



POUŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK
IN 27721 Recumbent inSPORTline e-Velocer RMB



OBSAH

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY	3
DÔLEŽITÉ INFORMÁCIE	4
MONTÁŽ.....	5
NASTAVITELNÉ ČASTI	13
KONZOLA.....	15
OVLÁDANIE.....	16
GRAFY PROGRAMOV	20
NÁKRES	22
ZOZNAM ČASTÍ.....	23
VÝHODY RECUMBENTU	24
ROZCVIČKA.....	25
ÚDRŽBA.....	25
SKLADOVANIE	25
DÔLEŽITÉ UPOZORNENIA.....	26
OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA	26
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIA	26

Stores inSPORTline SK, s.r.o., si vyhradzuje právo vykonať akékoľvek zmeny a vylepšenia svojho produktu bez predchádzajúceho upozornenia. Navštívte našu stránku www.insportline.sk, kde nájdete najnovšiu verziu používateľskej príručky.

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

- Pred prvým použitím si prečítajte manuál a uschovajte si ho pre budúce použitie.
- Pre zaistenie maximálnej bezpečnosti vykonávajte pravidelné kontroly, či nedošlo k poškodeniu či opotrebovaniu dielov.
- Ak bude prístroj používať aj iná osoba, je dôležité, aby bola oboznámená so všetkými pokynmi uvedenými v tomto manuáli.
- Na prístroji môže cvičiť iba 1 osoba.
- Pred použitím prístroja skontrolujte, či sú všetky skrutky a matice riadne pritiahnuté a všetky kĺbové spoje v dobrom stave.
- Pred začatím cvičenia odstráňte z okolia prístroja všetky nebezpečné predmety s ostrými hranami.
- Prístroj používajte iba vtedy, ak je úplne v poriadku a plne funkčný.
- Poškodený, opotrebovaný alebo chybný diel musí byť čo najskôr vymenený za nový. Prestaňte prístroj používať, kým nebude opäť úplne v poriadku.
- V dôsledku detskej zvedavosti a záľube v hraní môžu nastať nebezpečné situácie, kedy bude prístroj používaný nesprávnym spôsobom – za bezpečnosť detí sú zodpovední ich rodičia či iné dohliadajúce osoby.
- Než dovoľíte dieťaťu cvičiť na prístroji, zvážte ich duševný a telesný stav. Deti môžu cvičiť iba za dozoru dospeléj osoby, ktorá bude dohliadať na správne použitie prístroja. Recumbent nie je hračkou pre deti.
- Okolo celého prístroja je treba zaistiť dostatok voľného miesta min 0,6 m.
- Znížte riziko úrazu na minimum a nedovoľte deťom používať prístroj bez dohľadu dospeléj osoby. Vďaka ich prirodzenej zvedavosti a záľube v hraní hrozí riziko nesprávneho použitia prístroja.
- Uvedomte si, že nesprávne vedené alebo nadmerné cvičenie môže viesť k poškodeniu zdravia.
- Pred použitím výrobku je potrebné ho zaistiť proti nežiaducemu pohybu pomocou nastavovacích nôžok.
- Prístroj umiestnite na rovný, čistý a pevný povrch a zaistite jeho stabilitu.
- Na cvičenie používajte vhodný odev a obuv. Necvičte v oblečení, ktoré by sa mohlo do prístroja zachytiť (napr. príliš dlhé a voľné oblečenie). Odporúčame pevnú športovú obuv s protišmykovou podrážkou.
- Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu sa poradte s lekárom. Lekár Vám môže navrhnúť vhodný cvičebný program a odporučiť vhodnú stravu.
- Všetky nastaviteľné časti prístroja musia byť nastavené správne s ohľadom na ich krajné polohy.
- Žiadny nastaviteľný diel nesmie vyčnievať a limitovať pohyb používateľa.
- **Kategória:** SB – určené na profesionálne a/alebo komerčné používanie so strednou presnosťou
- **Max. nosnosť:** 150 kg

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

DÔLEŽITÉ INFORMÁCIE

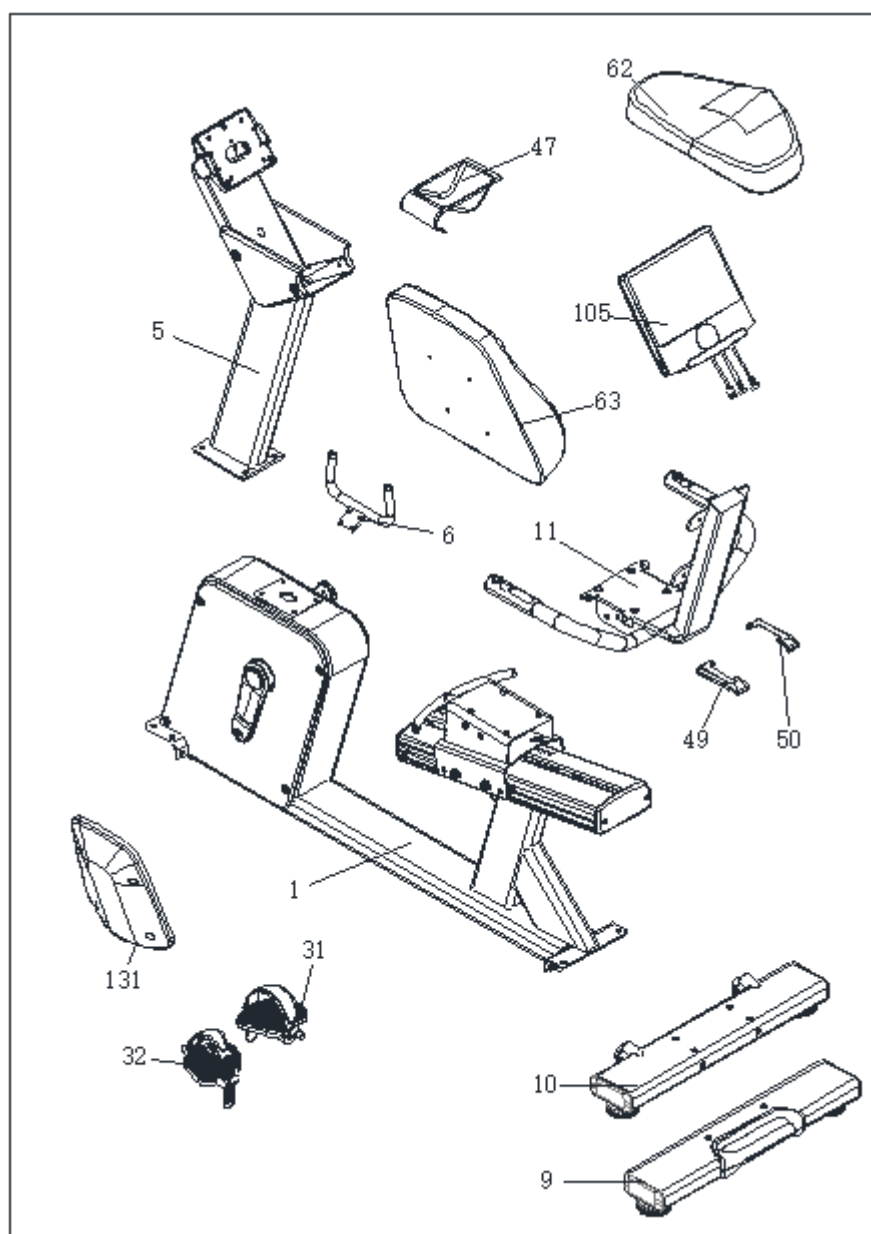
- Výrobok zostavte podľa pokynov uvedených v manuáli a používajte iba originálne dodané diely. Pred začatím montáže skontrolujte, či boli dodané všetky diely uvedené v zozname dielov.
- Prístroj umiestnite na suchý a rovný povrch a chráňte ho pred vlhkosťou. Prípadne umiestnite pod prístroj protišmykovú podložku. Predídete tým poškodeniu plochy pod prístrojom.
- Je potrebné si uvedomiť, že cvičebné prístroje a ich príslušenstvo nie sú určené na hranie. Preto môžu recumbent používať iba osoby, ktoré sú oboznámené s jeho správnu prevádzkou.
- Prestaňte okamžite cvičiť, ak začnete pociťovať závrat, nevoľnosť, bolesť v oblasti hrudníka alebo akékoľvek iné problémy. O ďalšom cvičení sa poraďte s lekárom.
- Deti a ľudia zdravotne postihnutí môžu na prístroji cvičiť iba za dohľadu osoby, ktorá dohliadne na správny postup pri cvičení.
- Pri cvičení sa vyhýbajte kontaktu s kĺbovými spojmi.
- Všetky polohovateľné diely musia byť nastavené s ohľadom na ich krajné polohy.
- Necvičte bezprostredne po jedle.

MONTÁŽ

Zoznam častí

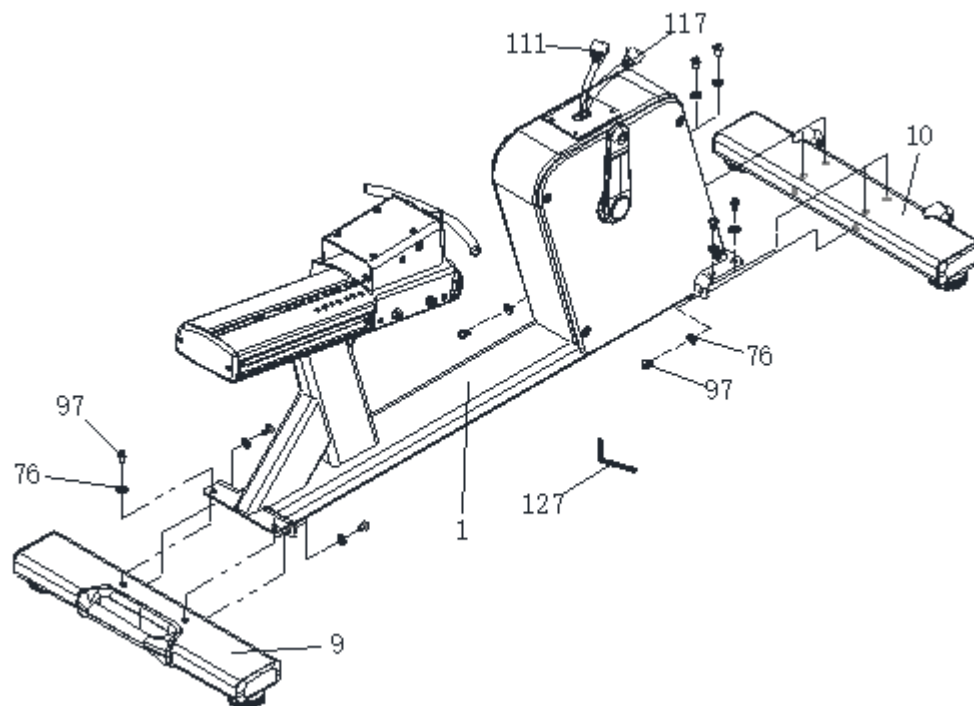
			
1. Hlavný rám	5. Prostredný stĺpik	6. Držadlá	9. Zadný nosník
			
10. Predný nosník	11. Sedlo s držadlami	31. Pedál – ľavý	32. Pedál – pravý
			
47. Odkladacia polička	49. Kryt stĺpika – L	50. Kryt stĺpika – R	62. Sedlo
			
63. Opierka chrbta	66. Skrutka ST4 x 12 – 3 ks	76. Podložka Ø 11 x Ø 20 x t2.0 – 10 ks	77. Podložka Ø 8.1 x Ø 12.3 x t2.1 – 10 ks
			
87. Skrutka M5 x 16 – 4 ks	91. Skrutka M8 x 15 – 4 ks	93. Skrutka M5 x 10 – 2 ks	95. Skrutka M8 x 15 – 10 ks
			
97. Skrutka M10 x 16 – 10 ks	99. Skrutka M8 x 15 – 4 ks	105. Konzola	112. Napájací adaptér
			
124. Kľúč	125. Kľúč	126. Kľúč	127. Kľúč
			
128. Kľúč	129. Kľúč	131. Kryt opierky chrbta	132. Skrutka M6 x 8 – 4 ks

Nákres



Krok 1

Na hlavný rám (1) pripevníte predný (10) a zadný (9) nosník pomocou skrutiek M10 x 16 mm (97) a podložiek Ø 11 x Ø 20 x t2.0 (76).

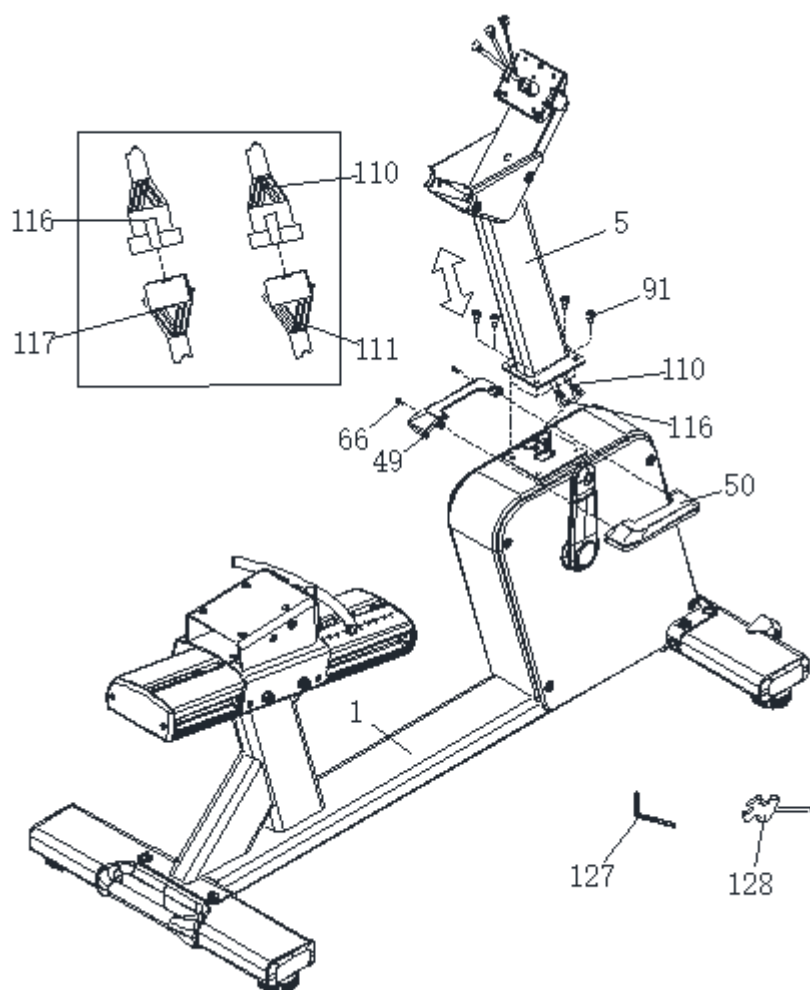


Krok 2

Pripojte káble (110 a 111) a (116 a 117).

Pripevnite stĺpik (5) na hlavný rám (1) pomocou skrutiek M8 x 12 mm (91).

Kryty stĺpika (49 a 50) umiestnite na základňu stĺpika a zaistite pomocou skrutiek ST4 x 12 (66).

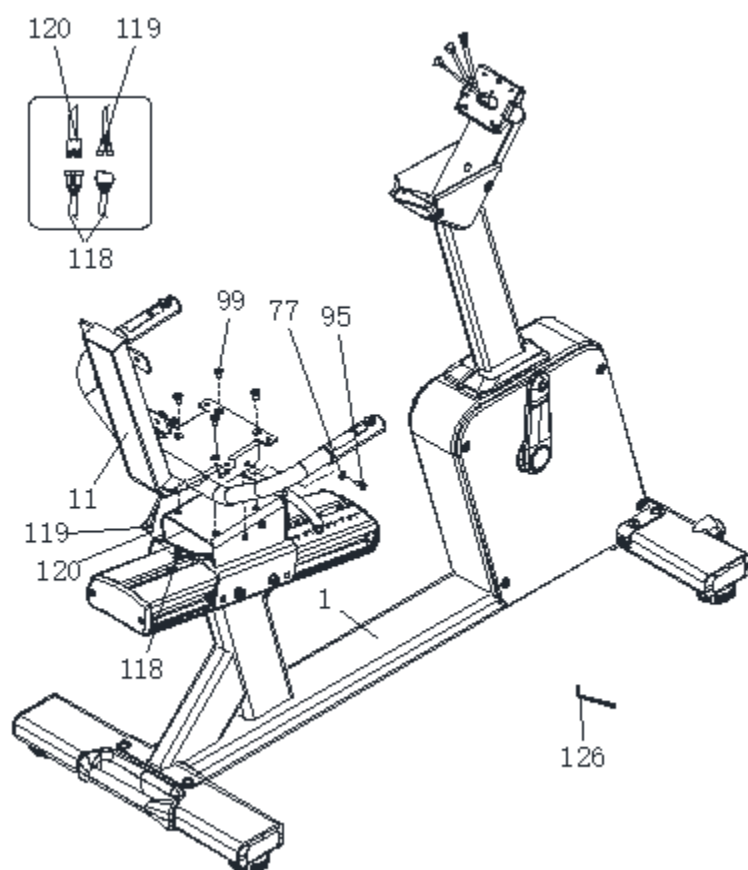


Krok 3

Pripevnite rám sedla (11) na hlavný rám (1) pomocou skrutiek M8 x 15 mm (99) z hornej strany.

Pripevnite rám sedla (11) na hlavný rám (1) pomocou skrutiek M8 x 15 mm (95) z bočnej strany.

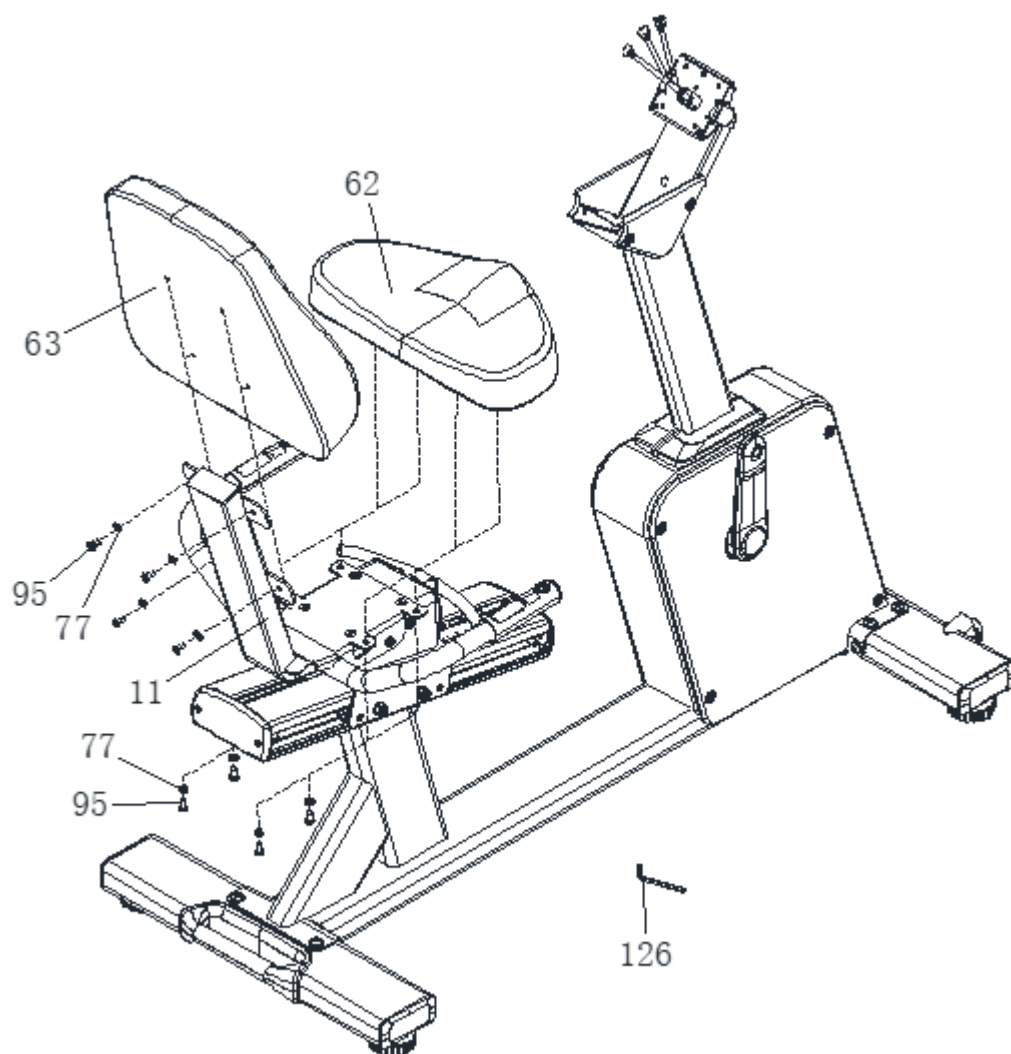
Spojte káble (120 a 119) s káblami (118).



Krok 4

Na rám sedla (11) pripevnite sedlo (62) pomocou skrutiek M8 x 15 mm (95) a podložiek Ø 8.1 x Ø 12.3 x t2.1 (77).

Na rám sedla (11) pripevnite opierku (63) pomocou skrutiek M8 x 15 mm (95) a podložiek Ø 8.1 x Ø 12.3 x t2.1 (77).



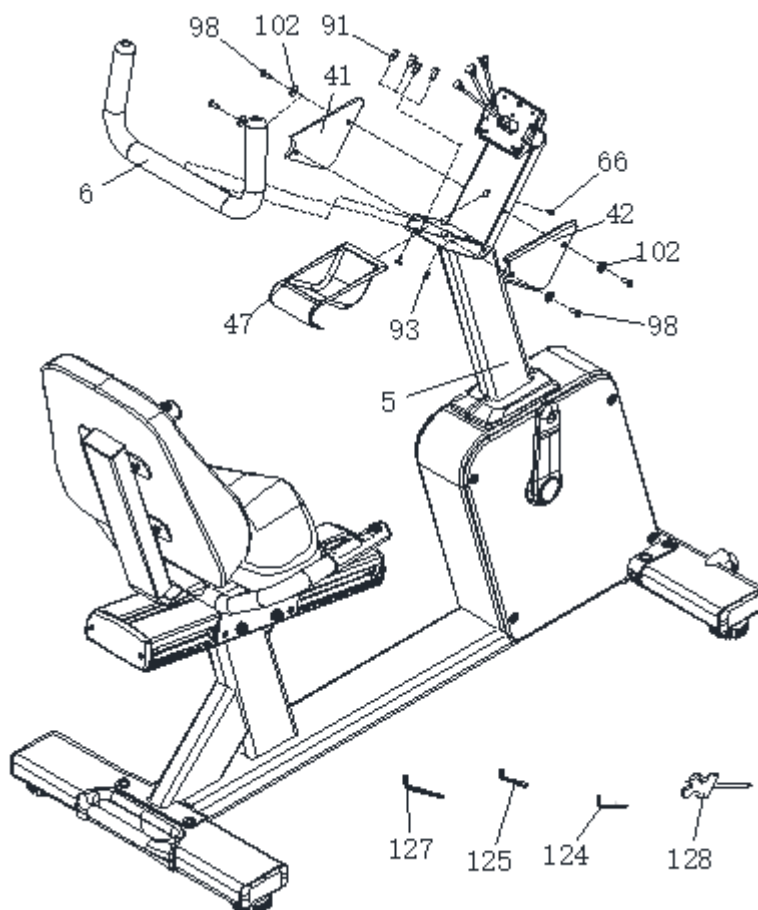
Krok 5

Z bočných krytov (41 a 42) odskrutkujte skrutky M6 x 20 mm (98) a krytky Ø 19.5 x 2. 5H (102).

Na stĺpik (5) upevnite držadlá (6) pomocou skrutiek M8 x 12 (91).

Potom späť upevnite bočné kryty (41 a 42) pomocou skrutiek M6 x 20 mm (98) a krytiel Ø 19.5 x 2. 5H (102).

Upevnite odkladaciu poličku (47) na stĺpik (5) pomocou skrutiek M5 x 10 (93) a potom skrutky ST4 x 12 mm (66) zo zadnej strany cez stĺpik (5).



Krok 6

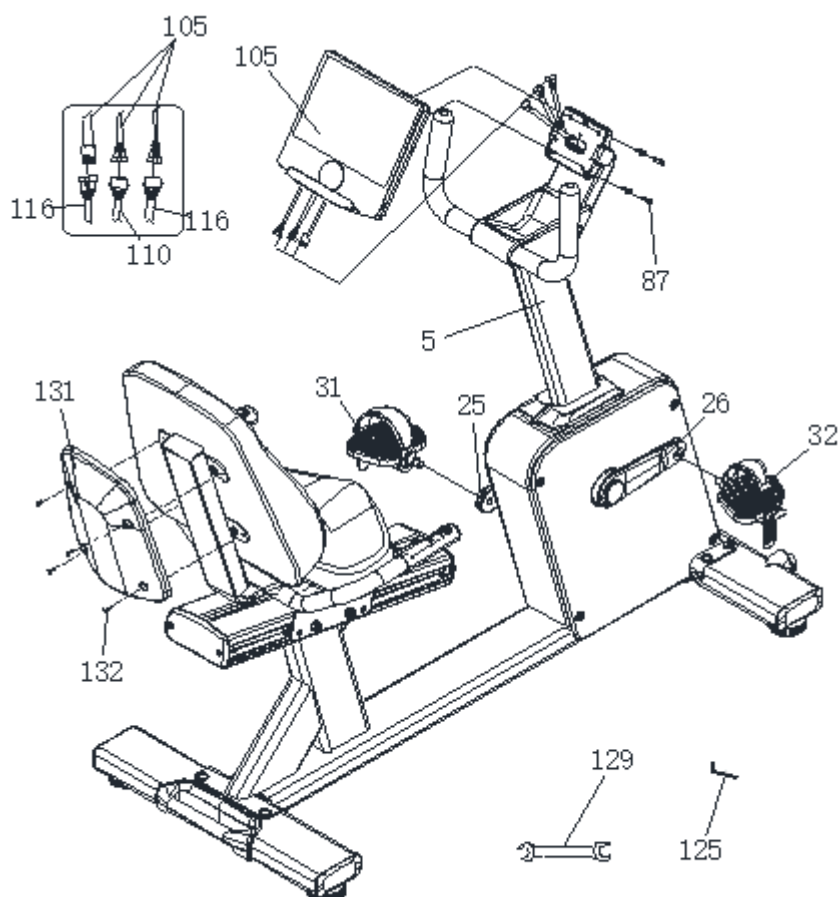
Spojte káble (116 a 110) s káblami vedúcimi z konzoly (105).

Pomocou skrutiek M5 x 40 mm (87) pripevnite konzolu (105) na stĺpik (5).

Na ľavú kľuku (25) pripevnite ľavý pedál (31) a zaistite pomocou kľúča.

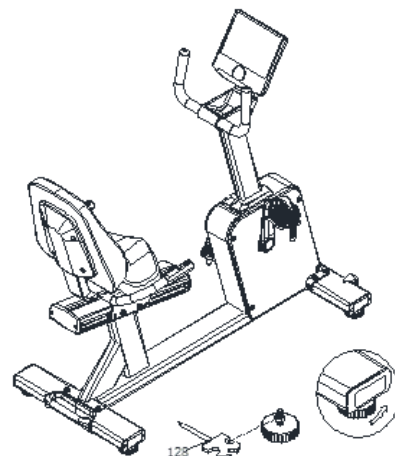
Na pravú kľuku (26) pripevnite pravý pedál (32) a zaistite pomocou kľúča.

Na opierku pripevnite kryt (131) pomocou skrutiek M6 x 8 mm (132).



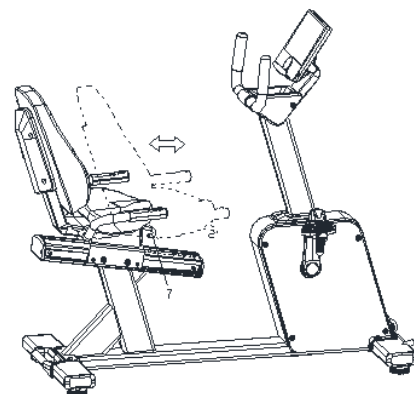
NASTAVITEĽNÉ ČASTI

Stabilitu stroja upravíte pomocou vyrovnávacích nožičiek.

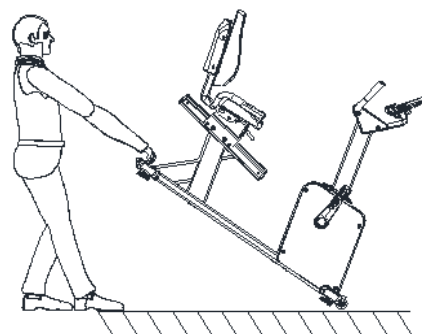


Pozorovací uhol konzoly je možné mierne upraviť.

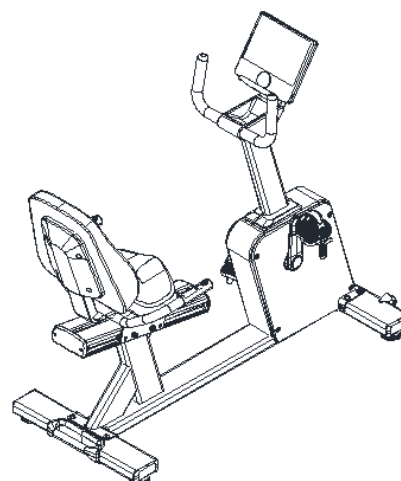
Sedlo môžete posunúť dopredu a dozadu pomocou držadla (7).



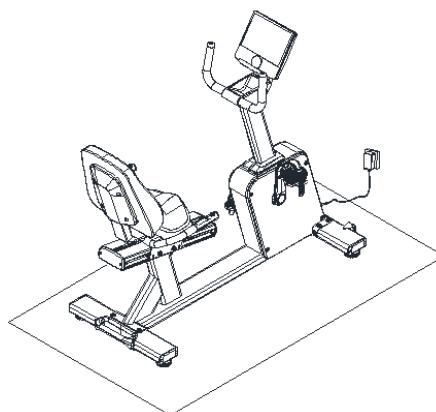
Pre presun uchopte trenažér za zadný nosník a presuňte na kolieska na prednom nosníku.



Pomocou tlačidiel „+“ a „-“ môžete upraviť odpor záťaže.

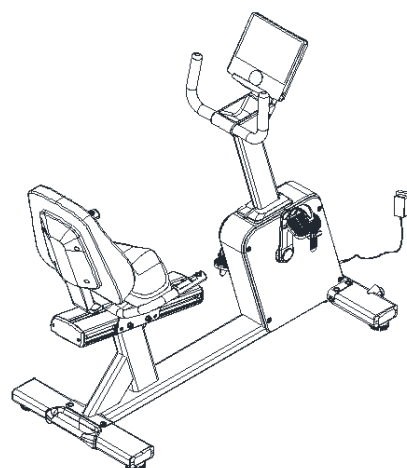


Batériu dobíjajte aspoň raz za 30 dní.



Pravidelne kontrolujte dotiahnutie všetkých skrutiek, matíc a spojov.

Pravidelne kontrolujte stav všetkých častí, trénažér nepoužívajte, pokiaľ je poškodený alebo opotrebovaný.



KONZOLA



FUNKCIE

- **MANUAL:** Spustenie programu pričítania hodnôt, alebo programov odpočtu času, kalórií, vzdialenost', pulzu.
- **WATT:** 6 programov, pôvodná hodnota: 20 min, rozsah nastavenia: 20 – 99 min.
- **Calories program:** 3 programy obťažnosti (nízka, stredná, vysoká), nemožno nastaviť čas.
- **Mode program:** Prednastavené programy *P1 – P12*, je možné nastaviť čas.
- **Watt program:** Manuálne nastavenie programu výkonu, je možné nastaviť čas.
- **HRC program:** 4 programy (55% , 75% , 90% a vlastné nastavenia), je možné nastaviť čas.

TLAČIDLÁ

- *MODE, RESET, STOP, START, UP, DOWN*
- *MANUAL, COACH, CALORIES PROGRAM, WATT CONSTANT, WATT PROGRAM, HRC*
- Záťaž: 32/16
- Bluetooth: iConsole, KinoMap, Zwift

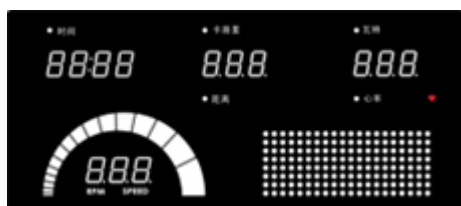
TLAČIDLÁ

- *MODE*: Potvrdenie hodnoty, prepnutie hodnoty.
- *RESET*: Návrat do menu.
- *STOP*: Zastavenie programu.
- *START*: Spustenie programu.
- *LEVEL*: Nastavenie záťaže.
- Manual start: Vstup do rozhrania manuálnych programov z domovskej obrazovky.
- Program: Vstup do rozhrania prednastavených programov z domovskej obrazovky.
- Heart rate: Vstup do rozhrania *HRC* programov z domovskej obrazovky.
- Watts: Vstup do rozhrania *WATT* programov z domovskej obrazovky.
- Calorie: Vstup do rozhrania Calories programov z domovskej obrazovky.
- Watt training: Vstup do rozhrania *WATT* programov z domovskej obrazovky.

OVLÁDANIE

Po zapojení, počkajte niekoľko sekúnd. Potom sa spustí zvukový signál a zobrazí všetky dáta na displeji konzoly (obr. 1).

Potom sa konzola prepne na domovskú obrazovku. Stlačením akéhokoľvek tlačidla programu prejdete do rozhrania programu (obr. 2).



Obr. 1



Obr. 2

Stlačením *MANUAL START* vstúpите do manuálneho programu.

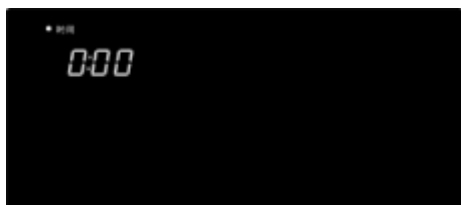
V poradí môžete nastaviť odpočet hodnôt: času – kalórií – vzdialenosti – pulzu (obr. 3 – 6), alebo stlačením *START* spustiť program bez nastavenia hodnôt odpočtu.

Pomocou tlačidiel *LEVEL* upravíte hodnotu, stlačením *MODE* hodnotu potvrdíte a prepnete na ďalšiu hodnotu. Po nastavení všetkých požadovaných hodnôt stlačte *START* (obr. 7 – 8).

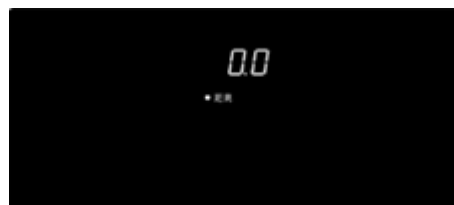
Počas cvičenia môžete upraviť záťaž pomocou tlačidiel *LEVEL*.

Program sa vypne po dosiahnutí nastavenej hodnoty odpočtu, alebo stlačením *STOP* tlačidla.

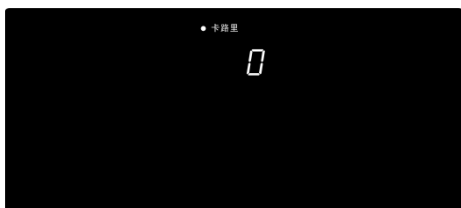
Stlačením *RESET* sa vrátite na domovskú obrazovku.



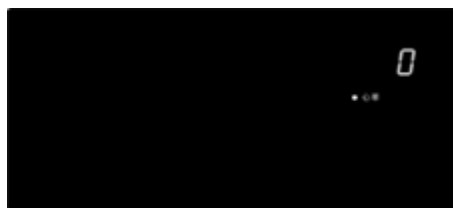
Obr. 3



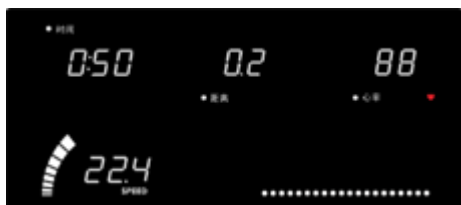
Obr. 4



Obr. 5



Obr. 6



Obr. 7



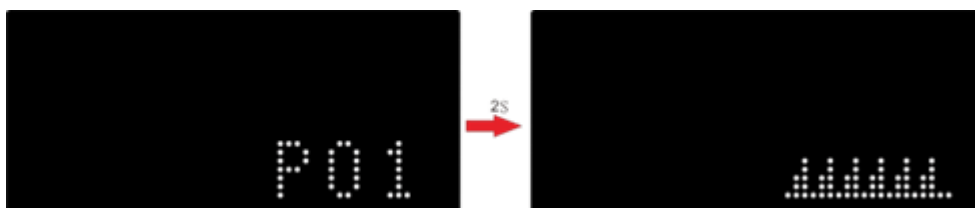
Obr. 8

Stlačením *PROGRAM* vstúpite do rozhrania prednastavených programov.

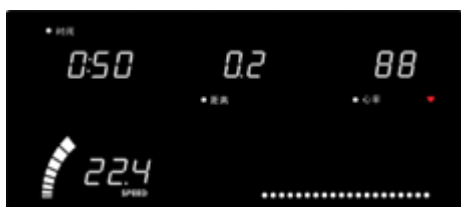
Pomocou tlačidiel *LEVEL* zvolíte program, stlačením *MODE* program potvrdíte. Môžete nastaviť dĺžku cvičenia (*TIME*), hodnotu upravte pomocou tlačidiel *LEVEL*.

Program sa ukončí po dosiahnutí nastavenej hodnoty času alebo po stlačení *STOP*.

Stlačením *RESET* sa navráťte do rozhrania domovskej obrazovky.



Obr. 9



Obr. 10



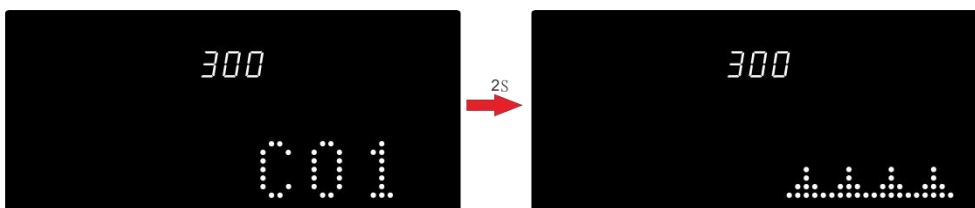
Obr. 11

Stlačením *CALORIE* vstúpite do Calories programu. Na výber sú 3 obťažnosti (obr. 12, najľahší, cieľ: 300 cal).

Stlačením *LEVEL* zvolíte obťažnosť: najľahší (cieľ: 300), stredný (cieľ: 600), najťažší (cieľ: 900). Stlačením *MODE* potvrdíte.

Stlačením *START* program spustíte. Program sa ukončí po dosiahnutí hodnoty, alebo stlačením tlačidla *STOP*.

Stlačením *RESET* sa navráťte do rozhrania domovskej obrazovky.



Obr. 12

Obr. 13

Stlačením *HEART RATE* vstúpíte do *HRC* programu.

Hodnoty upravíte pomocou tlačidiel *LEVEL*, potom potvrdíte stlačením *MODE*.

Nastavenie hodnôt: vek (obr. 14, pôvodná hodnota 25).

Zvolenie programu: 55% (obr. 15), 75% (obr. 16), 90% (obr. 17), TAG (obr. 18, vlastný program).

Potom nastavte dĺžku tréningu, alebo stlačením *START* spustíte program.

Záťaž sa automaticky upraví podľa srdcovej frekvencie.

Pokiaľ nie je srdcová frekvencia detegovaná, zobrazí sa IKONA "♥?".

Program sa vypne, ak skončí nastavený odpočet alebo stlačením *STOP*.

Stlačením *RESET* sa navráťte do rozhrania domovskej obrazovky.



Obr.14



Obr. 15



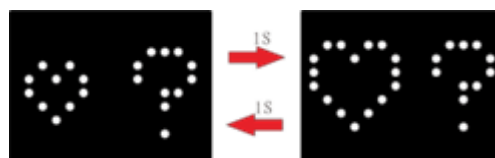
Obr. 16



Obr. 17



Obr. 18



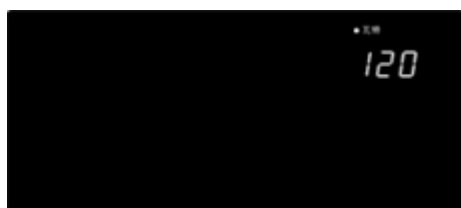
Obr. 19

Stlačením *WATT* vstúpíte do rozhrania nastavenia programu.

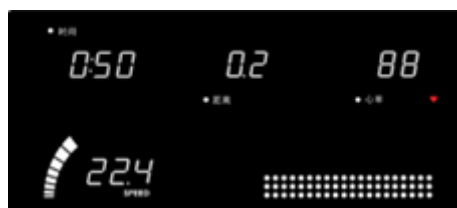
Pomocou tlačidiel *LEVEL* nastavíte hodnotu (obr. 20, pôvodná hodnota: 120). Stlačením *MODE* potvrdíte hodnotu a prejdete do nastavenia času. Nastavte čas alebo stlačte *START* pre okamžité spustenie programu.

Program sa ukončí po dosiahnutí hodnoty, alebo stlačením tlačidla *STOP*.

Stlačením *RESET* sa navráťte do rozhrania domovskej obrazovky.



Obr. 20



Obr. 21



Obr.22

Stlačením *WATT TRAINING* vstúpíte do *WATT* programu.

Na výber je 6 programov *W1* (obr. 23) – *W6*.

Stlačením *MODE* potvrdíte program a prejdete do nastavenia času (pôvodná hodnota: 20 min., rozsah nastavenia: 20 – 99 min.

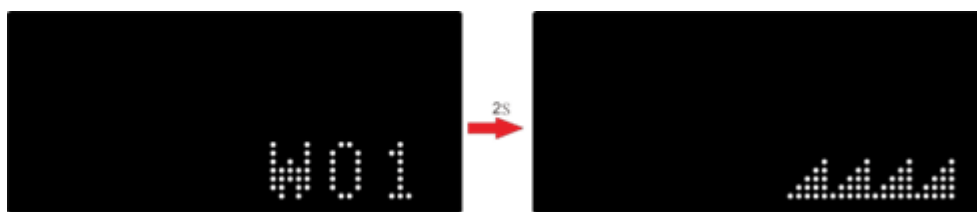
Stlačením *START* spustíte program po nastavení času alebo môžete program spustiť bez nastavenia.

Pomocou tlačidiel *LEVEL* nastavíte výkon.

Odpor sa upraví podľa *WATT/RPM* (výkon/otáčky za minútu).

Program sa vypne, ak skončí nastavený odpočet alebo stlačením *STOP*.

Stlačením *RESET* sa navráťte do rozhrania domovskej obrazovky.



Obr. 23

Po 4 minútach neaktivity sa konzola vypne.

GRAFY PROGRAMOV

Prednastavené programy



P1



P2



P3



P4



P5



P6



P7



P8



P9



P10



P11



P12

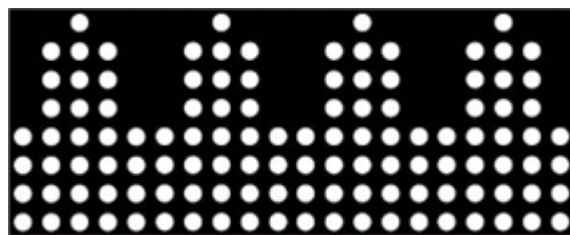
Programy kalórii



C1 (300 Kcal)



C2 (600 Kcal)



C9 (900 Kcal)

Watt programy



W1



W2



W3



W4



W5



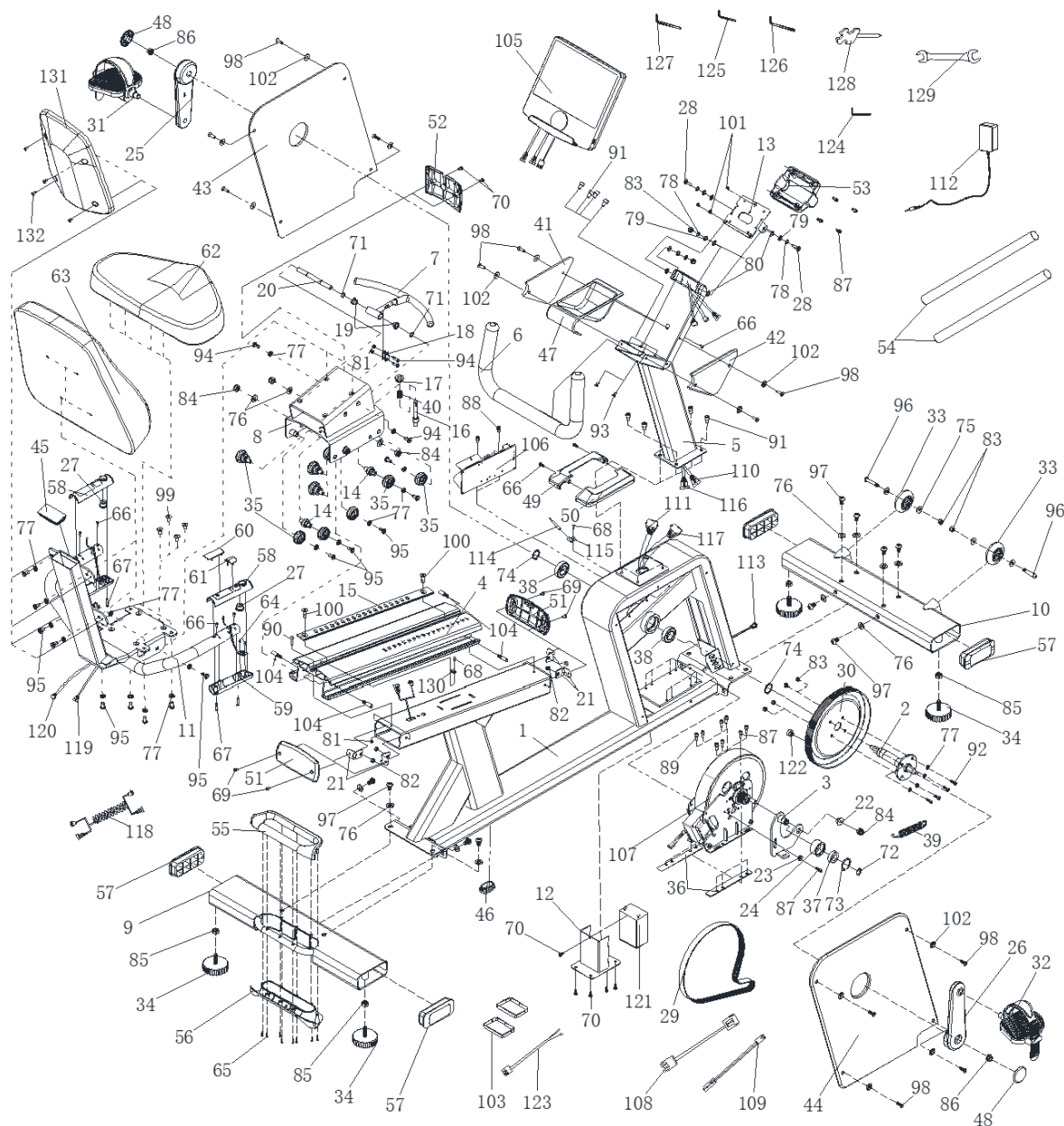
W6

Zobrazenie rýchlosti



Segment	1 ~ 8	1 ~ 5	1 ~ 3
Rýchlosť (KM)	1 ~ 24	25 ~ 39	40 a viac
Rýchlosť (ML)	1 ~ 15	16 ~ 24	25 a viac
RPM (otáčky za minútu)	15 ~ 66	67 ~ 105	106 a viac

NÁKRES



ZOZNAM ČASTÍ

Ozn.	Názov	Ks	Ozn.	Názov	Ks
1	Hlavný rám	1	35	Kladka sedla	8
2	Prostredný hriadeľ remenice	1	36	Brzdová doštička	2
3	Upevnenie voľnobežného kolesa	1	37	Hriadeľ 6003	1
4	Koľaje posúvača sedla	1	38	Hriadeľ 6005	2
5	Prostredný stĺpik	1	39	Ťažná pružina	1
6	Držadlá	1	40	Tlačná pružina	1
7	Nastavenie kormidla	1	41	Ľavý kryt držiadiel	1
8	Posúvač sedla	1	42	Pravý kryt držiadiel	1
9	Zadný nosník	1	43	Vonkajší kryt	12
10	Predný nosník	1	44	Vonkajší kryt	1
11	Upevnenie držadla sedla	1	45	Štvorcová krytka	1
12	Umiestnenie batérie	1	46	Oválna krytka	1
13	Kryt konzoly	1	47	Odkladacia polička	1
14	Os	4	48	Koncovka kľuky	2
15	Kryt nastavenia polohy sedla	1	49	Ľavý kryt držiaka konzoly	1
16	Stredový hriadeľ posuvnej lišty	1	50	Pravý kryt držiaka konzoly	1
17	Matica Ø 25.4 x 11L	1	51	Koncový kryt posuvnej lišty	2
18	Spojovacia doštička	1	52	Koncovka sedlovky	1
19	Nastavovacia objímka držiadiel	2	53	Kryt konzoly	1
20	Stredový hriadeľ držiadiel	1	54	Kryt držiadiel	2
21	Krytka posúvača	4	55	Horný kryt držiadiel	1
22	Vymedzovací krúžok voľnobežky	1	56	Spodný kryt držiadiel	1
23	Vymedzovací krúžok voľnobežky	1	57	Koncovka	4
24	Napínacia kladka	1	58	Plastový kryt srdcovej frekvencie A	2
25	Ľavá kľuka	1	59	Plastový kryt srdcovej frekvencie B	2
26	Pravá kľuka	1	60	Doštička srdcovej frekvencie A	2
27	Tlačidlo	2	61	Doštička srdcovej frekvencie B	2
28	Skrutka M8 x 20	2	62	Sedlo	1
29	Remeň	2	63	Opierka	1
30	Železná kladka	1	64	Skrutka ST3.0 x 8	4
31	Ľavý pedál	1	65	Skrutka ST3.0 x 15	8
32	Pravý pedál	1	66	Skrutka ST4.0 x 12	7
33	Koleso	2	67	Skrutka ST4.0 x 25	4
34	Nastaviteľná nožička	4	68	Skrutka M4 x 12	2

Ozn.	Názov	Ks	Ozn.	Názov	Ks
69	Skrutka M5 x 10	4	101	Skrutka BT4.0 x 12	3
70	Skrutka M5 x 12	7	102	Kryt skrutky Ø 19.5 x 2.5h	12
71	Istiaci krúžok C12	2	103	Suchý zips	2
72	Istiaci krúžok Ø 17	1	104	Skrutka M6 x 9 x 35	4
73	Vnútorný poistný krúžok	1	105	Konzola	1
74	Istiaci krúžok Ø 25	2	106	Základná doska	1
75	Podložka Ø 9 x Ø 16 x T1.6	4	107	Jednosmerné brzdové koleso	1
76	Podložka Ø 11 x Ø 20 x T2.0	14	108	Kábel magnetu	1
77	Pružná podložka Ø 8.1 x Ø 12.3 x T2.1	24	109	Brzdový kábel	1
78	Podložka M8 x 13 x T0.8	4	110	Horný kábel	1
79	Podložka M8 x 14 x T1.0	4	111	Spodný kábel	1
80	Podložka M8 x 14 x T0.5	6	112	Zdroj napájania	1
81	Matica M5-6H	3	113	Napájací kábel	1
82	Matica M6-6H	4	114	Indukčný kábel	1
83	Matica M8-6H	8	115	Pevná odkladacia polička	1
84	Matica M10-6H	5	116	Spodný kábel srdcovej frekvencie	1
85	Matica M10 x 8H-6H	4	117	Stredný kábel srdcovej frekvencie	1
86	Matica M10 x 1.25 x 10T	2	118	Kábel napínania	1
87	Skrutka M5 x 16	9	119	Kábel tlačidla „+“	1
88	Skrutka M6 x 12	2	120	Kábel tlačidla „-“	1
89	Skrutka M6 x 16	4	121	Olovená dobíjacia batéria	1
90	Skrutka M5 x 20	1	122	M02A	1
91	Skrutka M8 x 12	8	123	Napájací kábel batérie	1
92	Skrutka M8 x 20	4	124	Kľúč	1
93	Skrutka M5 x 10	2	125	Kľúč	1
94	Skrutka M5 x 20	2	126	Kľúč	1
95	Skrutka M8 x 15	20	127	Kľúč	1
96	Skrutka M8 x 45	2	128	Kľúč	1
97	Skrutka M10 x 16	10	129	Kľúč	1
98	Skrutka M6 x 20	12	130	Spona kábla	1
99	Skrutka M8 x 15	4	131	Kryt opierky chrbta	1
100	Skrutka M8 x 25	2	132	M6 x 8	4

VÝHODY RECUMBENTU

Recumbent je výbornou voľbou v prípade potreby stabilizácie bedrovej časti chrbta, pretože sedíte opretý, zatiaľ čo pri cvičení na klasickom rotopede ste zhrbený nad kormidlom. Recumbent teda podporuje lepšie držanie tela.

Recumbent je taktiež priaznivejší k Vaším kĺbom. Spodná časť chrbta je totiž položená vo veľkom, stabilnom sedle, a Vaše kolená a členky sú chránené pred možným poranením.

Skutočnosť, že sedlo je väčšie, býva často najväčším rozdielom oproti klasickým rotopedom. Práve pohodlie pri sedení je rozdiel, ktorý pocíti každý, kto vyskúša tento druh rotopedu.

Recumbent je dobrou voľbou i pre väčšinu ľudí s neurologickými poruchami. Pokiaľ Váš chrbát alebo kĺby trpia reumatoidnou artritídou, môže recumbent byť najlepším riešením pre Vás z dôvodu rozloženia hmotnosti tela.

ROZCVIČKA

Riadne cvičenie sa začína rozcvičkou a ukončuje odpočinkovými cvikmi. Rozcvička by mala pripraviť telo na následnú záťaž. Oddychové cviky by potom mali zamedziť svalovému poraneniu a kŕčom. Vykonávajte zahrievacie a odpočinkové cviky podľa tabuľky nižšie.



Dotyky prstov na nohe

Predkloňte sa v bokoch. Majte uvoľnený chrbát a paže a predkloňte sa vpred k prstom na nohe. Vytrvajte v pozícii 15 sekúnd. Mierne pokrčte kolená.



Horné partie stehien

Jednou rukou sa oprite o stenu. Druhú ruku dajte za seba a uchopte chodidlo. Pritiahnite ho k zadku. Vydržte 30 sekúnd a opakujte s druhou nohou.



Podkolenné partie

Posaďte sa a napnite pravú nohu. Chodidlo ľavej nohy primknite k pravému vnútornému stehnu. Pravú ruku napnite k špičke natiahnutej nohy. Vydržte 15 sekúnd a povoľte. Opakujte tiež s ľavou nohou.



Vnútorné strany stehien

Posaďte sa na podlahu so špičkami nôh pri sebe. Kolená smerujú von. Pritiahnite chodidlá k slabinám. Kolená tlačte dole. Vydržte 30 – 40 sekúnd, pokiaľ to bude možné.



Lýtka a Achillove šľachy

Oprite sa o stenu s jednou nohou dozadu a s pažami smerom vpred. Pravú nohu napnite a ľavú nohu ponechajte na zemi. Ľavú nohu prikrčte a tlačte vpred tak, že bedrá tlačíte smerom k stene. Vydržte 30 – 40 sekúnd. Nohy majte napnuté a opakujte s druhou nohou.

ÚDRŽBA

- Čistite pomocou mäkkej handričky a neagresívnym čističom.
- Nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky.
- Elektrické časti iba utrite handričkou. Zabráňte stykom s vodou.

SKLADOVANIE

Uchovávajte recumbent 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 na klubové/profesionálne využitie. Akékoľvek iné používanie je zakázané a môže byť pre používateľov nebezpečné. Za akúkoľvek ujmu spôsobenú nesprávnym a zakázaným zaobchádzaním so strojom nie sme zodpovední.
- Predtým, než začnete s tréningom, poraďte sa so svojím lekárom. Lekár by mal posúdiť, či ste fyzicky spôsobilí stroj používať a akú námahu ste schopní podstúpiť. Nesprávne cvičenie alebo prepínanie organizmu môže uškodiť Vášmu zdraviu.
- Starostlivo si prečítajte nasledujúce rady a pokyny na cvičenie. Pokiaľ pocítite počas cvičenia bolesť, nevoľnosť, zle sa Vám dýcha alebo máte nejaké iné zdravotné problémy, ihneď cvičenie ukončíte. Pokiaľ bolesť pretrvá, okamžite navštívte lekára.
- Zariadenie nie je vhodné ako lekárska pomôcka. Tiež ho nemožno využiť na liečebné účely.
- Snímač srdcovej frekvencie nie je lekárskeým prístrojom. Podáva iba orientačné informácie o Vašej priemernej srdcovej frekvencii a akákoľvek navrhovaná srdcová frekvencia nie je medicínsky závažná. Snímané dáta nemusia byť s ohľadom na nekontrolovateľné ľudské a okolité faktory vždy presné.

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 odnesť na najbližšie zberné miesto na to určené.

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

Batérie nevhadzujte medzi bežný odpad, ale odovzdajte ich na miesta určené na recykláciu.

ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIA

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 208/2024 Z.z. v znení neskorších predpisov, a to aj vo veciach týmito záručnými podmienkami a reklamačným poriadkom nespomenutých.

Predávajúcim je spoločnosť Stores inSPORTline SK, s.r.o., so sídlom Električná 6471, IČO: 46259317, zapísaná v Obchodnom registri Okresného súdu Trenčín, Oddiel: Sro, Vložka č. 24799/R.

Adresa predajní:

1. Stores inSPORTline SK, 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 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 bude poskytovaná **záručná lehota 120 mesiacov na rám (platí na výrobky zakúpené od 13.3.2017)** a 24 mesiacov na ostatné komponenty na 1 ks fitness zariadenia. Na označené moto výrobky značky W-TEC bude poskytovaná **rozšírená záručná lehota 36 mesiacov**. Záruka sa vzťahuje iba na výrobné vady. 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.

Batéria

Záruka 6 mesiacov na životnosť batérie - menovitá kapacita batérie neklesne pod 70% svojej celkovej kapacity v priebehu 6 mesiacov od predaja produktu.

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

- zavinením používateľa tj. poškodenie výrobku nesprávnou montážou, manipuláciou a neodborným repasom,
- nesprávnou údržbou,
- mechanickým poškodením,
- opotrebením dielov pri bežnom používaní,
- 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 používanie: SC, S – na komerčné používanie).

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: Stores inSPORTline SK, 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: Kutnohorská 531, Štěrboholy Retail Park, 109 00, Praha 10, ČR
Centrála: Dělnická 957, Vítkov, 749 01
Reklamácie 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

Reklamácia tovaru



SK Stores inSPORTline SK, s.r.o.

Centrála, reklamácie, servis: Električná 6471, Trenčín 911 01, SK

IČO: 46259317
DIČ: 2023299729
IČ DPH: SK2023299729

Tel.: +421 917 700 098
Mail: objednavky@insportline.sk
reklamacie@insportline.sk
servis@insportline.sk

Web: www.inSPORTline.sk

Vrátenie a výmena tovaru

