

Ant Bar



Der Ant Bar ist eine Klimmzugstange zum Einhängen in ein Strong Ant 3 Fingerboard oder die passenden Trägerplatten. Um die Klimmzugstange in den Träger einhängen zu können müssen die zwei mitgelieferten Ankerbuchsen in das Fingerboard eingesetzt und verschraubt werden. Die Anleitung dafür findest Du auf der nächsten Seite.

Des Weiteren ist das Folgende während der Montage und dem späteren Gebrauch des Ant Bars unbedingt zu beachten:

1. Vergewissere Dich vor jeder Trainingseinheit, dass alle Schrauben fest sitzen. Sollte es auch nur kleinste Anzeichen geben, dass eine Schraube nicht mehr fest sitzt oder das Fingerboard gar zu kippen oder wackeln beginnt (sich gelöst hat) darf erst wieder damit trainiert werden, wenn alle Schrauben fest angezogen wurden und eine Bewegung des Boards auf der Unterlage ausgeschlossen werden kann.

2. Achte sorgsam darauf, dass Du den Ant Bar korrekt an den vorgesehenen Haltenpunkten (Ankerbuchsen) verankerst.

3. Prüfe nach jedem Aufstecken des Ant Bars die Tragfähigkeit dessen, indem Du diesen langsam belastest. Ein falsch eingesteckter Ant Bar kann bei Belastung abreißen, Material beschädigen und im schlimmsten Fall zu schweren Verletzungen führen.

Für Schäden am Fingerboard bzw. Unfälle die durch Nichtbeachtung dieser Hinweise erfolgen können wir keinerlei Garantie oder Haftung übernehmen.

Sollten noch Fragen zur Montage trotz dieser Anleitung unbeantwortet bleiben kannst Du uns jederzeit anrufen oder schreiben!

The Ant Bar is a pull-up bar for hanging in a Strong Ant 3 fingerboard or the appropriate carrier plates. In order to be able to hang the pull-up bar in the carrier, the two supplied anchor bushings must be inserted into the fingerboard and screwed. You can find the instructions for this on the next page.

Furthermore, the following must be observed during assembly and subsequent use of the Ant Bar:

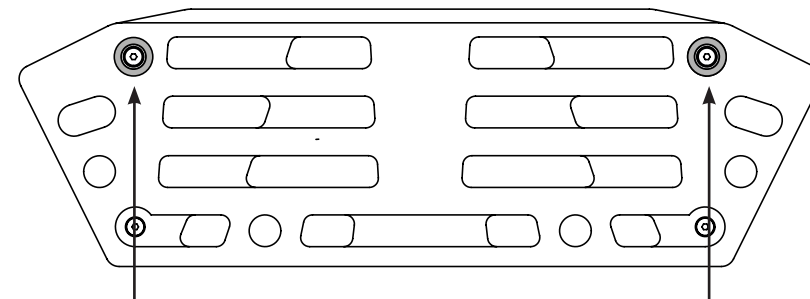
1. Before each training session, make sure that all screws are tight. If there are even the slightest signs that a screw is no longer tight or that the fingerboard even begins to wobble or wobble (has become loose), you may only train with it again when all screws have been tightened and the board has moved on the surface can be excluded.

2. Be careful to anchor the Ant Bar correctly to the anchor points (anchor bushings) provided.

3. Each time you put the Ant Bar on, check its load-bearing capacity by slowly loading it. An incorrectly inserted Ant Bar can tear off under load, damage material and, in the worst case, lead to serious injuries.

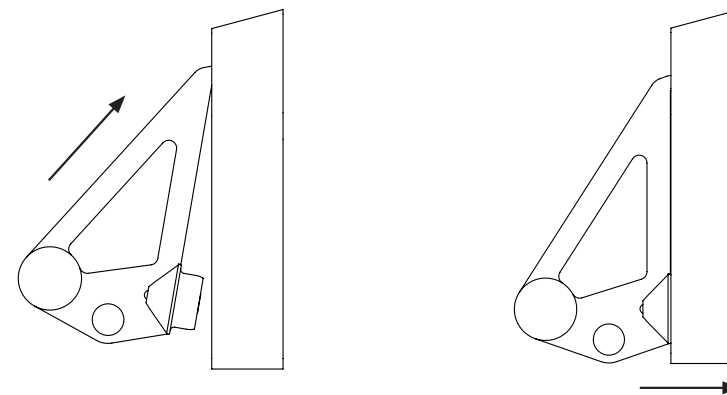
We cannot assume any guarantee or liability for damage to the fingerboard or accidents caused by non-observance of these instructions.

If you still have questions about assembly despite these instructions, you can call or write to us at any time!



Zuerst die Ankerbuchsen einsetzen bzw. einpressen und anschließend mit den Schrauben fest verschrauben.

First insert or press in the anchor bushings and then screw them tight with the screws.



Zum Einhängen werden zuerst die beiden „Spitzen“ des Ant Bar in die Ankerbuchsen gesteckt. Anschließend müssen noch die beiden schwarzen Zapfen in die unteren Ausnehmungen gesteckt werden. Damit ist der AB einsatzbereit. Viel Spaß beim Trainieren!

To hang it up, the two „tips“ of the Ant Bar are first inserted into the anchor bushings. Then the two black pins have to be inserted into the lower recesses. The AB is then ready for use. Have fun training!

Antworks e.U.
Sankt Wolfgang 124
2880 Kirchberg am Wechsel
info@antworks.at
+436605096239