



## Jóga kostka MASTER - MAS4A145, MAS4A146, MAS4A351, MAS4A354

### Návod k použití

#### BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ:

- Před zahájením cvičení se nejprve poradte s lékařem, abyste se vyhnuli riziku úrazu nebo zdravotních komplikací. Tento výrobek nenahrazuje profesionální lékařskou péči.
  - Pokud máte nějaké zdravotní problémy, onemocnění nebo si nejste jisti, konzultujte cvičení se svým lékařem.
  - Pokud pocítíte nevolnost, dušnost nebo malátnost, okamžitě přestaňte cvičit.
  - Výrobek používejte pouze k určenému účelu – jóga cvičení a protahování
  - Držte mimo dosah dětí a domácích zvířat.
  - Pravidelně kontrolujte poškození nebo opotřebení výrobku. Poškozený nebo opotřebovaný produkt se nesmí používat.
  - Neprovádějte na produktu žádné úpravy
- VAROVÁNÍ!** Tento produkt neslouží pro lékařské účely. Používejte na rovném, suchém a protiskluzovém povrchu.

#### ÚDRŽBA

- pro čištění použijte lehce navlhčený hadřík. Nechte uschnout před skladováním.
- Chraňte před ohněm, vysokými teplotami nebo ostrými předměty.
- Chraňte před přímým slunečním zářením.
- Skladujte pouze na suchém místě.
- Nikdy nepoužívejte poškozený nebo opotřebovaný produkt.

**POUŽÍVÁNÍ:** Kostku můžete použít jako podpěru na plocho, vzpřímeně nebo podélně. Můžete jí použít jako podsedák i při cvičení nebo uvolnění blokády. Slouží jako prodloužení paží, pokud vám na začátku stále chybí pružnost, a později i usnadňuje protahování.

1. Podpora a stabilita: Umístěte kostku pod ruku, nohu nebo jiné části těla pro dodatečnou podporu a stabilitu během náročnějších jógových pozic.
2. Korekce pozice: použijte kostku, aby vám pomohla opravit pozici, např. umístěním pod ruku, abyste udrželi správnou linii kolmo k zemi.
3. Posilování a protahování: Použijte jako nástroj k posílení a protažení svalů prováděním cvičení na něm.
4. Meditace: Sezením na kostce můžete získat dodatečnou oporu pro svou páteř a cítit se při meditaci stabilnější.

**Prodávající poskytuje na tento výrobek prvnímu majiteli záruku 2 roky ode dne prodeje.**

#### Záruka se nevztahuje na závady vzniklé:

1. zaviněním uživatele tj. poškození výrobku nesprávnou montáží, neodbornou repasí, užíváním v nesouladu se záručním listem
2. nesprávnou nebo zanedbanou údržbou
3. mechanickým poškozením
4. opotřebením dílů při běžném používání
5. neodvratnou událostí a živelnou pohromou
6. neodbornými zásahy
7. nesprávným zacházením, či nevhodným umístěním, vlivem nízké nebo vysoké teploty, působením vody, neúměrným tlakem a nárazy, úmyslně pozměněným designem, tvarem nebo rozměry

#### MASTER SPORT s.r.o.

Provozní 5560/1b  
722 00 Ostrava – Třebovice  
servis@mastersport.cz  
www.mastersport.cz





## Jóga kocka MASTER - MAS4A145, MAS4A146, MAS4A351, MAS4A354

### Návod na použitie

#### BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA:

- Pred začatím cvičenia sa najskôr poraďte s lekárom, aby ste sa vyhli riziku úrazu alebo zdravotných komplikácií. Tento výrobok nenahrádza profesionálnu lekársku starostlivosť.
- Ak máte nejaké zdravotné problémy, ochorenia alebo si nie ste istí, konzultujte cvičenie so svojim lekárom.
- Pokiaľ pocítite nevoľnosť, dýchavičnosť alebo malátnosť, okamžite prestaňte cvičiť.
- Výrobok používajte iba na určený účel – jóga cvičenia a preťahovanie
- Držte mimo dosahu detí a domácich zvierat.
- Pravidelne kontrolujte poškodenie alebo opotrebenie výrobku. Poškodený alebo opotrebovaný produkt sa nesmie používať.
- Nevykonávajte na produkte žiadne úpravy

VAROVANIE! Tento produkt neslúži na lekárske účely. Používajte na rovnom, suchom a protišmykovom povrchu.

#### ÚDRŽBA

- na čistenie použite ľahko navlhčenú handričku. Nechajte uschnúť pred skladovaním.
- Chráňte pred ohňom, vysokými teplotami alebo ostrými predmetmi.
- Chráňte pred priamym slnečným žiarením.
- Skladujte iba na suchom mieste.
- Nikdy nepoužívajte poškodený alebo opotrebovaný produkt.

POUŽÍVANIE: Kocku môžete použiť ako podperu na plocho, vzpriamene alebo pozdĺžne. Môžete ju použiť ako podsedák aj pri cvičení alebo uvoľnení blokády. Slúži ako predĺženie paží, pokiaľ vám na začiatku stále chýba pružnosť, a neskôr aj uľahčuje preťahovanie.

1. Podpora a stabilita: Umiestnite kocku pod ruku, nohu alebo iné časti tela pre dodatočnú podporu a stabilitu počas náročnejších jogových pozícií.
2. Korekcia pozície: použite kocku, aby vám pomohla opraviť pozíciu, napr. umiestnením pod ruku, aby ste udržali správnu líniu kolmo k zemi.
3. Posilňovanie a preťahovanie: Použite ako nástroj na posilnenie a pretiahnutie svalov vykonávaním cvičenia na ňom.
4. Meditácia: Sedením na kocke môžete získať dodatočnú oporu pre svoju chrbticu a cítiť sa pri meditácii stabilnejšie.

**Predávajúci poskytuje na tento výrobok prvému majiteľovi záruku 2 roky  
odo dňa predaja.**

#### Záruka sa nevzťahuje na závady vzniknuté:

1. zavinením užívateľa tj. poškodenie výrobku nesprávnou montážou, neodbornou repasiou, užívaním v nesúlade so záručným listom
2. nesprávnou alebo zanedbanou údržbou
3. mechanickým poškodením
4. opotrebovaním dielov pri bežnom používaní
5. neodvratnou udalosťou a živelnou pohromou
6. neodbornými zásahmi
7. nesprávnym zaobchádzaním, či nevhodným umiestnením, vplyvom nízkej alebo vysokej teploty, pôsobením vody, neúmerným tlakom a nárazmi, úmyselne pozmeneným designom, tvarom alebo rozmermi



## Yoga cube MASTER - MAS4A145, MAS4A146, MAS4A351, MAS4A354

### Instrukcja użytkowania

#### OSTRZEŻENIA DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA:

- Przed rozpoczęciem ćwiczeń skonsultuj się z lekarzem, aby uniknąć ryzyka obrażeń lub komplikacji zdrowotnych. Ten produkt nie zastępuje profesjonalnej opieki medycznej.
- Jeśli masz jakiegokolwiek problemy zdrowotne, choroby lub nie jesteś pewien, skonsultuj się z lekarzem w sprawie ćwiczeń.
- Jeśli odczuwasz nudności, duszność lub osłabienie, natychmiast przerwij ćwiczenia.
- Używaj produktu wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem - ćwiczenia jogi i rozciąganie
- Przechowuj poza zasięgiem dzieci i zwierząt domowych.
- Regularnie sprawdzaj produkt pod kątem uszkodzeń lub zużycia. Nie wolno używać uszkodzonego lub zużytego produktu.
- Nie dokonuj żadnych modyfikacji produktu

OSTRZEŻENIE! Ten produkt nie jest przeznaczony do celów medycznych. Używaj na płaskiej, suchej i antypoślizgowej powierzchni.

#### KONSERWACJA

- Do czyszczenia używaj lekko wilgotnej ściereczki. Pozostaw do wyschnięcia przed przechowywaniem.
- Trzymać z dala od ognia, wysokich temperatur lub ostrych przedmiotów.

Trzymać z dala od bezpośredniego światła słonecznego.

Przechowywać wyłącznie w suchym miejscu.

Nigdy nie używać uszkodzonego lub zużytego produktu.

**SPOSÓB UŻYCIA:** Możesz używać kostki jako podpórki w pozycji płaskiej, pionowej lub podłużnej. Możesz również używać jej jako siedziska podczas ćwiczeń lub usuwania blokad. Służy jako przedłużenie ramion, jeśli na początku nadal brakuje Ci elastyczności, a później ułatwia również rozciąganie.

1. Podparcie i stabilność: Umieść kostkę pod ramieniem, nogą lub inną częścią ciała, aby uzyskać dodatkowe wsparcie i stabilność podczas trudniejszych pozycji jogi.
2. Korekta postawy: Użyj kostki, aby pomóc sobie skorygować postawę, np. umieszczając ją pod ramieniem, aby utrzymać prawidłową linię prostopadłą do podłoża.
3. Wzmacnianie i rozciąganie: Używaj jako narzędzia do wzmacniania i rozciągania mięśni, wykonując na niej ćwiczenia.
4. Medytacja: Siedzenie na kostce może zapewnić dodatkowe wsparcie dla kręgosłupa i sprawić, że poczujesz się bardziej stabilnie podczas medytacji.

## Sprzedający na niniejszy produkt udziela pierwszemu właścicielowi gwarancji na czas użytkowania 24 miesięcy od dnia sprzedaży.

#### Gwarancja nie dotyczy uszkodzeń powstałych w wyniku:

1. Szkód spowodowanych przez użytkownika tj. Uszkodzenia produktu przy nieprawidłowym montażu, niepoprawnej naprawy wykonywanej we własnym zakresie, użytkowaniu niezgodnym z kartą gwarancyjną
2. Niepoprawną lub zaniedbywaną konserwacją
3. Uszkodzeń mechanicznych;
4. Zużycia części powstałego przy codziennym
5. Nieszczęśliwych wypadków i klęsk żywiołowych
6. Niefachowych interwencji
7. Niepoprawnego obchodzenia się, lub niewłaściwego umieszczenia, wpływu niskiej lub wysokiej temperatury, oddziaływania wody, nieadekwatnego nacisku lub uderzenia, celowej zmiany designu, kształtu lub rozmiaru

#### Copyright - prawo autorskie

Firma MASTER SPORT s.r.o. zastrzega sobie wszelkie prawa autorskie do treści niniejszej instrukcji obsługi. Prawo autorskie zabrania kopiowania treści instrukcji w części lub też w całości przez osoby trzecie bez wyraźnej zgody MASTER SPORT s.r.o..

Firma MASTER SPORT s.r.o. za korzystanie z informacji zawartych w niniejszej instrukcji obsługi nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek patenty.

#### Dystrybutor PL:





## Yoga cube MASTER - MAS4A145, MAS4A146, MAS4A351, MAS4A354

### Instructions for use

#### SAFETY WARNINGS:

- Before starting the exercise, consult your doctor first to avoid the risk of injury or health complications. This product is not a substitute for professional medical care.
- If you have any health problems, illnesses or are unsure, consult your doctor about the exercise.
- If you feel nausea, shortness of breath or weakness, stop exercising immediately.
- Use the product only for its intended purpose - yoga exercises and stretching
- Keep out of reach of children and pets.
- Regularly check the product for damage or wear. A damaged or worn product must not be used.
- Do not make any modifications to the product

**WARNING!** This product is not intended for medical purposes. Use on a flat, dry and non-slip surface.

#### MAINTENANCE

- Use a slightly damp cloth to clean. Let dry before storing.
- Keep away from fire, high temperatures or sharp objects.
- Keep out of direct sunlight.
- Store only in a dry place.
- Never use a damaged or worn product.

**USE:** You can use the cube as a support in a flat, upright or longitudinal position. You can also use it as a seat when exercising or releasing blockages. It serves as an extension of the arms if you still lack flexibility at the beginning, and later it also makes stretching easier.

1. Support and stability: Place the cube under your arm, leg or other body part for additional support and stability during more difficult yoga poses.
2. Posture correction: Use the cube to help you correct your posture, e.g. by placing it under your arm to maintain the correct line perpendicular to the ground.
3. Strengthening and stretching: Use as a tool to strengthen and stretch your muscles by performing exercises on it.
4. Meditation: Sitting on a cube can provide additional support for your spine and make you feel more stable while meditating.

## WARRANTY

### for other countries

**The product is warranted for 24 months following the date of delivery to the original purchaser.**

**This warranty does not apply to damages caused by misuse of this product, accidental or intentional damage, neglect or commercial use.**

**Excluded from this warranty is liability for consequential property or commercial damages or for damages for loss of use.**

This warranty is valid only to the original purchaser and under normal use.

Repairs must be made by an authorized dealer, otherwise this warranty void.

#### © COPYRIGHT

MASTER SPORT s.r.o. retains all rights to this Owner's Manual. No text, details, or illustrations from this manual may be either reproduced, distributed, or become the subject of unauthorized use for commercial purposes, nor may they be made available to others.  
Reproduction prohibited!

Address of local distributor:





## Yoga-Würfel MASTER - MAS4A145, MAS4A146, MAS4A351, MAS4A354 Gebrauchsanweisung

### SICHERHEITSHINWEISE:

- Konsultieren Sie vor Beginn der Übungen Ihren Arzt, um Verletzungen oder gesundheitliche Komplikationen zu vermeiden. Dieses Produkt ersetzt keine professionelle medizinische Versorgung.
- Bei gesundheitlichen Problemen, Erkrankungen oder Unsicherheiten wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.
- Bei Übelkeit, Kurzatmigkeit oder Schwächegefühl beenden Sie die Übungen sofort.
- Verwenden Sie das Produkt nur für den vorgesehenen Zweck – Yoga-Übungen und Dehnungsübungen.
- Außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren aufbewahren.
- Überprüfen Sie das Produkt regelmäßig auf Beschädigungen oder Verschleiß. Ein beschädigtes oder abgenutztes Produkt darf nicht verwendet werden.
- Nehmen Sie keine Änderungen am Produkt vor.

**WARNUNG!** Dieses Produkt ist nicht für medizinische Zwecke bestimmt. Verwenden Sie es auf einer ebenen, trockenen und rutschfesten Oberfläche.

### PFLEGE

- Reinigen Sie das Produkt mit einem leicht feuchten Tuch. Vor der Lagerung trocknen lassen.
- Von Feuer, hohen Temperaturen und scharfen Gegenständen fernhalten.
- Vor direkter Sonneneinstrahlung schützen.
- Nur trocken lagern.
- Beschädigte oder abgenutzte Produkte niemals verwenden.

**ANWENDUNG:** Der Würfel kann als Stütze in liegender, aufrechter oder länglicher Position verwendet werden. Er eignet sich auch als Sitzgelegenheit beim Trainieren oder Lösen von Blockaden. Er dient als Verlängerung der Arme, falls es anfangs noch an Flexibilität mangelt, und erleichtert später auch das Dehnen.

1. Unterstützung und Stabilität: Platzieren Sie den Würfel unter Ihrem Arm, Bein oder einem anderen Körperteil für zusätzlichen Halt und Stabilität bei schwierigeren Yoga-Posen.
2. Haltungskorrektur: Nutzen Sie den Würfel zur Korrektur Ihrer Haltung, z. B. indem Sie ihn unter Ihren Arm legen, um die korrekte Linie senkrecht zum Boden beizubehalten.
3. Kräftigung und Dehnung: Nutzen Sie ihn als Hilfsmittel zur Kräftigung und Dehnung Ihrer Muskeln, indem Sie Übungen darauf durchführen.
4. Meditation: Das Sitzen auf einem Würfel kann Ihre Wirbelsäule zusätzlich stützen und Ihnen beim Meditieren ein stabileres Gefühl geben.

## Der Verkäufer spendet auf dieses Erzeugnis erstem Besitzer die Garantie 2 Jahre.

### Garantie erstreckt sich nicht auf diese Defekte, die entstehen:

1. Mit dem Verschulden der Benutzer, das ist die Beschädigung des Erzeugnis unrichtige Montage, unfachliche Überholung, benutzen im Missverhältnis mit dem Garantieblatt zum Beispiel schlechte Schiebung Sattelstange im Rahmen, mangelhafte Ziehung Pedalen in den Klinken und Klinken zu der Mittelachse,
2. Unrichtige und vernachlässigte Instandhaltung,
3. Mechanische Beschädigung,
4. Abnutzung der Teilen bei üblich Benutzung (Zum Beispiel Gummi und Kunststoffteilen, bewegliches Mechanismus als Lager, Keilriemen, Abnutzung der Druckknöpfe auf dem Computer),
5. Unabwendbares Ereignis und Katastrophe,
6. Unfachliche Treffere,
7. Unrichtiges Umgehen oder unrichtige Platzierung, Einfluss niedrige oder hohe Temperatur, Einfluss Wasser, Druck und Prallen, absichtlich wechselnes Design, Form oder Ausmaße.

Die Adresse Lokal Verteiler:



## Jógakocka MASTER - MAS4A145, MAS4A146, MAS4A351, MAS4A354

### Használati utasítás

#### BIZTONSÁGI FIGYELMEZTETÉSEK:

- Az edzés megkezdése előtt először konzultáljon orvosával, hogy elkerülje a sérülések vagy egészségügyi szövődmények kockázatát. Ez a termék nem helyettesíti a professzionális orvosi ellátást.
- Ha bármilyen egészségügyi problémája, betegsége van, vagy bizonytalan, konzultáljon orvosával a gyakorlattal kapcsolatban.
- Ha hányingert, légszomjat vagy gyengeséget érez, azonnal hagyja abba az edzést.
- A terméket csak a rendeltetésének megfelelően használja – jógagyakorlatok és nyújtás
- Gyermekektől és háziállatoktól elzárva tartandó.
- Rendszeresen ellenőrizze a terméket, hogy nem sérült-e vagy kopott-e. Sérült vagy elhasználódott terméket nem szabad használni.
- Ne végezzen semmilyen módosítást a terméken

FIGYELMEZTETÉS! Ez a termék nem gyógyászati célokra szolgál. Használja sima, száraz és csúszásmentes felületen.

#### KARBANTARTÁS

- A tisztításhoz használjon enyhén nedves ruhát. Tárolás előtt hagyjuk megszáradni.
- Tartsa távol tűztől, magas hőmérséklettől vagy éles tárgyaktól.
- Tartsa távol a közvetlen napfénytől.
- Csak száraz helyen tárolja.
- Soha ne használjon sérült vagy elhasználódott terméket.

HASZNÁLAT: A kockát támasztékként használhatja lapos, függőleges vagy hosszanti helyzetben. Ülőként is használható edzés közben vagy dugulások feloldásakor. Karnyújtásként szolgál, ha eleinte még hiányzik a rugalmasság, később pedig a nyújtást is megkönnyíti.

1. Támogatás és stabilitás: Helyezze a kockát a karja, lába vagy más testrésze alá, hogy további támogatást és stabilitást biztosítson a nehezebb jógapozók során.
2. Testtartás korrekció: A kockát a testtartás korrigálásában segíti, pl. a karja alá helyezve, hogy megtartsa a helyes, a talajra merőleges vonalat.
3. Erősítés és nyújtás: Eszközként használj, hogy erősítsd és nyújtsd az izmaidat, gyakorlatokat végezve rajta.
4. Meditáció: A kockán ülvé további támaszt nyújthat a gerincnek, és stabilabbnak érzi magát meditáció közben.

## Jelen termékre eladó az első tulajdonosnak 2 év jótállást nyújt, az eladás napjától számítva.

#### A jótállás feltételei:

- a jelen termék jótállási időtartama 24 hónap a vásárlás napjától
- a jótállás ideje alatt a termék minden olyan meghibásodása kijavításra kerül, melynek oka gyártási hiba vagy hibás anyag, úgy hogy a termék rendeltetészerű használatra alkalmas legyen
- a jótállás nem vonatkozik az alábbiak következtében keletkezett meghibásodásokra: mechanikai sérülés, elkerülhetetlen esemény, természeti katasztrófa, szakszerűtlen beavatkozások, nem megfelelő használat vagy alkalmatlan elhelyezés, túl alacsony vagy magas hőmérséklet hatása, víz hatása, aránytalan nyomás vagy ütések, szándékosan megváltoztatott design, forma vagy méretek
- a reklamáció kizárólag írásban tehető, a termék típusának pontos megjelölésével, a hiba leírásával, illetve a vásárlást igazoló dokumentum /másolatban/ bemutatásával
- a jótállás kizárólag a termék eladójánál érvényesíthető

#### Copyright – szerzői jogok

A MASTER SPORT s.r.o. társaság a jelen használati útmutató tartalmához kapcsolódó minden szerzői jogot fenntartja. A szerzői jog megtiltja a jelen használati útmutató bármely részének, illetve egészének másolását harmadik fél által, a társaság előzetes és kifejezett hozzájárulása nélkül. A MASTER SPORT s.r.o. társaság nem vállal felelősséget a jelen használati útmutatóban közölt információk felhasználásáért, bármilyen szabadalomért nem vállal semmilyen felelősséget.



## Cub de yoga MASTER - MAS4A145, MAS4A146, MAS4A351, MAS4A354

### Instrucțiuni de utilizare

#### AVERTIZĂRI DE SIGURANȚĂ:

- Înainte de a începe exercițiul, consultați mai întâi medicul dumneavoastră pentru a evita riscul de rănire sau complicații de sănătate. Acest produs nu înlocuiește îngrijirea medicală profesională.
- Dacă aveți probleme de sănătate, boli sau nu sunteți sigur, consultați-vă medicul cu privire la exercițiu.
- Dacă simțiți greață, dificultăți de respirație sau slăbiciune, opriți imediat exercițiile.
- Folosiți produsul numai în scopul propus - exerciții de yoga și stretching
- A nu se lăsa la îndemâna copiilor și a animalelor de companie.
- Verificați în mod regulat produsul pentru deteriorare sau uzură. Un produs deteriorat sau uzat nu trebuie folosit.
- Nu efectuați nicio modificare produsului

AVERTIZARE! Acest produs nu este destinat scopurilor medicale. Utilizați pe o suprafață plană, uscată și anti-alunecare.

#### ÎNTREȚINERE

- Folosiți o cârpă ușor umedă pentru a curăța. Lăsați să se usuce înainte de depozitare.
- Țineți departe de foc, temperaturi ridicate sau obiecte ascuțite.
- A nu se expune la lumina directă a soarelui.
- A se păstra numai într-un loc uscat.
- Nu utilizați niciodată un produs deteriorat sau uzat.

UTILIZARE: Puteți folosi cubul ca suport în poziție plată, verticală sau longitudinală. Îl poți folosi și ca scaun atunci când faci exerciții sau eliberezi blocajele. Servește ca prelungire a brațelor dacă încă îți lipsește flexibilitatea la început, iar mai târziu facilitează și întinderea.

1. Suport și stabilitate: Așezați cubul sub braț, picior sau altă parte a corpului pentru sprijin și stabilitate suplimentară în posturile de yoga mai dificile.
2. Corecția posturii: Folosiți cubul pentru a vă ajuta să vă corecți postura, de ex. punându-l sub braț pentru a menține linia corectă perpendiculară pe sol.
3. Întărirea și întinderea: Folosiți ca instrument pentru a vă întări și întinde mușchii prin efectuarea de exerciții pe ea.
4. Meditație: Așezarea pe un cub poate oferi un sprijin suplimentar pentru coloana vertebrală și te poate face să te simți mai stabil în timp ce meditezi.

## Vânzătorul garantează acest produs primului proprietar timp de 2 ani de la data vânzării.

#### Termeni de garanție:

- Produsul este garantat cumpărătorului pentru o perioadă de 24 de luni de la data achiziției.
- în timpul perioadei de garanție, orice defecte ale produsului cauzate de un defect de fabricație sau de un material defectuos al produsului vor fi corectate astfel încât articolul să poată fi utilizat în mod corespunzător
- drepturile de garanție nu se aplică defectelor cauzate de: deteriorări mecanice, evenimente inevitabile, dezastre naturale, intervenții neprofesionale, manipulare sau amplasare necorespunzătoare, temperaturi scăzute sau ridicate, expunere la apă, presiune excesivă și șocuri, modificarea intenționată a designului, formei sau dimensiunilor
- în principiu, reclamațiile trebuie să fie făcute în scris, cu menționarea defectului și o copie a bonului fiscal
- garanția poate fi solicitată numai de la organizația de la care a fost achiziționat produsul

#### Drepturi de autor

MASTER SPORT s.r.o. își rezervă toate drepturile de autor asupra conținutului acestui manual. Drepturile de autor interzic reproducerea unor părți din acest manual sau în întregime de către o terță parte fără acordul expres al MASTER SPORT s.r.o. MASTER SPORT s.r.o. nu își asumă nicio răspundere pentru niciun brevet pentru utilizarea informațiilor conținute în acest manual



## Joga kocka MASTER - MAS4A145, MAS4A146, MAS4A351, MAS4A354

### Navodila za uporabo

#### VARNOSTNA OPOZORILA:

- Preden začnete z vadbo, se najprej posvetujte z zdravnikom, da se izognete nevarnosti poškodb ali zdravstvenih zapletov. Ta izdelek ni nadomestilo za strokovno medicinsko oskrbo.
  - Če imate zdravstvene težave, bolezni ali niste prepričani, se o vadbi posvetujte s svojim zdravnikom.
  - Če čutite slabost, težko dihanje ali šibkost, takoj prenehajte z vadbo.
  - Izdelek uporabljajte samo za predvideni namen – vaje joge in raztezanje
  - Hraniti izven dosega otrok in hišnih ljubljencev.
  - Redno preverjajte, ali je izdelek poškodovan ali obrabljen. Poškodovanega ali obrabljenega izdelka ne smete uporabljati.
  - Izdelka ne spreminjajte
- OPOZORILO! Ta izdelek ni namenjen za medicinske namene. Uporabljajte na ravni, suhi in ne drseči površini.

#### VZDRŽEVANJE

- Za čiščenje uporabite rahlo vlažno krpo. Pred shranjevanjem pustite, da se posuši.
- Hraniti ločeno od ognja, visokih temperatur ali ostrih predmetov.
- Hraniti izven neposredne sončne svetlobe.
- Hraniti samo na suhem mestu.
- Nikoli ne uporabljajte poškodovanega ali obrabljenega izdelka.

UPORABA: Kocko lahko uporabljate kot oporo v ravnem, pokončnem ali vzdolžnem položaju. Uporabite ga lahko tudi kot sedež pri vadbi ali sproščanju blokad. Služi kot podaljšek rok, če vam na začetku še manjka gibčnosti, kasneje pa olajša tudi raztezanje.

1. Podpora in stabilnost: postavite kocko pod roko, nogo ali drug del telesa za dodatno podporo in stabilnost med težjimi položaji joge.
2. Korekcija drže: S kocko si lahko pomagata popraviti držo, npr. tako da ga postavite pod roko, da ohranite pravilno linijo pravokotno na tla.
3. Krepitev in raztezanje: uporabite kot orodje za krepitev in raztezanje mišic z izvajanjem vaj na njem.
4. Meditacija: sedenje na kocki lahko zagotovi dodatno podporo vaši hrbtenici in poskrbi, da se med meditacijo počutite bolj stabilne.

## Prodajalec daje garancijo za ta izdelek prvemu lastniku 2 leti od datuma prodaje.

#### Garancijski pogoji

- kupec ima za skuter garancijsko dobo 24 mesecev od dneva nakupa.
- med garancijskim obdobjem bodo vse okvare izdelka, ki so posledica proizvodne napake ali okvarjenega materiala izdelka, odstranjene, tako da bo artikel mogoče pravilno uporabljati.
- Garancijske pravice ne veljajo za napake, ki so posledica:
  - mehanske poškodbe
  - neizogiben dogodek, naravna nesreča
  - nestrokovni posegi
  - zaradi nepravilnega ravnanja ali neustrezne lokacije, delovanja nizke ali visoke temperature, vpliva vode, nesorazmernega pritiska in udarcev, namerno spremenjene konstrukcije, oblike ali dimenzij
- Reklamacije so praviloma pisne s podatki o okvari in potrjenim garancijskim listom.
- Garancija se lahko uveljavlja samo pri organizaciji, kjer je bil izdelek kupljen.

#### Avtorske pravice - Copyright

Podjetje MASTER SPORT s.r.o. si pridržuje vse avtorske pravice za vsebino tega uporabniškega priročnika. Avtorska pravica prepoveduje reproduciranje delov tega priročnika ali celotnega s strani tretjih oseb brez izrecnega soglasja MASTER SPORT s.r.o.. Podjetje MASTER SPORT s.r.o. ne prevzema nobene odgovornosti za kakršen koli patent za uporabo informacij v tem uporabniškem



## Йога куб MASTER - MAS4A145, MAS4A146, MAS4A351, MAS4A354

### Инструкции за употреба

#### ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ЗА БЕЗОПАСНОСТ:

- Преди да започнете тренировката, консултирайте се с Вашия лекар, за да избегнете риска от нараняване или здравословни усложнения. Този продукт не е заместител на професионалната медицинска помощ.
- Ако имате здравословни проблеми, заболявания или не сте сигурни, консултирайте се с Вашия лекар относно тренировката.
- Ако почувствате гадене, задух или слабост, незабавно спрете тренировката.
- Използвайте продукта само по предназначение - йога упражнения и разтягане.
- Пазете далеч от деца и домашни любимци.
- Редовно проверявайте продукта за повреди или износване. Повреден или износен продукт не трябва да се използва.
- Не правете никакви модификации по продукта.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! Този продукт не е предназначен за медицински цели. Използвайте върху равна, суха и неплъзгаща се повърхност.

#### ПОДДРЪЖКА

- Използвайте леко влажна кърпа за почистване. Оставете да изсъхне преди съхранение.
- Пазете от огън, високи температури или остри предмети.
- Пазете от пряка слънчева светлина.
- Съхранявайте само на сухо място.
- Никога не използвайте повреден или износен продукт.

УПОТРЕБА: Можете да използвате куба като опора в плоско, изправено или надлъжно положение. Можете да го използвате и като седалка при упражнения или освобождаване на блокажи. Той служи като удължение на ръцете, ако все още ви липсва гъвкавост в началото, а по-късно улеснява и разтягането.

1. Опора и стабилност: Поставете куба под ръката, крака или друга част от тялото си за допълнителна опора и стабилност по време на по-трудни йога пози.
2. Корекция на стойката: Използвайте куба, за да коригирате стойката си, например като го поставите под ръката си, за да поддържате правилната линия, перпендикулярна на земята.
3. Укрепване и разтягане: Използвайте като инструмент за укрепване и разтягане на мускулите, като изпълнявате упражнения върху него.
4. Медитация: Седенето върху куб може да осигури допълнителна опора за гръбначния стълб и да ви накара да се чувствате по-стабилни, докато медитирате.

## Продавачът предоставя 2-годишна гаранция за този продукт на първия собственик от датата на продажба.

#### Гаранцията не се отнася за дефекти, причинени от:

1. грешка на потребителя, т.е. повреда на продукта поради неправилен монтаж, непрофесионално възстановяване, неправилна употреба
2. неправилна или пренебрегната поддръжка
3. механични повреди
4. износване на части по време на нормална употреба
5. неизбежни събития и природни бедствия
6. непрофесионални интервенции
7. неправилно боравене или неподходящо поставяне, ниска или висока температура, излагане на вода, прекомерно налягане и удари, умишлено променен дизайн, форма или размери

Авторско право: MASTER SPORT s.r.o. си запазва всички авторски права върху съдържанието на това ръководство за потребителя. Авторското право забранява възпроизвеждането на части от това ръководство или като цяло от трети страни без изричното съгласие на MASTER SPORT s.r.o.. MASTER SPORT s.r.o. не поема отговорност за каквито и да е патенти за използването на информацията, съдържаща се в това ръководство.