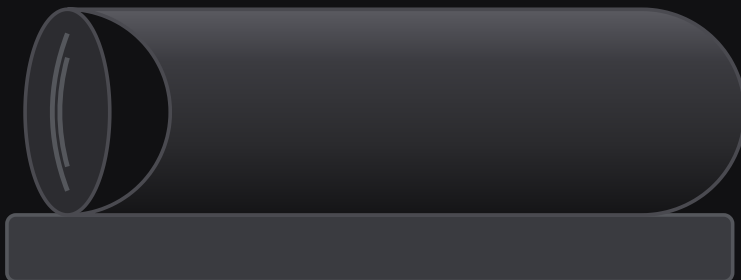


CHIROGUN

BEDIENUNGSANLEITUNG

YOGAMATTE

Trainingsmatte aus PVC, 185 × 65 cm



Bedienungsanleitung · User manual · Mode d'emploi · Istruzioni per l'uso · Manual de instrucciones ·
Gebruiksaanwijzing · Instrukcja obsługi · Návod k použití · Návod na použitie

DE · EN · FR · IT · ES · NL · PL · CS · SK

Vor dem ersten Gebrauch lesen und aufbewahren.

INHALT / CONTENTS

DE	Deutsch	Bedienungsanleitung	3
EN	English	User manual	6
FR	Français	Mode d'emploi	9
IT	Italiano	Istruzioni per l'uso	12
ES	Español	Manual de instrucciones	15
NL	Nederlands	Gebruiksaanwijzing	18
PL	Polski	Instrukcja obsługi	21
CS	Čeština	Návod k použití	24
SK	Slovenčina	Návod na použitie	27

DE Vor dem ersten Gebrauch lesen und aufbewahren.

EN Read before first use and keep for reference.

FR À lire avant la première utilisation et à conserver.

IT Da leggere prima del primo utilizzo e da conservare.

ES Léelo antes del primer uso y guárdalo.

NL Vóór het eerste gebruik lezen en bewaren.

PL Przeczytaj przed pierwszym użyciem i zachowaj.

CS Před prvním použitím si přečtěte a uschovejte.

SK Pred prvým použitím si prečítajte a uschovajte.

DEIN PRODUKT

Die ChiroGun Yogamatte ist eine Trainingsmatte für Yoga, Gymnastik, Dehn- und Faszienübungen. Die strukturierte Unterseite sorgt für Halt auf dem Boden, die 5 mm dicke Matte polstert dabei angenehm.

WOFÜR?

- Für Yoga, Pilates und Gymnastik
- Als Unterlage für Faszien- und Dehnübungen
- Für zu Hause oder im Studio

TECHNISCHE DATEN

Maße	ca. 185 × 65 cm, 5 mm dick
Gewicht	ca. 2,5 kg
Material	100 % PVC
Unterseite	strukturierte Oberfläche für mehr Halt
Farben	 Schwarz  Rot  Grün  Orange  Rosa  Gelb  Blau

LIEFERUMFANG

- 1 × ChiroGun Yogamatte in der gewählten Farbe

1**Ausrollen**

Roll die Matte auf einem ebenen, sauberen und trockenen Boden aus, die strukturierte Unterseite nach unten. Wenn sich die Enden aufrollen, die Matte kurz andersherum einrollen.

2**Trainieren**

Nutze die Matte barfuß oder mit sauberen Hallenschuhen für Yoga, Gymnastik, Dehn- und Faszienübungen.

3**Nachher**

Wisch die Matte mit einem feuchten Tuch ab, lass sie vollständig trocknen und roll sie erst dann auf.

KURZ GEMERKT

- Nur auf trockenem, ebenem Boden benutzen.
- Mit nassen, öligen oder eingecremten Händen und Füßen wird die Oberfläche rutschig.
- Nicht mit spitzen Gegenständen, Stollen- oder Spikeschuhen betreten.
- Die Matte ist kein Fall- oder Aufprallschutz.

WICHTIG

Lies vor der ersten Anwendung die Sicherheitsinformationen. Bei gesundheitlichen Beschwerden oder in der Schwangerschaft sprich vor dem Training mit deinem Arzt.

PFLEGE & AUFBEWAHRUNG

- Mit einem feuchten Tuch und bei Bedarf etwas milder Seifenlauge abwischen.
- Nicht in der Waschmaschine waschen, keine Lösungsmittel oder Öle verwenden.
- Vor dem Aufrollen vollständig trocknen lassen.
- Aufgerollt lagern, nicht in praller Sonne und nicht neben der Heizung.

ENTSORGUNG

Die Matte besteht aus PVC. Bitte über den Restmüll oder den Wertstoffhof entsorgen und die Regeln deiner Gemeinde beachten. Die Verpackung bitte nach Material getrennt entsorgen.

GEWÄHRLEISTUNG

Es gilt die gesetzliche Gewährleistung. Bitte bewahre deinen Kaufbeleg auf. Bei Fragen zum Produkt erreichst du uns unter info@mineshop.de.

HERSTELLER & KONTAKT

Hersteller

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Schweiz
info@mineshop.ch

Verantwortliche Person in der EU

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Deutschland
info@mineshop.de

Stand: 10/2026

YOUR PRODUCT

The ChiroGun Yoga Mat is an exercise mat for yoga, floor exercises, stretching and foam rolling. The textured underside provides grip on the floor, while the 5 mm thick mat offers comfortable cushioning.

USES

- For yoga, Pilates and floor exercises
- As a base for foam rolling and stretching
- At home or at the gym

TECHNICAL DATA

Size	approx. 185 × 65 cm, 5 mm thick
Weight	approx. 2.5 kg
Material	100% PVC
Underside	textured surface for better grip
Colours	 Black  Red  Green  Orange  Pink  Yellow  Blue

IN THE BOX

- 1 × ChiroGun Yoga Mat in your chosen colour

HOW TO USE

1 Unroll

Unroll the mat on a level, clean and dry floor with the textured underside facing down. If the ends curl up, briefly roll the mat up the other way.

2 Train

Use the mat barefoot or in clean indoor shoes for yoga, floor exercises, stretching and foam rolling.

3 Afterwards

Wipe the mat with a damp cloth, let it dry completely and only then roll it up.

KEY POINTS

- Only use on a dry, level floor.
- Wet, oily or moisturised hands and feet make the surface slippery.
- Do not use pointed objects or studded or spiked shoes on the mat.
- The mat does not protect against falls or impact.

IMPORTANT

Read the safety information before first use. If you have any health problems or are pregnant, talk to your doctor before training.

CARE & STORAGE

- Wipe with a damp cloth and, if needed, a little mild soapy water.
- Do not machine wash; do not use solvents or oils.
- Let it dry completely before rolling it up.
- Store rolled up, out of direct sunlight and not next to a heater.

DISPOSAL

The mat is made of PVC. Please dispose of it in general waste or at a recycling centre and follow your local rules. Please separate the packaging by material for disposal.

WARRANTY

The statutory warranty applies. Please keep your proof of purchase. If you have any questions about the product, contact us at info@mineshop.de.

MANUFACTURER & CONTACT

Manufacturer

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Switzerland
info@mineshop.ch

Responsible person in the EU

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Germany
info@mineshop.de

Version: 10/2026

VOTRE PRODUIT

Le tapis de yoga ChiroGun est un tapis de sport pour le yoga, la gymnastique, les étirements et le travail des fascias. Sa face inférieure structurée assure l'adhérence au sol et son épaisseur de 5 mm offre un amorti agréable.

POUR QUEL USAGE ?

- Pour le yoga, le Pilates et la gymnastique
- Comme support pour les étirements et le travail des fascias
- À la maison ou en salle de sport

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Dimensions	env. 185 × 65 cm, 5 mm d'épaisseur
Poids	env. 2,5 kg
Matériau	100 % PVC
Face inférieure	surface structurée pour une meilleure adhérence
Couleurs	 Noir  Rouge  Vert  Orange  Rose  Jaune  Bleu

CONTENU DE LA LIVRAISON

- 1 × ChiroGun Tapis de yoga dans la couleur choisie

1 Dérouler

Déroulez le tapis sur un sol plan, propre et sec, face structurée vers le bas. Si les extrémités se relèvent, enroulez brièvement le tapis dans l'autre sens.

2 S'entraîner

Utilisez le tapis pieds nus ou en chaussures de salle propres pour le yoga, la gymnastique, les étirements et le travail des fascias.

3 Après

Essayez le tapis avec un chiffon humide et laissez-le sécher complètement avant de l'enrouler.

À RETENIR

- Utiliser uniquement sur un sol sec et plan.
- Avec des mains ou des pieds mouillés, gras ou enduits de crème, la surface devient glissante.
- Ne pas marcher dessus avec des objets pointus ou des chaussures à crampons ou à pointes.
- Le tapis ne protège pas des chutes ni des chocs.

IMPORTANT

Lisez les consignes de sécurité avant la première utilisation. En cas de troubles de santé ou de grossesse, consultez votre médecin avant l'entraînement.

ENTRETIEN ET RANGEMENT

- Essuyer avec un chiffon humide et, si besoin, un peu d'eau savonneuse douce.
- Ne pas laver en machine, ne pas utiliser de solvants ni d'huiles.
- Laisser sécher complètement avant d'enrouler.
- Ranger enroulé, pas en plein soleil ni à côté d'un radiateur.

MISE AU REBUT

Le tapis est en PVC. Jetez-le avec les ordures ménagères ou déposez-le en déchèterie en respectant les règles de votre commune. Veuillez trier l'emballage par matériau.

GARANTIE

La garantie légale s'applique. Veuillez conserver votre preuve d'achat. Pour toute question sur le produit, contactez-nous à info@mineshop.de.

FABRICANT ET CONTACT

Fabricant

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Suisse
info@mineshop.ch

Personne responsable dans l'UE

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Allemagne
info@mineshop.de

Version : 10/2026

IL TUO PRODOTTO

Il tappetino yoga ChiroGun è un tappetino da allenamento per yoga, ginnastica, stretching ed esercizi fasciali. Il lato inferiore strutturato offre aderenza sul pavimento e lo spessore di 5 mm un'imbottitura confortevole.

A COSA SERVE?

- Per yoga, pilates e ginnastica
- Come base per esercizi fasciali e stretching
- A casa o in palestra

DATI TECNICI

Dimensioni	ca. 185 × 65 cm, spessore 5 mm				
Peso	ca. 2,5 kg				
Materiale	100 % PVC				
Lato inferiore	superficie strutturata per più aderenza				
Colori	 Nero	 Rosso	 Verde	 Arancione	 Rosa
	 Giallo	 Blu			

CONTENUTO DELLA CONFEZIONE

- 1 × ChiroGun Tappetino yoga nel colore scelto

1

Posizionamento

Srotola il tappetino su un pavimento piano, pulito e asciutto, con il lato strutturato verso il basso. Se le estremità si arrotolano, arrotola brevemente il tappetino nel verso opposto.

2

Allenamento

Usa il tappetino a piedi nudi o con scarpe da palestra pulite per yoga, ginnastica, stretching ed esercizi fasciali.

3

Al termine

Pulisci il tappetino con un panno umido, lascialo asciugare completamente e solo dopo arrotolalo.

DA RICORDARE

- Usalo solo su un pavimento asciutto e piano.
- Con mani e piedi bagnati, unti o con crema la superficie diventa scivolosa.
- Non salirci con oggetti appuntiti o scarpe con tacchetti o chiodate.
- Il tappetino non protegge da cadute o urti.

IMPORTANTE

Prima del primo utilizzo leggi le informazioni di sicurezza. In caso di problemi di salute o gravidanza, consulta il tuo medico prima di allenarti.

CURA E CONSERVAZIONE

- Pulisci con un panno umido e, se necessario, un po' di acqua e sapone delicato.
- Non lavare in lavatrice, non usare solventi né oli.
- Lascia asciugare completamente prima di arrotolarlo.
- Conservalo arrotolato, non al sole diretto e non accanto al termosifone.

SMALTIMENTO

Il tappetino è in PVC. Smaltiscilo nei rifiuti indifferenziati o in un centro di raccolta, rispettando le regole del tuo comune. Smaltisci l'imballaggio separandolo per materiale.

GARANZIA

Si applica la garanzia legale. Conserva la prova d'acquisto. Per domande sul prodotto puoi contattarci a info@mineshop.de.

FABBRICANTE E CONTATTI

Fabbricante

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Svizzera
info@mineshop.ch

Persona responsabile nell'UE

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Germania
info@mineshop.de

Versione: 10/2026

TU PRODUCTO

La esterilla de yoga ChiroGun es una esterilla de entrenamiento para yoga, gimnasia, estiramientos y ejercicios miofasciales. La cara inferior texturizada aporta agarre en el suelo y sus 5 mm de grosor ofrecen una amortiguación agradable.

USOS

- Para yoga, pilates y gimnasia
- Para ejercicios miofasciales y estiramientos
- Para casa o el gimnasio

DATOS TÉCNICOS

Medidas	aprox. 185 × 65 cm, 5 mm de grosor
Peso	aprox. 2,5 kg
Material	100 % PVC
Cara inferior	superficie texturizada para más agarre
Colores	 Negro  Rojo  Verde  Naranja  Rosa  Amarillo  Azul

CONTENIDO DEL PAQUETE

- 1 × ChiroGun Esterilla de yoga en el color elegido

CÓMO SE USA

ES

1

Desenrollar

Desenrolla la esterilla sobre un suelo plano, limpio y seco, con la cara texturizada hacia abajo. Si los extremos se enrollan, enróllala un momento al revés.

2

Entrenar

Usa la esterilla descalzo o con zapatillas de interior limpias para yoga, gimnasia, estiramientos y ejercicios miofasciales.

3

Después

Limpia la esterilla con un paño húmedo, deja que se seque por completo y solo entonces enróllala.

PARA RECORDAR

- Úsala solo sobre un suelo seco y plano.
- Con las manos o los pies mojados, grasientos o con crema, la superficie se vuelve resbaladiza.
- No la pises con objetos puntiagudos ni con calzado de tacos o clavos.
- La esterilla no protege contra caídas ni impactos.

IMPORTANTE

Lee la información de seguridad antes del primer uso. Si tienes problemas de salud o estás embarazada, consulta con tu médico antes de entrenar.

CUIDADO Y ALMACENAMIENTO

- Limpiala con un paño húmedo y, si hace falta, con un poco de agua jabonosa suave.
- No la laves en la lavadora ni uses disolventes ni aceites.
- Deja que se seque por completo antes de enrollarla.
- Guárdala enrollada, no a pleno sol ni junto al radiador.

ELIMINACIÓN

La esterilla es de PVC. Deséchala en el contenedor de resto o en un punto limpio y respeta las normas de tu municipio. Separa el embalaje por materiales al desecharlo.

GARANTÍA

Se aplica la garantía legal. Guarda tu justificante de compra. Si tienes preguntas sobre el producto, escríbenos a info@mineshop.de.

FABRICANTE Y CONTACTO

Fabricante

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Suiza
info@mineshop.ch

Persona responsable en la UE

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Alemania
info@mineshop.de

Versión: 10/2026

JOUW PRODUCT

De ChiroGun Yogamat is een trainingsmat voor yoga, gymnastiek, rek- en fascia-oefeningen. De gestructureerde onderkant zorgt voor grip op de vloer en de 5 mm dikke mat biedt prettige demping.

WAARVOOR?

- Voor yoga, pilates en gymnastiek
- Als ondergrond voor fascia- en rekoefeningen
- Voor thuis of in de sportschool

TECHNISCHE GEGEVENS

Afmetingen	ca. 185 × 65 cm, 5 mm dik
Gewicht	ca. 2,5 kg
Materiaal	100 % PVC
Onderkant	gestructureerd oppervlak voor meer grip
Kleuren	● Zwart ● Rood ● Groen ● Oranje ● Roze ● Geel ● Blauw

INHOUD VAN DE VERPAKKING

- 1 × ChiroGun Yogamat in de gekozen kleur

1 Uitrollen

Rol de mat uit op een vlakke, schone en droge vloer, met de gestructureerde onderkant naar beneden. Krullen de uiteinden op, rol de mat dan even andersom op.

2 Trainen

Gebruik de mat op blote voeten of met schone zaalschoenen voor yoga, gymnastiek, rek- en fascia-oefeningen.

3 Daarna

Neem de mat af met een vochtige doek, laat hem volledig drogen en rol hem pas dan op.

OM TE ONTHOUDEN

- Alleen op een droge, vlakke vloer gebruiken.
- Met natte, olieachtige of ingesmeerde handen en voeten wordt het oppervlak glad.
- Niet betreden met puntige voorwerpen, noppen- of spikeschoenen.
- De mat is geen val- of stootbescherming.

BELANGRIJK

Lees vóór het eerste gebruik de veiligheidsinformatie. Bij gezondheidsklachten of zwangerschap overleg je vóór het trainen met je arts.

ONDERHOUD & OPSLAG

- Afnemen met een vochtige doek en zo nodig wat mild zeepsop.
- Niet in de wasmachine wassen, geen oplosmiddelen of oliën gebruiken.
- Vóór het oprollen volledig laten drogen.
- Opgerold bewaren, niet in de volle zon en niet naast de verwarming.

AFVALVERWERKING

De mat is gemaakt van PVC. Gooi hem bij het restafval of lever hem in bij de milieustraat of het containerpark en volg de regels van je gemeente. Scheid de verpakking per materiaal bij het weggooien.

GARANTIE

De wettelijke garantie is van toepassing. Bewaar je aankoopbewijs goed. Heb je vragen over het product? Je bereikt ons via info@mineshop.de.

FABRIKANT & CONTACT

Fabrikant

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Zwitserland
info@mineshop.ch

Verantwoordelijke persoon in de EU

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Duitsland
info@mineshop.de

Versie: 10/2026

TWÓJ PRODUKT

ChiroGun Mata do jogi to mata treningowa do jogi, gimnastyki, ćwiczeń rozciągających i powięziowych. Teksturowany spód zapewnia przyczepność do podłoża, a mata o grubości 5 mm przyjemnie amortyzuje.

ZASTOSOWANIE

- Do jogi, pilatesu i gimnastyki
- Jako podkład do ćwiczeń powięziowych i rozciągających
- W domu lub na zajęciach

DANE TECHNICZNE

Wymiary	ok. 185 × 65 cm, grubość 5 mm
Waga	ok. 2,5 kg
Materiał	100 % PVC
Spód	teksturowana powierzchnia dla lepszej przyczepności
Kolory	 Czarny  Czerwony  Zielony  Pomarańczowy  Różowy  Żółty  Niebieski

ZAWARTOŚĆ ZESTAWU

- 1 × ChiroGun Mata do jogi w wybranym kolorze

1 Rozwijanie

Rozwiń matę na równej, czystej i suchej podłodze, teksturowanym spodem do dołu. Jeśli końce się zawijają, zwiń matę na chwilę w przeciwną stronę.

2 Trening

Używaj maty bosą lub w czystym obuwiu halowym do jogi, gimnastyki, ćwiczeń rozciągających i powięziowych.

3 Na koniec

Przetrzyj matę wilgotną ściereczką, pozostaw do całkowitego wyschnięcia i dopiero wtedy zwiń.

W SKRÓCIE

- Używaj tylko na suchej, równej podłodze.
- Przy mokrych, tłustych lub posmarowanych kremem dłoniach i stopach powierzchnia staje się śliska.
- Nie wchodź na matę z ostrymi przedmiotami ani w butach z korkami lub kolcami.
- Mata nie chroni przed skutkami upadku ani uderzenia.

WAŻNE

Przed pierwszym użyciem przeczytaj informacje o bezpieczeństwie. Przy dolegliwościach zdrowotnych lub w ciąży skonsultuj się z lekarzem przed treningiem.

PIELĘGNACJA I PRZECHOWYWANIE

- Przecierać wilgotną ściereczką, w razie potrzeby z odrobiną roztworu łagodnego mydła.
- Nie prać w pralce, nie używać rozpuszczalników ani olejków.
- Przed zwinięciem pozostawić do całkowitego wyschnięcia.
- Przechowywać zwiniętą, nie na pełnym słońcu i nie obok grzejnika.

UTYLIZACJA

Mata jest wykonana z PVC. Wyrzucić ją do odpadów zmieszanych lub oddać do PSZOK, przestrzegając zasad obowiązujących w Twojej gminie. Opakowanie posegreguj według rodzaju materiału.

RĘKOJMIA

Obowiązuje ustawowa rękojmia. Zachowaj dowód zakupu. Pytania dotyczące produktu kieruj na adres info@mineshop.de.

PRODUCENT I KONTAKT

Producent

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Szwajcaria
info@mineshop.ch

Osoba odpowiedzialna w UE

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Niemcy
info@mineshop.de

Wersja: 10/2026

VÁŠ VÝROBEK

Podložka na jógu ChiroGun je podložka na cvičení pro jógu, gymnastiku, protahovací a fasciální cvičení. Strukturovaná spodní strana zajišťuje přilnavost k podlaze a podložka o tloušťce 5 mm přitom příjemně tlumí.

K ČEMU?

- Na jógu, pilates a gymnastiku
- Jako podložka pro fasciální a protahovací cvičení
- Doma nebo ve fitness centru

TECHNICKÉ ÚDAJE

Rozměry	cca 185 × 65 cm, tloušťka 5 mm				
Hmotnost	cca 2,5 kg				
Materiál	100 % PVC				
Spodní strana	strukturovaný povrch pro lepší přilnavost				
Barvy	 Černá	 Červená	 Zelená	 Oranžová	 Růžová
	 Žlutá	 Modrá			

OBSAH BALENÍ

- 1 × ChiroGun Podložka na jógu ve zvolené barvě

1 Rozvinutí

Rozviňte podložku na rovné, čisté a suché podlaze, strukturovanou spodní stranou dolů. Pokud se konce stáčejí, srolujte podložku krátce opačným směrem.

2 Trénink

Podložku používejte naboso nebo v čisté sálové obuvi na jógu, gymnastiku, protahovací a fasciální cvičení.

3 Potom

Podložku otřete vlhkým hadříkem, nechte ji zcela uschnout a teprve potom ji srolujte.

V KOSTCE

- Používejte pouze na suché, rovné podlaze.
- Při mokřích, mastných nebo krémem natřených rukou či chodidlech povrch klouže.
- Nevstupujte na ni s ostrými předměty ani v obuvi s kolíky či hřeby.
- Podložka nechrání před pádem ani nárazem.

DŮLEŽITÉ

Před prvním použitím si přečtěte bezpečnostní informace. Při zdravotních potížích nebo v těhotenství se před cvičením poraďte se svým lékařem.

PÉČE A SKLADOVÁNÍ

- Otřete vlhkým hadříkem, v případě potřeby s trochou jemného mýdlového roztoku.
- Neperte v pračce, nepoužívejte rozpouštědla ani oleje.
- Před srolováním nechte zcela uschnout.
- Skladujte srolovanou, ne na přímém slunci a ne vedle topení.

LIKVIDACE

Podložka je vyrobená z PVC. Vyhodte ji do směsného odpadu nebo odevzdejte na sběrný dvůr a řiďte se pravidly své obce. Obal prosím zlikvidujte odděleně podle druhu materiálu.

ZÁRUKA

Platí zákonná záruka. Uschovejte si prosím doklad o koupi. S dotazy k výrobku se na nás obraťte na info@mineshop.de.

VÝROBCE A KONTAKT

Výrobce

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Švýcarsko
info@mineshop.ch

Odpovědná osoba v EU

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Německo
info@mineshop.de

Verze: 10/2026

VÁŠ VÝROBOK

Jogová podložka ChiroGun je podložka na jogu, gymnastiku, strečing a cviky na fascie. Štruktúrovaná spodná strana zaisťuje priľnavosť k podlahe a 5 mm hrubá podložka pritom príjemne tlmí.

NA ČO SLUŽI?

- Na jogu, pilates a gymnastiku
- Ako podložka na cviky na fascie a strečing
- Doma alebo vo fitnescentre

TECHNICKÉ ÚDAJE

Rozmery	cca 185 × 65 cm, hrúbka 5 mm
Hmotnosť	cca 2,5 kg
Materiál	100 % PVC
Spodná strana	štruktúrovaný povrch pre lepšiu priľnavosť
Farby	 Čierna  Červená  Zelená  Oranžová  Ružová  Žltá  Modrá

OBSAH BALENIA

- 1 × ChiroGun Jogová podložka vo zvolenej farbe

1 Rozvinutie

Podložku rozviňte na rovnej, čistej a suchej podlahe štruktúrovanou spodnou stranou nadol. Ak sa okraje stáčajú, podložku nakrátko zrolujte opačným smerom.

2 Tréning

Podložku používajte naboso alebo v čistej halovej obuvi na jogu, gymnastiku, strečing a cviky na fascie.

3 Po cvičení

Podložku utrite vlhkou handričkou, nechajte ju úplne vyschnúť a až potom ju zrolujte.

V SKRATKE

- Používajte len na suchej, rovnej podlahe.
- S mokrými, masťnými alebo krémom natretými rukami a chodidlami je povrch klzký.
- Nestúpajte na ňu s ostrými predmetmi ani v kopačkách či tretrách.
- Podložka neslúži ako ochrana pri páde ani dopade.

DÔLEŽITÉ

Pred prvým použitím si prečítajte bezpečnostné informácie. Pri zdravotných ťažkostiach alebo v tehotenstve sa pred tréningom poraďte so svojím lekárom.

ÚDRŽBA A SKLADOVANIE

- Utrite vlhkou handričkou, podľa potreby s trochou jemného mydlového roztoku.
- Neperte v práčke, nepoužívajte rozpúšťadlá ani oleje.
- Pred zrolovaním nechajte úplne vyschnúť.
- Skladujte zrolovanú, nie na priamom slnku a nie pri radiátore.

LIKVIDÁCIA

Podložka je z PVC. Zlikvidujte ju, prosím, v zmesovom odpade alebo na zbernom dvore a dodržiavajte pravidlá svojej obce. Obal, prosím, zlikvidujte triedene podľa materiálu.

ZÁRUKA

Platí zákonná záruka. Doklad o kúpe si, prosím, uschovajte. Ak máte otázky k výrobku, kontaktujte nás na info@mineshop.de.

VÝROBCA A KONTAKT

Výrobca

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Švajčiarsko
info@mineshop.ch

Zodpovedná osoba v EÚ

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Nemecko
info@mineshop.de

Verzia: 10/2026