

PH FITNESS



24KG VERSTELBARE DUMBBELLS

LEES EN BEWAAR DEZE VEILIGHEIDS- EN GEBRUIKSHANDLEIDING

INHOUD

Inleiding	2
Ons verhaal	3
Belangrijke informatie	4
Instructies voor correct gebruik	5
Instellen en installeren	6
Garantie-informatie	7

HANDLEIDING IN ANDERE TALEN

Deze handleiding in een andere taal nodig? Scan de QR-code rechts voor de volledige digitale handleiding, beschikbaar in meerdere talen, waaronder Nederlands, Duits, Frans, Spaans, Portugees en nog veel meer. Is jouw gewenste taal niet beschikbaar? Mail ons op info@phfitness.nl. We helpen je graag. Scan de QR-code om de handleiding online te bekijken.

SCAN VOOR
ONLINE HANDLEIDING



WAARSCHUWING

Je aanvaardt en erkent dat het jouw verantwoordelijkheid blijft om vóór gebruik van de verstelbare dumbbells de veiligheidshandleiding te lezen en je kennis van alle veiligheidsaspecten regelmatig op te frissen: hoe je de gewichten gebruikt en vóór gebruik verstelt, en hoe je ze tussen trainingen onderhoudt, verzorgt en opbergt, zodat ze goed blijven werken. Je bent verantwoordelijk voor het controleren van de verstelbare dumbbells vóór elk gebruik om letsel bij jezelf en anderen en/of schade aan je omgeving te voorkomen. Zie je schade of een defect aan de dumbbells (zoals aan de clip), gebruik ze dan niet om het risico op letsel en/of schade aan de omgeving te vermijden. Ga naar onze website voor verder advies en ondersteuning om het probleem op te lossen en te zorgen dat je ze weer veilig kunt gebruiken. Je aanvaardt dat dit te allen tijde jouw verantwoordelijkheid blijft. Wij aanvaarden geen verantwoordelijkheid of aansprakelijkheid voor letsel of schade door jouw nalatigheid en/of het niet naleven van de voorschriften voor verantwoord gebruik van de verstelbare dumbbells.

HET IS TIJD OM SLIMMER TE TRAINEN.

Welkom bij de PH Fitness-familie! Je hebt zojuist een baanbrekend fitnessproduct aangeschaft: onze verstelbare dumbbells van 24KG.

PH FITNESS

Bij PH Fitness geloven we in het vergroten van mogelijkheden, niet alleen in het tillen van gewichten. Daarom hebben we een slimmere manier van trainen ontwikkeld: 15 traditionele dumbbells vervangen door 1 slimme verstelbare dumbbell die naadloos bij jouw levensstijl past. Met slimme, innovatieve apparatuur helpen we je graag om je volledige potentieel te benutten.

Dit meesterwerk is het resultaat van jarenlange toewijding en ontwerpexpertise, volledig gericht op het verbeteren van jouw fitnesservaring.

We staan bij elke stap voor je klaar: jouw succes is ons succes. Heb je vragen? Neem gerust contact met ons op via support@phfitness.nl.



PH FITNESS

HOOFDKANTOOR

Adres: Zürichstraat 20

Postcode: 6135LP

Plaats: Sittard

Land: Nederland

PH FITNESS

Wij zijn twee neven met een missie: het algemene welzijn bevorderen door fysieke fitheid voor iedereen toegankelijk te maken.

PH Fitness is ontstaan tijdens de pandemie, toen landen wereldwijd in lockdown gingen en er weinig praktische en betaalbare alternatieven voor de sportschool waren. Steeds meer wetenschappelijk onderzoek toont aan dat sporten helpt tegen stress en angst in de chaotische, moderne wereld van vandaag. Wij geloven dat fit blijven steeds belangrijker wordt om goed voor onze mentale en fysieke gezondheid te zorgen.

Of je nu al tientallen jaren gewichten heft, net begint met fitness, je onzeker voelt over de sportschool of simpelweg weinig tijd hebt: wij willen hoogwaardige, betaalbare en innovatieve fitnessapparatuur voor iedereen toegankelijk maken.

Onze droom begon in Nederland. Inmiddels worden de verstelbare dumbbells van PH Fitness gebruikt in meer dan 20.000 woningen, hotels en commerciële sportscholen in 18 Europese landen.

Bedankt voor je steun aan onze missie. We hopen dat je veel plezier beleeft aan onze verstelbare dumbbells!

P.S. Blijf met je PH Fitness-apparatuur?

Laat een positieve beoordeling achter op het platform waar je hebt gekocht (Bol.com, CDON, Worten, Kaufland enz.) of op Google. Het helpt ons enorm om te groeien!

Wil je jouw verhaal delen?

Mail ons op support@phfitness.nl

– we horen graag van je!

Luc & Stijn,

Oprichters van PH Fitness

BELANGRIJKE

INFORMATIE

Vóór gebruik

- Controleer en test het vergrendelingsmechanisme aan het begin van elke training om te zien of het goed werkt. Volg voor jouw veiligheid en die van anderen de gebruiksprocedures in deze handleiding.
- Laat de dumbbells niet vallen: dit kan letsel en schade aan de dumbbell veroorzaken. Neem bij beschadigde onderdelen contact met ons op via onze website.
- Houd kinderen uit de buurt van deze dumbbell. De bewegende onderdelen en andere functies kunnen gevaarlijk voor hen zijn.
- Niet geschikt voor personen jonger dan 14 jaar.
- Raadpleeg een arts voordat je aan een trainingsprogramma begint. Stop direct bij pijn op de borst, kortademigheid of duizeligheid. Raadpleeg je arts voordat je het apparaat weer gebruikt.
- De dumbbells zijn uitsluitend bedoeld voor thuisgebruik.
- Volg de procedures in deze handleiding.
- Gebruik de dumbbells niet buiten of in vochtige of natte omgevingen.
- Zorg vóór je begint dat je trainingsruimte vrij is van obstakels en andere personen.
- Vermijd overbelasting en volg de instructies in deze handleiding.
- Forceer de verstelknoppen niet als de dumbbell niet in de houder ligt.
- Laat de dumbbells tijdens gebruik niet tegen elkaar botsen: dit kan schade en letsel veroorzaken.
- Leun niet op de handgrepen en gebruik ze niet om je lichaamsgewicht te ondersteunen: dit kan schade en letsel veroorzaken.
- Plaats de dumbbells vanwege hun gewicht rechtstreeks op de vloer voor stabiliteit als je de optionele standaard niet gebruikt.

- Bewaar de verpakking gedurende de retourtermijn. Als je een retour aanvraagt en nieuwe verpakking nodig hebt, kost dit €40. Retouren zonder originele verpakking worden helaas niet geaccepteerd. Vanwege de mechanische aard van het product moet de verpakking precies passen.

Vóór het tillen

Controleer vóór elke training of de gewichtsschijven goed in de houder liggen. Controleer of de cijfers op de gewichtsaanduiding van je dumbbells correct zijn uitgelijnd. Schud de dumbbells aan het begin van een nieuwe training na het optillen voorzichtig om te controleren of er geen extra schijven zijn meegekomen.

Voorzichtig hanteren

Gebruik de dumbbells niet om je lichaamsgewicht te ondersteunen. Laat ze niet vallen of tegen elkaar botsen, want dit kan schade veroorzaken. Ga zorgvuldig met je apparatuur om om jezelf en je materiaal te beschermen.

Onderhoud en controle

Stop direct met het gebruik als je dumbbells niet goed werken. Neem voor hulp contact op met onze klantenservice. Inspecteer en test het vergrendelingsmechanisme regelmatig om te controleren of alles soepel werkt.

INSTRUCTIES VOOR

CORRECT GEBRUIK

1. Controleer vóór het aanpassen van het gewicht of de gewichtsschijven goed in de bijbehorende sleuven van de houder liggen.
2. Draai de knop naar links of rechts om het gewicht in te stellen voordat je de dumbbell optilt.
3. De gewichtsschijven mogen alleen kunnen worden gewisseld als de dumbbells in de houder liggen. Veiligheidsspennen voorkomen dat de schijven tijdens het trainen losraken.
4. Een klikgeluid betekent dat de dumbbell correct wordt ingesteld.
5. Schud de dumbbells bij het eerste gebruik, of na een lange periode zonder gebruik, aan het begin van een nieuwe training na het optillen voorzichtig om te controleren of er geen extra schijven zijn meegekomen.

Gewichtsstappen:

2,5kg, 3,5kg, 4,5kg, 5,5kg, 6,5kg, 8kg, 9kg, 10kg, 11,5kg, 13,5kg, 16kg, 18kg, 20,5kg, 22,5kg en 24kg



PROBLEMEN MET HET

VERSTELLEN VAN DE KNOPPEN?

1. Druk de handgreep stevig omlaag in de houder en probeer tegelijkertijd aan de knop te draaien. Werkt dit niet? Probeer dan stap 2.
 2. Haal de dumbbell uit de houder.
 3. Houd de resetknop ingedrukt (rood omcirkeld op de afbeelding hieronder) terwijl je de knoppen links en rechts naar 2,5kg draait. Doe dit vlak boven de grond en uit de buurt van je voeten, omdat de gewichtsschijven loskomen van de handgreep.
 4. Leg de gewichtsschijven terug in de houder en plaats de handgreep erbovenop. Je zou de dumbbells nu weer moeten kunnen gebruiken (metalen clips naar buiten gericht). Zorg dat de schijven correct liggen, met de metalen clips naar buiten.
- Heb je ondanks correct gebruik van de dumbbells nog steeds problemen? Neem dan contact op via e-mail: support@phfitness.nl

Werkt het resetmechanisme niet? Probeer dan ook het volgende:

- Werkt een handgreep niet soepel? Verwissel deze met die van de goed werkende dumbbell en controleer of het probleem aanhoudt.
- Worden schijven niet meegenomen? Controleer de haken van elke schijf op beschadigingen.
- Werkt de dumbbell niet? Controleer de metalen haak op de houder op beschadigingen.



GARANTIE

Je dumbbells hebben 24 maanden garantie vanaf de aankoopdatum.

Wij verhelpen alle materiaal- en fabricagefouten binnen de garantieperiode. Om aanspraak te maken op garantie, moet bij elke garantieclaim een aankoopbewijs van PH Fitness worden meegestuurd.

Schade door onjuist gebruik (waaronder het laten vallen van de dumbbells) en door het niet naleven van de gebruiksvorschriften valt niet onder de garantie.

Reserveonderdelen zijn altijd te bestellen via de klantenservice van PH Fitness.

PH FITNESS

Web: www.phfitness.nl

E-mail: support@phfitness.nl

We helpen je graag!

Je vindt ons op:



PH Fitness B.V.

Statutaire zetel: Zürichstraat 20, Sittard, 6135LP, Nederland

Nederlands ondernemingsnummer: 80103286

EC REP, Apex CE Specialists CmbH, Grafenberger Allee 277, 40237 Düsseldorf, DE

E-mail: info@apex-ce.com