

SKLZ» SPEED ROPE PRO™

Thank you for choosing the SKLZ® Speed Rope Pro™. We are dedicated to providing you with the best tools and instruction possible to help you prepare for your sport. If there is anything else we can do to help, don't hesitate to send us an email at help@4implus.com (USA) / caorders@4implus.com (Canada) or give us a call toll-free **1-800-446-7587 (USA) / 800-387-9538 x 1232 (Canada)**.

BEFORE YOU BEGIN:

- Read all setup and usage instructions carefully before using. If the setup and/or instructions are not followed correctly, it could result in injury or damage to the product.
- Always check for wear and tear before use. If any is found, do not use the product.

⚠️ WARNING:

PHYSICIANS WARNING: Not all exercise equipment and programs are suitable for everyone. It is recommended that you consult your physician before using this equipment or beginning this or any other exercise program.

CHOKING HAZARD: Contains small parts. Not for children under 3 years of age.

- When in use, make sure the Speed Rope Pro is set up in a clear area to avoid injury.
- When using the Speed Rope Pro, others should stay clear of the area to reduce the risk of injury.
- To avoid cord entanglement, ensure any children under the age of 12 are under close adult supervision. Store out of reach of children under 12 years of age.
- To avoid strangulation, keep out of reach of small children.

⚠️ CAUTION:

- Do not leave Speed Rope Pro outdoors for extended periods of time.

Merci d'avoir choisi SKLZ Speed Rope Pro. Nous nous engageons à vous fournir les meilleurs outils et instructions possibles pour vous aider à vous préparer à votre sport. Si vous avez besoin d'aide, n'hésitez pas à nous envoyer un courriel à help@4implus.com (USA) / caorders@4implus.com (Canada) ou à nous appeler au numéro gratuit **1-800-446-7587 (USA) / 800-387-9538 x 1232 (Canada)**.

AVANT DE COMMENCER:

- Lisez attentivement toutes les instructions d'installation et d'utilisation avant utilisation. Le non-respect des instructions d'installation et/ou d'utilisation peut provoquer des blessures ou endommager le produit.
- Vérifiez toujours s'il y a des marques d'usure sur le produit avant utilisation. Si vous en trouvez, n'utilisez pas le produit.

⚠️ ATTENTION:

AVERTISSEMENT DES MÉDECINS: Tous les équipements et programmes d'exercice ne conviennent pas nécessairement à tous. Il est recommandé de consulter votre médecin avant d'utiliser cet équipement ou de commencer ce programme ou tout autre programme d'exercice.

RISQUE D'ÉTOUFFEMENT : Contient de petites pièces de rechange. N'est pas conçu pour les enfants de moins de 3 ans.

- Lors de l'utilisation, assurez-vous que Speed Rope Pro est installé dans un endroit dégagé pour éviter les blessures.
- Lorsque vous utilisez Speed Rope Pro, veillez à ce que les autres personnes restent à l'écart de la zone afin de réduire le risque d'incident.
- Pour éviter que les cordes ne s'emmêlent, veillez à ce que tout enfant de moins de 12 ans soit sous la surveillance étroite d'un adulte. Conservez-les hors de portée des enfants de moins de 12 ans.
- Pour éviter tout risque d'étranglement, gardez-la hors de portée des enfants en bas âge.

⚠️ ATTENTION:

- Ne laissez pas Speed Rope Pro à l'extérieur pendant des périodes prolongées.

Gracias por elegir SKLZ Speed Rope Pro. Nos dedicamos a brindarle las mejores herramientas e instrucciones posibles para ayudarlo a prepararse para su deporte. Si hay algo más que podamos hacer para ayudarlo, no dude en enviarnos un correo electrónico a help@4implus.com (USA) / caorders@4implus.com (Canada), o llámenos sin cargo al **1-800-446-7587 (USA) / 800-387-9538 x 1232 (Canada)**.

ANTES DE COMENZAR:

- Lea atentamente todas las instrucciones de preparación y uso antes de usarlas. Si la preparación y/o las instrucciones no se siguen correctamente, podría ocasionarle lesiones o daños al producto.
- Siempre controle si se encuentra desgastado por el uso normal antes de utilizarlo. Si se encuentra desgastado, no utilice el producto.

⚠️ ADVERTENCIA:

ADVERTENCIA MÉDICA: No todos los equipos y programas de ejercicio son adecuados para todos. Se recomienda que consulte con su médico antes de usar este equipo, o de comenzar este o cualquier otro programa de ejercicios.

PELIGRO DE ASFIXIA: Contiene piezas pequeñas. No apto para niños menores de 3 años.

- Cuando se use, asegúrese de que Speed Rope Pro esté en un área despejada para evitar lesiones.
- Al usar Speed Rope Pro, los demás deben mantenerse alejados del área para reducir el riesgo de lesiones.
- Para evitar enredos con la cuerda, asegúrese de que los niños menores de 12 años estén bajo la supervisión de adultos. Almacenar fuera del alcance de los niños menores de 12 años.
- Para evitar estrangulamientos, manténgala fuera del alcance de los niños pequeños.

⚠️ PRECAUCIÓN:

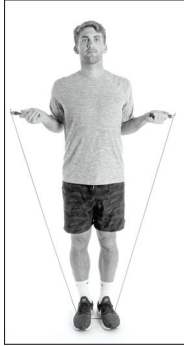
- No deje Speed Rope Pro al aire libre durante períodos prolongados.



Speed Rope Pro™ (1)

GETTING STARTED / PREMIERS PAS / PRIMEROS PASOS

ADJUSTING THE LENGTH / RÉGLAGE DE LA LONGUEUR / REGULACIÓN DE LA LONGITUD



**CORRECT LENGTH
LONGUEUR CORRECTE
LONGITUD CORRECTA**

Step 1

Determine the optimal length for your height.

Étape 1

Déterminez la longueur optimale en fonction de votre taille.

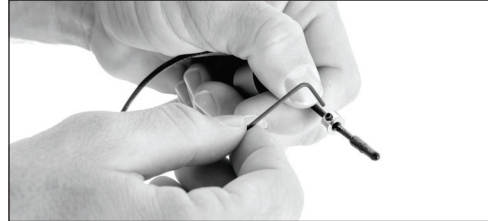
Paso 1

Determine la longitud óptima para su estatura.

Note: Standard jump rope length is measured from the center of the rope on the ground to the handles reaching the armpit.

Remarque: La longueur standard de la corde à sauter est mesurée à partir du centre de la corde au sol jusqu'aux poignées allant jusqu'à l'aisselle.

Nota: La longitud estándar de la soga para saltar se mide desde el centro de la soga ubicada en el piso hasta las manijas a la altura de las axilas.



Step 2

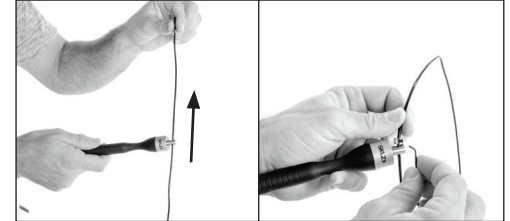
Use an Allen Wrench to unscrew silver locking mechanism just below the handle. Do not remove screw completely. Cable will slide freely when screw is loosened properly.

Étape 2

Utilisez une clé Allen pour dévisser le mécanisme de verrouillage en argent juste sous la poignée. Ne retirez pas complètement la vis. Le câble glissera librement si la vis est correctement desserrée.

Paso 2

Use una llave Allen para desenroscar el mecanismo de bloqueo de plata ubicado debajo del mango. No quite el tornillo completamente. El cable se deslizará libremente cuando el tornillo se afloje adecuadamente.



Step 3

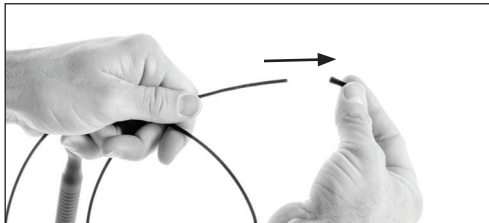
Slide cable through the silver locking mechanism until you reached your desired length. Re-tighten screw with Allen Wrench.

Étape 3

Faites glisser le câble dans le mécanisme de verrouillage argenté jusqu'à ce que vous ayez atteint la longueur souhaitée. Resserrez la vis avec la clé Allen.

Paso 3

Deslice el cable a través del mecanismo de bloqueo de plata hasta alcanzar la longitud deseada. Reajuste el tornillo con la llave Allen.



Step 4

Remove protective cable cap.

Étape 4

Retirez le couvre-câble de protection.

Paso 4

Quite la tapa de protección del cable.



Step 5

Use wire cutters to cut cable.

Étape 5

Coupez le câble à l'aide d'un coupe-fil.

Paso 5

Utilice un cortador de alambre para cortar el cable.

Note: Cut cable to leave at least an inch past the silver locking mechanism. Make sure to measure twice before cutting to avoid error.

Remarque : Coupez le câble de manière à laisser au moins un pouce après le verrou en argent. Veillez à prendre la mesure deux fois avant de couper pour éviter toute erreur.

Nota: Corte el cable de manera que por lo menos 2,5 cm (1 pulgada) sobresalgan del mecanismo de seguridad de plata. Asegúrese de medir dos veces antes de cortar para evitar un error.



Step 6

Reapply protective cap.

Étape 6

Remettez le couvre-câble.

Paso 6

Vuelva a colocar la tapa de protección.

1-YEAR LIMITED WARRANTY / GARANTIE LIMITÉE DE 1 AN / GARANTÍA LIMITADA DE 1 AÑO

This warranty does not cover damages resulting from accidents, misuse, abuse or lost merchandise. Need proof of purchase for warranty coverage. / Cette garantie ne couvre pas les dommages résultant d'accidents, d'une mauvaise utilisation, d'abus ou de perte de marchandises. Pour bénéficier de la garantie, vous devez fournir une preuve d'achat. / Esta garantía no cubre daños que resulten de accidentes, mal uso, abuso o pérdida de mercancía. Necesita un comprobante de compra para la cobertura de la garantía.

Made in China. / Fabriqué en Chine. / Hecho en China.

Patents / Brevet / Patente: implus.com/patents

©2021 Implus Footcare, LLC

Distributed by Implus Footcare, LLC or Implus Canada / Distribué Par Implus Footcare, LLC ou Implus Canada / Distribuida por Implus Footcare, LLC o Implus Canada

Implus Footcare, LLC
2001 T.W. Alexander Drive, Box 13925
Durham, NC 27709-3925
help@4implus.com / 1-800-446-7587

Implus Canada
8399 Lawson Road, Unit 104
Milton, Ontario L9T 9L1
caorders@4implus.com / 800-387-9538 x1232