

## Gebrauchs- und Pflegeanleitung TOGU Balanza® Serie

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf Ihres neuen TOGU Balanza®.

Mit einem TOGU® Produkt haben Sie sich für ein Markenprodukt „made in Germany“ entschieden.

Als Sportgerät ist es entsprechend den geltenden EU Regelungen produziert und enthält keine verbotenen Phthalate und keine Schwermetalle.

Stabilisations- und Koordinationstraining in einer neuen, herausfordernden Dimension. Mit den Produkten der TOGU Balanza Serie lässt sich ein Ganzkörpertraining in mehreren Ebenen durchführen. Unter der speziell entwickelten Platte befinden sich extrem robuste luftgefüllte Bälle, die durch die dynamische Instabilität die Ansteuerung der stabilisierenden Muskelgruppen aller Gelenke bis in die Tiefe zusätzlich ansprechen. Die Standfläche ist so durch die spezielle Konstruktion schwimmend gelagert.

Für Stabilisations- und Koordinationsübungen im Stand und Stützübungen mit und ohne Zusatzgeräte geeignet.

### Achtung:

- Lagern Sie die Balanza nicht in direktem Sonnenlicht oder in der Nähe von Wärmequellen. Dadurch könnte sich der Balanza verformen.
- Vermeiden Sie den Kontakt mit spitzen und scharfen Gegenständen (z.B. Glassplitter, spitze Steine in den Sohlen), da diese den Balanza beschädigen können. Den Balanza bitte nicht werfen.
- Trainieren Sie barfuß mit Sportschuhen oder normalem, festem Schuhwerk.
- Überprüfen Sie vor jeder Benutzung den Balanza auf vorhandene Schäden, da ansonsten ein sicheres Training nicht gewährleistet werden kann.
- Die Balanza müssen horizontal, auf einem stabilen und trockenen Untergrund stehen.

### Kleine Gerätekunde:

Alle TOGU Balanza Produkte sind aus hochwertigem Roton (luftgefüllter Teil) und einer mehrfach verleimten Platte aus Birkenholz hergestellt. Alle Bälle sind mit einem Nadelventil versehen.

<b>Balanza</b> Maße: ca. 55 x 35 cm Belastbarkeit: ca. 150 kg	<b>Balanza Freeride</b> Maße: ca. 100 x 35 cm Belastbarkeit: ca. 150 kg	<b>Balanza Ballstep/Group</b> Maße: ca. 89 x 43 cm Belastbarkeit: ca. 150 kg	<b>Balanza Ballstep Mini</b> Maße: ca. 63 x 34 cm Belastbarkeit: ca. 150 kg
<b>Balanza Ballstep XXL</b> Maße: ca. 180 x 60 x 15cm Belastbarkeit: ca. 200 kg	<b>Balanza Physiowippe</b> Maße: ca. 48 x 48 x 7 cm Belastbarkeit: ca. 150 kg	<b>Balanza Kreisel</b> Maße: ca. 40 x 7 cm Belastbarkeit: ca. 150 kg	

### Temperatur-Beständigkeit:

Das Gerät soll idealerweise bei Raumtemperatur eingesetzt werden.

### Pflege:

Zum Reinigen der luftgefüllten Bälle können Sie alle milden, handelsüblichen Reinigungs- sowie Desinfektionsmittel verwenden. Lösungsmittelhaltige, säurehaltige oder ätzende Reiniger greifen das Material an. Die Holzplatte sollte mit handelsüblichen Holzreinigungsmitteln gereinigt werden, und entsprechend trocken gelagert werden.

### Nachpumpen:

Zum Nachpumpen bzw. Einstellen des Balles verwenden Sie bitte die Original TOGU Ballpumpe für Nadelventile (Art.nr. 904400), erhältlich im Handel. Beachten Sie beim Nachpumpen, dass der Durchmesser des Balles **in keinem Fall** mehr als 14 cm beträgt (entspricht einem Umfang von max. 40 cm), da sich der Ball sonst dauerhaft verformt. Idealer Balldurchmesser ist 11 bis 12 cm. Ausgenommen sind die Bälle der **Balanza Physiowippe und des Balanza Kreisels**. Hier beträgt der optimale Durchmesser ca. 5-7 cm.

## Instruction for use TOGU Balanza® Series

**Congratulations!**

**You are now the owner of TOGU Balanza®, a product “made in Germany”.**  
**This sports tool was produced in compliance with valid EU norms. It is free of forbidden phthalates and heavy metals.**

### **Warning:**

- Avoid storage in direct sunlight or near heat sources, because otherwise TOGU Balanza might deform
- Avoid contact with sharp and pointed objects (e.g. broken glass, pointed rocks in shoe soles) because they can damage TOGU Balanza. Do not throw TOGU Balanza.
- Use sport shoes, regular shoes or be barefoot while training on TOGU Balanza.
- Prior to any use, TOGU Balanza should be checked for damage because otherwise a safe handling is not guaranteed
- TOGU Balanza has to rest on a horizontal, stable and dry ground.

### **Equipment details:**

The TOGU Balanza is made of high grade Ruton with a needle valve and 8 times glued plate made of birch wood.

#### **Balanza**

Size: ca. 55 x 35 cm  
Load: ca. 150 kg

#### **Balanza Freeride**

Size: ca. 100 x 35 cm  
Load: ca. 150 kg

#### **Balanza Ballstep/Group**

Size: ca. 89 x 43 cm  
Load: ca. 150 kg

#### **Balanza Ballstep Mini**

Size: ca. 63 x 34 cm  
Load: ca. 150 kg

#### **Balanza Ballstep XXL**

Size: ca. 180x60x15 cm  
Load: ca. 200 kg

#### **Balanza Physiowippe**

Size: ca. 48x48x7 cm  
Load: ca. 150 kg

#### **Balanza Circle**

Size: ca. 40x7 cm  
Load: ca. 150 kg

### **Care:**

Use water or mild standard detergents and disinfectants for cleaning the ball. Dissolvers as well as acidic or corrosive cleansers can harm the material. TOGU Balanza always store dry.

### **How to inflate:**

The air filling of TOGU Balanza can be regulated by using the TOGU ball pump. Available as spare part in retail.

Therefore, the TOGU Balanza is equipped with a needle valve.

Please perform changes to the air pressure inside TOGU Balanza (inflation or bleeding) only, if the TOGU Balanza has room temperature and add at the most as much air, as is necessary to make the surface level. Always moisten the needle before carefully inserting into the needle valve.

Please note whilst pumping that the diameter of the ball **shall not** be larger than 14cm (perimeter about 40 cm), otherwise the ball deforms. Recommended diameter of the ball is 11 to 12 cm. Recommended diameter of the smaller balls at Physiowippe and Circle is ca. 5-7 cm.