

VEVOR[®]

TOUGH TOOLS, HALF PRICE

Technical Support and E-Warranty Certificate www.vevor.com/support

AERIAL YOGA HAMMOCK

MODEL: YS01

We continue to be committed to provide you tools with competitive price.

"Save Half", "Half Price" or any other similar expressions used by us only represents an estimate of savings you might benefit from buying certain tools with us compared to the major top brands and does not necessarily mean to cover all categories of tools offered by us. You are kindly reminded to verify carefully when you are placing an order with us if you are actually saving half in comparison with the top major brands.

VEVOR®

TOUGH TOOLS, HALF PRICE

AERIAL YOGA HAMMOCK

MODEL: YS01



NEED HELP? CONTACT US!

Have product questions? Need technical support? Please feel free to contact us:

Technical Support and E-Warranty Certificate
www.vevor.com/support

This is the original instruction, please read all manual instructions carefully before operating. VEVOR reserves a clear interpretation of our user manual. The appearance of the product shall be subject to the product you received. Please forgive us that we won't inform you again if there are any technology or software updates on our product.

Thank you very much for choosing this Aerial Yoga Hammock . Please read all of the instructions before using it. The information will help you achieve the best possible results.

INTRODUCTION

Aerial Yoga Hammock is versatile and can be set up in many ways. Hung in a tree branch, swing set/playground, porches, gym equipment, exposed beams, and with the aid of ceiling hooks can go in any room of your house.

Caution: To avoid any potential physical harm, please consult with your healthcare professional to design an appropriate exercise prescription.

Legal Disclaimer: Yoga Swing assumes no liability for the structural strength of your supporting object. All use of Yoga Swing equipment is at your own risk. These instructions are an example of one of the ways you can install and use your Yoga Swing and will not be a safe set-up solution for everyone.



WARNING:

This product contains small parts. If swallowed, it will pose a choking hazard. Keep these small parts away from children when assembling!

SPECIFICATIONS

Model	YS01
Color	Dark green & white
Maximum load	660 lbs (about 300kg)
Material	Nylon
Product size	2.5x1.5 m

PART LIST



A . Hammock

B. Daisy Chains

C. U - Hook

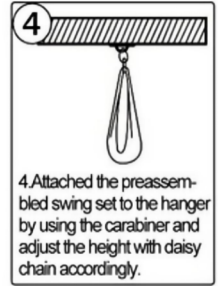
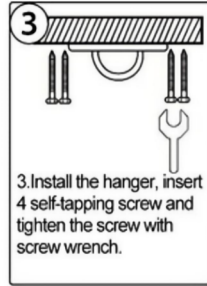
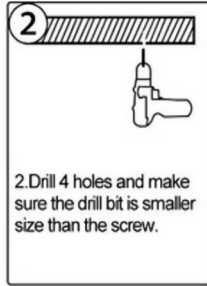
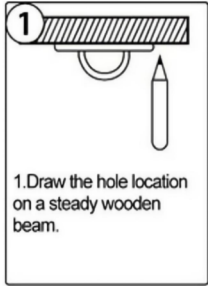
D. Expansion Screws

E. Storage Bag

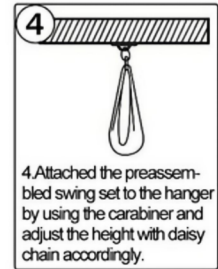
ASSEMBLY INSTRUCTIONS

Self-Tapping Screw Use on Wooden Ceiling

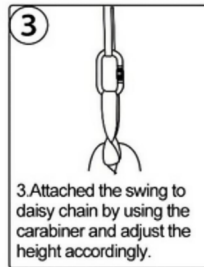
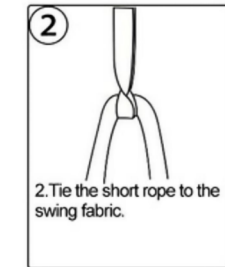
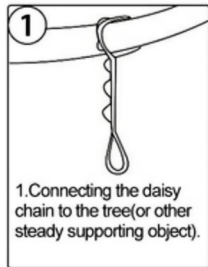
Wooden wall self-tapping screws are not included in the accessories, please purchase them yourself.



Expansion Screw Use on Concrete Ceiling



Outdoor Installation Guide - On the Tree etc



For more details
Check out Section C

For more details
Check out Section B

You can use ceiling hooks to attach to support beams, hang it from existing structures, trees, porches, at the gym or studio, wherever there is space and you feel comfortable. Remember to select or create a forgiving surface beneath. If you are employing ceiling hooks or bolts please install with caution. These fittings will need to take more than your full weight while you are in motion. We advise professional installation of any such weight bearing fittings.

WARNING: Do NOT attempt to attach the yoga swing on a structure you are uncertain about bearing your full weight on as this could result in serious injuries.

EXAMPLES OF USE

STRETCHES, POSES AND ASANAS ON THE WING YOGA SWING

Suspend your body mid-air using Yoga Swing to provide deeper inverted stretches.



Improves coordination, decompresses the spine, improves blood flow and strengthens the muscles.



You can enjoy your Yoga Swing in multiple and fun ways!



CLEANING AND MAINTENANCE

1. The product cannot be hung for outdoor use for a long time
2. The hammock can be removed regularly for cleaning and natural drying.

VEVOR[®]

TOUGH TOOLS, HALF PRICE

Technical Support and E-Warranty Certificate

www.vevor.com/support



Assistance technique et certificat de garantie électronique www.vevor.com/support

HAMAC DE YOGA AÉRIEN

MODÈLE : YS01

Nous continuons à nous engager à vous fournir des outils à des prix compétitifs.

« Économisez la moitié », « Moitié prix » ou toute autre expression similaire utilisée par nous ne représente qu'une estimation des économies que vous pourriez réaliser en achetant certains outils chez nous par rapport aux grandes marques et ne couvre pas nécessairement toutes les catégories d'outils que nous proposons.

Nous vous rappelons de bien vouloir vérifier soigneusement lorsque vous passez une commande chez nous si vous économisez réellement la moitié par rapport aux grandes marques.

VEVOR®
TOUGH TOOLS, HALF PRICE

HAMAC DE YOGA AÉRIEN

MODÈLE : YS01



BESOIN D'AIDE? CONTACTEZ-NOUS!

Vous avez des questions sur nos produits ? Vous avez besoin d'assistance technique ?
N'hésitez pas

à nous contacter : Assistance technique et certificat de garantie
électronique www.vevor.com/support

Il s'agit de la notice d'utilisation d'origine. Veuillez lire attentivement toutes les instructions du manuel avant de l'utiliser. VEVOR se réserve le droit d'interpréter clairement notre manuel d'utilisation. L'apparence du produit dépend du produit que vous avez reçu. Veuillez nous excuser, nous ne vous informerons plus en cas de mise à jour technologique ou logicielle de notre produit.

Merci beaucoup d'avoir choisi ce hamac de yoga aérien. Veuillez lire toutes les instructions avant de l'utiliser. Les informations vous aideront obtenir les meilleurs résultats possibles.

INTRODUCTION

Le hamac de yoga aérien est polyvalent et peut être installé de nombreuses façons. Accroché à une branche d'arbre, à une balançoire/aire de jeux, à un porche, à un équipement de gymnastique, à des poutres apparentes et à l'aide de crochets de plafond, il peut être placé dans n'importe quelle pièce de votre maison.

Attention : Pour éviter tout dommage physique potentiel, veuillez consulter votre professionnel de la santé pour concevoir une prescription d'exercice appropriée.

Avis de non-responsabilité juridique : Yoga Swing n'assume aucune responsabilité quant à la solidité structurelle de votre objet de support. Toute utilisation de l'équipement Yoga Swing se fait à vos propres risques. Ces instructions sont un exemple d'une des façons dont vous pouvez installer et utiliser votre Yoga Swing et ne constitueront pas une solution d'installation sûre pour tout le monde.



AVERTISSEMENT:

Ce produit contient de petites pièces. En cas d'ingestion, il existe un risque d'étouffement.

Gardez ces petites pièces hors de portée des enfants lors du montage !

CARACTÉRISTIQUES

Modèle	YS01
Couleur	Vert foncé et blanc
Charge maximale	660 livres (environ 300 kg)
Matériel	Nylon
Taille du produit	2,5 x 1,5 m

LISTE DES PIÈCES



A. Hamac

B. Guirlandes

C. U - Crochet

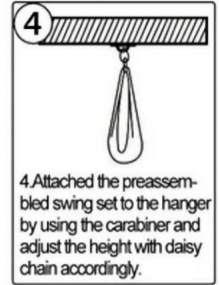
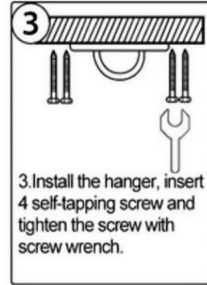
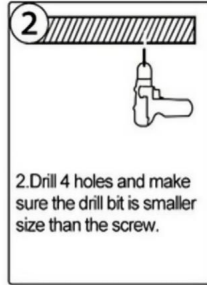
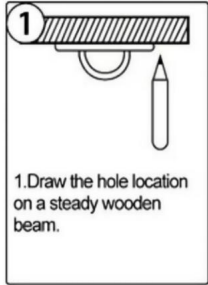
D. Vis d'expansion

E. Sac
de rangement

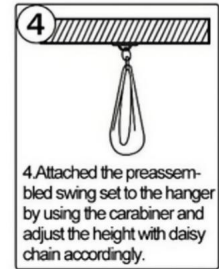
INSTRUCTIONS DE MONTAGE

Self-Tapping Screw Use on Wooden Ceiling

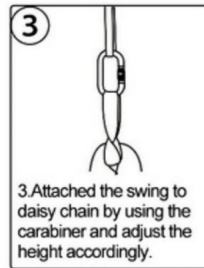
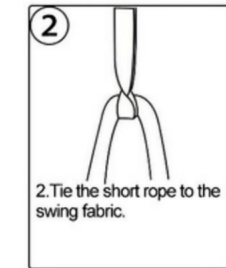
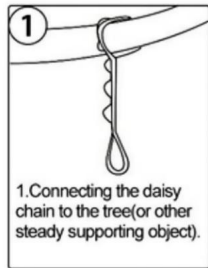
Les vis autotaraudeuses pour murs en bois ne sont pas incluses dans les accessoires, veuillez les acheter vous-même.



Expansion Screw Use on Concrete Ceiling



Outdoor Installation Guide - On the Tree etc



For more details
Check out Section C

For more details
Check out Section B

Vous pouvez utiliser des crochets de plafond pour les fixer aux poutres de support, les suspendre à des structures existantes, des arbres, des porches, à la salle de sport ou au studio, partout où il y a de l'espace et où vous vous sentez à l'aise. N'oubliez pas de sélectionner ou de créer une surface tolérante en dessous. Si vous utilisez des crochets ou des boulons de plafond, installez-les avec précaution. Ces fixations devront supporter plus que votre poids total lorsque vous êtes en mouvement. Nous conseillons l'installation professionnelle de ces fixations porteuses de poids.

AVERTISSEMENT : N'essayez PAS de fixer la balançoire de yoga sur une structure sur laquelle vous n'êtes pas sûr de pouvoir supporter tout votre poids, car cela pourrait entraîner des blessures graves.

EXEMPLES D'UTILISATION

ÉTIREMENTS, POSTES ET ASANAS SUR LE WING YOGA SWING

Suspendez votre corps dans les airs en utilisant Yoga Swing pour fournir des étirements inversés plus profonds.



Améliore la coordination, décompresse la colonne vertébrale, améliore la circulation sanguine et renforce les muscles.



Vous pouvez profiter de votre Yoga Swing de multiples façons amusantes !



NETTOYAGE ET ENTRETIEN

1. Le produit ne peut pas être suspendu pour une utilisation à l'extérieur pendant une longue période. 2. Le hamac peut être retiré régulièrement pour le nettoyage et le séchage naturel.

VEVOR[®]

TOUGH TOOLS, HALF PRICE

Assistance technique et certificat de garantie
électronique www.vevor.com/support



Technischer Support und E-Garantie-Zertifikat www.vevor.com/support

AERIAL YOGA HÄNGEMATTE

MODELL: YS01

Wir sind weiterhin bestrebt, Ihnen Werkzeuge zu wettbewerbsfähigen Preisen anzubieten.

„Sparen Sie die Hälfte“, „Halber Preis“ oder andere ähnliche Ausdrücke, die wir verwenden, stellen nur eine Schätzung der Ersparnis dar, die Sie beim Kauf bestimmter Werkzeuge bei uns im Vergleich zu den großen Topmarken erzielen können, und decken nicht unbedingt alle von uns angebotenen Werkzeugkategorien ab. Wir möchten Sie freundlich daran erinnern, bei Ihrer Bestellung bei uns sorgfältig zu prüfen, ob Sie im Vergleich zu den großen Topmarken tatsächlich die Hälfte sparen.

VEVOR®
TOUGH TOOLS, HALF PRICE

AERIAL YOGA HÄNGEMATTE

MODELL: YS01



Brauchen Sie Hilfe? Kontaktieren Sie uns!

Haben Sie Fragen zum Produkt? Benötigen Sie technischen Support? Bitte kontaktieren Sie uns:

Technischer Support und E-Garantie-Zertifikat www.vevor.com/support

Dies ist die Originalanleitung. Bitte lesen Sie alle Anweisungen sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät in Betrieb nehmen. VEVOR behält sich eine klare Auslegung unserer Bedienungsanleitung vor. Das Erscheinungsbild des Produkts richtet sich nach dem Produkt, das Sie erhalten haben. Bitte verzeihen Sie uns, dass wir Sie nicht erneut informieren, wenn es Technologie- oder Software-Updates für unser Produkt gibt.

Vielen Dank, dass Sie sich für diese Aerial Yoga Hängematte entschieden haben.

Bitte lesen Sie alle Anweisungen, bevor Sie sie verwenden. Die Informationen helfen Ihnen um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen.

EINFÜHRUNG

Aerial Yoga Hängematten sind vielseitig und können auf viele Arten aufgestellt werden. Sie können an einem Ast, einer Schaukel/einem Spielplatz, einer Veranda, einem Fitnessgerät oder freiliegenden Balken aufgehängt werden und sind mit Hilfe von Deckenhaken in jedem Raum Ihres Hauses einsetzbar.

Achtung: Um mögliche körperliche Schäden zu vermeiden, konsultieren Sie bitte Ihren Gesundheitsexperten, um ein geeignetes Trainingsprogramm auszuarbeiten.

Rechtlicher Hinweis: Yoga Swing übernimmt keine Haftung für die strukturelle Stabilität Ihres Trägerobjekts. Die Nutzung der Yoga Swing-Ausrüstung erfolgt auf eigene Gefahr. Diese Anleitung ist ein Beispiel für eine der Möglichkeiten, wie Sie Ihre Yoga Swing installieren und verwenden können, und stellt nicht für jeden eine sichere Aufstellungslösung dar.



WARNUNG:

Dieses Produkt enthält Kleinteile. Bei Verschlucken besteht Erstickungsgefahr.

Halten Sie diese Kleinteile beim Zusammenbau von Kindern fern!

Spezifikationen

Modell	YS01
Farbe	Dunkelgrün & Weiß
Maximale Belastung	660 lbs (ca. 300 kg)
Material	Nylon
Produktgröße	2,5x1,5 m

TEILELISTE



A. Hängematte

B. Daisy Chains **E.**

C. U - Haken

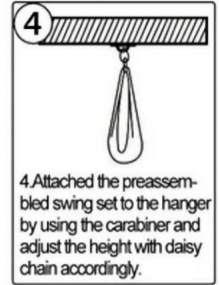
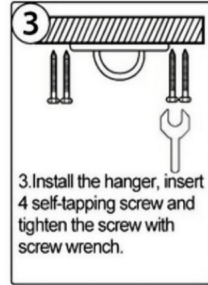
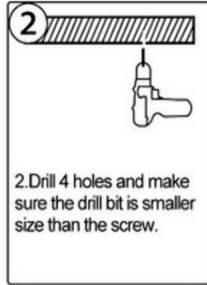
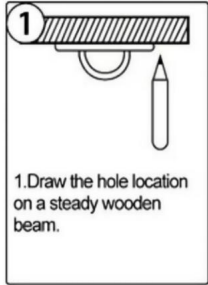
D. Dehnschrauben

Aufbewahrungstasche

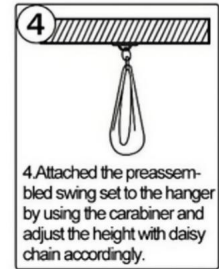
MONTAGEANLEITUNG

Self-Tapping Screw Use on Wooden Ceiling

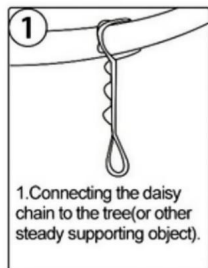
Holzwand-Blechschraben sind nicht im Zubehör enthalten, bitte kaufen Sie diese selbst.



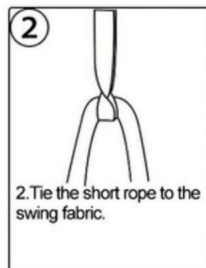
Expansion Screw Use on Concrete Ceiling



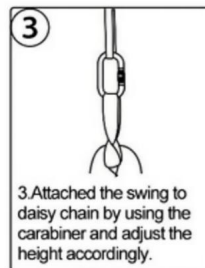
Outdoor Installation Guide - On the Tree etc



For more details
Check out Section C



For more details
Check out Section B



Sie können Deckenhaken verwenden, um sie an Stützbalken zu befestigen, sie an vorhandenen Strukturen, Bäumen, Veranden, im Fitnessstudio oder Studio aufzuhängen, wo auch immer Platz ist und Sie sich wohl fühlen. Denken Sie daran, eine nachgiebige Oberfläche darunter auszuwählen oder zu schaffen. Wenn Sie Deckenhaken oder -bolzen verwenden, gehen Sie bei der Installation bitte vorsichtig vor. Diese Befestigungen müssen mehr als Ihr gesamtes Gewicht aushalten, während Sie in Bewegung sind. Wir empfehlen die professionelle Installation solcher gewichtstragenden Befestigungen.

WARNUNG: Versuchen Sie NICHT, die Yoga-Schaukel an einem
Strukturen, bei denen Sie sich nicht sicher sind, ob Sie Ihr gesamtes Gewicht darauf ausüben,
da dies zu schweren Verletzungen führen könnte.

Anwendungsbeispiele

DEHNÜBUNGEN, POSEN UND ASANAS AUF DER WING YOGA SWING

Lassen Sie Ihren Körper mit dem Yoga Swing in der Luft schweben, um tiefere Umkehrdehnungen zu erreichen.



Verbessert die Koordination, entlastet die Wirbelsäule, fördert die Durchblutung und stärkt die Muskulatur.



Sie können Ihren Yoga Swing auf vielfältige und unterhaltsame Weise genießen!



REINIGUNG UND WARTUNG

1. Das Produkt kann nicht für längere Zeit im Freien aufgehängt werden. 2. Die Hängematte kann regelmäßig zum Reinigen und natürlichen Trocknen abgenommen werden.

VEVOR[®]

TOUGH TOOLS, HALF PRICE

Technischer Support und E-Garantie-Zertifikat

www.vevor.com/support



Supporto tecnico e certificato di garanzia elettronica www.vevor.com/support

AMACA YOGA AEREA

MODELLO: YS01

Continuiamo a impegnarci per fornirvi strumenti a prezzi competitivi.

"Risparmia la metà", "Metà prezzo" o qualsiasi altra espressione simile da noi utilizzata rappresenta solo una stima del risparmio che potresti ottenere acquistando determinati utensili con noi rispetto ai principali marchi principali e non significa necessariamente coprire tutte le categorie di utensili da noi offerti. Ti ricordiamo gentilmente di verificare attentamente quando effettui un ordine con noi se stai effettivamente risparmiando la metà rispetto ai principali marchi principali.

VEVOR®
TOUGH TOOLS, HALF PRICE

AMACA YOGA AEREA

MODELLO: YS01



HAI BISOGNO DI AIUTO? CONTATTACI!

Hai domande sul prodotto? Hai bisogno di supporto tecnico? Non esitare a contattarci:

Supporto

**tecnico e certificato di garanzia elettronica [www.vevor.com/](http://www.vevor.com/support)
support**

Questa è l'istruzione originale, si prega di leggere attentamente tutte le istruzioni del manuale prima di utilizzare. VEVOR si riserva una chiara interpretazione del nostro manuale utente. L'aspetto del prodotto sarà soggetto al prodotto ricevuto. Vi preghiamo di perdonarci se non vi informeremo di nuovo se ci sono aggiornamenti tecnologici o software sul nostro prodotto.

Grazie mille per aver scelto questa Aerial Yoga Hammock. Si prega di leggere tutte le istruzioni prima di utilizzarla. Le informazioni ti aiuteranno ottenere i migliori risultati possibili.

INTRODUZIONE

Aerial Yoga Hammock è versatile e può essere installato in molti modi. Appeso a un ramo di un albero, a un'altalena/parco giochi, a portici, attrezzature da palestra, travi a vista e con l'ausilio di ganci a soffitto può essere posizionato in qualsiasi stanza della casa.

Attenzione: per evitare qualsiasi potenziale danno fisico, consultare il proprio professionista sanitario per elaborare una prescrizione di esercizi appropriata.

Disclaimer legale: Yoga Swing non si assume alcuna responsabilità per la resistenza strutturale del tuo oggetto di supporto. Ogni utilizzo dell'attrezzatura Yoga Swing è a tuo rischio e pericolo. Queste istruzioni sono un esempio di uno dei modi in cui puoi installare e utilizzare il tuo Yoga Swing e non saranno una soluzione di installazione sicura per tutti.



AVVERTIMENTO:

Questo prodotto contiene piccole parti. Se ingerito, potrebbe rappresentare un rischio di soffocamento. Durante il montaggio, tenere queste piccole parti lontano dalla portata dei bambini!

SPECIFICHE

Modello	YS01
Colore	Verde scuro e bianco
Carico massimo	660 libbre (circa 300 kg)
Materiale	Nylon
Dimensioni del prodotto	2,5x1,5 metri

ELENCO DEI PEZZI



A. Amaca

B. Catene a margherita

C. U - Gancio

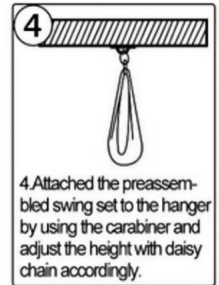
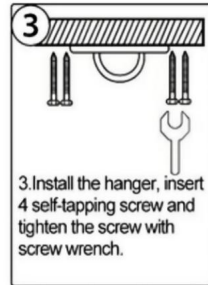
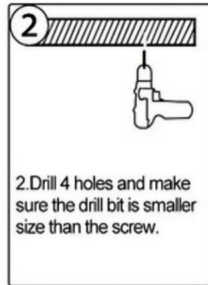
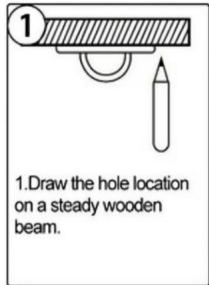
D. Viti di espansione

E. Borsa portaoggetti

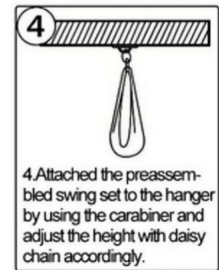
ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

Self-Tapping Screw Use on Wooden Ceiling

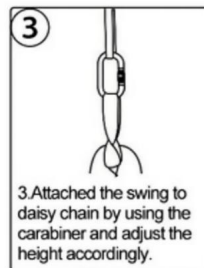
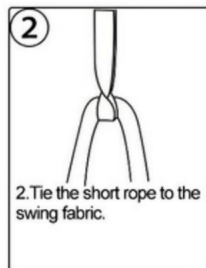
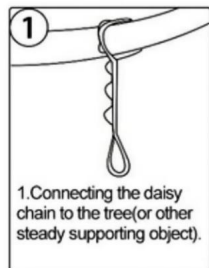
Le viti autofilettanti per pareti in legno non sono incluse negli accessori, si prega di acquistarle autonomamente.



Expansion Screw Use on Concrete Ceiling



Outdoor Installation Guide - On the Tree etc



For more details
Check out Section C

For more details
Check out Section B

Puoi usare ganci a soffitto per fissarlo a travi di supporto, appenderlo a strutture esistenti, alberi, portici, in palestra o in studio, ovunque ci sia spazio e ti senti a tuo agio. Ricordati di selezionare o creare una superficie tollerante sotto. Se stai usando ganci o bulloni a soffitto, installali con cautela. Questi raccordi dovranno sostenere più del tuo peso totale mentre sei in movimento. Consigliamo l'installazione professionale di tali raccordi portanti.

ATTENZIONE: *NON tentare di fissare l'altalena yoga su un struttura su cui non sei sicuro di poter sostenere tutto il tuo peso poiché ciò potrebbe causare gravi lesioni.*

ESEMPI DI UTILIZZO

STRETCHING, POSIZIONI E ASANA SULL'ALA YOGA SWING

Sospendi il corpo a mezz'aria utilizzando Yoga Swing per ottenere allungamenti invertiti più profondi.



Migliora la coordinazione, deprime la colonna vertebrale, migliora il flusso sanguigno e rafforza i muscoli.



Puoi divertirti con lo Yoga Swing in tantissimi modi diversi!



PULIZIA E MANUTENZIONE

1. Il prodotto non può essere appeso all'esterno per un lungo periodo di tempo.
2. L'amaca può essere rimossa regolarmente per la pulizia e l'asciugatura naturale.

VEVOR[®]

TOUGH TOOLS, HALF PRICE

**Supporto tecnico e certificato di garanzia
elettronica www.vevor.com/support**



Soporte técnico y certificado de garantía electrónica www.vevor.com/support

HAMACA DE YOGA AÉREA

MODELO: YS01

Seguimos comprometidos a brindarle herramientas a precios competitivos.

"Ahorre la mitad", "mitad de precio" o cualquier otra expresión similar que utilicemos solo representa una estimación del ahorro que podría obtener al comprar ciertas herramientas con nosotros en comparación con las principales marcas y no necesariamente significa que cubra todas las categorías de herramientas que ofrecemos. Le recordamos que, al realizar un pedido con nosotros, verifique cuidadosamente si realmente está ahorrando la mitad en comparación con las principales marcas.

VEVOR®
TOUGH TOOLS, HALF PRICE

HAMACA DE YOGA AÉREA

MODELO: YS01



¿NECESITA AYUDA? ¡CONTÁCTENOS!

¿Tiene preguntas sobre el producto? ¿Necesita asistencia técnica? No dude en ponerse en contacto con

nosotros: Asistencia técnica y certificado de garantía electrónica
www.vevor.com/support

Estas son las instrucciones originales, lea atentamente todas las instrucciones del manual antes de utilizar el producto. VEVOR se reserva una interpretación clara de nuestro manual de usuario. La apariencia del producto estará sujeta al producto que recibió. Perdónenos por no informarle nuevamente si hay actualizaciones de tecnología o software en nuestro producto.

Muchas gracias por elegir esta hamaca de yoga aérea. Lea todas las instrucciones antes de usarla. La información le ayudará. Conseguir los mejores resultados posibles.

INTRODUCCIÓN

La hamaca de yoga aérea es versátil y se puede instalar de muchas maneras. Se puede colgar de la rama de un árbol, de un columpio o de un patio de juegos, en porches, en equipos de gimnasio, en vigas expuestas y, con la ayuda de ganchos para el techo, se puede colocar en cualquier habitación de la casa.

Precaución: Para evitar posibles daños físicos, consulte con su médico. Profesional de la salud para diseñar una prescripción de ejercicio adecuada.

Aviso legal: Yoga Swing no asume ninguna responsabilidad por la resistencia estructural del objeto de apoyo. Todo uso del equipo de Yoga Swing se realiza bajo su propio riesgo. Estas instrucciones son un ejemplo de una de las formas en que puede instalar y utilizar su Yoga Swing y no serán una solución de instalación segura para todos.



ADVERTENCIA:

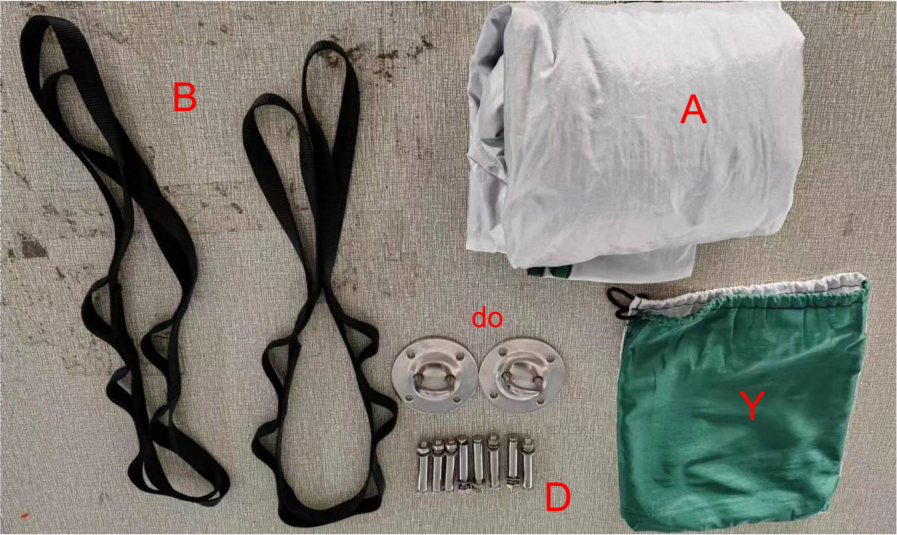
Este producto contiene piezas pequeñas. Si se ingieren, pueden provocar asfixia.

¡Mantenga estas piezas pequeñas fuera del alcance de los niños durante el montaje!

PRESUPUESTO

Modelo	YS01
Color	Verde oscuro y blanco
Carga máxima	660 libras (aproximadamente 300 kg)
Material	Nylon
Tamaño del producto	2,5 x 1,5 m

LISTA DE PIEZAS

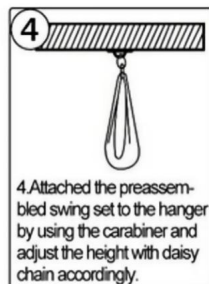
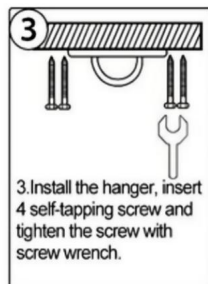
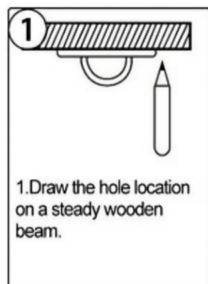


- A. Hamaca
- B. Cadenas de margaritas
- C. U - Gancho
- D. Tornillos de expansión
- E. Bolsa de almacenamiento

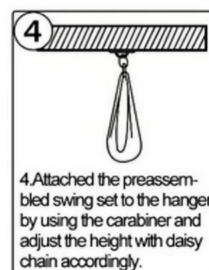
INSTRUCCIONES DE MONTAJE

Self-Tapping Screw Use on Wooden Ceiling

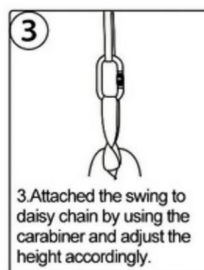
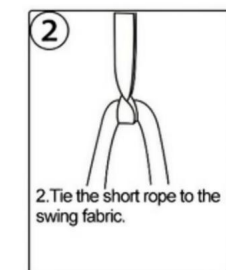
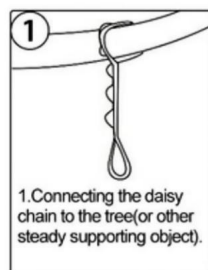
Los tornillos autorroscantes para pared de madera no están incluidos en los accesorios, cómprelos usted mismo.



Expansion Screw Use on Concrete Ceiling



Outdoor Installation Guide - On the Tree etc



For more details
Check out Section C

For more details
Check out Section B

Puedes usar ganchos de techo para sujetarlo a vigas de soporte, colgarlo de estructuras existentes, árboles, porches, en el gimnasio o estudio, donde haya espacio y te sientas cómodo. Recuerda seleccionar o crear una superficie que sea tolerante debajo. Si estás usando ganchos o pernos de techo, instálalos con cuidado. Estos accesorios deberán soportar más que tu peso total mientras estás en movimiento. Recomendamos la instalación profesional de cualquier accesorio que soporte peso.

ADVERTENCIA: NO intente colocar el columpio de yoga en un estructura sobre la que no está seguro de poder soportar todo su peso ya que esto podría ocasionar lesiones graves.

EJEMPLOS DE USO

ESTIRAMIENTOS, POSTURAS Y ASANAS EN EL WING YOGA SWING

Suspenda su cuerpo en el aire utilizando Yoga Swing para proporcionar estiramientos invertidos más profundos.



Mejora la coordinación, descomprime la columna, mejora el flujo sanguíneo y fortalece los músculos.



¡Podrás disfrutar de tu Yoga Swing de múltiples y divertidas maneras!



LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

1. El producto no se puede colgar para uso al aire libre durante mucho tiempo. 2. La hamaca se puede quitar periódicamente para limpiarla y secarla de forma natural.

VEVOR[®]

TOUGH TOOLS, HALF PRICE

Soporte técnico y certificado de garantía
electrónica www.vevor.com/support



Wsparcie techniczne i certyfikat gwarancji elektronicznej www.vevor.com/support

HAMAK DO JOGI POWIETRZNEJ

MODEL: YS01

Nadal staramy się oferować Państwu narzędzia w konkurencyjnych cenach.

„Oszczędź połowę”, „Połowa ceny” lub inne podobne wyrażenia używane przez nas stanowią jedynie szacunkowe oszczędności, jakie możesz uzyskać, kupując u nas określone narzędzia w porównaniu z głównymi markami i niekoniecznie oznaczają one objęcie wszystkich kategorii narzędzi oferowanych przez nas. Uprzejmie przypominamy, aby dokładnie sprawdzić, czy składając u nas zamówienie faktycznie oszczędzasz połowę w porównaniu z głównymi markami.

VEVOR®
TOUGH TOOLS, HALF PRICE

HAMAK DO JOGI POWIETRZNEJ

MODEL: YS01



POTRZEBUJESZ POMOCY? SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI!!

Masz pytania dotyczące produktu? Potrzebujesz wsparcia technicznego? Skontaktuj się z nami: Wsparcie

techniczne i certyfikat E-Gwarancji www.vevor.com/support

To jest oryginalna instrukcja, przed użyciem należy uważnie przeczytać wszystkie instrukcje. VEVOR zastrzega sobie jasną interpretację naszej instrukcji obsługi. Wygląd produktu będzie zależał od produktu, który otrzymałeś. Prosimy o wybaczenie, że nie poinformujemy Cię ponownie, jeśli w naszym produkcie pojawią się jakiekolwiek aktualizacje technologiczne lub oprogramowania.

Dziękujemy bardzo za wybranie tego hamaka do aerial jogi. Przed użyciem przeczytaj wszystkie instrukcje. Informacje te pomogą Ci osiągnąć najlepsze możliwe rezultaty.

WSTĘP

Aerial Yoga Hammock jest wszechstronny i można go rozstawić na wiele sposobów. Zawieszony na gałęzi drzewa, huśtawce/placu zabaw, ganku, sprężcie do ćwiczeń, odsłoniętych belkach, a za pomocą haków sufitowych można go umieścić w dowolnym pomieszczeniu domu.

Ostrzeżenie: Aby uniknąć potencjalnych obrażeń fizycznych, skonsultuj się z lekarzem. pracownika służby zdrowia w celu opracowania odpowiedniego planu ćwiczeń.

Zastrzeżenie prawne: Yoga Swing nie ponosi żadnej odpowiedzialności za wytrzymałość konstrukcyjną Twojego obiektu podtrzymującego. Wszelkie korzystanie ze sprzętu Yoga Swing odbywa się na Twoje własne ryzyko. Niniejsze instrukcje są przykładem jednego ze sposobów instalacji i użytkowania Yoga Swing i nie będą bezpiecznym rozwiązaniem dla każdego.



OSTRZEŻENIE:

Ten produkt zawiera małe części. W przypadku połknięcia istnieje ryzyko zadławienia. Podczas montażu trzymaj te małe części poza zasięgiem dzieci!

SPECYFIKACJE

Model	YS01
Kolor	Ciemnozielony i biały
Maksymalne obciążenie	660 funtów (około 300 kg)
Tworzywo	Nylon
Rozmiar produktu	2,5x1,5m

LISTA CZĘŚCI



A. Hamak

B. Łańcuchy stokrotek E.

C. U - Hak

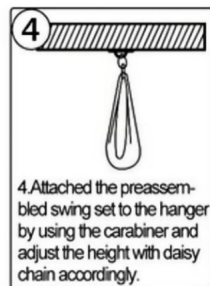
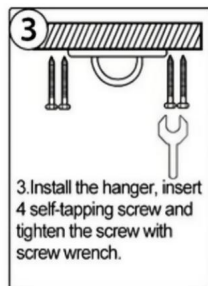
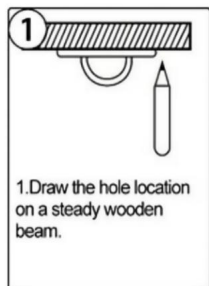
D. Śruby rozprężne

Torba do przechowywania

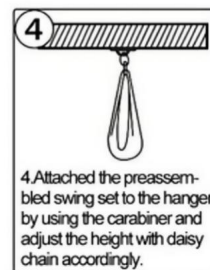
INSTRUKCJA MONTAŻU

Self-Tapping Screw Use on Wooden Ceiling

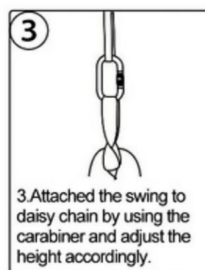
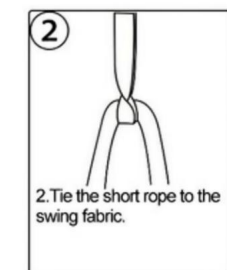
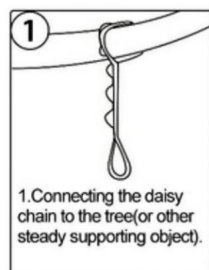
Wkręty samogwintujące do ścian drewnianych nie wchodzą w skład akcesoriów, należy zakupić je samodzielnie.



Expansion Screw Use on Concrete Ceiling



Outdoor Installation Guide - On the Tree etc



For more details
Check out Section C

For more details
Check out Section B

Możesz użyć haków sufitowych, aby przymocować je do belek nośnych, zawiesić je na istniejących konstrukcjach, drzewach, gankach, na siłowni lub w studiu, gdziekolwiek jest przestrzeń i czujesz się komfortowo. Pamiętaj, aby wybrać lub stworzyć wyrozumiałą powierzchnię pod spodem. Jeśli używasz haków sufitowych lub śrub, zamontuj je ostrożnie. Te mocowania będą musiały unieść więcej niż Twój pełny ciężar, gdy będziesz w ruchu. Zalecamy profesjonalną instalację wszelkich takich mocowań nośnych.

OSTRZEŻENIE: NIE próbuj mocować huśtawki do jogi do konstrukcja, na którą nie masz pewności, czy będziesz w stanie unieść cały swój ciężar, ponieważ może to spowodować poważne obrażenia.

PRZYKŁADY ZASTOSOWANIA

ROZCIĄGANIE, POZYCJE I ASANY NA WING YOGA SWING

Zawieś ciało w powietrzu, używając Yoga Swing, aby wykonać głębsze rozciąganie w pozycji odwróconej.



Poprawia koordynację, odciąża kręgosłup, poprawia przepływ krwi i wzmacnia mięśnie.



Możesz cieszyć się jogą na wiele przyjemnych sposobów!



CZYSZCZENIE I KONSERWACJA

1. Produktu nie można wieszać na zewnątrz przez dłuższy czas. 2. Hamak można regularnie zdejmować w celu czyszczenia i naturalnego suszenia.

VEVOR[®]

TOUGH TOOLS, HALF PRICE

Wsparcie techniczne i certyfikat gwarancji
elektronicznej www.vevor.com/support



Technische ondersteuning en e-garantiecertificaat www.vevor.com/support

LUCHT YOGA HANGMAT

MODEL: YS01

Wij streven er voortdurend naar om u gereedschappen tegen concurrerende prijzen te leveren.

"Save Half", "Half Price" of andere soortgelijke uitdrukkingen die wij gebruiken, geven alleen een schatting weer van de besparingen die u kunt behalen door bepaalde gereedschappen bij ons te kopen in vergelijking met de grote topmerken en betekent niet noodzakelijkerwijs dat alle categorieën gereedschappen die wij aanbieden, worden gedekt.

Wij herinneren u eraan om zorgvuldig te controleren of u daadwerkelijk de helft bespaart in vergelijking met de grote topmerken wanneer u een bestelling bij ons plaatst.

VEVOR®
TOUGH TOOLS, HALF PRICE

LUCHT YOGA HANGMAT

MODEL: YS01



HULP NODIG? NEEM CONTACT MET ONS OP!

Heeft u vragen over het product? Heeft u technische ondersteuning nodig? Neem dan gerust contact met

ons op: **Technische ondersteuning en E-garantiecertificaat**
www.vevor.com/support

Dit is de originele instructie, lees alle handleidingen zorgvuldig door voordat u het product gebruikt. VEVOR behoudt zich een duidelijke interpretatie van onze gebruikershandleiding voor. Het uiterlijk van het product is afhankelijk van het product dat u hebt ontvangen. Vergeef ons dat we u niet opnieuw zullen informeren als er technologie- of software-updates voor ons product zijn.

Hartelijk dank voor het kiezen van deze Aerial Yoga Hangmat. Lees alle instructies voordat u deze gebruikt. De informatie zal u helpen om de best mogelijke resultaten te behalen.

INVOERING

Aerial Yoga Hammock is veelzijdig en kan op veel manieren worden opgezet. Opgehangen in een boomtak, schommelset/speelplaats, veranda's, fitnessapparatuur, zichtbare balken en met behulp van plafondhaken kan het in elke kamer van uw huis worden geplaatst.

Let op: Om mogelijk lichamelijk letsel te voorkomen, dient u contact op te nemen met uw een zorgverlener om een passend bewegingsvoorschrift op te stellen.

Juridische disclaimer: Yoga Swing aanvaardt geen aansprakelijkheid voor de structurele sterkte van uw ondersteunende object. Alle gebruik van Yoga Swing-apparatuur is op eigen risico. Deze instructies zijn een voorbeeld van een van de manieren waarop u uw Yoga Swing kunt installeren en gebruiken en zullen geen veilige oplossing zijn voor iedereen.



WAARSCHUWING:

Dit product bevat kleine onderdelen. Bij inslikken kan er verstikkingsgevaar ontstaan.

Houd deze kleine onderdelen buiten bereik van kinderen tijdens de montage!

SPECIFICATIES

Model	YS01
Kleur	Donkergroen en wit
Maximale belasting	660 lbs (ongeveer 300 kg)
Materiaal	Nylon
Productgrootte	2,5x1,5 meter

ONDERDELENLIJST



Een hangmat

B. Daisy Chains **E.**

C. U - Haak

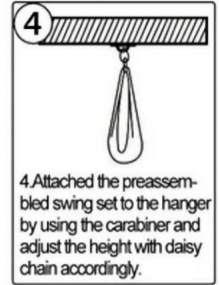
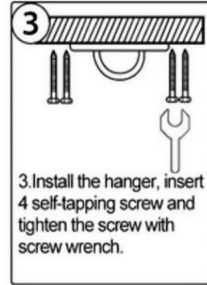
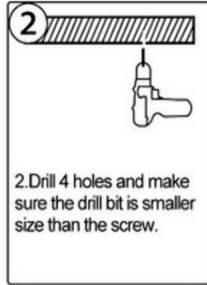
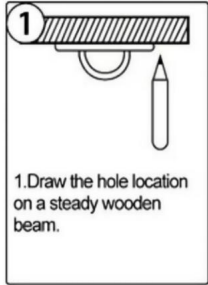
D. Expansieschroeven

Opbergzak

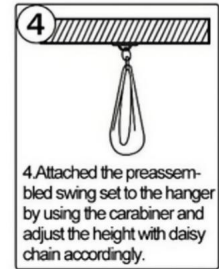
MONTAGE-INSTRUCTIES

Self-Tapping Screw Use on Wooden Ceiling

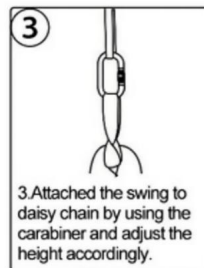
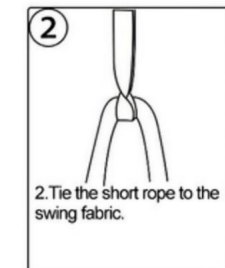
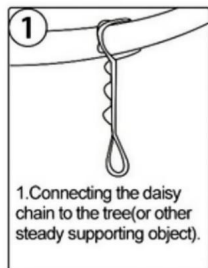
Zelftappende schroeven voor houten wanden zijn niet bij de accessoires inbegrepen. Deze dient u zelf aan te schaffen.



Expansion Screw Use on Concrete Ceiling



Outdoor Installation Guide - On the Tree etc



For more details
Check out Section C

For more details
Check out Section B

U kunt plafondhaken gebruiken om te bevestigen aan steunbalken, het op te hangen aan bestaande structuren, bomen, veranda's, in de sportschool of studio, waar dan ook waar ruimte is en u zich prettig voelt. Vergeet niet om een vergevingsgezind oppervlak eronder te selecteren of te creëren. Als u plafondhaken of bouten gebruikt, installeer deze dan met voorzichtigheid. Deze fittingen moeten meer dan uw volledige gewicht kunnen dragen terwijl u beweegt. Wij adviseren professionele installatie van dergelijke gewichtdragende fittingen.

WAARSCHUWING: *Probeer de yogaschommel NIET aan een constructie waarvan u niet zeker weet of u uw volledige gewicht erop kunt dragen, omdat dit tot ernstig letsel kan leiden.*

VOORBEELDEN VAN GEBRUIK

STRETCHES, HOUDINGEN EN ASANA'S OP DE WING YOGA SWING

Houd je lichaam in de lucht met behulp van Yoga Swing voor diepere, omgekeerde strekoefeningen.



Verbeterd de coördinatie, vermindert de druk op de wervelkolom, verbetert de bloedstroom en versterkt de spieren.



Je kunt op verschillende leuke manieren genieten van Yoga Swing!



REINIGING EN ONDERHOUD

1. Het product kan niet langdurig buiten worden opgehangen. 2. De hangmat kan regelmatig worden verwijderd om te worden schoongemaakt en natuurlijk te drogen.

VEVOR[®]

TOUGH TOOLS, HALF PRICE

Technische ondersteuning en e-
garantiecertificaat www.vevor.com/support



Teknisk support och e-garanticertifikat www.vevor.com/support

AERIAL YOGA HÄNGMÖJA

MODELL: YS01

Vi fortsätter att vara engagerade i att ge dig verktyg till konkurrenskraftiga priser.

"Spara hälften", "halva priset" eller andra liknande uttryck som används av oss representerar bara en uppskattning av besparingar du kan dra nytta av att köpa vissa verktyg hos oss jämfört med de stora toppmärkena och betyder inte nödvändigtvis att täcka alla kategorier av verktyg som erbjuds av oss. Du påminns vänligen om att noggrant kontrollera när du gör en beställning hos oss om du faktiskt sparar hälften i jämförelse med de främsta stora varumärkena.

VEVOR®
TOUGH TOOLS, HALF PRICE

AERIAL YOGA HÄNGMÖJA

MODELL: YS01



BEHÖVER HJÄLP? KONTAKTA OSS!

Har du produktfrågor? Behöver du teknisk support? Kontakta oss gärna: **Teknisk support och e-**
garanticertifikat www.vevor.com/support

Detta är den ursprungliga instruktionen, läs alla instruktioner noggrant innan du använder den. VEVOR reserverar sig för en tydlig tolkning av vår användarmanual. Utseendet på produkten är beroende av den produkt du fått. Ursäkt oss att vi inte kommer att informera dig igen om det finns någon teknik eller mjukvaruuppdateringar på vår produkt.

Tack så mycket för att du valde denna Aerial Yoga Hammock. Läs alla instruktioner innan du använder den. Informationen hjälper dig uppnå bästa möjliga resultat.

INTRODUKTION

Aerial Yoga Hammock är mångsidig och kan sättas upp på många sätt. Hängs i en trädgren, gungställning/lekplats, verandor, gymutrustning, synliga takbjälkar och kan med hjälp av takkrokar gå i vilket rum som helst i ditt hus.

Varning: För att undvika eventuella fysiska skador, vänligen rådfråga din vårdpersonal att utforma ett lämpligt träningsrecept.

Juridisk ansvarsfriskrivning: Yoga Swing tar inget ansvar för den strukturella styrkan hos ditt stödjande föremål. All användning av Yoga Swing-utrustning sker på egen risk. Dessa instruktioner är ett exempel på ett av sätten du kan installera och använda din Yoga Swing och kommer inte att vara en säker installationslösning för alla.



VARNING:

Denna produkt innehåller små delar. Om den sväljs kommer den att utgöra en kvävningsrisk. Håll dessa små delar borta från barn när du monterar dem!

SPECIFIKATIONER

Modell	YS01
Färg	Mörkgrön & vit
Maximal belastning	660 lbs (cirka 300 kg)
Material	Nylon
Produktstorlek	2,5x1,5 m

DELLISTA



A . Hängmatta

B. Daisy Chains E.

C. U - Krok

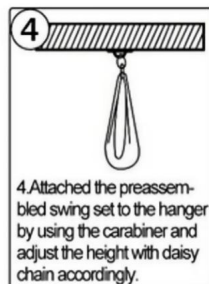
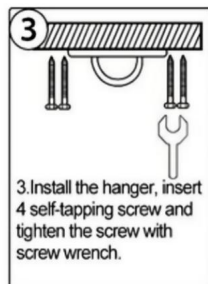
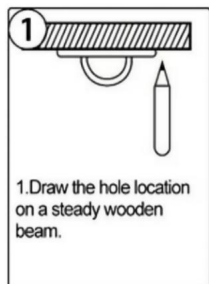
D. Expansionsskruvar

Förvaringsväska

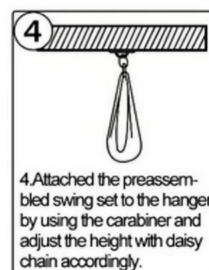
MONTERINGSINSTRUKTIONER

Self-Tapping Screw Use on Wooden Ceiling

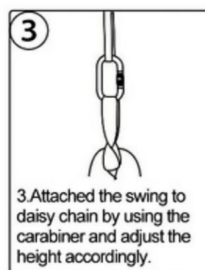
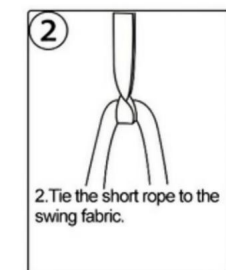
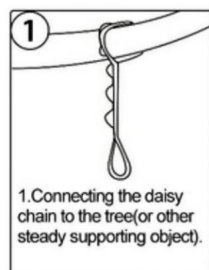
Självgångande träskruvar ingår inte i tillbehören, köp dem själv.



Expansion Screw Use on Concrete Ceiling



Outdoor Installation Guide - On the Tree etc



For more details
Check out Section C

For more details
Check out Section B

Du kan använda takkrokar för att fästa på stödbalkar, hänga den från befintliga strukturer, träd, verandor, på gymmet eller studion, var det än finns plats och du känner dig bekväm. Kom ihåg att välja eller skapa en förlåtande yta under. Om du använder takkrokar eller bultar, installera med försiktighet. Dessa beslag kommer att behöva ta mer än din fulla vikt medan du är i rörelse. Vi rekommenderar professionell installation av sådana vikt bärande beslag.

VARNING: Försök *INTE* att fästa yogagungan på en struktur du är osäker på att bära din fulla vikt på eftersom detta kan resultera i allvarliga skador.

EXEMPEL PÅ ANVÄNDNING

STRETCHER, POSER OCH ASANAS PÅ VINGAN YOGA GUNG

Häng upp din kropp i luften med Yoga Swing för att ge djupare inverterade sträckor.



Förbättrar koordinationen, dekomprimerar ryggraden, förbättrar blodflödet och stärker musklerna.



Du kan njuta av din Yoga Swing på flera och roliga sätt!



RENGÖRING OCH UNDERHÅLL

1. Produkten kan inte hängas för utomhusbruk under lång tid.
2. Hängmattan kan tas bort regelbundet för rengöring och naturlig torkning.

VEVOR[®]

TOUGH TOOLS, HALF PRICE

Teknisk support och e-garanticertifikat

www.vevor.com/support