

POUR VOTRE ÉVALUATION, NOUS PLANTONS UN DEUXIÈME ARBRE



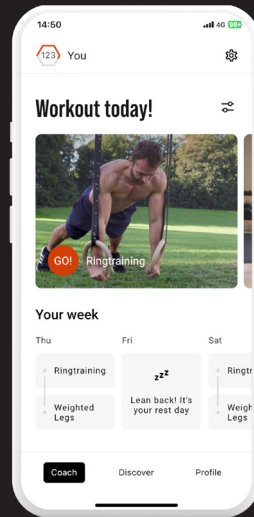
Pour chaque parallette vendue, nous plantons un arbre de mangrove avec notre partenaire Eden Project. Au cours de sa vie, l'arbre filtre environ 300 kg de Co2 de l'air et combat la crise climatique.



Eden Reforestation Projects



dieringe.com/climate-impact



DIE RINGE APP YOUR CALISTHENICS COACH

Découvrez l'application de fitness n°1 en Allemagne pour les anneaux de gymnastique!



30 JOURS GRATUITS

Carte-cadeau dans
un carton



dieringe.com/promocode

Scan the code for a digital guide



English Deutsch Français Español Italiano



dieringe.com/parallettes-guide

DIE RINGE

PARALLETES

Guide du produit

ATTENTION

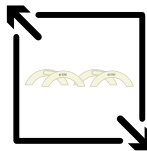
Les Parallettes DIE RINGE sont conçus exclusivement en tant qu'équipement de formation et ne sont destinés qu'à un usage privé. Ils ne sont pas adaptés aux applications commerciales, médicales ou thérapeutiques. Les Parallettes ne sont pas des jouets pour enfants. Utilisez les Parallettes uniquement comme décrit dans ces instructions d'utilisation. Toute autre utilisation est considérée comme incorrecte et peut entraîner des dommages matériels. Le fabricant n'assume aucune responsabilité pour les dommages causés par une utilisation incorrecte ou erronée. Vérifiez le produit pour détecter d'éventuels défauts et erreurs de production. Si vous remarquez des défauts dans le produit, ne l'utilisez pas et contactez-nous par courrier.

Une manipulation incorrecte des Parallettes peut entraîner des blessures. Avant de commencer votre entraînement, consultez un médecin pour déterminer ou éviter tout risque pour votre santé. Faites attention aux signes de votre corps. Un exercice incorrect ou excessif peut mettre votre santé en danger. Si vous ressentez de la douleur, une oppression thoracique, un rythme cardiaque irrégulier, une respiration très courte, des vertiges ou de la somnolence pendant l'exercice, arrêtez immédiatement et demandez une attention médicale.

DIE RINGE Parallettes are designed exclusively as training equipment and are intended solely for private use. They are not suitable for commercial, medical or therapeutic applications. The Parallettes are not toys for children. Only use the Parallettes as described in these instructions for use. Any other use is considered improper and may result in property damage. The manufacturer accepts no liability for damage caused by improper or incorrect use. Inspect the product for defects and possible production errors. If you notice any defects in the product, do not start using it and contact us by mail.

Improper handling of the Parallettes may result in injury. Before you start exercising, be sure to consult a physician to determine or avoid any health risks. Pay attention to your body's signals. Improper or excessive exercise can put your health at risk. If at any time during exercise you experience pain, chest tightness, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, dizziness or drowsiness, stop exercising immediately and seek medical attention.

UTILISATION CORRECTE



N'utilisez pas les Parallettes près d'escaliers ou de paliers d'escalier. Utilisez les Parallettes sur une surface ferme, nivelée et antidérapante. Assurez-vous qu'il y a une distance de sécurité suffisante entre vous et les meubles, les murs, etc. ainsi qu'entre vous et d'autres personnes et / ou des objets pendant l'utilisation. Portez toujours des vêtements et des chaussures appropriés pendant l'exercice. Les Parallettes ne peuvent pas être utilisées par plus d'une personne à la fois. Entraînez-vous avec un entraîneur expert qui vous guidera dans les exercices de la bonne manière.

Do not use the Parallettes near stairs or stair landings. Use the Parallettes on a firm, level and non-slip surface. Make sure there is a sufficient safety distance between you and furniture, walls, etc. Keep a sufficient distance from other people and/or objects during use. Always wear appropriate clothing and footwear during exercise. The Parallettes cannot be used by more than one person at a time. Train with an expert trainer who will guide you through the exercises in the correct way.

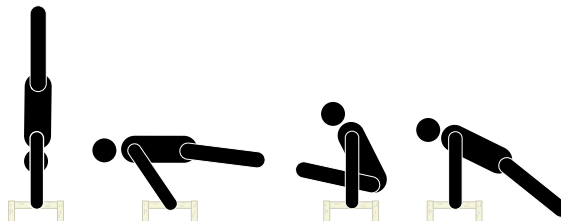


SOINS

La manipulation inappropriée peut causer des dommages aux Parallettes. N'utilisez pas de produits de nettoyage agressifs, de brosses à poils métalliques ou en nylon, ni d'objets de nettoyage tranchants ou métalliques tels que des couteaux, des spatules dures, etc. Ces derniers peuvent endommager les surfaces. Essuyez les Parallettes avec un chiffon légèrement humide. Laissez les Parallettes sécher complètement ensuite. Rangez toujours les Parallettes dans un endroit sec. Évitez de laisser les Parallettes sous la pluie.

Improper handling can cause damage to the Parallettes. Do not use aggressive cleaning agents, brushes with metal or nylon bristles, or sharp or metallic cleaning objects such as knives, hard spatulas, etc. These can damage the surfaces. Wipe the Parallettes with a slightly damp cloth. Allow the Parallettes to dry completely afterwards. Always store the Parallettes in a dry place. Avoid leaving the Parallettes in the rain.

POSSIBILITÉS D'ENTRAÎNEMENT



Conçu en Allemagne par
DIE RINGE GmbH | Stolberger Str. 194d | 50933 Cologne | Germany
Dirección de la persona responsable del Reino Unido
Varento UK | C/o Global Ecommerce Experts | Unit 5 Mountpark | Wide Lane | Southampton | SO18 2FA | Great Britain

