



## UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ

**IN 2678 Magnetický běžecký pás inSPORTline Excel Run**



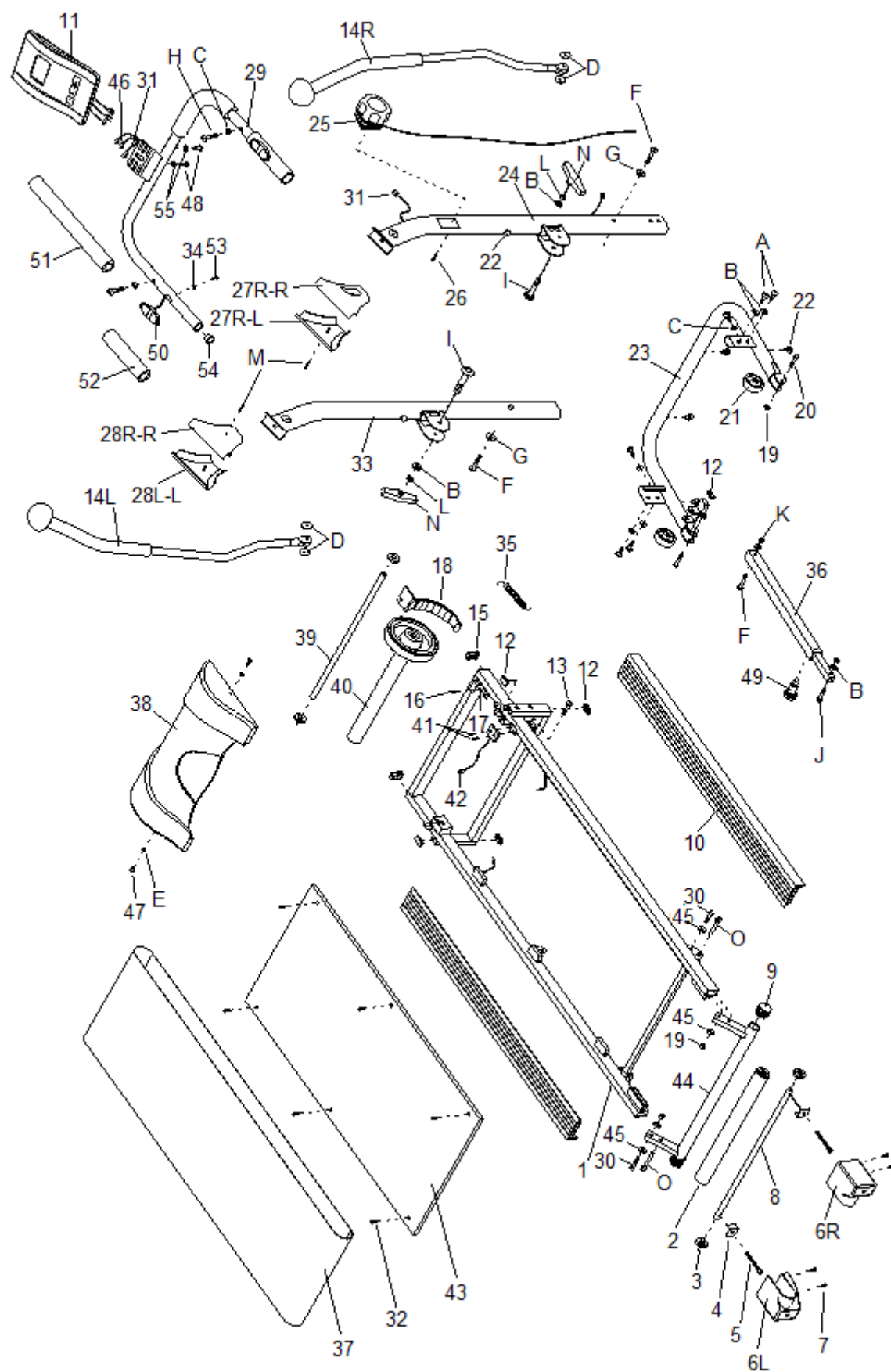
# OBSAH

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| BEZPEČNOSTNÍ POKYNY .....                    | 3  |
| ROZLOŽENÁ KRESBA .....                       | 4  |
| SEZNAM DÍLŮ .....                            | 5  |
| SPOJOVACÍ MATERIÁL .....                     | 7  |
| PŘEHLED .....                                | 8  |
| MONTÁŽ .....                                 | 9  |
| Krok 1 .....                                 | 9  |
| Krok 2 .....                                 | 10 |
| Krok 3 .....                                 | 11 |
| Krok 4 .....                                 | 12 |
| Krok 5 .....                                 | 13 |
| Krok 6 .....                                 | 14 |
| Krok 7 .....                                 | 14 |
| Krok 8 .....                                 | 15 |
| Krok 9 .....                                 | 16 |
| Krok 10 .....                                | 16 |
| SKLADOVÁNÍ .....                             | 18 |
| SEŘÍZENÍ PÁSU .....                          | 18 |
| NÁKLON BĚŽECKÉ PLOCHY .....                  | 19 |
| BĚH NA LYŽÍCH .....                          | 19 |
| SEŘÍZENÍ MAGNETICKÉHO BRZDNÉHO SYSTÉMU ..... | 20 |
| ÚDRŽBA .....                                 | 21 |
| OVLÁDACÍ PANEL .....                         | 21 |
| POKYNY KE CVIČENÍ .....                      | 22 |
| Zahřívací fáze .....                         | 22 |
| Zklidnění po cvičení .....                   | 23 |
| OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ .....            | 23 |
| ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE .....            | 23 |

## BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

- Během cvičení se pohybujte přirozeně. Nedívejte se dolů k nohám. Pouze jedna osoba smí zařízení používat v daný čas.
- Dodržujte veškeré montážní pokyny. Montáž smí provádět pouze dospělá osoba.
- Držte mimo dosah dětí a domácích zvířat. Nenechávejte děti bez dozoru ani v blízkosti zařízení. Přístroj je určen pouze dospělým osobám.
- Před zahájením cvičebního programu se poraďte se svým lékařem. Je to zvláště nutné, pokud máte zdravotní komplikace nebo pokud proděláváte léčbu nebo pokud trpíte vysokým tlakem.
- Pravidelně kontrolujte veškeré šrouby a matice. Musí správně držet. Pravidelně kontrolujte případné poškození nebo opotřebení celého zařízení. Poškozené nebo opotřebované zařízení nepoužívejte.
- Pravidelně kontrolujte poškození nebo opotřebení běžeckého pásu. Pokud se objeví ostré hrany, přestaňte pás používat.
- Běžecký pás umístěte pouze na rovný, suchý a čistý povrch. Zachovejte bezpečnostní odstup min. 0,6 m od ostatních objektů. Výrobek nepoužívejte ve vlhkém prostředí. Pás neumísťujte na hrubý koberec, který by mohl zablokovat ventilaci.
- Chraňte před vlhkostí a vodou.
- Instalujte tak, aby zařízení nepřekrývalo přístup k elektrické zásuvce.
- V místnosti nepoužívejte aerosolové spreje.
- Pokud je zařízení v provozu, neodstraňujte ochranný kryt. Pokud je to nutné kryt odstranit za účelem údržby, musí se zařízení nejprve vypojit z elektrického zdroje.
- Vždy si vezměte vhodné sportovní oblečení. Neberte si příliš volný oděv, který se snadno zachytí. Vždy si vezměte sportovní obuv s gumovou podrážkou.
- Necvičte 40 minut po konzumaci jídla.
- Nejprve zahřejte svaly vhodnými cviky, abyste zmírnili riziko vzniku křeče.
- Do zásuvek a zdířek nekládejte cizí objekty.
- Údržbu provádějte pravidelně a výhradně dle manuálu, abyste prodloužili životnost produktu.
- Neprovádějte neschválené úpravy zařízení.
- Cvičte rozumně a příliš se nepřepínejte. Pokud cvičíte poprvé, držte se pevně madel, dokud si na zařízení nezvyknete.
- V případě poškození nebo poruchy okamžitě ukončete cvičení.
- Žádná část přístroje nesmí bránit v používání.
- Výrobek nepoužívejte venku.
- Přístroj nevystavujte přímému slunečnímu svitu.
- Pás neumísťujte na místo s vysokou vlhkostí (poblíž bazénu, saun atd.)
- **Max. hmotnost uživatele:** 100 kg
- **Kategorie:** HC pro domácí použití dle EN 957

# ROZLOŽENÁ KRESBA

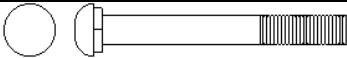
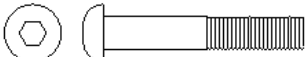
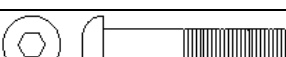
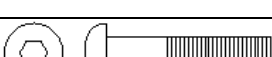
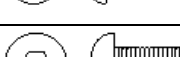


## SEZNAM DÍLŮ

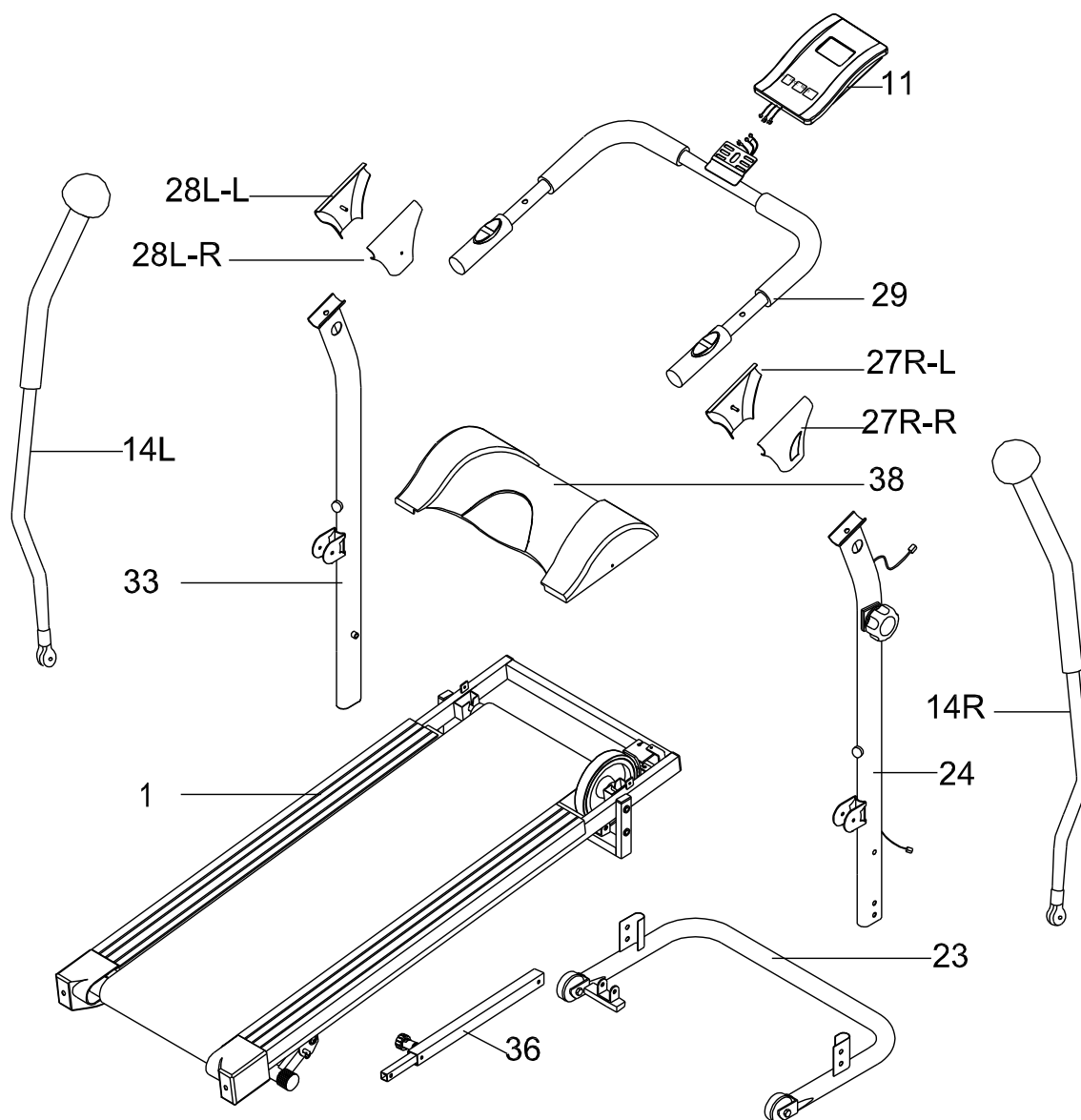
| OZN | NÁZEV A SPECIFIKACE DÍLU                 | POČET KUSŮ |
|-----|------------------------------------------|------------|
| A   | Šroub M8*15                              | 6          |
| B   | Podložka                                 | 8          |
| C   | Prohnutá podložka                        | 4          |
| D   | Plastová podložka                        | 4          |
| E   | Podložka ID6.2                           | 2          |
| F   | Šroub M8*50                              | 3          |
| G   | Velká podložka                           | 2          |
| H   | Šroub M8*45                              | 2          |
| I   | Šroub M8*70                              | 2          |
| J   | Šroub M8*40                              | 1          |
| K   | Matice M8                                | 2          |
| L   | Distanční podložka                       | 2          |
| M   | Šroub M4*15                              | 2          |
| N   | Ruční šroub M8                           | 2          |
| O   | Jistící kolík $\varnothing 8$            | 2          |
| P   | Maticový klíč, vel. 13                   | 1          |
| Q   | Imbusový klíč, vel. 5                    | 1          |
| 1   | Hlavní rám                               | 1          |
| 2   | Zadní válec                              | 1          |
| 3   | Plastová podložka                        | 4          |
| 4   | Koncová fixační podložka – ocelová       | 2          |
| 5   | Šroub M6*75                              | 2          |
| 6R  | Koncový kryt hlavního rámu – pravý       | 1          |
| 6L  | Koncový kryt hlavního rámu – levý        | 1          |
| 7   | Šroub M4                                 | 4          |
| 8   | Osa zadního válce                        | 1          |
| 9   | Koncová krytka zadního nosníku           | 2          |
| 10  | Nášlapná plocha                          | 2          |
| 11  | Ovládací panel                           | 1          |
| 12  | Plastová koncová krytka předního nosníku | 5          |
| 13  | Šroub M8*45                              | 1          |
| 14R | Pravé pohyblivé madlo                    | 1          |
| 14L | Levé pohyblivé madlo                     | 1          |
| 15  | Koncová krytka hlavního rámu             | 2          |
| 16  | Šroub M6*20                              | 1          |
| 17  | Matice M6                                | 1          |

|            |                                       |       |
|------------|---------------------------------------|-------|
| 18         | Magnetický brzdňý systém              | 1     |
| 19         | Matice M8                             | 4     |
| 20         | Šroub M8*40                           | 2     |
| 21         | Plastové kolečko                      | 2     |
| 22         | Gumová nožka                          | 6     |
| 23         | Přední nosník                         | 1     |
| 24         | Pravý sloupek                         | 1     |
| 25         | Regulátor zátěže                      | 1     |
| 26         | Šroub M5*20                           | 1     |
| 27R– R, L  | Krytka pevného madla – pravá          | 2     |
| 28L – R, L | Krytka pevného madla – levá           | 2     |
| 29         | Pevné madlo                           | 1     |
| 30         | Šroub M8*35                           | 2     |
| 31         | Kabel čidla – propojovací část        | 1     |
| 32         | Šroub M5*25L                          | 6     |
| 33         | Levý sloupek                          | 1     |
| 34         | Podložka                              | 2     |
| 35         | Pružina                               | 1     |
| 36         | Podpěra                               | 1     |
| 37         | Pás                                   | 1     |
| 38         | Přední plastový kryt                  | 1     |
| 39         | Osa předního válce                    | 1     |
| 40         | Přední válec                          | 1     |
| 41         | Šroub M3                              | 2     |
| 42         | Čidlo                                 | 1     |
| 43         | Běžecská deska                        | 1     |
| 44         | Zadní nosník pro nastavení sklonu     | 1     |
| 45         | Podložka                              | 4     |
| 46         | Kabely snímače tepové frekvence       | 1 pár |
| 47         | Šroub M6*10                           | 2     |
| 48         | Šroub M4*12                           | 2     |
| 49         | Jistící kolík                         | 1     |
| 50         | Snímač tepu                           | 2     |
| 51         | Pěnová rukojeť – delší                | 2     |
| 52         | Pěnová rukojeť – kratší               | 2     |
| 53         | Šroub pro upevnění snímače tepu M4*20 | 2     |
| 54         | Koncová krytka pevného madla          | 2     |
| 55         | Podložka M4                           | 2     |

## SPOJOVACÍ MATERIÁL

| OBR                                                                                 | OZN | SPECIFIKACE      | POČET KUSŮ |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----|------------------|------------|
|    | I   | M8*70            | 2          |
|    | F   | M8*50            | 3          |
|    | H   | M8*45            | 2          |
|    | J   | M8*40            | 1          |
|    | A   | M8*15            | 6          |
|    | M   | M4*15            | 2          |
|    | B   | OD16.8*ID8.2     | 8          |
|    | K   | M8               | 2          |
|   | C   | OD16.8*ID8.2     | 4          |
|  | G   | OD22*ID8.2       | 2          |
|  | E   | OD13*ID6.2       | 2          |
|  | D   | OD59*ID38        | 4          |
|  | L   | OD12.7*ID8.2*11L | 2          |
|  | N   | M8               | 2          |
|  | O   | ø8               | 1          |
|  | P   | 13 mm            | 1          |

## PŘEHLED DÍLŮ



| OZNAČENÍ | NÁZEV DÍLU                   | POČET KUSŮ | OZNAČENÍ | NÁZEV DÍLU                   | POČET KUSŮ |
|----------|------------------------------|------------|----------|------------------------------|------------|
| 1        | Hlavní rám                   | 1          | 29       | Pevné madlo                  | 1          |
| 11       | Ovládací panel               | 1          | 33       | Levý sloupek                 | 1          |
| 14L&14R  | Levé a pravé pohyblivé madlo | 2          | 36       | Podpěra                      | 1          |
| 23       | Přední nosník                | 1          | 38       | Plastový kryt                | 1          |
| 24       | Pravý sloupek                | 1          | 27R-R&L  | Krytka pevného madla – pravá | 2          |

## MONTÁŽ

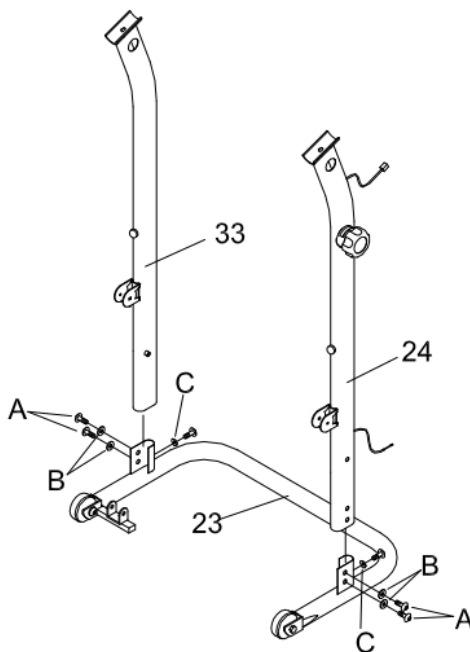
- Před sestavením si přečtěte celý manuál.
- Zkontrolujte všechny díly a spojovací materiál.
- Připravte si vhodné nářadí.
- Zajistěte dostatečný prostor.
- Postupujte dle pokynů v manuálu.
- Nepoužívejte hrubou sílu.
- Pravidelně kontrolujte stav a utažení částí.
- Manuál si uschovejte pro budoucí použití.

### Krok 1

Spojovací materiál

|                                                                                     |   |              |   |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------|---|
|    | A | M8x15        | 6 |
|    | C | OD16,8xID8,2 | 2 |
|  | B | OD16,6xID8,2 | 4 |
|  | Q | 5 mm         | 1 |

K přednímu nosníku (23) připojte levý (33) a pravý (24) sloupek a upevněte pomocí šroubu (A), podložky (B) a prohnuté podložky (C) na každé straně.

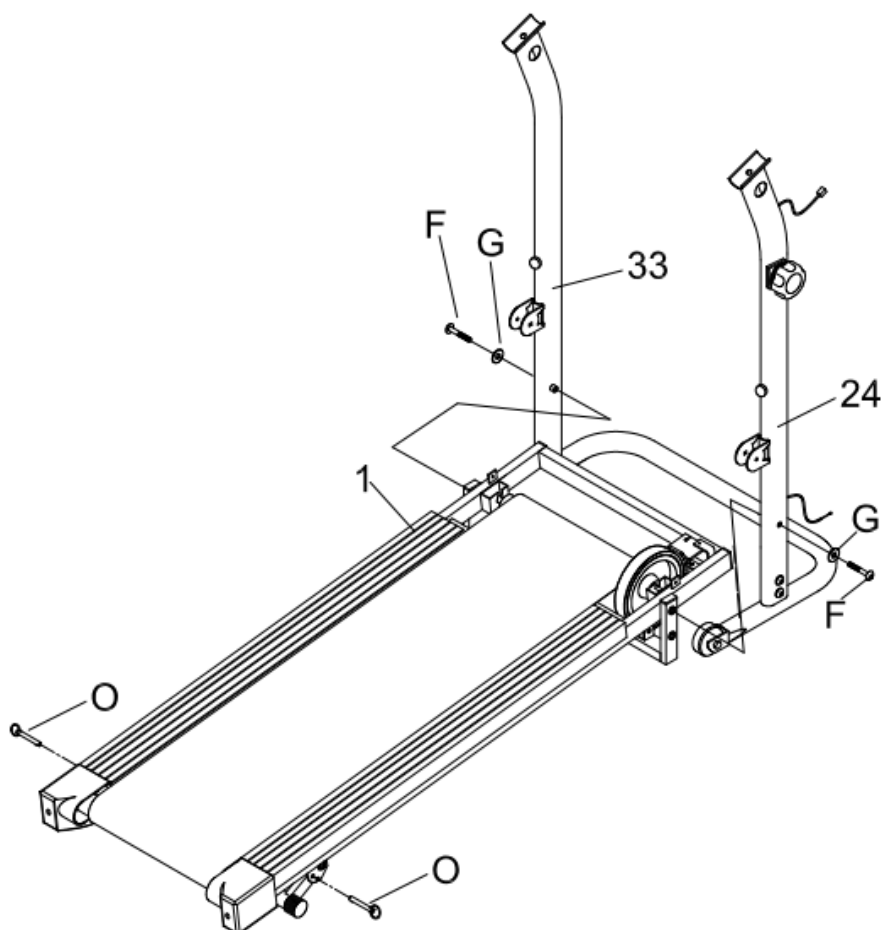


## Krok 2

### Spojovací materiál

|                                                                                   |   |            |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---|------------|---|
|  | F | M8x50      | 2 |
|  | G | OD22xID8,2 | 2 |
|  | O | Ø8         | 4 |
|  | Q | 5 mm       | 1 |

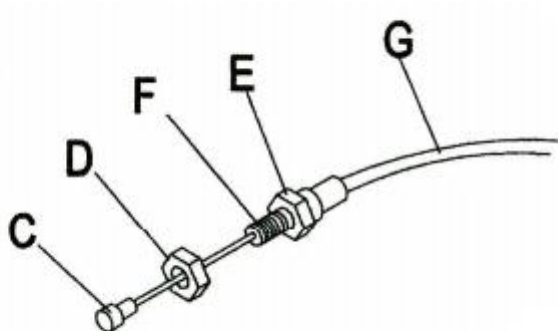
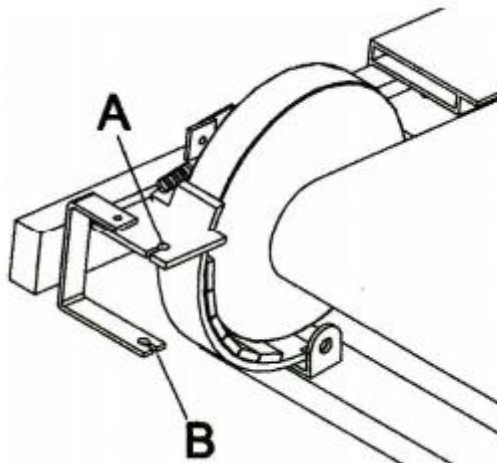
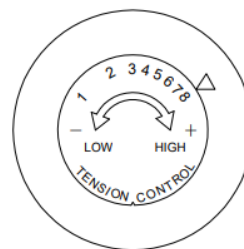
K levému (33) a pravému (24) sloupku připojte hlavní rám (1). Upevněte pomocí šroubu (F) a velké podložky (G). Připevněte jistící kolík (O).



### Krok 3

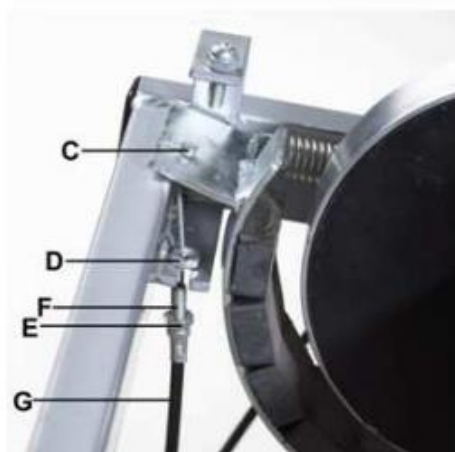
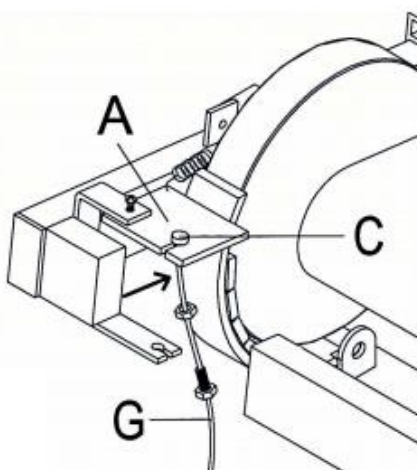
Upevnění regulátoru zátěže a napínacího lanka.

Před upevněním napínacího lanka nastavte regulátor zátěže na stupeň 8.

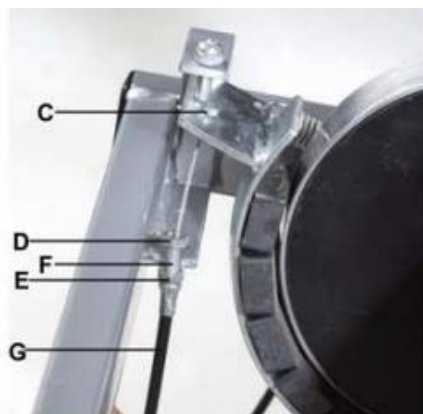
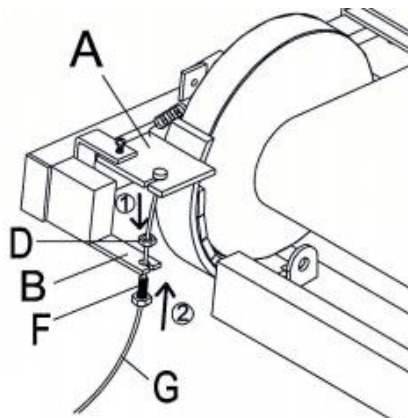


#### Ukotvení napínacího lanka

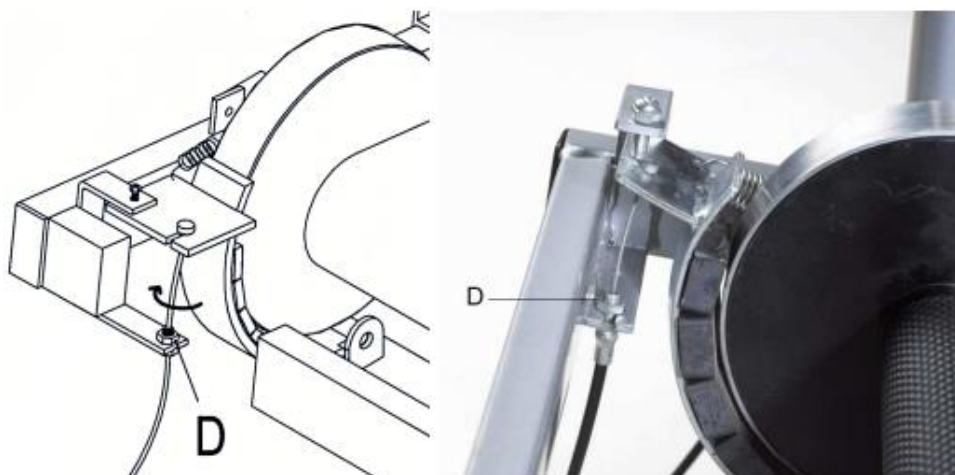
1. Prostrčte C otvorem v A. G ved'te pod hlavním rámem.



2. Tahejte G dolů, aby bylo A co nejbližší B. Zasuňte F do B.



3. Pro zajištění A a B zašroubujte D.

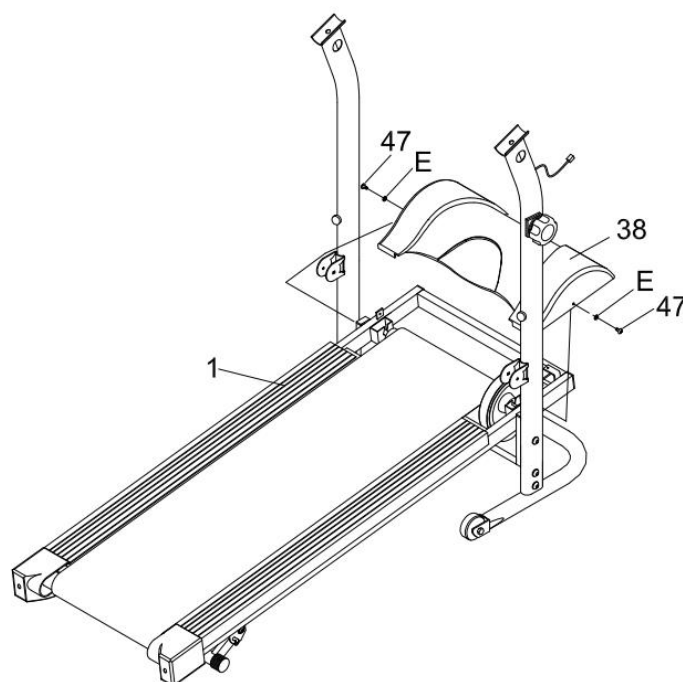


#### Krok 4

Spojovací materiál

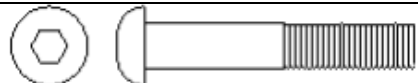
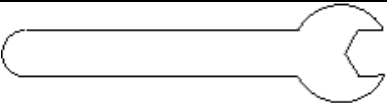
|                                                                                     |    |              |   |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----|--------------|---|
|    | 47 | OD16,8xID8,2 | 2 |
|   | E  | OD16,6xID8,2 | 4 |
|  | Q  | 5 mm         | 1 |

Přípevněte přední plastový kryt (38) k hlavnímu rámu (1) pomocí podložky (E) a šroubu (47).

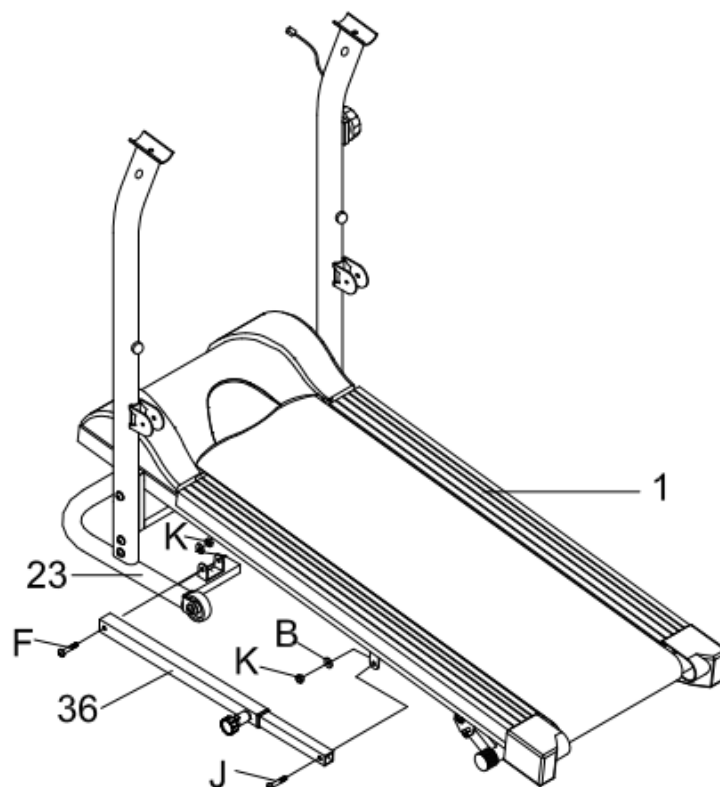


## Krok 5

### Spojovací materiál

|                                                                                   |   |              |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---|--------------|---|
|  | F | M8x50        | 1 |
|  | J | M8x40        | 1 |
|  | B | OD16,8xID8,2 | 2 |
|  | K | M8           | 2 |
|  | P | 13 mm        | 1 |
|  | Q | 5 mm         | 1 |

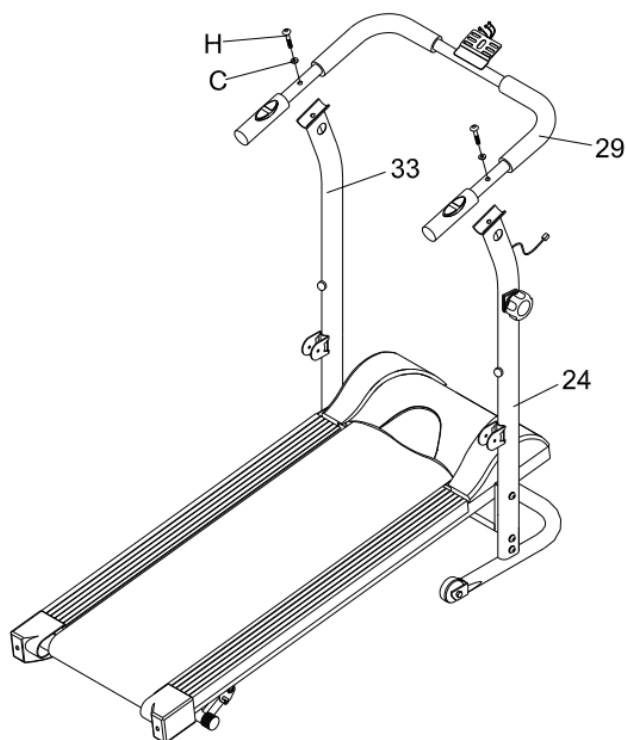
Podpěru (36) upevněte k přednímu nosníku (23) pomocí matice (K) a šroubu (F). Poté připevněte druhý konec podpěry (36) k hlavnímu rámu (1) pomocí matice (K), podložky (B) a šroubu (J). Postupujte dle obrázku.



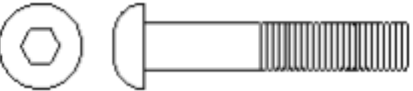
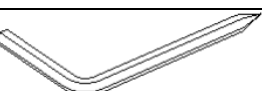
## Krok 6

|                                                                                   |   |              |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---|--------------|---|
|  | H | M8x45        | 2 |
|  | C | OD16,6xID8,2 | 2 |
|  | Q | 5 mm         | 1 |

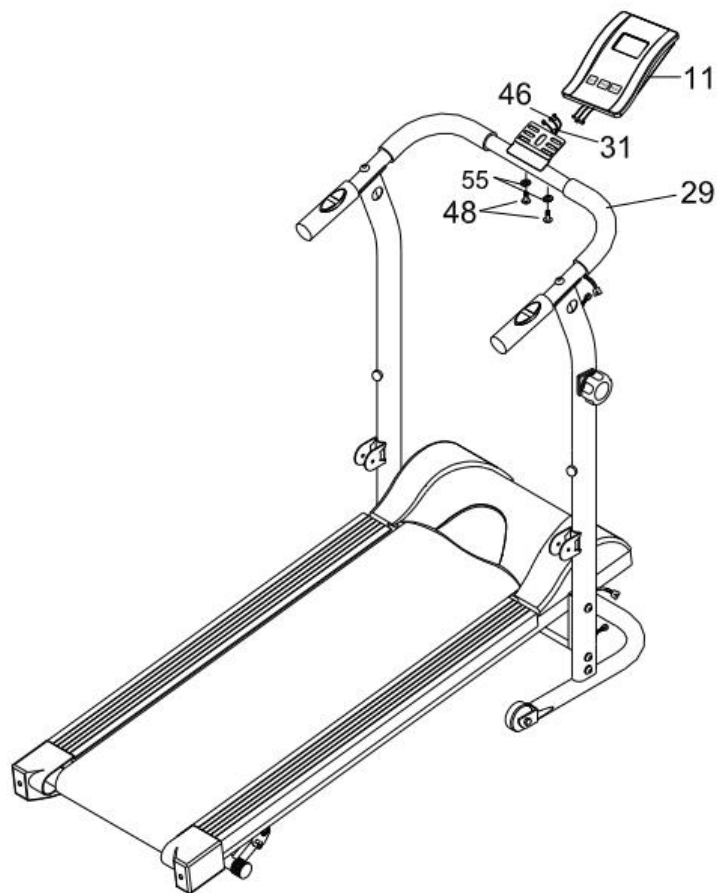
Na pravému (24) a levému (33) sloupku připevněte pevné držadlo (29) pomocí šroubu (H) a podložky (C).



## Krok 7

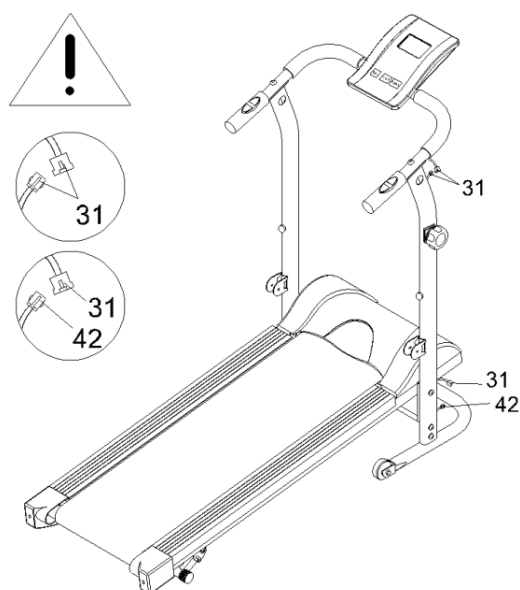
|                                                                                     |    |          |   |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----|----------|---|
|  | 48 | M4x45    | 2 |
|  | 55 | OD12xID4 | 2 |
|  | Q  | 5 mm     | 1 |

Zapojte kabely konzole (46) a (31) ke kabelům ovládacího panelu (11). Připevněte ovládací panel (11) pomocí podložky (55) a šroubu (48).



## Krok 8

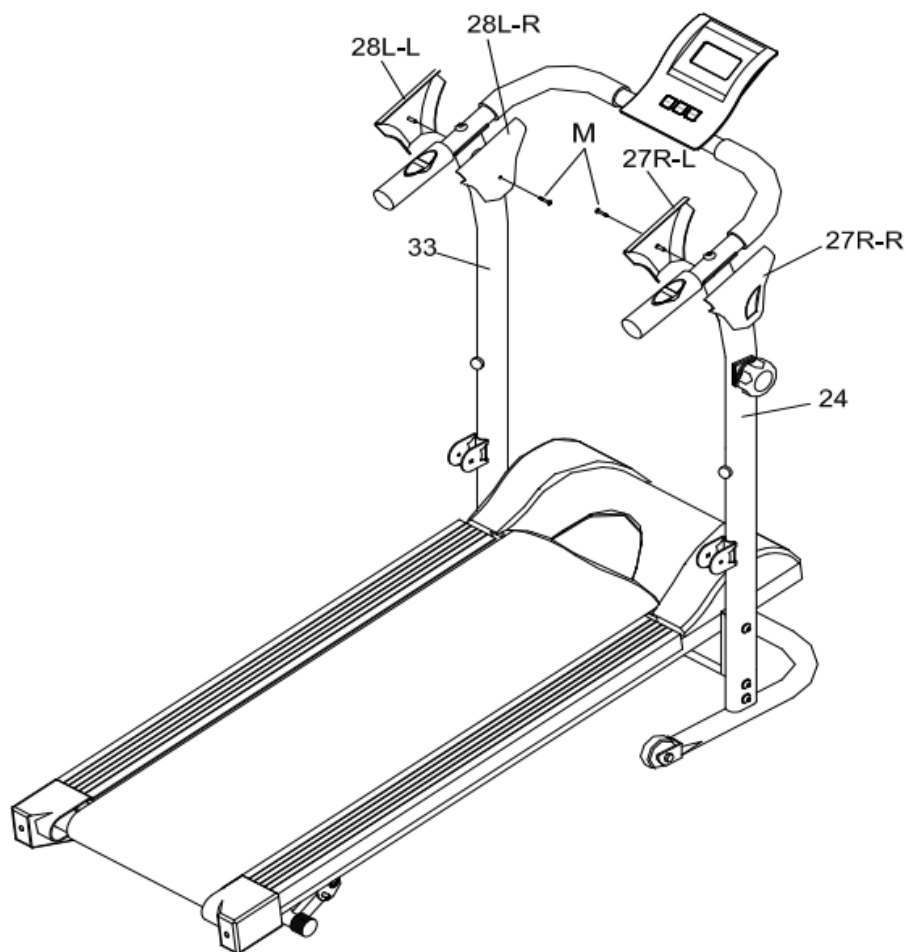
Spojte kabely snímače – propojovací část (31) a snímač (42).



## Krok 9

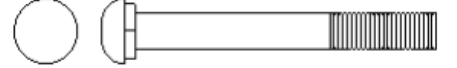
|                                                                                   |   |       |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---|-------|---|
|  | M | M4x15 | 2 |
|  | Q | 5 mm  | 1 |

Připevněte krytky držadla – levé (28 L-L, 28 L-R) na levý sloupek (33) a krytky pevného držadla - pravé (27 R-L, 27 R-R) na pravý sloupek (24) pomocí matice (M).

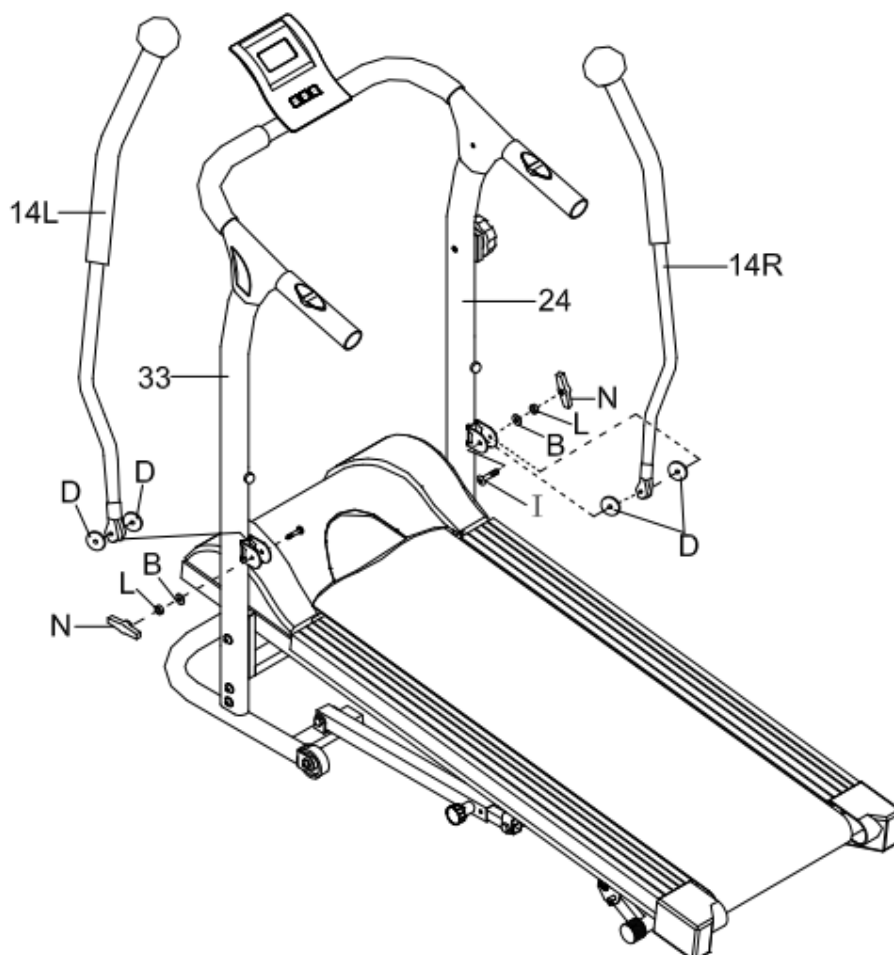


## Krok 10

|                                                                                     |   |                  |   |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------|---|
|  | N | M8               | 2 |
|  | L | OD12,7xID8,2x11L | 2 |
|  | B | OD16,8xID8,2     | 2 |
|  | D | OD59xID38        | 4 |

|                                                                                   |   |       |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---|-------|---|
|  | I | M8x70 | 2 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---|-------|---|

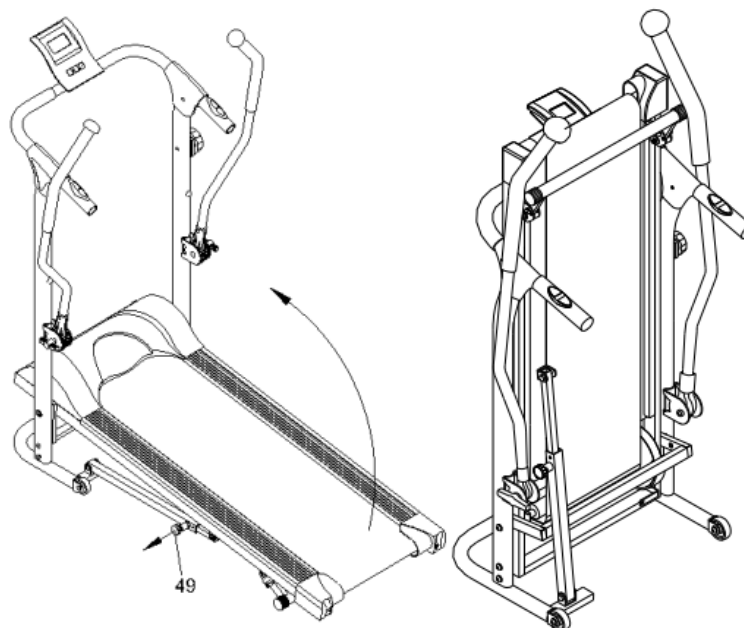
Upevněte levé pohyblivé držadlo (14L) k levému sloupku (33) pomocí plastové podložky (D), šroubu (N), rozdělovací podložky (L), podložky (B) a šroubu (I). Poté připevněte pravé pohyblivé držadlo (14R) na pravý sloupek (24) pomocí plastové podložky (D), šroubu (N), rozdělovací podložky (L), podložky (B) a šroubu (I).



**VAROVÁNÍ:** Ujistěte se, že je přístroj řádně sestaven a spojovací materiál řádně utažen.

## SKLADOVÁNÍ

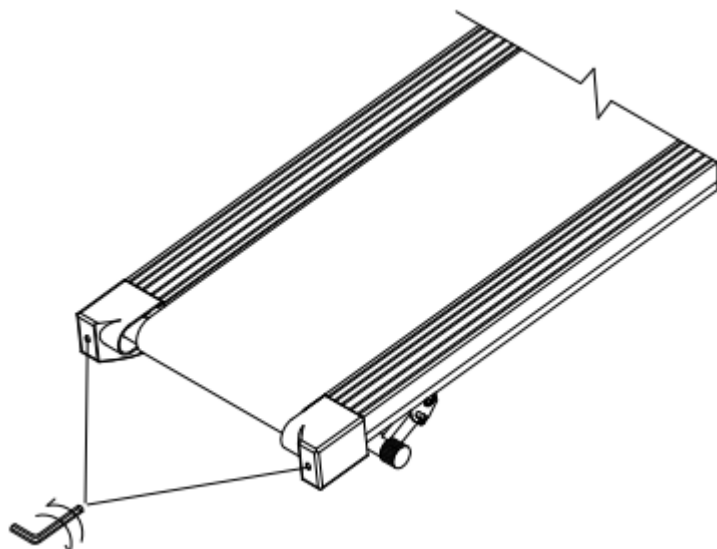
Odjistěte kolík (49) a zvedněte rám (1). Poté zajistěte rám ve svislé pozici pomocí kolíku (49).



## SEŘÍZENÍ PÁSU

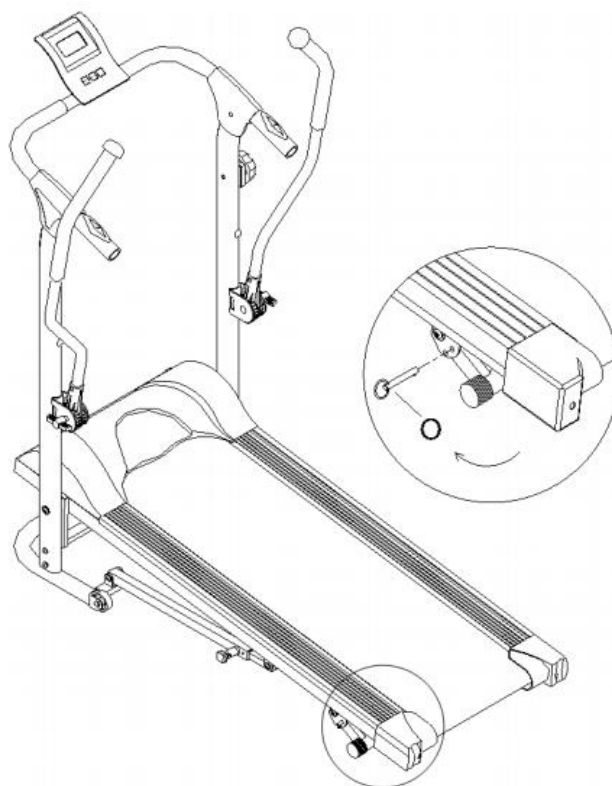
Nesprávně seřízený pás snižuje životnost produktu. Nesprávné seřízení je doprovázeno zvýšeným hlukem. Pás může být špatně vycentrován, nebo příliš volný/utáhnutý. K seřízení je nutný imbusový klíč.

- Pokud se pás posunuje směrem doprava, zašroubujte pravý imbusový šroub ve směru hodinových ručiček o 1 až 2 otočky. Poté šroub mírně uvolněte.
- Pokud se pás posunuje směrem doleva, zašroubujte levý imbusový šroub ve směru hodinových ručiček o 1 až 2 otočky. Poté šroub mírně uvolněte.
- Pokud je pás příliš napnutý, šroubujte levý i pravý imbusový šroub proti směru hodinových ručiček. Poté oba šrouby mírně přitáhněte.
- Pokud je pás příliš volný, šroubujte levý i pravý imbusový šroub ve směru hodinových ručiček. Poté oba šrouby mírně povolte.



## NÁKLON BĚŽECKÉ PLOCHY

Nadzdvihněte běžeckou plochu, vyjměte jistící kolíky O a pomocí zadního nosníku nastavte požadovaný sklon pásu. Poté opět zajistěte desku pomocí jisticího kolíku O.

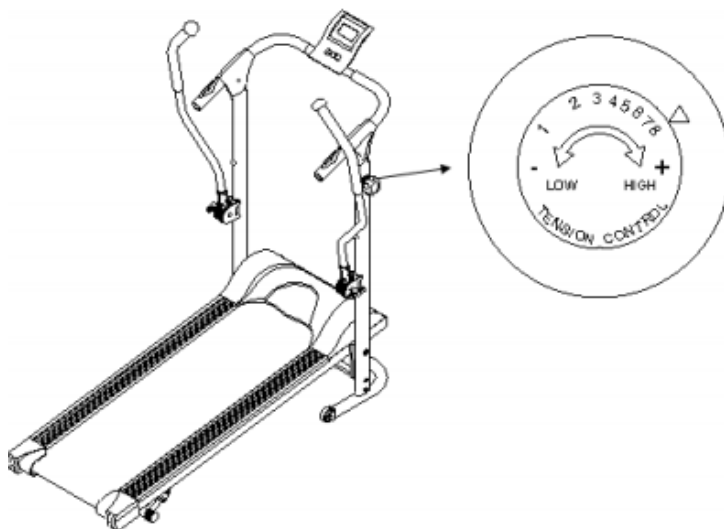


## BĚH NA LYŽÍCH

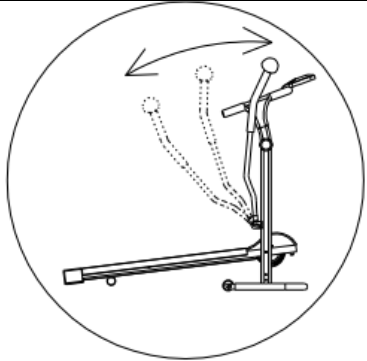
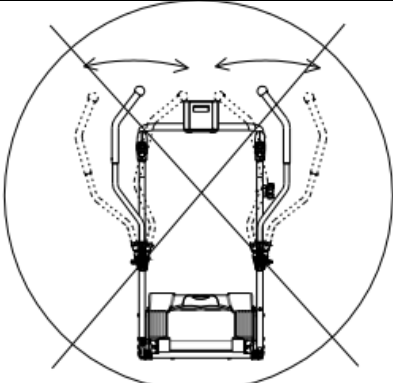
Postavte se na postranní nášlapy a uchopte pohyblivá madla.

Před zahájením cvičení nastavte pomocí otočných regulátorů odpor jednotlivých madel a celkový stupeň zátěže.

Zátěž lze nastavit od 1 (nejnižší) po 8 (nejtěžší).

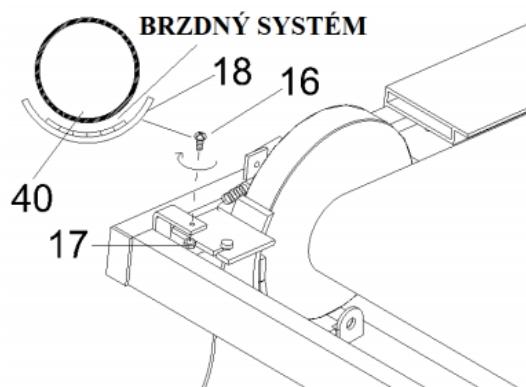


**VAROVÁNÍ:** Pohyblivá madla se pohybují pouze dopředu a dozadu. Při nesprávném použití hrozí poškození přístroje nebo zranění.

| Správné použití madel                                                             | Nesprávné použití madel                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |

## SEŘÍZENÍ MAGNETICKÉHO BRZDNÉHO SYSTÉMU

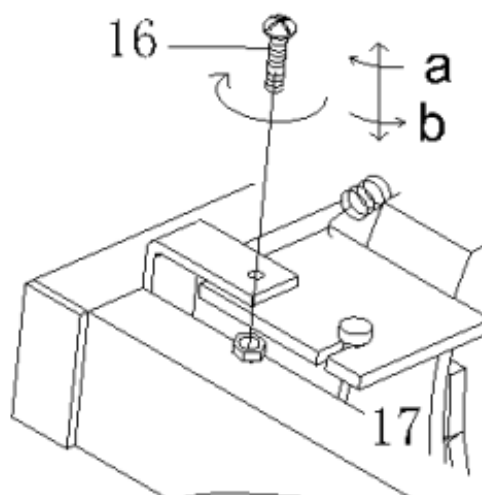
Stupeň zátěže má vliv na efektivitu cvičení a množství spálených kalorií. Zátěž lze regulovat pomocí magnetického brzdného systému.



Šroubováním šroubem 16 ve směru a, bude odpor snižovat.

Šroubováním šroubem 16 ve směru b, bude odpor zvyšovat.

Po seřízení brzdného systému, je nutné zkontrolovat napnutí lanka. Případně upravte dle Kroku 3.



# ÚDRŽBA

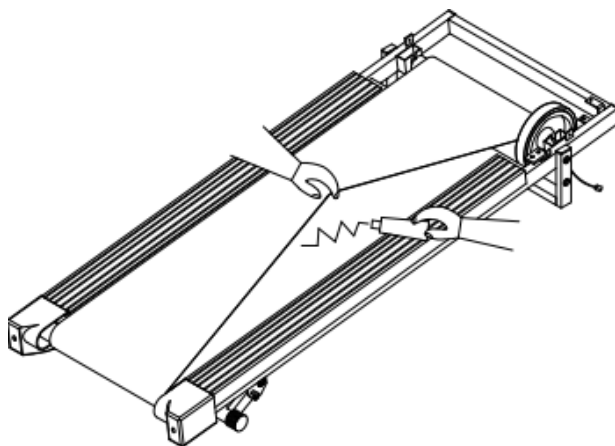
## Lubrikace

Olej se nanáší přímo na dřevěnou desku a vnitřní stranu pásu a slouží ke snížení tření a prodloužení životnosti pásu.

Nadzvedněte na jedné straně pás a sáhněte na jeho vnitřní stranu. Je-li vnitřní strana pásu vlhká, není třeba nanášet mazivo. V opačném případě je třeba mazivo nanést. Během prvních 3-4 minut od nanesení maziva nastavte rychlost pásu na nízký stupeň, aby se mazivo rovnoměrně rozneslo.

**VAROVÁNÍ:** Nenanášejte mazivo mimo desku. Přebytké mazivo ihned setřete.

- Při každodenním použití mazejte 1x za měsíc. V zimě kontrolujte stav oleje častěji, hrozí jeho vysušení.
- Vždy používejte pouze silikonový olej z naší nabídky.



## OVLÁDACÍ PANEL

### TLAČÍTKA

MODE – Tlačítko pro výběr funkcí.

SET – Pokud není displej přepnut do režimu SCAN (automatické přepínání parametrů), slouží tlačítko pro nastavení hodnoty času, vzdálenosti a kalorií.

RESET – Tlačítko pro vynulování hodnoty času, vzdálenosti a kalorií.

### FUNKCE

1. SCAN: Mačkejte tlačítko MODE, dokud se na displeji nezobrazí SCAN. V tomto režimu se každé 4 vteřiny automaticky přepínají parametry v tomto pořadí: čas (TIME) – rychlost (SPEED) – vzdálenost (DIST) – kalorie (CAL) – celková vzdálenost (ODO).

2. TIME: A. Měření doby cvičení. B. Odpočet času. Pro nastavení odpočtu mačkejte tlačítko MODE, dokud se na displeji nezobrazí TIME a nastavte požadovanou dobu cvičení. Po uplynutí nastaveného času se ozve 15 vteřinová zvuková signalizace.

3. SPEED: Měření aktuální rychlosti.

4. DIST: A. Měření vzdálenosti překonané při cvičení. B. Odpočet překonané vzdálenosti od nastavené hodnoty. Pro nastavení odpočtu mačkejte tlačítko MODE, dokud se na displeji nezobrazí DIST a nastavte vzdálenost, kterou chcete při cvičení překonat. Překonání nastavené vzdálenosti je doprovázeno 15 vteřinovou zvukovou signalizací.

5. CAL: A. Množství kalorií spotřebovaných při cvičení. B. Odpočet spotřebovaných kalorií od nastavené hodnoty. Pro nastavení kalorií mačkejte tlačítko MODE, dokud se na displeji nezobrazí CAL a nastavte požadovanou hodnotu. Jakmile je spotřebováno nastavené množství kalorií, ozve se 15 vteřinová zvuková signalizace.

6. ODO: Měření celkové vzdálenosti. Vzdálenost naměřená od vložení baterií do ovládacího panelu.

7. „TEPOVÁ FREKVENCE“ (♥) Pro zobrazení tepu mačkejte tlačítko MODE, dokud se na displeji nezobrazí ukazatel ♥. Umístěte obě dlaně na snímače. Po 3-4 vteřinách se na displeji zobrazí tep v tepech/minutu (BPM). Poznámka: Během prvních 2-3 vteřin od uchopení snímačů může být měření nepřesné (kvůli pohybu dlaní na snímačích). Pro naprostou přesnost měření doporučujeme přestat na chvíli cvičit, aby se předešlo pohybu dlaní na snímačích. Naměřené údaje jsou pouze orientační a neměly by sloužit pro vyhodnocení zdravotního stavu uživatele.

8. ZVUKOVÁ SIGNALIZACE: Stisknutí tlačítek MODE, SET a RESET je doprovázeno zvukovým signálem. 9. Funkce AUTO ON/OFF a AUTO START/STOP Po 8 minutách nečinnosti se ovládací panel automaticky vypne. Zapnout jej lze posunutím pásu nebo stisknutím libovolného tlačítka.

#### SPECIFIKACE

|                        |                                             |                                              |
|------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------|
| FUNKCE                 | AUTO SCAN<br>(automatické přepínání funkcí) | Každé 4 sekundy                              |
|                        | ČAS                                         | 00:00 – 99:59<br>(minuty:vteřiny)            |
|                        | AKTUÁLNÍ RYCHLOST                           | 99,9 km/h (99,9 mph)<br>(1500 otáček/minutu) |
|                        | VZDÁLENOST                                  | 0,00-99,9 km/mil                             |
|                        | KALORIE                                     | 0,0 – 9999 Kcal                              |
|                        | CELKOVÁ VZDÁLENOST                          | 0–9999 km/mil                                |
|                        | TEP                                         | 40-240 tepů/min                              |
| TYP BATERIE            |                                             | AA nebo UN3 (2ks)                            |
| PROVOZNÍ TEPLOTA       |                                             | 0°C–40°C (32°F-104°F)                        |
| TEPLOTA PRO SKLADOVÁNÍ |                                             | -10°C–60°C (144°F-140°F)                     |



## POKYNY KE CVIČENÍ

### Zahřívací fáze

Tato fáze slouží k prokrvení celého těla a zahřátí svalstva. Snižuje také riziko křečí a svalového poranění. Doporučujeme provádět níže uvedené protahovací cviky. Při protahování setrvejte v krajní poloze přibližně 30 vteřin, neprovádějte trhavé pohyby a nehmtejte. Jestliže pocítíte bolest, okamžitě cvik přerušte.

|  |                                                                                                                                                                                                         |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>Doteky prstů na nohou</b><br>Pomalu se předkloňte v bocích. Záda a paže mějte uvolněné. Poté je napněte dolů směrem k prstům u nohou, nakolik jste schopni. Vydržte 15 vteřin. Mírně pokrčte kolena. |
|  | <b>Zvedání ramen</b><br>Zvedněte pravé rameno nahoru směrem k uchu a vydržte 2 vteřiny. Poté je spusťte dolů a zvedněte levé rameno.                                                                    |

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p><b>Protažení zadní strany stehen</b></p> <p>Posadte se a pravou nohu natáhněte dopředu. Podrážku levé nohy přimkněte k vnitřní straně stehna pravé nohy. Napněte pravou ruku podél pravé nohy nakolik jste schopni. Vydržet 15 vteřin a zvolněte. Totéž opakujte s levou nohou a levou paží.</p>                                                  |
|  | <p><b>Protažení boků</b></p> <p>Paže zvedněte nad hlavu a pravou paži napněte směrem ke stropu, nakolik to půjde. Vypínejte horní tělesné partie směrem k pravému boku. Poté totéž opakujte s levým bokem.</p>                                                                                                                                       |
|  | <p><b>Lýtka a Achillova šlacha</b></p> <p>Opřete se o zeď tak, že nohy budou vedle sebe a ruce budou předpaženy. Napněte pravou nohu směrem ven a levou ponechejte na zemi. Prohněte levou nohu a zapřete se směrem dopředu tak, že pravou kyčlí budete tlačit směrem ke zdi. Vydržte 15 vteřin. Nechte nohu napnutou a opakujte s druhou nohou.</p> |
|  | <p><b>Otáčení hlavou</b></p> <p>Hlavu nakloňte vpravo a vypněte levou část krku. Vydržte 20 vteřin. Vraťte zpět a opakujte pro druhou stranu krku. Opět vydržte 20 vteřin. Pomalu dejte hlavu dopředu a propněte krk. Hlavou příliš nekmítejte. Opakujte několikrát po sobě.</p>                                                                     |

## Zklidnění po cvičení

Tato fáze slouží ke zklidnění činnosti kardiovaskulární soustavy a uvolnění svalstva. Měla by trvat přibližně 5 minut. Můžete opakovat zahřívací cviky nebo pokračovat ve cvičení zvolněným tempem. Protažení svalů po cvičení je nesmírně důležité – opět je třeba se vyvarovat trhavých pohybů a kmitání.

Se zlepšující se kondicí můžete prodlužovat délku a zvyšovat intenzitu cvičení. Trénujte pravidelně, nejméně třikrát do týdne. Cvičení si v rámci týdne rovnoměrně rozvrhněte

## 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 odnesete 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 Bořivojova 35/878, 13000 Praha, 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 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.

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 vyřídit 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<br>reklamace@insportline.cz<br>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<br>reklamacie@insportline.sk<br>servis@insportline.sk |
| Web:     | www.insportline.sk                                                              |

Datum prodeje:

Razítko a podpis prodejce: