



AB & BACK-TRAINER

Índice		Index		Página/Page
1.	Indicaciones de seguridad	1.	Safety instructions	02
2.	Generalidades	2.	General	03
	2.1 Embalaje		2.1 Packaging	03
3.	Montaje	3.	Assembly	04
	3.1 Pasos de montaje		3.1 Assembly Steps	04
4.	Cuidado y mantenimiento	4.	Care and Maintenance	08
5.	Ajustes	5.	Adjustments	08
6.	Instrucciones de entrenamiento	6.	Training manual	09
	6.1 Fotos de ejercicios		6.1 Training photos	10
7.	Vista explosionada	7.	Explosion drawing	16
8.	Lista de piezas	8.	Parts list	17
9.	Garantía	9.	Warranty (Germany only)	18
10.	Línea directa de asistencia técnica y formulario de pedido de piezas de repuesto	10.	-	19

1. Indicaciones de seguridad

¡IMPORTANTE!

- El banco de abdominales y lumbares es un equipo de entrenamiento conforme con la norma DIN EN 957-1/2.
- Máx. capacidad de carga 150 kg.
- El banco de entrenamiento solo debe utilizarse para el uso previsto.
- Cualquier otro uso está prohibido y puede ser peligroso. El importador no se hace responsable de los daños causados por el uso indebido.
- Utiliza un equipo diseñado a partir de las últimas novedades en materia de técnica de seguridad. De este modo se han excluido de la mejor manera posible las posibles fuentes de peligro que pudieran causar lesiones.

Para evitar lesiones y/o accidentes, lea y siga estas sencillas reglas:

1. No permita que los niños jueguen con o cerca del equipo.
2. Compruebe regularmente que todos los tornillos y tuercas estén bien apretados.
3. Sustituya inmediatamente las piezas defectuosas y no utilice el equipo hasta que haya sido reparado. También preste atención a la posible fatiga del material.
4. Lea atentamente las instrucciones de uso antes de utilizar el equipo.
5. Coloque el equipo sobre una superficie firme y plana.
6. No haga ejercicio inmediatamente antes ni después de las comidas.
7. Sométase siempre a reconocimiento médico antes de empezar cualquier entrenamiento deportivo.
8. El nivel de seguridad del equipo solo se puede garantizar si comprueba las piezas de desgaste a intervalos regulares. Estas están marcadas con * en la lista de piezas.
9. Los equipos de entrenamiento no se deben utilizar nunca como juguetes.
10. Use calzado y nunca entrene descalzo.
11. El equipo de entrenamiento no debe colocarse en habitaciones húmedas (baño) ni en el balcón.

1. Safety instructions

IMPORTANT!

- The bench is produced according to DIN EN 957-1/2.
- Max. user weight is 150kg.
- The bench should be used only for its intended purpose.
- Any other use of the item is prohibited and maybe dangerous. The importeur cannot be held liable for damage or injury caused by improper use of the equipment.
- The bench has been produced according to the latest safety standards.

To prevent injury and/or accident, please read and follow these simple rules:

1. Do not allow children to play on or near the equipment.
2. Regularly check that all screws and nuts are tightly secured.
3. Promptly replace all defective parts and do not use the equipment until it is repaired. Watch for any material fatigue.
4. Carefully read through the operating instructions before starting the equipment.
5. Set up the equipment on a solid and flat surface.
6. Do not exercise immediately before or after meals.
7. Before starting any fitness training, let yourself examined by a physician.
8. The safety level of the machine can be ensured only if you regularly inspect parts subject to wear. These are indicated by an * in the parts list. Levers and other adjusting mechanisms of the equipment must not obstruct the range of movement during training.
9. Training equipment must never be used as toys.
10. Wear shoes and never exercise barefoot.
11. It is not allowed to place the item in rooms with high humidity (bathroom) or on the balcony.

2. Generalidades

El banco de abdominales y lumbares está diseñado para el uso doméstico. El equipo cumple con los requisitos de la norma DIN EN 957-1/2. Si el equipo se utiliza de forma indebida (p. ej., entrenamiento excesivo, ajustes incorrectos, etc.), puede tener efectos perjudiciales para la salud.

Antes de empezar el entrenamiento, su médico debe realizar un reconocimiento general para descartar cualquier posible riesgo para la salud.

2.1 Embalaje

El embalaje es de materiales reciclables y respetuosos con el medio ambiente:

- Embalaje exterior de cartón
- Piezas moldeadas de poliestireno espumado sin CFC (PS)
- Láminas y bolsas de polietileno (PE)
- Correas tensoras de polipropileno (PP)

2. General

This training equipment is for use at home. The equipment complies with the requirements of DIN EN 957-1/2. Damage to health cannot be ruled out if this equipment is not used as intended (for example, excessive training, incorrect settings, etc.).

Before starting your training, you should have a complete physical examination by your physician, in order to rule out any existing health risks.

2.1 Packaging

Environmentally compatible and recyclable materials:

- External packaging made of cardboard
- Molded parts made of foam CFS-free polystyrol (PS)
- Sheeting and bags made of polyethylene (PE)
- Wrapping straps made of polypropylene (PP)

3. Montaje

3. Assembly

Para que el montaje del banco de abdominales y lumbares sea lo más sencillo posible, hemos premontado las piezas más importantes. Antes de montar el equipo, lea atentamente estas instrucciones de montaje y proceda paso a paso como se describe.

In order to make assembly of the Ab & Back traineras easy as possible for you, we have preassembled the most important parts. Before you assemble the equipment, please read these instructions carefully and then continue step by step as described

Contenido del paquete

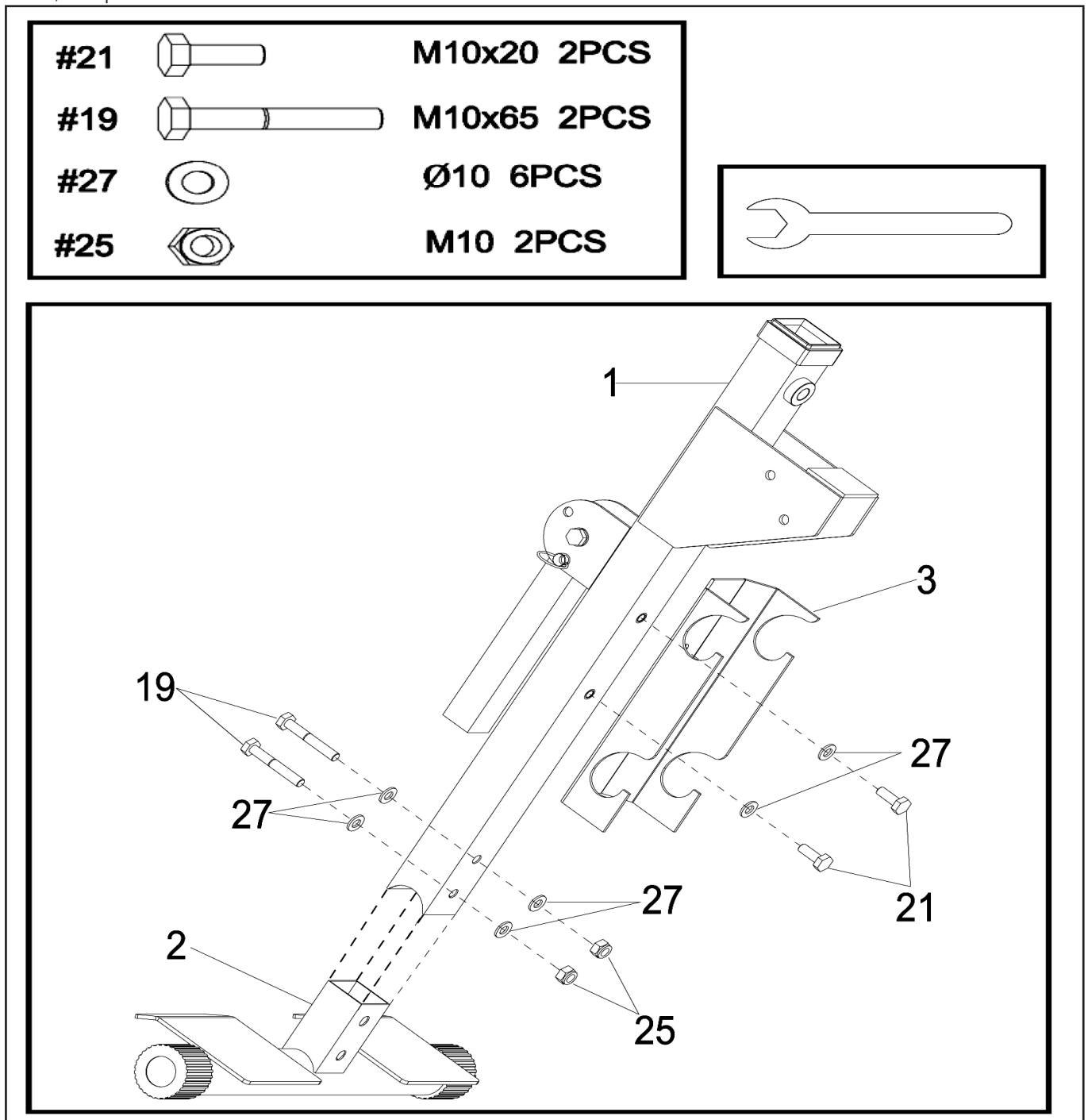
- Retire todas las piezas individuales y colóquelas una al lado de las otras en el suelo.
- Coloque el bastidor principal sobre una superficie de protección del suelo, ya que las piezas metálicas pueden rayar el suelo. Esta superficie de protección debe ser plana y no demasiado gruesa para que el equipo de musculación sea estable.

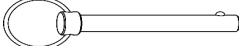



Contents of packaging

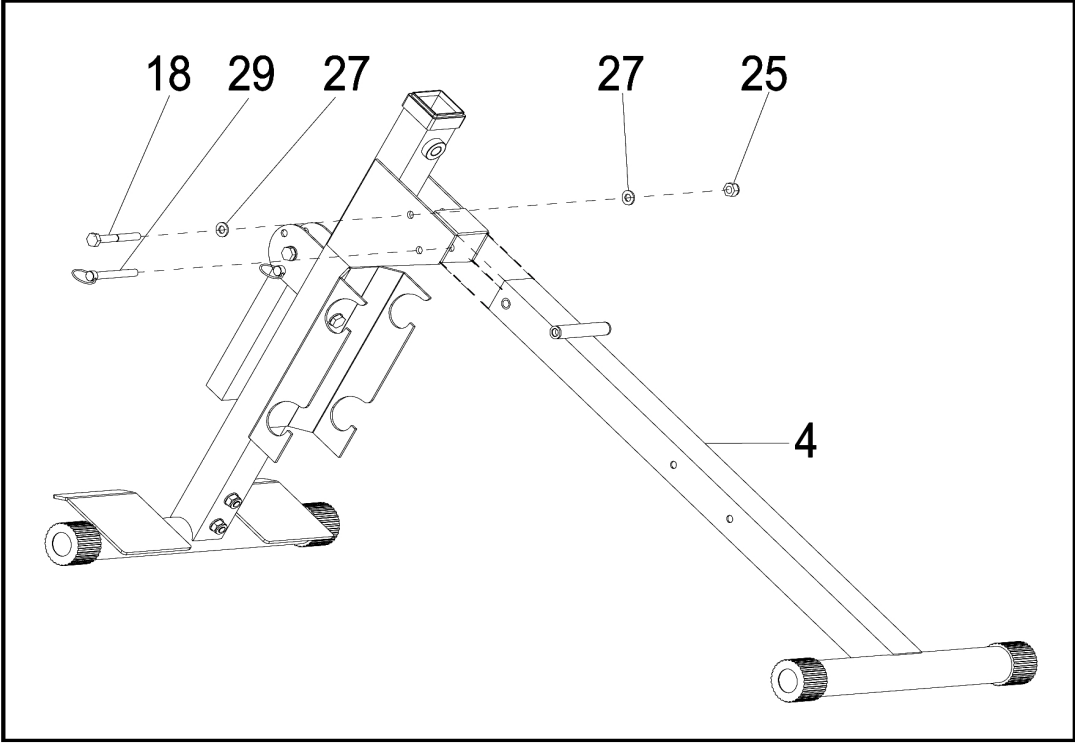
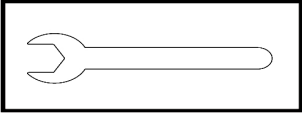
- Unpack all individual parts and place them alongside each other on the floor.
- Metal parts can damage / scratch your floor., so please use a pad. The pad should be flat and not too thick, so that the gym has a stable stand.

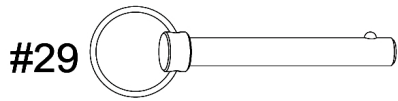
3.1 Pasos de montaje / Assembly steps

Paso / Step 1



- | | | |
|-----|---|-------------|
| #29 |  | Ø10 1PCS |
| #18 |  | M10x75 1PCS |
| #27 |  | Ø10 2PCS |
| #25 |  | M10 1PCS |

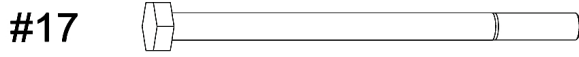




Ø10 1PCS



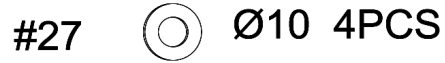
M8x40 4PCS



M10x145 2PCS



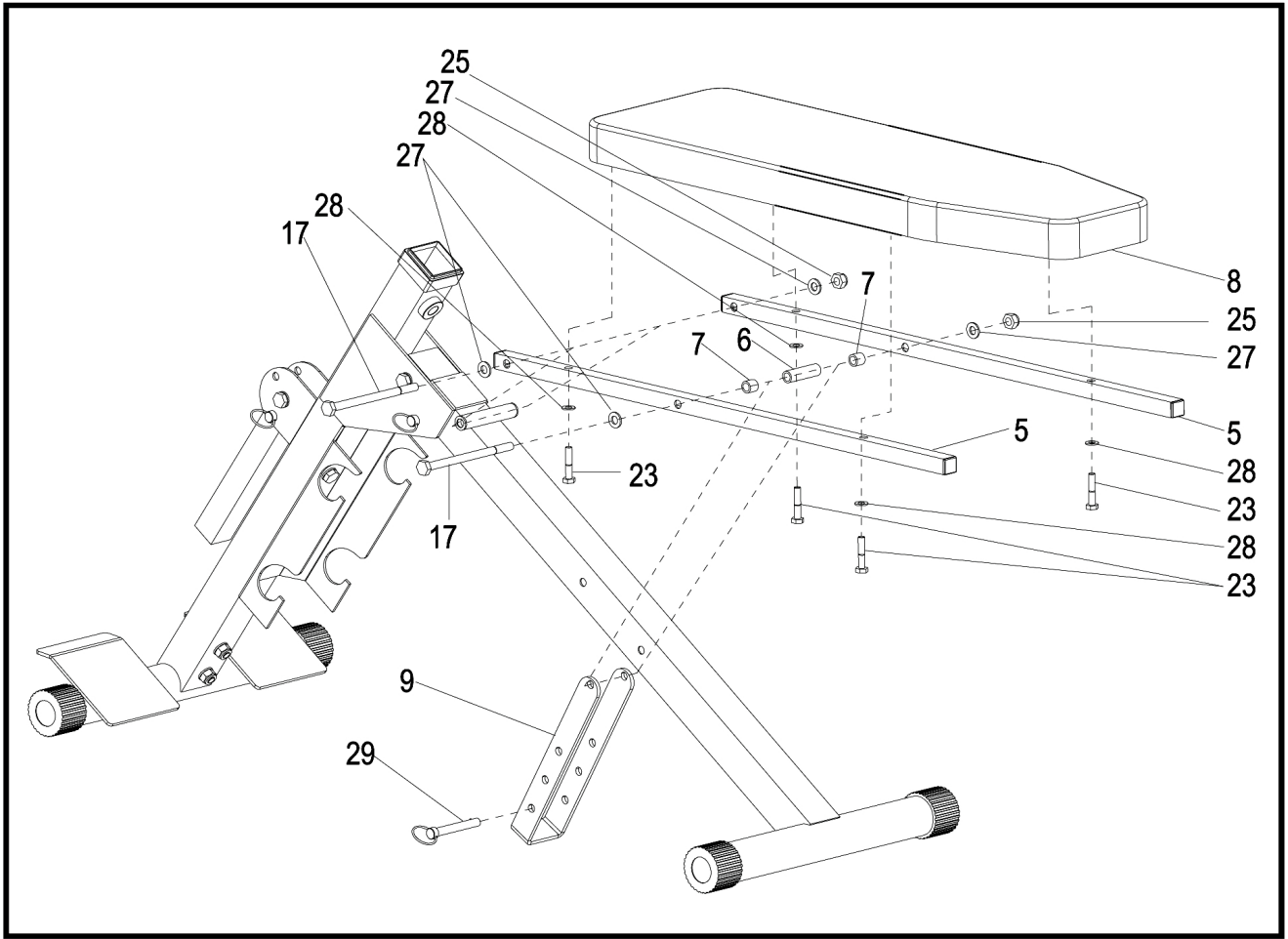
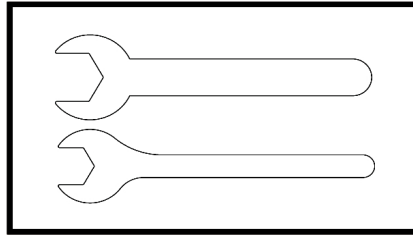
Ø8 4PCS



Ø10 4PCS

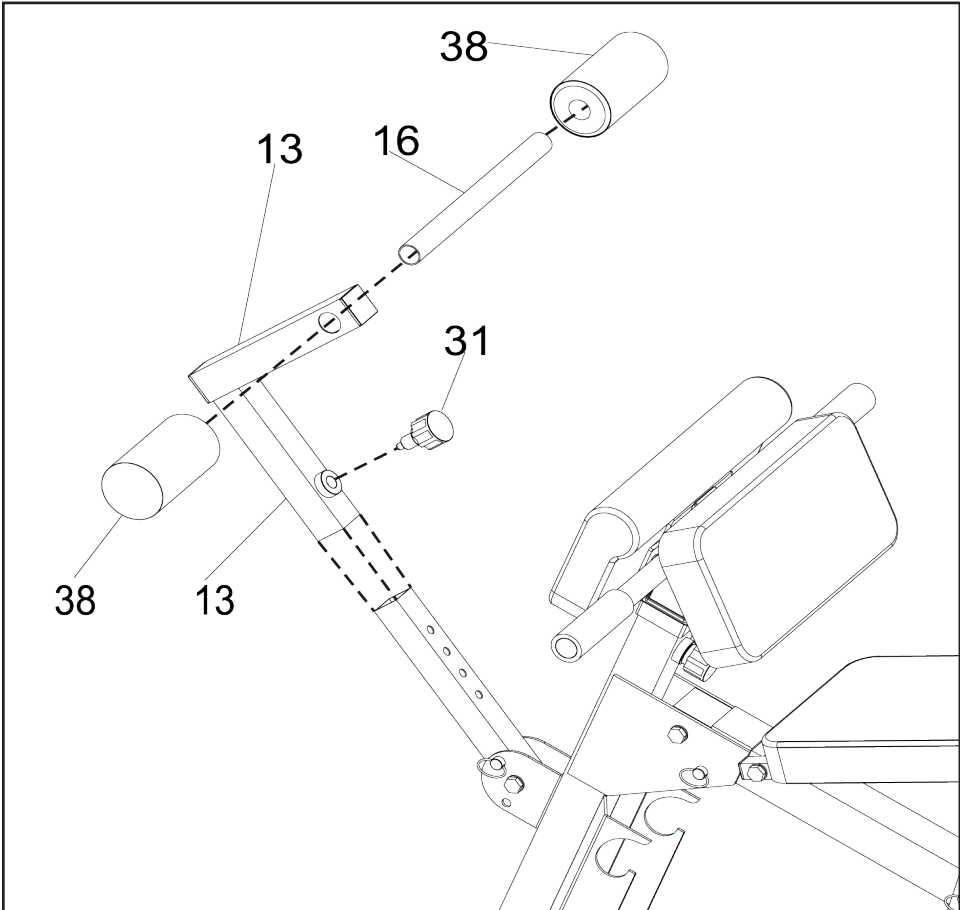
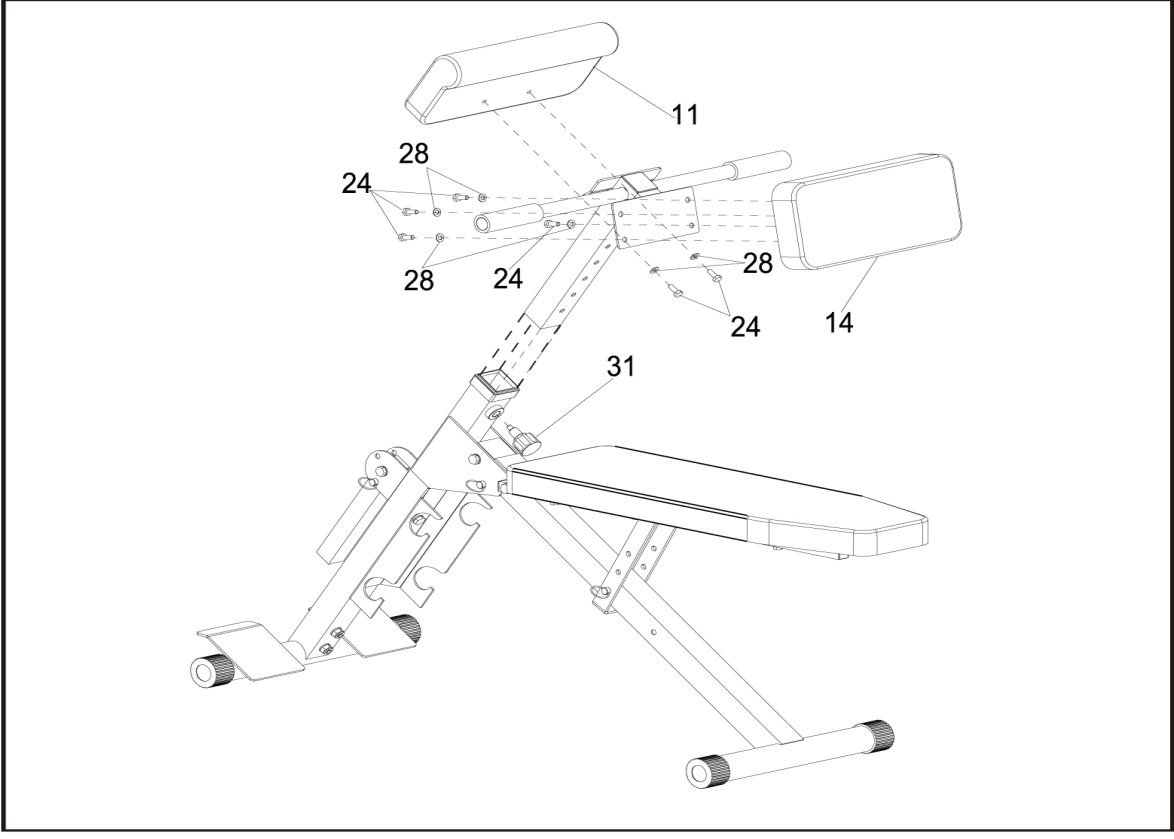


M10 2PCS



#24  M8x20 6PCS

#28  Ø8 6PCS



4. Cuidado y mantenimiento

Mantenimiento

- En principio, el equipo no requiere mantenimiento
- Compruebe regularmente todas las piezas del equipo y el apriete de todos los tornillos y uniones
- Sustituya inmediatamente las piezas defectuosas a través de nuestro servicio de atención al cliente. El equipo no debe utilizarse hasta que haya sido reparado.

Cuidado

- Para la limpieza, utilice solo un paño húmedo sin productos de limpieza agresivos.
- Los componentes en contacto con el sudor solo necesitan limpiarse con un paño húmedo.

4. Care and Maintenance

Maintenance

- In principle, the equipment does not require maintenance.
- Regularly inspect all parts of the equipment and the secure seating of all screws and connections.
- Promptly replace any defective parts through our customer service. Until it is repaired, the equipment must not be used.

Care

- When cleaning, use only a moist cloth and avoid harsh cleaning agents.
- Components that come into contact with perspiration, need cleaning only with a damp cloth.

5. Ajustes

5. Adjustments



Posición 1:

Afloje el tornillo de empuñadura y tire de él hacia afuera. Ajuste la fijación de la pata hasta que se oiga un clic al encajarse de nuevo en la posición deseada. Vuelva a apretar el tornillo de empuñadura.

Posición 2:

Afloje el tornillo de empuñadura y tire de él hacia afuera. Ajuste la almohadilla para curl de bíceps hasta que oiga que vuelve a encajar en la posición deseada. Vuelva a apretar el tornillo de empuñadura.

Posición 3:

Saque el pasador retén para plegar el banco de abdominales y lumbares para ahorrar espacio. El entrenamiento debe efectuarse exclusivamente con el pasador retén colocado.

Position 1:

Open the starscrew and pull it out. Move the legfixation to the desired position. the starscrew need to go in with a click sound. Tighten the starscrew.

Position 2:

Open the starscrew and pull it out. Move the arm curl cushion to the desired position. the starscrew need to go in with a click sound. Tighten the starscrew.

Position 3:

Pull out the pin to fold the Ab & Back Trainer. You are allowed to use the Ab & Back Trainer, only if the pin is in its position!



Para cambiar el ángulo de los respaldos, dispone de 2x3 opciones para conseguir siempre la intensidad de entrenamiento perfecta para usted. Extraiga el pasador retén, coloque el respaldo en la posición deseada y fíjelo con el pasador retén. Este debe introducirse hasta el tope!

To adjust the incline of the backrest, pull out the pin to get the max intensity for your exercise. If you found the perfect position, push back the the pin to secure this position. the pin need to go completely through!

6. Instrucciones de entrenamiento

Calentamiento

NUNCA empiece su entrenamiento sin calentar antes. Para evitar lesiones, realice algunas series de calentamiento (ejercicios con peso reducido y número elevado de repeticiones en el equipo) durante unos cinco o diez minutos antes de cada entrenamiento.

II) Cómo entrenar

Para ejercitar la fuerza existen diferentes métodos de entrenamiento. Aquí solo se describe el método de resistencia, ya que es el que debe utilizar al principio del entrenamiento.

- Comience con un peso reducido. Se recomienda comenzar con 3 series de 20 repeticiones cada una. Puede seguir aumentando el peso hasta que no consiga hacer las 20 repeticiones de la última serie.
- Debe hacer una pausa de 60 segundos entre cada serie.
- Se recomienda entrenar 2-3 veces a la semana.

6. Training manual

Warm up

To avoid any injuries, please warm up properly before you start your exercise.

II) How to do the exercise

There are many different kind to pump iron, but only the force endurance will be explained.

- Use a weight, which can be moved 3x20 repetitions. Increase the weight, till you don't reach the 20 repetitions in the last intervall.
- Break between each intervall should be 60s.
- It is enough to do the exercise 2-3 times a week. If you want to do the exercise more often, please divide you training into upper body and lower body.

6.1 Fotografías de ejercicios

a) Músculos rectos abdominales 1



Posición inicial:

Coloque las piernas sobre la almohadilla y fíjelas. Cruce los brazos sobre el pecho.

Posición final:

Espire y levante el tronco lo más arriba posible de la almohadilla. Al echarse hacia atrás, asegúrese de que el tronco no esté completamente apoyado en la almohadilla, de manera que siempre se sienta tensión en los músculos abdominales.

Variación: puede levantar el tronco girándolo hacia la izquierda o la derecha para entrenar los músculos oblicuos abdominales.

b) Músculos rectos abdominales 2



Posición inicial:

Coloque las piernas sobre la almohadilla. Cruce los brazos sobre el pecho.

Posición final:

Espire y levante el tronco lo más arriba posible de la almohadilla. Asegúrese de que las piernas descansan sin tensión sobre la almohadilla. Al echarse hacia atrás, asegúrese de que el tronco no esté completamente apoyado en la almohadilla, de manera que siempre se sienta tensión en los músculos abdominales.

Variación: puede levantar el tronco girándolo hacia la izquierda o la derecha para entrenar los músculos oblicuos abdominales.

6.1 Training photos

a) Straight AB'S Version 1



Starting position:

Put your legs on the arm cushion and fix them. Cross your arms on your chest.

End position:

Breathe out and lift your upper body as high as possible. By moving back, pay attention, that your upper body won't touch the cushion, so that you can feel a tension of your AB's at any time.

Variation: You can lift your upperbody to the left or right side as well. With this exercise, you are working out your diagonal Ab's.

b) Straight AB'S Version 2



Starting position:

Put your legs on the arm curl cushion. Cross your arms on your chest.

End position:

Breathe out and lift your upper body as high as possible. By moving back, pay attention, that your upper body won't touch the cushion, so that you can feel a tension of your AB's at any time.

Variation: You can lift your upper body to the left or right side as well. With this exercise, you are working out your diagonal Ab's.

c) M. bíceps



Posición inicial:

Coloque la almohadilla para curl de bíceps en una posición cómoda debajo del brazo. No estire por completo el codo.

Posición final:

Doble el brazo.

c) M. bíceps



Starting position:

Fix the arm curl cushion below the upper arm. Do not straight your arm totally.

End position:

Flex your arm.

d) Hiperextensiones



Posición inicial:

Fije el extremo superior de la almohadilla para curl de bíceps a la altura de la cadera. Flexione el tronco hacia abajo.

Posición final:

Levante el tronco. Tenga cuidado de no estirar el tronco demasiado hacia atrás. Este debe quedar en línea con las piernas.

d) Back extension



Starting position:

Secure the armcurl cushion in such a position, that the upper rim is in the same height as your hip. Move your upper body downwards.

End position:

Straight up your upper body and make sure, that you straight it only to such a height, that the legs and the upper body are in one line.

e) Remo



Posición inicial:

Fije el extremo superior de la almohadilla para curl de bíceps a la altura de la cadera. No estire por completo el brazo con la mancuerna.

Posición final:

Tire de la mancuerna hacia arriba doblando la articulación del codo. La articulación del codo debe quedar a la misma altura que la espalda.

e) Back pull



Starting position:

Secure the arm curl cushion in such a position, that the upper rim is in the same height as your hip. Do not straight the arm with the barbell completely.

End position:

Move the barbell upwards by flexing the elbow joint. The elbow should be in the same height as your upper body is.

f) Tríceps



Posición inicial:

Fije el antebrazo en la almohadilla. Mantenga el tronco recto. El codo está al nivel de la espalda.

Posición final:

Mueva las mancuernas hacia atrás estirando el brazo. No estire los brazos por completo.

f) Triceps



Starting position:

Knee on the cushion and secure your arm on the arm curl cushion. The upper body need to be straight. Elbow is having the same height as the back.

End position:

Move the barbells backwards, please pay attention, that you don't straight your arms completely.

g) Press de banca



Posición inicial:

Fije las corvas en la almohadilla para curl de bíceps. La almohadilla del respaldo está en posición horizontal. La mancuerna se coloca a la altura del pecho de modo que se forme un ángulo recto en el codo.

Posición final:

Extienda el brazo con la mancuerna hacia arriba

No estire por completo los brazos!

g) Benchpress



Starting position:

Secure your leg on the arm curl cushion, dumbbells are on the same level as your chest, so the elbows are having a 90 degree angle.

End position:

Move the dumbbells straight up.

Attention: Do not straight the arm with the barbell completely!

h) Mariposa



Posición inicial:

Fije las corvas en la almohadilla para curl de bíceps. La almohadilla del respaldo está en posición horizontal. Las mancuernas se colocan a la altura del pecho.

Posición final:

Junte los brazos hacia arriba.

No estire los brazos en la posición inicial!

h) Butterfly



Starting position:

Secure your leg on the arm curl cushion, dumbbells are on the same level as your chest.

End position:

Move the dumbbells up so that they will come closer in front of your head.

Attention: Do not straight the arm with the barbell completely in the starting position!

i) Press de banca en negativa



Posición inicial:

Fije las corvas en la almohadilla para curl de bíceps y enganche los pies en la almohadilla redonda. La almohadilla del respaldo está inclinada hacia abajo. Las mancuernas se colocan a la altura del pecho de modo que se forme un ángulo recto en el codo.

Posición final:

Extienda el brazo con la mancuerna hacia arriba

No estire por completo los brazos!

i) Negative benchpress



Starting position:

Put your legs on the arm curl cushion and secure them on the round foam roller. The dumbbells are on the same level as your chest, so the elbows are having a 90 degree angle. Back cushion is having a negative incline

End position:

Move the dumbbells straight up.

Attention: Do not straight the arm with the barbell completely!

j) Push press



Posición inicial:

La almohadilla del respaldo está en posición horizontal. Apóyese en la almohadilla para curl de bíceps. La mancuerna se coloca a la altura de las orejas, de modo que se forma un ángulo recto en el codo.

Posición final:

Junte los brazos hacia arriba.

No estire por completo los brazos!

j) Butterfly



Starting position:

Backrest cushion is horizontal, lean back on the arm curl cushion. The dumbbells are having the same level as your ears, so the elbows are having a 90 degree angle.

End position:

Move the dumbbells up.

Attention: Do not straight the arm with the barbell completely!

k) Flexiones laterales de tronco



Posición inicial:

Apóyese con una pierna sobre un reposapiés. La almohadilla para curl de bíceps está ajustada de manera que el borde superior queda a la misma altura que el hueso ilíaco. Mantenga el tronco recto.

Posición final:

Flexione el tronco hacia un lado. Para el otro lado el tronco, dese la vuelta y use el otro reposapiés.

No arquee la espalda, apriete los músculos abdominales!

k) Side bending



Starting position:

Stand on one pedal and make sure, the upper part of the arm curl cushion is having the same height as your hip. Keep your upperbody straight.

End position:

Move your upperbody to the side. For the exercise of the other side, turn around and use the other pedal.

Attention: Tension your Ab's to prevent a hollow back!

l) Push press



Posición inicial:

La almohadilla del respaldo está en posición horizontal. Apóyese en la almohadilla para curl de bíceps. Las mancuernas se colocan a la altura de las orejas, de modo que se forma un ángulo recto en el codo.

Posición final:

Junte los brazos hacia arriba.

No estire por completo los brazos.

l) Butterfly



Starting position:

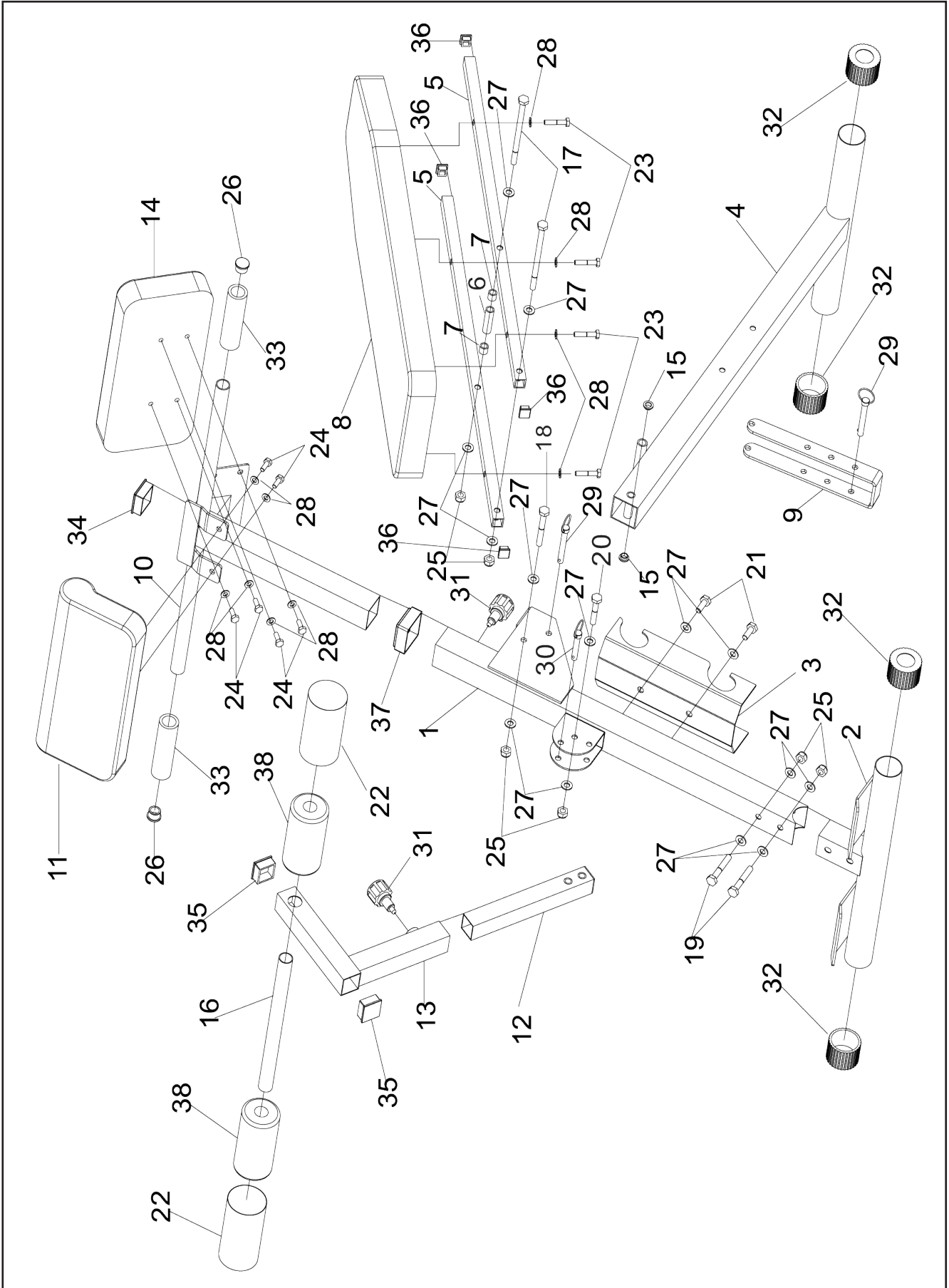
back rest cushion is horizontal, lean back on the arm curl cushion. the dumbbells are having the same level as your ears are having so the elbows are having a 90 degree angle.

End position:

Move the dumbbells up.

Attention: Do not straight the arm with the barbell completely!

7. Vista explosionada / Explosionsdrawing



8. Lista de piezas / Parts list

Posición	Designación	Description	Dimensiones / Dimension	Cantidad / Quantity
3869 -1	Soporte, parte delantera	Front standing tray		1
-2	Estabilizador, parte delantera	Front support tray		1
-3	Soporte de mancuerna	Barbell holder		1
-4	Estabilizador, parte trasera	Rear support tray		1
-5	Bastidor para almohadilla del asiento	Frame for seat cushion, big style		2
-6	Manguito	Fixing tube		1
-7	Casquillo	Bushing		2
-8*	Almohadilla del asiento	Seat cushion		1
-9	Ajuste de la inclinación de la almohadilla del asiento	Incline adjustment for seat cushion, big style		1
10	Bastidor para almohadillas de brazo	Elbow pad tray		1
-11*	Almohadilla de apoyabrazos 1	Elbow pad 1		1
-12	Ajuste de longitud 1	Adjustment tray 1		1
-13	Ajuste de longitud 2	Adjustment tray 2		1
-14*	Almohadilla de apoyabrazos 2	Elbow pad 2		1
-15	Casquillo de cobre	Copper bushing		2
-16	Metallrohr	Metal tubing	Ø25x303	1
-17	Tornillo hexagonal	Hex head screw	M10x145	2
-18	Tornillo hexagonal	Hex head screw	M10x75	1
-19	Tornillo hexagonal	Hex head screw	M10x65	2
-20	Tornillo hexagonal	Hex head screw	M10x55	1
-21	Tornillo hexagonal	Hex head screw	M10x20	2
-22	Tiras de cuero	Leather pad		1
-23	Tornillo hexagonal	Hex head screw	M8x40	4
-24	Tornillo hexagonal	Hex head screw	M8x20	6
-25	Tuerca, autoblocante	Safety nut	M10	6
-26	Tuerca, autoblocante	Safety nut	M8	2
-27	Arandela	Washer	Ø10	14
-28	Arandela	Washer	Ø8	10
-29	Pasador retén	Steel bolt	Ø10x65	2
-30	Pasador retén	Steel bolt	Ø10x45	1
-31	Tornillo de empuñadura	Grip screw		2
-32	Tapones ciegos	End cap		4
-33*	Empuñaduras	Handgrips		2
-34	Tapón ciego	End cap	45x45	1
-35	Tapón ciego	End cap	33,4x33,4	2
-36	Tapón ciego	End cap	20x20	4
-37	Tapón ciego	End cap	50x50	1
-38*	Rodillos de espuma	Foam pads, round style		2
-39*	Cuero para rodillo de espuma	Leather for foam pads, round style		2

Los números de pieza marcados con * son piezas de desgaste sometidas a un desgaste natural y puede que sea necesario sustituirlas después de un uso intensivo o prolongado. En este caso, póngase en contacto con el [servicio de atención al cliente de Finnlo](#). Aquí se pueden adquirir las piezas.

The part numbers with an * are wear and tear parts, which are subject to natural wear and which must be replaced after intensive or long-term use. In this case, please contact [Finnlo Customer Service](#). You can request the parts and be charged for them.

9. Condiciones de garantía / Warranty (Germany only)

Für unsere Geräte leisten wir Garantie gemäß nachstehenden Bedingungen:

- 1) Wir beheben unentgeltlich nach Maßgabe der folgenden Bedingungen (Nummern 2-5) Schäden oder Mängel am Gerät, die nachweislich auf einem Fabrikationsfehler beruhen, wenn sie uns unverzüglich nach Feststellung und innerhalb von 36 Monaten nach Lieferung an den Endabnehmer gemeldet werden.

Die Garantie erstreckt sich nicht auf leicht zerbrechliche Teile, wie z. B. Glas oder Kunststoff. Eine Garantiepflicht wird nicht ausgelöst: durch geringfügige Abweichungen von der Soll-Beschaffenheit, die für Wert und Gebrauchstauglichkeit des Gerätes unerheblich sind, durch Schäden aus chemischen und elektrochemischen Einwirkungen, von Wasser sowie allgemein durch Schäden höherer Gewalt.

- 2) Die Garantieleistung erfolgt in der Weise, dass mangelhafte Teile nach unserer Wahl unentgeltlich instand gesetzt oder durch einwandfreie Teile ersetzt werden. Die Kosten für Material und Arbeitszeit werden von uns getragen. Instandsetzungen am Aufstellungsort können nicht verlangt werden. Der Kaufbeleg mit Kauf- und/ oder Lieferdatum ist vorzulegen. Ersetzte Teile gehen in unser Eigentum über.
- 3) Der Garantieanspruch erlischt, wenn Reparaturen oder Eingriffe von Personen vorgenommen werden, die hierzu von uns nicht ermächtigt sind oder wenn unsere Geräte mit Ergänzungs- oder Zubehörteilen versehen werden, die nicht auf unsere Geräte abgestimmt sind, ferner wenn das Gerät durch den Einfluss höherer Gewalt oder durch Umwelteinflüsse beschädigt oder zerstört ist, bei Schäden, die durch unsachgemäße Behandlung – insbesondere Nichtbeachtung der Betriebsanleitung – oder Wartung aufgetreten sind oder falls das Gerät mechanische Beschädigungen irgendwelcher Art aufweist. Der Kundendienst kann Sie nach telefonischer Rücksprache zur Reparatur bzw. zum Tausch von Teilen, welche Sie zugesandt bekommen, ermächtigen. In diesem Fall erlischt der Garantieanspruch selbstverständlich nicht.
- 4) Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiefrist noch setzen sie eine neue Garantiefrist in Lauf.
- 5) Weitergehende oder andere Ansprüche, insbesondere solche auf Ersatz außerhalb des Gerätes entstandener Schäden, sind - soweit eine Haftung nicht zwingend gesetzlich angeordnet ist – ausgeschlossen.
- 6) Unsere Garantiebedingungen, die Voraussetzungen und Umfang unserer Garantieleistungen beinhalten, lassen die vertraglichen Gewährleistungsverpflichtungen des Verkäufers unberührt.
- 7) Verschleißteile, welche in der Teileliste als diese ausgewiesen werden, unterliegen nicht den Garantiebedingungen.
- 8) Der Garantieanspruch erlischt bei nicht bestimmungsgemäßem Gebrauch, insbesondere in Fitness-Studios, Rehaeinrichtungen und Hotels.

Importeur
Hammer Sport AG
Von Liebig Str. 21
89231 Neu-Ulm

10. Service-Hotline und Ersatzteilbestellformular



Um Ihnen optimal helfen zu können, halten Sie bitte
**Artikel-Nummer, Seriennummer, Explosionszeichnung und
Teileliste** bereit.

S E R V I C E - H O T L I N E

Tel.: 0731-97488- 62 oder -68

Fax: 0731-97488-64

Montag bis Donnerstag
Freitag

von **09.00 Uhr** bis **16.00 Uhr**
von **09.00 Uhr** bis **14.00 Uhr**

E-Mail: service@hammer.de



An
Hammer Sport AG
Abt. Kundendienst
Von-Liebig-Str. 21
89231 Neu-Ulm

Art.-Nr.:3869 AB & Back Trainer
Serien Nr.:

Ort: Datum:

Ersatzteilbestellung

(Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen!)

Kaufdatum:

Gekauft bei Firma:

(Garantieansprüche nur in Verbindung mit einer Kopie des Kaufbeleges!)

Bitte liefern Sie mir folgende Ersatzteile (Bitte leserlich schreiben!):

Position	Bezeichnung	Stückzahl	Bestellgrund

Käufer:

(Name, Vorname)

(Strasse, Hausnr.)

(PLZ, Wohnort)

(Telefon, Fax)

(E-Mail-Adresse)

Lieferadresse: (wenn abweichend von Käuferadresse)

(Firma)

(Ansprechpartner)

(Strasse, Hausnr.)

(PLZ, Wohnort)

(Telefon, Fax)

(E-Mail-Adresse)