



POUŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK
IN 19902 Bežecký pás inSPORTline AeroHike



OBSAH

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY	3
ZLOŽENIE	5
KONZOLA.....	11
FUNKCIE	12
TLAČIDLÁ	12
POUŽITIE	14
PREDNASTAVENÉ PROGRAMY	17
BEH PO ROVINE (RUNNING MODE)	17
BEH DO KOPCA (CLIMBING MODE)	23
PORUCHOVÉ SPRÁVY	26
PRESUN A VYROVNANIE.....	26
BEZPEČNÉ CVIČENIE	26
PRED ZAHÁJENÍM CVIČENIA	26
ZAHRIEVACIE FÁZY	27
ÚDRŽBA	28
ZÁKLADY ÚDRŽBY	29
SPRÁVNE NAPNUTIE A VYCENTROVANIE PÁSU A REMEŇA	29
UTIAHNUTIE PÁSU A REMEŇA.....	30
SKLADOVANIE	30
DÔLEŽITÉ UPOZORNENIA.....	30
ROZLOŽENÁ KRESBA	32
ZOZNAM ČASTÍ	33
OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA	34
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE	35

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

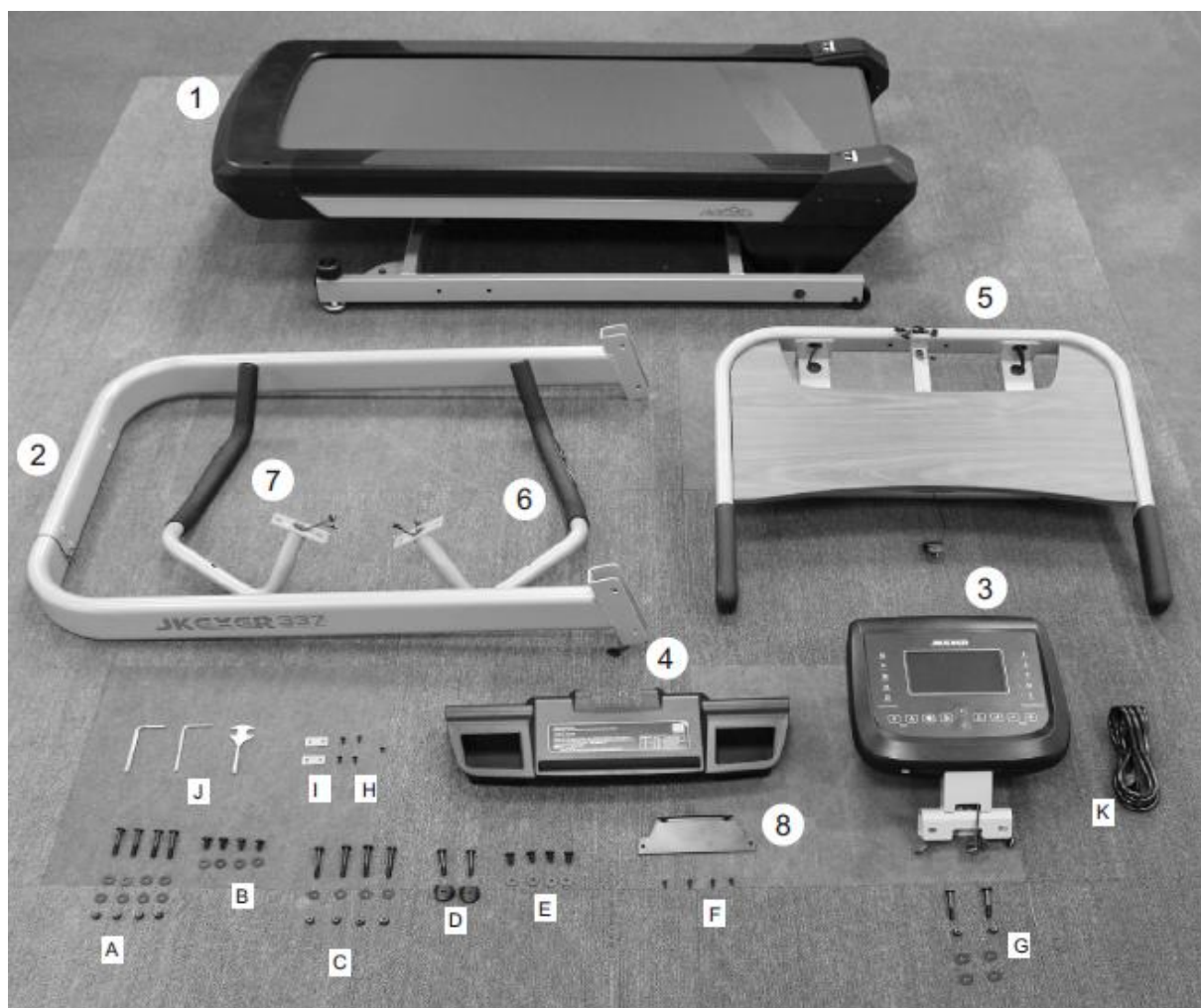
- Pripnite si bezpečnostný kľúč k odevu alebo k opasku pred zahájením cvičenia.
- Počas cvičenia pohybujte rukami prirodzene, rovno vpred. Nepozerajte sa dolu k nohám. Iba jedna osoba môže zariadenie používať v daný čas.
- Rýchlosť regulujte vždy postupne, nie príliš prudko.
- V prípade nebezpečia stlačte pohotovostné tlačidlo alebo vytrhnite bezpečnostný kľúč zo zámku.
- Zariadenie opúšťajte až vtedy, keď už úplne stojí.
- Dodržujte všetky montážne pokyny. Montáž môže vykonávať iba dospelá osoba.
- Držte mimo dosah detí a domácich zvierat. Nenechávajte deti bez dozoru ani v blízkosti zariadenia. Prístroj je určený iba dospelým osobám.
- Pred zahájením cvičebného programu sa poraďte so svojim lekárom. Je to obzvlášť nutné, pokiaľ máte zdravotné komplikácie alebo pokiaľ prekonávate liečbu alebo pokiaľ trpíte vysokým tlakom.
- Pravidelne kontrolujte všetky skrutky a matice. Musia správne držať. Pravidelne kontrolujte prípadné poškodenie alebo opotrebenie celého zariadenia. Poškodené alebo opotrebované zariadenie nepoužívajte.
- Pravidelne kontrolujte poškodenie alebo opotrebenie bežeckého pásu. Pokiaľ sa objavia ostré hrany, prestaňte pás používať.
- Bežecký pás umiestnite iba na rovný, suchý a čistý povrch. Zachovajte bezpečnostný odstup min. 0,6 m od ostatných objektov. Výrobok nepoužívajte vo vlhkom prostredí. Pás neumiestňujte na hrubý koberec, ktorý by mohol zablokovať ventiláciu.
- Pokiaľ je poškodený elektrický kábel, nepoužívajte ho, ale kúpte si nový u autorizovaného predajcu.
- Chráňte pred vlhkosťou a vodou.
- Inštalujte tak, aby zariadenie neprekryvalo prístup k elektrickej zásuvke.
- V miestnosti nepoužívajte aerosólové spreje.
- Pokiaľ je zariadenie v prevádzke, neodstraňujte ochranný kryt. Pokiaľ je to nutné za účelom údržby, musí sa zariadenie najskôr vypojiť z elektrického zdroja.
- Vždy si vezmite vhodné športové oblečenie. Neberte si príliš voľný odev, ktorý sa ľahko zachytí. Vždy si vezmite športovú obuv s gumovou podrážkou.
- Nespúšťajte bežecký pás, pokiaľ na ňom stojíte. Po zapojení môže dôjsť ku krátkemu oneskoreniu, kým sa pás dá do pohybu. Pred zahájením pohybu pásu sa postavte na plastové protišmykové bočnice.
- Necvičte 40 minút po konzumácii jedla.
- Najskôr zahrejte svaly vhodnými cvikmi, aby ste zmiernili riziko vzniku kŕčov.
- Do zásuviek a zdierok nevkladajte cudzie objekty.
- Údržbu vykonávajte pravidelne a výhradne podľa manuálu, aby ste predĺžili životnosť produktu.
- Nevykonávajte neschválené úpravy zariadenia.
- Cvičte rozumne a príliš sa neprepínajte. Pokiaľ cvičíte po prvýkrát, držte sa pevne rukovätí, dokým si na zariadenie nezvyknete. Akonáhle sa zobrazí HIGH HEART RATE tak je Vaša srdcová činnosť príliš vysoká a je potrebné znížiť tempo.

- V prípade poškodenia alebo poruchy okamžite ukončíte cvičenie. Pokiaľ by bežecký pás náhle prudko zmenil rýchlosť, vytrhnite bezpečnostný kľúč a ukončíte tréning.
- Zariadenie zapojte až potom, keď je úplne a správne zostavené. Musí byť priklopený i kryt motora. Používajte iba uzemnenú bezpečnostnú elektrickú zásuvku. Pre väčšie zabezpečenie odporúčame použiť prepäťovú ochranu.
- Pokiaľ prístroj nepoužívate, nemal by byť zapojený v zásuvke a bezpečnostný kľúč by mal byť vytiahnutý.
- Žiadna časť prístroja nesmie brániť v používaní.
- Výrobok nepoužívajte vonku.
- Prístroj nevystavujte priamemu slnečnému svetlu.
- Pás neumiestňujte na miesto s vysokou vlhkosťou (v blízkosti bazéna, sauny atď.)
- Návod na používanie si odložte pre neskoršie nahliadnutie.
- **Max. hmotnosť používateľa:** 136 kg
- **Kategória:** HC pre domáce použitie s nízkou presnosťou
- **Spĺňa normy:** CE, ISO20957-1, ISO20957-6

BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIE: Pri rýchlosti nad 14 km/h nepoužívajte snímače srdcovej frekvencie v rukovätiach.

VAROVANIE! Systém pre monitorovanie srdcovej frekvencie nemusí byť presný. Preťažovanie pri tréningu môže zaviniť vážne zranenie alebo smrť. Pokiaľ pocítite nevoľnosť, okamžite ukončíte cvičenie!

ZLOŽENIE



1.	Hlavný rám	1	C	Skrutka (M8 x 55L)	4+4+4
2	Predný rám	1	D	Skrutka + vložka (M8 x 45L)	2+2
3	Konzola	1	E	Skrutka (M8 x 15L)	4+4
4	Držiak konzoly	1	F	Skrutka (M8 x 50L)	4
5	Stolík	1	G	Skrutka	2+2+4
6	Rukoväť – R	1	H	Skrutka	5
7	Rukoväť – L	1	I	Doštička	2
8	Zadný kryt	1	J	Imbusový kľúč	1+1+1
9	Bezpečnostný kľúč	1	K	Napájací kábel	1
A	Skrutka (M8 x 50L)	4+8+4	L	Skrutka	4
B	Skrutka (M8 x 15L)	4+4			

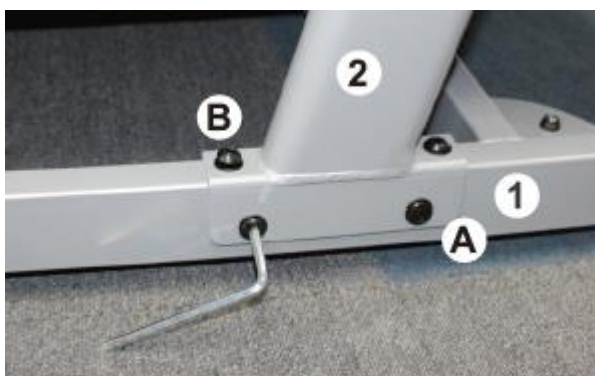
KROK 1

Na pravej strane Predného rámu (2) a na pravej strane Hlavného rámu (1) sú káble. Požiadajte ďalšiu osobu o podržanie rámu (2) a spojte káble vedúce z Predného rámu (2) a Hlavného rámu (1). Potom spojte Predný rám (2) do Hlavného rámu (1).



KROK 2

Rámy spojte pomocou skrutky (A, B). Nepoškodte kábel a konektor.



KROK 3

Vytiahnite 3 káble zo Stolíka (5) a potom ich spojte s káblami z Konzoly (3). Nadbytočnú kabeláž opatrne zastrčte do rámu Stolíka (5). Nepoškodte káble a konektory.



KROK 4

Jednou rukou chyťte Konzolu (3) a druhou Držiak konzoly (4). Pripevnite Konzolu (3) a Držiak konzoly (4) súčasne na Stolič (5).



KROK 5

Upevnite pomocou Skrutky (G).



KROK 6

Pomocou Skrutky (F) upevnite Zadný kryt (8) na Držiak konzoly (4).



KROK 7

Pre upevnenie Držiaka konzoly (4) so Stolíkom (5) pripevnite Doštičku (I) pomocou 4 Skrutiek (H).



KROK 8

Pomocou Skrutky (H) – kratšia, pripevnite Držiak konzoly (4) k Stolíku (5) podľa obrázku. Pripojte káble z Konzoly (3) a Stolíka (5).



KROK 9

Zloženie Konzoly (3), Držiaka konzoly (4) a Stolíka (5).



KROK 10

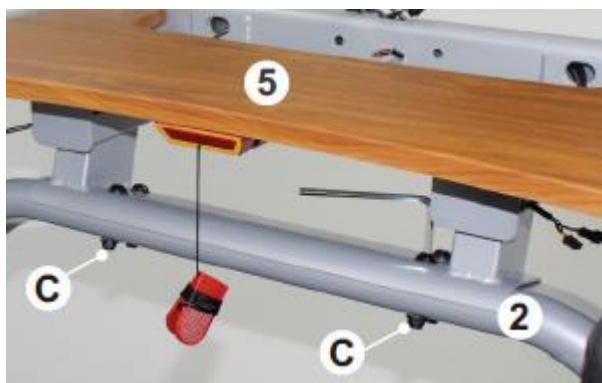
Požiadajte ďalšiu osobu o podržanie Stolíka (5) na Prednom ráme (2). Spojte kábel zo Stolíka (5) s káblom Predného rámu (2). Nadbytočný kábel zastrčte do Rámu (2).



KROK 11

Pomocou Skrutky (C) pripevnite Stoličku (5) k Prednému rámu (2).

Nepoškodte kábel a konektor.



KROK 12

Požiadajte ďalšiu osobu o podržanie Rukoväte – R (6). Spojte káble zo Stolíka (5) s káblami z Rukoväť (6). Nadbytočný kábel zastrčte do Rukoväte (6).

Nepoškodte kábel a konektor.



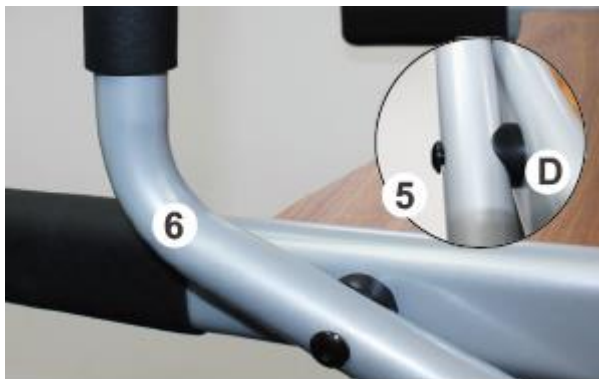
KROK 13

Upevnite Rukoväť (6) k Stolíku (5) pomocou Skrutky (E).



KROK 14

Pomocou Skrutky a Vložky (D) upevnite Rukoväť – R (6) k Stolíku (5). Opakujte na ľavej strane. Upevnite podľa KROKU 13.



KROK 15

Zapojte Napájací kábel (K) do zásuvky na Hlavnom ráme (1).



KONZOLA



Rýchlosť, Sklon (speed, incline, running mode)	0,8 – 12 km/h, úroveň (level) 0 – 15
Rýchlosť, Sklon (speed, incline, climbing mode)	0,8 – 6 km/h, úroveň (level) 15 – 40
Running mode (beh po rovine)	12 prednastavených úrovní 1 – 3 3 ciele: Čas (time), Vzdialenosť (distance), Kalórie (calories) - HRR program (HRR) (E, M, T, A, I) 0,8 – 10 km/h, úroveň (level) 0 – 15 - Tuk (fat)
Climbing mode (beh do kopca)	5 prednastavených programov 3 ciele: Čas (time), Vzdialenosť (distance), Kalórie (calories) - HRR program (HRR) (E, M, T, A, I) 0,8 – 4 km/h, úroveň (level) 15 - 40 - Tuk (fat)
Pôvodné hodnoty (default values)	Pohlavie / Muž, Vek / 30, Výška / 170 cm, Hmotnosť / 70 kg, Čas / 30 minút, Pokojová srdcová frekvencia / 72 BPM. Cieľová vzdialenosť / 1,0 KM, cieľové kalórie /10 Kcal, cieľový čas / 30 minút.

FUNKCIE

1	Tep (pulse)	A. Tep (heartbeat) 0 – 200 bpm (úderov za minútu) B. Telesná stavba (body type) 1-5 C. Tep v kľúde
2	Kalórie (calories)	A. Kalórie (calories) 10 – 999 Kcal B. Výška (height) 50 – 250 cm
3	Počet krokov (step)	A. Počet krokov (Step count) B. BMR
4	Vzdialenosť (distance)	A. Vzďialenosť (distance) 0 – 99,9 km B. Spálené kalórie % (FAT%)
5	Program (program)	A. Beh po rovine (Running mode) 1 – 12 Beh do kopca (Climbing mode) 1 – 5 B. BMI C. U0 – U3
6	Pohlavie (gender)	Muž / žena (male / female)
7	Sklon (incline)	A. Beh po rovine (Running mode) – úroveň (level) 1 – 15 Beh do kopca (Climbing mode) – úroveň (level) 15 – 40 B. Vek (age) – 10 – 99, prednastavená hodnota 30 C. Obťažnosť (difficulty) 1-3
8	Čas (time)	00:00 – 99:59
9	Rýchlosť (speed)	A. Beh po rovine (Running mode) 0,8 – 12 km/h Beh do kopca (Climbing mode) 0,8 – 6 km/h B. Hmotnosť: 20 – 140 kg
10	Jednotka rýchlosti (speed unit)	KM / míle
11	Graf (Dot matrix)	bodový graf 16 x 29

TLAČIDLÁ

1	Beh do kopca (climb mode)	Rýchly výber sklonu
2	Sklon (incline) 	A. Nastavenie dát (setting data). B. Výber prednastaveného programu a záťaže. C. Nastavenie sklonu. D. Výber profilu U0 – U3. U0: vhodné pre hostí, neukladá dáta. U1 – U3 – ukladá dáta. Dáta môžu byť zmazané podržaním tlačidla ENTER po dobu 3 sekúnd.
3	Ukludnenie (cooldown) 	Po stlačení okamžite zníži rýchlosť a sklon. Opakovaným stlačením sa vráti program na pôvodné hodnoty.

4	Beh do kopca (climbing mode) 	Pre tréning behu do kopca.
5	ŠTART 	Pre zapnutie, alebo prebudenie z režimu spánku.
6	STOP 	Dočasné zastavenie, podržte po dobu 3 sekúnd pre vynulovanie.
7	Beh po rovine (running mode) 	Pre tréning behu po rovine.
8	ENTER 	Potvrďte zadané dáta.
9	Rýchlosť (speed) 	A. Nastavenie dát. B. Výber prednastaveného programu a záťaže. C. Nastavenie rýchlosti.
10	E, M, T, A, I	Pre tréning HRR programu (HRR) E – najnižšia, I – najvyššia srdcová činnosť.
11	Okruh (lap)	Každý bod znázorňuje 10 metrov, jeden okruh je 500 metrov. Nastaviteľná hodnota 0 – 99.
12	USB konektor	Na ľavej spodnej strane je USB konektor pre dobíjanie tabletu a telefónu.

POUŽITIE

Pre začiatok tréningu si vyberte Beh po rovine (running mode) alebo Beh do kopca (climbing mode).

Po výbere môžete program zapnúť pomocou START tlačidla alebo si vyberte profil U0 – U3 pomocou tlačidiel pre nastavenie sklonu.

RÝCHLY ŠTART (QUICK START)

Stlačte tlačidlo START. Nastavte sklon (Beh po rovine 0 – 15, Beh do kopca 15 – 40) a rýchlosť (0,8 – 12 km/h). Zobrazí sa Lap 00 na ľavej strane a na pravej strane začne blikať bod. Jeden bod reprezentuje 10 m. 1 kruh je 500 m. Akonáhle sa číslo z 00 zmení na 01, znamená to, že ste ubehli 500 metrov.

NASTAVENIE PROGRAMU (PROGRAM OPERATION)

1. Pomocou tlačidiel pre nastavenie sklonu vyberte profil U0 – U3.
2. Stlačte ENTER a pomocou tlačidiel pre úpravu rýchlosti vyberte pohlavie (gender), nastavte výšku (height), hmotnosť (weight) a tep v kľude (RHR).
3. Pomocou tlačidla ENTER potvrdíte.
4. Stlačte START, vyberte si pomocou tlačidiel pre nastavenie rýchlosti alebo sklonu prednastavený program, cieľ alebo HRR program.

PREDNASTAVENÉ PROGRAMY (PRESET PROGRAMS)

1. Pomocou tlačidiel pre nastavenie sklonu alebo rýchlosti vyberte program P1 – P12 (P1 – P5 pre beh do kopca).
2. Potvrdíte tlačidlom ENTER, začne blikať L1. Pomocou tlačidiel pre nastavenie sklonu alebo rýchlosti vyberte L1 – L3. Pre beh do kopca nie je možné nastaviť úroveň obťažnosti.
3. Potvrdíte tlačidlom ENTER, začne blikať prednastavená hodnota 30. Pomocou tlačidiel pre nastavenie sklonu alebo rýchlosti vyberte dobu tréningu.
4. Stlačte START

Ďalšie informácie o prednastavených programoch sú uvedené nižšie v manuály.

CIEĽOVÝ PROGRAM (TARGET PROGRAM)

1. Pomocou tlačidiel pre nastavenie sklonu alebo rýchlosti vyberte vzdialenosť, čas alebo kalórie.
2. Stlačte ENTER a pomocou tlačidiel pre nastavenie sklonu alebo rýchlosti nastavte požadované hodnoty.
3. Pomocou START zapnete program.

HRR PROGRAM (HRR)

0,8 – 10 km/h, úroveň 0 – 15 pre beh na rovnom povrchu.

0,8 – 4 km/h, úroveň 15 – 40 pre beh do kopca.

1. Vyberte si E, M, T, A, I.
2. Potvrdíte pomocou ENTER a pomocou tlačidiel pre nastavenie sklonu alebo rýchlosti nastavte dĺžku tréningu.
3. Pomocou START zapnete program. Konzola bude detegovať srdcovú činnosť a upraví sklon a rýchlosť podľa srdcovej činnosti.

POZNÁMKY:

- Pre HRR program musíte mať hrudný pás alebo umiestnite dlane na detektory na rukovätiach.
- Pokiaľ je tep nižší, ako je zadaná hodnota, rýchlosť sa automaticky zvýši o 0,2 km/h. Pokiaľ je rýchlosť vyššia ako 10 km/h ale tep je stále nižší ako zadaná hodnota, navýši sa sklon o 1 úroveň. Pokiaľ je rýchlosť 10 km/h a sklon na 40. úrovni, ale srdcová činnosť nedosahuje zadané hodnoty, bude rýchlosť a sklon pokračovať na najvyššej úrovni.

- Pokiaľ je tep vyšší, ako je zadaná hodnota, rýchlosť sa automaticky zníži o 0,2 km/h. Pokiaľ je rýchlosť na najnižšej úrovni ale tep je stále vyšší ako zadaná hodnota, zníži sa sklon. Pokiaľ je rýchlosť i sklon na najnižšej úrovni, pás sa automaticky zastaví.
- Pokiaľ nie je tep detegovaný po dobu 20 sekúnd, pás sa zastaví a zobrazí NO PULSE.
- Výpočet tepu:

Intenzita	HRR %
E	59 – 75 %
M	74 – 84 %
T	84 – 88 %
A	88 – 95 %
I	95 – 100 %

RHR – tep počas kľudu, MHR – maximálny tep, HRR rozdiel medzi odpočinkovým tepom a maximálnym tepom

Výpočet: $(MHR - RHR) \times HRR \% + RHR$

MHR = pre muža 220 - vek

Pre ženy 226 - vek

Pre čo nepresnejšie meranie tepu počas kľudu, odporúčame tep merať ráno po dobu 3 minút.

VAROVANIE: Program pre meranie tepu je iba orientačný a neslúži pre lekárske účely!

- Medzi behom po rovine a do kopca môžete ľubovoľne prepínať pomocou rýchleho výberu.
- Zmena E, M, T, A, I (E – najnižšia, I – najvyššia záťaž)

Nízka na vyššiu záťaž – rýchlosť a sklon zostanú rovnaké. HR sa navýši.

Vyššia na nižšiu záťaž – rýchlosť a sklon sa znížia o 50 %, HR sa zníži na nižšiu úroveň.

- Pokiaľ je prevádzka zastavená na 20 min, pás sa vypne.
- Pokiaľ je zapnutý program, ale nie je detegovaný používateľ po dobu 3 min, pás sa zastaví. Po ďalších 20 min sa vypne.
- Pokiaľ je stroj v pohotovostnom režime a nie je vykonaná žiadna akcia po dobu 5 min, konzola prejde do hibernácie. Pomocou tlačidla START ju opäť zapnete.

PROGRAM PRE MERANIE TUKU (FAT PROGRAM)

1. Pomocou tlačidiel pre nastavenie sklonu alebo rýchlosti vyberte FAT program.
2. Stlačte ENTER a potom START. Po 12 sekundách konzola zobrazí BMI, BMR, FAT% a BODY TYPE.

VAROVANIE: Všetky dáta sú iba orientačné a neslúžia pre lekárske účely!

BMI

Je všeobecné porovnanie telesnej hmotnosti.

Výpočet: hmotnosť (KG) : výška (M)

Podvýživa	BMI < 18.5
Ideálna	$18,5 \leq \text{BMI} < 25$
Nadváha	$25 \leq \text{BMI} < 30$
Obezita prvého stupňa	$30 \leq \text{BMI} < 35$
Obezita druhého stupňa	$35 \leq \text{BMI} < 40$

Obezita tretieho stupňa	40 ≤ BMI
-------------------------	----------

BMR (PASÍVNE METABOLICKÉ SPALOVANIE)

Zobrazuje pasívne spaľovanie kalórií metabolizmom.

Výpočet:

$$\text{Muž} = 66 + (13,7 \times \text{hmotnosť kg}) + (5 \times \text{výška cm}) - (6,8 \times \text{vek})$$

$$\text{Žena} = 65 + (9,6 \times \text{hmotnosť kg}) + (1,7 \times \text{výška cm}) - (4,7 \times \text{vek})$$

BODY TYPE

1	Podvýživa
2	Chudý
3	Normálny
4	Nadváha
5	Obezita

% TUKU V TELE

Muž	10-20 %	Normálny
	20 – 25 %	Nadváha
	viac ako 25 %	Obezita

Žena	15 – 25 %	Normálny
	25 – 35 %	Nadváha
	viac jak 35 %	Obezita

UKLUDNENIE (COOL DOWN MODE)



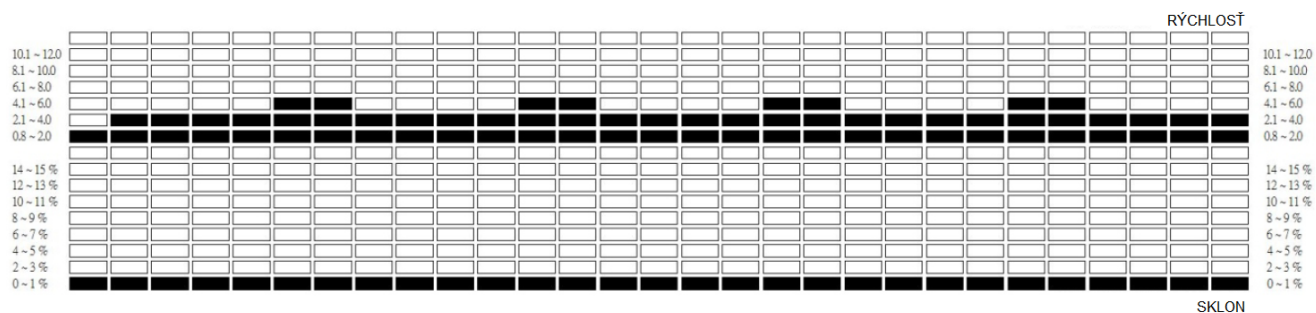
- Po stlačení tlačidla pre Ukľudňovaciu fázu sa náklon zníži na minimum a rýchlosť na 2 km/h.
- Čas, kalórie a vzdialenosť sa stále budú počítať.
- Opätovné stlačenie navráti program na pôvodné hodnoty rýchlosti a sklonu.

Poznámka: Počet krokov sa počíta iba pokiaľ máte zapnutý mód Behu po rovine. Údaje sa menia po každej zmene módu.

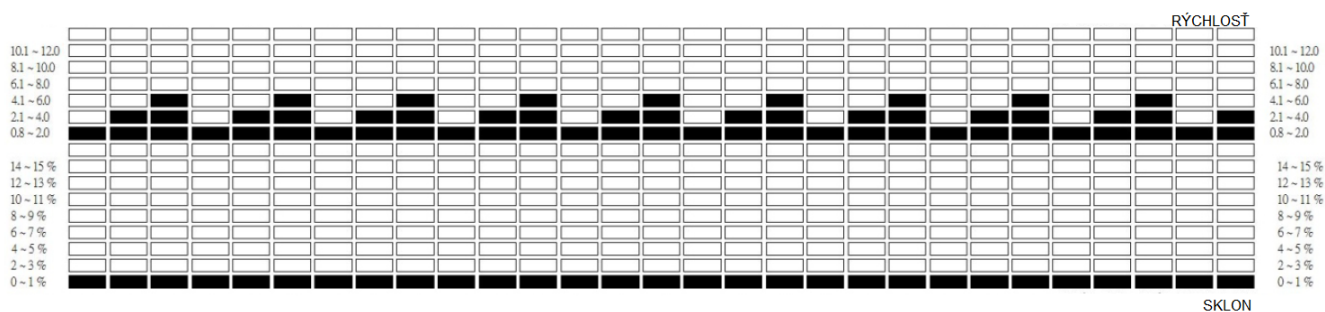
PREDNASTAVENÉ PROGRAMY

BEH PO ROVINE (RUNNING MODE)

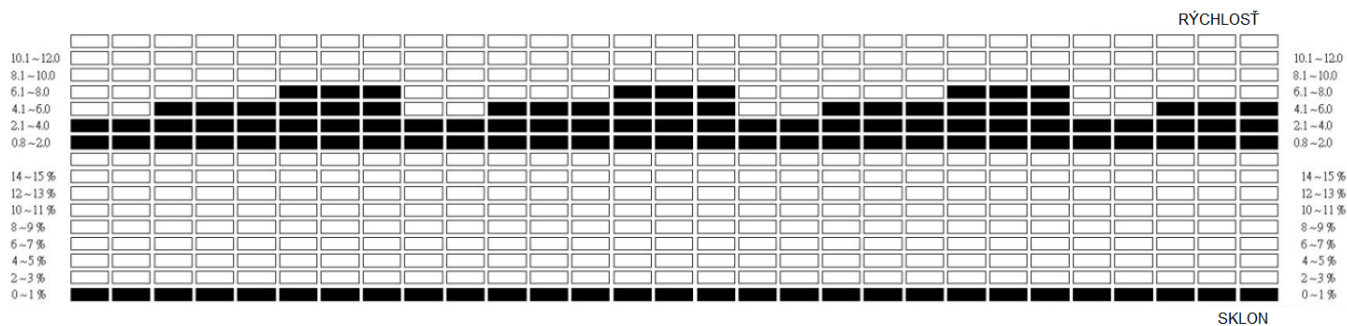
P1



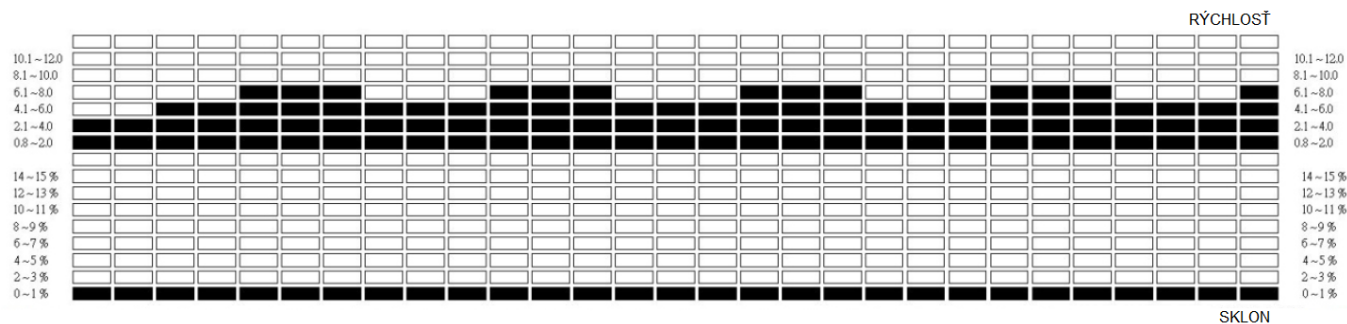
P2



P3



P4

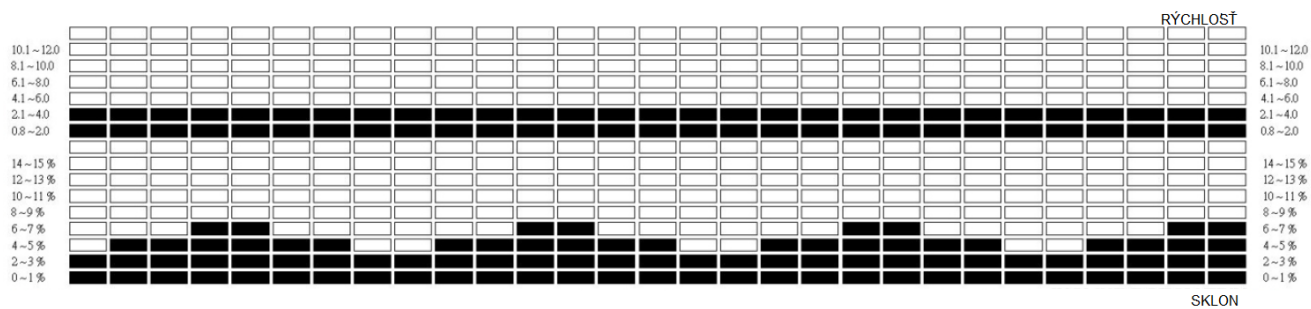


Rýchlosť úrovne 1	P1		P2		P3		P4	
	Rýchlosť km/h	Sklon	Rýchlosť km/h	Sklon	Rýchlosť km/h	Sklon	Rýchlosť km/h	Sklon
Interval 1	2,0	0	2,0	0	3,0	0	3,0	0
Interval 2	3,0	0	4,0	0	3,0	0	4,0	0
Interval 3	3,0	0	6,0	0	6,0	0	5,0	0
Interval 4	4,0	0	2,0	0	6,0	0	6,0	0
Interval 5	4,0	0	4,0	0	6,0	0	7,0	0
Interval 6	5,0	0	6,0	0	8,0	0	8,0	0
Interval 7	5,0	0	2,0	0	8,0	0	7,0	0
Interval 8	3,0	0	4,0	0	3,0	0	6,0	0
Interval 9	3,0	0	6,0	0	3,0	0	5,0	0
Interval 10	4,0	0	2,0	0	6,0	0	6,0	0
Interval 11	4,0	0	4,0	0	6,0	0	7,0	0
Interval 12	5,0	0	6,0	0	6,0	0	8,0	0
Interval 13	5,0	0	2,0	0	8,0	0	7,0	0
Interval 14	3,0	0	4,0	0	8,0	0	6,0	0
Interval 15	3,0	0	6,0	0	8,0	0	5,0	0
Interval 16	4,0	0	2,0	0	3,0	0	6,0	0
Interval 17	4,0	0	4,0	0	3,0	0	7,0	0
Interval 18	5,0	0	6,0	0	6,0	0	8,0	0
Interval 19	5,0	0	2,0	0	6,0	0	7,0	0
Interval 20	3,0	0	4,0	0	6,0	0	6,0	0
Interval 21	3,0	0	6,0	0	8,0	0	5,0	0
Interval 22	4,0	0	2,0	0	8,0	0	6,0	0
Interval 23	4,0	0	4,0	0	8,0	0	7,0	0
Interval 24	5,0	0	6,0	0	8,0	0	8,0	0
Interval 25	5,0	0	2,0	0	3,0	0	7,0	0
Interval 26	3,0	0	4,0	0	3,0	0	6,0	0
Interval 27	3,0	0	6,0	0	6,0	0	5,0	0
Interval 28	4,0	0	2,0	0	6,0	0	6,0	0
Interval 29	4,0	0	4,0	0	6,0	0	7,0	0

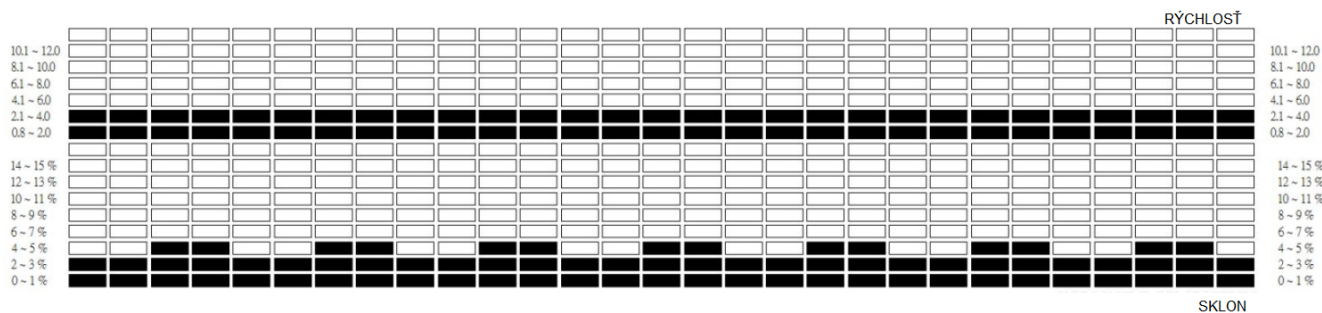
Úroveň 2 je závislá na Úrovni 1 ale rýchlosť je navýšená o 2 km/h, žiadna zmena v sklone.

Úroveň 3 je závislá na Úrovni 2 ale rýchlosť je navýšená o 2 km/h, žiadna zmena v sklone.

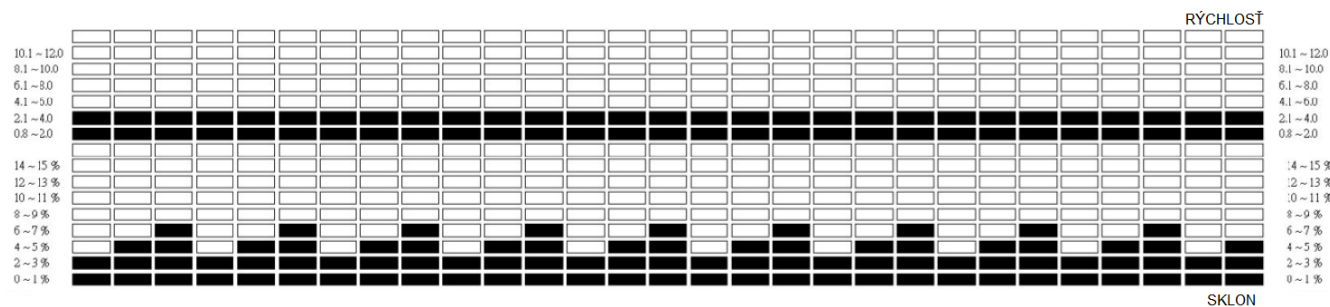
P5



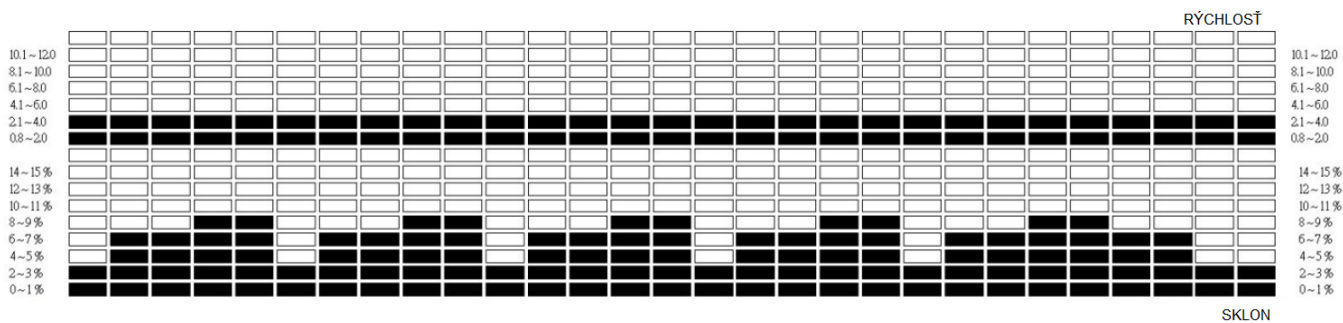
P6



P7



P8



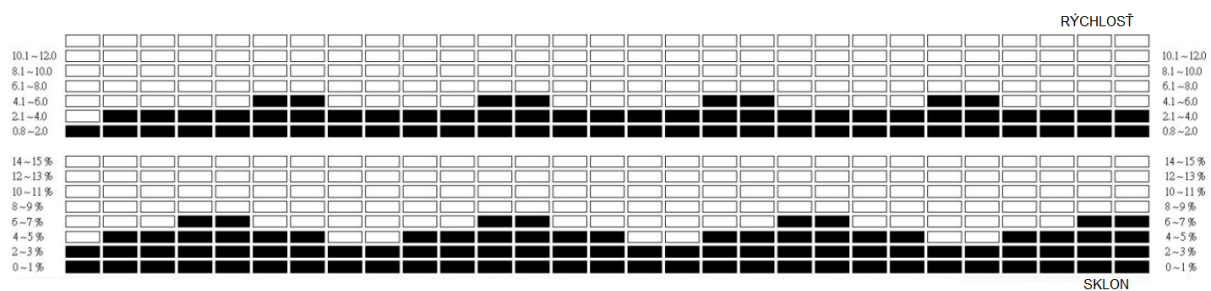
Sklon úroveň 1	P5		P6		P7		P8	
	Rýchlost' km/h	Sklon	Rýchlost' km/h	Sklon	Rýchlost' km/h	Sklon	Rýchlost' km/h	Sklon
Interval 1	4,0	Úroveň 2	4,0	Úroveň 2	4,0	Úroveň 2	4,0	Úroveň 2
Interval 2	4,0	4	4,0	3	4,0	4	4,0	6
Interval 3	4,0	4	4,0	4	4,0	6	4,0	6
Interval 4	4,0	6	4,0	5	4,0	2	4,0	8
Interval 5	4,0	6	4,0	2	4,0	4	4,0	8
Interval 6	4,0	4	4,0	3	4,0	6	4,0	3
Interval 7	4,0	4	4,0	4	4,0	2	4,0	6
Interval 8	4,0	2	4,0	5	4,0	4	4,0	6
Interval 9	4,0	2	4,0	2	4,0	6	4,0	8
Interval 10	4,0	4	4,0	3	4,0	2	4,0	8
Interval 11	4,0	4	4,0	4	4,0	4	4,0	3
Interval 12	4,0	6	4,0	5	4,0	6	4,0	6
Interval 13	4,0	6	4,0	2	4,0	2	4,0	6
Interval 14	4,0	4	4,0	3	4,0	4	4,0	8
Interval 15	4,0	4	4,0	4	4,0	6	4,0	8
Interval 16	4,0	2	4,0	5	4,0	2	4,0	3
Interval 17	4,0	2	4,0	2	4,0	4	4,0	6
Interval 18	4,0	4	4,0	3	4,0	6	4,0	6
Interval 19	4,0	4	4,0	4	4,0	2	4,0	8
Interval 20	4,0	6	4,0	5	4,0	4	4,0	8
Interval 21	4,0	6	4,0	2	4,0	6	4,0	3
Interval 22	4,0	4	4,0	3	4,0	2	4,0	6
Interval 23	4,0	4	4,0	4	4,0	4	4,0	6
Interval 24	4,0	2	4,0	5	4,0	6	4,0	8
Interval	4,0	2	4,0	2	4,0	2	4,0	8

25								
Interval 26	4,0	4	4,0	3	4,0	4	4,0	6
Interval 27	4,0	4	4,0	4	4,0	6	4,0	6
Interval 28	4,0	6	4,0	5	4,0	2	4,0	3
Interval 29	4,0	6	4,0	2	4,0	4	4,0	3

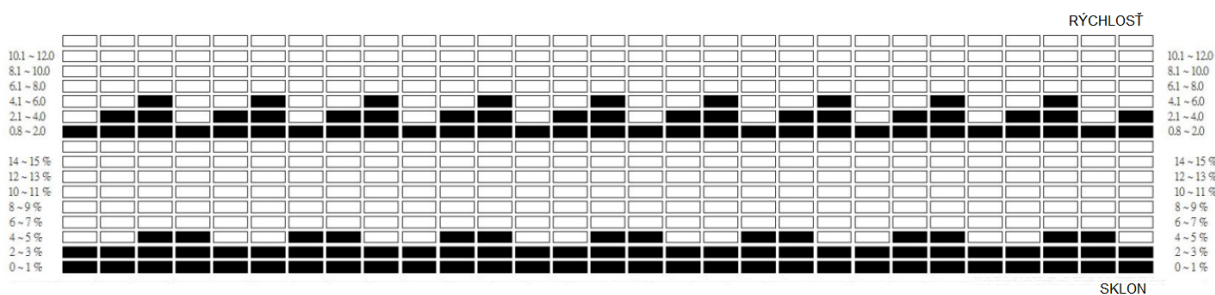
Úroveň 2 je závislá na Úrovní 1 ale sklon je navýšený o 1, žiadna zmena v rýchlosti.

Úroveň 3 je závislá na Úrovní 2 ale sklon je navýšený o 1, žiadna zmena v rýchlosti.

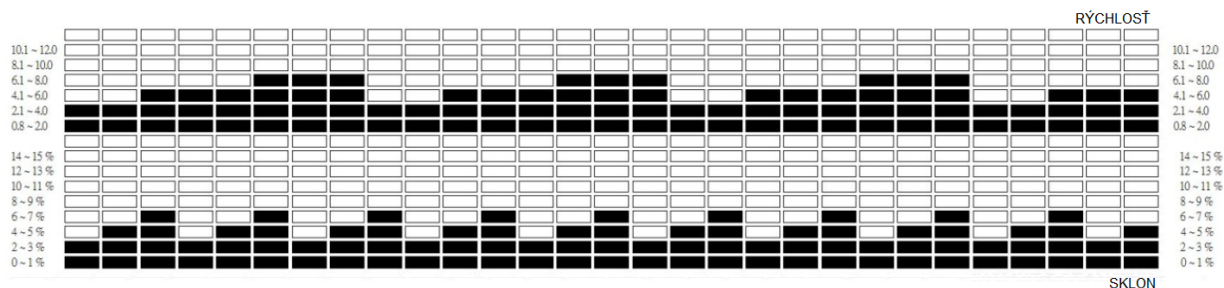
P9



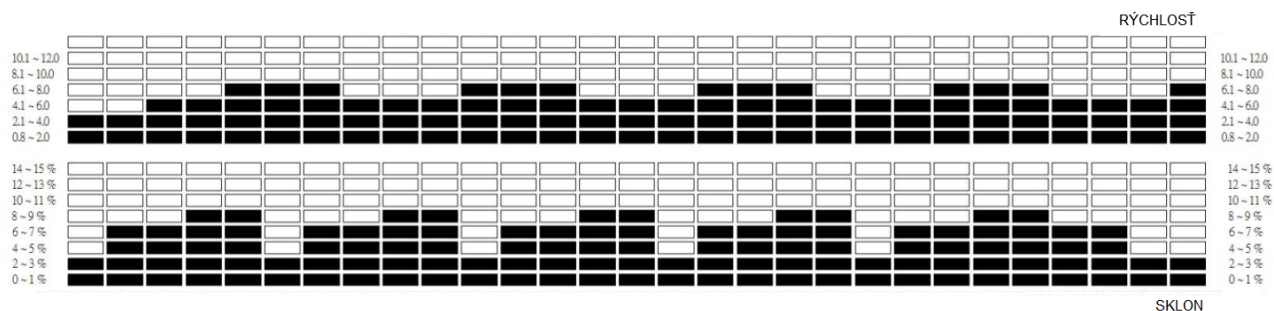
P10



P11



P12



Rýchlost' úroveň 1	P9		P10		P11		P12	
	Rýchlost' km/h	Sklon	Rýchlost' km/h	Sklon	Rýchlost' km/h	Sklon	Rýchlost' km/h	Sklon
Interval 1	2,0	Úroveň 2	2,0	Úroveň 2	3,0	Úroveň 2	3,0	Úroveň 2
Interval 2	3,0	4	4,0	3	3,0	4	4,0	6
Interval 3	3,0	4	6,0	4	6,0	6	5,0	6
Interval 4	4,0	6	2,0	5	6,0	2	6,0	8
Interval 5	4,0	6	4,0	2	6,0	4	7,0	8
Interval 6	5,0	4	6,0	3	8,0	6	8,0	3
Interval 7	5,0	4	2,0	4	8,0	2	7,0	6
Interval 8	3,0	2	4,0	5	8,0	4	6,0	6
Interval 9	3,0	2	6,0	2	3,0	6	5,0	8
Interval 10	4,0	4	2,0	3	3,0	2	6,0	8
Interval 11	4,0	4	4,0	4	6,0	4	7,0	3
Interval 12	5,0	6	6,0	5	6,0	6	8,0	6
Interval 13	5,0	6	2,0	2	6,0	2	7,0	6
Interval 14	3,0	4	4,0	3	8,0	4	6,0	8
Interval 15	3,0	4	6,0	4	8,0	6	5,0	8
Interval 16	4,0	2	2,0	5	8,0	2	6,0	3
Interval 17	4,0	2	4,0	2	3,0	4	7,0	6
Interval 18	5,0	4	6,0	3	3,0	6	8,0	6
Interval 19	5,0	4	2,0	4	6,0	2	7,0	8
Interval 20	3,0	6	4,0	5	6,0	4	6,0	8
Interval 21	3,0	6	6,0	2	6,0	6	5,0	3
Interval 22	4,0	4	2,0	3	8,0	2	6,0	6
Interval 23	4,0	4	4,0	4	8,0	4	7,0	6
Interval 24	5,0	2	6,0	5	8,0	6	8,0	8
Interval 25	5,0	2	2,0	2	3,0	2	7,0	8
Interval 26	3,0	4	4,0	3	3,0	4	6,0	6
Interval 27	3,0	4	6,0	4	6,0	6	5,0	6

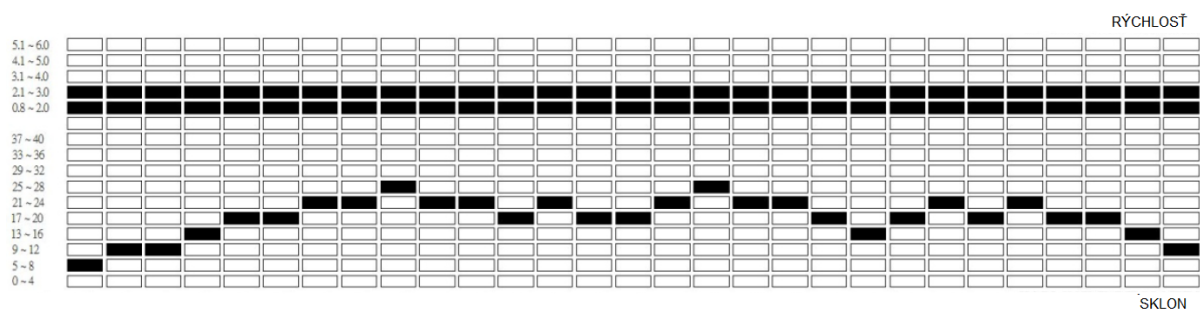
Interval 28	4,0	6	2,0	5	6,0	2	6,0	3
Interval 29	4,0	6	4,0	2	6,0	4	7,0	3

Úroveň 2 je závislá na Úrovní 1 ale sklon je navýšený o 1, a rychlost' o 2 km/h.

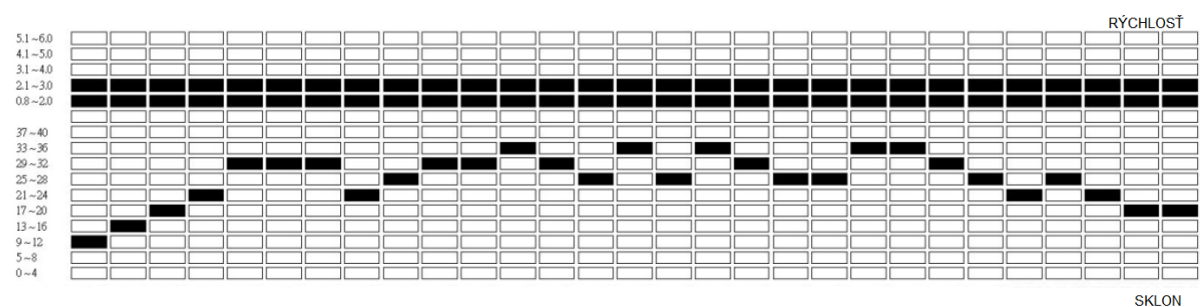
Úroveň 3 je závislá na Úrovní 2 ale sklon je navýšený o 1, a rychlost' o 2 km/h.

BEH DO KOPCA (CLIMBING MODE)

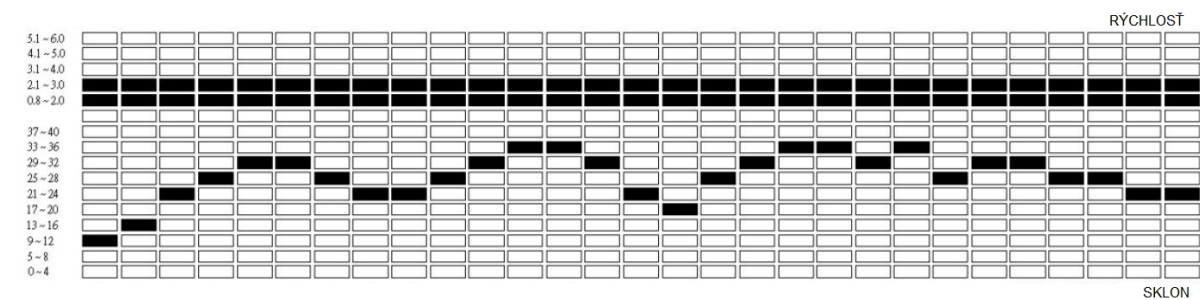
P1



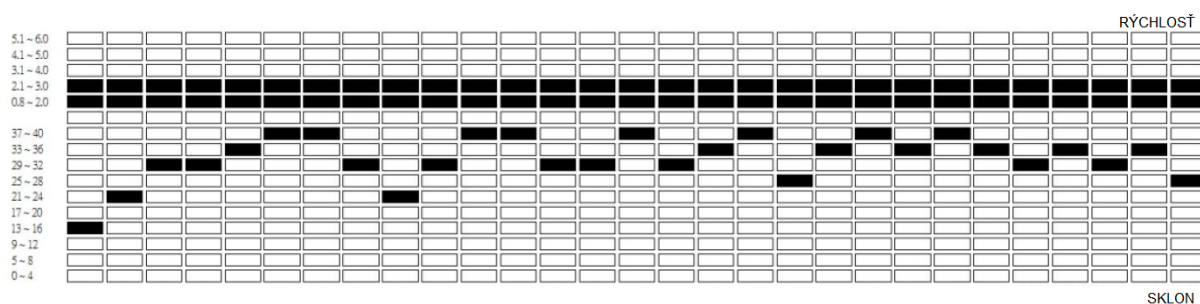
P2



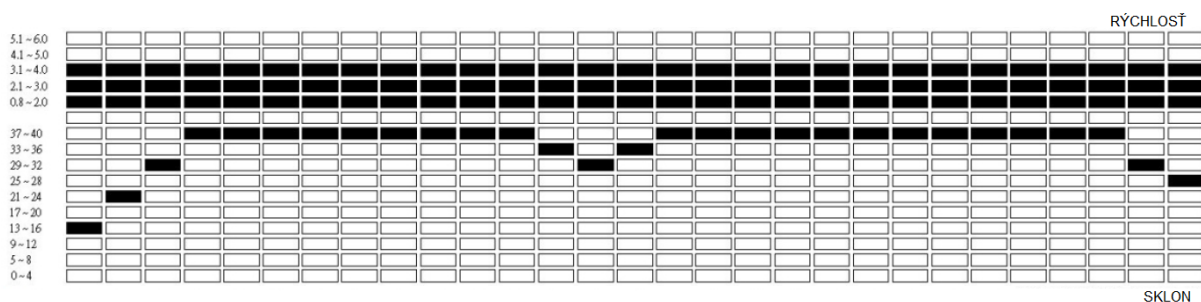
P3



P4



P5



Rýchlost' úroveň 1	P1		P2		P3		P4		P5	
	Rýchlost' km/h	Sklon	Rýchlost' km/h	Sklon	Rýchlost' km/h	Sklon	Rýchlost' km/h	Sklon	Rýchlost' km/h	Sklon
Interval 1	3,0	Úroveň 8	3,0	Úroveň 10	3,0	Úroveň 12	3,0	Úroveň 15	4,0	Úroveň 15
Interval 2	3,0	10	3,0	15	3,0	14	3,0	22	4,0	23
Interval 3	3,0	11	3,0	18	3,0	23	3,0	30	4,0	30
Interval 4	3,0	15	3,0	22	3,0	27	3,0	30	4,0	40
Interval 5	3,0	18	3,0	29	3,0	30	3,0	35	4,0	40
Interval 6	3,0	20	3,0	30	3,0	31	3,0	38	4,0	40
Interval 7	3,0	22	3,0	31	3,0	28	3,0	38	4,0	40
Interval 8	3,0	23	3,0	24	3,0	23	3,0	2	4,0	40
Interval 9	3,0	25	3,0	26	3,0	24	3,0	24	4,0	40
Interval 10	3,0	24	3,0	29	3,0	26	3,0	30	4,0	40
Interval 11	3,0	23	3,0	32	3,0	30	3,0	38	4,0	40
Interval 12	3,0	20	3,0	35	3,0	24	3,0	38	4,0	40
Interval 13	3,0	21	3,0	32	3,0	35	3,0	30	4,0	40
Interval 14	3,0	17	3,0	28	3,0	32	3,0	30	4,0	35
Interval 15	3,0	19	3,0	33	3,0	22	3,0	38	4,0	30
Interval 16	3,0	23	3,0	28	3,0	20	3,0	32	4,0	35
Interval 17	3,0	25	3,0	34	3,0	25	3,0	35	4,0	40
Interval 18	3,0	24	3,0	32	3,0	29	3,0	39	4,0	40
Interval 19	3,0	23	3,0	26	3,0	35	3,0	28	4,0	40
Interval 20	3,0	20	3,0	26	3,0	35	3,0	36	4,0	40

Interval 21	3,0	16	3,0	33	3,0	32	3,0	40	4,0	40
Interval 22	3,0	18	3,0	33	3,0	33	3,0	33	4,0	40
Interval 23	3,0	21	3,0	30	3,0	28	3,0	37	4,0	40
Interval 24	3,0	18	3,0	25	3,0	29	3,0	33	4,0	40
Interval 25	3,0	21	3,0	22	3,0	29	3,0	29	4,0	40
Interval 26	3,0	18	3,0	25	3,0	27	3,0	35	4,0	40
Interval 27	3,0	17	3,0	23	3,0	26	3,0	29	4,0	40
Interval 28	3,0	13	3,0	20	3,0	24	3,0	35	4,0	30
Interval 29	3,0	10	3,0	17	3,0	22	3,0	25	4,0	25

Pre vlastnú bezpečnosť neovládajte ostatné zariadenie ako TV, telefón alebo tablet.

PORUCHOVÉ SPRÁVY

E1 (ERROR 1)	Nie je signál z konzoly po dobu 7 sekúnd.
E6 (ERROR 6)	Nie je signál z motora sklonu.
E3 (ERROR 3)	Káble spájajúce konzolu a ovládaciu skrinku.
Zápach	Pokiaľ cítite zápach ukončíte prevádzku a kontaktujte dodávateľa.

PRESUN A VYROVNAVANIE

Na prednej strane Hlavného rámu sú 2 nastaviteľné skrutky.

1. Presun: Otočte skrutky v smere hodinových ručičiek.
2. Vyrovnanie: Otočte skrutky proti smeru hodinových ručičiek.

BEZPEČNÉ CVIČENIE

Pred cvičením sa poraďte s Vaším lekárom. Môže Vám odporučiť správnu frekvenciu a intenzitu cvičenia s ohľadom na Váš vek a zdravotný stav. Pokiaľ pri behu pocítite nevoľnosť, dýchavičnosť, nepravidelný tep, pnutie na hrudi alebo inú anomáliu, okamžite prestaňte cvičiť. Pred prípadným ďalším cvičením sa poraďte s lekárom. Pokiaľ používate zariadenie častejšie, môžete si zvoliť medzi chôdzou a behom. Pokiaľ si nie ste istí najvhodnejšou rýchlosťou, riadte sa nasledujúcimi údajmi:

Rýchlosť 1 – 3.0 km/h ľudia so slabšou telesnou konštrukciou

Rýchlosť 3.0 – 4.5 km/h menej pohybovo zdatní jedinci

Rýchlosť 4.5 – 6.0 km/h ľudia zvyknutí na klasickú chôdzu

Rýchlosť 6.0 – 7.5 km/h ľudia s rýchlou chôdzou

Rýchlosť 7.5 – 9.0 km/h jogging

Rýchlosť 9.0 – 12.0 km/h stredne rýchli bežci

Rýchlosť 12.0 – 14.5 km/h skúsení bežci

Rýchlosť nad 14.5 km/h profesionálni bežci

POZOR:

- Chodci by si mali zvoliť rýchlosť 6 km/h alebo nižšiu.
- Bežci by si mali zvoliť rýchlosť 8 km/h alebo vyššiu.

PRED ZAHÁJENÍM CVIČENIA

PRÍPRAVA

Prosím, konzultujte svoj zdravotný stav s lekárom ešte pred cvičením, zvlášť pokiaľ spadáte do vekovej kategórie nad 45 rokov alebo pokiaľ máte zdravotné problémy.

Skôr ako sa na pás postavíte, vyskúšajte si, ako sa stroj ovláda. Predovšetkým sa správne naučte stroj spúšťať a zastavovať. Venujte pozornosť taktiež ovládaniu rýchlostí. Všetko opakujte, dokým si na ovládanie nezvyknete. Potom sa postavte na protišmykové bočné lišty pásu a chopte sa oboma rukami rukovätí. Navoľte rýchlosť medzi 1,6 – 3,2 km/h, teda nižšiu rýchlosť, postavte sa rovno, pozerajte sa dopredu a skúste sa na pás postaviť najskôr jednou nohou. Až potom na pás stúpnete i druhou nohou a začnete cvičiť. Ako náhle si na pás zvyknete, môžete pomaly zvýšiť rýchlosť na 3 – 5 km/h a udrzte ju po dobu 10 minút. Potom zariadenie pomaly zastavte.

CVIČENIE

Najskôr sa naučte stroj ovládať. Dobré si zapamätajte, ako pás rozbehnúť, zastaviť a ako usmerniť rýchlosť. Akonáhle si na ovládanie zvyknete, skúste na páse ubehnúť 1 km stabilnou rýchlosťou a

pokúste sa vylepšiť čas. Malo by Vám to zabráť cca 15 – 25 minút. Potom skúste ubehnúť 1 km pri rýchlosti 4,8 km/h (doba trvania cca 12 minút). Cvičenie niekoľkokrát opakujte. Potom si môžete zvýšiť rýchlosť a uhol stúpania na dobu 30 minút. Tento postup Vám zaručí kvalitné cvičenie. Neponáhľajte. Pamätajte, že cvičením si zlepšujete zdravie a že by pre Vás malo byť zábavou.

FREKVENCIA

Optimálna frekvencia cvičenia je 3 – 5 krát týždenne po 15 – 60 minútach. Odporúčame si najskôr urobiť harmonogram a toho sa držať. Neodporúčame zvyšovať stúpanie počas začiatkovej fázy cvičenia. Zvyšovanie sklonu použite až vtedy, keď budete chcieť zvýšiť intenzitu tréningu.

PRÍPRAVA A SPAĽOVANIE KALÓRIÍ

Ak chcete ušetriť čas, je najlepšie cvičiť 15 – 20 minút. Zahrievacia fáza by mala trvať okolo 2 minút za rýchlosti 4,8 km/h. Potom by malo dôjsť k zvýšeniu rýchlosti na 5,3 a následne 5,8 km/h, vždy po dvoch minútach. Potom vždy každé 2 minúty pridávajte 0,3 km/h, dokým sa Vám nezrýchli dych. Pozor, dýchanie nesmie byť namáhavé. Pokračujte v behu uvedenou rýchlosťou. Pokiaľ zaznamenáte problémy s dychom, znížte rýchlosť na 0,3 km/h. Nakoniec si ponechajte 4 minúty na pozvoľné zmiernenie rýchlosti. Pokiaľ by sa Vám zvyšovanie náročnosti pomocou rýchlosti zdalo nedostatočné, môžete zvýšiť náročnosť úpravou sklonu. Pozvoľné zvyšovanie uhlu sklonu môže významne ovplyvniť náročnosť cvikov.

METÓDA SPAĽOVANIA KALÓRIÍ - Toto cvičenie napomáha rýchlejšiemu páleniu kalórií. Najskôr cvičte po dobu 5 minút pri rýchlosti 4 – 4,8 km/hod a potom každé 2 minúty vždy o 0,3 km/hod zrýchľujte. Pokúste sa vytrvať po dobu 45 minút. Pre zvýšenie intenzity sa môžete pokúsiť vydržať cvičiť zhruba hodinu. Počas cvičenia môžete sledovať televíziu. Akonáhle začne reklama, pridajte 0,3 km/h a až skončí, vráťte sa na pôvodnú rýchlosť. Počas reklám teda dôjde k väčšej spotrebe kalórií. Ku koncu cvičenia 4 minúty spomaľujte.

ODEV

Pre cvičenie zvolte pár dobrých topánok neobmedzujúcich pohyb. Počas cvičenia nič nepokladajte na bežecký pás alebo do medzier zariadenia. Zabráňte tak prípadnému opotrebeniu a poškodeniu zariadenia. Obliekajte sa pohodlne.

ZAHRIEVACIE FÁZY

Pred cvičením je dobré vykonať zahrievacie cviky. Zahriate svalstvo je pružnejšie. Venujte precvičeniu 5 – 10 minút. Základné zahrievacie cviky nájdete v tabuľke.



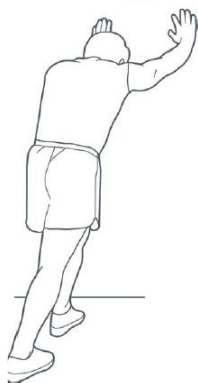
Predklon

Mierne prehnite kolená a predkloňte sa. Povoľte chrbát a ramená. Snažte sa dosiahnuť na prsty pri nohách. Vydržte 10 – 15 sekúnd a trikrát opakujte.



Pretiahnutie stehien

Posaďte sa na rovnú podlahu. Jednu nohu narovnajte a druhú prikrčte a pritiahnite k tej prvej. Snažte sa dosiahnuť na prsty natiahnutej nohy. Vydržte 10 – 15 sekúnd. Potom sa uvoľnite. Opakujte s oboma nohami trikrát.



Pretiahnutie lýtok a Achillových šliach

Oprite sa rukami o stenu alebo o strom a jednu nohu natiahnite dozadu. Nohu zachovajte napnutú a pätu držte pevne na zemi. Tlačte na stenu alebo na strom. Vydržte v tejto polohe 10 – 15 sekúnd. Opakujte trikrát pri každej nohe.



Pretiahnutie štvorhlavého stehenného svalu

Pravou rukou sa chyťte steny alebo stola, aby ste udržali rovnováhu. Potom natiahnite ľavú ruku dozadu, chyťte sa za členok a tlačte nohu smerom k zadku. Pokračujte, dokým neucítite napätie v stehenných svaloch. Vydržte 10 – 15 sekúnd. Opakujte trikrát pri každej nohe.



Pretiahnutie krajčírskoho svalu

Posadte sa tak, aby ste mali podrážky oproti sebe a kolená aby smerovali von. Chodidlá tlačte v smere triesel. Vydržte 10 – 15 sekúnd. Opakujte trikrát.

ÚDRŽBA

Pred každým použitím bežeckého pásu vykonajte vizuálnu kontrolu bežeckého pásu, pri poškodení bežecký pás nepoužívajte. Skontrolujte utiahnutie všetkých skrutkových spojov, v prípade potreby skrutkové spoje utiahnite. Skontrolujte stav namazania bežeckého pásu, medzi bežeckou plochou a bežeckou doskou. Po celej ploche bežeckej dosky sa musí nachádzať jemný olejový film. V prípade potreby namažte silikónovým olejom určeným na mazanie bežeckých pásov.

VAROVANIE: Pred údržbou sa uistite, že je zariadenie vytiahnuté z elektriny.

1. ČISTENIE (Celkové čistenie uľahčí používanie a predĺži životnosť zariadenia.)

Zariadenie pravidelne zbavujte prachu. Venujte pozornosť obom bočným lištám pásu. Zabráňte tým prenikaniu nečistôt do priestoru pod pás. Na pás nevstupujte v špinavej obuvi a neukladajte na pás nič, čo by mohlo spôsobiť jeho znečistenie alebo poškodenie. Povrch pásu čistite handričkou namočenú v čistiacom prostriedku neobsahujúci alkohol. Zabráňte prieniku tekutiny k elektrickým komponentom alebo priamo pod pás.

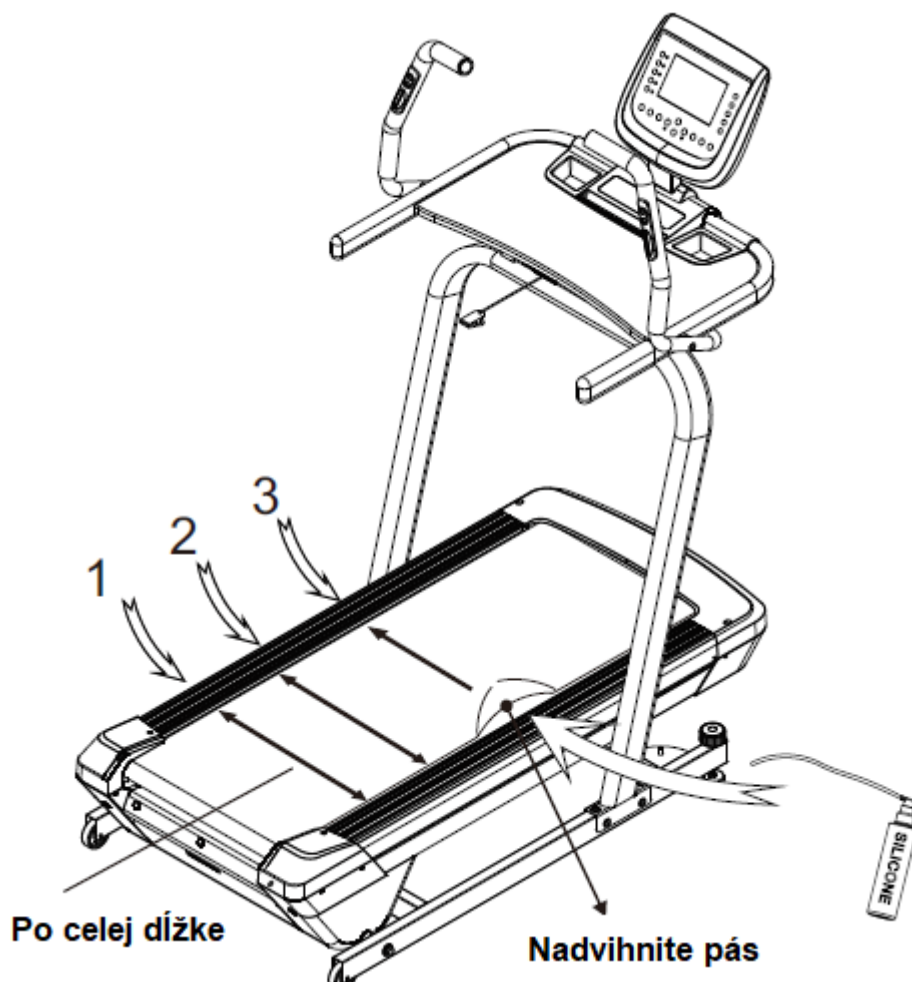
VAROVANIE: Pred odklopením veka motora vypnite zariadenie z elektriky. Aspoň raz ročne vysajte priestor pod krytom motora.

2. MAZANIE (Bežecký pás a špeciálny silikónový olej motorového bežeckého pásu.)

Bežecský pás a bežecská doska boli vopred namazané. Trenie pásu o bežecskú dosku môže mať veľký vplyv na životnosť zariadenia. Preto odporúčame pravidelné mazanie. Taktiež odporúčame priebežnú kontrolu bežeckej dosky. Pokiaľ spozorujete opotrebenie, kontaktujte zákaznícky servis.

Odporúčané mazanie bežecského pásu a bežeckej dosky:

- Pás je potrebné pred každým použitím skontrolovať, v prípade potreby namazať. Medzi bežecskou plochou a bežecskou doskou musí byť neustále jemný olejový film. Vždy používajte iba silikónové oleje určené na mazanie bežecských pásov.



Po 180 km sa zobrazí upozornenie. Po stlačení akéhokoľvek tlačidla oznámenie zmizne, ale objaví sa po každom zapnutí prístroja. Pomocou tlačidiel ŠTART a RÝCHLOSŤ – správu odstránite.

ZÁKLADY ÚDRŽBY

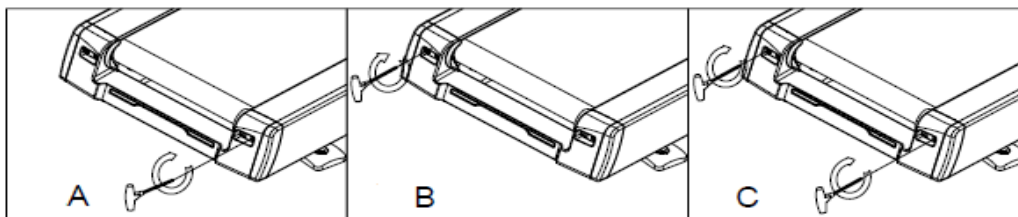
- Aby sa predĺžila životnosť zariadenia, odporúčame pás vypnúť najmenej na 10 minút vždy po dvoch hodinách používania.
- Nedotiahnutý alebo príliš voľný bežecský pás môže negatívne ovplyvniť Váš beh a taktiež môže spôsobiť rýchlejšie opotrebenie súčiastok prístroja. Ideálne je napnúť pás tak, aby sa pás dal vytiahnuť nad dosku do výšky 50 – 75 mm.

SPRÁVNE NAPNUTIE A VYCENTROVANIE PÁSU A REMEŇA

Pre zaistenie správneho chodu zariadenia a jeho maximálnu efektivitu je potrebné pás správne vycentrovať a napnúť. Položte pás na rovnú zem a rozbehnite ho rýchlosťou 6 – 8 míľ/hod. Pozorujte, či pás beží rovno. Pokiaľ pás vybočuje vpravo, zastavte zariadenie a vytiahnite bezpečnostný kľúč. Potom pootočte pravou regulačnou skrutkou o ¼ otočky v smere hodinových ručičiek. Vložte

bezpečnostný kľúč späť, zapnite stroj a nechajte ho bežať. Pokiaľ ani teraz nebeží úplne rovno, opakujte postup, dokým sa pás nevycentruje.

- **Obr. A** – Pokiaľ pás vybočuje vľavo, vypnite zariadenie a vytiahnite bezpečnostný kľúč. Otočte ľavou regulačnou skrutkou o $\frac{1}{4}$ otáčky v smere hodinových ručičiek. Potom zariadenie opäť zapnite a nechajte bežať. Postup opakujte, dokým sa pás nedostane do strednej polohy.
- **Obr. B** – Po vycentrovaní sa pás môže časom opäť vychýliť a bude potrebovať opätovné nastavenie. Vypnite zariadenie a vyberte bezpečnostný kľúč. Otáčajte pravou i ľavou regulačnou skrutkou o $\frac{1}{4}$ otáčky v smere hodinových ručičiek. Potom sa na pás postavte a skontrolujte jeho napnutie. Postup opakujte tak dlho, dokým pás nemá správnu polohu (**Obr. C**).



UTIAHNUTIE PÁSU A REMEŇA

Počas používania dochádza taktiež k uvoľneniu hnacieho remeňa. Raz za čas je potrebné ho upraviť. Príliš voľný remeň sa dá poznať takto: pokiaľ na rozbehnutom páse pociťujete krátke oneskorenie v pohybe, keď na ňom došliapnete, znamená to, že je remeň alebo pás príliš voľný. Odskrutkujte štyri skrutky krytu motora a rozbehnite pás rýchlosťou 1 km/h aby ste bezpečne určili, ktorá časť je voľná. Postavte sa na pás a pevne uchopte penové rukoväte. Potom sa snažte nohami zatlačiť na pás viac, ako je bežné. Odporúčame použiť celú telesnú hmotnosť.

- Pokiaľ sa pôsobením hmotnosti pás nezastaví, potom ani remeň ani bežecký pás nepotrebujú dotiahnuť.
- Pokiaľ sa bežecký pás zastaví, ale súčasne beží predný valec, znamená to, že je bežecký pás iba mierne uvoľnený. Pre väčšiu bezpečnosť je nutné ho dotiahnuť podľa návodu spomínaného v predchádzajúcich kapitolách.
- Pokiaľ po stlačení prestane bežať pás i predný valec, ale motor stále beží, znamená to, že je uvoľnený remeň motora. Je nutné ho správne napnúť.
- Napnutie pásu upravte otočením skrutiek v smere hodinových ručičiek.

SKLADOVANIE

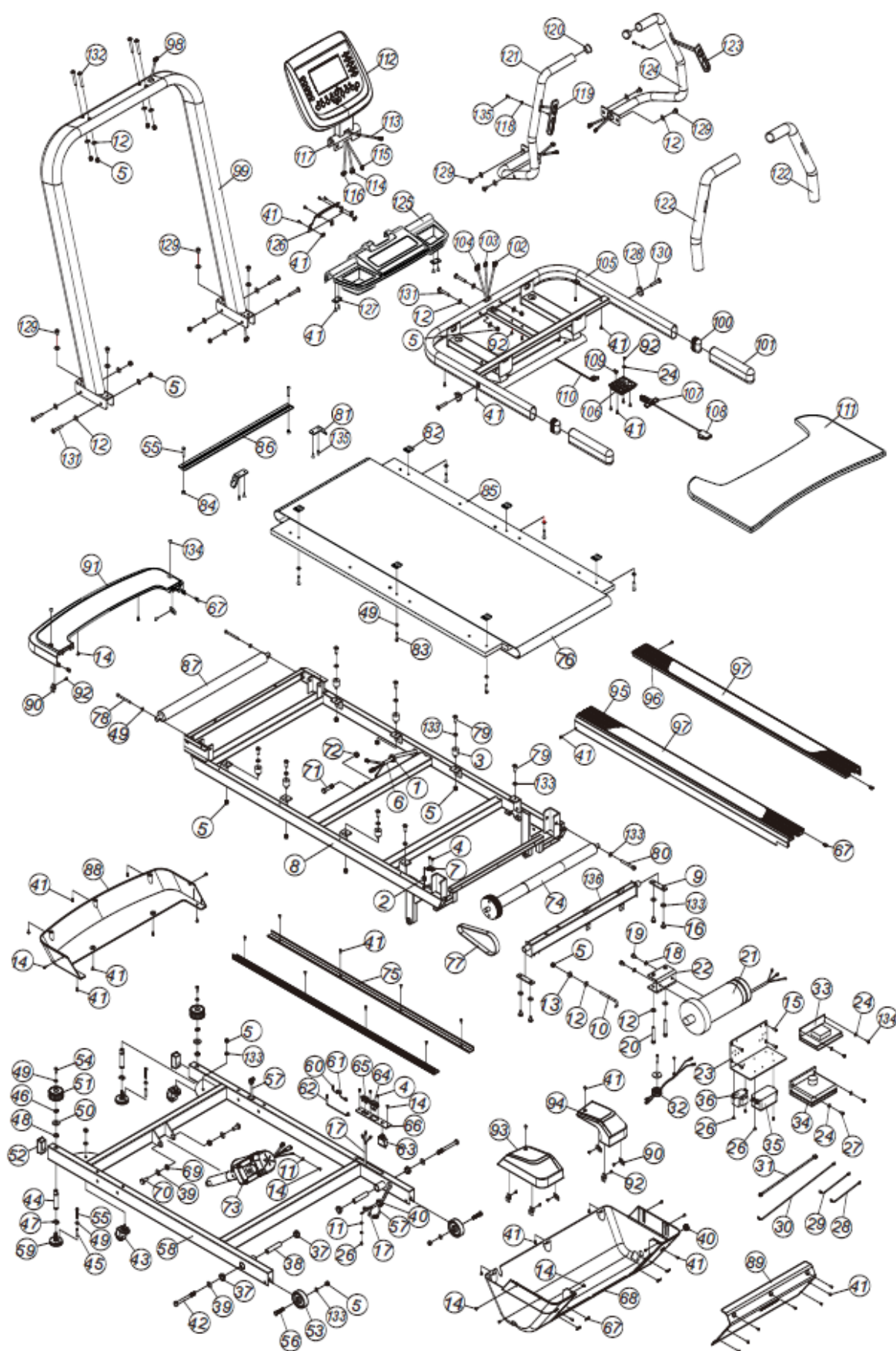
Uchovávajte bežecký pás v čistom a suchom prostredí. Uistite sa, že hlavný vypínač je vypnutý a že stroj nie je zapojený do elektriny.

DÔLEŽITÉ UPOZORNENIA

- Tento prístroj zodpovedá štandardným bezpečnostným predpisom a je vhodný iba pre domáce využitie. Akékoľvek iné používanie je zakázané a môže byť pre používateľa nebezpečné. Za akúkoľvek ujmu spôsobenú nesprávnym a zakázaným zaobchádzaním so strojom nie sme zodpovední.
- Predtým, ako začnete s tréningom na bežeckom páse, poraďte sa so svojím lekárom. Lekár by mal posúdiť, či ste fyzicky spôsobilí stroj používať a akú námahu ste schopný podstúpiť. Nesprávne cvičenie alebo prepínanie organizmu môže uškodiť Vášmu zdraviu.
- Starostlivo si prečítajte nasledujúce rady a pokyny k cvičeniu. Pokiaľ pociťujete počas cvičenia bolesť, nevoľnosť, zle sa Vám dýcha alebo máte nejaké iné zdravotné problémy, ihneď cvičenie ukončite. Pokiaľ bolesť pretrváva, okamžite navštívte lekára.

- Tento bežecký pás nie je vhodný ako profesionálna alebo lekárska pomôcka. Taktiež ho nie je možné využiť k liečebným účelom.
- Snímač srdcovej frekvencie nie je lekárskeho prístrojom. Podáva iba orientačné informácie o Vašej priemernej srdcovej frekvencii a akákoľvek navrhovaná srdcová frekvencia nie je medicínsky záväzná. Snímané dáta nemusia byť s ohľadom na nekontrolovateľné ľudské a vonkajšie faktory vždy presné.

ROZLOŽENÁ KRESBA



ZOZNAM ČASTÍ

1	Skrutka (OSBR-26)
2	Koncovka (Ø 12 x Ø 3,5 PVC)
3	Guľaté odpruženie (60D)
4	Skrutka (M3 x 10L)
5	Nylonová matica (M8)
6	Kábel (1 200 l)
7	Senzor
8	Hlavný rám
9	Spevňovacia doštička
10	Háčik v tvare L
11	Podložka (M4)
12	Podložka (Ø 8 x Ø 19 x 1,5t)
13	Puzdro (Ø 20 + 10 x Ø 8 x 7 + 3L)
14	Skrutka (M4 x 8L)
15	Skrutka (M6 x 10L)
16	Skrutka (M8 x 15L CHM2F)
17	Napájací kábel (600L)
18	Podložka (5/16")
19	Skrutka (M8 x 10L)
20	Skrutka (M8 x 65L CHM2F)
21	Motor
22	Úchyt motora
23	Doštička – ľavá
24	Podložka (Ø 5 x Ø 13 x 1,0t)
25	Svorka (UC-0.5 / Ø 4.8)
26	Skrutka (M4 x 6L)
27	Skrutka (M5 x 12L)
28	Kábel (100 mm / biely)
29	Kábel (100 mm / čierny)
30	Kábel (350 mm / modrý)
31	Kábel (250 mm # 2468)
32	Magnetická cievka
33	Brzdna doska
34	Ovládacia doska
35	Filter (10A)
36	Obmedzovač (6 mH)
37	Puzdro (2149)

38	Puzdro (Ø 15,8 x 2,7 x 72,5 l)
39	Podložka (Ø 110 x Ø 121 x 2,0t)
40	Skrutka (OSBR-22)
41	Skrutka (5/32 "x 12,7 l)
42	Skrutka (M10 X 100L)
43	Koleso (Ø 139,5)
44	Os (Ø 114 x 83L)
45	Puzdro (Ø 18,5 x Ø 16 x 30L)
46	C-CLIP (Ø 114)
47	E-CLIP (ETW-12)
48	Podložka (WW-14)
49	Podložka (Ø 6 x Ø 13 x 1,0t)
50	Podložka (Ø 15 x Ø 28 x 2,5t)
51	Nastaviteľná skrutka
52	Koncovka (30 x 60)
53	Koleso (Ø 70)
54	Skrutka (M6 x 15L)
55	Skrutka (M6 x 35L)
56	Skrutka (M8 X 40L)
57	Kábel (7P x 1250 mm)
58	Spodný rám
59	Nastaviteľná nožička (337)
60	Kábel (60 mm / modrý)
61	Kábel (60 mm / hnedý)
62	Kábel (170 mm / hnedý)
63	Brzda (10A)
64	Zásuvka
65	Vypínač
66	Doštička
67	Špirálový klip
68	Kryt motora
69	T-puzdro (Tf 860)
70	Skrutka (M10 X 25L)
71	Skrutka (M10 X 45L)
72	Nylonová matica (M10 x P1,5)
73	Motor sklonu
74	Zadný valec

75	Plastová ozdoba
76	Pás
77	Remeň (201-J6)
78	Skrutka (M6 x 65L)
79	Skrutka (M8 x 25L)
80	Skrutka (M8 X 65L)
81	Stredná tyč
82	Upevňovacia podložka
83	Skrutka (M6 x 30L)
84	Nylonová matica (M6)
85	Bežecská doska
86	Podperná doštička
87	Predný valec
88	Predný kryt (spodný)
89	Zadný kryt
90	„S“ upevňovacia doštička
91	Predný kryt
92	Skrutka (5/32" x 10 l)
93	Zadná krytka (P)
94	Zadná krytka (L)
95	Bočný nášľap (L)
96	Bočný nášľap (P)
97	Nálepka
98	Kábel (7P X 1 300 mm)
99	Bočný rám
100	Koncovka (30 x 60)
101	Penový valec (220 mm)
102	Kábel (600 mm / rýchlosť)
103	Kábel (600 mm / sklon)
104	Kábel (7P x 600 mm)
105	Operadlo pre ruky

106	Krabička bezpečnostného kľúča
107	Bezpečnostný kľúč
108	Úchyt bezpečnostného kľúča
109	Skrutka (M2,3 x 10L)
110	Prepínač
111	Stolík
112	Konzola
113	Napájací kábel (400L # 2464)
114	Kábel (400 mm / sklon)
115	Kábel (400 mm / rýchlosť)
116	Kábel (7P x 400 mm)
117	Rám stola
118	Podložka (N2B)
119	Rukoväť pre meranie tepu (sklon)
120	Koncovka (Ø 31.8)
121	Rukoväť (L)
122	Penový valec (500 mm)
123	Rukoväť pre meranie tepu (rýchlosť)
124	Rukoväť (P)
125	Úložný box
126	Zadný kryt
127	Spevňovací plátok (36 x 20 x 2t)
128	Rozdeľovač (Wd32)
129	Skrutka (M8 x 15L)
130	Skrutka (M8 x 45L)
131	Skrutka (M8 x 50L)
132	Skrutka (M8 x 55L)
133	Podložka (Ø 8 x Ø 16 x 1,0t)
134	Skrutka (M5 x 8L)
135	Skrutka (5/32" x 16 L)
136	Nosná rúra motora

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.

Batériu nevhadzujte medzi bežný odpad, ale odovzdajte ju na miesta určená pre recykláciu.

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: