud toto zařízení není používáno tak, jak je by mělo (např. nadměrné cvičení, nesprávné nastavení), může dojít k poškození zdraví.

Předtím, než začnete cvičit, by jste se měli nechat kompletně vyšetřit vaším lékařem, abyste předešli zdravotním komplikacím.

2.1 Balení

Byly použity ekologické a recyklovatelné materiály:

- Vnější obal byl vyroben z kartonu.
- Lisované části z pěnového polystyrenu bez obsahu CFS (PS)
- Folie a sáčky z polyethylenu (PE)
- Balicí pásky z polypropylenu (PP)

Um den Zusammenbau des AB & BACKTRAINERS für Sie so einfach wie möglich zu gestalten, haben wir die wichtigsten Teile bereits vormontiert. Bevor Sie das Gerät zusammenbauen, sollten Sie bitte diese Aufbauanleitung sorgfältig lesen und danach Schritt für Schritt, wie beschrieben, fortfahren.

Packungsinhalt

- Entnehmen Sie alle Einzelteile und legen Sie diese nebeneinander auf den Boden.
- Stellen Sie den Hauptrahmen auf eine bodenschonende Unterlage, da Metallteile Ihren Boden beschädigen verkratzen könnten. Diese Unterlage sollte flach und nicht zu dick sein, sodass das Kraftgerät einen stabilen Stand hat.

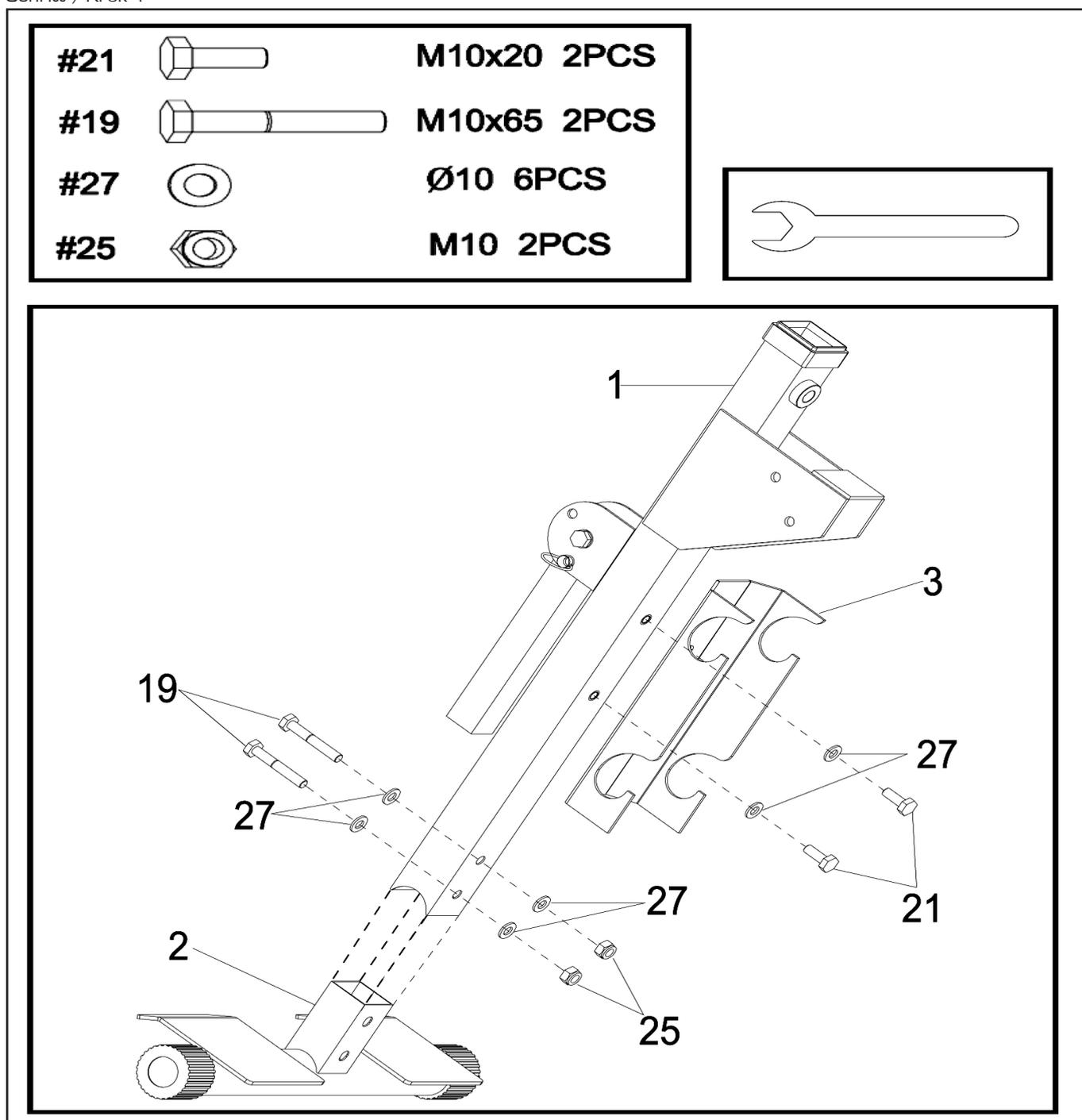
Abychom Vám montáž co nejvíce zjednodušili, některé díly jsme předpřipravili. Než se pustíte do samotné montáže lavice, přečtěte si, prosím, následující instrukce a poté pokračujte krok za krokem tak, jak je znázorněno.

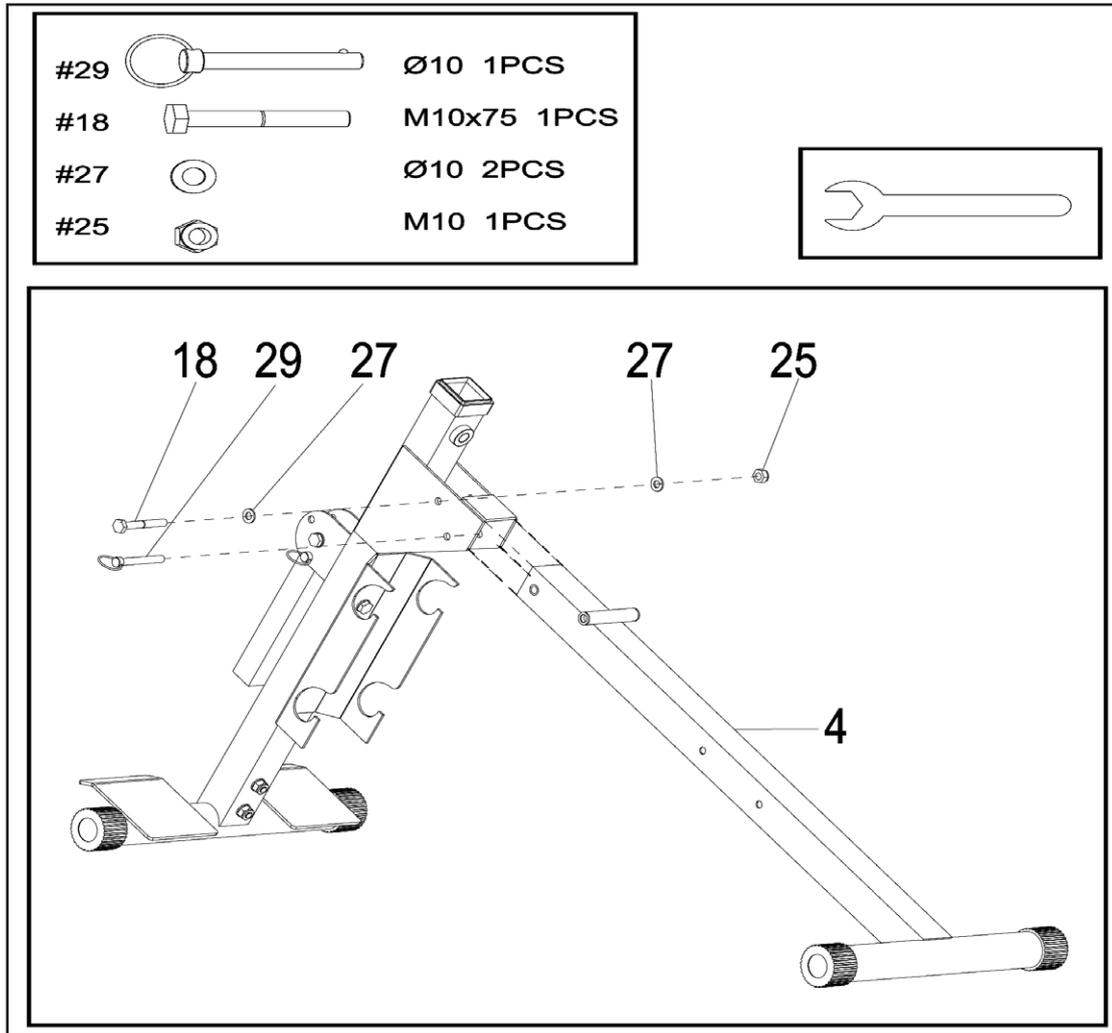
Obsah balení

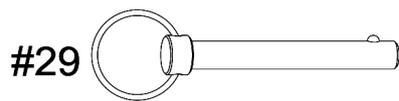
- Rozbalte všechny jednotlivé části a umístěte je vedle sebe na podlahu.
- Některé části mohou poškodit a poškrábat podlahu, proto použijte podložku. Ta by měla být rovná a ne příliš silná, aby byla lavice stabilní.

3.1 Montageschritte / Montážní kroky

Schritt / Krok 1



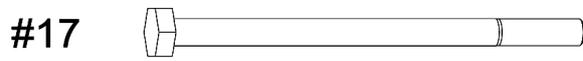




Ø10 1PCS



M8x40 4PCS



M10x145 2PCS



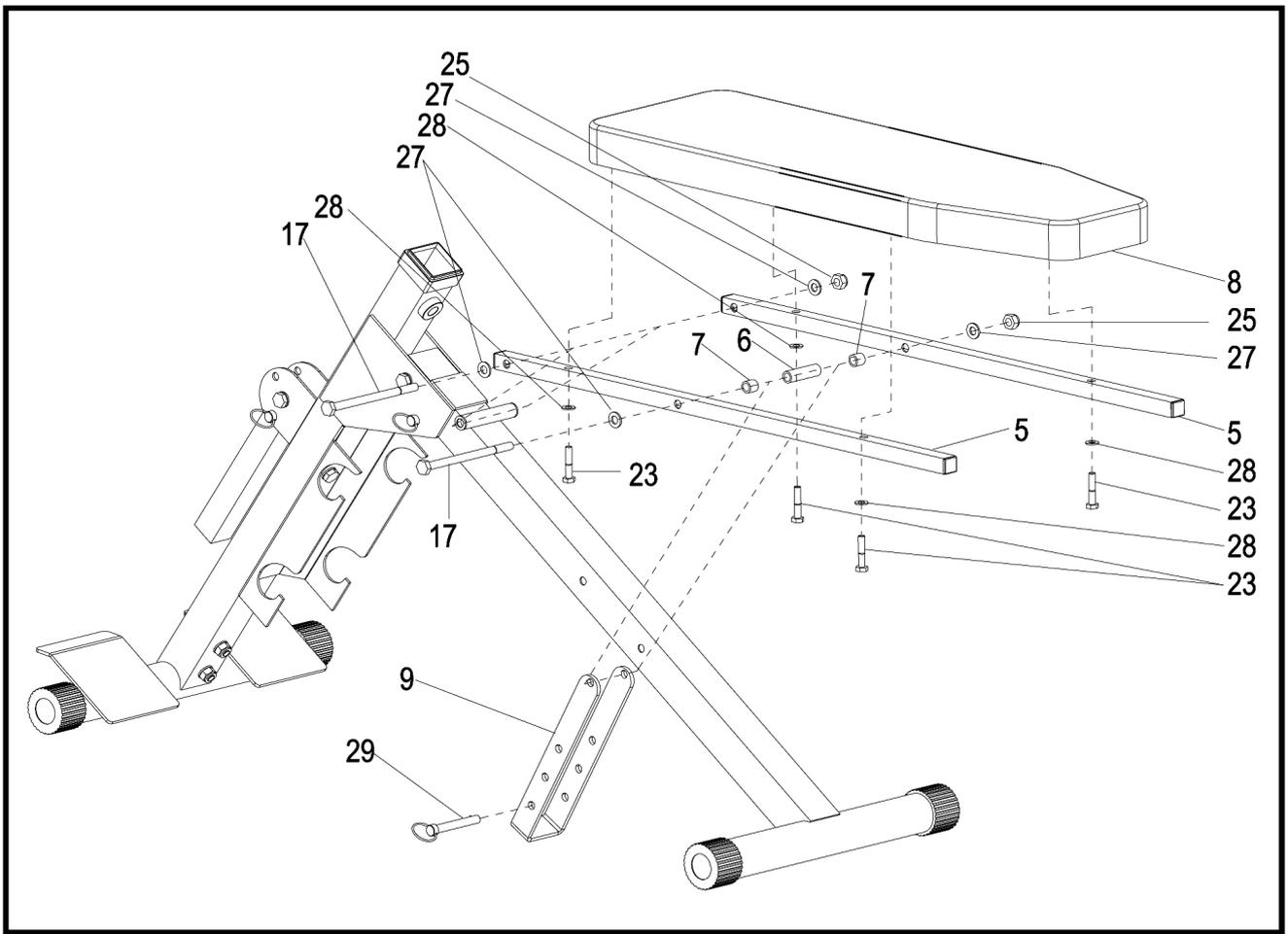
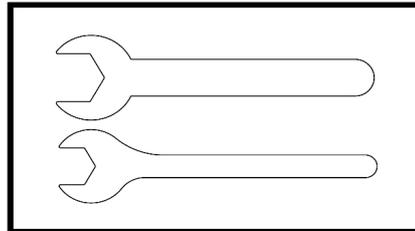
Ø8 4PCS



Ø10 4PCS

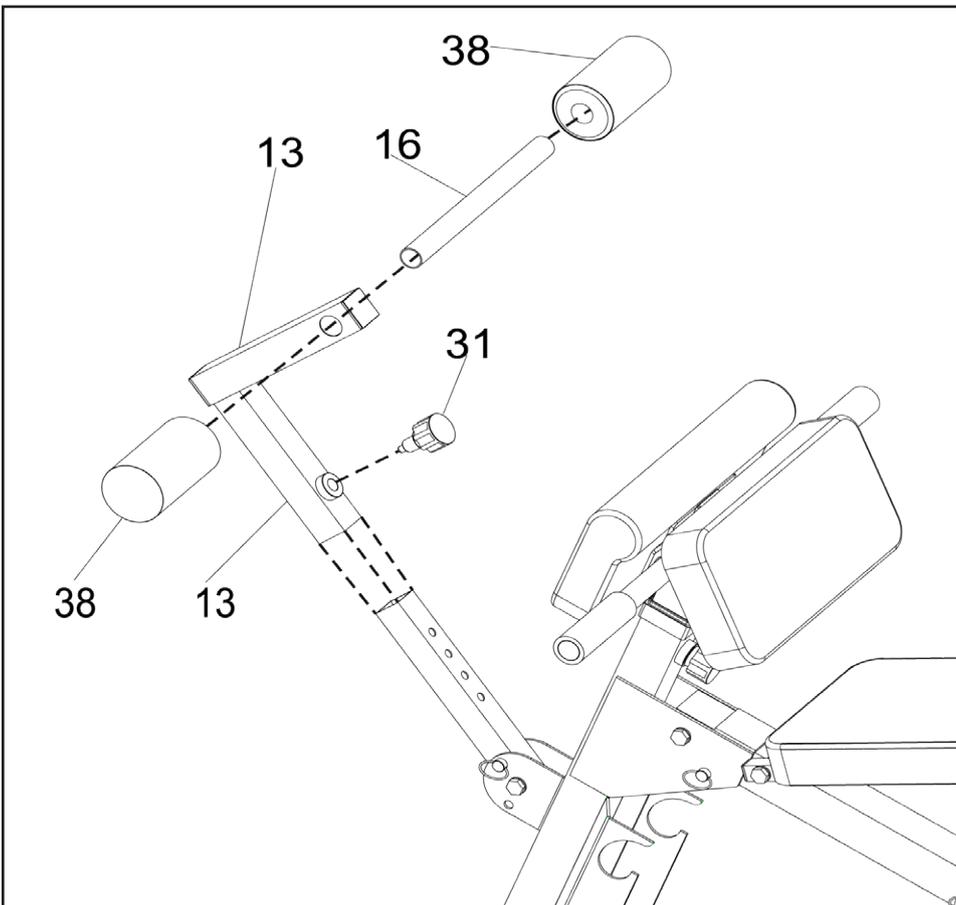
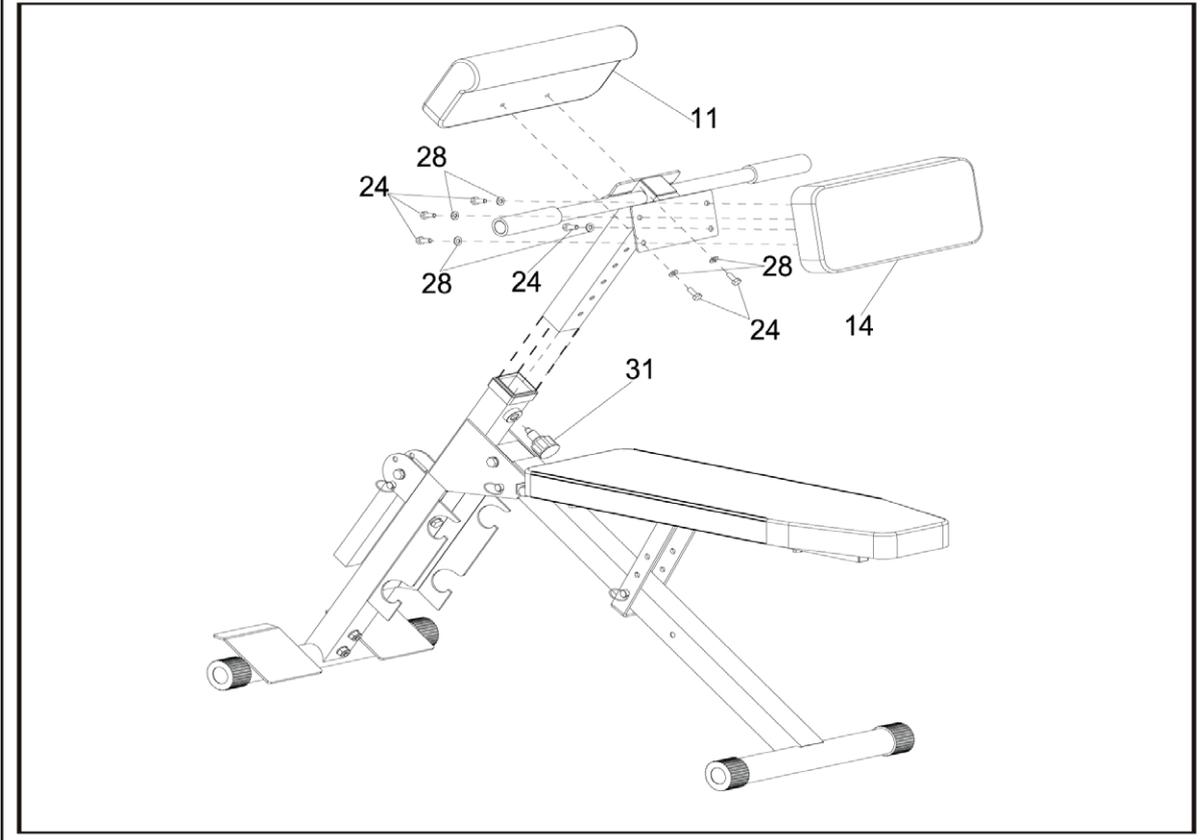
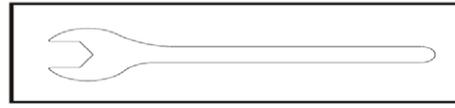


M10 2PCS



#24  M8x20 6PCS

#28  Ø8 6PCS



Wartung

- Grundsätzlich bedarf das Gerät keiner Wartung
- Kontrollieren Sie regelmäßig alle Geräteteile und den festen Sitz aller Schrauben und Verbindungen
- Tauschen Sie defekte Teile über unseren Kundenservice sofort aus. Das Gerät darf dann bis zur Instandsetzung nicht verwendet werden.

Pflege

- Zur Reinigung verwenden Sie bitte nur ein feuchtes Tuch ohne scharfe Reinigungsmittel.
- Bauteile, welche mit Schweiß in Kontakt kommen, brauchen nur mit einem feuchten Tuch gereinigt werden.

Údržba

- Zařízení v zásadě nevyžaduje žádnou údržbu.
- Pravidelně kontrolujte všechny části stroje a pevně všech matic a šroubů.
- Opatřené a vadné díly okamžitě vyměňte. V případě potřeby kontaktujte zákaznický servis. Stroj nepoužívejte dokud nebudou díly vyměněny.

Péče

- Pro čištění používejte pouze vlhký hadřík. Vyvarujte se používání nešetrných čistících prostředků.
- Komponenty, které přicházejí do styku s potem, je potřeba čistit pouze vlhkým hadříkem.

**Position 1:**

Lösen Sie die Griffschraube, ziehen diese heraus. Verstellen Sie die Beifixierung bis diese hörbar in der gewünschten Position wieder einrastet. Drehen Sie die Griffschraube wieder fest.

Position 2:

Lösen Sie die Griffschraube, ziehen diese heraus. Verstellen Sie das Arm Curl Polster bis diese hörbar in der gewünschten Position wieder einrastet. Drehen Sie die Griffschraube wieder fest.

Position 3:

Ziehen Sie den Steckstift heraus um Ihren Ab & back Trainer platzsparend zusammen zu klappen. Ein Training ist nur mit eingestecktem Steckstift erlaubt!

Pozice 1

Otočte šroubem a vytáhněte ho. Posuňte část do požadované pozice. Pusťte šroub do správné pozice (uslyšíte cvaknutí) a pak ho pevně utáhněte.

Pozice 2.

Otočte šroubem a vytáhněte ho. Posuňte sedadlo do požadované pozice. Šroub vraťte zpět do správné pozice (uslyšíte zacvaknutí) a pak ho pevně utáhněte.

Pozice 3.

Vytáhněte kolík s klopte trenážér. Pak kolík vraťte zpět. Stroj používejte pouze tehdy, je-li kolík vložen na své místo.



Um den Winkel der Rückenlehnen zu ändern, haben Sie 2x3 Möglichkeiten, sodass immer eine perfekte Trainingsintensität für Sie möglich ist. Ziehen Sie hierfür den Steckstift heraus, für die Rückenlehne in die gewünschte Position und fixieren diese mit dem Steckstift. Dieser muss ganz durchgeschoben werden.

Chcete-li upravit sklon opěradla pro větší intenzitu tréninku, vytáhněte kolík. Opěradlo dejte do polohy, která vám nejvíce vyhovuje a tuto polohu zafixujte tak, že vrátíte kolík zpět. Kolík musí projít oběma stranami.

6. Trainingsanleitung

6. Trénink

Aufwärmen

Beginnen Sie Ihr Training bitte NIE, ohne sich vorher aufzuwärmen. Führen Sie jeweils fünf bis zehn Minuten lang vor dem Training Aufwärmätze (Übungen am Gerät mit niedrigem Gewicht und hoher Wiederholungszahl) durch, um Verletzungen zu vermeiden.

II) Wie sollten Sie trainieren

Für das Krafttraining gibt es mehrere Trainingsmethoden nach welchen Sie trainieren können. Hier soll nur die Methode der Kraftausdauer beschrieben werden, da Sie diese Methode zum Beginn Ihres Trainings verwenden sollten

- Beginnen Sie mit einem geringen Gewicht. Es empfiehlt sich mit 3 Sätzen à 20 Wiederholungen zu beginnen. Das Gewicht können Sie solange erhöhen, bis Sie im letzten Satz die 20 Wiederholungen nicht mehr schaffen.
- Zwischen den Sätzen sollten Sie eine Pause von 60 Sekunden einlegen.
- Sie sollten 2-3 mal die Woche trainieren.

Zahřátí

Před začátkem cvičení se pořádně zahřejte, abyste předešli zranění.

II) Jak cvičit

Je mnoho různých způsobů, jak na lavičce cvičit. Zde bude vysvětlen pouze vytrvalostní trénink.

- Zvolte takovou váhu, se kterou zvládnete 3x20 opakování. Váhu zvyšujte, dokud ji zvládnete v posledním intervalu 20x zvednout.
- Přestávka mezi jednotlivými intervaly by měla být 60s.
- Cvičit stačí 2-3 týdne. Pokud chcete cvičit častěji, je lepší rozdělit trénink na horní a dolní část těla.

6.1 Übungsbilder

a) Gerade Bauchmuskeln 1



Ausgangsposition:

Legen Sie die Beine über das Polster und hängen Sie diese ein. Verschrenken Sie die Arme auf der Brust.

Endposition:

Atmen Sie aus und heben den Oberkörper so weit wie möglich vom Polster ab. Beim Zurückgehen, darauf achten, dass der Oberkörper nicht ganz auf das Polster abgelegt wird, sodass immer eine Anspannung der Bauchmuskulatur zu spüren ist.

Variation: Sie können den Oberkörper abwechselnd nach links oder rechts oben führen, dabei werden die schrägen Bauchmuskeln trainiert.

b) Gerade Bauchmuskeln 2



Ausgangsposition:

Legen Sie die Beine über das Polster. Verschrenken Sie die Arme auf der Brust.

Endposition:

Atmen Sie aus und heben den Oberkörper so weit wie möglich vom Polster ab. Achten Sie darauf, dass die Beine entspannt auf dem Polster aufliegen. Beim Zurückgehen, darauf achten, dass der Oberkörper nicht ganz auf das Polster abgelegt wird, sodass immer eine Anspannung der Bauchmuskulatur zu spüren ist.

Variation: Sie können den Oberkörper abwechselnd nach links oder rechts oben führen, dabei werden die schrägen Bauchmuskeln trainiert.

6.1 Fotky tréninku

a) Zdvih AB'S Verze 1



Startovací pozice

Položte nohy na opěrku a zafixujte je. Ruce dejte za hlavu.

Koncová pozice

S výdechem zvedejte horní část těla tak vysoko, jak je to možné. S nádechem vracejte tělo zpět, ale dbejte na to, aby se nedotklo lavice - je potřeba stále cítit napětí.

Varianty: Můžete také tělo zvedat doprava nebo doleva.

Tímto posilujete šikmé břišní svaly.

b) Zdvih AB'S Verze 2



Startovací pozice.

Položte nohy na opěrku a zafixujte je. Ruce dejte za hlavu a nebo je překřížte na hrudi.

Koncová pozice:

S výdechem zvedejte horní část těla tak vysoko, jak je to možné. S nádechem vracejte tělo zpět, ale dbejte na to, aby se nedotklo lavice - je potřeba stále cítit napětí.

Varianty: Můžete také tělo zvedat doprava nebo doleva.

Tímto posilujete šikmé břišní svaly.

c) M. biceps



Ausgangsposition:
Positionieren Sie das Armcurl Polster in einer angenehmen Position unter dem Oberarm. Arm im Ellenbogen nicht ganz durchstrecken.

Endposition:
Beugen Sie den Arm.

d) Rückenstrecker



Ausgangsposition:
Fixieren Sie das obere Ende des Armcurl Polster in der Höhe der Hüfte. Beugen Sie Ihren Oberkörper nach vorne unten.

Endposition:
Richten Sie den Oberkörper auf. Achten Sie darauf, dass Sie den Oberkörper nicht zu weit nach hinten strecken. Er sollte in einer Linie mit den Beinen sein.

c) M. biceps



Startovací pozice:
Upevněte si polštář pod rukou. Ruku nemějte úplně napnutou.

Koncová pozice:
Ohněte ruku.

d) Záda v prodloužení



Startovací pozice:
Opěrku zajistěte v takové pozici, aby horní strana polštáře byla ve stejné výšce, jako váš bok. Předklánějte horní část těla dolů.

Koncová pozice:
Narovnejte horní část těla. Dejte pozor, aby byla v jedné rovině se zbytkem těla.

e) Rückenziehen



Ausgangsposition:

Fixieren Sie das obere Ende des Armcurl Polster in der Höhe der Hüfte. Strecken Sie den Arm mit der Hantel nicht ganz aus.

Endposition:

Ziehen Sie die Hantel nach oben, indem Sie im Ellbogengelenk beugen. Ellbogengelenk sollte auf gleicher Höhe wie Ihr Rücken sein.

e) Zadní tah



Startovací pozice:

Opěrku zajistěte v takové pozici, aby horní strana polštáře byla ve stejné výšce, jako váš bok. Nepochínejte ruce.

Koncová pozice:

Ohněte ruku v lokni a posuňte ruce nahoru (viz druhý obrázek). Loket by měl být ve stejné výšce, jako horní polovina vašeho těla.

f) Triceps



Ausgangsposition:

Fixieren Sie sich mit dem Unterarm auf dem Polster. Halten Sie den Oberkörper gerade. Ellenbogen befindet sich auf Höhe der Rückens.

Endposition:

Führen Sie die Hanteln nach hinten, indem Sie den Arm strecken, Arme nicht ganz durchstrecken!

f) Triceps



Startovací pozice:

Koleno položte na polštář a rukou se zapřete. Horní část těla musí být rovná. Horní část paže je ve stejné výšce jako záda.

Koncová pozice:

Posuňte činku dozadu. Dejte pozor, abyste ruku nepropínali.

g) Bankdrücken



Ausgangsposition:

Fixieren Sie die Kniekehlen am Armcurl Polster. Das Rückenpolster befindet sich in einer waagerechten Position. Hantel befinden sich auf Höhe der Brust, sodass im Ellbogen ein rechter Winkel entsteht.

Endposition:

Strecken Sie den Arm mit der Hantel nach oben

Arme nicht durchstrecken!

g) Benchpress



Startovací pozice:

Upevněte nohy, činky jsou na stejné úrovni jako hrudník a lokty svírají úhel 90 stupňů.

Koncová pozice:

Posuňte činky nad sebe.

Pozor: Nepochínejte ruce!

h) Butterfly



Ausgangsposition:

Fixieren Sie die Kniekehlen am Armcurl Polster. Das Rückenpolster befindet sich in einer waagerechten Position. Hantel befinden sie auf höhe der Brust.

Endposition:

Führen Sie die Arme nach oben zusammen.

Arme in der Ausgangsposition nicht durchstrecken!

h) Motýlek



Startovací pozice:

Upevněte nohy, činky jsou na stejné úrovni jako hrudník.

Koncová pozice:

Posuňte činky nad sebe tak, aby byly nad vaší hlavou.

Pozor: Ve startovací poloze nepochínejte ruce.

i) Negatives Bankdrücken



Ausgangsposition:

Fixieren Sie die Kniekehlen am Armcurl Polster und hängen die Füße am Rundpolster ein. Rückenpolster befindet sich in einer schräg nach unten gerichteten Position. Hanteln befinden sich auf Höhe der Brust, sodass im Ellbogen ein rechter Winkel entsteht.

Endposition:

Strecken Sie den Arm mit der Hantel nach oben

Arme nicht durchstrecken!

j) Nackendrücken



Ausgangsposition:

Rückenpolster befindet sich in einer waagerechten Position. Lehnen Sie sich an das Armcurl Polster an. Hanteln befinden sich auf Höhe der Ohren, sodass im Ellbogen ein rechter Winkel entsteht.

Endposition:

Führen Sie die Arme nach oben zusammen.

Arme nicht durchstrecken!

i) Negative benchpress



Startovací pozice:

Upevněte nohy. Činky jsou na stejné úrovni jako hrudník, takže lokty jsou v úhlu 90 stupňů. Zadní polštář je v negativním sklonu.

Koncová pozice:

Zvedněte činky nahoru.

Pozor: Nepochínejte ruce!

j) Motylek



Startovací pozice:

Polštář opěradla je ve vodorovné poloze. Činky jsou ve výšce vašich uší, lokty svírají úhel 90 stupňů.

Koncová pozice:

Zvedejte činky nahoru.

Pozor: Nepochínejte ruce.

k) Seitneigen



Ausgangsposition:

Stellen sie sich mit einem Bein auf eine Trittplatte. Das Armcurl Polster ist so eingestellt, dass die Oberkante gleich hoch ist wie der Hüftknochen. Halten Sie den Oberkörper gerade.

Endposition:

Führen Sie den Oberkörper zur Seite. Für die andere Oberkörperseite, drehen Sie sich um und benutzen die andere Trittplatte.

Nicht ins Hohlkreuz fallen, Bauchmuskeln anspannen!!

k) Ohybání v bok



Startovací pozice:

Postavte se na jeden pedál a ujistěte se, že horní část polštáře je ve stejné výšce jako vaše kyčel. Udržujte horní část těla rovnou

Koncová pozice:

Pohybujte horní částí těla na stranu. Pro trénink druhé strany se otočte a stoupněte si na pedál druhou nohou.

Pozor: Buďte narovnaní.

l) Nackendrücken



Ausgangsposition:

Rückenpolster befindet sich in einer waagerechten Position. Lehnen Sie sich an das Armcurl Polster an. Hanteln befinden sich auf Höhe der Ohren, sodass im Ellbogen ein rechter Winkel entsteht.

Endposition:

Führen Sie die Arme nach oben zusammen.

Arme nicht durchstrecken!

l) Motýlek



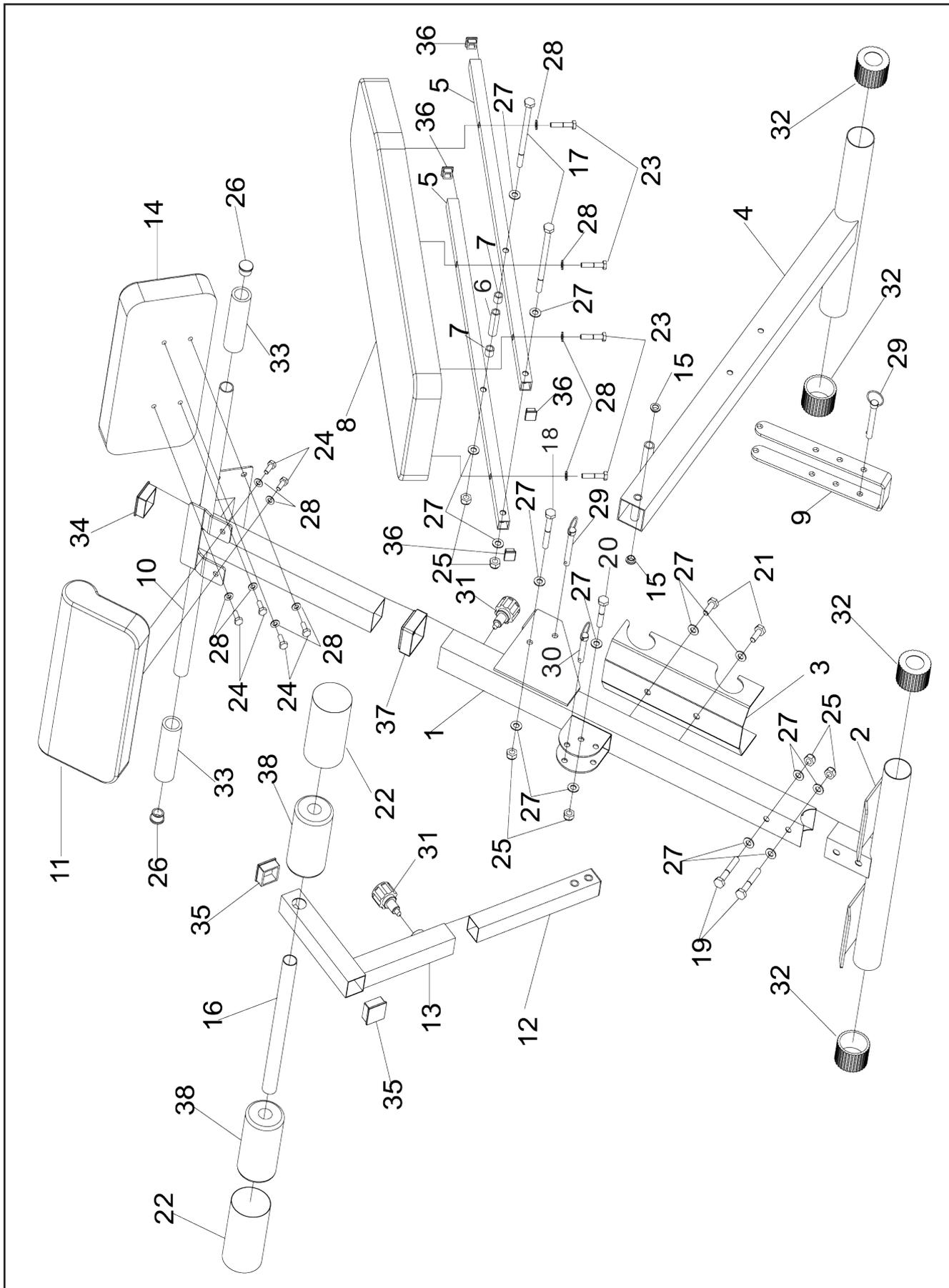
Startovací pozice:

Opěradlo je ve vodorovné pozici. Činky jsou ve stejné výšce jako vaše uši a lokty svírají úhel 90 stupňů.

Koncová pozice:

Zvedejte činky nahoru.

Pozor: Nepochínejte ruce!



8. Teilleiste / Seznam dílů

Position	Bezeichnung	Description	Abmessung/Dimension	Menge/Quantity
3869-1	Stütze, vorne	Front standing tray		1
-2	Standfuß, vorn	Front support tray		1
-3	Hantelaufnahme	Barbell holder		1
-4	Standfuß, hinten	Rear support tray		1
-5	Rahmen für Sitzpolster	Frame for seat cushion, big style		2
-6	Hülse	Fixing tube		1
-7	Buchse	Bushing		2
-8*	Sitzpolster	Seat cushion		1
-9	Neigungsverstellung für Sitzpolster	Incline adjustment for seat cushion, big style		1
10	Rahmen für Armpolster	Elbow pad tray		1
-11*	Armauflagepolster 1	Ellbow pad 1		1
-12	Längenverstellung 1	Adjustment tray 1		1
-13	Längenverstellung 2	Adjustment tray 2		1
-14*	Armauflagepolster 2	Ellbow pad 2		1
-15	Kupferbuchse	Copper bushing		2
-16	Metallrohr	Metal tubing	Ø25x303	1
-17	Sechskantschraube	Hex head screw	M10x145	2
-18	Sechskantschraube	Hex head screw	M10x75	1
-19	Sechskantschraube	Hex head screw	M10x65	2
-20	Sechskantschraube	Hex head screw	M10x55	1
-21	Sechskantschraube	Hex head screw	M10x20	2
-22	Lederstreifen	Leather pad		1
-23	Sechskantschraube	Hex head screw	M8x40	4
-24	Sechskantschraube	Hex head screw	M8x20	6
-25	Mutter, selbstsichernd	Safety nut	M10	6
-26	Mutter, selbstsichernd	Safety nut	M8	2
-27	Unterlegscheibe	Washer	Ø10	14
-28	Unterlegscheibe	Washer	Ø8	10
-29	Steckstift	Steel bolt	Ø10x65	2
-30	Steckstift	Steel bolt	Ø10x45	1
-31	Griffschraube	Grip screw		2
-32	Endkappen	End cap		4
-33*	Griffe	Handgrips		2
-34	Endkappe	End cap	45x45	1
-35	Endkappe	End cap	33.4x33.4	2
-36	Endkappe	End cap	20x20	4
-37	Endkappe	End cap	50x50	1
-38*	Schaumstoffrollen	Foam pads, round style		2
-39*	Leder für Schaumstoffrolle	Leather for foam pads, round style		2

Bei den mit * versehenen Teilenummern handelt es sich um Verschleißteile, die einer natürlichen Abnutzung unterliegen und ggf. nach intensivem oder längerem Gebrauch ausgetauscht werden müssen. In diesem Falle wenden Sie sich bitte an den Finnlo – Kundenservice. Hier können die Teile gegen Berechnung angefordert werden.

Čísla dílů, které jsou označeny *, jsou ty díly, u kterých častěji dochází k jejich opotřebení a které musí být po intenzivním nebo dlouhodobém používání vyměněny. V takovém případě kontaktujte zákaznický servis, vyžádejte si díly. Díly vám budou naúčtovány.

Záruční kontakty

Výrobce:

Hammer Sport AG, Von Liebig Str. 21, 89231

Neu-Ulm www.hammerer.de

Dovozce:

FITNESS STORE s.r.o.

Bělotín 341

753 64 Bělotín

telefon: [+420 581 601](tel:+420581601521)

[521](tel:+420581601521)



Um Ihnen optimal helfen zu können, halten Sie bitte **Artikel-Nummer, Seriennummer, Explosionszeichnung und Teileliste** bereit.

S E R V I C E - H O T L I N E

Tel.: 0731-97488- 62 oder -68

Fax: 0731-97488-64

Montag bis Donnerstag
Freitag

von **09.00 Uhr** bis **16.00 Uhr**
von **09.00 Uhr** bis **14.00 Uhr**

E-Mail: service@hammer.de



An
Hammer Sport AG
Abt. Kundendienst
Von-Liebig-Str. 21
89231 Neu-Ulm

Art.-Nr.:3869 AB & Back Trainer
Serien Nr.:

Ort: Datum:

Ersatzteilbestellung

(Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen!)

Kaufdatum:

Gekauft bei Firma:

(Garantieansprüche nur in Verbindung mit einer Kopie des Kaufbeleges!)

Bitte liefern Sie mir folgende Ersatzteile (Bitte leserlich schreiben!):

Position	Bezeichnung	Stückzahl	Bestellgrund

Käufer:

.....
(Name, Vorname)
.....
(Strasse, Hausnr.)
.....
(PLZ, Wohnort)
.....
(Telefon, Fax)
.....
(E-Mail-Adresse)
.....

Lieferadresse: (wenn abweichend von Käuferadresse)

.....
(Firma)
.....
(Ansprechpartner)
.....
(Strasse, Hausnr.)
.....
(PLZ, Wohnort)
.....
(Telefon, Fax)
.....
(E-Mail-Adresse)
.....