



POUŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK

**IN 1866 Samovzperná závesná hrazda inSPORTline Door
Chin Up Bar**



OBSAH

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY	3
ZOZNAM ČASTÍ	3
MONTÁŽ	4
CVIKY NA HRAZDE	4
Zhyby nadhmatom (Pull-ups)	5
Zhyby podhmatom	5
Cviky na hrazde – brucho	5
ÚDRŽBA	5
OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA	5
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE	6

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

- Manuál si prečítajte pozorne pred prvým použitím a uschovajte si ho pre budúcu potrebu.
- Výrobok používajte iba k určenému účelu a nevykonávajte neschválené modifikácie.
- Hrazdu správne uchyťte a pravidelne kontrolujte správne utiahnutie skrutiek a matíc. V prípade potreby znovu dotiahnite.
- Pravidelne hrazdu kontrolujte či nie je opotrebená alebo poškodená. Poškodený alebo opotrebený výrobok nikdy nepoužívajte.
- Držte ďalej od detí a domácich zvierat. Montáž smie vykonávať iba dospelá osoba. Produkt smie používať iba dospelá osoba.
- Cvičte rozumne a príliš sa neprepínajte.
- Pred akýmkoľvek cvičením sa poraďte s lekárom. Venujte pozornosť telesným príznakom. Pokiaľ pocítite nevoľnosť, necvičte.
- Nepoužívajte vonku.
- Pravidelne kontrolujte, či nekorodujú kovové diely.
- Na hrazdu neskáčte.
- Nevykonávajte trhavé pohyby ani sa na hrazde nahúpajte .
- Iba pre jednu osobu súčasne.
- Výrobok musí byť správne uchytený (ukotvený) do rámu dverí. Pokiaľ si správnosťou uchytenia nie ste istý, konzultujte vec s odborníkom.
- Uistite sa, že je dverný rám vhodný pre zachytenie. Musí byť dostatočne pevný a uniesť hmotnosť hrazdy a používateľa.
- **Určené pre dverné zárubne so šírkou: 63 – 100 cm**
- **Určené pre dverné zárubne s hĺbkou: 130 – 150 mm**
- **Určené pre domáce použitie.**
- **Maximálne zaťaženie: 110 kg**

ZOZNAM ČASTÍ

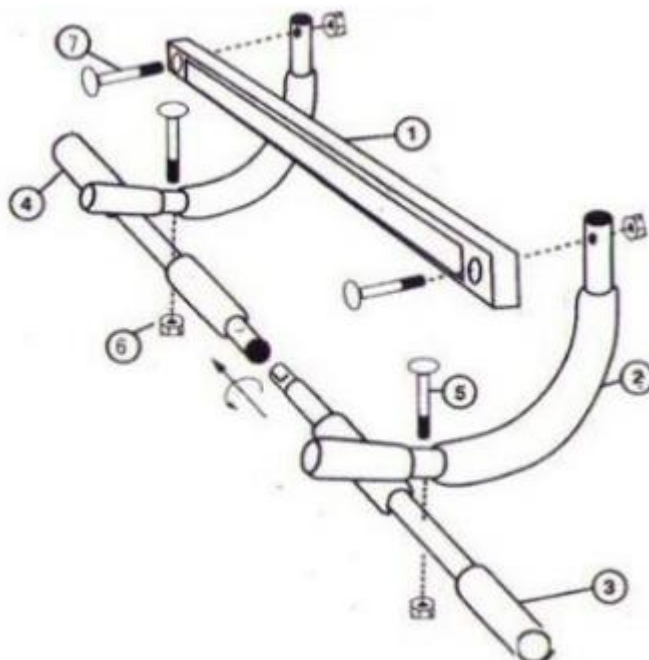
Ozn.	Názov	Ks
1	Kotviaci hranatý rám	1
2	Prehnuté držadlá	2
3	Dlhé držadlo – pravé	1
4	Dlhé držadlo – ľavé	1
5	Skrutky – dlhé	2
6	Matice	4
7	Skrutky – stredné	2

MONTÁŽ

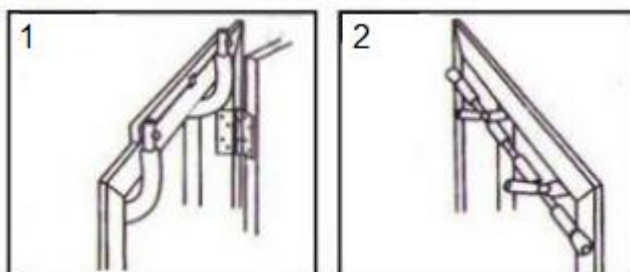
Na kotviaci hranatý rám (1) pripevníte prehnuté držadlá (2) pomocou 2 skrutiek (7) a 2 matíc (6).

Spojte pravé a ľavé dlhé držadlo (3 a 4), uistite sa že sú držadlá bezpečne spojené.

Na prehnuté držadlá (2) pripevníte spojené dlhé držadlá (3 a 4) pomocou 2 skrutiek (5) a 2 matíc (6).



Hrazdu potom umiestíte na rám dverí.



CVIKY NA HRAZDE

Zhyby na hrazde a ich rôzne modifikácie sú považované za jedny z najlepších cvikov na rozvoj hornej polovice tela.

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

Pri zhyboch pracujete s vlastnou hmotnosťou, 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 polovici tela.

Pri nesprávnej technike dochádza k väčšiemu zapojeniu bicepsov a ramien, čím zostávajú chrbtové svaly nevyužívané.

Počas cvičenia zhybov nesprávnou technikou, nedochádza k rozvoju chrbtových svalov, a to z dôvodu nedostatočného zaťaženia. Tým pádom sa cvičenie stáva neúčinné.

Pri zhyboch je najdôležitejšia správna technika a pomalý precítený pohyb. Žiadne "húpanie" alebo prehýbanie.

Zhyby nadhmatom (Pull-ups)

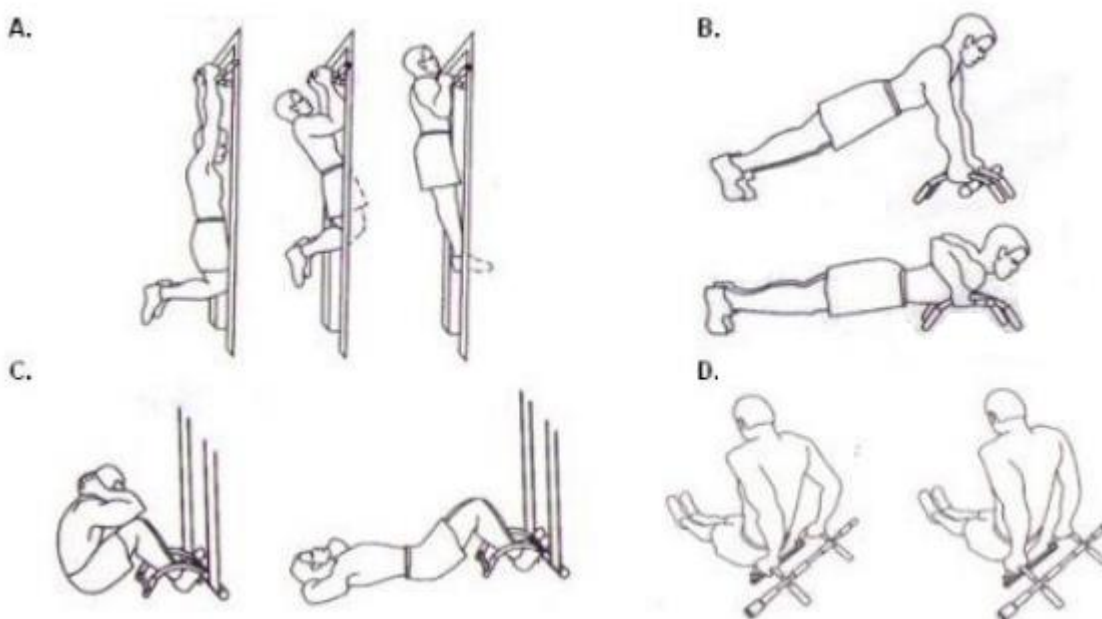
- úzky úchop – zapojená je hlavne stredná časť chrbtového svalstva
- klasický úchop na šírku ramien – zapojená je rovnomerne stredná i vonkajšia časť
- široký úchop (odporúčaná) – zapojená je hlavne vonkajšia časť chrbtového svalstva

Zhyby podhmatom

Zhyby podhmatom sú určené i na rozvíjanie bicepsu. Keďže pri tomto držaní sú zapojené vo väčšej miere bicepsy, zdá sa byť táto možnosť cvičenia jednoduchšia, a teda je vo väčšej miere preferovaná hlavne začiatočníkmi. Pokiaľ chcete pracovať na šírke chrbtového svalstva, pri tejto "jednoduchšej" možnosti to určite nedosiahnete.

Cviky na hrazde – brucho

Na hrazde je možné precvičovať i brucho prednožovaním. Ide síce o pomerne náročný cvik, ale o to účinnejší na rozvíjanie brušného svalstva.



ÚDRŽBA

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

OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA

Po uplynutí životnosti produktu alebo v prípade, že by ďalšia oprava už bola ekonomicky nevýhodná, sa výrobku zbavte v súlade s miestnymi predpismi a šetrne k životnému prostrediu. Výrobok odneste na najbližšie zberné miesto k tomu určené.

Predpisovou likvidáciou pomôžete zachovať cenné prírodné zdroje a napomôžete k prevencii negatívnych dopadov na životné prostredie, prípadne na ľudské zdravie. Pokiaľ si nie ste istý, konzultujte vec s miestnymi príslušnými zodpovednými orgánmi, aby nedošlo k porušeniu predpisov a následnej sankcii.

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 kúpnuou 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 kúpnuou 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.

CZ
SEVEN SPORT s.r.o.

Sídlo: Strakonická 1151/2c, Praha 5, 150 00, ČR
Centrála: Dělnická 957, Vítkov, 749 01
Reklamace a servis: Čermenská 486, Vítkov 749 01

IČO: 26847264
DIČ: CZ26847264

Tel: +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, Trenčín 911 01, SK

IČO: 36311723
DIČ: SK2020177082

Tel.: +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: