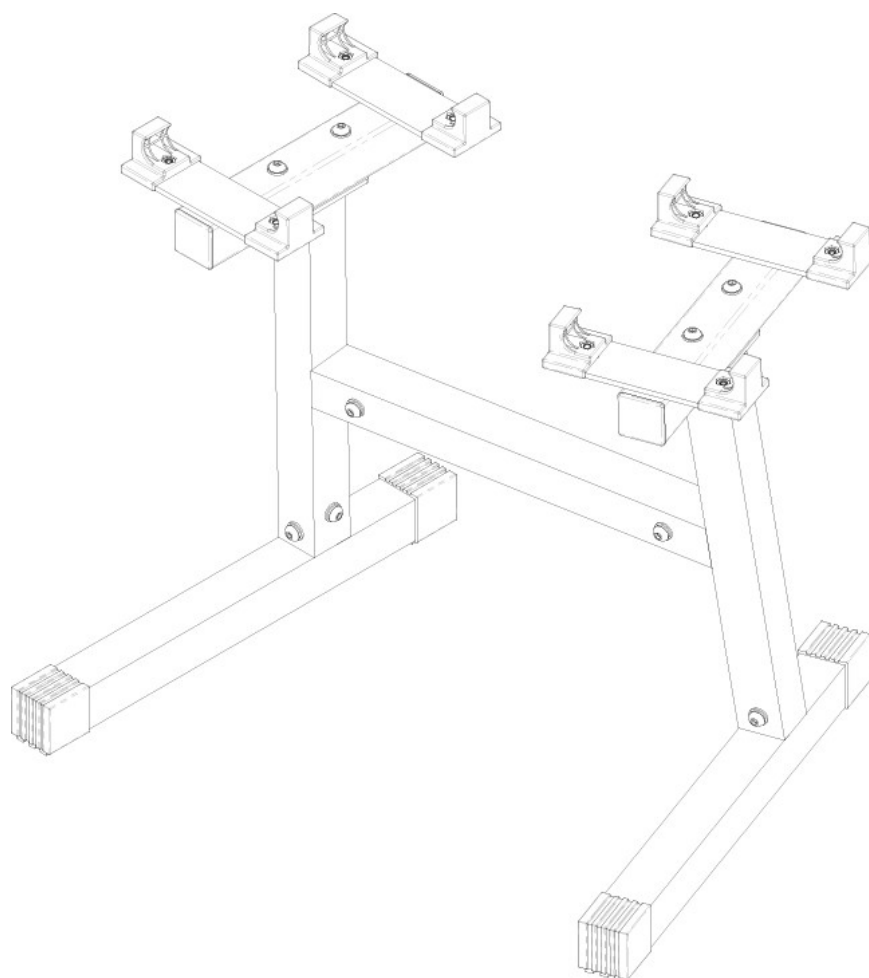


# KETTLER

**DE** MONTAGE- UND BEDIENUNGSANLEITUNG  
**EN** ASSEMBLY AND OPERATING INSTRUCTIONS  
**FR** INSTRUCTIONS DE MONTAGE ET D'UTILISATION

## HO I VARIO STAND

ART.-NR. EQ1068-100



Bitte lesen Sie diese Anweisung vor der Montage und der ersten Benutzung aufmerksam durch. Sie erhalten wichtige Hinweise für Ihre Sicherheit sowie den Gebrauch und die Wartung des Gerätes. Bewahren Sie diese Anleitung zur Information bzw. für Wartungsarbeiten oder Ersatzteilbestellungen sorgfältig auf. Das Trainingsgerät ist nur für den Heimgebrauch bestimmt und darf nur in trockenen Räumen betrieben werden.

## ZU IHRER SICHERHEIT

- **Dieses Gerät kann von Personen ab 14 Jahren sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.**
- **Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Reinigung und Benutzerwartung dürfen nicht von Kindern ohne Beaufsichtigung durchgeführt werden.**
- **GEFAHR!** Halten Sie während der Montage des Produktes Kinder fern (verschluckbare Kleinteile).
- **WARNUNG!** Der Hersteller kann nicht für Schäden verantwortlich gemacht werden, die durch nicht bestimmungsgemäßen Gebrauch verursacht werden. Das Gerät darf nur für seinen bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden, d.h. für das Körpertraining erwachsener Personen.
- **GEFAHR!** Weisen Sie anwesende Personen (insbesondere Kinder) auf mögliche Gefährdungen während der Übungen hin.
- **GEFAHR!** Durch unsachgemäße Reparaturen und bauliche Veränderungen (Demontage von Originalteilen, Anbau von nicht zulässigen Teilen, usw.) können Gefahren für den Benutzer entstehen.
- **WARNUNG!** Beachten Sie auch unbedingt die Hinweise zur Trainingsgestaltung in der Trainingsanleitung.
- **WARNUNG!** Alle hier nicht beschriebenen Eingriffe/Manipulationen am Gerät können eine Beschädigung hervorrufen oder auch eine Gefährdung der Person bedeuten.
- **WARNUNG!** Sie trainieren mit einem Gerät, das sicherheitstechnisch nach neuesten Erkenntnissen konstruiert wurde. Mögliche Gefahrenstellen, die Verletzungen verursachen können, sind bestmöglich vermieden und abgesichert.
- Lassen Sie vor Aufnahme des Trainings durch Ihren Hausarzt klären, ob Sie gesundheitlich für das Training mit diesem Gerät geeignet sind. Der ärztliche Befund sollte Grundlage für den Aufbau Ihres Trainingsprogramms sein. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Gesundheitsschäden führen.
- Kontrollieren Sie vor jeder Benutzung immer alle Schraub- und Steckverbindungen sowie die jeweiligen Sicherungseinrichtungen auf ihren korrekten Sitz.
- Unsere Produkte unterliegen einer ständigen, innovativen Qualitätssicherung. Daraus resultierende, technische Änderungen behalten wir uns vor.
- Der Standort des Geräts muss so gewählt werden, dass ausreichende Sicherheitsabstände zu Hindernissen gewährleistet sind. In unmittelbarer Nähe von Hauptlaufrichtungen sollte das Aufstellen unterbleiben. Der Freibereich muss umlaufend mindestens 1 Meter größer als der Übungsbereich sein. –Achten Sie darauf, dass sich niemand außer dem Trainierenden im Freibereich aufhält, solange das Gerät in Bewegung ist.
- Das Trainingsgerät muss auf einem waagerechten Untergrund aufgestellt werden. Legen Sie zur Stoßdämpfung geeignetes Puffermaterial unter (Gummimatten oder dgl.).
- **GEFAHR!** Sorgen Sie für eine gefahrenfreie Arbeitsumgebung, lassen Sie z. B. kein Werkzeug umherliegen. Deponieren Sie z. B. Verpackungsmaterial so, dass keine Gefahren davon ausgehen können. Bei Folien/Kunststofftüten besteht für Kinder Erstickungsgefahr!
- Bitte prüfen Sie, ob alle zum Lieferumfang gehörenden Teile

- vorhanden sind (s. Checkliste) und ob Transportschäden vorliegen. Sollte es Anlass für Beanstandungen geben, wenden Sie sich bitte an Ihren Fachhändler oder den Kettler Service.
- Sehen Sie sich die Zeichnungen in Ruhe an, und montieren Sie das Gerät entsprechend der Bilderfolge. Innerhalb der einzelnen Abbildungen ist der Montageablauf durch Großbuchstaben vorgegeben.
- Die Montage des Gerätes muss sorgfältig und von einer erwachsenen Person vorgenommen werden. Nehmen Sie im Zweifelsfall die Hilfe einer weiteren, technisch begabten Person in Anspruch.
- Das für einen Montageschritt notwendige Verschraubungsmaterial ist in der dazugehörigen Bildeiste dargestellt. Setzen Sie das Verschraubungsmaterial exakt entsprechend der Abbildungen ein.
- Beachten Sie, dass bei jeder Benutzung von Werkzeug und bei handwerklichen Tätigkeiten immer eine mögliche Verletzungsgefahr besteht. Gehen Sie daher sorgfältig und umsichtig bei der Montage des Gerätes vor!
- Bitte verschrauben Sie zunächst alle Teile lose und kontrollieren Sie deren richtigen Sitz. Drehen Sie die selbstsichernden Muttern bis zum spürbaren Widerstand zuerst mit der Hand auf, anschließend ziehen Sie sie gegen den Widerstand (Klemmsicherung) mit geeignetem Werkzeug, nach der angegebenen Drehmomentangabe, fest. Kontrollieren Sie alle Schraubverbindungen nach dem Montageschritt auf festen Sitz. Achtung: wieder gelöste Sicherheitsmutter werden unbrauchbar (Zerstörung der Klemmsicherung) und sind durch neue zu ersetzen.
- Aus fertigungstechnischen Gründen behalten wir uns die Vormontage von Bauteilen (z.B. Rohrstopfen) vor.

## ENTSORGUNGSHINWEIS



KETTLER Produkte sind recycelbar. Führen Sie das Gerät am Ende der Nutzungsdauer einer sachgerechten Entsorgung zu (örtliche Sammelstelle).

Diese Anleitung kann auch unter [www.kettlersport.com](http://www.kettlersport.com) heruntergeladen werden

Please read these instructions carefully prior to carrying out assembly and using for the first time. They contain information which is important for your safety as well as for the use and maintenance of the device. Keep these instructions in a safe place for reference purposes, maintenance work and to assist you when ordering spareparts. The training device is intended for home use only and may only be operated in dry rooms.

## FOR YOUR SAFETY

- This device can be used by people 14 years of age and older, as well as those with reduced physical, sensory or mental abilities or lack of experience and knowledge when supervised or have been instructed on the safe use of the device and understand the resulting dangers.
- Children are not allowed to play with the device.
- Cleaning and user maintenance must not be carried out by children without supervision.
- **DANGER!** During assembly of the product, keep children away (Swallow small parts).
- **WARNING!** This device is designed exclusively for home use and may only be used in dry interior areas.
- Any other use is prohibited and potentially dangerous. The manufacturer cannot be held responsible for damage caused by improper use.
- The device may only be used for its intended purpose (i.e. for the physical training of adults).
- **DANGER!** Inform people present (especially children) of possible dangers during the exercise.
- **DANGER!** Improper repairs and structural changes (disassembly or original parts, attachment of non-approved parts, etc.) may pose a risk to the user.
- **WARNING!** Please also pay attention to the instructions for training in the training instructions.
- **WARNING!** All interventions/manipulations of the device not described here can cause damage or endanger the user. Further interventions are only permitted by specially trained personnel.
- **WARNING!** The training device is intended exclusively for home use. You train with a device that has been designed according to the latest safety standards. Possible danger points that can cause injuries are avoided and secured in the best possible way.
- Before you start training, have your doctor check whether you are fit to train with this device. The medical report should be the basis for the structure of your training program. Incorrect or excessive training can lead to health problems.
- Before each use, always check all screw and plug connections as well as respective safety devices for their correct fit.
- Our products are subject to constant, innovative quality assurance. We reserve the right to make technical changes resulting from this.
- The location of the device must be chosen in such a way that sufficient safety distances to obstacles are ensured. The free area around the machine must be at least 1 meter larger than the training area.
- Make sure that no one else is in the free area while the device is in use.
- The training device must be setup on a level surface. Place suitable cushioning material underneath (rubber mats or similar) to absorb shock.
- **DANGER!** Ensure that your working area is free of possible sources of danger, for example don't leave any tools lying around. Always dispose packaging material in such a way that it may not cause any danger. There is always a risk of suffocation if children play with plastic bags!
- Ensure that you have received all the parts required (see checklist) and that they are undamaged. Should you have any cause for complaint, please contact your KETTLER service.
- Before assembling the equipment, study the drawings carefully and carry out the operations in the order shown by the diagrams. The correct sequence is given in capital letters.
- The equipment must be assembled with due care by an adult person. If in doubt call upon the help of a second person, if possible, technically talented.
- The fastening material required for each assembly step is shown in the diagram inset. Use the fastening material exactly as instructed.
- Please note that there is always a possible risk of injury with every use of tools and with manual activities. Therefore, proceed carefully and prudently when assembling the device!
- Bolt all the parts together loosely at first, and check that they have been assembled correctly. Tighten the bolts by hand until resistance is felt, then use the indicated tool to finally tighten completely. Then check that all screw connections have been tightened firmly.
- For technical reasons, we reserve the right to pre-assemble components (e.g. addition of tubing plugs).

## DISPOSAL INSTRUCTIONS



KETTLER products are recyclable. At the end of its useful life please dispose of this article correctly and safely (local refuse sites).

This manual can also be downloaded from [www.kettlersport.com](http://www.kettlersport.com)

Veillez lire ces instructions avec attention avant de procéder au montage et avant la première utilisation. Elles contiennent des informations importantes pour votre sécurité ainsi que pour l'utilisation et l'entretien de votre appareil. Conservez ces instructions dans un endroit sûr pour pouvoir les consulter, réaliser l'entretien et vous aider lors de la commande de pièces de rechange.

L'appareil d'entraînement est uniquement destiné à un usage domestique et ne doit être utilisé que dans des locaux secs.

## POUR VOTRE SÉCURITÉ

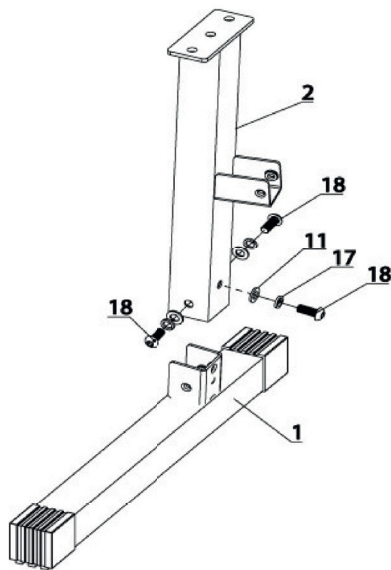
- Cet appareil est destiné aux personnes de 14 ans et plus, y compris aux personnes souffrant d'un handicap physique, sensoriel ou mental, ou manquant d'expérience et de connaissances, à condition que ces personnes soient surveillées ou qu'elles aient reçu une formation sur l'utilisation sécurisée de l'appareil, et qu'elles comprennent les risques encourus.
- Les enfants ne doivent pas être autorisés à jouer avec cet appareil. Les enfants ne doivent pas être autorisés à nettoyer l'appareil ou à effectuer l'entretien sans surveillance.
- **DANGER !** Éloignez les enfants lors du montage du produit (ils pourraient avaler des pièces de petite taille).
- **AVERTISSEMENT !** Cet appareil est exclusivement destiné à un usage domestique, en intérieur, à l'abri de l'humidité.
- Toute autre utilisation de l'appareil est interdite et peut être dangereuse. Le fabricant ne peut être tenu responsable des dommages ou blessures provoqués par une utilisation non conforme de l'appareil.
- Cet appareil est exclusivement destiné à l'exercice physique des personnes adultes.
- **DANGER !** Informez les personnes présentes à proximité (surtout les enfants), que vous allez vous entraîner et précisez quels peuvent être les risques de cette activité.
- **DANGER !** Mal effectuée, une réparation ou une modification structurelle (démontage de pièces d'origine, ajout d'accessoires non homologués, etc.) peut présenter un risque pour l'utilisateur.
- **AVERTISSEMENT !** Veillez également à respecter les consignes d'entraînement précisées.
- **AVERTISSEMENT !** Toute intervention ou manipulation non décrite dans le manuel pourrait endommager l'appareil ou présenter un risque pour l'utilisateur. Toute intervention dépassant le cadre des interventions décrites dans le manuel doit être confiée à un réparateur qualifié.
- **AVERTISSEMENT !** Cet appareil d'entraînement est exclusivement réservé à un usage domestique. Vous vous entraînerez avec un appareil conçu pour répondre aux normes de sécurité les plus récentes. La conception évite les points susceptibles de présenter un risque de blessure, tout a été fait pour sécuriser l'appareil autant que possible.
- Avant de commencer l'entraînement, demandez à votre médecin de vérifier si votre état de santé vous permet de vous entraîner avec cet appareil. Le rapport médical doit servir de base à l'élaboration de votre programme d'entraînement. Un entraînement incorrect ou excessif peut entraîner des problèmes de santé.
- Avant chaque utilisation, vérifiez toujours le bon montage de l'ensemble des vis et des branchements, mais aussi des différents dispositifs de sécurité associés.
- Nos produits font l'objet d'un processus d'assurance qualité innovant, appliqué de façon systématique. Nous nous réservons le droit d'apporter des modifications techniques dans un souci d'amélioration continue.
- Choisissez pour l'appareil un emplacement laissant suffisamment d'espace libre par rapport aux objets environnants. Veillez à laisser autour de la machine un espace libre d'au moins un mètre de plus que la zone d'entraînement.
- Assurez-vous que personne ne se trouve dans cette zone de sécurité pendant que vous utilisez l'appareil.
- L'appareil d'entraînement doit être positionné sur une surface plane et horizontale. Placez sous l'appareil un support adapté pour amortir les chocs (tapis de caoutchouc ou similaire).
- **DANGER!** Assurez-vous que la zone de travail est libre de toute source de danger potentielle ; par exemple, ne laissez pas traîner d'outils. Les emballages doivent toujours être éliminés de façon à ne pas représenter un danger. Il existe toujours un risque de suffocation lorsque des enfants jouent avec des sacs en plastique !
- Vérifiez que vous avez reçu toutes les pièces nécessaires (voir la liste) et qu'elles ne sont pas endommagées. Si vous avez des réclamations, veuillez vous adresser au service clientèle de KETTLER.
- Avant de monter l'équipement, consultez avec attention les croquis, puis réalisez les opérations dans l'ordre indiqué sur les schémas. L'ordre à suivre est indiqué par les lettres en majuscules.
- L'équipement doit être monté avec grand soin, par une personne adulte. Si vous avez un doute, faites appel à une deuxième personne, possédant si possible des compétences techniques.
- Les outils de serrage nécessaires pour chaque étape de montage sont montrés dans les croquis encadrés. Utilisez ces outils de serrage exactement comme indiqué.
- Attention, l'utilisation d'outils, comme toute activité manuelle, comporte toujours un certain risque de blessure. Alors, soyez prudent et attentif pour procéder au montage de l'appareil !
- Commencez par assembler les pièces sans les serrer à fond, puis vérifiez que le montage est correct. Serrez ensuite les boulons à la main jusqu'à sentir une résistance et terminez enfin le serrage avec l'outil indiqué. Vérifiez ensuite que tous les vissages sont fermement serrés. Pour des raisons techniques, nous nous réservons le droit de préassembler certains éléments (par exemple, ajout de connecteurs de tubulures).

## INSTRUCTIONS DE MISE AU REBUT



Les produits HOI BY KETTLER sont recyclables. À la fin de sa durée de vie utile, veuillez mettre cet article au rebut de façon conforme et sécurisée (déchetteries locales).

Vous pouvez également télécharger ce manuel sur [www.kettlersport.com](http://www.kettlersport.com)



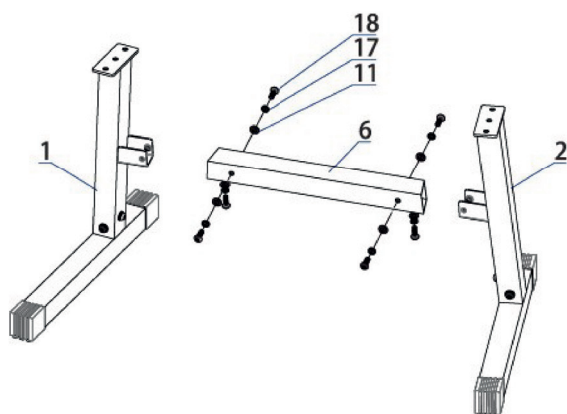
**DE** Montieren Sie das linke Bodenrohr (1) und das linke Standrohr (3) mit der Unterlegscheibe  $\text{\O}11*\text{\O}20*2$  (11), der Feder Unterlegscheibe  $\text{\O}10$  (17) und Sechskantschraube  $\text{M10}*25$  (18). Bitte montieren Sie das rechte Bodenrohr (2) und das rechte Standrohr (4) auf die gleiche Weise. Bitte ziehen Sie alle Schrauben fest.

**EN** Assemble the left base frame (1) and left support frame (3) using the flat washer  $\text{\O}11*\text{\O}20*2$  (11) spring washer  $\text{\O}10$  (17) and hex bolt  $\text{M10}*25$ (18).

Please assemble the right base frame (2) and right support frame (4) in same way. Please tighten all the bolts.

**FR** Montez le tube inférieur gauche (1) et le tube vertical gauche (3) avec la rondelle  $\text{\O}11*\text{\O}20*2$  (11), la rondelle élastique  $\text{\O}10$  (17) et le vis Inbus  $\text{M10}*25$  (18). Veuillez monter le tube de sol droit (2) et le tube vertical droit (4) de la même manière.

Serrez bien toutes les vis.



**DE** Montieren Sie das linke Bodenrohr, das rechte Bodenrohr und das Verbindungsrohr (6) mit der Unterlegscheibe  $\text{\O}11*\text{\O}20*2$  (11), dem Federring  $\text{\O}10$  (17) und der Inbuschraube  $\text{M10}*25$ (18) zusammen.

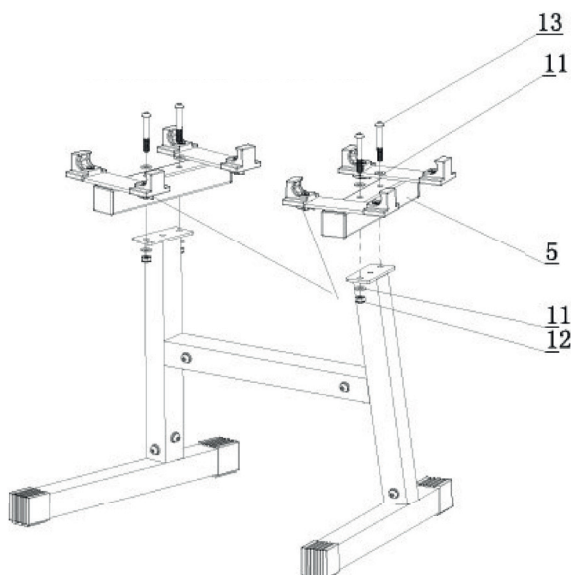
Bitte ziehen Sie alle Schrauben fest.

**EN** Assemble left frame, right frame and cross frame (6) using flat washer  $\text{\O}11*\text{\O}20*2$  (11) spring washer  $\text{\O}10$  (17) and hex bolt  $\text{M10}*25$ (18).

Please tighten all the bolts.

**FR** Assemblez le tube inférieur gauche, le tube inférieur droit et le tube de connexion (6) avec la rondelle  $\text{\O}11*\text{\O}20*2$  (11), la rondelle élastique  $\text{\O}10$  (17) et la vis Inbus  $\text{M10}*25$ (18).

Serrez bien toutes les vis.



**DE** Montieren Sie das obere Tragrohr (5) mit der Unterlegscheibe  $\text{\O}11*\text{\O}20*2$  (11), der Mutter  $\text{M10}$  (12) und der Inbuschraube  $\text{M10}*70$  (13) am Grundrahmen.

Bitte ziehen Sie alle Schrauben fest.

**EN** Install the side support frame (5) to the base frame using the flat washer  $\text{\O}11*\text{\O}20*2$  (11) nut  $\text{M10}$  (12) and hex bolt  $\text{M10}*70$ (13).

Please tighten all the bolts.

**FR** Montez le tube support supérieur (5) sur le cadre de base avec la rondelle  $\text{\O}11*\text{\O}20*2$  (11), l'écrou  $\text{M10}$  (12) et la vis Inbus  $\text{M10}*70$  (13).

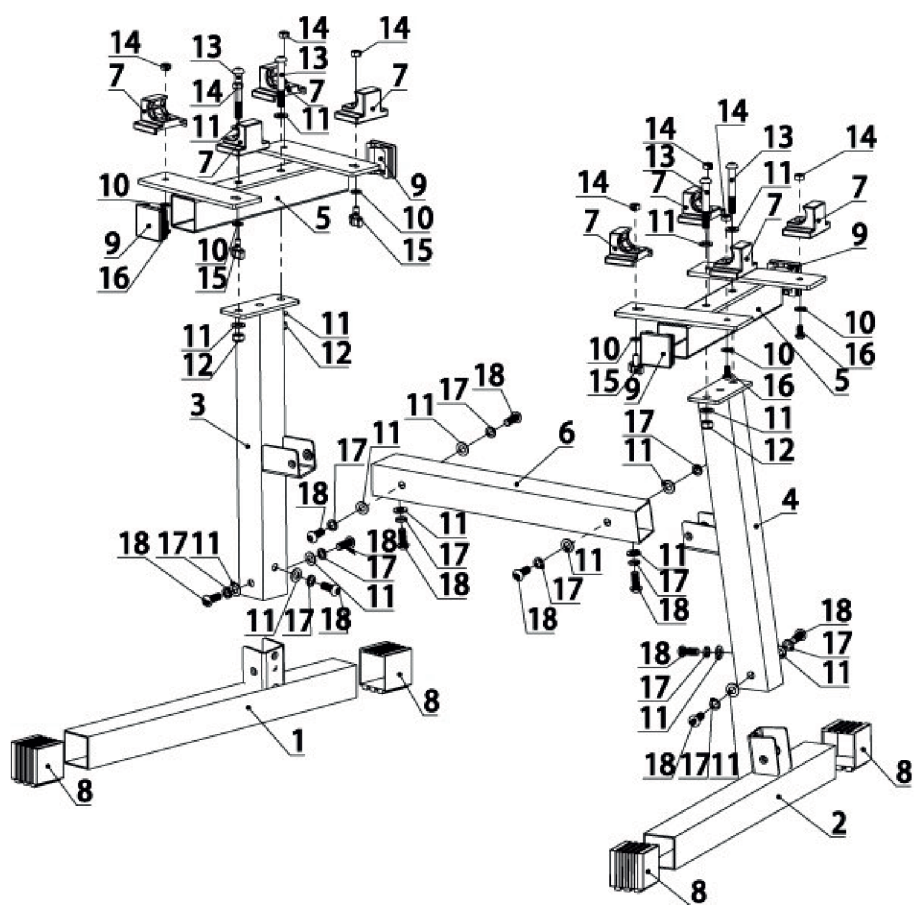
Serrez bien toutes les vis.



**DE** EXPPOSITIONSZEICHNUNG

**EN** EXPLODED VIEW

**FR** DESSIN D'EXPLOSION





DE	EN	FR	
Linkes Bodenrohr	Left Base Frame	Le tube inférieur gauche	
Rechter Bodenrohr	Right Base Frame	Le tube inférieur droit	
Linkes Standrohr	Left Support Frame	Le tube vertical gauche	
Rechtes Standrohr	Right Support Frame	Le tube vertical droit	
Oberes Tragrohr	Side Support Frame	Tube support supérieur	
Verbindungsrohr	Cross Frame	Tube de connexion	
Aufnahmesattel	Saddle	Pièce de réception	
Fusskappe	End Cap	Bouchon d'extrémité	50*50
Stopfen	Plug	Bouchon	50*50*2
Unterlegscheibe	Flat Washer	Rondelle	Ø9*Ø16*1.6
Unterlegscheibe	Flat Washer	Rondelle	Ø11*Ø20*2
Mutter	Nut	l'écrou	M10
Inbusschraube	Hex Bolt	Vis Inbus	M10*70
Flachkopfschraube	Flat Bolt	Vis tête plate	M8
Selbstsichernde Mutter	Lock Nut	L'écrou de blocage	38*10*M8
Inbusschraube	Hex Bolt	Vis Inbus	M8*15
Federring	Spring Washer	Rondelle élastique	Ø10
Inbusschraube	Hex Bolt	Vis Inbus	M10*25

# KETTLER

Manufacturer:  
TRISPORT AG  
BOESCH 67  
CH-6331 HUENENBERG  
SWITZERLAND  
[www.kettlersport.com](http://www.kettlersport.com)

EU authorised representative:  
TRISPORTServices GmbH  
Friedinger Strasse 2  
D-78224 Singen Hohentwiel  
GERMANY

 @kettlersportofficial

 @kettlersportofficial