



# YOGA MAT

**Technische Spezifikationen / technical specifications/spécifications techniques:**

Art. No.	Model	Size	Thickness	Material
960067	Yoga mat Bicolor navy/mint	183 x 61cm	0.4cm	TPE (Thermoplastic Elastomer)
960268	Yoga mat Bicolor petro/anthr.			
960269	Yoga mat Bicolor purple/pink			
960167	Yoga mat Bicolor lime/anthr.			
960162	Yoga mat Bicolor green/moos			
960168	Yoga mat jade green			
960169	Yoga mat sky blue			

**DE – Danke, dass Sie sich für eine Yogamatte der Marke SCHILDKRÖT entschieden haben.**

**Inhalt:** Yogamatte, Tragetasche/Tragewrap.

**Allgemeines:** Bitte lesen Sie die Gebrauchsanleitung, insbesondere die Sicherheitshinweise, vor dem ersten Gebrauch sorgfältig durch. Diese Anleitung ist fester Bestandteil des Produktes. Wenn Sie das Produkt an Dritte weitergeben, geben Sie bitte auch diese Anleitung mit.

**Bestimmungsgemäßer Gebrauch:** Diese Yogamatte ist zur Verwendung durch eine Person für Yoga-, Fitness- oder Dehnübungen im Innenbereich vorgesehen. Die maximale Belastbarkeit der Matte beträgt 120kg. Die Matte ist für den Privatgebrauch bestimmt und nicht für gewerbliche Anwendungen geeignet. Benutzen Sie die Matte nur wie in dieser Anleitung beschrieben. Jede andere Verwendung gilt als nicht bestimmungsgemäß und kann zu Sachschäden oder sogar zu Personenschäden führen.

**Allgemeine Warnhinweise:** Setzen Sie die Matte nur auf ebenen, trockenen und rutschfestem Untergrund ein, der frei von jeglichen Gegenständen, Schmutz und anderen Hindernissen ist.

Benutzung immer nur durch eine Person gleichzeitig. Maximales Nutzergewicht 120kg.

Rutschgefahr! Verwenden Sie die Matte nicht, wenn sie nass oder feucht ist.

Positionieren Sie die Matte so, dass sie keine Stolperfälle für andere darstellt.

Bitte halten Sie ausreichend Abstand zu anderen Gegenständen und Personen. Führen Sie keine Übungen in der Nähe von Treppen oder Absätzen aus.

Beschädigungsgefahr! Trainieren Sie ohne Schuhe, damit die Oberfläche der Matte nicht beschädigt wird. Verwenden Sie die Matte niemals als Unterlage für Fitnessgeräte oder Maschinen, da die besonderen Dämpfungseigenschaften der Matte keine stabile Aufstellung von schweren Geräten zulassen.

Die Matte ist kein Spielzeug und nicht für Kinder unter 14 Jahren geeignet. Sie ist außerhalb der Reichweite von Kindern aufzubewahren. Lassen Sie Kinder nicht mit dem Verpackungsmaterial spielen, Erstickungsgefahr!

**Anwendung:** Erstwandlung- Lassen Sie Ihre neue Matte vor dem ersten Gebrauch bei Zimmertemperatur temperieren und einige Zeit in einem gut belüfteten Raum oder im Freien Lüften.

Führen Sie alle Übungen immer völlig konzentriert, langsam und gleichmäßig aus. Bei vorliegenden Vorerkrankungen holen Sie zuerst den Rat Ihres Arztes ein. Dies gilt insbesondere für Personen mit Gleichgewichtsstörungen. Brechen Sie Ihr Training bei Schmerzen, Unwohlsein, Atemnot sofort ab und konsultieren Sie einen Arzt.

Bei Hautreizungen, Allergien oder bekannten Sensitivitäten gegenüber bestimmten Kunststoffen (hier TPE) die Matte ggf. nicht verwenden.

Tragen Sie nur angemessene Sportkleidung, niemals Schmuck. Binden Sie lange Haare zusammen.

**Lagerung und Wartung:** Reinigen Sie Ihre Yogamatte regelmäßig, Schweiß, Schmutz und Bakterien können sich auf der Oberfläche ansammeln und nicht nur üble Gerüche und eine rutschige Oberfläche verursachen, sondern auch Ihre Gesundheit gefährden.

Verwenden Sie zur Reinigung keine aggressiven Reinigungsmittel. Verwenden Sie ein feuchtes Tuch und lauwarmes, mildes Seifenwasser. Benetzen Sie die Matte gleichmäßig mit dem Seifenwasser, lassen Sie es kurz einwirken und wischen Sie mit klarem Wasser mehrmals nach, damit die Seifenrückstände vollständig entfernt werden. Keine Maschinenwäsche! Lassen Sie die Matte vor jedem Aufrollen vollständig trocknen.

Überprüfen Sie die Matte vor und nach jedem Training auf Schäden, Risse und Verschleiß. Verwenden Sie die Matte nur in einwandfreiem Zustand.

Lagern Sie das Produkt nicht auf Holzböden, an Möbeln, auf glatten, lackierten oder geölten Flächen, da es zu unvorhergesehenen Reaktionen mit dem Material kommen kann. Bewahren Sie die Yogamatte nicht über einen längeren Zeitraum im Auto auf.

Schützen Sie das Produkt vor direkter Sonneneinstrahlung, Heiẞquellen und Schmutz.

Schützen Sie die Matte vor scharfkantigen und spitzen Gegenständen.

**Entsorgung:** Bitte führen Sie den Artikel am Ende seiner Lebensdauer den zur Verfügung stehenden Rückgabe- und Sammelsystemen zu. Fragen beantworten die Entsorgungsunternehmen vor Ort.

**EN - Thank you for choosing a SCHILDKRÖT yoga mat.**

**Contents:** Yoga mat, carry bag/CHRY wrap.

**Intended use:** This yoga mat is intended for use by one person for yoga, fitness or stretching exercises indoors. It is intended for indoor use only. Maximum load: 120kg. For private use only, not for commercial purposes. Use only as described. Any other use is improper and may cause property damage or personal injury.

**General warnings:** Please read the user manual carefully, including safety instructions, before first use. This manual is part of the product. If you pass the product to third parties, please include this manual.

Use only on a flat, slip-resistant surface free of objects, dirt and obstacles.

Only one person at a time. Max weight 120kg.

Slippery! Do not use it if mat is wet or damp.

Place the mat so it does not create a tripping hazard.

Keep sufficient distance between other objects or people. Do not exercise near stairs or edges.

Damage risk! Train barefoot to avoid damaging the surface. Never use as a base for fitness machines, its cushioning is not stable for heavy equipment.

The mat is not a toy and not suitable for children under 14. Always keep out of children’s reach. Do not let children play with packaging material, choking hazard!

**Instructions:** First use: Before first use, let your new mat adjust to room temperature and air it out for a while in a well-ventilated room or outdoors.

Perform exercises fully focused, slowly and evenly. If you have medical conditions, consult your doctor first, especially with balance issues. Stop training immediately and consult a doctor if you feel pain, discomfort or shortness of breath.

In case of skin irritation, allergies or known sensitivity to certain plastics (here TPE), do not use the mat.

Wear appropriate sportswear; remove jewelry; tie back long hair.

**Storage & maintenance:** Clean the mat regularly! Sweat, dirt and bacteria collect and can cause odor, slippery surface and health risks. Do not use aggressive cleaners. Use a damp cloth with lukewarm mild soapy water. Apply evenly, let sit briefly, wipe with clean water. Let the mat dry completely before rolling it up. Check the mat before and after use for damage or wear. Use only if in perfect condition. Do not store on wood floors, furniture, smooth lacquered/oiled surfaces, undesired material reactions possible. Protect from direct sunlight, heat sources and dirt.

Keep away from sharp and pointed objects.

**Disposal:** At end of life, please return via available collection systems local waste management can advise.

**FR - Merci d’avoir choisi un tapis de yoga SCHILDKRÖT.**

**Contenu :** Tapis de yoga, sac de transport/wrap de transport.

**Utilisation prévue :** Ce tapis de yoga est destiné à être utilisé par une seule personne pour des exercices de yoga, de fitness ou d’étirement à l’intérieur. Il est destiné uniquement à une utilisation en intérieur. Charge maximale : 120kg. Réservez à un usage privé, non destiné à un usage commercial. À utiliser uniquement comme décrit. Toute autre utilisation est inappropriée et peut entraîner des dommages matériels ou des blessures.

**Avertissements généraux :** Veuillez lire attentivement le manuel d’utilisation, y compris les consignes de sécurité, avant la première utilisation. Ce manuel fait partie intégrante du produit. Si vous transmettez le produit à un tiers, veuillez inclure ce manuel.

Utiliser uniquement sur une surface plane, antidérapante et exempte d’objets, de saleté ou d’obstacles.

Une seule personne à la fois. Poids maximal : 120kg.

Glissant ! Ne pas utiliser si le tapis est mouillé ou humide. Placer le tapis de manière à ne pas créer de risque de trébuchement.

Maintenir une distance suffisante avec d’autres objets ou personnes. Ne pas s’exercer à proximité d’escaliers ou de bords. Risque de dommages ! S’entraîner pieds nus afin de ne pas endommager la surface. Ne jamais utiliser comme support pour des appareils de fitness, le rembourrage n’est pas conçu pour des équipements lourds.

Le tapis n’est pas un jouet et ne convient pas aux enfants de moins de 14 ans. Toujours le tenir hors de portée des enfants. Ne laissez pas les enfants jouer avec les matériaux d’emballage, risque d’étouffement !

**Instructions :** Première utilisation : Avant la première utilisation, laissez votre nouveau tapis s’acclimater à la température ambiante et aérez-le quelque temps dans une pièce bien ventilée ou à l’extérieur.

Effectuer les exercices avec concentration, lentement et de manière régulière. En cas de problèmes de santé, consultez votre médecin avant toute utilisation, en particulier en cas de troubles de l’équilibre. Arrêtez immédiatement l’entraînement en cas de douleur, d’inconfort ou de difficulté respiratoire et consultez un médecin.

Risque de chutes. Treine descalço para evitar danificar a superfície. Nunca utilize como base para máquinas de fitness. O amortecimento do tapete não é estável para equipamentos pesados.

O tapete não é um brinquedo e não é adequado para crianças com menos de 14 anos. Mantenha sempre fora do alcance das crianças. Não deixe as crianças brincar com o material de embalagem, perigo de asfixia.

**Instruções:** Primeira utilização: Antes da primeira utilização, deixe o tapete adaptar-se à temperatura ambiente e areje-o durante algum tempo numa divisão bem ventilada ou no exterior. Realize os exercícios com concentração total, de forma lenta e uniforme. Se tiver problemas de saúde, consulte primeiro o seu médico, especialmente em casos de distúrbios de equilíbrio. Interrompa o treino imediatamente e consulte um médico se sentir dor, mal-estar ou dificuldade respiratória.

Em caso de irritações cutâneas, alergias ou sensibilidades conhecidas a determinados plásticos (aqui TPE), não utilize o tapete.

Use vestuário desportivo adequado, remova jóias e prenda o cabelo comprido.

**Armazenamento e manutenção:** Limpe o tapete regularmente. Suor, sujidade e bactérias podem acumular-se e causar odores desagradáveis, superfície escorregadia e riscos para a saúde. Não use produtos de limpeza agressivos. Use um pano húmido com água morna e sabão suave. Aplique uniformemente, deixe atuar brevemente e enxague com água limpa. Deixe o tapete secar completamente antes de enrolar. Verifique o tapete antes e depois do uso quanto a danos, rasgos e desgaste. Utilize apenas se estiver em perfeitass condições. Não armazene sobre pavimentos de madeira, móveis ou superfícies emvernizadas/oleadas, pois podem ocorrer reacções indesejadas com o material. Proteja da luz solar direta, fontes de calor e sujidade.

Mantenha afastado de objetos pontiagudos ou cortantes.

**Eliminação:** No fim da sua vida útil, deposite o produto nos sistemas de recolha disponíveis. Os serviços locais de gestão de resíduos poderão aconselhá-lo.

**NL - Bedankt dat u hebt gekozen voor een yogamat van SCHILDKRÖT.**
**Inhoud:** Yogamat, draagtas/draagwikkelt.
Beoogd gebruik: Deze yogamat is bedoeld voor gebruik door één persoon voor yoga-, fitness- of rektoefeningen binnenhuisgebruik. Alleen voor gebruik binnenhuis. Maximale belasting: 120kg. Alleen voor privégebruik, niet geschikt voor commercieel gebruik. Gebruik alleen zoals beschreven. Elk ander gebruik is ongeschikt en kan leiden tot materiële schade of letsel.

**IT - Grazie per aver scelto un tappetino da yoga SCHILDKRÖT.**
**Contenuto:** Tappetino da yoga, borsa per il trasporto/fascia di trasporto.
**Uso previsto:** Questo tappetino da yoga è destinato a essere utilizzato da una sola persona per esercizi di yoga, fitness o stretching in ambienti interni. È destinato esclusivamente all’uso in ambiente interno. Carico massimo: 120kg. Solo per uso privato, non adatto a scopi commerciali. Utilizzare solo come descritto. Qualsiasi altro uso è improprio e può causare danni materiali o lesioni personali.

**Avvertenze generali:** Leggere attentamente il manuale d’uso, comprese le istruzioni di sicurezza, prima del primo utilizzo. Questo manuale è parte integrante del prodotto. Se si cede il prodotto a terzi, includere sempre questo manuale.

Utilizzare solo su una superficie piana, antiscivolo e priva di oggetti, sporco o ostacoli.

Rischio di scivolamento! Non utilizzare se il tappetino è bagnato o umido.

Posizionare il tappetino in modo che non rappresenti un pericolo di inciampio.

Mantenere una distanza di sicurezza da oggetti o persone. Non attenarsi vicino a scale o corridoi.

Rischio di danni! Allenarsi a piedi nudi per evitare di danneggiare la superficie. Non utilizzare mai come base per attrezzi fitness, l’imbottitura non è adatta a sopportare pesi elevati.

Il tappetino non è un giocattolo e non è adatto a bambini di età inferiore a 14 anni. Tenerlo sempre fuori dalla portata dei bambini. Non lasciare che i bambini giochino con l’imbalgoglio, pericolo di soffocamento!

Mantenere una distanza di sicurezza da oggetti o persone. Non attenarsi vicino a scale o corridoi.

Rischio di scivolamento! Non utilizzare se il tappetino è bagnato o umido.

Posizionare il tappetino in modo che non rappresenti un pericolo di inciampio.

Mantenere una distanza di sicurezza da oggetti o persone. Non attenarsi vicino a scale o corridoi.

Rischio di danni! Allenarsi a piedi nudi per evitare di danneggiare la superficie. Non utilizzare mai come base per attrezzi fitness, l’imbottitura non è adatta a sopportare pesi elevati.

Il tappetino non è un giocattolo e non è adatto a bambini di età inferiore a 14 anni. Tenerlo sempre fuori dalla portata dei bambini. Non lasciare che i bambini giochino con l’imbalgoglio, pericolo di soffocamento!

**Istruzioni:** Primo utilizzo: Prima del primo utilizzo, lasciare che il nuovo tappetino si acclimi alla temperatura ambiente e aerarlo per un po’ in un ambiente ben ventilato o all’aperto. Eseguire gli esercizi con concentrazione, in modo lento e uniforme. In caso di problemi di salute, consultare il proprio medico prima di iniziare, in particolare se si hanno disturbi dell’equilibrio. Interrompere immediatamente l’allenamento in caso di dolore, fastidio o difficoltà respiratorie e consultare un medico.

In caso di irritazioni cutanee, allergie o sensibilità nota a determinate plastiche (qui TPE), non utilizzare il tappetino.

Indossare un abbigliamento sportivo adeguato, togliere i gioielli, legare i capelli lunghi.

**Conservazione e manutenzione:** Pulire regolarmente il tappetino! Sudore, sporco e batteri possono accumularsi e causare odori, superficie scivolosa e rischi per la salute. Non utilizzare detergenti aggressivi. Usare un panno umido con acqua tiepida e sapone delicato. Applicare in modo uniforme, lasciare agire brevemente, poi risciacquare in acqua pulita. Lasciare asciugare completamente il tappetino prima di arrotolarlo. Controllare il tappetino prima e dopo l’uso per verificare eventuali danni, strappi o segni di usura. Utilizzare solo se in perfette condizioni. Non conservare su pavimenti in legno, mobili o superfici laccate/oliati, potrebbero verificarsi reazioni indesiderate del materiale. Proteggere dalla luce solare diretta, da fonti di calore e dalla sporcizia. Tenere lontano da oggetti appuntiti o taglienti.

**Eliminazione:** A fine vita, smaltire tramite i sistemi di raccolta disponibili. I servizi locali di gestione dei rifiuti possono fornire informazioni.

**ES - Gracias por elegir una esterilla de yoga SCHILDKRÖT.**
**Contenido:** Esterilla de yoga, bolsa de transporte/funda envolvente de transporte.

**Uso previsto:** Esta esterilla de yoga está destinada al uso de una sola persona para ejercicios de yoga, fitness o estiramientos en interiores. Solo apta para uso en interiores. Carga máxima: 120kg. Solo para uso privado, no apta para uso comercial. Utilizar únicamente según lo descrito. Cualquier otro uso es inadecuado y puede causar daños materiales o lesiones personales.

**ES - Tagk för att du valde en yogamatta från SCHILDKRÖT.**
**Innehåll:** Yogamatta, bärvaska/bärband.
**Avsedd användning:** Denna yogamatta är avsedd att användas av en person för yoga-, fitness- eller stretchövningar inomhus. Endast för inomhusbruk. Maximal belastning: 120kg. Endast för privat bruk, inte för kommersiellt bruk. Använd endast enligt beskrivningen. Varje annat användning är olämpligt och kan orsaka materiella skador eller personskador.

**Allmänna varningar:** Läs bruksanvisningen noggrant, inklusive baktjänst och försiktighetsåtgärder. Använd Denna bruksanvisning är en del av produkten. Om du ger produkten vidare till tredje part, inkludera även denna anvisning.

Använd endast på ett plant, halkfritt underlag fritt från föremål, smuts eller hinder.

Endast en person åt gången. Maxvikt: 120kg.

Halkrisk: Använd inte om mattan är våt eller fuktig.

Placera mattan så att den inte utgör en snubbelrisk.

Håll tillräckligt avstånd till andra föremål och personer. Tråna inte nära trappor eller kanter.

Risk för skador. Tråna barfota för att undvika att skada det primär uso. Este manual forma parte del producto. Si entrega el producto a terceros, incluya también este manual.

Utilizã solo sobre una superficie plana, antideslizante y libre de objetos, suciedad u obstáculos.

Solo una persona a la vez. Peso máximo: 120kg.

Peligro de resbalones. No usar si la esterilla está mojada o húmeda.

Coloque la esterilla de modo que no suponga un riesgo de tropiezo.

Utdör övningarna med fullt fokus, långsamt och jämnt. Rådfråg med läkare vid medicinska ållstånd, särskilt om du har problem med balansen. Avbryt träningen omedelbart och kontakta läkare om du känner smärta, obehag eller andnöd.

Vid hudirritationer, allergier eller kända känsligheter mot vissa plaster (här TPE), använd inte mattan.

Använd lämpliga träningskläder, ta av smycken och sätt upp långt här.

**Förvaring och skötsel:** Rengör mattan regelbundet. Svett, smuts och bakterier kan källa till obehag, lukter, halvtäta och hälsorisker. Använd inte aggressiva rengöringsmedel. Använd en fuktigt trasa med ljummet vatten och mild tvålösning. Applicera jämnt, låt verka kort och torka av med rent vatten. Låt mattan torka helt innan du rullar ihop den. Kontrollera mattan före och efter användning för skador, revor eller slitage. Använd endast om den är i perfekt skick. Förvara inte på trägolv, möbler eller andra ytor som inte är avsedda för kommersiell användning. Önskadade materialreaktioner kan uppstå. Skydda från direkt solljus, värmekällor och smuts.

Håll borta från vassa eller spetsiga föremål.

**Avfallshantering:** När produkten är uttjänt, lämna den till befintliga insamlingsystem. Din lokala avfallsmyndighet kan ge råd.

**HR - Hvala što ste odabrali SCHILDKRÖT prostirku za jogu.**
**Sadržaj:** Prostirka za jogu, torba za nošenje/omot za nošenje.

**Namjena:** Ova prostirka za jogu namijenjena je za korištenje od strane jedne osobe za vježbe joge, fitness ili istezanja u zatvorenom prostoru. Namijenjena je isključivo za unutarnju upotrebu. Maksimalna opterećenje: 120kg. Samo za privatnu upotrebu. Očekivane materijalne reakcije mogu nastupiti. Škidda från direkt solljus, värmekällor och smuts.

Håll borta från vassa eller spetsiga föremål.

**Avfallshantering:** När produkten är uttjänt, lämna den till befintliga insamlingsystem. Din lokala avfallsmyndighet kan ge råd.

**HR - Hvala što ste odabrali SCHILDKRÖT prostirku za jogu.**
**Sadržaj:** Prostirka za jogu, torba za nošenje/omot za nošenje.

**Namjena:** Ova prostirka za jogu namijenjena je za korištenje od strane jedne osobe za vježbe joge, fitness ili istezanja u zatvorenom prostoru. Namijenjena je isključivo za unutarnju upotrebu. Maksimalna opterećenje: 120kg. Samo za privatnu upotrebu. Očekivane materijalne reakcije mogu nastupiti. Škidda från direkt solljus, värmekällor och smuts.

**Opće upute za sigurnost:** Prije prve upotrebe pažljivo pročitate upute za uporabu uključujući sigurnosne smjernice. Ove upute su sastavni dio proizvoda. Ako proizvod prodajete trećim osobama, priložite i ovaj priručnik.

Koristiti samo na ravnoj, protukliznoj površini bez predmeta, prljavštine i prepreka.

Dozvoljena je upotreba jedne osobe u isto vrijeme. Maksimalna težina: 120kg.

Može biti sklisklo. Ne koristiti ako je prostirka mokra ili vlažna.

Postavite prostirku tako ta ne predstavlja opasnost od spljancanja.

Odrižavajte dovoljan razmak od drugih predmeta i osoba. Ne vježbajte blizu stepenica ili rubova.

Opasnost od oštećenja. Vježbajte bosu kako ne biste oštetili površinu. Ne koristiti kao podlogu za fitness uređaje jer njezino ublažavanje nije stabilno za tešku opremu.

Prostirka nije igračka i nije prikladna za djecu mlađu od 14 godina. Držati izvan doseg djece. Djeca se ne smiju igrati s ambalažom zbog opasnosti od gušenja.

**Upute za uporabu:** Prva uporaba: Prije prve uporabe ostavite prostirku da se prilagodi sobnoj temperaturi i prozračite je kako vrijeme u dobro prozračenoj prostoriji ili na otvorenom.

Vježbajte koncentrirano, polako i ravnomjerno. Ako imate zdravstvenih problema, naprijte se posavjetujte s liječnikom, osobito ako imate prvu osobu s ravnotežnim ili drugim zdravstvenim problemima. Maksimalna opterećenja: 120kg. Samo za privatnu upotrebu. Očekivane materijalne reakcije mogu nastupiti. Škidda från direkt solljus, värmekällor och smuts.

U slučaju iritacija kože, alergije ili poznate preosjetljivosti na određene plastike (ovdje TPE), prostirku nemojte koristiti.

Nosite prikladnu sportsku odjeću, uklonite nakit, a dugu kosu svežite.

**Pohrana i održavanje:** Redovito čistite prostirku. Znoj, prljavština i bakterije se nakupljaju i mogu uzrokovati neugodan miris, sklisku površinu i zdravstvene probleme. Ne koristiti agresivna sredstva za čišćenje. Koristite vlažnu krpu s mlakom vodom i blagim sapunom. Ravnomjerno nanosite. Kratko ostavite da djeluje i obrišite čistom vodom. Prije namotavanja, pustite da se prostirka potpuno osuši. Provjerite prostirku prije i nakon korištenja na oštećenja, pukotine i istrošenost. Koristite samo ako je u savršenom stanju. Ne pohranjujte na drvenim podovima, namjestaju ili glatkim lakiranim/naljeim površinama jer mogu nastati neželjene reakcije materijala. Zaštite od izravne sunčeve svjetlosti, izvora topline i prljavštine.

Držati podalje od oštrih i siljastih predmeta.

**Zbrinjavanje:** Na kraju životnog vijeka proizvoda, odložite ga putem dostupnih sustava za prikupljanje otpada. Lokalne službe za gospodarenje otpadom mogu pružiti dodatne informacije.

**SL - Hvala, da ste izbrali jogu blazino SCHILDKRÖT.**

**Obseg:** Yoga blazina, torba za prenašanje/trak za prenašanje.

Namen uporabe: Ta joga blazina je namenjena uporabi ene osebe za joge, fitness ali razne vaje v notranjih prostorih. Namenjena je izključno za uporabo v notranjih prostorih. Največja obremenitev: 120kg. Samo za zasebno uporabo, ni primerna za komercialne namene. Uporabljajte le kot opisano. Vsaka druga uporaba je neprimerna in lahko povzroči materialno škodo ali telesne poškodbe.

**Splošna opozorila:** Pred prvo uporabo natančno preberite navodila za uporabo, vključno z varnostnimi napotki. Ta navodila so del izdelka. Če izdelek posredujete tretjim osebam, priložite tudi ta priročnik.

Uporabljajte le na ravni, protizdrsnj površini, brez predmetov, umazanije ali ovir.

Na blazini naj bo vedno le ena oseba. Največja dovoljena teža: 120kg.

Drso! Ne uporabljajte, če je blazina mokra ali vlažna.

Blazino položite tako, da ne predstavlja nevarnosti spljancanja.

Zagotovite dovolj prostora do drugih predmetov ali oseb. Ne vadite v bližini stopenj ali robov.

Nevarnost poškodb! Vadite bosu, da ne poškodujete površine. Ne uporabljajte kot podlaga za fitness naprave, saj blazenje ni stabilno za težke opreme.

Blazina ni igračka in ni primerna za otroke, mlajše od 14 let. Hranite zunaj dosegla otrok. Otroci naj se ne igrajo z embalažnim materialom, nevarnost zadušitve.

**Navodila za uporabo:** Prva uporaba: Pred prvo uporabo pustite, da se blazina prilagodi sobni temperaturi, in jo nekaj časa zračite v dobro prezračenem prostoru ali na prostem. Vaje izvajajte zbrano, počasi in enakomerno. Če imate zdravstvene probleme, najprej se posavjetujte z zdravnikom. Člasi če imate težave z ravnotežjem. Če med vado začutite bolečine, ustavite takoj dihanje, vadbo takoj prekinite in se posvetujte z zdravnikom.

V primeru draženja kože, alergij ali znanih občutljivosti na določene plastike (tukaj TPE) blazine ne uporabljajte.

Nosite primerno športno oblačilo, odstranite nakit, dolge lasne smpite.

**Shranjevanje in vzdrževanje:** Redno čistite blazino. Pot, umazanija in bakterije se nabirajo in lahko povzročijo neugodno vonjavo, sklisko površino in zdravstvene težavane. Ne uporabljajte agresivnih čistil. Uporabite vlažno krpo z mlakno mlinico. Enakomerno nanosite, pustite nekaj časa učinkovati, nato obrišite s čisto vodo. Pred zvijanjem naj se blazina popolnoma posuši. Pred in po uporabi preverite blazino glede poškodb, razpok in obrabe. Uporabljajte le, če je v brezhibnem stanju. Ne shranjujte na lesenih tleh, pohištvu ali lakiranih/naljevanih površinah, možne so neželene reakcije materijala. Zaščitite pred neposredno sončno svetlobo, virje toplote in umazanjo.

Hranite stran od ostrih in konicastih predmetov.

**Odstranitev:** Ko izdelek doseže konec življenjske dobe, ga odložite u ustrezne zbirne sisteme. Za več informacij se obrnite na lokalne službe za ravnanje z odpadki.

**PL - Dziękujemy, że wybrali Państwo matę do jogi SCHILDKRÖT.**

**Zawartość:** Mata do jogi, torba do przenoszenia/owijka do przenoszenia.

Przeznaczenie: Ta mata do jogi przeznaczona jest do użytku przez jedną osobę do ćwiczeń jogi, fitness lub rozciągania wewnątrz pomieszczeń. Przeznaczona wyłącznie do użytku wewnątrz. Maksymalne obciążenie: 120kg. Tylko do użytku prywatnego, nie do celów komercyjnych. Używać wyłącznie zgodnie z opis