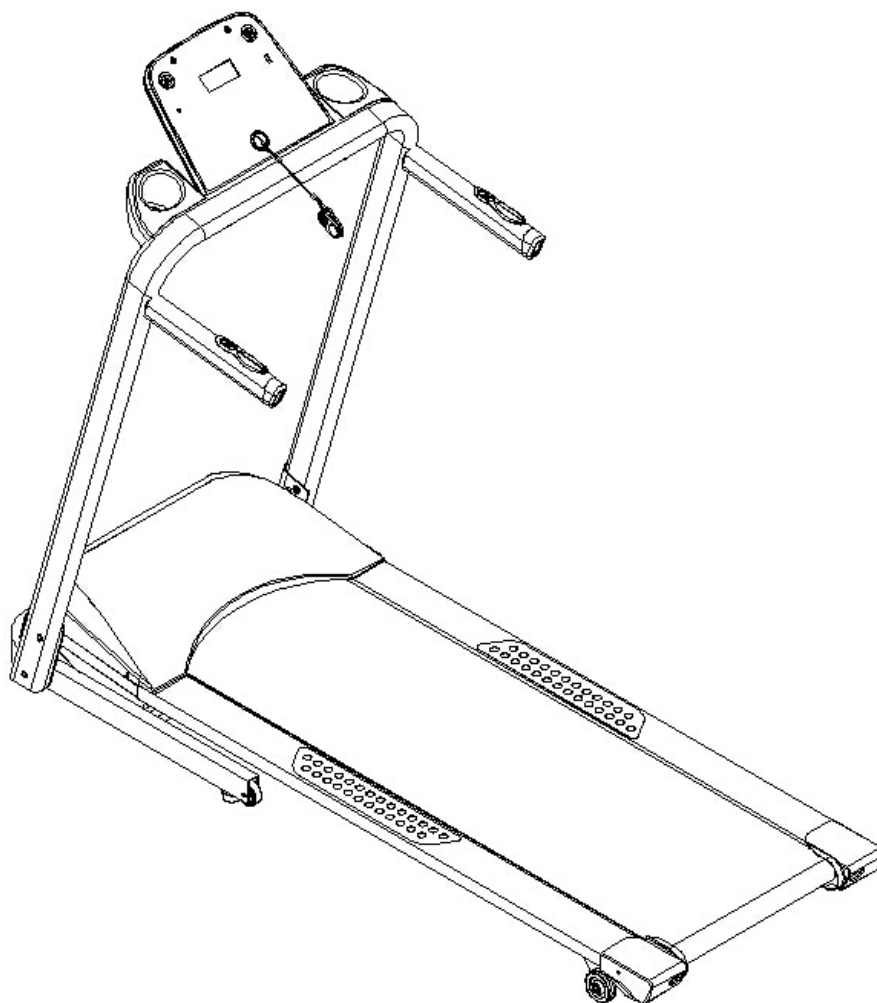




**POUŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK**  
**IN 12999 Bežecký pás inSPORTline SANGAR**



# OBSAH

DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA .....	3
POKYNY K ZLOŽENIU .....	4
Kroky montáže .....	5
Skladanie prístroja .....	7
TECHNICKÉ PARAMETRE .....	8
UZEMNENIE .....	8
OVLÁDANIE .....	9
Displej .....	9
Funkcie tlačidiel .....	10
Rýchly štart (manuálny) .....	10
Manuálny režim .....	11
Prednastavené programy .....	11
Používateľský program .....	11
Meranie telesného tuku .....	12
Funkcia bezpečnostného kľúča .....	12
Funkcia šetrenia energie .....	12
Vypnutie .....	12
POKYNY K CVIČENIU .....	13
NÁVOD NA ÚDRŽBU .....	14
Centrovanie a napnutie pásu .....	14
Správne centrovanie .....	14
Čistenie .....	14
Premazávanie pásu .....	14
ZOZNAM KOMPONENTOV .....	17
SPRIEVODCA PRI PROBLÉMOCH .....	18
OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA .....	19
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE .....	19



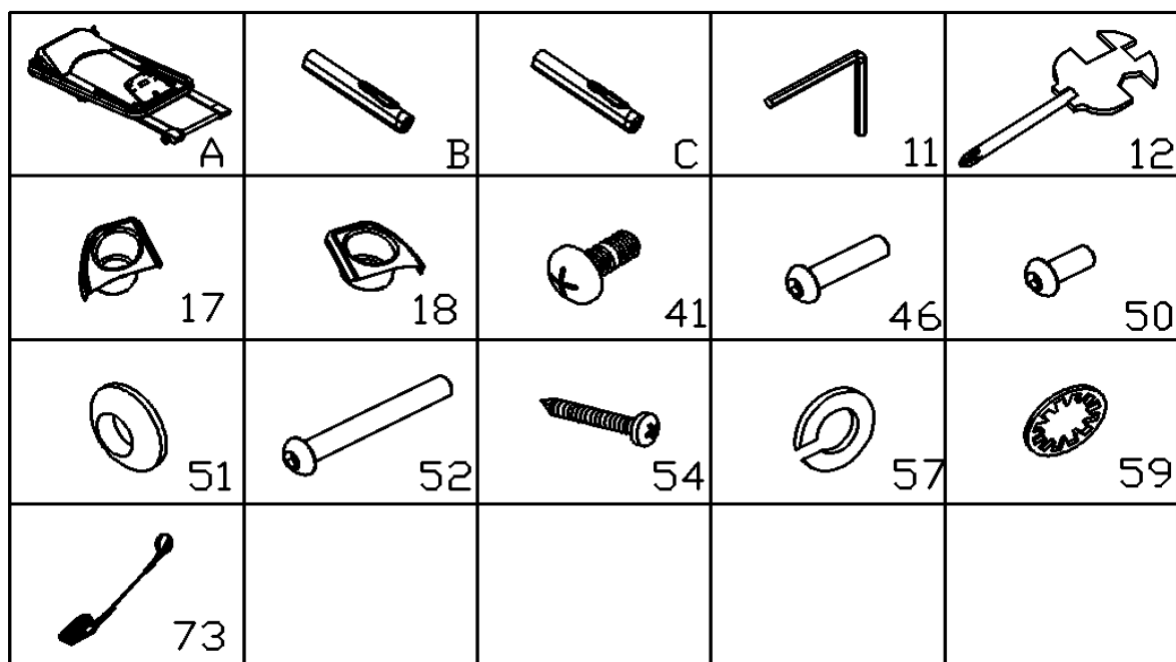
**Pred začatím montáže a prevádzky si pozorne prečítajte priložené inštrukcie. Manuál si uschovajte na ďalšie použitie.**

## **DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA**

1. Zapojte elektrický kábel bežeckého pásu do uzemneného elektrického zdroja. Tento výrobok musí mať dobré uzemnenie. Uzemnenie znižuje riziko úrazu elektrickým prúdom v prípade poruchy.
2. Prístroj umiestnite na rovnú a čistú plochu o rozmere min. 2 x 1 m. Prístroj neumiestňujte na hustý koberec, aby ste nezabránili ventilácii. Bežecký pás neumiestňujte do blízkosti vody alebo von. Z dôvodu bezpečnosti zachovajte odstup od ostatných predmetov min. 0,6 m.
3. Zariadenie umiestnite v blízkosti dobre viditeľnej a prístupnej elektrickej zásuvky.
4. **Nikdy** stroj neštartujte, ak na bežeckom páse stojíte. Po zapnutí spínača a voľbe rýchlosti, niekoľko sekúnd potrvá, než sa stroj dá do pohybu. **Vždy** stojte na nášľapnej ploche, kým sa pás nepohne.
5. Na cvičenie sa obliekajte primerane. Nenoste dlhý alebo príliš voľný odev, ktorý by sa mohol do stroja zachytiť. Vždy si vezmite bežecké alebo aerobikové topánky s gumenou podrážkou.
6. Pred odklopením krytky motora vždy vyťahnite prístroj z elektriny.
7. Zabráňte deťom v prístupe k aktívnemu prístroju.
8. Kým si na pás úplne nezvyknete, držte sa počas pohybu na bežeckom páse držiadiel.
9. Počas tréningu si vždy na odev pripnite klip bezpečnostného kľúča. Ak by sa rýchlosť pásu kvôli poruche neúmerne zvýšila, vytrhnutie kľúča z ovládacieho panela prinúti prístroj okamžite zastaviť.
10. Ak zariadenie nepoužívate, vypojte ho z elektriny a vysuňte bezpečnostný kľúč.
11. Pred začatím cvičenia sa poraďte s lekárom. Môže Vám pomôcť zvoliť správnu frekvenciu, intenzitu a čas s ohľadom na vek a fyzickú kondíciu. Ak pociťujete bolesť v hrudi, nepravidelný srdcový tep, dýchavičnosť, mdloby alebo inú anomáliu počas cvičenia, **okamžite prestaňte cvičiť**. Pred ďalším tréningom sa poraďte s lekárom.
12. Ak pozorujete poškodenie alebo opotrebovanie zástrčky alebo jej pripojenie, nechajte ju prosím ihneď vymeniť kvalifikovaným elektrikárom.
13. Ak je poškodený elektrický kábel, musí byť vymenený výrobcom, jeho servisom alebo kvalifikovanou osobou, aby sa predišlo úrazu.
14. Pred použitím zariadenia dajte svoje chodidlá na nášľapnú plochu a vždy si pripnite bezpečnostný kľúč k oblečeniu. Než sa pás správne rozbehne, pridržiate sa držiadla (pred cvičením si jednou nohou vyskúšajte rýchlosť). Ak pociťujete, že strácate rovnováhu, znížte rýchlosť pásu na minimum alebo vyťahnite kľúč. Ak hrozí nebezpečenstvo a kľúč nie je zapojený, pridržte sa držiadla a naskočte na nášľapnú plochu.
15. Žiadne z nastavovacích prostriedkov by nemalo vyčnievať, mohlo by prekážať pohybu používateľa.
16. **Kategória: HC** (podľa normy EN 957) vhodné pre domáce využitie.
17. **Nosnosť max.:** 100 kg
18. **VAROVANIE!** Systém pre monitorovanie tepovej frekvencie nemusí byť presný. Preťažovanie pri tréningu môže zaviniť vážne zranenie alebo smrť. Ak pociťujete nevoľnosť, okamžite ukončíte cvičenie!

## POKYNY K ZLOŽENIU

V balení nájdete nižšie uvedené diely:



Zoznam dielov:

Č.	POPIS	ŠPEC.	POČET
A	Hlavný rám		1
B	Ľavý stĺpik		1
C	Pravý stĺpik		1
11	Imbusový kľúč veľ. 5	5 mm	1
12	Multi kľúč	S=13, 14, 15	1
17	Ľavý držiak na fľašu		1
18	Pravý držiak na fľašu		1
41	Skrutka	M6x12	5

Č	POPIS	ŠPEC.	POČET
46	Skrutka	M8x40	2
50	Skrutka	M8x20	2
51	Poistná podložka	8	4
52	Samorezná skrutka	M8x95	2
54	Skrutka	ST4.0x15	4
57	Pružná podložka	8	2
59	Poistná podložka	8	2
73	Bezpečnostný kľúč		1

Vybavenie k montáži

Č.	POPIS	ŠPEC.	POČET
11	Imbusový kľúč veľ. 5	5 mm	1

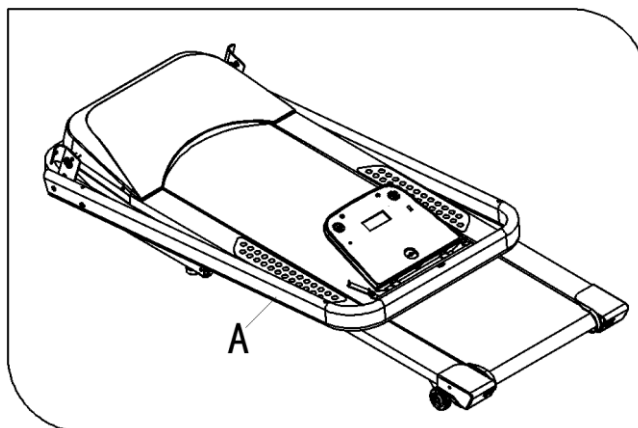
12	Multi klúč	S= 13, 14, 15	1
----	------------	---------------	---

## Kroky montáže

**POZOR! Prístroj nespúšťajte, pokiaľ nie je správne zložený.**

### Krok 1:

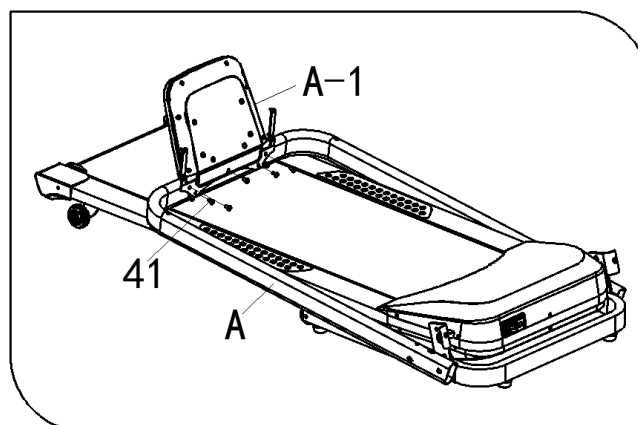
Otvorte škatuľu, vytiahnite hlavný rám (A) a položte ho na zem.



### Krok 2:

Použite multi klúč (12), skrutku (41) a uchyťte počítač (A-1) k rámu.

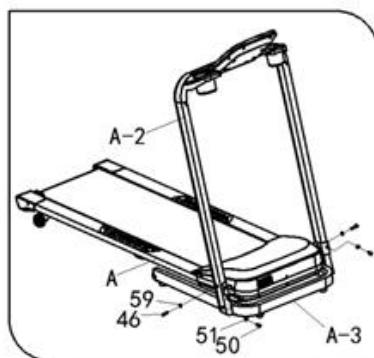
**POZOR! Uistite sa, že sú všetky káble vo vnútri počítača A-1.**



### Krok 3:

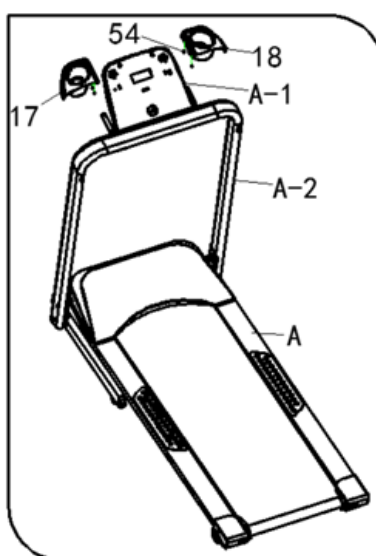
1. Postavte pravý a ľavý stĺpik a použite imbusový klúč. veľ. 5 (11) a upevnite stĺpik (A-2) na hlavný rám (A-3) pomocou skrutky M8x40 (46) a poistnej podložky (59).
2. Pomocou imbusového klúča veľ. 5 (11) upevnite stĺpik (A-2) za použitia skrutky M8x20 (50) a poistnej podložky (51).

**POZOR! Pri fixácii stĺpikov nepoškodíte káble.**



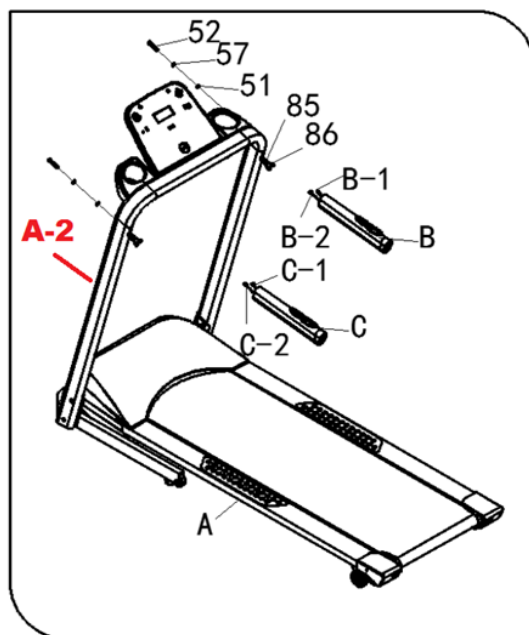
**Krok 4:**

1. Upevnite ľavý držiak fľaše (17) a pravý držiak fľaše (18) na rám počítača (A-1) pomocou skrutky (54).



**Krok 5:**

1. Spojte kábel snímača (B-1, B-2) v držadle (B) s prostredným káblom počítača (85, 86) na hlavnom ráme (A-2).
2. Použite imbusový kľúč veľ. 5 (11) a zaistíte držadlá (B) na ráme (A-2) pomocou skrutky M8x95 (52) a pružnej (57) a poistnej podložky (51).
3. Spojte kábel snímača (C-1, C-2) v držadle (C) s prostredným káblom počítača (85, 86) hlavného rámu A.
4. Použite imbusový kľúč veľ. 5 (11) a zaistíte držadlo (C) na hlavnom ráme (A-2) pomocou skrutky M8x95 (52), pružnej podložky (57) a poistnej podložky (51).

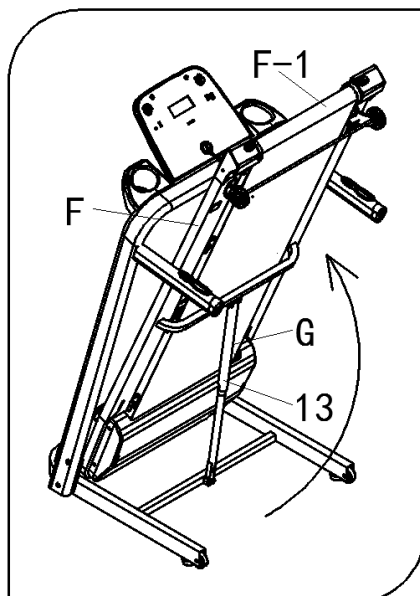


**POZOR!** Nezapínajte prístroj, kým sa nepresvedčíte, že ste vykonali všetky uvedené kroky a že sú všetky skrutky riadne utiahnuté. Pred obsluhou prístroja si prečítajte uvedené pokyny.

## Skladanie prístroja

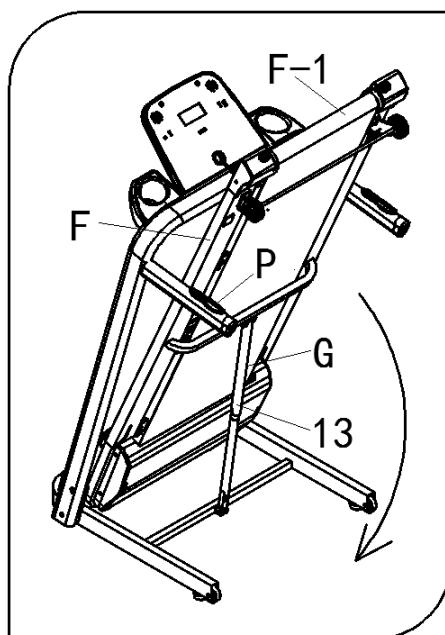
### Skladanie:

Uchopte prístroj v miestach F a F-1 a tlačte hlavný rám nahor v smere šípky, kým nebudete počuť zaklapnutie valca (13).



### Rozloženie:

Uchopte prístroj v miestach F1 a P a nohou stlačte valec (13) v oblasti G. Zatlačte bežecú plochu dole do pozície F. Hlavný rám sa sklopí sám.



## TECHNICKÉ PARAMETRE

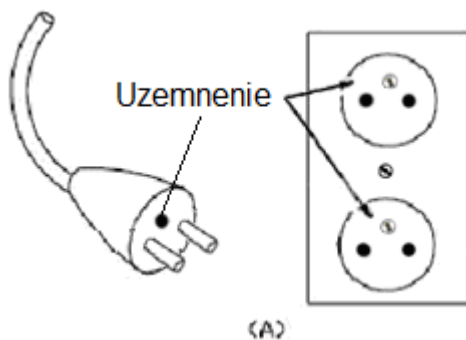
<b>ROZLOŽENÝ ROZMER (mm)</b>	1630x680x1305 mm	<b>POHON</b>	DC motor
<b>ZLOŽENÝ ROZMER (mm)</b>	750x680x1515 mm	<b>MAX. VÝKON</b>	1,75 HP
<b>BEŽECKÁ DOSKA (mm)</b>	1260x400 mm	<b>NAPÁJANIE</b>	230V
<b>ČISTÁ HMOTNOSŤ JEDNOTKY</b>	49 kg	<b>SKLON</b>	2 ručné nastavenia
<b>MAX. HMOTNOSŤ BEŽCA</b>	100 kg	<b>RÝCHLOSŤ</b>	1,0 - 12 km/h
<b>1 LCD DISPLEJ</b>	<b>RÝCHLOSŤ, ČAS, VZDIALENOSŤ, KALÓRIE, TEP, SKLON</b>		

## UZEMNENIE

Tento výrobok musí byť uzemnený. V prípade poruchy alebo poškodenia zaistí uzemnenie čo najmenší odpor obvodu, čím znižuje možnosť zranenia elektrickým prúdom. Prístroj je vybavený uzemňovacím káblom a uzemňovacou zástrčkou. Zástrčka musí byť zapojená do vhodnej zásuvky, ktorá je uzemnená a ktorá vyhovuje predpisom.

**POZOR** - Iné ako uvedené zapojenie môže viesť k zásahu elektrickým prúdom. Ak máte pochybnosti o správnosti zapojenia, poraďte sa so servisom alebo s kvalifikovaným elektrikárom. Zástrčku si sami neupravujte. Ak sa nehodí k zásuvke, nechajte si vhodnú zásuvku inštalovať odborníkom. Zariadenie je prispôbené na napätie 220 V a je vybavené uzemnením, ako je vyobrazené na obr. A. Uistite sa, že zástrčka aj zásuvka majú rovnakú konfiguráciu. Nepoužívajte adaptér.





## OVLÁDANIE



### Displej

1. Okienko "TIME": Zobrazuje dobu trvania cvičenia. Počíta od 0:00 do 99:59. Ak odpočet dosiahne hodnotu 99:59, rýchlosť pásu sa pomaly zníži. Akonáhle sa stroj úplne zastaví, asi po 5 sekundách sa prepne do pohotovostného režimu. Pri odpočítavaní k 0:00, sa pri dosiahnutí 0:00 rýchlosť opäť pomaly zníži. Akonáhle sa zariadenie úplne zastaví, prepne sa do pohotovostného režimu.
2. "DIS.": Zobrazuje ubehnutú vzdialenosť. Odpočítava od 0,0 do 99,9. Pri prekročení hranice 99,9 sa displej resetuje do stavu 0,0 a začne znovu odpočítavať od 0,0 do 99,9. Pri odpočtu nastavenej cieľovej vzdialenosti začne pás s dosiahnutím konečnej hodnoty spomaľovať. Akonáhle sa prístroj úplne zastaví, prepne sa do pohotovostného režimu.

- Okienko "SPEED": Pri nastavení a výbere programov bude ukazovať P1-P6 - U1-U3 - HRC - FAT. Pri tréningu zobrazuje rýchlosť v rozmedzí 1,0 - 12,0 km/hod.
- Okienko "PULSE": Zobrazuje tepovú frekvenciu bežca. Keď bežec uchopí držadlá, snímače snímajú tep a po piatich sekundách sa príslušné dáta zobrazia na displeji. Tepová frekvencia sa ukazuje v rozmedzí 50 - 200 tep/min (údaje sú len orientačné a nemožno sa na ne odkazovať na lekárske účely).
- "CAL.": Zobrazuje spálené kalórie bežca. Hodnoty zobrazuje v rozmedzí 0 - 999. Ak odpočítavanie prekročí hodnotu 999, displej sa vráti na 0 a počítanie začne od začiatku. Pri odpočítavaní zadanej hodnoty sa na konci rýchlosť pásu zníži. Akonáhle sa zariadenie celkom zastaví, prepne sa prístroj do pohotovostného režimu.

## Funkcie tlačidiel

- Tlačidlo "PROGRAM": Ak je pás v pohotovostnom režime, pomocou tohto tlačidla si nastavíte dobu cvičenia alebo si vyberiete jeden z týchto 12 programov: "P1-P2-P3-P4-P5-P6 -U1-U2-U3-HRC-FAT. (HRC je kontrola srdcového tepu, FAT je meranie telesného tuku). Ručný režim je predvolený, s rýchlosťou 1,0 km/hod. (0.00 je manuálny režim, P1 - P6 sú prednastavené programy a U1 - U3 sú vlastné programy používateľa).
- Tlačidlo "MODE": Týmto tlačidlom si volíte z týchto režimov: "0:00", "15:00", "1,0" a "50" ("0:00" je manuálny režim, "15:00" je časový odpočet, "1,0" je odpočet vzdialenosti, "50" je odpočet kalórií). Po zvolení režimu môžete pomocou tlačidiel na nastavenie rýchlosti alebo sklonu zadať požadované hodnoty. Potom stlačte START a stroj sa spustí.
- Tlačidlo "START": Ak je stroj zapojený a bezpečnostný kľúč v ovládacom paneli, potom týmto tlačidlom zariadenie kedykoľvek spustíte.
- "Tlačilo "STOP ": Pokiaľ je zariadenie v chode, potom ho toto tlačidlo kedykoľvek vypne a vynuluje dáta.
- "SPEED+", "SPEED-": Po spustení pásu môžete tlačidlami "SPEED+", "SPEED-" prispôbovať rýchlosť. Miera prispôsobenia je 0,1 km za jedno stlačenie. Pokiaľ tieto tlačidlá stlačíte dlhšie ako 0,5 sekundy, bude sa rýchlosť zvyšovať alebo znižovať priebežne.
- "SPEED: 3, 6, 9, 12": Tlačidlá rýchlej voľby. Jednoducho nimi nastavíte rýchlosť.
- Ukazovateľ celkovej zabehutej vzdialenosti: V pohotovostnom režime približne na 3 sekundy stlačte zároveň tlačidlá SPEED+ a SPEED- a v okienku TIME sa ukáže celková ubehnutá vzdialenosť v rozmedzí 0 - 9999 km. Ak bude prekročená hranica 9999, displej sa vynuluje a odpočet začne znovu od 0,0. Stlačte STOP alebo vyberte bezpečnostný kľúč z prípojky a stroj sa opäť prepne do pohotovostného režimu.**

## Rýchly štart (manuálny)

- Prístroj zapojte do elektriny a vložte do neho bezpečnostný kľúč.
- Stlačte tlačidlo START a systém začne odpočítavať 3 sekundy. Hlásič zapípa a okienko rýchlosti začne odpočítavať. Potom sa stroj rozbehne rýchlosťou 1,0 km/hod.
- Po štarte si môžete nastaviť rýchlosť.

## Ovládanie počas cvičenia

- Stlačením "SPEED-" sa rýchlosť zníži.
- Stlačením "SPEED+" sa rýchlosť zvýši.
- Stlačením "STOP" sa rýchlosť zníži až na úplné zastavenie.
- Ak bežec podrží držadlá so snímačom po dobu 5 sekúnd, displej zobrazí tepovú frekvenciu.

## Manuálny režim

1. Ak je zariadenie v pohotovostnom režime, stlačte START a pás sa rozbehne rýchlosťou 1,0 km/hod. Ostatné ukazovatele začnú s odpočtom od 0, stlačte SPEED+ a SPEED- k zmene rýchlosti.
2. Navoľte čas. Ak je pás v pohotovostnom režime, stlačte tlačidlo MODE pre vstup do odpočtu času. Ukazovateľ ukáže "15:00" a začne blikať. Tlačidlami SPEED+ a SPEED- nastavíte čas. Rozmedzie ukazovateľa je 5:00 - 99:00.
3. V režime odpočtu času znova stlačte tlačidlo MODE pre vstup do odpočtu vzdialenosti. Okienko DISTANCE zobrazí "1,0" a začne blikať. Stlačte SPEED+ a SPEED- pre nastavenie požadovanej vzdialenosti. Rozmedzie hodnôt je 0,5 - 99,9.
4. V odpočtu vzdialenosti znovu stlačte MODE pre vstup do odpočtu spálených kalórií. Okno CAL ukáže 50 a začne blikať. Stlačte SPEED+ a SPEED- pre nastavenie kalórií. Rozmedzie nastavenia je 10 - 999.
5. Akonáhle ste s nastavením hotový, stlačte START a stroj sa dá po 3 sekundách do pohybu. Stlačte SPEED+ a SPEED- k voľbe rýchlosti a pomocou tlačidla STOP prístroj zastavíte.

## Prednastavené programy

Tento bežecký pás má 6 prednastavených programov. V pohotovostnom režime stlačte tlačidlo "PROGRAM" a okienko "SPEED" ukáže P1 - P6. Potom, čo si zvolíte vhodný program, začne okienko "TIME" blikať a ukáže predvolený čas 10:00, Stlačte "SPEED+" a "SPEED-" a vyberte si dobu trvania cvičenia. Program spustíte tlačidlom START. Prednastavený program sa delí na 10 fáz. Každá fáza trvá jednu desatinu nastaveného času. Akonáhle systém prejde do ďalšej fázy, zaznejú tri zapípania. Potom sa rýchlosť a sklon zmení podľa pôvodného nastavenia programu. Pomocou SPEED+ a SPEED- môžete rýchlosť nastaviť sami. Pokiaľ ale systém prejde do ďalšej fázy, zariadenie trikrát zapípa a rýchlosť sa automaticky vráti na predvolenú úroveň. Po ukončení programu zaznie trikrát pípnutie a pás pomaly zastaví. Po 5 sekundách sa stroj prepne do pohotovostného režimu.

### Tabuľka predvolieb programov:

Každý program sa delí na 10 fáz a každá z nich má definovanú rýchlosť a sklon.

MODUS \ ČAS		Nastavenie 1 - ČASOVÝ INTERVAL (km)									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
P2	SPEED	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
P3	SPEED	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
P4	SPEED	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
P5	SPEED	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
P6	SPEED	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3

## Používateľský program

Okrem 6 prednastavených programov si môžete zvoliť ešte 3 používateľské programy podľa potreby. Používateľské programy sú tri: U1, U2 a U3.

1. Voľba používateľského programu v pohotovostnom režime: Stláčajte tlačidlo "PROGRAM" kým nenačítate na používateľské programy (U1 - U3) a potom stlačte "MODE" pre vstup do nastavenia. Nastavte rýchlosť prvej fázy tlačidlami SPEED+ a SPEED-. Stláčením "MODE" potvrdíte nastavenie a prejdete k ďalšej fáze. Takto pokračujte, kým nenastavíte všetkých 10 fáz programu. Dáta zostanú uložené, kým ich znovu nenastavíte. Jednoduchým vypnutím dáta nestrátite.

## 2. Spustenie používateľského programu:

- a. V pohotovostnom režime stlačajte tlačidlo "PROGRAM" pokiaľ sa nezobrazia používateľské programy (U1 - U3). Nastavte si dobu behu a stlačte tlačidlo "ŠTART".
- b. Po navolení používateľského programu a doby behu môžete stroj ihneď zapnúť pomocou tlačidla "START".

## 3. Vysvetlenie používateľského nastavenia

Každý používateľský program delí čas behu do 10 rovnakých fáz. Pás sa dá spustiť len po zvolení rýchlosti, sklonu a času.

## Meranie telesného tuku

Stlačte tlačidlo "PROGRAM" kým nenavolíte program FAT (program na meranie telesného tuku). Stlačte "MODE" a nastavte hodnoty F-1 - F-5 (F-1 je pohlavie, F-2 je vek, F-3 je výška, F-4 je váha, F-5 je index telesného tuku). Pomocou tlačidiel "SPEED+" a "SPEED-" nastavte F-1 - F-4 (podľa nasledujúcej tabuľky). Potom stlačte "MODE", aby ste mohli nastaviť F-5. Držte držadlá v oblasti snímačov približne tri sekundy. V okienku sa po troch sekundách zobrazí Váš index telesného tuku. Tento index hodnotí súvisiacosť medzi výškou a hmotnosťou, pričom nezohľadňuje telesné proporcie. Táto funkcia je vhodná pre mužov aj ženy. Ideálna miera telesného tuku by sa mala pohybovať v rozmedzí 20 - 25. Ak je hodnota indexu pod 19, značí to podváhu, ak sa hodnota indexu pohybuje medzi 25 a 29, potom sa jedná o nadváhu. V prípade, že index telesného tuku presahuje 30, ide o obezitu (dáta majú len orientačnú hodnotu a nie je možné ich použiť na lekárske účely).

F-1	Pohlavie	01 Muž	02 Žena
F-2	Vek	10 - 99	
F-3	Výška	100 - 200	
F-4	Váha	20 - 150	
F-5	FAT	≤19	Podváha
	FAT	= (20 - 25)	Normálna váha
	FAT	= (25 - 29)	Nadváha
	FAT	≥30	Obezita

## Funkcia bezpečnostného kľúča

Po vytrhnutí bezpečnostného kľúča sa stroj okamžite zastaví. Displej ukáže chybové hlásenie „E7“, hlásič trikrát zapípa a pás sa zastaví. Po opätovnom zasunutí magnetickej prípojky kľúča do ovládacieho panela sa prístroj spustí opäť od začiatku cyklu.

## Funkcia šetrenia energie

Systém je vybavený funkciou automatického prepnutia do úsporného režimu, ktorá sa aktivuje, ak sa s ním nepracuje dlhšie ako 10 minút. Ak prejde systém do úsporného režimu, displej sa deaktivuje. Pre jeho opätovné spustenie stačí stlačiť ktorokoľvek tlačidlo.

## Vypnutie

Vypnutie prístroja: Bežecký pás môžete odpojiť z napájania za akejkolvek situácie. Stroj sa nepoškodí.

## Pozor

- Odporúčame na začiatku cvičenia udržiavať nízku rýchlosť a pridržať sa držiadiel, kým si na zariadenie plne nezvyknete.
- Zapojte magnetickú koncovku bezpečnostného kľúča do konzoly a druhý koniec jej lanka si pripnite k odevu.
- Pre bezpečné ukončenie činnosti stlačte tlačidlo "STOP" alebo zatiahnite za lanko kľúča. Zariadenie sa okamžite zastaví.

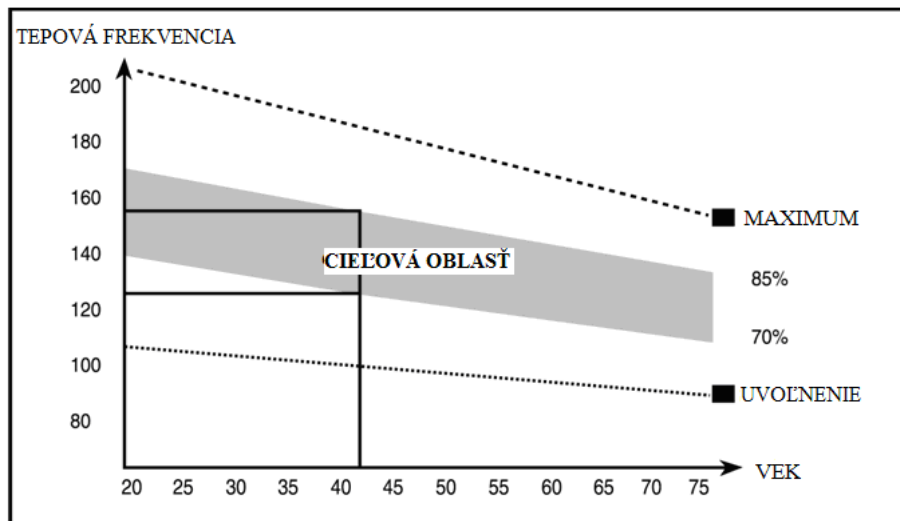
## POKYNY K CVIČENIU

### 1. Zahrievacia fáza

Táto fáza pomáha zabezpečiť optimálne prekrvenie a činnosť svalového systému. Znižuje teda riziko vzniku kŕčov alebo svalového poškodenia. Odporúčame pred cvičením vykonať niekoľko natáhovacích cvikov, bližšie popísaných nižšie. Každý preťahovací cvik by mal trvať asi 30 sekúnd. Svaly príliš nenapínajte a nekmitajte s nimi. Ak pociťujete bolesť, prestaňte.

### 2. Vlastné cvičenie

V tejto fáze dochádza k výdaju energie. Pri správnom tréningu by svaly nôh mali zosilniť. Je veľmi dôležité udržiavať v priebehu cvičenia primerané tempo. Miera cvikov by mala byť úmerná dosiahnutiu zodpovedajúcej tepovej frekvencie podľa grafu nižšie.



Tato fáza by mala trvať minimálne 12 minút.

### 3. Uvoľňovacia fáza

Účelom tejto fázy je nechať kardiovaskulárny a svalový systém vydýchnuť. Ide v podstate o opakovanie zahrievacej fázy. Zvoľnite tempo a pokračujte ešte asi 5 minút. Potom môžete zopakovať aj natáhovacie cvičenia, ale opäť by ste nemali svaly prepínať a robiť prudké pohyby. Až si vypracujete lepšiu fyzickú kondíciu, môžete cvičiť dlhšie a náročnejšie. Odporúčame cvičiť minimálne trikrát týždenne a cvičenie si v týždni rovnomerne rozvrhnúť. Pre utuženie svalstva nôh je potrebná pomerne vysoká záťaž. Môže sa teda stať, že nebudete môcť cvičiť tak dlho, ako by ste chceli. Ak sa teda snažíte vylepšiť si kondíciu, budete musieť zmeniť tréningový program. Počas zahrievacej a uvoľňovacej fázy môžete cvičiť klasicky, ale na konci cvičenia by ste mali zvýšiť náročnosť, aby nohy pracovali viac ako inokedy. Podľa grafu si môžete prispôsobiť rýchlosť s ohľadom na cieľovú tepovú frekvenciu. Dôležitým faktorom je vynaložené úsilie. Čím dlhšie a tvrdšie cvičíte, tým viac kalórií spálite. Je to rovnaké, ako keď cvičíte kvôli zlepšeniu kondície, ale cieľ sa líši.

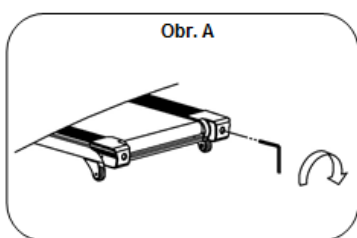
# NÁVOD NA ÚDRŽBU

## Centrovanie a napnutie pásu

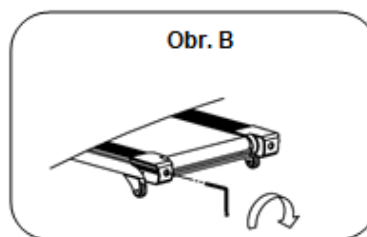
Bežecský pás príliš neprepínajte. To by mohlo mať za následok zníženie výkonu motora a nadmerné opotrebenie valcov.

### Správne centrovanie

- Položte pás na rovnú plochu.
- Nastavte pás asi na 5 km/h.
- Pokiaľ pás ťahá príliš napravo, pootočte pravú regulačnú skrutku o ½ otáčky v smere hodinových ručičiek a ľavú regulačnú skrutku o ½ otáčky proti smeru hodinových ručičiek.
- Pokiaľ pás ťahá príliš naľavo, pootočte ľavú regulačnú skrutku o ½ otáčky v smere hodinových ručičiek a pravú regulačnú skrutku o ½ otáčky proti smeru hodinových ručičiek.



Obr. A: Pás ťahá príliš napravo.



Obr. B: Pás ťahá príliš naľavo.

**POZOR: Pred čistením alebo úpravou bežecského pásu vždy vypojte zariadenie z elektrickej zásuvky.**

## Čistenie

Čistenie zariadenia predlžuje životnosť stroja. Zariadenie pravidelne zbavujte prachových nečistôt. Čistite viditeľné plochy korpusu stroja na oboch stranách, obe strany bežecského pásu a tiež nášlapné plochy. Zamedzíte tak prenikaniu nečistôt pod bežecský pás. Povrch pásu môže byť očistený vlhkou handrou namočenou v roztoku vody a jemného čistiaceho prostriedku. Nenechajte kvapalinu preniknúť do vnútra motora zariadenia alebo do priestoru pod pásom.

**Pozor: Predtým, než odklopite kryt motora, vždy odpojte zariadenie z elektriky. Aspoň raz ročne odklopte kryt motora a priestor pod krytom motora vyčistite.**

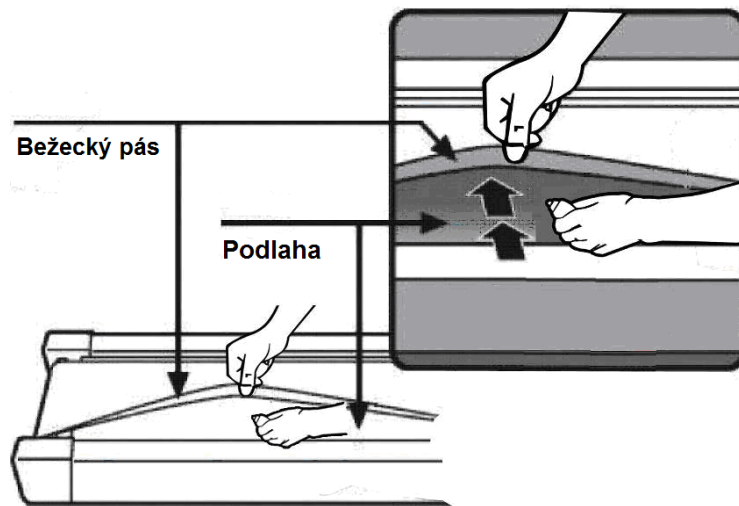
## Premazávanie pásu

Tento bežecský pás je vybavený premazávacou nízkoúdržbovou doskou. Trenie pásovej plochy môže výrazne ovplyvniť funkciu a životnosť Vášho zariadenia. Pás vyžaduje pravidelné mazanie. Odporúčame tiež pravidelnú kontrolu bežeckej dosky.

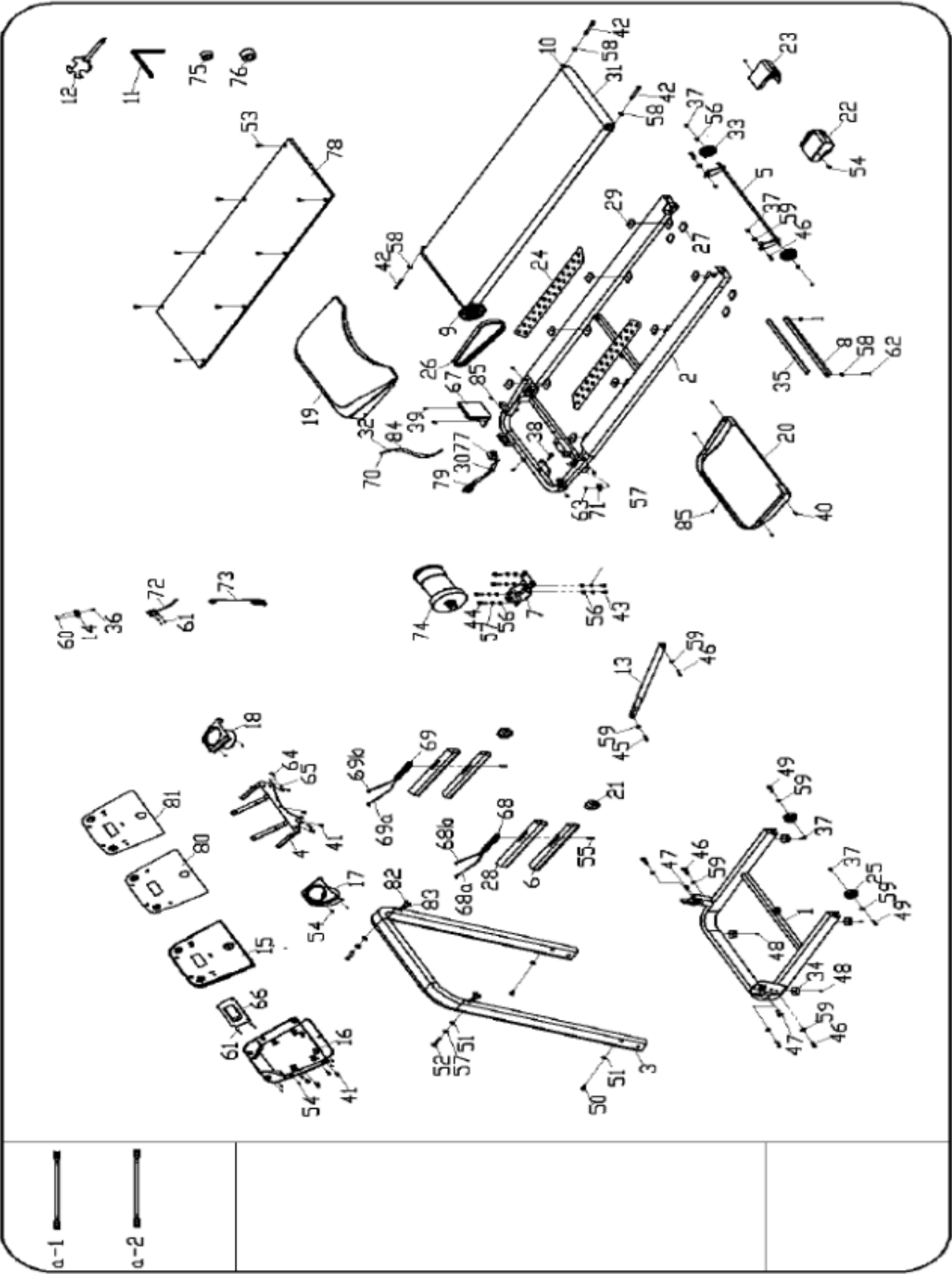
Odporúčame premazávanie podľa nasledujúcich kritérií:

- Ľahké zaťaženie (menej ako 3 hod. týždenne)      raz za rok
- Stredné zaťaženie (3 - 5 hod. týždenne)      raz za 6 mesiacov
- Vysoké zaťaženie (viac ako 5 hod. týždenne)      raz za 3 mesiace

Na mazanie vždy používajte iba silikónový olej na mazanie bežecských pásov z našej ponuky.



# ROZLOŽENÉ ZARIADENIE





## ZOZNAM KOMPONENTOV

Č.	POPIS.	ŠPEC.	PO ČE T	Č.	POPIS.	ŠPEC.	POČ ET
1	Základňa		1	51	Podložka	8	4
2	Hlavný rám		1	52	Skrutka	M8x95	2
3	Rám displeja		1	53	Skrutka	M6x22	8
4	Počítačový rám		1	54	Skrutka	ST4.0x15	16
5	Rám úchyty kolies		1	55	Samorezná skrutka	ST4.2x45	2
6	Rukoväť		2	56	Rovná podložka	8	8
7	Konzola motora		1	57	Pružná podložka	8	8
8	Rozpera		1	58	Poistná podložka	6	5
9	Predný valec		1	59	Poistná podložka	8	8
10	Zadný valec		6	60	Samorezná skrutka	ST2.9x8	2
11	Imbusový kľúč veľ. 5	5 mm	1	61	Samorezná skrutka	S2.9x6.5	8
12	Multi kľúč	S=13, 14, 15	1	62	Skrutka	M6x16	2
13	Valec		1	63	Samorezná skrutka	ST4.2x9.5	1
14	Doska poistky		1	64	Skrutka	M5x14	2
15	Vrchný kryt počítača		1	65	Matica	M5	2
16	Spodný kryt počítača		1	66	Počítač		1
17	Ľavý držiak fľaše		1	67	Riadiaca jednotka		1
18	Pravý držiak fľaše		1	68	Snímač tepovej frekvencie		1
19	Vrchný kryt motora		1	69	Tlačidlo rýchlosti so snímačom tepovej frekvencie		1
20	Spodný kryt motora		1	70	Zadný kábel počítača		1
21	Koncovka držadla		2	71	Snímač rýchlosti		1
22	Ľavá koncovka		1	72	Snímač bezpečnostného kľúča		1
23	Pravá koncovka		1	73	Bezpečnostný kľúč		1
24	Protišmyková podložka		2	74	DC Motor		1
25	Transportné koliesko		2	75	Magnetické jadro		1
26	Hnací remeň		1	76	Magnetický prstenec		1
27	Silentblok		4	77	Hlavný vypínač		1
28	Penová rukoväť		2	78	Bežecká doska		1
29	Silentblok		8	79	Sieťový kábel		1
30	Prípojka sieťového kábla		1	80	Nálepka		1
31	Bežecký pás		1	81	Nálepka na počítač		1

32	Ochranný krúžok kábla		2	82	Prepojovací kábel		2
33	Koleso		2	83	Kábel snímača tepovej frekvencie		2
34	Nožička		4	84	Mech		1
35	Podložka		1	85	Skrutka		6
36	Pružinka poistky		1	a-1	Kábel AC		1
37	Matica	M8	6	a-2	Kábel AC		1
38	Skrutka	M8x25	1				
39	Skrutka	M4x16	3				
40	Skrutka	M5x8	5				
41	Skrutka	M6x12	9				
42	Skrutka	M6x55	3				
43	Skrutka	M8x12	2				
44	Skrutka	M8x16	4				
45	Skrutka	M8x25	1				
46	Skrutka	M8x40	7				
47	Skrutka	M10x30	2				
48	Skrutka	M6x16	4				
49	Skrutka	M8x35	2				
50	Skrutka	M8x20	2				

## SPRIEVODCA PRI PROBLÉMOCH

### 1. Po spustení nefunguje displej

Pravdepodobnou príčinou je zlé spojenie kábla medzi ovládacím panelom a zadnou stranou kontrolnej dosky alebo prípadne vyhorenie transformátora. Odstráňte vrchnú krytku a skontrolujte zapojenie každého kábla od ovládacieho panela smerom k zadnej časti dosky a uistite sa, že sú všetky káble dobre zapojené. Ak je problém zapríčinený chybnými káblami alebo transformátorom, vymeňte ich za nové.

### 2. Hláška E01 — Komunikačná chyba

Pravdepodobnou príčinou je prerušenie informačného toku medzi ovládacím panelom a zadnou kontrolnou doskou. Vyskúšajte každé jednotlivé zapojenie medzi ovládacím panelom a spodnou časťou dosky a presvedčte sa, že je všetko dobre zapojené. Ak je problém spôsobený chybnými káblami, vymeňte ich za nové.

### 3. Hláška E02 — Kolísavé napätie

Skontrolujte, či nie je napätie nižšie ako 50% klasického stavu a vyskúšajte všetko znovu so správnym napätím. Preverte, či kontrolná doska podivne nezapácha. Ak áno, vymeňte ju. Skontrolujte správne zapojenie káblov motora a prípadne ich znovu zapojte.

### 4. Hláška E03 — Neregistruje signál snímača

Pravdepodobnou príčinou je nenačítanie signálu rýchlostného snímača behom 10 sekúnd. Skontrolujte, či kontrolka snímača na zadnej strane dosky bliká. Ak nie, nahradte snímač novým. Skontrolujte, či je spojka snímača dobre upevnená alebo či nie je poškodený magnetický senzor. Potom senzor znovu zapojte alebo vymeňte za nový. Skontrolujte správny beh motora a správne zapojenie kabeláže. V prípade potreby zapojte káble správne alebo nechajte vymeniť motor.

## 5. Hláška E05 — Ochrana proti preťaženiu

Pravdepodobnou príčinou tejto výstrahy je nadmerná váha bežca. Taktiež môže ísť o zablokovanie časti motora a to zabraňuje rotácii. Tým sa nadmerne zvýši záťaž motora. Prispôbte správne zariadenie a reštartujte hnaciu jednotku. Dodatočne skontrolujte, či motor nevydáva zvuk, ktorý by signalizoval preťaženie alebo či zvláštne nezapácha. Ak áno, je potrebné motor vymeniť za nový. Skontrolujte, či podivne nezapácha kontrolná doska. Ak áno, vymeňte ju za novú. Vyskúšajte, či napätie nie je príliš vysoké alebo nízke. Vyskúšajte v správnom napätí.

## 6. Hláška E06 — Chyba spojovacieho kábla motora a kontrolnej dosky

Pravdepodobnou príčinou je rozpojenie kábla medzi motorom a kontrolnou doskou alebo narušenie obvodu.

7. Ak motor nenaskočí po stlačení tlačidla "START", skontrolujte, či nie sú poškodené káble motora, či fungujú prípojky kontrolnej dosky, či sú káble motora dobre zapojené, či sú prípojky dosky v poriadku a či nevyhorel tranzistor. Ak áno, znova príslušné súčasti zostavte alebo poškodené diely vymeňte za nové. Skontrolujte upevnenie motora, popr. zapojte správne káble. Pomocou multimetra overte prípadné vyhorenie tranzistora. Vymeňte tranzistor, prípadne celú kontrolnú dosku.

# 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 vyžiadať 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](mailto:predajnatn@insportline.sk)
2. Stores inSPORTline SK s.r.o., Račianska 184/B, 831 54 Bratislava (Rača), +421 917 866 623, [predajnaba@insportline.sk](mailto: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](mailto: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 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.

Predávajúci poskytuje na tento výrobok nasledujúcu záruku:

- a) záruka fitness zariadenie na rám vyrobený z ocele pre prvého majiteľa je 60 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi s kúpnu hodnotou vyššou ako 159,60 EUR s DPH.
- b) záruka na riadiacu jednotku a elektrozariadenie 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
- 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, 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 reklamácii 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 závadu, na ktorú sa nevzťahuje záruka (napr. neboli splnené podmienky záruky, závada bola nahlásená omylom apod.), je predávajúci oprávnený požadovať plnú úhradu nákladov, ktoré vznikli v súvislosti s odstraňovaním závady 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 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.



**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: