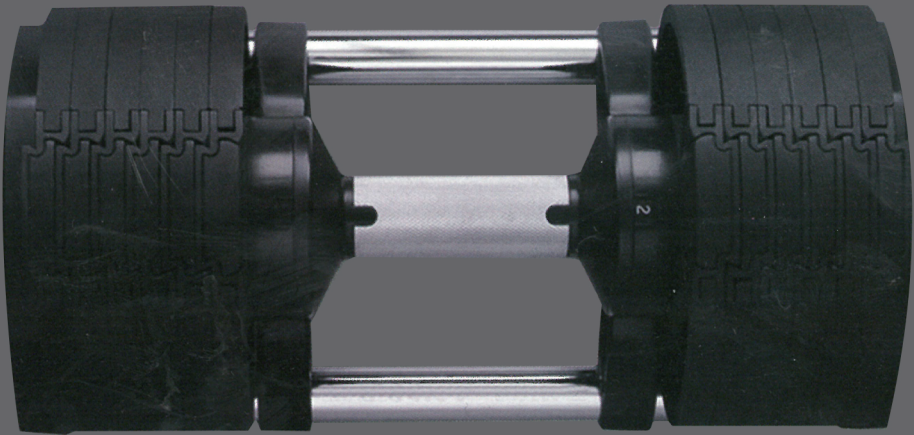


RawX

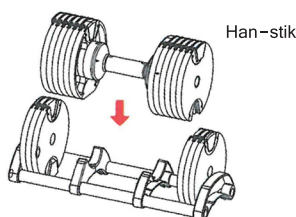
Brugervejledning



JUSTERBAR HÅNDVÆGT

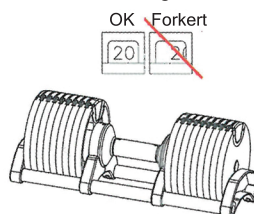
Før brug

Trin 1 – Figur A



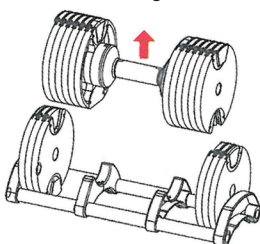
Placer håndvægten i holderen.
Han- og hunstik skal gå i indgreb.

Trin 2 – Figur B



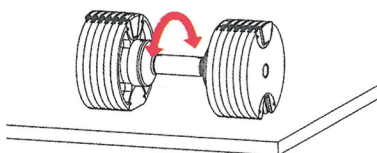
Vælg vægt ved at dreje håndtaget, indtil den ønskede vægt er centreret i vinduet.

Trin 3 – Figur C



Løft håndvægten lige op af holderen.

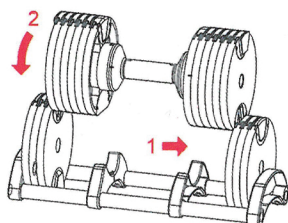
Trin 4 – Figur D



Placer håndvægten på et plant underlag.
Forsøg at dreje håndtaget med normal kraft.
Håndtaget skal forblive i låst position.
Kontroller, at teleskopstangen er ca. 5 mm fra kanten af den valgte skive.

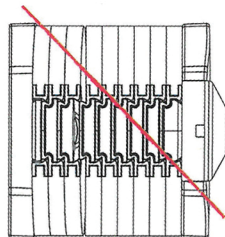
Efter træning

Trin 5 – Figur E



Efter træning skal håndvægten tilbage i holderen. Sørg for, at han- og hunstikkene griber korrekt ind i hinanden.

FIG. F



Sørg for, at han- og hunstikkene er i korrekt indgreb. Du må ikke bruge håndvægten, hvis skiverne ikke kan samles korrekt eksempelvis som følge af, at stikkene er beskadigede.

Kontroller regelmæssigt håndvægtens tilstand og udfør følgende kontroller:

- Håndvægten kan kun justeres, når den er i holderen.
- Han- og hunstik skal være korrekt forbundet, se figur F.
- Løft aldrig håndvægten fra holderen, hvis displayet ikke er korrekt centreret, se figur B.
- Efterse han- og hunstik regelmæssigt, se fig. A. Udskift før brug, hvis beskadiget.
- Kontroller regelmæssigt, om låsemekanismen virker i alle kombinationer, se figur D. Brug aldrig håndvægten, hvis håndtaget kan drejes med normal kraft, når den ikke er i holderen, indlever i stedet håndvægten til service.
- Forsøg aldrig at bruge håndvægten uden at have det komplette sæt vægtskiver i holderen.