

Verwendung und Pflege AFS-TEX Balance Sitzball

Vielen Dank, dass Sie sich für den Kauf eines AFS-TEX Artikels entschieden haben. Wir sind sicher, dass Sie dessen einzigartige Anti-Ermüdungswirkung und ergonomische Eigenschaften genießen werden.

ACHTUNG: Verwenden Sie den Sitzball nur wie in dieser Bedienungsanleitung beschrieben. Jede andere Nutzung gilt als nicht bestimmungsgemäß und kann zu Verletzungen oder Sachschäden führen. Der Hersteller oder Händler übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch nicht bestimmungsgemäßen oder falschen Gebrauch entstanden sind.

Lieferumfang:

- AFS-TEX Balance Sitzball
- Stopfen zum Verschließen der Pumpöffnung
- Baumwollüberzug für Sitzball
- Pumpe
- Pumpennadel

Technische Daten:

Maximale zulässiges Nutzergewicht: 300 kg

Verfügbare Balldurchmesser:

65 cm (empfohlen für eine Körpergröße bis 1,80 m)

75 cm (empfohlen für eine Körpergröße über 1,80 m)

Sicherheitshinweise zur Nutzung:

Um den maximalen Nutzen aus diesem Produkt zu ziehen, beachten Sie folgendes:

- Der Sitzball sollte auf einem flachen, ebenmäßigen und trockenen Boden im Innenbereich genutzt werden.
- Stellen Sie sicher, dass der Sitzball und dessen Hülle immer im sauberen Zustand bleiben. Sand oder andere Rückstände auf der Oberfläche können zum Platzen oder zu anderweitigen Beschädigungen führen. Vermeiden Sie den Kontakt mit scharfen oder spitzen Gegenständen und halten Sie den Sitzball vor solchen Gegenständen fern.
- Positionieren Sie Ihren Sitzball bei Nichtgebrauch fern von Durchgangswegen.
- **WICHTIG:** Das für den Sitzball maximal empfohlene Nutzergewicht beträgt 300 kg. Die Nutzung des Sitzballs von schwereren Personen kann den Sitzball beschädigen, zudem verliert die Garantie ihre Gültigkeit. Vergewissern Sie sich, dass durch die Verwendung von Zusatzgewichten während der Nutzung des Sitzballs (beispielsweise während Gymnastikübungen) nicht das maximale Nutzergewicht überschritten wird.
- Vergewissern Sie sich, dass Sie während der Nutzung immer auf der Ballmitte sitzen, um ein Wegrutschen des Sitzballs zu vermeiden.
- Während einer Schwangerschaft wird von der Verwendung des Sitzballs abgeraten.
- Pumpen Sie den Sitzball nie mit dem Mund auf. Davon kann Ihnen schwindelig werden.
- Nutzen Sie den Sitzball nicht, wenn Sie sich unwohl oder krank fühlen. Brechen Sie die Nutzung des Sitzballs ab, wenn Sie Schmerzen haben, Ihnen schwindelig wird, oder Sie beginnen, sich unwohl zu fühlen.
- Achten Sie bei der Verwendung des Sitzballs für Gymnastik- und/oder Sitzübungen stets darauf, dass Sie Ihre individuellen Leistungsgrenzen nicht überschreiten und stets die Kontrolle über den Sitzball behalten.
- Der Sitzball ist nicht geeignet für die Nutzung durch Kinder ohne Beaufsichtigung durch die Eltern.
- Lassen Sie Kinder nicht mit Kleinteilen, wie dem Stopfen für die Aufpumpöffnung oder der Pumpennadel spielen. Sie könnten sich verschlucken und daran ersticken, oder sich anderweitig verletzen.
- Lassen Sie Kinder nicht mit der Plastikverpackung spielen. Sie könnten daran ersticken.
- Lassen Sie nicht zu, dass Haustiere mit dem Sitzball spielen oder in die Nähe des Sitzballs geraten.

- Kontrollieren Sie den Sitzball vor jedem Gebrauch auf Schäden und Verschleiß. Lassen Sie den Sitzball erst fachmännisch reparieren, bevor Sie ihn wieder nutzen.
- Der Sitzball kann während der Nutzung wegrollen. Ältere Menschen oder Menschen mit eingeschränkten motorischen Fähigkeiten sollten sich daher bei der Nutzung abstützen und besondere Vorsicht walten lassen.
- Auch beim Hinsetzen oder Aufstehen kann der Sitzball wegrollen. Durch langsame Bewegungen kann dies vermieden werden. Führen Sie Positionswechsel auf dem Sitzball deshalb langsam und vorsichtig durch.
- Halten Sie während der Nutzung des Sitzballs ausreichend Abstand zu anderen Gegenständen und Personen.
- Legen Sie spitze oder harte Gegenstände während der Nutzung des Sitzballs beiseite, da diese den Sitzball beschädigen könnten. Dies gilt insbesondere für Ringe, Uhren, den Schlüsselbund in der Hosentasche, Stifte etc. Tragen Sie keine Kleidung mit Nadeln, Nieten, Schnallen oder dergleichen, weil diese den Sitzball beschädigen könnten.
- Halten Sie den Sitzball von direktem Sonnenlicht, hohen Temperaturen und Wärmequellen fern.
- Das Aufpumpen oder Luft ablassen sollte nur durch einen Erwachsenen erfolgen.
- Treten Sie nicht gegen den Sitzball.
- Der Stopfen muss stets vollständig in die Aufpumpöffnung eingesetzt werden.
- Prüfen Sie regelmäßig den Umfang und den Luftdruck des Sitzballs, bevor Sie ihn nutzen.

Sitzball und Lieferumfang prüfen:

- Öffnen Sie die Verpackung des Sitzballs nicht mit einem scharfen Gegenstand, da dieser den Sitzball zerstören könnte.
- Vergewissern Sie sich, dass der Lieferumfang des Sitzballs komplett ist (siehe auch Punkt „Lieferumfang“)
- Vergewissern Sie sich vor dem Aufpumpen des Sitzballs, dass dieser keine Schäden aufweist.

Inbetriebnahme/Aufpumpen:

Der Sitzball muss immer ordnungsgemäß und gemäß den nachfolgenden Anweisungen aufgepumpt werden, ansonsten besteht Verletzungsgefahr.

- Lassen Sie den Sitzball vor dem Aufpumpen ca. 2 Stunden lang bei Raumtemperatur ruhen. Pumpen Sie den Sitzball nicht auf, wenn er zu warm oder zu kalt ist.
- Pumpen Sie den Sitzball nicht auf, wenn die Temperatur in dem Raum, in dem Sie den Sitzball verwenden werden, mehr als 32 °C oder weniger als 18 °C beträgt.
- Der Sitzball darf nur von Erwachsenen aufgepumpt werden.
- Befüllen Sie den Sitzball nur mit Luft.
- Stecken Sie den unaufgepumpten Sitzball in den Baumwollüberzug. Dieser hat einen Reißverschluss, durch den der unaufgepumpte Sitzball hineingeschoben und herausgeholt werden kann. Der Sitzball sollte im Baumwollüberzug so gedreht werden, dass Sie gut an die Aufpumpöffnung kommen und den Sitzball im Baumwollüberzug aufpumpen können.
- Entfernen Sie den Stopfen von der Aufpumpöffnung und stecken Sie die Pumpennadel der mitgelieferten Pumpe in die Aufpumpöffnung des Sitzballs.
- Legen Sie den Sitzball auf eine flache Oberfläche, und beginnen Sie zu pumpen. Pumpen Sie den Sitzball zunächst nur soweit auf, dass der Durchmesser ca. 3 bis 5 cm weniger beträgt, als der maximale Durchmesser, der für Ihren Sitzball auf der Originalverpackung angegeben ist (entweder 65 cm oder 75 cm).
- Nachdem der Sitzball bis zur vorstehend genannten Grenze aufgepumpt wurde, entfernen Sie die Pumpennadel aus dem Sitzball und stecken Sie den Abdeckstopfen vollständig in die Aufpumpöffnung.
- Lassen Sie den Sitzball circa 2 Stunden bei Raumtemperatur ruhen, damit sich die Luft gleichmäßig verteilen kann.
- Messen Sie nach circa 2 Stunden den Balldurchmesser erneut und pumpen Sie erst dann den Sitzball vollständig bis zu dem auf der Verpackung angegebenen Durchmesser auf. Pumpen Sie den Sitzball lediglich bis zu der auf der Originalverpackung angegebenen Größe auf. Wird der Sitzball zu stark aufgepumpt, kann er platzen oder reißen, was Ihre Garantie erlöschen lässt.

ACHTUNG: Der Balldurchmesser sollte nie größer sein, als auf der Verpackung angegeben (Gefahr des Platzens des Sitzballs). Prüfen Sie vor der Nutzung des Sitzballs regelmäßig den Balldurchmesser.

- Bei warmen Temperaturen steigt der Luftdruck im Sitzball. Lassen Sie dann gegebenenfalls etwas Luft ab.
- Pumpen Sie den Sitzball nicht mit einem Luftkompressor auf. Diese blasen kalte Luft in den Sitzball, die sich ausdehnen kann, wenn sie wieder Raumtemperatur erreicht hat.

Luft ablassen:

Entfernen Sie den Stopfen auf der Aufpumpöffnung nie mit scharfen Gegenständen. Dies könnte den Sitzball beschädigen. Entfernen Sie den Sitzball nach dem vollständigen Ablassen der Luft aus dem Baumwollüberzug.

Pflege des Sitzballs:

Nutzen Sie keine aggressiven Reinigungsmittel, Bürsten mit Metall- oder Nylonfasern, scharfe oder metallische Reinigungsutensilien wie Messer, harte Spachtel etc. Der Sitzball könnte beschädigt werden. Reinigen Sie die Hülle und den Sitzball nur mit mildem Seifenwasser. Vergewissern Sie sich, dass Sitzball und Ballhülle vor der Nutzung komplett trocken sind, um Rutschen zu vermeiden.

Aufbewahrung:

Bewahren Sie den Sitzball nicht in Umgebungen über 32° C oder unter 18° C auf. Lassen Sie die Luft vollständig aus dem Sitzball ab, bevor sie ihn lagern. Wählen Sie für die Lagerung einen trockenen, sauberen Ort. Halten Sie die Aufpumpöffnung des Sitzballs während der Lagerung mit dem Stopfen geschlossen.

