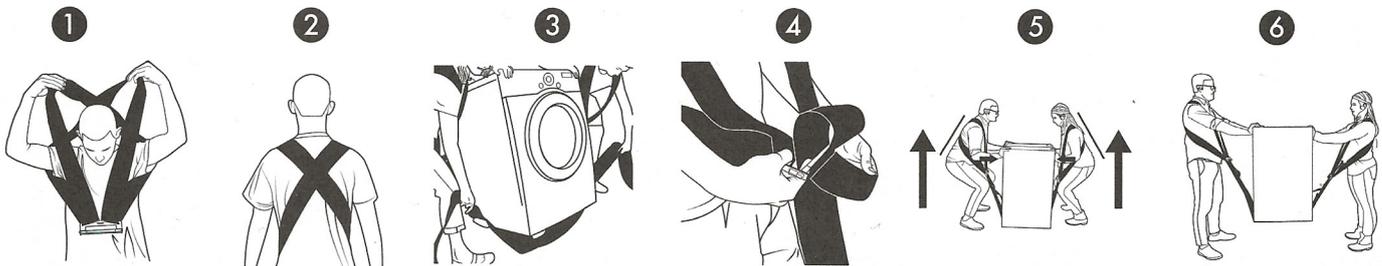


**LESEN SIE DIESE ANLEITUNG SORGFÄLTIG DURCH UND SCHAUEN SIE SICH DIE ONLINE-VIDEOS AUF SHOULDERDOLLY.COM AN. BENUTZEN SIE DAS PRODUKT NUR WENN DIE ANLEITUNG SORGFÄLTIG VERSTANDEN WURDE.**

Der Hersteller ist für Missbrauch oder irrtümliche Darstellung der ShoulderDolly® nicht verantwortlich.

### ⚠️ **WARNUNG!**

- Der ShoulderDolly® Tragegurt macht Sie nicht stärker, als Sie ohne sie sind.
- Stahlkappenschuhe und Rückenschutz sind immer zu empfehlen.
- Nicht verwenden, wenn Sie körperliche Einschränkungen oder Verletzungen haben.
- Räumen Sie alle Gegenstände, über die Sie stolpern könnten, aus dem Weg.
- Prüfen Sie die Tragegurte vor Verwendung auf Verschleiß- oder Beschädigungsspuren. Nicht verwenden, wenn Gurte beschädigt sind! Bewahren Sie diese Anleitung für zukünftigen Gebrauch auf.
- Beachten Sie Ihre Hebekapazität. Der ShoulderDolly® ist konzipiert, um bis 370 kg anzuheben.
- Halten Sie konstant Spannung. Gegenstände nicht von gespanntem Gurt abheben - Rutschgefahr!



1. Beide Träger ziehen die Schultergurte wie ein T-Shirt über. (Metallschnalle liegt auf Vorderkörper.)
2. Stellen Sie sicher, dass sich der Schultergurt auf Rückenmitte kreuzt. Nicht zu hoch, nicht zu niedrig.
3. Platzieren Sie das zu hebende Objekt durch Kippen oder Schieben mittig auf dem zentralen Tragegurt.
4. Fädeln Sie die Enden des zentralen Tragegurts durch die Metallschnallen. Erst hinten durch, dann vorne.
5. Nun, mit geradem Rücken und leicht gebeugten Knien, den Tragegurt anziehen, bis ein leichter Druck auf den Schultern zu spüren ist. Dabei Hände flach an das Trage-Objekt anlegen – Finger nach oben. Zum Treppensteigen oder Höherheben beim Anziehen des Tragegurts die Knie stärker beugen.
6. Bestätigen Sie sich, dass beide Träger bereit sind. Richten Sie sich nun gleichzeitig auf und strecken dabei die Arme aus. **Die Arme voll zu strecken, ist der Schlüssel zur Stabilisierung des zu hebenden Objekts.**

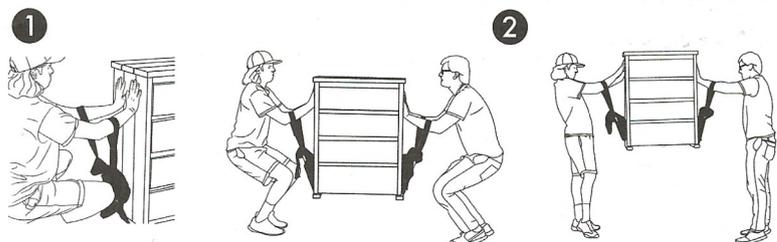
💡  **Tipp:** Bei erster Verwendung der ShoulderDolly® mit leichteren Gegenständen (kleiner Kommode, Schreibtisch, Matratze, etc.) beginnen. Dann langsam zu größeren und komplexeren Tragegütern übergehen.

💡  **Tipp:** Bei der Benutzung auf Treppen, stellen Sie sicher, dass der zentrale Tragegurt unter konsistenter Spannung ist. Arme müssen ausgestreckt sein um rutschen des Tragegurtes zu verhindern.

⚠️  **WARNUNG!** Benutzen Sie niemals das Schulter-Tragesystem und die Armschlaufen zur gleichen Zeit.

### GEBRAUCH DER OPTIONALEN ARMSCHLAUFEN FÜR HÖHERES HEBEN

Benutzen Sie die Armschlaufen nur zum höheren Heben (z.B. in einen Truck oder Umzugswagen), nicht beim Transportieren von Gegenständen.



1. Fädeln Sie die Enden des zentralen Tragegurts durch die Metallschnallen. Positionieren Sie die Armschlaufen auf dem Vorderarm, nahe des Ellbogens. Nun, mit geradem Rücken und leicht gebeugten Knien, den Tragegurt anziehen bis die erwünschte Hebehöhe erreicht ist. Falten Sie das restliche Schultergurtmaterial über die Metallschnalle um die Stolpergefahr zu vermindern.
2. Platzieren Sie ihre Hände flach auf dem zu hebenden Gegenstand. Schultergurtmaterial sollten nach oben zeigen. Beim Anheben, immer mit Ihrem Partner kommunizieren. Drücken Sie die Arme weiter raus und nach oben um maximale Hebehöhe zu erreichen. Platzieren Sie die Armschlaufen zurück ins elastische Band wenn sie nicht in Gebrauch sind. Arme gerade nach oben drücken, um den höchsten Hub zu erzielen.

💡  **Tipp:** Verwenden Sie eine tiefere Hocke, wenn Sie den Hebegurt einstellen, um den Gegenstand höher zu heben.