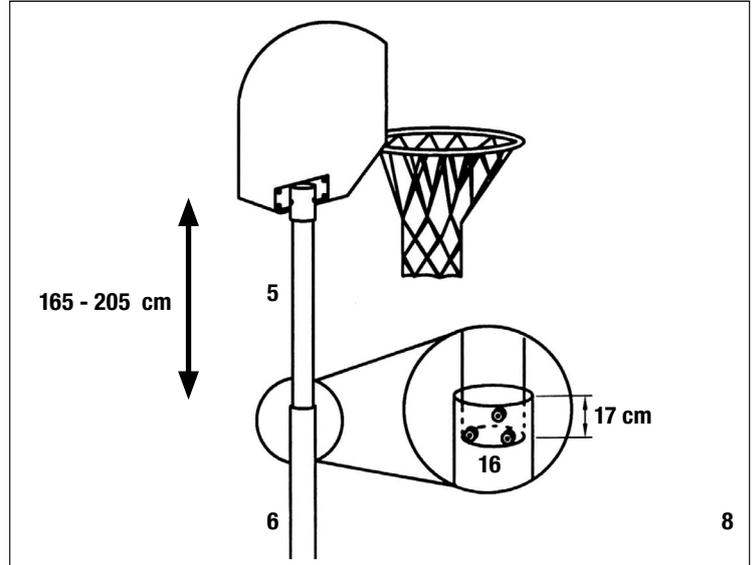
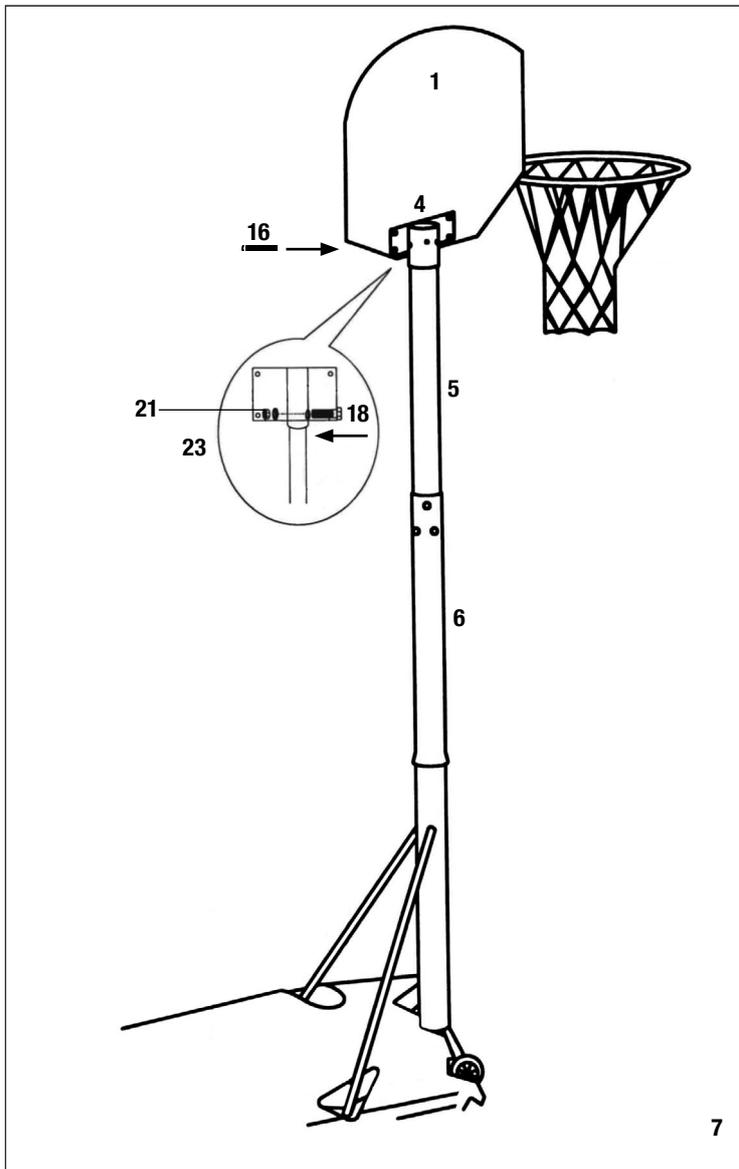
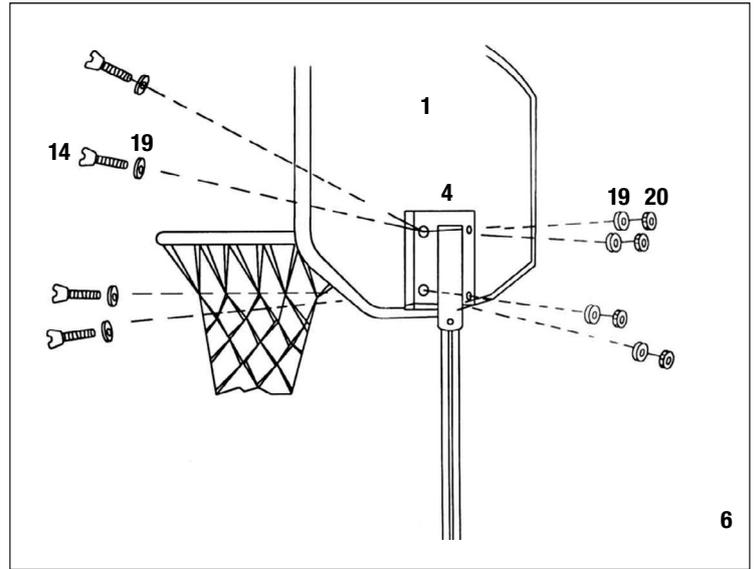
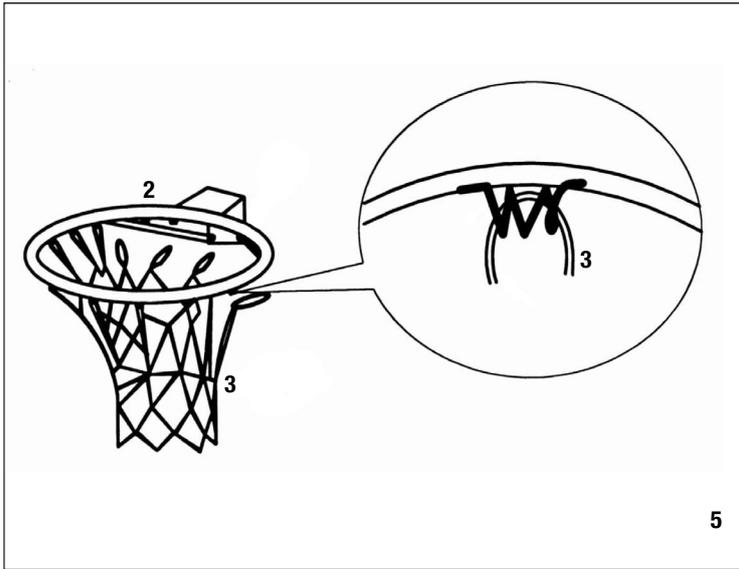


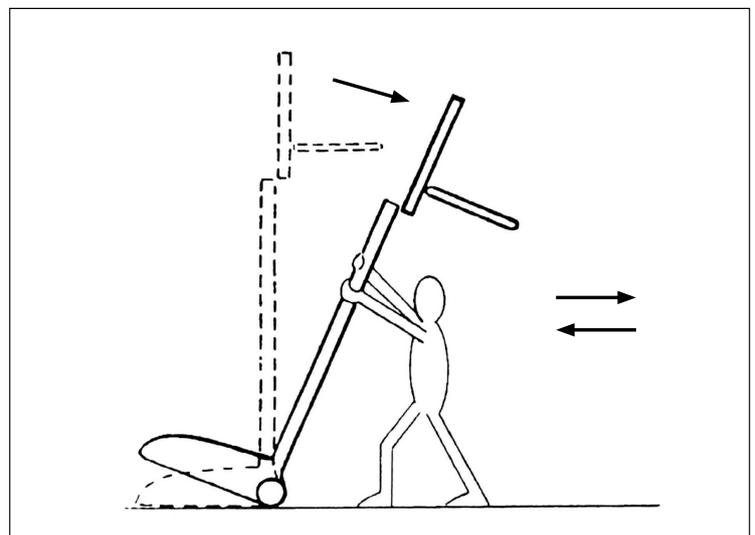
TEILELISTE

1	Korbbrett	1 x
2	Korbring	1 x
3	Netz	1 x
4	Verbindungsrohr für Brett	1 x
5	Oberes Vertikalrohr	1 x
6	Mittleres Vertikalrohr	1 x
7	Unteres Vertikalrohr	1 x
8	Sockel-Formteil	1 x
9	Achse	1 x
10	Räder	2 x
11	Linke Diagonalstrebe	1 x
12	Rechte Diagonalstrebe	1 x

13	Deckel für Sockel	1 x
14	Schraube M5x20 mm	4 x
15	Schraube M8x62 mm	1 x
16	Madenschraube zur Rohrfixierung M8x10 mm	4 x
17	Schraube M8x18 mm	4 x
18	Schraube M8x53 mm	1 x
19	Ø 6,5 Flachscheiben, außen Ø16 (für Schrauben Nr. 14)	8 x
20	M5-Mutter (für Schrauben Nr. 14)	4 x
21	M8-Mutter (für Schrauben Nr. 15/17/18)	6 x
22	Ø 8,5 Flachscheiben, außen Ø 24 (für Schrauben Nr. 17)	8 x
23	Ø 8 Flachscheiben, außen Ø 18 (für Schrauben Nr.15/18)	4 x



### TRANSPORT DES STÄNDERS



## HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH ZUM ERWERB DIESES PRODUKTES!

Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig durch. Die Bedienungsanleitung ist fester Bestandteil des Produktes. Bewahren Sie sie deshalb genauso wie die Verpackung für spätere Fragen sorgfältig auf. Wenn Sie das Produkt an Dritte weitergeben, geben Sie bitte immer diese Bedienungsanleitung mit. Dieses Produkt muss von einem Erwachsenen aufgebaut werden. Dieses Produkt ist nicht für den gewerblichen Gebrauch konstruiert. Die Benutzung des Produktes erfordert bestimmte Fähigkeiten und Kenntnisse. Setzen Sie es nur altersgerecht ein, und benutzen Sie das Produkt ausschließlich für seinen vorgesehenen Zweck.

## TECHNISCHE SPEZIFIKATIONEN

Artikel: Basketballständer  
Artikelnummer: 229608  
Höhenverstellbar: 165 bis 205 cm  
Zweck: Mobiles Trainingsgestell für Basketball-Wurfübungen.

## INHALT

1 x Basketballständer | 1 x Diese Anleitung

Weitere Teile, die unter Umständen in der Lieferung enthalten sind, werden nicht benötigt.

## ALLGEMEINE TRAININGSPRINZIPIEN

### 1. Aufwärmen:

Wärmen Sie sich vor jedem Training auf. Gehen oder Laufen auf der Stelle, Stretching und leichte Dehnübungen eignen sich als Warm-up hervorragend.

### 2. Atmung:

Die richtige Atmung spielt beim Training eine wichtige Rolle. Atmen Sie ruhig und gleichmäßig. Halten Sie während des Trainings nie den Atem an.

### 3. Kleidung und Platz:

Ziehen Sie zum Training bequeme Sportkleidung an. Ziehen Sie immer Sportschuhe an, trainieren Sie nie mit nackten Füßen, Sandalen, Strümpfen oder Strumpfhosen.

### 4. Abwärmen:

Wärmen Sie sich nach dem Training mit leichten Dehnübungen oder Stretching ab. So kann der Puls langsam sinken und der Körper regeneriert sich schneller für die nächste Belastung, da die Stoffwechselabfälle (Laktate) durch die abschließende Bewegung besser abgebaut werden können.

### 5. Gesundheit:

Brechen sie das Übungsprogramm sofort ab, wenn Sie bei der Durchführung der Übungen ein Ziehen in den Muskeln verspüren oder auch allgemeine Schmerzen auftreten. Kontaktieren Sie zu Ihrer Sicherheit einen Arzt.

**HANDHABUNG:** Achten Sie auf einen sicheren und festen Stand des Gerätes. Machen Sie die Trainingszeit abhängig von Ihren Leistungsmöglichkeiten und überfordern Sie sich nicht.

**WARNUNG:** Grundsätzlich sollten Sie vor der Aufnahme eines Trainings Ihren Arzt/Ihre Ärztin konsultieren.

## SICHERHEITSHINWEISE

- Dieses Trainingsgerät ist KEIN Spielzeug! Verwenden Sie den Basketballständer nur für den vorgesehenen Zweck.
- Das Trainingsgerät ist nur für private Nutzung geeignet. Mit jeglichem kommerziellen Gebrauch ist die Gewährleistung ausgeschlossen.
- Achtung! Der Ständer muss jederzeit gegen Umkippen gesichert sein.
- Stellen Sie den Basketballständer auf einen festen und ebenen Untergrund und achten Sie auf einen sicheren und festen Stand des Gerätes.
- Füllen Sie immer den Fuß mit Sand (oder Wasser), damit die Stabilität des Basketballständers gewährleistet ist und er nicht nach vorne fallen kann. Wir empfehlen Ihnen, den Sockel mit Sand anstatt mit Wasser zu füllen, da Wasser im Falle eines Lochs auslaufen und das Produkt umfallen und Sach- oder Personenschäden verursachen kann.
- Prüfen Sie vor Benutzung des Basketballständers, ob alle Verbindungen fest angezogen sind und prüfen Sie dieses später wiederholt!
- Überprüfen Sie vor jeder Benutzung, dass der Basketballständer funktionsfähig ist und benutzen Sie ihn nicht, wenn er nicht einwandfrei funktioniert.
- Kontrollieren Sie den Basketballständer regelmäßig nach defekten Teilen.
- Klettern Sie nicht am Basketballständer herum.
  
- Hängen Sie sich nicht an den Korb, führen Sie keine Dunks durch, der Basketballständer könnte umkippen.
- Lassen Sie Kinder nie in unmittelbarer Nähe des Trainingsgeräts ohne Aufsicht spielen oder das Gerät montieren.
- Benutzen Sie den Basketballständer nie in der Nähe von Wasser oder lassen Sie ihn nicht im Regen draußen stehen.
- Tragen Sie zum Training geeignete Kleidung. Die Kleidung muss so beschaffen sein, dass diese nicht aufgrund ihrer Form während des Trainings irgendwo hängen bleiben kann.
- Tragen Sie immer Sportschuhe und trainieren Sie nie mit nackten Füßen, Sandalen, Strumpfhosen oder Strümpfen.
- Tragen Sie keinen Schmuck mit dem Sie am Basketballkorb hängen bleiben können.
- Wenn Sie sich schlecht fühlen, stoppen Sie sofort das Training.

Alle Abbildungen sind Designbeispiele.



## ERFORDERLICHE WERKZEUGE

- 8 mm-Sechskant-Schraubenschlüssel
- 13 mm-Sechskant-Schraubenschlüssel
- Hammer (nicht im Lieferumfang)
- Schraubendreher (nicht im Lieferumfang)

## MONTAGE

### Schritt 1:

Markieren Sie mit einem Stift das untere Vertikalrohr (7) am konischen Ende auf einer Höhe von 6 cm. Schieben Sie das mittlere Vertikalrohr (6) mit hoher Körperkraft soweit wie möglich auf das untere Vertikalrohr. Achten Sie darauf, dass die Bohrungen im Unterrohr (7) und die äußeren Gewinde des Mittelrohrs gleich ausgerichtet sind. Das fertig montierte Mittelrohr sollte die Markierung überdecken, so dass diese nicht mehr sichtbar ist. (Abb. 1)

### Schritt 2:

Stellen Sie die verbundenen Rohre an der vorgesehenen Position auf das Sockel-Formteil (8). Das mittlere Gewinde am oberen Ende des Mittelrohrs (6) muss dabei nach hinten ausgerichtet sein. Schieben Sie die Achse (9) durch die Räder (10) sowie die Bohrungen im unteren Vertikalrohr (7) und des Sockel-Formteils (8). (Abb. 2)

### Schritt 3:

Verbinden Sie mit den beiden Diagonalstreben (11+12) das Sockel-Formteil (8) und das untere Vertikalrohr (7). Verwenden Sie die Schrauben (17) und die Flachscheiben (22) am Sockel, die Schraube (15) und die Flachscheiben (23) am unteren Vertikalrohr sowie die Muttern (21). (Abb. 3)

### Schritt 4:

Füllen Sie das Sockel-Formteil (8) mit Sand (oder Wasser) und verschließen Sie es mit dem Deckel (13). (Abb. 4)

### Schritt 5:

Montieren Sie das Netz (3) am Korbring (2). (Abb. 5)

### Schritt 6:

Verbinden Sie Korbring (2), Brett (1) und rückseitiges Verbindungsrohr (4) miteinander. Verwenden Sie hierfür die Schrauben (14), Flachscheiben (19) und Muttern (20). (Abb. 6)

### Schritt 7:

Lösen Sie die Madenschraube (16) des Verbindungsrohrs (4) und montieren Sie es mitsamt Korb und Brett auf das obere Vertikalrohr (5). Verwenden Sie hierfür die Schraube (18), Flachscheiben (23) und Mutter (21). Achten Sie darauf, dass die Nut (Vertiefung) im Oberrohr (5) nach hinten ausgerichtet ist (Abb. 7). Ziehen Sie anschließend die Madenschraube (16) des Verbindungsrohrs wieder fest.

### Schritt 8 - Höhenverstellung:

Lösen Sie die Madenschrauben (16) des Mittelrohrs (6) und führen Sie das obere Vertikalrohr (5) auf die gewünschte Höhe in das Mittelrohr (6) ein. Ziehen Sie anschließend die Madenschrauben wieder fest (16). Die Korbbhöhe kann zwischen 165 cm und 205 cm stufenlos variiert werden. Achten Sie darauf, dass das Oberrohr im fertig montierten Zustand mindestens 17 cm ins Mittelrohr eingelassen ist. Die Markierungslinie auf dem Oberrohr darf dabei nicht mehr sichtbar sein. (Abb. 8)

**WARNUNG:** Die Höhe des Rings darf maximal 205 cm über dem Boden betragen.

**WARNUNG:** Betreiben Sie den Basketball-Ständer niemals ohne zuvor das Sockel-Formteil mit Wasser oder Sand gefüllt zu haben.

## TRANSPORT DES STÄNDERS

Umfassen Sie den mittleren Pfosten mit beiden Händen und fixieren Sie den Sockel mit ihrem linken Fuß. Kippen Sie den Basketballständer in Ihre Richtung, bis Sie ihn mittels der montierten Transportrollen bewegen können. Haben Sie das Gerät an den gewünschten Standort gebracht, dann richten Sie ihn wieder vorsichtig auf.

## WARTUNG UND LAGERUNG

Reinigen Sie das Produkt nur mit einem Tuch oder feuchten Lappen und nicht mit speziellen Reinigungsmitteln! Überprüfen Sie das Produkt vor und nach Gebrauch auf Schäden und Verschleißspuren. Nehmen Sie keine baulichen Veränderungen vor! Sollten Teile beschädigt sein oder scharfe Ecken und Kanten entstanden sein, darf das Produkt nicht mehr verwendet werden! Lagern Sie das Produkt an einem sicheren, witterungsgeschützten Ort, so dass es nicht beschädigt werden kann oder Personen verletzt kann.

## ENTSORGUNGSHINWEIS

Bitte führen Sie das Gerät am Ende seiner Lebensdauer den zur Verfügung stehenden Rückgabe- und Sammelsystemen zu. Fragen beantworten die Entsorgungsunternehmen vor Ort.

Batch-Nr.: