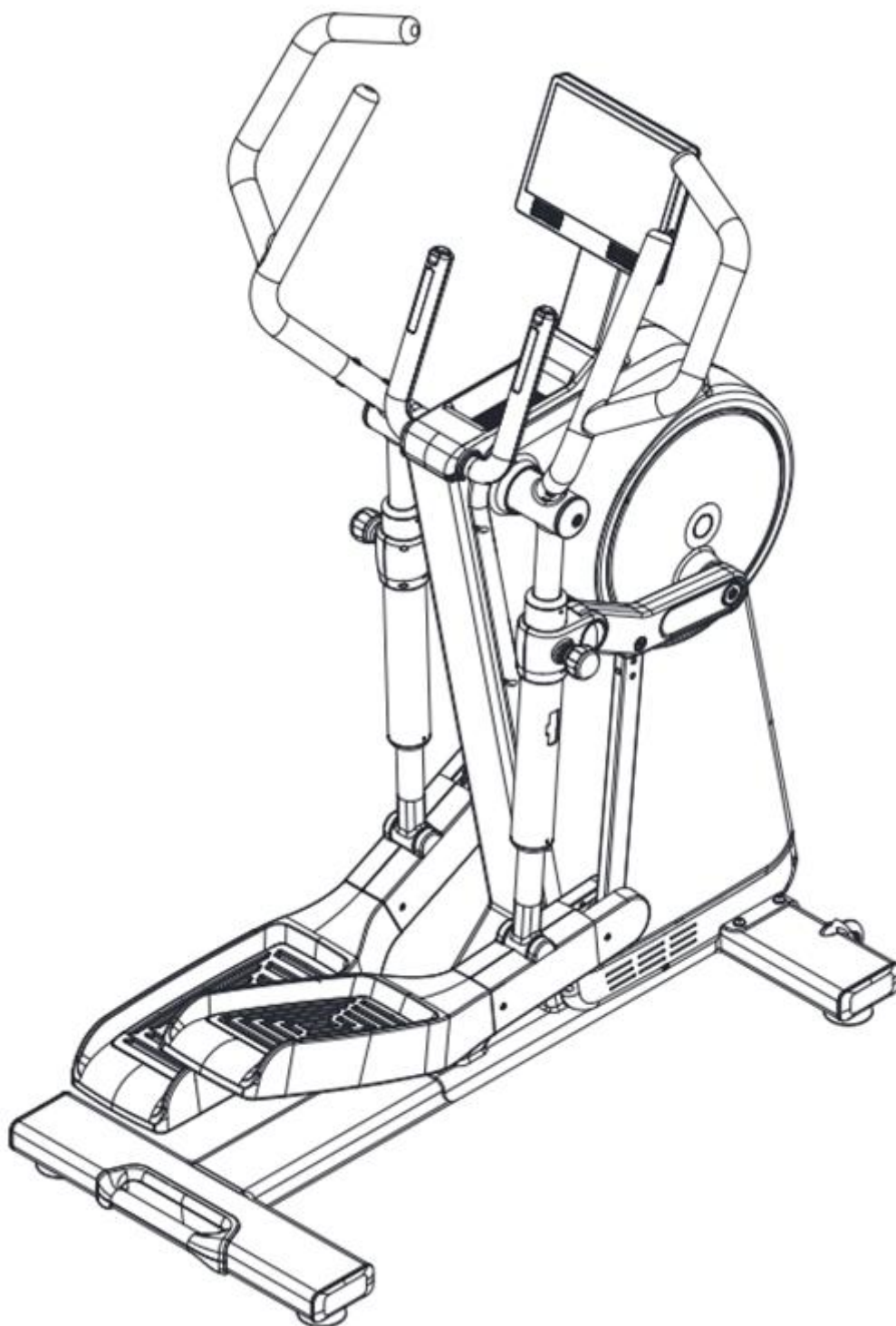




UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ

IN 29455 Eliptický trenažer inSPORTline ZenStride 1200



OBSAH

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY	3
SEZNAM ČÁSTÍ	4
MONTÁŽ	5
OVLÁDÁNÍ	10
Spuštění	10
Navigace systémem	12
NÁKRES	30
SEZNAM ČÁSTÍ	31
POUŽITÍ ELIPTICKÉHO TRENAŽERU	33
POKYNY KE CVIČENÍ	33
ÚDRŽBA	34
OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ	35
ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE	35

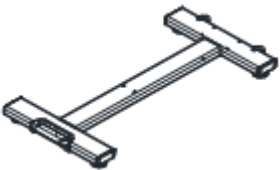
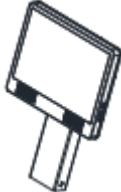
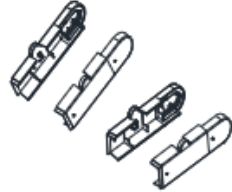
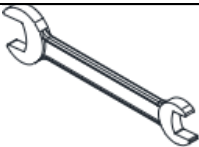
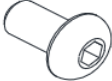
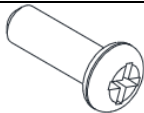
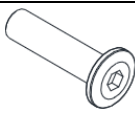
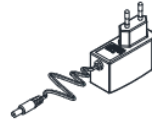
SevenSport s.r.o., si vyhrazuje právo provést jakékoli změny a vylepšení svého produktu bez předchozího upozornění. Navštivte naši stránku www.insportline.cz, kde naleznete nejnovější verzi manuálu.

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

- Před použitím si přečtěte manuál a uschovejte si jej pro budoucí potřeby.
- Z bezpečnostních důvodů provádějte pravidelné kontroly, zda nedošlo k poškození či opotřebení přístroje a jeho dílů.
- Jestliže bude přístroj používat také jiná osoba, je důležité, aby byla obeznámena se všemi pokyny uvedenými v tomto manuálu.
- Na přístroji může současně cvičit pouze 1 osoba.
- Před použitím přístroje zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby a matice řádně přitaženy a všechna kloubní spojení v dobrém stavu.
- Před cvičením odstraňte z okolí přístroje všechny nebezpečné předměty s ostrými hranami.
- Přístroj nepoužívejte, pokud není zcela v pořádku a plně funkční.
- Poškozený, opotřebený nebo vadný díl je třeba co nejdříve vyměnit za nový. Přístroj nepoužívejte, dokud nebude řádně opraven.
- Za bezpečnost dětí nesou zodpovědnost rodiče a dohlízející osoby. Díky dětské zvědavosti a zálibě ve hraní mohou nastat nebezpečné situace.
- Eliptický trenažér není hračka.
- Kolem celého přístroje je třeba zajistit dostatek volného místa.
- Nesprávně vedené nebo nadměrné cvičení může ohrozit Vaše zdraví.
- Po dokončení montáže zkontrolujte, zda jsou správně seřízeny stavěcí nožky a další nastavitelné díly přístroje.
- Přístroj umístěte na rovný povrch a zajistěte jeho stabilitu.
- K cvičení používejte vhodné oblečení a obuv. Nevhodné je oblečení, které by se mohlo do přístroje při cvičení 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.
- Trenažér sestavte podle pokynů uvedených v manuálu a používejte pouze originální dodané díly. Před zahájením montáže zkontrolujte, zda byly dodány všechny díly uvedené v přehledu dílů.
- Přístroj umístěte na suchý a rovný povrch a chraňte jej před vlhkostí. V případě potřeby umístěte pod přístroj vhodnou protiskluzovou podložku, můžete tím předejít poškození plochy pod přístrojem.
- Cvičební přístroje a pomůcky nejsou hračky a je třeba je vždy používat správným způsobem. Proto mohou tento přístroj používat pouze osoby, které jsou obeznámeny s jeho správným provozem.
- Přestaňte okamžitě cvičit, pokud začnete pociťovat závrať, nevolnost, bolest v oblasti hrudníku nebo jakékoliv jiné tělesné potíže. O dalším cvičení se poradte s lékařem.
- Děti a zdravotně postižení lidé mohou na přístroji cvičit pouze za dohledu způsobilé osoby, která zajistí správný postup při cvičení.
- Při cvičení dbejte opatrnosti a dávejte pozor, abyste se vy ani okolní osoby neporanili o pohyblivé části přístroje.

- Všechny nastavitelné části přístroje musí být nastaveny správně s ohledem na jejich krajní polohy.
- Necvičte bezprostředně po jídle.
- **Kategorie** - HB určeno pro domácí použití.
- **Nosnost:** 150 kg
- **VAROVÁNÍ!** Systém pro monitorování tepové frekvence nemusí být přesný. Přetěžování při tréninku může způsobit vážné zranění nebo smrt. Pokud pociťujete nevolnost, okamžitě ukončete cvičení!

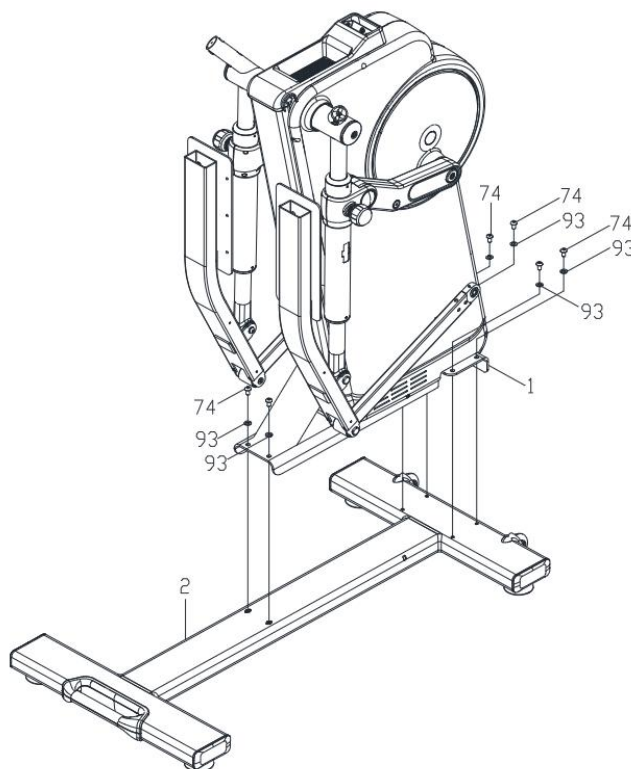
SEZNAM ČÁSTÍ

			
1. Hlavní rám	2. Nosník	7. L/R pohyblivá madla	10. Madla
			
35. Konzole	51. L/R krytky opěrky nohou	53. L/R pedál	54. Protiskluzový nášlap
			
134. 5# klíč	135. 6# klíč	136. Šroubovák	120. 17-19 klíč
			
70. Šroub M6*15, 4x	72. Šroub M8*15, 3x	74. Šroub M8*20, 6x	92. Podložka ø6.6*ø16*t1.6, 4x
			
93. Podložka ø9*ø16*t1.6, 9x	99. Šroub M4*12	103. Šroub M6*12, 12x	111. Šroub M10*48.5 15 mm, 2x
			
112. Šroub M8*12, 10x	142. Matice M10, 2x	130. Napájecí zdroj	

MONTÁŽ

Krok 1

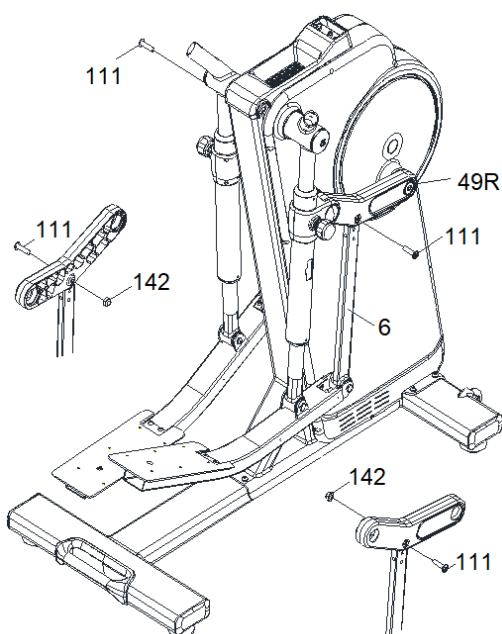
Připevněte hlavní rám (1) na nosník (2) pomocí 6x podložek (93) a 6x šroubů (74).



Krok 2

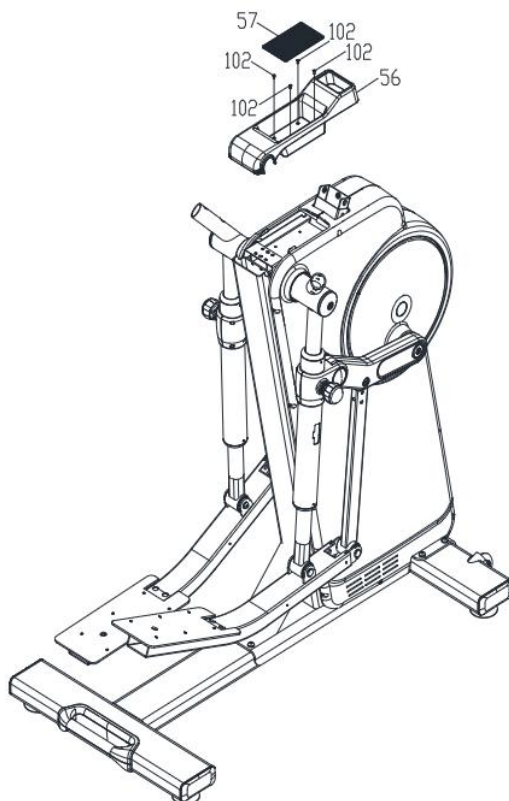
Připevněte spodní část model (6) na levou a pravou stranu (49L / 49R) pomocí šroubů (111). Dávejte pozor, uvnitř rámu je závit, šroub přišroubujte.

Šroub zajistěte pomocí matice (142).



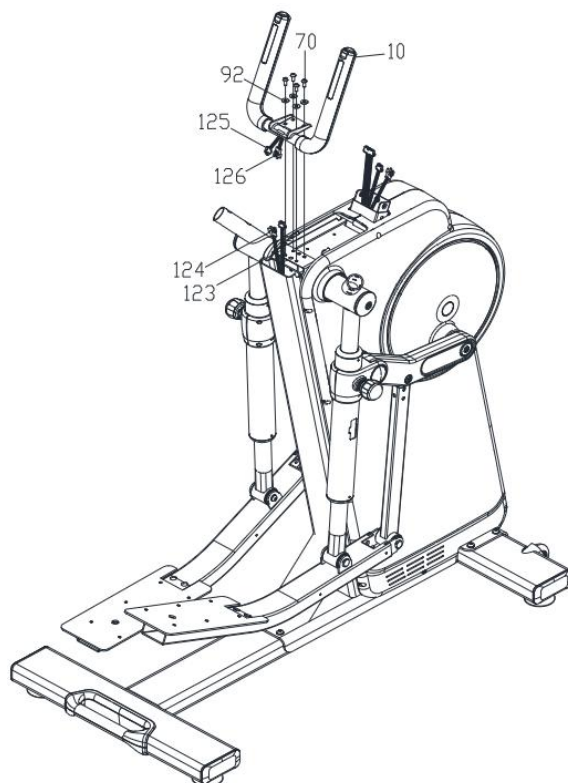
Krok 3

Z odkládací krabice (56) vyjměte protiskluzovou podložku (57), odšroubujte 4x šrouby (102) a vyjměte odkládací krabici (56).



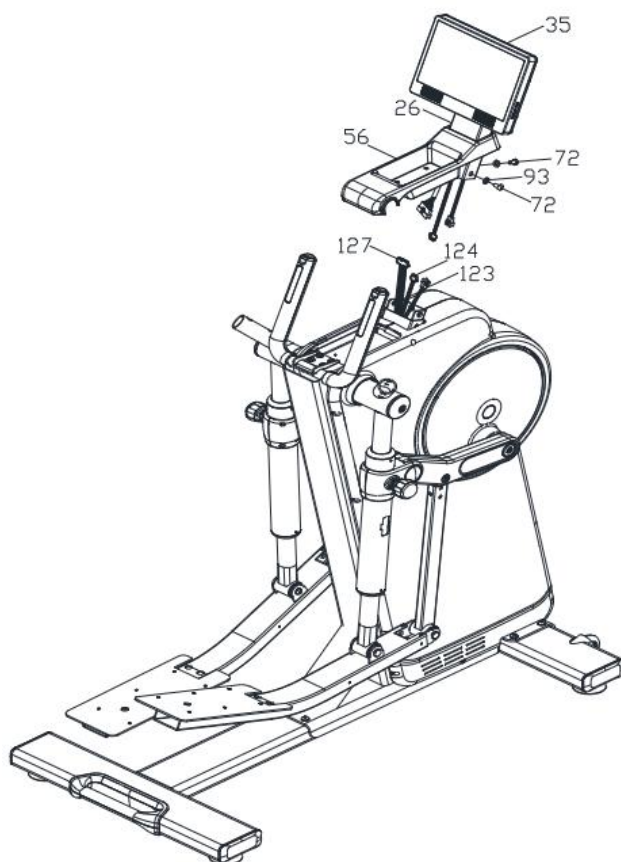
Krok 4

Spojte kabel (123) s kabelem „-“ (126). Spojte kabel tepové frekvence (124) s kabelem „+“ (125). Poté upevněte madla (10) k hlavnímu rámu pomocí 4x podložek (92) a 4x šroubů (70).



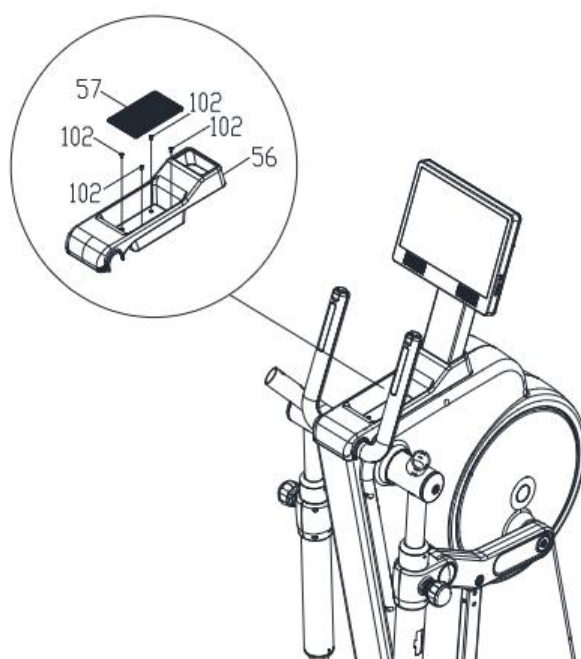
Krok 5

Prostrčte držák konzole (26) skrz odkládací krabíčku (56). Poté spojte kabely (123, 124 a 127) z rámu s kabely z konzole. Poté upevněte držák konzole (26) k rámu pomocí 3x podložek (93) a 3x šroubů (72).



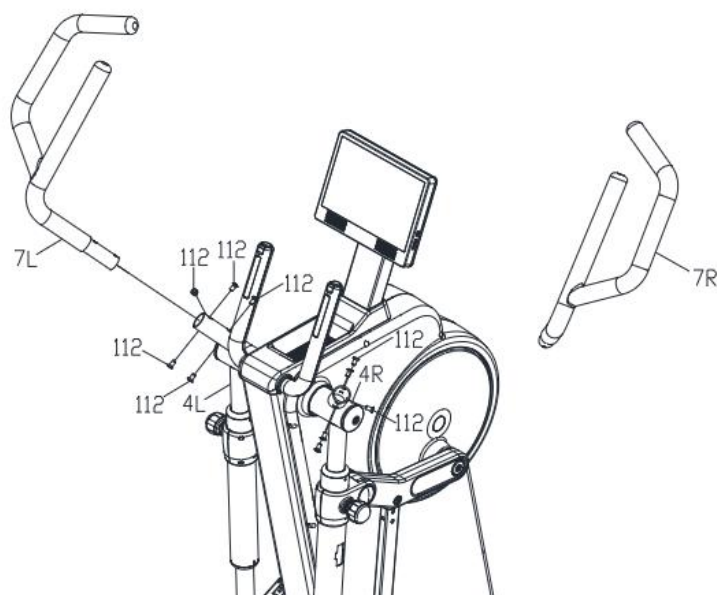
Krok 6

Připevněte zpátky odkládací krabíčku (56) na rám pomocí 4x šroubů (102). Poté vložte zpátky protiskluzovou podložku (57).



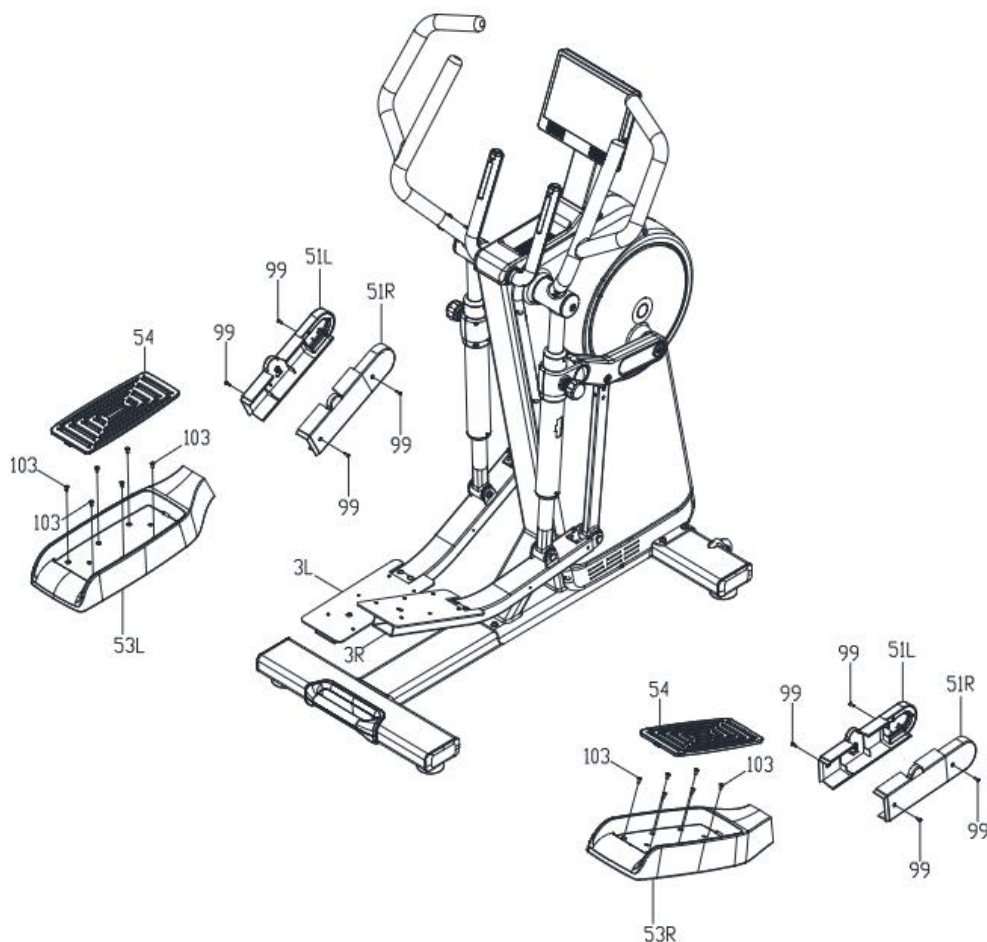
Krok 7

Připevněte levé a pravé pohyblivé madlo (7 L/R) do pohyblivých rámců (4 L/R) pomocí 5x šroubů (112) na každé straně.



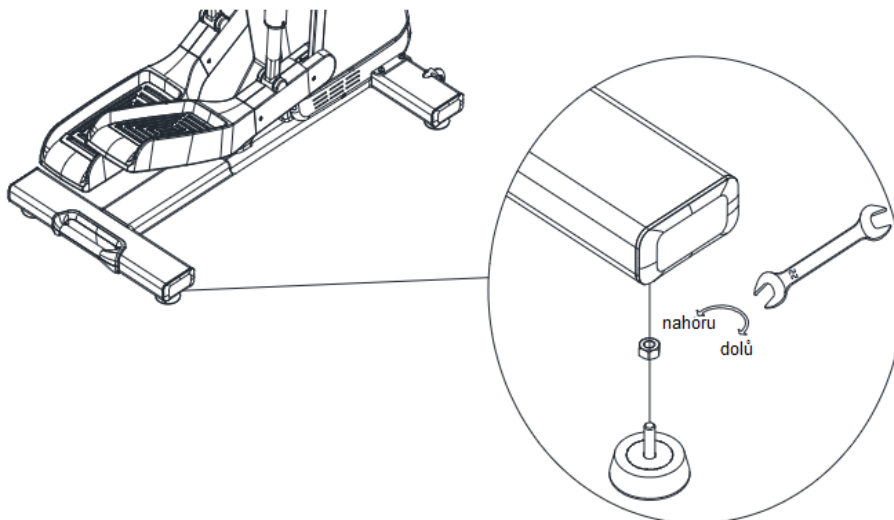
Krok 8

K rámcům pedálů (3 L/R) připevněte kryty (51 L/R) pomocí 4x šroubů (99) na každé straně. Poté připevněte pedály (53 L/R) na rámy pedálů (3 L/R) pomocí 6x šroubů (103). Na pedály poté přilepte protiskluzové nášlapy (54), úzkou stranou dopředu.



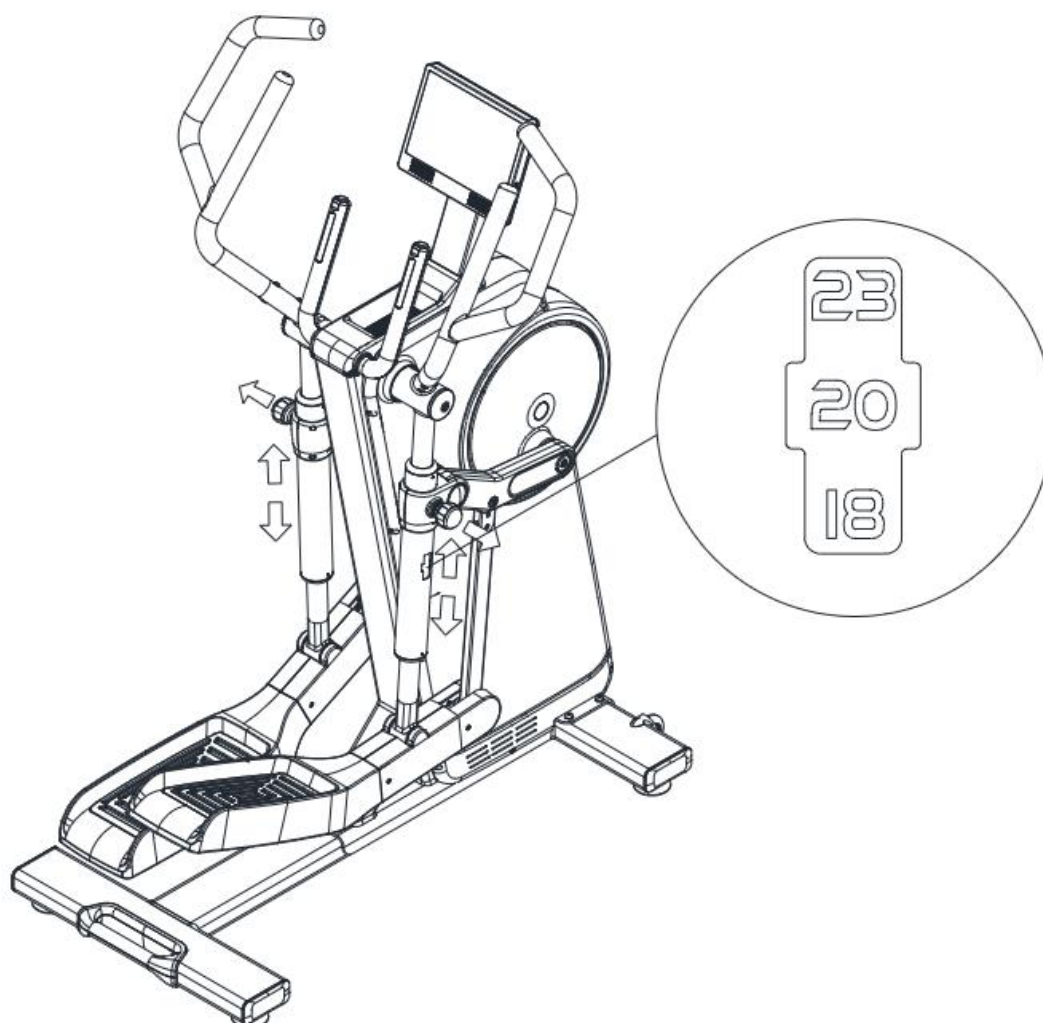
Krok 9

Vyrovnejte stroj tak, aby byl stabilní.



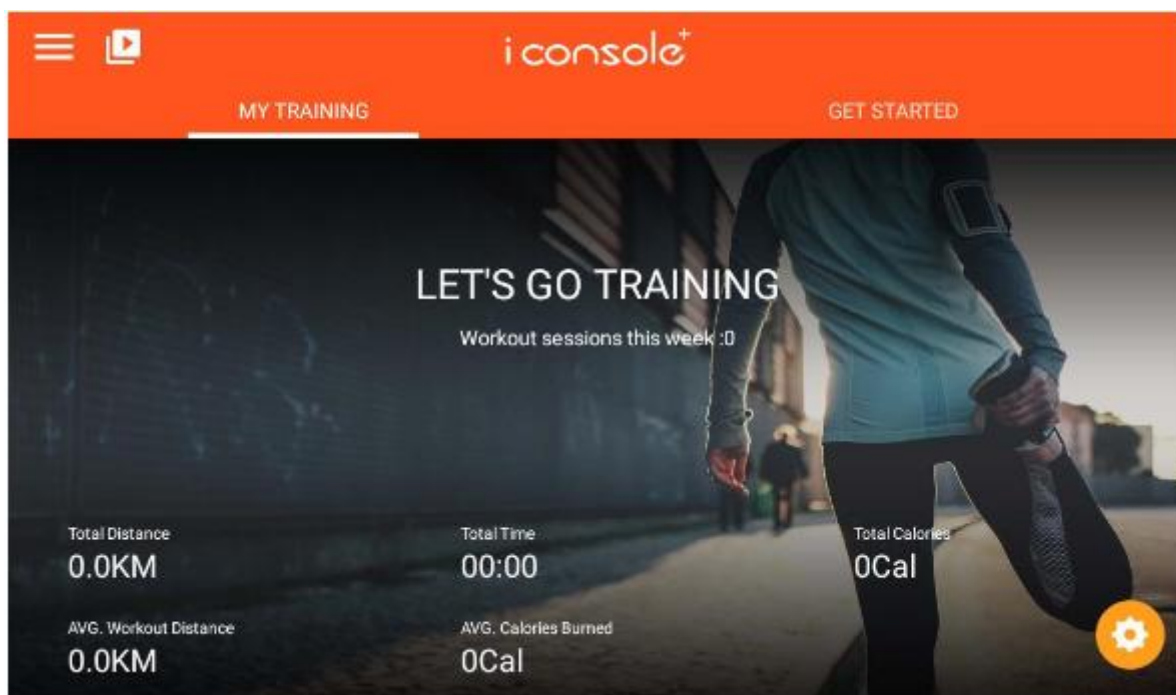
Krok 10

Povolte ruční šroub doleva a vytáhněte. Nastavte požadovanou délku kroku na 18 palců, 20 palců nebo 23 palců. Vždy upravujte obě strany na stejnou hodnotu. Po úpravě se ujistěte, že je ruční šroub správně zajištěn.



OVLÁDÁNÍ

Spuštění



Popis funkcí:

1. My training: Zobrazí souhrnná data o pohybu

2. Get started: Zobrazí programy rychlý start / interval / konstatní výkon / přednastavené programy / program tepové frekvence / scénérie / FTMS Bluetooth.

3. Nastavení : přihlášení / domovská stránka / předchozí záznamy o cvičení / spárování nového účtu / nastavené a další funkce

4. Hlasitost 

5. Nastavení jasu 

6. Nastavení časového pásma 

7. WiFi 

8. Bluetooth hrudní pás 

9. Bluetooth sluchátka 

10. Multimédia : Netflix, Youtube, Spotify, Kinomap, Chrome, Facebook, Twitter (X), Instagram, Amazon prime video, sdílení obrazovky.

Multimédia nemusí být dostupné v každém regionu.

Časové pásmo

←

Date & time

🔍

Automatic date & time

Use network-provided time

☒

Set date

May 25, 2024

Set time

14:55

Select time zone

GMT+08:00 China Standard Time

←

Automatic 24-hour format

Use locale default

☐

Use 24-hour format

13:00

☒

EXIT

WiFi

←

Wi-Fi

🔍

Use Wi-Fi

☒

 cy3f

Connected

⚙️

 cy4f

🔒

 ASUS

🔒

 djwireless-2f

🔒

 JAMESD.A8_258F

🔒

 Xiaomi_737B

🔒

+

Add network

EXIT

Bluetooth hrudní pás

←

Pulse Device

Device ON/OFF

☐

Rozsah zobrazení dat

Hodnota	Popis a rozsah
Vzdálenost	Zobrazení vzdálenosti Rozsah: 0.0 ~ 99.9
Rychlost	Zobrazení rychlosti Rozsah: 0.0 ~ 99.9
RPM	Otáčky za minutu Rozsah: 0 ~ 999
Čas	Zobrazení času Rozsah: 0:0 ~ 99:59
Tepová frekvence	Zobrazení tepové frekvence Rozsah: 0 ~ 230
Rozsah tepové frekvence	Zobrazení rozsahu tepové frekvence Rozsah: 0% ~ 100%
BAI	Zobrazení spotřeby BAI během cvičení Rozsah: 0 ~ 999
Výkon	Zobrazení výkonu Rozsah: 0 ~ 999
Odpor (zátěž)	Zobrazení odporu (zátěže) cvičení

Tlačítka

Resume / PAUSE: Stiskem pozastavíte nebo spustíte pozastavený program.

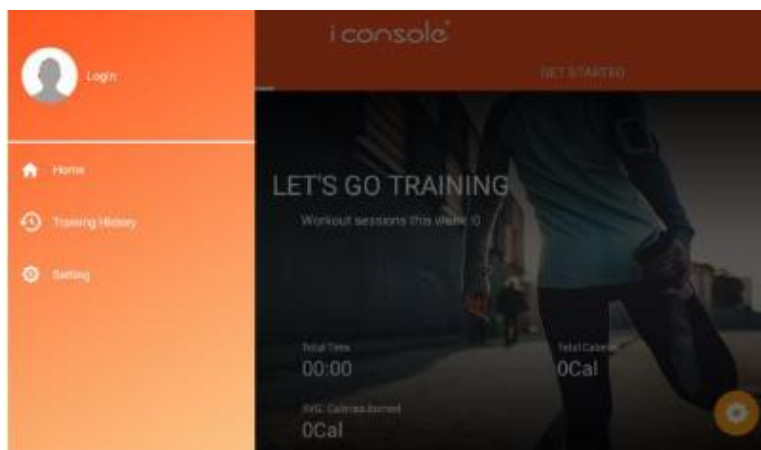
STOP: Stiskem zastavíte program.

Level up: Stiskem navýšíte zátěž

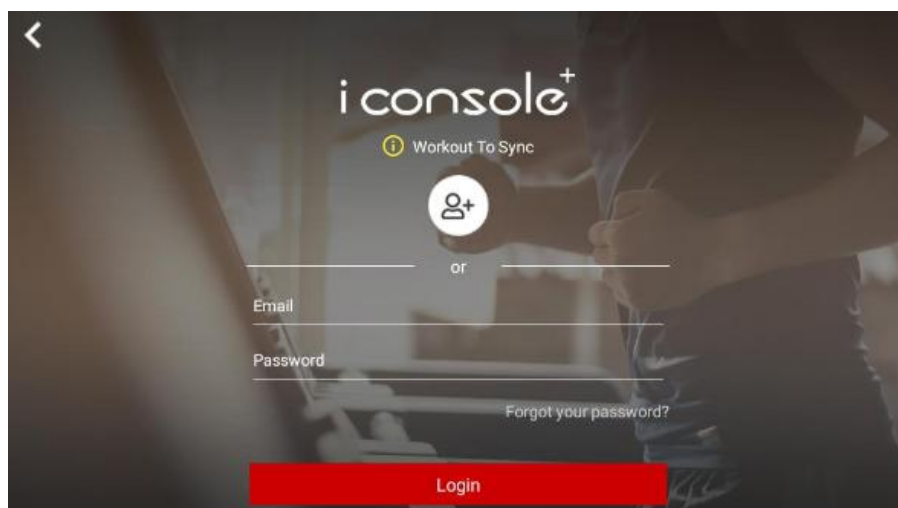
Level down: Stiskem snížíte výkon

Navigace systémem

1. **Login:** přihlášení pomocí emailu
2. **Home:** návrat na domovskou stránku
3. **Training history:** informace o tréninku (nuté přihlášení)
4. **Setting:** nastavení

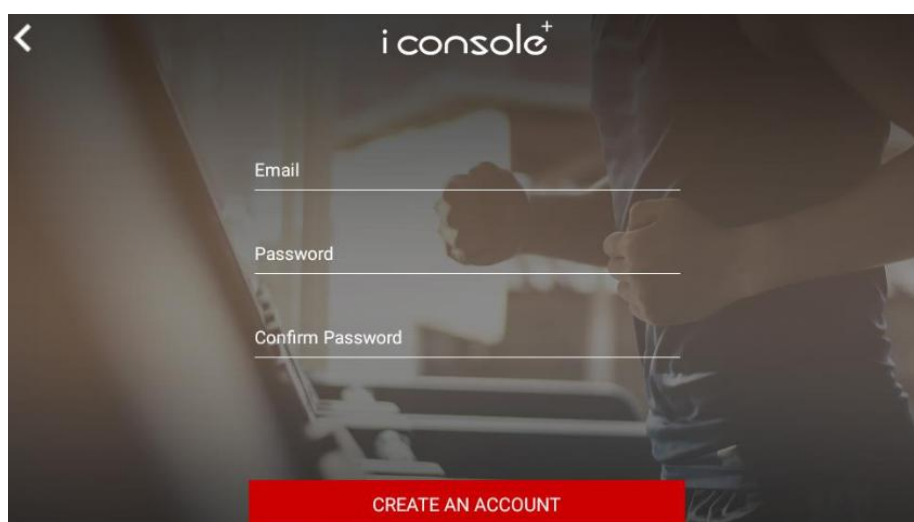


A. Přihlášení: přihlaste se pomocí emailu a hesla



The login screen for i console+ features a dark background with a person's silhouette. At the top left is a back arrow. The logo 'i console+' is centered at the top. Below it is a yellow info icon followed by 'Workout To Sync'. A circular icon with a person and a plus sign is centered. Below this is a horizontal line with 'or' in the middle. Underneath are two input fields labeled 'Email' and 'Password'. A link 'Forgot your password?' is to the right of the password field. At the bottom is a red button labeled 'Login'.

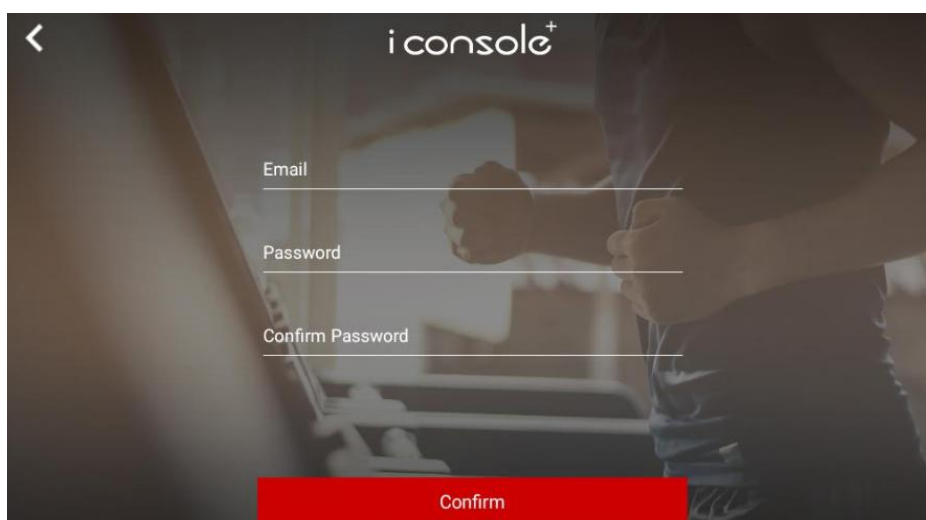
Vytvořete účet



The 'Create Account' screen for i console+ has a dark background with a person's silhouette. It includes a back arrow at the top left and the 'i console+' logo at the top. Below the logo are three input fields labeled 'Email', 'Password', and 'Confirm Password'. At the bottom is a red button labeled 'CREATE AN ACCOUNT'.

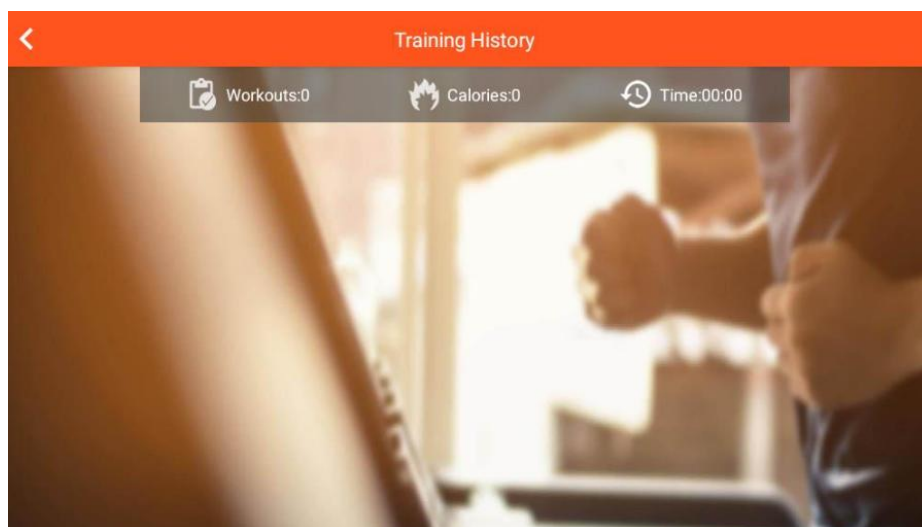
Forgot password

Pro obnovení zapomenutého hesla zadejte emailovou adresu, zadejte nové heslo a potvrďte nové heslo. Poté na zadaném emailu potvrďte změnu hesla.

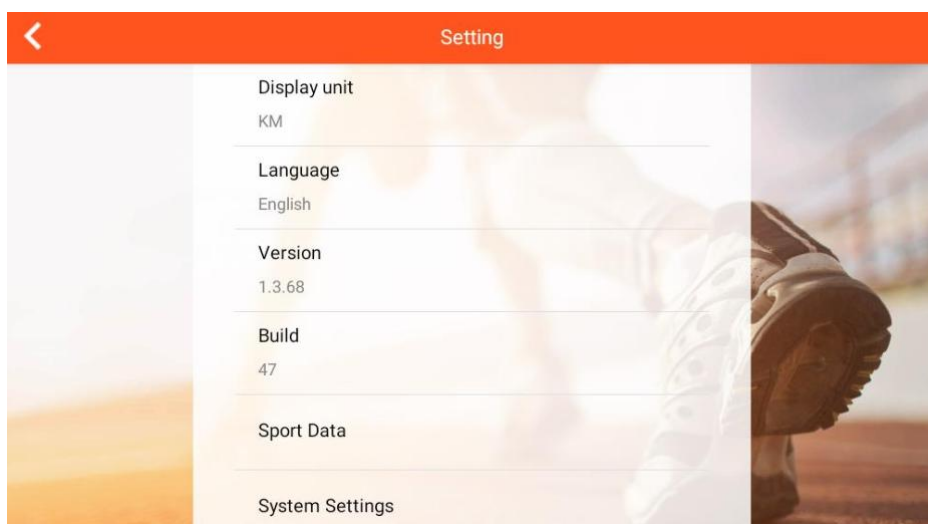


The 'Forgot Password' screen for i console+ features a dark background with a person's silhouette. It includes a back arrow at the top left and the 'i console+' logo at the top. Below the logo are three input fields labeled 'Email', 'Password', and 'Confirm Password'. At the bottom is a red button labeled 'Confirm'.

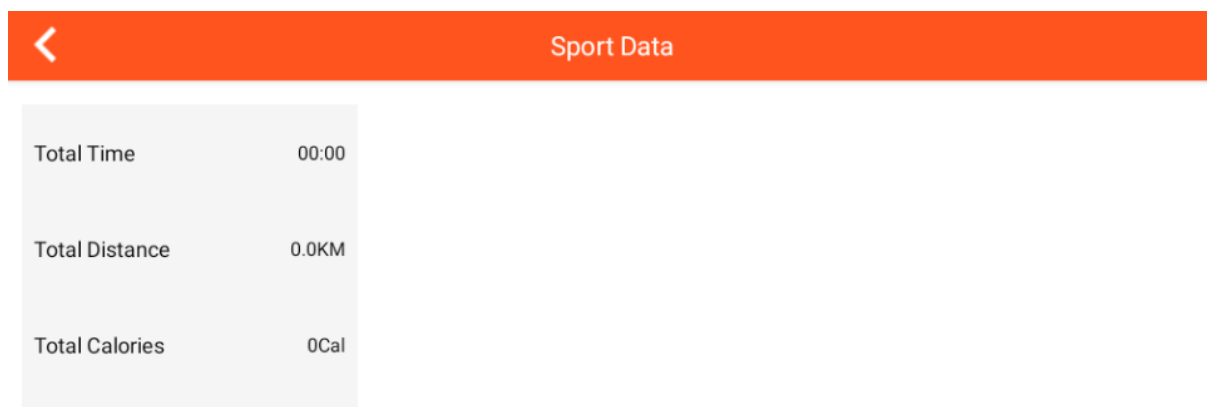
B. Training history: zobrazení předchozích tréninků, pro zobrazení je nutné trénink uložit a být přihlášen.



C. Setting: jednotka měření / jazyk / verze aplikace / nastavení systému / aktualizace systému

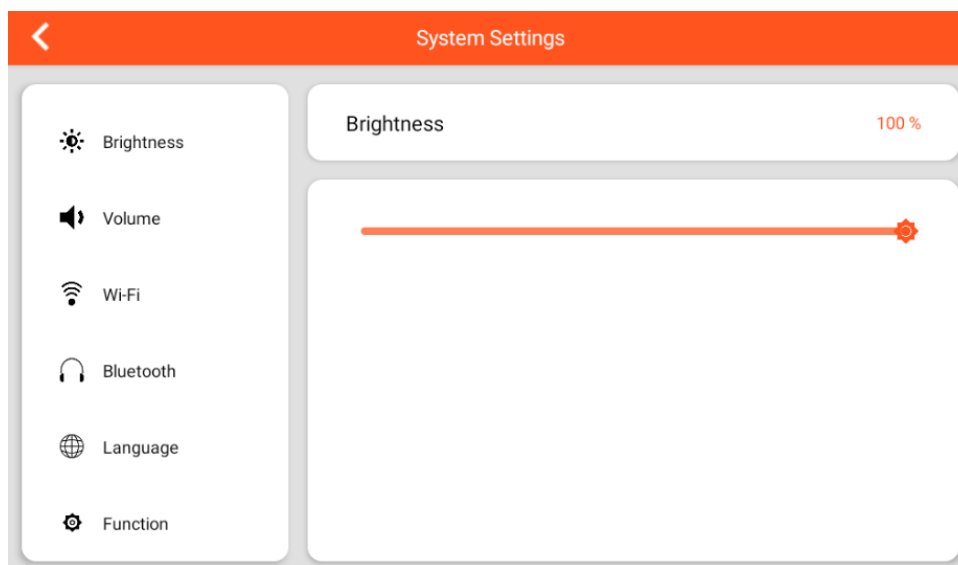


Sport data: údaje o cvičení, celkový čas / celková vzdálenost / celkové spálené kalorie.

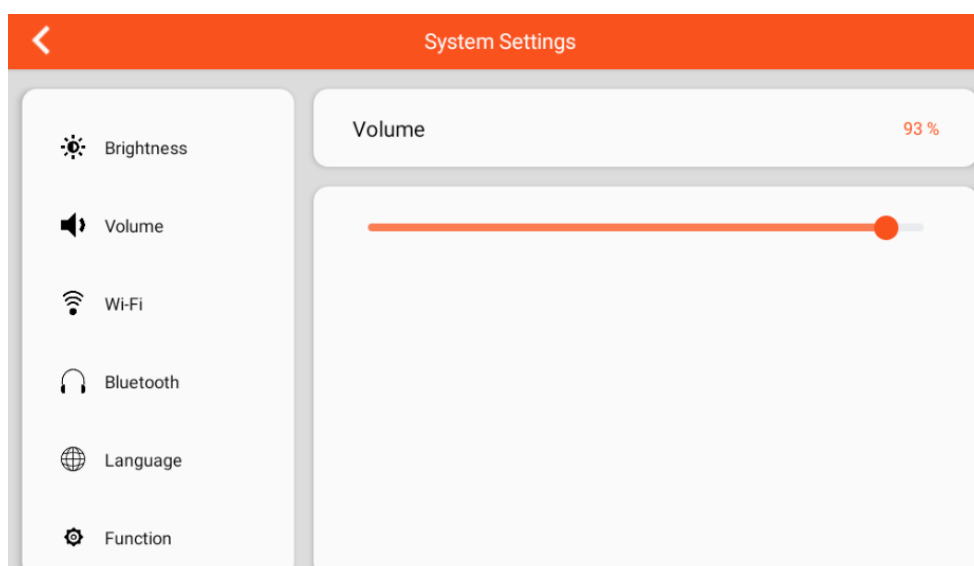


Nastavení systému: jas / hlasitost / WiFi / audio Bluetooth / jazyk / jednotky

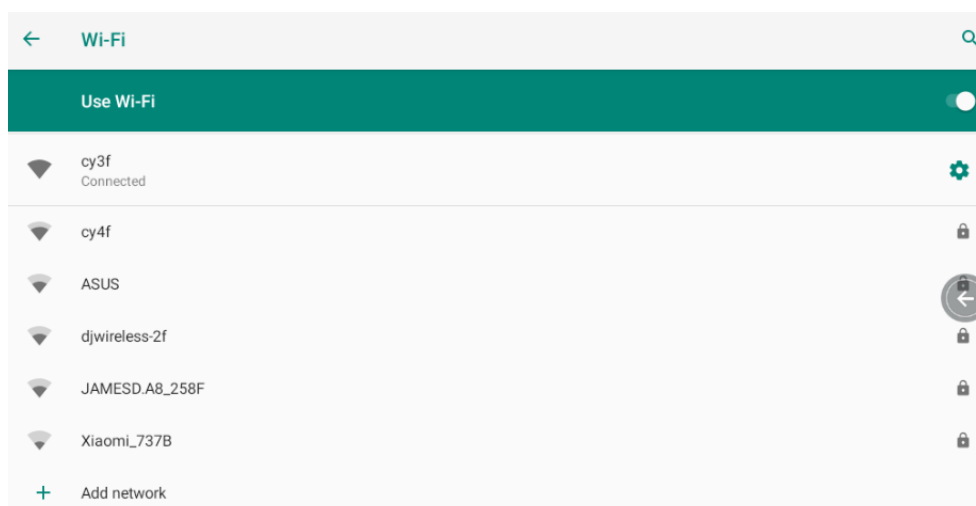
a. Nastavení jasu



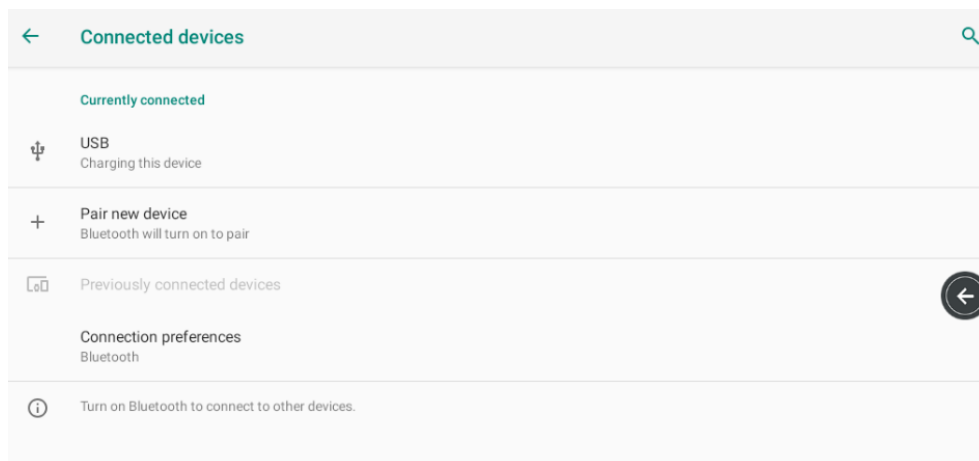
b. Nastavení hlasitosti



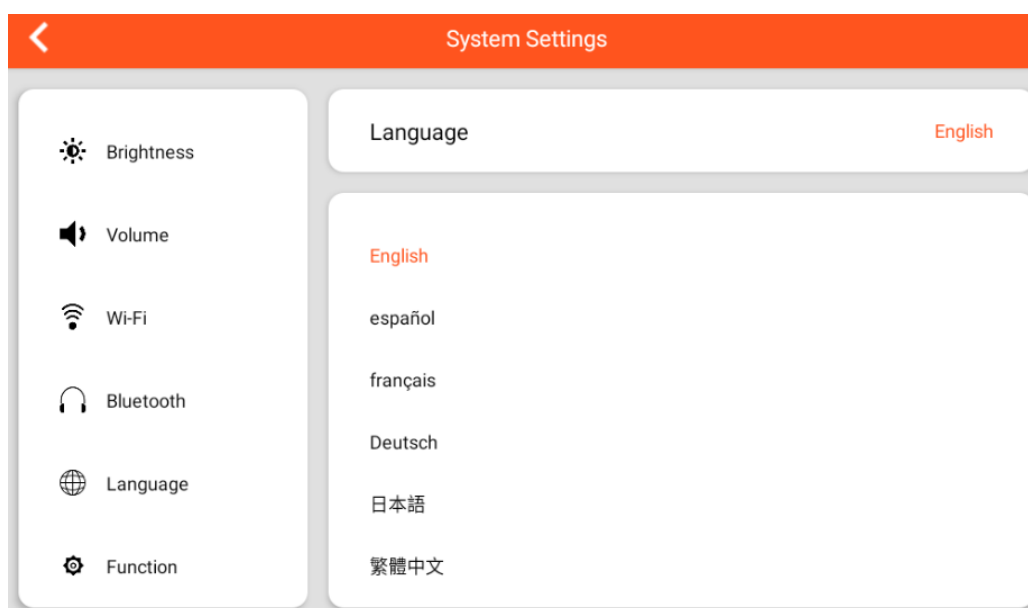
c. WiFi nastavení



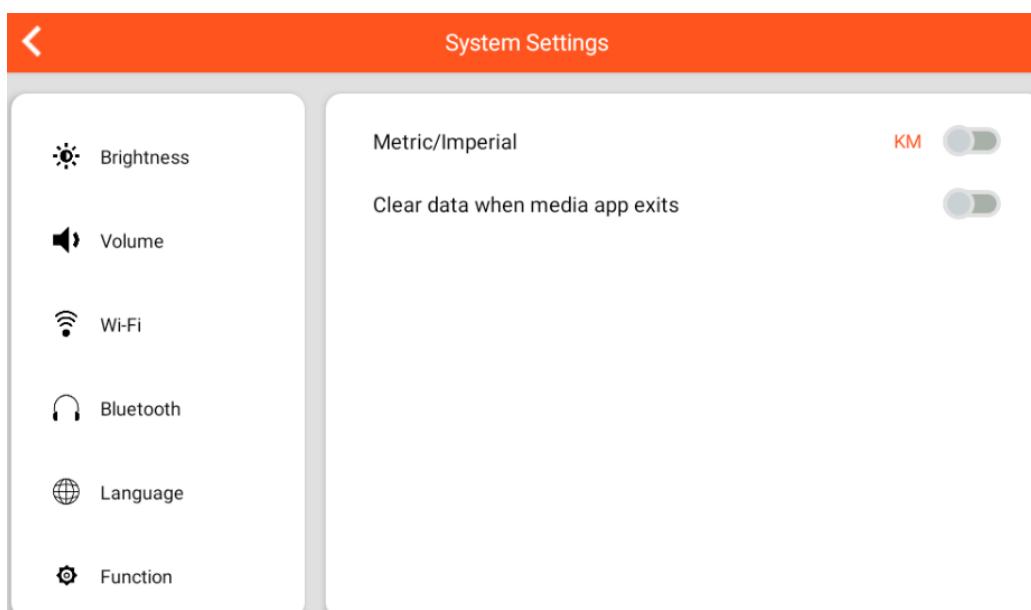
d. Bluetooth



e. Jazyk



f. Nastavení jednotek



Aktualizace aplikací

< App Store

↓ ⚙

No apps to download or upgrade

 Slightly Browser
1.0.6

Latest

 Netflix
1.0.4

Latest

 Spotify
1.0.2

Latest

 Chrome
1.0.3

Latest

 Kinomap
6.9.1

Latest

 Facebook
1.0.2

Latest

< App Store

↓ ⚙

No apps to download or upgrade

 Google Japanese Input
1.0.0

Latest

 Google Pinyin Input
1.0.0

Latest

 Google Zhuyin Input
1.0.0

Latest

 ES File Explorer
1.0.0

Latest

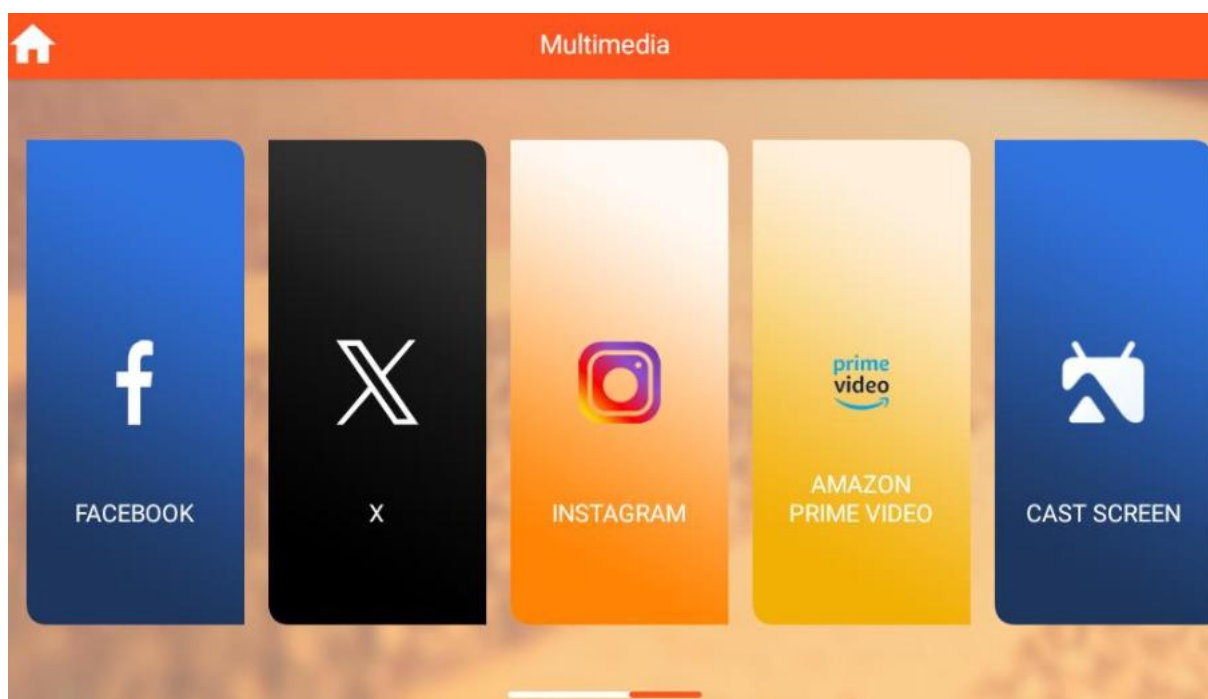
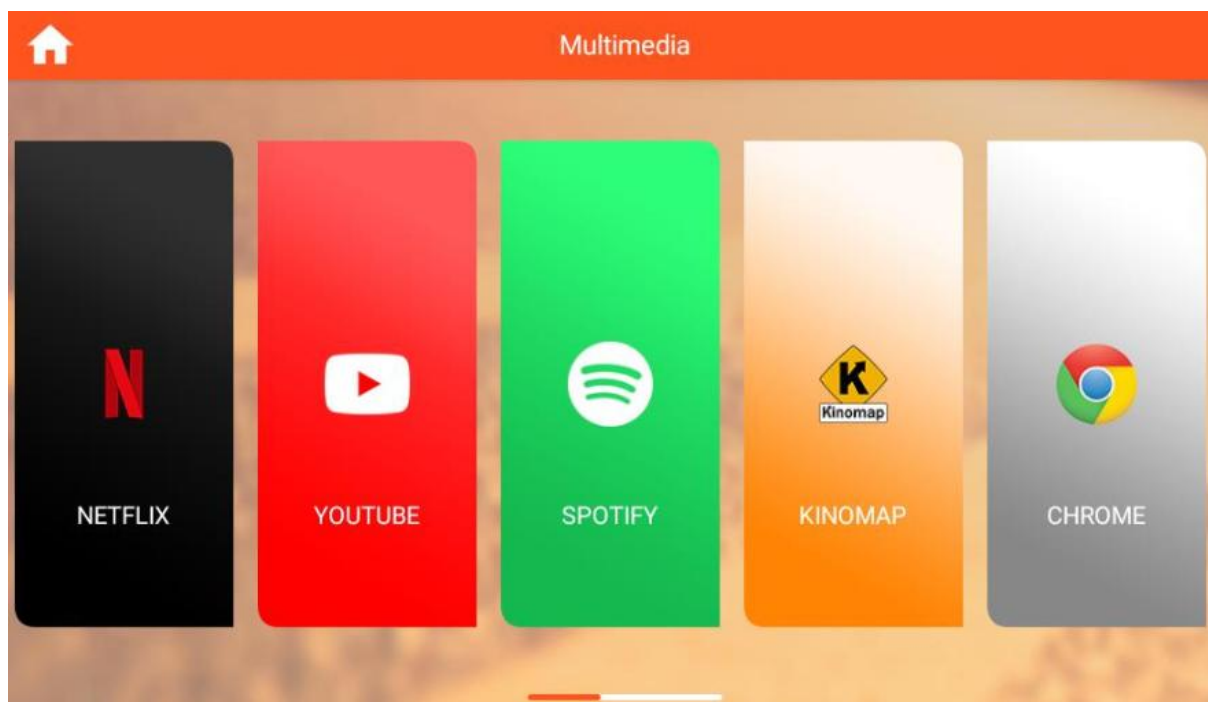
 Cast screen
1.6.3

Latest

 iConsole
1.3.68

Latest

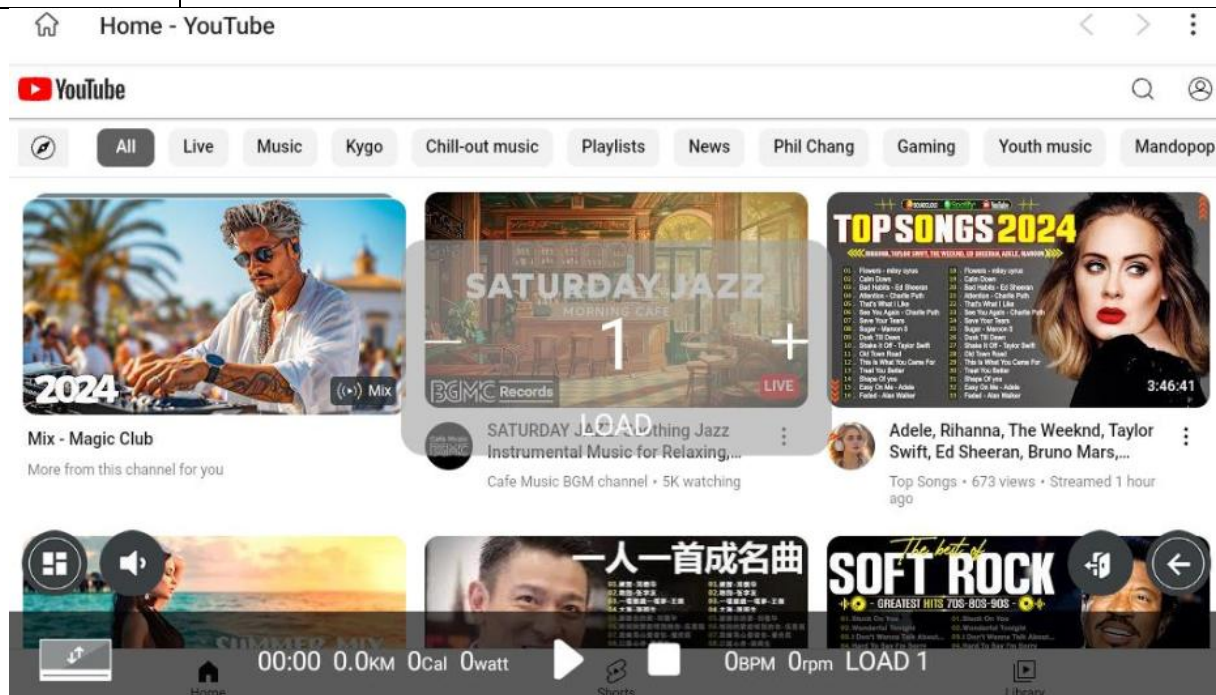
Multimédia: Pomocí posuvníku můžete přepínat mezi zobrazenými aplikacemi: Netflix, Youtube, Spotify, Kinomap, Chrome, Facebook, Twitter (X), Instagram, Amazon prime video, sdílení obrazovky.



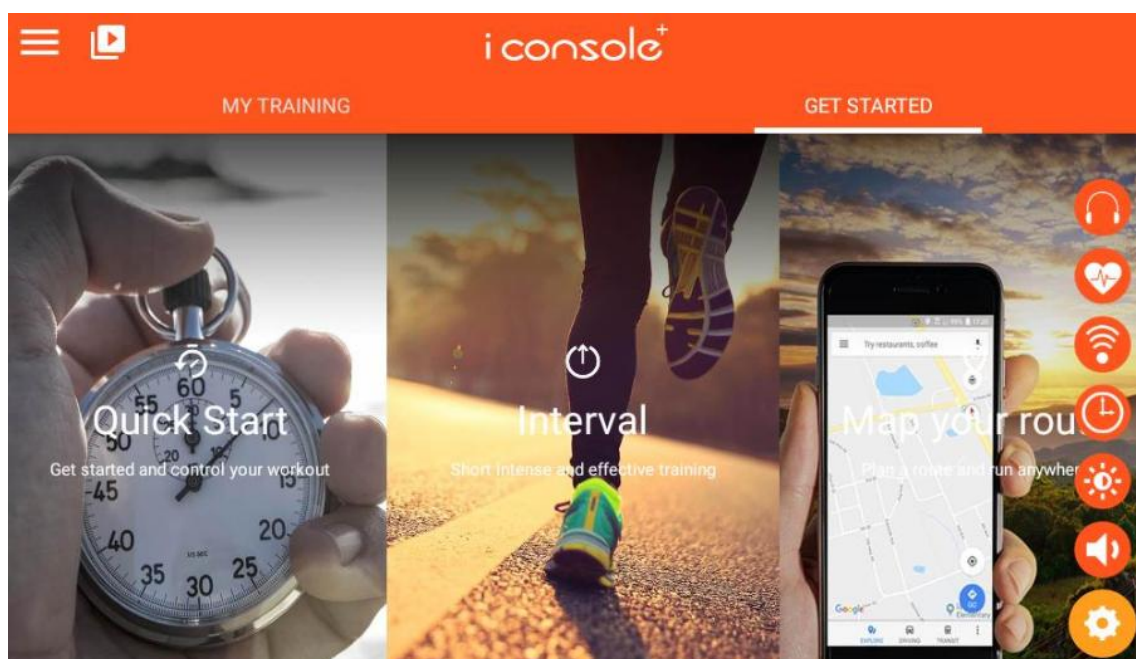
Během přehrávání nebo prohlížení médií můžete pomocí tlačítek provést následující operace:

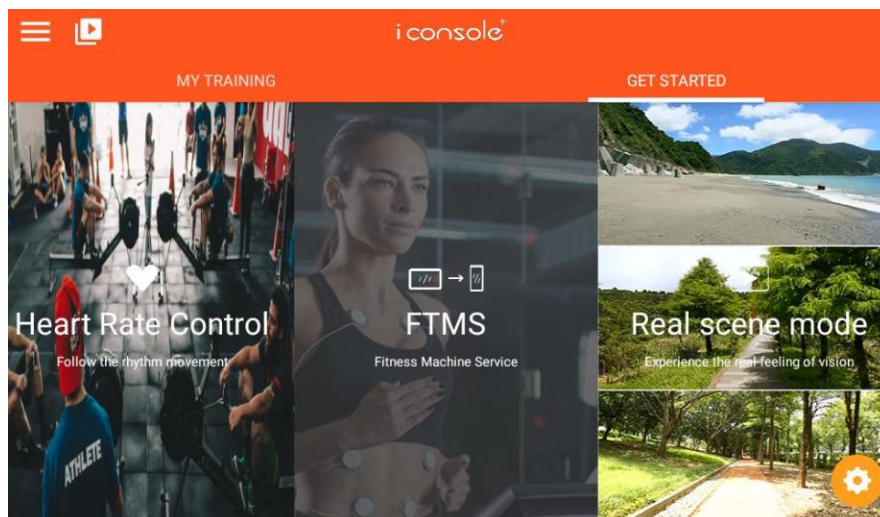
	Zobrazení / skrytí údajů o cvičení
	Návrat na předchozí stránku

	Návrat na domovskou stránku
	Spustit program
	Zastavit program
LOAD	Nastavení zátěže



Popis funkcí: rychlý start / interval / konstatní výkon / programy / program tepové frekvence / scénérie / FTMS Bluetooth



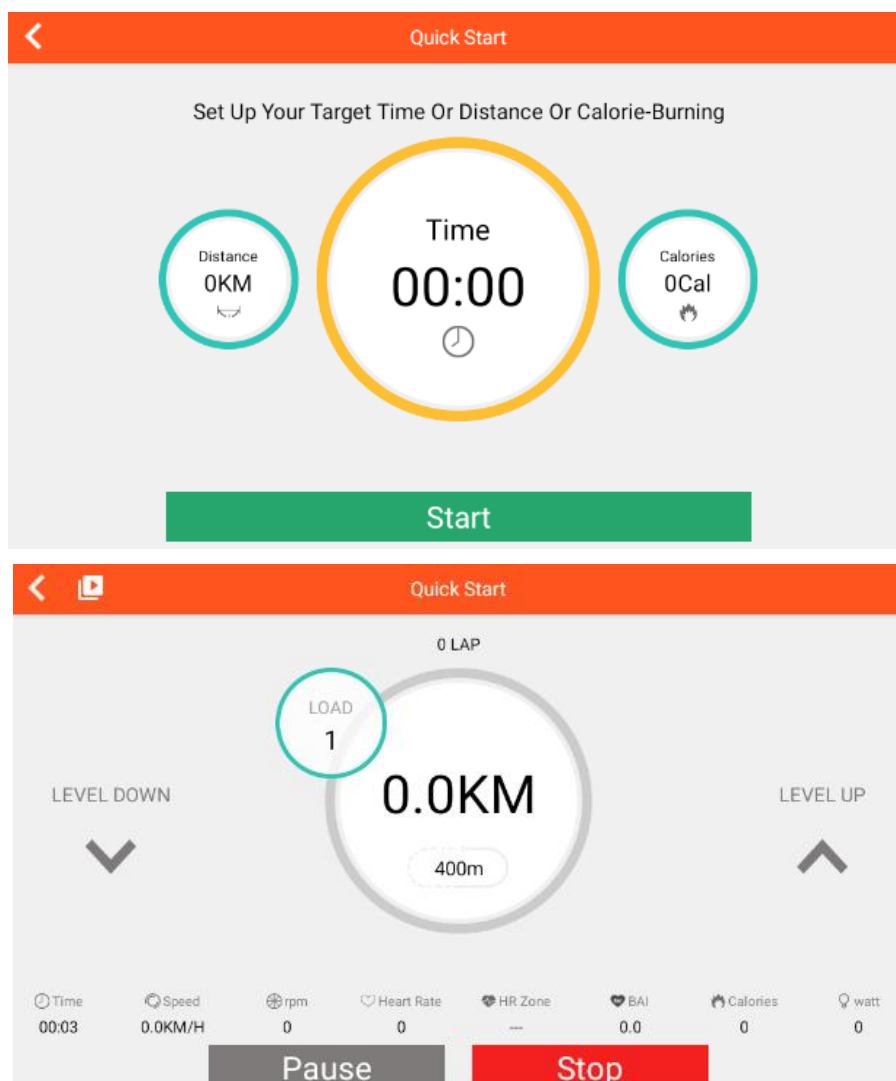


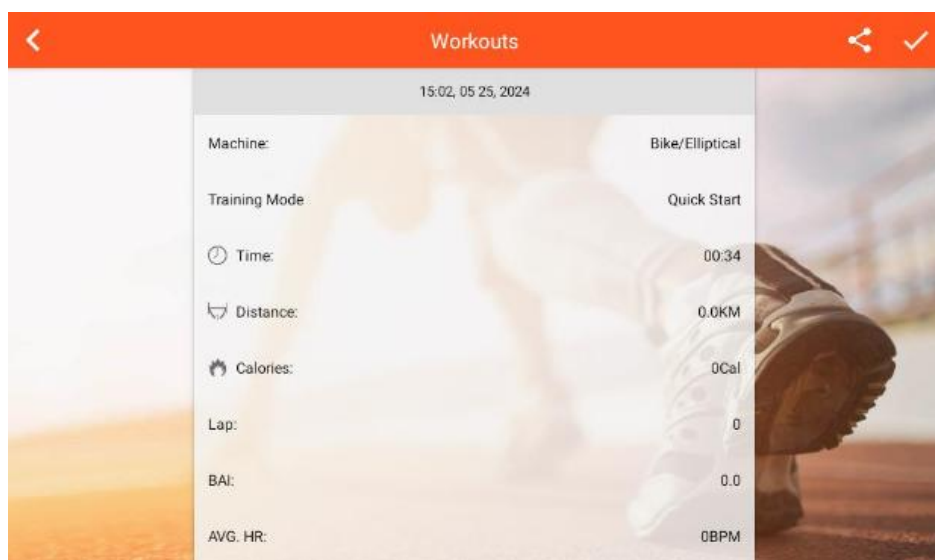
1. Rychlý start:

A. Nastavení hodnot (vzdálenost / čas / kalorie), stiskem START spustíte program, hodnoty se budou počítat.

B. Během cvičení můžete pomocí tlačítek LEVEL UP / DOWN změnit zátěž, stiskem PAUSE pozastavíte program, stiskem STOP zastavíte a opustíte program.

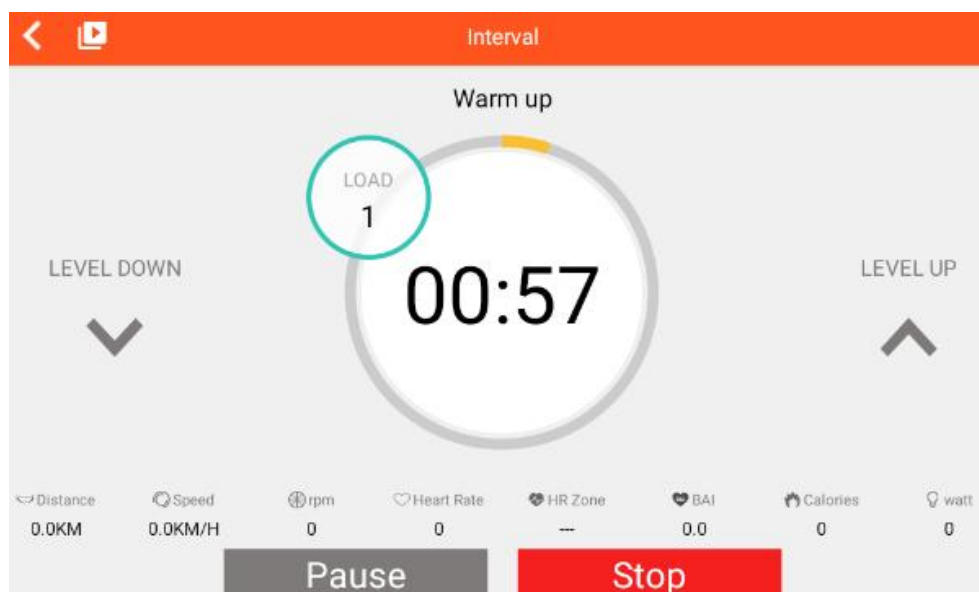
C. Po dokončení programu se zobrazí souhrn cvičení.

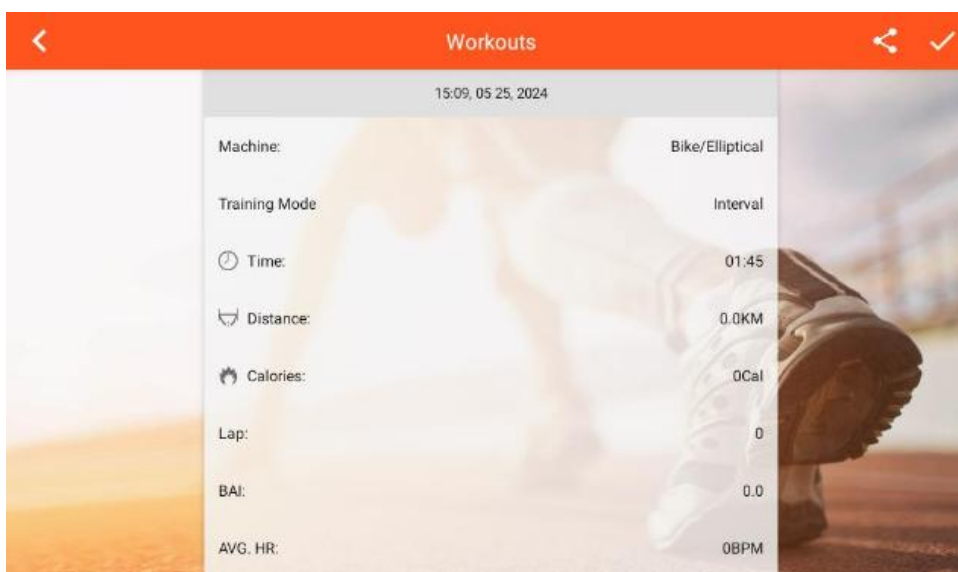
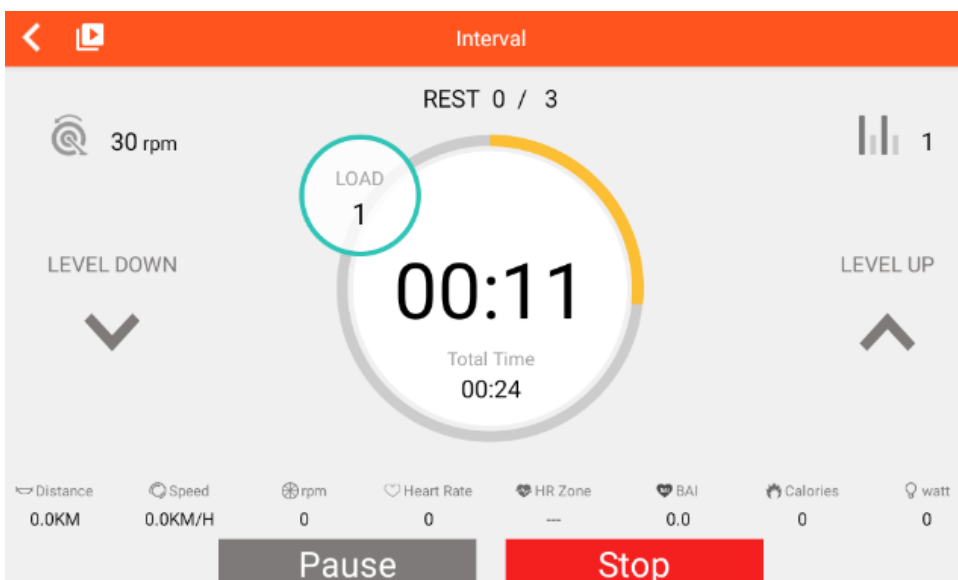
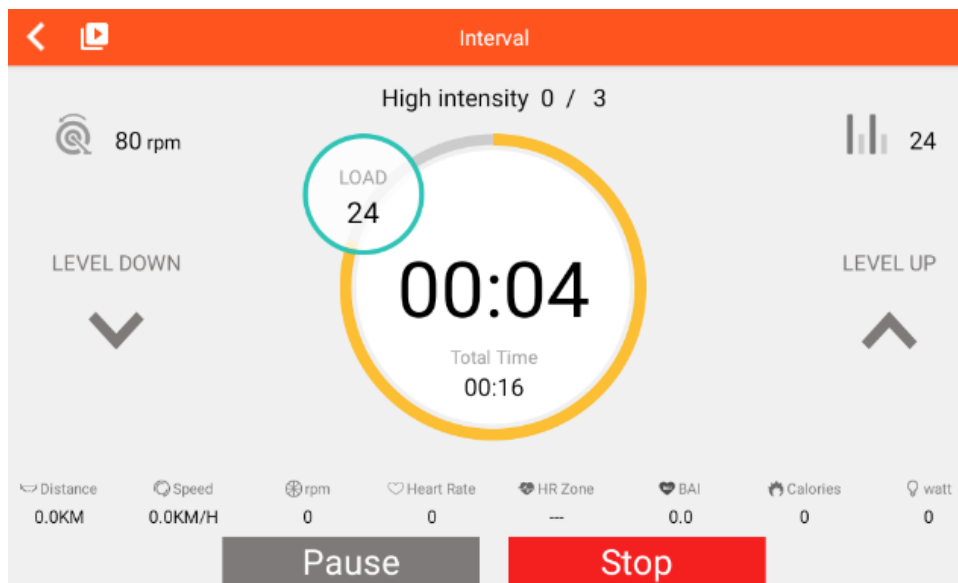




2. Program intervalu

- Nastavte hodnotu cyklu / času / zátěže / cílové tepové frekvence. Stiskem START spustíte program.
- Před cvičením proveďte rozcvičku.
- Během programu můžete upravit zátěž.
- Stiskem PAUSE pozastavíte program, stiskem STOP ukončíte a opustíte program.
- Po dokončení programu se zobrazí souhrn cvičení.





3. Program map

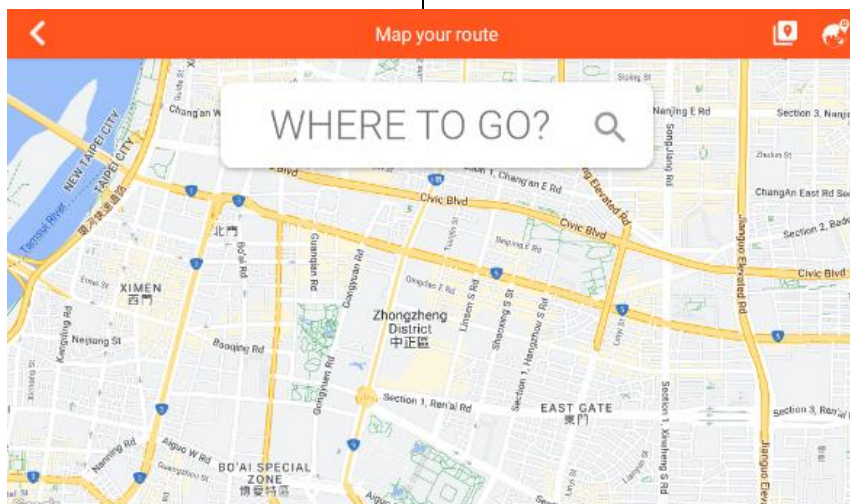
A. Po výběru programu můžete zvolit region. Stiskem  přepnete mezi předpřipravenými trasami Číny nebo ostatními regiony. Výběrem  přepnete mezi Čínou nebo světovou mapou google maps.



Čína



Světová mapa



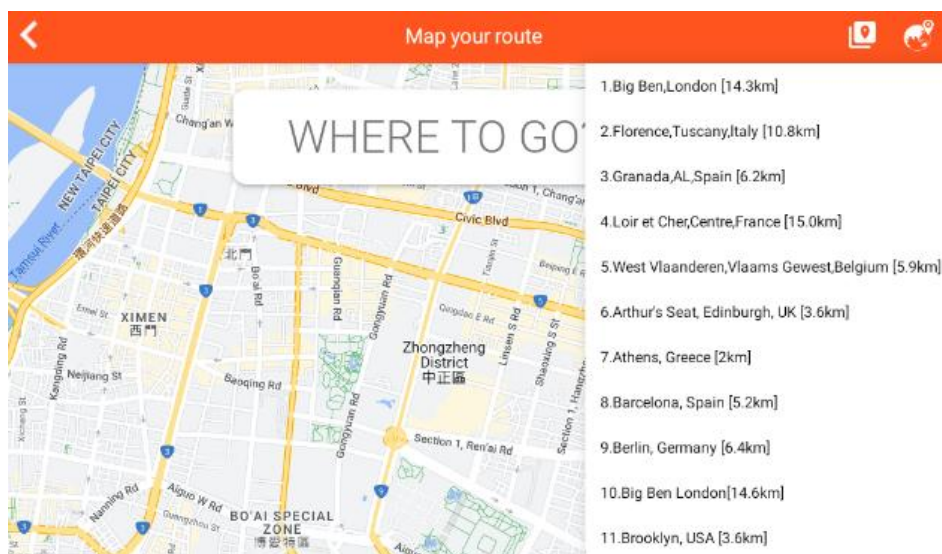
B. Naplánujte trasu. Dlouze stiskněte  pro nastavení startovní polohy, 2x dlouze stiskněte pro nastavení cíle . 3x dlouze stiskněte pro nastavení bodů pro přechod . Vyberte GO  pro spuštění programu. Stiskem  vynulujete mapu.

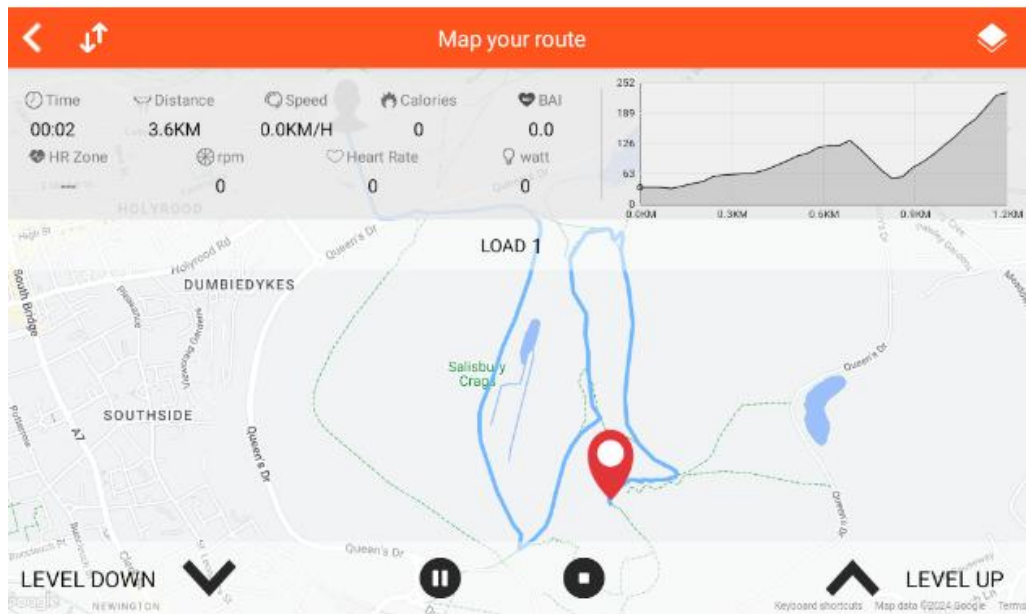
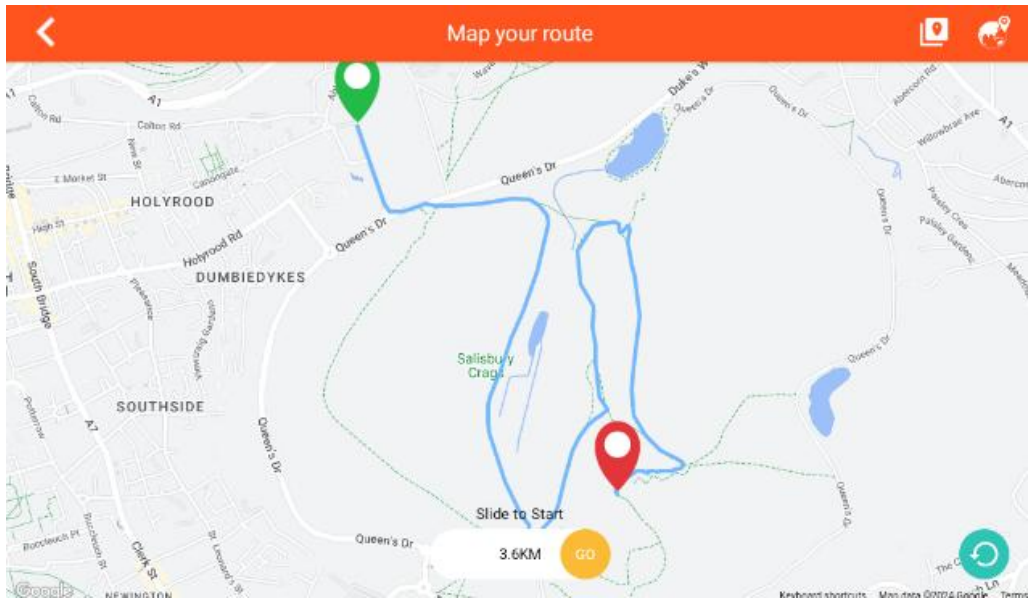
C. Stiskem  zobrazíte / skryjete hodnoty. Stiskem  přepnete zobrazení mapy.

D. Během programu můžete nastavit zátěž.

E. Stiskem PAUSE pozastavíte program, stiskem STOP ukončíte a opustíte program.

F. Po dokončení programu se zobrazí souhrn cvičení.

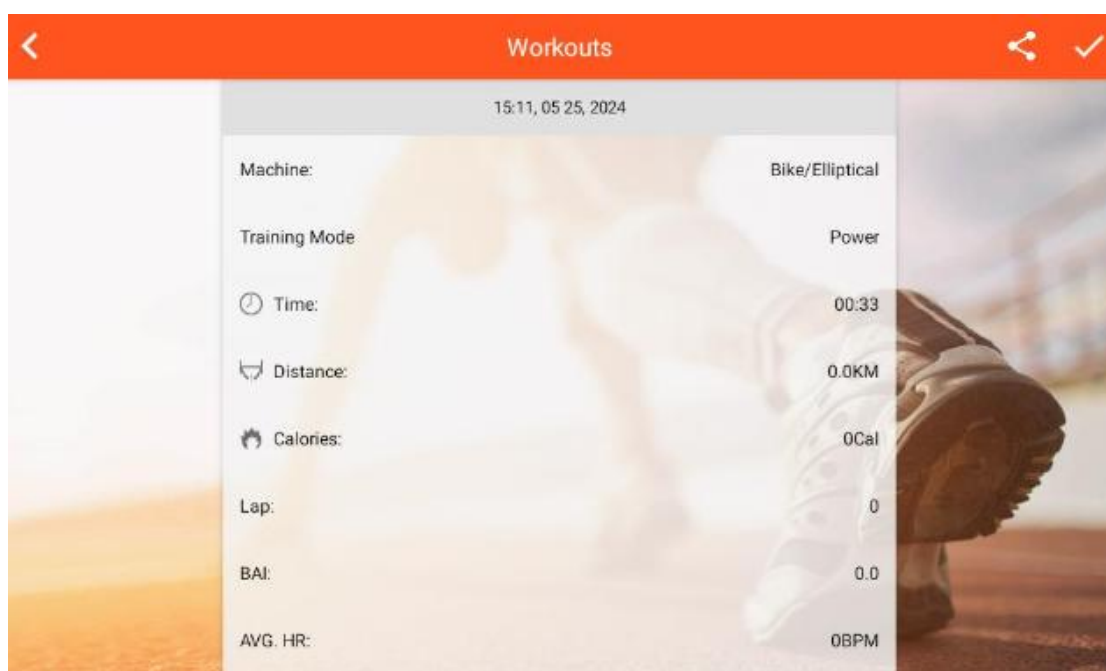
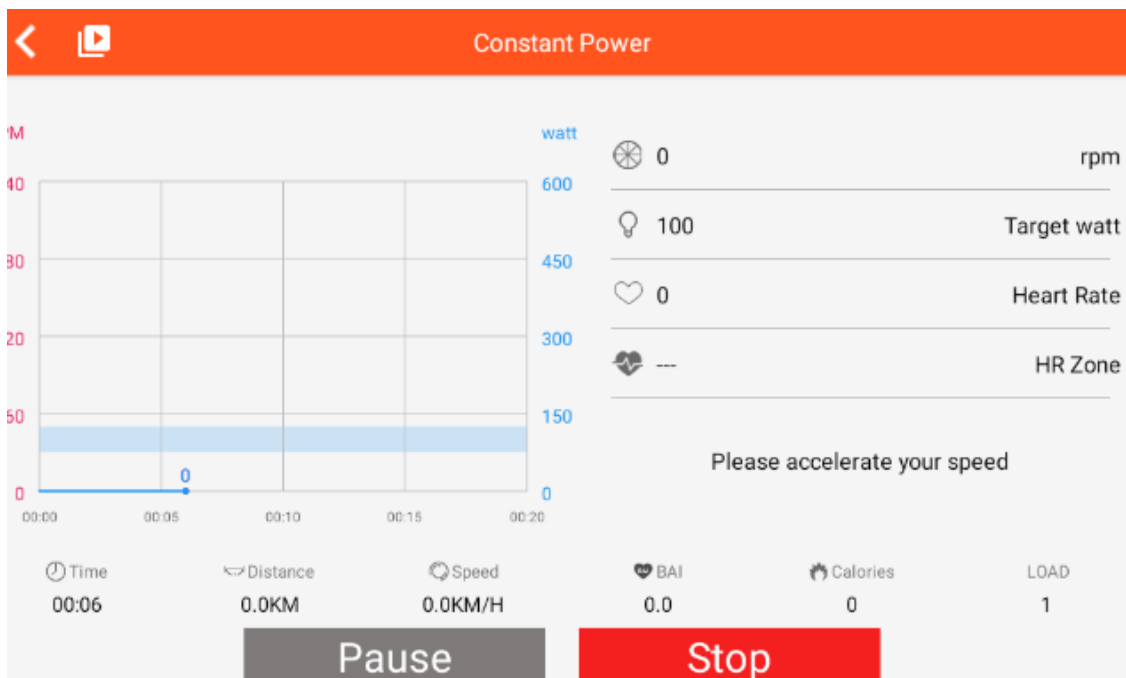




Workouts	
15:11, 05 25, 2024	
Machine:	Bike/Elliptical
Training Mode	Map your route
Time:	00:49
Distance:	0.0KM
Calories:	0Cal
Lap:	0
BAI:	0.0
AVG. HR:	0BPM

4. Program konstatního výkonu

- A. Uživatel může nastavit čas / cílový výkon. Stiskem START program spustíte.
- B. Zátěž je nastavena v závislosti na výkonu.
- C. Stiskem PAUSE pozastavíte program, stiskem STOP ukončíte a opustíte program.
- D. Po dokončení programu se zobrazí souhrn cvičení.



Přednastavení programy

- A. Nastavte čas a poté vyberte jeden z programů P1~P12. Stiskem START program spustíte.
- B. Zátěž bude upravena podle programu, nebo ji můžete sami upravit pomocí příslušných tlačítek.
- C. Stiskem PAUSE pozastavíte program, stiskem STOP ukončíte a opustíte program.
- D. Po dokončení programu se zobrazí souhrn cvičení.

Programs

Time

0:00

P1

P2

P3

P4

P5

P6

P7

P8

P9

P10

P11

P12

User Program

U1

U2

U3

U4

Start

Programs

LOAD

1

LEVEL DOWN

P1

LEVEL UP

Time

Distance

Speed

rpm

Heart Rate

HR Zone

BAI

Calories

watt

00:05

0.0KM

0.0KM/H

0

0

0.0

0

0

Pause

Stop

Programs

Time

0:00

P1

P2

P3

P4

P5

P6

P7

P8

P9

P10

P11

P12

User Program

U1

U2

U3

U4

Edit

Start

U1



LEVEL DOWN



LEVEL UP



U2

LOAD
1

LEVEL DOWN



LEVEL UP



Pause

Stop

15:12, 05 25, 2024

Machine:	Bike/Elliptical
Training Mode	Program
Time:	00:36
Distance:	0.0KM
Calories:	0Cal
Lap:	0
BAI:	0.0
AVG. HR:	0BPM

Program tepové frekvence

- A. Nastavte věk / čas / cíl 55% 75% 90% tepové frekvence a stiskněte START pro spuštění.
- B. Zátěž bude upravena podle tepové frekvence. Pokud je tepová frekvence nižší, bude zátěž zvýšena. Pokud je tepová frekvence vyšší, bude zátěž snížena.
- C. Bez detekce tepové frekvence po dobu 30 vteřin se program vypne.
- D. Stiskem PAUSE pozastavíte program, stiskem STOP ukončíte a opustíte program.
- E. Po dokončení programu se zobrazí souhrn cvičení.

Heart Rate Control

Set up your training target

Keep your heartrate in between the heartrate zone you set during the training

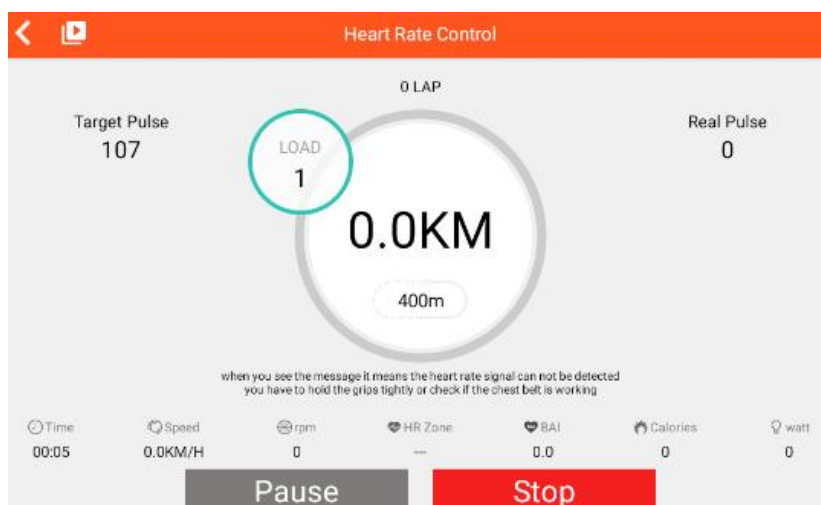
Age 25

Time 0:00

Target Pulse 107BPM

55% 75% 90% TAG

Start



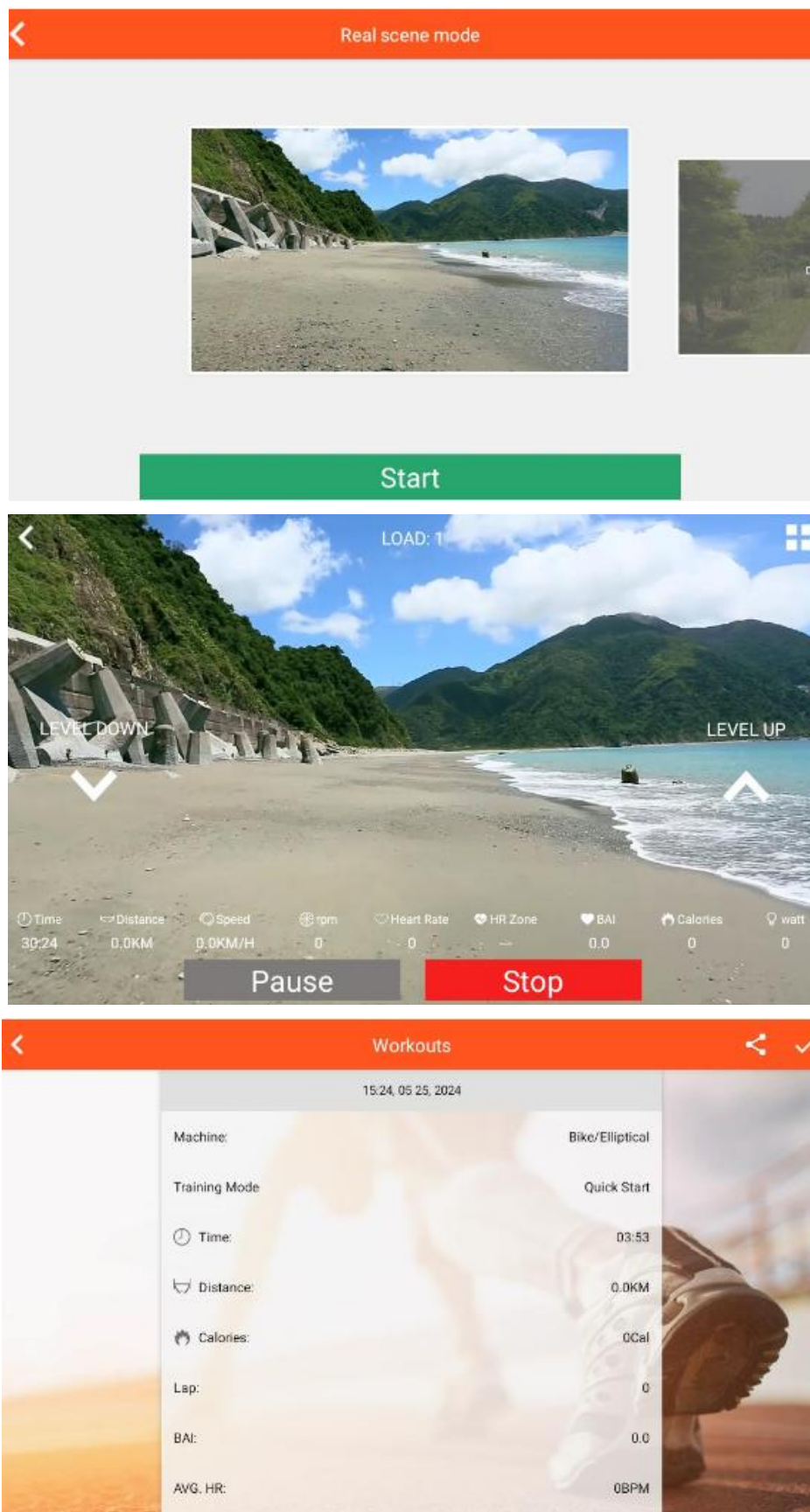
Workouts

15.13, 05.25, 2024

Machine:	Bike/Elliptical
Training Mode	Heart Rate
Time:	00:40
Distance:	0.0KM
Calories:	0Cal
Lap:	0
BAI:	0.0
AVG. HR:	0BPM

Scénérie

Můžete si vybrat jedno ze tří videí. Video spustíte stiskem START.



SEZNAM ČÁSTÍ

Ozn.	Název	Ks.	Ozn.	Název	Ks.
1	Hlavní rám	1	37	Volnoběžné kolo	1
2	Nosník	1	38	Signální podložka	1
3L/R	Pedály	2	39	Kryt konzole	1
4L/R	Rám pohyblivých madel	2	40L/R	Horní kryt madel	2
5L/R	Nastavitelný rám madel	2	41L/R	Spodní kryt madel	2
6	Spodní část madel	2	42	Tlačítko opěrky	2
7L/R	Pohyblivá madla	2	43	Kotouč kliky	2
8	Kryt volnoběžného kola	1	44	Dekorační krytka	2
9	Spojovací osa pedálů	2	45	Pin	2
10	Pevná madla	1	46L/R	Krytka madel	2
11	Osa	2	47L/R	Vnější krytka madel	2
12	Hřídel kladky	1	48	Základna měřítka	2
13	Držák magnetu	1	49L/R	Spojovací rám	2
14	Podložka	2	50L/R	Vnitřní krytka pedálu	4
15	Panel konzole	1	51L/R	Vnější krytka pedálu	4
16	Držák konzole	1	52	Vložka vymezovače	4
17	Nastavitelná základna konzole	1	53L/R	Kryt pedálů	2
18	Podložka	4	54	Protiskluzový nášlap	2
19	Objímka vymezovače ložiska	4	55L/R	Kryt řetězu	2
20	Řemenice	1	56	Kryt skladovacího prostoru	1
21	Kryt šroubu	2	57	Protiskluzová podložka	1
22	Objímka vymezovače ložiska	4	58	Přepravní kolečko	2
23	Magnet	6	59	Nastavitelná nožička	4
24	Šroub	4	60	Krytka	4
25	Kryt šroubu	2	61	Šroub	2
26	Rám konzole	1	62	Nastavitelný rám	1
27	Distanční pouzdro	1	63	Pružina	1
28	Objímka řemenice	1	64	Horní kryt madel	1
29	Vlnitá podložka $\phi 12$	1	65	Spodní kryt madel	1
30	Držák pružiny	1	66	Šroub M6*15	4
31	Šroub	1	67	Šroub M10*45	2
32	Setrvačnick	1	68	Šroub M8*20	4
33	Osa setrvačnicku	1	69	Šroub M6*8	2
34	Řemen	1	70	Šroub M6*15	7
35	Konzole	1	71	Šroub M6*20	2
36	Kabel motoru	1	72	Šroub M8*15	15

73	Šroub M8*45 15mm	3	111	Šroub M10*48.5mm 15mm	2
74	Šroub M8*20	10	112	Šroub M8*12 (φ13.6)	10
75	Šroub M12*68 20mm	2	113	Ložisko 6001-2RZ	1
76	Matice M8	3	114	Ložisko 6301RZ-2RZ	1
77	Matice M6	6	115	Ložisko 6003-2RZ	1
78	Matice M10*P1.0*10T 15	2	116	Ložisko 6006-2RZ	2
79	Matice M4	1	117	Ložisko 6205-2RZ(P6)	4
80	Matice M12*P1.75	2	118	Ložisko C*SH 6202-2RZ (P6)	8
81	Matice M10*8H	4	119	Ložisko φ30*φ12*15	2
82	Matice M12*P1.25*10T	2	120	Klíč 17*19	1
83	Matice M6*10	2	121	Kryt ložiska 6204RZ	2
84	Pružina φ17	1	122	Ložisko 2203RS Z3	2
85	Pružina C12	1	123	Prostřední kabel 500mm	1
86	Pružina 37.8*1.6	1	124	Kabel detekce pulsu 500mm	1
87	Pružina 43.5*1.75	2	125	Kabel rychlosti „+“, 600mm	1
88	Pružina 50.5*1.75	2	126	Kabel rychlosti „-“, 600mm	1
89	Podložka φ8.1*φ12.3*t2.1	4	127	Komunikační kabel 750mm	1
90	Podložka φ6.1*φ9.1*t1.5	2	128	Napájecí kabel L=1100mm	1
91	Podložka φ10.1*φ15.3*t2.1	2	129	Kabel indukce 400mm	1
92	Podložka φ6.6*φ16*t1.6	13	130	Zdroj AG100-240V~50/60Hz	1
93	Podložka φ9*φ16*t1.6	31	131	Kabelová spona 3*200	1
94	Podložka φ13*φ24*t2.5	2	132	Kabelová spona 5*250	6
95	Podložka φ4*φ9*t0.8	2	133	Vlnitá podložka Φ15*φ21*T0.3	2
96	Podložka φ6.6*φ11.8*t1.6	8	134	Klíč 5MM 25*80	1
97	Podložka φ4*φ12*t1.0	4	135	Klíč 6MM 50*80	1
98	Šroub M5*8	12	136	Šroubovák s klíčem 13,14,17	1
99	Šroub M4*12	36	137	Vlnitá podložka φ25	2
100	Šroub ST3.0*15	1	138	Držák magnetu	1
101	Šroub BT3.0*6	8	139	Signální magnet	1
102	Šroub M4*8	12	140	Kabelová spona 5*500	7
103	Šroub M6*12	6	141	Matice M4	1
104	Šroub ST3.0*15	12	142	Matice M10	2
105	Šroub M4*5	6	143	Matice φ12*φ27*2.0	2
106	Šroub M4*12	2	144	Šroub M4*8	10
107	Šroub M6*18	1	145	Destička Φ10*φ22*T1.5	1
108	Šroub M4*15	16	146	Zástrčka 40*70	2
109	Šroub BT4.0*15	4	147	Magnetická koncovka sedadla	1
110	Šroub M5*15	8	148	Podložka Φ5.5*φ12*T1.0	2

149	Šroub M5*10	2		
-----	-------------	---	--	--

POUŽITÍ ELIPTICKÉHO TRENAŽERU

Eliptický trenažér je populární fitness stroj, jeden z nejnovějších a nejefektivnějších trenažérů pro domácí trénink.

Při cvičení na eliptickém trenažeru se nohy pohybují po eliptické křivce.

Eliptický trenažér je častou náhradou za rotopedy a běžecké pásy, protože je šetrnější pro vaše klouby. Díky držadlům procvičujete i vrchní polovinu těla.

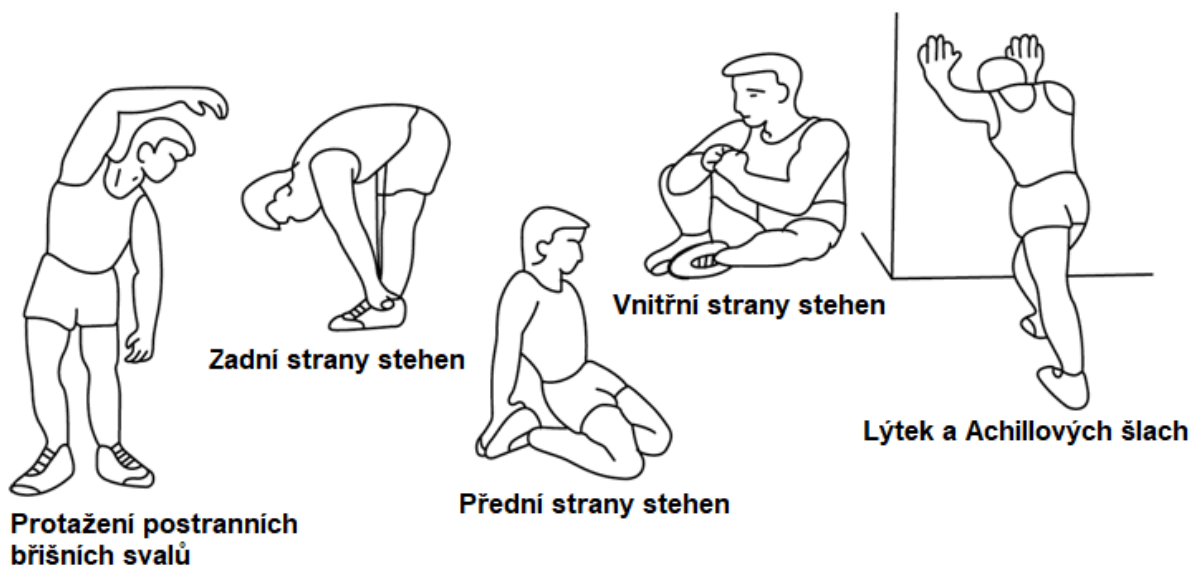
Při cvičení přenášíte váhu z jedné nohy na druhou. Snažte se udržovat vzpřímený a přirozený postoj. K tomu vám pomůžou úchyty. Najděte si ideální místo na držení rukojetí a snažte se pohybovat co nejpřirozeněji.

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.

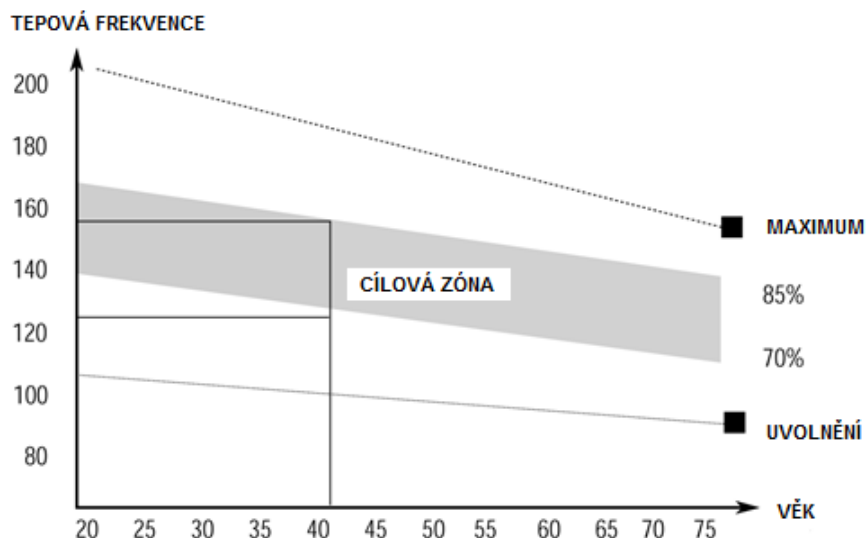
1. ROZCVIČKA

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 zvolněním 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 závisí jen na délce a intenzitě cvičení. Podstata je stejná jako při kondičním cvičení, avšak cíl je jiný.

ÚDRŽBA

- Použijte jen měkký hadřík a jemný prostředek na čištění.
- Plastové části nečistěte abrazivy nebo rozpouštědly.
- Po každém použití setřete pot.
- Zařízení chraňte před vlhkostí a extrémními teplotami.
- Zařízení, počítač a konzoli chraňte před přímým sluncem.
- Pravidelně kontrolujte dotažení všech šroubů a matic.
- Skladujte na suchém a čistém místě mimo dosah dětí.

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 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.

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, opotřebením brzdových destiček/špalků, řetězu, pláštěů, kazety/vícekolčka 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.

Proávající vyřídí reklamaci nejpozději do 30 dnů od doručení vadného zboží, pokud nebude dohodnuta lhůta delší. Za den vyřízení se považuje den, kdy bylo opravené nebo vyměněné zboží předáno kupujícímu. Není-li prodávající s ohledem na charakter vady schopen 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 SEVEN SPORT s.r.o.

Sídlo: Strakonická 1151/2c, Praha 5, 150 00, ČR
Centrála: Dělnická 957, Vítkov, 749 01
Reklamace 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

Datum prodeje:

Razítko a podpis prodejce:

Reklamace zboží



SK Stores inSPORTline SK, s.r.o.

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

IČO: 46259317
DIČ: SK2023299729

Tel.: +421 917 700 098
Mail: objednavky@insportline.sk
reklamacie@insportline.sk
servis@insportline.sk

Web: www.inSPORTline.sk

Vrácení a výměna zboží do 30 dnů

