

T-BOW ® Info für T-Bands: Nutzen, Hinweise, Sicherheit, Garantie

Nutzen: Die T-Bands ermöglichen ein individuelles Training durch drei Widerstandsbänder pro Seite. Je nach Kraft kann pro Übung 1, 2 oder 3 Bänder genommen werden. So ist auch ein Steigern der Kraft möglich. Die farbliche Trennung der Bänder ermöglicht in der Lektion einen schnellen Wechsel vom single zum double Band. Das double Band ist zu einer Schlaufe geknotet, was das Greifen nochmals erleichtert.

Muss ein Band ersetzt werden, ist dies bei den T-Bands einfach möglich, ohne dass das ganze Set ersetzt werden muss:

- Den Ball seitlich drücken bis der Spalt grösser wird
- Den Knopf aus dem Ball ziehen und öffnen
- Alle Bänder aus dem Ball ziehen und das schadhafte Band ersetzen
- Bänder aufeinander legen und das Ende einrollen
- Das gerollte Ende durch das kleine Loch in den Ball und dann durch den Spalt herausziehen, knöpfen und den Knopf in den Ball zurückziehen

Tipp: Muss das double Band ersetzt werden, verliert man am wenigsten, wenn auf die Schlaufe verzichtet wird, dieses auf einen Meter kürzt und 1 Meter der gleichen Farbe ersetzt.

Hinweise: T-Bands benötigen einen sachgemässen Gebrauch für eine lange Lebensdauer:

- Vor Gebrauch auf Risse, Löcher und schadhafte Stellen testen
- Beim Aufbewahren vor UV-Licht und Hitze schützen und nur trocken lagern
- Wenn die Bänder aneinander kleben (bedingt durch Schweiß, Chlorwasser, nass lagern, etc.), diese waschen, lufttrocknen und mit Babypuder besprühen
- Das Band lässt sich gut knöpfen (Knotenfestigkeit vor Gebrauch gut überprüfen) und wieder öffnen
- Legt man ein Band um ein Körperteil, ist es angenehmer, wenn es möglichst breitflächig aufliegt
- Nach Gebrauch die T-Bands an den Bällen halten und kräftig ausschütteln

Sicherheit: Für die korrekte Handhabung der T-Bands einen Bewegungsexperten fragen und nach Instruktionshinweisen trainieren. Bei Problemen mit dem Bewegungsapparat, dem Herzen, der Atmung oder anderen Beeinträchtigungen vor Beginn eines Trainings mit den T-Bands einen Arzt konsultieren.

- Die T-Bands nicht mechanisch mit scharfen Gegenständen (Kanten, Ecken, Fingernägel, Ringe, scharfkantige Schuhsohlen, etc.) beanspruchen
- Wenn das Band beschädigt ist, nicht mehr verwenden und ersetzen
- Unbedingt ein Zurückschnellen des Bandes vermeiden. Dies kann zu schweren Verletzungen führen, v. a. im Bereich der Augen
- Die T-Bands sind kein Spielgerät. Nicht an Kinder aushändigen
- Allergiehinweis: T-Bands bestehen aus Latex

Garantie: Die Lebensdauer der T-Bands ist abhängig von der Handhabung, die nicht kontrollierbar ist. Deshalb bestehen keine Garantieansprüche auf den T-Bands.

Kontakt: www.t-bow.com

1.10.2006

T-BOW ® Info für T-Bands: Nutzen, Hinweise, Sicherheit, Garantie

Nutzen: Die T-Bands ermöglichen ein individuelles Training durch drei Widerstandsbänder pro Seite. Je nach Kraft kann pro Übung 1, 2 oder 3 Bänder genommen werden. So ist auch ein Steigern der Kraft möglich. Die farbliche Trennung der Bänder ermöglicht in der Lektion einen schnellen Wechsel vom single zum double Band. Das double Band ist zu einer Schlaufe geknotet, was das Greifen nochmals erleichtert.

Muss ein Band ersetzt werden, ist dies bei den T-Bands einfach möglich, ohne dass das ganze Set ersetzt werden muss:

- Den Ball seitlich drücken bis der Spalt grösser wird
- Den Knopf aus dem Ball ziehen und öffnen
- Alle Bänder aus dem Ball ziehen und das schadhafte Band ersetzen
- Bänder aufeinander legen und das Ende einrollen
- Das gerollte Ende durch das kleine Loch in den Ball und dann durch den Spalt herausziehen, knöpfen und den Knopf in den Ball zurückziehen

Tipp: Muss das double Band ersetzt werden, verliert man am wenigsten, wenn auf die Schlaufe verzichtet wird, dieses auf einen Meter kürzt und 1 Meter der gleichen Farbe ersetzt.

Hinweise: T-Bands benötigen einen sachgemässen Gebrauch für eine lange Lebensdauer:

- Vor Gebrauch auf Risse, Löcher und schadhafte Stellen testen
- Beim Aufbewahren vor UV-Licht und Hitze schützen und nur trocken lagern
- Wenn die Bänder aneinander kleben (bedingt durch Schweiß, Chlorwasser, nass lagern, etc.), diese waschen, lufttrocknen und mit Babypuder besprühen
- Das Band lässt sich gut knöpfen (Knotenfestigkeit vor Gebrauch gut überprüfen) und wieder öffnen
- Legt man ein Band um ein Körperteil, ist es angenehmer, wenn es möglichst breitflächig aufliegt
- Nach Gebrauch die T-Bands an den Bällen halten und kräftig ausschütteln

Sicherheit: Für die korrekte Handhabung der T-Bands einen Bewegungsexperten fragen und nach Instruktionshinweisen trainieren. Bei Problemen mit dem Bewegungsapparat, dem Herzen, der Atmung oder anderen Beeinträchtigungen vor Beginn eines Trainings mit den T-Bands einen Arzt konsultieren.

- Die T-Bands nicht mechanisch mit scharfen Gegenständen (Kanten, Ecken, Fingernägel, Ringe, scharfkantige Schuhsohlen, etc.) beanspruchen
- Wenn das Band beschädigt ist, nicht mehr verwenden und ersetzen
- Unbedingt ein Zurückschnellen des Bandes vermeiden. Dies kann zu schweren Verletzungen führen, v. a. im Bereich der Augen
- Die T-Bands sind kein Spielgerät. Nicht an Kinder aushändigen
- Allergiehinweis: T-Bands bestehen aus Latex

Garantie: Die Lebensdauer der T-Bands ist abhängig von der Handhabung, die nicht kontrollierbar ist. Deshalb bestehen keine Garantieansprüche auf den T-Bands.

Kontakt: www.t-bow.com

1.10.2006