

## Gebrauchs- und Pflegeanleitung Actiroll Set

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf Ihres neuen Actibal Set® bestehend aus:  
TOGU Actiball, TOGU Actiroll Wave S, TOGU Actiroll Wave M, TOGU Pumpe Standard.

**Mit dem Actiball® haben Sie sich für ein TOGU® Markenprodukt „made in Germany“ entschieden! Als Sportgerät ist es entsprechend den geltenden EU Regelungen produziert, es enthält keine Schwermetalle und besteht aus 100% recyclingfähigem Kunststoff.**

Der Actiball ist ein Regenerationstool zur Selbstmassage. Mit einem Durchmesser von 9 cm ist er leicht und platzsparend einzusetzen. Bei der Massage unter Einsatz des eigenen Körpergewichts sollen vor allem Verklebungen und Verspannungen gelöst werden.

Der Actiball wird im Bereich der Faszien-Fitness und im Training eingesetzt.

Das Material Ruton® ist gehärtet, robust und leicht zu reinigen, hautfreundlich, geruchlos und zu 100% recyclebar.

### **Actiball®**

Größe: ca. 9 cm

Gewicht: ca. 0,140 kg

Material: Ruton®

### **Temperatur-Beständigkeit:**

Der Actiball ist UV-beständig und auch bedingt hitzebeständig. Bis 45°C kann der Actiball problemlos eingesetzt werden. Es sollte jedoch nicht bei direkter Sonneneinstrahlung gelagert werden (z.B. am Fenster). Das Material wird durch zunehmende Wärme weicher.

Der Actiball ist auch kältebeständig, jedoch sollte die Lagerungstemperatur nicht unter -10°C liegen. Das Material wird durch zunehmende Kälte fester.

### **Pflege:**

Zum Reinigen des Actiball können Sie alle milden, handelsüblichen Reinigungs- sowie Desinfektionsmittel verwenden. Lösungsmittelhaltige, säurehaltige oder ätzende Reiniger greifen das Material an.

## **Gebrauchs- und Pflegeanleitung Actiroll® Wave**

Mit der Actiroll haben Sie sich für ein Markenprodukt „made in Germany“ entschieden. Als Sportgerät ist es entsprechend den geltenden EU Regelungen produziert, es enthält keine Schwermetalle und besteht aus 100% recyclingfähigem Kunststoff.

Die Actiroll sind die ersten luftgefüllten und zugleich harten Rollen für Selbstmassage, mehr Entspannung und Regeneration. Die Produkte sind aus hochwertigem Ruton (luftgefüllt) und mit einem Nadelventil versehen.

### **Pumpen:**

Zum Nachpumpen bzw. Entlüften der Actiroll verwenden Sie bitte die beiliegende Original TOGU Ballpumpe für Nadelventile (Art.nr. 904400), auch erhältlich im Handel.



**Wichtig: Die Nadel immer leicht anfeuchten.  
Dann gerade und vorsichtig in das Ventil einführen.**

#### **Actiroll Wave M**

Maße: ca. 53 x 23 cm  
Profiltiefe: ca. 0,5 cm  
Belastbarkeit: ca.200 kg

#### **Actiroll Wave S**

Maße: ca. 15 x 6,5 cm  
Belastbarkeit: ca.200 kg

#### **Temperatur-Beständigkeit:**

Das Gerät soll idealerweise bei Raumtemperatur eingesetzt werden.

#### **Pflege:**

Zum Reinigen der luftgefüllten Actiroll Produkte können Sie alle milden, handelsüblichen Reinigungs- sowie Desinfektionsmittel verwenden. Lösungsmittelhaltige, säurehaltige oder ätzende Reiniger greifen das Material an.

## Gebrauchs- und Pflegeanleitung für TOGU Ballpumpe für Nadelventile

### Aufpump-Anleitung:

Nur bei Raumtemperatur aufpumpen.

Die angegebenen maximalen Maße beachten, da es ansonsten zu einer Überdehnung des Materials kommen kann.

### Produkte mit Gummiventil:

Die Nadel befindet sich im Griff!

Die Nadel der Pumpe erst anfeuchten.

Dann vorsichtig und gerade einführen.

ACHTUNG: Bei flachen Produkten nicht die gegenüberliegende Seite mit der Nadel beschädigen.



### Reinigung:

Alle Produkte sind abwaschbar und können mit handelsüblichen Reinigungs- sowie Desinfektionsmittel gereinigt werden. Keine lösungsmittelhaltigen oder ätzenden Reiniger verwenden.

### Lagerung:

Nicht direkter Wärmeeinstrahlung aussetzen.

### Achtung:

Vor jeder Benutzung das Produkt auf Beschädigungen untersuchen, um einen sicheren Umgang mit dem Produkt zu gewährleisten. Beachten Sie die Angaben zur zulässigen Maximalbelastung.

Bitte beachten Sie immer die dem jeweiligen Produkt beiliegende Anleitung, da es unterschiedliche Ventile und Pumpen gibt.



## Usage and Care Instructions Actiroll Set

**Congratulations on your purchase of the Actiroll Set:  
TOGU Actiball, TOGU Actiroll Wave S, TOGU Actiroll Wave M, TOGU Pump Standard.**

**Having purchased the Actiball® you have chosen a TOGU® branded product which is “Made in Germany”!**

**It is made in conformity with the applicable EU regulations for sports equipment, it contains no heavy metals and is made of 100% recyclable plastic.**

The Actiball is a regeneration tool for self-massage. With a diameter of 9 cm it is easy and space saving to use. Due to a massage with the ball and under use of your own body weight adhesions and tensions should be solved.

The knobbed surface enables a more effective and pleasant massage effect. Through this your blood circulation could be improved. The Actiball is used in fascia fitness and training.

The material Rulon is hardened, robust and easy to clean, skin friendly, odorless and 100% recyclable.

### **Actiball®**

Size: ca. 9 cm

Weight: ca. 0,140 kg

Material: Rulon®

### **Thermal stability:**

The Actiball is UV-resistant and also heat-resistant to a limited degree. The Actiball can easily withstand temperatures of up to 45°C. However, the Actiball should be kept out of direct sunlight (e.g. do not store on window-sill). The material softens as it gets warmer.

The Actiball is also resistant to cold, but should nevertheless not be stored at temperatures below -10°C. The material hardens as it gets colder.

### **Care:**

Any mild standard cleaning agents and disinfectants can be used to clean the Actiball.

Solvent-based, acidic or caustic cleaners will damage the material. The Actiball® is waterproof.



## Usage and Care Instructions Actiroll® Wave

Having purchased this product you have chosen a TOGU® branded product which is "Made in Germany"!

It is made in conformity with the applicable EU regulations for sports equipment, it contains no heavy metals and is made of 100% recyclable plastic.

The Actiroll Wave are the first new air-filled and hard regeneration tool for self-massage and myofascial relaxation. All Actiroll products are manufactured from high quality Rulon and are provided with a needle valve.

### Inflate and deflate:

To de- or inflate the Actiroll please use the attached original TOGU ball pump for needle valves (Art.nr. 904400).



**Important: Moisten the needle and insert the needle straight and carefully into the valve.**

#### Actiroll Wave M

Size: approx. 53 x 23 cm  
Profile depth: approx. 0,5 cm  
Max load: ca. 200 kg

#### Actiroll Wave S

Size: approx. 15 x 6,5 cm  
Max load: approx. 200 kg

#### Thermal stability:

The Actiroll is UV-resistant and also heat-resistant to a limited degree. It can easily withstand temperatures of up to 45°C. However, the Actiroll should be kept out of direct sunlight (e.g. do not store on window-sill). The material softens as it gets warmer.

The Actiroll is also resistant to cold, but should nevertheless not be stored at temperatures below -10°C. The material hardens as it gets colder.

#### Care:

Any mild standard cleaning agents and disinfectants can be used to clean the Actiroll.

Solvent-based, acidic or caustic cleaners will damage the material. The Actiroll Wave are waterproof.

## Instructions for use and care of the TOGU ball pump for needle valves

### Inflating instructions:

Inflate only at room temperature.

Observe the specified maximum dimensions, otherwise the material may be overstretched.



### Products with rubber valve:

The needle is in the handle!

Moisten the needle of the pump first.

Then insert carefully and straight.

ATTENTION: For flat products, do not damage the opposite side with the needle.

### Cleaning:

All products are washable and can be cleaned with commercially available detergents and disinfectants. Do not use cleaning agents containing solvents or caustic cleaning agents.

### Storage:

Do not expose to direct heat radiation.

### Caution:

Before each use, check the product for damage to ensure safe handling. Observe the information on the maximum permissible load.

Please always follow the instructions enclosed with the respective product, as there are different valves and pumps.