

## IT: PEDALORA – MANUALE D’USO

Grazie per aver acquistato il Pedalora Pedal Exerciser. Questo prodotto è progettato per aiutare a migliorare la circolazione sanguigna e la forza muscolare ed è ideale per le persone che desiderano esercitarsi nel comfort della propria casa. È realizzato con materiali di alta qualità e, se utilizzato correttamente, garantirà anni di servizio affidabile.

---

### Prima dell’uso

Rimuovere con cura tutto l’imballaggio e assicurarsi che tutte le parti siano presenti e non danneggiate. Se mancano componenti o mostrano segni di danno, non utilizzare il prodotto e contattare immediatamente il fornitore.

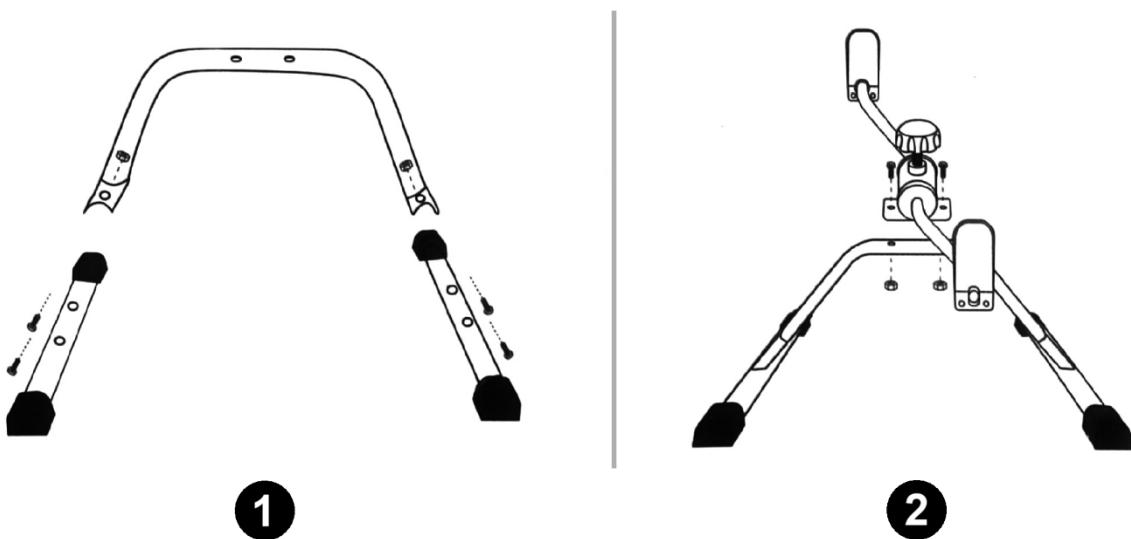
---

### Avvertenze

- Leggere attentamente questo manuale prima dell’uso. Conservarlo per riferimento futuro e assicurarsi che chiunque utilizzi il prodotto lo abbia letto e compreso.
  - Solo per uso interno.
  - Utilizzare solo su una superficie solida e piana e assicurarsi che ci sia spazio libero sufficiente intorno all’unità.
  - Controllare regolarmente il prodotto per eventuali segni di danno. Se viene rilevato un danno, interrompere immediatamente l’uso e contattare il fornitore.
  - Non utilizzare in bagni o in ambienti umidi o bagnati.
  - Consultare un medico prima dell’uso, soprattutto se si hanno condizioni mediche preesistenti.
  - Come per ogni esercizio, non utilizzare il prodotto se ci si sente male o subito dopo aver mangiato. Assicurarsi sempre di riscaldarsi prima dell’esercizio e di raffreddarsi dopo.
  - Indossare abbigliamento e calzature adeguati in ogni momento durante l’uso.
  - Non permettere ai bambini di giocare con questo apparecchio. È adatto all’uso da parte di persone di età pari o superiore agli 8 anni, nonché da persone con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte, a condizione che siano adeguatamente sorvegliate o istruite.
  - Evitare il contatto diretto della pelle con la manovella durante un uso frequente per prevenire ustioni causate dal calore da attrito.
- 

### Montaggio

1. Fissare le gambe al telaio principale utilizzando le quattro viti e i dadi. Assicurarsi che i dadi siano posizionati sulla parte superiore.
2. Fissare i pedali e il tenditore al supporto utilizzando le due viti e i dadi. Stringere saldamente i dadi. Il pedal exerciser è ora assemblato.
3. Dopo aver completato i passaggi sopra, l’unità è pronta per l’uso. Se il dispositivo oscilla, ciò indica che i quattro piedini in gomma non sono posizionati uniformemente sul pavimento. Regolare le viti sulle gambe allentando la vite sul lato in cui il piedino in gomma è più alto o stringendo il lato opposto, finché tutti e quattro i piedini non poggiano piatti sul pavimento.



#### Uso a terra

- Prima dell'uso, regolare la manopola di tensione per ottenere il livello di resistenza desiderato.
- Sedersi su una sedia stabile e posizionare il pedal exerciser su un tappeto o tappetino davanti a sé a una distanza confortevole.
- Posizionare i piedi sui pedali e fissarli con le cinghie.
- Iniziare a pedalare in avanti o indietro, a seconda del gruppo muscolare che si desidera allenare.

#### Uso su tavolo

- Prima dell'uso, regolare la manopola di tensione per ottenere il livello di resistenza desiderato.
- Posizionare l'unità su un tavolo o altra superficie stabile all'altezza del petto e sedersi su una sedia stabile di fronte all'unità.
- Posizionare l'unità a una distanza confortevole per evitare di allungare eccessivamente le braccia.
- Afferrare saldamente i pedali con le mani e ruotarli in avanti o indietro, a seconda del gruppo muscolare che si desidera allenare.
- Tenere la schiena dritta ed evitare di inclinarsi in avanti durante l'uso.