



POUŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK
IN 1242 Nástenná hrazda inSPORTline PU1207



OBSAH

ÚVOD	3
TECHNICKÝ POPIS	3
BEZPEČNOSTNÉ POKYNY	3
POSTUP PRI UKOTVENÍ	4
ZOZNAM DIELOV	4
CVIKY NA HRAZDE	5
Zhyby nadhmatom (Pull-ups)	5
Zhyby podhmatom	5
Cviky na hrazde – brucho	5
ÚDRŽBA	5
OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA	6
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE	6

ÚVOD

Ďakujeme, že ste si zakúpili tento produkt. Pred zostavením tohto produktu si starostlivo prečítajte všetky informácie v tomto manuáli a uschovajte si ho k budúcemu nahliadnutiu.

Hrazda na stenu inSPORTline PU1207 je univerzálna hrazda pre posilňovanie ramien a chrbta pomocou príťahov. Nástená hrazda inSPORTline PU1207 je vyrobená z kvalitného materiálu so špeciálnou pieskovanou povrchovou úpravou so zvýšenou odolnosťou. Konce hrazdy sú vybavené gumovými protišmykovými úchopmi. Maximálna nosnosť hrazdy je 120 kg.

TECHNICKÝ POPIS

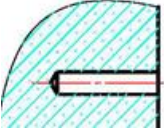
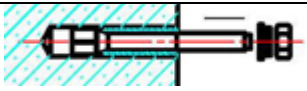
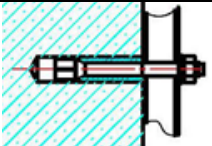
- hrazda na stenu vhodná do bytov aj posilňovne
- minimálne nároky na priestor
- ukotvenie pomocou štyroch skrutiek (sú súčasťou balenia)
- protišmykové úchopy
- sklon úchopov je nastaviteľný (napríklad vodorovne alebo smerom k zemi - zaistenie imbusovými skrutkami)
- **materiál:** ušľachtilá oceľ so špeciálnou pieskovanou povrchovou úpravou
- **priemer úchopovej časti:** 27 mm
- **dĺžka skrutiek:** 7 cm
- **dĺžka kotiev do steny:** 5 cm
- **šírka hrazdy:** 118 cm
- **vzdialenosť nosných priečok:** max. 80 cm, nastaviteľná
- **vzdialenosť hrazdy od steny:** 37 cm
- **maximálne zaťaženie:** 120 kg
- **hmotnosť:** 6 kg
- určená na domáce používanie

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

- Manuál si prečítajte pozorne pred prvým použitím a uschovajte si ho pre budúcu potrebu.
- Výrobok používajte len na určený účel a nerobte neschválené modifikácie.
- Hrazdu správne uchyťte a pravidelne kontrolujte správne utiahnutie skrutiek a matíc. V prípade potreby znova dotiahnite.
- Pravidelne hrazdu kontrolujte čo do opotrebenia alebo poškodenia. Poškodený alebo opotrebovaný výrobok nikdy nepoužívajte.
- Držte ďalej od detí a domácich zvierat. Montáž smie vykonávať len dospelá osoba. Produkt smie používať len dospelá osoba.
- Cvičte rozumne a príliš sa neprepínajte.
- Pred akýmkoľvek cvičením sa poraďte s lekárom. Venujte pozornosť telesným príznakom. Ak pocítite nevoľnosť, necvičte.
- Nepoužívajte vonku.
- Pravidelne kontrolujte, či nekorodujú kovové diely.

- Výrobok musí byť správne uchytený (ukotvený) k stene. Ak si správnosťou uchytenia nie ste istí, konzultujte vec s odborníkom.
- Určené pre domáce použitie, výrobok nie je určený pre komerčné účely.
- **Maximálne zaťaženie: 120 kg**

POSTUP PRI UKOTVENÍ

	Vyvrťajte dieru do steny (hĺbka aspoň 60 mm).
	Do diery vložte skrutku s rozperou.
	Vytiahnite vnútornú časť skrutky tak, aby rozpera zostala v stene.
	Na ukotvenú skrutku naskrutkujte maticu.
	Pomocou skrutky zavesíte nosník.

ZOZNAM DIELOV

Číslo	Názov	Vzhľad	Počet
1	Matica		4
2	Pružná podložka		4
3	Podložka		4
4	Rozpera		4
5	Skrutka M8x70 mm		4
6	Skrutka M8x30 mm		2
7	Úchop		2

8	Nosná priečka		2
9	Hrazda		1

CVIKY NA HRAZDE

Zhyby na hrazde a jeho rôzne modifikácie sú považované za jedny z najlepších cvikov na rozvoj hornej časti tela. V poslednej dobe ale upadá do zabudnutia a je nahradzovaný príťahom hornej kladky na stroji.

Hrazda v sebe skrýva dokonalú domácu posilňovňu v podstate skoro celého tela. Rôzne variácie cvičenia na hrazde dokážu dokonale precvičiť partie tela, bez toho aby ste museli chodiť do fitness centra.

Pri zhyboch pracujete s vlastnou váhou a teda je nižšie riziko zranenia. Samozrejme za predpokladu, že cvičíte správnou technikou. Týmto cvikmi sa zvyšuje celková sila tela a nepotrebujete k tomu chodiť do fitness centra.

Cviky na hrazde zapájajú veľké množstvo svalových partii v hornej časti tela.

Pri nesprávnej technike dochádza k väčšiemu zapájaniu bicepsov a ramien, a teda široký sval chrbtice zostáva nevyužitý plnou mierou.

Počas cvičenia zhybov nesprávnou technikou, nedochádza k rozvoju svalov chrbta a to z dôvodu, že pri cvičení nie sú plne zaťažené. Tým pádom sa cvičenie stáva neúčinným.

Pri zhyboch je najdôležitejšia správna technika a pomalý precítený pohyb. Žiadne „húpanie“ sa alebo prehýbanie.

Zhyby nadhmatom (Pull-ups)

- úzky úchop – zapojená je hlavne stredná časť chrbtového svalstva
- klasický úchop na šírku ramien – zapojená je rovnomerne stredná aj vonkajšia časť
- široký úchop (odporúčame) – zapojená je hlavne vonkajšia časť chrbtového svalstva

Zhyby podhmatom

Zhyby podhmatom sú určené aj na **rozvíjanie bicepsu**. Keďže pri tomto držaní sú zapojené vo väčšej miere bicepsy, zdá sa byť tento variant cvičenia jednoduchší a teda je vo väčšej miere preferovaný hlavne pri začiatkoch. Lenže ak chcete pracovať na šírke chrbtového svalstva, pri tomto „jednoduchšom“ variante to určite nedosiahnete.

Cviky na hrazde – brucho

Na hrazde sa dá precvičovať aj brucho prednožovaním. Ide síce o pomerne náročný cvik, no o to účinnejší na rozvíjanie brušného svalstva.

ÚDRŽBA

Pravidelné čistenie hrazdy ju udržuje v dobrom stave a predlžuje jej životnosť. Po každom tréningu utrite plochy, na ktoré sa dostal pot, čistou, mäkkou a navlhčenou handričkou.

POZOR: Nepoužívajte na čistenie riedidlá alebo iné chemické látky.

OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA

Po uplynutí doby životnosti výrobku alebo v okamihu, kedy by oprava bola neekonomická, produkt nevyhadzujte do domového odpadu. Za účelom správnej likvidácie výrobku ho odovzdajte na určených zberných miestach, kde bude prijatý zdarma.

Správnou likvidáciou pomôžete zachovať cenné prírodné zdroje a napomáhate prevencii potenciálnych negatívnych dopadov na životné prostredie a ľudské zdravie, čo by mohli byť dôsledky nesprávnej likvidácie odpadov. Ďalšie podrobnosti si vyžiadajte od miestneho úradu alebo najbližšieho zberného miesta. Pri nesprávnej likvidácii tohto druhu odpadu môžu byť v súlade s národnými predpismi udelené pokuty.

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:

1. inSPORTline s.r.o., Električná 6471, 911 01 Trenčín, +421 917 864 593, predajnatn@insportline.sk
2. Stores inSPORTline SK s.r.o., Račianska 184/B, 831 54 Bratislava (Rača), +421 917 866 623, predajnaba@insportline.sk
3. 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 zmluve 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 159,60 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.

Záručné podmienky sa nevzťahujú na poruchy vzniknuté (ak je možné aplikovať na zakúpený produkt):

- zavinením používateľa tj. poškodenie výrobku neodborným repasom, nesprávnou montážou,

nedostatočným zasunutím sedlovej tyče do rámu, nedostatočným utiahnutím pedálov v kľukách a kľúk k stredovej osi

- neodborným repasom
- 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, HA – na domáce použitie: SC, S – na komerčné použitie)

Upozornenie:

- 1) v dobe záruky budú odstránené všetky poruchy výrobku spôsobené výrobnou poruchou 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 poruchy, 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 poruchu, na ktorú sa nevzťahuje záruka (napr. neboli splnené podmienky záruky, porucha bola nahlásená omylom apod.), je predávajúci oprávnený požadovať plnú úhradu nákladov, ktoré vznikli v súvislosti s odstraňovaním poruchy takto oznámenej kupujúci. 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 chybný, považuje sa reklamácia za neoprávnenú. Predávajúci si vyhradzuje právo požadovať úhradu nákladov, ktoré vznikli v súvislosti s neoprávnenou reklamáciou.

V prípade, že kupujúci reklamuje poruchy tovaru, na ktoré sa vzťahuje záruka podľa platných záručných podmienok predávajúceho, vykoná predávajúci odstránenie poruchy formou opravy, prípadne výmeny chybného dielu alebo zariadenia za bezporuchové. Predávajúci je so súhlasom kupujúceho oprávnený dodať výmenou za chybný 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 chybného 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.

**SEVEN SPORT s.r.o.**

Sídlo: Bořivojova 35/878, 130 00, Praha 3, ČR
Centrála: Dělnická 957, 749 01 Vítkov
Reklamace 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, 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

Dátum predaja:

Pečiatka a podpis predajcu: