



UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ
IN 2752 Posilovací stroj - ramena Body-Solid SSP-800G/2



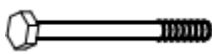
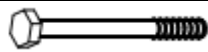
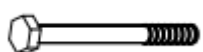
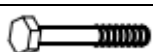
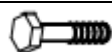
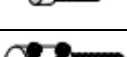
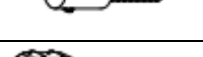
OBSAH

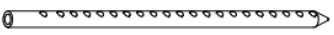
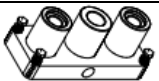
BEZPEČNOSTNÍ POKYNY	3
SEZNAM DÍLŮ	4
DIAGRAM	8
SESTAVENÍ	9
POKYNY KE CVIČENÍ	10
ÚDRŽBA	11
OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ	12
ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE	12

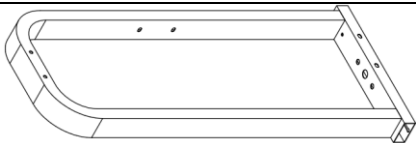
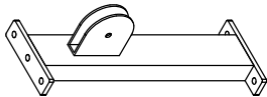
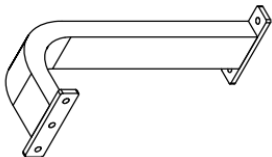
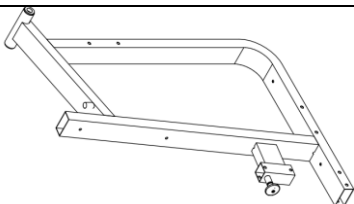
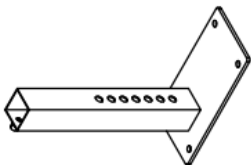
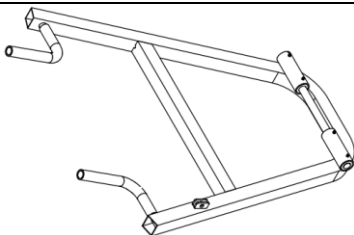
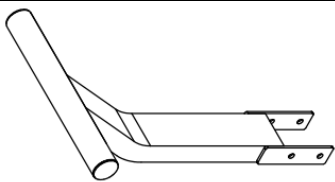
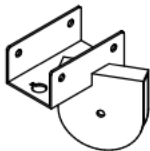
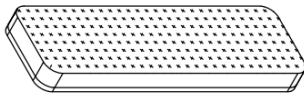
BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

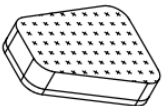
- Děkujeme za zakoupení tohoto produktu a za projevenou důvěru. Před zahájením montáže a před použitím výrobku se podrobně seznámte s obsahem manuálu. Manuál si ponechtejte pro budoucí potřebu. V případě nejasností kontaktujte odborný servis.
- Před zahájením montáže si také zkontrolujte úplnost a nepoškozenost všech částí. Používejte pouze originální náhradní díly a doplňky. Neprovádějte neschválené úpravy produktu.
- Montáž smí provádět pouze dospělá osoba. Před použitím zkontrolujte správnost montáže a pevnost produktu. Zařízení musí správně fungovat, aby nedošlo ke zranění uživatele. Pokud zařízení nefunguje správně, nese známky poškození nebo opotřebení, pak se nesmí používat. Poškozené nebo opotřebované díly musí být ihned odborně vyměněny.
- Před zahájením cvičení se nejprve poraďte s lékařem.
- Zařízení držte mimo dosah dětí a nezletilých osob.
- Vždy se nejprve zahřejte odpovídajícími cviky.
- Seznamte se se všemi doporučeními a varováními a dodržujte je.
- Zařízení umístěte na rovnou, čistou a suchou plochu. Zachovejte bezpečnostní odstup od dalších objektů min 0,6 m.
- Nepoužívejte venku.
- Zařízení si sami neupravujte.
- Před každým cvičením proveďte pevnost všech šroubů a matic. Pokud je výrobek poškozen, nesmí se používat.
- Cvičte rozumně a nepřepínejte se. Pohyby nesmí být příliš prudké, aby nedošlo ke zranění uživatele.
- Během cvičení nezadržujte dech.
- Cvičte správně a v odpovídající míře. Vysoká zátěž může vést ke zdravotním komplikacím.
- Oblečení a tělesné části držte mimo dosah pohyblivých dílů přístroje, aby nedošlo k jejich zachycení. Vezměte si vhodné sportovní oblečení včetně sportovní obuvi.
- Žádná část přístroje nesmí bránit pohybu uživatele.
- Dbejte na své zdraví a zpočátku zvolte mírnější tempo. Totéž je vhodné po delší cvičební pauze. Časem se můžete propracovat k intenzivnějšímu tempu.
- Nesprávné cvičení nebo nedodržení bezpečnostních zásad může vyústit ve vážné zranění nebo v poškození zařízení. V případě pochybností nebo nejasností kontaktujte odborný servis nebo prodejce.
- Nikdy nepřekračujte uvedené hmotnostní limity.
- Věnujte pozornost tělesným signálům. V případě negativních tělesných reakcí cvičení okamžitě ukončete a kontaktujte svého lékaře.
- **Kategorie S:** pro komerční použití

SEZNAM DÍLŮ

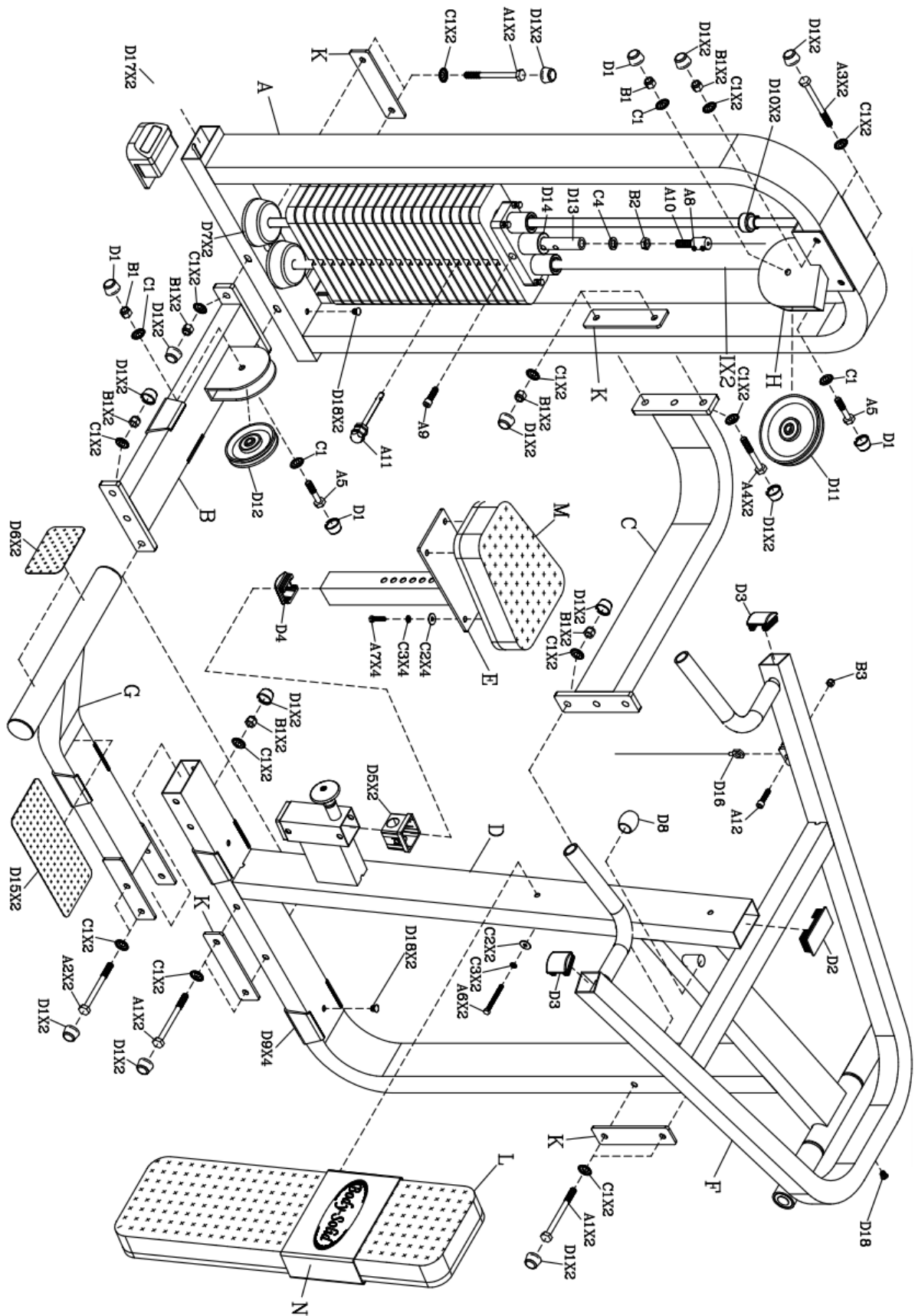
Obr.	Ozn.	Název	Počet (ks)
	A1	Šestistranný šroub 1/2" X5 1/2 "	6
	A2	Šestistranný šroub 1/2" X5 1/4 "	2
	A3	Šestistranný šroub 1/2" X5	2
	A4	Šestistranný šroub 1/2" X3 1/2 "	2
	A5	Šestistranný šroub 1/2" X5 1/2 "	2
	A6	Šestistranný šroub 5/16" X3	2
	A7	Šestistranný šroub 5/16" X1 1/4 "	4
	A8	Šroub 5/16" X3/8"	3
	A9	Šroub 7/16" X1 1/2"	1
	A10	Šroub 5/8" X1 3/4"	1
	A11	Kolík	1
	A12	Šroub 3/8" X1 1/2"	1
	B1	Nylonová matice 1/2"	14
	B2	Matice 5/8"	1
	B3	Matice 5/8"	1
	C1	Podložka 1/2"	28
	C2	Podložka 5/16"	6
	C3	Pružná podložka 5/16"	6
	C4	Pružná podložka 5/8"	1
	C5	Podložka 1/2"	12
	D1	Krytka šroubu 1/2"	28

	D2	Krytka 2"X4"	1
	D3	Krytka 50x50x1,8t	3
	D5	Ložisko 60x50	2
	D6	Protiskluzová páska 95x140	2
	D7	Gumový kroužek Ø4	2
	D8	Gumový kroužek Ø1	1
	D9	Gumová krytka 2"X4"	4
	D10	Límec hřídele Ø3/4"	2
	D11	Kladka Ø6	1
	D12	Kladka Ø4 1/2"	1
	D13	Tyč pro výběr zátěže	1
	D14	Chromová koncovka	1
	D15	Protiskluzová páska 140x295	2
	D16	Ocelové lano	1
	D17	Krytka 2"X4"	2
	D18	Krytka Ø5/8"	5

Obr.	Ozn.	Název	Počet (ks)
	A	Rám na závaží	1
	B	Spodní rám kladky	1
	C	Střední podpůrný rám	1
	D	Hlavní rám	1
	E	Nosník sedadla	1
	F	Rám ramen	1
	G	Opěrky nohou	1
	H	Vrchní kladka	1
	I	Chromová tyč	2
	K	Destička 2"X8"	4
	L	Opěrka zad	1

	M	Sedadlo	1
	N	Zadní gumová podložka	1

DIAGRAM



SESTAVENÍ

Krok 1

Poznámka: Neutahujte všechny šrouby a matice. Všechny šrouby a matice utáhněte až po kompletním složení stroje.

- Připevněte **Rám závaží (A)** a **Hlavní rám (D)** ke **Spodnímu rámu kladky (B)**.
- Připevněte **Opěrku nohou (G)** k **Hlavnímu rámu (D)**.
- Připevněte **Střední podpůrný rám (C)** k **Rámu závaží (A)** a **Hlavnímu rámu (D)**.
- Připevněte **Rám ramen (F)** k **Hlavnímu rámu (D)**.

Krok 2

- Připevněte **Chromovou tyč (I)** a **Gumový kroužek (D7)** k **Rámu závaží (A)**.
- Připevněte **Závaží** a **Chromovou koncovku (D14)** k **Chromové tyči (I)**.
- Připevněte **Vrchní kladku (H)** k **Rámu závaží (A)** a připevněte **Vrchní krytky**.

Krok 3

- Připevněte **Zádovou opěru (L)** k **Hlavnímu rámu (D)**.
- Připevněte **Sedadlo (M)** k **Nosníku sedala (E)**.
- Zasuňte **Nosník sedadla (E)** do **Hlavního rámu (D)**.

Poznámka: Příliš nepřitahujte šrouby, které drží zádovou opěru a sedadlo. Můžete poničit dřevěnou část.

Krok 4

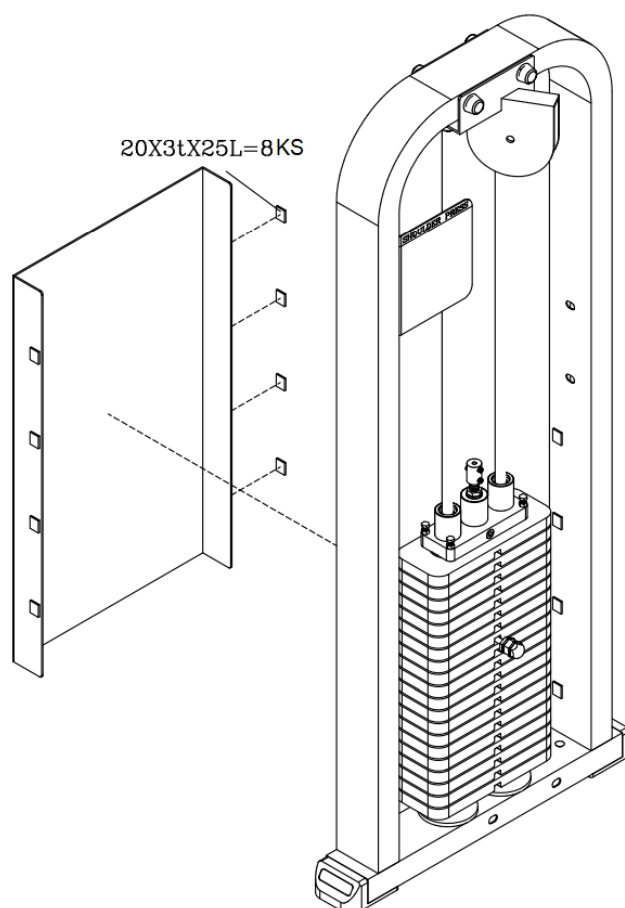
- Připevněte **Kladky** a **Lana** jak je zobrazeno na obrázku.
- Připevněte všechny **Koncovky, Krytky, Rukojeti** a **Protiskluzové pásy**.
- Nyní dotáhněte všechny **ŠROUBY** a **MATICE**.
- Připevněte **Koncovky šroubů**.

Pravidelně kontrolujte dotažení všech šroubů a matic.

Cvičte rozumně, vždy provádějte pouze pomalé a plynulé pohyby.

Doporučujeme cvičit s dalším člověkem.

Před začátkem jakéhokoliv cvičebního programu se poraďte s lékařem. Nikdy nezačínajte cvičit bez instruktáže.

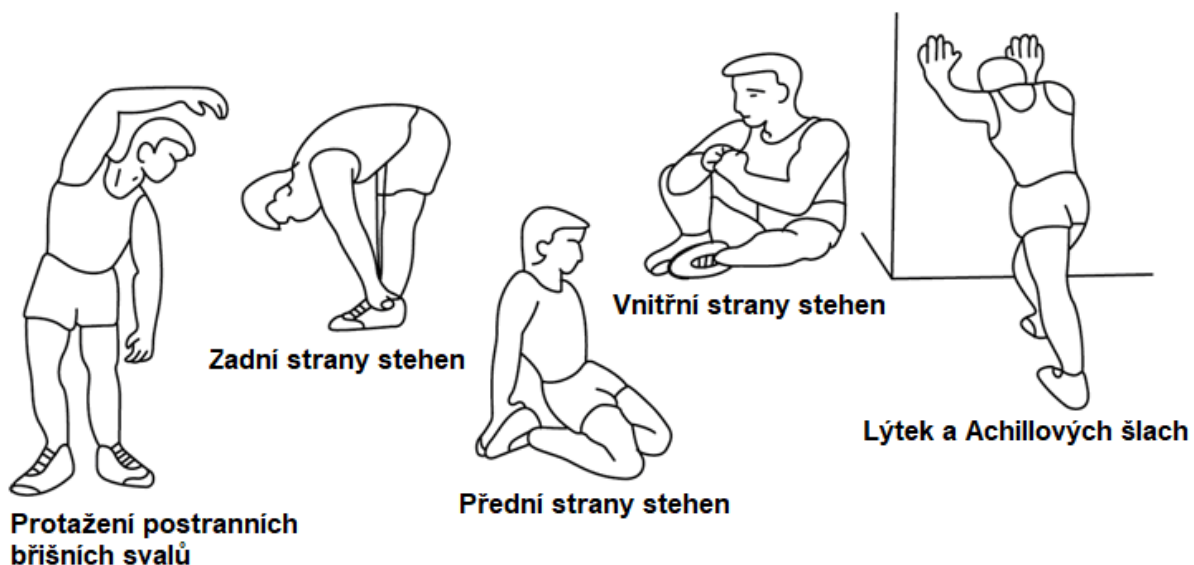


POKYNY KE CVIČENÍ

Cvičení je prospěšné pro Vaše zdraví, zlepšuje fyzickou kondici, tvaruje svalstvo a v kombinaci s kaloricky vyváženou stravou vede ke snížení hmotnosti.

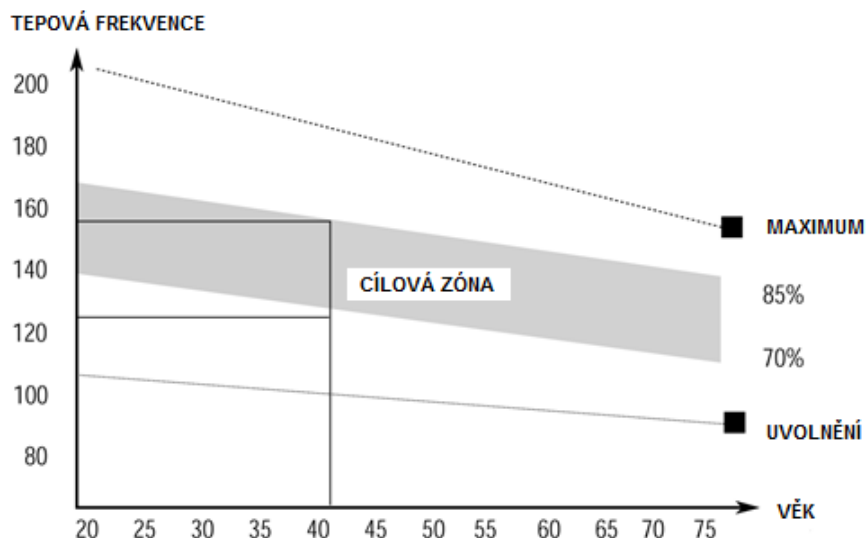
1. ROZCVIČKA

Tato fáze slouží k prokrvení celého těla, k zahřátí svalstva, snižuje riziko křečí a svalového poranění. Doporučujeme provádět níže uvedené protahovací cviky. Při přetahování setrvejte v krajní poloze přibližně 30 sekund, nedělejte trhavé pohyby a nekmítejte.



2. SAMOTNÉ CVIČENÍ

Tato fáze je fyzicky namáhavější. Pravidelným cvičením se posiluje svalstvo. Tempo si můžete určit sami, ale je velmi důležité, aby bylo stejné po celou dobu cvičení. Tepová frekvence by se měla pohybovat v cílové zóně (viz obrázek níže).



Tato fáze by měla trvat minimálně 12 minut. Většině lidí trvá tato fáze 15 - 20 minut.

3. ZKLIDNĚNÍ

Tato fáze slouží k uklidnění činnosti kardiovaskulární soustavy a uvolnění svalstva. Měla by trvat přibližně 5 minut. Můžete opakovat zahřívací cviky nebo pokračovat ve cvičení zvolnějším tempem. Protahování svalů po cvičení je nesmírně důležité – opět je třeba se vyvarovat trhavým pohybům a kmitání.

Se zlepšující se kondicí můžete prodlužovat délku a zvyšovat intenzitu cvičení. Trénujte pravidelně, nejméně třikrát týdně.

TVAROVÁNÍ SVALSTVA

Pro tvarování svalstva je důležité nastavit vysoký stupeň zátěže. Svaly tak budou více namáhané, což může způsobit, že nebudete schopni cvičit tak dlouho, jak byste si přáli. Pokud se současně snažíte o zlepšení kondice, je třeba tomu tréninku přizpůsobit. Během zahřívací a závěrečné fáze tréninku cvičte obvyklým způsobem, ale ke konci cvičení zvýšte odpor přístroje. Pravděpodobně budete muset zpomalit rychlost, aby tepová frekvence zůstala v cílové oblasti.

SNÍŽENÍ HMOTNOSTI

Množství spálených kalorií záleží jen na délce a intenzitě cvičení. Podstata je stejná jako při kondičním cvičení, avšak cíl je jiný.

ÚDRŽBA

1. Po ukončení cvičení setřete případný pot, abyste tak předešli korozi. Přístroj čistěte pomocí jemného hadříku a jemných čisticích prostředků. Na plastové části nepoužívejte abrazivní čisticí prostředky nebo rozpouštědla.
2. V případě zvýšené hlučnosti stroje je nutné zkontrolovat a správně dotáhnout všechny šrouby a spoje.
3. Zkontrolujte neporušenost lan, v případě potřeby lana vyměňte.
4. Výrobek musí být umístěn v čistých, větraných a suchých prostorách.
5. Nevystavujte přístroj přímému slunečnímu záření.

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 odnese 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.

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 reklamační za neoprávněnou. Proávající si vyhrazuje právo požadovat úhradu nákladu, které vznikly v souvislosti s neoprávněnou reklamací.

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



SEVEN SPORT s.r.o.

Sídlo: Bořivojova 35/878, 130 00, Praha 3, ČR
Centrála: Dělnická 957, 749 01 Vítkov
Reklamační a servis: Čermenská 486, 749 01 Vítkov

IČO: 26847264
DIČ: CZ26847264
Telefon: +420 556 300 970
Mail: eshop@insportline.cz
reklamační@insportline.cz
servis@insportline.cz
Web: www.insportline.cz

SK

inSPORTline s.r.o.

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

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

Datum prodeje:

Razítko a podpis prodejce: