



## Gebrauchs- und Pflegeanleitung Posturedo®

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf Ihres neuen TOGU Posturedo®.

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

Das neue Trainingsgerät zur Unterstützung bei Haltungsregulation und -stimulation, Koordinations- und Kraftverbesserung, Stabilisieren und mobilisieren. Der Posturedo ermöglicht durch die neuartige Verbindung aus einer hochwertigen Holzplatte und einem dynamischen Luftkissen vielfältige Übungsvarianten mit instabilem Untergrund.

Die besondere Art der Instabilität, die durch die Lagerung auf Luft erreicht wird, wirkt durch Übertragung kleinster Bewegungen auf den Körper und ruft entsprechende Ausgleichsbewegungen und Stabilisation hervor. Als optische Kontrolle dient ein integrierter Lageindikator.

Der Grad der Instabilität kann mit der beiliegenden Pumpe einfach und schnell stufenlos an jedes Fitnesslevel angepasst werden. Die großzügig bemessene Platte aus Holz ermöglicht alle Positionen und Körperlagen auf dem Posturedo einzunehmen.

### Kleine Gerätekunde:

Der Posturedo ist aus hochwertigem Ruten (luftgefüllter Teil) und einer mehrfach verleimten Platte aus Birkenholz mit Edelholzfurnier hergestellt. Das Ballkissen ist mit einem Nadelventil versehen. Mit den, an der Seite vorhandenen, Schraubvorrichtung kann die Höhe, zusätzlich noch um einige Zentimeter an den gewünschten Schwierigkeitsgrad des Benutzers, angepasst werden. Je länger die Schraubvorrichtung nach unten gedreht wird, desto einfacher sind Übungen durchzuführen.

### Posturedo

Maße: ca. 67 x 72 x 13 cm  
Gewicht: ca. 9.500 g  
Belastbarkeit: ca. 200 kg

### Temperatur-Beständigkeit:

Das Gerät soll idealerweise bei Raumtemperatur eingesetzt werden.

### Pflege:

Zum Reinigen des Ballkissens können Sie alle milden, handelsüblichen Reinigungs- sowie Desinfektionsmittel verwenden. Lösungsmittelhaltige, säurehaltige oder ätzende Reiniger greifen das Material an. Die Holzplatte sollte mit handelsüblichen Holzreinigungsmitteln gereinigt werden, und entsprechend trocken gelagert werden.

### Nachpumpen:

Zum Nachpumpen bzw. Einstellen des Ballkissens verwenden Sie bitte die Original TOGU Ballpumpe für Nadelventile (Art.nr. 904400), erhältlich im Handel.

Beachten Sie beim Nachpumpen, dass die Höhe des Ballkissens **in keinem Fall** mehr als 13 cm beträgt, da sich das Kissen sonst dauerhaft verformt. Feuchten Sie stets die Nadel der Pumpe vor dem vorsichtigen Einführen in das Nadelventil an.





## Instruction for use Posturedeo®

### Congratulations!

**You are now the owner of Posturedeo, a product "made in Germany".**

**This sports tool was produced in compliance with valid EU norms, it contains no heavy metals and is made of 100% recyclable plastic.**

Stabilize and mobilize. The new Posturedeo by TOGU enable you to exercise on an instable surface which is special due to its air-filled device in between of two wooden plates. Small movements of the body are transferred to the Posturedeo and back to the body. This feedback can be used in all stabilization training programs.

Integrated optical position indicating device to control posture and movements. The level of instability can be adjusted easily and infinitely variable by the included ball pump. The large plate allows the user to train in early all standing and lying positions on the Posturedeo.

### Equipment details:

The Posturedeo is made of high grade Rulon with a needle valve, glued plate made of birch wood and precious wood veneer. You can adjust the level of difficult through the little screwing device. Then more the screwing devices is rotated downward, then easier the application for the patient is.

Size: ca. 67 x 72 x 13 cm  
Weight: ca. 9.500 g  
Max. Load: 200 kg

### Care:

Use water or mild standard detergents and disinfectants for cleaning the ball cushion. Dissolvers as well as acidic or corrosive cleansers can harm the material. Please clean the wooden plate only with standard wood detergents. Posturedeo always store dry.

### How to inflate:

The air filling of Posturedeo can be regulated by using the TOGU ball pump. Available as spare part in retail. Therefore the Posturedeo is equipped with a needle valve.

Please perform changes to the air pressure inside Posturedeo (inflation or bleeding) only, when the Posturedeo has room temperature and add at the most as much air, as is necessary to make the surface level. Always moisten the needle before carefully inserting into the needle valve.

Please note whilst pumping that the diameter of the ball cushion **shall not** be higher than 13 cm, otherwise the ball deforms. Always moisten the needle of the pump before carefully inserting it into the needle valve.

