

*Tecnovita*  
by **BH**



**Instrucciones de uso y garantía**  
**Operating instructions and guarantee**  
**Utilisation et garantie**  
**Instruções de utilização e garantia**

Fig.1

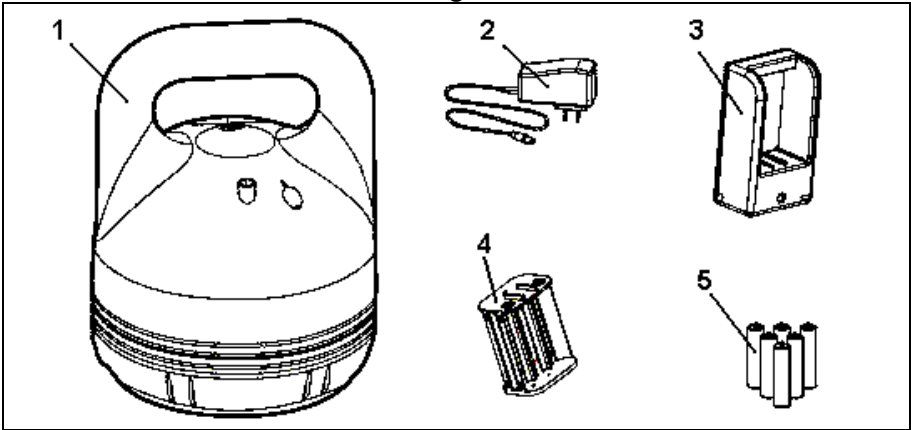


Fig.2

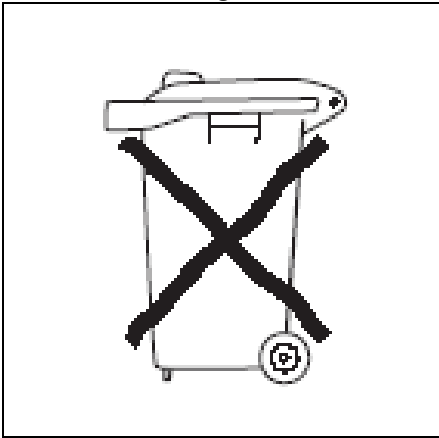


Fig.3

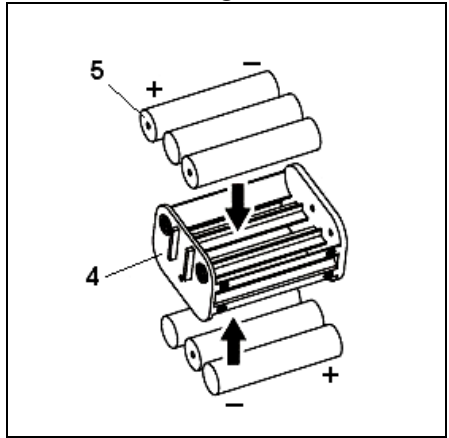
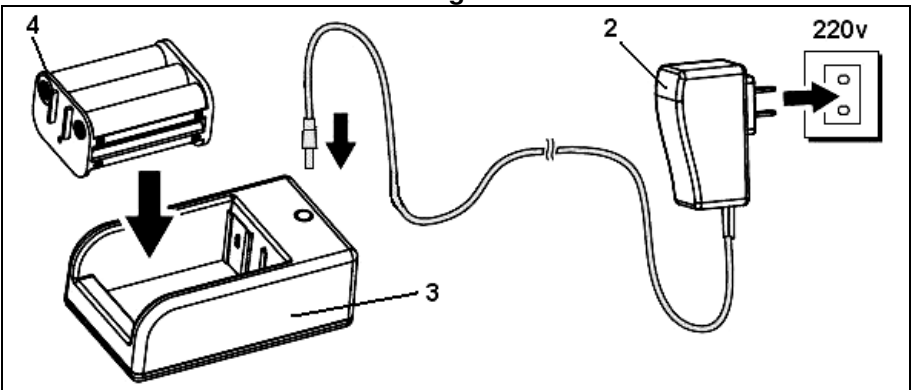
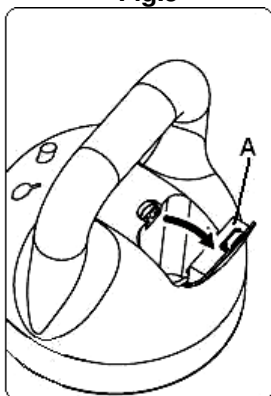


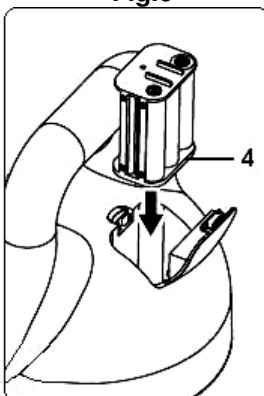
Fig.4



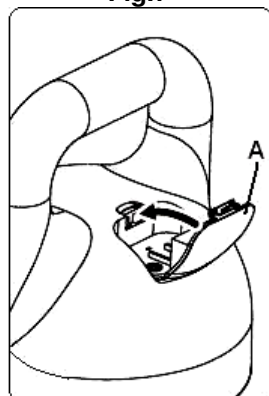
**Fig.5**



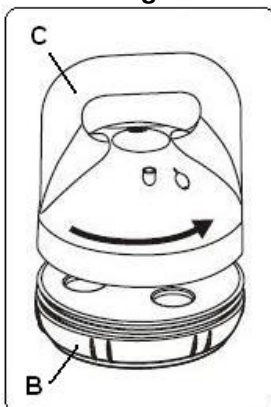
**Fig.6**



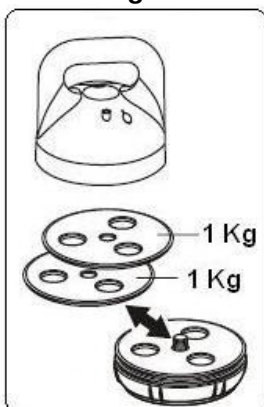
**Fig.7**



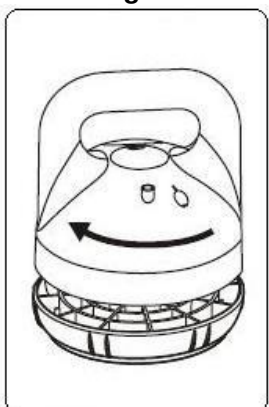
**Fig.8**



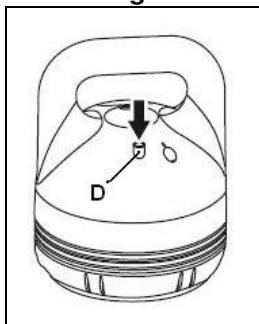
**Fig.9**



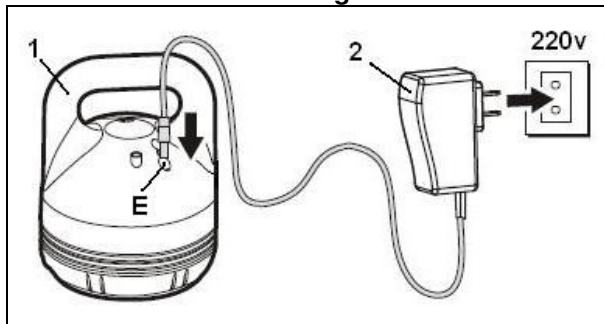
**Fig.10**



**Fig.11**



**Fig.12**





Le agradecemos la compra de nuestro Axia Vibro Kettlebell.

Todos nuestros productos están sometidos a los controles más rigurosos para garantizar la máxima calidad.

Para utilizar el Axia Vibro Kettlebell correctamente lea el manual en su totalidad antes del primer uso.

## **INTRODUCCIÓN.-**

El aparato Axia Vibro Kettlebell es fácil de utilizar y cómodo.

Este producto sirve para tonificar los músculos de las piernas, glúteos y brazos, así como para aumentar la fuerza y combatir el estrés.

Gracias a las tablas de ejercicio del aparato Axia Vibro Kettlebell, este le proporcionara resultados en menos tiempo y esfuerzo, además le permite quemar calorías con facilidad y disfrutar de los ejercicios.

El Axia Vibro Kettlebell posee la función de vibración que puede mejorar su efecto hasta en un 70%.

## **INSTRUCCIONES GENERALES DE SEGURIDAD.-**

Inspeccione el Axia Vibro Kettlebell antes de empezar a utilizarlo para asegurarse que está en buenas condiciones de uso.

Si observa algún defecto o la falta de alguna pieza, póngase en contacto con el distribuidor del producto.

1. Mantenga el envoltorio del aparato fuera del alcance de niños, porque el plástico puede causar asfixia.
2. Si tiene algún problema de salud o tiene algún condicionante como embarazo, mareo, dolor de articulaciones, ritmo cardiaco irregular etc. No use el aparato. Ante cualquier dolencia o patología es recomendable consultar con su médico.
3. El aparato no debe ser utilizado por niños o discapacitados sin la necesaria supervisión de un adulto.
4. Un uso excesivo puede hacer que el aparato se sobrecaliente. Si esto ocurriera, deje enfriar el aparato.
5. No utilice el Axia Vibro Kettlebell en lugares húmedos y evite que se moje. No toque el aparato con las manos húmedas durante su funcionamiento. Manténgalo seco, no lo utilice si está mojado o húmedo.
6. Utilice el Axia Vibro Kettlebell con ropa cómoda.
7. No apriete ni fuerce ninguna parte del cuerpo.
8. Apague el aparato por completo cuando haya terminado de usarlo.
9. No tire del cable sino del enchufe.
10. Para evitar fuego, daños o descargas eléctricas, debe usarse el voltaje correcto.
11. No exponga el Axia Vibro Kettlebell a altas temperaturas. Guárdelo en un lugar seco.
12. Si nota que el aparato no funciona correctamente, no lo intente

reparar, desmontar o modificar. Reparaciones no autorizadas pueden causar daños, además de invalidar la garantía. Contacte con el servicio técnico.

## **CÓMO DESHACERSE DE APARATOS ELÉCTRICOS.-**

1. Si en un producto aparece el símbolo de un contenedor de basura tachado Fig.2, significa que éste se acoge a la Directiva 2002/96/CE.

2. Los aparatos eléctricos o electrónicos no se deben desechar mediante el servicio municipal de recogida de basura, sino a través de los puntos de recogida designados por el ayuntamiento o las autoridades locales.

3. La correcta recogida y tratamiento de los dispositivos inservibles contribuye a evitar riesgos potenciales para el medio ambiente y la salud pública.

4. Para obtener más información acerca de cómo deshacerse de sus aparatos eléctricos y electrónicos inservibles, póngase en contacto con su ayuntamiento, el servicio de recogida de basuras o el establecimiento donde adquirió el producto.

## **COMPONENTES.-**

Desembale la unidad de la caja y compruebe que tenga todos los componentes Fig.1:

- (1) Cuerpo de pesas.
- (2) Transformador de corriente continua 12v.
- (3) Pack de baterías.
- (4) Soporte cargador de baterías.
- (5) Baterías, Ni-MH AA 1500 mAmp 1,2v.

## **INSTRUCCIONES DE UTILIZACIÓN.-**

Antes de empezar a utilizar la primera vez el aparato Axia Vibro Kettlebell, se recomienda el recargar las baterías con el soporte cargador.

### **CARGA DE BATERÍAS.-**

El Axia Vibro Kettlebell, utiliza 6 baterías de Ni-MH AA 1500 mAmp 1,2v, estas baterías tienen el doble de densidad que las baterías de NI-Cd, al estar libres de Cd, se les denomina "Baterías ecológicas".

### **Carga inicial.-**

Coloque las 6 baterías (5) Fig.3 en el pack de baterías (4), teniendo cuidado de mantener correctamente la polaridad de las baterías (haciendo coincidir el polo «+» de las baterías con la señal «+» del pack de baterías y el polo «-» con la señal «-»).

Coloque en el soporte cargador de baterías (3), el pack de baterías (4) Fig.4.

Inserte el terminal del transformador en el orificio del soporte cargador de baterías (3), enchufe el transformador de corriente a la red eléctrica (220v.). El tiempo de la primera carga de baterías tiene aproximadamente una duración de 3 a 4 horas.

### **Carga normal.-**

Para facilitar el recargue de las baterías, este aparato Axia Vibro Kettlebell, lleva incorporado en el cuerpo de pesas (1) Fig.12, un alojamiento de conexión para el terminal del transformador (2).

Levante la tapa protectora (E) del alojamiento de conexión Fig.12, e inserte el terminal del transformador en dicho alojamiento.

Enchufe el transformador (2) a la red eléctrica 220v Fig.12, se iluminara en el transformador una luz roja.

Cuando la carga de las baterías esta completada se iluminara una luz verde y ya puede retirar el cargador de la red eléctrica.

### **PUESTA EN MARCHA.-**

En primer lugar y con la ayuda de un pequeño destornillador, quite el tornillo de seguridad situado en la tapa alojamiento de baterías (A) del cuerpo de pesas (1) Fig.5.

Introduzca el pack de baterías (4) en el alojamiento Fig.6, cierre la tapa (A) del alojamiento baterías y coloque el tornillo soltado anteriormente Fig.7.

El cuerpo de pesas viene de fabrica con los discos pesas montados.

Para aumentar o disminuir el peso del aparato Axia Vibro Kettlebell, siga los pasos detallados a continuación.

Apoyando el aparato sobre una superficie, sujete con una mano la parte inferior (B) Fig.8, con la otra mano gire la parte superior (C), en sentido contrario a las agujas del reloj. Aumente o disminuya el peso para la realización del ejercicio quitando o poniendo los discos de pesas cuyo peso unitario es de 1Kg. Fig.9.

Coloque la parte superior del aparato sobre la parte inferior Fig.10 y gírelo en el sentido de las agujas del reloj. Apriete fuertemente.

Una vez elegido el peso para la realización del ejercicio, pulse el interruptor ON/OFF (D) Fig.11, para activar la vibración del aparato Axia Vibro Kettlebell, pulse de nuevo el interruptor (D) para desactivar la vibración del aparato Axia Vibro Kettlebell.

### **NOTA:**

Cuando usted sienta que la vibración del aparato vaya disminuyendo, apague el aparato y póngalo a cargar las baterías siguiendo las instrucciones descritas en el apartado anterior de **Carga normal de baterías.**

### **ATENCIÓN:**

Asegúrese de que la función de vibración esta desconectada, antes de ponerlo a cargar.

### **EJERCICIOS.-**

Teniendo en cuenta que los programas de ejercicios varían, en función de la edad y del estado físico, es recomendable una consulta a su médico, ya que con sus sugerencias o recomendaciones específicas lograra los mejores resultados. Sea su objetivo final una mejora de su forma física un control de su peso o una rehabilitación, tenga en cuenta que su ejercicio debe de ser progresivo, planificado, variado y sin exceso.

Seleccione el ejercicio adecuado efectuando series de 10 a 15 repeticiones, aumentando progresivamente, de acuerdo a su estado de forma el número de series y el peso de las Axia Vibro Kettlebells.

- 1) Póngase de pie y mantenga el aparato Axia Vibro Kettlebell, al lado de su cuerpo, suba lentamente el brazo hacia su pecho y bájelo lentamente.



- 2) Póngase en cuclillas en el suelo, mantenga el aparato Axia Vibro Kettlebell, sobre su hombro, levante el brazo y bájelo lentamente por encima de su cabeza.

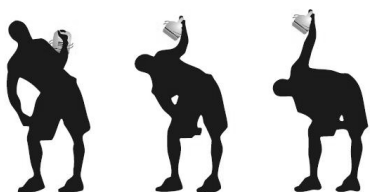
Extienda la otra mano para que su cuerpo se mantenga en equilibrio. Vuelva a repetir el ejercicio.



- 3) Póngase de pie y levante el brazo con el aparato Axia Vibro Kettlebell, doble su cuerpo hacia un lado hasta que la otra mano toque el pie, vuelva a la posición inicial y repita el ejercicio.



- 4) En posición de pie, sostenga el aparato Axia Vibro Kettlebell, con el brazo flexionado, incline el cuerpo hacia un lado. Eleve el brazo mientras, con la otra mano intente tocar la pierna contraria al brazo elevado.



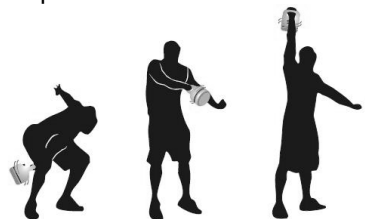
- 5) Sujete el aparato Axia Vibro Kettlebell con las dos manos, eleve un pie e intente agacharse, manteniendo el pie en el aire.



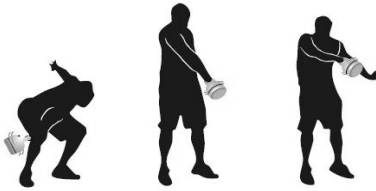
- 6) Sostenga el aparato Axia Vibro Kettlebell con una mano, flexione las piernas hasta que el aparato roce el suelo, vuelva a subirlo hasta la zona del hombro.



- 7) Agáchese y sostenga el aparato Axia Vibro Kettlebell con una mano, levante el aparato hasta la zona del pecho y estire los brazos, por último levante el brazo por encima de la cabeza, vuelva a su posición inicial.



- 8) Agáchese y sostenga el aparato Axia Vibro Kettlebell, elévelo hasta la zona del pecho. Póngase de pie, extienda y flexione el brazo. Mantenga la posición.

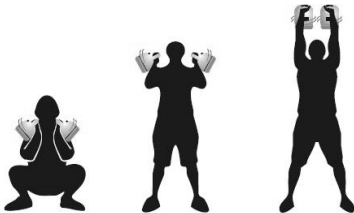


- 9) Túmbese en el suelo, estire el brazo hacia arriba con el aparato Axia Vibro Kettlebell. Cambie de posición y siéntese, levante el brazo por encima de su cabeza y por último apóyese sobre una rodilla y estire el otro brazo.



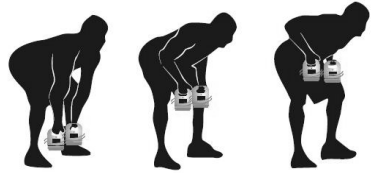
Si usted dispone de dos aparatos, Axia Vibro Kettlebell, puede realizar los siguientes ejercicios.

- 10) En cuclillas, sostenga los aparatos Axia Vibro Kettlebell sobre los hombros, póngase de pie, sujetando los aparatos sobre los hombros, levante los brazos por encima de su cabeza.



- 11) Agáchese hacia delante con aparatos, Axia Vibro Kettlebell y los brazos extendidos hacia el

suelo, flexiónelos y sube los aparatos hasta el vientre.



- 12) Apoye el peso de su cuerpo sobre el aparato Axia Vibro Kettlebell en una mano, flexionando y extendiendo el otro brazo, vuelva a repetir el ejercicio alternando los brazos.



## **MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA.-**

- I. Desenchufe el aparato y déjelo enfriar antes de limpiarlo.
- II. Límpielo con una esponja o un trapo suave, ligeramente humedecido.
- III. No permita que el aparato entre en contacto con el agua o cualquier otro líquido.
- IV. No sumerja el aparato en ningún líquido para su limpieza.
- V. No utilice limpiadores abrasivos o agresivos como, gasolina, keroseno, o disolvente, utilice solo productos para limpieza de cristal o muebles.

**EL FABRICANTE SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.**



## ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

MODELO.	AXIA VIBRO KETTLEBELL YV01.
POTENCIA.	15W.
VOLTAJE.	DC8V.
TIEMPO DE CARGA.	3,5 – 4,5 Horas.
DURACIÓN DE VIBRACIÓN	1,5 - 2 Horas.
FRECUENCIA DE VIBRACIÓN.	25-33Hz.
PESO NETO.	1,21 Kg.
PESO CON BATERÍAS.	1,35 Kg.
PESO BRUTO.	3,35 Kg.

Este producto está garantizado por 2 años de conformidad con lo dispuesto en la Directiva 1999/44/CE, del Parlamento Europeo y del Consejo, de 25 de mayo de 1999, sobre determinados aspectos de la venta y garantía de los bienes de consumo, incorporada al derecho español en virtud de la Ley 23/2003, de 10 de julio, de garantías en la venta de bienes de consumo. En este sentido, EXERCYCLE, S.L., provista de NIF B-01029032 y con domicilio en Vitoria, calle Zurrupitieta, 22, garantiza este producto.

<b>Fecha de compra.-</b>	<b>Comprado en.-</b>
<b>Comprador.-</b>	<b>Sello del distribuidor.-</b>

Por favor conserve la factura como comprobante de compra.

Para cualquier consulta, no dude en ponerse en contacto, llamando al número de atención al cliente.

**902 170 25**



Thank you for purchasing our Axia Vibro Kettlebell.

All of our products undergo rigorous testing to ensure maximum quality.

To use the Axia Vibro Kettlebell correctly, first read through the whole manual before using it.

## **INTRODUCTION.-**

The Axia Vibro Kettlebell is easy and comfortable to use.

This product helps to tone muscles in the legs, buttocks and arms, as well as increasing strength and combating stress.

Thanks to the exercise tables for the Axia Vibro Kettlebell it will produce results faster and with less effort, allowing you to burn calories with ease and enjoy the exercises.

The Axia Vibro Kettlebell has a vibration function that can enhance its effect by up to 70%.

## **GENERAL SAFETY INSTRUCTIONS.-**

Inspect the Axia Vibro Kettlebell before use to ensure that it is in good working condition.

If you notice a defect or missing parts, contact the distributor of the product.

1. Keep the packaging for the product out of reach of children,

because the plastic can cause suffocation.

2. If you suffer from any health problems or have a condition such as pregnancy, dizziness, painful joints, irregular heart beat, etc. Do not use the appliance. It is advisable to check with your doctor if you experience any pain or problems.
3. The device must not be used by children or the disabled without suitable adult supervision.
4. Excessive use may cause the appliance to overheat. If this occurs allow the appliance to cool down.
5. Do not use the Axia Vibro Kettlebell in damp/humid surroundings and prevent it from getting wet. Do not touch the device with wet hands while it is operating. Keep it dry, do not use it if it is wet or damp.
6. Wear comfortable clothing when using the Axia Vibro Kettlebell.
7. Do not tighten or force any part of the body.
8. Unplug the device when you have finished using it.
9. Do not unplug by tugging on the connection cable.
10. To prevent the risk of fire, damage or electric shock, use the correct voltage.
11. Do not expose the Axia Vibro Kettlebell to high temperatures. Store it in a dry place.
12. If you notice that the appliance is not operating correctly, do not attempt to repair, dismantle or modify it. Unauthorised repairs

may cause injury, in addition to breaking the terms of the warranty. Contact your technical assistance service.

## **HOW TO DISPOSE OF ELECTRICAL APPLIANCES.-**

1. If a product bears the crossed out wheeled bin symbol, Fig.2, this means that European Directive 2002/96/EC applies.
2. Waste electrical or electronic equipment must not be disposed of in household waste, but at the collection points designated by the town council or local authorities.
3. Proper collection and processing of unusable devices helps avoid potential risks to the environment and public health.
4. For more information about how to dispose of waste electrical and electronic equipment, contact your town hall, waste disposal service or the establishment where you purchased the product.

## **COMPONENTS.-**

Take the unit out of its box and make sure that all of the pieces are there. Fig 1.:

- (1) Weight housing.
- (2) 12 V dc transformer
- (3) Battery pack
- (4) Battery charger stand
- (5) Batteries, Ni-MH AA 1500 mAmp 1.2v

## **USE.-**

It is advisable to charge the batteries with the charger before using the Axia Vibro Kettlebell for the first time.

## **CHARGING THE BATTERIES.-**

The Axia Vibro Kettlebell uses 6 AA Ni-MH 1.2 V 1500 mAmp batteries,

these batteries have twice the energy density of Ni-Cd batteries and because they are free of Cd, they are known as "Ecological Batteries".

## **Initial charge.-**

Place the 6 batteries (5) Fig.3 in the battery pack (4), taking care to correctly maintain the polarity of the batteries (matching the «+» pole of the battery with the «+» pole on the battery pack and the «-» pole with the «-» mark).

Fit the battery pack (4) into the battery charger stand (3), Fig. 4.

Insert the jack on the transformer into the socket on the battery charger stand (3), plug the transformer into the mains supply (220V).

The batteries will take approximately 3 to 4 hours to charge for the first charge.

## **Normal charge.-**

To make battery charging easier, the Axia Vibro Kettlebell has a transformer jack connection socket built into weight housing (1) Fig.12.

Lift the protective cover (E) for the socket, Fig. 12, and insert the transformer jack into the socket.

Plug the transformer (2) into the 220V mains supply, Fig. 12, and a red light on the transformer will light up.

When the batteries are fully charged a green light will come on and the transformer can be unplugged from the mains supply.

## **START-UP.-**

Firstly, with the help of a small screwdriver, remove the safety screw from the cover of the battery compartment (A) in the weight housing (1) Fig.5.

Insert the battery pack (4) into the compartment, Fig. 6, refit the cover (A) and tighten the screw back in, Fig. 7. The weight housing comes from the factory with the weights fitted.

To increase or decrease the weight of the Axia Vibro Kettlebell, follow the steps detailed below.

Rest the unit on a flat surface, hold the bottom part (B) with one hand, Fig.8, and with the other hand rotate the top part (C) anticlockwise.

Increase or decrease the weight for the exercise by removing or adding weight discs, which weigh 1kg each. Fig.9

Place the top part of the unit back on the bottom part, Fig. 10, and turn it clockwise. Tighten securely.

Once you have chosen the weight for the exercise, press the ON/OFF switch (D) Fig.11, to activate the vibrate function for the Axia Vibro Kettlebell, press the switch (D) again to stop the Axia Vibro Kettlebell from vibrating.

#### **NOTE:**

When you feel the vibration of the unit decreasing, switch the device off and charge the batteries, following the instructions described in the preceding paragraph for **Normal battery charge**.

#### **ATTENTION:**

Make sure that the vibration function is switched off before attempting to charge the batteries.

#### **EXERCISES.-**

Bearing in mind that exercise programs vary depending on age and physical condition, it is advisable to consult your doctor given that you will achieve better results based on

his/her advice or suggestions. Regardless of whether your goal is to become fitter, control your weight or for therapeutical use, always remember that your exercise should be gradual, planned, varied and not too demanding.

Select a suitable exercise by performing sets of 10 to 15 repetitions, gradually increasing, according to your fitness, the number of sets and the weight of the Axia Vibro Kettlebells.

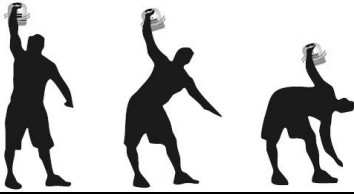
- 1) Stand with the Axia Vibro Kettlebell alongside your body, slowly raise your arm toward your chest and lower it slowly.



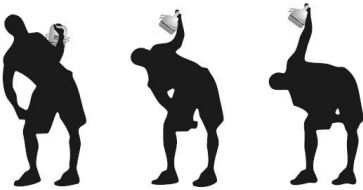
- 2) Squat down on the floor, keep the Axia Vibro Kettlebell on your shoulder, lift and lower your arm slowly above your head. Extend the other hand to balance your body. Repeat the movement.



- 3) Stand and lift the arm holding the Axia Vibro Kettlebell, bend your body to one side until the other hand touches your foot, return to the starting position and repeat the movement.



- 4) In a standing position, hold the Axia Vibro Kettlebell with your arm bent, tilt your body to one side. Raise your arm while with the other hand try to touch the leg to the raised arm.



- 5) Hold the Axia Vibro Kettlebell with both hands, lift one foot and try to bend down, keeping your foot in the air.



- 6) Hold the Axia Vibro Kettlebell with one hand, bend your legs until the unit just touches the ground, lift it back up to the shoulder area.



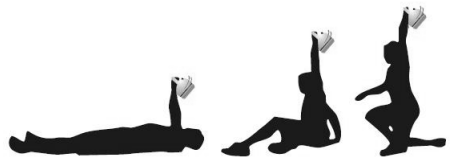
- 7) Crouch and hold the Axia Vibro Kettlebell with one hand, lift the device up to the chest area and stretch your arms out, finally raise your arm above your head, return to the starting position.



- 8) Crouch down and hold the Axia Vibro Kettlebell, lift it up to the chest area. Stand, extend and bend your arm. Hold the position.

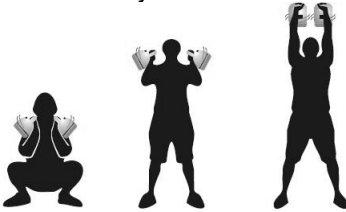


- 9) Lie on the floor, stretch your arm up with Axia Vibro Kettlebell. Change position so you are sitting, raise your arm above your head and finally kneel on one knee and stretch the other arm out.

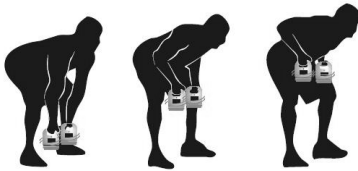


If you have two Axia Vibro Kettlebells, you can perform the following exercises.

10) Squat down, rest the Axia Vibro Kettlebells on your shoulders, stand up, holding the equipment on your shoulders, raise your arms above your head.



11) Bend forward with the Axia Vibro Kettlebells and arms extended toward the floor, bend your arms up to bring the devices to your stomach.



12) Support your body weight on the Axia Vibro Kettlebell in one hand, flexing and extending the other

arm, repeat the exercise with alternating arms.



## **MAINTENANCE & CLEANING.-**

**VI.** Unplug the appliance and allow it to cool down before cleaning it.

**VII.** Clean with a slightly dampened sponge or soft cloth.

**VIII.** Do not allow the appliance to come into contact with water or any other liquid.

**IX.** Do not immerse the appliance in liquid to clean it.

**X.** Do not use abrasive or harsh cleaners such as gasoline, kerosene, or solvents, use only products for cleaning glass or furniture.

**THE MANUFACTURER RESERVES THE RIGHT TO MODIFY THE SPECIFICATIONS OF ITS PRODUCTS WITHOUT PRIOR NOTICE.**

## TECHNICAL SPECIFICATIONS

MODEL	AXIA VIBRO KETTLEBELL YV01.
POWER	15W
VOLTAGE	8V DC
BATTERY CHARGE TIME	3.5 – 4.5 Hours
VIBRATION DURATION	1.5 - 2 Hours
VIBRATION FREQUENCY	25-33Hz.
NET WEIGHT	1.21 kg.
WEIGHT WITH BATTERIES	1.35 kg.
GROSS WEIGHT	3.35 kg.

This product is guaranteed for 2 years in accordance with that stated in Directive 1999/44/EC of the European Parliament and of the Council 25<sup>th</sup> May, 1999, regarding certain aspects of the sale of consumer goods and associated guarantees, incorporated into Spanish Law by virtue of Law 23/2003, 10<sup>th</sup> July; Guarantees on the sale of consumer goods.

To this effect, EXERCYCLE, S.L. VAT n<sup>o</sup> B-01029032, with business address c/ Zurrupitieta 22, Vitoria, Spain, guarantees this product.

<b>Date of purchase.-</b>	<b>Purchased in.-</b>
<b>Purchaser.-</b>	<b>Dealer stamp.-</b>

Please keep the receipt as proof of purchase.

Should you have any queries please do not hesitate to phone our customer service line:

**902 170 258**



Nous vous remercions vivement pour l'achat de notre produit *Axia Vibro Kettlebell*.

Pour garantir une qualité maximale, tous nos produits font l'objet de rigoureux contrôles.

Pour utiliser comme il se doit le modèle *Axia Vibro Kettlebell*, veuillez lire attentivement et entièrement cette notice avant d'utiliser l'appareil pour la première fois.

## INTRODUCTION

*Axia Vibro Kettlebell* est un appareil commode et facile à utiliser.

Cet appareil permet de tonifier les muscles des jambes, des fesses et des bras, il augmente la force et lutte contre le stress.

En suivant les indications des tableaux des exercices de l' *Axia Vibro Kettlebell*, vous obtiendrez des résultats plus rapidement et avec moins d'efforts et vous brûlerez également plus facilement les calories tout en réalisant agréablement les exercices.

L'*Axia Vibro Kettlebell* dispose de la fonction vibration qui améliore jusqu'à 70 % ses effets.

## CONSIGNES GÉNÉRALES DE SÉCURITÉ.-

Inspecter l'appareil avant de l'utiliser pour vérifier qu'il se trouve dans de bonnes conditions d'utilisation.

Si vous constatez un défaut quelconque ou qu'il manque une pièce, adressez-vous au distributeur du produit.

1. Tenir l'emballage de l'appareil hors de la portée des enfants car le plastique représente un risque d'accident d'asphyxie.
2. En cas de grossesse ou de problèmes de santé : tels que vertiges, douleurs aux articulations, fréquence cardiaque irrégulière, etc, ne pas utiliser l'appareil. En cas de trouble ou pathologie quelconque, consulter votre médecin.
3. Cet appareil ne doit pas être utilisé ni par des enfants ni par des personnes handicapées sans la surveillance d'un adulte.
4. L'appareil risque de surchauffer s'il est utilisé trop longtemps sans interruption, auquel cas, il faudra le laisser refroidir.
5. Ne pas utiliser l'*Axia Vibro Kettlebell* dans des lieux humides et éviter de le mouiller. Ne pas toucher l'appareil avec les mains mouillées pendant qu'il fonctionne. L'appareil doit être parfaitement sec, ne pas l'utiliser s'il est mouillé ou humide.
6. Porter des vêtements commodes pour utiliser l'*Axia Vibro Kettlebell*.
7. Ne serrer et ne forcer aucune partie du corps.
8. Après utilisation, éteindre l'appareil.
9. Ne pas tirer du cordon de la prise.



10. Pour éviter tout risque d'incendie, de dommages ou de chocs électriques, utiliser la tension requise.
11. Ne pas garder l'appareil dans des ambiances trop chaudes. Rangez-le dans un endroit sec.
12. Si vous remarquez que l'appareil ne fonctionne pas correctement, n'essayez pas de le réparer, de le démonter ou de le modifier vous-même. Les réparations non autorisées risquent d'endommager l'appareil et d'annuler la garantie. Faites appel au service technique.

## **OÙ DÉPOSER LES APPAREILS ÉLECTRIQUES ET ÉLECTRONIQUES HORS D'USAGE.-**

1. Si un conteneur de déchets barré figure sur l'étiquette du produit Fig.2, cela veut dire que l'appareil est concerné par la Directive 2002/96/CE.
2. Les appareils électriques ou électroniques ne doivent pas être jetés dans les ordures ménagères mais déposés dans les centres de collecte de déchets spéciaux indiqués par la Mairie ou par les autorités locales.
3. La collecte et le traitement des appareils hors d'usage permet d'éviter les risques potentiels pour l'environnement et la santé publique.
4. Pour toute information complémentaire concernant les appareils électriques et électroniques hors d'usage, adressez-vous à la Mairie de votre domicile, au service de ramassage des déchets ou à votre vendeur.

## **COMPOSANTS**

Déballez l'appareil et vérifiez qu'il ne manque aucune pièce Fig.1:

- (1) Barre d'haltère.
- (2) Transformateur de courant continu. 12 V.
- (3) Pack piles.
- (4) Support chargeur de piles.
- (5) Piles, Ni-MH AA 1500 m Amp 1,2 V.

## **MODE D'EMPLOI.-**

Avant d'utiliser pour la première fois l'appareil *Axia Vibro Kettlebell*, il est conseillé de recharger les piles avec le support chargeur.

## **CHARGE DES PILES.-**

L'*Axia Vibro Kettlebell* fonctionne avec 6 piles Ni-MH AA 1500 mAmp 1,2v, dont la densité est le double de celle des piles de NI-Cd. Étant donné qu'elles ne contiennent pas de Cadmium, elles sont dénommées "Piles écologiques".

## **Charge initiale .-**

Placer les 6 piles (5) Fig.3 sur le pack des piles (4) en prenant soin de conserver parfaitement la polarité des piles (le pôle «+» des piles doit concorder avec le signe «+» du pack des piles et le pôle «-» avec le signe «-»).

Placer le pack des piles (4) Fig. 4 sur le support du chargeur (3).

Introduire le connecteur du transformateur dans la prise du support chargeur de piles (3), brancher le transformateur de courant au réseau électrique (220v.).

La durée de la première charge est d'environ 3 à 4 heures.

## **Charge normale.-**

Pour simplifier la recharge des piles, l'*Axia Vibro Kettlebell*, porte sur la barre

des haltères (1) Fig.12, une prise pour le connecteur du transformateur (2).

Lever cache de protection (E) de la prise de branchement Fig.12 et introduire le connecteur du transformateur dans cette prise.

Brancher le transformateur (2) au réseau électrique 220v Fig.12, le voyant du transformateur s'allumera au rouge.

Quand les piles seront complètement chargées, un voyant s'allume au vert et vous pourrez débrancher le chargeur du courant électrique.

### **MISE EN MARCHÉ.-**

En premier lieu, dévisser avec un petit tournevis, la vis de sécurité placée sur le cache de protection du logement des piles (A) de la barre des haltères (1) Fig.5.

Introduire le pack des piles (4) dans le logement Fig.6, fermer le cache de protection (A) du logement des piles et visser la vis, dévissée tout à l'heure Fig.7.

À la sortie d'usine de l'appareil, les anneaux sont déjà montés sur la barre des haltères.

Pour augmenter ou pour diminuer le poids de l'appareil *Axia Vibro Kettlebell*, faire comme indiqué ci-après :

Poser l'appareil sur une surface et retenir d'une main la partie du bas (B) Fig.8 et avec l'autre main, faire tourner la partie du haut (C) dans le sens contraire à celui des aiguilles d'une montre.

Augmenter ou diminuer le poids pour réaliser l'exercice en retirant ou en plaçant les anneaux des haltères dont le poids unitaire est d'un kg. Fig.9.

Placer la partie du haut de l'appareil sur la partie du bas Fig.10 et faire

tourner dans le sens des aiguilles d'une montre. Serrer solidement.

Après avoir choisi le poids pour réaliser l'exercice, appuyer sur le bouton ON/OFF (D) Fig.11, pour lancer la vibration de l'appareil *Axia Vibro Kettlebell*, appuyer à nouveau sur le bouton (D) pour arrêter la vibration de l'appareil *Axia Vibro Kettlebell*.

### **NOTE:**

Quand vous percevrez que la vibration de l'appareil commence à diminuer, éteignez l'appareil et chargez les piles comme indiqué dans le paragraphe précédent « **Charge normale des piles** ».

### **REMARQUE IMPORTANTE :**

Vérifier que la fonction vibration est bien arrêtée avant de charger les piles.

### **EXERCICES.-**

Étant donné que les programmes d'exercices dépendent de l'âge et de l'état physique de l'utilisateur, il est conseillé de consulter d'abord votre médecin dont les suggestions ou recommandations spécifiques vous permettront d'obtenir de meilleurs résultats. Quel que soit l'objectif visé : amélioration de votre forme physique, contrôle du poids, réhabilitation, n'oubliez surtout pas que les exercices sont à réaliser de façon progressive, planifiée, variée et sans se surpasser.

Sélectionner l'exercice adapté en réalisant des séries de 10 à 15 répétitions, en augmentant progressivement, selon votre état physique, le nombre de séries et le poids des *Axia Vibro Kettlebells*.

- 1) Sur la position debout, tenir l'appareil *Axia Vibro Kettlebell*, à côté de vous, lever tout doucement le bras vers la poitrine puis baissez-le lentement.



- 2) Accroupissez-vous au sol et tenir l'appareil *Axia Vibro Kettlebell* sur l'épaule, lever le bras et baissez-le lentement au-dessus de la tête. Tendre l'autre main pour que votre corps reste en équilibre. Refaire à nouveau l'exercice.

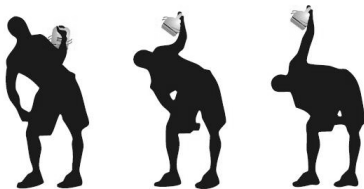


- 3) Sur la position debout, lever le bras avec l'appareil *Axia Vibro Kettlebell*, plier le corps sur un côté jusqu'à ce que l'autre main touche le pied, retourner à la position initiale et répéter l'exercice.



- 4) Sur la position debout, tenir l'appareil *Axia Vibro Kettlebell*,

avec le bras fléchi incliner le corps sur un côté. Lever le bras tout en essayant, avec l'autre main, de toucher la jambe opposée au bras levé.



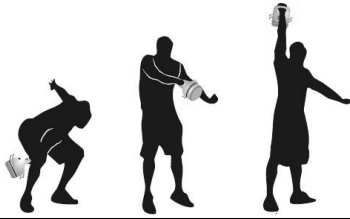
- 5) Tenir l'appareil *Axia Vibro Kettlebell* avec les 2 mains, lever un pied et essayer de vous accroupir en tenant le pied levé.



- 6) Tenir l'appareil *Axia Vibro Kettlebell* d'une main, fléchissez les jambes jusqu'à ce que l'appareil frôle le sol, levez-le à nouveau jusqu'à la zone de l'épaule.



- 7) Accroupissez-vous et tenez l'appareil *Axia Vibro Kettlebell* d'une main, levez l'appareil jusqu'à la zone de la poitrine et tirez les bras, enfin levez le bras au-dessus de la tête, retourner à la position initiale.



- 8) Accroupissez-vous et tenir l'appareil *Axia Vibro Kettlebell*, levez-le jusqu'à la zone de la poitrine. Relevez-vous, sur la position debout, tendez et fléchissez le bras. Conserver cette position.



- 9) Allongez-vous au sol, levez le bras vers le haut avec l'appareil *Axia Vibro Kettlebell*. Changez de position et asseyez-vous, levez le bras au-dessus de la tête et enfin appuyez-vous sur un genou et tirez l'autre bras.



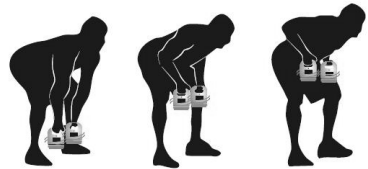
Si vous disposez de deux appareils *Axia Vibro Kettlebell*, vous pouvez alors réaliser les exercices suivants:

- 10) Accroupissez-vous en tenant les appareils *Axia Vibro Kettlebell* sur les épaules, levez-vous, sur la position debout en tenant les

appareils sur les épaules, levez les bras au-dessus de la tête.



- 11) Penchez-vous en avant avec les appareils *Axia Vibro Kettlebell* et avec les bras tendus vers le sol, fléchissez-les et levez les appareils jusqu'au ventre.



- 12) Appuyez le poids du corps sur l'appareil *Axia Vibro Kettlebell* dans une main, en fléchissant et en tendant l'autre bras, répétez l'exercice en alternant les bras.



## ENTRETIEN ET NETTOYAGE.-

**XI.** Débrancher l'appareil et laissez-le refroidir avant de le nettoyer.

**XII.** Nettoyez-le avec une éponge ou un chiffon doux, légèrement humide.

**XIII.** L'appareil ne doit pas toucher ni l'eau ni aucun autre liquide.

**XIV.** Ne pas plonger l'appareil dans un liquide quelconque pour le nettoyer.

**XV.** Ne pas utiliser de produits abrasifs ou agressifs comme de l'essence, du

kérosène, des solvants, etc. Employer uniquement des produits pour nettoyer le verre ou les meubles.

**LE FABRICANT SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER LES SPÉCIFICATIONS DE SES PRODUITS SANS PRÉAVIS.**

## CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

MODÈLE	AXIA VIBRO KETTLEBELL YV01.
PUISSANCE.	15 W.
TENSION.	DC8V.
TIEMPS DE CHARGE.	3,5 – 4,5 Heures.
DURÉE DE LA VIBRATION	1,5 - 2 Heures ;
FRÉQUENCE DE VIBRATION	25-33Hz.
POIDS NET.	1,21 kg.
POIDS AVEC PILES.	1,35 kg.
POIDS BRUT.	3,35 kg.

Ce produit est garanti deux (2) ans conformément aux dispositions de la Directive 1999/44/CE du Parlement Européen et du Conseil du 25 mai 1999 relative à des aspects déterminés de la vente et de la garantie des biens de consommation, incluse dans le droit espagnol en vertu de la Loi 23/2003 du 10 juillet sur les garanties dans la vente des biens de consommation.

En ce sens, EXERCYCLE, S.L., titulaire du NIF B-01029032 dont le siège social est à Vitoria, calle Zurrupitieta, 22, garantit ce produit.

<b>Date d'achat.-</b>	<b>Acheté à .-</b>
<b>Acheteur.-</b>	<b>Cachet commercial du distributeur.-</b>

Veuillez conserver cette facture comme justificatif de l'achat.

Pour toute question, n'hésitez pas à contacter le Service Clientèle au téléphone :

**902 170 258**



Agradecemos a compra do nosso Axia Vibro Kettlebell.

Todos os nossos produtos são submetidos aos mais rigorosos controlos para garantir a sua máxima qualidade.

Para utilizar correctamente o Axia Vibro Kettlebell, leia este manual na sua totalidade antes da sua primeira utilização.

## **INTRODUÇÃO. -**

O aparelho Axia Vibro Kettlebell é cómodo e fácil de utilizar.

Este produto serve para tonificar os músculos das pernas, glúteos e braços, assim como para aumentar a força e combater o stress.

Graças às tabelas de exercício do aparelho Axia Vibro Kettlebell, este proporcionar-lhe-á resultados em menos tempo e esforço, e, para além disso, permite-lhe queimar calorias com facilidade e desfrutar dos exercícios.

O Axia Vibro Kettlebell possui uma função de vibração que pode melhorar o seu efeito até 70%.

## **INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA**

Inspeccione o Axia Vibro Kettlebell antes de começar a utilizá-lo, para

assegurar-se de que está em boas condições de utilização.

Se observar algum defeito, algum dano ou a falta de alguma peça, entre em contacto com o distribuidor do produto.

1. Mantenha as embalagens plásticas do aparelho fora do alcance das crianças, porque o plástico pode causar asfixia.
2. Se tem algum problema de saúde ou alguma condicionante, como gravidez, tonturas, dores nas articulações, ritmo cardíaco irregular etc., não use o aparelho. Perante qualquer doença ou patologia é recomendável consultar o seu médico.
3. O aparelho não deve ser utilizado por crianças ou pessoas incapacitadas sem a necessária supervisão de um adulto.
4. Um uso excessivo do aparelho pode provocar o seu aquecimento excessivo. Se ocorrer, deixe o aparelho arrefecer.
5. Não utilize o Axia Vibro Kettlebell em locais húmidos e evite que este se molhe. Nunca toque no aparelho durante o seu funcionamento com as mãos húmidas. Mantenha o aparelho seco, não o utilize se estiver molhado ou húmido.
6. Utilize o Axia Vibro Kettlebell com roupa cómoda.
7. Não aperte nem force nenhuma parte do corpo.
8. Desligue completamente o aparelho quando tiver acabado de usá-lo.

9. Não puxe pelo cabo para desligar o aparelho - puxe pela ficha.
10. Para evitar o perigo de incêndios, danos ou descargas eléctricas, deve ser usada a voltagem correcta.
11. Não exponha o Axia Vibro Kettlebell a altas temperaturas. Guarde-o num local seco.
12. Se nota que o aparelho não funciona correctamente, não o tente reparar, desmontar ou modificar. As reparações não autorizadas podem causar danos, para além de que invalidam a garantia. Contacte o serviço técnico autorizado.

## **COMO DESCARTAR APARELHOS ELÉCTRICOS. -**

1. Se num produto é apresentado o símbolo de um contentor cruzado (Fig.2), significa que este está contemplado na Directiva 2002/96/CE.
2. Os aparelhos eléctricos ou electrónicos não devem ser descartados através do serviço municipal de recolha de resíduos, mas sim através dos pontos de recolha designados pelos serviços municipais ou as autoridades locais.
3. A recolha correcta e o tratamento dos dispositivos inaptos contribuem para evitar riscos potenciais para o meio ambiente e para a saúde pública.
4. Para obter mais informações sobre como descartar os seus aparelhos eléctricos e electrónicos inaptos, entre em contacto com os serviços municipais de recolha de resíduos ou o estabelecimento onde adquiriu o produto.

## **COMPONENTES**

Retire a unidade da caixa e verifique se tem todos o componentes (Fig.1).

- (1) Corpo de pesos.
- (2) Transformador de corrente contínua 12v.
- (3) Pack de baterias.
- (4) Suporte carregador de baterias.
- (5) Baterias, Ni-MH AA 1500 mAmp 1,2v.

## **INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO**

Antes de começar a utilizar o aparelho Axia Vibro Kettlebell pela primeira vez, recomenda-se recarregar as baterias com o suporte carregador.

## **CARGA DAS BATERIAS. -**

O Axia Vibro Kettlebell utiliza 6 baterias de Ni-MH AA 1500 mAmp 1,2v; estas baterias têm o dobro da densidade das baterias de NI-Cd e, por serem isentas de Cd, são denominadas "Baterias ecológicas".

## **Carga inicial. -**

Coloque as 6 baterias (5) Fig.3 no pack de baterias (4), tendo o cuidado de manter correctamente a polaridade das baterias (fazendo coincidir o pólo «+» das baterias com o sinal «+» do pack de baterias e o pólo «-» com o sinal «-»).

Coloque o pack de baterias (4) no suporte carregador de baterias (3), Fig.4.

Insira o terminal do transformador no orifício do suporte carregador de baterias (3) e ligue o transformador de corrente à rede eléctrica (220v.).

O período de tempo da primeira carga de baterias tem uma duração aproximada de 3 a 4 horas.



## **Carga normal. -**

Para facilitar a recarga das baterias, o Axia Vibro Kettlebell tem incorporado, no corpo de pesos, (1) Fig.12, um alojamento de ligação para o terminal do transformador (2).

Levante a tampa protectora (E) do alojamento de ligação Fig.12, e insira o terminal do transformador no referido alojamento.

Ligue o transformador (2) à rede eléctrica 220v Fig.12, e acender-se-á uma lâmpada vermelha no transformador.

Quando a carga das baterias estiver completada, acender-se-á uma luz verde e poderá desligar o carregador da rede eléctrica.

## **COLOCAÇÃO EM FUNCIONAMENTO. -**

Em primeiro lugar e com a ajuda de uma pequena chave de fendas, retire o parafuso de segurança da tampa do alojamento das baterias (A) do corpo de pesos (1) Fig.5.

Introduza o pack de baterias (4) no alojamento Fig.6, feche a tampa (A) do alojamento de baterias e recoloque o parafuso de segurança anteriormente retirado Fig.7.

O corpo de pesos vem de fábrica com os discos de pesos montados.

Para aumentar ou diminuir o peso do aparelho Axia Vibro Kettlebell, siga os passos indicados em seguida.

Apoiando o aparelho sobre uma superfície, segure com uma mão a parte inferior (B) Fig.8, com a outra mão rode a parte superior (C), no sentido contrário ao movimento dos ponteiros do relógio.

Aumente ou diminua o peso para a realização do exercício, retirando ou

colocando os discos de peso, cujo peso unitário é 1 kg. Fig.9.

Coloque a parte superior do aparelho sobre a parte inferior Fig.10 e rode-a no sentido dos ponteiros do relógio. Aperte fortemente.

Uma vez escolhido o peso para a realização do exercício, prima o interruptor ON/OFF (D) Fig.11; para activar a vibração do aparelho Axia Vibro Kettlebell, prima de novo o interruptor (D) para desactivar a vibração do aparelho Axia Vibro Kettlebell.

## **NOTA:**

Quando sentir que a vibração do aparelho vai diminuindo, apague o aparelho e ponha as baterias a carregar, seguindo as instruções descritas no capítulo anterior "**Carga normal de baterias**".

## **ATENÇÃO:**

Assegure-se de que a função de vibração está desligada, antes de colocar as baterias a carregar.

## **EXERCÍCIOS. -**

Tendo em conta que os programas de exercício variam em função da idade e do estado físico, é recomendável uma consulta ao seu médico, porque com as suas sugestões ou recomendações específicas conseguirá melhores resultados. Quer o seu objectivo final seja uma melhoria da sua forma física, o controlo do peso ou uma reabilitação, tenha em conta que o exercício deve ser progressivo, planificado, variado e sem excessos.

Selecione o exercício adequado efectuando séries de 10 a 15 repetições, aumentando

progressivamente, de acordo com o seu estado de forma, o número de séries e o peso das Axia Vibro Kettlebells.

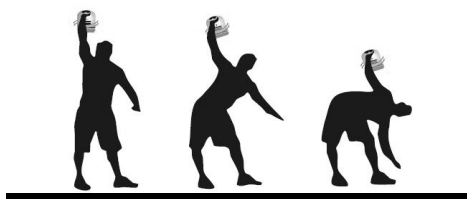
- 1) Ponha-se em pé e mantenha o aparelho Axia Vibro Kettlebell ao lado do seu corpo, suba lentamente o braço até ao peito e baixe-o lentamente.



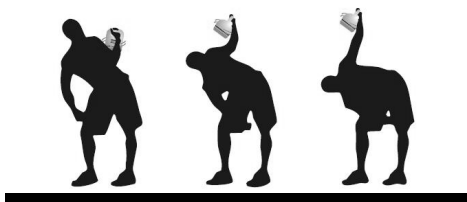
- 2) Ponha-se de cócoras sobre o solo e mantenha o aparelho Axia Vibro Kettlebell, sobre o seu ombro, levante o braço e baixe-o lentamente por cima da sua cabeça. Estenda a outra mão para que o seu corpo se mantenha em equilíbrio. Volte a repetir o exercício.



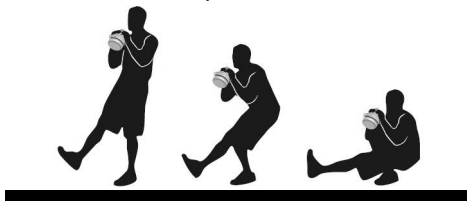
- 3) Ponha-se de pé e levante o braço com o aparelho Axia Vibro Kettlebell, dobre o seu corpo para um lado até que a outra mão toque o pé, volte à posição inicial e repita o exercício.



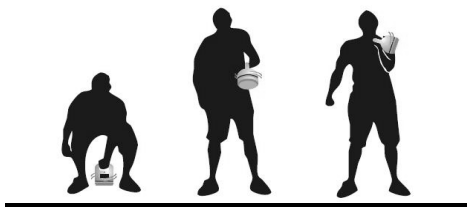
- 4) Na posição de pé, sustenha o aparelho Axia Vibro Kettlebell, com o braço flectido, incline o corpo para um lado. Eleve o braço, enquanto, com a outra mão, tenta tocar a perna contrária ao braço elevado.



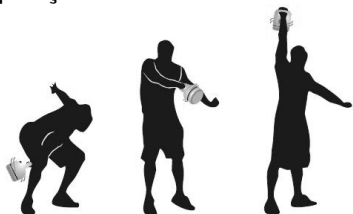
- 5) Agarre o aparelho Axia Vibro Kettlebell com as duas mãos, eleve um pé e tente agachar-se, mantendo o pé no ar.



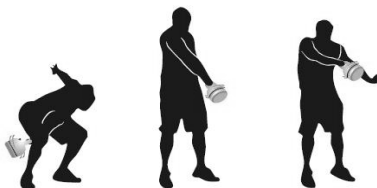
- 6) Sustenha o aparelho Axia Vibro Kettlebell com uma mão, flecta as pernas até que o aparelho roce o solo, volte a subi-lo até à zona do ombro.



- 7) Agache-se e sustenha o aparelho Axia Vibro Kettlebell com uma mão, levante o aparelho até à zona do peito e estique os braços; por último, levante o braço por cima da cabeça, volte à sua posição inicial.



- 8) Agache-se e sustenha o aparelho Axia Vibro Kettlebell, eleve-o até à zona do peito. Ponha-se de pé, estique e flecta o braço. Mantenha a posição.



- 9) Deite-se no solo, estique o braço para cima com o aparelho Axia Vibro Kettlebell. Mude de posição e sente-se, levante o braço por cima da sua cabeça e, por último, apoie-se num joelho e estique o outro braço.

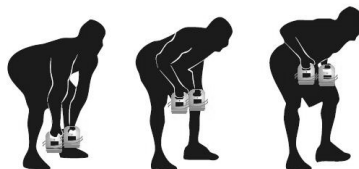


Se dispõe de dois aparelhos Axia Vibro Kettlebell, pode realizar os seguintes exercícios.

- 10) De cócoras, sustenha os aparelhos Axia Vibro Kettlebell sobre os ombros, ponha-se de pé, segurando os aparelhos sobre os ombros, levante os braços por cima da sua cabeça.



- 11) Agache-se para a frente com os aparelhos Axia Vibro Kettlebell e os braços estendidos para o solo, flecta-os e suba os aparelhos até ao ventre.



- 12) Apoie o peso do seu corpo sobre o aparelho Axia Vibro Kettlebell numa mão, flectindo e estendendo o outro braço, volte a repetir o exercício alternando os braços.



## **MANUTENÇÃO E LIMPEZA**

**XVI.** Desligue sempre o aparelho e deixe-o arrefecer antes de o limpar.

**XVII.** Limpe o aparelho com uma esponja ou um pano suave, ligeiramente humedecido.

**XVIII.** Não permita que o aparelho entre em contacto com água ou qualquer outro líquido.

**XIX.** Não mergulhe o aparelho em nenhum tipo de líquido para a sua limpeza.

**XX.** Não utilize produtos de limpeza abrasivos ou agressivos como, gasolina, querosene ou dissolvente - utilize apenas produtos para limpeza de vidros e móveis.

**O FABRICANTE RESERVA-SE O DIREITO DE MODIFICAR AS ESPECIFICAÇÕES DOS SEUS PRODUTOS SEM PRÉVIO AVISO.**

## ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

MODELO	AXIA VIBRO KETTLEBELL YV01.
POTÊNCIA	15W.
VOLTAGEM	DC8V.
TEMPO DE CARGA	3,5 – 4,5 Horas.
DURAÇÃO DA VIBRAÇÃO	1,5 - 2 Horas.
FREQUÊNCIA DE VIBRAÇÃO	25-33Hz.
PESO LÍQUIDO	1,21 Kg.
PESO COM BATERIAS	1,35 Kg.
PESO BRUTO	3,35 Kg.

### Garantia

Este produto é garantido por 2 anos, em conformidade com o disposto na Directiva 1999/44/CE, do Parlamento Europeu e do Conselho de 25 de Maio de 1999, sobre determinados aspectos da venda e garantia dos bens de consumo, incorporada na legislação espanhola em virtude da Lei 23/2003, de 10 de Julho, de garantias na venda de bens de consumo.

Neste sentido, a EXERCYCLE, S.L., com o NIF B-01029032 e sediada em Vitória, calle Zurrupitieta, 22, garante este produto.

<b>Data de compra. -</b>	<b>Comprado em. -</b>
<b>Comprador. -</b>	<b>Carimbo do distribuidor. -</b>

Conserve a factura como comprovante de compra.

Para qualquer consulta, contacte-nos através do número de apoio a clientes:

**+34 902 170 258**

**BH FITNESS SPAIN**

EXERCYCLE,S.L.  
(Manufacturer)  
P.O.BOX 195  
01080 VITORIA (SPAIN)  
Tel.: +34 945 29 02 58  
Fax: +34 945 29 00 49  
e-mail: info@bhfitness.es  
www.bhfitness.com

**BH FITNESS PORTUGAL**

MAQUINASPORT, S.A.  
Zona Industrial Giesteira Terreirinho  
3750-325 Agueda (PORTUGAL )  
Tel.: +351 234 729 510  
Fax: +351 234 729 519

**BH FITNESS MEXICO**

BH Exercycle de México S.A. de CV  
Eje 132 / 136  
Zona Industrial, 2A Secc.  
78395 San Luis Potosí  
S:L:P: MÉXICO  
Tel.: +52 (444) 824 00 29  
Fax: +52 (444) 824 00 31  
www.bh.com.mx

**BH FITNESS ASIA**

No.139, Jhongsan Rd.  
Daya Township  
Taichung 428, Taiwan. R.O.C.  
Tel.: +886 4 25609200  
Fax: +886 4 25609280  
info@bhasia.com.tw

**BH FITNESS UK**

Unit 1A Britannia Business Park  
Union Road, The Valley  
Bolton BL2 2HP  
UK  
Tel.: +44 (0)870 381 0277  
Fax: +44 (0)870 381 0278  
e-mail: info@bhfitness.co.uk

**BH FITNESS FRANCE**

Tel.: +33 (0)1429 61885  
Fax: +33 (0)1429 66851  
e-mail: bh.fitness@wanadoo.fr

**BH FITNESS NORTH AMERICA**

20155 Ellipse  
Foothill Ranch  
CA 92610  
Tel:+ 1 949 206 0330  
Fax:+1 949 206 0350  
fitness@bhnorthamerica.com  
www.bhnorthamerica.com

**BH FITNESS CHINA**

BH China Co., Ltd.  
Block A, NO.68, Branch Lane 455, Lane 822,  
Zhen Nan RD., Li Zi Yuan, Putuo, Shanghai  
200331, P.R.C.  
Tel: +86-021-5284 6694  
Fax:+86-021-5284 6814

EL FABRICANTE SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS  
ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.

THE MANUFACTURER RESERVES THE RIGHT TO MODIFY THE  
SPECIFICATIONS OF ITS PRODUCTS WITHOUT PRIOR NOTICE.

LE FABRICANT SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER LES SPÉCIFICATIONS  
DE SES PRODUITS SANS PRÉAVIS.

O FABRICANTE RESERVA-SE O DIREITO DE MODIFICAR AS  
ESPECIFICAÇÕES DOS SEUS PRODUTOS SEM PRÉVIO AVISO.