

**SPORTNOW**

IN240300034V01\_UK\_FR\_DE\_ES\_PT\_IT

**A91-354V00**



**EN\_IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.**

**FR\_IMPORTANT : A LIRE ATTENTIVEMENT ET A CONSERVER POUR VOUS Y REFERER  
ULTERIEUREMENT**

**ES\_IMPORTANTE, LEA Y GUARDE PARA FUTURAS REFERENCIAS.**

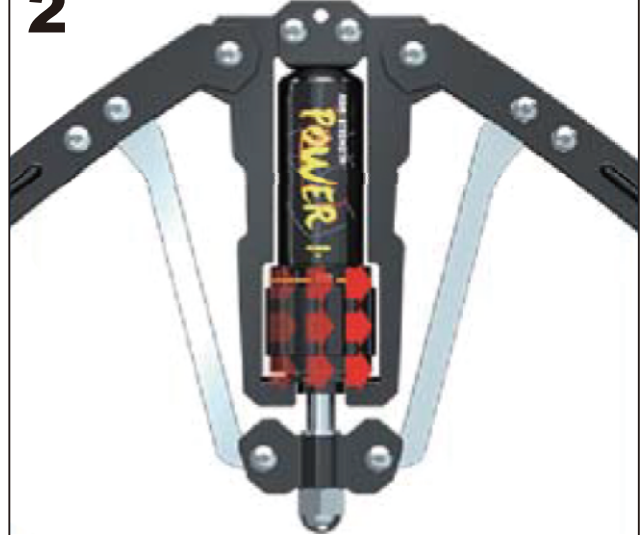
**DE\_WICHTIG! SORGFÄLTIG LESEN UND FÜR SPÄTER NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN.**

**IT\_IMPORTANTE! CONSERVARE IL PRESENTE MANUALE PER FUTURO RIFERIMENTO E  
LEggerlo ATTENTAMENTE.**

## The New Generation Adjustable Hydraulic Arm Strengthener

**1**

1. Take off the buckle

**2**

2. Exercise your wrists, arms, shoulders, chest and back at the same time and increase the muscle strength of the upper body by pushing and pulling the arm exerciser.

**3**

3. Exercise your wrists, arms, shoulders, chest and back at the same time and increase the muscle strength of the upper body by pushing and pulling the arm exerciser.

### WARM TIPS:

1. The buckle is just for holding the two arms of power twister together, please don't use it as a handle, avoid the buckle falling off and power twister falling on you!
2. Please choose the intensity that suits you so as to avoid muscle strain!
3. Not recommended for use by children, pregnant women and those who feel unwell!
4. Please keep out of reach of children and pets to avoid hurting your baby.

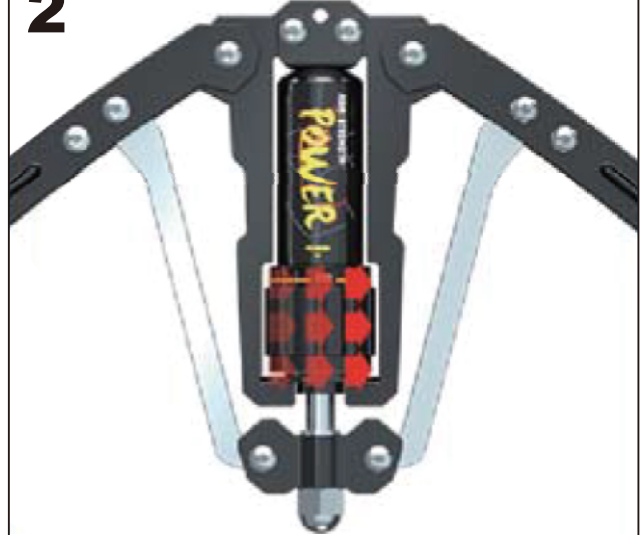
## La nouvelle génération de renforceur de bras hydraulique réglable

1



1. Enlevez la boucle

2



2. Exercez vos poignets, bras, épaules, poitrine et dos en même temps et augmentez la force musculaire du haut du corps en poussant et tirant l'appareil de musculation pour les bras.

3



3. Exercez vos poignets, bras, épaules, poitrine et dos en même temps et augmentez la force musculaire du haut du corps en poussant et tirant l'appareil de musculation pour les bras.

### CONSEILS CHALEUREUX:

1. La boucle est juste pour maintenir les deux bras du power twister ensemble, ne l'utilisez pas comme poignée, évitez que la boucle ne se détache et que le power twister ne tombe sur vous!
2. Veuillez choisir l'intensité qui vous convient pour éviter les tensions musculaires!
3. Ne pas recommander pour une utilisation par les enfants, les femmes enceintes et ceux qui ne se sentent pas bien!
4. Veuillez garder hors de portée des enfants et des animaux de compagnie pour éviter de blesser votre bébé.

## Die neue Generation einstellbarer hydraulischer Armtrainer

1



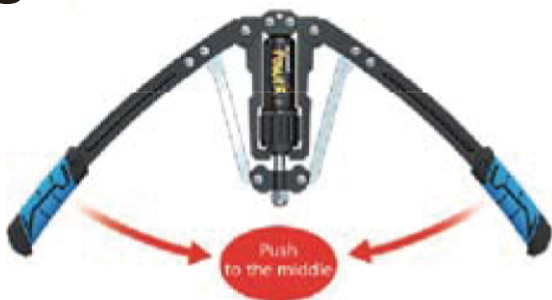
1. Nehmen Sie die Schnalle ab

2



2. Trainieren Sie gleichzeitig Ihre Handgelenke, Arme, Schultern, Brust und Ihren Rücken und erhöhen Sie die Muskelkraft des Oberkörpers, indem Sie den Armtrainer drücken und ziehen.

3



3. Trainieren Sie gleichzeitig Ihre Handgelenke, Arme, Schultern, Brust und Ihren Rücken und erhöhen Sie die Muskelkraft des Oberkörpers, indem Sie den Armtrainer drücken und ziehen.

### WARME TIPPS:

1. Die Schnalle dient nur dazu, die beiden Arme des Power Twisters zusammenzuhalten, bitte verwenden Sie sie nicht als Griff, um zu verhindern, dass die Schnalle herunterfällt und der Power Twister auf Sie fällt!
2. Bitte wählen Sie die Intensität, die zu Ihnen passt, um Muskelzerrungen zu vermeiden!
3. Nicht empfohlen für Kinder, schwangere Frauen und Personen, die sich unwohl fühlen!
4. Bitte außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren aufbewahren, um Verletzungen zu vermeiden.

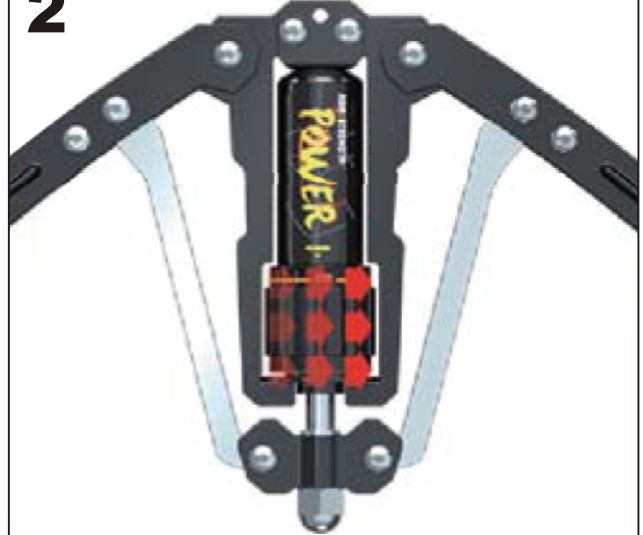
## La nueva generación de fortalecedor de brazos hidráulico ajustable

1



1. Quite la hebilla

2



2. Ejercite sus muñecas, brazos, hombros, pecho y espalda al mismo tiempo y aumente la fuerza muscular de la parte superior del cuerpo empujando y tirando del ejercitador de brazos.

3



3. Ejercite sus muñecas, brazos, hombros, pecho y espalda al mismo tiempo y aumente la fuerza muscular de la parte superior del cuerpo empujando y tirando del ejercitador de brazos.

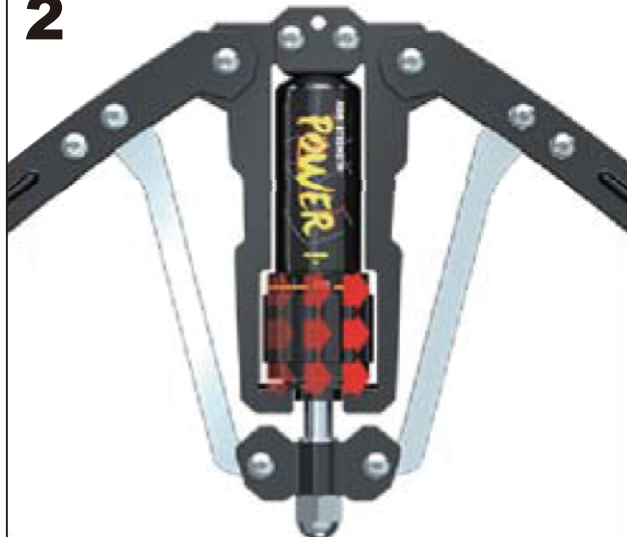
### CONSEJOS:

1. La hebilla solo sirve para mantener juntos los dos brazos del Power Twister, por favor no la use como asa, para evitar que se caiga la hebilla y el Power Twister se le caiga encima.
2. Elija la intensidad que más le convenga para evitar distensiones musculares.
3. No se recomienda su uso a niños, mujeres embarazadas ni personas que se sientan mal.
4. Mantenga fuera del alcance de niños y mascotas para evitar lesiones.

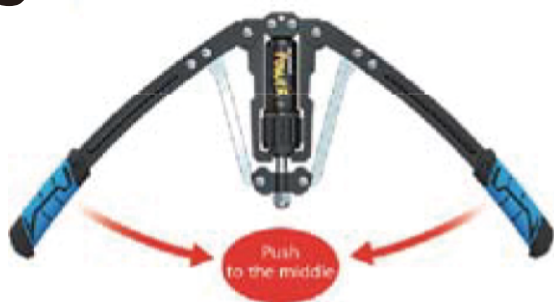
## A nova geração de fortalecedor de braços hidráulico ajustável

**1**

1. Retire a fivela

**2**

2. Exercite os pulsos, braços, ombros, peito e costas ao mesmo tempo e aumente a força muscular da parte superior do corpo empurrando e puxando o exercitador de braços.

**3**

3. Exercite os pulsos, braços, ombros, peito e costas ao mesmo tempo e aumente a força muscular da parte superior do corpo empurrando e puxando o exercitador de braços.

### DICAS:

1. A fivela serve apenas para manter os dois braços do Power Twister juntos, por favor não a use como alça, para evitar que a fivela se solte e o Power Twister caia sobre si!
2. Escolha a intensidade que mais lhe convém para evitar distensões musculares!
3. Não recomendado para uso por crianças, grávidas e pessoas que não se sintam bem!
4. Mantenha fora do alcance de crianças e animais de estimação para evitar ferimentos.

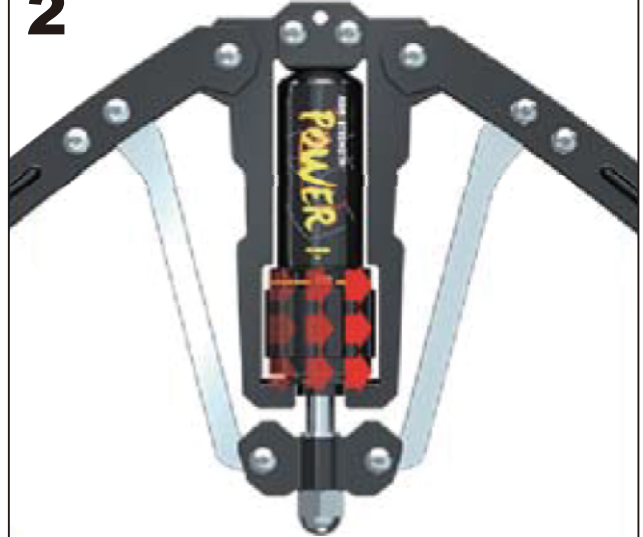
## La nuova generazione di potenziatore per braccia idraulico regolabile

1



1. Togli la fibbia

2



2. Esercita contemporaneamente i polsi, le braccia, le spalle, il petto e la schiena e aumenta la forza muscolare della parte superiore del corpo spingendo e tirando l'esercitatore per braccia.

3



3. Esercita contemporaneamente i polsi, le braccia, le spalle, il petto e la schiena e aumenta la forza muscolare della parte superiore del corpo spingendo e tirando l'esercitatore per braccia.

### CONSIGLI:

1. La fibbia serve solo per tenere uniti i due bracci del Power Twister, non usarla come maniglia, per evitare che la fibbia cada e il Power Twister cada su di te.
2. Scegli l'intensità che più ti si addice per evitare sforzi muscolari.
3. Non raccomandato per l'uso da parte di bambini, donne incinte e persone che non si sentono bene.
4. Tieni fuori dalla portata di bambini e animali domestici per evitare lesioni.

**UK**

If you have any questions, please contact our customer care centre.

Our contact details are below:



0044-800-240-4004



enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:

MH STAR UK LTD

Unit 27, Perivale Park,

Horsenden lane South

Perivale, UB6 7RH

MADE IN CHINA

**ES**

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente.

Nuestros datos de contacto son los siguientes:



0034-931294512



atencioncliente@aosom.es

Importador/Fabricante/REP:

Spanish Aosom, S.L.

C/ Roc Gros, nº 15. 08550, Els Hostalets de Balenyà, Spain.

B66295775

atencioncliente@aosom.es

TEL: 931294512

HECHO EN CHINA

**FR**

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle.

Nos coordonnées sont les suivantes:



0033-1-84166106



aosom@mhfrance.fr

Importé par/Fabricant/REP:

MH France

2, rue Maurice Hartmann

92130 Issy-les-Moulineaux

France

Fabriqué en Chine

**PT**

Se tiver alguma dúvida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente.

Os nossos dados de contacto são os seguintes:



0034-931294512



info@aosom.pt.

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L

C.ROC GROS N.15, 08550. ELS HOSTALETES DE BALENYÀ

TEL: 931294512 (SEG-SEX DAS 7:30H ÀS 16:30H)

INFO@AOSOM.PT

WWW.AOSOM.PT

**DE**

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Kundendienstzentrum.

Unsere Kontaktdaten stehen unten:



0049-0(40)-87408465



service@aosom.de

Importeur/Hersteller/REP:

MH Handel GmbH

Wendenstraße 309

D-20537 Hamburg

Germany

IN CHINA HERGESTELLT

**IT**

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti.

I nostri dettagli di contatto sono di seguito:



0039-0249471447



clienti@aosom.it

IMPORTATO DA/Produttore/REP:

AOSOM Italy srl

Centro Direzionale Milanofiori

Strada 1 Palazzo F1

20057 Assago (MI)

P.I.: 08567220960

FATTO IN CINA

