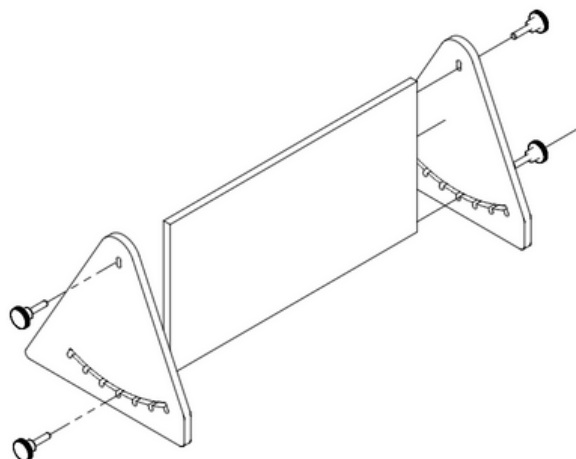
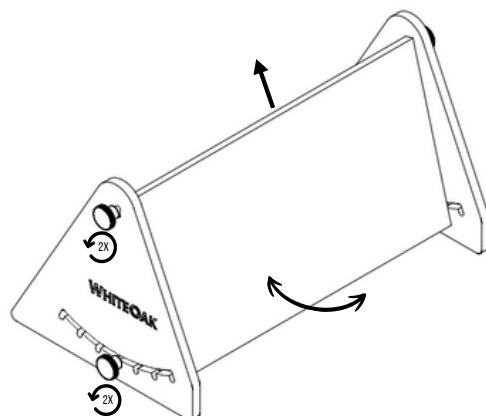




1. Skręć główny panel z bocznymi ściankami za pomocą dołączonych śrub z pokrętkami.
 2. Przykręć stopnie do przedniej powierzchni panelu, używając dołączonych wkrętów.
-
1. Attach the main panel to the side panels using the included knob screws.
 2. Screw in the footholds to the front surface of the panel using the provided screws.



Zmiana kąta nachylenia

Aby zmienić kąt nachylenia panelu, delikatnie odkręć wszystkie śruby z pokrętkami, unieś panel i przesuń jego dolną część do wybranego zagłębienia. Przed rozpoczęciem treningu upewnij się, że wszystkie śruby są ponownie dokręcone.

Adjusting the Panel Angle

To change the panel angle, gently loosen all knob screws, lift the panel, and slide its bottom edge into the desired notch. Before training, make sure all screws are securely tightened.

Ostrzeżenia bezpieczeństwa

⚠ Ostrzeżenia bezpieczeństwa – Footwork Panel

1. Stabilne podłoże – Używaj panelu wyłącznie na płaskim, stabilnym i nieśliskim podłożu.
2. Mata ochronna – Aby zapobiec przesuwaniu się przyrządu oraz zminimalizować ryzyko zarysowania podłogi, zalecamy korzystanie z panelu na macie do jogi lub podobnej powierzchni ochronnej.
3. Użycie zgodne z przeznaczeniem – Panel przeznaczony jest do ćwiczeń precyzyjnego ustawiania stóp. Nie używaj jako przyrządu do skakania.
4. Tylko dla jednej osoby – Z panelu powinna korzystać tylko jedna osoba jednocześnie.
5. Regularna kontrola – Przed każdym użyciem sprawdź, czy panel i stopnie są stabilne i nieuszkodzone. W przypadku zauważenia pęknięć lub poluzowań – zaprzestań użytkowania.

✉ Masz pytania? Skontaktuj się z nami!

✉ kontakt@whiteoak.com.pl

Safety Warnings

Safety Warnings – Footwork Panel

1. Stable Surface – Use the panel only on a flat, stable, and non-slippery surface.
2. Protective Mat – To prevent the equipment from slipping and to avoid scratching the floor, we recommend using the panel on a yoga mat or similar protective surface.
3. Intended Use – The panel is designed for precise foot placement training. Do not use it for jumping exercises.
4. One Person at a Time – Only one person should use the panel at a time.
5. Routine Check – Before each use, inspect the panel and footholds for stability or damage. If any cracks or loosened elements are detected, discontinue use.

✉ Have questions? Contact us!

✉ kontakt@whiteoak.com.pl