



Návod k použití – CZ

IN 152 Cyklotrenažér inSPORTline OMEGUS



Bezpečnostní upozornění:

Upozornění – před sestavením a používáním stroje si pozorně přečtěte celý návod. Dbejte přitom především na tyto bezpečnostní pokyny:

1. Tento stroj je vyroben a určen pouze pro komerční účely.
2. Stroj umístěte na pevný a rovný povrch.
3. Pro používání stroje volte vhodné sportovní oblečení. Nenoste volný oděv, který by se mohl zaplést do pohyblivých částí stroje. Při cvičení na rotopedu používejte sportovní obuv s pevnou patou – běžeckou obuv nebo speciální obuv na aerobik.
4. V místnosti, kde je stroj umístěn, nikdy nenechávejte děti bez dozoru.
5. Ujistěte se, zda jsou všechny šrouby a matice dobře utaženy před zahájením cvičení.
6. Před cvičením na stroji se vždy rozcvičte, proveďte cviky na protažení a zahřátí, 5-10 minut před a 5-10 minut po cvičení.
7. Při jízdě začněte šlapat pomalu a postupně zvyšujte rychlost, dokud nedosáhnete požadovaného tempa. Neukončujte jízdu náhle – postupně tempo snižujte, dokud se tepová frekvence nevrátí do běžného stavu.
8. Necvičte 2 hodiny po jídle a 1 hodinu před jídlem.
9. Při jízdě na kole nestůjte a ani se nezaklánějte. Mohlo by to vést k poškození stroje.
10. Jestliže cvičící osoba cítí závrať nebo nevolnost, bolest na prsou nebo jakýkoliv jiný abnormální stav, musí cvičení ihned přerušit a poradit se svým lékařem.
11. Kategorie cyklotrenažeru - SC (dle normy ČSN EN ISO 20957) určeno pro domácí použití.
12. Hmotnost uživatele by neměla být vyšší 150 kg.

Důležité:

Před zahájením jakéhokoliv cvičebního programu se poradte se svým lékařem. Toto upozornění je zvláště důležité pro osoby, u kterých byly již zjištěny zdravotní potíže a starší 35 let.

Zkontrolujte si při otevření krabice, zda balení obsahuje všechny uvedené části. Pokud vám nějaké části chybí, kontaktujte vašeho prodejce.

MONTÁŽ

První krok:

Připojte přední stranu (46) a zadní stranu šlapky (8) k rámu pomocí šroubů (7), podložek (6) a matic (5).

Druhý krok:

Připevněte řídítka (25) vložením do hlavní roury na rámu. Nastavíte a utáhnete výšku do správné pozice. Než uvolníte páčku (26), nastavte a utáhněte řídítka (24) do správné pozice.

Třetí krok:

Vložíte sedátko (54) do příslušného otvoru. Sedátko upevníte do sedlové objímky (53). Nastavíte správnou výšku a utáhnete (1).

Čtvrtý krok:

Připevníte pedály (31) do ramen klik (3). Pedály jsou označeny – levý (L), pravý (R) ve směru šlapání. Pravá klika je na straně krytu řetězu. Vyhněte se poškození alginových vláken. Mírně namažte pedály v závitech, utáhněte klíčem (15mm), oba pedály utahujte ve směru šlapání.

Nastavení zátěže...

Nastavení zkušební zátěže (13) a brzdového systému již funkčního kola provedete jednoduše uvolněním (-) nebo utažením (+).

Kola by se měly volně otáčet bez zatažení brzd. To nastavíte uvolněním (-) brzdového systému.

Po dalším jezdeckém otestování vlastností kola můžete zvýšit celkovou zátěž utáhnutím (+) brzdového systému.

UŽIVATELSKÉ INSTRUKCE

- 1) Cyklotrenažér Omegus je koncipován pro spinning ve fitness klubech a zdravotních zařízeních. Má fixované setrvačnickové kolečko a mělo by být používáno pouze pod profesionálním dozorem.
- 2) Instalace – je důležitá, aby byl cyklotrenažér správně sestaven (smontován) a doporučujeme, aby instalaci a montáž prováděl kvalifikovaný personál (zaměstnanci).
- 3) **Řídítka a seřízení sedadla.** Je důležitá, aby byly řídítka a sedadlo nastavené ve správné výšce pro vaše tělo. Požádejte o pomoc svého instruktora. Výšku řídítek seřídíme pomocí uvolnění knoflíku, který se nachází v místě, kde páka ve tvaru H (H-Bar) zapadá do rámu. Řídítka vytáhněte nahoru, nebo dolů podle požadované výšky a znovu upevněte knoflík. Ujistěte se, zda je vše bezpečně upevněno, a zda nedochází k bočnímu či svislému pohybu řídítek.
Pozice řídítek se může nastavit také dopředu nebo dozadu, a to uvolněním páky, která je umístěná pod pákou ve tvaru H (H-Bar). Posouvejte řídítka dopředu a dozadu dokud nedosáhnete požadované pozice. Potom bezpečně znovu upevněte vysouvací páku.
Seřízení výšky sedadla. Uvolněte knoflík umístěný tam, kde stojan sedadla zapadá do rámu. Nastavte sedadlo podle požadované výšky. Poté znovu upevněte knoflík. Ujistěte se, zda je vše upevněno, aby bylo zabráněno otáčení sedadla ze strany na stranu. Po uvolnění knoflíku pak sesunete sedadlo do požadované pozice. Poté se ujistěte, že je knoflík znovu upevněn.
- 4) **Pedály a klipsny.** Vaše nohy by měly být během cvičení bezpečně umístěny do klipsny. Položte nohu tak daleko jak můžete do pásů a poté pevně utáhněte pás.
- 5) Cyklotrenažér by měl fungovat na rovné ploše bez žádného vedlejšího pohybu. Je možno nastavit výšku pomocí seřizovače, který je umístěný na obou stranách vespod nožní tyči. Otáčejte ve směru nebo proti směru hodinových ručiček dokud je kolo na zemi stabilní.

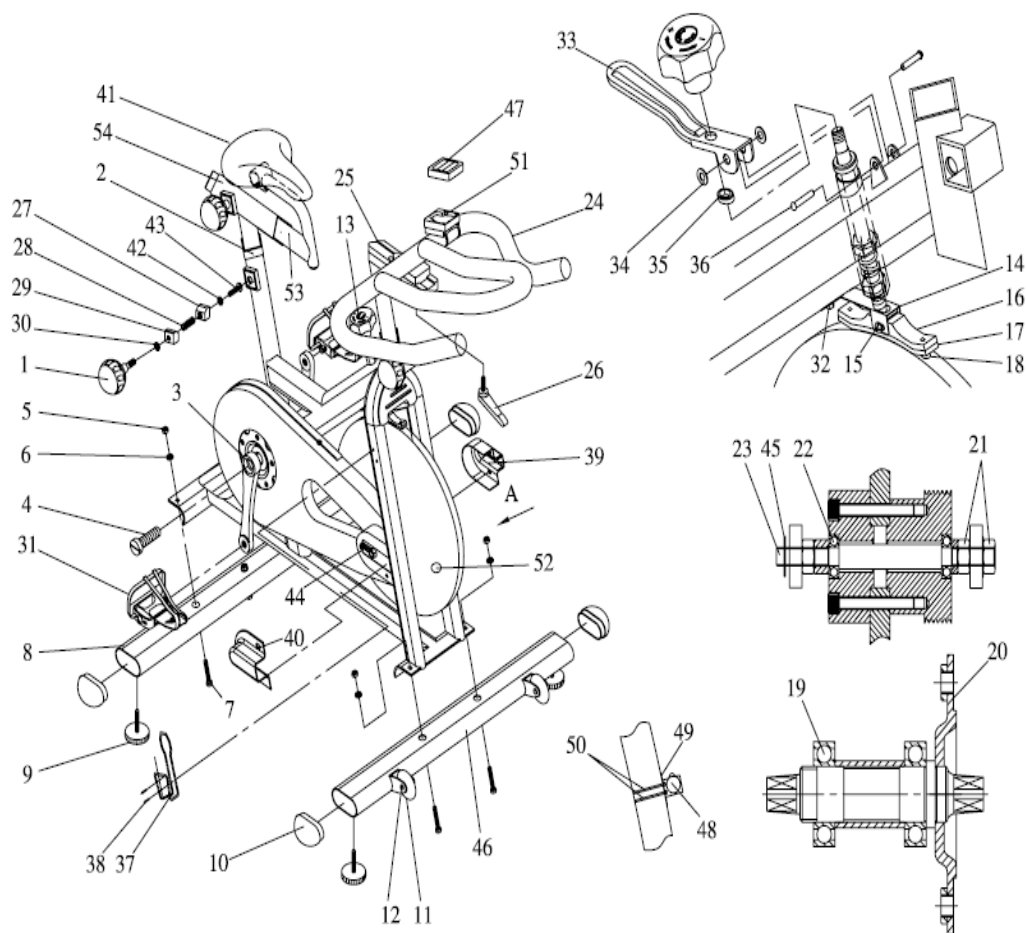
- 6) **Záchranná brzda** – stlačením rukojetí brzdy (33).
- 7) **Udržba.** Může být nebezpečné, pokud dojde k uvolnění šroubu na jednotlivých částech nebo k hluku na setrvačniku. Prosím kontaktujte svého dodavatele. Stejně jako jiný mechanický cyklující (odstředivý) přístroj by měl být tento přístroj pravidelně udržován. Žádejte svého dodavatele o podrobný plán údržby.

Cyklotrenažér Omegus TABULKA ÚDRŽBY

Č.	POPIS	Denně	Týdně	Měsíčně	Čtvrtletně	Ročně
1	Utírat stroj	X				
2	Stříkat s WD40 apod.	X				
3	Vizuální kontrola	X				
4	Kontrolovat bezpečnost stojanu přední rukojeti a stojanu sedadla	X				
5	Kontrolovat bezpečnost sedadla	X				
6	Sundat stojan řídítek a vyčistit trubku		X			
7	Sundat sedadlo a vyčistit trubku		X			
8	Kontrolovat brzdovou destičku		X			
9	Kontrolovat nastavení brzd		X			
10	Kontrolovat bezpečnost všech knoflíků a vysouvacích pák		X			
11	Kontrolovat pásy na nohy		X			
12	Kontrolovat zákrut šroubů a upevňovat		X			
13	Ujišťovat se, zda jsou pedály zašroubované		X			
14	Kontrolovat napnutí pásu (řemenu)			X		
15	Utírat setrvačnick protikorozním olejem			X		
16	Kontrolovat spodek držáku (podpěry)				X	
17	Kontrolovat ložiska setrvačníků				X	
18	Splnit kontrolu údržby rámu					X

SEZNAM SOUČÁSTEK AIR-24JNC

Č.	Položka	Unit	Č.	Položka	Unit
1	Knoflík	PC	29.	Hliníkový pevný spínač /R	PC
2	Pryžové objímky	PC	30.	Těsnící knoflík	PC
3	Sada klik	SET	31.	Pedál	PC
4	Klikový šroub	PC	32.	Držící podpěra/ šroub w/ podložka/	PC
5	Matice trubky šlapátek	PC	33.	Rukojeť brzdy	PC
6	Těsnění trubky šlapátek	PC	34.	Nerez těsnění	PC
7	Upěvňovací šroub šlapátek	PC	35.	Pojistná podložka	PC
8	Zadní část trubky šlapátek	SET	36.	Šroub	PC
9	Seřizovač sedla trubky šlapátek	PC	37.	Košík na lahev	PC
10	Konec čepičky trubky šlapátek	PC	38.	Závit pro košík na láhev	PC
11	Přední pohyblivé kolo	PC	39.	Osa pláště/L	PR
12	Osa šroubu pohyblivého kola	PC	40.	Osa pláště/P	
13	Brzdový systém	SET	41.	Sedlo	PC
14	Držící podpěra	PC	42.	Knoflík umělého těsnění	PC
15	Šroub w/matice	PC	43.	Knoflík fixující šroub	PC
16	Držák brzdové destičky	PC	44.	Seřizovací šroub setrvačníku	PC
17	Brzdová destička	PC	45.	Bezpečnostní těsnění setrvačníku	PC
18	Šroub brzdové destičky	PC	46.	Přední trubka šlapátek	SET
19	BB ložisko	PC	47.	H/R Počítač	PC
20	BB osa s deskou	SET	48.	Snímač	PC
21	Bezpečnostní matice setrvačníku	PC	49.	Umělé fixační tělísko	PC
22	Ložisko setrvačníku	PC	50.	Řemen	PC
23	Osa setrvačníku	PC	51.	Podpora pro H/R Počítač	PC
24	Přední rukojeť	PC	52.	Magnet	PC
25	Stojan přední rukojeti	PC	53.	Klouzač sedadla	PC
26	Uvolňovací páka/ šroub a matka	PC	54.	Stojan sedadla	PC
27	Hliníkový pevný spínač / L	PC			
28	Zdrojový knoflík	PC			



Cvičební instrukce:

Musíte následovat následující faktory, abyste určili tréninkové množství, které požadujete pro dosažení fyzických a zdravotních cílů:

1. Intenzita

Abyste dosáhli fyzického zlepšení v tréninku, musíte vycházet z normální zátěže bez přetažení a kyslíkového dluhu. Optimální zátěž se odvíjí od tepové frekvence. Většinou by se měla tepová frekvence pohybovat mezi 70-85% maximální tepové frekvence. Během prvních týdnů, tepové frekvence by měla zůstat na spodní hranici okolo 70% Max. TF. V následujících týdnech, měsících můžete postupně pomalu zvyšovat až k horní hranici 85% max. TF. Nejlepší fyzické kondice během cvičení dosáhnete, pokud se pohybujete v rozmezí 70-85% max. TF. Pokud váš stroj neobsahuje měřič tepové frekvence, nebo máte problémy s měřením. Máte 2 možnosti:

1. měřit si tepovou frekvenci za minutu na zápěstí či jiné části těla.
2. pomocí speciálních přístrojů – hodinky s hrudním pásem, který je k dostání ve sportovních obchodech.

2. Frekvence cvičení

Nejvíce doporučovaná frekvence cvičení pro zlepšení kondice je cvičení 3x týdně. Pro běžné cvičení dospělých osob je možné 2 x týdně a nejméně můžete cvičit 1 x týdně. Nejideálnější by samozřejmě bylo cvičení 5 x týdně.

3. Plánování

Každá tréninková lekce se skládá ze 3 částí: zahřívací fáze, tréninková fáze a uklidňovací fáze. Tělesná teplota a kyslík se zvyšuje pomalu v zahřívací fázi. Zahřívací fáze by měla trvat od 5-10 minut a měli byste provádět cviky s gymnastickým náčiním.

V prvních 5 minutách tréninkové fáze byste měli jet nejprve pomalu a postupně zvyšovat zátěž. Fáze by měla trvat 15-30 minut a tepová frekvence by se měla pohybovat mezi 70-85% max. tepové frekvence. Poslední fáze je uklidňovací. Měla by trvat 5-10 minut a měla by zahrnovat protahovací cviky. Je nutné tělo uklidnit, aby se zamezilo bolesti a přetažení svalů v následujících dnech.

4. Motivace

Klíčem k úspěšnému programu je pravidelný trénink. Měli byste si stanovit pevný čas a místo, kdy budete cvičit.

Maximální tepová frekvence:

Max. TF = 220 - věk

90% max. TF = (220 - věk) x 0,9

85% max. TF = (220 - věk) x 0,85

70% max. TF = (220 - věk) x 0,7

Údržba

Pravidelně provádějte běžnou údržbu stroje na základě vytížení stroje minimálně však po 20 hodinách provozu.

Údržba zahrnuje:

1. Kontrolu všech pohyblivých částí stroje (osy, klouby převádějící pohyb, atd.), zda jsou dostatečně promazány. Pokud ne, ihned je namažte. Doporučujeme běžný olej pro kola a šicí stroje nebo silikonové oleje.
2. pravidelná kontrola všech součástí – šrouby a matice a pravidelné dotahování.
3. K údržbě čistoty použijte jen mýdlový roztok a ne čisticí prostředky s abrasivy.
4. Chraňte computer před poškozením a kontaktu s tekutinami či potem.
5. Computer, adaptér, zástrčka a celý rotoped se nesmí dostat do styku s vodou.
6. Computer nevystavujte slunečnímu záření a kontrolujte funkčnost baterií, aby nedošlo k vytečení baterií a tím poškození celého computeru.
7. Skladujte rotoped vždy na suchém a teplém místě.

UPOZORNĚNÍ

Kolo musí být umístěn na rovné a pevné podložce. Správné vyvážení lze nastavit pootočením plastových krytek na koncích stabilizačních tyčí. Před každým použitím výrobku zkontrolujte dotažení všech šroubů.

Záruční podmínky, reklamace

Všeobecná ustanovení a vymezení pojmů

Tyto záruční podmínky a reklamační řád upravují podmínky a rozsah záruky poskytované prodávajícím na zboží dodávané kupujícím, jakož i postup při vyřizování reklamačních nároků uplatněných kupujícím na dodané zboží. Záruční podmínky a reklamační řád se řídí příslušnými ustanoveními zákona č. 40/1964 Sb., Občanský zákoník, zákona č. 513/1991 Sb., Obchodní zákoník, a zákona č. 634/1992 Sb., Zákon o ochraně spotřebitele, ve znění pozdějších předpisů, a to i ve věcech těmito záručními podmínkami a reklamačním řádem nezmiňovaných. Prodávajícím je společnost SEVEN SPORT s.r.o. se sídlem Bořivojova 35/878, 13000 Praha, I.Č. 26847264, zapsaná v obchodním rejstříku, vedeném Krajským soudem v Praze oddíl C, vložka 116888. Vzhledem k platné právní úpravě se rozlišuje kupující, který je spotřebitelem a kupující, který spotřebitelem není.

„Kupující spotřebitel“ nebo jen „spotřebitel“ je osoba, která při uzavírání a plnění smlouvy nejedná v rámci své obchodní nebo jiné podnikatelské činnosti.

„Kupující, který není „spotřebitel“, je podnikatel, který nakupuje výrobky či užívá služby za účelem svého podnikání s těmito výrobky nebo službami. Tento kupující se řídí rámcovou kupní smlouvou a obchodními podmínkami v rozsahu, které se ho týkají a obchodním zákoníkem.

Tyto záruční podmínky a reklamační řád jsou nedílnou součástí každé kupní smlouvy uzavřené mezi prodávajícím a kupujícím. Záruční podmínky a reklamační řád jsou platné a závazné, pokud v kupní smlouvě či v dodatku v této smlouvě či jiné písemné dohodě nebude stranami dohodnuto jinak.

Záruční podmínky

Záruční doba

Prodávající poskytuje kupujícím záruku za jakost zboží v délce 24 měsíců, pokud ze záručního listu, faktury ke zboží, dodacího listu, příp. jiného dokladu ke zboží nevyplývá odlišná délka záruční doby poskytovaná prodávajícím. Zákonná délka záruky poskytovaná spotřebiteli není tímto dotčena.

Zárukou za jakost přejímá prodávající závazek, že dodané zboží bude po určitou dobu způsobilé pro použití k obvyklému, příp. smluvenému účelu a že si zachová obvyklé, příp. smluvené vlastnosti.

Záruční podmínky se nevztahují na závady vzniklé:

zaviněním uživatele tj. poškození výrobku neodbornou reparací, nesprávnou montáží, nedostatečným zasunutím sedlové tyče do rámu, nedostatečným utáhnutím pedálů v klikách a klik ke středové ose nesprávnou údržbou

mechanickým poškozením

opotřebením dílů při běžném používání (např. gumové a plastové části, pohyblivé mechanismy, atd.)

neodvratnou událostí, živelnou pohromou

neodbornými zásahy

nesprávným zacházením, či nevhodným umístěním, vlivem nízké nebo vysoké teploty, působením vody, neúměrným tlakem a nárazy, úmyslně pozměněným designem, tvarem nebo rozměry

Reklamační řád

Postup při reklamaci vady zboží

Kupující je povinen zboží, dodané prodávajícím prohlédnout co nejdříve po přechodu nebezpečí škody na zboží, resp. po jeho dodání. Prohlídku musí kupující provést tak, aby zjistil všechny vady, které je možné při přiměřené odborné prohlídce zjistit.

Při reklamaci zboží je kupující povinen na žádost prodávajícího prokázat nákup a oprávněnost reklamace fakturou nebo dodacím listem s uvedeným výrobním (sériovým) číslem, případně týmiž doklady bez sériového čísla. Neprokáže-li kupující oprávněnost reklamace těmito doklady, má prodávající právo reklamaci odmítnout. Pokud kupující oznámí závadu, na kterou se nevztahuje záruka (např. nebyly splněny podmínky záruky, závada byla nahlášena omylem apod.), je prodávající oprávněn požadovat plnou úhradu nákladů, které vznikly v souvislosti s odstraňováním závady takto oznámené kupujícím. Kalkulace servisního zásahu bude v tomto případě vycházet z platného ceníku pracovních výkonů a nákladů na dopravu.

Pokud prodávající zjistí (testováním), že reklamovaný výrobek není vadný, považuje se reklamační za neoprávněnou. Proávající si vyhrazuje právo požadovat úhradu nákladu, které vznikly v souvislosti s neoprávněnou reklamací.

V případě, že kupující reklamuje vady zboží, na které se vztahuje záruka podle platných záručních podmínek prodávajícího, provede prodávající odstranění vady formou opravy, případně výměny vadného dílu nebo zařízení za bezvadné. Proávající je se souhlasem kupujícího oprávněn dodat výměnou za vadné zboží jiné zboží plně funkčně kompatibilní, ale minimálně stejných nebo lepších technických parametrů. Volba ohledně způsobu vyřízení reklamáce dle tohoto odstavce náleží prodávajícímu.

Proávající vyřídí reklamaci nejpozději do 30 dnů od doručení vadného zboží, pokud nebude dohodnuta lhůta delší. Za den vyřízení se považuje den, kdy bylo opravené nebo vyměněné zboží předáno kupujícímu. Není-li prodávající s ohledem na charakter vady schopen vyřídít reklamaci v uvedené lhůtě, dohodne s kupujícím náhradní řešení. Pokud k takové dohodě nedojde, je prodávající povinen poskytnout kupujícímu finanční náhradu formou dobropisu.



SEVEN SPORT s.r.o.

Sídlo:	Bořivojova 35/878, 130 00, Praha 3, ČR
Centrála:	Dělnická 957, 749 01 Vítkov
Reklamace a servis:	Čermenská 486, 749 01 Vítkov
IČO:	26847264
DIČ:	CZ26847264
Telefon:	+420 556 300 970
Mail:	eshop@insportline.cz reklamace@insportline.cz servis@insportline.cz
Web:	www.insportline.cz

SK

inSPORTline s.r.o.

Centrála, reklamácie, servis: Električná 6471, 911 01 Trenčín, SK

IČO:	36311723
DIČ:	SK2020177082
Telefón:	+421(0)326 526 701
Mail:	objednavky@insportline.sk reklamacie@insportline.sk servis@insportline.sk
Web:	www.insportline.sk

Datum prodeje:

Razítko a podpis prodejce: