



Die Marke für Gesundheit Fitness und Sport

Gebrauchsanweisung für Bälle mit ABS-Material.

Bitte unbedingt aufmerksam lesen!

Achtung: Packung enthält Kleinteile. Nicht geeignet für Kinder unter drei Jahren.

Wir gratulieren Ihnen zum Kauf eines Balles mit dem einzigartigen ANTI-BURST MATERIAL.

TOGU-Bälle mit ABS®-Material bieten Ihnen bei deren Benutzung eine erhöhte Sicherheit gegen ein plötzliches Platzen des Balles sofern ein bestimmtes Körpergewicht nicht überschritten wird (siehe nebenstehende Belastungstabelle), d.h. durch die patentierte Materialzusammensetzung können Bälle mit ABS® im Falle einer plötzlich auftretenden, punktuellen Beschädigung nicht mehr platzen, sondern verlieren lediglich langsam die Luft.

Das Anti-Burst-Material schützt Sie also bei punktuellen Beschädigungen bzw. Stichen vor einem schlagartigen Platzen des Balles. Der Ball verliert stattdessen so langsam die Luft, dass Ihnen genügend Reaktionszeit bleibt. Bei größeren Rissverletzungen, wie z.B.

Entlangschrammen an scharfen Kanten und damit verbundenem Aufreißen der Ballhaut von mehreren Zentimetern kann jedoch auch das ANTI-BURST MATERIAL nicht mehr verhindern, dass der Ball bei einer derartigen Verletzung schlagartig Luft verliert = platzen kann.

Deshalb sollte der Ball regelmäßig auf Kratzer oder Schrammen, die auch bei bestimmungsgemäßen Gebrauch im Laufe der Zeit auftreten oder sich nach und nach entwickeln könnten, untersucht werden.

So aktivieren Sie das Anti-Burst-Material:

- 1) Der Ball muss zwei bis drei Stunden bei mindestens 20°C vor dem Aufpumpen gelagert worden sein.
- 2) Den temperierten Ball in Etappen bei Raumtemperatur bis ca. 80% der Maximalgröße aufpumpen. Beachten Sie, dass der Ball in dieser Phase sehr hart sein kann. Mindestens zwei Stunden ruhen lassen.
- 3) Den Ball bei Raumtemperatur oder Außentemperaturen von max. 25°C langsam auf die für Sie optimale, jedoch nicht über die maximale Größe aufpumpen. **Achtung:** durch die lederartige Beschaffenheit des Materials fühlt sich der Ball auch beim langsamen Aufpumpen sehr hart an. Der Ball erreicht nach spätestens zwei Tagen seine optimale Elastizität (Weichheit). Da das lederartige ABS®-Material natürlich mehr Zeit braucht, um sich an die Dehnung zu gewöhnen als ein herkömmlicher, unverstärkter Ball, kann es bei unsachgemäßer Behandlung während des Aufpumpens reißen.
- 4) Bälle mit ABS® nach dem endgültigen Aufpumpen vor der ersten Benutzung unbedingt 24 Stunden ruhen lassen, damit das Anti-Burst-System sich an die äußeren Bedingungen (optimale Raumtemperatur) anpassen kann. Bitte überprüfen Sie nach diesen 24 Stunden den Durchmesser Ihres Balles erneut, da der Ball durch Luftausdehnung im Ballinneren durch Temperatureinwirkung bzw. –Anpassung größer werden kann. Sollte der Maximaldurchmesser hierdurch überschritten worden sein, lassen Sie einfach etwas Luft ab, um den richtigen Durchmesser zu erreichen.

Belastungstabelle:

Jeder ABS® Ball ist – unabhängig von seiner hohen Belastbarkeit – bis zu einem bestimmten Körpergewicht (Gesamtgewicht) platzsicher:

Powerball ABS®	45 – 75 cm	belastbar bis ca. 500 kg	- platzsicher bis 90 kg
Powerball Premium ABS®	45 – 65 cm	belastbar bis ca. 1000 kg	- platzsicher bis 170 kg
Powerball Premium ABS®	75 cm	belastbar bis ca. 1000 kg	- platzsicher bis 120 kg
Sitzball ABS®	45 – 75 cm	belastbar bis ca. 500 kg	- platzsicher bis 120 kg
Pendel Ball (light) ABS®	45 – 70 cm	belastbar bis ca. 1000 kg	- platzsicher bis 250 kg
Powerball Challenge ABS®	55 – 65 cm	belastbar bis ca. 2000 kg	- platzsicher bis 500 kg
Powerball Extreme ABS®	55 - 70 cm	belastbar bis ca. 3000 kg	- platzsicher bis 1000 kg
Theragym® Ball ABS®	85 – 100 cm	belastbar bis ca. 250 kg	- platzsicher bis 45 kg
Theragym® Ball Senso ABS®	85 - 100 cm	belastbar bis ca. 250 kg	- platzsicher bis 45 kg
Kangaroo Ball Junior ABS®	45 cm	belastbar bis ca. 500 kg	- platzsicher bis 60 kg
Kangaroo Ball Super ABS®	60 cm	belastbar bis ca. 500 kg	- platzsicher bis 75 kg

So bleibt Ihr ABS®-Ball platzsicher:

- 1) Bitte halten Sie Ihr Übungsfeld frei von spitzen Gegenständen oder Kanten. Prüfen Sie vor jeder Benutzung Ihres ABS®-Balles, ob die Ballhaut unversehrt ist. Bei Kratzern oder Schrammen in der Oberfläche ist die Platzsicherheit nicht mehr gewährleistet.
- 2) Damit das Anti-Burst-System wirken kann, sollte der Ball keiner höheren Umgebungstemperatur, insbesondere auch Bodentemperatur von mehr als 25°C ausgesetzt werden.
- 3) Da sich der Balldurchmesser durch die Temperaturschwankungen verändern kann, sollte vor jeder Benutzung erneut der Balldurchmesser bezüglich der Maximalgröße überprüft werden.

Charakteristische Merkmale des Anti-Burst-Material:

Durch das Anti-Burst-Material kann sich beim Benutzen die Form des Balles leicht verändern. Dies hat jedoch keinen Einfluss auf die Dynamik oder den Bewegungs-Ablauf der Übungen, denn der Kern-Nutzen des aktiven dynamischen Sitzens, d.h. auch alle im Sitzen ausgeführten Bewegungen auf dem Ball, liegt in der Vermittlung von gleichgewichtssensibilisierenden Reizen. Entscheidend ist also die Labilität des Balles, nicht dessen kreisrunde Beschaffenheit. Ca. zehn Minuten nach Verlassen des ABS®-Balles erhält der Ball durch die Rückstellkraft des Materials seine runde Form zurück. Durch das Verpacken weist ein ABS-Sicherheitsball beim Aufpumpen einige Falten auf. Bedingt durch das Material CRYLON können diese Falten auch dauerhaft bei einem aufgepumpten ABS-Sicherheitsball zu sehen sein. Dies beeinträchtigt aber in keiner Weise die Funktionalität oder Sicherheit.

Alle von uns hergestellten Bälle sind mehrmals recyclebar, ein defekter Ball stellt deshalb einen hochwertigen Rohstoff dar. Bitte führen Sie einen defekten Ball der Wiederverwertung zu, um



Die Marke für Gesundheit Fitness und Sport

ökologische Ressourcen auszuschöpfen.

Unsere Produkte entsprechen dem Deutschen Lebensmittel- und Bedarfsgegenständegesetz (BGVV) und enthalten keine Schwermetalle.

Außerdem gewährleisten wir, dass unsere Bälle frei von gesundheitsschädlichen oder geruchsbelästigenden Ausdünstungen sind.

Wenn der Ball in außergewöhnliche Übungsabläufe mit besonders hohem Schwierigkeitsgrad eingebunden wird, kann für den Benutzer hohes Risiko entstehen. Hierfür übernehmen wir auch bei ABS®-Bällen in keinem Fall eine Haftung.

Bei Nichtbeachtung der Gebrauchsanweisung kann auch ein ABS®-Ball wie jeder andere Ball beim Auftreffen auf einen spitzen oder scharfen Gegenstand platzen.

Mehr unter <http://www.togu.de>



Die Marke für Gesundheit Fitness und Sport

Instructions for use: Powerball ABS® Powerball Premium ABS®

Please read carefully.

Congratulations purchasing a ball with the patented Anti-Burst-System ABS®.

Every TOGU ball is a unique item.

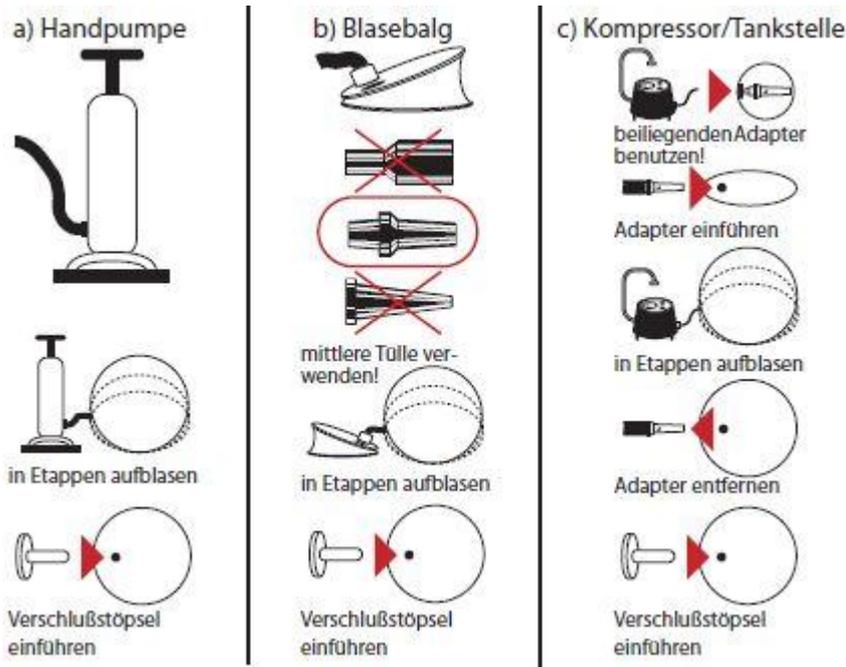
In spite of our high quality manufacturing process the stiffness and size of each ball may vary. In consequence the ball shall be pumped either as hard or as large depending on your personal needs. Please pay attention not to exceed the maximum size as shown below.

TOGU balls with ABS offer greater safety against a sudden bursting of the ball during use – provided a certain body weight is not exceeded (see load table below). The patented material CRYLON® protects you from a sudden explosion of the ball if punctured. The ball simply loses air slowly, leaving you enough time to react accordingly.

Powerball ABS®	45 – 75 cm	max. load ca. 500 kg	burst proof up to 90 kg
Powerball Premium ABS®	45 – 65 cm	max. load ca. 1000 kg	burst proof up to 170 kg
Powerball Premium ABS®	75 cm	max. load ca. 1000 kg	burst proof up to 120 kg
Sitzball ABS®	45 – 75 cm	max. load ca. 500 kg	burst proof up to 120 kg
Pendel Ball (light) ABS®	45 – 70 cm	max. load ca. 1000 kg	burst proof up to 250 kg
Powerball Challenge ABS®	55 – 65 cm	max. load ca. 2000 kg	burst proof up to 500 kg
Powerball Extreme ABS®	55 - 70 cm	max. load ca. 3000 kg	burst proof up to 1000 kg
Theragym® Ball ABS®	85 – 100 cm	max. load ca. 250 kg	burst proof up to 45 kg
Theragym® Ball Senso ABS®	85,100 cm	max. load ca. 250 kg	burst proof up to 45 kg
Kangaroo Ball Junior ABS®	45 cm	max. load ca. 500 kg	burst proof up to 60 kg
Kangaroo Ball Super ABS®	60 cm	max. load ca. 500 kg	burst proof up to 75 kg

The ball should be checked regularly for scratches or chafe marks which can appear even during correct use or which can gradually develop.

Your ABS ball can be inflated in the following ways:

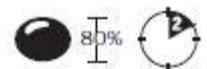


How to activate the Anti-Burst-Material:

1) The ball must be stored at at least 20°C / 68° F (room temperature) for 2-3 hours before inflation.



2) Inflate the ball in stages up to 80% of its maximum size at room temperature or at a max. outside temperature of 25°C (77°F). Remember that the ball may be very hard in this phase. Wait for at least 2 hours.



3) Slowly inflate the ball up to the optimum size for you at room temperature, **though never inflate over its maximum size**. Warning: On account of the leather-like-material, the ball feels very hard, even if inflated slowly. The ball reaches its optimum elasticity (softness) after 2 days at the latest. Since the leather-like-ABS material naturally takes longer to adapt to the expansion **it can tear if handle incorrectly** during inflation.



4) Balls with ABS must be left for 24 hours after final inflation before being used for the first time so that the Anti-Burst-System can adjust to the ambient conditions (optimum room temperature). Please check the diameter of your ball after these 24 hours since the ball can become larger on account of air expansion inside the ball due to the effects of temperature. If the maximum diameter has been exceeded simply let some air out until the ball reaches the correct diameter.



How to keep the ABS® ball from bursting:

1) Please keep the area around the ball free of sharp objects or edges. Check that the skin of the



Die Marke für Gesundheit Fitness und Sport

ball is undamaged before use. The anti-burst-features can no longer be guaranteed in the event of scratches or chafe marks on the surface

2) The ball should not be exposed to ambient temperatures, particularly floor temperatures, over 25°C (77°F) for the Anti-Burst-System to remain effective.

Characteristic features of the Anti-Burst-Material:

The shape of the ball can change slightly during use because of the Anti-Burst-System. This does not affect its dynamics nor positive effects on the body. It is the dynamics of the ball, not its circular shape, which is important for the exercises. When the ball is not in use for some time it regains its original shape again.

Creases will be evident when inflating an ABS safety ball because of the packaging. These creases may remain evident on the inflated ABS safety ball due to the material CRYLON. However, this does not affect the ball's functionality or safety in any way.

All balls which we manufacture can be recycled a number of times. A faulty ball is thus a valuable raw material. Please return all faulty balls for recycling since they contain ecologically valuable resources. Our products comply with the German Foodstuffs and Consumer Goods Law (BGW) and contain no heavy metals. We also guarantee that our balls do not exhale any vapours which are detrimental to health or smell.

If the ball is used in unusual exercises with a very high load or level of difficulty, or if used for purposes other than those for which it has been designed, the user may be exposed to a much higher risk. In such cases we can assume no liability, even for the ABS balls.

If the instructions for use are ignored, the ABS ball, just like any other ball, can burst if it comes into contact with a sharp object.

