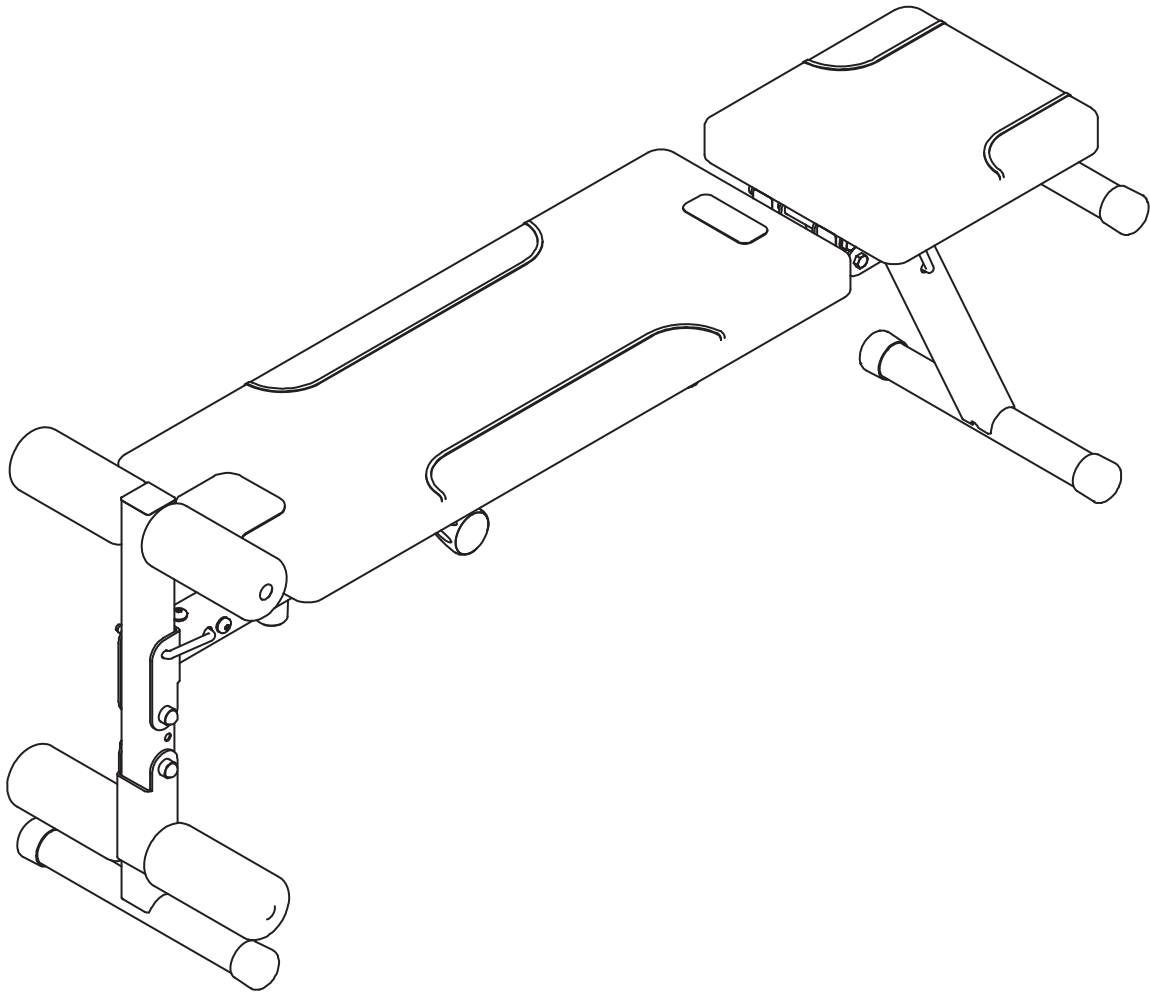


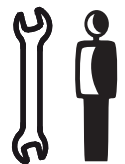
BA 220



BA 220

15 kg / 33 lbs
129 x 34 x 52 cm
51 x 13 x 21 in

Maxi
110 kg
242 lbs



15 min



DOMYOS

WARNING

- Misuse of this product may result in serious injury.
- Read user's manual and follow all warnings and operating instructions prior to use.
- Do not allow children on or around machine.
- Replace label if damaged, illegible, or removed.
- Keep hands, feet and hair away from moving parts.

AVERTISSEMENT

- Tout usage impropre de ce produit risque de provoquer des blessures graves.
- Avant toute utilisation, veuillez lire attentivement le mode d'emploi et respecter l'ensemble des avertissements et instructions qu'il contient.
- Ne pas permettre aux enfants d'utiliser cette machine et les tenir éloignés de cette dernière.
- Si l'autocollant est endommagé, illisible ou manquant, il convient de le remplacer.
- Ne pas approcher vos mains, pieds et cheveux de toutes les pièces en mouvement.

ADVERTENCIA

- Cualquier uso impropio de este producto puede provocar heridas graves.
- Antes de cualquier utilización, lea atentamente el modo de empleo y respetar todas las advertencias e instrucciones que contiene.
- No permitir a los niños utilizar esta máquina y mantenerlos alejados de la misma.
- Si faltase la pegatina, o si la misma estuviera dañada o ilegible, conviene sustituirla.
- No acercarse sus manos, pies y cabello de todas las piezas en movimiento.

WARNHINWEIS

- Jede unsachgemäße Benutzung dieses Produktes kann schwere Verletzungen zur Folge haben.
- Vor jedem Gebrauch bitte diese Gebrauchsanweisung aufmerksam lesen und alle darin enthaltenen Warnhinweise und Anweisungen befolgen.
- Kindern ist die Benutzung dieser Maschine zu untersagen und sie sind davon fernzuhalten.
- Ist der Aufkleber beschädigt, unleserlich oder nicht mehr vorhanden, muss er ersetzt werden.
- Ihre Hände, Füße und Haare von allen drehenden Teilen fernhalten.

AVVERTENZA

- Ogni uso improprio del presente articolo rischia di provocare gravi incidenti.
- Prima di qualsiasi utilizzo, vi preghiamo di leggere attentamente le istruzioni per l'uso e di rispettare le avvertenze e le modalità d'impiego.
- Tenere i bambini lontani dalla macchina e non permettere loro di utilizzarla.
- Se l'etichetta è danneggiata, illeggibile o assente, occorre sostituirla.
- Non avvicinare mani, piedi e capelli ai pezzi in movimento.

WAARSCHUWING

- Onjuist gebruik van dit product kan ernstige verwondingen veroorzaken.
- Voordat u het product gaat gebruiken, moet u de gebruiksaanwijzing lezen en alle waarschuwingen en instructies die hij bevat toepassen.
- Deze machine niet door kinderen laten gebruiken en niet in de buurt ervan laten komen.
- Als de sticker beschadigd, onleesbaar of afwezig is, moet hij vervangen worden.
- Uw handen, voeten of haar niet in de buurt van de bewegende delen brengen.

ADVERTÊNCIA

- Qualquer utilização imprópria deste produto comporta o risco de causar danos graves.
- Antes de cada utilização, leia atentamente as instruções de utilização e respeite o conjunto dos avisos e instruções incluídas.
- Mantenha este aparelho afastado das crianças e não permita a sua utilização por estas.
- Se o autocolante estiver danificado, ilegível ou ausente, é conveniente substituí-lo.
- Não aproxime as suas mãos, pés e cabelos das peças em movimento.

UWAGA

- Nieprawidłowe użytkowanie produktu może być przyczyną wypadków.
- Przeczytaj instrukcję obsługi i przestrzegaj wszystkich zaleceń i instrukcji.
- Nie zezwalaj dzieciom na zabawę na i w pobliżu urządzenia.
- Wymień etykiety w przypadku uszkodzenia, nieczytelności lub ich braku.
- Nie zbliżać rąk, nóg i włosów do elementów w ruchu.

FIGYELMEZTETÉS

- A szerkezet helytelen használatá súlyos sérülésekhez vezethet.
- Használat előtt olvassa el a felhasználói kézikönyvet és tartson be minden figyelmeztetést, illetve használati útmutatót.
- Ne hagyja, hogy a gyerekek a gépre vagy közelébe kerüljenek.
- Cserélje ki a címkét, ha sérült, olvashatatlan vagy hiányzik.
- Tartsa távol a kezeket, lábakat, a haját a mozgó alka wtrészeketől.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- Некорректная эксплуатация данного изделия может вызвать тяжелые поражения.
- Перед использованием внимательно прочитайте инструкцию по эксплуатации.
- Соблюдайте все предосторожности и рекомендации, которые содержит этот документ.
- Не позволяйте детям использовать эту машину. Не допускайте детей близко к аппарату.
- Если клейкая этикетка повреждена, стерта или отсутствует, ее необходимо заменить.

ATENȚIE

- Utilizarea necorespunzătoare a acestui produs riscă să provoace răniri grave.
- Înainte de utilizare, vă rugăm să citiți cu atenție modul de folosire și să respectați toate atenționările și instrucțiunile pe care acesta le conține.
- Nu permiteți copiilor să utilizeze această mașină și țineți departe de aceasta.
- Dacă autocolantul este deteriorat, ilizibil sau lipsește, este indicat să înlocuiți.
- Nu vă apropiați mâinile, picioarele și părul de piesele în mișcare.

UPOZORNĚNÍ

- Jakékoliv nevhodné použití tohoto výrobku může způsobit vážná poranění.
- Před jakýmkoliv použitím výrobku si pečlivě pročtěte návod k použití a respektujte všechna upozornění a pokyny, která jsou zde uvedena.
- Zabraňte dětem, aby tento přístroj používaly a přibližovaly se k němu.
- Jestliže je samolepicí štítek poškozen, je nečitelný nebo na výrobku chybí, je nutné jej vyměnit.
- Nepřibližujte ruce, nohy a vlasy k pohyblivým částem.

WARNING

- Felaktig användning av denna produkt riskerar att förorsaka allvarliga personskador.
- Läs noga bruksanvisningen innan du använder produkten och ta hänsyn till alla varningar och instruktioner som den innehåller.
- Låt inte barn använda denna maskin och håll dem på avstånd från den.
- Om dekalen är skadad, oläslig eller saknas, måste den ersättas med en ny.
- Låt inte händerna, fötterna eller håret komma i närheten av rörliga delar.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- Всяко неправилно използване на този продукт може да доведе до сериозни наранявания.
- Преди да използвате продукта, моля прочетете внимателно начина на употреба и спазвайте всички предупреждения и инструкции, които той съдържа.
- Не позволявайте тази машина да бъде използвана от деца и ги дръжте на разстояние от нея.
- Ако самозалепващата лента е повредена, нечетлива или липсва, тя трябва да бъде сменена.
- Не доближавайте ръцете, краката и косите си до движещите се части.

UYARI

- Bu ürünün herhangi bir yanlış kullanımı ağır yaralara yol açabilir.
- Her kullanımdan önce, kullanım yöntemini dikkatle okumanız ve içindeki tüm uyarı ve talimatlara uymanız gerekir.
- Çocukların bu makineyi kullanmalarına izin vermeyin ve onları bu makineden uzak tutun.
- Yapışkan etiket zarar görmüş, okunaksız veya mevcut değilse, yenisi ile değiştirilmesi uygun olacaktır.
- Ellerinizi, ayaklarınızı ve saçlarınızı hareket halindeki parçalara yaklaştırmayın.

تحذير

- عدم استخدام هذا المنتج بشكل سليم قد يسبب في إصابة خطيرة.
- قبل الاستخدام احرص على قراءة دليل الات استخدام بعناية مع الاهتمام الخاص بجميع التحذيرات والتعليمات التي يتضمنها.
- يمنع استخدامه من قبل الأطفال ويحفظ بعيداً عنهم.
- يجب استبدال اللاصقة إذا تلفت أو تشوهت أو فقدت.
- يمنع تقريب اليدين والقدمين والشعر من جميع الأجزاء المتحركة.

注意

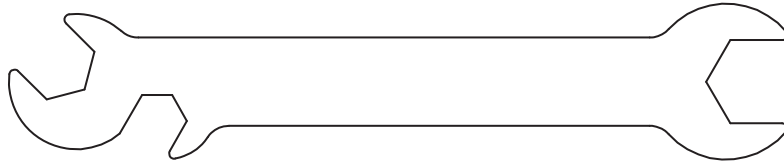
- 濫用本產品有造成嚴重傷害的可能。
- 使用前請閱讀使用說明，遵守其中的有關注意事項和操作規定。
- 不要讓兒童使用本產品及在產品周圍玩耍。
- 若標籤受損、印刷模糊或無標籤，則應更換標籤。
- 使手、腳和頭髮遠離運動的部位。

注意事項

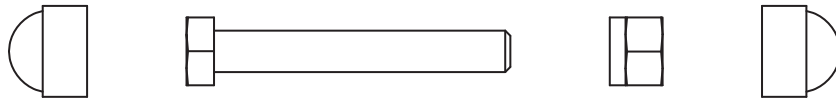
- 對產品的不當使用將導致嚴重受傷。
- 使用本產品之前請閱讀本手冊上的全部說明，並遵照注意事項進行使用。
- 不可讓兒童接近或使用該器材。
- 如產品上的貼標損壞、模糊或缺失，請將其更換。
- 不可將雙手、雙腳或頭髮靠近運動中的部件。

ASSEMBLY • MONTAGE • MONTAJE • MONTAGE • MONTAGGIO • AFWERKING • MONTAGEM •
MONTAŽ • SZERELÉS • СБОРКА • MONTARE • MONTÁŽ • MONTERING • МОНТИРАНЕ • MONTAJ
• التركيب • 安装 • 安装

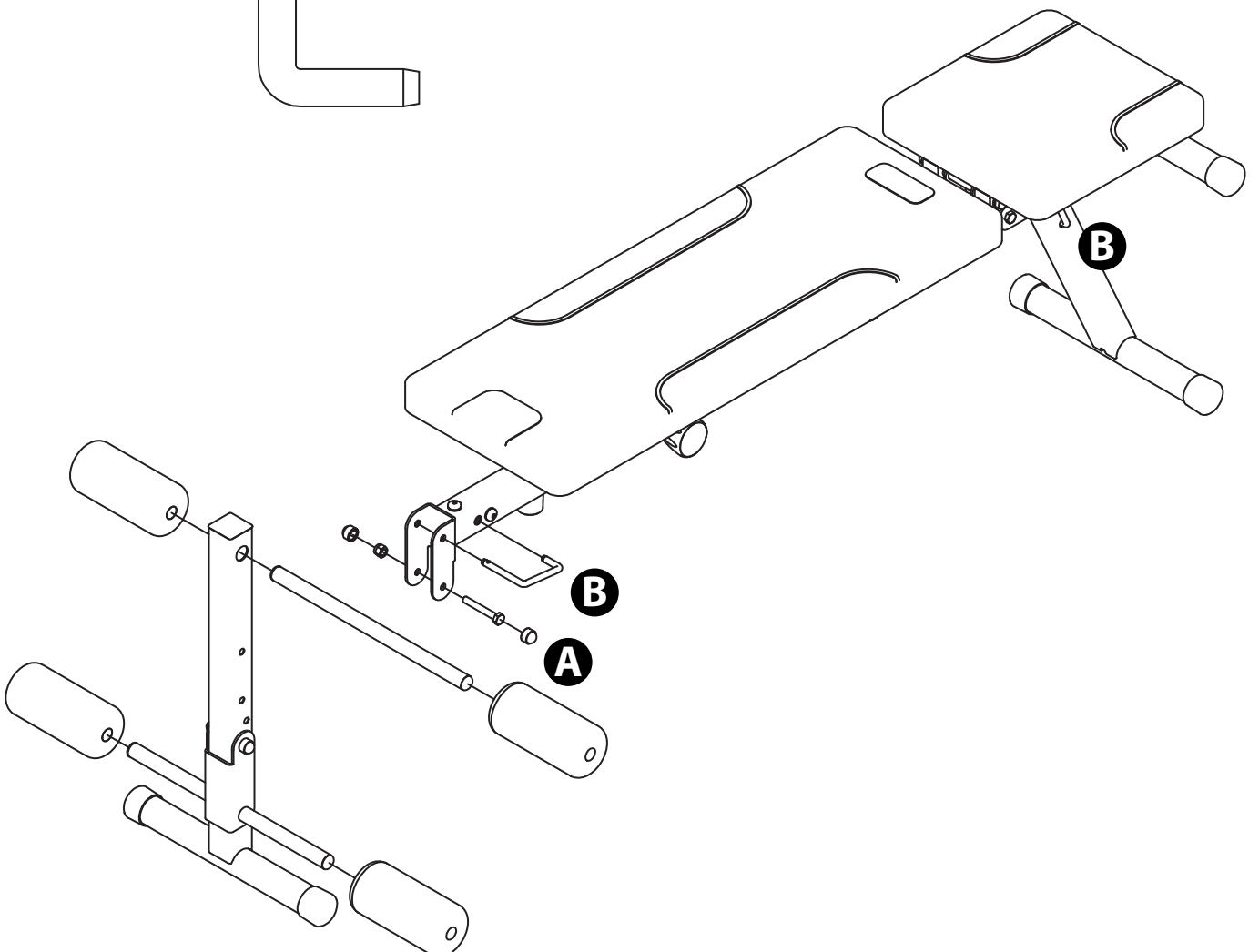
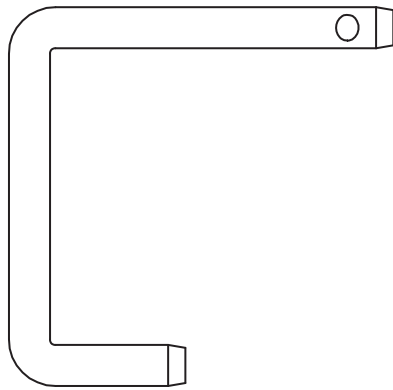
x 2



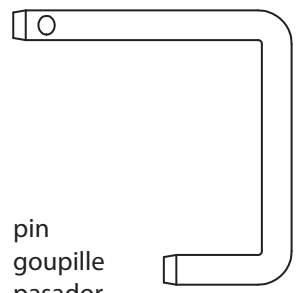
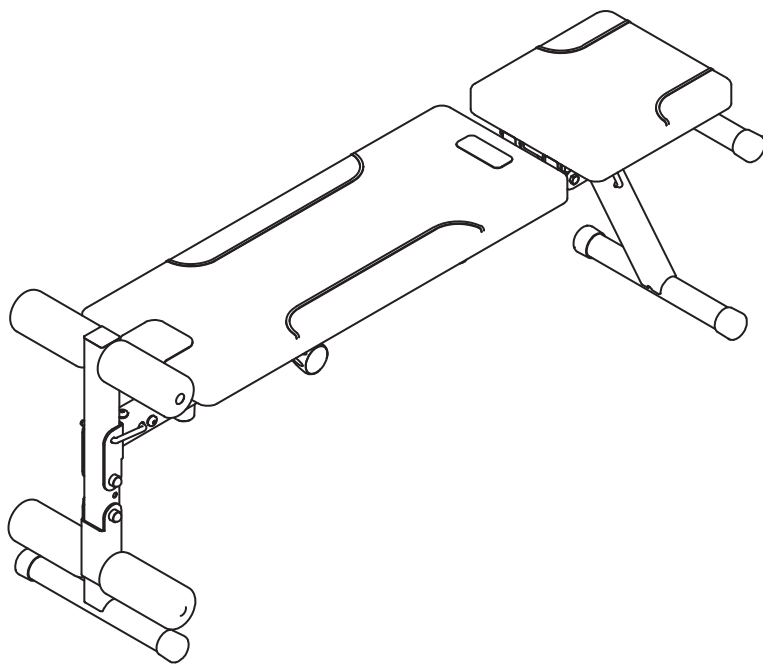
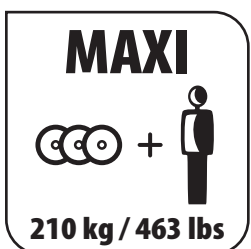
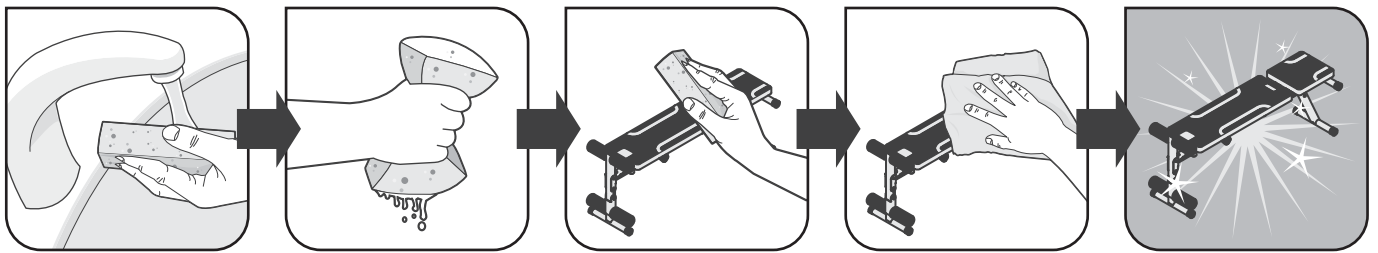
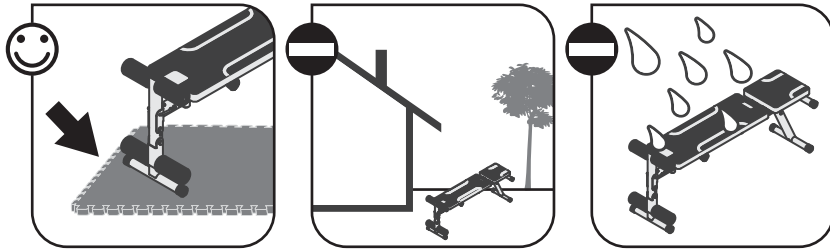
A x 1



B x 2

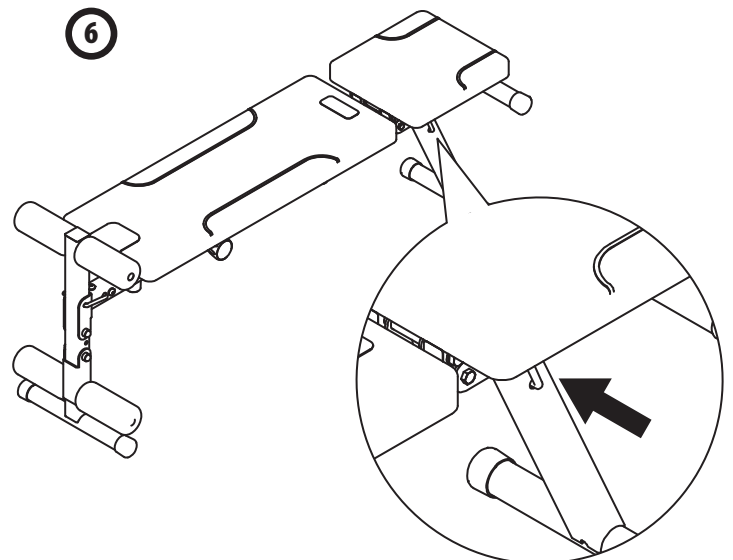
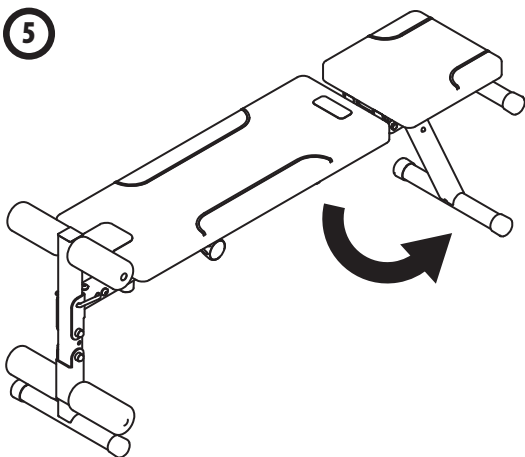
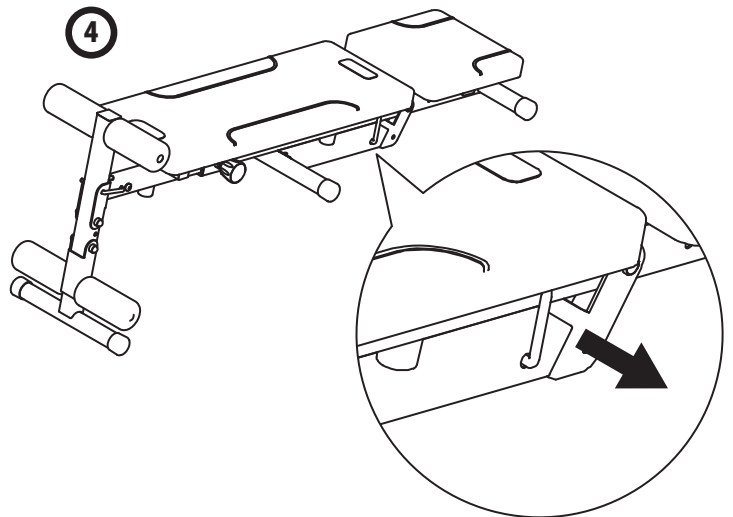
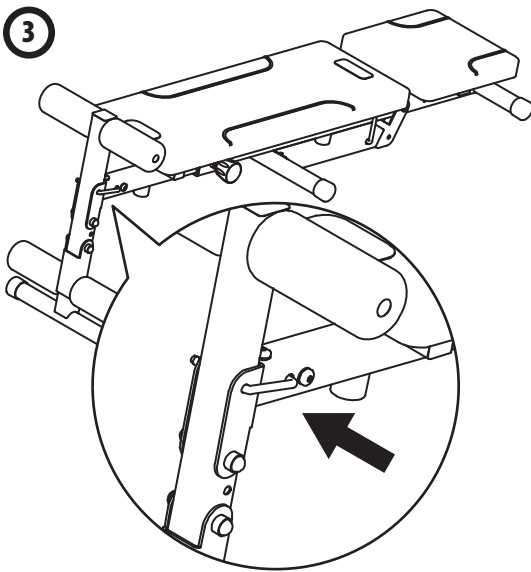
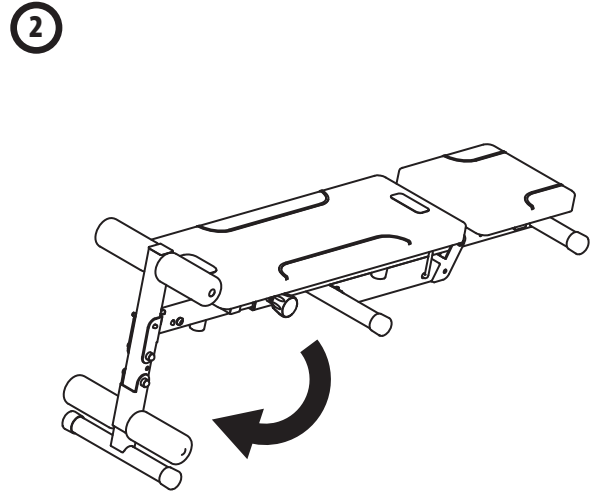
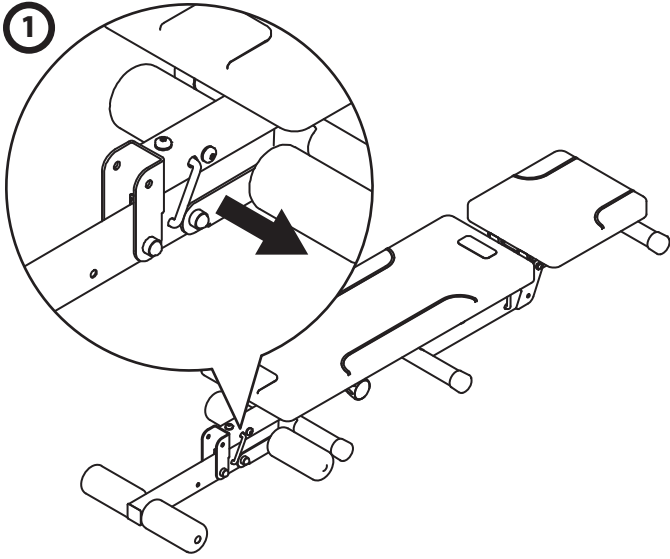


SAFETY • SÉCURITÉ • SEGURIDAD • SICHERHEIT • SICUREZZA • VEILIGHEID • SEGURANÇA •
 BEZPIECZEŃSTWO • BIZTONSÁG • МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ • SIGURANȚĂ • BEZPEČNOST •
 SÄKERHETSANVISNINGAR • БЕЗОПАСНОСТ • GÜVENLİK • احتياطات أمنية • 安全 • 安全

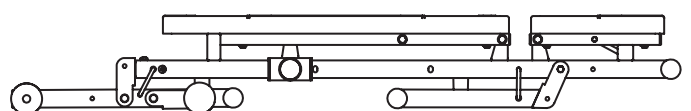
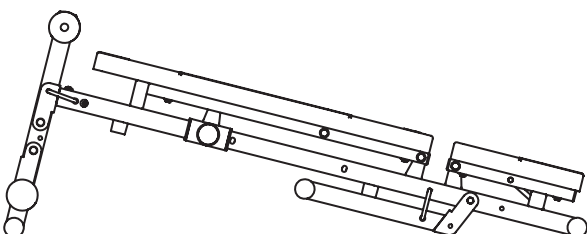
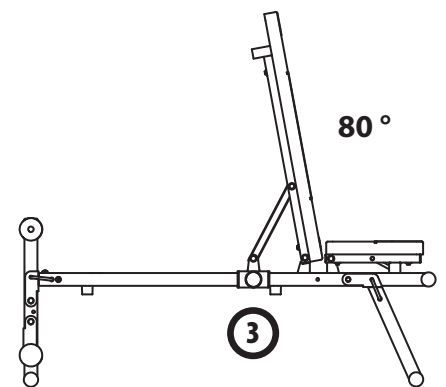
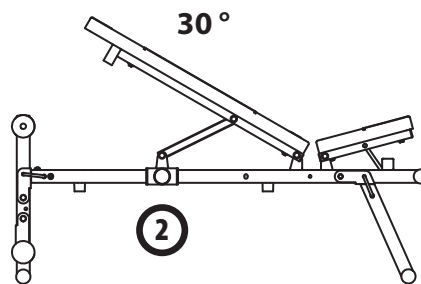
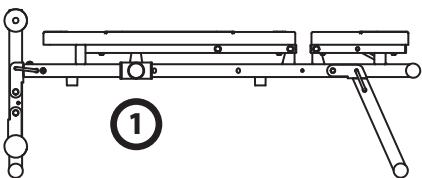
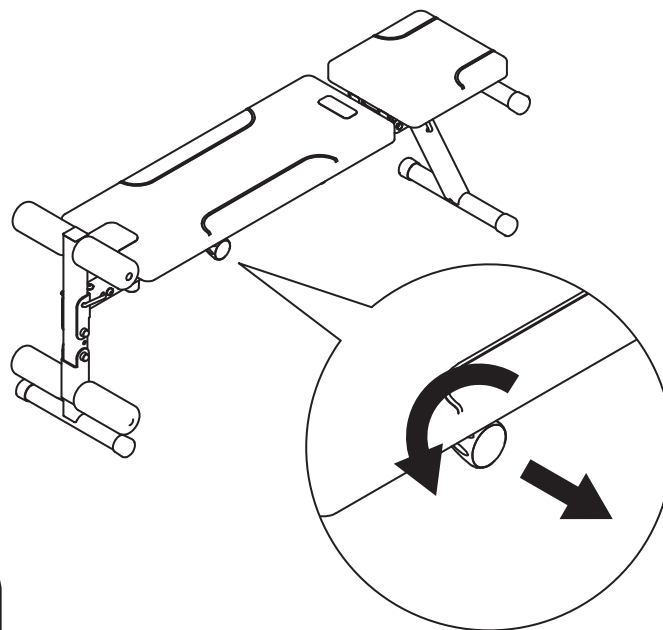
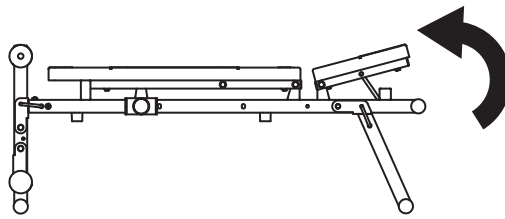
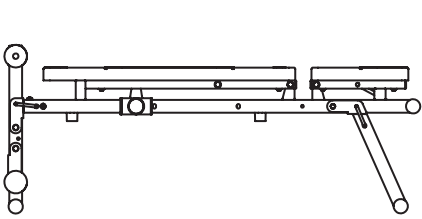


pin
 goupille
 pasador
 stift
 coppiglia
 pen
 cavilha
 zawlecza
 sasszeg
 штифт
 cui de siguranță
 kolík
 stift
 щифт
 kopilya
 دبوس
 定位销
 定位銷

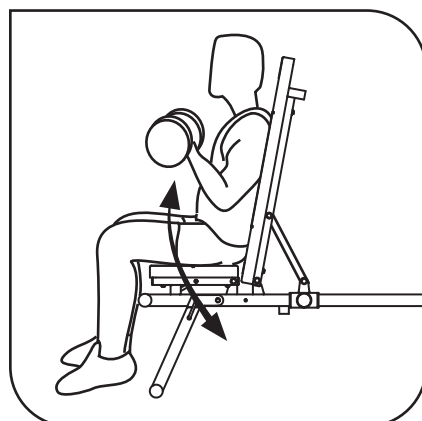
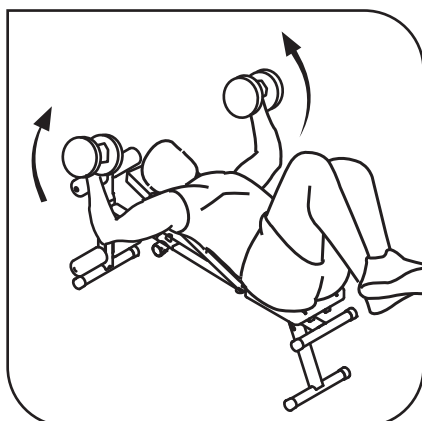
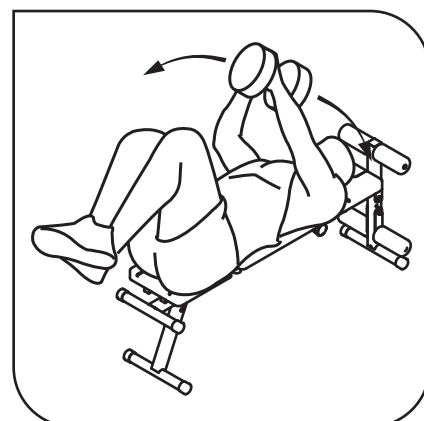
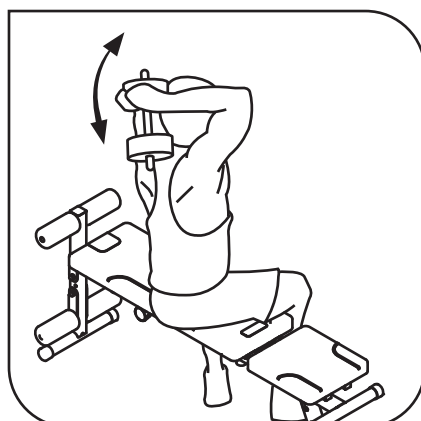
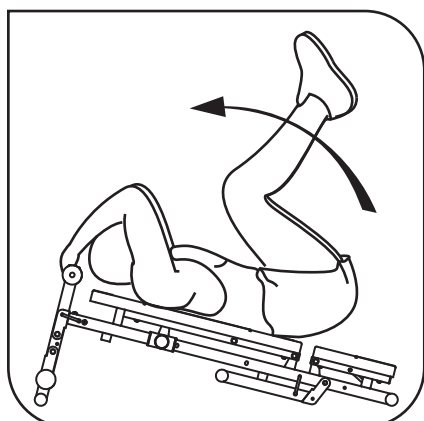
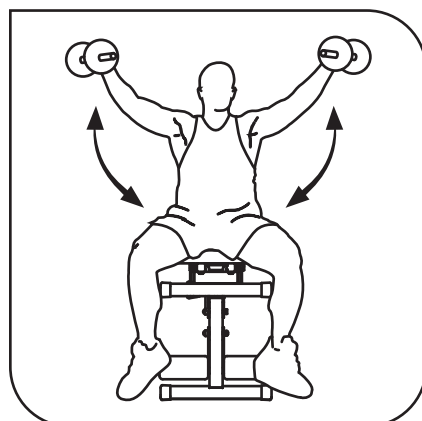
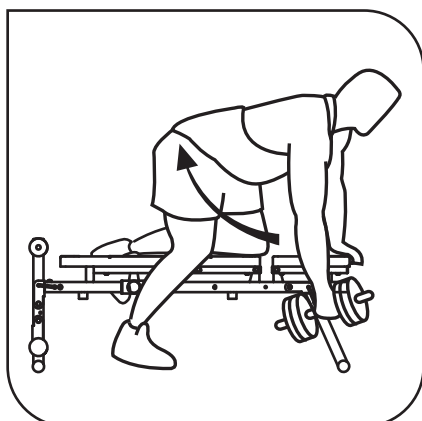
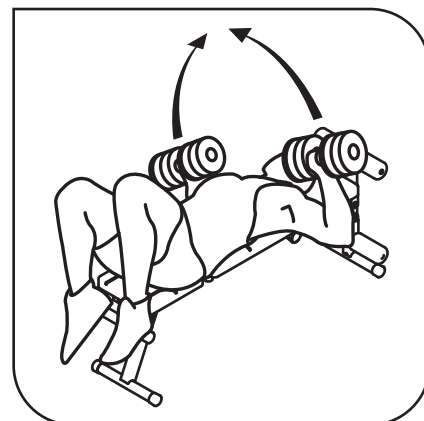
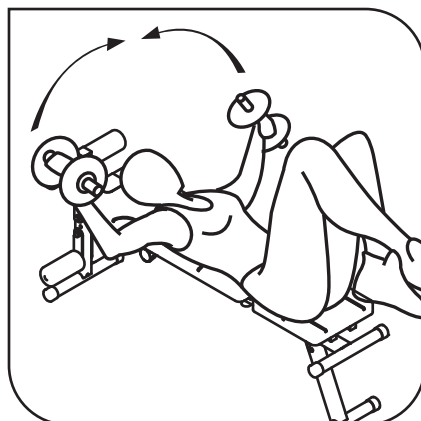
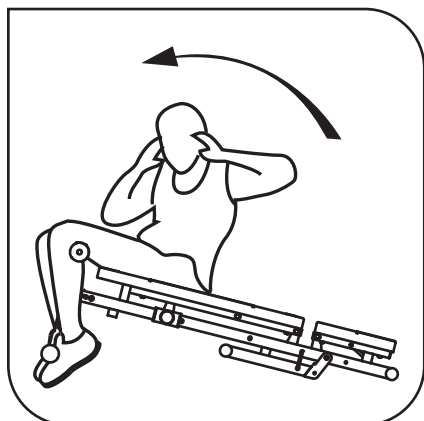
ADJUSTMENTS • RÉGLAGES • AJUSTES • EINSTELLUNGEN • REGOLAZIONI • INSTELLINGEN •
REGULAÇÕES • USTAWIENIA • BEÁLLÍTÁS • РЕГУЛИРОВКИ • REGLAJE • NASTAVENI •
INSTALLNINGAR • РЕГУЛИРОВКИ • AYARLAR • الضبط • 调节 • 調節



ADJUSTMENTS • RÉGLAGES • AJUSTES • EINSTELLUNGEN • REGOLAZIONI • INSTELLINGEN •
REGULAÇÕES • USTAWIENIA • BEÁLLÍTÁS • РЕГУЛИРОВКИ • REGLAJE • NASTAVENI •
INSTALLNINGAR • РЕГУЛИРОВКИ • AYARLAR • الضبط • 调节 • 調節



EXERCISES • EXERCICES • EJERCICIOS • ÜBUNGEN • ESERCIZI • OEFENINGEN • EXERCÍCIOS •
ĆWICZENIA • GYAKORLATOK • УПРАЖНЕНИЯ • EXERCITII • CVIČENÍ • ÖVNINGAR •
УПРАЖНЕНИЯ • EGZERSİZLER • التمارين • 运动练习 • 運動練習



您已選購了DOMYOS品牌健身器，我們感謝您的信任。

無論您是初學者還是高水平運動員，都可以通過DOMYOS產品達到保持狀態與鍛煉體能的目的。我們的團隊始終致力於打造最優秀的健身器材。歡迎您登陸我們的官方網站DOMYOS.COM對產品進行點評或提出寶貴意見和建議。您同樣可以在網站上獲取訓練建議及指導等相關訊息。

我們衷心希望DOMYOS產品能為您帶來運動樂趣，并祝您鍛煉愉快。

產品介紹

BA220 是一款可進行杠鈴訓練和腹肌強化訓練的多功能健身器。

使用建議

- 1 - 在開始任何一項鍛煉之前，請先諮詢醫生意見。此項對35歲以上或之前有過健康問題的人士尤為重要。使用前請閱讀全部說明。
- 2 - 產品所有者須負責向其他使用者說明該器材的使用時注意事項。
- 3 - DOMYOS公司對於購買者或其他人因本產品的正常或不當使用而導致的任何人身傷害或財產損失概不負責。
- 4 - 本產品為家用型器材。不可將本產品用於任何商業場所、居民區或學校等地。
- 5 - 使用者須妥善保養該器材。產品完成安裝后以及每次使用前，用戶須檢查產品上的所有零件固定情況，不可有零件突出外露。請檢查易磨損部件狀況。
- 6 - 請在運動時穿著運動鞋以保護雙腳。請勿穿著寬鬆下垂的衣服進行鍛煉，以免衣服捲入健身器。鍛煉時請摘下所有首飾。請將頭髮束起，以免影響鍛煉。
- 7 - 如果您在鍛煉時出現疼痛感或眩暈，請立即停止鍛煉，休息調整后就醫諮詢。
- 8 - 器材應安放與平坦穩定的表面上。
- 9 - 器材的周圍應留有足夠的空間以確保可安全通過。
- 10 - 每次使用前，請確認您的健身器已鎖止固定（定位銷已插入）。

使用方法

- 如果您是初級練習者，可在最初的幾周內以較輕重量進行練習以便使身體適應肌肉鍛煉。
- 每次運動前請先熱身，可進行有氧鍛煉，無負重練習或地面拉伸練習。逐漸增加負重量。
- 鍛煉須有規律地進行，不可貿然增加強度。
- 始終保持背部挺直。運動時始終不可曲背或弓背。

初次鍛煉者，通常建議進行4組帶間歇練習（每組10至15次重復，間歇時間可由您的醫生體檢後決定）。交替鍛煉各肌肉群。無需在一天內鍛煉所有肌肉群，可分步鍛煉。

商業擔保

DOMYOS公司向本產品的第一手購買者提供自購買之日起，正常使用下為期5年的主體框架保修，以及為期2年的零件保修和人工服務，具體以產品發票日期為準。

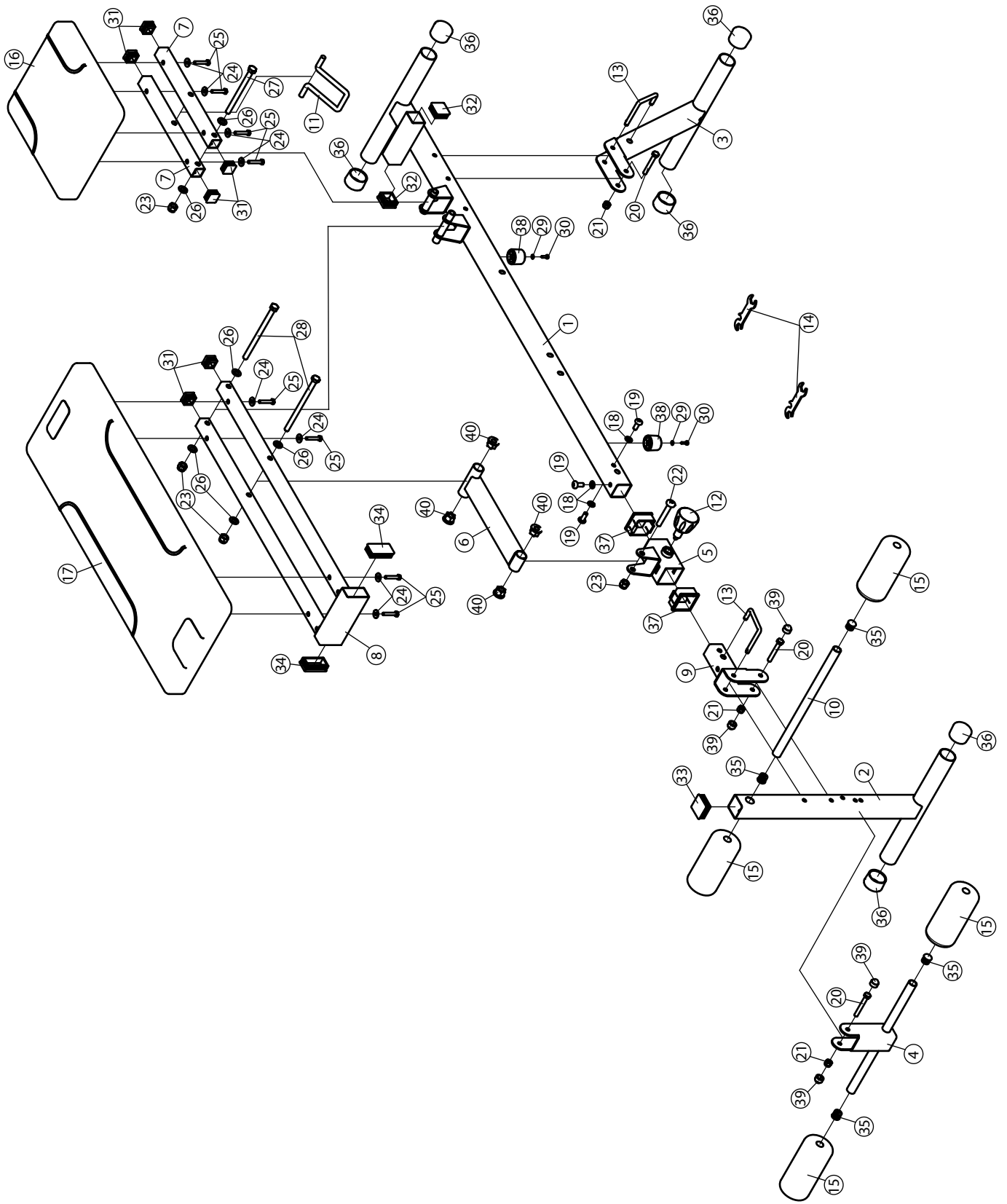
DOMYOS公司對產品的保修服務僅限於檢測后進行置換或維修。

以下情況不在保修範圍之內：

- 產品運輸時造成損壞
- 將產品（蹦床除外）於室外或潮濕環境下使用和/或存放
- 不當安裝
- 不當使用或非正常使用
- 不當維護
- 由未經DOMYOS授權的技術人員維修
- 將產品用於非私人用途

本商業擔保不與所在國現行的相關法規相衝突。

為瞭解您產品的保修相關服務，請查詢使用說明書最後一頁上的資訊清單。



**AFTER-SALES SERVICE • SERVICE APRÈS-VENTE • SERVICIO POSVENTA • KUNDENDIENST •
SERVIZIO ASSISTENZA POST-VENDITA • AFTERSALES AFDELING • ASSISTÊNCIA PÓS-VENDA •
SERWIS PO SPRZEDAŻY • ÜGYFÉLSZOLGÁLAT • СЕРВИСНАЯ СЛУЖБА •
SERVICIU POST-VÂNZARE • POPRODEJNÍ SERVIS • EFTERMARKNAD •
СЛЕДПРОДАЖБЕН СЕРВИЗ • SATIŞ SONRASI SERVİSİ • بعد خدمة البيع • 售后服务 • 售後服務**

FRANCE

Besoin d'assistance ?
Retrouvez-nous sur le site internet
<http://services.domyos-fitness.com/>
(coût d'une connexion internet) ou
contactez le centre de relation
clientèle, muni d'un justificatif d'achat,
au 0800 71 00 71 (appel gratuit depuis
un poste fixe en France métropoli-
taine).

ESPAÑA

¿Necesita asistencia?
Nos puede encontrar en el sitio web
<http://services.domyos-fitness.com/>
(coste de conexión de internet) o
contacte con el centro de atención al
cliente, con el ticket de compra, a
902323336 para ayudarle a abrir un
dossier spv (servicio de post venta,
llamada gratuita desde un telefono fijo
desde España).

OTHER COUNTRIES

Need help?
Find us on our website
<http://services.domyos-fitness.com/>
(cost of an internet connection) or
go to the front desk of one of the
stores where you bought the
product, with proof of purchase.

AUTRES PAYS

Besoin d'assistance ?
Retrouvez-nous sur le site internet
<http://services.domyos-fitness.com/>
(coût d'une connexion internet) ou
présentez-vous à l'accueil d'un
magasin de l'enseigne où vous avez
acheté votre produit, muni d'un
justificatif d'achat.

OTROS PAÍSES

¿Necesita asistencia?
Le esperamos en la página de
Internet <http://services.domyos-fitness.com/>
(precio de una conexión a Internet) o
preséntese con el
justificante de compra en la
recepción de la tienda de la marca
donde haya comprado el producto.

ANDERE LÄNDER

Brauchen Sie Hilfe?
Besuchen Sie unsere Internet-Site
<http://services.domyos-fitness.com/>
(Kosten des Internetanschlusses)
oder wenden Sie sich an die
Empfangsstelle des Geschäfts der
Marke, in welchem Sie Ihr Produkt
gekauft haben. Legen Sie bitte Ihren
Kaufnachweis vor.

ALTRI PAESI

Bisogno di assistenza?
Ci potete trovare sul sito Internet
<http://services.domyos-fitness.com/>
(costo di una connessione Internet) o
potete recarvi all'accoglienza di un
negozio del marchio in cui avete
comprato il prodotto, muniti di un
giustificativo di acquisto.

OVERIGE LANDEN

Nog vragen?
Raadpleeg onze internetsite
<http://diensten.domyos-fitness.com/>
(kosten internetverbin-
ding) of ga naar de ontvangstbalie
van de winkel waarin u het product
heeft gekocht. Neem het aankoop-
bewijs mee.

OUTROS PAÍSES

Precisa de assistência?
Contacte-nos através do site da
Internet <http://services.domyos-fitness.com/>
(custo de uma ligação à
Internet) ou dirija-se à recepção da
loja da marca onde adquiriu o seu
produto, com o respectivo
comprovativo de compra.

INNE KRAJE

Potrzebujesz pomocy?
Znajdź nas na stronie internetowej
<http://services.domyos-fitness.com/>
(koszt jednego połączenia interne-
towego) lub wraz z dowodem
zakupu zgłoś się do punktu obsługi
sklepu firmowego lub tam, gdzie
dokonałeś zakupu produktu.

MÁS ORSZÁGOK

Segítségre van szüksége?
Keressen meg minket internetes
honlapunkon
<http://services.domyos-fitness.com/>
(internetcsatlakozás ára), vagy
forduljon személyesen egyik
üzletünk vevőszolgálatához, amely
üzletben vásárolta a terméket, a
vásárlási bizonylattal.

ДРУГИЕ СТРАНЫ

Нужна поддержка?
Обратитесь к нам через наш
интернет-сайт
<http://services.domyos-fitness.com/>
(стоимость подключения к
интернету) или подойдите в отдел
обслуживания клиентов в
магазине той сети, в которой вы
купили ваш продукт, с товарным
чеком.

ALTE ȚĂRI

Aveți nevoie de asistență?
Ne puteți găsi pe site-ul
<http://services.domyos-fitness.com/>
(prețul unei conectări la internet) sau
vă puteți prezenta la serviciul de
relații cu clienții al magazinului
firmei de la care ați achiziționat
produsul, având asupra
dumneavoastră dovada cumpărării.

OSTATNÍ ZEMĚ

Potřebujete pomoc?
Kontaktujte nás na našich interneto-
vých stránkách
<http://services.domyos-fitness.com/>
(cena za internetové připojení) nebo
přijďte na recepci jedné z prodejen
značky, kde jste koupili váš výrobek,
a předložte doklad o nákupu.

ANDRA LÄNDER

Behöver du hjälp?
Hitta oss på hemsidan
<http://services.domyos-fitness.com/>
(kostnad för internetanslutning
tillkommer) eller gå till kundtjänsten
i butiken där du köpte produkten,
med ditt inköpsbevis.

ДРУГИ ДЪРЖАВИ

Имате нужда от помощ?
Моля, посетете нашия сайт:
<http://services.domyos-fitness.com/>
(цената на интернет връзка) или
отидете в отдел "Обслужване на
клиенти" на магазина, където сте
купили продукта, като носите със
себе си документ, доказващ
направената покупка.

DİĞER ÜLKELER

Yardıma mı ihtiyacınız var?
<http://services.domyos-fitness.com/>
internet sitesinden bize
ulaşabilirsiniz (bir internet bağlantı
ücreti karşılığında) veya bir satın
alma kanıtı ile birlikte, ürünü satın
aldığınız mağazanın danışma
bölümüne başvurabilirsiniz.

دول أخرى

هل تحتاج إلى مساعدة؟
اتصل على عبر موقعنا الإلكتروني
<http://services.domyos-fitness.com/>
(تكلفة اتصال بالإنترنت) أو توجه إلى المحل
الذي اشتريت منه المنتج والذي يوجد به علامة
الشركة، واحرص على تقديم إثبات الشراء.

其他国家
需要帮助？
請登陸

<http://services.domyos-fitness.com/>
与我们联系（普通上网费用）或携
带购物发票至您购买产品的商店信
息咨询处咨询。

其他國家
需要幫助？
請登陸
<http://services.domyos-fitness.com/>
與我們聯繫（普通上網費用）或攜
帶購物發票至您購買產品的商店的
信息諮詢處諮詢。

BA 220

Keep these instructions
Notice à conserver
Conserve este manual
Gebrauchsanweisung bitte aufbewahren
Istruzioni da conservare
Gebruiksaanwijzing bewaren
Guardar folheto de instruções
Należy zachować niniejszą instrukcję obsługi
Őrizze meg a tájékoztató!
Сохраните эту инструкцию
Păstrați instrucțiunile
Návod je třeba uchovat
Bruksanvisning som ska sparas
Пазете указаниято
El kitabını saklayın
يرجى الاحتفاظ بهذه النشرة
请保存说明书
請保留說明書

oxlane

4 boulevard de Mons, BP 299
59 665 VILLENEUVE D'ASCQ CEDEX, FRANCE

IMPORTADO PARA BRASIL POR IGUASPORT Ltda - CNPJ : 02.314.041/0001-88

Импортер: ООО «Октобл», 141031, Россия, Московская область, Мытищинский район, МКАД 84-й км., ТПЗ «Алтуфьево», владение 3, строение 3

TURKSPORT Spor Ürünleri Sanayi ve Ticaret Ltd.Şti, Forum Istanbul AVM., Kocatepe Mah. G Blok No: 1, Bayrampaşa 34235 Istanbul, TURKEY

台灣迪卡儂有限公司, 台灣台中市408南屯區大墩南路379號, 諮詢電話: (04) 2471-8833

Made in China - Fabricado na China - Произведено в Китае - İmal edildiği yer Çin - 中国制造 合格品 - 中國製造

1569.903 V1



DOMYOS.COM