



## **Gebrauchs- und Pflegeanleitung Aero-Step® one.**

**Herzlichen Glückwunsch zum Kauf Ihres neuen Aero-Step® one.**

**Mit dem Aero-Step® one haben Sie sich für ein TOGU® Markenprodukt „made in Germany“ entschieden!**

**Als Sportgerät ist es entsprechend den geltenden EU Regelungen produziert, es enthält keine Schwermetalle und besteht aus 100% recyclingfähigem Kunststoff.**

**Bitte lesen Sie nachfolgende Tipps rund um den Aero-Step one sorgfältig durch, damit Sie möglichst lange Freude an dem Produkt haben können:**

Der neue Aero-Step one ist in 2 Level erhältlich. Level 1 in rot und Level 2 in anthrazit. Das Trainingsgerät ist als instabile Unterlage einsetzbar und ermöglicht ein Training mit Maximaleffekt. Das Training geht intensiver in die Tiefe, Wahrnehmung, Reizverarbeitung und Stabilität werden geschult und verbessert. Der Aero-Step one ist im Stand oder in Bauch-, Seiten- und Rückenlage einsetzbar. Geeignet für Athletik-Training und Fitness oder zu Hause.

### **Kleine Gerätekunde:**

Ihr Aero-Step one ist aus hochwertigem Ruton hergestellt – made in Germany. Das garantiert eine lange Lebensdauer des Produktes. Das Material ist darüber hinaus zu 100% recyclebar.

### **Pflege des Aero-Step one:**

Zum Reinigen können Sie alle milden, handelsüblichen Reinigungs- sowie Desinfektionsmittel verwenden. Lösemittelhaltige Reiniger greifen das Material an. Der Aero-Step one ist wasserfest. Sie sollten jedoch vor der Benutzung des Aero-Step one für einen trockenen Zustand des Produktes sorgen, da durch eine nasse oder unebene Unterlage der Aero-Step one rutschen kann.

### **Temperatur- Beständigkeit:**

Der Aero-Step one ist UV-beständig und auch bedingt hitzebeständig. Bis 45°C kann der Aero-Step one eingesetzt werden. Allerdings ist zu beachten, dass das Material bei hoher Temperatur zunehmend weicher wird. Bei sommerlichen Temperaturen sollten Sie den Aero-Step one nicht direkt auf einen Asphalt-Boden legen, da Asphalt die Hitze extrem speichert (besonders wichtig bei Benutzung des Aero-Step one in südlichen Ländern, wie z.B. in Freizeitanlagen).

Der Aero-Step one ist auch kältebeständig. So ist eine Lagerung des Aero-Step one bei Minustemperaturen bis -10°C durchaus möglich. Allerdings wird das Material mit zunehmender Kälte fester.

### **Benutzung des Aero-Step one:**

Sie können den Aero-Step one auf nahezu allen Böden verwenden. Die Ausführung des Aero-Step one sorgt für einen sicheren Boden-Kontakt. Vermeiden sollten Sie die Benutzung auf einem steinigem Untergrund (Schotter, Kiesel), sowie Asphalt. Der Aero-Step one ist wasserfest, zur Benutzung im Wasser jedoch ungeeignet, da das Produkt schwimmt.

Spitze Gegenstände oder scharfe Kanten sollten Sie im Benutzungsumfeld vermeiden, da diese den Aero-Step one beschädigen können.

### **Gewichtslimits des Aero-Step one:**

Der Aero-Step one ist bis zu einem Gewicht von 150 kg belastbar.

### **Pump-Hinweise:**

Der Aero-Step one ist mit einem Nadel-Ventil ausgerüstet. Der Aero-Step one wird gebrauchsfertig ausgeliefert. Sie können nach längerem Gebrauch die Stützluft selbst regulieren.

Verwenden Sie bitte die Aufblasnadel der optional erhältlichen TOGU® Ballpumpe. Diese Nadel eignet sich sowohl zum Be- als auch zum Entlüften. Feuchten Sie die Nadel vor Gebrauch an und achten Sie darauf, dass die Nadel gerade in das Ventil eingeführt wird. Um die Flexibilität des Aero-Step Pro zu bewahren, sollten Sie unbedingt darauf achten, nicht zu viel Luft nachzufüllen. Die Trittfläche des Aero-Step Pro sollte sich nicht nach außen wölben.

© TOGU GmbH

Infos und Übungen zum kostenlosen Download auf [www.togu.de](http://www.togu.de)

Servicenummer: +49 (0) 8051 9038-0





## Manual and Maintenance Instructions Aero-Step® one.

**Congratulations on your purchase of the Aero-Step® one.**

**With the Aero-Step one you have chosen a TOGU brand product made in Germany. It was produced as a sports device in compliance with valid EU norms, it contains no heavy metals and is made of 100% recyclable plastic.**

Please read carefully through the following tips and all aspects of the Aero-Step one so that you will be able to enjoy using the product for as long as possible.

The new Aero-Step one is available in two levels. Level 1 in red and level 2 in anthracite. The approved tool, with the twin air chamber system provides training with maximal effect. More intensive training for the deep lying musculature apperception, processing of stimuli and stability will be trained and enhanced. Applicable. Very variable, applicable using on standing, kneeling, or lying down very robust. For using in training, fitness or at home.

### **Equipment details:**

Your Aero-Step one is manufactured from high quality Rulon. This guarantees that the product will be long lasting. The material is 100% recyclable.

### **Maintenance of Aero-Step Pro:**

For cleaning you may use any of the mild cleaning and disinfecting substances to be found in most shops. Cleaning substances containing solvents are damaging to the material of which the Aero-Step one is made. The Aero-Step one is waterproof. You should, nevertheless, ensure that the Aero-Step one is dry before you use it, since it may slip if the surface on which it rests is wet.

### **Temperature-Resistance:**

Aero-Step one is resistant to ultra-violet light and resistant to heat, within certain limits. The Aero-Step one can be used problem free in temperatures up to 45°C. It should be noted, however, that the higher the temperature becomes the softer the Aero-Step one material becomes. In summer temperatures you should not place the Aero-Step one directly on an asphalt surface because asphalt stores the heat so much (this is particularly important in Mediterranean countries, in places such as leisure facilities). The Aero-Step one is also resistant to cold. It is quite possible to store away the Aero-Step one at temperatures of down to -10°C. It should be noted, however, that the colder the temperature becomes the harder the material of the Aero-Step one becomes.

### **Using the Aero-Step one:**

The Aero-Step one can be used on almost any kind of surface. The patented design of the Aero-Step one ensures a sure and safe surface contact. You should, however avoid using the Aero-Step one on stony ground (graveled, pebbled) or on asphalt. Although it is waterproof the Aero-Step one is, nevertheless, unsuitable for use in water because it floats. When using the product ensure there are no sharp objects or sharp edges in the immediate vicinity because these can damage the Aero-Step one.

### **Weight limit for the Aero-Step Pro:**

The Aero-Step one can carry weights of up to 150 kg.

### **Inflation tips for the Aero-Step Pro:**

The Aero-Step one is equipped with a needle valve. After longer periods of use it is possible to re-adjust the air pressure yourself. To do this, please use the inflating needle of the TOGU® ball pump. This needle can be used to inflate and to deflate. Moisten the needle before use and make sure that you introduce the needle straight into the valve. To ensure the continued flexibility of the Aero-Step one you must take extra care that you do not pump in too much air. The stepping-surface of the Aero-Step one should not bulge outwards

© TOGU GmbH

Infos und Übungen zum kostenlosen Download auf [www.togu.de](http://www.togu.de)

Servicenummer: +49 (0) 8051 9038-0

