

HEAD-HA-715T07A

EN - USER INSTRUCTIONS

Customer Service: For any inquiries or assistance, please contact:

- Website: www.fitpaddy.com
- Email: customercare@fitpaddy.com

Manufacturer's Address: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italy

Field of Application: The yoga mat is suitable for indoor and outdoor use.

Safety Guidelines:

- Use the yoga mat as directed to prevent injuries.
- Keep the yoga mat away from children and ensure it is stored safely out of their reach when not in use.

Exercise Types and Biomechanical Positioning:

- Poses may include standing, seated, and reclined postures, as well as balance and stretching exercises.

Ensure proper biomechanical positioning by:

- Placing the yoga mat on a flat and stable surface.
- Maintaining proper alignment of your body throughout each pose or exercise.

Warning about Adjustment Devices: Ensure the yoga mat is properly laid out and does not have any wrinkles or folds to prevent tripping or slipping.

Warning for Free-Standing Equipment: If using the yoga mat outdoors, ensure the area is free from sharp objects or debris to prevent damage to the mat.

Care and Maintenance:

- Regularly clean the yoga mat with a damp cloth and mild soap after each use to maintain its cleanliness.
- Allow the yoga mat to air dry completely before rolling it up for storage.
- Avoid exposing the yoga mat to direct sunlight for prolonged periods to prevent fading or damage.

Product Specifications:

- **Material:** TPE
- **Thickness:** 0.7cm
- **Maximum User Body Mass:** Not applicable
- **Maximum Training Mass:** Not applicable
- **Total Mass:** 1.2kg
- **Dimensions:** 183 x 80 x 0.7cm

ES - INSTRUCCIONES DE USO

Servicio al Cliente: Para cualquier consulta o asistencia, por favor contacte a:

- **Sitio Web:** www.fitpaddy.com
- **Correo Electrónico:** customercare@fitpaddy.com

Dirección del Fabricante: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italia

Campo de Aplicación: La esterilla de yoga es adecuada para uso en interiores y exteriores.

Pautas de Seguridad:

- Use la esterilla de yoga según las indicaciones para evitar lesiones.
- Mantenga la esterilla de yoga fuera del alcance de los niños y asegúrese de guardarla de forma segura cuando no esté en uso.

Tipos de Ejercicios y Posicionamiento Biomecánico:

- Las posturas pueden incluir posturas de pie, sentadas y inclinadas, así como ejercicios de equilibrio y estiramiento.

Asegure un adecuado posicionamiento biomecánico:

- Colocando la esterilla de yoga en una superficie plana y estable.
- Manteniendo una alineación adecuada de su cuerpo durante cada postura o ejercicio.

Advertencia sobre Dispositivos de Ajuste: Asegúrese de que la esterilla de yoga esté correctamente extendida y no tenga arrugas ni pliegues para evitar tropiezos o resbalones.

Advertencia para Equipos Independientes: Si usa la esterilla de yoga al aire libre, asegúrese de que el área esté libre de objetos afilados o escombros para evitar dañar la esterilla.

Cuidado y Mantenimiento:

- Limpie regularmente la esterilla de yoga con un paño húmedo y jabón suave después de cada uso para mantenerla limpia.
- Permita que la esterilla de yoga se seque completamente al aire antes de enrollarla para guardarla.
- Evite exponer la esterilla de yoga a la luz solar directa durante períodos prolongados para evitar la decoloración o daños.

Especificaciones del Producto:

- **Material:** TPE
- **Espesor:** 0.7cm
- **Masa Máxima del Usuario:** No aplicable
- **Masa Máxima de Entrenamiento:** No aplicable
- **Masa Total:** 1.2kg
- **Dimensiones:** 183 x 80 x 0.7cm

SL - NAVODILA ZA UPORABO

Storitev za Stranke: Za vsa vprašanja ali pomoč se obrnite na:

- **Spletna Stran:** www.fitpaddy.com
- **E-pošta:** customercare@fitpaddy.com

Naslov Proizvajalca: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italia

Področje Uporabe: Joga podloga je primerna za notranjo in zunanjo uporabo.

Varnostni Smernice:

- Uporabljajte joga podlogo kot je navedeno, da preprečite poškodbe.
- Jogo podlogo hranite izven dosega otrok in poskrbite, da je varno shranjena, ko ni v uporabi.

Vrste Vaj in Biomehansko Pozicioniranje:

- Položaji lahko vključujejo stoječe, sedeče in ležeče položaje, kot tudi vaje za ravnotežje in raztezanje.

Zagotovite pravilno biomehansko pozicioniranje:

- Postavite joga podlogo na ravno in stabilno površino.
- Ohranjajte pravilno poravnavo telesa med vsakim položajem ali vajo.

Opozorilo o Nastavitvenih Napravah: Prepričajte se, da je joga podloga pravilno razporejena in da nima gub ali zmečkanin, da preprečite padce ali zdrs.

Opozorilo za Samostojno Opremo: Če uporabljate joga podlogo na prostem, poskrbite, da je območje brez ostrih predmetov ali odpadkov, da preprečite poškodbe podloge.

Vzdrževanje in Skrb:

- Redno čistite joga podlogo z vlažno krpo in blagim milom po vsaki uporabi, da ohranite njeno čistočo.
- Joga podlogo popolnoma posušite na zraku, preden jo zvijete za shranjevanje.
- Izogibajte se izpostavljanju joga podloge neposredni sončni svetlobi za daljše časovno obdobje, da preprečite bleedenje ali poškodbe.

Tehnični Podatki o Izdelku:

- **Material:** TPE
- **Debelina:** 0.7 cm
- **Največja Telesna Masa Uporabnika:** Ni uporabno
- **Največja Trening Masa:** Ni uporabno
- **Skupna Masa:** 1.2 kg
- **Dimenzije:** 183 x 80 x 0.7 cm

IT - ISTRUZIONI PER L'USO

Servizio clienti: Per eventuali domande o assistenza, contattare:

- **Sito web:** www.fitpaddy.com
- **Email:** customercare@fitpaddy.com

Indirizzo del produttore: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italia

Ambito di Applicazione: Il tappetino yoga è adatto per l'uso interno ed esterno.

Linee guida sulla sicurezza:

- Utilizzare il tappetino yoga come indicato per evitare lesioni.
- Tenere il tappetino yoga lontano dai bambini e assicurarsi che sia riposto in modo sicuro fuori dalla loro portata quando non è in uso.

Tipi di esercizi e posizionamento biomeccanico:

- Le posizioni possono includere posture in piedi, sedute e reclinabili, così come esercizi di equilibrio e stretching.

Assicurare il corretto posizionamento biomeccanico:

- Posizionare il tappetino yoga su una superficie piana e stabile.
- Mantenere un allineamento corretto del corpo durante ogni posa o esercizio.

Avvertenza sui dispositivi di regolazione: Assicurarsi che il tappetino yoga sia correttamente steso e non abbia rughe o pieghe per evitare inciampi o scivolamenti.

Avvertenza per l'attrezzatura autoportante: Se si utilizza il tappetino yoga all'aperto, assicurarsi che l'area sia priva di oggetti appuntiti o detriti per evitare danni al tappetino.

Cura e manutenzione:

- Pulire regolarmente il tappetino yoga con un panno umido e sapone delicato dopo ogni utilizzo per mantenerne la pulizia.
- Consentire al tappetino yoga di asciugare completamente all'aria prima di arrotolarlo per riparlo.
- Evitare di esporre il tappetino yoga alla luce diretta del sole per periodi prolungati per evitare sbiadimento o danni.

Specifiche del prodotto:

- **Materiale:** TPE
- **Spessore:** 0.7 cm
- **Massa corporea massima dell'utente:** Non applicabile
- **Massa massima di allenamento:** Non applicabile
- **Massa totale:** 1.2 kg
- **Dimensioni:** 183 x 80 x 0.7 cm

NL - GEBRUIKSINSTRUCTIES

Klantenservice: Voor vragen of hulp kunt u contact opnemen met:

- **Website:** www.fitpaddy.com
- **E-mail:** customercare@fitpaddy.com

Adres van de Fabrikant: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italië

Toepassingsgebied: De yogamat is geschikt voor zowel binnen- als buitengebruik.

Veiligheidsrichtlijnen:

- Gebruik de yogamat zoals aangegeven om blessures te voorkomen.
- Houd de yogamat buiten bereik van kinderen en zorg ervoor dat deze veilig wordt opgeborgen wanneer deze niet in gebruik is.

Soorten Oefeningen en Biomechanische Positionering:

- Houdingen kunnen staande, zittende en liggende houdingen omvatten, evenals balans- en strekoefeningen.

Zorg voor een goede biomechanische positionering door:

- De yogamat op een vlakke en stabiele ondergrond te plaatsen.
- Zorg voor een juiste uitlijning van uw lichaam tijdens elke houding of oefening.

Waarschuwing voor Aanpassingsapparatuur: Zorg ervoor dat de yogamat correct is uitgelegd en geen rimpels of vouwen heeft om struikelen of uitglijden te voorkomen.

Waarschuwing voor Vrijstaande Apparatuur: Als u de yogamat buiten gebruikt, zorg er dan voor dat het gebied vrij is van scherpe voorwerpen of puin om beschadiging van de mat te voorkomen.

Onderhoud en Schoonmaak:

- Reinig de yogamat regelmatig met een vochtige doek en mild reinigingsmiddel na elk gebruik om de hygiëne te behouden.
- Laat de yogamat volledig drogen voordat u deze oprolt voor opslag.
- Vermijd langdurige blootstelling van de yogamat aan direct zonlicht om verkleuring of schade te voorkomen.

Specificaties van het Product:

- **Materiaal:** TPE
- **Dikte:** 0.7cm
- **Maximale Gebruikersmassa:** Niet van toepassing
- **Maximale Trainingsmassa:** Niet van toepassing
- **Totale Massa:** 1.2kg
- **Afmetingen:** 183 x 80 x 0.7cm

HR - UPUTE ZA UPOTREBU

Korisnička Služba: Za bilo kakve upite ili pomoć, molimo kontaktirajte:

- **Web Stranica:** www.fitpaddy.com
- **Email:** customercare@fitpaddy.com

Adresa Proizvođača: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italia

Područje Primjene: Joga prostirka je pogodna za unutarnju i vanjsku upotrebu.

Sigurnosne Upute:

- Koristite joga prostirku prema uputama kako biste spriječili ozljede.
- Držite joga prostirku izvan dohvata djece i osigurajte da se sigurno pohrani kada nije u upotrebi.

Vrste Vježbi i Biomehaničko Pozicioniranje:

- Položaji mogu uključivati stajanje, sjedenje i ležanje, kao i vježbe ravnoteže i istezanja.

Osigurajte pravilno biomehaničko pozicioniranje:

- Postavite joga prostirku na ravnu i stabilnu površinu.
- Održavajte pravilnu usklađenost tijela tijekom svakog položaja ili vježbe.

Upozorenje o Podešavanju Uređaja: Provjerite je li joga prostirka pravilno položena i nema nabora ili presavijanja kako biste spriječili spoticanje ili klizanje.

Upozorenje za Samostojeću Opremu: Ako koristite joga prostirku na otvorenom, pobrinite se da je područje oslobođeno ostrih predmeta ili otpada kako biste spriječili oštećenje prostirke.

Održavanje i Njega:

- Redovito čistite joga prostirku vlažnom krpom i blagim sapunom nakon svake upotrebe kako biste održali njezinu čistoću.
- Dopustite da se joga prostirka potpuno osuši prije nego što je zamotate za pohranu.
- Izbjegavajte izlaganje joga prostirke direktnom suncévom svjetlu tijekom duljeg vremenskog razdoblja kako biste spriječili bilijedenje ili oštećenje.

Specifikacije Proizvoda:

- **Materijal:** TPE
- **Debljina:** 0.7cm
- **Maksimalna Težina Korisnika:** Nije primjenjivo
- **Maksimalna Težina Treninga:** Nije primjenjivo
- **Ukupna Težina:** 1.2kg
- **Dimenzije:** 183 x 80 x 0.7cm

DE - GEBRAUCHSANWEISUNGEN

Kundenservice: Für Fragen oder Unterstützung kontaktieren Sie bitte:

- **Website:** www.fitpaddy.com
- **E-Mail:** customercare@fitpaddy.com

Herstelleradresse: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italien

Anwendungsbereich: Die Yogamatte ist für den Innen- und Außenbereich geeignet.

Sicherheitsrichtlinien:

- Verwenden Sie die Yogamatte wie angegeben, um Verletzungen zu vermeiden.
- Halten Sie die Yogamatte von Kindern fern und stellen Sie sicher, dass sie sicher außerhalb ihrer Reichweite aufbewahrt wird, wenn sie nicht verwendet wird.

Übungsarten und biomechanische Positionierung:

- Posen können stehende, sitzende und zurückgelehnte Positionen sowie Gleichgewichts- und Dehnübungen umfassen.

Gewährleisten Sie eine ordnungsgemäße biomechanische Positionierung, indem Sie:

- Die Yogamatte auf eine flache und stabile Oberfläche legen.
- Eine korrekte Ausrichtung Ihres Körpers während jeder Pose oder Übung aufrechterhalten.

Warnung vor Verstellgeräten: Stellen Sie sicher, dass die Yogamatte ordnungsgemäß ausgelegt ist und keine Falten oder Knicke aufweist, um Stolpern oder Ausrutschen zu vermeiden.

Warnung für freistehende Ausrüstung: Wenn Sie die Yogamatte im Freien verwenden, stellen Sie sicher, dass die Umgebung frei von scharfen Gegenständen oder Trümmern ist, um Beschädigungen der Matte zu vermeiden.

Pflege und Wartung:

- Reinigen Sie die Yogamatte nach jedem Gebrauch regelmäßig mit einem feuchten Tuch und einem milden Reinigungsmittel, um ihre Sauberkeit zu erhalten.
- Lassen Sie die Yogamatte vor dem Aufrollen zur Aufbewahrung vollständig trocknen.
- Vermeiden Sie es, die Yogamatte längere Zeit direktem Sonnenlicht auszusetzen, um Verblasen oder Beschädigungen zu vermeiden.

Produktspezifikationen:

- **Material:** TPE
- **Dicke:** 0.7 cm
- **Maximales Benutzergewicht:** Nicht anwendbar
- **Maximales Trainingsgewicht:** Nicht anwendbar
- **Gesamtgewicht:** 1.2 kg
- **Abmessungen:** 183 x 80 x 0,7 cm

GR - ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

Εξυπηρέτηση Πελατών: Για οποιοδήποτε ερωτήσεις ή βοήθεια, παρακαλούμε επικοινωνήστε με:

- **Ιστοσελίδα:** www.fitpaddy.com
- **Ηλεκτρονικό Ταχυδρομείο:** customercare@fitpaddy.com

Διεύθυνση Κατασκευαστή: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Ιταλία

Πεδίο Εφαρμογής: Το γιόγκα ματ είναι κατάλληλο για εσωτερική και εξωτερική χρήση.

Οδηγίες Ασφαλείας:

- Χρησιμοποιήστε το γιόγκα ματ όπως υποδεικνύεται για να αποφύγετε τραυματισμούς.
- Κρατήστε το γιόγκα ματ μακριά από παιδιά και βεβαιωθείτε ότι αποθηκεύεται με ασφάλεια όταν δεν χρησιμοποιείται.

Τύποι Ασκήσεων και Βιομηχανική Θέση:

- Οι στάσεις μπορεί να περιλαμβάνουν στάσεις όρθιες, καθιστές και ανάκλισης, καθώς και ασκήσεις ισορροπίας και εκτέλεσης.

Βεβαιωθείτε για σωστή βιομηχανική θέση:

- Τοποθετώντας το γιόγκα ματ σε επίπεδη και σταθερή επιφάνεια.
- Διατηρώντας σωστή ευθυγράμμιση του σώματός σας κατά τη διάρκεια κάθε στάσης ή ασκήσεως.

Προειδοποίηση για Συσκευές Ρύθμισης: Βεβαιωθείτε ότι το γιόγκα ματ είναι σωστά τοποθετημένο και δεν έχει πτυχών ή πτυχών για να αποφευχθούν οι πτώσεις ή οι γλιστρήσεις.

Προειδοποίηση για Αυτόνομο Εξοπλισμό: Εάν χρησιμοποιείτε το γιόγκα ματ σε εξωτερικούς χώρους, βεβαιωθείτε ότι η περιοχή είναι ελεύθερη από αιχμηρά αντικείμενα ή ερείπια για να αποφευχθεί η βλάβη του γιόγκα ματ.

Φροντίδα και Συντήρηση:

- Καθαρίστε τακτικά το γιόγκα ματ με ένα υγρό πανί και ήπιο σαπούνι μετά από κάθε χρήση για να διατηρήσετε την καθαριότητά του.
- Αφήστε το γιόγκα ματ να στεγνώσει πλήρως στον αέρα πριν το αποθηκεύσετε.
- Αποφύγετε την έκθεση του γιόγκα ματ στον άμεσο ηλιακό φωτισμό για μεγάλα χρονικά διαστήματα για να αποφευχθεί η αποχρωμάτιση ή η βλάβη.

Προδιαγραφές του Προϊόντος:

- **Υλικό:** TPE
- **Πάχος:** 0.7cm
- **Μέγιστη Μάζα Χρήστη:** Μη εφαρμόσιμο
- **Μέγιστη Μάζα Εκπαίδευσης:** Μη εφαρμόσιμο
- **Συνολική Μάζα:** 1.2kg
- **Διαστάσεις:** 183 x 80 x 0.7cm

RS - UPUTSTVA ZA UPOTREBU

Korisnička Služba: Za bilo kakve upite ili pomoć, molimo kontaktirajte:

- **Web Stranica:** www.fitpaddy.com
- **Email:** customercare@fitpaddy.com

Adresa Proizvođača: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italia

Područje Primjene: Joga podloga je pogodna za unutarnju i vanjsku upotrebu.

Sigurnosne Upute:

- Koristite joga podlogu prema uputama kako biste spriječili ozljede.
- Držite joga podlogu izvan dohvata djece i osigurajte da se sigurno pohrani kada nije u upotrebi.

Vrste Vježbi i Biomehaničko Pozicioniranje:

- Položaji mogu uključivati stajanje, sjedenje i ležanje, kao i vježbe ravnoteže i istezanja.

Osigurajte pravilno biomehaničko pozicioniranje:

- Postavite joga podlogu na ravnu i stabilnu površinu.
- Održavajte pravilnu usklađenost tijela tijekom svakog položaja ili vježbe.

Upozorenje o Podešavanju Uređaja: Provjerite je li joga podloga pravilno položena i nema nabora ili presavijanja kako biste spriječili spoticanje ili klizanje.

Upozorenje za Samostojeću Opremu: Ako koristite joga podlogu na otvorenom, pobrinite se da je područje oslobođeno ostrih predmeta ili otpada kako biste spriječili oštećenje podloge.

Održavanje i Njega:

- Redovito čistite joga podlogu vlažnom krpom i blagim sapunom nakon svake upotrebe kako biste održali njezinu čistoću.
- Dopustite da se joga podloga potpuno osuši prije nego što je zamotate za pohranu.
- Izbjegavajte izlaganje joga podloge direktnom suncévom svjetlu tijekom duljeg vremenskog razdoblja kako biste spriječili bilijedenje ili oštećenje.

Specifikacije Proizvoda:

- **Materijal:** TPE
- **Debljina:** 0.7cm
- **Maksimalna Težina Korisnika:** Nije primjenjivo
- **Maksimalna Težina Treninga:** Nije primjenjivo
- **Ukupna Težina:** 1.2kg
- **Dimenzije:** 183 x 80 x 0.7cm

FR - INSTRUCTIONS D'UTILISATION

Service Client: Pour toute demande ou assistance, veuillez contacter :

- **Site Web :** www.fitpaddy.com
- **Email :** customercare@fitpaddy.com

Adresse du Fabricant: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Italie

Domaine d'Application : Le tapis de yoga convient à une utilisation intérieure et extérieure.

Directives de Sécurité :

- Utilisez le tapis de yoga tel qu'indiqué pour éviter les blessures.
- Gardez le tapis de yoga hors de portée des enfants et assurez-vous qu'il est rangé en toute sécurité lorsqu'il n'est pas utilisé.

Types d'Exercices et Positionnement Biomécanique :

- Les postures peuvent inclure des positions debout, assises et allongées, ainsi que des exercices d'équilibre et d'étirement.

Assurez un bon positionnement biomécanique en :

- Plaçant le tapis de yoga sur une surface plate et stable.
- Maintenant une alignement correct de votre corps pendant chaque posture ou exercice.

Avertissement concernant les Dispositifs d'Ajustement : Assurez-vous que le tapis de yoga est correctement posé et ne présente pas de plis pour éviter de trébucher ou de glisser.

Avertissement pour l'Équipement Autoportant : Si vous utilisez le tapis de yoga à l'extérieur, assurez-vous que la zone est exempte d'objets tranchants ou de débris pour éviter d'endommager le tapis.

Entretien et Maintenance :

- Nettoyez régulièrement le tapis de yoga avec un chiffon humide et du savon doux après chaque utilisation pour maintenir sa propreté.
- Laissez le tapis de yoga sécher complètement à l'air avant de le rouler pour le ranger.
- Évitez d'exposer le tapis de yoga à la lumière directe du soleil pendant de longues périodes pour éviter la décoloration ou les dommages.

Specifications du Produit :

- **Matériel:** TPE
- **Épaisseur:** 0.7cm
- **Masse Maximale de l'Utilisateur:** Non applicable
- **Masse Maximale d'Entraînement :** Non applicable
- **Masse Totale:** 1.2kg
- **Dimensions:** 183 x 80 x 0.7cm

PT - INSTRUÇÕES DE USO

Atendimento ao Cliente: Para qualquer dúvida ou assistência, por favor entre em contato:

- **Website:** www.fitpaddy.com
- **E-mail:** customercare@fitpaddy.com

Endereço do Fabricante: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Itália

Campo de Aplicação: O tapete de yoga é adequado para uso interno e externo.

Diretrizes de Segurança:

- Utilize o tapete de yoga conforme indicado para prevenir lesões.
- Mantenha o tapete de yoga fora do alcance das crianças e certifique-se de que está armazenado em segurança quando não estiver em uso.

Tipos de Exercícios e Posicionamento Biomecânico:

- As posições podem incluir posturas em pé, sentadas e inclinadas, assim como exercícios de equilíbrio e alongamento.

Assigure um posicionamento biomecânico adequado:

- Colocando o tapete de yoga em uma superfície plana e estável.
- Mantendo uma alinhamento correto do seu corpo durante cada postura ou exercício.

Aviso sobre Dispositivos de Ajuste: Certifique-se de que o tapete de yoga está devidamente estendido e não apresenta rugas ou dobras para evitar tropeços ou escorregões.

Aviso para Equipamento Independente: Se estiver usando o tapete de yoga ao ar livre, certifique-se de que a área esteja livre de objetos pontiagudos ou detritos para evitar danos ao tapete.

Cuidados e Manutenção:

- Limpe regularmente o tapete de yoga com um pano úmido e sabão suave após cada uso para manter sua limpeza.
- Permita que o tapete de yoga seque completamente ao ar antes de enrolá-lo para armazenamento.
- Evite expor o tapete de yoga à luz solar direta por períodos prolongados para evitar desbotamento ou danos.

Especificações do Produto:

- **Material:** TPE
- **Espessura:** 0.7cm
- **Massa Corporal Máxima do Usuário:** Não aplicável
- **Massa Máxima de Treinamento:** Não aplicável
- **Massa Total:** 1.2kg
- **Dimensões:** 183 x 80 x 0.7cm

AL - UDHËZIME PËR PËRDORIM

Shërbimi për Konsumatorët: Për çdo pyetje ose ndihmë, ju lutemi kontaktoni:

- **Uebfaqja:** www.fitpaddy.com
- **Email:** customercare@fitpaddy.com

Adresa e Prodhuesit: FITPADDY Srl Via dell'Artigianato 17 20835 - Muggiò (MB) Itali

Fusha e Aplikacionit: Tapeti i jogës është i përshtatshëm për përdorim brenda dhe jashtë.

Udhëzime për Sigurinë:

- Përdorni tapetin e jogës sipas udhëzimeve për të parandaluar lëndimet.
- Mbani tapetin e jogës larg fëmijëve dhe sigurohuni që të ruhet në mënyrë të sigurt kur nuk është në përdorim.

Llojet e Ushtimeve dhe Pozicionimi Biomekanik:

- Pozicionet mund të përfshijnë qëndrimet në këmbë, ulje, dhe shtrirje, si dhe ushtrime të rregullimit dhe zvarritjeje.

Sigurohuni për pozicionim biomekanik të rregullt duke:

- Vendosur tapetin e jogës në një sipërfaqe të rumbullakët dhe stabile.
- Ruajtjen e një ndërrhurjeje të duhur të trupit tuaj gjatë çdo pozicioni ose ushtrimi.

Paralajmërim për Pajisje Rregullimit: Sigurohuni që tapeti i jogës është vendosur në mënyrë të duhur dhe nuk ka asnjë rrezell ose përdhunim për të parandaluar të ndenjurit ose zvarritjen.

Paralajmërim për Pajisje të Lira: Nëse përdorni tapetin e jogës jashtë, sigurohuni që zona është e lirë nga objekte të mëprehta ose mbetura për të parandaluar dëmtimin e tapetit.

Kujdes dhe Mirëmbajtje:

- Pastroini rregullisht tapetin e jogës me një leckë të lagur dhe sapun të butë pas çdo përdorimi për të ruajtur pastritin e tij.
- Lejoni tapetin e jogës të thahet plotësisht para se ta rrotullojnë për ruajtje.
- Mbani larg tapetin e jogës nga drita e drejtpërdrejtë e diellit për periudha të gjata për të parandaluar zbrazjen ose dëmtimin.

Specifikime të Produktit:

- **Materiale:** TPE
- **Tashësia:** 0.7cm
- **Masën Maksimale të Përdoruesit:** S'është e aplikueshme
- **Masën Maksimale të Strehimit:** S'është e aplikueshme
- **Masën Totale:** 1.2kg
- **Dimensionet:** 183 x 80 x 0.7cm

