



UŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK
IN 10956 Bežecký pás inSPORTline FineRun



Záručný a pozáručný servis zabezpečuje:

inSPORTline s.r.o., Električná 6471, 911 01 Trenčín
mail: reklamacie@insportline.sk, servis@insportline.sk

www.insportline.sk

OBSAH

<u>DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA.....</u>	<u>4</u>
<u>1.NAPÁJANIE.....</u>	<u>4</u>
<u>2.MONTÁŽ.....</u>	<u>4</u>
<u>OBSAH BALENIA.....</u>	<u>5</u>
<u>1.SPOJOVACÍ MATERIÁL.....</u>	<u>5</u>
<u>NÁKRES (ROZLOŽENÝ STAV).....</u>	<u>6</u>
<u>ZOZNAM DIELOV.....</u>	<u>7</u>
<u>NÁKRES (KOMPLET).....</u>	<u>9</u>
<u>MONTÁŽNE POKYNY.....</u>	<u>9</u>
<u>PROVÁDZKOVÉ POKYNY.....</u>	<u>10</u>
<u>1.SPUSTENIE PRÍSTROJA.....</u>	<u>10</u>
<u>2.BEZPEČNOSTNÝ KLÚČ.....</u>	<u>10</u>
<u>SKLADANIE/ROZKLADANIE.....</u>	<u>10</u>
<u>OVLÁDANIE POČÍTAČA.....</u>	<u>11</u>
<u>1.CHARAKTERISTIKA.....</u>	<u>11</u>
<u>TLAČIDLÁ.....</u>	<u>12</u>
<u>1.DISPLEJ.....</u>	<u>13</u>
<u>2.VOL'BA CVIČEBNÉHO PROGRAMU (P1 – P25).....</u>	<u>13</u>
<u>ÚDRŽBA.....</u>	<u>14</u>
<u>1.NASTAVENIE BEŽECKÉHO PÁSU.....</u>	<u>14</u>
<u>2.CENTROVANIE BEŽECKÉHO PÁSU:.....</u>	<u>15</u>
<u>MAZANIE.....</u>	<u>15</u>
<u>ČISTENIE.....</u>	<u>16</u>
<u>SKLADOVANIE.....</u>	<u>16</u>
<u>DÔLEŽITÉ POZNÁMKY.....</u>	<u>16</u>
<u>RIEŠENIE PROBLÉMOV.....</u>	<u>16</u>
<u>VŠEOBECNÉ ODPORÚČANIA NA CVIČENIE.....</u>	<u>17</u>
<u>ZAHRIEVACIE A PREŤAHOVACIE CVIKY.....</u>	<u>18</u>
<u>ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE.....</u>	<u>20</u>

ÚVOD

Ďakujeme vám za zakúpenie nášho výrobku. Tento prístroj vám pomôže precvičiť svaly bezpečným spôsobom a zlepšiť telesnú kondíciu - a to všetko v pohodlí domova.

VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Pri výrobe našich fitness výrobkov kladieme dôraz najmä na ich bezpečnosť a precíznosť spracovania. Napriek tomu je veľmi dôležité, aby ste dodržiavali nižšie uvedené bezpečnostné pokyny. Za škody na zdraví vzniknuté v dôsledku nedodržania týchto pokynov nenesieme žiadnu zodpovednosť.

Z bezpečnostných dôvodov si pred prvým použitím prístroja pozorne prečítajte celý manuál.

1. Pred začatím cvičebného programu sa poraďte s lekárom. Lekár by vás mal uistiť, že pre vás pravidelný a intenzívny tréning nepredstavuje zdravotné riziko. Konzultácia s lekárom je obzvlášť dôležitá, ak trpíte zdravotnými problémami.
2. Ľudia s telesným postihnutím by mali prístroj používať iba pod odborným dohľadom.
3. Na cvičenie na prístroji používajte pohodlné oblečenie a športovú obuv. Nenoste príliš voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo do prístroja zachytiť.
4. Ak začnete pociťovať bolesti kĺbov či svalov, prestaňte okamžite cvičiť. Všímajte si, ako vaše telo reaguje na zvolený cvičebný program. Ak máte závraty, znamená to, že ste zvolili príliš vysokú intenzitu cvičenia - ľahnite si na zem a počkajte, až sa vám urobí lepšie.
5. Osoby s telesným alebo mentálnym postihnutím a osoby, ktoré nie sú oboznámené s informáciami v tomto manuáli, môžu prístroj používať len pod vedením skúsenej osoby, ktorá bude zodpovedná za ich bezpečnosť. Deti môžu výrobok používať iba v prítomnosti dospelaj osoby, ktorá dohliadne na jeho bezpečné a správne použitie.
6. Počas cvičenia sa nesmú v okolí prístroja pohybovať deti. Prístroj uchovávajte mimo dosahu detí a domácich zvierat.
7. Na prístroji nesmie súčasne cvičiť viac ako 1 osoba.
8. Montáž vykonajte presne podľa pokynov v manuáli a po jej úspešnom dokončení skontrolujte, či sú všetky skrutky a matice riadne pritiahnuté. Používajte iba príslušenstvo odporúčané/dodané dovozcom.
9. Prístroj nepoužívajte, pokiaľ nie je plne funkčný alebo je poškodený niektorý z dielov.
10. Prístroj umiestnite na rovný, čistý a pevný povrch. Nepoužívajte ho vo vlhkom prostredí a dávajte pozor, aby v jeho bezprostrednej blízkosti neboli žiadne predmety s ostrými hranami. Prípadne umiestnite pod prístroj ochrannú podložku, aby nedošlo k poškodeniu podlahy (podložka nie je súčasťou balenia).
11. Z bezpečnostných dôvodov zaistíte okolo celého prístroja voľný priestor o veľkosti aspoň 0,6m.
12. Kategória bežeckého pásu - HC (podľa normy ČSN EN ISO 20957) určený pre domáce použitie.
13. Buďte opatrní a nedávajte ruky ani nohy do blízkosti rotačných častí a kĺbových spojov. Do otvorov v prístroji nekladajte žiadne predmety.
14. Používajte prístroj iba na účely, na ktoré je priamo určený a tak, ako je popísané v tomto manuáli.
15. Nepoužívajte žiadne príslušenstvá, ktoré nie sú doporučené výrobcom.
16. Maximálna hmotnosť užívateľa je 130 kg.

DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA

1. NAPÁJANIE

- Bežecký pás umiestnite v blízkosti zdroja napájania.
- Prístroj zapojte do uzemnenej elektrickej zásuvky, ku ktorej nie je pripojený žiadny iný prístroj. Neodporúčame používať predlžovací kábel.
- Ak nie je prístroj riadne uzemnený, hrozí riziko zasiahnutia elektrickým prúdom. Ak si nie ste istí, či je zásuvka riadne uzemnená, poraďte sa s elektrikárom. Ak nie je prípojka kompatibilná so zásuvkou, nepokúšajte sa ju akokoľvek upravovať. Poradte sa s elektrikárom o použití vhodnej zásuvky.
- Kolísanie elektrického napätia môže prístroj vážne poškodiť. Na kolísanie elektrického napätia majú vplyv zmeny počasia alebo vypínanie a zapínanie ďalších prístrojov. Pred poškodením prístroja sa vyvarujete, ak použijete prepäťovú ochranu (nie je súčasťou balenia).
- Prístroj je navrhnutý pre elektrické napätie o rozsahu 220-240 V.
- Dávajte pozor, aby nebol napájací kábel v blízkosti transportných koliesok. Nenechávajte napájací kábel pod prístrojom. Nepoužívajte prístroj, ak je napájací kábel poškodený.
- Pred údržbou alebo čistením prístroj odpojte z elektrickej siete.
- Pred začatím tréningu sa vždy uistite, že je prístroj úplne v poriadku.
- Nepoužívajte prístroj vonku, v garáži alebo pod akýmkoľvek vonkajším prístreškom. Nevystavujte prístroj vlhkosti alebo priamemu slnečnému žiareniu.
- Ak je prístroj spustený, nevzdávajte sa od neho a majte ho pod kontrolou.
- Ak dôjde k poškodeniu napájacieho kábla, požiadajte o jeho výmenu výrobcu, servisného technika alebo inú kvalifikovanú osobu - hrozí riziko zasiahnutia elektrickým prúdom.
- Kontrolujte napnutie pásu. Spustite bežecký pás skôr, než sa na neho postavíte.

2. MONTÁŽ

- Pred začatím montáže si pozorne prejdite jednotlivé kroky (pozri MONTÁŽNE POKYNY). Odporúčame si tiež najskôr prezrieť priložený NÁKRES.
- Odstráňte z dielov baliaci materiál a rozložte jednotlivé diely prehľadne na zem. Uľahčíte si tak montáž.
- Pomocou tabuľky v kapitole OBSAH skontrolujte, či boli dodané všetky diely. Baliacich materiálov sa zbavte až po úspešnom dokončení montáže.
- Počas zostavovania prístroja buďte opatrní. Pri manipulácii s náradím a technických aktivitách vždy hrozí riziko úrazu.
- Zaisťte si bezpečné pracovné prostredie a nenechávajte náradie voľne sa povaľovať po miestnosti. Baliaceho materiálu sa zbavujte spôsobom, ktorý nebude predstavovať žiadne riziká. Fólie a sáčky predstavujú nebezpečenstvo pre deti - hrozí riziko udusenía.
- Starostlivo si preštudujte priložené obrázky a počas montáže dodržujte poradie jednotlivých krokov.
- Montáž musí vykonávať dospelá osoba. V prípade problémov požiadajte o pomoc ďalšiu, technicky zdatnú osobu.

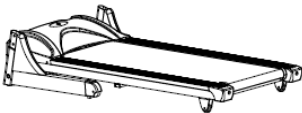

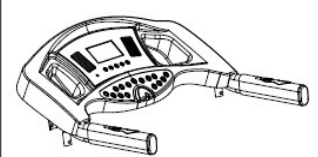


VAROVANIE: Počas montáže bežeckého pásu dbajte mimoriadnej opatrnosti. Pri nedodržaní správneho postupu hrozí riziko úrazu.

POZNÁMKA: Každý montážny krok jasne popisuje potrebné úkony. Bežecký pás začnite zostavovať až po starostlivom prečítaní všetkých uvedených montážnych pokynov.






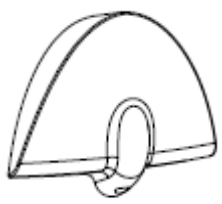
OBSAH BALENIA

KONTROLA DODANÝCH DIELOV

- Zložte z bežeckého pásu veko krabice.
- Skontrolujte, či sú dodané nasledujúce diely. Ak niektorý z dielov chýba, kontaktujte predajcu.

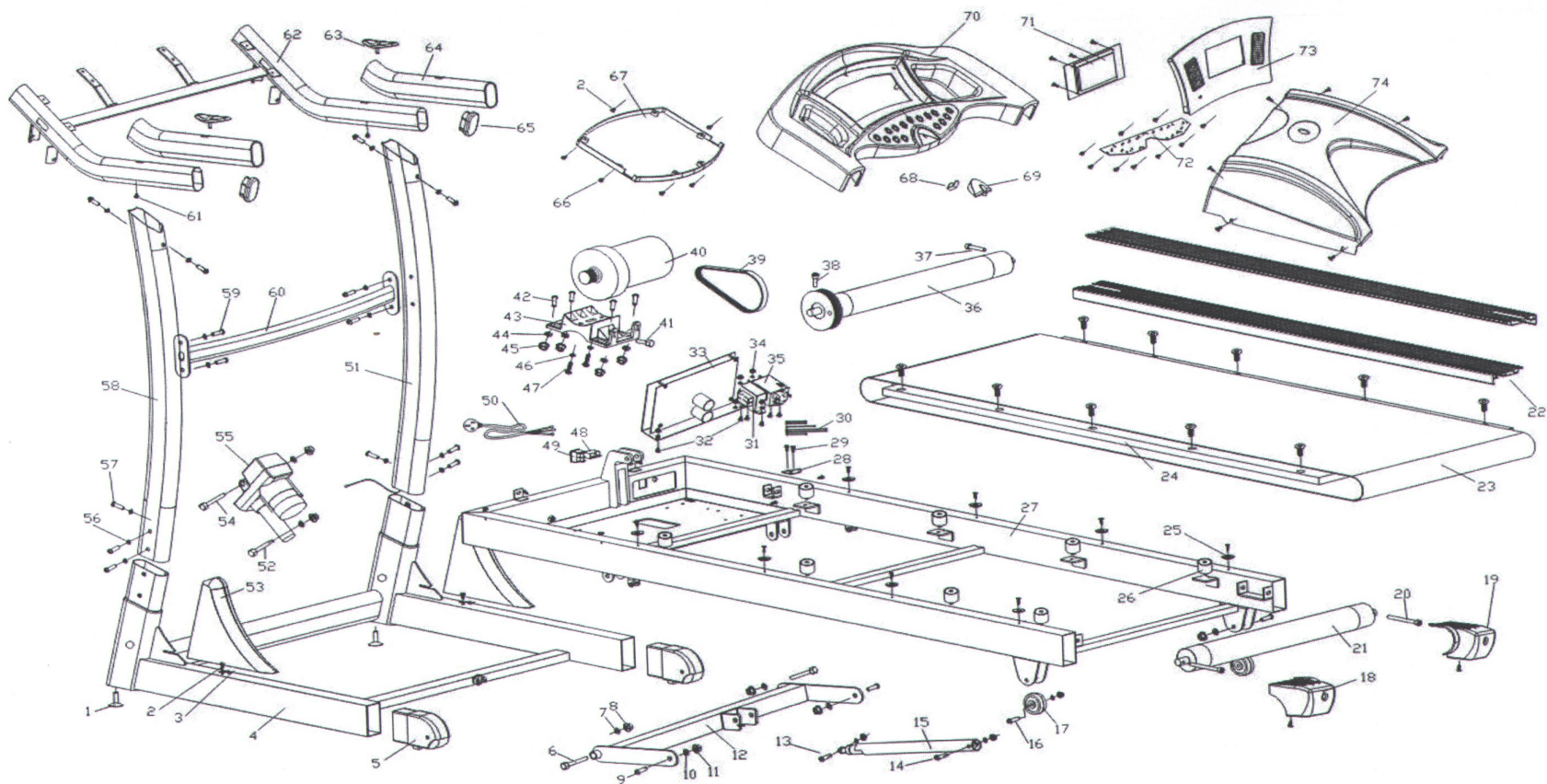
 <p>Hlavný rám + základný rám</p>	 <p>Stípy konzoly</p>	 <p>Ovládací panel s rukoväťami</p>	 <p>Spojovací materiál</p>
 <p>Spojovacia tyč konzoly</p>			

1. SPOJOVACÍ MATERIÁL

 <p>Imbusová skrutka M8x15 – 10 ks</p>	 <p>Imbusová skrutka M8x20 – 4 ks</p>	 <p>Podložka – 14 ks</p>
 <p>Silikónový olej na bežeckú dosku</p>	 <p>Imbusový kľúč 8 mm – 1 ks</p>	 <p>Bezpečnostný kľúč</p>

NÁKRES (ROZLOŽENÝ STAV)

Väčšina dielov je dodávaná v skompletizovanom stave. V prípade požiadavky na náhradný diel si poznačte jeho číslo v tomto nákrese alebo v zozname dielov.

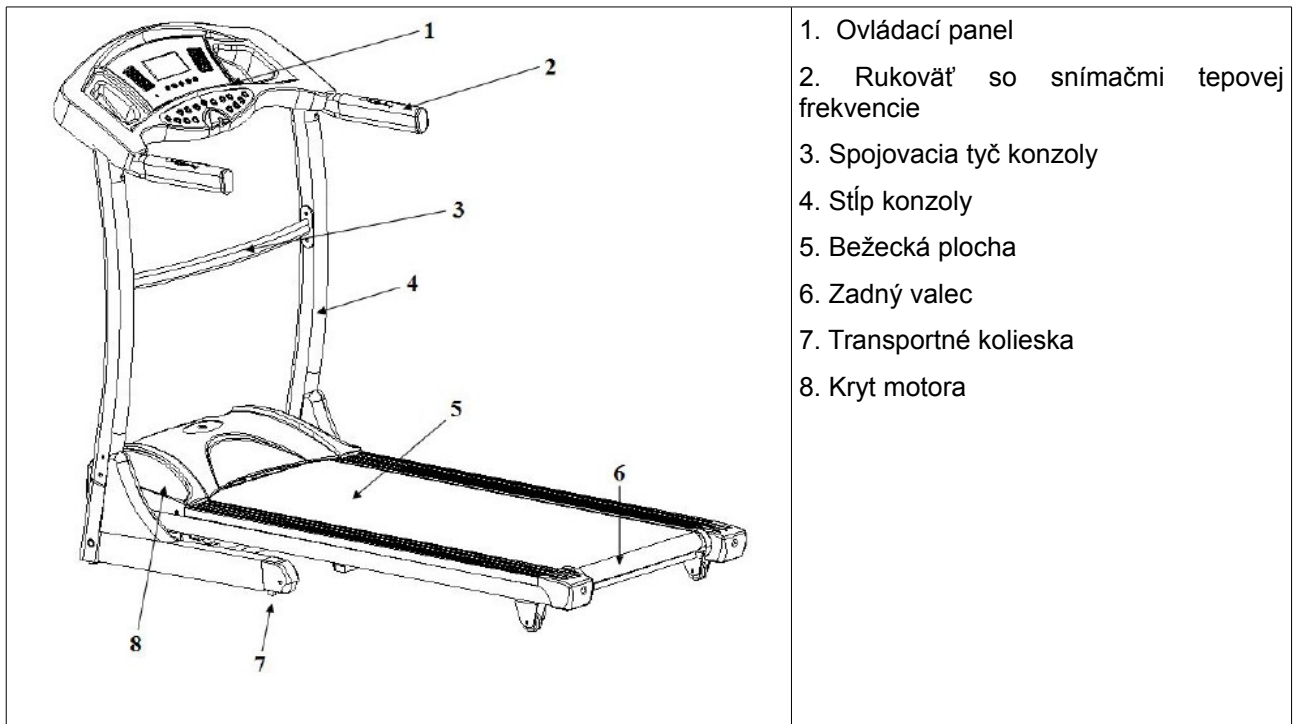


ZOZNAM DIELOV

Označenie	Názov dielu	Počet kusov
1	Nastaviteľná nožička	2
2	Samorezná skrutka M4x15	2
3	Pružný pliešok	2
4	Základný rám	1
5	Transportné koliesko	2
6	Imbusová skrutka M14x120	2
7	Podložka ø14	2
8	Matica M14	2
9	Imbusová skrutka M8x20	2
10	Podložka ø8	6
11	Matica M8	6
12	Sklonový rám	1
13	Imbusová skrutka M8x30	1
14	Imbusová skrutka M8x50	1
15	Zaisťovacia tyč	1
16	Imbusová skrutka M8x45	2
17	Kolieska	2
18	Ľavá koncová krytka	1
19	Pravá koncová krytka	1
20	Skrutka M8x60	2
21	Zadný valec	1
22	Nášľapná lišta	2
23	Bežecký pás	1
24	Bežecká doska	1
25	Podložka	8
26	Silenblok	8
27	Hlavný rám	1
28	Držiak káblov	2
29	Skrutka M4x12	20
30	Sada spojovacích káblov	1
31	Transformátor	1
32	Skrutka M4x14	6
33	Riadiaca jednotka	1
34	Matica M4	4
35	Oddeľovací filter	1
36	Predný valec	1

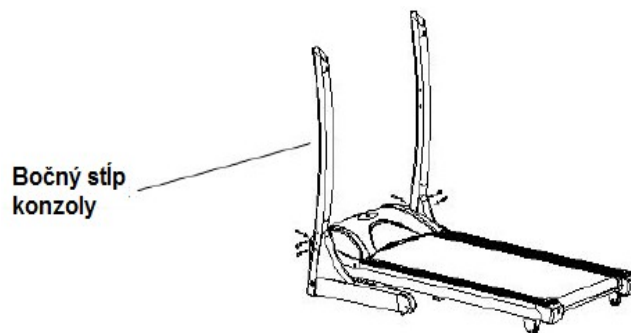
37	Skrutka M8x25	1
38	Skrutka M8x40	1
39	Remeň	1
40	Motor	1
41	Skrutka M8x35	1
42	Imbusová skrutka M10x25	4
43	Konzola motora	1
44	Podložka ø10	4
45	Matica M10	4
46	Perová podložka	2
47	Imbusová skrutka M8x20	2
48	Poistka	1
49	Vypínač	1
50	Sieťový kábel	1
51	Pravý stĺp konzoly	1
52	Šesťhranná skrutka M10x120	1
53	Kryt	2
54	Šesťhranná skrutka M10x55	1
55	Motor pre sklon	1
56	Podložka ø8	14
57	Imbusová skrutka M8x15	10
58	Ľavý stĺp konzoly	1
59	Imbusová skrutka M8x20	4
60	Spojovacia tyč konzoly	1
61	Skrutka M4x60	2
62	Držiak ovládacieho panela	1
63	Snímač tepovej frekvencie	2
64	Rukoväť	2
65	Koncovka rukoväte	2
66	Samorezná skrutka M4x15	22
67	Dolný kryt ovládacieho panela	1
68	Magnetický spínač	1
69	Bezpečnostný kľúč	1
70	Ovládací panel	1
71	LCD monitor	1
72	Tlačidlá	1
73	Kryt monitora	1
74	Kryt motora	1

NÁKRES (KOMPLET)



MONTÁŽNE POKYNY

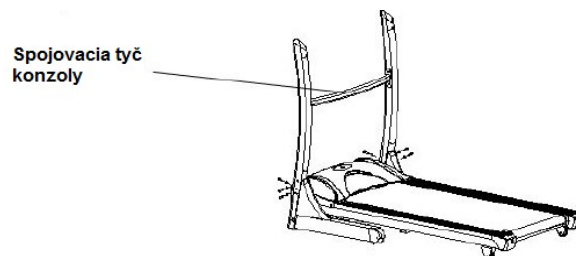
KROK 1: Montáž bočných stĺpov k základnému rámu



A) Prestrčte prepojovací kábel bočným stĺpikom.

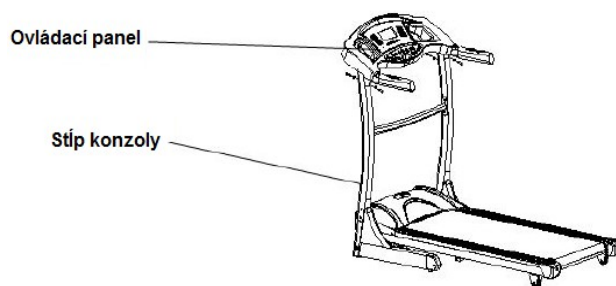
B) Pripevnite bočné stĺpiky (51, 58) k základnému rámu (4) pomocou šiestich imbusových skrutiek M8x15mm (57) a podložiek (56). Skrutky utiahnite iba ručne.

KROK 2: Montáž spojovacej tyče konzoly medzi stĺpikmi



Pripevnite spojovaciu tyč konzoly (60) k bočným stĺpikom (51, 58) pomocou štyroch imbusových skrutiek M8x20mm (59) a podložiek (56). Skrutky utiahnite iba ručne.

KROK 3: Montáž ovládacieho panela na stĺpiky



- A) Prepojte kábel vychádzajúci z ovládacieho panela s káblom vychádzajúcim z pravého stĺpika.
- B) Pripevnite ovládací panel k stĺpikom pomocou štyroch imbusových skrutiek M8x15 (57) a podložiek (56). Skrutky utiahnite iba ručne.

UPOZORNENIE: Pri prepájaní káblov dávajte pozor, aby nedošlo k poškodeniu kolíkov v konektoroch.



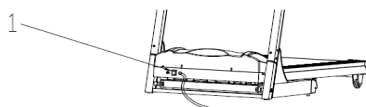
KROK 4: Dotiahnutie spojovacieho materiálu

Najskôr zapnite sieťový vypínač a otestujte chod prístroja. V prípade, že je všetko v poriadku, utiahnite skrutky použité počas montážnych krokov 1 - 3 na doraz pomocou dodaného imbusového kľúča.

PROVÁDZKOVÉ POKYNY

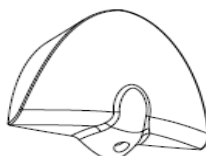
1. SPUSTENIE PRÍSTROJA

Pred spúšťaním prístroja sa uistite, že je pripojený k elektrickej sieti. Po prepnutí sieťového vypínača do pozície ON (1) sa vypínač rozsvieti, budete počuť zvukovú signalizáciu a súčasne sa rozsvieti tiež ovládací panel.



2. BEZPEČNOSTNÝ KLÚČ

Prístroj je schopný prevádzky len v prípade, že je do dierky ovládacieho panela zapojený bezpečnostný kľúč. Pred začatím cvičenia zapojte bezpečnostný kľúč do ovládacieho panela a klips bezpečnostného kľúča si pripnite k oblečeniu. Ak nastanú počas cvičenia problémy a bude potrebné rýchlo vypnúť motor bežeckého pásu, jednoducho odpojte bezpečnostný kľúč zatahnutím za povrázok, ku ktorému je pripojený. Pre opätovné zapnutie prístroja zapnite sieťový vypínač a opäť pripojte bezpečnostný kľúč. **(Pri cvičení majte vždy klips bezpečnostného kľúča pripnutý k oblečeniu. Pokiaľ nie je prístroj používaný, vyberte z neho bezpečnostný kľúč a uschovajte ho mimo dosahu detí).**



SKLADANIE/ROZKLADANIE

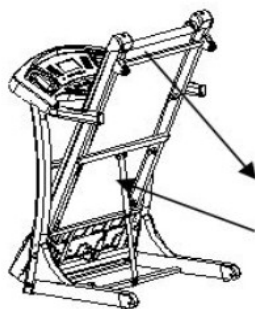
Za účelom úspory miesta možno zdvihnúť bežeckú dosku prístroja.

Skladanie: Zdvíhajte bežeckú dosku, kým nezapadne poistka.

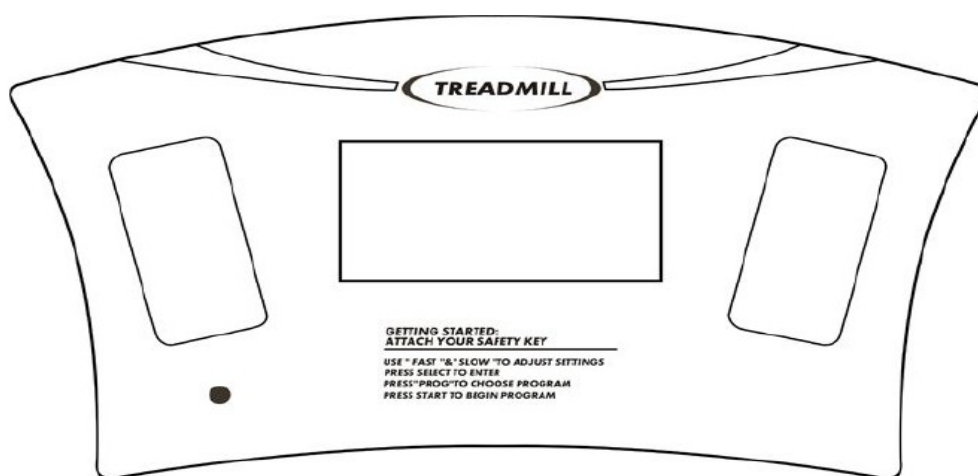


POZNÁMKA: Uistite sa, že je skladací mechanizmus riadne zaistený.

Rozkladanie: Odistite skladací mechanizmus a opatrne spustite bežeckú dosku k zemi.



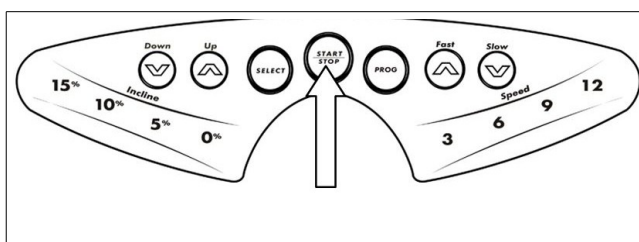
OVLÁDANIE POČÍTAČA



1. CHARAKTERISTIKA

Funkcie	Rozsah
Čas (TIME)	00:00 – 99:59 min
Rýchlosť (SPEED)	0.8 – 18 km/h
Sklon (INCLINE)	0 – 15 %
Vzdialenosť (DISTANCE)	0.00 – 99.9 km
Kalórie (CALORIES)	0 – 999 KCAL
Tepová frekvencia (PULSE)	70 – 200 / min
Program	P1 - P25

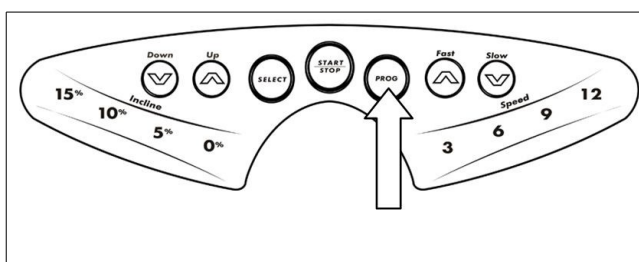
TLAČIDLÁ



START/STOP

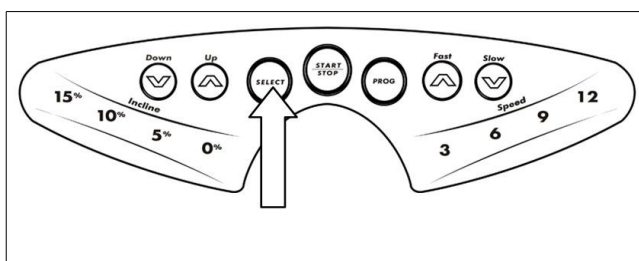
Stlačením tohto tlačidla zahájite cvičenie.

Tlačidlo slúži tiež k pozastaveniu a opätovné spustenie prístroja.



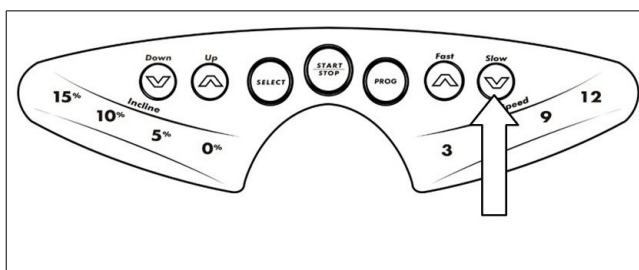
PROG

Stlačením tohto tlačidla vstúpíte do ponuky prednastavených programov.



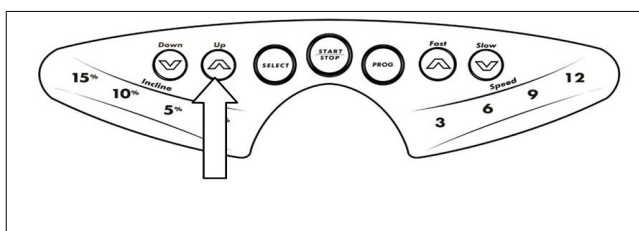
SELECT

Tlačidlo pre nastavenie rýchlosti pásu a dĺžky cvičenia. Tréning spustíte stlačením tlačidla START/STOP.



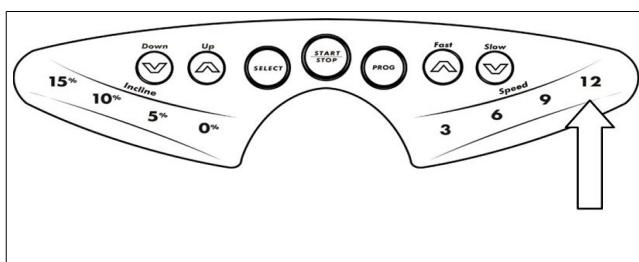
FAST/SLOW

Stlačte toto tlačidlo pre zmenu rýchlosti pásu alebo dĺžku cvičenia (displej signalizuje zvolený parameter blikaním).



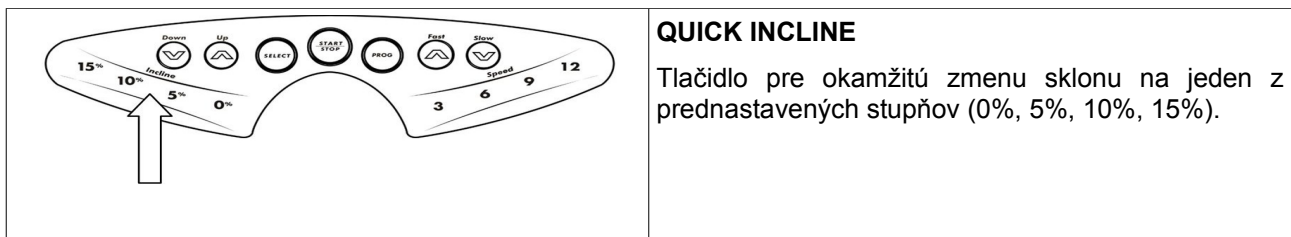
UP/DOWN

Pomocou týchto tlačidiel môžete nastaviť sklon bežeckej dosky alebo dĺžku cvičenia (displej signalizuje zvolený parameter blikaním).



QUICK SPEED

Tlačidlo pre okamžitú zmenu rýchlosti na jeden z prednastavených stupňov (3, 6, 9, 12 km/h).



QUICK INCLINE

Tlačidlo pre okamžitú zmenu sklonu na jeden z prednastavených stupňov (0%, 5%, 10%, 15%).

1. DISPLEJ

	INCLINE Zobrazenie aktuálneho sklonu bežeckej dosky.
	CALORIES Zobrazenie odhadovanej aktuálnej spotreby kalórií.
	DISTANCE Zobrazenie dosiahnutej alebo zostávajúcej vzdialenosti v kilometroch.
	TIME Zobrazenie aktuálnej dĺžky cvičenia alebo zostávajúceho času (minúty: sekundy).
	SPEED Zobrazenie aktuálnej rýchlosti.
	PULSE Zobrazenie aktuálnej tepovej frekvencie. Tepová frekvencia sa začne snímať po uchopení tepových snímačov.
	PROGRAM Zobrazenie zvoleného programu.

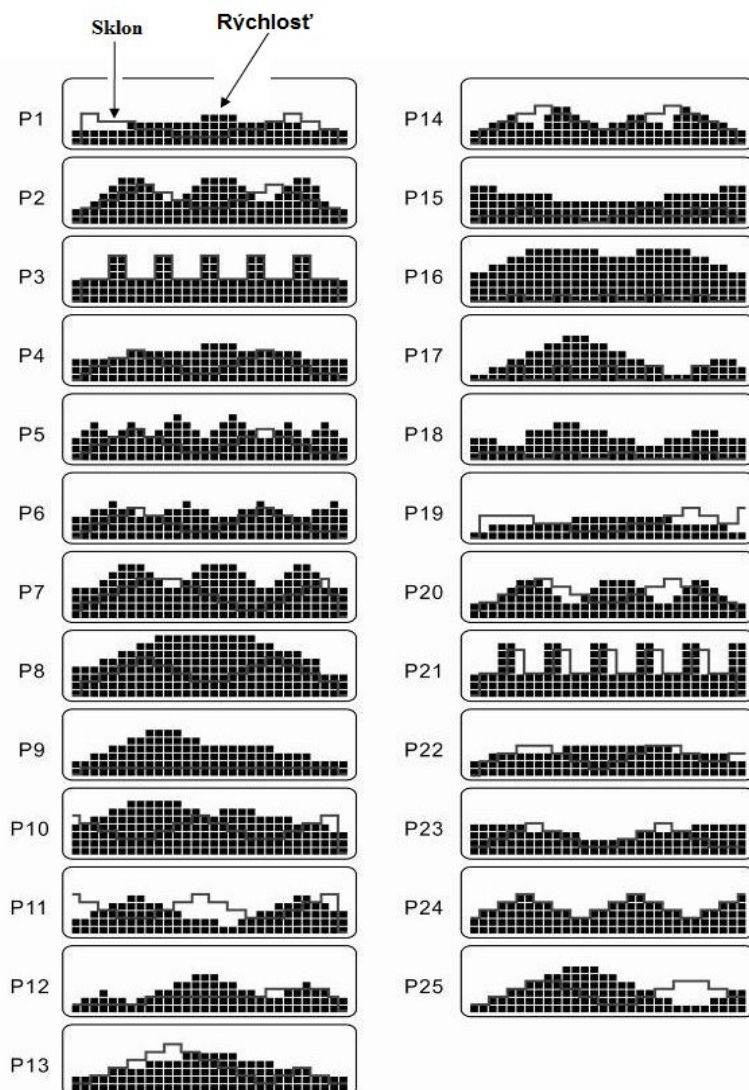
BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIE: Pri rýchlosti nad 14km/h nepoužívajte snímače tepovej frekvencie v rukoväti.

VAROVANIE! Systém na monitorovanie tepovej frekvencie nemusí byť presný. Preťažovanie pri tréningu môže zaviniť vážne zranenie alebo smrť. Ak pocítujete nevoľnosť, okamžite ukončíte cvičenie!

2. VOĽBA CVIČEBNÉHO PROGRAMU (P1 – P25)

1. Zapnite sieťový vypínač.
2. Stlačte tlačidlo *PROG* pre vstup do ponuky prednastavených programov *P1 – P25*.
3. Pomocou tlačidiel *FAST/SLOW* alebo *UP/DOWN* vyberte jeden z prednastavených program *P1-P25*.
4. Stlačte tlačidlo *SELECT* pre nastavenie dĺžky cvičenia (*P1 - P25*).

5. Pomocou tlačidiel *FAST/SLOW* alebo *UP/DOWN* nastavte požadovaný čas.



ÚDRŽBA

Správna údržba je nevyhnutná pre zabezpečenie bezchybného chodu prístroja. Nesprávne vykonávanou údržbou môže dôjsť k poškodeniu prístroja alebo skrátenie jeho životnosti.

Je nevyhnutné vykonávať pravidelné kontroly prístroja, všetky časti musia byť vždy riadne utiahnuté. poškodené časti je potrebné ihneď vymeniť.

1. NASTAVENIE BEŽECKÉHO PÁSU

Niekedy je potreba bežecký pás počas prvých týždňov prevádzky nastaviť. Hoci bol pás nastavený už pri výrobe, môže sa v dôsledku používania vychýliť zo stredu bežeckej dosky. To je úplne bežné a nejde o poruchu.

POSTUP PRE NAPNUTIE BEŽECKÉHO PÁSU

Ak sa vám zdá, že je pri behu pás príliš voľný a sklzáva (preklzuje), bude zrejme nutné zvýšiť stupeň napnutie pásu.

1. Pomocou 8mm kľúča utiahnite ľavú nastavovaciu skrutku - otočte kľúčom o 1/4 otočky v smere hodinových ručičiek.

2. Rovnakým spôsobom utiahnite pravú nastavovaciu skrutku. Je dôležité, aby ste obe skrutky pritiahli naprosto rovnako a bola tak zaistená správna pozícia valca.
3. Priťahujte nastavovacie skrutky, kým nebude problém vyriešený a pás napnutý.
4. Dávajte pozor, aby ste nastavovacie skrutky nepritiahli príliš - z dôvodu nadmerného zaťaženia môže dôjsť k opotrebeniu ložísk v prednom a zadnom valci a nadmernej hlučnosti valcov.

POKIAL' CHCETE NAPNUTIE PÁSU ZNÍŽIŤ, OTÁČAJTE NASTAVOVACIE SKRUTKY V PROTISMERE HODINOVÝCH RUČÍČIEK. JE DÔLEŽITÉ, ABY STE OTÁČALI OBOMA SKRUTKAMI TOM ISTOM ROZSAHU.

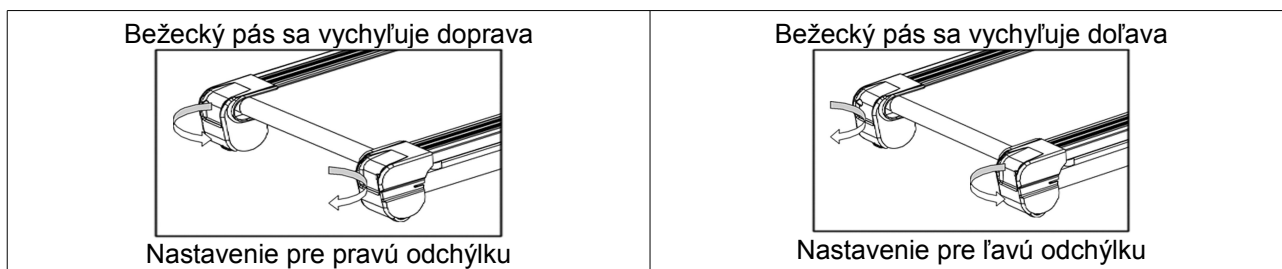
2. CENTROVANIE BEŽECKÉHO PÁSU:

Niektorí ľudia sa môžu pri behu odrážať jednou nohou viac ako druhou a môže tým dôjsť k vychýleniu pásu zo stredu bežeckej dosky. Miera posunu závisí na tom, o koľko sa líši sila odrazu nôh. Vychýľovanie pásu je úplne bežné, a ak pás spustíte na voľno (nikto na ňom nebeží), väčšinou sa sám automaticky vycentruje. Ak zostane vychýlený, bude treba ho ručne vycentrovať.

Spustite bežecký pás, nastúpte na neho a zvýšte rýchlosť na 6 km/h.

- Ak je pás posunutý smerom doľava, použite kľúč a otočte ľavou nastavovacou skrutkou o 1/4 otočky v smere hodinových ručičiek a pravou nastavovacou skrutkou o 1/4 otočky v protismere hodinových ručičiek. Ak je pás posunutý smerom doprava, otočte pravou nastavovacou skrutkou o 1/4 otočky v smere hodinových ručičiek a ľavou nastavovacou skrutkou o 1/4 otočky v protismere hodinových ručičiek. Takto postupujte, kým nebude pás vycentrovaný.
- Akonáhle bude pás vycentrovaný, zvýšte rýchlosť na 16 km/h a overte správny a plynulý beh prístroja. V prípade nutnosti postupujte opäť podľa predchádzajúcich pokynov.

Ak sa vám nedarí týmto spôsobom prístroj vycentrovať, bude potrebné zvýšiť napnutie pásu.



MAZANIE

Mazanie bežeckej plochy. Silikónový olej je dodávaný spolu so zariadením (biela fľaška).

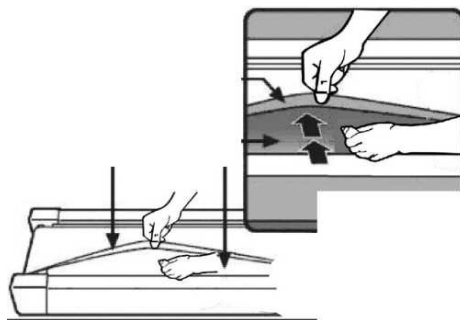
Pre zabezpečenie správneho chodu bežeckého pásu doporučujeme vykonávať pravidelné kontroly, či je riadne premazaný. Trenie medzi bežeckou plochou a bežeckým pásom má vysoký vplyv na životnosť bežeckého pásu. Pred prvým použitím bežeckého pásu, skontrolujte, či je bežecká plocha namazaná. Po každých 10 hodinách cvičenia skontrolujte vnútornú stranu bežeckého pásu z oboch strán, vždy siahnite rukou čo najďalej smerom do stredu. Pokiaľ zaznamenáte stopy silikónového oleja, netreba mazať bežecký pás. Ak je povrch suchý, postupujte podľa nasledujúcich krokov:

Krok 1: Uvoľnite pás pomocou skrutiek pre napnutie bežeckého pásu (sú umiestnené na konci bežeckého pásu).

Krok 2: Po uvoľnení skrutiek, nadvihnite bežecký pás a vyčistite priestor medzi bežeckým pásom a bežeckou plochou. Stlačte malú bielu fľaštičku silikónového oleja, ktorý je dodávaný spolu so zariadením a aplikujte na hornú časť bežeckej dosky.

Krok 3: Po namazaní bežeckej dosky, pritiahnite obe strany. Vstúpte na pás a začnite na ňom kráčať po dobu 5 minút. Nakoniec utiahnite obe skrutky.

Varovanie: Pri nadmernom mazaní pásu môže dochádzať k vzniku statickej elektriny.



ČISTENIE

Pravidelným čistením bežeckého pásu zaistíte jeho dlhú životnosť.

Varovanie: Pred čistením prístroj vypnite, aby nedošlo k zásahu elektrickým prúdom. Napájací kábel musí byť odpojený zo siete skôr, ako začnete prístroj umývať. (Pokiaľ je bežecký pás motorový).

Po každom použití zotrite z ovládacieho panela a celého povrchu prístroja pot navlhčeným, čistým a mäkkým kusom látky.

Pozor: Na čistenie nepoužívajte žiadne drsné materiály alebo rozpúšťadlá. Dávajte pozor, aby nedošlo k poškodeniu ovládacieho panela vodou. Nevystavujte ovládací panel priamemu slnečnému žiareniu. Odporúčame umiestniť pod bežecký pás podložku. Topánky môžu obsahovať nečistoty, ktoré budú pri behu padať pod prístroj. Čistenie bude jednoduchšie, ak podložku umyjete raz týždenne.

SKLADOVANIE

Bežecký pás by mal byť uskladnený vo vnútornom prostredí, z dôvodu možnosti navlhnutia. Udržujte zariadenie mimo dosahu vody, nekladajte ani nepokladajte nič na bežecký pás.

DÔLEŽITÉ POZNÁMKY

- Prístroj spĺňa aktuálne bezpečnostné normy. Prístroj je určený na domáce použitie. Iné používanie prístroja je zakázané a môže byť nebezpečné. Nie sme zodpovední za poškodenie prístroja, ktoré bolo spôsobené nesprávnym používaním.
- Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu sa poraďte s lekárom. Mal by posúdiť, či váš zdravotný stav umožňuje cvičenie na tomto prístroji. Cvičebný program by mal byť vždy navrhnutý na základe lekárskeho vyšetrenia. Nesprávne vedené alebo nadmerné cvičenie môže viesť k poškodeniu zdravia.
- Prečítajte si pozorne nasledujúce odporúčania a pokyny k cvičeniu. Prestaňte ihneď cvičiť, ak budete pociťovať bolesť, dýchavičnosť, ak sa nebudete cítiť dobre alebo budete mať akékoľvek iné ťažkosti. Ak budú problémy pretrvávať, poraďte sa s lekárom.
- Snímač tepovej frekvencie neslúži na vyhodnotenie zdravotného stavu užívateľa. Je určený len pre orientačné účely a meranie približnej tepovej frekvencie. Zobrazovaná tepová frekvencia nie je vždy úplne presná - môžu ju ovplyvniť faktory ako napr. typ prostredia či odlišnosti v stavbe ľudského tela.

RIEŠENIE PROBLÉMOV

Chybové hlásenie	Príčina	Riešenie
E0	Chýba bezpečnostný kľúč.	Pripojte bezpečnostný kľúč.
E1	Závada snímača rýchlosti.	1. Skontrolujte kabeláž vedúcu k snímaču rýchlosti a

		zapojenie konektorov. Prípadne kontaktujte servisné oddelenie. 2. Príčinou môže byť preťaženie prístroja (prekročenie max. hmotnosti užívateľa). V tomto prípade sa na riadiacej doske rozsvietia 3 kontrolné diódy. Skúste na 30 sekúnd vypnúť sieťový vypínač.
E2	Závada motora.	Skontrolujte kabeláž vedúcu k motoru a zapojenie konektorov. Prípadne kontaktujte servisné oddelenie.
E3	Prekročenie rýchlosti.	Pokiaľ je závadou snímač rýchlosti, kontaktuje servisné oddelenie.

Tento bežecský pás je navrhnutý tak, aby bol spoľahlivý a jeho užívanie jednoduché. V prípade poruchy prístroja sa riadte nasledujúcimi pokynmi:

PORUCHA: Displej ovládacieho panela sa nerozsvieti.

RIEŠENIE: Skontrolujte, či je napájací kábel zapojený do elektrickej siete a sieťový vypínač zapnutý.

PORUCHA: Vypadáva istič.

RIEŠENIE: Uistite sa, že je prístroj pripojený k elektrickej sieti o prúde 20 A.

Poznámka: Nepoužívajte predlžovací kábel.

PORUCHA: Pri zvyšovaní sklonu bežeckej dosky sa prístroj vypne.

RIEŠENIE: Uistite sa, že je napájací kábel dostatočne dlhý, a že sa počas zvýšenia sklonu nevypojil z elektrickej zásuvky.

PORUCHA: Počas prevádzky sa pás posúva zo stredu smerom do strany.

RIEŠENIE: Uistite sa, že zariadenie stojí na vodorovnom povrchu, a že je pás riadne napnutý (pozri kapitolu

ÚDRŽBA: NASTAVENIE BEŽECKÉHO PÁSU).

PORUCHA: Z prednej časti bežecského pásu sa pri prevádzke ozýva klepanie.

RIEŠENIE: Je nutné, aby bol prístroj vo vodorovnej polohe.

VŠEOBECNÉ ODPORÚČANIA NA CVIČENIE

Pri začatí Vášho cvičebného programu buďte opatrní, cvičenie by nemalo trvať príliš dlho a nemali by ste cvičiť častejšie ako raz za dva dni. Dobu cvičenia predĺžujte postupne každý týždeň. Nestanovujte si nedosiahnuteľné ciele. Okrem cvičenia na bežecskom páse prevádzajte i ďalšie športové aktivity, ako je napr. plávanie, tanec alebo cyklistika.

Pred cvičením sa vždy riadne zahrejte. Preťahujte sa alebo vykonávajte gymnastické cviky pre zahriatie po dobu aspoň 5 minút, znížite tým svalové napätie a predídete bolestiam.

Počas cvičenia dýchajte pravidelne a kľudne.

Dbajte na správny pitný režim počas cvičenia. Pamätajte si, že odporúčaná denná dávka tekutín je 2-3 litre a táto sa zvyšuje pri fyzickej námahe. Tekutiny, ktoré pijete by mali mať izbovú teplotu.

Pri cvičení na zariadení vždy používajte pohodlné a ľahké oblečenie ako aj športovú obuv. Nepoužívajte príliš voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť do pohyblivých častí zariadenia počas cvičenia.

Pravidelne si merajte Vašu tepovú frekvenciu. Pokiaľ nie je Váš prístroj vybavený snímačom tepovej frekvencie, poraďte sa s lekárom o tom, ako si môžete zmerať tepovú frekvenciu sami. Stanovte si interval, v ktorom sa bude Vaša tepová frekvencia pohybovať, tým bude tréning účinnejší. Zvážte Váš vek a telesnú kondíciu. Pre stanovenie optimálneho intervalu tepovej frekvencie slúži nasledujúca tabuľka:

Vek	Frekvencia srdcového tepu 50-75% (z maximálnej tepovej frekvencie) – optimálny cvičiaci pulz	Maximálna tepová frekvencia 100%
20 rokov	100 - 150	200
25 rokov	98 - 146	195
30 rokov	95 - 142	190
35 rokov	93 - 138	185
40 rokov	90 - 135	180
45 rokov	88 - 131	175
50 rokov	85 - 127	170
55 rokov	83 - 123	165
60 rokov	80 - 120	160
65 rokov	78 - 116	155
70 rokov	75 - 113	150

COPYRIGHT(c) 1997 AMERICAN HEART ASSOCIATION
Prípadne sa poraďte so svojim lekárom.

ZAHRIEVACIE A PREŤAHOVACIE CVIKY

Tréning by ste mali vždy začať realizáciou zahrievacích cvikov a ukončiť vykonávaním cvikov pre upokojenie organizmu. Zahrievacie cviky pripraví Vaše telo na následnú záťaž. Fáza pre upokojenie organizmu po cvičení slúži ako prevencia proti problémom so svalmi. Nižšie sú uvedené preťahovacie cviky pre zahriatie aj upokojenie organizmu, na ktoré je potrebné klásť dôraz:

Krčné svalstvo

Nakloňte hlavu doprava, ucítite pnutie v krčnom svalstve. Pomaly spustíte hlavu k hrudníku a nakloňte ju doľava. Opäť pocítite pnutie v krčnom svalstve. Niekoľkokrát cvik opakujte.



Oblasť ramien

Zdvíhajte striedavo ľavé a pravé rameno, môžete tiež zdvíhať obe ramená súčasne.



Pretiahnutie rúk

Zdvíhajte striedavo ľavú a pravú ruku smerom nahor. Pocítite pnutia vo svalstve rúk. Niekoľkokrát cvik opakujte.



Horná strana stehien

Oprite sa pravou rukou o stenu, pokrčte v kolene ľavú nohu a ľavou rukou pritiahnite pätu čo najviac k sedaciemu svalu. Akonáhle ucítite pnutie, zotrvaťte v tejto pozícii približne 30 sekúnd. Potom vymeňte nohy a cvik opakujte. Cvik opakujte aspoň 2x na každú nohu.



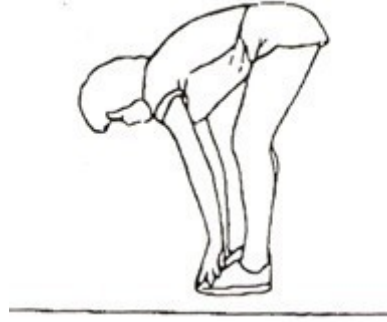
Vnútoraná strana stehien

Posadíte sa na podlahu a nakloňte kolená smerom von do strán. Pritiahnite chodidlá čo najbližšie k panve a lakťami sa snažte opatrne tlačiť kolená smerom dole k podlahe. Zotrvaťte v krajnej polohe približne 30-40 sekúnd.



Hlboký predklon

Predkloňte sa a skúste sa prstami na rukách dotknúť palcov pri nohách. Snažte sa dosiahnuť čo najnižšie. Zotrvaťte v krajnej polohe približne 20-30 sekúnd.



Kolená

Sadnite si na podlahu, pravú nohu natiahnite a ľavú pokrčte tak, aby sa chodidlo dotýkalo vnútornej strany stehna pravej nohy, koleno ľavej nohy tlačte smerom nadol k zemi. Snažte sa dosiahnuť pravou rukou na palec pravej nohy. V krajnej polohe zotrvať približne 30-40 sekúnd.



Lýtka a achillove šľachy

Oprite sa oboma rukami o stenu, ľavú nohu napnite a posuňte smerom dozadu, pravú nohu pokrčte v kolene a pätu ľavej nohy tlačte smerom nadol k zemi. V krajnej polohe zotrvať približne 30-40 sekúnd. Vymeňte nohy a cvik opakujte.



ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE

Všeobecné ustanovenia a vymedzenie pojmov

Tieto záručné podmienky a reklamačný poriadok upravujú podmienky a rozsah záruky poskytované predávajúcim na tovar dodávaný kupujúcemu, takisto aj postup pri vybavovaní reklamačných nárokov uplatnených kupujúcim na dodaný tovar. Záručné podmienky a reklamačný poriadok sa riadia príslušnými ustanoveniami zákona č. 250/2007 Z.z., Občiansky zákonník č. 40/1964 Zb. v znení neskorších predpisov, podľa § 422 až § 442 zákona č. 513/1991 Zb. Obchodný zákonník v platnom znení, a Zákona o ochrane spotrebiteľa č. 250/2007 Z.z. v znení neskorších predpisov, a to aj vo veciach týmito záručnými podmienkami a reklamačným poriadkom nespomenutých.

Predávajúcim je spoločnosť inSPORTline s.r.o. so sídlom Električná 6471, 911 01 Trenčín, IČO 36311723, zapísaná v obchodnom registri Okresného súdu Trenčín v odd Sro, vložka č. 11888/R.

Adresa predajní:

- inSPORTline s.r.o., Električná 6471, 911 01 Trenčín , +421 917 864 593, predajnatn@insportline.sk
- Stores inSPORTline SK s.r.o., Račianska 184/B, 831 54 Bratislava (Rača), +421 917 866 623, predajnaba@insportline.sk
- Stores inSPORTline SK s.r.o., Trieda generála Ludvíka Svobodu 6/A, 040 22 Košice (Furča), +421 917 866 622, predajnake@insportline.sk

Vzhľadom k platnej právnej úprave sa rozlišuje kupujúci, ktorý je spotrebiteľom a kupujúci, ktorý spotrebiteľom nie je. „Kupujúci spotrebiteľ“ alebo len „spotrebiteľ“ je osoba, ktorá pri uzatváraní a plnení zmluvy nejedná v rámci svojej obchodnej alebo inej podnikateľskej činnosti. „Kupujúci, ktorý nie je „spotrebiteľ“, je podnikateľ, ktorý nakupuje výrobky alebo užíva služby za účelom svojho podnikania s týmito výrobkami alebo službami. Tento kupujúci sa riadi rámcovou kúpnu zmluvou a obchodnými podmienkami v rozsahu, ktoré sa ho týkajú a obchodným zákonníkom.

Tieto záručné podmienky a reklamačný poriadok sú nevyhnutnou súčasťou každej kúpnej zmluvy uzatvorenej medzi predávajúcim a kupujúcim. Záručné podmienky a reklamačný poriadok sú platné a záväzné, pokiaľ v kúpnej zmluve alebo v dodatku v tejto zmluvy alebo inej písomnej dohode nebude stranami dohodnuté inak.

Záručné podmienky a záručná doba

Predávajúci poskytuje kupujúcemu záruku na tovar v dĺžke 24 mesiacov, u označených fitness modelov s kúpnu hodnotou vyššou ako 145,10 EUR bude poskytovaná záručná lehota 60 mesiacov na rám a na ostatné komponenty 24 mesiacov. Zákonná dĺžka záruky poskytovaná spotrebiteľovi nie je týmto dotknutá.

Zárukou za akosť preberá predávajúci záväzok, že dodaný tovar bude po určitú dobu spôsobilý pre použitie k obvyklému, príp. zmluvnému účelu, a že si zachová obvyklé, príp. zmluvné vlastnosti.

Predávajúci poskytuje na tento výrobok nasledujúcu záruku:

- a) záruka na rám vyrobený z ocele pre prvého majiteľa je 60 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi s kúpnu hodnotou vyššou ako 145,10 EUR s DPH.
- b) záruka na riadiacu jednotku a elektrozaariadenie pre prvého majiteľa je 24 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi.
- c) záruka na ostatné diely je 24 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi.

Záručné podmienky sa nevzťahujú na závady vzniknuté:

- zavinením používateľa t.j. poškodenie výrobku
- nesprávnou montážou
- neodbornou repasiou
- nesprávnou údržbou
- mechanickým poškodením
- opotrebením dielov pri bežnom používaní (napr. gumové a plastové časti, pohyblivé mechanizmy, atď.)
- neodvratnou udalosťou, živelnou pohromou
- neodbornými zásahmi
- nesprávnym zaobchádzaním alebo nevhodným umiestnením, vplyvom nízkej alebo vysokej teploty, pôsobením vody, neúmerným tlakom a nárazmi, úmyselne pozmeneným designom,

- tvarom alebo rozmermi.
- nesprávnym použitím tovaru, ktorý je v rozpore s kategorizáciou produktu (HC, HB, HA – na domáce použitie: SC, S – na komerčné použitie).

Upozornenie:

- 1) v dobe záruky budú odstránené všetky poruchy výrobku spôsobené výrobnou závadou alebo chybným materiálom výrobku tak, aby vec mohla byť riadne používaná.
- 2) reklamácia sa uplatňuje zásadne písomne s presným popisom o chybe a potvrdeným dokladom o zakúpení.
- 3) záruka sa uplatňuje u výrobcu: inSPORTline, s.r.o. Električná 6471, 911 01 Trenčín, v predajni v ktorej ste tovar zakúpili alebo u organizácie, v ktorej bol výrobok zakúpený.

Reklamačný poriadok – reklamácia tovaru

Kupujúci je povinný tovar, dodaný predávajúcim skontrolovať čo najskôr po prechode nebezpečia škody na tovar, resp. po jeho dodaní. Prehliadku musí kupujúci vykonať tak, aby zistil všetky závady, ktoré je možné pri primeranej odbornej prehliadke zistiť.

Pri reklamacii tovaru je kupujúci povinný na žiadosť predávajúceho preukázať nákup a oprávnenosť reklamácie faktúrou alebo dodacím listom s uvedeným výrobným (sériovým) číslom, prípadne tými istými dokladmi bez sériového čísla. Ak nepreukáže kupujúci oprávnenosť reklamácie týmito dokladmi, má predávajúci právo reklamáciu odmietnuť.

Pokiaľ kupujúci oznámi závalu, na ktorú sa nevzťahuje záruka (napr. neboli splnené podmienky záruky, závala bola nahlásená omylom apod.), je predávajúci oprávnený požadovať plnú úhradu nákladov, ktoré vznikli v súvislosti s odstraňovaním závady takto oznámenej kupujúcemu. Kalkulácia servisného zásahu bude v tomto prípade vychádzať z platného cenníku pracovných výkonov a nákladov na dopravu.

Pokiaľ predávajúci zistí (testovaním), že reklamovaný výrobok nie je vadný, považuje sa reklamácia za neoprávnenú. Predávajúci si vyhradzuje právo požadovať úhradu nákladov, ktoré vznikli v súvislosti s neoprávnenou reklamáciou.

V prípade, že kupujúci reklamuje závady tovaru, na ktoré sa vzťahuje záruka podľa platných záručných podmienok predávajúceho, vykoná predávajúci odstránenie závady formou opravy, prípadne výmeny vadného dielu alebo zariadenia za bezporuchové. Predávajúci je so súhlasom kupujúceho oprávnený dodať výmenou za vadný tovar iný tovar plne funkčne kompatibilný, ale minimálne rovnakých alebo lepších technických parametrov. Voľba ohľadne spôsobu vybavenia reklamácie podľa tohto odstavca náleží predávajúcemu.

Predávajúci vybaví reklamáciu najneskôr do 30 kalendárnych dní od doručenia vadného tovaru, pokiaľ nebude dohodnutá dlhšia lehota. Za deň vybavenia sa považuje deň, kedy bol opravený alebo vymenený tovar prebraný kupujúcim. Ak nie je predávajúci s ohľadom na charakter vady schopný vybaviť reklamáciu v uvedenej lehote, dohodne s kupujúcim náhradné riešenie. Pokiaľ k takej dohode nedôjde, je predávajúci povinný poskytnúť kupujúcemu finančnú náhradu formou dobropisu.



SK

inSPORTline s.r.o.

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

IČO: 36311723

DIČ: SK2020177082

Telefón: +421 (0)326 526 701

Mail: objednavky@insportline.sk
reklamacie@insportline.sk
servis@insportline.sk
Web: www.insportline.sk

SEVEN SPORT s.r.o.

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

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