



TOGU® Challenge Disc 2.0 Gebrauchsanweisung

Bestimmungsgemäße Verwendung: Die TOGU Challenge Disc dient dem Sporttraining zur Verbesserung der Koordination und in der Therapie der Prävention und Rehabilitation für Sprunggelenke, Kniegelenke, Hüftgelenke und Wirbelsäule.

Anwendungsbereich: Die TOGU Challenge Disc ist einsetzbar im Sporttraining und in der Therapie (nur unter Anleitung eines Arztes, staatlich geprüften Trainers bzw. Therapeuten).
Alter: von 4 bis 100 Jahre, je nach Trainingszustand.
Gewicht: max. 120 kg Körpergewicht
Können: Kein besonderes Können erforderlich.

Sicherheitsratschläge: Umgebungsbedingungen: fester, rutschfester, trockener und ebener Untergrund. Das Produkt ist nicht mit anderen Produkten kombinierbar. Dieses Produkt darf nicht als Spielzeug eingesetzt werden. Das Gerät muss für den Einsatz sauber sein und darf keine rutschige Oberfläche haben. Änderungen des Gerätes bzw. auch andere Lackierungen sind nicht erlaubt. Beim Training Turnschuhe tragen oder barfuß trainieren. Keine Strümpfe, Socken etc. verwenden. Auf freiem Sturzraum achten und wenn erforderlich sturzhemmende Unterlagen auflegen. Kinder dürfen nur unter Aufsicht erwachsener Personen trainieren.

Zusätzliche Hinweise: Das Gerät ist nicht zum Springen, sondern nur für langsame, gefühlvolle Bewegungen geeignet.

Vorschriften/Wartungspläne: Vor jedem Gebrauch auf Beschädigungen und festen Sitz aller Befestigungselemente prüfen.

CE DIN EN 50419
Nach EG Richtlinie 93/42/EWG Klasse 1
Regel 1 Anhang IX AM-2
WEEE-Reg.Nr. DE65255935 (ElektroG)
Reg.Nr.21000465 (BattG)
UN-Nr. 3091



TOGU® Challenge Disc 2.0 Instruction Manual

Intended Usage: TOGU Challenge Disc can be used in athletic and fitness training to improve ones coordination and proprioception and in Physical Therapy for injury prevention and rehabilitation of ones ankles, knees, hips and spine.

Requirements: Constant supervision and instruction from a doctor, certified trainer or therapist is required when using the TOGU Challenge Disc for Physical Therapy.
Age: from 4 to 100 years, according to he level of fitness.
Weight: max. 120 kg body weight (aprox: 270 lbs)
Skills: no skills necessary

Safety Instructions: One must execute all workouts on a compact, non slippery, dry and level surface must be clean and dry during all training. One can train with sneakers or barefoot. Do not wear socks, stockings or dress shoes. If necessary, one can use a chair, table, bar, or spotting person for assistance during fitness training. One can reduce the risk of injuries when falling by keeping the workout area clear of debris and if needed, place a soft surface around the training area. Children must only exercise under supervision of an adult.

Additional Instruction: The TOGU Challenge Disc must not be used for jumping, but only for smooth and easy movements.

Regulations/Maintenance: Before usage check the device for damages and make sure that all adjustable pieces are fixed.

CE DIN EN 50419
According to EC Directive 93/42/EWG
Class1 Norm1 Annex IX AM-2



TOGU® Challenge Disc 2.0 Mode d'emploi

Conseils d'utilisation: L'entraînement sur le TOGU Challenge Disc provoque une amélioration de la coordination et stabilisation de tout le corps, aussi dans le domaine de la prévention/réhabilitation surtout pour les articulation des chevilles, des genoux et des hanches ainsi que la colonne vertébrale.

Application: le TOGU Challenge Disc convient à l'entraînement de use en forme et à l'application thérapeutique: sentiment utiliser sous la direction d'un médecin en d'un entraîneur admis.
Age: de 4 à 100 ans, séant niveau de performance.
Poids: Maximum de 120 kg

Conseils de sécurité: posez le TOGU Challenge Disc sur un sol nonglissant, sec et ras. Le produit ne peut pas être combiné avec un autre produit; il ne doit pas être utilisé comme jonet! La surface de le TOGU Challenge Disc doit être propre et non glissante avant l'utilisation. Il n'est pas permis de changer l'engin, p.ex. appliquer du vernis. Mettez des chaussures de sport ou entraînez-vous à pieds nus. Pas de chaussettes! Si nécessaire, profitez de une éctellé à dos pour vous tenir devant. Les enfants ne devraient utiliser l'engin que sous la surveillance d'une personne adulte.

Indication supplément aire: Le TOGU Challenge Disc n'est pose apte pour y sauter, mais pour lentement et doucement effectuer les exercices indiqués.

Précaution: Avant chaque utilisation contrôlez votre TOGU Challenge Disc et le fonctionnement des modules.

CE DIN EN 50419
Suivant la règle EU 93/42/EWG classe 1
règle 1 annexe IX AM-2



TOGU® Challenge Disc 2.0 Istruzioni d'uso

Uso conforme la designazione: Il TOGU Challenge Disc serve al training sportivo per un miglioramento della coordinazione e stabilisation della prevenzione e della riabilitazione delle articolazioni della caviglia, del ginocchio, dell'anca e della spina dorsale.

Applicazioni: Il prodotto può essere usato nel training sportivo e nella terapia: solamente sotto la sorveglianza di un medico, o di un allenatore diplomato ossia di un terapeuta.
Età: dai 4 ai 100 anni, a seconda della condizione fisica della persona.
Peso: 120 kg al massimo
Capacità: non occorrono delle capacità particolari

Consigli per la sicurezza: Condizioni ambientali: fondo piano, solido, antiscivolo. Il prodotto non è da usare in combinazione con altri prodotti. Questo prodotto non è da usare come un giocattolo. L'apparecchio va pulito prima dell'uso, non deve avere le superfici scivolose. Non è ammesso fare dei cambiamenti all'apparecchio, ossia usare altre vernici. Durante il training sono da portare le scarpe da ginnastica oppure essere scalzi. Non portare calze o calzetti e non portare scarpe da strada. In caso di bisogno usare aiuti di stabilizzazione, come p.e. parete con traverse, una seconda persona, ecc. Provvedere ad uno spazio libero per la caduta e se necessario mettere dei materassini ammortizzanti. Bambini possono fare il training solamente sotto la sorveglianza di adulti.

Ulteriore avviso: L'apparecchio non è adatto per saltare, bensì per fare movimenti lenti, armoniosi.

Istruzioni/manutenzione: Prima di ogni uso si controllino se ci sono dei danni e se gli elementi di attacco sono ben fissati.

CE DIN EN 50419
Secondo le norme Ue 93/42/EWG Classe 1
Regel 1 Anhang IX AM-2



CHALLENGE DISC 2.0

// GEBRAUCHSANWEISUNG
// INSTRUCTION MANUAL
// MODE D'EMPLOI
// ISTRUZIONI D'USO



www.challenge-disc.com

TOGU® Challenge Disc Software oder als App
zum Download for free unter

www.challenge-disc.com

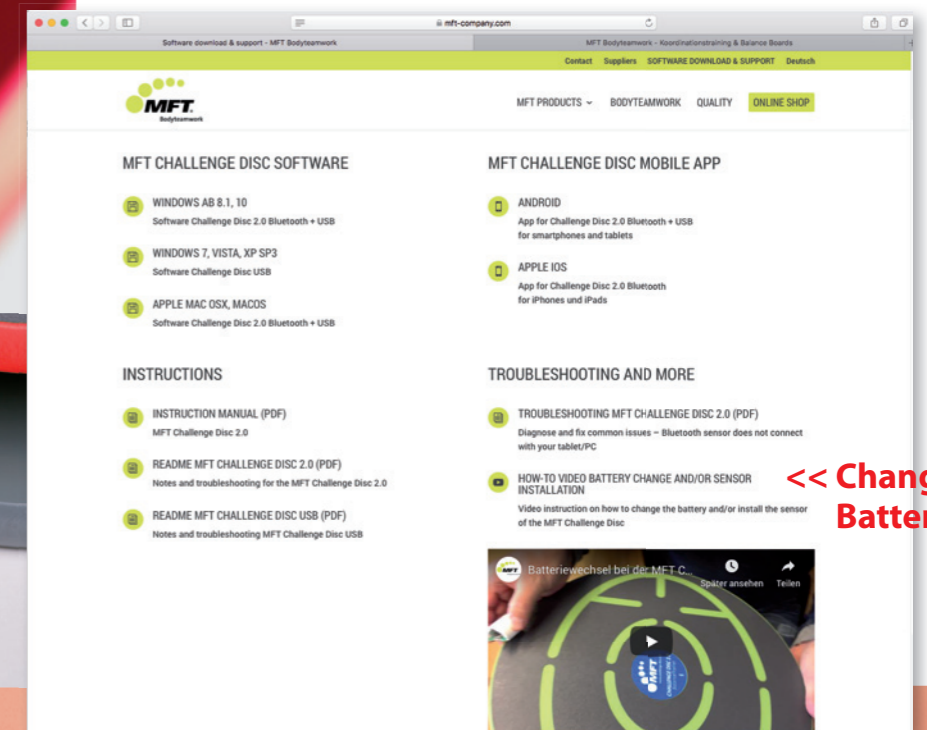
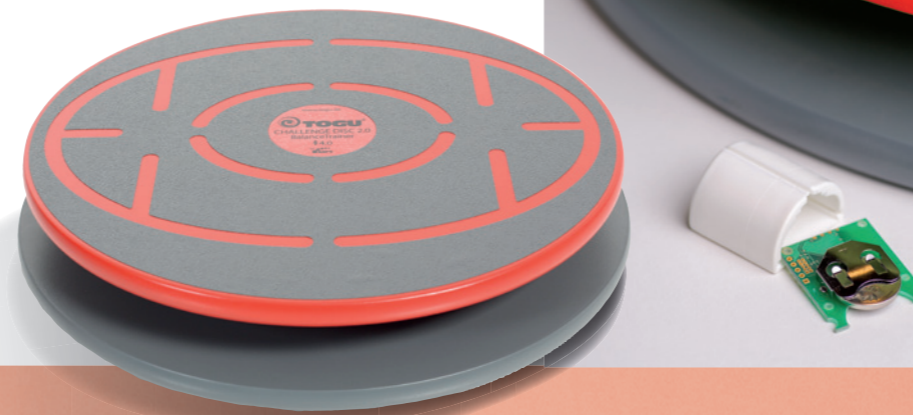
im Download Bereich oder im App-Store & Google Play



TOGU® GMBH, Atzingerstr. 1, D-83209 Prien-Bachham
Tel.: +49 (0) 8051 9038-0, e-mail: info@togu.de
www.togu.de, www.challenge-disc.com



Change Battery Bluetooth Sensor: Varta CR 2032 Li Mn 3V >>
www.challenge-disc.com



Wichtige
Hinweise:

Software-downloads:
www.challenge-disc.com
AppStore oder GooglePlay

Aktivierung Bluetooth Sensor

Die Disc bitte kurz bewegen antippen.
Software starten.

Kalibrierung

Die Challenge Disc muss bei Start des Software-Programmes auf dem Boden liegen. Es darf dabei niemand auf der Disc stehen! Während des Trainings sollte die Position der Disc nicht verändert werden, ansonsten muss ggf. neu kalibriert, d.h. das Programm neu gestartet werden, unter Berücksichtigung von Punkt 1. Bei jedem Neustart erfolgt automatisch eine Kalibrierung. Die Disc ist richtig herum aufgestellt, wenn der Bluetoothsticker nach vorne Richtung Endgerät zeigt.

Mehr Infos:
www.challenge-disc.com



Important
information:

Software-downloads:
www.challenge-disc.com
AppStore or GooglePlay

Bluetooth sensor activation

Please briefly move / tap disc
Start software

Calibration

When starting the software programme, the Challenge Disc must be lying on the floor. You must not stand on the disc at this stage! The disc's position should not be changed during training, otherwise it may be necessary to recalibrate the disc, which would include restarting the programme as under point 1. Every restart automatically leads to a recalibration. The disc is positioned correctly if the USB cable is pointing towards the laptop.

More information:
www.challenge-disc.com



Remarque
importante relative:

Software-downloads:
www.challenge-disc.com
AppStore ou GooglePlay

Activation du capteur Bluetooth

Veillez bouger / effleurer brièvement le disque
Démarrer le logiciel

à l'étalonnage

Le Challenge Disc doit être posé sur le sol lors du démarrage du logiciel. Personne ne doit se trouver dessus à ce moment-là! Le Disc ne doit pas changer de position pendant l'entraînement, sinon il faudra, le cas échéant, de nouveau l'étalonner, c'est-à-dire, redémarrer le logiciel en respectant les consignes mentionnées sous 1. A chaque redémarrage, le Disc est automatiquement étalonné. Le Disc est correctement installé lorsque le câble USB est orienté vers l'ordinateur portable.

Plus d'informations:
www.challenge-disc.com



Note importanti:
per la calibrazione:

Software-downloads:
www.challenge-disc.com
AppStore o GooglePlay

Attivazione del sensore Bluetooth

Muovere/toccare brevemente il disco
Avviare il software

Calibrazione

All'avvio del programma software il disco multifunzione deve trovarsi sulla base. Sul disco non deve essere presente alcuna persona. Durante l'allenamento non modificare la posizione del disco, in caso contrario il disco deve essere nuovamente calibrato, ossia il programma deve essere riavviato, tenendo in considerazione il Punto 1. Ad ogni riavvio viene eseguita una calibrazione automatica. Il disco è posizionato correttamente quando il cavo USB si trova in direzione laptop.

Più informazione:
www.challenge-disc.com