

Gebrauchsinformation:

Vor dem Aufblasen und Gebrauch sorgfältig durchlesen

Bezug im Einzelkarton verpackt besteht aus:

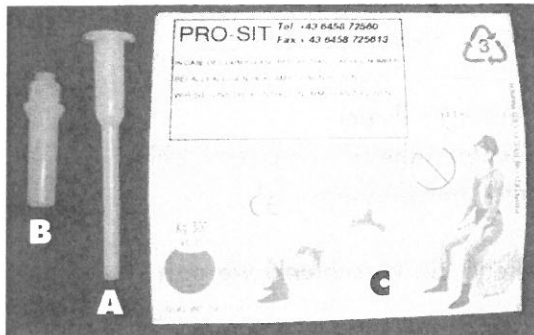
- 1 Bezug
- 1 Gebrauchsinformation
- 1 Prospekt

Im Set sind zusätzlich folgende Teile enthalten:

- 1 PVC- Ball mit eingestecktem Stöpsel, **B**
 - 1 Reservestöpsel **A**
 - 1 Adapter mit 2 verschiedenen Gewindeanschlüssen passend für die gängigsten Radpumpen **B** (Diesen Adapter benötigen Sie nicht, wenn Sie die einfache mitgelieferte Pumpe verwenden !)
 - 1 PVC- Ballbeschreibung mit Chargennummer. **C**
- Bitte aufbewahren, bei allfälligen Reklamationen benötigen wir diese Nummer.



Sonnhalb 37 · A-5511 Hüttau
Tel. +43/6458/7256-0 Fax-DW: 13
www.pro-sit.com · www.pro-kid.com
E-mail: peter@pro-sit.com



Auspacken:

Ballbezug schön auseinanderlegen.

Den PVC-Ball ein bis zwei Stunden bei Raumtemperatur ca. 22 ° C lagern und sorgfältig auseinander legen. Eigentemperatur des Balles soll ca. 20 ° C betragen. Pumpe mit Schlauch und Einfüllstück sollte ebenfalls klimatisiert sein.

Um eine gute Funktion der Pumpe zu gewährleisten, ist es auch sinnvoll den durch die Verpackung geknickten Schlauch etwas gerade zu richten.

Aufblasen:

Den unaufgeblasenen PVC-Ball so in die Hülle legen, daß die Lufteinfüllöffnung aus der Ballhülle schaut.

Stöpsel aus der Lufteinfüllöffnung des Balles herausziehen.

Ball aufblasen bis er die Ballhülle zu etwa 3/4 ausfüllt. Stecken sie nun den Stöpsel wieder in die Lufteinfüllöffnung und lassen sie nun dem Ball ca. 20 Minuten Zeit um sich zu dehnen.

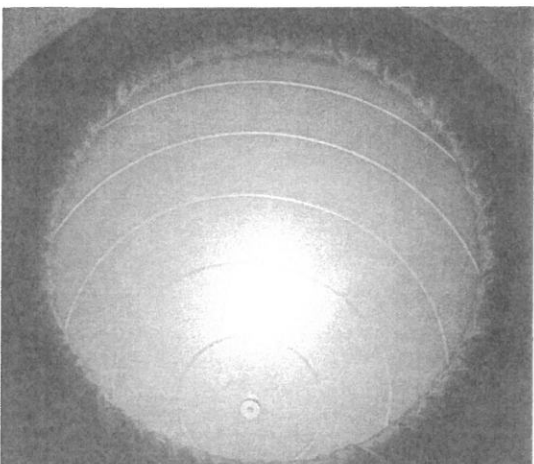
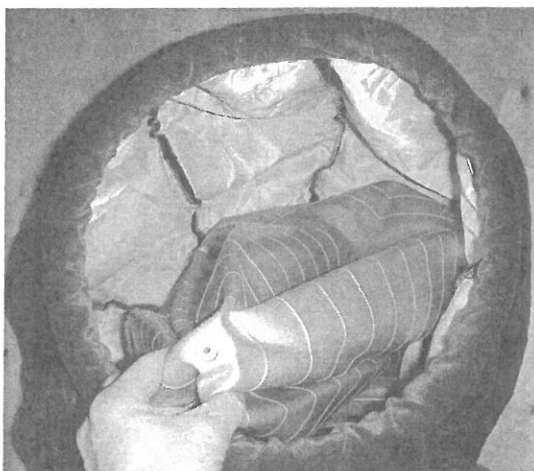
Nach diesen 20 Minuten

Ball so einrichten, daß sich die Einfüllöffnung seitlich, jedoch noch im offenen Bereich der Hülle befindet. Stöpsel herausziehen.

Jetzt pumpen Sie den Ball fertig auf. Stecken sie nun den Stöpsel wieder in die Lufteinfüllöffnung.

Regulieren Sie die Luftmenge einige Stunden später nach Ihren Wünschen.

Max. Druck : 0,12 bar





Die ideale Sitzhaltung:

Bei aufrechter Sitzhaltung sollten die Oberschenkel leicht abfallen.
Der Winkel zwischen Oberschenkel und Unterschenkel sollte ca. 100 ° betragen.
Die Füße berühren in hüftbreitem Abstand mit der ganzen Trittfläche den Boden.
Komfort und Sitzhöhe lassen sich zusätzlich durch die Luftmenge regulieren.

Den Ball nicht in die pralle Sonne oder in die Nähe von Heizquellen stellen!

Bitte beachten Sie zusätzlich die Aufblasanleitung des PVC-Ball Herstellers.

Trainings- / Sitzplatz

Vermeiden Sie im Umfeld Ihres Trainingsplatzes / Sitzplatzes spitzige oder kantige Gegenstände, die den Ball verletzen könnten.
Damit Sie ausreichenden Bewegungsraum haben, achten Sie auf den nötigen Sicherheitsabstand - so können Sie Ihre Übungen ohne Gefährdung durchführen.
Verwenden Sie den Sitzball anfangs nur 10 bis 20 Minuten als Abwechslung zu Ihrem bestehenden Sitz. Nur langsam steigern. Nützen Sie jede Gelegenheit um zwischendurch aufzustehen.
Für physiotherapeutische Übungen folgen Sie bitte den Anweisungen Ihres Therapeuten.

Nicht für Kinder unter 36 Monaten geeignet, die Packung enthält Kleinteile die verschluckt werden können !

Pflege:

Beachten Sie bitte die Pflegeanleitung auf dem an der Bezuginnenseite eingeklebten Etikett.

Wichtig !

Die Giffe sind zum guten Positionieren des Balles gedacht .
Sie sind nicht geeignet um sich daran festzuhalten und das Sitzgerät als Springball zu verwenden!
Der elastische Ring im inneren des Wulstes ist nur für die problemlose Verarbeitung an den Enden verklebt .
Das Lösen dieser Verklebung nach einiger Zeit ist für den Gebrauch nicht von Bedeutung.
Hiefür gibt es keinerlei Garantie !

Hersteller und Importeur haften für keinerlei Schaden der durch unsachgemässe Handhabung des Balles oder Nichtbeachtung der Anweisungen verursacht wird.