



## Gebrauchs- und Pflegeanleitung Actiball® / Actiball® Grip / Actiball® Relax

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf Ihres neuen Actiball®.

**Mit dem Actiball® haben Sie sich für ein TOGU® Markenprodukt „made in Germany“ entschieden! Als Sportgerät ist es entsprechend den geltenden EU Regelungen produziert, es enthält keine Schwermetalle und besteht aus 100% recyclingfähigem Kunststoff.**

Der Actiball ist ein luftgefülltes Regenerationstool zur Selbstmassage. Mit einem Durchmesser von 6 - 9 cm ist er leicht und platzsparend einzusetzen. Bei der Massage unter Einsatz des eigenen Körpergewichts sollen vor allem Verklebungen und Verspannungen gelöst werden. Der Actiball wird im Bereich der Faszien-Fitness und im Training eingesetzt.

Das Material Ruton® ist gehärtet, robust und leicht zu reinigen, geruchlos und zu 100% recyclebar.

### **Actiball®**

Größe: ca. 9 cm ·  
Gewicht: ca. 0,140 kg  
Material: Ruton®

### **Actiball® Grip**

Größe: ca. 9 cm ·  
Gewicht: ca. 0,110 kg  
Material: Ruton®

### **Actiball® Relax S**

Größe: ca. 6 cm ·  
Gewicht: ca. 0,70 kg  
Material: Ruton®

### **Actiball® Relax M**

Größe: ca. 8 cm ·  
Gewicht: ca. 0,105 kg  
Material: Ruton®

### **Actiball® Relax L**

Größe: ca. 12 cm ·  
Gewicht: ca. 0,150 kg  
Material: Ruton®

### **Temperatur-Beständigkeit:**

Der Actiball ist UV-beständig und auch bedingt hitzebeständig. Bis 45°C kann der Actiball problemlos eingesetzt werden. Es sollte jedoch nicht bei direkter Sonneneinstrahlung gelagert werden (z.B. am Fenster). Das Material wird durch zunehmende Wärme weicher.

Der Actiball ist auch kältebeständig, jedoch sollte die Lagerungstemperatur nicht unter -10°C liegen. Das Material wird durch zunehmende Kälte fester.

### **Pflege:**

Zum Reinigen des Actiball können Sie alle milden, handelsüblichen Reinigungs- sowie Desinfektionsmittel verwenden. Lösungsmittelhaltige, säurehaltige oder ätzende Reiniger greifen das Material an.

### **Pumpanleitung:**

Durch die Luftzufuhr bei den Actiball Relax Bällen können Sie den Härtegrad des Balles individuell einstellen. Bitte achten Sie darauf, dass Sie die Nadel vor Gebrauch etwas anfeuchten und dann gerade in das Ventil stechen.





## Usage and Care Instructions Actiball® / Actiball® Grip / Actiball® Relax

**Congratulations on your purchase of the Actiball®.**

Having purchased the Actiball® you have chosen a TOGU® branded product which is “Made in Germany”!

It is made in conformity with the applicable EU regulations for sports equipment, it contains no heavy metals and is made of 100% recyclable plastic.

The Actiball is an air-filled regeneration tool for self-massage. With a diameter of 6 to 9 cm it is easy and space saving to use. Due to a massage with the ball and under use of your own body weight adhesions and tensions should be solved.

The knobbed surface enables a more effective and pleasant massage effect. Through this your blood circulation could be improved. The Actiball is used in fascia fitness and training.

The material Ruton is hardened, robust and easy to clean, odorless and 100% recyclable.

### **Actiball®**

Size: ca. 9 cm

Weight: ca. 0,140 kg

Material: Ruton®

### **Actiball® Grip**

Size: ca. 9 cm

Weight: ca. 0,110 kg

Material: Ruton®

### **Actiball® Relax S**

Size: ca. 6 cm

Weight: ca. 0,70 kg

Material: Ruton®

### **Actiball® Relax M**

Size: ca. 8 cm

Weight: ca. 0,105 kg

Material: Ruton®

### **Actiball® Relax L**

Size: ca. 12 cm

Weight: ca. 0,150 kg

Material: Ruton®

### **Thermal stability:**

The Actiball is UV-resistant and also heat-resistant to a limited degree. The Actiball can easily withstand temperatures of up to 45°C. However, the Actiball should be kept out of direct sunlight (e.g. do not store on window-sill). The material softens as it gets warmer.

The Actiball is also resistant to cold, but should nevertheless not be stored at temperatures below -10°C. The material hardens as it gets colder.

### **Care:**

Any mild standard cleaning agents and disinfectants can be used to clean the Actiball.

Solvent-based, acidic or caustic cleaners will damage the material. The Actiball® is waterproof.

### **Pump Instructions:**

The air supply of Actiball Relax balls allows you to individually adjust the hardness of the ball. Please make sure that you moisten the needle slightly before use and then just pierce the valve.

