



REEBOK STEP



STUDIO / COMMERCIAL PRODUCT • PRODUIT POUR STUDIO / USAGE COMMERCIAL

ARTICOLO PER PALESTRA / SCOPPI COMMERCIAL • PRODUCTO COMERCIAL / GIMNASIO • PRODUKT FÜR DAS STUDIO/DEN KOMMERZIELLEN GEBRAUCH • PRODUTO DE ESTÚDIO/COMERCIAL •
СТУДИЯ / КОММЕРЧЕСКИЙ ПРОДУКТ • 健身房/商用产品 • スタジオ / 商用製品 • 스튜디오 / 상업용 제품 • المنتج التجاري / استوديو

EN

- This equipment is made for studio, semi commercial, commercial or personal training use. it may also be used in a home use environment.
- Injuries to health may result from incorrect or excessive training.
- Consult your doctor before performing any exercise program.
- Keep children and pets away from the device at all times.
- Ensure the equipment is on a flat, stable and level surface with at least 0.6m of clear area surrounding the equipment.
- Always wear appropriate exercise clothing and training shoes.
- The safety level of the equipment can only be maintained if it is examined regularly for damage and wear. Replace defective components immediately and / or keep the equipment out of use until repaired. Pay special attention to components most susceptible to wear.

FR

- Cet équipement est conçu pour l'entraînement en salle, un usage semi-commercial, commercial ou personnel. Il peut également être utilisé à la maison.
- Un entraînement incorrect ou excessif peut être préjudiciable pour la santé.
- Consultez a su médico antes de realizar cualquier programa de entrenamiento.
- Tenir les enfants et les animaux domestiques éloignés de l'appareil à tout moment.
- Veiller à installer l'équipement sur une surface plane et stable en laissant au moins 0,6 m d'espace dégagé autour de l'appareil.
- Toujours porter des vêtements et chaussures de sport appropriés.
- Le niveau de sécurité de l'équipement ne peut être maintenu que si une inspection régulière est effectuée pour détecter les dommages et l'usure. Remplacez immédiatement les pièces défectueuses et / ou arrêtez d'utiliser l'équipement tant qu'il n'a pas été réparé. Accordez une attention particulière aux pièces les plus sujettes à l'usure.

ITA

- Attrezzo destinato ad uso in palestra, per scopi semi-commerciali, commerciali, o per allenamenti personali, anche in casa.
- Sessioni di allenamento scorretto o eccessivo possono comportare disturbi alla salute.
- Consulta il tuo medico prima di svolgere qualunque programma di esercizi.
- Tieni sempre lontani bambini e animali domestici.
- Assicurati che l'attrezzo sia collocato su una superficie piana, stabile e livellata, prevedendo intorno ad esso uno spazio minimo di 0,6 m.
- Per i tuoi allenamenti indossa sempre indumenti appropriati e scarpe da ginnastica.
- Il livello di sicurezza dell'attrezzo può essere assicurato solo se viene regolarmente controllato per verificarne eventuali danneggiamenti o usura. Sostituisci immediatamente eventuali componenti difettosi e non consentire l'uso dell'attrezzo fino ad avvenuta riparazione. I componenti maggiormente soggetti ad usura devono essere controllati con maggiore attenzione.

ESP

- Este equipo ha sido diseñado para el uso comercial, semicomercial, en gimnasio o entrenamiento personal. también podrá ser utilizado en un entorno de uso doméstico.
- El entrenamiento incorrecto o excesivo puede dañar la salud.
- Consulte a su médico antes de realizar cualquier programa de entrenamiento.
- Mantenga a los niños y mascotas alejados del dispositivo en todo momento.
- Asegúrese de que el equipo quede ubicado sobre una superficie plana, estable y nivelada, manteniendo despejada la zona alrededor del mismo en un radio de al menos 0,6 m.
- Utilice siempre zapatillas de deporte y ropa de entrenamiento adecuadas.
- Puede mantenerse el nivel de seguridad del equipo únicamente si se revisa de forma periódica en cuanto a daños y desgaste. Sustituya de inmediato los componentes defectuosos y / o mantenga el equipo fuera de servicio hasta que sea reparado. Preste especial atención a los componentes más propensos al desgaste.

GER

- Dieses gerät ist für den gebrauch im fitnessstudio, den semi-kommerziellen oder kommerziellen gebrauch oder personal training geeignet. es ist ausserdem für den hausgebrauch geeignet.
- Falsches oder übermässiges training kann zu gesundheitlichen schäden führen.
- Wenden sie sich an ihren arzt, bevor sie ein trainingsprogramm durchführen.
- Bewahren sie das gerät stets ausserhalb der reichweite von kindern und haustieren auf.
- Stellen sie sicher, dass sich das gerät auf einer flachen, stabilen und geraden oberfläche befindet und ein mindestabstand von 0,6 m um das gerät eingehalten wird.
- Tragen sie stets angemessene sportbekleidung und trainingsschuhe.
- Das sicherheitsniveau des geräts kann nur gewährleistet werden, wenn es regelmässig auf beschädigungen und verschleiss geprüft wird. Tauschen sie defekte teile umgehend aus bzw. Benutzen sie das gerät erst wieder, wenn es repariert wurde. Achten sie insbesondere auf verschleissanfällige teile.

POR

- Este equipamento foi criado para treinos em estúdios, espaços semicomerciais, comerciais ou para utilização pessoal. também pode ser utilizado num ambiente de utilização em casa.
- O treino incorreto ou excessivo pode ser prejudicial para a saúde.
- Consulte o seu médico antes de executar qualquer programa de exercício.
- Mantenha sempre as crianças e os animais de estimação afastados do dispositivo.
- Certifique-se de que o equipamento é colocado sobre uma superfície plana, estável e nivelada com pelo menos 0,6 m de área livre à volta do equipamento.
- Utilize sempre roupa de exercício apropriada e calçado de treino.
- O nível de segurança do equipamento apenas pode ser mantido se este for inspecionado regularmente quanto a danos e desgaste. Substitua imediatamente componentes com defeito e/ou mantenha o equipamento fora de serviço até à sua reparação. Preste especial atenção aos componentes mais suscetíveis ao desgaste.

RUS

- Оборудование предназначено для тренировок в фитнес-студии и может быть использовано в полукommerческих, коммерческих целях или для оказания индивидуальных тренировок. оно также может использоваться в домашних условиях.
- Неправильные или чрезмерные тренировки могут нанести ущерб вашему здоровью.
- Перед выполнением тренировочной программы проконсультируйтесь с врачом.
- Обеспечьте невозможность доступа к устройству для детей и домашних животных.
- Убедитесь, что оборудование находится на стабильной плоской ровной поверхности, а вокруг него имеется не менее 0,6 м свободного пространства.
- Всегда носите подходящую спортивную одежду и обувь.
- Уровень безопасности оборудования может обеспечиваться только в случае его регулярного инспектирования на предмет повреждений и износа. Не используйте неисправное оборудование. Вышедшие из строя детали подлежат немедленной замене. Обратите особое внимание на детали, наиболее подверженные износу.

CN

- 本设备仅供健身、半商业、商业或个人训练使用。还可用于家居环境。
- 错误或过量锻炼可能受伤。
- 在执行任何锻炼计划之前，请咨询医生。
- 始终保持儿童和宠物远离设备。
- 确保设备置于平整表面，设备周围至少留出 0.6 米净空。
- 务必穿着合适的运动服和训练鞋。
- 只有定期检查损坏和磨损，设备安全性才能得以保持。立即更换故障部件和/或先维修再使用设备。请特别留意易磨损部件。

JAP

- この機器は、スタジオ、半営利的、営利的、あるいは個人的なトレーニング使用のために作られています。これはまた、家庭の使用環境で使ってもかまいません。
- 健康への害が、正しくない、あるいは過剰なトレーニングの結果、起きることがあります。
- 何らかの運動プログラムを行う前に、医者に相談してください。
- いつでも、子供とペットを装置に近づけないでください。
- 機器を必ず、平らな、安定した水準面の上に、機器の周りのエリアから最低、0.6M 離して置いてください。
- いつも適切な運動用衣服を着、トレーニング用靴を履いてください。
- 機器の安全レベルは、損傷や摩耗がないかどうかを定期的に検査する場合のみ、維持することができます。欠陥があるコンポーネントは即座に交換し、および/あるいは、機器が修理されるまで使用しないでください。接続点など、最も摩耗しやすいコンポーネントに特に注意を払ってください。

KOR

- 본 장비는 스튜디오나 업체에서 혹은 퍼스널 트레이닝의 목적으로 사용할 수 있도록 제작되었습니다. 일반 가정 환경에서도 사용 가능합니다.
- 잘못된 동작이나 과도한 운동으로 인해 부상을 입을 수 있습니다.
- 운동 프로그램을 시작하기 전, 의사에게 문의하시기 바랍니다.
- 어린이와 애완동물이 절대 가까이 오지 않도록 합니다.
- 기울어지지 않은 편평하고 안정적인 표면에 기기를 두되, 주변에 최소 0.6m의 여유 공간을 둡니다.
- 항상 적합한 운동복과 운동용 신발을 착용하시기 바랍니다.
- 손상이나 마모된 부분이 있는 장치적으로 검사를 받은 경우에만 기계의 안전이 보장됩니다. 하자가 발견된 부품은 즉각 교체하거나 수리가 완료될 때까지 기계를 사용을 중단합니다. 소모가 많이 되는 부품에 특히 주의의를 기울이십시오.

ARA

- هذا الجهاز مخصص للصالات الرياضية وأغراض التدريب شبه التجارية أو التجارية أو الشخصية. ويمكن أيضًا استخدامه في المنزل.
- قد تتجم الإصابات الشخصية عن التدريب غير السليم أو المفرط.
- استشر طبيبك قبل أداء أي برنامج تدريبي.
- احرص على إبعاد الأطفال والحيوانات الأليفة عن الجهاز طوال الوقت.
- احرص على وضع الجهاز على سطح مستقر مع توفير مساحة خالية محيطها بمقدارها 0.6 متر على الأقل.
- ارتد ملابس وأحذية التدريب المناسبة دومًا.
- العناية على الفور وأو تجنب استخدام الجهاز حتى إصلاحه. يُرجى الانتباه الشديد للمكونات سريعة التآكل يمكن الحفاظ على مستوى سلامة الجهاز إذا تم فحصه بانتظام للتحقق من عدم وجود تلف أو اهتراء. استبدل المكونات



FOR PRODUCT INFORMATION OR SERVICE PLEASE CONTACT:

UK: RFE Europa Ltd, 8 Clarendon Drive, Wymbush, Milton Keynes, MK8 8ED.
Customer Service: Tel: +44 (0)800 440 2459 / Email: techsupport@rfeinternational.com

Europe: RFE Europa, Linprunstrasse 49, 80335 Munich, Deutschland.
serviceeuropa@rfeinternational.com

ES: serviciotecnico@rfeinternational.com / +34 800 600 816

DE: serviceeuropa@rfeinternational.com / +49 (0)89 189 39 700

APAC (excluding Australia): RFE Asia Pacific, 26F, 2608-2609, 1 Hung To Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong. Customer Service: Tel: +852 34685027 Email: techsupportapac@rfeinternational.com

Australia: techsupportaustralia@rfeinternational.com

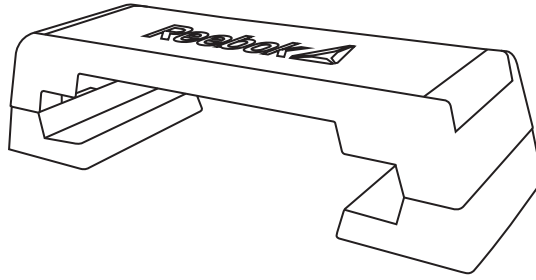
China: 中国: 上海锐达健身科技发展有限公司 上海市宝山区爱辉路201号 智航创新园 1座 1601A室
电子邮件:techsupportchina@rfeinternational.com 电话: 4007037798

USA: RFE Sporting Goods Inc., 715 Discovery Blvd, Suite 313, Cedar Park, TX-78613, USA
Tel: +1 (800) 215 6216 / Email: techsupportusa@rfeinternational.com





REEBOK STEP



WARRANTY: 2 YEARS



110 KG / 242 LB
MAX

NET WEIGHT: 7.2 KG / 15.8 LB



0-12 YRS

TRAINING - BASIC STEP UP • FORMATION - ÉTAPE DE BASE

ALLENAMENTO - STEP UP DI BASE • ENTRENAMIENTO - PASO BÁSICO • AUSBILDUNG - GRUNDLEGENDE SCHRITTE • TREINAMENTO - PASSO BÁSICO • ОБУЧЕНИЕ - ОСНОВНОЙ ШАГ • 培训-基本准备 • トレーニング-基本的なステップアップ • 교육-기본 스텝 업 • ةيسي اسأ ةوطخ - بي ردت ل



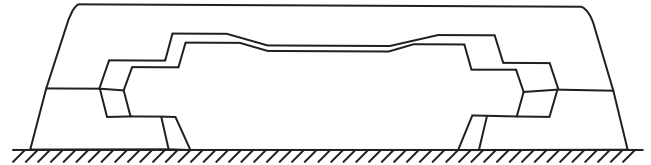
WORKOUT GUIDE



REEBOKFITNESS.COM

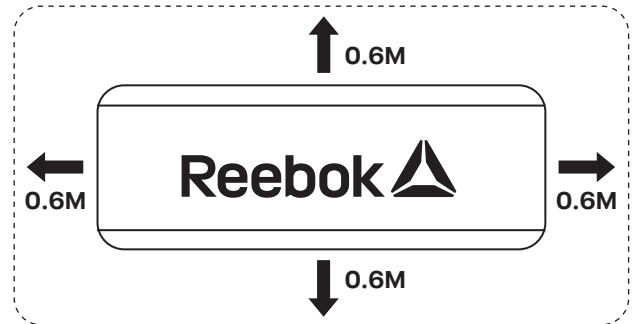
PLACE ON A FLAT SURFACE • PLACER SUR UNE SURFACE PLANE

POSIZIONA SU UNA SUPERFICIE PIANA • COLOCAR SOBRE UNA SUPERFICIE PLANA • AUF EINE EBENE FLÄCHE STELLEN • COLOQUE EM UMA SUPERFÍCIE PLANA • ПОМЕСТИТЬ НА РОВНУЮ ПОВЕРХНОСТЬ • 放在平面上 • 平らな面に置く • 평평한 표면에 놓으십시오 • مكان على سطح مستو



0.6M SPACE AROUND THE STEP • 0,6M D'ESPACE AUTOUR DE L'ÉTAPE

0,6 M DI SPAZIO INTORNO ALLO STEP • 0,6M DE ESPACIO ALREDEDOR DEL PASO • 0,6 M RAUM UM DIE SCHRITT • 0,6 MILHÃO DE ESPAÇO AO REDOR DO PASSO • 0,6 M ПРОСТРАНСТВО ВОКРУГ ШАГА • 环绕空间0.6M • ステップの周りに0.6Mのスペース • 단계 주변의 0.6M 공간 • مسافة 0.6 متر حول الخطوة

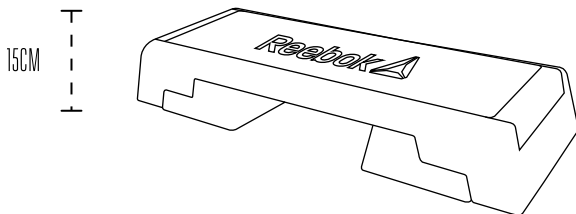


THREE LEVELS • TROIS NIVEAUX

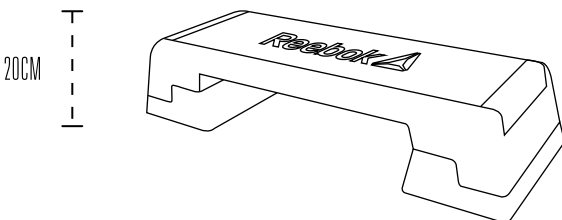
TRE LIVELLI • TRES NIVELES • DREI EBENEN • TRÉS NÍVEIS • ТРИ УРОВНЯ • 三个层次 • 3つのレベル • 세 가지 수준 • ثلاثة مستويات

TRE LIVELLI •

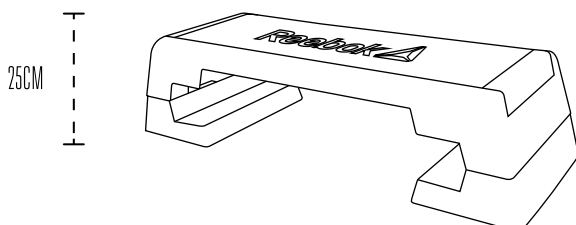
LEVEL 01.



LEVEL 02.

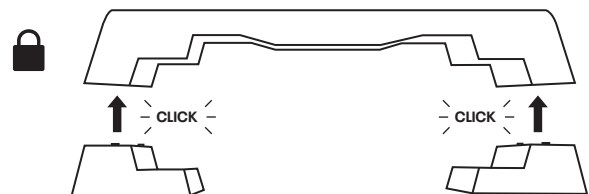


LEVEL 03.



CLICK TO LOCK • CLIQUEZ POUR VERROUILLER

CHIUDI A SCATTO PER BLOCCARE • HAGA CLIC PARA BLOQUEAR • KLICKEN SIE, UM ZU SPERREN • CLIQUE PARA FECHAR • НАЖМИТЕ, ЧТОБЫ ЗАБЛОКИРОВАТЬ • 单击锁定 • ロックするにはクリック • 클릭하여 잠금 • انقر لقفّل



PULL TO UNLOCK • TIRER POUR DÉVERROUILLER

TIRA PER SBLOCCARE • TIRAR PARA DESBLOQUEAR • ZUM ENTRIEGELN ZIEHEN • ZUM ENTRIEGELN ZIEHEN • ПОТЯНИТЕ, ЧТОБЫ РАЗБЛОКИРОВАТЬ • 拉开 • ロックを解除するために引っ張る • سحب لإلغاء

