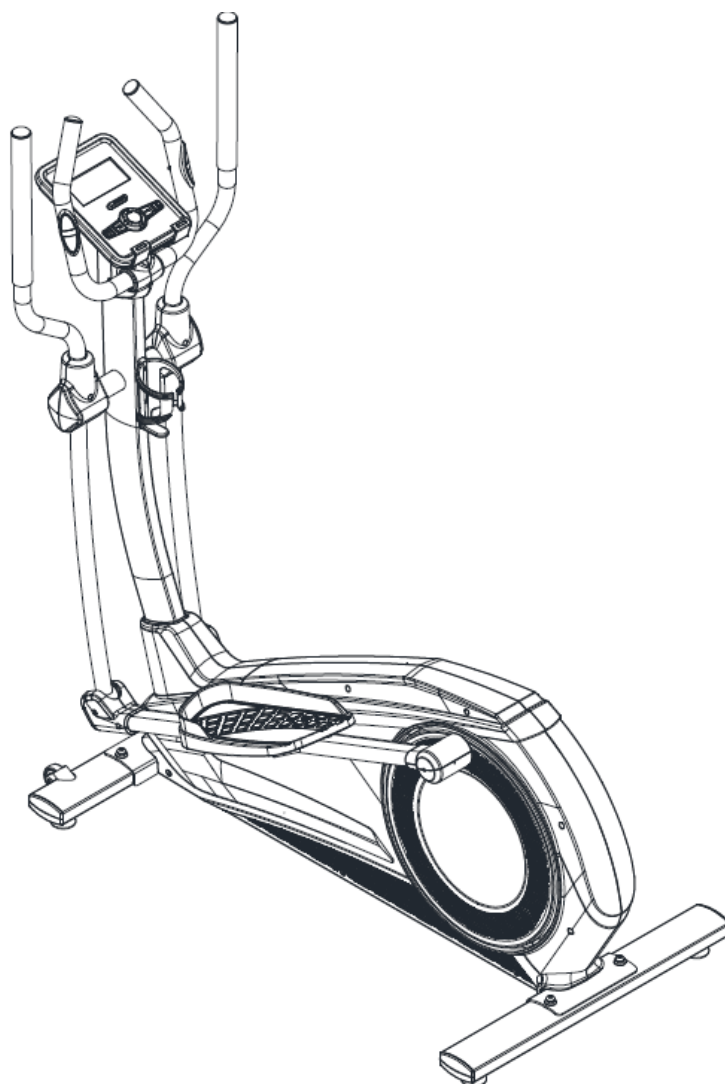




UŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK
IN 13903 Eliptický Trenažér inSPORTline inCondi ET50i



OBSAH

BEZPEČNOSTNÉ PREDPISY	3
BEZPEČNÉ POUŽÍVANIE	3
SPOJOVACÍ MATERIÁL A NÁSTROJE	4
SPOJOVACÍ MATERIÁL	4
POPIS VÝROBKU	6
TECHNICKÉ INFORMÁCIE	7
SPRÁVNE ZLOŽENIE ZARIADENIA	7
UŽITOČNÉ RADY	11
ČIASTOČNE ROZLOŽENÉ ZARIADENIE	12
ROZLOŽENÉ ZARIADENIE	14
ZOZNAM DIELOV	16
FUNKCIE DISPLEJA	18
TLAČIDLÁ	18
OPERÁCIE	18
SPUSTENIE	18
NASTAVENIE OSOBNÝCH DÁT	19
VOĽBA REŽIMU	19
MANUÁLNY REŽIM	19
PROGRAMOVÝ REŽIM	19
UŽÍVATEĽSKÝ REŽIM	20
REŽIM TEPOVEJ FREKVENCIE (H.R.C.)	20
REŽIM VÝKONU (WATT)	21
MERANIE TELESNÉHO TUKU	21
KONDÍCIA (RECOVERY)	22
ÚDRŽBA A USKLADNENIE	22
POUŽÍVANIE ELIPTICKÉHO TRENAŽÉRA	23
VŠEOBECNÉ ODPORÚČANIA K CVIČENIU	23
ZAHRIEVACIE A PREŤAHOVACIE CVIKY	23
OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA	25
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE	25

BEZPEČNOSTNÉ PREDPISY

POZOR: Toto zariadenie bolo navrhnuté s ohľadom na čo najväčšiu bezpečnosť počas cvičenia. Žiadne opatrenia ani žiadna certifikácia však nemôže nebezpečenstvo úrazu úplne eliminovať. Preto venujte plnú pozornosť všetkým radám a varovaniam v tomto manuáli. Manuál si prečítajte ešte pred samotným cvičením a uschovajte pre budúcu potrebu.

1. Je hlavnou povinnosťou užívateľa zoznámiť sa s bezpečnostnými predpismi a dodržiavať ich. Užívateľ je taktiež povinný oboznámiť s týmito predpismi ostatných užívateľov zariadenia.
2. Zabráňte deťom a domácim zvieratám v prístupe k zariadeniu. Deti nepúšťajte bez dozoru ani do jeho blízkosti.
3. Pravidelne kontrolujte poškodenie alebo opotrebovanie jednotlivých častí. Poškodené alebo opotrebované komponenty okamžite vymeňte. Na poškodenom zariadení necvičte.
4. Zariadenie umiestnite na rovný a čistý povrch a dodržte bezpečnostnú vzdialenosť od ostatných objektov min. 0,6 m. Pre ochranu podlahovej krytiny použite podložku.
5. Zariadenie používajte výhradne vo vnútri a chráňte ho pred prachom a vlhkosťou. Zabezpečte dostatočnú ventiláciu v miestnosti, kde prístroj prevádzkujete. Prístroj nepoužívajte v nevetraných priestoroch.
6. Na zariadenie ani do jeho blízkosti nepokladajte ostré predmety.
7. Žiadna nastaviteľná časť nesmie vyčnievať, aby nebránila v pohybe cvičenca.
8. Na cvičenie sa vhodne oblečte. Nepoužívajte príliš voľné oblečenie, ktoré sa ľahko zachytí. Vždy použite obuv na ochranu chodidiel.
9. Nedotýkajte sa pohyblivých častí.
10. Vždy majte svoju rýchlosť pod kontrolou a príliš sa nepreťažujte.
11. Ak zariadenie nefunguje normálne alebo ak je poškodené, nepoužívajte ho.
12. Na zariadení smie cvičiť len jedna osoba v danej chvíli.
13. Pred cvičením sa poraďte s lekárom ohľadom frekvencie a záťaže. Nikdy necvičte, pokiaľ sa necítite dobre alebo ak máte zdravotné komplikácie. Pri pociťovaní nevoľnosti v priebehu cvičenia okamžite s cvičením prestaňte a obráťte sa na lekára ohľadom ďalšieho postupu.
14. Dĺžka kroku: 420x200 mm. Záťažové koleso: obojsmerné ø280/9 kg.
15. **Hmotnostný limit: 150 kg.** Ak rozmedzie presahujete, zariadenie nepoužívajte.
16. **Kategória: HA** (podľa normy EN 957) vhodné pre domáce využitie.
17. **VAROVANIE:** Systém na monitorovanie tepovej frekvencie nemusí byť presný. Preťažovanie pri tréningu môže zaviniť vážne zranenie alebo smrť. Ak pociťujete nevoľnosť, okamžite ukončite cvičenie!

BEZPEČNÉ POUŽÍVANIE

Zariadenie nepoužívajte, ak máte liečebnú kúru alebo ak máte niektorý z nižšie uvedených zdravotných problémov. Ak si nie ste istý, spýtajte sa svojho lekára.

- Bolesť v oblasti pásu, nôh (zranenie alebo ochrnutie).
- Anamorfózu, zápaly kĺbov, reumu alebo dnu.
- Osteoporózu alebo podobné problémy.
- Poruchy srdca, krvného obehu, problémy s vysokým tlakom, srdcovú arytmiu atď.
- Problémy s dýchaním.
- Onkologické choroby alebo nádory.
- Trombózu alebo podobné problémy.

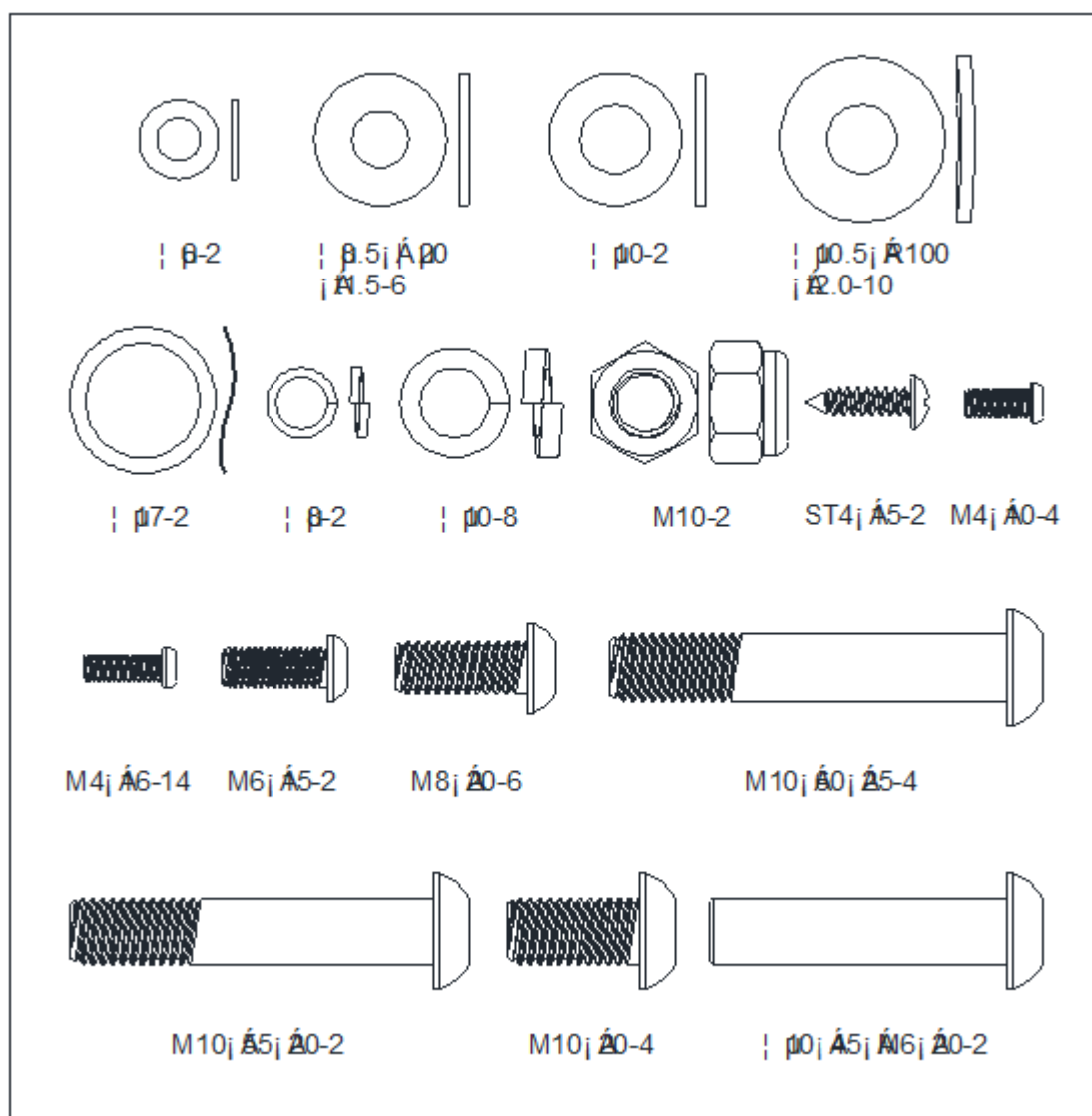
- Diabetes a s ním spojené komplikácie.
- Kožné ochorenia.
- Vysokú teplotu (38 °C alebo vyššia).
- Vychýlenie kostí alebo chrbtice.
- Zariadenie nesmú používať tehotné ženy alebo ženy v priebehu periódy.
- Telesné abnormality.
- Zhoršenú telesnú kondíciu.

POZOR: Pred začatím cvičenia konzultujte svoj zdravotný stav s lekárom. Je to obzvlášť dôležité, ak ste starší ako 35 rokov alebo ak máte zdravotné problémy. Pre zmenšenie rizika úrazu sa dobre oboznámte so všetkými výstrahami pred začiatkom používania zariadenia.

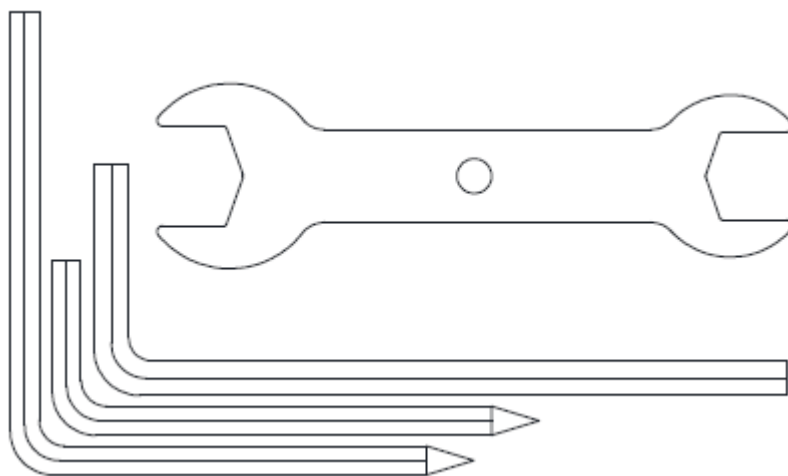
SPOJOVACÍ MATERIÁL A NÁSTROJE

SPOJOVACÍ MATERIÁL

Presvedčte sa pred začatím montáže, že balenie obsahuje všetky uvedené diely. Ak tomu tak nie je, kontaktujte servis.



Č.	Názov	Špecifikácia	Počet
26	Imbusová skrutka	M10x60x25	4
27	Pružná podložka	Ø10	8
28	Zakrivená podložka	Ø10.5xR100xt2.0	10
29	Imbusová skrutka	M8x20	6
30	Pružná podložka	Ø8	2
31	Rovná podložka	Ø8.5xØ20xt1.5	6
32	Samoistná matica	M10	2
33	Rovná podložka	Ø10	2
36	Celozávitová skrutka	M4x16	14
37	Celozávitová skrutka	M4x10	4
38	Imbusová skrutka	Ø10x45xM6x20	2
39	Rovná podložka	Ø6	2
40	Imbusová skrutka	M6x15	2
41	Samorezná skrutka	ST4x15	2
102	Vlnitá podložka	Ø17	2
104	Imbusová skrutka	M10x20	4
105	Imbusová skrutka polo-závitová	M10x55x20	2

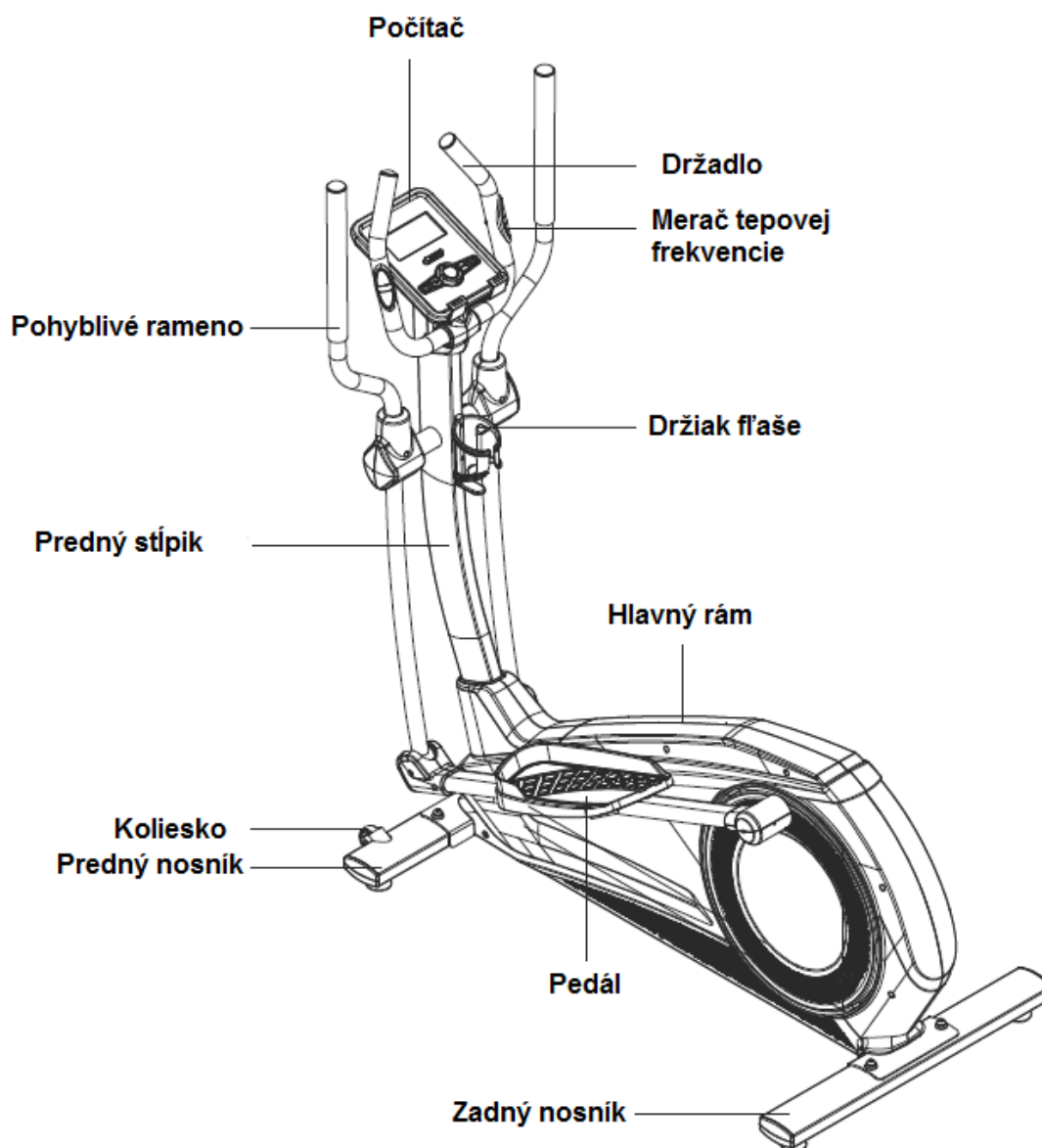


Názov	Špecifikácia	Počet
Imbusový kľúč tvaru „L“	5x80x80S (krížový)	1
Imbusový kľúč tvaru „L“	5x35x85S (krížový)	1
Imbusový kľúč tvaru „L“	6x40x120	1
Vidlicový kľúč	15# a 17#	1

POZNÁMKA:

- Majte potrebné nástroje vždy po ruke.
- Na montáž si vyhradte dostatok priestoru.
- Dbajte na opatrnosť, aby ste sa nezranili.
- Hotové zariadenie umiestnite na rovnú a čistú plochu, dostatočne veľkú pre bezpečné a pohodlné použitie.
- Skontrolujte, či sú všetky skrutky riadne utiahnuté.
- Pri montáži sa podrobne držte návodu.

POPIS VÝROBKU



TECHNICKÉ INFORMÁCIE

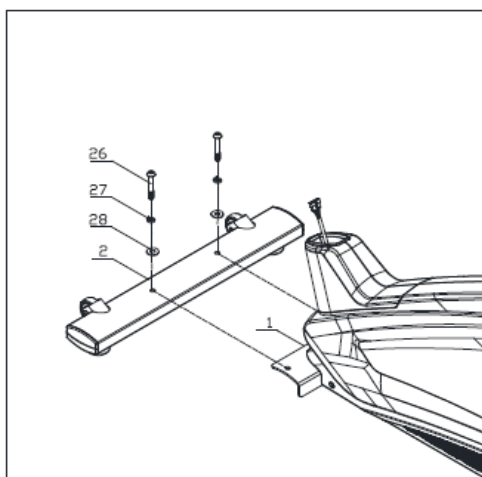
Rozmery po zložení	1620x720x1520 mm
Stupne rýchlosti	9
Závažové koleso	obojsmerné ø280/9 kg
Stupeň náročnosti	1 – 32
Dĺžka kroku	420x200 mm

POZNÁMKA: Vyhradzuje si právo zmeny špecifikácie výrobku bez predchádzajúceho upozornenia.

SPRÁVNE ZLOŽENIE ZARIADENIA

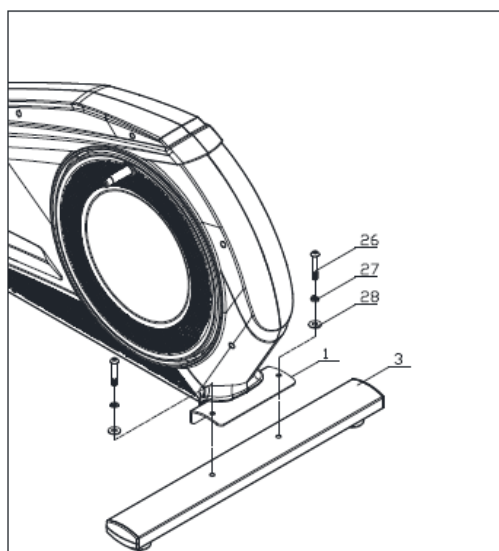
Krok 1

Pripevnite predný nosník (2) k hlavnému rámu (1) pomocou zakrivených podložiek (28), pružných podložiek (27) a imbusových skrutiek (26).



Krok 2

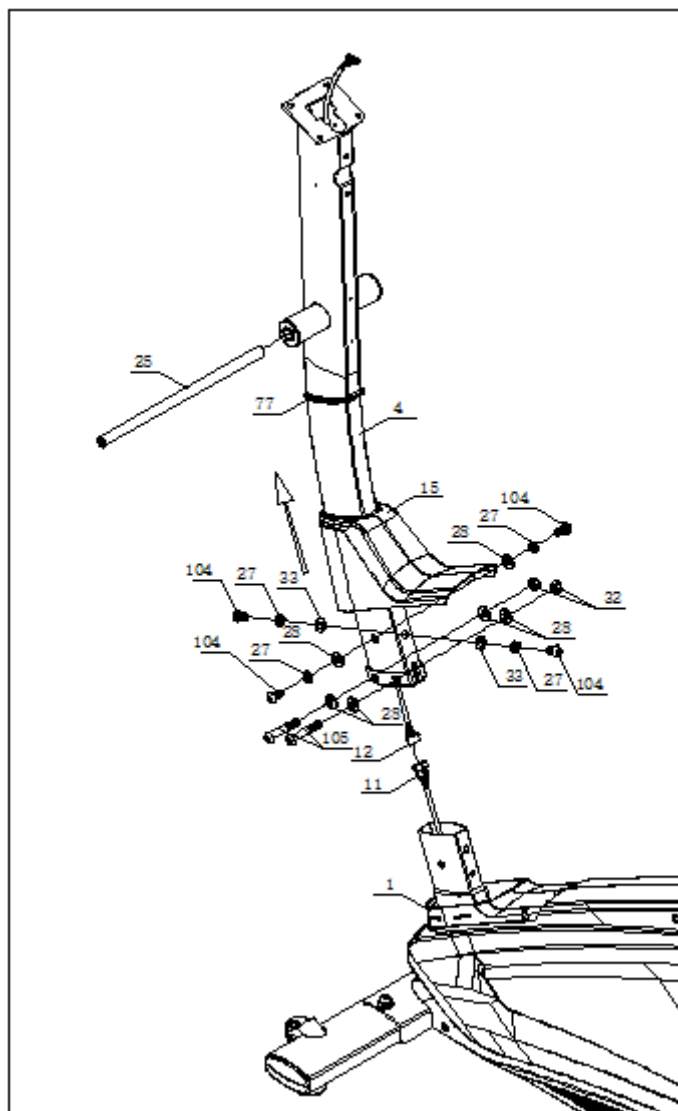
Pripevnite zadný nosník (3) k hlavnému rámu (1) pomocou zakrivených podložiek (28), pružných podložiek (27) a imbusových skrutiek (26).



Krok 3

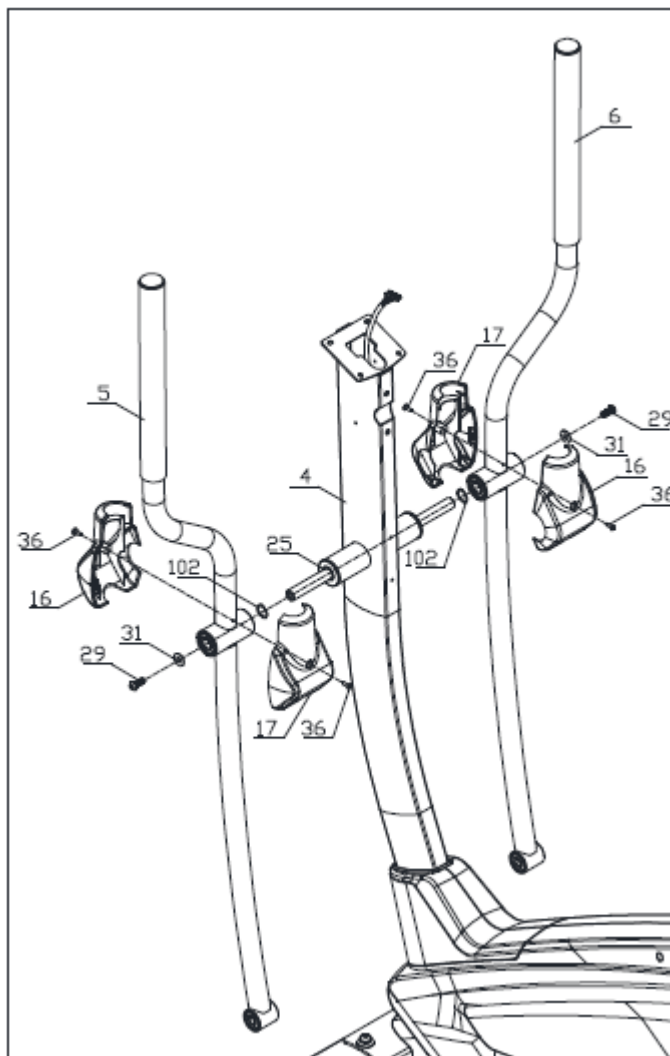
1. Upevnite gumové tesnenie (77) na predný stĺpik (4). Vezmite kryt predného stĺpika (15) z hlavného rámu (1) a pripevnite ho na predný stĺpik (4).
2. Zapojte komunikačné káble (11) a káble počítača (12).
3. Pripevnite predný stĺpik (4) k hlavnému rámu (1) pomocou rovných podložiek (33), pružných podložiek (27), imbusových skrutiek (104), zakrivených podložiek (28), pružných podložiek (27), imbusových skrutiek (104) , polo-závitových skrutiek (105), zakrivených podložiek (28) a poistných matíc (32).
4. Pripevnite kryt predného stĺpika (15) a gumové tesnenie (77) k hlavnému rámu (1). Potom inštalujte os pohyblivých ramien (25).

POZNÁMKA: Zatiaľ skrutky plne neuťahujte. Uistite sa, že všetky skrutky prechádzajú hexagonálnymi otvormi.



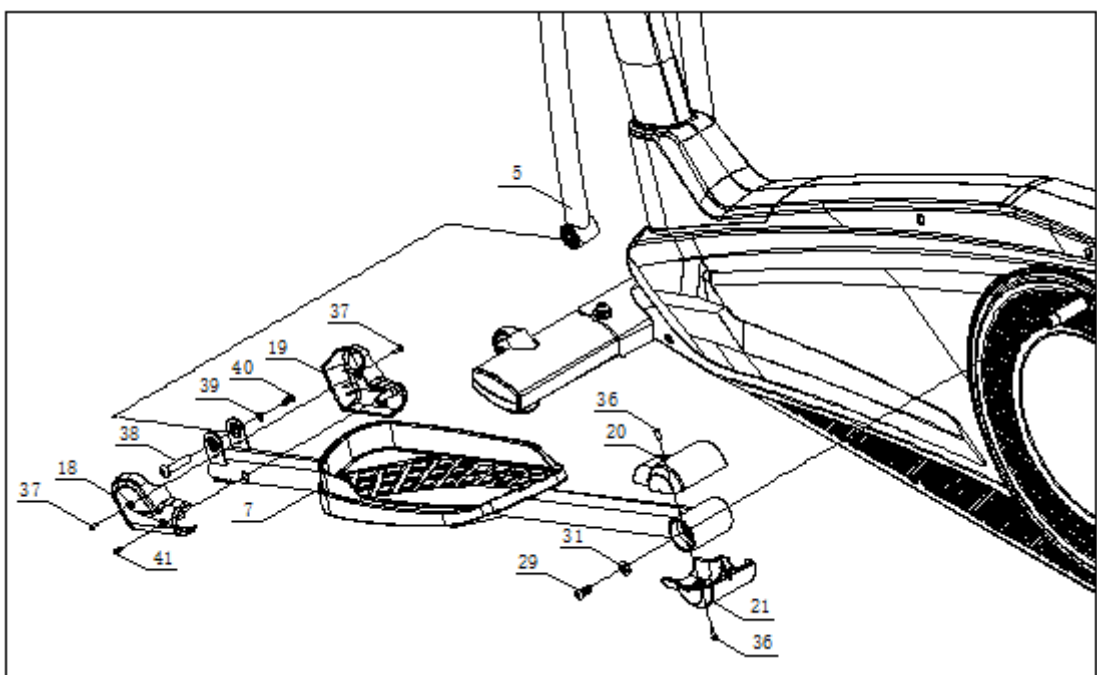
Krok 4

1. Na pravý aj ľavý koniec osi (25) nasadíte vlnité podložky (102). Namažte oba konce osi (25). Potom pripevnite ľavé pohyblivé rameno (5) a pravé pohyblivé rameno (6) na zodpovedajúcu stranu osi (25). Použite rovné podložky (31) a imbusové skrutky (29).
2. Pripevnite kryt ramena (16/17) k ľavému pohyblivému ramenu (5) pomocou imbusovej skrutky (36).
3. Rovnako tak postupujte pri inštalácii krytu (16/17) k pravému ramenu (6).



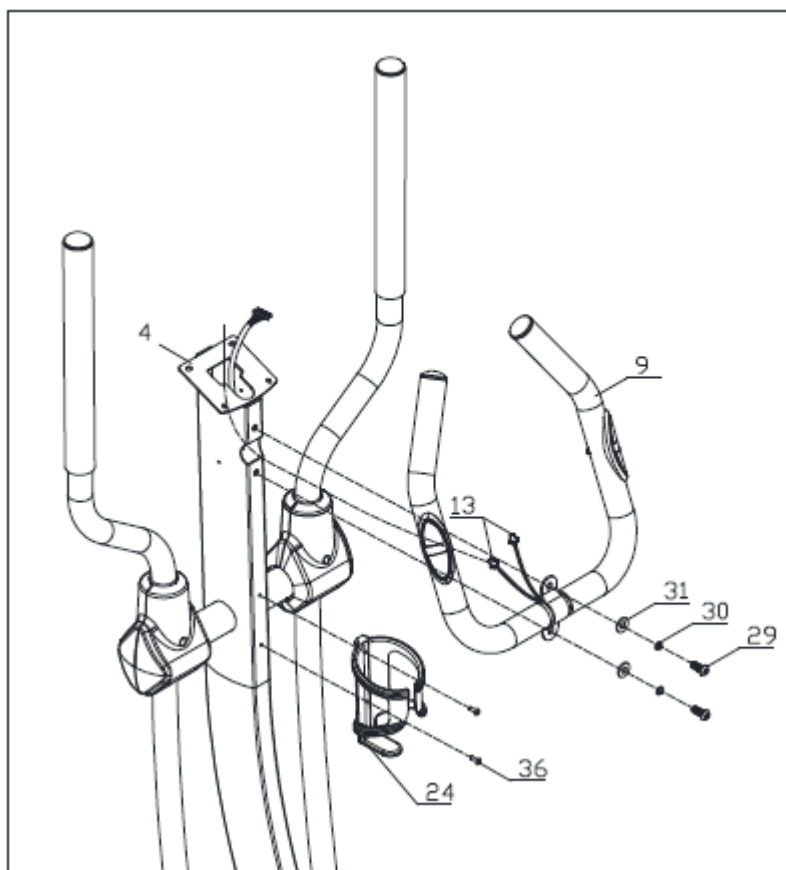
Krok 5

1. Namažte os hlavného rámu (1). Pripevnite zadný koniec ľavého nosníka pedála (7) k hlavnému rámu (1). Použite rovnú podložku (31) a imbusovú skrutku (105).
2. Namažte imbusovú skrutku (38). Pripevnite zadný kryt nosiča pedála (20/21) k ľavému nosiču pedála (7) pomocou skrutiek (36). Upevnite predný kryt nosiča pedála (18/19) k ľavému nosiču pedála (7) pomocou celozávitových skrutiek (37) a samorezných skrutiek (41).
3. Rovnako tak postupujte pri inštalácii pravého nosníka pedála (8). Upevnite zadnú časť pravého nosníka pedála (8) k hlavnému rámu (1). Zaistíte pomocou rovnej podložky (31) a imbusovej skrutky (29).



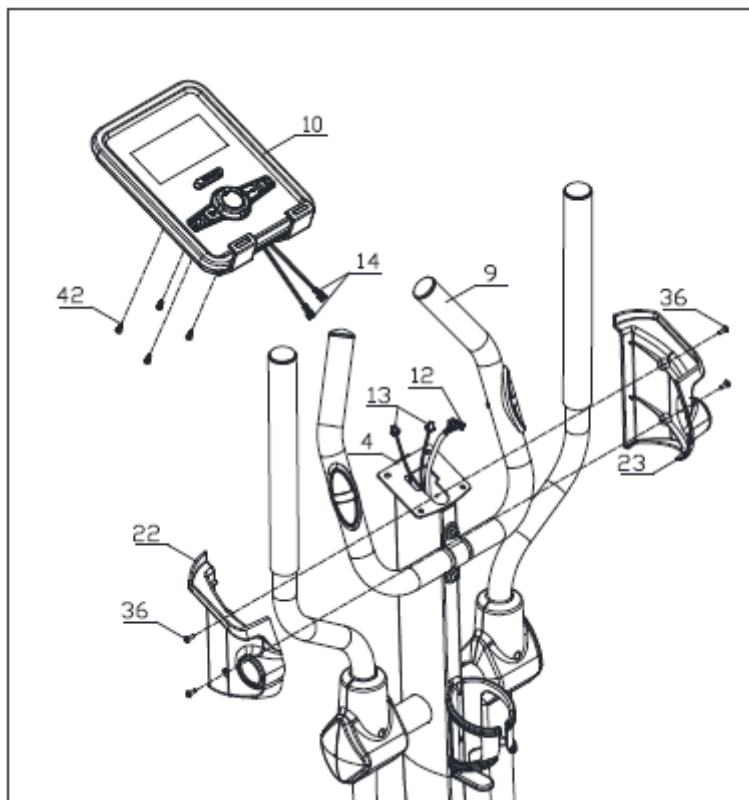
Krok 6

1. Prestrčte kábel merača tepu (13) cez predný stĺpik (4) a na predný stĺpik (4) pripevnite držiadlá (9). Použite rovné podložky (31), pružné podložky (30) a imbusové skrutky (29).
2. Upevnite držiak fľaše (24) k prednému stĺpiku (4) pomocou skrutiek (36).



Krok 7

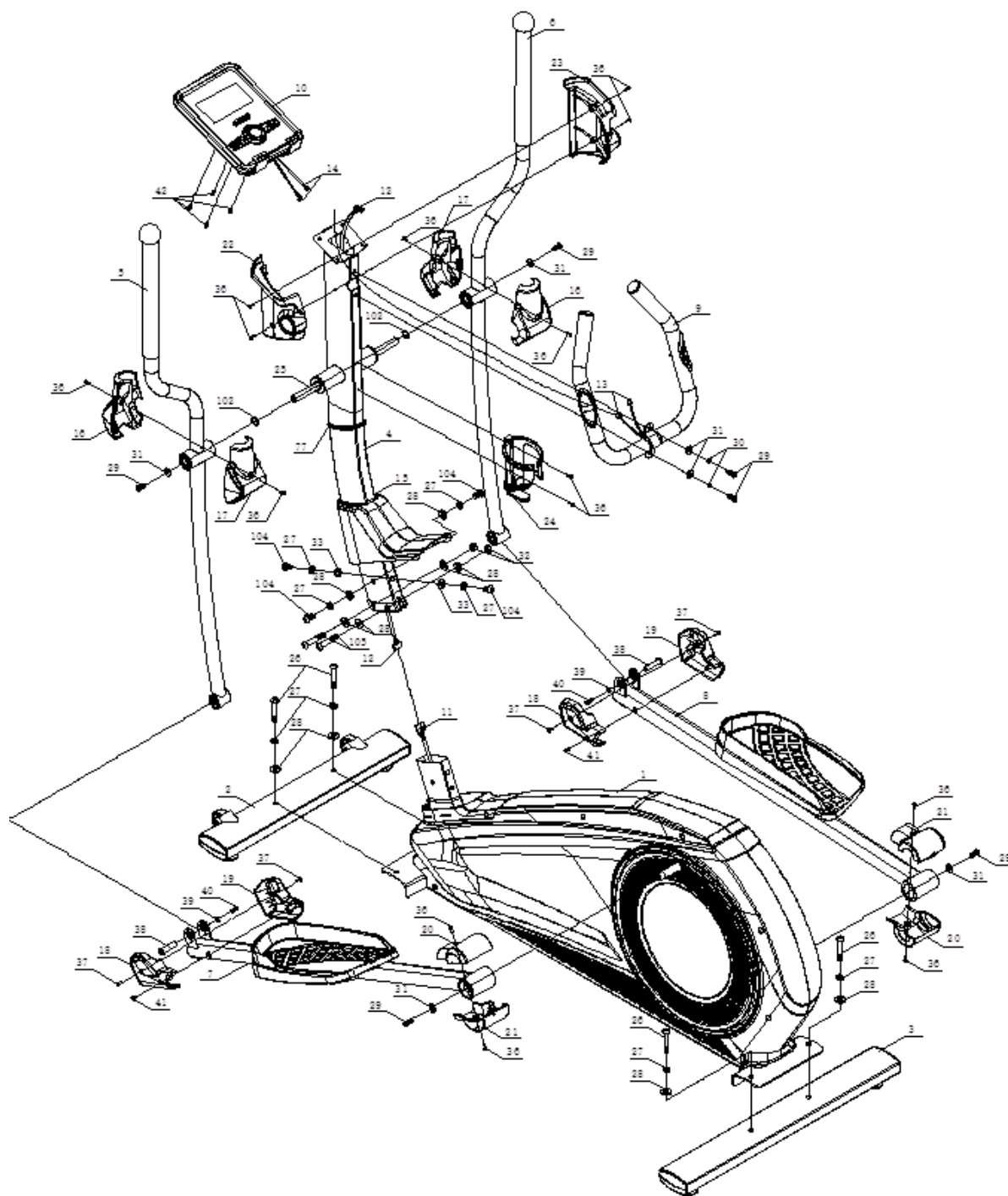
1. Prepojte komunikačný kábel počítača (12) s telom počítača. Ku kabeláži počítača (14) pripojte tiež kábel snímača tepu (13).
2. Pripevnite počítač (10) k prednému stĺpiku (4) pomocou skrutiek (42).
3. Zložte ľavý kryt držadla (22) a pravý kryt držadla (23) z držiadiel (9). Pripevnite ich k prednému stĺpiku (4) pomocou skrutiek (36).



UŽITOČNÉ RADY

- Pri cvičení na eliptikaly prenášate váhu z jednej nohy na druhú. Snažte sa udržiavať vzpriamený, prirodzený postoj. K tomu Vám pomôžu držiadlá a úchyty. Najskôr si nájdite ideálne miesto pre držanie rúk a snažte sa pohybovať čo najprirodzenejšie.
- Používateľ by mal chodidlá úplne zasunúť do pedálov a správne zvoliť úroveň obťažnosti.
- Vďaka obojsmernému záťažovému kolesu má zariadenie značnú zotrvačnosť, čo môže viesť k zraneniu. Preto by užívateľ mal úmerne tomu znížiť obťažnosť a regulovať rýchlosť.
- Zariadenie umiestnite na rovný a čistý povrch s dostatkom miesta pre jeho prevádzku.

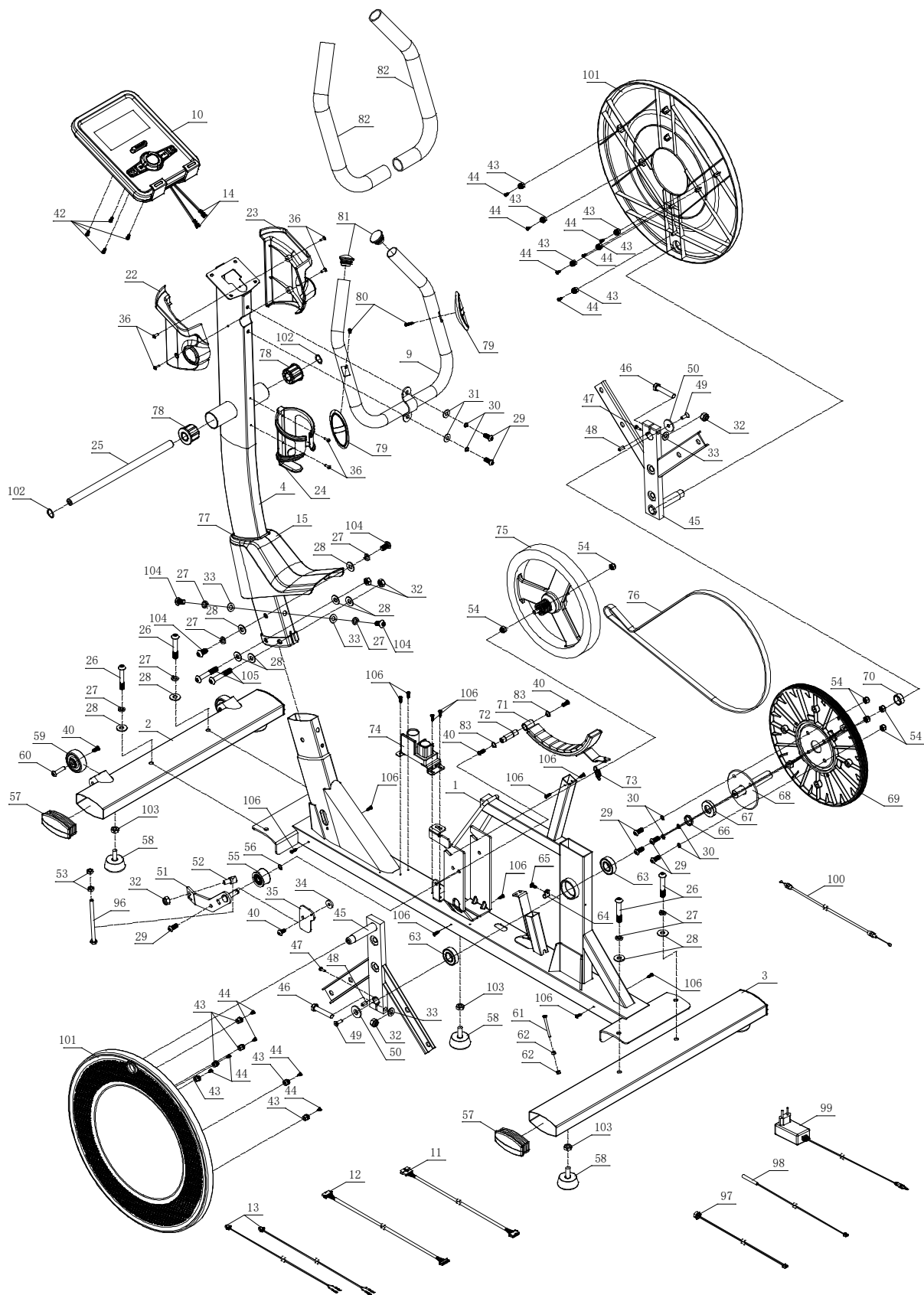
ČIASTOČNE ROZLOŽENÉ ZARIADENIE

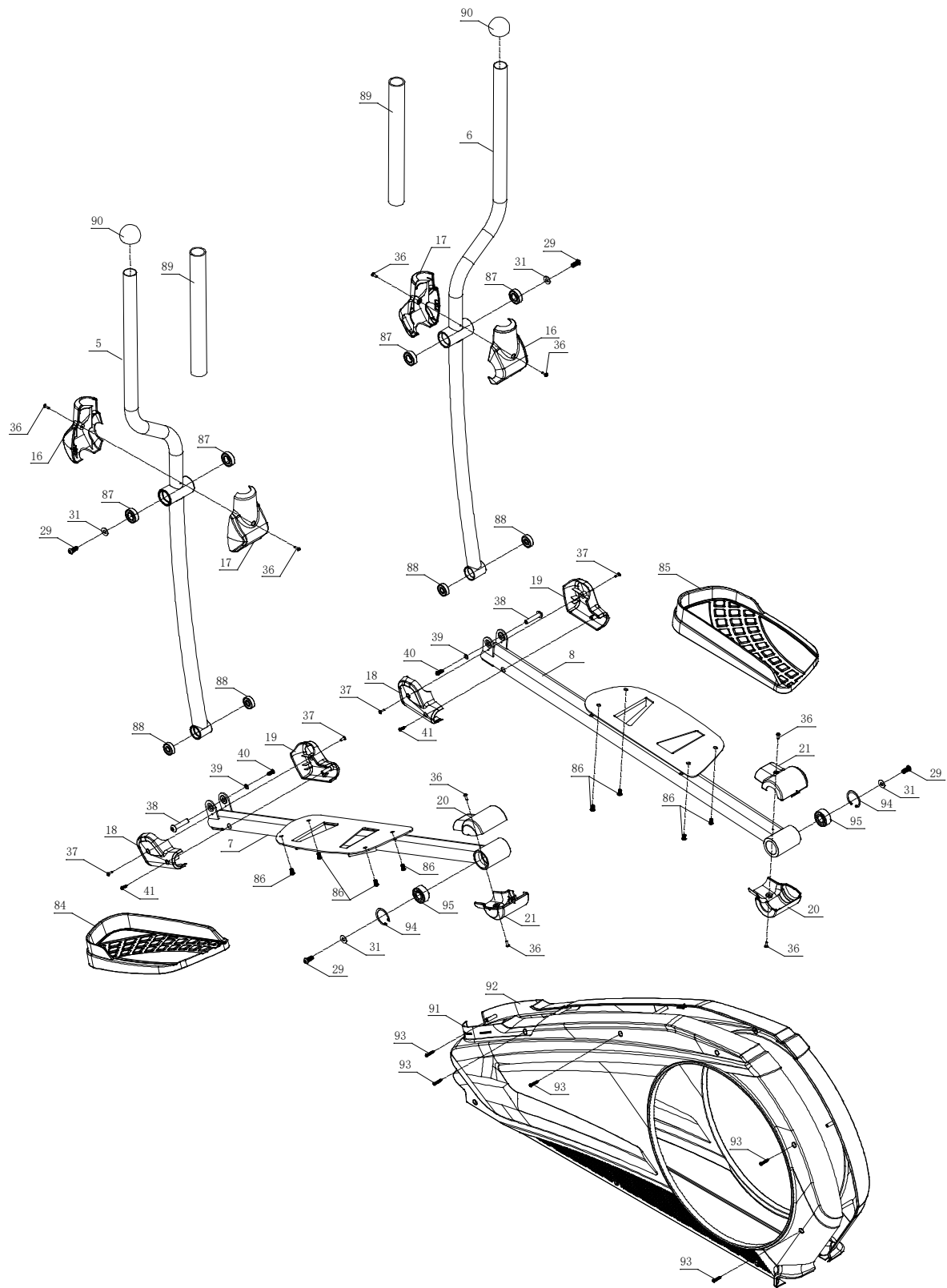


Č.	Názov	Popis	Počet
1	Hlavný rám		1
2	Predný nosník		1
3	Zadný nosník		1
4	Predný stĺpik		1
5	Ľavé pohyblivé rameno		1
6	Pravé pohyblivé rameno		1
7	Ľavý nosník pedála		1

8	Pravý nosník pedála		1
9	Držadlá		1
10	Počítač		1
11	Kábel motora		1
12	Kábel počítača		1
13	Kábel merača tepu		2
14	Vrchný kábel snímača tepovej frekvencie		2
15	Kryt predného stĺpika		1
16	Krytka pohyblivého ramena		2
17	Krytka pohyblivého ramena		2
18	Predná krytka nosníka pedála		2
19	Predná krytka nosníka pedála		2
20	Zadná krytka nosníka pedála		2
21	Zadná krytka nosníka pedála		2
22	Ľavý kryt držadla		1
23	Pravý kryt držadla		1
24	Držiak fľaše	ø93x150	1
25	Os pohyblivých ramien	ø17x339.5	1
26	Imbusová skrutka	M10x60x25	4
27	Pružná podložka	ø10	8
28	Zakrivená podložka	ø10.5xR100xt2.0	10
29	Imbusová skrutka	M8x20	6
30	Pružná podložka	ø8	2
31	Rovná podložka	ø8.5xø20xt1.5	6
32	Samoistná matica	M10	2
33	Rovná podložka	ø10	2
36	Celozávitová skrutka	M4x16	14
37	Celozávitová skrutka	M4x10	4
38	Imbusová skrutka	ø10x45xM6x20	2
39	Rovná podložka	ø6	2
40	Imbusová skrutka	M6x15	2
41	Samorezná skrutka	ST4x15	2
42	Celozávitová skrutka	M5x10	4
102	Vlnitá podložka	ø17	2
104	Imbusová skrutka	M10x20	4
105	Imbusová skrutka	M10x55x20	2
77	Gumové tesnenie		1

ROZLOŽENÉ ZARIADENIE





ZOZNAM DIELOV

Č.	Názov	Popis	Počet
1	Hlavný rám		1
2	Predný nosník		1
3	Zadný nosník		1
4	Predný stĺpik		1
5	Pohyblivé rameno (ľavé)		1
6	Pohyblivé rameno (pravé)		1
7	Nosník pedála (ľavý)		1
8	Nosník pedála (pravý)		1
9	Držadlá		1
10	Počítač		1
11	Kábel motora		1
12	Kábel počítača		1
13	Kábel merača tepovej frekvencie		2
14	Vrchný kábel snímača tepovej frekvencie		2
15	Kryt predného stĺpika		1
16	Krytka pohyblivého ramena 2		2
17	Krytka pohyblivého ramena 1		2
18	Predná krytka nosiča pedála 1		2
19	Predná krytka nosiča pedála 2		2
20	Zadná krytka nosiča pedála 1		2
21	Zadná krytka nosiča pedála 2		2
22	Kryt držadla (ľavý)		1
23	Kryt držadla (pravý)		1
24	Držiak fľaše	ø93x150	1
25	Os pohyblivých ramien	ø17x339.5	1
26	Imbusová skrutka	M10x60x25	4
27	Pružná podložka	ø10	8
28	Zakrivená podložka	ø10.5xR100xt2.0	10
29	Imbusová skrutka	M8x20	11
30	Pružná podložka	ø8	6
31	Rovná podložka	ø8.5xø20xt1.5	6
32	Samoistná matica	M10	5
33	Rovná podložka	ø10	4
34	Matica		1
35	Doštička		1
36	Celozávitová skrutka	M4x16	14
37	Celozávitová skrutka	M4x10	4
38	Imbusová skrutka	ø10x45xM6x20	2
39	Rovná podložka	ø6	2
40	Imbusová skrutka	M6x15	7
41	Samorezná skrutka	ST4x15	2
42	Celozávitová skrutka	M5x10	4
43	Plastové puzdro	ø12.4,13	12
44	Samorezná skrutka	ST4x10	12
45	Kľuka		2
46	Skrutka	M10x55x20	2
47	Skrutka	M4x12	2
48	Skrutka	5x5x15	2
49	Imbusová skrutka	M6x15	2

50	Rovná podložka	ø8xø30xt3.0	2
51	Vodiaca kladka pevná		1
52	Spojovací hriadeľ	ø15x30	1
53	Matica	M8	2
54	Samoistná matica	M8	6
55	Tlaková kladka	ø38x22	1
56	Matica	ø10	1
57	Koncová krytka	45x90xt1.5	4
58	Nožička		5
59	Transportné koliesko		2
60	Imbusová skrutka	ø8x33xM6x15	2
61	Celozávitová skrutka	M5x60	1
62	Matica	M5	2
63	Ryhované ložisko	6004-2RS	2
64	Držiak snímača rýchlosti		1
65	Samorezná skrutka	ST4x12	1
66	Puzdro kľukovej osi 1		1
67	Puzdro kľukové osi 3		1
68	Kľuková os	ø20x115	1
69	Remenica	ø308x22	1
70	Puzdro kľukovej osi 2		1
71	Magnetická zostava		1
72	Ovládacia os	ø12x50	1
73	Pružina		1
74	Magnetický motor		1
75	Obojsmerné záťažové koleso	ø280/9kg	1
76	Remeň motora	540PJ6	1
77	Gumové tesnenie		1
78	Puzdro	ø42.5x30	2
79	Merač tepu		2
80	Samorezná skrutka	ST4x20	2
81	Koncová krytka držiadiel	ø28xt1.5	2
82	Penové obloženie	ø32xt3.0x480	2
83	Podložka	ø12	2
84	Ľavý pedál	406x187x74	1
85	Pravý pedál	406x187x74	1
86	Imbusová skrutka	M6x12	8
87	Ryhované ložisko	6003-2RS	4
88	Ryhované ložisko	6200-2RS	4
89	Penové obloženie	ø36xt3.0x720	2
90	Koncová krytka pohyblivého ramena	ø32xt1.5	2
91	Kryt hlavného rámu (ľavý)		1
92	Kryt hlavného rámu (pravý)		1
93	Samorezná skrutka	ST4x25	5
94	Poistný krúžok	ø40	2
95	Priliehacie ložisko	2203-2RS	2
96	Skrutka	M8x120	1
97	Prípojný kábel		1
98	Snímač rýchlosti		1
99	Adaptér		1
100	Lanko záťaže		1
101	Disk		2

102	Vlnitá podložka	ø17	2
103	Matica	M10	5
104	Imbusová skrutka	M10x20	4
105	Imbusová skrutka polo-závitová	M10x55x20	2
106	Skrutka	ST4x16	12

FUNKCIE DISPLEJA

UKAZOVATEĽ	POPIS
TIME (ČAS)	Rozmedzie zobrazenia 0:00 ~ 99:59, Rozmedzie nastavenia 0:00 ~ 99:00
SPEED (RÝCHLOSŤ)	Rozmedzie 0.0 ~ 99.9 km/h
DISTANCE (VZDIALENOSŤ)	Rozmedzie zobrazenia 0.0 ~ 99.99, Rozmedzie nastavenia 0.0 ~ 99.90
CALORIES (KALÓRIE)	Rozmedzie zobrazenia 0 ~ 9999 cal., Rozmedzie nastavenia 0 ~ 9990 cal.
PULSE (SRDCOVÝ TEP)	Rozmedzie zobrazenia P – 30 ~ 230, Rozmedzie nastavenia 0 – 30 ~ 230
RPM (OTÁČKY/MIN.)	Rozmedzie 0 ~ 999
WATT (VÝKON)	Rozmedzie zobrazenia 0 ~ 999, Rozmedzie nastavenia 10 ~ 350

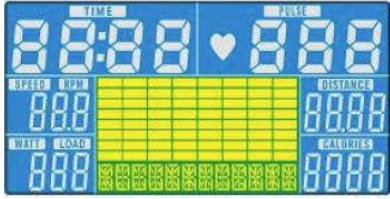
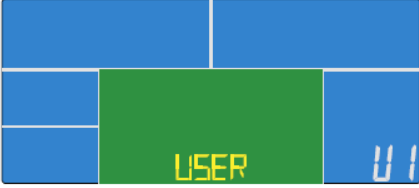
TLAČIDLÁ

TLAČIDLO	POPIS
Up (+)	Výber funkcie alebo zvýšenie náročnosť.
Down (-)	Výber funkcie alebo zníženie obťažnosti.
Enter	V režime STOP potvrdzuje nastavenie alebo výber.
Reset	Stláčajte po dobu 2 sekúnd a počítač sa začne znova bootovať a začne činnosť podľa nastavenia užívateľa. Umožní návrat do hlavného menu počas prednastavovania hodnôt alebo v režime STOP.
Start/Stop	Začatie alebo ukončenie činnosti.
Recovery	Kondičný test srdcového tepu.
Body fat	Percentuálny test telesného tuku a BMI.

OPERÁCIE

SPUSTENIE

Zapojte zariadenie do zdroja. Počítač naskočí a vydá tiahly zvuk (pípnutie). Potom po dobu 2 sekúnd zobrazí všetky ukazovatele (Obr. 1). Vstúpte do voľby používateľa (Obr. 2) a do nastavenia osobných dát (vek, výška, váha). Pokiaľ po dobu 4 minút zariadenie nezaznamená aktivitu pedálov alebo srdcový tep, prejde automaticky do úsporného režimu. Opätovne zariadenie aktivujete stlačením akéhokoľvek tlačidla.

	
Obr. 1	Obr. 2

NASTAVENIE OSOBNÝCH DÁT

Potom, čo ste zvolili užívateľské nastavenie U1 ~ U4, stlačte "ENTER" pre potvrdenie. Stlačte UP (+) od DOWN (-) pre potvrdenie nastavenia pohlavia (sex), veku (age), výšky (height) a hmotnosti (weight). Vid' obr. 3. Potvrďte stlačením "ENTER". Všetky navolené dáta sa uložia do profilu používateľa.

Pozastavený počítač prejde do hlavného menu (Obr. 4). Užívateľ môže buď priamo začať cvičenie alebo stlačiť tlačidlo „START/STOP“.

	
Obr. 3	Obr. 4

VOĽBA REŽIMU

Na hlavnej stránke sa ako prvý zobrazuje manuálny program (MANUAL). Užívateľ môže stlačiť UP (+) alebo DOWN (-) pre voľbu režimu v nasledujúcom poradí: MANUAL/MANUÁLNY - PROGRAM/PROGRAM - USER PROGRAM/UŽÍVATEĽSKÝ PROGRAM - HRC/SRDCOVÝ TEP - WATT/VÝKON. Voľba sa potvrdzuje tlačidlom „ENTER“.

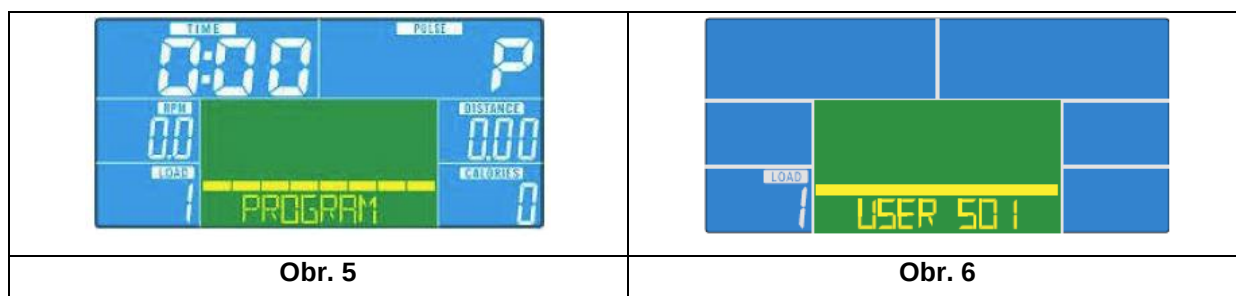
MANUÁLNY REŽIM

1. Stlačte UP (+) alebo DOWN (-) pre voľbu programu. Zvoľte "MANUAL" (Obr. 4) a potvrďte tlačidlom „ENTER“.
2. Stlačte UP (+) alebo DOWN (-) na prednastavenie nasledujúcich hodnôt: TIME/DISTANCE/CALORIES/PULSE a potvrďte „ENTER“.
3. Stlačte "START/STOP" pre začatie činnosti. Počas cvičenia môžete stláčať UP (+) alebo DOWN (-) pre zmenu úrovne v rozmedzí: 1 – 16.
4. Stlačte "START/STOP" pre prerušenie činnosti. Stlačte "RESET" pre návrat do hlavného menu.

PROGRAMOVÝ REŽIM

1. Stlačením tlačidla UP (+) alebo DOWN (-) vyberte program. Zvoľte "PROGRAM" (Obrázok 5) a potvrďte tlačidlom „ENTER“.
2. Stlačte UP (+) alebo DOWN (-) pre voľbu nastavenia v rozmedzí P01 – P12. Profil sa zobrazí na rozhraní.
3. Stlačte UP (+) alebo DOWN (-) pre nastavenie času (TIME).

4. Stlačte "START/STOP" pre začatie činnosti. Počas cvičenia môžete stláčať UP (+) alebo DOWN (-) pre zmenu úrovne v rozmedzí: 1 – 16.
5. Stlačte "START/STOP" pre prerušenie činnosti. Stlačte "RESET" pre návrat do hlavného menu.



UŽÍVATEĽSKÝ REŽIM

1. Stlačením tlačidla UP (+) alebo DOWN (-) vyberte program. Zvoľte "UŽÍVATEĽSKÝ PROGRAM" (Obrázok 6) a potvrdte tlačidlom „ENTER”.
2. Stlačte UP (+) alebo DOWN (-) pre nastavenie záťaže v rozmedzí: 1 - 16 u každého stĺpca. K ďalšiemu stĺpcu sa dostanete stlačením tlačidla "ENTER" (celkom je 20 stĺpcov).
3. Držte tlačidlo "ENTER" pre dokončenie a opustenie nastavenia.
4. Stlačte UP (+) alebo DOWN (-) pre nastavenie času (TIME).
5. Stlačte "START/STOP" pre začatie činnosti. Počas cvičenia môžete stláčať UP (+) alebo DOWN (-) pre zmenu úrovne v rozmedzí: 1 – 16.
6. Stlačte "START/STOP" pre prerušenie činnosti. Stlačte "RESET" pre návrat do hlavného menu.

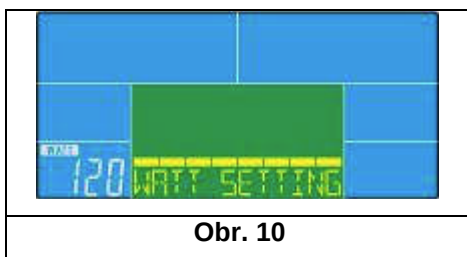
REŽIM TEPOVEJ FREKVENCIE (H.R.C.)

1. Stlačením tlačidla UP (+) alebo DOWN (-) vyberte program. Zvoľte "HRC" (obrázok 7) a potvrdte tlačidlom „ENTER”.
2. Stlačte UP (+) alebo DOWN (-) pre voľbu H.R.C. 55 (Obr. 8), H.R.C. 75, H.R.C. 90 alebo TAG (cieľová tepová frekvencia). Predvolená hodnota: 100 (Obr. 9) a potvrdte tlačidlom „ENTER”.
3. Ak zvolíte H.R.C. 55, H.R.C. 75 alebo H.R.C. 90, počítač zobrazí prednastavené cieľové hodnoty vzhľadom na vek používateľa. Upravte pomocou UP (+) alebo DOWN (-) stlačte "ENTER" pre prednastavenie času (TIME).
4. Ak zvolíte TAG H.R. (Cieľovú tepovú frekvenciu), zobrazí sa prednastavená hodnota 100 (pozri Obr. 9). Stláčaním UP (+) alebo DOWN (-) si môžete hodnotu nastaviť v rozmedzí 30 - 230 a následne potvrdiť tlačidlom "ENTER". Tlačidlami UP (+) alebo DOWN (-) nastavte čas (TIME).
5. Stlačením tlačidla START/STOP spustíte alebo zastavíte operáciu. Stlačením tlačidla "RESET" sa vrátite do hlavnej ponuky.



REŽIM VÝKONU (WATT)

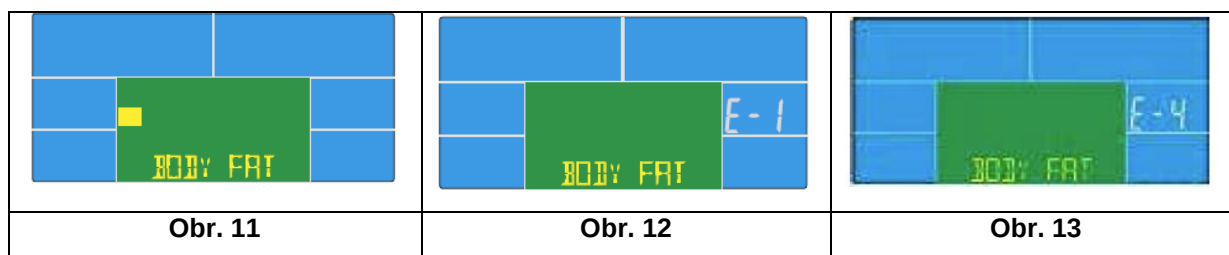
1. Stlačením tlačidla UP (+) alebo DOWN (-) vyberte program. Zvoľte "WATT" (Obrázok 10) a potvrdte tlačidlom „ENTER”.
2. Stláčaním UP (+) alebo DOWN (-) zvoľte cieľovú hodnotu výkonu (predvolená je 120).
3. Stláčajte UP (+) alebo DOWN (-) pre prednastavenie času (TIME).
4. Stlačte "START/STOP" pre spustenie činnosti. Počas cvičenia môžete použiť tlačidlá UP (+) alebo DOWN (-) pre nastavenie úrovne výkonu v rozmedzí 10 – 350.
5. Stlačte "START/STOP" pre prerušenie činnosti. Stlačte "RESET" pre návrat do hlavného menu.



Obr. 10

MERANIE TELESNÉHO TUKU

1. Počas cvičenia stlačte tlačidlo "START/STOP" na zastavenie operácie. Potom stlačte tlačidlo "BODY FAT" na spustenie merania (Obr. 11).
2. Uchopte rukoväť pevne a po 8 sekundách počítač zobrazí percentuálny podiel a symbol telesného tuku (BMI).
3. Opätovným stlačením tlačidla "BODY FAT" sa vrátite do hlavného menu.
4. Chybové hlásenia:
 - Hláška „E-1“ (Obr. 12) – používateľ nesprávne uchopil držadlá.
 - Hláška „E-4“ (Obr. 13) – FAT% hodnota je mimo možný rámec (5.0% - 50.0%).



Obr. 11

Obr. 12

Obr. 13

B.M.I. (INDEX TELESNÉHO TUKU)

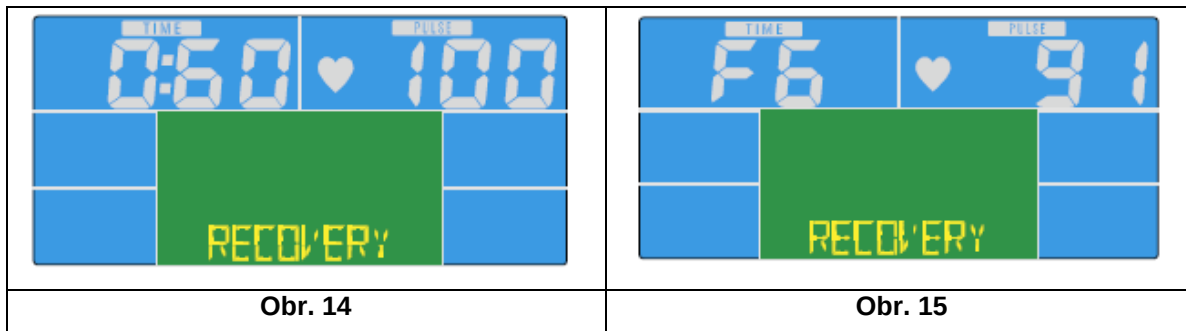
B.M.I škála	Nízky	Nízky/Stredný	Stredný	Stredný/Vysoký
Rozmedzie	<20	20 - 24	24.1 – 26.5	>26.5

TUK

Symbol	-	+	▲	◆
Tuk %	Nízky	Nízky/Stredný	Stredný	Stredný/Vysoký
Pohlavie				
Muž	<13%	13% - 25.9%	26% - 30%	>30%
Žena	<23%	23% - 35.9%	36% - 40%	>40%

KONDÍCIA (RECOVERY)

1. Ak počítač zobrazuje hodnotu tepu, chopte sa držiadiel a stlačte „RECOVERY“.
2. Všetky funkcie sa prerušia, okrem času (TIME). Ten začne odpočítavať jednu minútu (Obr. 14). Akonáhle ju odpočíta, zobrazí sa na displeji kondičná hodnota tepovej frekvencie v zobrazení "FX" (hodnota "X" môže byť v rozmedzí 1 – 6, vid'. Obr. 15). "F1" = najlepšia hodnota, "F6" = najhoršia hodnota. Viac informácií nájdete v tabuľke. Opätovným stlačením tlačidla "RECOVERY" sa vrátite späť do hlavného menu.
3. V tomto režime je možné sa vrátiť do hlavného menu stlačením tlačidla „RECOVERY“.
4. Ak nie je nameraná hodnota tepu, je tlačidlo "RECOVERY" nefunkčné.



1.0	VYNIKAJÚCA
1.0<F<2.0	VEĽMI DOBRÁ
2.0<F<2.9	DOBRÁ
3.0<F<3.9	USPOKOJIVÁ
4.0<F<5.9	PODPRIEMERNÁ
6.0	ZLÁ

POZNÁMKA:

1. Zariadenie k svojej činnosti využíva 9V, 1 300 mA adaptér.
2. Ak používateľ preruší šliapanie na dobu dlhšiu ako 4 minúty, prejde zariadenie automaticky do úsporného režimu. Všetky dáta sa uložia.
3. Ak zariadenie nefunguje normálne, skúste vypojiť a opätovne pripojiť adaptér.

ÚDRŽBA A USKLADNENIE

- Použite len mäkkú handričku a jemný prostriedok na čistenie.
- Plastové časti nečistite abrazívami alebo rozpúšťadlami.
- Po každom použití zotrite pot.
- Zariadenie chráňte pred vlhkosťou a extrémnymi teplotami.
- Zariadenie, počítač a konzolu chráňte pred priamym slnkom.
- Pravidelne kontrolujte dotiahnutie všetkých skrutiek a matíc.
- Skladujte na suchom a čistom mieste mimo dosahu detí

POUŽÍVÁNIE ELIPTICKÉHO TRENAŽÉRA

Eliptický trenažér je populárny fitness stroj, jeden z najnovších a najúčinnějších trenažérov pre domáce športovanie.

Pri cvičení na eliptickom trenažéri sa nohy pohybujú po elipsovej krivke (odtiaľ pochádza zvláštny názov eliptický trenažér, niekedy aj elliptical alebo crossový trenažér).

Eliptický trenažér je častou náhradou za obľúbené rotopédy alebo bežecké pásy, ale je oveľa šetrnejší k Vaším kĺbom. Navyše pri cvičení na eliptikaly precvičujete aj hornú časť tela vďaka úchopu za držadlá.

Pri cvičení na eliptikaly prenášate váhu z jednej nohy na druhú. Snažte sa udržiavať vzpriamený, prirodzený postoj. K tomu Vám pomôžu držadlá a úchyty. Najskôr si nájdite ideálne miesto pre držanie rúk a snažte sa pohybovať čo najprirodzenejšie.

VŠEOBECNÉ ODPORÚČANIA K CVIČENIU

Cvičenie začínajte pozvoľna, zhruba raz za dva dni. Frekvenciu si postupne zvyšujte. Začnite radšej s kratšími časovými úsekmi a postupne ich predlžujte. Nedávajte si nespĺniteľné ciele. Cvičenie môžete kombinovať s inými pohybovými aktivitami, akými sú napr. plávanie, beh, tanec alebo jazda na bicykli.

Pred každým cvičením sa dostatočne zahrejte. Vykonávajte strečingové cviky minimálne 5 minút pred každým cvičením. Vyhnete sa tak svalovému preťaženiu, bolesti a znížite riziko poranenia svalstva.

Pravidelne si kontrolujte srdcový tep. Ak nemáte vhodné zariadenie pre jeho meranie, poraďte sa so skúsenejšou osobou. Snažte si vytvoriť individuálny prístup k cvičeniu a individuálne ciele, ktoré Vám budú vyhovovať. Zohľadňujte vždy svoj vek a úroveň námahy. Účinnú pomoc Vám poskytne tiež tento manuál.

Počas cvičenia by ste mali dýchať pravidelne a pokojne. Nezabudnite prijímať dostatočné množstvo tekutín. To zabráni dehydratácii organizmu. Pamätajte, že cvičenie znamená určitý druh námahy, čo sa môže prejaviť aj vo zvýšenom požívaní tekutín. Obvyklé 2 - 3 litre denne môžu byť nedostatočné. Tekutiny by mali mať izbovú teplotu.

Na cvičenie sa oblečte ľahko a zároveň pohodlne. Nezabudnite na vhodnú obuv. Neberte si príliš voľný odev, ktorý sa ľahko zachytí. Cvičte podľa vlastných možností.

ZAHRIEVACIE A PREŤAHOVACIE CVIKY

Každé cvičenie by malo začínať zahrievacími (preťahovacími) cvikmi a končiť uvoľňovacími (relaxačnými) cvikmi. Zahrievacie cvičenie dobre pripraví telo na neskoršiu záťaž. Uvoľňovacie cviky opätovne uvoľnia svalstvo a zabránia prípadnej bolesti z preťaženia. Nasledujúca tabuľka poskytne užitočné rady ohľadne zahrievacích a uvoľňovacích cvikov. Venujte pozornosť uvedenému text.

	Preťahovanie krčných svalov Hlavu nakloňte doprava, až pocítite svalové napätie. Potom ju mierne predkloňte smerom k hrudi a posúvajte doľava, ako by ste opisovali kružnicu. Mali by ste pocítiť príjemné napätie na krku. Cvičenie môžete niekoľkokrát opakovať.
---	---

	Pret'ahovanie ramien Zdvíhajte ľavé i pravé rameno striedavo alebo ich zdvíhajte súčasne.
	Pret'ahovanie paží Pret'ahujte ľavú i pravú pažu striedavo smerom k stropu. Mali by ste pocítiť napätie na oboch bokoch. Cvičenie niekoľkokrát opakujte.
	Pret'ahovanie horných častí stehien Oprite sa jednou rukou o stenu a druhú natiahnite dozadu. Potom primknite ľavú alebo pravú nohu k zadku podľa obrázku. Mali by ste pocítiť príjemné napätie na stehnách. V tejto pozícii vydržte 30 sekúnd. Cvičenie opakujte dvakrát pri každej nohe.
	Pret'ahovanie vnútorných strán stehien Posaďte sa na podlahu a nohy položte chodidlami oproti sebe. Nohy pritlačte k trieslam, ako najviac to ide. Teraz opatrne stlačte kolená dole. V pozícii vydržte 30 - 40 sekúnd a zvoľnite.
	Dotyk prstov na nohe Pomaly sa predkloňte a pokúste sa rukami dotknúť prstov na nohe. Predkloňte sa, ako najlepšie dokážete. V pozícii vydržte 20 - 30 sekúnd.

	Pret'ahovanie kolien Posaďte sa na zem a vystrčte pravú nohu. Ľavú nohu pokrčte a chodidlo primknite k stehnu. Teraz sa pokúste pravou rukou dotknúť špičky pravej nohy. V pozícii vydržte 30 – 40 sekúnd.
	Pret'ahovanie lýtok a achiloviek Zaprite sa oboma rukami o stenu. Ľavú nohu dajte mierne dozadu. Po chvíli ju prestriedajte s pravou. Cvičenie pretiahne zadné partie nôh. Vydržte 30 - 40 sekúnd.

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.

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: (ak je možné aplikovať na zakúpený produkt):

- zavinením užívateľa tj. poškodenie výrobku neodbornou repasiou, nesprávnou montážou, nedostatočným zasunutím sedlovej tyče do rámu, nedostatočným utiahnutím pedálov v kľukách a kľúk k stredovej osi
- 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 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 záadu, na ktorú sa nevzťahuje záruka (napr. neboli splnené podmienky záruky, záada 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
Reklamácie 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:

