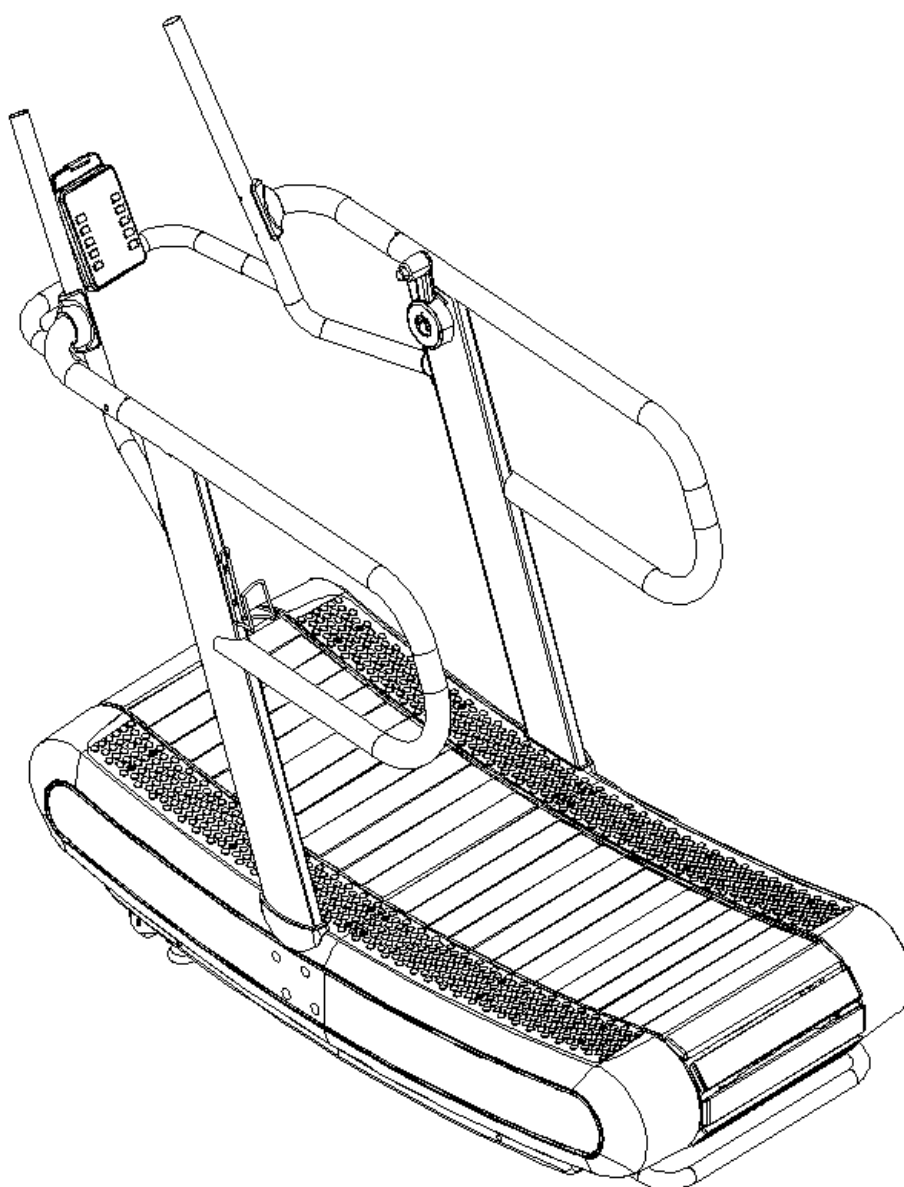




POUŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK

**IN 31390 Bezmotorový bežecký pás inSPORTline e-Velocer
RUN**



OBSAH

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY	3
MONTÁŽ.....	6
KONZOLA.....	13
UZEMNENIE.....	21
ÚDRŽBA A SKLADOVANIE	21
PRAVIDELNÁ KONTROLA	22
BEZPEČNÉ CVIČENIE	22
PRED ZAHÁJENÍM CVIČENIA	22
ZAHRIEVACIA FÁZA.....	23
SKLADOVANIE	24
DÔLEŽITÉ UPOZORNENIA.....	24
NÁKRES.....	25
ZOZNAM ČASTÍ.....	26
OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA	29
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE	30

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

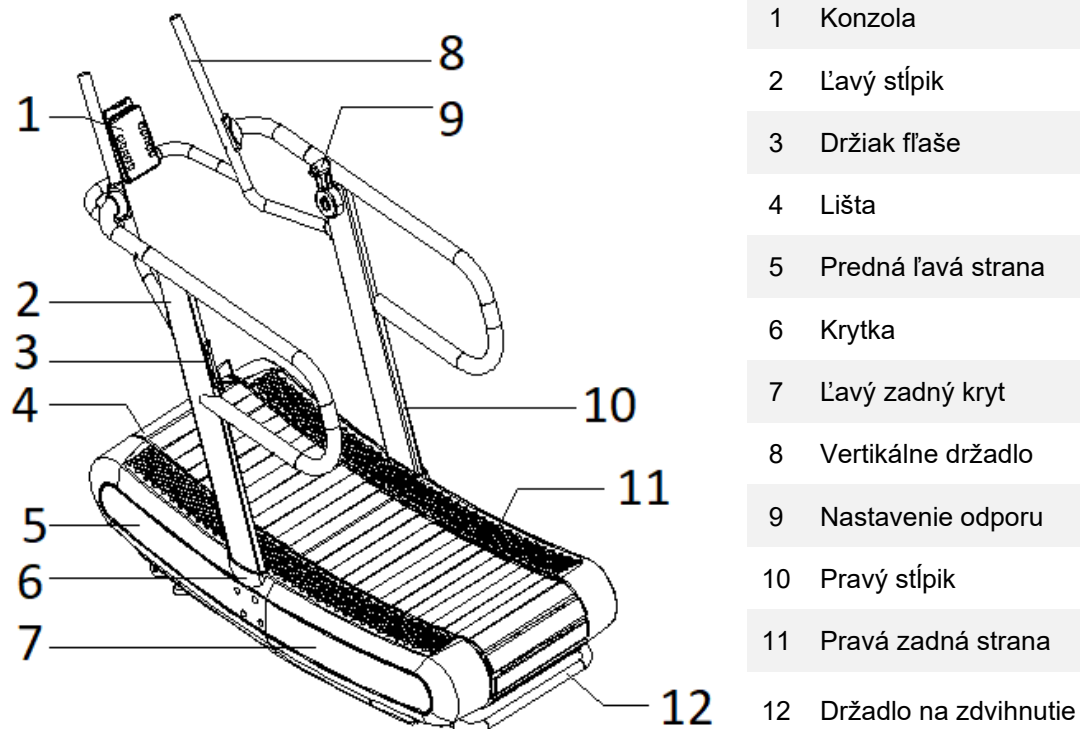
- Pred prvým použitím si manuál pozorne prečítajte a uschovajte si ho pre budúce potreby.
- Počas cvičenia pohybujte pažami prirodzene, rovno vpred. Nepozerajte sa dole k nohám. Iba jedna osoba smie zariadenie používať v daný čas.
- Rýchlosť regulujte vždy postupne, nie príliš prudko.
- Zariadenie opúšťajte až keď už celkom stojí.
- Dodržujte všetky montážne pokyny. Montáž smie vykonávať iba dospelá osoba.
- Držte mimo dosahu detí a domácich zvierat. Nenechávajte deti bez dozoru ani v blízkosti zariadenia. Prístroj je určený iba dospelým osobám.
- Pred začatím cvičebného programu sa poraďte so svojím lekárom. Je to obzvlášť nutné, ak máte zdravotné komplikácie alebo ak prekonávate liečbu alebo ak 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 zablokovat ventiláciu.
- Chráňte pred vlhkosťou a vodou.
- V miestnosti nepoužívajte aerosólové spreje.
- Ak je zariadenie v prevádzke, neodstraňujte ochranný kryt. Pokiaľ je to nutné za účelom údržby, musí sa zariadenie najprv 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, než sa pás dá do pohybu. Pred zahájením pohybu pásu sa postavte na plastové protišmykové bočnice.
- Necvičte 40 minút po konzumácii jedla.
- Najprv zohrejte svaly vhodnými cvikmi, aby ste zmiernili riziko vzniku kŕča.
- 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 prvýkrát, držte sa pevne držiadiel, kým si na zariadenie nezvyknete.
- V prípade poškodenia alebo poruchy okamžite ukončíte cvičenie. Pokiaľ by bežecký pás náhle prudko zmenil rýchlosť, vytrhnite bezpečnostný kľúč a ukončíte tréning.
- Žiadna časť prístroja nesmie brániť v používaní.
- Výrobok nepoužívajte vonku.
- Prístroj nevystavujte priamemu slnečnému žiareniu.

- Pás neumiestňujte na miesto s vysokou vlhkosťou (v blízkosti bazéna, sáun atď.).
- **Max. hmotnosť používateľa:** 200 kg
- **Kategória:** SC pre komerčné a profesionálne používanie s nízkou presnosťou.
- **VAROVANIE:** Systém na monitorovanie srdcovej frekvencie nemusí byť presný. Preťažovanie pri tréningu môže zaviniť vážne zranenie alebo smrť. Pokiaľ pocítite nevoľnosť, okamžite ukončíte cvičenie!

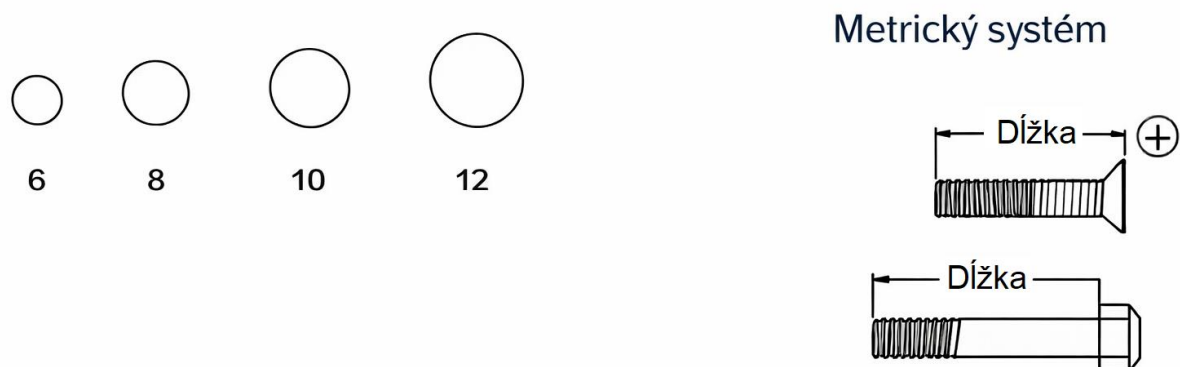
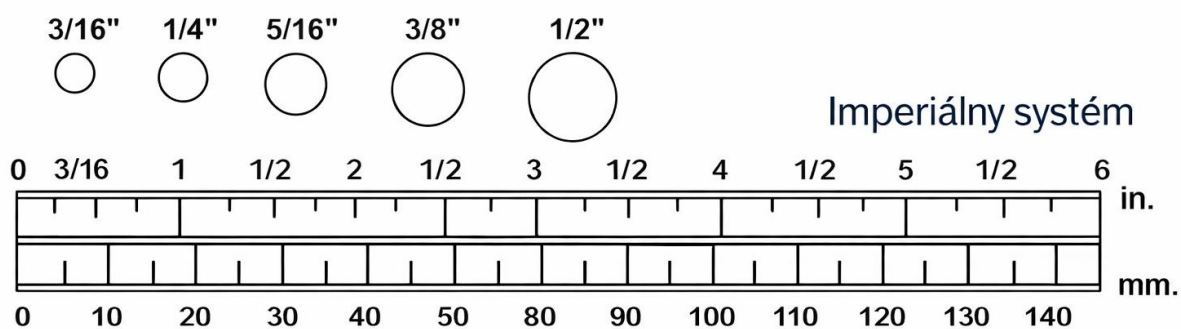
BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIE: Pri rýchlosti nad 14 km/h nepoužívajte snímače srdcovej frekvencie v rukoväti.

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

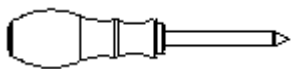
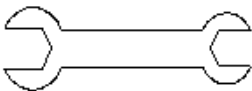
POPIS PRODUKTU



SPOJOVACÍ MATERIÁL

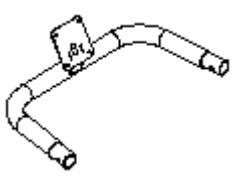


Ozn.	Obr.	Názov	Ks
102		Imbusová skrutka M10 x 45 mm	8
132		Skrutka M6 x 50 mm	4
133		Nylónová matica M6	4
65		Imbusová skrutka M8 x 15 mm	14
66		Pružná podložka M8	14
67		Prehnutá podložka M8	10
69		Plochá podložka M8	4
99		Imbusový kľúč 8mm	1

97		Imbusový kľúč 5mm	1
98		Imbusový kľúč 6mm	1
100		Skrutkovač	1
103		Kľúč #17 / #19	1
134		Kľúč #8 / #10	1
110		Krížová skrutka M5 x 12	2

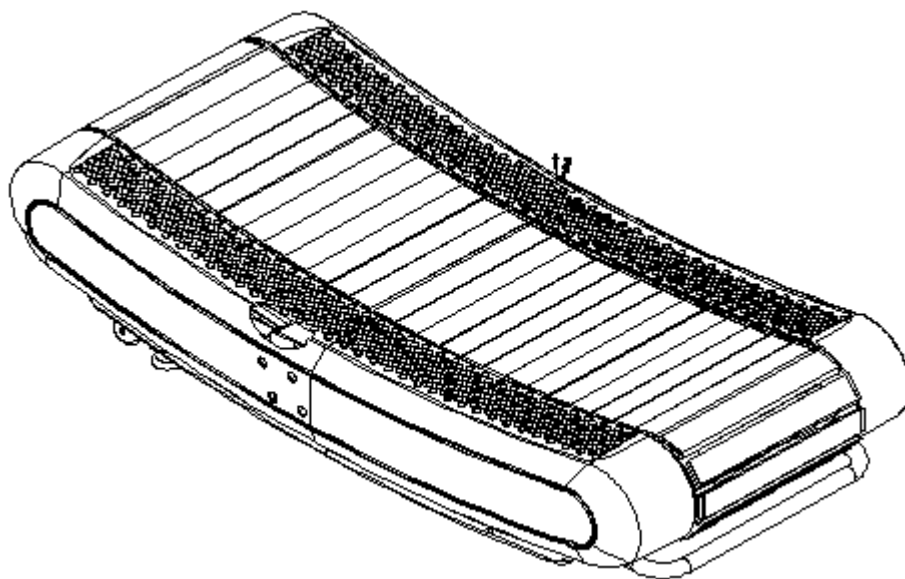
MONTÁŽ

Obsah balenia

Bežecový pás	9. Ľavé držadlo – 1 ks	10. Pravé držadlo – 1 ks
		
11. Spojovací rám ľavého držadla – 1 ks	11. Spojovací rám pravého držadla – 1 ks	64. Predný dekoračný kryt – 2 ks
		
58. Krytka – 8 ks	129. Držiak konzoly – 1 ks	26. Konzola – 1 ks
		
109. Držiak fľaše – 1 ks	127. Ľavé vertikálne držadlo – 1 ks	128. Pravé vertikálne držadlo – 1 ks
		

Krok 1

Vytiahnite a umiestnite hlavný rám na rovnú a čistú plochu.

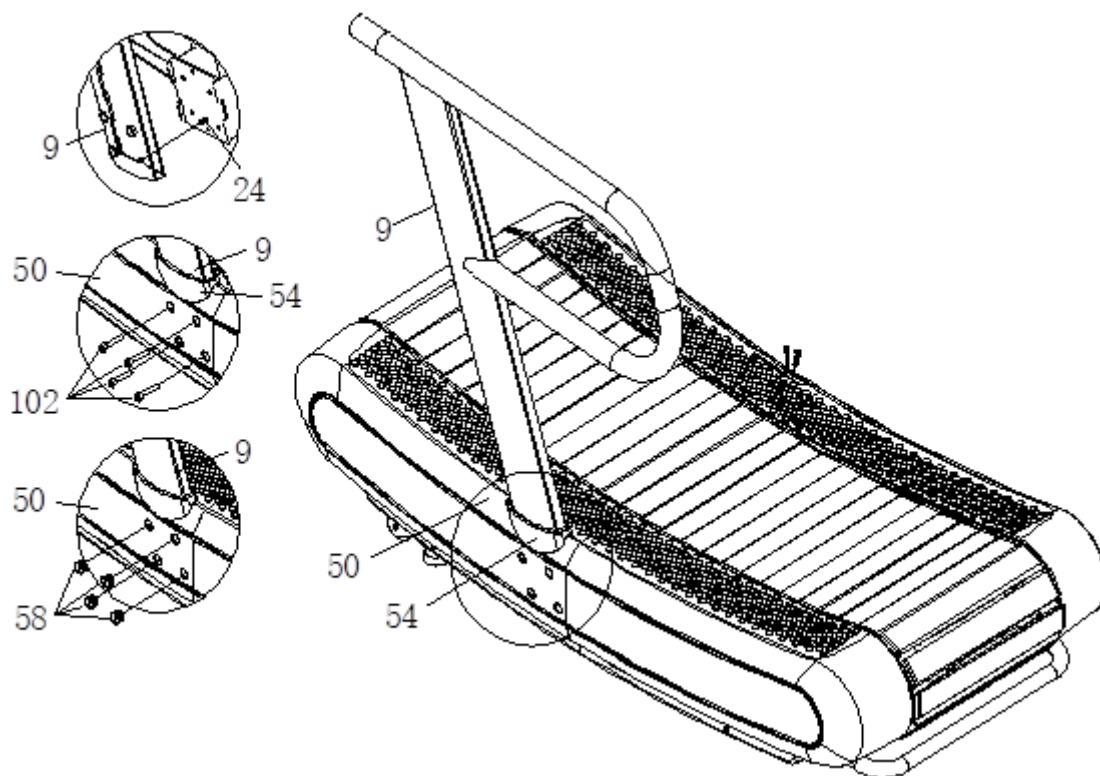


Krok 2

Na ľavú stranu hlavného rámu upevnite ľavý stĺpik (9). Uistite sa, že sú otvory stĺpika (9) súbežne s otvormi polohovacej objímky (24). Stĺpik spevnite pomocou ľavého silikónového krytu (54).

Potom stĺpik (9) zaistíte pomocou 4 skrutiek M10 x 45 mm (102) a potom na skrutky umiestnite krytky (58).

Zatiaľ nedotáhujte všetky skrutky.



Krok 3

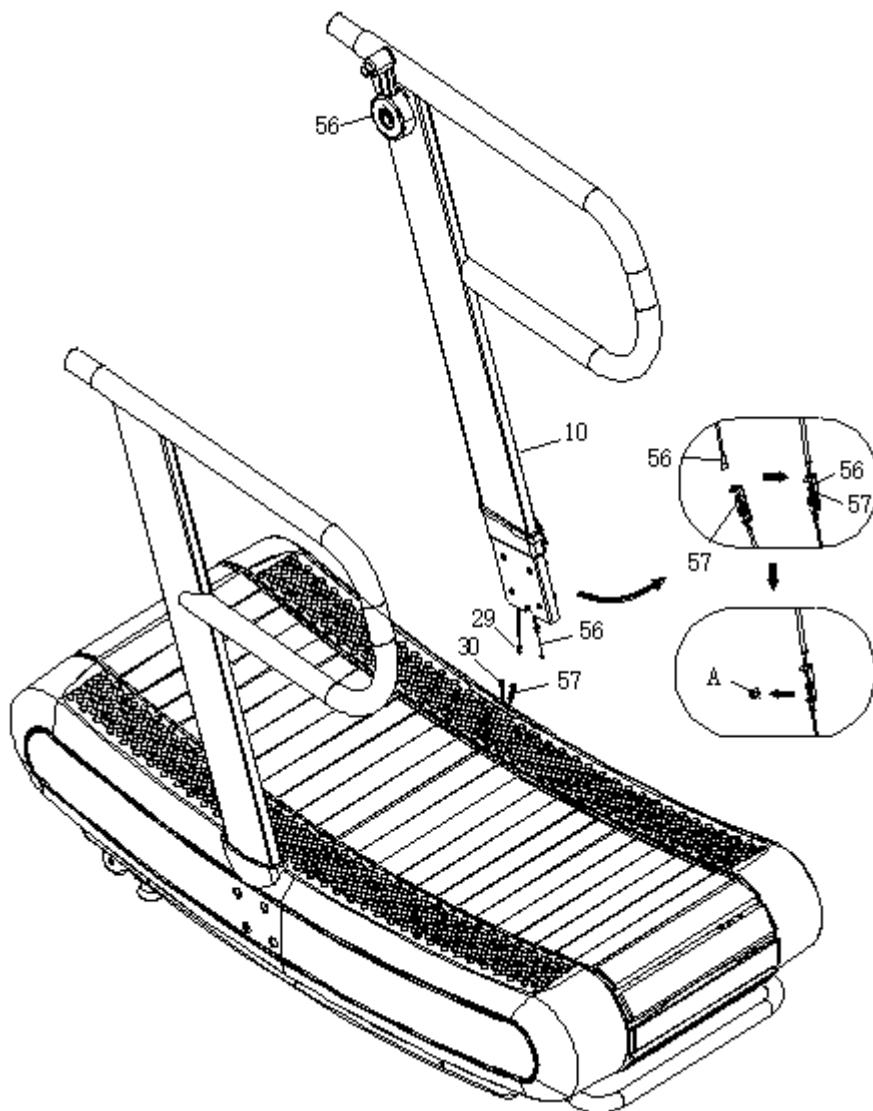
Spojte káble (29 a 30).

Potom nastavte odpor (záťaž) na 8. úroveň a pripojte lanko nastavenia odporu (56) s lankom vedúcim z hlavného rámu (57). Potom nastavte odpor (záťaž) na 1. úroveň a odoberte istiacu sponu z lanka (57).

Na pravú stranu hlavného rámu upevnite pravý stĺpik (10). Uistite sa, že sú otvory stĺpika (10) súbežne s otvormi polohovacej objímky (24). Stĺpik spevnite pomocou pravého silikónového krytu (55).

Potom stĺpik (10) zaistíte pomocou 4 skrutiek M10 x 45 mm (102) a potom na skrutky umiestnite krytky (58).

Zatiaľ nedotahujte všetky skrutky.



Krok 4

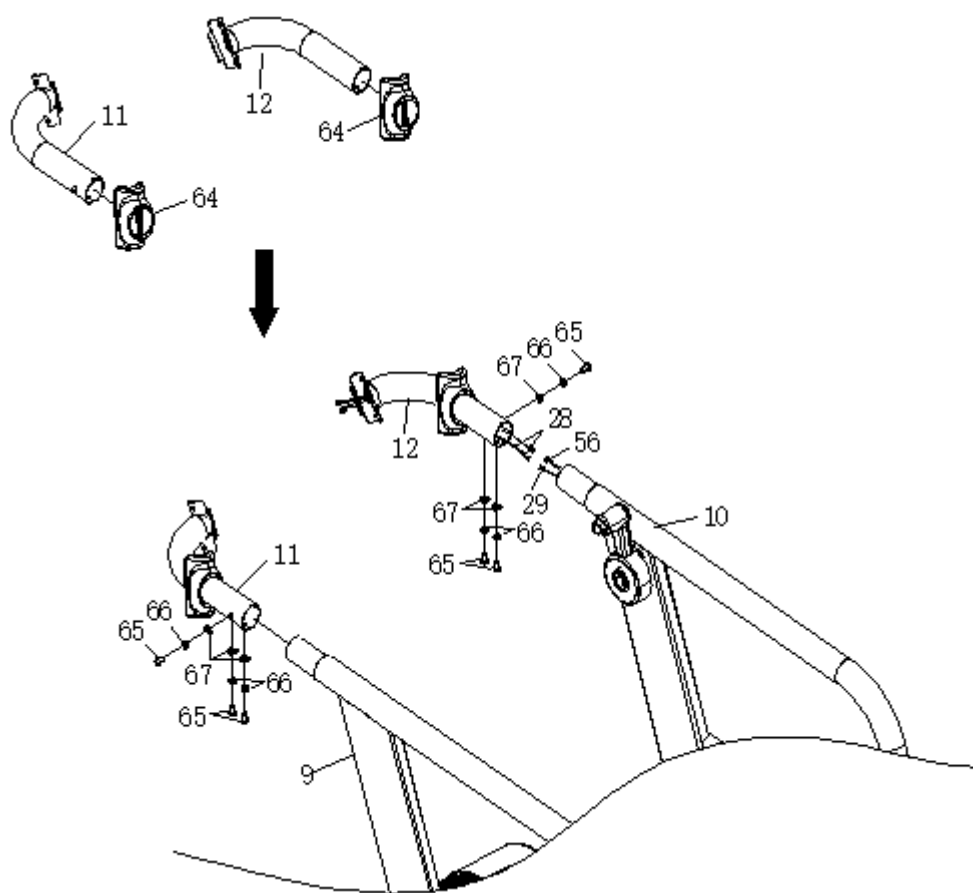
Krytky (64) nasuňte na spojovníky držiadiel (11 a 12).

Na pravej strane spojte lanko podporu (28 a 56). Potom spojte káble (28 a 29).

Pripevnite pravý spojovník držiadiel (12) na pravý stĺpik (10) pomocou 3 skrutiek M8 x 15 mm (65), 3 pružných podložiek M8 (66) a 3 prehnutých podložiek M8 (67).

Pripevnite ľavý spojovník držiadiel (11) na ľavý stĺpik (11) pomocou 3 skrutiek M8 x 15 mm (65), 3 pružných podložiek M8 (66) a 3 prehnutých podložiek M8 (67).

Zatiaľ nedotiahujte.



Krok 5

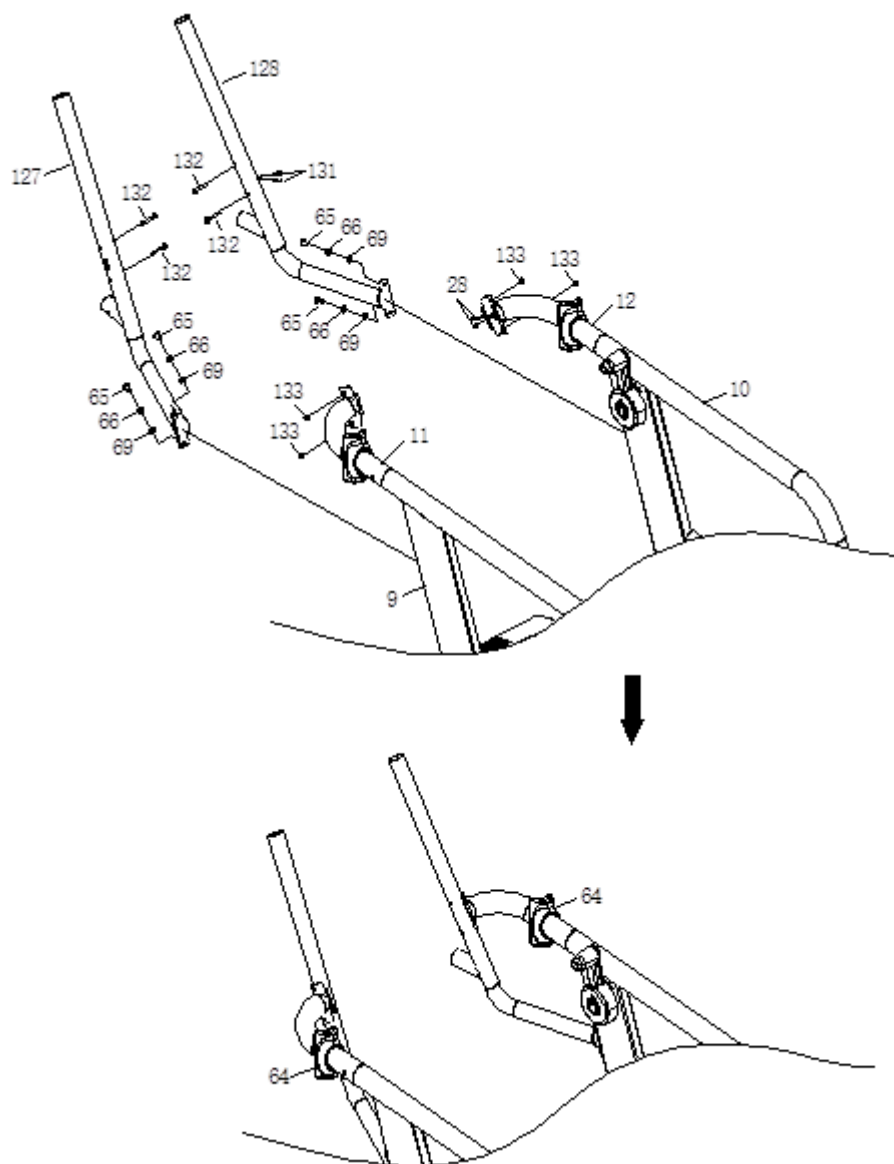
Spojte lanká (131) na pravom držadle (128) s lankami vedúcou zo stĺpika (28).

Držadlo (128) upevnite na spojovník (12) pomocou 2 skrutiek (132) a 2 matíc M6 (133).

Potom držadlo (128) upevnite na stĺpik (10) pomocou 2 skrutiek M8 x 15 mm (65), 2 pružných podložiek M8 (66) a 2 plochých podložiek M8 (69).

Opakujte upevnenie držadla na ľavej strane.

Zatiaľ nedotŕhajte.

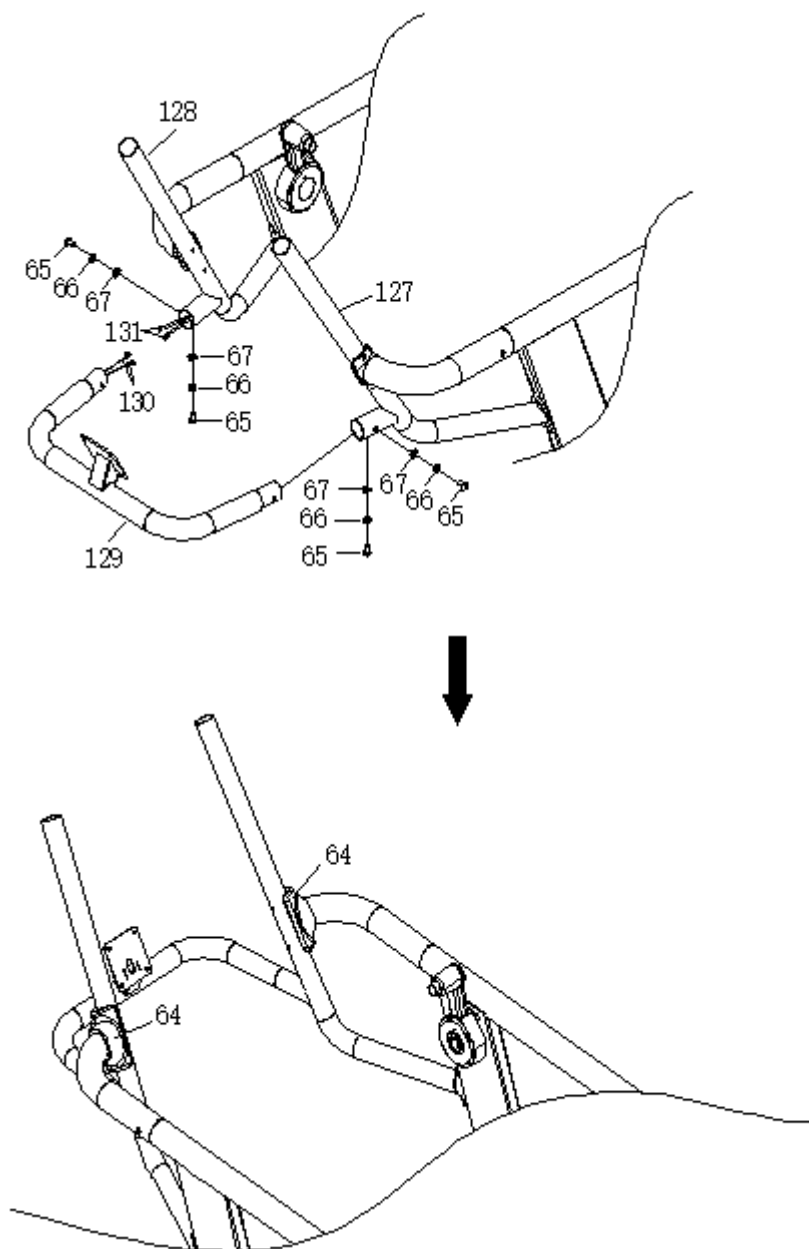


Krok 6

Spojte lanká (130) z držiaka konzoly (129) s lankami (131) vedúce z pravého držadla (128). Potom držiak konzoly (129) upevnite na ľavé (127) a pravé (128) držadlo pomocou 4 skrutiek M8 x 15 mm (65), 4 pružných podložiek M8 (66) a 4 prehnutých podložiek M8 (67).

Utiahnite všetky skrutky.

Nasuňte krytky (64) medzi spoje držiadiel (127 / 128) a (11 / 12).

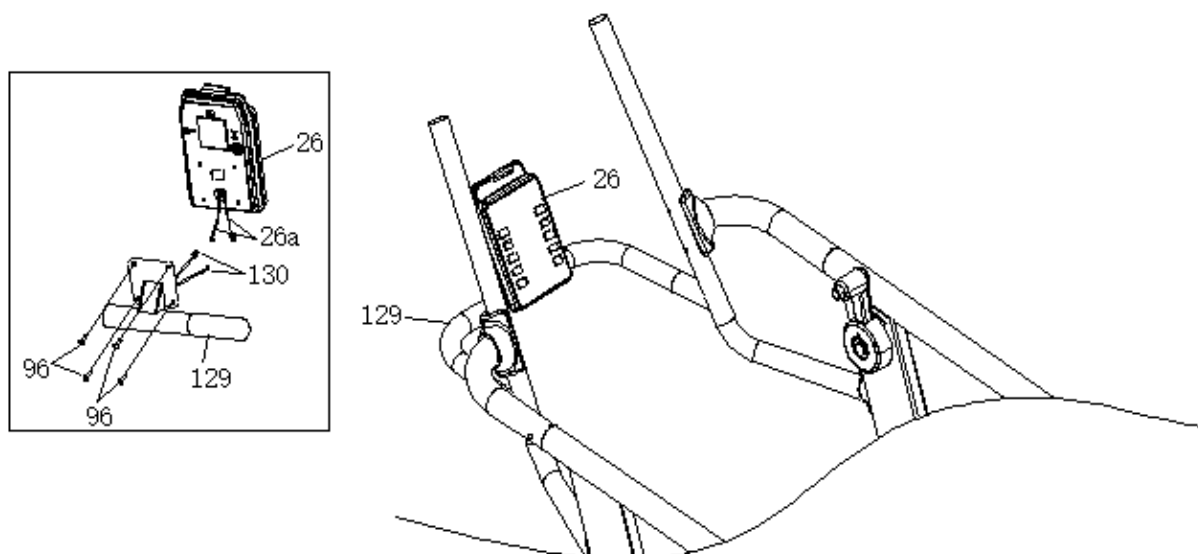


Krok 7

Z konzoly (26) odskrutkujte 4 skrutky (96). Skrutky si uschovajte, potom slúžia na upevnenie konzoly.

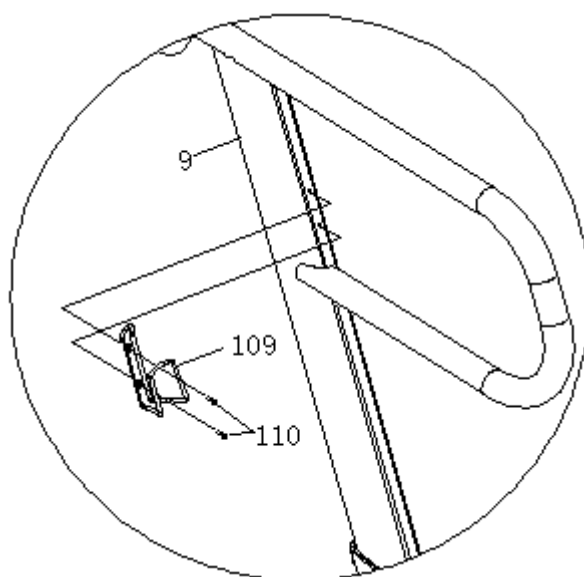
Spojte káble (26a) vedúce z konzoly, s káblami (130) vedúce z držiaka konzoly (129).

Konzolu (26) upevnite do držiaka konzoly (129) pomocou 4 skrutiek (96).

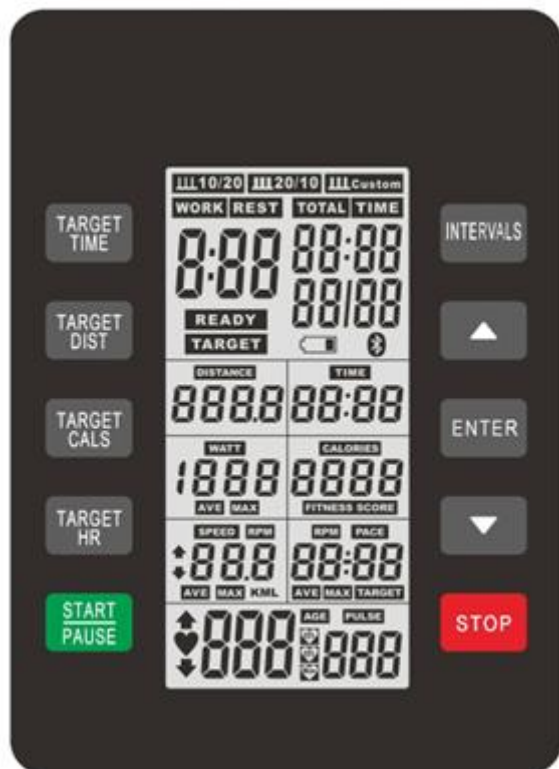


Krok 8

Držiak fľaše (109) upevnite na stĺpik (9) pomocou 2 skrutiek (110).



KONZOLA



Total time (celkový čas)

Rozsah zobrazenia: 00:00 ~ 99:59. Hodnota sa iba pripočíta.

Time (čas)

Rozsah zobrazenia: 00:00 ~ 99:59. Hodnota sa pripočíta aj odčíta.

Distance (vzdialenosť)

Rozsah zobrazenia: 0.0 ~ 999.9 km/mil. Hodnota sa pripočíta aj odčíta.

Calories (kalórie)

Rozsah zobrazenia: 0 ~ 9999 kcal. Hodnota sa pripočíta aj odčíta.

Watt & resistance (výkon a odpor)

Zobrazenie sa prepína každých 5 sekúnd.

Rozsah zobrazenia (watt): 0 ~ 1999 wattov.

Rozsah zobrazenia (resistencia): 1 – 8 úroveň.

Pace (tempo)

Rozsah zobrazenia: 0:00 ~ 99:59 km/h, m/h.

Speed (rýchlosť)

Rozsah zobrazenia: 0.0 ~ 99.9 km/h, m/h.

Pulse (pulz)

Rozsah zobrazenia: 30 ~ 230

Pokiaľ nie je pulz detegovaný, je zobrazené „P“.

Bluetooth

Konzola je kompatibilná s Kinomap & Zwift aplikáciami.

Stav batérie

Konzola je napájaná 4x AA batériami.

SPUSTENIE

Po vložení batérií a spustení sa zobrazia všetky údaje (obr. 1).

Stlačením Quick Start spustíte rýchly program (obr. 2 a 3).

Podržaním tlačidla *STOP* vymažete všetky dáta.

Podsvietenie displeja sa spustí iba ak rýchlosť presiahne 4 km/h.

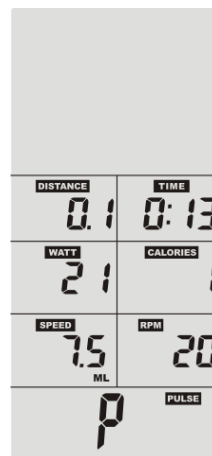
Odpor nastavíte po vstupe do tréningového programu.



Obr. 1



Obr. 2



Obr. 3

VYPNUTIE

V pohotovostnom režime sa konzola automaticky vypne po 4 min neaktivity.

Ak je spustený program, konzola sa prepne do pohotovostného režimu po 5 min neaktivity.

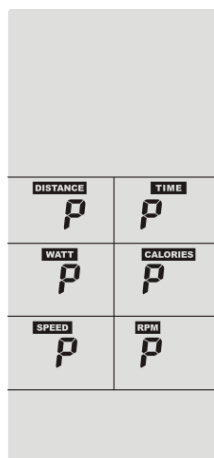
Ak je spustený program, stlačením *STOP* program ukončíte. Zobrazia sa všetky dáta a priemerné hodnoty watt a rýchlosť.

Po zobrazení dát stlačte *STOP* pre vstup do pohotovostného režimu.



POZASTAVENIE PROGRAMU

Pokiaľ počas tréningu stlačíte *START*, počítanie dát sa pozastaví. Vo všetkých oknách sa zobrazí „P“. Konzola sa prepne do pohotovostného režimu po 5 min neaktivity. Stlačením *START* prebudíte konzolu z pohotovostného režimu.



TLAČIDLÁ

Start / pause

- Stlačením spustíte program.
- Ak je spustený program, stlačením tlačidla program pozastavíte

Stop

- Podržaním po dobu 2 sekúnd vynulujete všetky dáta.
- Stlačením vypnete spustený program.

Hore

- Navýšenie hodnoty, podržaním sa bude hodnota konštantne navyšovať.

Dole

- Zníženie hodnoty, podržaním sa bude hodnota konštantne znižovať.

Enter

- Potvrďte hodnotu.

Intervals

- Intervalové programy: 10/20, 20/10 a používateľský interval.

Target time

- V pohotovostnom režime spustíte program odpočtu času.

Target dist

- V pohotovostnom režime spustíte program odpočtu vzdialenosti.

Target cals

- V pohotovostnom režime spustíte program odpočtu kalórií.

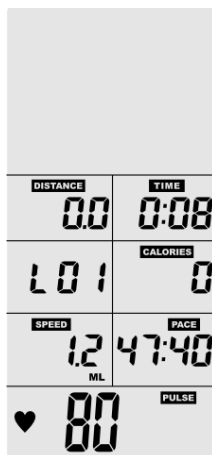
Target HR

- V pohotovostnom režime spustíte program cieľovej srdcovej frekvencie.

PROGRAMY

Rýchly štart

Začnite tréning. Program deteguje tempo od 10 km/h.



Interval 10/20

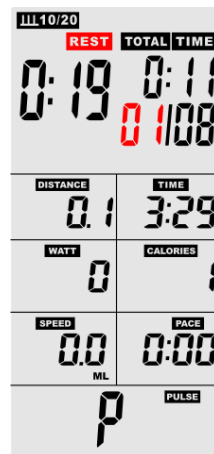
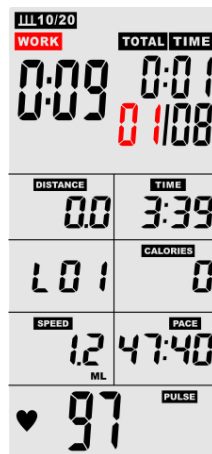
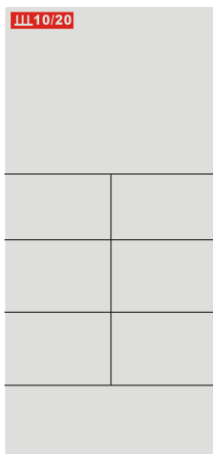
Zvoľte „Interval 10/20“, stlačením „Enter“ program spustíte.

Konzola spustí 3 sekundový odpočet, potom sa spustí prvý interval tréningu a displej zobrazí 01/XX. Dĺžka intervalu tréningu je 10 sekúnd.

Potom sa spustí 20-sekundový interval odpočinku.

Intervaly sa opakujú v cykle.

Po dokončení posledného kola intervalov sa program vypne.



Interval 20/10

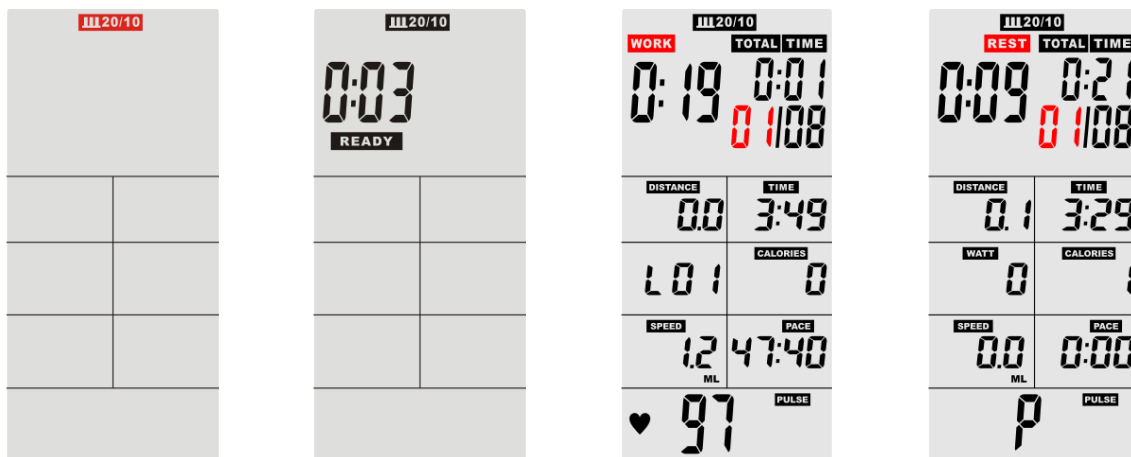
Zvoľte „Interval 20/10“, stlačením „Enter“ program spustíte.

Konzola spustí 3 sekundový odpočet, potom sa spustí prvý interval tréningu a displej zobrazí 01/XX. Dĺžka intervalu tréningu je 20 sekúnd.

Potom sa spustí 10-sekundový interval odpočinku.

Intervaly sa opakujú v cykle.

Po dokončení posledného kola intervalov sa program vypne.



Používateľský interval

Zvoľte „interval custom“. Stlačte „Enter“ alebo „Start“ pre potvrdenie výberu.

Prejdete do nastavenia programu. Displej zobrazí 00/01. Pomocou navigačných tlačidiel nastavte počet intervalov tréningu. Rozsah nastavenia 0 – 20. Stlačením „enter“ uložíte výber a prejdete do ďalšieho nastavenia.

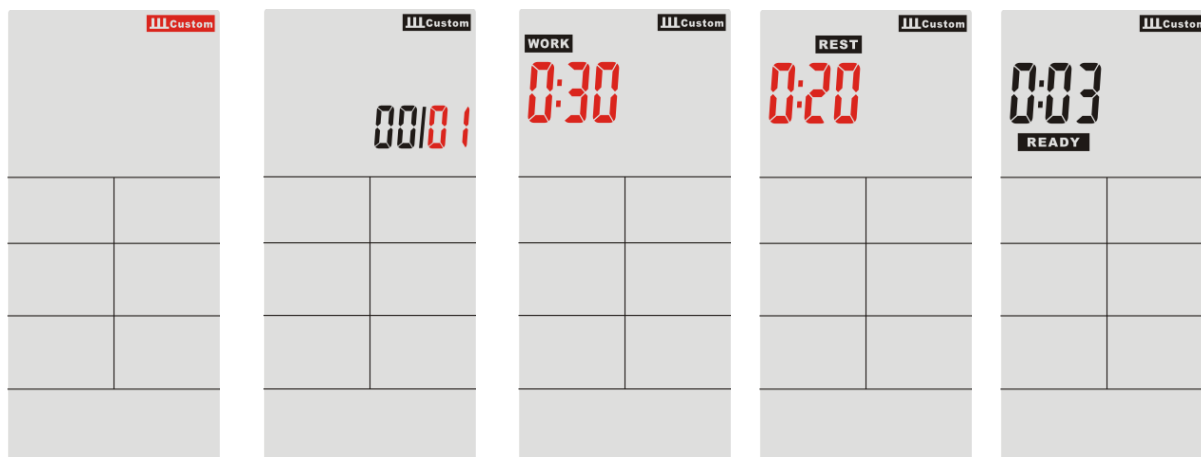
Začne blikať údaj „work and total time“. Nastavte dĺžku intervalu tréningu. Pôvodná hodnota 0:30, rozsah nastavenia 0:05 – 9:59. Hodnotu nastavte pomocou navigačných tlačidiel. Stlačením „enter“ uložíte hodnotu a prejdete do nastavenia ďalšej hodnoty.

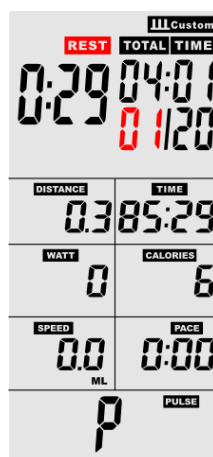
Začne blikať údaj „rest and total time“. Nastavte dĺžku intervalu odpočtu. Pôvodná hodnota 0:30, rozsah nastavenia 0:05 – 9:59. Hodnotu nastavte pomocou navigačných tlačidiel. Stlačením „enter“ spustíte program.

Konzola spustí 3 sekundový odpočet, potom sa spustí prvý interval tréningu a displej zobrazí 01/XX.

Potom sa spustí interval odpočinku.

Intervaly sa opakujú v cykle, kým nie sú všetky intervaly dokončené. Potom sa program ukončí.

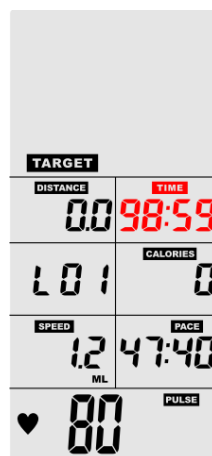




Odpočet času

Pre vstup stlačte „target time“.

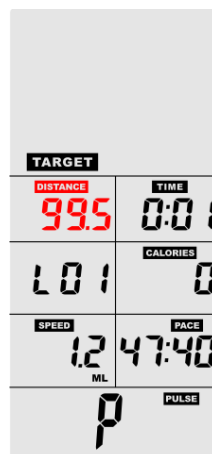
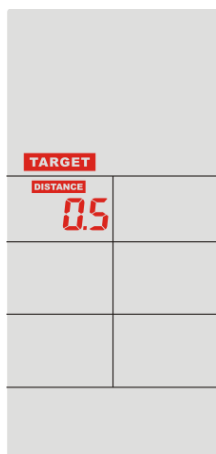
Pomocou navigačných tlačidiel nastavte dĺžku programu. Pôvodná hodnota 1:00, rozsah nastavenia 1:00~99:00. Hodnotu potvrdíte stlačením „enter“. Spustí sa odpočet.



Odpočet vzdialenosti

Pre vstup stlačte „target distance“.

Pomocou navigačných tlačidiel nastavte vzdialenosť. Pôvodná hodnota 0.5 km / mil, rozsah nastavenia 0.5 ~ 100 km / mil. Hodnotu potvrdíte stlačením „enter“. Spustí sa odpočet.



Interval srdcovej frekvencie

Pre vstup stlačte „target heart rate“.

Začne blikať hodnota „age (vek)“. Pomocou navigačných tlačidiel nastavte hodnotu. Pôvodná hodnota: 30 rokov, rozsah nastavenia 11 – 120 rokov. Potvrďte stlačením „enter“ a prejdete do nastavenia ďalšej hodnoty.

Nastavte % srdcovej frekvencie. 65%, 85% alebo vlastné. Pokiaľ vyberiete hodnoty 65% alebo 85%, stlačením „enter“ spustíte program.

Ak zvolíte vlastné nastavenie, pomocou navigačných tlačidiel nastavte hodnotu. Pôvodná hodnota 100, rozsah nastavenia 50~195. Stlačením „enter“ spustíte program.

Budú blikať ikony cieľa a srdcovej frekvencie.

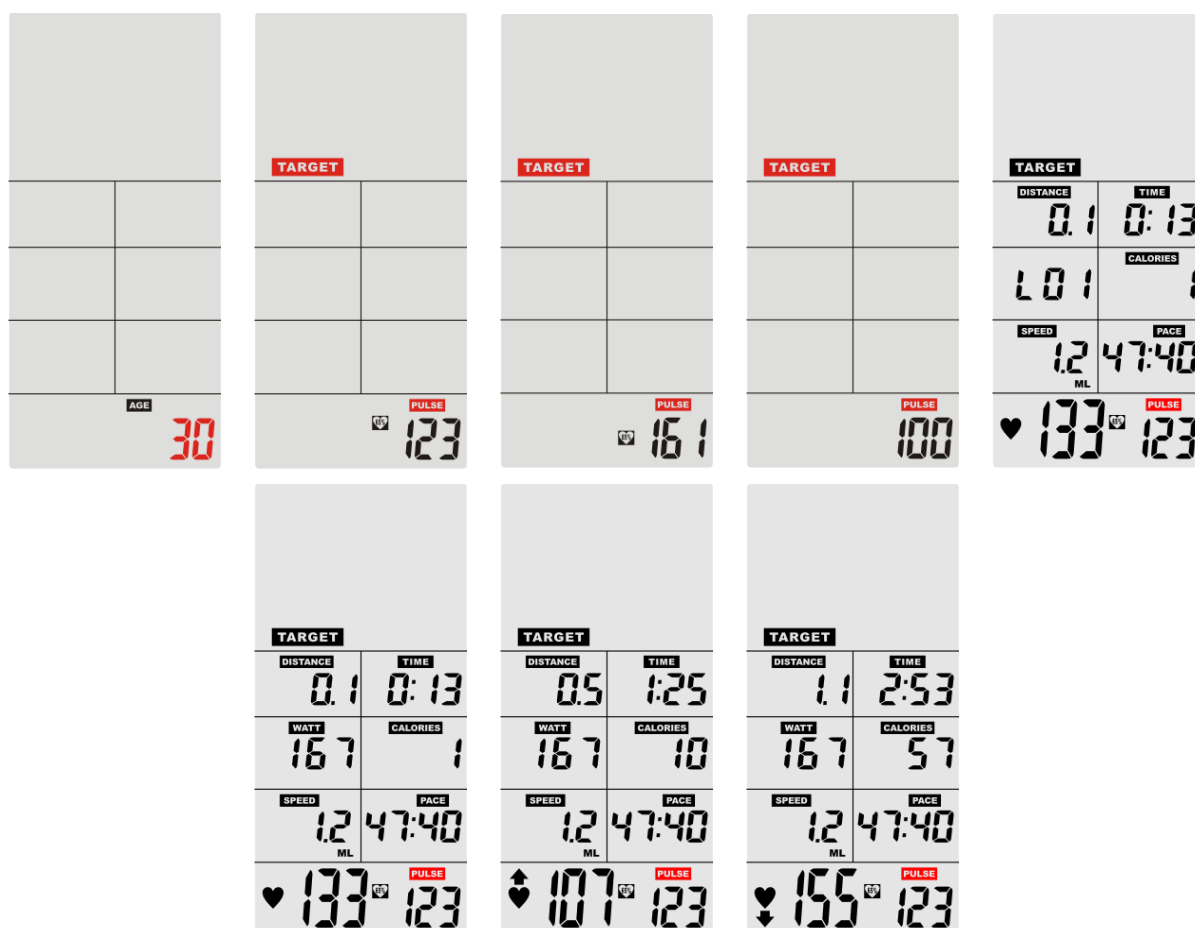
Ak je srdcová frekvencia <10% od nastavenej hodnoty, zobrazí sa indikátor, že je potrebné navýšiť tempo.

Ak je srdcová frekvencia >10% od nastavenej hodnoty, zobrazí sa indikátor, že je potrebné znížiť tempo.

Pokiaľ je detegovaná srdcová frekvencia rovnaká alebo vyššia, ozve sa každú sekundu zvukový signál.

Pokiaľ nie je srdcová frekvencia detegovaná, displej pulzu zobrazí „P“ a prepne sa do pohotovostného režimu po dobu 30 sekúnd.

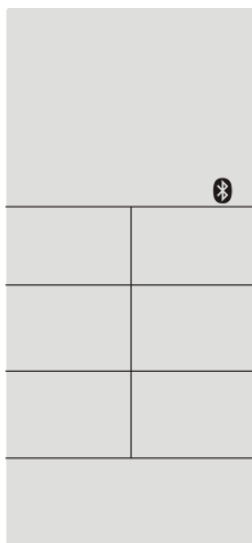
Ak konzola nedeteguje žiadnu operáciu po dobu 30 sekúnd, prepne sa do pohotovostného režimu.



Bluetooth

Konzolu je možné pomocou Bluetooth prepojiť s kinomap a zwift aplikáciami.

Ikona Bluetooth je zobrazená, ak je konzola spárovaná s aplikáciou.

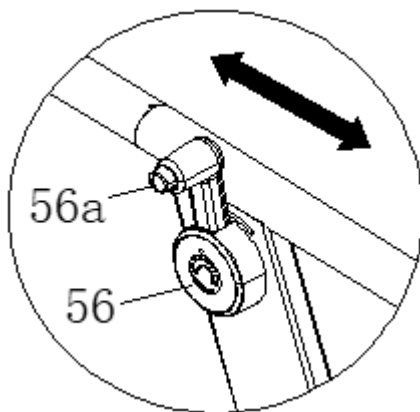


NASTAVITELNÉ ČASTI

Nastavenie odporu

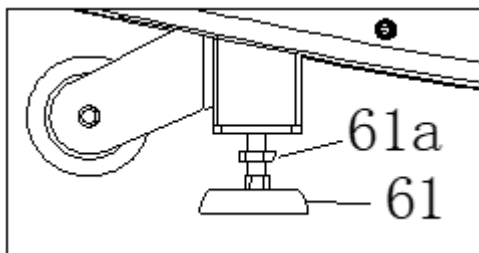
Na pravom držadle (10) je páčka nastavenia odporu (56). Dopredu znížite odpor, zatiahnutím odpor navýšite.

Pre navýšenie odporu na 5 a vyššiu úroveň je potrebné stlačiť tlačidlo (56a) na páčke.



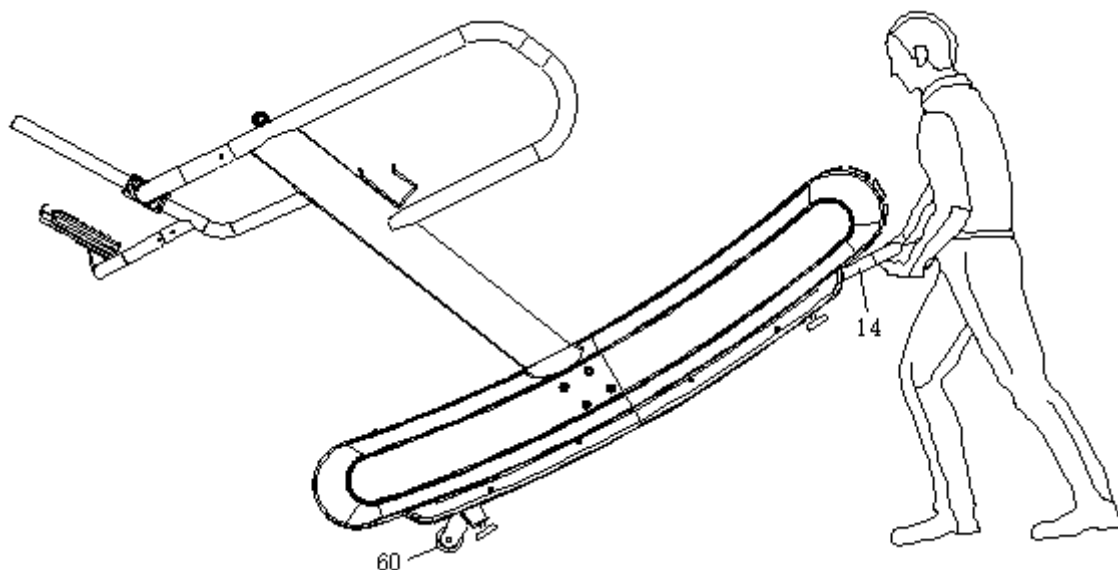
Nastavenie vyrovnávacích nôh

Pomocou matice (61a) uvoľnite nohu a nastavte ju tak, aby bol stroj vyrovnaný. Potom maticu opäť utiahnite.



Presun

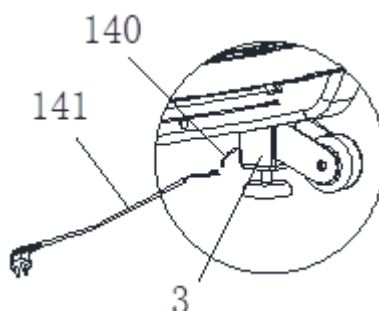
Uchopte rukoväť (14) oboma rukami a umiestnite ju na transportné kolieska (60).



UZEMNENIE

Kábel slúži iba na odvádzanie statickej elektriny, nie na napájanie. V závislosti na prostredí, kde sa pás nachádza, ale aj na oblečení bežca (silónové vs bavlnené materiály) sa môže na páse pri cvičení tvoriť statická elektrina. Pre jej bezpečné odvádzanie odporúčame pripojiť na to určený kábel a ten zapojiť do zásuvky, tým bude zaistené bezpečné uzemnenie a odvod statickej elektriny.

Uzemňovací kábel (140) zapojte do predného pravého nosníka a potom do zásuvky.



ÚDRŽBA A SKLADOVANIE

SKLADOVANIE

Pás skladujte na suchom a tienistom mieste. Chráňte pred prachom. Pred skladovaním odpojte zo zásuvky (ak je to možné).

Životnosť a bezpečnosť zariadenia je možné zaručiť len v prípade, ak pravidelne kontrolujete, či produkt nie je poškodený alebo opotrebovaný.

Nikdy neodstraňujte ochranné kryty.

Pás je určený len na používanie v interiéri; nepoužívajte ho vo vlhkých priestoroch.

Pravidelne kontrolujte, či sú všetky skrutky a matice dotiahnuté.

ÚDRŽBA

Na čistenie vždy používajte mäkkú bavlnenú handričku a jemný čistiaci prostriedok.

Nikdy nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky na báze alkoholu alebo benzínu.

PRAVIDELNÁ KONTROLA

DENNÁ KONTROLA

- Pred každým použitím sa uistite, že žiadne predmety v okolí nebránia voľnému pohybu používateľa.
- Pred každým použitím skontrolujte, či je bežecká plocha správne upevnená, a skontrolujte jej opotrebenie.
- Po každom použití utrite pot a vlhkosť.
- Displej konzoly čistite vlhkou, mäkkou bavlnenou handričkou. Nepoužívajte nadmerné množstvo vody.

TÝŽDENNÁ KONTROLA

- Dôkladne vyčistite plastový kryt.
- Vyčistite držadlá a displej.
- Skontrolujte, či je bežecká plocha správne upevnená, a skontrolujte jej opotrebenie.
- Skontrolujte opotrebenie všetkých skrutiek a matíc a uistite sa, že sú správne utiahnuté.

MESAČNÁ KONTROLA

- Naneste antikoróznú ochranu na všetky kovové časti.
- Skontrolujte stav AA batérie v konzole a v prípade potreby ju vymeňte.
- Vyčistite bežeckú plochu.

Neodporúčame vykonávať žiadne vnútorné opravy/úpravy.

Použitie akéhokoľvek iného produktu ako čističa a maziva môže skrátiť životnosť produktu.

BEZPEČNÉ CVIČENIE

Pred cvičením sa poraďte s 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. Ak používate zariadenie častejšie, môžete si zvoliť medzi chôdzou a behom. Ak si nie ste istý najvhodnejšou rýchlosťou, riadte sa nasledujúcimi údajmi:

Rýchlosť 1 – 3.0 km/h	Telesne slabší jedinci
Rýchlosť 3.0 – 4.5 km/h	Pohybovo menej 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	Rekreační bežci
Rýchlosť 9.0 – 12.0 km/h	Stredne zdatní 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, najmä ak spadáte do vekovej kategórie nad 45 rokov alebo ak máte zdravotné problémy.

Skôr než sa na pás postavíte, vyskúšajte si, ako sa stroj ovláda. Predovšetkým sa správne naučte stroj spúšťať a zastavovať. Venujte pozornosť aj ovládaniu rýchlosti. Všetko opakujte, kým si na ovládanie nezvyknete.

CVIČENIE

Najprv sa naučte stroj ovládať. Dobre si zapamätajte, ako pás rozbehnúť, zastaviť a ako usmerniť rýchlosť. Akonáhle si na ovládanie zvyknete, skúste na páse ujsť 1 km stabilnou rýchlosťou a pokúste sa vylepšiť čas. Malo by vám to zabráť cca 15 – 25 minút. Potom skúste ujsť 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 sa. 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 SPALOVANIE KALÓRIÍ

Najlepšie je cvičiť 15 – 20 minút. Zahrievacia fáza by mala trvať okolo 2 minút za rýchlosti 4,8 km/h. Potom zvýšte rýchlosť na 5,3 a 5,8 km/h, každá fáza by mala trvať asi 2 minúty. Potom pridávajte rýchlosť vždy každé 2 minúty o 0,3 km/h a zrýchľujte, dokým sa Vám nezrýchli dych. Pozor, dýchanie Vám nesmie robiť problémy. Pokračujte s cvičením pri tejto rýchlosti. Pokiaľ by ste mali problémy s dychom, znížte rýchlosť opäť o 0,3 km/h. Nakoniec si ponechajte 4 minúty na spomalenie. Pokiaľ by Vám zvyšovanie náročnosti pomocou rýchlosti nevyhovovalo, môžete zvýšiť náročnosť nastavením sklonu. Pozvoľné zvyšovanie uhla sklonu môže významne ovplyvniť náročnosť cvikov.

METÓDA SPALOVANIA KALÓRIÍ - Toto cvičenie napomáha rýchlejšiemu páleniu kalórií. Najskôr cvičte po dobu 5 minút pri rýchlosti 4 – 4,8 km/h a potom každé 2 minúty vždy o 0,3 km/h 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 bežecský pás alebo do medzier zariadenia. Zabráňte tak prípadnému opotrebeniu a poškodeniu zariadenia. Obliekajte sa pohodlne.

ZAHRIEVACIA FÁZA

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



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. Jednu ruku dajte dole za seba a uchopte chodidlo. Pritiahnite ho k zadku, toľko koľko to ide. 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 pažu napnite k špičke natiahnutej nohy. Vydržte 15 sekúnd a povoľte. Opakujte taktiež s ľavou nohou.



Vnútorne strany stehien

Posaďte sa na podlahu so špičkami nôh pri sebe. Kolená smerujú von. Pritiahnite chodidlá k trieslam. Kolená tlačte dolu. 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 bedro tlačíte smerom k stene. Vydržte 30 – 40 sekúnd. Nohy majte napnuté a opakujte s druhou nohou.

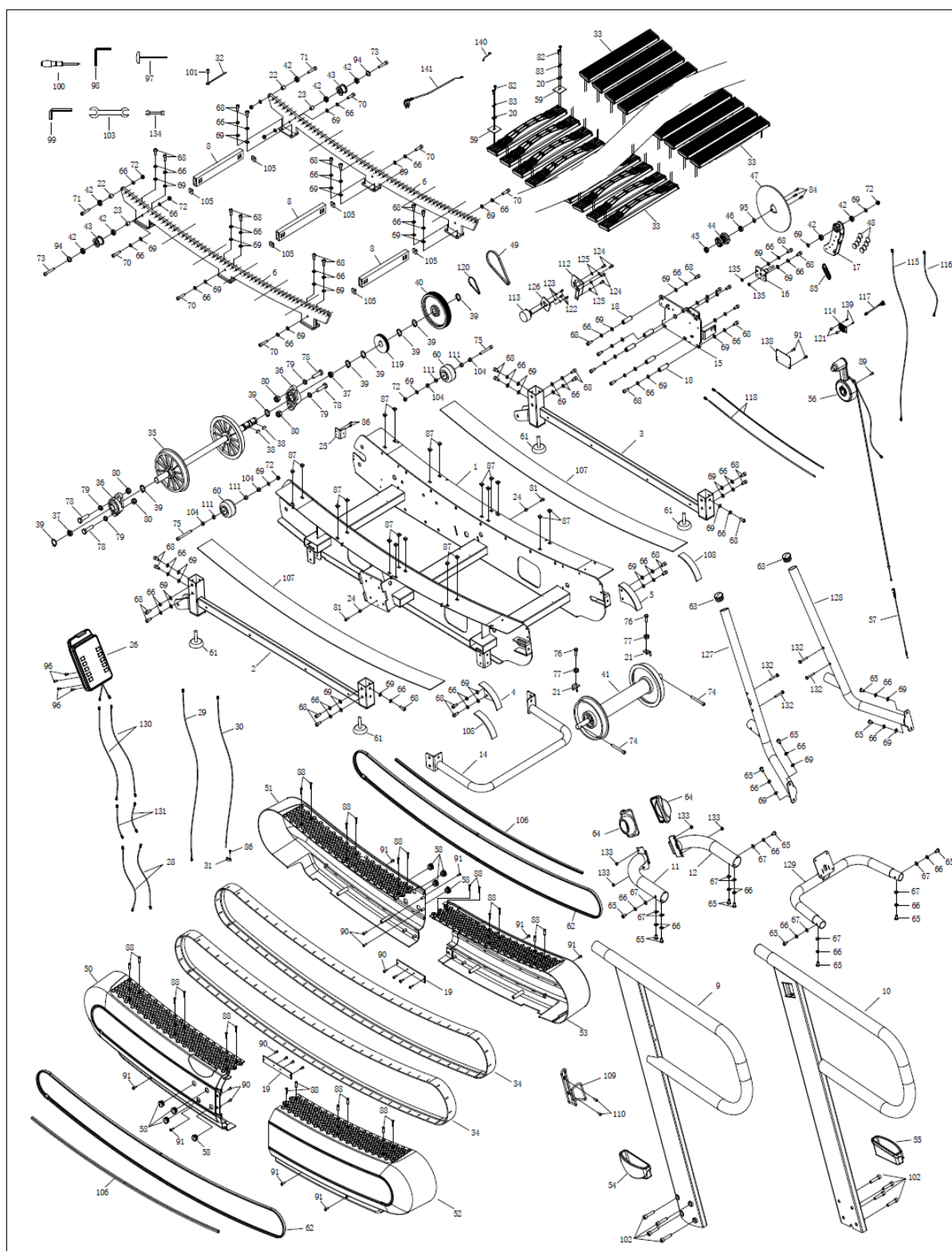
SKLADOVANIE

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 na profesionálne a komerčné používanie. 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 na bežecskom 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 na cvičenie. Pokiaľ pocítite počas cvičenia bolesť, nevoľnosť, zle sa Vám dýcha alebo máte nejaké iné zdravotné problémy, ihneď cvičenie ukončíte. Ak bolesť pretrvá, okamžite navštívte lekára.
- Tento bežecký pás nie je vhodný ako profesionálna lekárska pomôcka. Tiež ho nemožno využiť na liečebné účely.
- 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 okolité faktory vždy presné.

NÁKRES



ZOZNAM ČASTÍ

Ozn.	Názov	Ks
1	Hlavný rám	1
2	Ľavý schodík	1
3	Pravý schodík	1
4	Ľavý kryt koncovej krytky	1
5	Pravý kryt koncovej krytky	1
6	Rám vodiacej kladky	2
8	Spojovací rám vodiacej kladky	3
9	Ľavý stĺpik	1
10	Pravý stĺpik	1
11	Spojovací rám ľavej prednej rukoväte	1
12	Spojovací rám pravej prednej rukoväte	1
14	Držadlo na zdvíhanie pásu	1
15	Montážna konzola magnetického ovládania	1
16	Konzola na nastavenie magnetického ovládania	1
17	Držiak magnetu	1
18	Závitová rúrka prevodovky	5
19	Montážna doska bočného krytu	2
20	Montážna doska reľaze	120
21	Montážna doska zadného valca	2
22	Distančná podložka 608	98
23	Hliníková distančná podložka vodiacej kladky	12
24	Polohovacie puzdro	2
25	Držiak senzora	1
26	Displej konzoly	1
28	Kábel stredového senzora	2
29	Kábel spodného senzora	1
30	Tyčový senzor	1
31	Montážna doska senzora	1
32	Hliníkový uzemňovací vodič	1
33	Lamela	60
34	Lamela hnacieho remeňa	2
35	Predná remenica	1
36	Držiak ložiska 6205	2
37	Ložisko 6205	2
38	Plochý spojovací čap	1

Ozn.	Názov	Ks
39	Pevný krúžok Ø 25	6
40	Kladka	1
41	Súprava zadných kladiek	1
42	Ložisko 608-2L	124
43	Hliníková vodiaca kladka	12
44	Magnetická kladka	1
45	Ložisko 6002	1
46	Jednosmerné ložisko OW6203	1
47	Hliníkový disk	1
48	Magnet	8
49	Hnací remeň 390J8	1
50	Ľavý predný bočný kryt	1
51	Pravý predný bočný kryt	1
52	Ľavý zadný bočný kryt	1
53	Pravý zadný bočný kryt	1
54	Ľavá silikónová podložka	1
55	Pravá silikónová podložka	1
56	Páčka na nastavenie odporu	1
57	Kábel na nastavenie spodného odporu	1
58	Kruhový vnútorný kryt Ø 25	8
59	Podložka pod nohy	120
60	Predné transportné koleso	2
61	Nastaviteľná podložka pod nohy	4
62	Dekoratívny pásik	2
63	Kruhový vnútorný kryt Ø 38	2
64	Predný dekoratívny kryt	2
65	Imbusová skrutka M8 x 15 mm	14
66	Pružinová podložka M8	172
67	Podložky M8	10
68	Imbusová skrutka M8 x 15 mm	42
69	Plochá podložka M8	56
70	Imbusová skrutka M8 x 35 mm	6
71	Imbusová skrutka M8 x 45 mm	98
72	Nylonová matica M8	113
73	Imbusová skrutka M8 x 50 mm	12
74	Imbusová skrutka M8 x 60 mm	2
75	Imbusová skrutka M8 x 65 mm	2

Ozn.	Názov	Ks
76	Šesťhranná skrutka M8 x 30 mm	2
77	Matica M8	2
78	Šesťhranná skrutka M16 x 40 mm	4
79	Pružinová podložka M16	4
80	Šesťhranná skrutka M16	4
81	Imbusová skrutka M6 x 25 mm	6
82	Skrutka M5 x 16 mm	240
83	Pružinová podložka M5	240
84	Skrutka s vnútorným šesťhranom M5 x 12 mm	3
85	Napínacia pružina	1
86	Skrutka M4 x 10 mm	3
87	Matica M5	20
88	Skrutka M5 x 30 mm	24
89	Skrutka M5 x 16 mm	1
90	Samorezná skrutka ST4.2 x 16 mm	12
91	Samorezná skrutka ST4.2 x 19 mm	8
94	Poistný krúžok Ø 22	12
95	Poistný krúžok hriadeľa Ø 15	1
96	Skrutka M5 x 10 mm	4
97	Imbusový kľúč 5 mm	1
98	Imbusový kľúč 6 mm	1
99	Imbusový kľúč 8 mm	1
100	Skrutkovač	1
101	Skrutka M5 x 12 mm	1
102	Skrutka M10 x 45 mm	8
103	Kľúč č. 17-19	1
104	Podložka	4
105	Polohovacia matica	6
106	Kryt LED svetidla	2
107	EVA podložka	2
108	Gumená podložka	2
109	Držiak na fľašu	1
110	Skrutka Phillips M5 x 12 mm s plochou hlavou	2
111	Mazané ložisko	4
112	Držiak generátora	1
113	Generátor	1
114	Ovládací panel	1

Ozn.	Názov	Ks
115	Ľavý kábel LED pásika	1
116	Pravý kábel LED pásika	1
117	Stredný kábel pre LED pásik	1
118	LED pásik	2
119	Malá kladka	1
120	Hnací remeň 150J3	1
121	Nylonové puzdro	2
122	Skrutka M4 x 8 mm	3
123	Pružinová podložka M4	3
124	Skrutka M6 x 12 mm	4
125	Plochá podložka M6	4
126	Montážna doska generátora	1
127	Ľavá vertikálna rukoväť	1
128	Pravá vertikálna rukoväť	1
129	Držiak konzoly	1
130	Horný pripojovací kábel	2
131	Stredný pripojovací kábel	2
132	Skrutka M6 x 50 mm	4
133	Nylonová matica M6	4
134	Kľúč č. 8-č. 10	1
135	Podložka magnetického držiaka	2
138	Kovová doštička	1
139	Skrutka M3 x 12 mm	2
140	Uzemňovací kábel	1
141	Pripojenie uzemňovacieho kábla	1

OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA

Po uplynutí doby životnosti výrobku alebo v okamihu, kedy by oprava bola neekonomická, produkt nevyhadzujte do domového odpadu. Za účelom správnej likvidácie výrobku ho odovzdajte na určených zberných miestach, kde bude prijatý zdarma.

Správnou likvidáciou pomôžete zachovať cenné prírodné zdroje a napomáhate prevencii potenciálnych negatívnych dopadov na životné prostredie a ľudské zdravie, čo by mohli byť dôsledky nesprávnej likvidácie odpadov. Ďalšie podrobnosti si vyžiadajte od miestneho úradu alebo najbližšieho zberného miesta. Pri nesprávnej likvidácii tohto druhu odpadu môžu byť v súlade s národnými predpismi udelené pokuty.

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

Reklamácia tovaru



Vrátenie a výmena tovaru

