

CPLATE „QUICK - START - GUIDE“

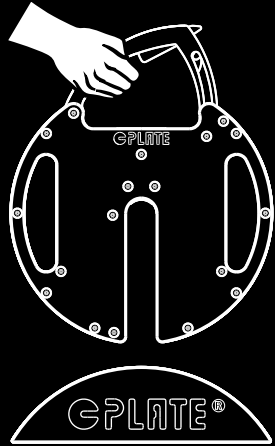
1. KG



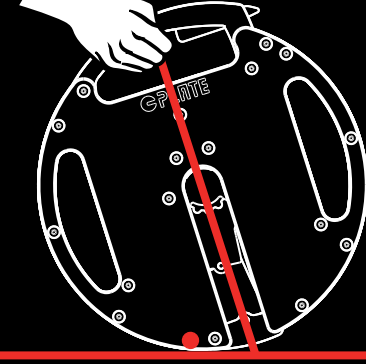
STAND HERE TO GRAB.

2.

LIFT THE OPENED CPLATE FROM THE CPLATE-MAGAZIN.



3. INFO: TO OPEN & CLOSE



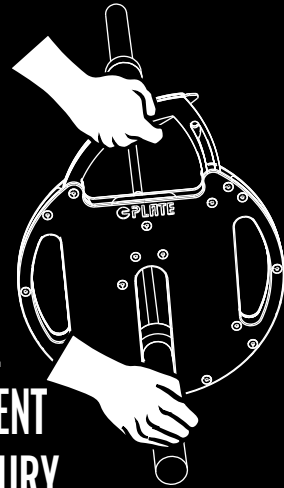
TURN TO ↑ RED DOT.



TO CLOSE PALM FLAT, FINGERS STRAIGHT TO AVOID PINCHING.



TO OPEN HOLD THE BARBELL TO PREVENT FOOT INJURY.



CPLATE entspannt laden:

1. CPLATE aus dem Magazin herausheben.
2. CPLATE senkrecht auf die Hantelstange stecken (bei der ersten CPLATE die Hantelstange anheben) und die CPLATE leicht zu sich drehen, bis die Schließposition erreicht ist. (Roter Punkt unten – Radialabschluss muss frei bleiben.)
3. Griff einfach zudrücken.

CPLATE Relaxed Loading:

1. Lift the CPLATE out of the magazine.
2. Place the CPLATE vertically onto the barbell (for the first CPLATE, lift the barbell) and slightly rotate the CPLATE towards you until the locking position is reached. (Red dot must be facing down – radial end must remain clear.)
3. Simply squeeze the grip.

CPLATE entspannt entladen:

1. CPLATE leicht zu sich drehen. (Roter Punkt unten – Radialabschluss muss frei bleiben.)
2. Griffhebel drücken und CPLATE nach oben anheben. (Bei der letzten CPLATE die Hantelstange festhalten, damit sie nicht auf den Fuß fällt.)
3. CPLATE zurück ins Magazin stellen.

CPLATE Relaxed Unloading:

1. Slightly rotate the CPLATE towards you. (Red dot must be facing down – radial end must remain clear.)
2. Press the grip lever and lift the CPLATE upwards. (For the last CPLATE, hold the barbell to prevent it from falling onto your foot.)
3. Place the CPLATE back into the magazine.