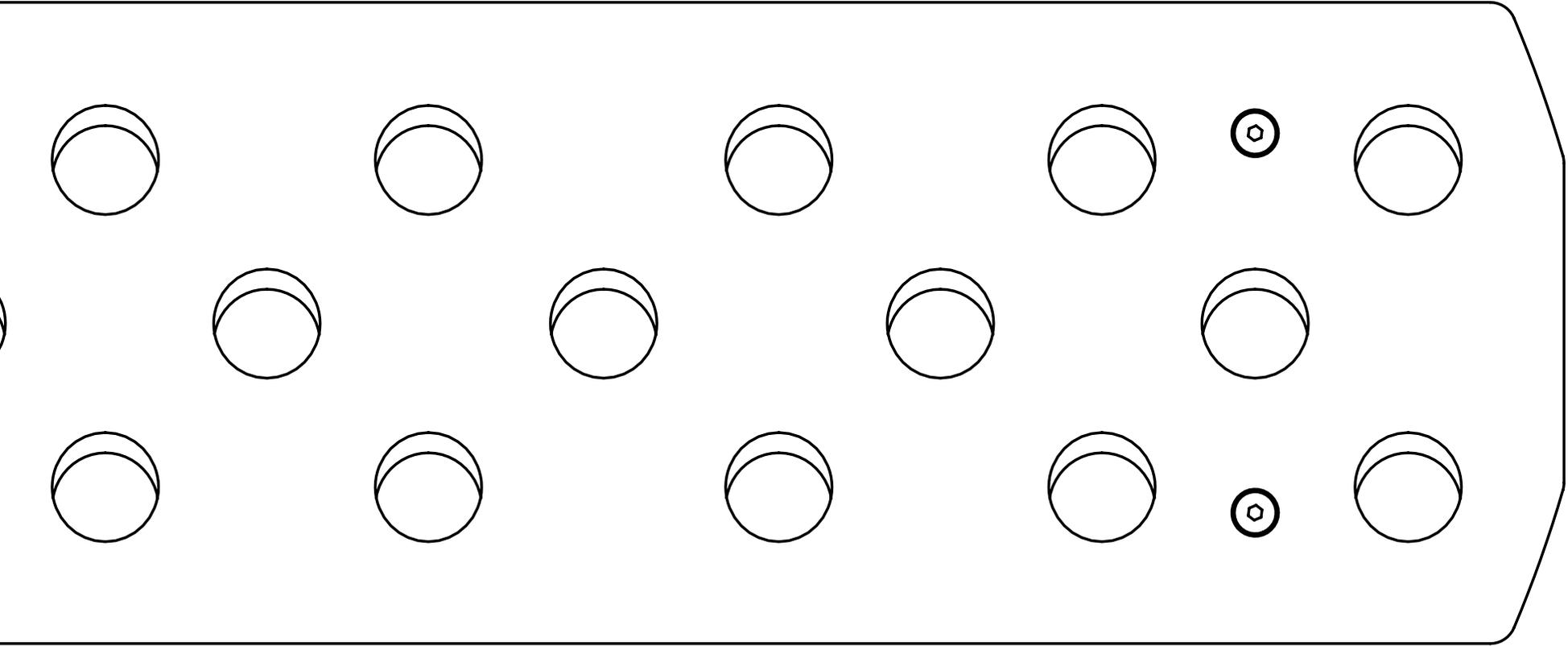




# Ant Hill 63



## Sicherheitshinweise

Folgendes musst Du bei der Montage und dem späteren Training mit Deinem AH63 beachten:

Das Board benötigt eine ebene Unterlage. Wird es auf einer schiefen, buckeligen oder welligen Wand montiert kann es zum Einen passieren, dass das Board beim Anschrauben reißt, zum Anderen ist die Haltekraft des Boards nicht ausreichend gewährleistet.

Schraube Dein AH63 nie auf Rigips- oder ähnliche Leichtbauwände bzw. bröckelige Ziegelwände. Diese Träger sind zu schwach, das Board würde bei Belastung ausreißen. **Akute Unfallgefahr!**

Vergewissere Dich vor jeder Trainingseinheit, dass alle Schrauben fest sitzen. Sollte es auch nur kleinste Anzeichen geben, dass sich das Board von der Wand lösen kann oder das Board gar zu kippeln beginnt darf es solange für das Training nicht mehr verwendet werden bis alle Schrauben wieder fest angezogen wurden und eine Bewegung des Boards ausgeschlossen werden kann.

Für Schäden oder Unfälle die durch Nichtbeachtung dieser Hinweise erfolgen können und wollen wir keinerlei Garantie oder Haftung übernehmen.

Aber jetzt erstmal hallo und vielen Dank, dass Du Dich für ein Pegboard von Antworks entschieden hast. Seit 2012 entwickeln und verkaufen wir Klettertrainingsgerät, unter anderem eben Pegboards. In dieser Zeit konnten wir uns eine ordentliche Reputation erarbeiten und wollen diese natürlich halten bzw. weiter ausbauen. Deswegen unsere größte Bitte vorneweg: Falls Dir an deinem Board irgend etwas auffällt, was Dich stört, dann bitten wir Dich darum uns das mitzuteilen. Vielen Dank!

Wenn Du mit dem Board aber zufrieden bist, dann würden wir uns freuen, wenn Du uns vielleicht auf Facebook oder Google eine gute Bewertung hinterlässt.

## Herstellung

Wie wir mit Antworks starteten, wurde noch jedes einzelne Board von Hand hergestellt. Das klappt so heute nicht mehr, uns wären wahrscheinlich schon die Hände abgefallen. Die Konturgebung erledigen unsere eigenen CNC Maschinen. Das Oberflächen-Finish erfolgt dann aber doch wieder von Hand.

Seit Sommer 2021 stellen wir das AH63 aus Eschen-Vollholz her. Das hat unterschiedliche Gründe. Einer davon ist die Reduzierung problematischer Sperrholz-Abfälle, die eben doch ein hohes Maß an synthetischen Leimen aufweisen und deswegen gesondert entsorgt werden müssen.

## Oberflächen

Das AH63 wird unbehandelt ausgeliefert und ist deswegen ausschließlich für den Innenbereich zu verwenden. Mit dem Training wird das Board im Bereich der Löcher einige Dellen bekommen - abhängig davon wie präzise Du die Sticks führst. Auch die Sticks werden sich mit der Zeit verfärben und Eindrücke bekommen. Das sind normale Gebrauchsspuren.t

## Training

Das Ant Hill ist ein Trainingboard für Kletterfreizeitsportler und Klimmzugextremisten und all die, die es noch werden wollen. Bitte beachte immer, dass Du Dich vor dem Klimmzugtraining entsprechend aufwärmst. Klimmziehen mit einem „kalten“ Arm kann zu Verletzungen an Sehnen und Muskel führen. Und ja, ein Training macht nur dann einen Sinn, wenn es regelmäßig über einen langen Zeitraum durchgeführt wird.

## Montage

Unter dem Link findest Du eine improvisierte Anleitung, wie man die erforderlichen 4 Löcher für das Pegboard in die Wand bekommt.

[www.youtube.com/watch?v=8M6VkeEK9YY&ab](https://www.youtube.com/watch?v=8M6VkeEK9YY&ab)

## Warning

The Ant Hill 63 pegboard needs to be mounted on a level surface. When mounting the board to a crooked or wavy wall it can either happen that the board cracks while bolting it down or it does not have enough strength to support your weight. Never bolt your pegboard onto gypsum plasterboard or any other kind of drywall as well as crumbly brick walls. These supports are too weak, the board will get pulled out of them under load. This is a SAFETY HAZARD!

Check before every training session that all bolts are still tight. If there is the slightest indication that the board could become loose or even starts to wobble it must not be used for training until until all bolts are tightened and there is no movement of the board.

We are not liable for damages or injuries due to not conforming to the instructions in this manual.

Note: The included bolts do not slide easily through the holes in the board, they have to be bolted through. This is necessary so when the board is bolted to the wall the bolts have very little play between them and the board.

That was the official part now it is time to say thank you for purchasing your pegboard from Antworks. We hope you will have as much fun with it as we have. However, based on our experience we are pretty confident about that. If you ever happen to have a problem with your pegboard, if it has a defect or if there is any other reason for your dissatisfaction with the Ant Hill, we would like to ask you (no, actually beg you) to tell us immediately. We will find a proper solution for you as fast as possible so we can make sure you are having fun with your Ant Hill.

Why are we asking for this? antworks is still a very young company and we can not afford disgruntled customers.

So if you are happy with your board, go and scream it out to the whole world, if not, let us know so we can solve your problem.

## Manufacturing

As we started with Antworks manufacturing training gear for climbers each item was totally made by hand. That is not possible after almost 9 year of business and a fantastic growth. Our hands would have fallen off by now.

Since Summer of 2021 we change the raw material from birch plywood to glued massive ashwood. There very various reasons for it. One of them was to reduce waste. Plywood is a fantastic material but it isn't pretty sustainable. There is too much melamin glue in it and the waste has to be disposed seperately. Meanwhile we are doing the contouring per CNC on our own machines but the finish of the surfaces and edges is still doing by hand.

## Surfaces

The Ant Hill comes without of any surface treatment. That is the reason why it is only allowed to install it inside. With the time through training your board will get some bumps around the holes (depending on your precision) and the handles will become grey and get also pressure marks. That is normal wear don't worry, your pegboard is still working.

The Ant Hill is a pegboard for climbing enthusiasts, pull-up fanatics and everyone who wants to become one. The board is especially suited for beginners in pull-up training.

Please make sure you are properly warmed up before you start your pull-up training. Pull-ups with „cold“ arms can lead to injuries of muscles and tendons. And yes, training is only useful if it is done over a longer period of time.

## Installation

When you follow the link below you can find a short installation video how to get the four bolts into your wall.

[www.youtube.com/watch?v=8M6VkeEK9YY&ab](https://www.youtube.com/watch?v=8M6VkeEK9YY&ab)