



Affordable. Reliable. Home Improvement.

PILATES ACCESSORIES

MODEL:J55-P

Technical Support and E-Warranty Certificate
www.vevor.com/support

VEVOR

Affordable. Reliable. Home Improvement.

PILATES ACCESSORIES

MODEL:J55-P



This is the original instruction, please read all manual instructions carefully before operating. VEVOR reserves a clear interpretation of our user manual. The appearance of the product shall be subject to the product you received. Please forgive us that we won't inform you again if there are any technology or software updates on our product.

Operation safety



WARNING:

Please read all instructions before using this product

It is the Owner's responsibility to ensure that all users of this product are fully aware of all warnings and precautions.

- Do not use it if you are pregnant
- Please install strictly according to the instructions
- To ensure user safety, please check whether all screws and other connecting parts on the device are intact before each use
- Incorrect or excessive intensity exercise is not good for health. It is recommended to consult a doctor before exercising
- It is best to wear sportswear and sports shoes when exercising
- If you feel dizziness, vomiting or other adverse symptoms during exercise, you should stop training immediately.
- Note that all screws and nuts must be tightened before exercising
- Please do not exercise half an hour before /after meals or 1 hour before sleep
- Please make exercise plans.
- The user's weight cannot exceed 350lbs
- Excessive use by unskilled persons is prohibited.
- Please do a simple stretch before using the product.

1、 Put as shown in Figure



2、 Ensure the up and down position is correct; The clip is installed.



Manufacturer: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi

Address: Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, shanghai 200000 CN.

Imported to AUS: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD NSW 2122 Australia

Imported to USA: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Place, Rancho Cucamonga, CA 91730

UK	REP
-----------	------------

YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited Office 147, Centurion House, London Road, Staines-upon-Thames, Surrey, TW18 4AX

EC	REP
-----------	------------

E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.



Technical Support and E-Warranty Certificate
www.vevor.com/support



Affordable. Reliable. Home Improvement.

ACCESSOIRES PILATES

MODÈLE : J55-P

Assistance technique et certificat de garantie

électronique www.vevor.com/support

VEVOR
Affordable. Reliable. Home Improvement.

ACCESSOIRES PILATES

MODÈLE : J55-P



Il s'agit de la notice d'utilisation d'origine. Veuillez lire attentivement toutes les instructions du manuel avant de l'utiliser. VEVOR se réserve le droit d'interpréter clairement notre manuel d'utilisation. L'apparence du produit dépend du produit que vous avez reçu. Veuillez nous excuser, nous ne vous informerons plus en cas de mise à jour technologique ou logicielle de notre produit.

Sécurité de fonctionnement



AVERTISSEMENT:

Veuillez lire toutes les instructions avant d'utiliser ce produit

Il est de la responsabilité du propriétaire de s'assurer que tous les utilisateurs de ce produit sont pleinement conscient de tous les avertissements et précautions.

Ne l'utilisez pas si vous êtes enceinte

Veuillez installer strictement selon les instructions

Pour assurer la sécurité de l'utilisateur, veuillez vérifier que toutes les vis et autres éléments de connexion sont bien serrés.

les pièces de l'appareil sont intactes avant chaque utilisation

Un exercice physique incorrect ou d'intensité excessive n'est pas bon pour la santé.

il est recommandé de consulter un médecin avant de faire de l'exercice

Il est préférable de porter des vêtements et des chaussures de sport lors de l'exercice

Si vous ressentez des étourdissements, des vomissements ou d'autres symptômes indésirables pendant l'exercice,

vous devriez arrêter l'entraînement immédiatement.

Notez que toutes les vis et tous les écrous doivent être serrés avant l'exercice

Veuillez ne pas faire d'exercice une demi-heure avant/après les repas ou une heure avant de dormir.

Veuillez prévoir des exercices. Le poids de

l'utilisateur ne peut pas dépasser 350 lb

L'utilisation excessive par des personnes non qualifiées est interdite. Veuillez

faire un simple étirement avant d'utiliser le produit.

1. Placez comme indiqué sur la figure 2. Assurez-vous que la position haut et bas est correct; Le clip est installé.



Fabricant : Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi Adresse :
Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, shanghai 200000 CN.

Importé en Australie : SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD NSW 2122
Australie

Importé aux États-Unis : Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Place,
Rancho Cucamonga, CA 91730



YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited
Bureau 147, Centurion House, London Road, Staines-
upon-Thames, Surrey, TW18 4AX



E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Francfort-sur-le-Main.



Assistance technique et certificat de garantie électronique
www.vevor.com/support



Affordable. Reliable. Home Improvement.

PILATES-ZUBEHÖR

MODELL: J55-P

Technischer Support und E-Garantie-Zertifikat

www.vevor.com/support

VEVOR

Affordable. Reliable. Home Improvement.

PILATES-ZUBEHÖR

MODELL:J55-P



Dies ist die Originalanleitung. Bitte lesen Sie alle Anweisungen sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät in Betrieb nehmen. VEVOR behält sich eine klare Auslegung unserer Bedienungsanleitung vor. Das Erscheinungsbild des Produkts richtet sich nach dem Produkt, das Sie erhalten haben. Bitte verzeihen Sie uns, dass wir Sie nicht erneut informieren, wenn es Technologie- oder Software-Updates für unser Produkt gibt.

Betriebssicherheit



WARNUNG:

Bitte lesen Sie alle Anweisungen, bevor Sie dieses Produkt verwenden

Es liegt in der Verantwortung des Eigentümers, sicherzustellen, dass alle Benutzer dieses Produkts sich aller Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen bewusst sein.

• Verwenden Sie es nicht, wenn Sie schwanger sind

• Bitte installieren Sie streng nach den Anweisungen

• Zur Gewährleistung der Sicherheit des Anwenders überprüfen Sie bitte, ob alle Schrauben und sonstigen

Teile am Gerät sind vor jedem Gebrauch intakt

• Falsches oder übermäßig intensives Training ist nicht gut für die Gesundheit.

Es wird empfohlen, vor dem Training einen Arzt zu konsultieren

• Am besten tragen Sie beim Training Sportbekleidung und Sportschuhe

• Wenn Sie während des Trainings Schwindel, Erbrechen oder andere unerwünschte Symptome verspüren,

Sie sollten das Training sofort abbrechen.

• Beachten Sie, dass alle Schrauben und Muttern vor dem Training festgezogen werden müssen

• Bitte trainieren Sie eine halbe Stunde vor/nach den Mahlzeiten oder 1 Stunde vor dem Schlafengehen nicht.

• Bitte machen Sie Trainingspläne. • Das

Gewicht des Benutzers darf 350 Pfund nicht überschreiten

• Übermäßiger Gebrauch durch ungelernte Personen ist verboten. • Bitte

machen Sie vor der Verwendung des Produkts eine einfache Dehnübung.

1. Setzen Sie es wie in Abbildung 2 gezeigt ein. Stellen Sie sicher, dass die Auf- und Ab-Position richtig; Der Clip ist installiert.



Hersteller: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi **Adresse:**

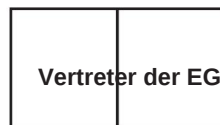
Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, Baoshanqu, Shanghai 200000 CN.

Nach AUS importiert: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD NSW 2122
Australien

Importiert in die USA: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Place,
Rancho Cucamonga, CA 91730



YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited
Office 147, Centurion House, London Road, Staines-
upon-Thames, Surrey, TW18 4AX



E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.



Technischer Support und E-Garantie-Zertifikat

www.vevor.com/support



Affordable. Reliable. Home Improvement.

ACCESSORI PER PILATES

MODELLO: J55-P

Supporto tecnico e certificato di garanzia elettronica

www.vevor.com/support

VEVOR

Affordable. Reliable. Home Improvement.

ACCESSORI PER PILATES

MODELLO: J55-P



Questa è l'istruzione originale, si prega di leggere attentamente tutte le istruzioni del manuale prima di utilizzare. VEVOR si riserva una chiara interpretazione del nostro manuale utente. L'aspetto del prodotto sarà soggetto al prodotto ricevuto. Vi preghiamo di perdonarci se non vi informeremo di nuovo se ci sono aggiornamenti tecnologici o software sul nostro prodotto.

Sicurezza operativa



AVVERTIMENTO:

Si prega di leggere tutte le istruzioni prima di utilizzare questo prodotto

È responsabilità del proprietario garantire che tutti gli utenti di questo prodotto siano

pienamente consapevole di tutte le avvertenze e precauzioni.

• Non utilizzarlo se sei incinta

• Si prega di installare rigorosamente secondo le istruzioni

• Per garantire la sicurezza dell'utente, controllare che tutte le viti e gli altri collegamenti
le parti del dispositivo siano intatte prima di ogni utilizzo

• L'esercizio fisico scorretto o di intensità eccessiva non fa bene alla salute.

si consiglia di consultare un medico prima di fare esercizio fisico

• È meglio indossare abbigliamento sportivo e scarpe sportive quando si fa esercizio fisico

• Se avverti vertigini, vomito o altri sintomi avversi durante l'esercizio,
dovresti interrompere immediatamente l'allenamento.

• Notare che tutte le viti e i dadi devono essere serrati prima dell'esercizio

• Si prega di non fare esercizio fisico mezz'ora prima/dopo i pasti o 1 ora prima di dormire

• Si prega di pianificare gli esercizi. • Il peso
dell'utente non può superare i 350 libbre

• È vietato l'uso eccessivo da parte di persone non qualificate. • Si prega di
effettuare un semplice stretching prima di utilizzare il prodotto.

**1) Posizionare come mostrato nella Figura 2) Assicurarsi che la posizione su e giù sia
corretta; La clip è installata.**



Produttore: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi **Indirizzo:**

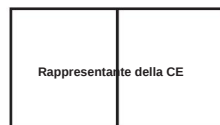
Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, shanghai 200000 CN.

Importato in AUS: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD NSW 2122
Australia

Importato negli USA: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Place,
Rancho Cucamonga, CA 91730



YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited
Ufficio 147, Centurion House, London Road, Staines-
upon-Thames, Surrey, TW18 4AX



E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Francoforte sul Meno.



Supporto tecnico e certificato di garanzia elettronica

www.vevor.com/support



Affordable. Reliable. Home Improvement.

ACCESORIOS DE PILATES

MODELO: J55-P

Soporte técnico y certificado de garantía
electrónica www.vevor.com/support

VEVOR

Affordable. Reliable. Home Improvement.

ACCESORIOS DE PILATES

MODELO:J55-P



Estas son las instrucciones originales, lea atentamente todas las instrucciones del manual antes de utilizar el producto. VEVOR se reserva una interpretación clara de nuestro manual de usuario. La apariencia del producto estará sujeta al producto que recibió. Perdónenos por no informarle nuevamente si hay actualizaciones de tecnología o software en nuestro producto.

Seguridad de operación



ADVERTENCIA:

Lea todas las instrucciones antes de utilizar este producto.

Es responsabilidad del Propietario garantizar que todos los usuarios de este producto

Tenga pleno conocimiento de todas las advertencias y

precauciones. No lo use si está embarazada

Instale estrictamente de acuerdo con las instrucciones.

Para garantizar la seguridad del usuario, verifique que todos los tornillos y otras conexiones

Las piezas del dispositivo están intactas antes de cada uso.

El ejercicio de intensidad incorrecta o excesiva no es bueno para la salud.

Se recomienda consultar a un médico antes de hacer ejercicio.

Es mejor usar ropa y calzado deportivo al hacer ejercicio.

Si siente mareos, vómitos u otros síntomas adversos durante el ejercicio,

Deberías dejar de entrenar inmediatamente.

Tenga en cuenta que todos los tornillos y tuercas deben estar apretados antes de realizar el ejercicio.

No haga ejercicio media hora antes o después de las comidas o una hora antes de dormir.

Haga planes de ejercicios. El peso del

usuario no puede superar las 350 libras.

Se prohíbe el uso excesivo por parte de personas no cualificadas.

Realice un estiramiento simple antes de utilizar el producto.

1Colóquelo como se muestra en la Figura 2Asegúrese de que la posición hacia arriba y hacia abajo sea correcto; El clip está instalado.



Fabricante: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi Dirección:
Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, shanghai 200000 CN.

Importado a AUS: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD NSW 2122
Australia

Importado a EE. UU.: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Place, Rancho
Cucamonga, CA 91730



YH CONSULTING LIMITED. A LA DIRECCIÓN DE YH
Consulting Limited Oficina 147, Centurion House, London
Road, Staines-upon-Thames, Surrey, TW18 4AX



E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Fráncfort del Meno.



Soporte técnico y certificado de garantía electrónica
www.vevor.com/support

VEVOR

Affordable. Reliable. Home Improvement.

AKCESORIA DO PILATES'A

MODEL:J55-P

Wsparcie techniczne i certyfikat gwarancji
elektronicznej www.vevor.com/support

VEVOR

Affordable. Reliable. Home Improvement.

AKCESORIA DO PILATES'A

MODEL:J55-P



To jest oryginalna instrukcja, przed użyciem należy uważnie przeczytać wszystkie instrukcje. VEVOR zastrzega sobie jasną interpretację naszej instrukcji obsługi. Wygląd produktu będzie zależał od produktu, który otrzymałeś. Prosimy o wybaczenie, że nie poinformujemy Cię ponownie, jeśli w naszym produkcie pojawią się jakiegokolwiek aktualizacje technologiczne lub oprogramowania.

Bezpieczeństwo działania



OSTRZEŻENIE:

Przed użyciem tego produktu należy przeczytać wszystkie instrukcje.

Właściciel jest odpowiedzialny za zapewnienie, że wszyscy użytkownicy tego produktu są:

w pełni świadoma wszystkich ostrzeżeń i środków

ostrożności. Nie należy stosować leku, jeśli jesteś w ciąży

Proszę przeprowadzić instalację ściśle według instrukcji

Aby zapewnić bezpieczeństwo użytkownika, należy sprawdzić, czy wszystkie śruby i inne elementy łączące są prawidłowo dokręcone.

części urządzenia są nienaruszone przed każdym użyciem

Nieprawidłowe lub nadmierne ćwiczenia nie są dobre dla zdrowia.

zaleca się konsultację z lekarzem przed ćwiczeniami

Podczas ćwiczeń najlepiej jest nosić odzież sportową i buty sportowe

Jeśli podczas ćwiczeń odczuwasz zawroty głowy, wymioty lub inne niekorzystne objawy,

Należy natychmiast przerwać trening.

Należy pamiętać, że przed rozpoczęciem ćwiczeń należy dokręcić wszystkie śruby i nakrętki.

Prosimy nie ćwiczyć na pół godziny przed/po posiłku i na godzinę przed snem.

Proszę zaplanować ćwiczenia. Waga

użytkownika nie może przekraczać 350 funtów

Nadmierne użytkowanie przez osoby niewykwalifikowane jest

zabronione. Przed użyciem produktu należy wykonać proste rozciąganie.

1. Umieść zgodnie z rysunkiem 2. Upewnij się, że położenie góra-dół jest poprawnie; Klips jest zainstalowany.



Producent: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi Adres:

Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, Baoshanqu, Szanghaj 200000 CN.

Importowane do AUS: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD NSW 2122 Australia

Importowane do USA: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Place, Rancho Cucamonga, CA 91730



YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited Biuro
147, Centurion House, London Road, Staines-upon-
Thames, Surrey, TW18 4AX



E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt nad Menem.



Wsparcie techniczne i certyfikat gwarancji elektronicznej

www.vevor.com/support



Affordable. Reliable. Home Improvement.

PILATES-ACCESSOIRES

MODEL:J55-P

Technische ondersteuning en e-garantiecertificaat

www.vevor.com/support

VEVOR

Affordable. Reliable. Home Improvement.

PILATES-ACCESSOIRES

MODEL: J55-P



Dit is de originele instructie, lees alle handleidingen zorgvuldig door voordat u het product gebruikt. VEVOR behoudt zich een duidelijke interpretatie van onze gebruikershandleiding voor. Het uiterlijk van het product is afhankelijk van het product dat u hebt ontvangen. Vergeef ons dat we u niet opnieuw zullen informeren als er technologie- of software-updates voor ons product zijn.

Bedrijfsveiligheid



WAARSCHUWING:

Lees alle instructies voordat u dit product gebruikt

- Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om ervoor te zorgen dat alle gebruikers van dit product volledig op de hoogte van alle waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen. • Gebruik het niet als u zwanger bent
- Installeer het product strikt volgens de instructies
- Om de veiligheid van de gebruiker te garanderen, controleer of alle schroeven en andere verbindingstukken goed vastzitten. onderdelen van het apparaat intact zijn vóór elk gebruik
- Onjuiste of overmatige intensiteitsoefeningen zijn niet goed voor de gezondheid. Het is aanbevolen om een arts te raadplegen voordat u gaat sporten
- Het is het beste om sportkleding en sportschoenen te dragen tijdens het sporten
- Als u tijdens het sporten duizeligheid, braken of andere nadelige symptomen ervaart, Je moet onmiddellijk stoppen met trainen.
- Houd er rekening mee dat alle schroeven en moeren moeten worden vastgedraaid voordat u gaat trainen
- Sport niet een half uur voor/na de maaltijd of 1 uur voor het slapengaan.
- Maak een trainingsschema. • Het gewicht van de gebruiker mag niet meer dan 350 lbs bedragen.
- Overmatig gebruik door onervaren personen is verboden. • Doe een eenvoudige rek- en strekoefening voordat u het product gebruikt.

1. Plaats zoals afgebeeld in Figuur 2. Zorg ervoor dat de op- en neerwaartse positie is correct; De clip is geïnstalleerd.



Fabrikant: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi **Adres:**

Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, shanghai 200000 CN.

Geïmporteerd naar AUS: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD NSW
2122 Australië

Geïmporteerd naar de VS: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Place,
Rancho Cucamonga, CA 91730



YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited
Kantoor 147, Centurion House, London Road, Staines-
upon-Thames, Surrey, TW18 4AX



E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.



Technische ondersteuning en e-garantiecertificaat

www.vevor.com/support

VEVOR

Affordable. Reliable. Home Improvement.

PILATES TILLBEHÖR

MODELL: J55-P

Teknisk support och e-garanticertifikat
www.vevor.com/support

VEVOR

Affordable. Reliable. Home Improvement.

PILATES TILLBEHÖR

MODELL: J55-P



Detta är den ursprungliga instruktionen, läs alla instruktioner noggrant innan du använder den. VEVOR reserverar sig för en tydlig tolkning av vår användarmanual. Utseendet på produkten är beroende av den produkt du fått. Ursäkta oss att vi inte kommer att informera dig igen om det finns någon teknik eller mjukvaruuppdateringar på vår produkt.

Driftsäkerhet



VARNING:

Läs alla instruktioner innan du använder denna produkt

Det är ägarens ansvar att se till att alla användare av denna produkt är

fullt medveten om alla varningar och

försiktighetsåtgärder. • Använd det inte om du är gravid

• Installera strikt enligt instruktionerna

• För att säkerställa användarens säkerhet, kontrollera om alla skruvar och andra anslutningar delarna på enheten är intakta före varje användning

• Fel eller överdriven träning är inte bra för hälsan. Det är det rekommenderas att konsultera en läkare innan du tränar

• Det är bäst att bära sportkläder och sportskor när du tränar

• om du känner yrsel, kräkningar eller andra negativa symtom under träning, du bör sluta träna omedelbart.

• Observera att alla skruvar och muttrar måste dras åt innan träning

• Träna inte en halvtimme före/efter måltider eller 1 timme före sömn

• Gör träningsplaner. • Användarens

vikt får inte överstiga 350lbs

• Överdriven användning av okvalificerade personer är förbjuden.

• Gör en enkel stretch innan du använder produkten.

1) Sätt som visas i figur 2) Se till att upp- och nedpositionen är rätta; Klämman är installerad.



Tillverkare: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi **Adress:**

Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, shanghai 200000 CN.

Importerad till AUS: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD NSW 2122
Australien

Importerad till USA: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Place,
Rancho Cucamonga, CA 91730



YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited
Office 147, Centurion House, London Road, Staines-
upon-Thames, Surrey, TW18 4AX



E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.



**Teknisk support och e-garanticertifikat [www.vevor.com/](http://www.vevor.com/support)
support**