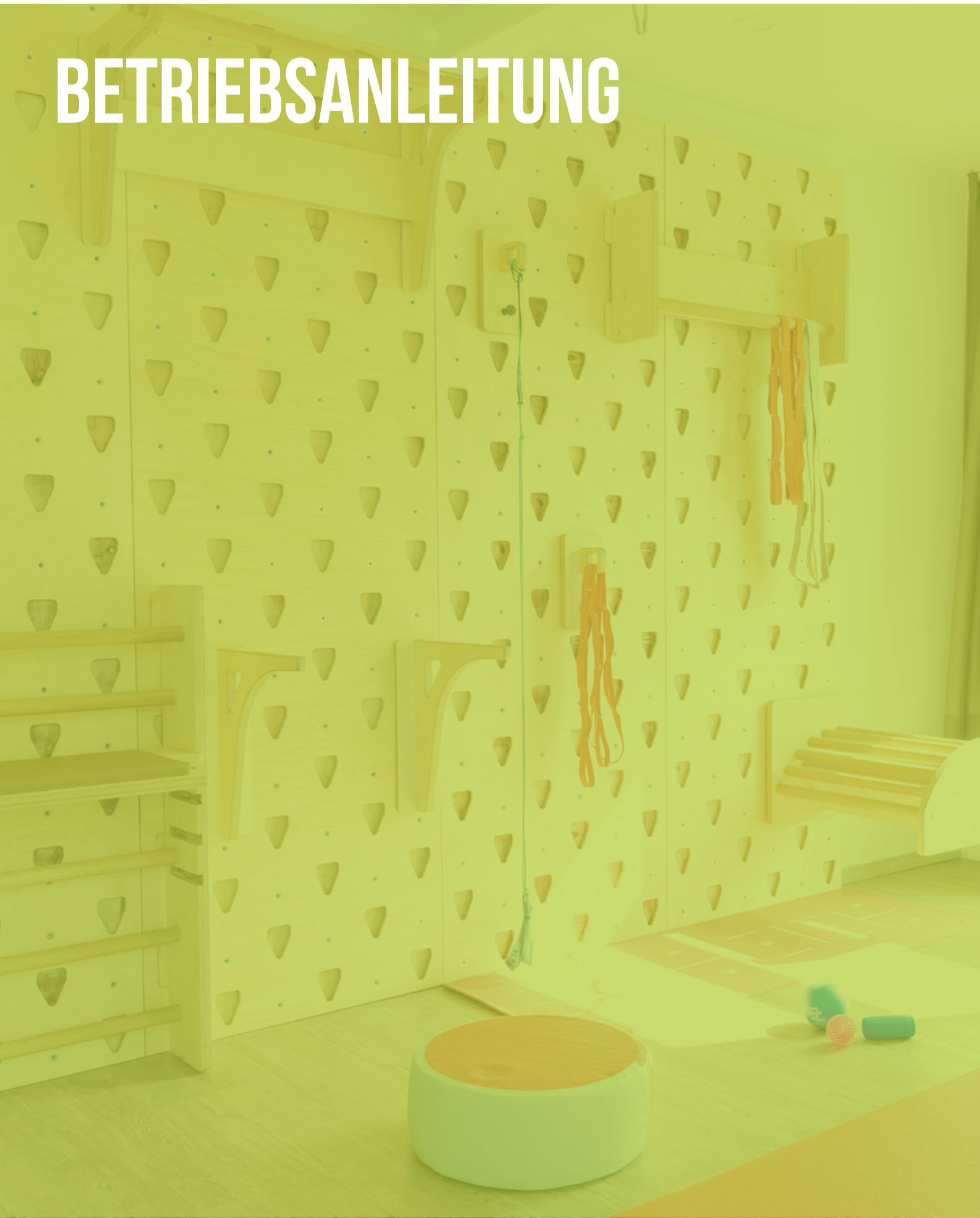


BETRIEBSANLEITUNG



BETRIEBSANLEITUNG

GYMwood
Trainingsgeräte
Serie: NewStudio
©2024 GYMwood, Bad Säckingen

Geschäftsführer: Berthold Mayer








GYMwood
Allmendgrütt 2-4, 79713 Bad Säckingen
hello@gym-wood.com
+49 07761 9994881

ÜBERSICHT

Sicherheitshinweise	S. 4
Zweckbestimmungsgemäße Verwendung	S. 6
Technische Daten	S. 6
Auf- und Abbau der NewStudio Geräte & Erstinbetriebnahme	S. 8
Mindestabstände	S. 8
Geräteeinstellungen und Trainingsablauf	S. 9
Reinigung und Wartung der NewStudio Geräte	S. 19
Hinweis zu Umweltschutz und Entsorgung	S. 19
GYMwood Service	S. 19

SICHERHEITSHINWEISE

Lesen Sie die Betriebsanleitung – insbesondere die Sicherheitshinweise – sorgfältig durch, bevor Sie NewStudio Geräte benutzen und bewahren Sie die Betriebsanleitung über die gesamte Nutzungsdauer auf.

-  Achten Sie darauf, dass Trainierende an den NewStudio Geräten während der Benutzung geeignete Trainingskleidung tragen. Die Kleidung sollte anliegend sein, so dass diese nicht aufgrund Ihrer Form (z. B. Länge) während des Trainings an den NewStudio Geräten hängen bleibt oder in sonstiger Weise die Benutzung beeinträchtigt. Die Kleidung sollte die Haut an den Kontaktstellen zum Gerät bedecken. Längere Haare mit einem Haarband oder Ähnlichem fixieren. Die Benutzung der NewStudio Geräte erfolgt ohne Schuhe barfuß mit rutschfesten Socken.
-  Ein defektes Gerät darf nicht mehr benutzt werden. Beim Versuch einer selbstständigen Fehlerbehebung der NewStudio Geräte besteht die Gefahr von Verletzungen. Modifizierungsmaßnahmen jeglicher Art dürfen nicht eigenständig durchgeführt werden. Der GYMwood Service ist unter der Telefonnummer (siehe Kapitel “ GYMwood Service”) zu kontaktieren.
-  Kinder müssen beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit den NewStudio Geräten spielen. Die NewStudio Geräte sind nicht bestimmt für die Benutzung von Personen unter 16 Jahren.
-  Die NewStudio Geräte müssen im dauerhaft trockenen Innenbereich (+10° C. bis +30° C.) aufgebaut werden.
-  Das Sicherheitsniveau der NewStudio Geräte kann nur gehalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß überprüft wird. Nehmen Sie die Geräte nur in Betrieb, wenn sie einwandfrei funktionieren und die Polster und die Polster unversehrt sind. Überprüfen Sie vor jeder Inbetriebnahme den einwandfreien Zustand der Geräte. Polster und andere Verschleißteile sind als Ersatzteile verfügbar!
-  Stellen Sie sicher, dass Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten nicht an den NewStudio Geräten trainieren. Des Weiteren sollten Personen mit gesundheitlichen Bedenken oder körperlichem Unwohlsein nur nach ärztlicher Freigabe und unter Aufsicht am Zirkel trainieren.
-  Bei Fehlbedienung können Verletzungen des Trainierenden auftreten. Eine Einweisung vor der ersten Benutzung ist erforderlich.

- ! Die NewStudio Geräte sind für Personen ab 16 Jahren mit maximal 120 kg und einer Körpergröße zwischen 1,60 m und 1,95 m geeignet.
- ! Generell gilt, dass die NewStudio Geräte kein Spielzeug sind. Sie dürfen daher nur zweckbestimmungsgemäß und von entsprechend geschulten und informierten Personen benutzt werden. Der Nutzung durch einen Trainierenden muss eine Einweisung eines geschulten Trainers vorausgehen.
- ! Achten Sie darauf, dass sich keine weiteren Personen während des Trainings durch einen Anwender im Aktionsbereich der NewStudio Geräte aufhält. Es ist wichtig, dass für den Trainingsbetrieb an den Geräten ausreichend Platz vorhanden ist (siehe Kap. 6 Mindestabstände).
- ! Stellen Sie sicher, dass sich keine Personen auf die Polsterrolleneinheiten der NewStudio Geräte setzen oder an diese hängen. An der NewStudio Geräte dürfen keine baulichen Veränderungen oder Erweiterungen vorgenommen werden.
- ! Vorschädigungen bei Trainierenden müssen bei der Einstellung der Geräte durch den Trainer berücksichtigt werden!

ZWECKBESTIMMUNGSGEMÄSSE VERWENDUNG

Die zweckbestimmungsgemäße Verwendung der NewStudio Geräte ist das Trainieren des myofaszialen Systems. Der Trainierende nimmt auf den vorgesehenen Übungsflächen Platz und führt die vorgegebene Bewegung aus. Berücksichtigen Sie bei der Benutzung folgende Informationen:

- ▶ Die Sicherheitshinweise und technische Daten in der Betriebsanleitung
- ▶ Regelmäßige Reinigung und Überprüfung der Geräte
- ▶ Überprüfen Sie bei jeder Inbetriebnahme den einwandfreien Zustand des Geräts und der Ansteckmodule

Als nicht bestimmungsgemäße Verwendung mit einer vorhersehbaren Fehlbedienung gilt:

- ▶ Verwendung im Außenbereich
- ▶ Verwendung von zu schweren, zu großen, zu jungen oder zu kleinen Personen (zugelassene Personen: < 120 kg, 160 cm - 195 cm, > 16 Jahre)
- ▶ Verwendung in medizinischen Einrichtungen
- ▶ Das Trainieren einer anderen myofaszialen Struktur als die Vorhergesehene
- ▶ Jede andere Verwendung außer der Vorgesehenen

TECHNISCHE DATEN

Abmessung und Gewicht:	siehe Tabelle
Farbe:	Graphit & Schwarz
Benutzergewicht:	120kg
Zusatzbelastung:	20kg
Anwendungsbereich:	Physiotherapie & Fitness
Auflagen:	Birkemultiplex, Eiche und Kunstleder
Aushängesicherung:	Metallstift

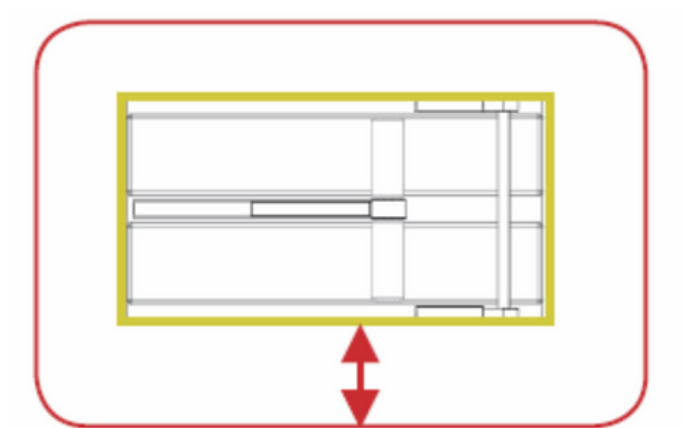
BEZEICHNUNG	GEWICHT	LÄNGE	BREITE	HÖHE
BRUST	53,0 KG	1170 MM	770 MM	1540 MM
WADE	53,0 KG	1170 MM	770 MM	1330 MM
HÜFTE	53,0 KG	1170 MM	770 MM	1330 MM
SEITNEIGE	53,0 KG	1170 MM	770 MM	1330 MM
GLUTAEUS	59,0 KG	1170 MM	770 MM	1330 MM

AUF- UND ABBAU DER GERÄTE & ERSTINBETRIEBNAHME

Der Aufbau sowie die Erstinbetriebnahme erfolgen durch den Hersteller. Für die Demontage oder den Transport durch den Studiobetreiber garantiert die Firma GYMwood keine ordnungsgemäße und sichere Funktionsweise. Der unsachgemäße Transport oder Umzug kann die NewStudio Geräte beschädigen und der Garantieanspruch verfällt.

MINDESTABSTÄNDE

An jedem Gerät ist zusätzlich zum eigentlichen Übungsbereich ein Freibereich in der Richtung, aus der der Zugang erfolgt, von 60 cm vorzusehen. Sollten Geräte zueinander in direkter Nachbarschaft aufgestellt sein, können sie sich einen Freibereich teilen.



Freibereich 60cm

Dieser Bereich ist für den Einstieg vorgesehen.



HAUPTMUSKELN

ventrale Muskel- & Faszienskette

AUSFÜHRUNG

- Obere Rolle Mitte Schulterblatt einstellen
- Kinn zur Brust
- Arme in Verlängerung der Wirbelsäule nach hinten strecken
- Ellenbogen durchstrecken

HINWEISE

- Bei allen Übungen gilt, ruhige, gleichmäßige Atmung, durch die Nase ein und den Mund aus



HAUPTMUSKELN

laterale Muskel- & Faszienkette

AUSFÜHRUNG

- Obere Rolle Mitte Hüfte einstellen und seitlich anlehnen
- Mit beiden Beinen stabil am Keil anlehnen
- Seitlich weit über die Rolle beugen
- Arme in Verlängerung der Wirbelsäule seitlich strecken

HINWEISE

- Bei allen Übungen gilt, ruhige, gleichmäßige Atmung, durch die Nase ein und den Mund aus



HAUPTMUSKELN

laterale Muskel- & Faszienkette

AUSFÜHRUNG

- Obere Rolle Mitte Hüfte einstellen und seitlich anlehnen
- Mit beiden Beinen stabil am Keil anlehnen
- Seitlich weit über die Rolle beugen
- Arme in Verlängerung der Wirbelsäule seitlich strecken

HINWEISE

- Bei allen Übungen gilt, ruhige, gleichmäßige Atmung, durch die Nase ein und den Mund aus



HAUPTMUSKELN

Dorsale Muskel- & Faszienkette

AUSFÜHRUNG

- Steckbrett einstellen
- Standbein stabil vor das Brett stellen
- Zweites Bein anwinkeln & auflegen
- Oberkörper nach vorne beugen
- Arme in Verlängerung der Wirbelsäule nach vorne oben strecken

HINWEISE

- Bei allen Übungen gilt, ruhige, gleichmäßige Atmung, durch die Nase ein und den Mund aus



HAUPTMUSKELN

Ventrale Muskel- & Faszienkette

AUSFÜHRUNG

- Obere Rolle auf Mitte Gesäß einstellen
- Gesäß an die Rolle lehnen
- Ein Fuß auf der unteren Rolle ablegen
- Kinn zur Brust
- Arme in Verlängerung der Wirbelsäule nach hinten strecken
- Oberkörper weit nach hinten beugen

HINWEISE

- Bei allen Übungen gilt, ruhige, gleichmäßige Atmung, durch die Nase ein und den Mund aus



HAUPTMUSKELN

Dorsale Muskel- & Faszienkette

AUSFÜHRUNG

- An den Sprossen festhalten
- Mit den Zehen in das Prisma einkrallen & die Ferse nach hinten unten schieben
- Oberkörper nach unten schieben, Arme in Verlängerung der Wirbelsäule halten
- Becken nach hinten schieben
- Knie durchstrecken

HINWEISE

- Bei allen Übungen gilt, ruhige, gleichmäßige Atmung, durch die Nase ein und den Mund aus

REINIGUNG UND WARTUNG DER NEWSTUDIO GERÄTE

GYMwood empfiehlt, die Geräte täglich oder bei Bedarf mit Produkten der Firma Dr. Schnell (www.dr-schnell.de) zu reinigen.

OBERFLÄCHEN	PRODUKT	REINIGUNGSANWEISUNG
POLSTER, METALLFLÄCHEN UND KUNSTSTOFFFLÄCHEN	FOROL	Den Hand Sprüher mit 600 ml kaltem Wasser befüllen, die Kartusche aufsetzen und verschrauben. Produkt Lösung auf ein kratzfreies Tuch sprühen und die zu reinigenden Fläche damit abwischen. Bei Bedarf nach wischen.
KONTAKTFLÄCHEN WIE POLSTER UND GUMMIGRIFFE	DESIFOR QUICK-PLUS	Bei Bedarf die gereinigten, zu desinfizieren, in Konflikt Parkflächen vollständig benetzen. Dann circa 5 Minuten einwirken bzw. ab trocknen lassen. Für eine Reinigung zwischendurch empfehlen wir DESIFOR QUICL-PLUS WIPES
POLSTER	NOVO PEN-OFF	Bei stärkeren Verschmutzungen auf ein trockenes Tuchsprühen und die Oberfläche des Polsters bearbeiten
GUMMISTANDFÜSSE	FLOORTOP	Bei Bedarf die Gummistandfüße mit FLORTOP 10 % (Missverhältnis: 1 l Flor top/10 l kaltes Wasser) benetzen und ab trocknen lassen, dann mit einem weißen Pad aufpolieren

HINWEIS ZU UMWELTSCHUTZ UND ENTSORGUNG

Die Geräte dürfen nicht zusammen mit dem Hausmüll entsorgt werden. Geben Sie als verantwortungsvoller Verbraucher die Geräteteile entsprechend deren Materialien zur Wertstoffsammelstelle oder insgesamt als Sperrmüll an Ihre Stadt oder Kommune ab, um eine umweltschonenden Entsorgung zu ermöglichen.

GYMWOOD SERVICE

LAND	TELEFONNUMMER	E-MAIL
DEUTSCHLAND	+49 07761 9994881	HELLO@GYM-WOOD.COM

Bei Service-Fragen schicken Sie uns bitte eine E-Mail an die oben genannte E- Mail Adresse.