

HIGH-PERFORMANCE ALUMINIUM**NORDIC WALKING POLES****PL KIJKI NORDIC WALKING****DE NORDIC WALKING STÖCKE**

- ★ *Non-slip cork handle*
- ★ *Comfortable gloves*
- ★ *Exchangeable tips*
- ★ *Wide range of adjustment*
- ★ *Durable design*
- ★ *Weather resistant*

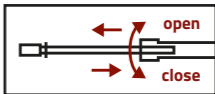
138301 / BLACK-GREEN

Made in China for:
Wyprodukowano w Chinach dla:
Hergestellt in China für:

Global Income sp. z o.o.
ul. Chwaszczyńska 135B,
81-571 Gdynia Poland
tel. +48 (58) 746-37-97

www.neo-sport.pl
sklep@neo-sport.pl





WARNINGS!

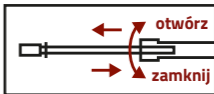
- Do not attempt repairs that may pose a safety risk.
- Before starting training, in case of problems with the circulatory system, it is recommended to consult a doctor.
- Wearing appropriate sports footwear is recommended.
- In conditions of limited visibility, it is suggested to use reflective clothing or accessories during workouts.
- Before each use of the product, it is advisable to check it for any damages.
- Do not continue using the poles if any damages are detected.
- Try to avoid traffic movement to minimize the risk of accidents.
- The poles are not intended for use in skiing sports.
- Avoid using oil as it may have a negative impact on the mechanism.
- The pole tips may damage the surface.
- Sitting on the poles is not recommended as they may easily break.
- Pole tips pose a danger to children!
- The product is intended for private use.
- It is recommended to regularly check the mounting system.

USE INSTRUCTIONS

- It is recommended to warm up properly before using the product.
- Steps should always be taken by first standing on the heels and then gently pushing off with the toes. It is advisable to simultaneously make a vigorous forward movement with the opposite hand.
- The position of the wrists should always be relaxed, and avoid bending them.
- It is recommended to always take decisive, large steps and avoid moving the poles too far away from the body.

CLEANING AND MAINTENANCE

To clean trekking poles, it is recommended to use warm water or a damp cloth with a mild detergent. Never use cleaning agents containing solvents or other aggressive substances, as they may damage plastic materials and prints.



OSTRZEŻENIA!

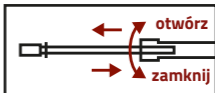
- Nie należy podejmować się napraw, które mogą zagrażać bezpieczeństwu.
- Przed rozpoczęciem treningu, w przypadku problemów z układem krążeniowym, sugerowana jest konsultacja z lekarzem.
- Używanie odpowiedniego obuwia sportowego jest wskazane.
- W warunkach ograniczonej widoczności sugeruje się korzystanie z odzieży lub akcesoriów odblaskowych podczas treningu.
- Przed każdym użyciem produktu zaleca się sprawdzenie go pod kątem uszkodzeń.
- Nie kontynuuj użytkowania kijów w przypadku stwierdzenia uszkodzeń.
- Staraj się unikać ruchu drogowego, aby zminimalizować ryzyko wypadku.
- Kijki nie są przeznaczone do użytku w sportach narciarskich.
- Unikaj stosowania oleju, ponieważ może to negatywnie wpłynąć na mechanizm.
- Szpice kijów mogą uszkodzić podłoże.
- Nie zaleca się siadania na kijach, ponieważ mogą się łatwo złamać.
- Szpice kijów stanowią zagrożenie dla dzieci!
- Produkt jest przeznaczony do użytku prywatnego.
- System mocowania zaleca się kontrolować regularnie.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA

- Przed rozpoczęciem korzystania z produktu zaleca się przeprowadzenie odpowiedniej rozgrzewki.
- Kroki powinno się stawiać zawsze, stając najpierw na piętach, a następnie delikatnie odbijając się palcami. Wskazane jest równoczesne wykonywanie zamasztywego ruchu do przodu przeciwną ręką.
- Pozycja nadgarstków powinna być zawsze swobodna, należy unikać ich wyginania.
- Rekomenduje się zawsze stawianie zdecydowanych, dużych kroków oraz unikanie oddalania kijów zbyt daleko od ciała.

CZYSZCZENIE I PIELĘGNACJA

Do czyszczenia kijów trekkingowych zaleca się używać ciepłej wody lub wilgotnej ściereczki z łagodnym detergentem. Nigdy nie należy stosować środków czyszczących zawierających rozpuszczalniki lub inne agresywne substancje, ponieważ mogą one uszkodzić materiały z tworzyw sztucznych oraz nadruki.



WARNUNGEN!

- Versuchen Sie nicht, Reparaturen durchzuführen, die ein Sicherheitsrisiko darstellen könnten.
- Bei Problemen mit dem Kreislauf empfiehlt es sich, vor Beginn des Trainings einen Arzt aufzusuchen.
- Es ist empfohlen, geeignete Sportschuhe zu verwenden.
- Bei eingeschränkter Sicht wird empfohlen, während des Trainings reflektierende Kleidung oder Accessoires zu tragen.
- Es ist empfohlen, das Produkt vor jedem Gebrauch auf mögliche Schäden zu überprüfen.
- Bei den entdeckten Schäden, benutzen Sie die Wanderstöcke nicht weiter.
- Vermeiden Sie den Straßenverkehr, um das Unfallrisiko zu minimieren.
- Die Wanderstöcke sind für den Skisport nicht geeignet.
- Vermeiden Sie die Verwendung von Öl, da es den Mechanismus negativ beeinflussen könnte.
- Die Spitzen von Wanderstöcken können den Boden beschädigen.
- Es wird nicht empfohlen, auf Wanderstöcken zu sitzen, da diese leicht brechen können.
- Die Spitzen können für Kinder gefährlich sein.
- Das Produkt ist für den privaten Gebrauch bestimmt.
- Es wird empfohlen, das Montagesystem regelmäßig zu überprüfen.

BEDIENUNGSANLEITUNG

- Es wird empfohlen, sich vor der Verwendung des Produkts ausreichend aufzuwärmen.
- Schritte sollten immer so ausgeführt werden, dass man sich zunächst auf die Fersen stellt und sich dann sanft mit den Zehen abstößt. Es ist empfohlen, gleichzeitig mit der anderen Hand eine schwungvolle Bewegung nach vorne auszuführen.
- Die Haltung der Handgelenke sollte immer entspannt werden und ein Abknicken vermeiden.
- Es wird empfohlen, immer entschlossene, große Schritte zu machen und die Stöcke nicht zu weit vom Körper weg zu bewegen.

REINIGUNG UND PFLEGE

Zum Reinigen von Wanderstöcken ist empfohlen, warmes Wasser oder einen feuchten Tuch mit einem milden Reinigungsmittel zu verwenden. Benutzen Sie niemals lösungsmittelhaltige oder andere aggressive Reinigungsmittel, da diese Kunststoffmaterialien und Drucke beschädigen können.