



Précautions de sécurité importantes!

Veillez lire ce manuel avant d'installer ou d'utiliser la Tonic Chair Confort.

1. Tous les exercices ne conviennent pas à tout le monde. Pour réduire le risque de blessure, consultez votre médecin avant de commencer toute séance d'exercices avec ce produit ou tout autre appareil. La notice présentée ici n'est aucunement destinée à remplacer le conseil médical.
2. Consultez votre médecin avant de commencer un programme d'exercices en cas de maladie cardiaque, pression artérielle élevée ou toute autre maladie
3. Effectuez des étirements et des exercices de manière lente et contrôlée. Arrêtez-vous et reposez-vous si vous vous sentez étourdi ou essoufflé.
4. Assurez-vous que l'espace autour de vous est débarrassé des meubles et des autres obstacles avant d'effectuer des étirements ou des exercices.
5. Utilisez le ballon uniquement sur des surfaces plates.
6. Utilisez le produit uniquement comme prévu
7. ** Verrouillez fermement les roulettes avant d'effectuer des étirements ou des exercices avec la chaise**
8. ATTENTION: Le poids sur ce produit ne doit pas dépasser 150kg.
9. Veuillez noter que la température de l'air ambiant affectera la taille de la balle. Quand il fait froid, le ballon se dégonfle un peu, regonflez le si nécessaire. Quand il fait chaud, la taille du ballon augmentera un peu.

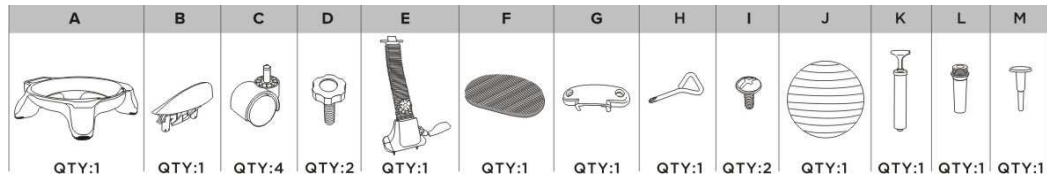
ENTRETIEN

1. Lors de l'utilisation sans la chaise, nettoyez l'espace de tout objet tranchant ou perçant qui pourrait endommager le ballon. Ne l'utilisez que sur des surfaces planes.
2. Evitez tout contact du ballon avec des surfaces rugueuses, pointues, ou abrasives et évitez la chaleur directe ou le plein soleil sur le ballon.
3. Evitez tout contact du ballon avec du papier journal ou tout autre matériau imprimé à l'encre ou de l'encre elle-même.
4. Lavez le ballon à la main avec un chiffon doux et de l'eau chaude savonneuse. N'utilisez pas de produit chimique abrasif ou agressif, ni d'éponge grattante qui pourrait endommager le ballon. Nettoyez la chaise avec un chiffon humide.
5. Quand vous utilisez le ballon dans la chaise, assurez-vous que toutes les pièces sont bien fixées et que le ballon est gonflé à la taille souhaitée. Regonflez le ballon si nécessaire.
6. Utilisez la chaise sur des surfaces planes et adaptées, dégagées de tout obstacle pour de meilleurs résultats.

NOTICE DE SECURITE

Avant de démarrer vos exercices, consultez votre médecin. Vous devez vous assurer que votre santé est en accord avec la pratique de ces exercices. Si vous ressentez le moindre inconfort pendant les exercices, arrêtez immédiatement et consultez votre médecin.

ELEMENTS DE LA CHAISE



ASSEMBLAGE DE LA CHAISE

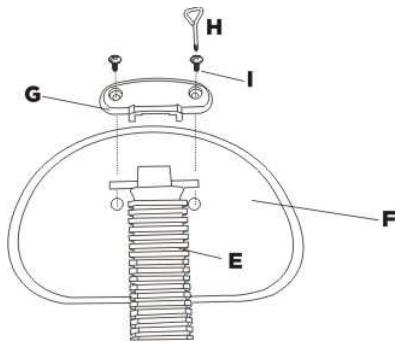
Phase 1

Mettez le châssis (A) à l'envers pour insérer les roues (C)



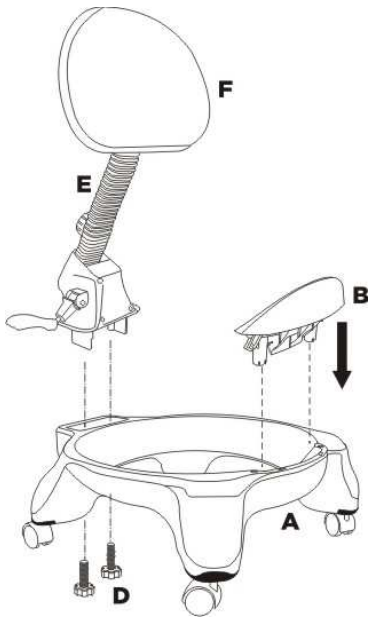
Phase 2

Insérer la partie (G) dans le dessus de la partie (E), mettez les 2 trous en face de ceux de la pièce (F) et utilisez l'outil (H) pour vissez fermement avec la pièce (I).



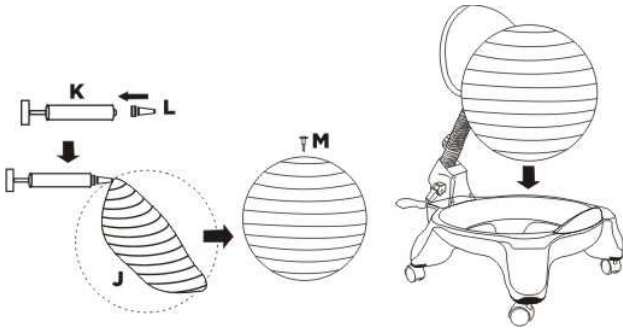
Phase 3

- Retournez la partie (A) avec les roues, insérez le dossier finalisé (E) + (G) + (F) dedans. Assemblez les deux parties avec 2 boulons fournis (D).
- Installez le support avant (B) dans le socle (A)



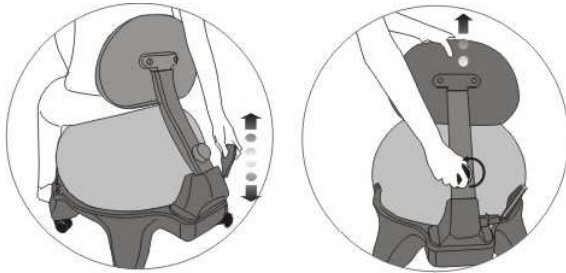
Phase 4

Gonflez le ballon jusqu'à la taille désirée et mettez-le dans la chaise.



Phase 5

Ajustez le dossier d'avant en arrière et en hauteur à la position souhaitée.



Remontez pour ajuster et descendre le levier pour verrouiller.