



UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ
IN 26628 Recumbent inSPORTline Velocer RMB



OBSAH

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY	3
POPIS PRODUKTU	4
NÁKRES	5
SEZNAM ČÁSTÍ	6
SPOJOVACÍ MATERIÁL	10
MONTÁŽ	11
POUŽITÍ	17
KONZOLE	19
VÝHODY RECUMBENTU	34
ROZCVIČKA	35
ÚDRŽBA	35
SKLADOVÁNÍ	35
DŮLEŽITÁ UPOZORNĚNÍ	35
OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ	36
ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE	36

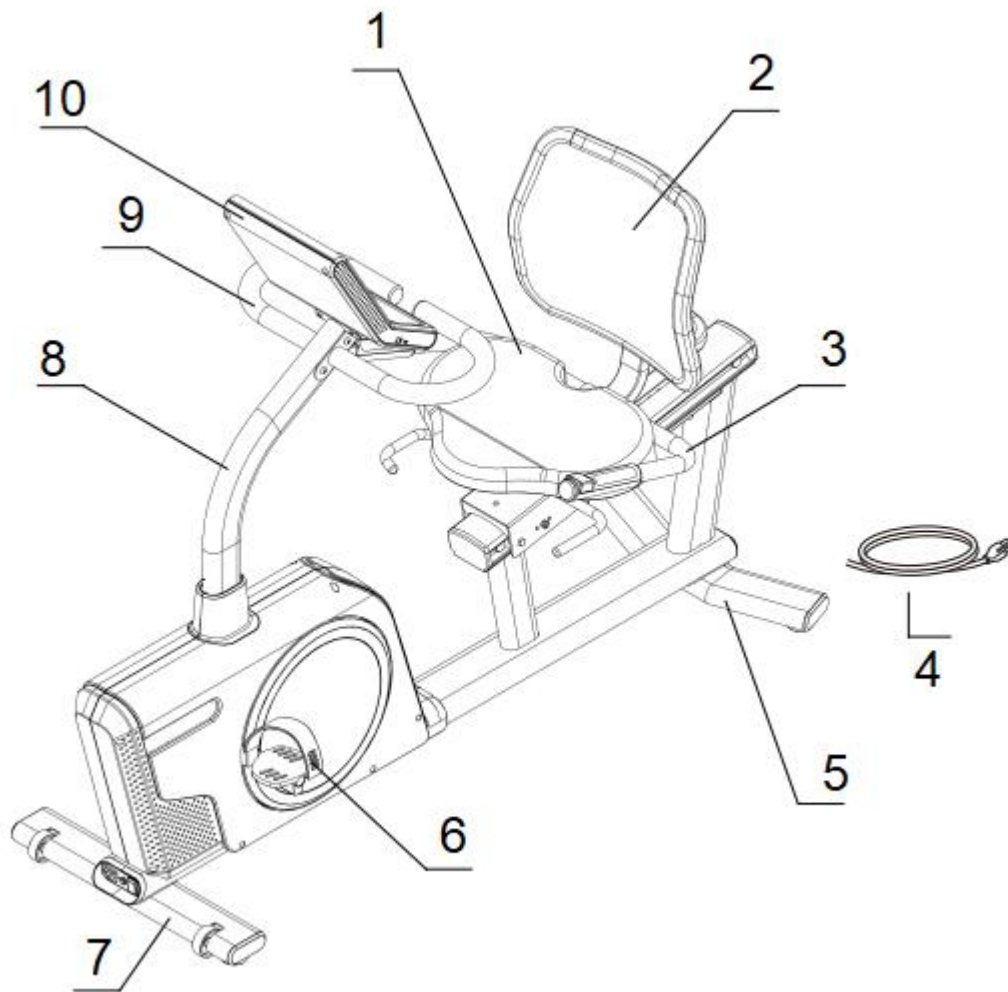
BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

- Před prvním použitím si přečtěte manuál a uschovejte si ho pro budoucí použití.
- Pro zajištění maximální bezpečnosti provádějte pravidelné kontroly, zda nedošlo k poškození či opotřebením dílů.
- Jestliže bude přístroj používat také jiná osoba, je důležité, aby byla obeznámena se všemi pokyny uvedenými v tomto manuálu.
- Na přístroji může cvičit pouze 1 osoba.
- Před použitím přístroje zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby a matice řádně přitaženy a všechny kloubové spoje v dobrém stavu.
- Před zahájením cvičení odstraňte z okolí přístroje všechny nebezpečné předměty s ostrými hranami.
- Přístroj používejte pouze tehdy, je-li zcela v pořádku a plně funkční.
- Poškozený, opotřebený nebo vadný díl musí být co nejdříve vyměněn za nový. Přestaňte přístroj používat, dokud nebude opět zcela v pořádku.
- V důsledku dětské zvědavosti a zálibě ve hraní mohou nastat nebezpečné situace, kdy bude přístroj používán nesprávným způsobem – za bezpečnost dětí jsou zodpovědní jejich rodiče či jiné dohlížející osoby.
- Než dovolíte dítěti cvičit na přístroji, zvažte jejich duševní a tělesný stav. Děti mohou cvičit pouze za dozoru dospělé osoby, která bude dohlížet na správné použití přístroje. Recumbent není hračkou pro děti.
- Kolem celého přístroje je třeba zajistit dostatek volného místa min 0,6 m.
- Snižte riziko úrazu na minimum a nedovolte dětem používat přístroj bez dohledu dospělé osoby. Díky jejich přirozené zvědavosti a zálibě v hraní hrozí riziko nesprávného použití přístroje.
- Uvědomte si, že nesprávně vedené nebo nadměrné cvičení může vést k poškození zdraví.
- Před použitím výrobku je třeba jej zajistit proti nežádoucímu pohybu pomocí stavěcích nožek.
- Přístroj umístěte na rovný povrch a zajistěte jeho stabilitu.
- Ke cvičení používejte vhodný oděv a obuv. Necvičte v oblečení, které by se mohlo do přístroje zachytit (např. příliš dlouhé a volné oblečení). Doporučujeme pevnou sportovní obuv s protiskluzovou podrážkou.
- Před zahájením jakéhokoliv cvičebního programu se poradte s lékařem. Lékař vám může navrhnout vhodný cvičební program a doporučit vhodnou stravu.
- Výrobek sestavte podle pokynů uvedených v manuálu a používejte pouze originální dodané díly. Před zahájením montáže zkontrolujte, zda byly dodány všechny díly uvedené v seznamu dílů.
- Přístroj umístěte na suchý a rovný povrch a chraňte jej před vlhkostí. Případně umístěte pod přístroj protiskluzovou podložku. Předejdete tím poškození plochy pod přístrojem.
- Je třeba si uvědomit, že cvičební přístroje a jejich příslušenství nejsou určeny ke hraní. Proto mohou recumbent používat pouze osoby, které jsou obeznámeny s jeho správným provozem.
- Přestaňte okamžitě cvičit, začnete-li pociťovat závrať, nevolnost, bolest v oblasti hrudníku nebo jakékoliv jiné potíže. O dalším cvičení se poradte s lékařem.
- Děti a lidé zdravotně postižení mohou na přístroji cvičit pouze za dohledu osoby, která dohlédne na správný postup při cvičení.
- Při cvičení se vyhýbejte kontaktu s kloubovými spoji.
- Všechny polohovatelné díly musí být nastaveny s ohledem na jejich krajní polohy.

- Necvičte bezprostředně po jídle.
- Kategorie: SA pro komerční použití
- Max. nosnost: 150 kg

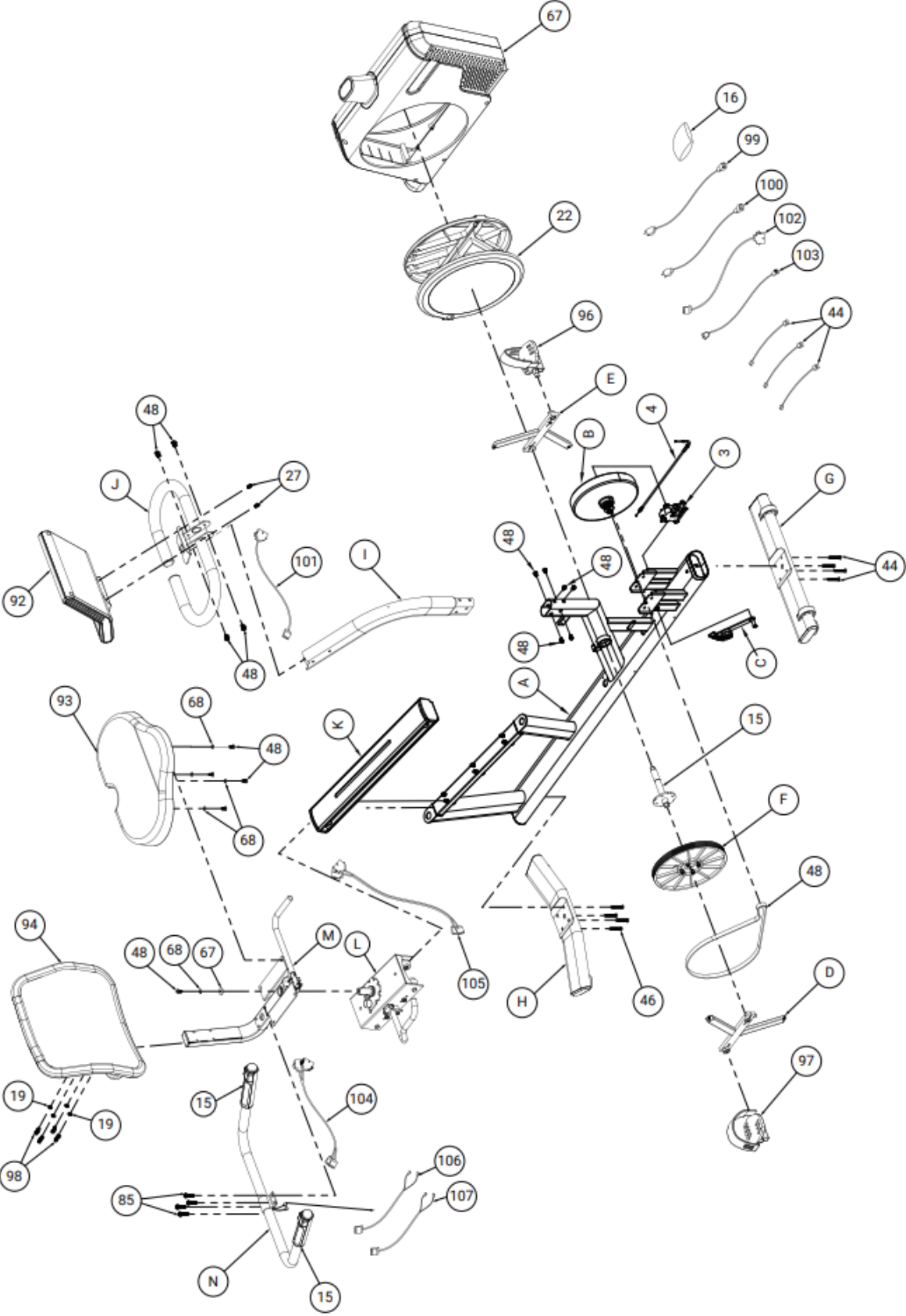
VAROVÁNÍ! Systém pro monitorování tepové frekvence nemusí být přesný. Přetěžování při tréninku může zavinit vážné zranění nebo smrt. Pokud pociťujete nevolnost, okamžitě ukončete cvičení!

POPIS PRODUKTU



1.	Sedadlo	6.	Pedály
2.	Opěrka	7.	Přední nosník
3.	Senzory tepové frekvence	8.	Prostřední sloupek
4.	Napájecí kabel	9.	Madla
5.	Zadní nosník	10.	Konzole

NÁKRES



SEZNAM ČÁSTÍ

Ozn.	Název	Ks.
A	Hlavní rám	1
1	Kryt hlavního rámu	1
2	Koncová zástrčka vypínače napájení	1
5	Nálepka vypínače	1
6	Spojovací drát	1
7	Ložisko	2
8	Destička	1
9	Podložka S20	2
10	Křížový šroub	2
11	Křížový šroub	3
12	Osa	1
13	Spodní ovládací deska	1
B	Magnetické setrvační kolo	1
17	EMS elektromagnetický systém	1
18	Pružná podložka M10	2
20	Matice M10*5T	2
C	Volnoběžné kolo	1
21	Sada volnoběžného kola	1
22	Napínací pružina	1
24	Plochá podložka 10*19*1,5T	1
25	Ložisko	1
26	Plochá podložka 5*16*1T	1
27	Křížový šroub M5*10L	1
D	Sestava levého pedálu	1
10	Křížový šroub	3
29	Kryt	1
30	Imbusový šroub M8*30	1
31	Imbusový šroub M6*12	1
32	Plochá podložka 6*22*2T	1
33	Plochá podložka 4,3*12*1T	3
E	Sestava pravého pedálu	1
10	Křížový šroub	3
30	Imbusový šroub M8*30	1
31	Imbusový šroub M6*12	1
32	Plochá podložka 6*22*2T	1
33	Plochá podložka 4,3*12*1T	3

34	Kryt	1
F	Set kladek	1
35	Hnací kladka	1
36	Magnetická přezka	1
37	Imbusový šroub M8*20	4
38	Matice M8*6	4
G	Přední nosník	1
39	Kryt předního nosníku	1
40	Přepravní kolečko	2
41	Koncová krytka	2
42	Gumová nožička	2
43	Imbusový šroub M8*40	6
H	Zadní nosník	1
41	Koncová krytka	2
42	Gumová nožička	2
45	Kryt	1
43	Imbusový šroub M8*40	4
I	Držák konzole	1
47	Kryt	1
48	Imbusový šroub M8*15	6
J	Sestava madel	1
47	Imbusový šroub M8*15	4
49	Kryt	1
50	Pěnová madla	2
51	Koncová krytka	2
K	Hliníkové kolejnice	1
52	Hliníkové kolejnice	1
53	Polohovací destička	1
54	Zadní kryt	2
55	Tlumící podložka	4
56	Šroub M4*10	4
57	Křížový šroub ST4*16	4
110	Imbusový šroub M8*40	6
L	Sada posuvníků	1
32	Plochá podložka 6*22*2	1
38	Matice M8*6	13
43	Imbusový šroub M8*40	1
48	Imbusový šroub M8*15	1

55	Tlumící podložka	2
58	Kryt	1
59	Polohování posuvníku	1
60	Ložisko	1
61	Spona napájecího kabelu	1
62	Kuželový čep	1
63	Plochá podložka 18*10*1T	1
64	Kompresní pružina	1
65	Ložiskové pouzdro	2
66	Imbusový šroub M6*15	1
67	Plochá podložka 8,5*23*3T	1
68	Pružná podložka M8	5
69	PU kladka 41*26	8
70	Osa	4
71	Objímka daptéru	4
M	Sestava opěrky	1
19	Plochá podložka 6,2*13*1	4
31	Imbusový šroub M6*12	2
61	Spona napájecího kabelu	1
65	Ložiskové pouzdro	2
72	Kryt	1
73	Koncovka 25*50	1
74	Nastavení náklonu opěrky	1
75	Páčka nastavení výšky	1
76	Otočná náprava nastavení sedadla	1
77	Levá pružina nastavení	1
78	Pravý pružina nastavení	1
79	Plochá podložka 5*12*1T	2
80	Imbusový šroub M5*12	2
N	Sestava madel	1
51	Koncová krytka	2
81	Kryt	1
82	Horní kryt senzoru pulsu	2
83	Senzory pulsu	2
84	Šroub 3*14	4
85	Imbusový šroub M8*30	4
O	Kryty	1
10	Křížový šroub	4

11	Křížový šroub SR4*12	4
86	Levý kryt	1
87	Pravý kryt	1
88	Levé logo	1
89	Pravé logo	1
90	Kryt prostředního sloupku	1
91	Křížový šroub	5
3	Motor YJ-9900	1
4	Kabel motoru	1
14	Hnací řemen	1
15	Destičky detekce pulsu	2
16	Nářadí	1
19	Plochá podložka 6,2*13*1t	4
27	Křížový šroub M5*10	2
48	Imbusový šroub M8*15	4
68	Pružná podložka M8	4
92	Konzole	1
93	Sedadlo	1
94	Opěrka	1
95	Kryt kliky	2
96	Levý pedál	1
97	Pravý pedál	1
98	Imbusový šroub	4
99	Napájecí kabel	1
100	Zástrčka	1
101	Prostřední kabel konzole 8PIN*700	1
102	Spodní kabel konzole 8PIN*800	1
103	Transformátor	1
104	Kabel detekce pulsu 12PIN*700	1
105	Kabel detekce pulsu 12PIN*2100	1
106	Kabel detekce pulsu 6PIN*790 (levý)	1
107	Kabel detekce pulsu 6PIN*790 (pravý)	1

SPOJOVACÍ MATERIÁL



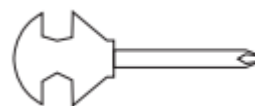
5mm imbusový klíč

1x



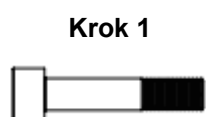
6mm imbusový klíč

1x



Klíč se šroubovákem

1x



Krok 1

Šroub M8*40

8x



Krok 3

Šroub M8*30

4x



Krok 4

Šroub M8*15

4x



Pružná
podložka M8

4x



Krok 5

Šroub

4x



Podložka
6.2*13*1

4x

Krok 6



Šroub M8*15

6x

Krok 7



Šroub M8*55

4x

Krok 8



Šroub M8*55

4x



POZNÁMKA:

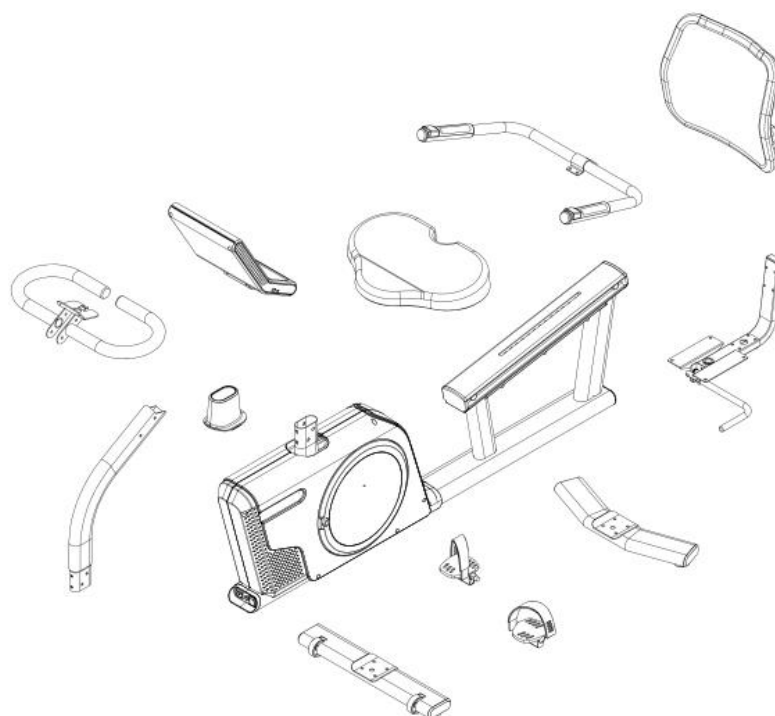
Před montáží se ujistěte, že máte dostupné všechny části.



VAROVÁNÍ

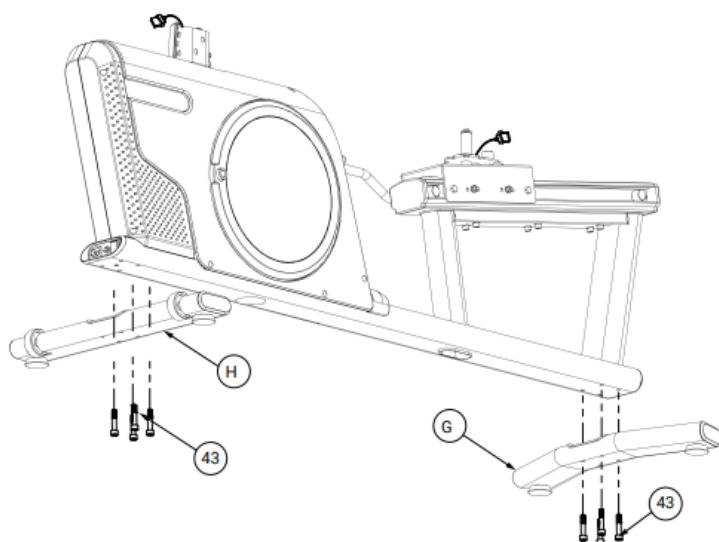
Kolem přístroje musí být zachováno alespoň 0,6 m volného prostoru. Pravidelně kontrolujte všechny spoje. Pokud se objeví jakákoliv závada nebo poškození, okamžitě ukončete provoz a kontaktujte servisní oddělení. Přístroj umístěte na rovný a pevný povrch. Pouze pro vnitřní použití.

MONTÁŽ



Krok 1

Připevněte nosníky (G a H) na hlavní rám pomocí šroubů (43).



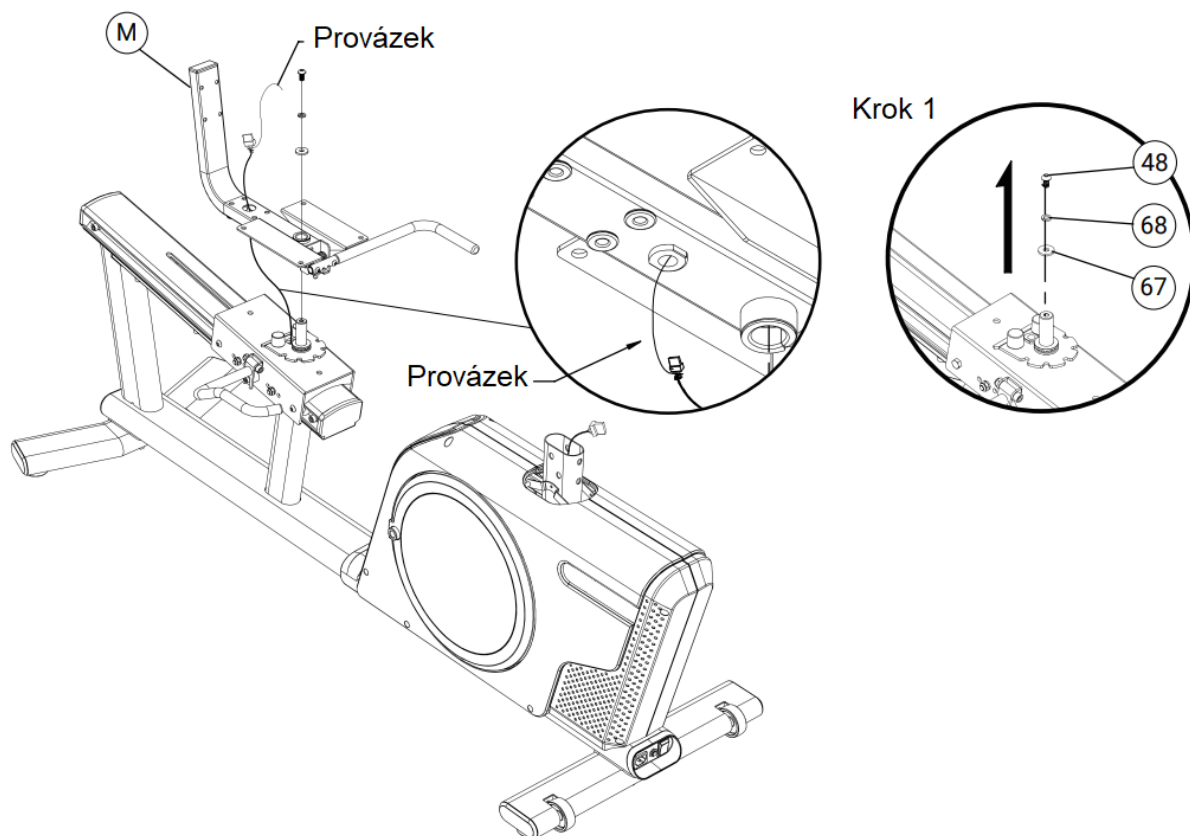
G	Přední nosník	1x
H	Zadní nosník	1x
43	Imbusový šroub M8*40	8x

Krok 2

Odšroubujte šroub (48) a vytáhněte podložky (68 a 67).

Před upevněním rámu sedadla (M) pomocí provázku protáhněte kabel. Za kabel příliš netahejte, abyste jej nevytrhli.

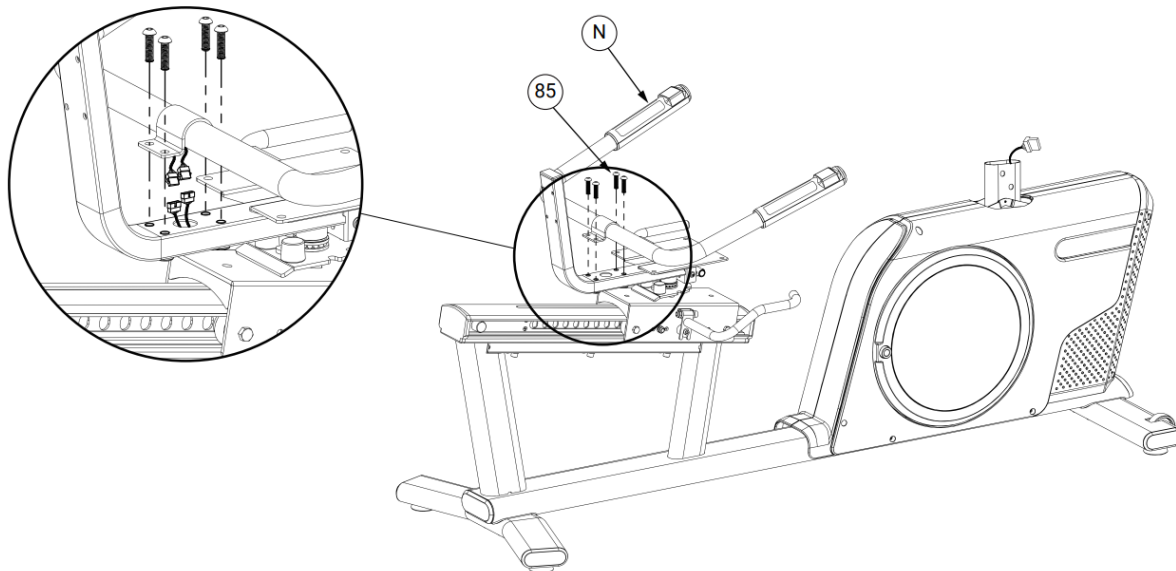
M	Rám sedadla	1x
48	Imbusový šroub M8*15	1x
68	Pružná podložka M8	1x
67	Plochá podložka 8,5*23*3T	1x



Krok 3

Spojte kabely stejné barvy (červené a modré) před upevněním madel (N) pomocí šroubů (85).

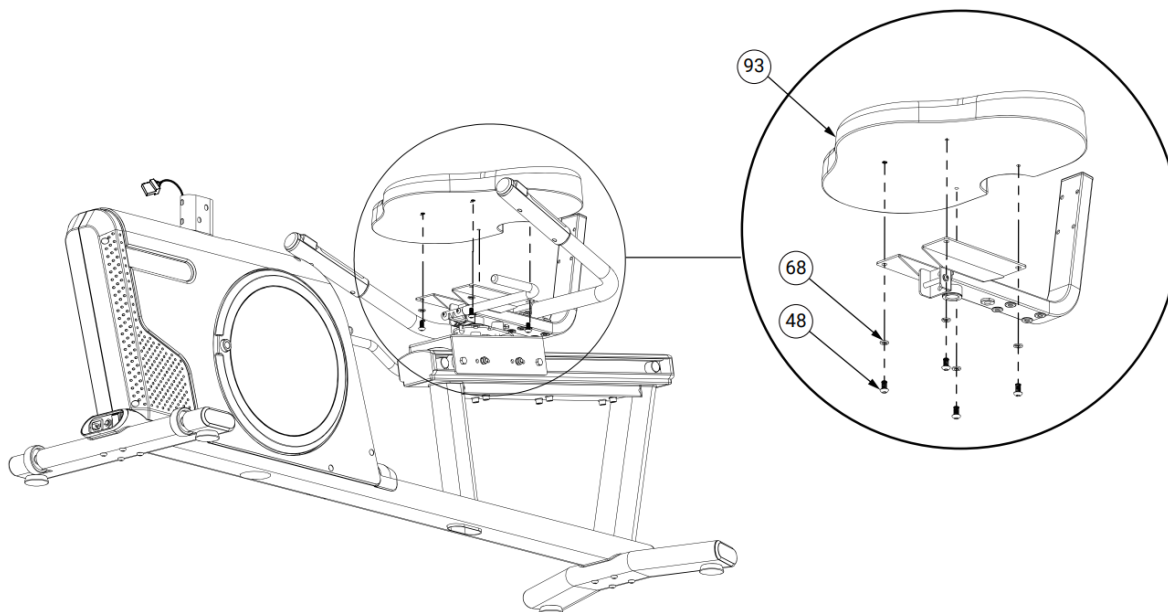
N	Madla	1x
85	Imbusový šroub M8x30	4x



Krok 4

Na rám (M) upevněte sedadlo (93) pomocí šroubů (48) a podložek (68).

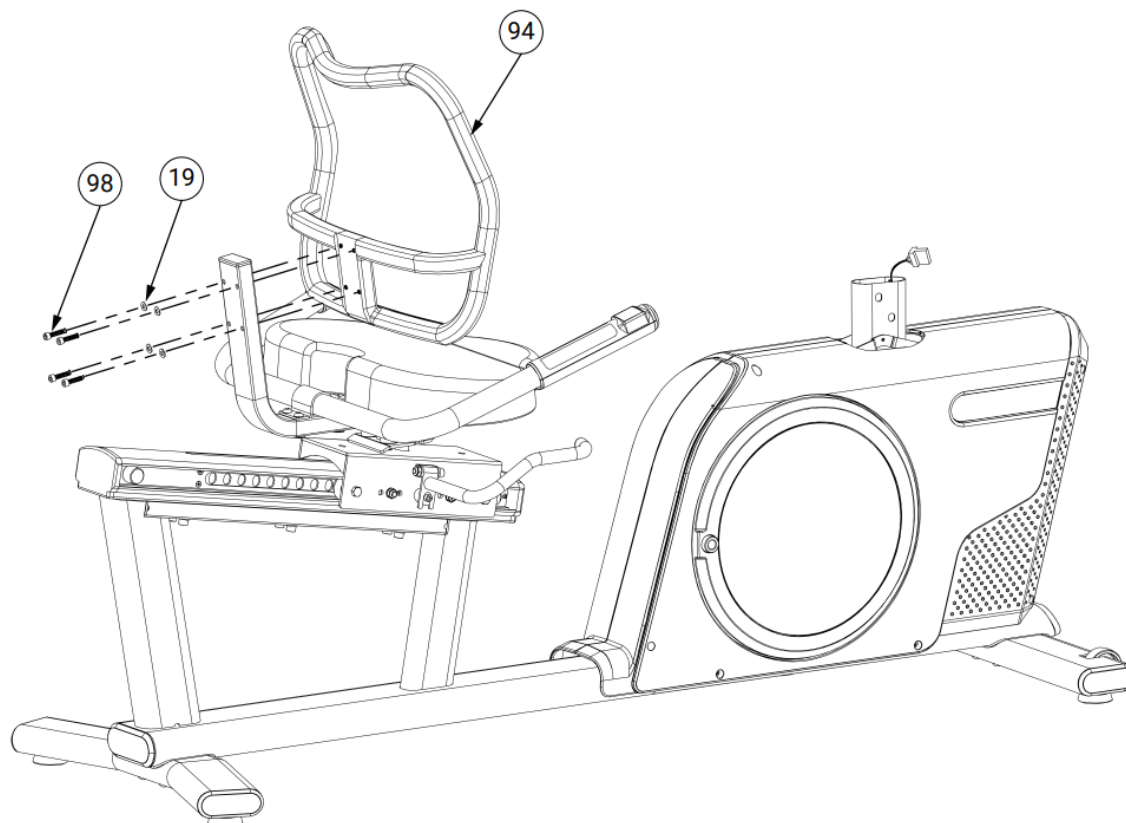
93	Sedadlo	1x
68	Pružná podložka M8	4x
48	Imbusový šroub M8x15	4x



Krok 5

Upevněte opěrku zad (94) na rám (M) pomocí šroubů (98) a podložek (19).

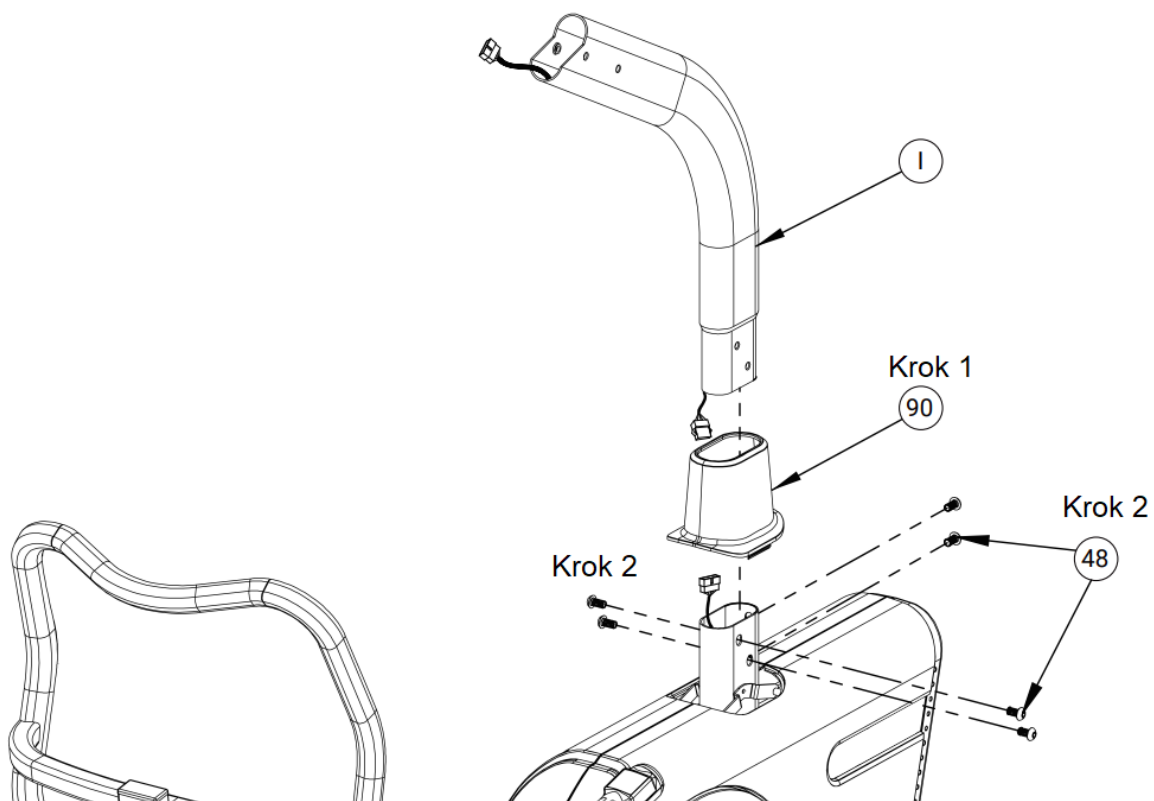
94	Opěrka zad	1x
19	Plochá podložka	4x
98	Imbusový šroub	4x



Krok 6

Před připevněním sloupku (I) nasuňte kryt (90) na hlavní rám a spojte kabely vedoucí z hlavního rámu a sloupku. Poté upevněte sloupek (I) pomocí šroubů (48).

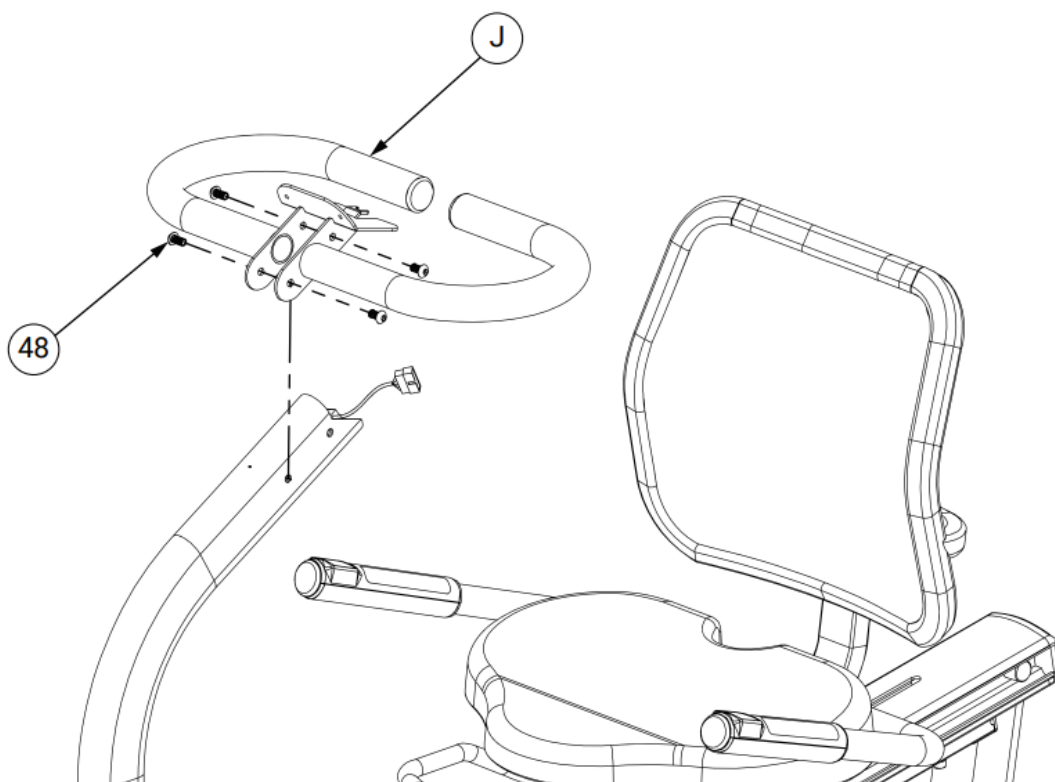
I	Sloupek konzole	1x
90	Kryt	4x
48	Imbusový šroub M8*15	4x



Krok 7

Upevněte madla (J) pomocí šroubů (48).

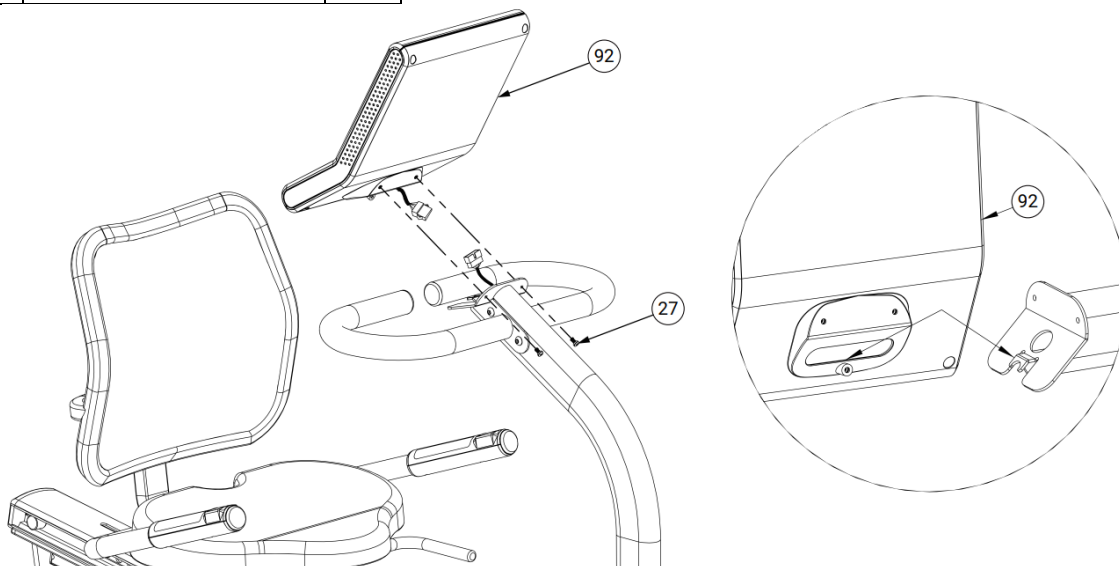
J	Madla	1x
48	Imbusový šroub M8*15	4x



Krok 8

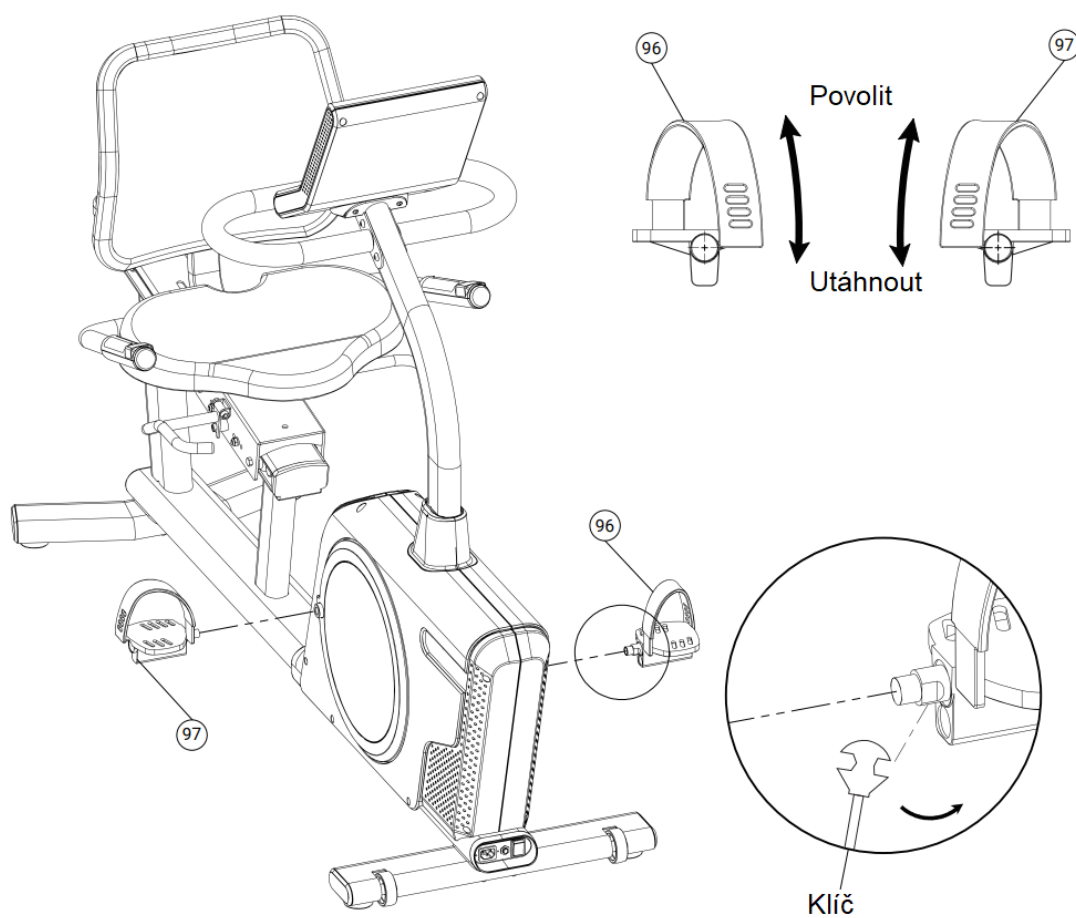
Spojte kabely vedoucí z konzole s kabely ze sloupku. Dávejte pozor abyste kabely neskrípaly mezi rámy. Konzoli zasuněte do výstupku na sloupku a poté připevněte pomocí šroubů (27).

92	Konzole	1x
27	Křížový šroub M5*10	2x



Krok 9

Připevněte pedály (96 a 97) pomocí klíče.



POUŽITÍ

POLOHA SEDLA

Pomocí červené páčky můžete upravit polohu sedla.



180° OTOČNÉ

Pomocí žluté páčky můžete upravit otočení sedla.



RYCHLÉ OVLÁDÁNÍ

Levé madlo



START / STOP

Stiskem tlačítka start spustíte program.

Stiskem tlačítka stop program pozastavíte. Program poté můžete spustit nebo úplně vypnout.



Pravé madlo



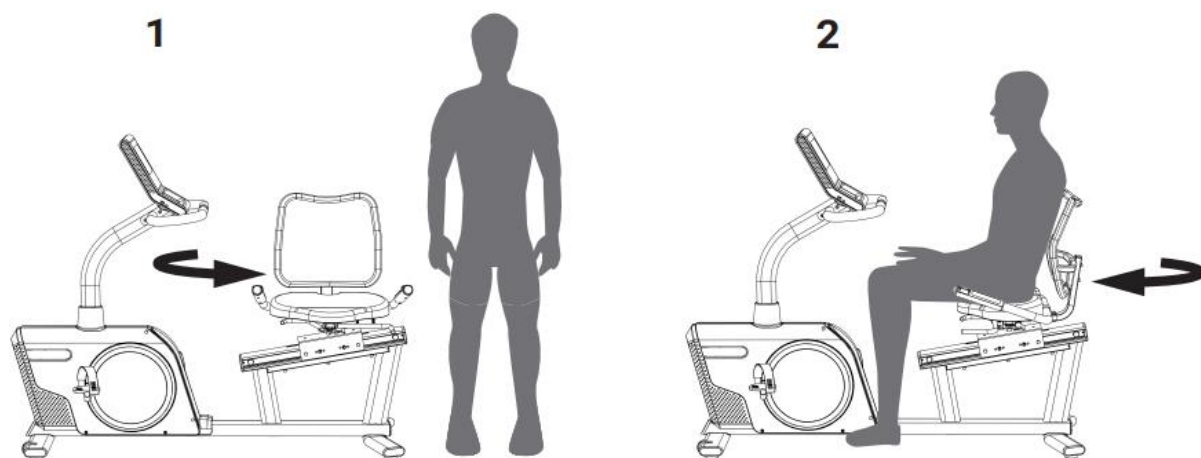
ZÁTĚŽ +/-

Pomocí tlačítek můžete nastavit zátěž cvičení.



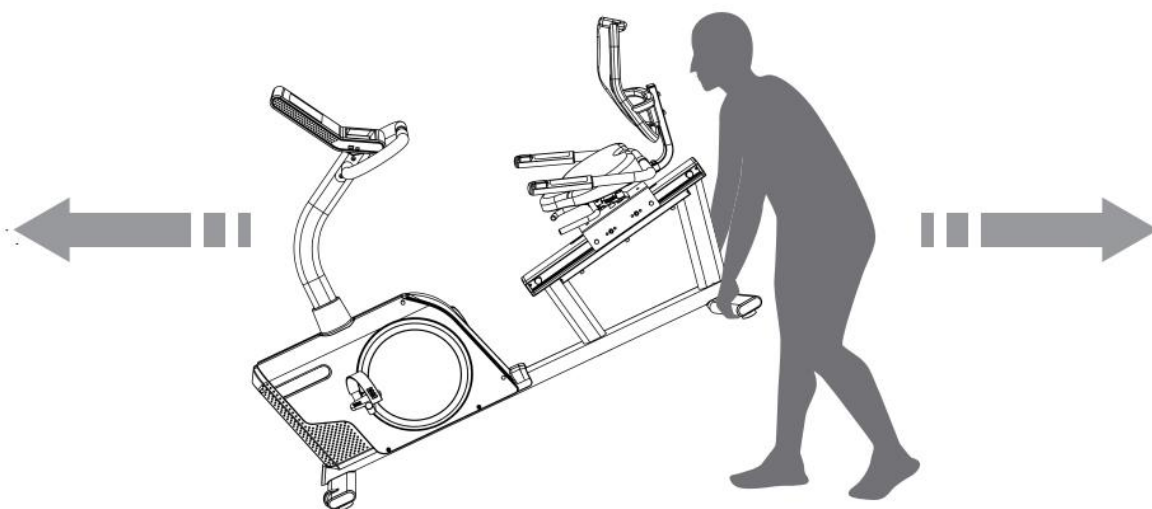
NASEDNUTÍ / VYSEDNUTÍ

Stiskněte žlutou páčku pro otočení sedla. Nasedněte na přístroj a otočte se směrem dopředu. Pro vysezení stiskněte žlutou páčku a otočte se směrem od konzole.



PŘESUN

Uchopte stroj za zadní nosník a přesuňte na transportní kolečka na přední straně.



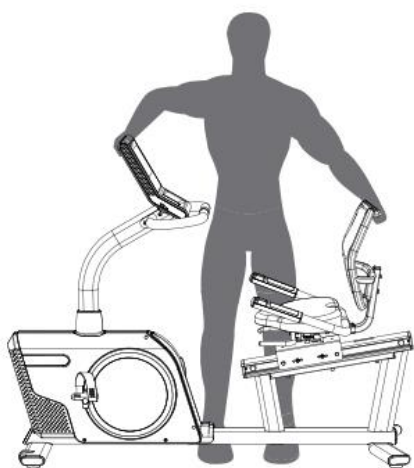


VAROVÁNÍ

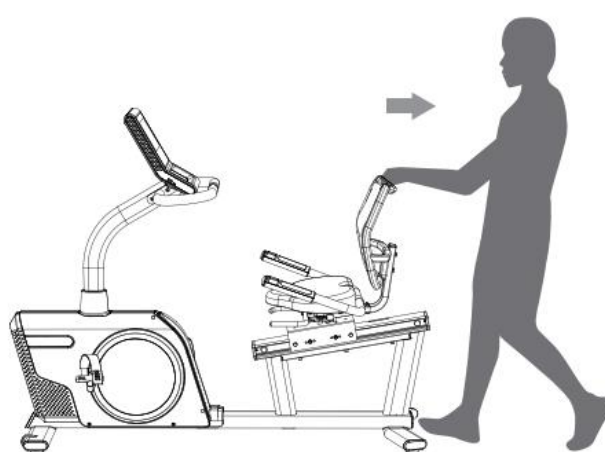
Přístroj nepřesouvejte podle obrázků níže.



NESPRÁVNĚ



NESPRÁVNĚ



KONZOLE

Bezdrátová nabíječka

Bezdrátová nabíječka s rozměrem 24*9,4 cm umožňuje nabíjet chytrá zařízení s úhlopříčkou displeje až 7,2 palců.

Ujistěte se, že je vaše chytré zařízení správně umístěno. Jakmile je nabíjení aktivní, zobrazí se symbol



Poznámka: pokud používáte kryty, nálepky nebo kroužky, obsahující kov, je třeba je před použitím nabíječky odstranit.



1. Tlačítka	5. 3D reproduktory
2. TFT LCD displej	6. USB – A port
3. Šetří energii	7. USB – C port
4. Bezdrátová nabíječka	



1. Zastaví nebo pozastaví program	2. Spustí program
3. Stiskem tlačítka spustíte konzoli, podržením tlačítka po dobu 3 vteřin vypnete konzoli	4. Zvýšení / snížení zátěže
5. Bezdrátové nabíjení	6. Zvýšení / snížení hlasitosti
7. HIIT program	8. Upravení údajů o uživateli



SPUŠTĚNÍ / POWER ON

Spuštěním konzole se zobrazí logo a poté přepne do pohotovostního režimu.

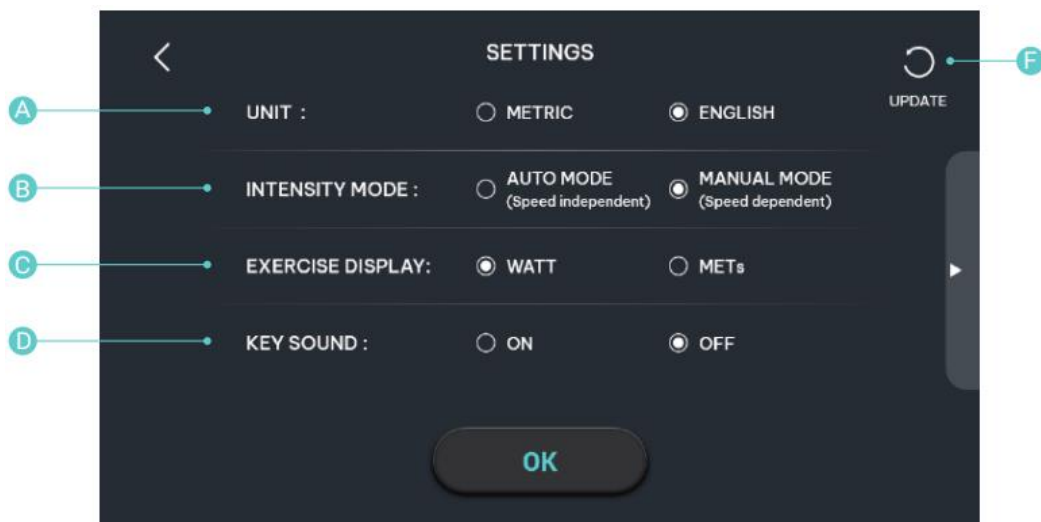
QUICK START: Vstupte do výběru programu a vyberte rychlý start

PROGRAMS: Pro výběr musíte vytvořit účet nebo zvolit již vytvořený účet

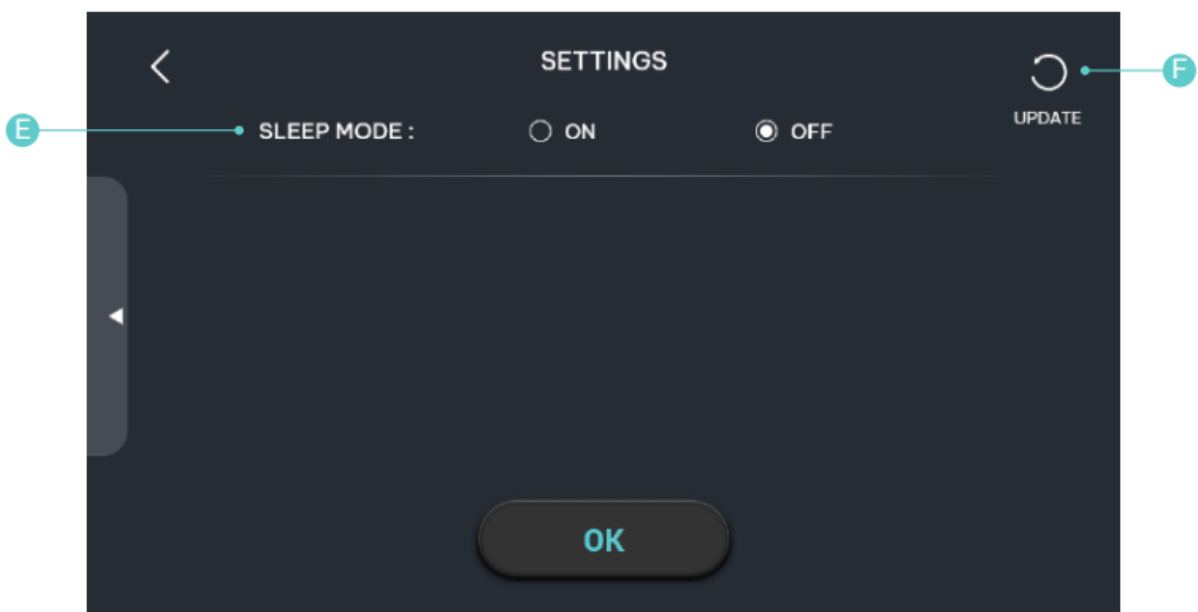
SLEEP MODE: Po 300 vteřinách neaktivity se konzole přepne do režimu spánku.



NASTAVENÍ / SETTINGS



- A. Jednotka: metrické / imperiální
- B. Nastavení zátěže
 Auto mode: dosažení přesného výkonu pomocí rozdílné zátěže a rychlosti šlapání
 Manual mode: dosažení rozdílného výkonu pomocí přesně dané zátěže a rychlosti šlapání
- C. Zobrazení výkonu: V manuálním režimu můžete vybrat WATT nebo MET jednotky
- D. Zvuky tlačítek
- F. Aktualizace pokud je zapojeno USB s aktualizací



- E. SLEEP MODE: povolení nebo zakázání režimu spánku
- F. Aktualizace pokud je zapojeno USB s aktualizací



JAZYK / LANGUAGE

Na výběr je několik jazyků.






BT REPRODUKTOR / BT SPEAKER



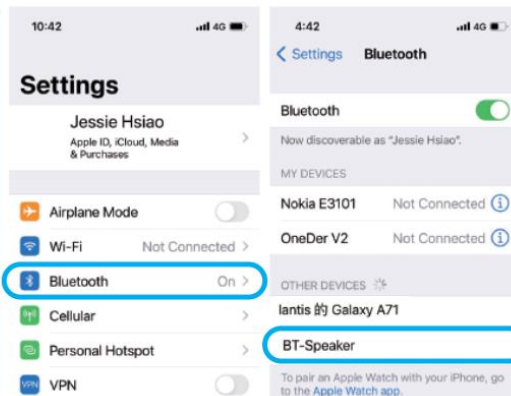
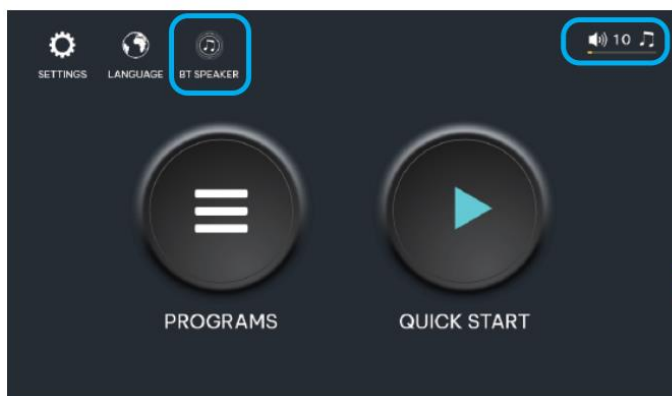
IOS PŘEHRÁVAČ / IOS MUSIC CONNECT

Krok 1

Vyberte  pro aktivaci funkce. Během párování bude blikat ikona  10 . Ikona zmizí pokud nebude spárování dokončeno během 30 vteřin.


Krok 2

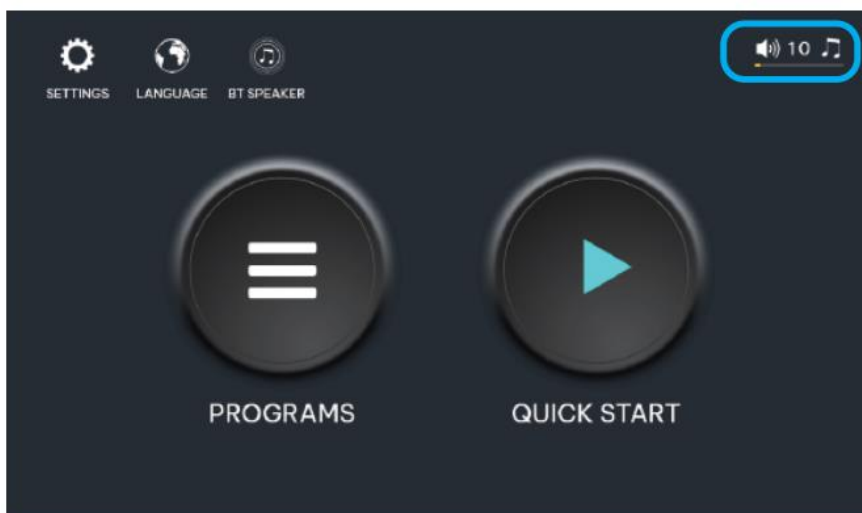
Zapněte Bluetooth na vašem zařízení a vyberte BT-Speaker.



Krok 3

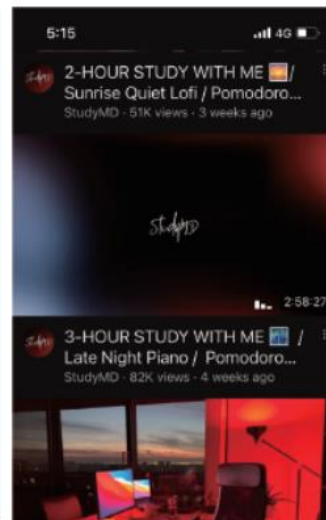


Pokud je ikona  zobrazena, je reproduktor propojený a můžete ovládat hlasitost.



Krok 4

Vyberte hudbu.




ANDRIOD

Krok 1

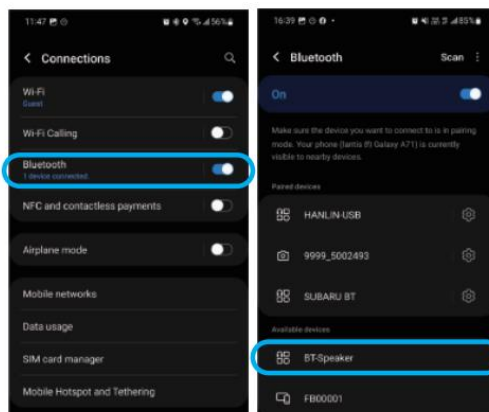
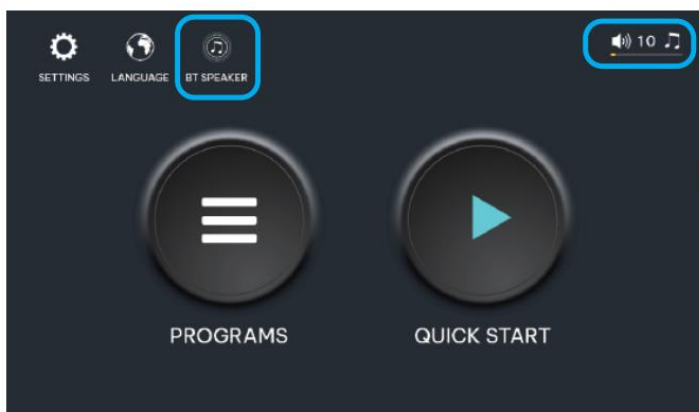
Vyberte  pro aktivaci funkce. Během párování bude




blikat ikona . Ikona zmizí pokud nebude spárování dokončeno během 30 vteřin.

Krok 2

Zapněte Bluetooth na vašem zařízení a vyberte BT-Speaker.

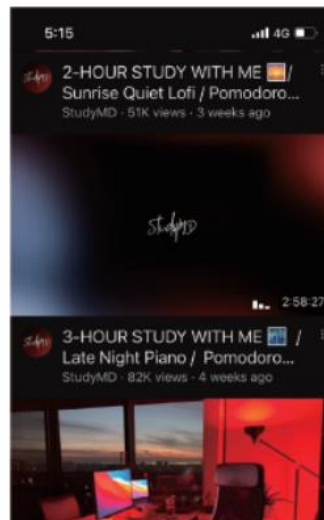
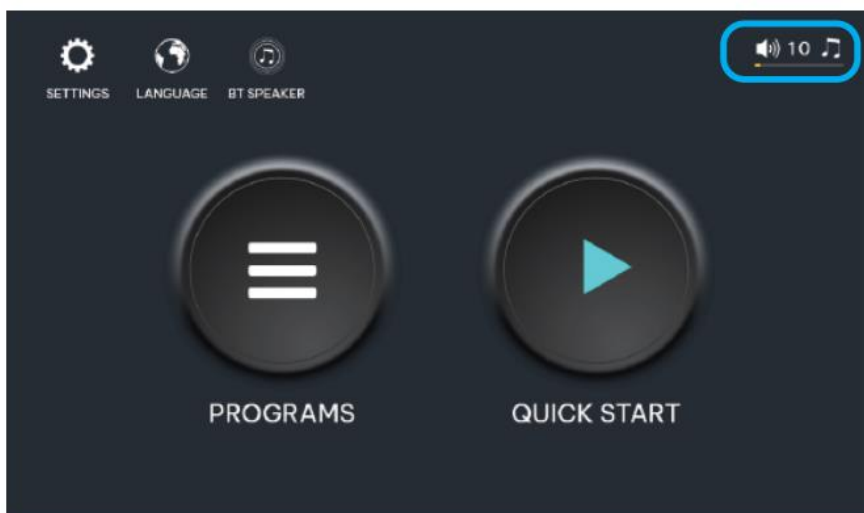



Krok 3

Pokud je ikona  zobrazena, je reproduktor propojený a můžete ovládat hlasitost.

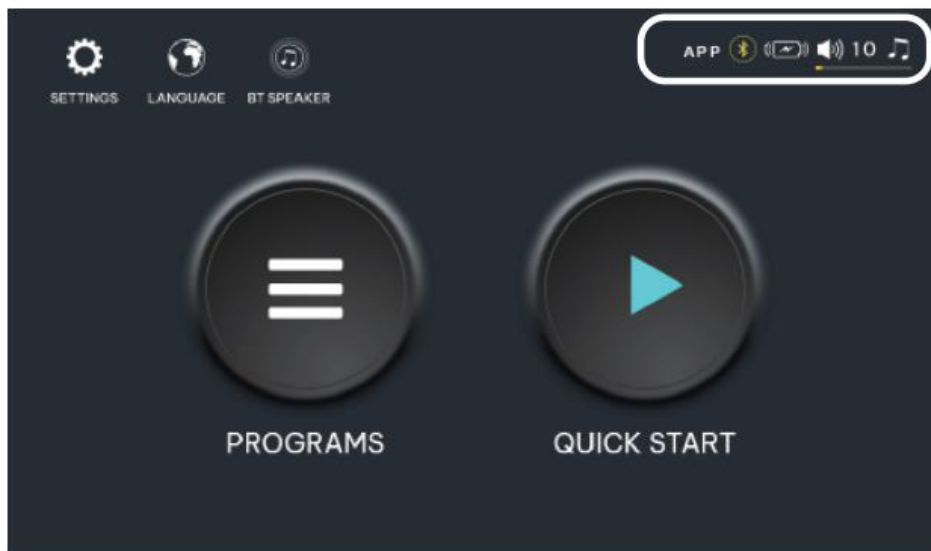
Krok 4


Vyberte hudbu.




Poznámka: Pokud chcete odpojit zařízení, stiskněte . Pokud chcete připojit další zařízení, je třeba odpojit předchozí zařízení.


POPIS IKON



APP  Připojení konzole pomocí aplikací s FTMS protokolu.

 Propojení s Bluetooth hrudním pásem.

 Připojení s bezdrátovou nabíječkou.

 Připojení telefonu a reproduktorů



RYCHLÝ START / QUICK START



PULSE: Pokud máte nasazený hrudní pás nebo držíte senzory tepové frekvence na madlech, zobrazí se tepová frekvence

BLUETOOTH: Pokud je pás propojený s aplikací třetí strany, zobrazí se ikona

CALORIES: Počet spálených kalorií během cvičení

TIME: Čas tréninku

RPM/SPEED: Otáčky za minutu nebo rychlost

DISTANCE: Vzdálenost během cvičení

KJ: Energie momentálním pohybem

WATT: Výkon cvičení

INTENSITY: Zátěž cvičení

WIRELESS CHARGER: Během bezdrátového nabíjení se zobrazí ikona.

VOLUME: Hlasitost reproduktoru



VYTVOŘENÍ ÚČTU / ACCOUNT CREATION

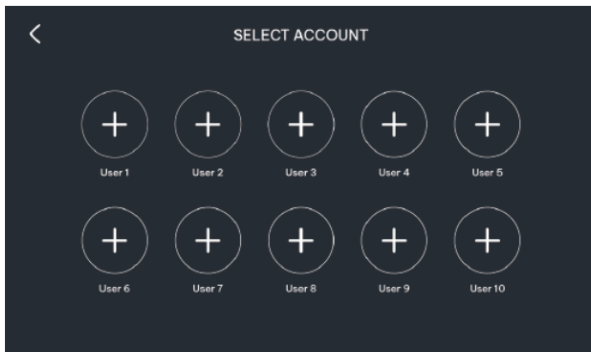
Vytvořte uživatele. Je nutné zadat jméno, výšku, hmotnost a pohlaví.

Jméno (name) – max. 10 znaků

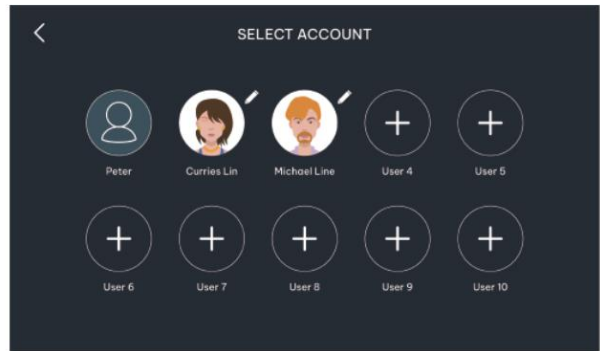
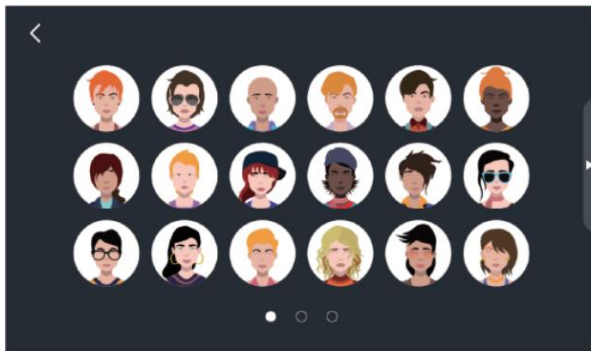
Věk (age) – rozsah: 10 – 90, původní hodnota: 35

Výška (height)– rozsah: 100 – 250, původní hodnota: 160

Hmotnost (weight) – rozsah: 20 – 200, původní hodnota 70

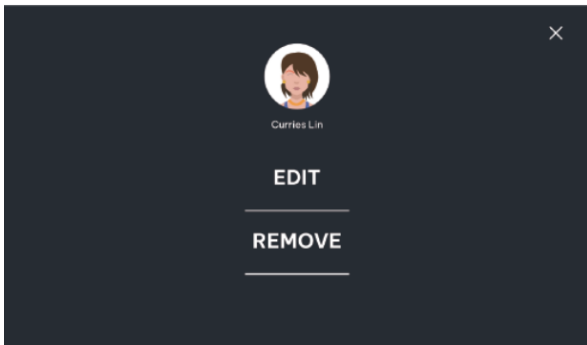


Stiskem + můžete vybrat jednoho z 54 avatarů. Pokud si žádného nevyberete, bude vám přiřazen náhodně.



Po nastavení všech údajů, stiskněte klávesu .

Po vytvoření profilu, lze vybrat profil uživatele.



Stiskem na tužku můžete profil:

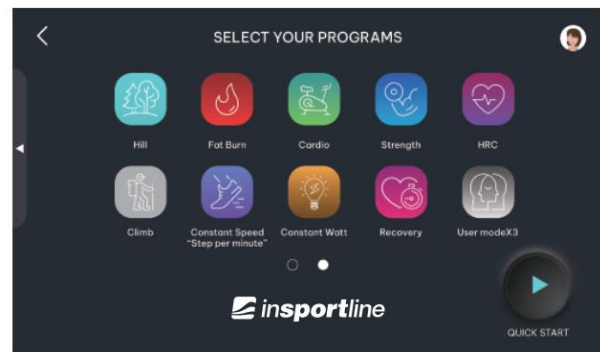
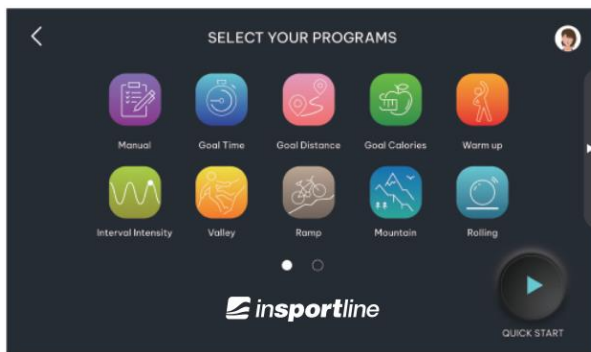
EDIT – upravit hodnoty dat

REMOVE – smazat profil



PROGRAMY / PROGRAMS

Na výběr je 25 rozdílných programů.





MANUALNÍ



ODPOČET ČASU



ODPOČET VZDÁLENOSTI



ODPOČET KALORIÍ



ROZCVIČKA / WARM UP



INTERVAL INTENZITY



ÚDOLÍ



SVAH



HORA



KONSTANTNÍ



KOPCE



SPALOVÁNÍ TUKU



KARDIO



POSILOVÁNÍ



HRC



VÝSTUP



PROGRAM OBNOVY



UŽIVATELSKÝ PROGRAM



KONSTATNÍ RYCHLOST



KONSTATNÍ VÝKON

RYCHLÝ START

Program bude přičítat všechny hodnoty. Při spuštění programu se zobrazí 3 vteřinový odpočet.

Po dokončení cvičení se zobrazí všechny naměřené hodnoty (WORKOUT SUMMARY)



WORKOUT SUMMARY	
DURATION	01:03
DISTANCE	10.5 KM
CALORIES	123 KCAL
AVG. PULSE	120 BPM
MAX. PULSE	131 BPM
AVG. SPEED	10.0 KM/H
AVG. WATT	87 WATT
TOTAL. KJ	68 KJ

SKIP SAVE



MANUALNÍ / MANUAL

Rychlé spuštění programu cvičení.

PROGRAMY ODPOČTU



Odpočet času



Odpočet vzdálenosti




Odpočet kalorií

Můžete nastavit pouze jednu z hodnot ve stejnou dobu.

Krok 1: vyberte GOAL

Krok 2: Nastavte požadovanou hodnotu pomocí numerické klávesnice.

Krok 3: Potvrďte pomocí tlačítka .



SET YOUR WORKOUT VALUE

WORKOUT DURATION: 30 min

1	2	3	←
4	5	6	
7	8	9	✓
↶	0		



SET YOUR WORKOUT VALUE

TARGET DISTANCE: 30 km

1	2	3	←
4	5	6	
7	8	9	✓
↶	0		



SET YOUR WORKOUT VALUE

TARGET CALORIES: 30 kcal

1	2	3	←
4	5	6	
7	8	9	✓
↶	0		

Na konci programu se zobrazí souhrn cvičení.



ROZCVIČKA / WARM UP

3 min rozcvička před tréninkem.



Interval intenzity



Hora



Konstantní



Kopce



Svah



Spalování tuku



Posilování



Kardio



Údolí



Výstup

Na výběr je 10 přednastavených programů s rozdílnou intenzitou zátěže.

Krok 1: Vyberte program.

Krok 2: Nastavte dobu tréninku.

Krok 3: Potvrďte program.

Krok 4: Po dokončení programu se zobrazí souhrn cvičení.





KONSTANTNÍ RYCHLOST / CONSTANT SPEED

Program automaticky upravuje zátěž aby dosáhl nastavené hodnoty rychlosti.

Krok 1: Zvolte program

Krok 2: Nastavte cílovou hodnotu rychlosti.

Krok 3: Potvrďte.

Krok 4: Po dokončení cvičení se zobrazí souhrn cvičení.

SET YOUR WORKOUT VALUE

WORKOUT DURATION : 30 MIN

TARGET SPEED : 30 RPM

1	2	3	←
4	5	6	
7	8	9	✓
↶	0		

CONSTANT SPEED

DURATION 01:03

DISTANCE 10.5 KM

CALORIES 123 KCAL

AVG. PULSE 120 BPM

MAX. PULSE 131 BPM

AVG. SPEED 10.0 KM/H

AVG. WATT 87 WATT

TOTAL. KJ 68 KJ

SKIP SAVE



KONSTANTNÍ VÝKON / CONSTANT WATT

Program automaticky upravuje zátěž aby dosáhl nastavené hodnoty výkonu.

Krok 1: Zvolte program

Krok 2: Nastavte cílovou hodnotu výkonu.

Krok 3: Potvrďte.

Krok 4: Po dokončení cvičení se zobrazí souhrn cvičení.

SET YOUR WORKOUT VALUE

WORKOUT DURATION : 30 MIN

TARGET WATT : 30 W

1	2	3	←
4	5	6	
7	8	9	✓
↶	0		

CONSTANT WATT

DURATION 01:03

DISTANCE 10.5 KM

CALORIES 123 KCAL

AVG. PULSE 120 BPM

MAX. PULSE 131 BPM

AVG. SPEED 10.0 KM/H

AVG. WATT 87 WATT

TOTAL. KJ 68 KJ

SKIP SAVE



HRC

Můžete vybrat jeden ze tří programů 60% / 80% / Target HR (vlastní). Program vždy upraví zátěž tak, aby byla v nastavené cílové hodnotě.

Cílová tepová frekvence je vždy vypočítána podle rovnice: $(220 - \text{věk}) * (0, \% \text{ nastavené hodnoty})$.

Uživatel musí mít nasazený hrudní pás nebo nepřetržitě držet senzory tepové frekvence na madlech.

Krok 1: Zvolte program.

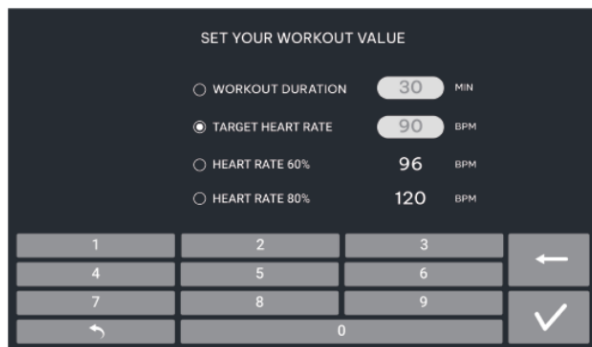
Krok 2: Zvolte délku programu.

Krok 3: Nastavte 60% / 80 % nebo vlastní cílovou tepovou frekvenci.

Krok 4: Potvrďte.

Krok 5: Pokud je připojen hrudní pás, zobrazí se ikona pulsu a Bluetooth.

Krok 6: Po dokončení cvičení se zobrazí souhrn cvičení.

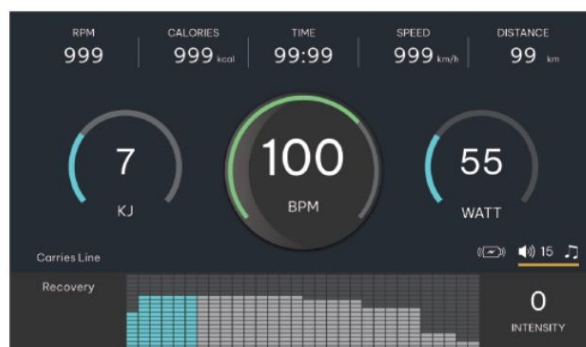
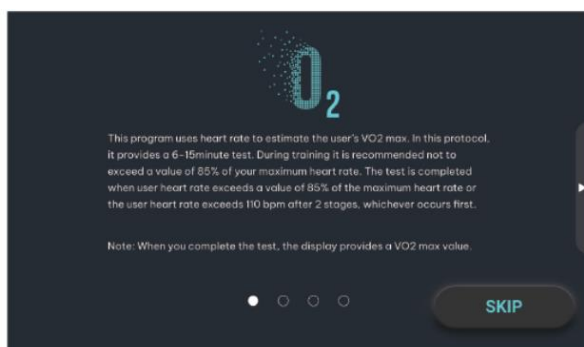


PROGRAM OBNOVY / RECOVERY

Test vyžaduje stálé měření tepové frekvence, doporučujeme mít nasazený hrudní pás.

Krok 1: Vyberte Recovery program.

Krok 2: Před prvním použitím si doporučujeme přečíst instrukce na obrazovce, nebo můžete instrukce přeskočit stiskem SKIP.



Fáze 1: Pokud tepová frekvence přesáhne HR85% své hodnoty po 3 minutách, bude test ukončen a označen jako úspěšný test.

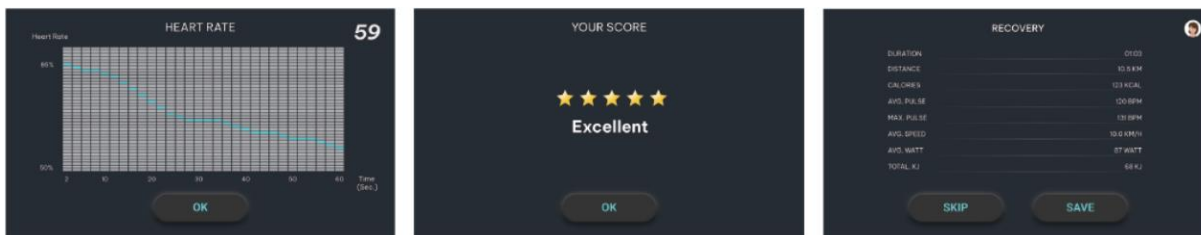
Fáze 2: Jakmile tepová frekvence přesáhne hodnotu v rozmezí 110 ~ HR85%, program se prodlouží na 4 minuty.

DOKONČENÝ TEST: Test je dokončený pokud se dosáhne hodnoty HR85% nebo hodnoty v rozmezí 110~ HR85%, program se přepne do režimu odpočinku po dobu 3 minut.

Krok 3: Po dokončení celého programu se zobrazí tepová frekvence a bude monitorována změna po dobu 60 vteřin.

Krok 4: Poté se zobrazí výsledek od 1 (nejhorší) do 5 (nejlepší) hvězdiček.

Krok 5: Zobrazí se souhrn cvičení.



UŽIVATELSKÝ PROGRAM / USER MODE X3

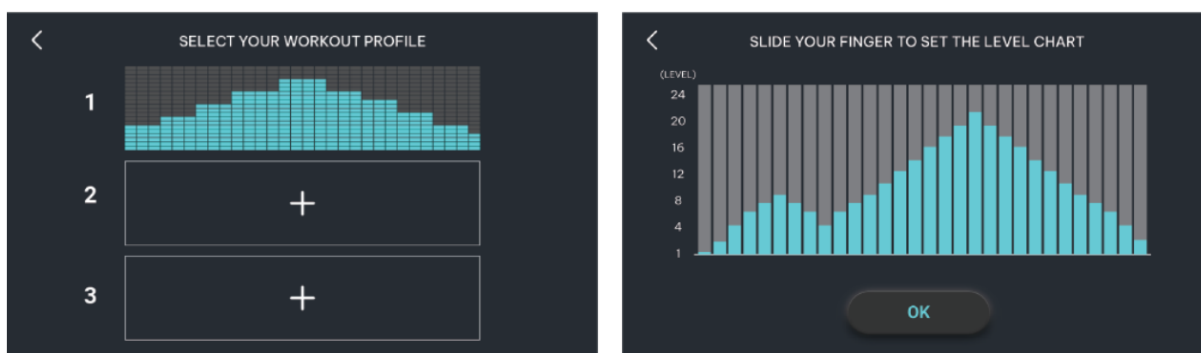
Nastavte si vlastní program cvičení (až 3 programy), který je rozdělen do 30 segmentů.

Krok 1: Vyberte USER MODE X3.

Krok 2: Vyberte si jeden ze tří uživatelských programů.

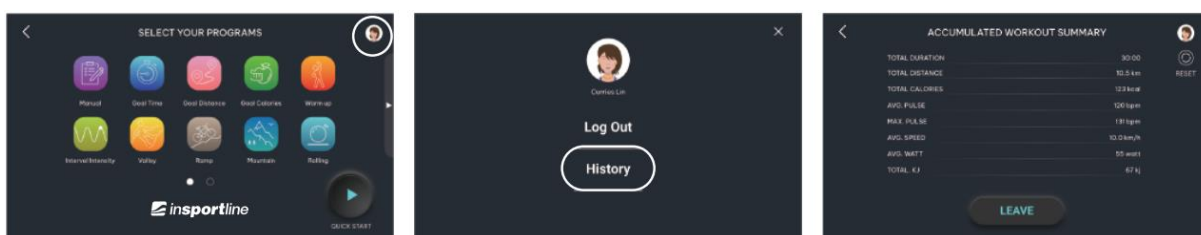
Krok 3: Zleva do prava nastavte intenzitu všech segmentů.

Krok 4: Stiskněte OK pro uložení a spuštění programu.



CELKOVÝ SOUHRN CVIČENÍ / ACCUMULATED WORKOUT SUMMARY

Stiskem profilového obrázku, se zobrazí rozhraní s odhlášením (log out) a souhrnem cvičení (history).



Log out: odhlášení účtu

History: zobrazení souhrnu cvičení

Reset: vynulování všech údajů



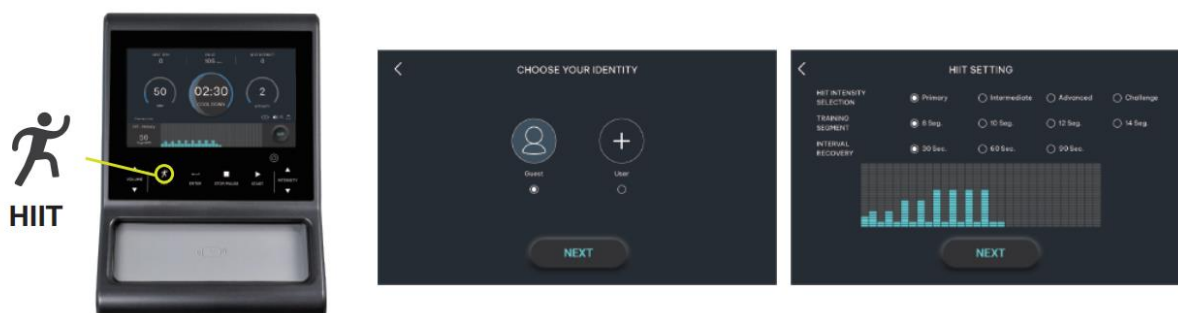
HIIT

HIIT program obsahuje 4 obtížnosti: primary (základní), intermediate (středně pokročilí), advanced (pokročilí) a challenge (výzva). Každá obtížnost může být rozdělena na 8, 10, 12 a 14 segmentů, můžete nastavit 30, 60 a 90 vteřin odpočinku mezi každým přechodem intenzity.

Krok 1: Vyberte program HIIT.

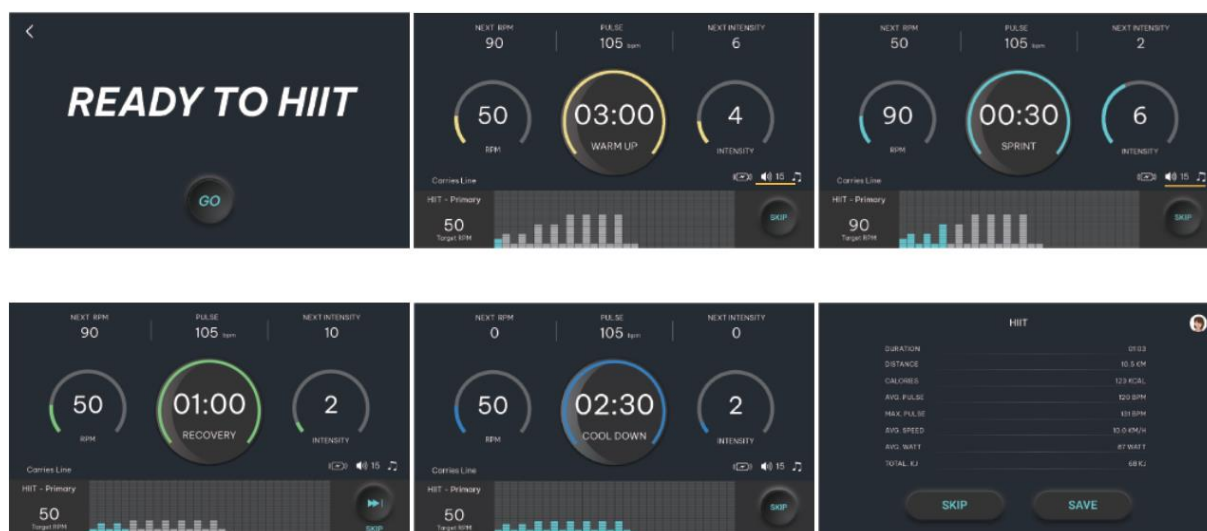
Krok 2: Vyberte uživatele nebo cvičte jako host (guest).

Krok 3: Zvolte hodnoty programu.



Krok 4: Stiskněte Next pro spuštění programu. HIIT program je rozdělen na segmenty podle barev: rozcvička (žlutá), sprint (modro-zelená), obnova (zelená), uklidnění (modrá). Stiskem SKIP se přesunete na další obrazovku.

Krok 5: Po dokončení cvičení se zobrazí souhrn cvičení.



VÝHODY RECUMBENTU

Recumbent jsou výbornou volbou v případě potřeby stabilizace bederní části zad, protože sedíte opřený, zatímco při cvičení na klasickém rotopedu jste shrbení nad řídítky. Recumbent tedy podporuje lepší držení těla.

Recumbent je také příznivější k Vaším kloubům. Spodní část zad je totiž položena ve velkém, stabilním sedle, a Vaše kolena a kotníky jsou chráněny před možným poraněním.

Skutečnost, že sedlo je větší, bývá často největším rozdílem oproti klasickým rotopedům. Právě pohodlí při sezení je rozdíl, který pocítí každý, kdo vyzkouší tento druh rotopedu.

Recumbent je dobrou volbou i pro většinu lidí s neurologickými poruchami. Pokud Vaše záda nebo klouby trpí revmatoidní artritidou, může recumbent být nejlepším řešením pro Vás z důvodu rozložení hmotnosti těla.

ROZCVIČKA

Řádné cvičení se zahajuje zahřívací fází a ukončuje oddechovými cviky. Zahřívací fáze by měla připravit tělo pro následnou zátěž. Oddechové cviky by pak měly zamezit svalovému poranění a křečím. Provádějte zahřívací a oddechové cviky dle tabulky níže.



Doteky prstů na noze

Překloňte se v bocích. Mějte uvolněná záda a paže a předkloňte se vpřed k prstům na noze. Vytvrvejte v pozici 15 vteřin. Mírně pokrčte kolena.



Horní partie stehen

Jednou rukou se opřete o zeď. Jednu ruku dejte dolů za sebe a uchopte chodidlo. Přitáhněte ho k hýždím, nakolik to jde. Vydržet 30 vteřin a opakujte u druhé nohy.



Podkolenní partie

Posadte se a napněte pravou nohu. Chodidlo levé nohy přimkněte k pravému vnitřnímu stehnu. Pravou paži napněte ke špičce natažené nohy. Vydržte 15 vteřin a povolte. Opakujte totéž u levé nohy.



Vnitřní strany stehen

Posadte se na podlahu se špičkami nohou u sebe. Kolena směřují ven. Přitáhněte chodidla ke tříslům. Kolena tlačte dolů. Vydržte 30-40 vteřin, pokud možno.



Lýtka a Achillova šlacha

Opřete se o zeď s jednou nohou dozadu a s pažemi směrem vpřed. Pravou nohu napněte a levou nohu ponechte na zemi. Levou nohu přikrčte a tlačte vpřed tak, že kyčle tlačíte směrem ke zdi. Vydržet 30-40 vteřin. Nohy mějte napnuté a opakujte s druhou nohou.

ÚDRŽBA

- Čistěte pomocí měkkého hadříku a neagresivním čističem.
- Nepoužívejte agresivní čisticí prostředky.
- Elektrické části pouze otřete hadříkem. Zabraňte stykem s vodou.

SKLADOVÁNÍ

Uchovávejte recumbent v čistém a suchém prostředí. Ujistěte se, že hlavní vypínač je vypnutý a že stroj není zapojen do elektřiny.

DŮLEŽITÁ UPOZORNĚNÍ

- Tento přístroj odpovídá standardním bezpečnostním předpisům a je vhodný pro komerční využití. Jakékoliv jiné používání je zakázáno a může být pro uživatele nebezpečné. Za jakoukoli újmu způsobenou nesprávným a zakázaným zacházením se strojem nejsme zodpovědní.

- Předtím, než začnete s tréninkem na trenažeru, poradte se se svým lékařem. Lékař by měl posoudit, zda jste fyzicky způsobilí stroj používat a jakou námahu jste schopný podstoupit. Nesprávné cvičení nebo přepínání organismu může uškodit Vašemu zdraví.
- Pečlivě si přečtěte následující rady a pokyny ke cvičení. Pokud pocítíte během cvičení bolest, nevolnost, špatně se Vám dýchá nebo máte nějaké jiné zdravotní potíže, ihned cvičení ukončete. Pokud bolest přetrvává, okamžitě navštivte lékaře.
- Tento trenažer není vhodný jako lékařská pomůcka. Také jej nelze využít k léčebným účelům.
- Snímač tepové frekvence není lékařským přístrojem. Podává pouze orientační informace o Vaší průměrné tepové frekvenci a jakákoliv navrhovaná tepová frekvence není medicínsky závazná. Snímané data nemusí být s ohledem na nekontrolovatelné lidské a okolní faktory vždy přesné.

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. 89/2012 Sb., občanský zákoník a zákona č. 634/1992 Sb., 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 Strakonická 1151/2c, Praha 150 00, IČ: 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.

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.

Baterie

Záruka 6 měsíců na životnost baterie – jmenovitá kapacita baterie neklesne pod 70% své celkové kapacity v průběhu 6 měsíců od prodeje produktu.

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 reklamace 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 reklamace dle tohoto odstavce náleží prodávajícímu.

Prodávající 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 vyříditi reklamaci v uvedené lhůtě, dohodne s kupujícím náhradní řešení. Pokud k takové dohodě nedojde, je prodávající povinen poskytnout kupujícímu finanční náhradu formou dobropisu.

CZ

Reklamační řád

SEVEN SPORT s.r.o.

Sídlo: Strakonická 1151/2c, Praha 5, 150 00, ČR
Centrála: Dělnická 957, Vítkov, 749 01
Reklamační a servis: Čermenská 486, Vítkov 749 01

IČO: 26847264
DIČ: CZ26847264

Tel: +420 556 300 970
Mail: eshop@insportline.cz
reklamace@insportline.cz
servis@insportline.cz

Web: www.inSPORTline.cz

**SK
inSPORTline s.r.o.**

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

IČO: 36311723
DIČ: SK2020177082

Tel.: +421(0)326 526 701
Mail: objednávky@insportline.sk
reklamacie@insportline.sk
servis@insportline.sk

Web: www.inSPORTline.sk

Datum prodeje:

Razítko a podpis prodejce:

**Vrácení a výměna zboží do 30 dnů**