



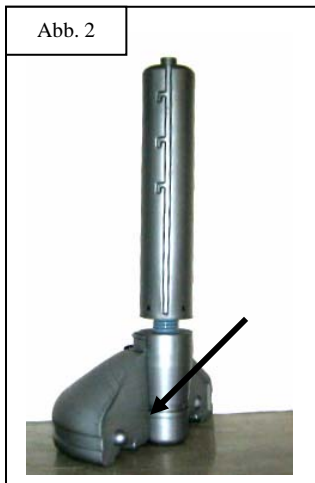
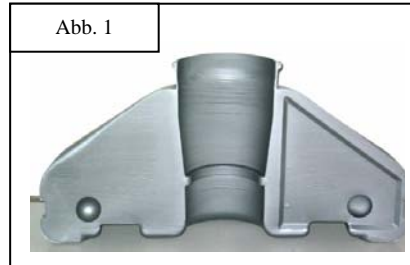
**Vielen Dank, dass Sie sich für ein Sport-Thieme-Produkt entschieden haben!**

Damit Sie viel Freude an diesem Gerät haben und die Sicherheit gewährleistet ist, sollten Sie diese Anleitung zunächst vollständig durchlesen, bevor Sie mit der Montage beginnen. Für Fragen und Wünsche stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

## Montageanleitung

### Schritt 1:

Stellen Sie den Fuß (Abb. 1) auf den von Ihnen ausgewählten Trainingsplatz. Berücksichtigen Sie, dass bei der Nutzung ein Sicherheitsabstand von ca. 2 m zu Wänden oder Gegenständen gewährleistet ist.



### Schritt 2:

Positionieren Sie die Mittelsäule. Der Ring der Mittelsäule sollte genau in die Aussparung des Fußes gelegt werden. (Abb. 2)

### Schritt 3:

Positionieren Sie jetzt auch das 2. Fußteil und legen Sie die beide Spanngurte um den gesamten Fuß. Beide Gurte fest anspannen und notfalls nachjustieren. Es kann sich zwischen den beiden Fußteilen ein kleiner Dehnungs-Spalt bilden (Abb. 3 + 4)

## Montageanleitung: Free Standing Bag Evolution

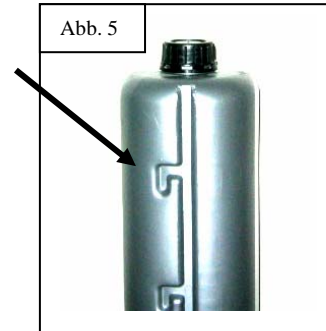
Abb. 3



Abb. 4



Abb. 5



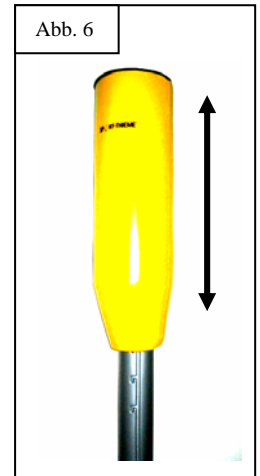
### Schritt 4:

Bei der Befüllung mit Wasser kann unter hoher Beanspruchung des Bags, Wasser aus dem Fuß austreten, daher empfehlen wir die Befüllung mit Sand (ca. 100 l). Die Mittelsäule nicht füllen!

### Schritt 5:

Das Polster wird jetzt über den Hals der Säule, mit drei Aussparungen zur Höheverstellung, geschoben. (Abb. 5)  
Wählen Sie die gewünschte Höhe des Polsters und arretieren Sie das Polster durch eine leichte linksdrehung, damit sich das Polster in der Aussparung verankert. (Abb. 6)

Abb. 6



### Wichtige Hinweise:

Die Mittelsäule nicht befüllen!