

UPUTE ZA 420113 ŽOGA NOGOMET "KICK OFF" 18007"

Prije prve uporabe vašeg Nogometnog trenera pročitajte upute u nastavku:

Sadržaj: Set uključuje: jedan podesivi pojas s pločicom, jednu nogometnu loptu za trening i jednu dužinu elastike.

MONTAŽA:

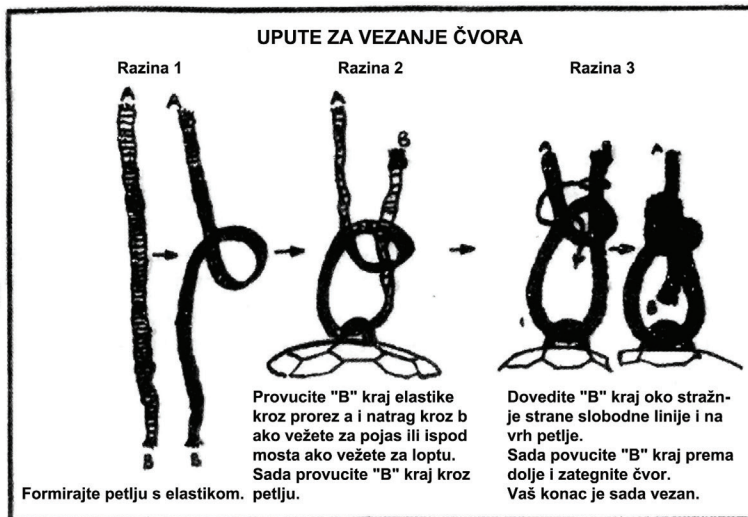
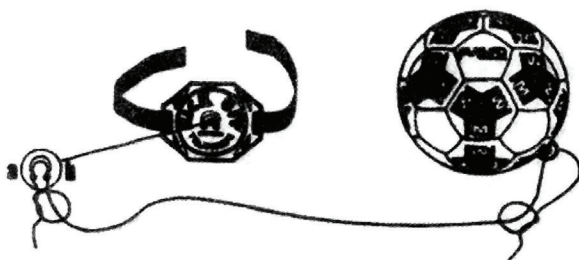
1. Zavežite jedan kraj elastične trake za ploču remena na sljedeći način:

Provucite jedan kraj kroz utor "a" i provucite ga natrag kroz utor "b" te zavežite pomoću ne klizajućeg čvora. Preporučamo bowline jer će izdržati pod napetošću, nikada se ne može zaglaviti i može se lako odvezati (sl.4).

2. Zavežite drugi kraj elastične trake za loptu za vježbanje na sljedeći način:

Provucite slobodni kraj elastične trake ispod prenosnice lopte i provucite je natrag preko prenosnice samo jednom dok ne dobijete otprilike 75 mm slobodne duljine. Zavežite elastiku uz pomoć ne klizajućeg čvora, ali pazite da se formirana omča slobodno kreće po mostu i da se ne ukopava u njega. Preporučamo bowline jer će izdržati pod napetošću, nikada se ne može zaglaviti i može se lako odvezati.

3. Stavite remen i zakopčajte ga. Podesite pojas za udobnost oko struka tako da ploča bude na prednjem dijelu vašeg tijela.



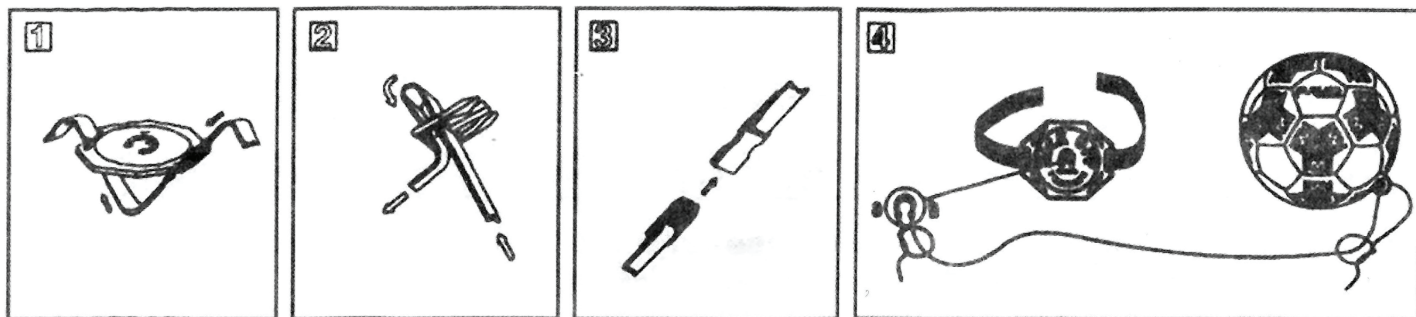
NOGOMETNI TRENING - SAVJETI ZA SIGURAN RAD.

Ovaj nogometni trener dizajniran je da vam pomogne u razvoju vaših nogometnih vještina, npr. držanje lopte u zraku, hvatanje lopte prsimi, odbijanje koljena iznutra i izvana, precizni udarci prstim.

UPOZORENJE! Nemojte snažno udarati lopticu u bilo kojem smjeru dok ne postanete vješti u korištenju jer bi se mogla brzo vratiti prema vama i tako je teško kontrolirati.

Prije uporabe uvijek provjerite stanje elastike i čvorova i zamijenite ih po potrebi - slijedeći gore navedene upute za vezivanje.

Za čišćenje tenisice: obrišite spužvom slabom otopinom sredstva za pranje posuđa i mlake vode. Nikada ne čistite bilo koji dio organskim otapalima, npr. razrjeđivač boje, benzin ili aceton - opasno je, oštetit će grafiku na lopti i oslabiti plastične dijelove. Budite strpljivi i temeljito razvijajte svoje vještine. Sada ste spremni za trening pa... **Zabavite se!**



NAVODILA ZA 420113 ŽOGA NOGOMET "KICK OFF" 18007"

Pred prvo uporabo nogometnega trenerja preberite spodnja navodila:

Vsebina: Set vsebuje: en nastavljiv pas s ploščico, eno nogometno vadbeno žogo in eno dolžino elastike.

MONTAŽA:

1. En konec elastike privežite na ploščico pasu, kot sledi:

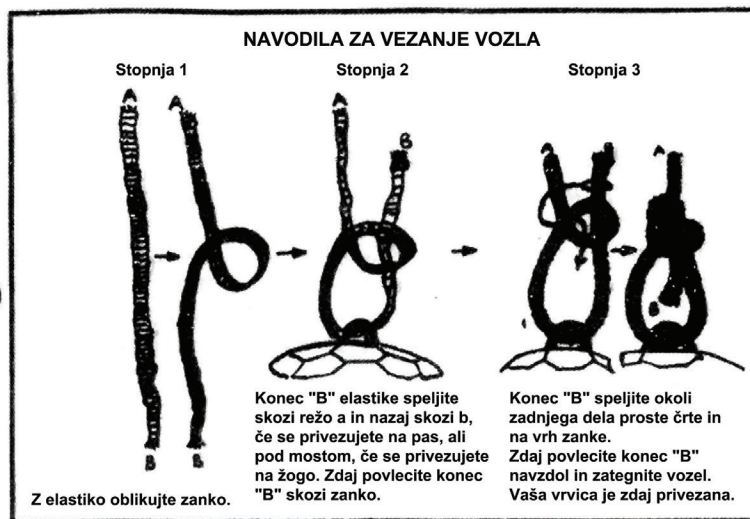
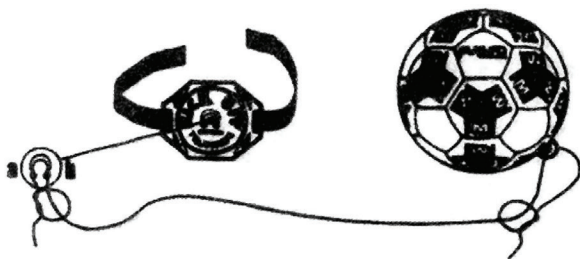
En konec napeljite skozi režo "a" in ga speljite nazaj skozi režo "b" ter zavežite skupaj z nedrsečim vozlom.

Priporočamo bowline, saj bo držala pod napetostjo, se nikoli ne more zagozditi in jo je mogoče zlahka odvezati (slika 4).

2. Drugi konec elastike privežite na vadbeno žogo, kot sledi:

Prosti konec elastike napeljite pod most žoge in jo samo enkrat potegnite nazaj čez most, dokler ne dobite približno 75 mm proste dolžine. Elastiko zavežite z nedrsečim vozlom, vendar pazite, da se zanka, ki nastane, prosto giblje po mostu in se ne zarije vanj. Priporočamo bowline, saj bo držala pod napetostjo, nikoli se ne more zagozditi in jo je mogoče enostavno odvezati.

3. Nadenite si pas in ga zapnite skupaj. Prilagodite pas za udobje okoli pasu tako, da je plošča na sprednji strani telesa.



NOGOMETNI TRENING - NASVET ZA VARNO DELOVANJE.

Ta nogometni trener je bil zasnovan tako, da vam pomaga pri razvoju vaših nogometnih veščin, npr. držanje žoge v zraku, lovljenje žoge s prsmi navzdol, odboj kolena znotraj in zunaj, natančni udarci s prsti.

OPOZORILO! Ne udarjajte žoge močno v nobeno smer, dokler niste večji njene uporabe, saj se lahko hitro vrne proti vam in jo je zato težko nadzorovati. Pred uporabo vedno preverite stanje elastike in vozlov ter jih po potrebi zamenjajte – po zgornjih navodilih za zavezovanje. Za čiščenje artikla: gobo obrišite s šibko raztopino tekočine za pomivanje posode in mlačne tople vode. Nikoli ne čistite nobenega dela z organskimi topili, npr. razredčila za barve, bencin ali aceton – je nevarno, poškoduje grafiko na žogi in oslabi plastične dele.

Bodite potrpežljivi in temeljito razvijajte svoje sposobnosti. Zdaj ste pripravljeni na trening, zato ... **Zabavajte se!**

