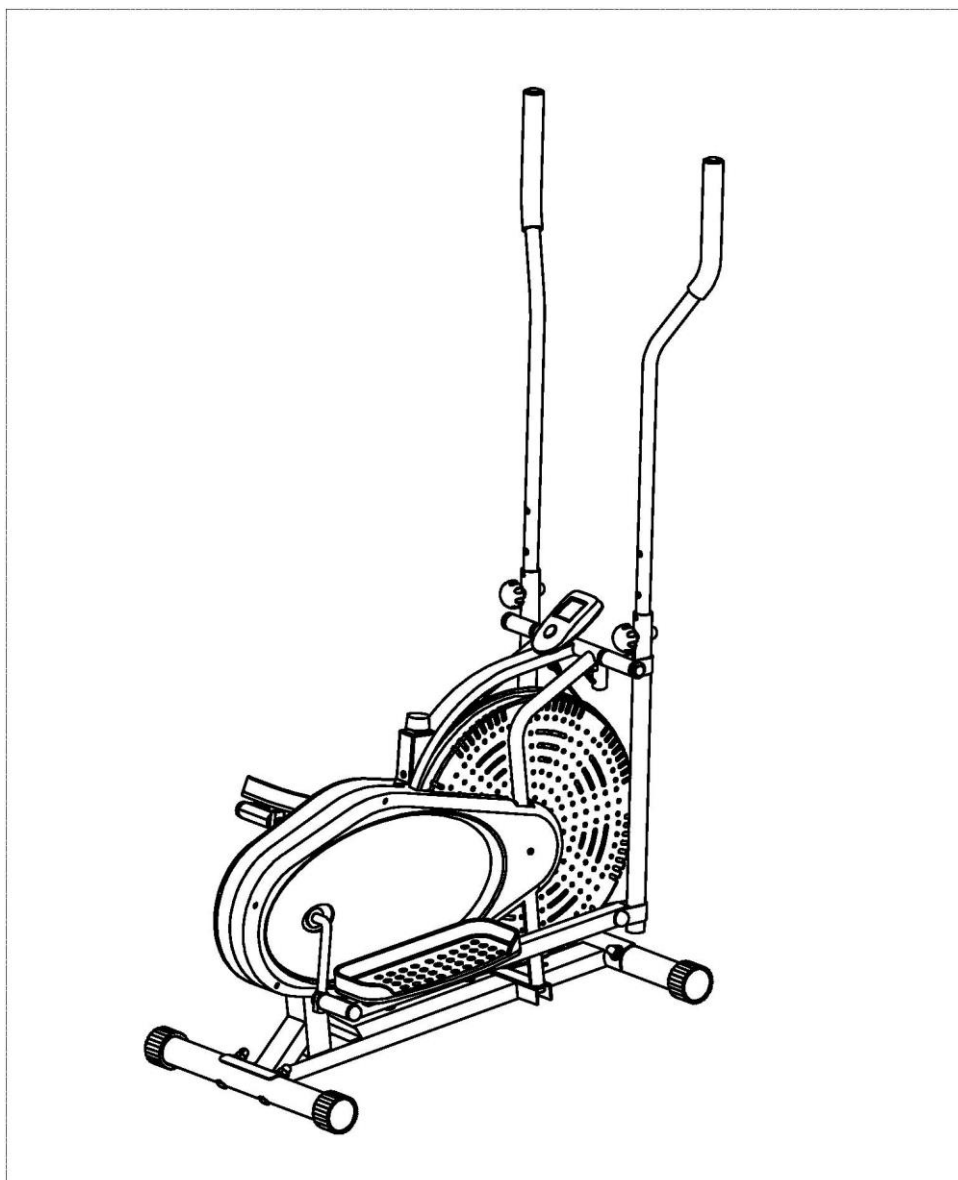




UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ
IN 6375 Eliptický trenažér inSPORTline Air



OBSAH

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY	3
NÁKRES	4
SEZNAM DÍLŮ	5
MONTÁŽNÍ POKYNY	6
NASTAVENÍ ZÁTĚŽE	8
POKYNY KE CVIČENÍ	9
ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE	11

UPOZORNĚNÍ

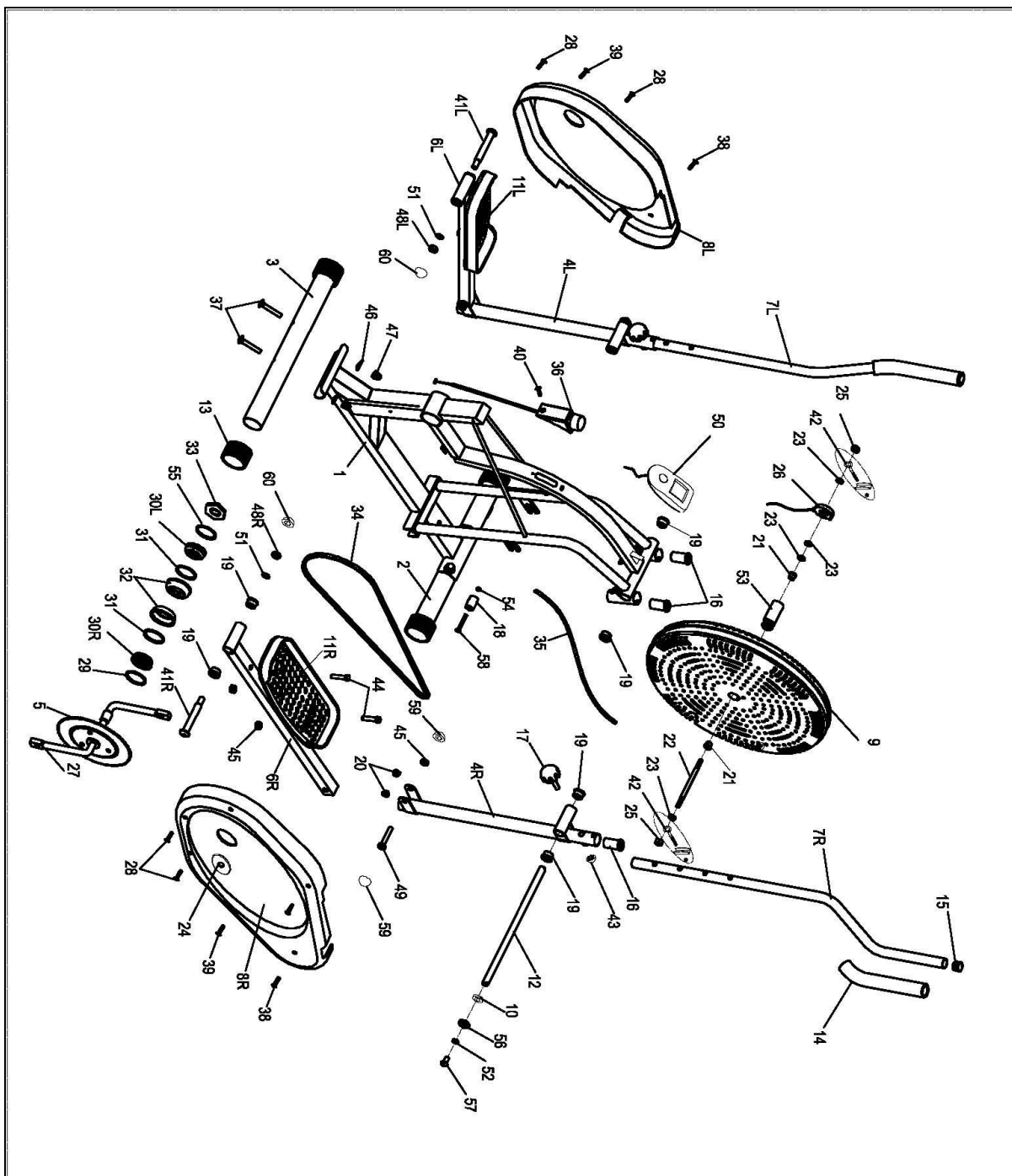
Před prvním použitím výrobku si pozorně přečtěte všechny instrukce v tomto manuálu. Manuál si uschovejte pro případ další potřeby. Obrázky uvedené v manuálu jsou pouze ilustrační. Výrobce si vyhrazuje právo měnit design výrobku bez povinnosti předchozího oznámení.

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

PŘED ZAHÁJENÍM MONTÁŽE A PRVNÍM POUŽITÍM PŘÍSTROJE SI PŘEČTĚTE NÁSLEDUJÍCÍ POKYNY.

1. Montáž proveďte přesně podle uvedených montážních kroků.
2. Před prvním použitím přístroje se ujistěte, že jsou všechny šrouby, matice a spoje řádně zajištěny a že je přístroj plně funkční.
3. Přístroj umístěte na suchý a rovný povrch. Chraňte jej před vlhkostí.
4. Chraňte přístroj před prachem a jinými nečistotami a v případě potřeby pod něj umístěte vhodnou podložku (např. gumovou či dřevěnou).
5. Z bezpečnostních důvodů zajistěte okolo celého přístroje volný prostor o velikosti alespoň 0,6m.
6. K čištění přístroje nepoužívejte agresivní čisticí prostředky. Během montáže a údržby vždy používejte vhodné nářadí. Po skončení tréninku setřete z přístroje pot.
7. Nesprávně vedený a nadměrný trénink může ohrozit vaše zdraví. Před zahájením jakéhokoliv cvičebního programu se poraďte s lékařem o vhodné intenzitě a délce tréninku. Údaje naměřené počítačem jsou pouze orientační a neslouží k vyhodnocení zdravotního stavu uživatele.
8. Přístroj lze používat, pouze pokud je plně funkční. K opravám používejte pouze originální náhradní díly od stejného výrobce.
9. Na přístroji nemůže současně cvičit více osob.
10. Ke cvičení na přístroji používejte vhodné sportovní oblečení a sportovní obuv.
11. Pokud začnete pociťovat závratě, nevolnost nebo jiné potíže, přestaňte okamžitě cvičit, a co nejdříve se poraďte s lékařem.
12. Děti a osoby s tělesným či mentálním postižením mohou přístroj používat pouze pod vedením dospělé osoby.
13. Se zvyšující se rychlostí šlapání se zvyšuje výkon přístroje a naopak. Přístroj je vybaven otočným regulátorem, pomocí kterého si můžete nastavit stupeň zátěže. Pro snížení zátěže otáčejte regulátorem ve směru „-“, pro zvýšení zátěže ve směru „+“.
14. **Maximální hmotnost uživatele: 100kg**
15. Trenažér podléhá normě EN957, třída **HC**: použití v domácnostech.

NÁKRES



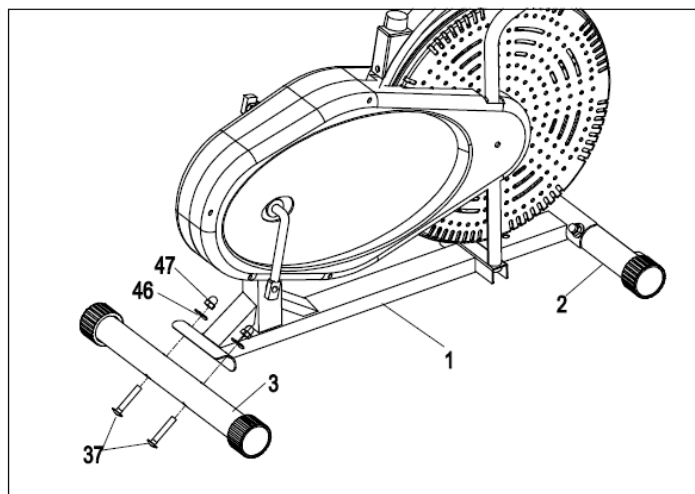
SEZNAM DÍLŮ

Označení	Název dílu	Počet kusů	Označení	Název dílu	Počet kusů
1	Hlavní rám	1	31	Kuličkové ložisko	2
2	Přední nosník	1	32	Miska ložiska	2
3	Zadní nosník	1	33	Matice	1
4L/R	Pohyblivé rameno (levé/pravé)	1 (L/R)	34	Řetěz	1
5	Hnací kolo	1	35	Třecí řemen	1
6L/R	Pedál (levý/pravý)	1 (L/R)	36	Regulátor zátěže	1
7L/R	Madlo (levé/pravé)	1 (L/R)	37	Vratový šroub	4
8L/R	Kryt hlavního rámu (levý/pravý)	1 (L/R)	38	Šroub ST4.2X20	2
9	Větrák	1	39	Šroub ST4.2X40	3
10	Podložka $\phi 16 \times 1 \times \phi 28$	1	40	Křížový šroub	1
11L/R	Nášlap (levý/pravý)	1 (L/R)	41L/R	Imbusový šroub (levého/pravého pedálu) $\phi 15.6 \times 88.8 \times 1/2$	1 (L/R)
12	Osa madel	1	42	Napínací šroub	2
13	Koncová krytka nosníku $\phi 2"$	4	43	Krytka S13	2
14	Pěnová rukojeť	2	44	Šestihranný šroub M10X45	4
15	End caps 1"	6	45	Samojistící matice	6
16	Plastová vodící vložka $\phi 1-1/4"$	4	46	Prohnutá podložka	4
17	Ruční šroub	2	47	Kloboučková matice	4
18	Plastový váleček	2	48L/R	Samojistící matice (levého/pravého pedálu) $1/2" \times B8$	1 (L/R)
19	Vymezovací vložka $\phi 5/8"$ (ocel)	10	49	Šestihranný šroub M10X55	2
20	Vymezovací vložka $\phi 3/8"$ (ocel)	4	50	Počítač	1
21	Vymezovací vložka $\phi 10$	2	51	Pérová podložka $\phi 13 \times B2$	2
22	Osa větráku	1	52	Pérová podložka $\phi 10.5 \times 3 \times \phi 18$	2
23	Matice 3/8"	4	53	Vodící kolečko	1
24	Krytka kliky	2	54	Samojistící matice	2
25	Matice 3/8"	2	55	Podložka	1
26	Senzor	1	56	Seegerova podložka	2
27	Klika (set)	1	57	Imbusový šroub M10X18	2
28	Šroub ST4.2X18	4	58	Šestihranný šroub	2
29	Podložka	1	59	Krytka S16	4
30L	Víko ložiska	1	60	Krytka S18	2
30R	Víko ložiska	1			

MONTÁŽNÍ POKYNY

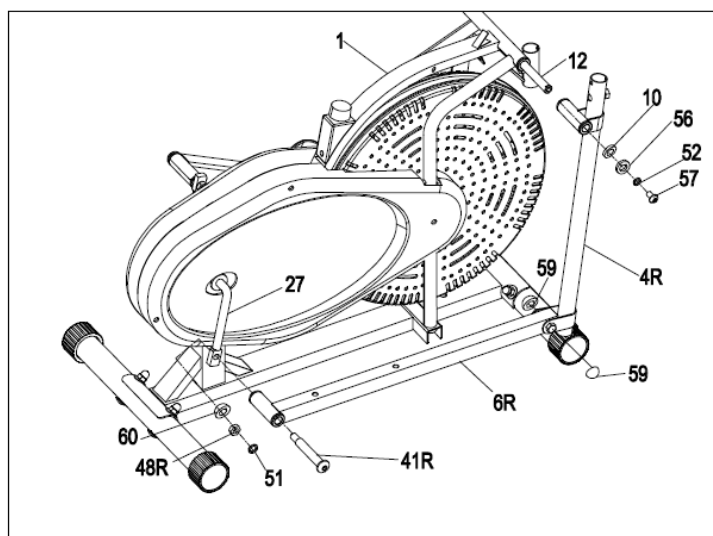
Před zahájením montáže vybalte všechny díly a zkontrolujte, že je obsah balení kompletní.

KROK 1:



Připevněte přední nosník (2) a zadní nosník (3) k hlavnímu rámu (1) pomocí vratových šroubů (37), prohnutých podložek (46) a kloboučkových matic (47).

KROK 2:



A: Odšroubujte z osy madel (12) imbusové šrouby (57), pérové podložky (52), segerovy podložky (56) a podložky (10). Nasadte na osu pohyblivá ramena (4L/R) a zajistěte je pomocí demontovaných podložek (10), segerových podložek (56), pérových podložek (52) a imbusových šroubů (57). Prozatím neutahujte šrouby nadoraz.

B: Nasadte pravý pedál (6R) na pravou kliku (27R) a zafixujte jej pomocí imbusového šroubu (41R), pérové podložky (51) a samojistící matice (48R). V přední části pedálu upevněte krytky (59).

Stejným způsobem proveďte montáž na levé straně přístroje.

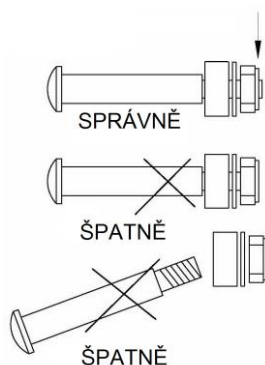
Poznámka:

Pedály jsou označeny písmeny L (levý) a R (pravý). Šroub levého pedálu utahujte v protisměru hodinových ručiček a šroub pravého pedálu utahujte ve směru hodinových ručiček. Nastavte si kliky do takové pozice, abyste mohli šrouby řádně utáhnout.

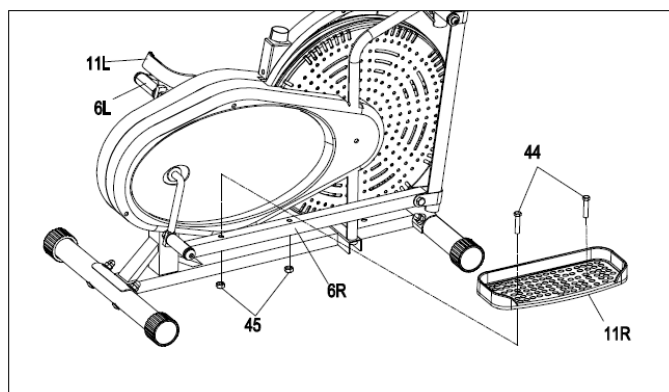
UPOZORNĚNÍ:

Šrouby (41L/R) musí kompletně projít pedálem a klikou. Tím bude zajištěn správný chod pedálů a dlouhá životnost přístroje.

Pro správnou instalaci šroubu je třeba jej vést pedálem a klikou zcela rovně. Při nesprávné instalaci šroubu hrozí poškození vložek a pedálu.

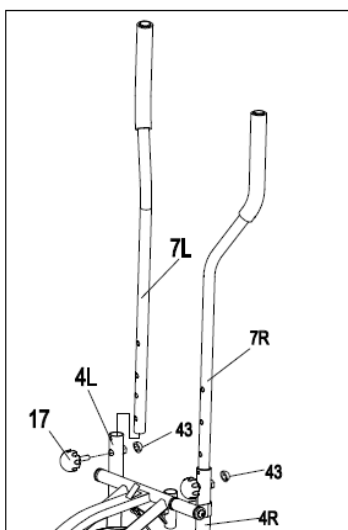


KROK 3:



Přípevněte nášlapy (11L/11R) k pedálům (6L/R) pomocí šestihranných šroubů (44) a samojistících matic (45).

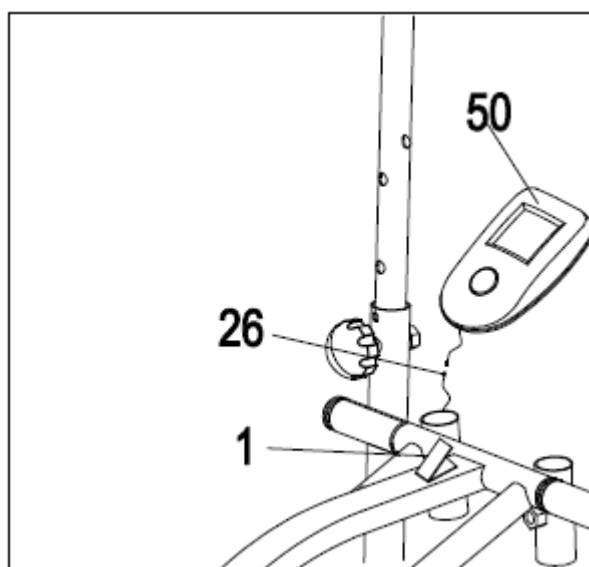
KROK 4:



Zasuňte madla (7L/R) do pohyblivých ramen (4L/R). Nastavte madla na výšku odpovídající uživateli, ujistěte se, že jsou obě madla ve stejné poloze a zafixujte je pomocí ručních šroubů (17).

Poznámka: Madla (7L/R) umožňují nastavení do tzv. duálního režimu (pohyblivá madla pro klasický i zpětný chod) a režimu pevných madel (madla se nepohybují).

KROK 5:



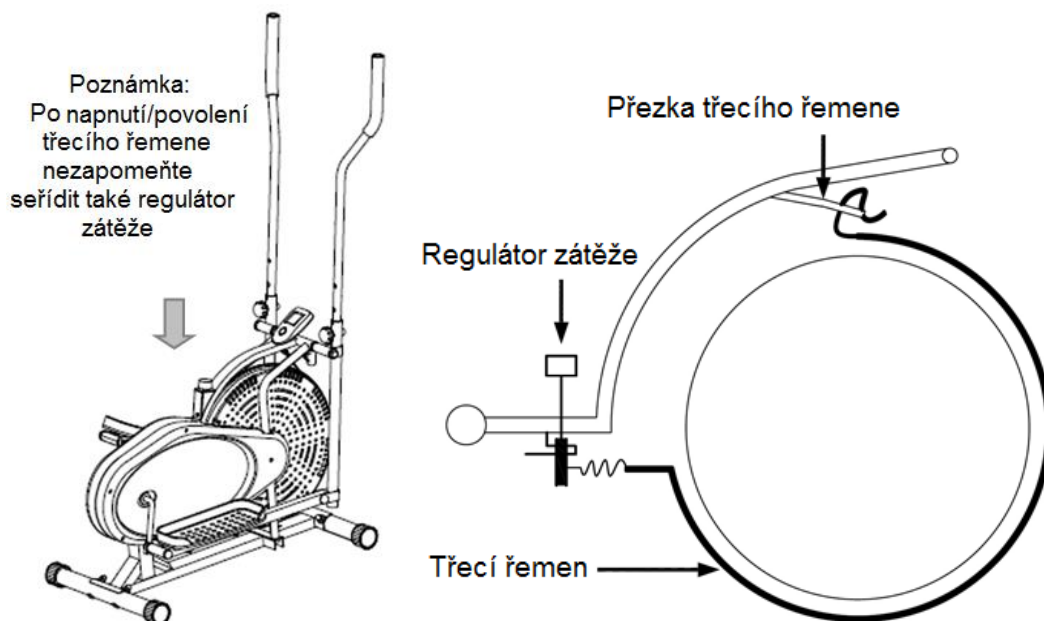
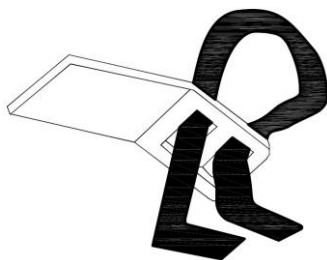
Propojte senzorický kabel (26) a poté připevněte počítač (50) k hlavnímu rámu (1).

Tímto je montáž eliptického trenažéru dokončena.

NASTAVENÍ ZÁTĚŽE

Při prvním cvičení na tomto eliptickém trenažéru byste měli nastavit odpor třecího řemene tak, aby odpor odpovídal vašim cvičebním cílům. Během tréninku pak lze stupeň zátěže a intenzitu cvičení uzpůsobovat otáčením regulátoru zátěže.

Pro zvýšení zátěže otáčejte regulátorem doprava, pro snížení zátěže otáčejte regulátorem doleva.



Čím těsněji třecí řemen obepíná kolo větráku, tím vyšší bude zátěž (odpor při šlapání)

ZPĚTNÝ CHOD

Tento eliptický trenažér umožňuje šlapání opačným směrem.

Šlapání směrem dopředu posiluje kvadricepsy (přední strana stehen), zatímco při šlapání dozadu jsou posilovány tzv. hamstringy (zadní strana stehen). Trénink tak lze učinit efektivnějším a zajímavějším.

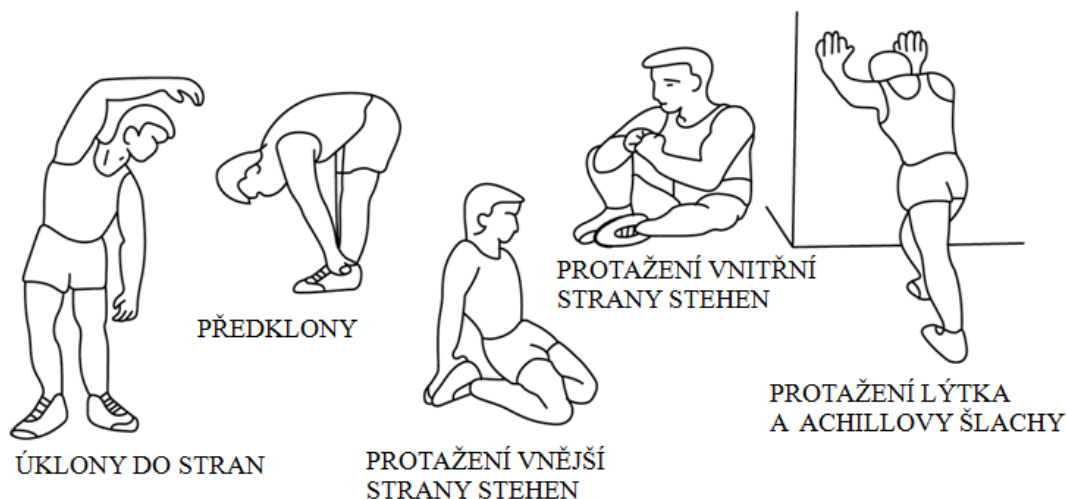
UPOZORNĚNÍ: PŘED ZAHÁJENÍM CVIČENÍ SE UJISTĚTE, ŽE JSOU VŠECHNY ŠROUBY A MATICE ŘÁDNĚ UTAŽENY.

POKYNY KE CVIČENÍ

Cvičení na eliptickém trenažéru je prospěšné pro vaše zdraví, zlepšuje fyzickou kondici, tvaruje svalstvo a v kombinaci s kaloricky vyváženou stravou vede ke snížení váhy.

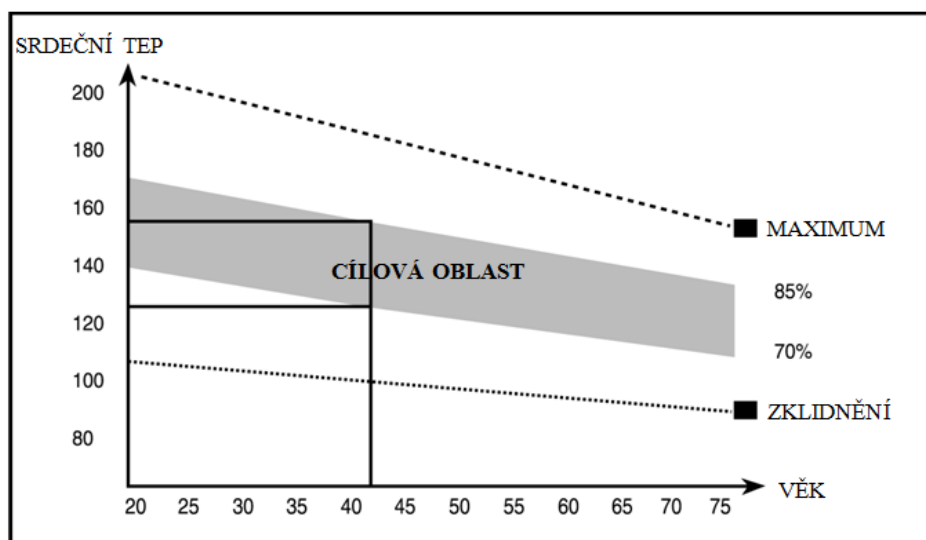
1. ZAHŘÍVACÍ FÁZE

Tato fáze slouží k prokrvení celého těla, k zahřátí svalstva, snižuje 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.



2. AEROBNÍ CVIČENÍ

Tato fáze je fyzicky namáhavější. Pravidelným cvičením se posiluje svalstvo dolních končetin. Tempo si můžete určit sami, ale je velice 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. Průměrně trvá tato fáze 15-20 minut.

3. 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. Protahání 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.

TVAROVÁNÍ SVALSTVA

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

REDUKCE HMOTNOSTI

Množství spálených kalorií záleží pouze na délce a intenzitě cvičení. Podstata je stejná jako u kondičního cvičení, ovšem je potřeba se zaměřit na jiný cíl.

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 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:

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, úmyslné pozměnění 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 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
Reklamační a servis:	Čermenská 486, 749 01 Vítkov
IČO:	26847264
DIČ:	CZ26847264
Telefon:	+420 556 300 970
Mail:	eshop@insportline.cz reklamace@insportline.cz servis@insportline.cz
Web:	www.insportline.cz

SK

inSPORTline s.r.o.

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

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

Datum prodeje:

Razítko a podpis prodejce: