



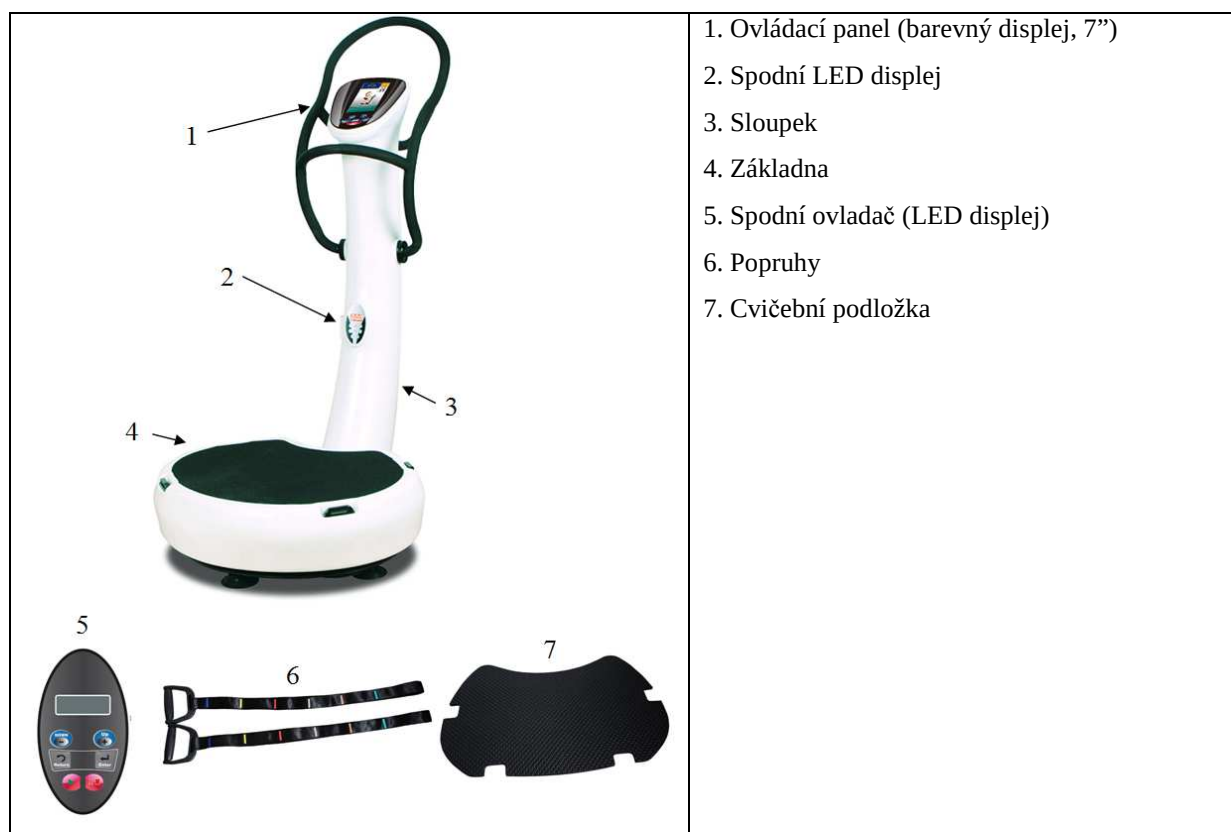
UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ
IN 8052 Vibromasážní stroj inSPORTline Katrina SE



OBSAH

DÍLY	3
BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ.....	4
ÚDRŽBA	5
MONTÁŽ	6
BEZPEČNOSTNÍ INFORMACE.....	8
UMÍSTĚNÍ PŘÍSTROJE	8
OVLÁDÁNÍ POČÍTAČE	10
CVIČEBNÍ POZICE	24
NÁKRES.....	29
SEZNAM DÍLŮ.....	29
ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE.....	31

DÍLY



UPOZORNĚNÍ: Před prvním použitím přístroje si přečtete celý manuál. Manuál uschovejte pro případ potřeby.

BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ

Děkujeme vám za zakoupení tohoto přístroje. Ačkoliv se snažíme o dosažení nejlepší možné kvality našich výrobků, může při dodání přístroje některý z jeho dílů chybět nebo být poškozen. V tomto případě nás kontaktujte a my se pokusíme problém vyřešit.

Před zahájením montáže a prvním použitím přístroje si řádně přečtěte celý manuál. Dodržujte následující bezpečnostní upozornění:

1. Osoby s tělesným či mentálním postižením a osoby, které nejsou obeznámeny s informacemi v tomto manuálu, mohou přístroj používat pouze pod vedením zkušené osoby, která bude zodpovědná za jejich bezpečnost.
2. Děti mohou výrobek používat pouze v přítomnosti dospělé osoby, která dohlédne na jeho bezpečné a správné použití. Nenechávejte děti v blízkosti přístroje bez dozoru.
3. V případě poškození napájecího kabelu se z bezpečnostních důvodů vždy obraťte na výrobce, servisní oddělení nebo kvalifikovaného servisního technika.
4. Před zahájením jakéhokoliv cvičebního programu se poraďte s lékařem. Přestaňte okamžitě cvičit, jestliže začnete pociťovat některý z těchto stavů: bolest nebo tlak v oblasti hrudníku, nepravidelný tep, dýchací potíže, slabost apod. V případě jakýchkoliv problémů se o dalším cvičení poraďte s lékařem.
5. Do otvorů v přístroji nedávejte žádné předměty.
6. Přístroj by neměla používat osoba vážící více než 180 kg.
7. Na přístroji nesmí cvičit více osob najednou.
8. Vždy používejte přístroj na rovném a hladkém povrchu. Nepoužívejte jej venku nebo ve vlhkém prostředí.
9. Po skončení cvičení přístroj vypněte.
10. Na přístroji by neměli cvičit lidé s respiračním onemocněním.
11. Před každým cvičením zkontrolujte celkový stav přístroje a ujistěte se, že jsou všechny matice a šrouby řádně přitaheny.
12. Po každém cvičení přepněte síťový vypínač do pozice OFF.
13. Pro dosažení co nejlepších výsledků doporučujeme cvičit na přístroji denně 10-15 minut.
14. Před zahájením cvičení na přístroji byste se měli zahřát a protáhnout. Začínajte zlehka a postupně zvyšujte intenzitu cvičení.

KONTRAINDIKACE:

- Těhotenství
- Akutní trombóza
- Onemocnění kardiovaskulárního systému
- Čerstvé pooperační jizvy
- Náhrada kolenního nebo kyčelního kloubu
- Akutní kýla, diskopatie, onemocnění páteře
- Cukrovka, epilepsie
- Těžká migréna
- Kardiostimulátor
- Nádor

ÚDRŽBA

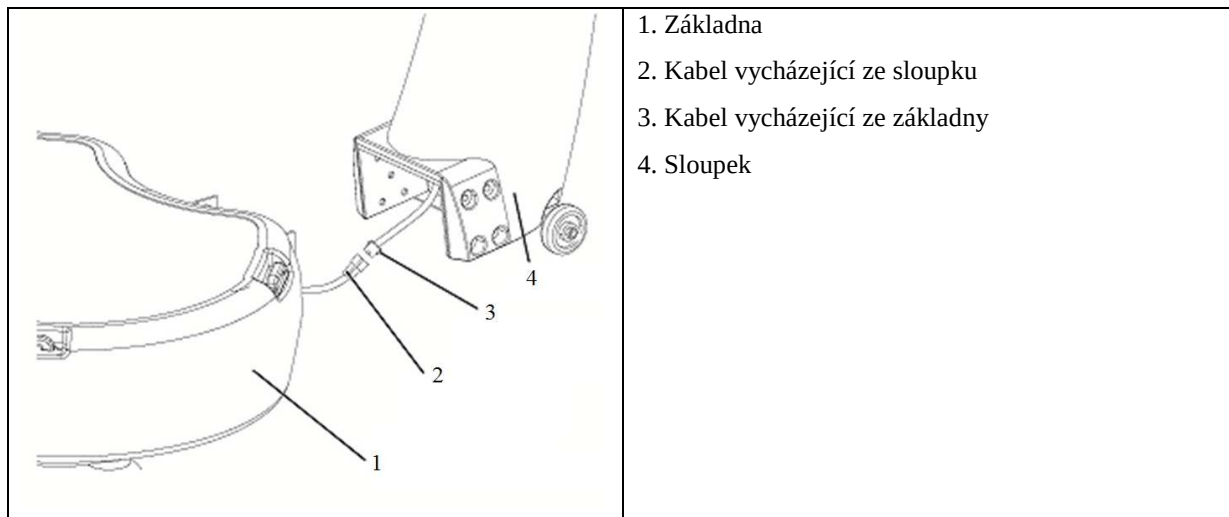
Pro zachování dobrého stavu přístroje je třeba nezanedbávat pravidelnou údržbu.

1. Během montáže a manipulace s přístrojem dbejte zvýšené opatrnosti. Pokud se chystáte přístroj přesouvat po zemi, umístěte pod něj měkkou podložku, aby nedošlo k poškození podlahy nebo laku na přístroji.
2. Přenášení přístroje by měly provádět minimálně 2 osoby. Neuchopujte přístroj za stavěcí nožky nebo madla, tyto díly by se mohly poškodit.
3. Během montáže používejte vhodné nářadí.
4. Přístroj postavte na rovný a pevný povrch. Doporučujeme pod něj umístit koberec nebo jakoukoliv jinou protiskluzovou podložku.
5. Pravidelnou údržbou prodloužíte životnost přístroje. K čištění používejte pouze jemné čisticí prostředky nebo navlhčený hadřík. Nepoužívejte chemické čisticí prostředky obsahující metanol, etanol apod. Po každém čištění přístroj osušte, aby nedocházelo ke korozi dílů.
6. Provádějte pravidelné kontroly celkového stavu přístroje. Pokud je některý z dílů uvolněn, utáhněte odpovídající šrouby. V případě jakýchkoliv problémů se poraďte s prodejcem.
7. Po každém cvičení přístroj očistěte (zejména ovládací panel a madla) od potu/mastnoty.
8. Před zahájením manipulace či údržby odpojte přístroj z elektrické sítě – v opačném případě může dojít k poškození přístroje nebo k úrazu elektrickým proudem.
9. Pokud přístroj vydává během provozu neobvyklý hluk nebo pokud jeví známky poškození, ihned jej vypněte a obraťte se na prodejce. Přístroj nepoužívejte, dokud nebude řádně opraven – předejdete tím vzniku závažnějších poruch.

MONTÁŽ

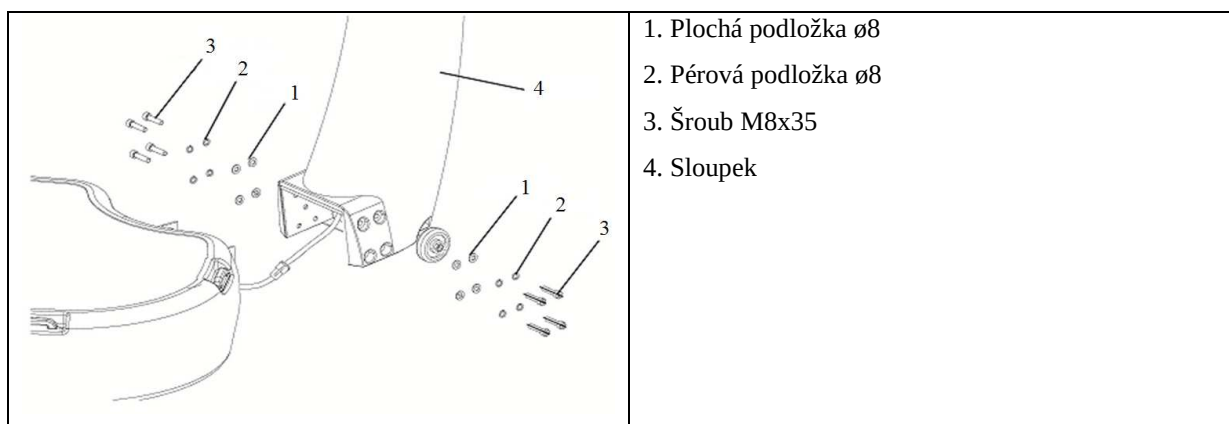
KROK 1

Vybalte z krabice základnu a sloupek a propojte kabeláž.



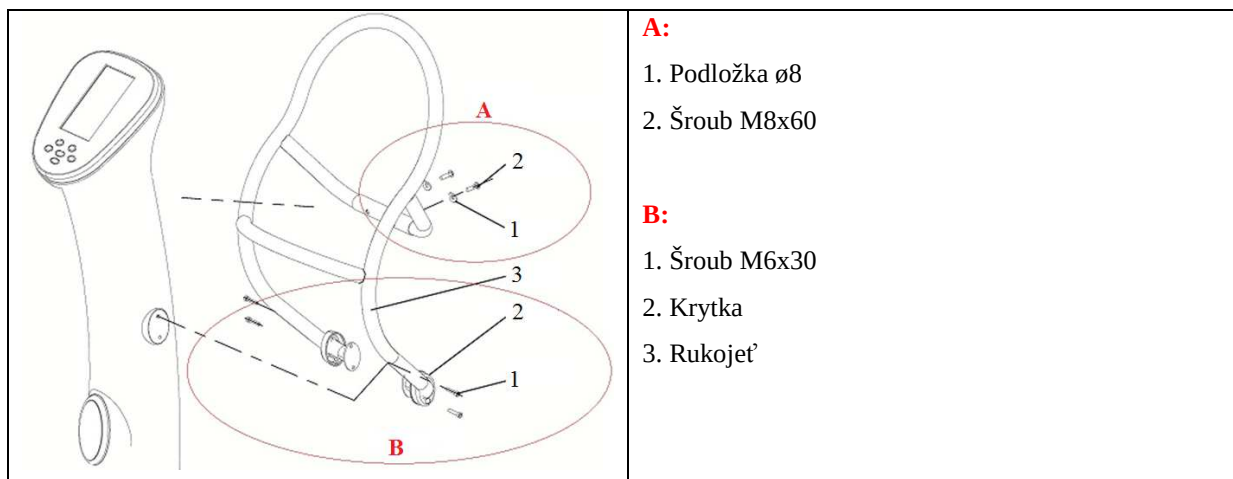
KROK 2

Připevněte sloupek k základně pomocí šroubů, pérových podložek a plochých podložek. Dávejte pozor, abyste nepoškodili kabeláž.



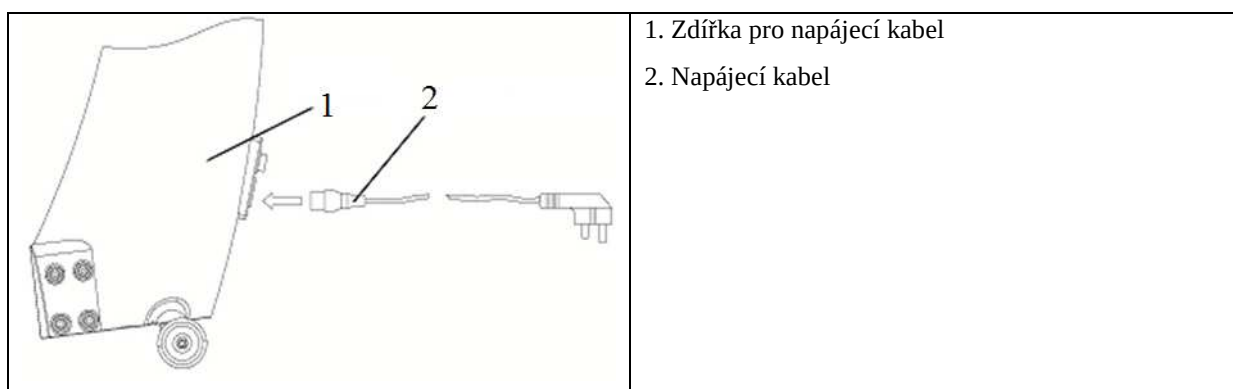
KROK 3

- A. Po stranách upevněte ke sloupku madla pomocí krytek a šroubů M6x30.
- B. Zezadu přišroubujte madla ke sloupku pomocí šroubů M8x60 a podložek.

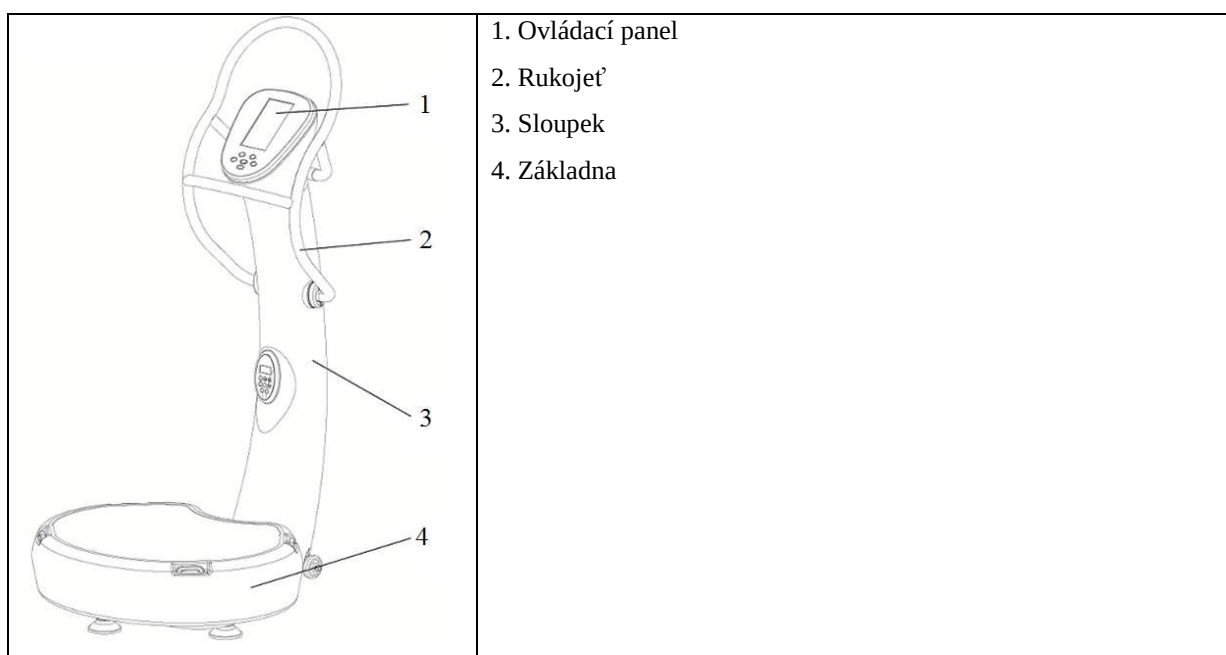


KROK 4

Zapojte napájecí kabel do zásuvky na zadní straně sloupku.



Tímto je montáž dokončena.



BEZPEČNOSTNÍ INFORMACE

- Následující instrukce jsou uvedeny z bezpečnostních důvodů. Proto při používání přístroje dbejte na jejich dodržování.



Při nedodržení pokynu hrozí riziko úrazu



Napětí: AC 220V, 50Hz/60Hz



Neprovádějte zásahy do konstrukce přístroje



Za uvedených okolností přístroj nepoužívejte

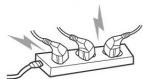


Nesahat

- Napájení a způsob použití



Nepoužívejte přístroj, je-li poškozen napájecí kabel nebo jeho zástrčka.



Napájení: AC 220V, 50Hz/60Hz.



Na napájecí kabel nesahejte, jestliže máte mokré ruce.



Otřete z napájecího kabelu vlhkost a prach čistým suchým hadříkem.



Neumísťujte přístroj do blízkosti ohně a tepelných zdrojů.

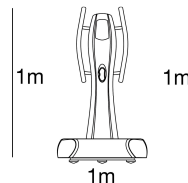
Lidé se zdravotními problémy by se měli o používání přístroje nejdříve poradit s lékařem.

Jestliže se vám udělá nevolno, přestaňte okamžitě cvičit – v opačném případě může dojít k nehodě nebo poškození zdraví.

UMÍSTĚNÍ PŘÍSTROJE

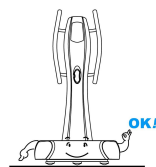


Okolo celého přístroje je třeba zajistit volný prostor o velikosti alespoň 1m.





Umístěte přístroj na rovný povrch.



Přístroj nerozebírejte ani se nepokoušejte provádět jakékoliv zásahy do jeho konstrukce.



Děti a starší lidé mohou přístroj používat pouze pod vedením zkušené osoby.



Během provozu přístroje by se v jeho blízkosti neměly pohybovat děti.



Přístroj nepoužívejte, pokud není jeho povrch zcela suchý.



Nedávejte pod přístroj ruce, nohy ani jiné části těla.

Za úrazy způsobené nedodržením pokynů v tomto manuálu neneseme žádnou zodpovědnost.

Z bezpečnostních důvodů si přečtěte celý manuál.

OVLÁDÁNÍ POČÍTAČE



ČAS (TIME)

Rozsah zobrazení je 00:20 – 10 minut. Pro nastavení času slouží tlačítka UP a DOWN (jednotka přičítání/odečítání: 10 vteřin).



RYCHLOST/INTENZITA (SPEED/HZ)

Rozsah zobrazení: 20 hz – 60 hz. Pro nastavení stupně rychlosti slouží tlačítka UP a DOWN (jednotka přičítání/odečítání: 1 hz).



Minimální rychlost



Maximální rychlost

PŘEDNASTAVENÉ PROGRAMY

K dispozici je celkem 8 přednastavených programů:

- P1: Strečink a relaxace
- P2: Procvičení celého těla
- P3: Procvičení horní poloviny těla
- P4: Procvičení dolní poloviny těla
- P5-P8: Programy pro náročnější cvičení

UŽIVATELSKÉ PROGRAMY

Do paměti počítače lze uložit celkem 3 uživatelské programy.

TLAČÍTKA



Stiskněte tlačítko START pro vstup do režimu nastavení nebo spuštění programu.



Během cvičení: použijte tlačítko UP pro zvýšení intenzity vibrací.

V režimu nastavení: použijte toto tlačítko pro výběr programu a zvýšení hodnoty parametrů: času, rychlosti/intenzity.



Během cvičení: použijte tlačítko DOWN pro snížení intenzity vibrací.

V režimu nastavení: použijte toto tlačítko pro výběr programu a snížení hodnoty parametrů: času, rychlosti/intenzity.



Stiskněte tlačítko ENTER pro potvrzení nastavení a posun o krok vpřed.



V režimu nastavení: stiskněte tlačítko RETURN pro návrat o krok zpět.



Během cvičení: tlačítko PAUSE/STOP slouží k pozastavení cvičení nebo pro návrat o krok zpět.

SPODNÍ OVLADAČ



Během cvičení: použijte tlačítko DOWN pro snížení intenzity vibrací.

V režimu nastavení: použijte toto tlačítko pro výběr programu a snížení hodnoty parametrů: času, rychlosti/intenzity.



Během nastavení: stiskněte tlačítko RETURN pro návrat k předchozímu nastavení.

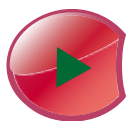


Během cvičení: použijte tlačítko UP pro zvýšení intenzity vibrací.

V režimu nastavení: použijte toto tlačítko pro výběr programu a zvýšení hodnoty parametrů: času, rychlosti/intenzity.



Stiskněte tlačítko ENTER pro potvrzení nastavení a posun o krok vpřed.



Stiskněte tlačítko START pro vstup do režimu nastavení nebo spuštění programu.



Během cvičení: tlačítko PAUSE/STOP slouží k pozastavení cvičení nebo pro návrat o krok zpět.

OVLÁDACÍ POKYNY



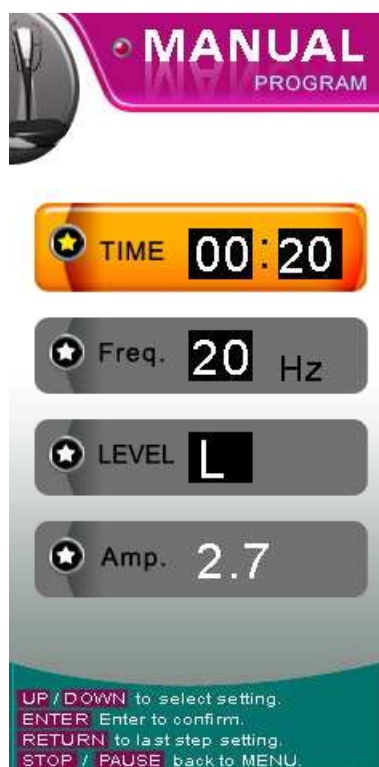
ÚVOD

1. Stiskněte tlačítko UP pro zobrazení poslední zprávy.
2. Tlačítko DOWN použijte k přepnutí na další zprávu.
3. Každá zpráva se zobrazuje na dobu 10 vteřin, poté se zobrazí další zpráva.
4. Po zobrazení varovných zpráv se přepne displej do hlavní nabídky (MENU), které slouží ke zvolení programu. Použijte tlačítko DOWN pro rychlý vstup do MENU.



MENU

1. Výběr ze 4 režimů: MANUAL (manuální), PRESET (přednastavený), USER (uživatelský), PRECAUTIONS (výstrahy).
2. Pomocí tlačítka UP a DOWN zvolte požadovaný režim.
3. Pro vstup do zvoleného režimu stiskněte ENTER.



MANUÁLNÍ PROGRAM

1. Pomocí tlačítek UP a DOWN nastavte čas (TIME) a úroveň (LEVEL).
2. Stiskněte ENTER pro potvrzení nastavení a přechod k dalšímu nastavení.
3. Stiskněte RETURN pro návrat k předchozímu nastavení.
4. Nastavte všechny parametry – čas (TIME), frekvenci (FREQ.) a úroveň (LEVEL).
5. Stiskněte START pro zahájení cvičení.
6. Stiskněte STOP/PAUSE pro návrat do MENU.
7. Čas lze nastavit v rozsahu 00:20-10:00, jednotka přičítání/odečítání: 10 vteřin. K nastavení hodnoty slouží tlačítka UP a DOWN.
8. Frekvenci vibrací lze nastavit v rozsahu 20-60 Hz pomocí tlačítek UP a DOWN. Jednotka přičítání/odečítání: 1 Hz.



8 PŘEDNASTAVENÝCH PROGRAMŮ

1. P1: Strečink a relaxace
 P2: Procvičení celého těla
 P3: Procvičení horní poloviny těla
 P4: Procvičení dolní poloviny těla
 P5-P8: Programy pro náročnější cvičení
2. Pomocí tlačítek UP a DOWN si prohlédněte jednotlivé pozice a celkový čas.
3. Stiskněte ENTER pro vstup do přednastaveného programu.
4. Stiskněte START pro zahájení cvičení.
5. Pomocí tlačítka RETURN přejdete zpět do MENU.



NÁHLEDY PRO CVIČENÍ V PŘEDNASTAVENÉM PROGRAMU

1. Pomocí tlačítek UP a DOWN si prohlédnete jednotlivé cvičební fáze.
2. Stiskněte RETURN pro návrat k předchozímu přednastavenému programu.
3. Stiskněte START pro zahájení cvičení.
4. Během cvičení lze měnit rychlost vibrací pomocí tlačítek UP a DOWN (jednotka přičítání/odečítání: 1 Hz).



3 UŽIVATELSKÉ PROGRAMY

1. Pomocí tlačítek UP a DOWN si prohlédnete jednotlivé pozice a celkový čas.
2. Stiskněte ENTER pro vstup do uživatelského programu.
3. Pro návrat do MENU použijte tlačítko RETURN.
4. Stiskněte START pro zahájení cvičení.



10 intervalů pro cvičení v uživatelském programu - náhledy

1. Pomocí tlačítka UP a DOWN přepínáte mezi náhledy intervalů.
2. Stiskněte ENTER pro nastavení parametrů.
3. Stiskněte RETURN pro návrat o krok zpět.
4. Stiskněte tlačítko START pro zahájení cvičení.



Nastavení uživatelského programu: 10 intervalů

1. Pomocí tlačítek UP a DOWN nastavte frekvenci vibrací. Nastavenou hodnotu potvrďte tlačítkem ENTER.
2. Pomocí tlačítek UP a DOWN vyberte cvičební pozici, výběr potvrďte stisknutím tlačítka ENTER. Jednotlivé pozice jsou závislé intenzitě vibrací.
3. Zvolte pomocí tlačítek UP a DOWN obtížnost – H/vysoká nebo L/nízká.
4. Nastavte délku každého intervalu pomocí tlačítka UP a DOWN. Nastavení potvrďte tlačítkem ENTER.
5. Stiskněte RETURN pro návrat o krok zpět.
6. Stejným způsobem nastavte zbývajících devět intervalů (STEP). Jakmile úspěšně nastavíte všech 10 intervalů, zobrazí se na displeji zpráva „User program setting completed“.
7. Stiskněte tlačítko START pro zahájení cvičení.
8. Stiskněte tlačítko STOP pro návrat do nastavení programu – všechny nastavené hodnoty se uloží.
9. S každým intervalem se bude vždy přičítat čas.



Displej počítače během cvičení

1. Během cvičení lze pomocí tlačítek UP a DOWN nastavovat intenzitu vibrací (jednotka přičítání: 1 Hz).
2. Pro rychlé nastavení vibrací na danou hodnotu použijte tlačítka 30 Hz, 40 Hz nebo 50 Hz.
3. Po uplynutí časového intervalu v přednastaveném a uživatelském programu následuje klidový režim trvající 15 vteřin (REST MODE).

Po uplynutí nastavené doby cvičení je trénink ukončen. Stiskněte tlačítko START pro opětovné spuštění programu nebo tlačítko PROGRAM pro návrat do programu.
4. Jestliže si přejete pozastavit cvičení, stiskněte tlačítko STOP/PAUSE. Tlačítkem RETURN se vrátíte do nastavení programu, tlačítkem START opět spustíte program.
5. Při cvičení se řiďte pokyny na displeji.



KLIDOVÝ REŽÍM (REST MODE)

1. Režim trvající 15 vteřin.
2. Klidový režim je navržen pro intervalové cvičení – během této fáze se na displeji zobrazí následující cvičební poloha.



UPOZORNĚNÍ

1. Před prvním použitím přístroje si přečtěte tuto zprávu.
 2. Použijte tlačítka UP a DOWN pro přepínání mezi zprávami.
 3. Každá zpráva je zobrazena na 10 vteřin, poté se automaticky zobrazí další zpráva.
 4. Stiskněte tlačítko RETURN pro návrat do MENU.
- Přečtěte si uživatelský manuál a dodržujte uvedené montážní pokyny.
 - Přestaňte okamžitě cvičit, jestliže začnete pociťovat některý z těchto stavů: bolest nebo tlak v oblasti hrudníku, nepravidelný tep, dýchací potíže, slabost apod. V případě jakýchkoliv problémů se o dalším cvičení poraďte s lékařem.
 - Je-li přístroj jakkoliv poškozen, přestaňte jej ihned používat a kontaktujte servisní oddělení prodejce.
 - Na přístroji nesmí cvičit více osob najednou.

PŘEDNASTAVENÉ PROGRAMY

* No = číslo cviku

Workout pose = cvičební pozice

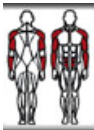
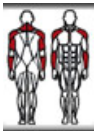
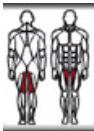
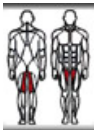
Muscle group = svalová partie

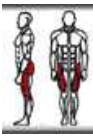
RUN = čas

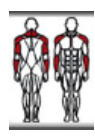
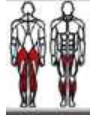
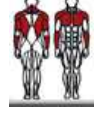
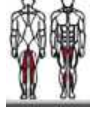
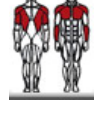
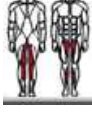
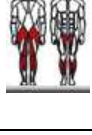
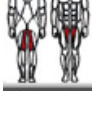
Freq. = frekvence vibrací

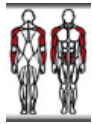
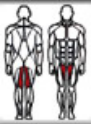
LEVEL = obtížnost

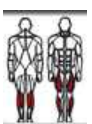
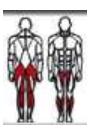
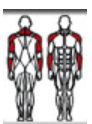
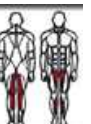
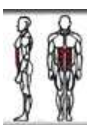
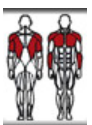
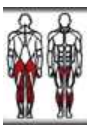
Amp. = rozsah

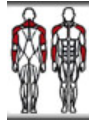
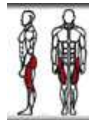
P1-STRETCHING AND RELAXATION							P2-WHOLE BODY EXERCISE						
No	Workout pose	Muscle group	RUN	Freq.	LEVEL	Amp	No	Workout pose	Muscle group	RUN	Freq.	LEVEL	Amp.
1	Pose01 		40	30	L	2.3	1	Pose01 		60	25	L	2.5
2	Pose32 		55	35	L	2.0	2	Pose04 		55	40	L	2.0
3	Pose21 		50	35	L	2.0	3	Pose07 		55	45	H	1.5
4	Pose18 		35	40	L	2.0	4	Pose25 		50	45	H	1.5
5	Pose22 		40	40	L	2.0	5	Pose05 		60	40	H	2.0
6	Pose20 		45	35	L	2.0	6	Pose03 		60	50	L	1.5
7	Pose19 		50	40	L	2.0	7	Pose06 		45	45	L	1.5
8	Pose06 		40	40	L	2.0	8	Pose26 		40	50	L	1.5

9	Pose16			45	35	L	2.0	9	Pose21			30	35	L	2.0
10	Pose27			50	30	L	2.3	10	Pose27			25	35	L	2.0

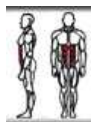
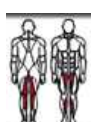
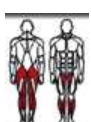
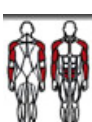
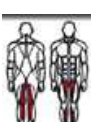
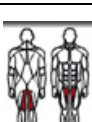
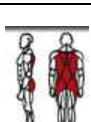
P3-UPPER BODY EXERCISE							P4-LOWER BODY EXERCISE						
No	Workout pose	Muscle group	RUN	Freq.	LEVEL	Amp	No	Workout pose	Muscle group	RUN	Freq.	LEVEL	Amp.
1	Pose18 		40	30	L	2.3	1	Pose02 		60	30	L	2.3
2	Pose15 		35	35	L	2.0	2	Pose21 		55	35	L	2.0
3	Pose17 		40	30	L	2.3	3	Pose09 		50	45	L	1.5
4	Pose12 		45	40	H	2.0	4	Pose08 		50	40	H	2.0
5	Pose14 		35	45	L	1.5	5	Pose20 		45	40	H	2.0
6	Pose11 		35	50	L	1.5	6	Pose07 		45	50	L	1.5
7	Pose10 		45	45	H	1.5	7	Pose19 		55	50	H	1.5

8	Pose13			50	50	L	1.5	8	Pose23			50	45	L	1.5
9	Pose31			50	40	L	2.0	9	Pose22			30	40	L	2.0
10	Pose32			45	35	L	2.0	10	Pose24			40	35	L	2.0

P5-PROGRAM 5							P6-PROGRAM 6						
No	Workout pose	Muscle group	RUN	Freq.	LEVEL	Amp	No	Workout pose	Muscle Group	RUN	Freq.	LEVEL	Amp.
1	Pose02 		60	30	L	2.3	1	Pose05 		45	35	L	2.0
2	Pose03 		55	40	L	2.0	2	Pose08 		55	40	L	2.0
3	Pose18 		40	40	L	2.0	3	Pose26 		40	40	L	2.0
4	Pose25 		50	45	H	1.5	4	Pose25 		35	45	L	1.5
5	Pose14 		35	45	L	1.5	5	Pose04 		45	50	H	1.5
6	Pose09 		60	50	L	1.5	6	Pose11 		35	45	L	1.5

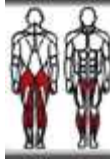
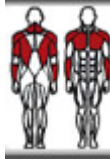
7	Pose19		55	45	H	1.5	7	Pose30		35	40	L	2.0
8	Pose08		60	50	L	1.5	8	Pose18		40	40	L	2.0
9	Pose31		30	40	L	2.0	9	Pose21		50	35	L	2.0
10	Pose24		35	35	L	2.0	10	Pose24		40	30	L	2.3

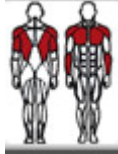
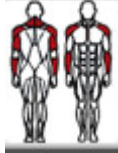
P7-PROGRAM 7							P8-PROGRAM 8						
No	Workout pose	Muscle group	RUN	Freq.	LEVEL	Amp	No	Workout pose	Muscle group	RUN	Freq.	LEVEL	Amp.
1	Pose01		40	35	L	2.0	1	Pose32		40	35	L	2.0
2	Pose19		55	35	L	2.0	2	Pose21		55	40	L	2.0
3	Pose10		30	40	L	2.0	3	Pose25		30	45	L	1.5
4	Pose06		35	40	H	2.0	4	Pose26		35	45	H	1.5
5	Pose14		35	45	L	1.5	5	Pose11		40	40	L	2.0

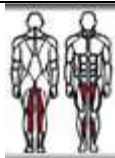
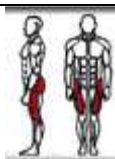
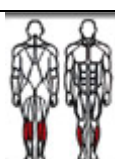
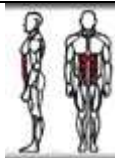
6	Pose12 		40	50	L	1.5	6	Pose12 		40	45	L	1.5
7	Pose25 		55	45	H	1.5	7	Pose04 		45	50	H	1.5
8	Pose08 		60	45	L	1.5	8	Pose09 		50	45	L	1.5
9	Pose32 		35	35	L	2.0	9	Pose06 		45	40	L	2.0
10	Pose22 		35	35	L	2.0	10	Pose27 		45	35	L	2.0

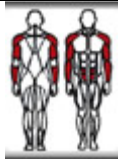
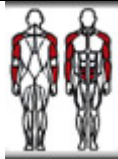
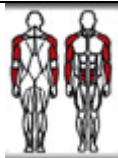
CVIČEBNÍ POZICE

Pose01– zvedejte se na špičkách 		Zvedejte se na špičkách – pokrčte mírně nohy v kolenou a zpevněte břišní svalstvo.
Pose02 		Rozkročte se tak, aby byla chodidla vzdálena na šíři ramen. Neprohýbejte se v zádech a pokrčte mírně nohy v kolenou – snižte pánev tak, abyste cítili pnutí v oblasti stehů a kyčlí.
Pose03 		Rozkročte nohy na šíři ramen. Snižte pánev, jako byste se chtěli posadit. Pokrčte nohy v kolenou. Ucítíte pnutí v oblasti zad, hýždí, kvadricepsů a vnitřní strany stehů.
Pose04 		Postavte se tak, aby byla vzdálenost mezi chodidly větší, než je šířka vašich ramen. Špičky chodidel vytočte od sebe, nohy pokrčte v kolenou. Snižte pánev, jako byste se chtěli posadit. Ucítíte, jak jsou posilovány kolenní šlachy a svalstvo vnitřní strany stehů.
Pose05 – cvik proveďte na levou i pravou nohu 		Dejte jednu nohu před druhou – přední nohu pokrčte v kolenní a zadní nohu udržujte napnutou. Snažte se tlačit patou zadní nohy na vibrační desku. Ucítíte pnutí v lýtku.
Pose06 		Chytněte se madel a tlačte pánev co nejvíce za sebe. Nohy udržujte propnuté v kolenou. Při tomto cviku dochází k protažení a posílení hýžďového svalstva a kolenních šlach.

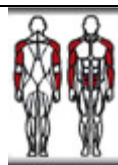
Pose07 – cvik proved'te na levou i pravou nohu 		Postavte se jednou nohou na vibrační desku, podřepněte a udržujte zpevněné břišní svalstvo.
Pose08 – cvik proved'te na levou i pravou nohu 		Nohu na vibrační desce udržujte napnutou, koleno druhé nohy pokrčte a tlačte směrem dopředu. Snižte pánev, jako byste se chtěli posadit. Při tomto cviku procvičujete vnitřní stranu stehů.
Pose09 – cvik proved'te na levou i pravou nohu 		Stoupněte si jednou nohou na vibrační desku a druhou nohu položte na zem. Nohu, kterou stojíte na vibrační desce, pokrčte v kolenní a pomalu snižujte těžiště, dokud neucítíte pnutí v oblasti kolenní.
Pose10 		Položte předloktí na vibrační desku, zpevněte břišní svalstvo a pomalu zvedněte pánev. Měli byste cítit pnutí v oblasti břicha.
Pose11- zvedejte se nahoru a dolů 		Položte dlaně na vibrační desku tak, aby byly vzdáleny na šířku ramen a provádějte kliky. Zpevněte břišní svalstvo.
Pose12 – cvik proved'te na levé i pravé ruce 		Položte se na bok, dejte jednu nohu před druhou, položte předloktí na vibrační desku, nadzvedněte pánev a udržujte zpevněné břišní svalstvo.
Pose13 		Položte předloktí na vibrační desku, ramena udržujte v přirozené poloze a snažte se tlačit pánev za sebe.

		
Pose14 - zvedejte se nahoru a dolů 		Položte dlaně na vibrační desku tak, aby byly od sebe vzdáleny na šířku ramen, udržujte pánev blízko vibrační desky a pomocí horních končetin se zvedejte nahoru a dolů.
Pose15 		Položte dlaně na vibrační desku tak, aby byly od sebe vzdáleny na šířku ramen. Neprohýbejte se v zádech a zpevněte břišní svalstvo.
Pose16 		Sedněte si na zem a umístěte podložku mezi základnu přístroje a vaše záda. Nohy pokrčte v kolenou a pro lepší rovnováhu se zapřete předloktími o vibrační desku. Zvedněte trup tak, aby byla záda v kontaktu s podložkou pouze na místech, která si přejete masírovat.
Pose17 - cvik proveďte na levé i pravé ruce 		Položte ruku na vibrační desku a ohněte ji v lokti. Pomalu snižujte horní polovinu těla až k podlaze tak, abyste cítili pnutí v oblasti prsního svalstva.
Pose18 – zvedejte se nahoru a dolů 		Položte předloktí na vibrační desku tak, aby byly lokty vzdáleny na šířku ramen. Propněte nohy, neprohýbejte se v zádech a zvedněte hlavu. Přitáhněte ramena nad vibrační desku a poté se vraťte zpět do výchozí pozice.

Pose19 – cvik proved'te na levou i pravou nohu 		Položte holeň na vibrační desku a pánev tlačte dopředu. Udržujte trup ve vzpřímené pozici a neprohýbejte se v zádech. Měli byste cítit pnutí v oblasti kyčlí a břicha.
Pose20 – zvedejte se nahoru a dolů 		Položte chodidla na vibrační desku, podložte si záda měkkou podložkou, nadzvedněte pánev a zpevněte břišní svalstvo.
Pose21 – cvik proved'te na levou i pravou stranu 		Položte se bokem na vibrační desku, pokrčte nohy v kolenou a rukou se zapřete o zem.
Pose22 – cvik proved'te na levou i pravou nohu 		Položte jednu nohu vnitřní stranou stehna na vibrační desku a zohněte ji v koleni. Zbývající část těla položte na zem.
Pose23 		Lehněte si stehny na vibrační desku, břichem k zemi. Pod horní polovinu těla umístěte podložku. Podložka by měla být ve stejné výšce jako vibrační deska.
Pose24 		Položte lýtko na vibrační desku tak, aby palce chodidel směřovaly vzhůru. Lehněte si zády na zem a uvolněte se.
Pose25 		Podepřete si dlaněmi hlavu a horní polovinu těla přitáhněte k nohám – pohyb proved'te pomocí břišních svalů. Udržujte hýždě a bederní páteř na vibrační desce.

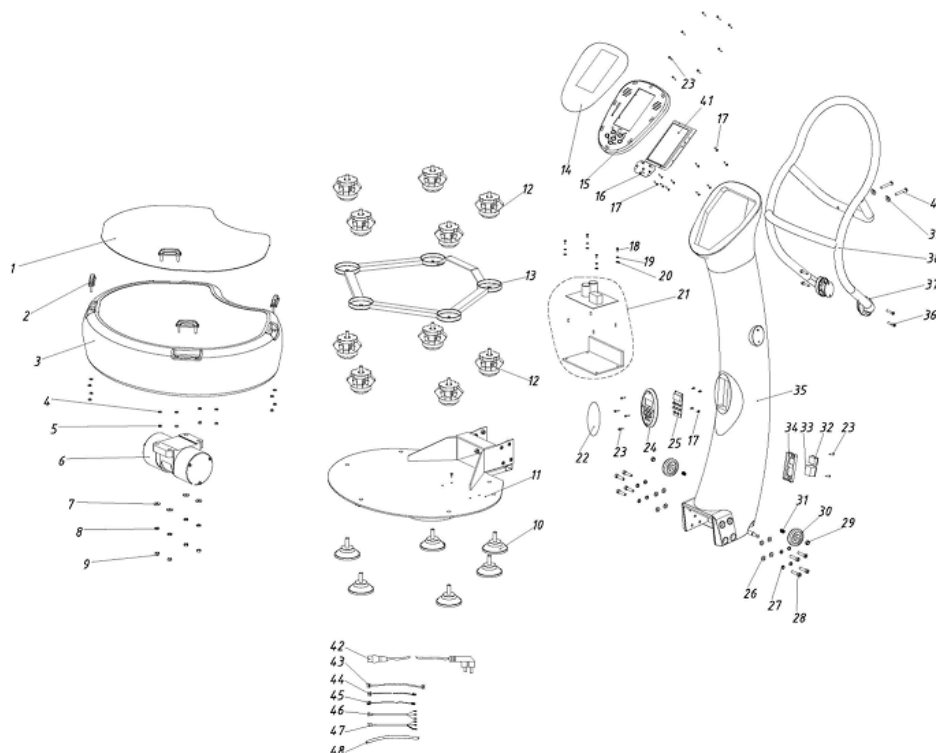
Pose26 – zvedejte se nahoru a dolů 		Položte ruce na hrudník a zpevněte břišní svalstvo. Pro větší obtížnost cviku natáhněte jednu nohu před sebe.
Pose27 		Posaďte se na vibrační desku a ohněte nohy v kolenou. Uvolněte horní polovinu těla a lehce se předkloňte.
Pose28 		Uchopte popruhy, udržujte lokty ve stejné výšce a přitáhněte popruhy k hrudníku. Intenzitu cviku lze regulovat napnutím popruhů.
Pose29 		Uchopte popruhy, horní končetiny předpažte a držte ve stejné výšce. Intenzitu cviku lze regulovat napnutím popruhů.
Pose30 		Uchopte popruhy, propněte a rozpažte ruce. Čím výše ruce zvednete, tím bude cvik účinnější. Během cviku byste měli cítit pnutí v oblasti ramen a bicepsů.
Pose31 		Tahejte popruhy k sobě – lokty tlačte za sebe. Měli byste cítit pnutí v oblasti ramen a horní části zad.

Pose32 – cvik opakujte na obě strany



Postavte k přístroji bokem, bližší rukou uchopte popruh a druhou rukou dejte za hlavu. Lehce se předkloňte a tlačte hlavu směrem od přístroje.

NÁKRES



SEZNAM DÍLŮ

Označení	Název dílu	Počet kusů
1	Protiskluzová podložka	1
2	Držák popruhu	4
3	Kryt základny	1
4	Podložka	8
5	Šroub	8
6	Motor	1
7	Podložka	4
8	Pérová podložka	4
9	Šroub	4
10	Nožka	6
11	Ocelový rám základny	1

12	Tlumící guma	10
13	Podpěrný rám	1
14	Nálepka na ovládací panel	1
15	Kryt ovládacího panelu	1
16	Tlačítka ovládacího panelu	1
17	Šroub	21
18	Šroub	4
19	Pérová podložka	4
20	Podložka	4
21	Invertor	1
22	Nálepka na spodní ovladač	1
23	Šroub	4
24	Kryt spodního ovladače	1
25	Displej spodního ovladače	1
26	Podložka	8
27	Pérová podložka	8
28	Šroub	8
29	Matice	2
30	Transportní kolečko	2
31	Vymezovací vložka	2
32	Síťový vypínač	1
33	Zdířka pro napájecí kabel	1
34	Kryt síťového vypínače a zdířky	1
35	Sloupek	1
36	Šroub	4
37	Krytka madla	2
38	Madlo	1
39	Prohnutá podložka	2
40	Šroub	2
41	Displej ovládacího panelu	1
42	Napájecí kabel	1
43	Horní kabel	1
44	Propojovací kabel	1
45	Spodní kabel	1
46	AC kabel – horní	1
47	AC kabel – spodní	1
48	Ochrana kabelu	1

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE

Všeobecná ustanovení a vymezení pojmů

Tyto záruční podmínky a reklamační řád upravují podmínky a rozsah záruky poskytované prodávajícím na zboží dodávané kupujícím, jakož i postup při vyřizování reklamačních nároků uplatněných kupujícím na dodané zboží. Záruční podmínky a reklamační řád se řídí příslušnými ustanoveními zákona č. 40/1964 Sb., Občanský zákoník, zákona č. 513/1991 Sb., Obchodní zákoník, a zákona č. 634/1992 Sb., Zákon o ochraně spotřebitele, ve znění pozdějších předpisů, a to i ve věcech těmito záručními podmínkami a reklamačním řádem nezmiňovaných.

Prodávajícím je společnost SEVEN SPORT s.r.o. se sídlem Bořivojova 35/878, 13000 Praha, I.Č. 26847264, zapsaná v obchodním rejstříku, vedeném Krajským soudem v Praze oddíl C, vložka 116888.

Vzhledem k platné právní úpravě se rozlišuje kupující, který je spotřebitelem a kupující, který spotřebitelem není.

„Kupující spotřebitel“ nebo jen „spotřebitel“ je osoba, která při uzavírání a plnění smlouvy nejedná v rámci své obchodní nebo jiné podnikatelské činnosti.

„Kupující, který není „spotřebitel“, je podnikatel, který nakupuje výrobky či užívá služby za účelem svého podnikání s těmito výrobky nebo službami. Tento kupující se řídí rámcovou kupní smlouvou a obchodními podmínkami v rozsahu, které se ho týkají a obchodním zákoníkem.

Tyto záruční podmínky a reklamační řád jsou nedílnou součástí každé kupní smlouvy uzavřené mezi prodávajícím a kupujícím. Záruční podmínky a reklamační řád jsou platné a závazné, pokud v kupní smlouvě či v dodatku v této smlouvě či jiné písemné dohodě nebude stranami dohodnuto jinak.

Záruční podmínky

Záruční doba

Prodávající poskytuje 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:

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, 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 reklamační 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 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.

Bořivojova 35/878 130 00 Praha 3, ČR IČO: 268 47 264, DIČ: CZ26847264
Objednávky: +420 556 300 970, objednavky@insportline.cz
Reklamační: +420 556 770 190, mobil: +420 604 853 019, reklamace@insportline.cz
Servis: +420 556 770 190, mobil: +420 604 853 019, servis@insportline.cz
Fax: +420 556 770 192, (servis +420 556 770 191)
Web: www.insportline.cz, www.worker.cz, www.worker-moto.cz



Zastoupení pro Slovensko:

INSPORTLINE, s.r.o., Bratislavská 36, 911 05 Trenčín, IČO: 36311723, DIČ: SK2020177082
Objednávky: +421(0)326 526 701, +421(0)917 649 192, objednavky@insportline.sk
Reklamační: +421(0)326 526 701, +421(0)918 408 519, reklamacie@insportline.sk
Fax: +421(0)326 526 705
Web: www.insportline.sk, www.worker.sk, www.worker-moto.sk

Datum prodeje:

Razítko a podpis prodejce: