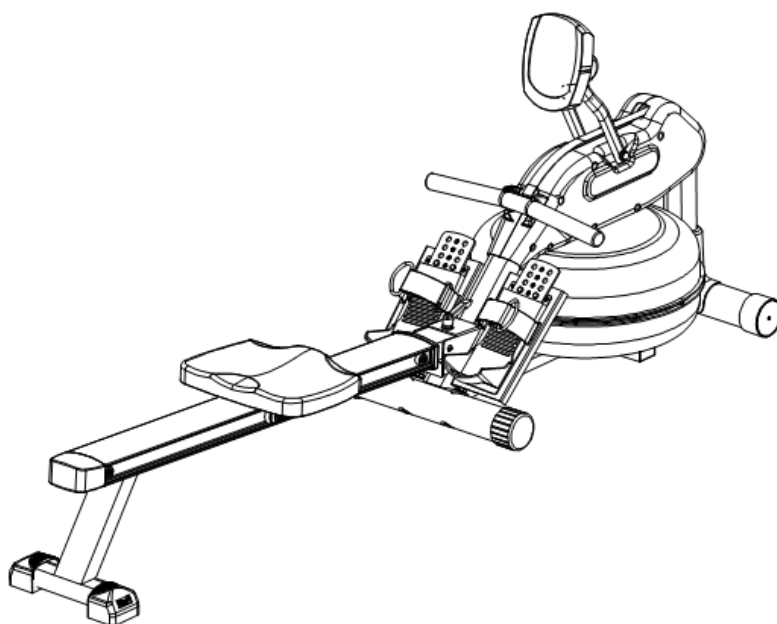




UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ
IN 16144 Veslovací trenažér inSPORTline Wateres



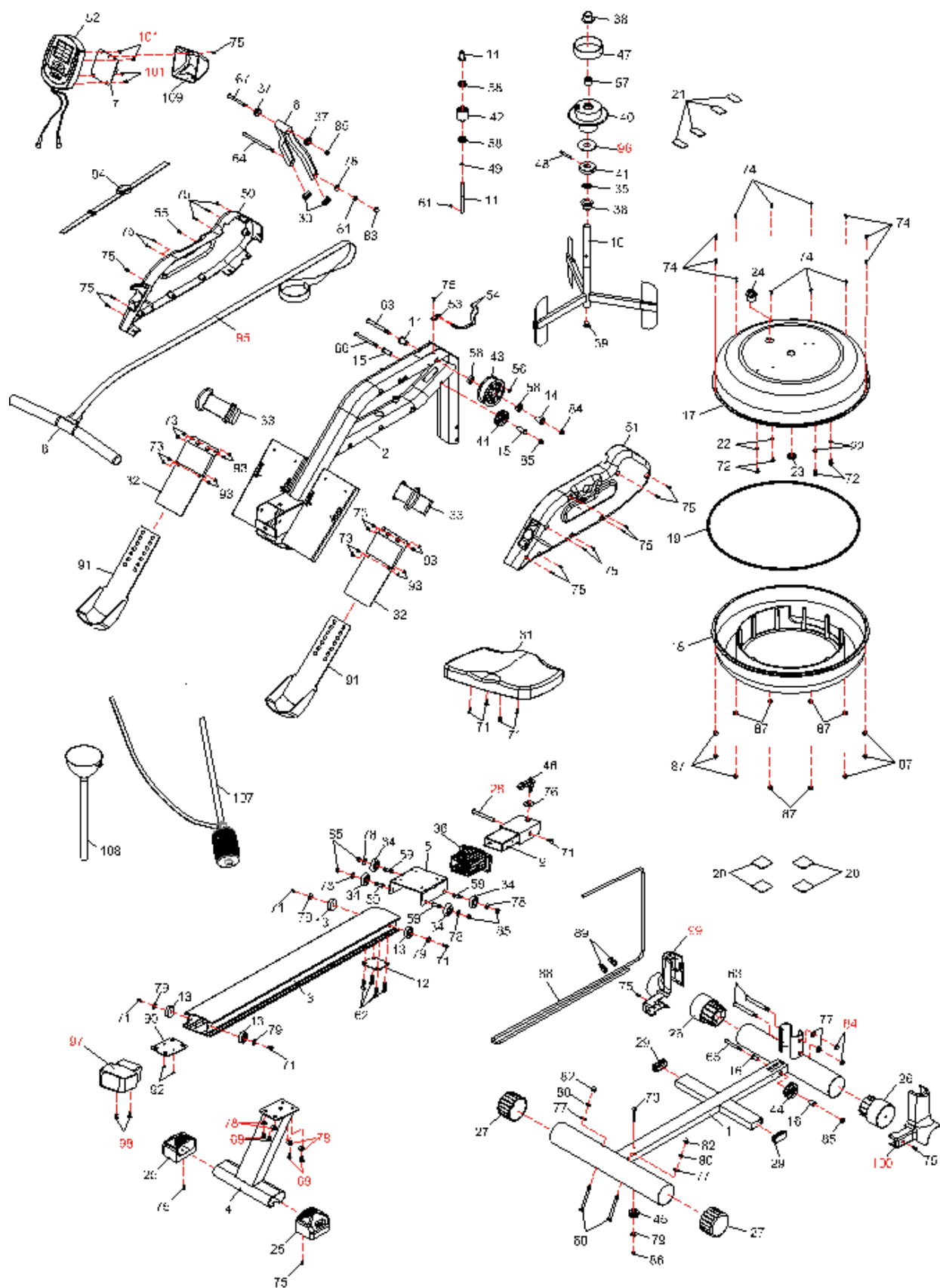
OBSAH

BEZPEČNOSTNÍ PŘEDPISY	3
ROZLOŽENÁ KRESBA	4
SEZNAM ČÁSTÍ	5
MONTÁŽNÍ POSTUP	8
KROK 1	8
KROK 2	8
KROK 3	8
KROK 4	8
KROK 5	8
KROK 6	8
NAPLNĚNÍ A VYPRÁZDNĚNÍ NÁDRŽE	9
ÚROVEŇ VODY	9
POČÍTAČ	10
FUNKCE TLAČÍTEK	10
FUNKCE	11
PŘEDNASTAVENÉ HODNOTY	11
KONDIČNÍ MĚŘENÍ TĚPU (RECOVERY)	11
INSTALACE A VÝMĚNA BATERIÍ	13
SKLADOVÁNÍ	13
ÚDRŽBA	14
PRŮVODCE CVIČENÍM	14
ZÁKLADNÍ VESLOVACÍ POHYB	14
ČAS CVIČENÍ	15
DALŠÍ VESLOVACÍ STYLY	15
CVIČEBNÍ INSTRUKCE	15
1. ZAHŘÍVACÍ FÁZE	16
2. CVIČEBNÍ FÁZE	16
3. UVOLŇOVACÍ FÁZE	17
POSÍLENÍ SVALŮ	17
ÚBYTEK VÁHY	17
OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ	17
ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE	17

BEZPEČNOSTNÍ PŘEDPISY

- Manuál si přečtete pozorně ještě před prvním použitím a uschovejte si ho pro další potřebu.
- Dodržujte veškerá varování a doporučení včetně postupu sestavení. Výrobek používejte pouze k určenému účelu.
- Produkt sestavte a používejte pouze dle manuálu pro větší bezpečnost. Informujte veškeré další uživatele o možných rizicích.
- Zařízení držte mimo dosah dětí a domácích zvířat. Nenechávejte děti bez dozoru ani v blízkosti přístroje. Pouze dospělý člověk může provádět montáž a používat tento přístroj.
- Před zahájením cvičebního programu věc konzultujte se svým lékařem. Je to zvláště nutné, pokud máte zdravotní problémy nebo proděláváte léčbu, která může ovlivnit srdeční tep, krevní tlak nebo hladinu cholesterolu.
- Pozorujte tělesné signály. Pokud pocítíte problémy (bolest, pnutí na prsou, nepravidelný pulz, dušnost, mdloby nebo malátnost), přestaňte cvičit. Nesprávné cvičení může mít za následek vážné komplikace nebo zranění.
- Výrobek postavte pouze na rovný, suchý a čistý povrch. Dodržujte bezpečnostní odstup od jiných objektů min. 0,6 m. Pro ochranu podlahy nebo koberce použijte ochrannou podložku.
- Vezměte si přiměřené sportovní oblečení a sportovní obuv. Neberte si příliš volné oblečení.
- Výrobek nepoužívejte venku.
- Před každým použitím zkontrolujte poškození nebo opotřebení produktu. Pravidelně kontrolujte správné dotažení všech šroubů a matic. Dotáhněte, je-li potřeba. Nikdy nepoužívejte poškozené nebo opotřebované zařízení.
- Výrobek nepoužívejte, pokud se na něm objeví ostré hrany.
- Pokud přístroj vydává neobvyklé zvuky, ukončete trénink.
- Žádná nastavitelná část nesmí vyčnívat a omezovat v pohybu. Na zařízení smí cvičit současně pouze jedna osoba.
- Brzdění je nezávislé na rychlosti.
- Nejedná se o terapeutický přístroj.
- Při zvedání nebo přenášení trenažéru dbejte opatrnosti, abyste si neporanili hřbet. Pokud je nutné, požádejte o pomoc další osobu.
- Neprovádějte neoprávněnou modifikaci výrobku. Pokud je to nutné, kontaktujte autorizovaný servis.
- **Max. hmotnost uživatele:** 150 kg
- **Kategorie:** HC (dle normy EN957) vhodné pro domácí použití
- **VAROVÁNÍ:** Systém pro monitorování tepové frekvence nemusí být přesný. Přetěžování při tréninku může zavinit vážné zranění nebo smrt. Pokud pocítíte nevolnost, okamžitě ukončete cvičení!

ROZLOŽENÁ KRESBA



SEZNAM ČÁSTÍ

Č.	Popis	Ks
1	Základna	1
2	Hlavní rám	1
3	Pojezd	1
4	Zadní stojan	1
5	Základna sedadla	1
6	Základna počítače	1
7	Podpěra	1
8	Madlo	1
9	Spojnice	1
10	Rotor	1
11	Osa rotoru	1
12	Podpěra pojezdu	1
13	Uzávěr	4
14	Pouzdro kladky	3
15	Pouzdro pružného lana	2
16	Pouzdro pružného lanka	2
17	Horní nádrž	1
18	Spodní nádrž	1
19	Gumové těsnění	1
20	Spodní patka	4
21	Horní patka	4
22	Plastová podložka (ø13)	4
23	Těsnění rotoru	1
24	Plnicí zástrčka	1
25	Nastavitelná koncovka	2
26	Kryt kola	2
27	Kulatý kryt	2
28	Hlavňová matice (M8)	1
29	Pravoúhlá zástrčka	2
30	Oválná zástrčka	2
31	Sedadlo	1
32	Opěra pedálu	2
33	Pedálový popruh	2
34	Válec	4
35	Ložisko válce	1
36	Přední krytka	1

37	Plastická průchodka	2
38	Kladková průchodka	2
39	Kulatá zástrčka	1
40	Kladka	1
41	Fixace hřídele	1
42	Volnoběžový válec	1
43	Popruhová kladka	1
44	Kladka	2
45	Malá kladka	1
46	Fixační páčka	1
47	Háková podložka	1
48	Pružný kolík	1
49	E-kroužek	1
50	Levý kryt	1
51	Pravý kryt	1
52	Počítač	1
53	Držák snímače	1
54	Kabel snímače	2
55	Kroužek	1
56	Magnet	1
57	Jednosměrné ložisko	1
58	Ložisko	4
59	Šroub (M8*30)	4
60	Vratový šroub (M8*90)	2
61	Složený šroub (M5*8)	1
62	Šroub (M8*20)	2
63	Šroub (M10*95)	3
64	Šroub (M8*130)	1
65	Šroub (M6*58)	1
66	Šroub (M8*95)	1
67	Šroub M8*85)	1
68	Šroub (M8*65)	1
69	Šroub (M8*15)	4
70	Šroub (M6*50)	1
71	Šroub (M6*15)	7
72	Nerezový šroub (M6*15)	4
73	Šroub (M5*12)	8
74	Nerezový šroub (M3*20)	12

75	Šroub (M4*15)	22
76	Podložka (ø10)	1
77	Podložka (ø10)	4
78	Podložka (ø8)	9
79	Podložka (ø6)	4
80	Pojistná podložka (ø10)	2
81	Pojistná podložka (ø8)	1
82	Klobouková matice (M10)	2
83	Klobouková matice (M8)	1
84	Matice (M10)	3
85	Matice (M8)	7
86	Matice (M6)	2
87	Nerezová matice (M3)	12
88	Kabel	1
89	Nylonový popruh	2
90	Talíř	1
91	Kryt pedálu	2
92	Šroub (M4*10)	2
93	Matice (M5)	8
94	Hrudní pás (není u všech)	1
95	Popruh	1
96	Plastická podložka (ø20)	1
97	Zadní koncovka	1
98	Šroub (M5*10)	2
99	Levý přední kryt	1
100	Pravý přední kryt	1
101	Šroub (M5*10)	4
102	Klíč	1
103	Imbusový klíč (5 mm)	1
104	Imbusový klíč (6 mm)	1
105	Kombinovaný klíč	1
106	Výstražný štítek	1
107	Pumpa	1
108	Nálevka	1
109	Kryt konzoly	1

MONTÁŽNÍ POSTUP

KROK 1

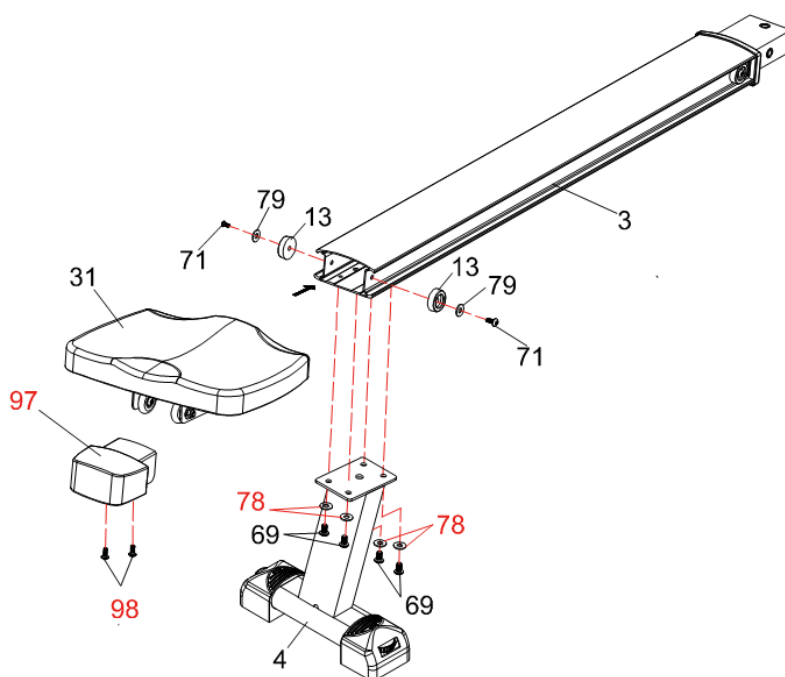
- Připevněte zadní stojan (4) k pojezdu (3) čtyřmi šrouby M8*15 (69) a podložkami $\varnothing 8$ (78).

KROK 2

- Nasuňte sedadlo (31) na pojezd (3). Zajistěte dvě zarážky (13) na pojezdu (3) dvěma šrouby (71) a podložkami $\varnothing 6$ (79).

KROK 3

- Zasuňte zadní koncovku (97) do pojezdu (3) a zajistěte dvěma šrouby (98).



KROK 4

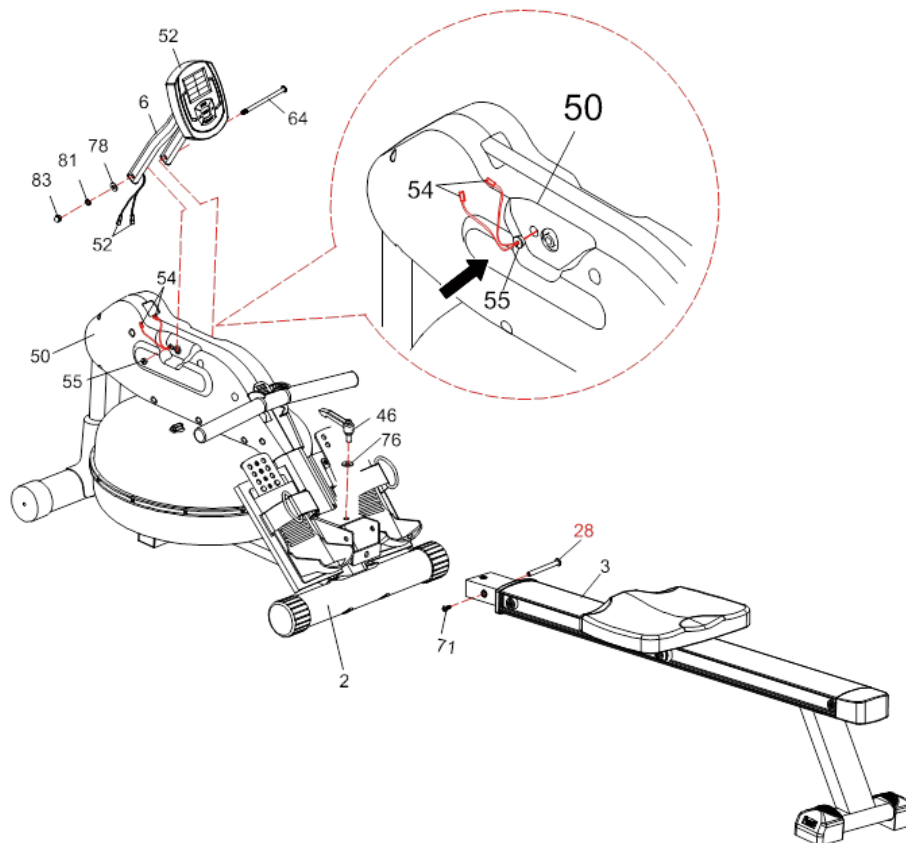
- Připevněte pojezd (3) k hlavnímu rámu (2) šroubem M6*15 (71) a hlavňovou maticí M8 (28). Zajistěte pojezd (3) v rozložené pozici pomocí fixační páčky (46) a jedné podložky $\varnothing 10$ (76).
- POZNÁMKA: Po dotažení fixační páčky (46), zadní nosník rámu (1) může být mírně nad zemí. Je to běžný stav, který se změní po nasednutí uživatele na zařízení.

KROK 5

- Vložte baterie do počítače (52). Připevněte základnu počítače (6) k rámu (2) šroubem M8*130 (64), podložkou $\varnothing 8$ (78), pojistnou podložkou $\varnothing 8$ (81) a kloboukovou maticí M8 (83).

KROK 6

- Připněte průchodku (55) na oba kabely snímače (54). Poté průchodku (55) vtlačte do levé krytky (50). Spojte kabel snímače (54) s kabelem počítače (52). Přesahující kabely opět zasuňte do levé krytky (50).



NAPLNĚNÍ A VYPRÁZDNĚNÍ NÁDRŽE

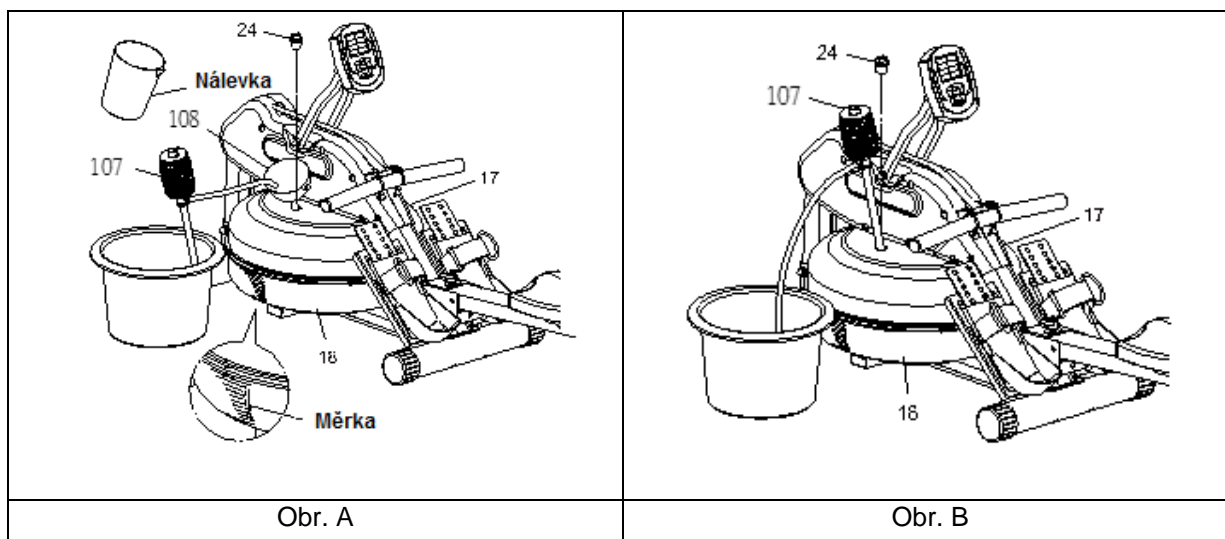
1. Odstraňte zátku (24) z horního dílu nádrže (17).
2. Naplňte vodou dle obrázku A. Vložte nálevku (108) to nádržky. Použijte hrníček nebo sifonovou pumpu (107) a kbelík pro naplnění nádržky. Pro odměření správného objemu vody použijte měрку na boku nádrže.
3. Vodu odčerpajte dle obrázku B. Vedle zařízení si položte kbelík. Použijte sifonovou pumpu (107) pro odčerpání vody z nádržky do kbelíku.
4. Po dokončení vložte zátku (24) zpět do nádržky (17). Setřete vodu z rámu zařízení.

POZNÁMKA:

- Použijte pouze vodu z vodovodu, a nikoliv vodu ze studny. Pokud vodovod není k dispozici, použijte destilovanou vodu a přidejte čisticí tablety. Nepoužívejte bazénový chlór nebo chlorová bělidla. Více informací naleznete v sekci údržby.
- Voda z nádržky není vhodná pro konzumaci u lidí ani u zvířat. Po odčerpání vody se jí adekvátně zbavte.

ÚROVEŇ VODY

- Podívejte se na obr. A. Měrka se nachází na boku nádržky. Max. možná úroveň naplnění je: 10. Nikdy ji neplňte nad tuto úroveň. Nedodržením uvedeného doporučení můžete porušit pravidla záruky. Standardní plnění je na úrovni: 9.
- Míra odporu je přímo závislá na objemu vody v nádržce. Např. úroveň vody č. 3 skýtá lehký odpor. Úroveň 9 je pak nejvyšší odpor.



POČÍTAČ

ZAPNUTÍ: Pohněte madlem nebo stlačte kterýkoliv knoflík.


VYPNUTÍ: Vypne se sám po 4 minutách nečinnosti.



FUNKCE TLAČÍTEK

MODE	<ul style="list-style-type: none"> Stlačte a uvolněte pro volbu funkce a k přednastavení hodnot času (TIME), počtu (COUNT), vzdálenosti (DISTANCE), kalorií (CALORIES), tepu (PULSE).
RESET	<ul style="list-style-type: none"> Stlačte v nastavovacím režimu (SETTING) pro resetování nastavených hodnot zpět na nulu (TIME, COUNT, DISTANCE, CALORIES). Hodnota srdečního tepu (PULSE) se resetuje na hodnotu 90. Stlačte a podržte na 2 vteřiny pro resetování všech hodnot na nulu.
UP	<ul style="list-style-type: none"> Navyšování hodnot.
DOWN	<ul style="list-style-type: none"> Snížování hodnot.
RECOVERY	<ul style="list-style-type: none"> Stlačte pro aktivaci RECOVERY funkce (kondiční funkce) po tréninku. Musíte si vzít hrudní pás (není součástí produktu) a navléci na hrud', aby došlo k měření tepu.

FUNKCE

TIME (ČAS)	<ul style="list-style-type: none">Zobrazuje čas od 1 vteřina až do 99:59 min. Dokáže také odpočítávat od přednastavené hodnoty.
COUNT (POČET)	<ul style="list-style-type: none">Zobrazuje celkový počet záběrů v rozsahu od 0 do 9999.
DISTANCE (VZDÁLENOST)	<ul style="list-style-type: none">Zobrazuje vzdálenost od 0 do 99,9 km nebo odpočítává od přednastavené hodnoty.
CALORIES (KALORIE)	<ul style="list-style-type: none">Zobrazuje počet spálených kalorií od 0 do 9999 kcal nebo odpočítává od přednastavené hodnoty. Tento údaj je pouze orientační a nemá lékařskou platnost. Použijte ho pouze pro porovnání.
STROKES/MIN (ZÁBĚRY/MIN)	<ul style="list-style-type: none">Zobrazuje rychlost veslování od 0 do 999 záběrů za minutu.
PULSE (PULZ)	<ul style="list-style-type: none">Zobrazuje srdeční tep od 40 do 240 tepů/min. Oblékněte si hrudní pás (není součástí produktu), aby byl zajištěn přenos dat mezi pásem a přijímačem v zařízení. Každý srdeční ozvuk bude doprovázen blikajícím symbolem "♥". Pokud si neobléknete pás správně, zobrazí se písmeno „P“. Pomocí tlačítek UP, DOWN, RESET můžete zadat cílovou tepovou hodnotu. V průběhu cvičení budete varováni zvukovým signálem, pokud tuto hodnotu docílíte nebo ji překročíte. Postupně zmírněte tempo, abyste tep udrželi v cílové zóně.
	Ukazatel vzdálenosti – ukazuje ujetou vzdálenost během cvičení.

PŘEDNASTAVENÉ HODNOTY

Můžete pohnout madlem pro aktivaci počítače a začít rovnou cvičit. Nebo je možno hodnoty přednastavit, aby docházelo k jejich odpočtu. Přerušete veslování na čtyři vteřiny a stlačte MODE pro vstup do nastavení. Systém bude procházet jednotlivé položky a umožní zadání hodnot. Použijte tlačítka UP, DOWN a RESET pro zadání. Potvrďte tlačítkem MODE. Nebo prostě stlačte MODE k přeskočení nastavení a k přechodu na další funkci. Po zadání všech hodnot zatáhněte za madlo a začněte cvičit.

Time / Čas	1:00 – 99:00
Count / Počet	10 – 9990
Distance / Vzdálenost	0,1 – 99,9 km
Calories / Kalorie	1,0 – 9999 kcal
Pulse / Tep	90 – 220 tep/min.

POZNÁMKA:

- Můžete nastavit hodnoty několika funkcí. Přednastavení hodnoty se pak budou odpočítávat. Pokud završíte odpočet jedné funkce, zazní zvukový alarm na tři sekundy. Poté se tato hodnota začne počítat opět směrem nahoru, zatímco ostatní budou pokračovat v odpočtu.
- Počítač se sám vypne po 4 minutách nečinnosti. Hodnoty se uloží. Zmáčknutím a přidržením tlačítka RESET na dvě vteřiny resetujete veškeré funkce na nulu.

KONDIČNÍ MĚŘENÍ TĚPU (RECOVERY)

POZNÁMKA: Při tomto programu si musíte obléknout hrudní pás (není součástí produktu) na svou hrud. Tato funkce měří, jak rychle se po cvičení dostane zpět na klidovou hladinu tepové frekvence.

Údaj se dá použít při sledování zlepšování kondice. Počítač bude snímat Váš tep po dobu 60 vteřin, spočítá ho a zobrazí stav pomocí škály od 1 do 6.

1.0	Výborná kondice
2.0	Dobrá kondice
3.0	Ucházející stav
4.0	Podprůměr
5.0	Špatná kondice
6.0	Velmi špatná kondice

- Hodnoty používejte výhradně pro srovnání mezi tréninky.
- Dá se použít ihned po ukončení cvičení.
- Před spuštěním této funkce cvičení ukončete.

Pro nastartování se na 5 vteřin zobrazí Váš srdeční tep poté, co se objeví symbol srdíčka. Poté stlačte tlačítko RECOVERY. Během této funkce pracuje pouze funkce tepu a času, které se zobrazí dle obrázku A. Čas začne odpočítávat jednu minutu a bude blikat symbol srdíčka. Jakmile odpočet dosáhne nuly, zadní zvukový signál po dobu tří vteřin a zobrazí se Vaše kondiční tepová hodnota na škále od 1.0 do 6.0 dle obrázku B. Stlačením kteréhokoliv tlačítka tuto funkci opustíte a přejdete do aktivního režimu.

POZNÁMKA:

1. Tlačítko RECOVERY se dá použít kdykoliv pro spuštění recovery programu, dokonce i v průběhu tréninku.
2. Jakmile se recovery program spustí, začne čas odpočítávat 60 vteřin směrem k nule. Tlačítkem RESET tuto funkci ukončíte. Pokud není zaznamenán tep, zobrazí se písmeno „P“ v okénku tepu. Pokud čas dosáhne nulové hodnoty, zobrazí se v okénku kondiční tepové hodnoty písmeno „E“.

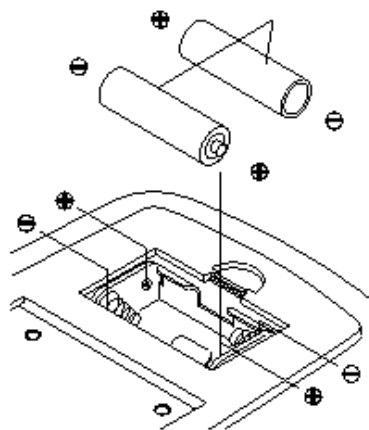
A	
	1. Čas (Time)
	2. Nejvyšší hodnota tepu, zaznamenaná během prvních 20 vteřin.
	3. Aktuální hodnota tepové frekvence (pokud není signál dostupný, zobrazí se „P“).
B	
	1. ČAS (Time)
	2. Kondiční tepová hodnota
	3. Nejnižší hodnota tepové frekvence během kondičního měření.
	4. Konečná hodnota tepové frekvence

INSTALACE A VÝMĚNA BATERIÍ

1. Pomocí prstu nebo jednoduchého náčiní odklopte víčko na zadní straně počítače.
2. Počítač je poháněn dvěma bateriemi. Vyměňte je dle obrázku níže.

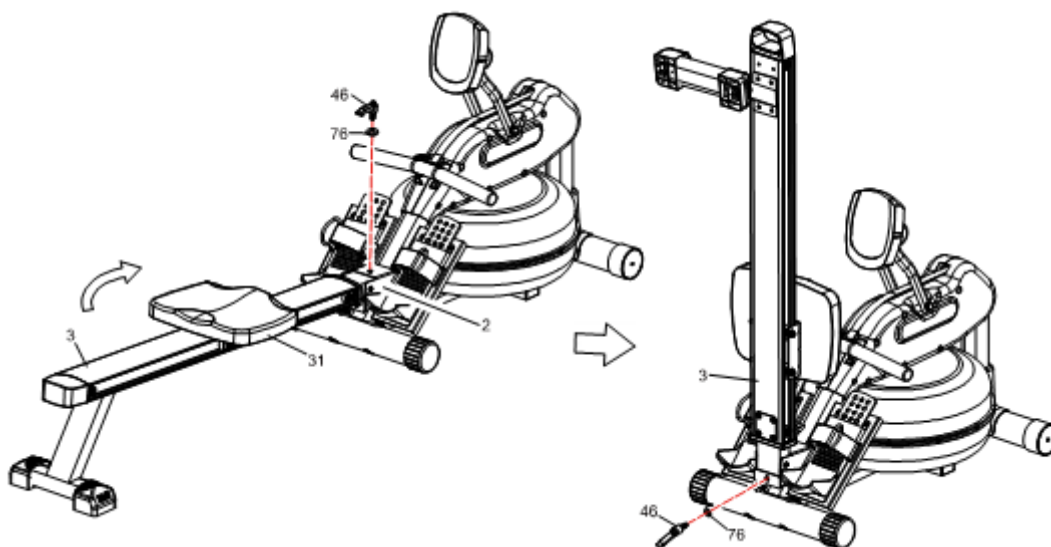
POZNÁMKA:

- Nekombinujte nové a staré baterie.
- Používejte tentýž typ baterií. Nekombinujte alkalické baterie s jinými typy.
- Baterií se zbavte v souladu s místními předpisy.
- Nikdy baterie nedávejte do ohně.



SKLADOVÁNÍ

1. Skladujte na suchém a čistém místě.
2. Při skladování delším, než je jeden rok, vyjměte baterie.
3. Pro transport použijte kolečkové koncovky (26) na přední straně základny (1). Uchopte zadní stojan (4) pro snadné přemístění přístroje. Nikdy se nechtejte sedadla (31). To by mohlo sklouznout a poranit Vaše ruce.
4. Při skladování nad jeden měsíc odčerpajte vodu z nádržky.
5. Výrobek sklopte dle obrázků dole:
 - Odstraňte fixační páčku (46) a podložku (76) z hlavního rámu (2).
 - Sklopte pojezd (3) a zajistěte ho ve sklopené pozici pomocí fixační páčky (46) a podložky (76). Ujistěte se, že pojezd (3) je správně zajištěn a nemůže spadnout dolů.



ÚDRŽBA

Pouze zařízení bez poruchy a bez opotřebovaných dílů může být bezpečně používáno. Proto pravidelně provádějte údržbu trenejru. Výrobek pravidelně kontrolujte co do opotřebování nebo poškození. Poškozené nebo opotřebované zařízení nikdy nepoužívejte.

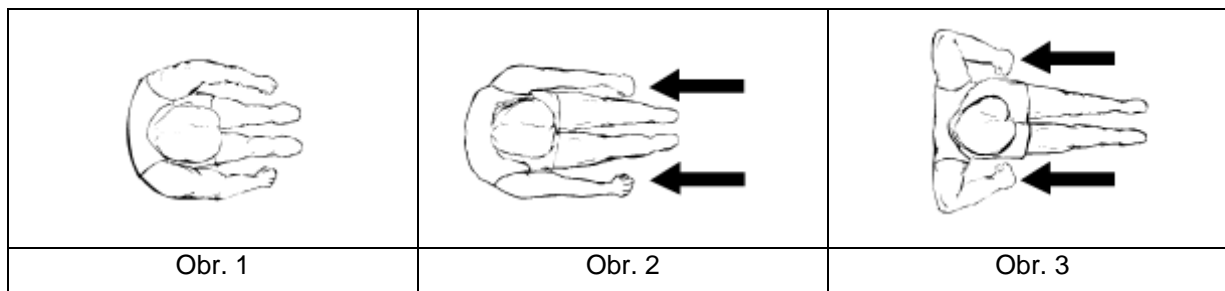
- Posadte se na sedadlo (31) a zatáhněte za madlo (8) abyste se ujistili, že máte odpovídající úroveň odporu vody a že se sedadlo pohybuje plynule a jistě.
- Průběžně ošetřujte vodu v nádržce. Ošetřujte ji periodicky přidáním čistících tablet jako např. dichloridem sodným (56% chlóru) co 4-6 měsíců. **POZOR!** Nepoužívejte bazénový chlór (Trichlorid 90% chlóru) nebo chlorová bělidla. Tím byste výrobek poškodili a porušili pravidla záruky.
- Čistěte pojezd (3) absorpční utěrkou.
- Průběžně čistěte nádržku. Nepoužívejte metylalkoholové roztoky, chloráty, bělicí prostředky nebo přípravky na amoniakové bázi. Tím byste produkt poškodili a porušili pravidla záruky.
- Uživatel/vlastník je zodpovědný za správné používání produktu.
- Poškozené nebo opotřebované díly musí být ihned vyměněny. V případě opravy kontaktujte servis.
- Používejte pouze originální náhradní díly a doplňky.
- Po každém cvičení rám otřete utěrkou.

PRŮVODCE CVIČENÍM

Veslování je poměrně náročný způsob posilování. Dokáže posílit srdeční činnost a upravit krevní oběh. Při veslování jsou zapojeny značné svalové skupiny, zvláště hřbet, paže, boky, kyčle a nohy.

ZÁKLADNÍ VESLOVACÍ POHYB

Posadte se na sedadlo a nohy dejte do pedálů a zajistěte pomocí suchého zipu. Chopte se veslovací tyče. Zaujměte startovní pozici, předkloňte se a předpažte ruce, kolena mírně pokrčte, jak je uvedeno na Obr. 1. Poté pohněte tělem vzad, přičemž záda a nohy napřimte (Obr. 2). Pokračujte v plynulém pohybu vzad. V této fázi tlačte paže směrem ven (Obr. 3). Poté se vraťte do druhé pozice a vše opakujte.

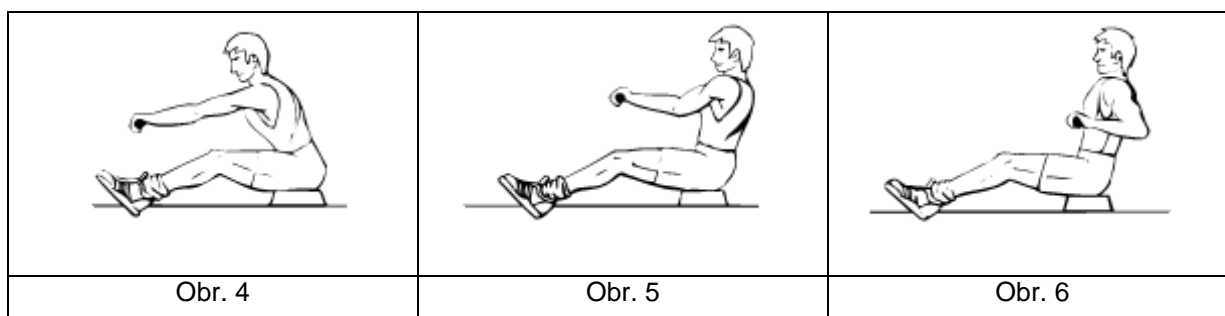


ČAS CVIČENÍ

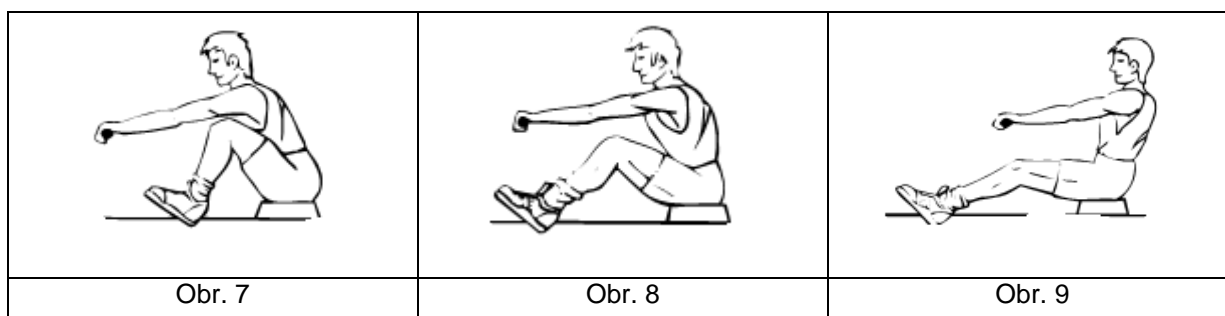
Veslování je náročným posilováním. Proto je lepší začít s kratším a jednoduchým cvičebním programem a poté přejít na náročnější program. Začněte zhruba s pětiminutovým tréninkem a délku pozvolna prodlužujte pro zlepšení kondice. Nakonec byste měli být schopni veslovat po dobu 15-20 minut. Nepokoušejte se věc uspíšit. Zkuste cvičit obden, třikrát týdně. Mezi tréninky si ponechte čas na odpočinek.

DALŠÍ VESLOVACÍ STYL

VESLOVÁNÍ POUZE PAŽEMI: Při tomto cvičení by se měly zpevnit svaly paží, ramen, zad a břišní svaly. Posadte se na zařízení dle obrázku 4. Napněte ruce a předkloňte se, uchopte madlo. Pozvolna se zakloňte dozadu a přejděte do vzpřímené pozice dle obr. 5. Pokračujte přitažením madla směrem k hrudi dle obr. 6. Vraťte se do výchozí pozice a vše opakujte.



NOŽNÍ VESLOVÁNÍ: Toto cvičení napomůže posílit nožní a zádové svalstvo. Záva držte rovně a předpažte ruce. Pokrčte nohy až dosáhnete na madlo a zaujměte startovní pozici (Obr. 7). Pomocí nohou odsuňte tělo vzad (Obr. 8) a držte paže a hřbet rovně dle obrázku 9.





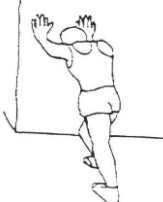


CVIČEBNÍ INSTRUKCE

Používáním zařízení by mělo dojít ke zlepšení Vaší tělesné kondice, posílení svalstva a také, v kombinaci s řízenou dietou, k úbytku váhy.

1. ZAHŘÍVACÍ FÁZE

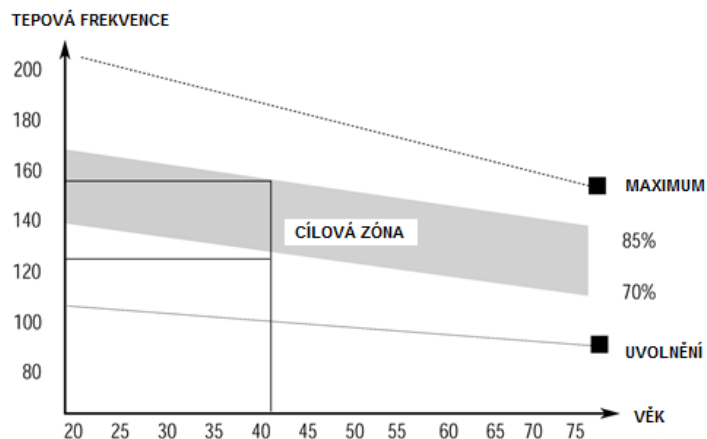
Tato fáze by měla napomoci zlepšení krevního oběhu a připravit svaly na správnou činnost tak, aby se zamezilo vzniku křečí. Doporučuje se nejprve provést několik protahovacích cviků dle obrázků níže. Každý protahovací cvik by měl trvat asi 30 vteřin. Svaly nepřetahujte a nevykrucujte. Pokud pocítíte bolest, ukončete cvičení.

	Protažení boků
	Předklony
	Vnější svaly stehien
	Vnitřní strany stehien
	Lýtka a Achillova šlacha

2. CVIČEBNÍ FÁZE

V této fázi dochází k výdeji energie. Po správném cvičení by nožní svaly měly být pružnější. Během celého cvičení udržujte mírné tempo. Intenzita by měla být natolik dostatečná, aby se Váš srdeční tep dostal do zóny dle obrázku níže.

POZNÁMKA: Tato fáze by měla trvat asi 12 minut. Proto mnozí jedinci začínají na 15-20 minutách.



3. UVOLŇOVACÍ FÁZE

Během této fáze by mělo dojít ke zklidnění kardiovaskulárního systému a svalstva. Opakujte zahřívací cviky, zmírněte tempo a pokračujte cca 5 minut. Opakujte protahovací cviky, ale svaly příliš nepřetěžujte a nepřekrucujte. Jakmile se kondice zlepšší, můžete cvičit déle a náročněji. Doporučuje se cvičit minimálně třikrát týdně a tréninky si rovnoměrně rozvrhnout.

POSÍLENÍ SVALŮ

Pro posílení svalů budete muset mít odpor nastaven poměrně vysoko. To bude znamenat větší svalovou zátěž a zároveň to, že nebudete moci cvičit tak dlouho, jak si představujete. Pokud se tedy snažíte o posílení kondice, budete muset obměnit program. Během zahřívací a uvolňovací fáze cvičte normálně, ale ke konci cvičební fáze zvýšte zátěž pro intenzivnější práci nohou. Budete muset omezit rychlost, abyste tep udrželi v uvedené tepové zóně.

ÚBYTEK VÁHY

Rozhodujícím faktem zde je míra vynaloženého úsilí. Čím delší a náročnější trénink je, tím je vyšší počet spálených kalorií. Je to obdobné jako při posílení kondice, liší se akorát cíl.

OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ

Po uplynutí životnosti produktu nebo v případě, že by další oprava již byla ekonomicky nevýhodná, se výrobku zbavte v souladu s místními předpisy a šetrně k životnímu prostředí. Výrobek odneste na nejbližší sběrné místo k tomu určené.

Předpisovou likvidací pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomůžete prevenci negativních dopadů na životní prostředí, případně na lidské zdraví. Pokud si nejste jisti, konzultujte věc s místně příslušnými odpovědnými orgány, aby nedošlo k porušení předpisů a následné sankci.

Baterie nevhazujte mezi běžný odpad, ale odevzdejte je na místa určená pro recyklaci.

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 kupujícímu 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 (pokud lze aplikovat na zakoupený produkt):

- zaviněním uživatele tj. poškození výrobku neodbornou repasí, 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, kloubové spoje, 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 reklamáce 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
Reklamáce 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: