



UŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK
IN 3879 Bežecský pás inSPORTline Cirrus



Záručný a pozáručný servis zabezpečuje:

inSPORTline s.r.o., Električná 6471, 911 01 Trenčín

mail: reklamacie@insportline.sk, servis@insportline.sk

www.insportline.sk

OBSAH

VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA.....	3
MIMORIADNE BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA.....	3
1.NAPÁJANIE.....	3
2.MONTÁŽ.....	4
OBSAH BALENIA.....	4
NÁKRES 1.....	6
ZOZNAM DIELOV.....	7
NÁKRES 2.....	8
MONTÁŽ.....	8
NÁVOD NA POUŽITIE.....	9
1.ZAPNUTIE PRÍSTROJA.....	9
2.BEZPEČNOSTNÝ KĽÚČ.....	10
3.ZLOŽENIE/ROZLOŽENIE BEŽECKÉHO PÁSU.....	10
OVLÁDACÍ PANEL.....	11
1.TECHNICKÁ ŠPECIFIKÁCIA.....	11
2.FUNKCIE.....	11
3.DISPLEJ POČÍTAČA.....	13
4.ZVOLENIE PROGRAMU P1 – P25.....	13
ÚDRŽBA.....	15
1.NASTAVENIE BEŽECKÉHO PÁSU.....	15
2.CENTROVANIE BEŽECKÉHO PÁSU.....	15
3.MAZANIE.....	16
4.ČISTENIE.....	16
5.SKLADOVANIE.....	17
DÔLEŽITÉ POZNÁMKY.....	17
RIEŠENIE PROBLÉMOV.....	17
VŠEOBECNÉ ODPORÚČANIA NA CVIČENIE.....	18
ZAHRIEVACIE A PREŤAHOVACIE CVIKY.....	18
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE.....	20

POĎAKOVANIE

Ďakujeme Vám za zakúpenie tohto výrobku. Cvičením na tomto prístroji precvičujete Vaše svalstvo a zlepšujete telesnú kondíciu. Iste sa Vám bude príjemne cvičiť v domácom prostredí.

VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA

Pri výrobe našich fitness výrobkov kladieme dôraz najmä na ich bezpečnosť a precíznosť spracovania. Napriek tomu je veľmi dôležité, aby ste dodržiavali nižšie uvedené bezpečnostné pokyny. Za škody na zdraví vzniknuté v dôsledku nedodržania týchto pokynov nenesieme žiadnu zodpovednosť.

Z bezpečnostných dôvodov si pred prvým použitím prístroja pozorne prečítajte celý manuál.

1. Pred začatím cvičebného programu sa poraďte s lekárom. Lekár by vás mal uistiť, že pre vás pravidelný a intenzívny tréning nepredstavuje zdravotné riziko. Konzultácia s lekárom je obzvlášť dôležitá, ak trpíte zdravotnými problémami.
2. Ľudia s telesným postihnutím by mali prístroj používať iba pod odborným dohľadom.
3. Na cvičenie na prístroji používajte pohodlné oblečenie a športovú obuv. Nenoste príliš voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo do prístroja zachytiť.
4. Ak začnete pociťovať bolesti kĺbov či svalov, prestaňte okamžite cvičiť. Všímajte si, ako vaše telo reaguje na zvolený cvičebný program. Ak máte závraty, znamená to, že ste zvolili príliš vysokú intenzitu cvičenia - ľahnite si na zem a počkajte, až sa vám urobí lepšie.
5. Osoby s telesným alebo mentálnym postihnutím a osoby, ktoré nie sú oboznámené s informáciami v tomto manuáli, môžu prístroj používať len pod vedením skúsenej osoby, ktorá bude zodpovedná za ich bezpečnosť. Deti môžu výrobok používať iba v prítomnosti dospelkej osoby, ktorá dohliadne na jeho bezpečné a správne použitie.
6. Počas cvičenia sa nesmú v okolí prístroja pohybovať deti. Prístroj uchovávajte mimo dosahu detí a domácich zvierat.
7. Na prístroji nesmie súčasne cvičiť viac ako 1 osoba.
8. Montáž vykonajte presne podľa pokynov v manuáli a po jej úspešnom dokončení skontrolujte, či sú všetky skrutky a matice riadne pritiahnuté. Používajte iba príslušenstvo odporúčané/dodané dovozcom.
9. Prístroj nepoužívajte, pokiaľ nie je plne funkčný alebo je poškodený niektorý z dielov.
10. Prístroj umiestnite na rovný, čistý a pevný povrch. Nepoužívajte ho vo vlhkom prostredí a dávajte pozor, aby v jeho bezprostrednej blízkosti neboli žiadne predmety s ostrými hranami. Prípadne umiestnite pod prístroj ochrannú podložku, aby nedošlo k poškodeniu podlahy (podložka nie je súčasťou balenia).
11. Z bezpečnostných dôvodov zaistíte okolo celého prístroja **voľný priestor o veľkosti aspoň 0,6m**.
12. Kategória bežeckého pásu - HC (podľa normy ČSN EN ISO 20957) určený pre domáce použitie.
13. Buďte opatrní a nedávajte ruky ani nohy do blízkosti rotačných častí a kĺbových spojov. Do otvorov v prístroji nekladajte žiadne predmety.
14. Používajte prístroj iba na účely, na ktoré je priamo určený a tak, ako je popísané v tomto manuáli.
15. Nepoužívajte žiadne príslušenstvá, ktoré nie sú doporučované výrobcom.
16. **Maximálna hmotnosť užívateľa je 120 kg.**

MIMORIADNE BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA

1. NAPÁJANIE

- Bežecký pás umiestnite v blízkosti zdroja napájania.
- Prístroj zapojte do uzemnenej elektrickej zásuvky, ku ktorej nie je pripojený žiadny iný prístroj. Neodporúčame používať predlžovací kábel.

- Ak nie je prístroj riadne uzemnený, hrozí riziko zasiahnutia elektrickým prúdom. Ak si nie ste istí, či je zásuvka riadne uzemnená, poraďte sa s elektrikárom. Ak nie je prípojka kompatibilná so zásuvkou, nepokúšajte sa ju akokoľvek upravovať. Poraďte sa s elektrikárom o použití vhodnej zásuvky.
- Kolísanie elektrického napätia môže prístroj vážne poškodiť. Na kolísanie elektrického napätia majú vplyv zmeny počasia alebo vypínanie a zapínanie ďalších prístrojov. Pred poškodením prístroja sa vyvarujte, ak použijete prepäťovú ochranu (nie je súčasťou balenia).
- Prístroj je navrhnutý pre elektrické napätie o rozsahu 220-240 V.
- Dávajte pozor, aby nebol napájací kábel v blízkosti transportných koliesok. Nenechávajte napájací kábel pod prístrojom. Nepoužívajte prístroj, ak je napájací kábel poškodený.
- Pred údržbou alebo čistením prístroj odpojte z elektrickej siete.
- Pred začatím tréningu sa vždy uistite, že je prístroj úplne v poriadku.
- Nepoužívajte prístroj vonku, v garáži alebo pod akýmkoľvek vonkajším prístreškom. Nevystavujte prístroj vlhkosti alebo priamemu slnečnému žiareniu.
- Ak je prístroj spustený, nevzdľahujte sa od neho a majte ho pod kontrolou.
- Ak dôjde k poškodeniu napájacieho kábla, požiadajte o jeho výmenu výrobcu, servisného technika alebo inú kvalifikovanú osobu - hrozí riziko zasiahnutia elektrickým prúdom.
- Kontrolujte napnutie pásu. Spustite bežecký pás skôr, než sa na neho postavíte.

2. MONTÁŽ

- Pred začatím montáže tohto fitness prístroja si najprv pozorne prečítajte návod na zostavenie prístroja.
- Pred montážou vyberte z krabice všetok obsah a rozložte prehľadne na voľnú plochu všetky diely. Budete mať prehľad nad jednotlivými dodanými dielmi a uľahčí Vám to montáž.
- Podľa zoznamu dielov skontrolujte, či sú dodané všetky diely. Baliace materiály vyhodte až potom, čo budete mať prístroj kompletne zostavený.
- Uvedomte si, že pri zostavovaní prístroja, rovnako ako u ďalších činností vyžadujúcich prácu s náradím, hrozí nebezpečenstvo úrazu. Pri zostavovaní prístroja buďte opatrní.
- Prístroj zostavujte v bezpečnom prostredí a nenechávajte napr. voľne ležať náradie v okolí prístroja. Baliaci materiál skladujte tak, aby nepredstavoval žiadne riziko nebezpečenstva. Fólie a plastové sáčky môžu pre deti predstavovať nebezpečenstvo udusenia.
- Dôkladne si prezrite obrázky v návode, podľa ktorých budete následne prístroj zostavovať.
- Prístroj musí starostlivo zostaviť dospelá osoba. V prípade nutnosti si prizvite na pomoc ďalšiu technicky zdatnú osobu.

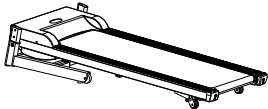
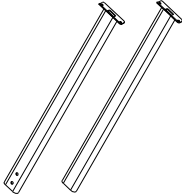
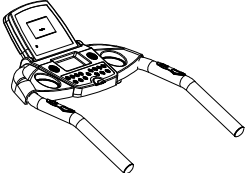
OBSAH BALENIA

Varovanie: Pri zostavovaní bežeckého pásu postupujte opatrne, inak môže dôjsť k zraneniu.

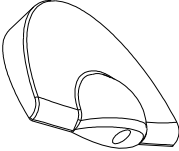
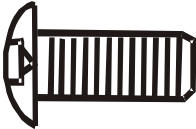
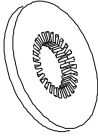
Poznámka: Pri zostavovaní prístroja postupujte presne podľa pokynov uvedených v tomto návode.

Vybalte obsah balenia a skontrolujte, že sú dodané všetky diely.

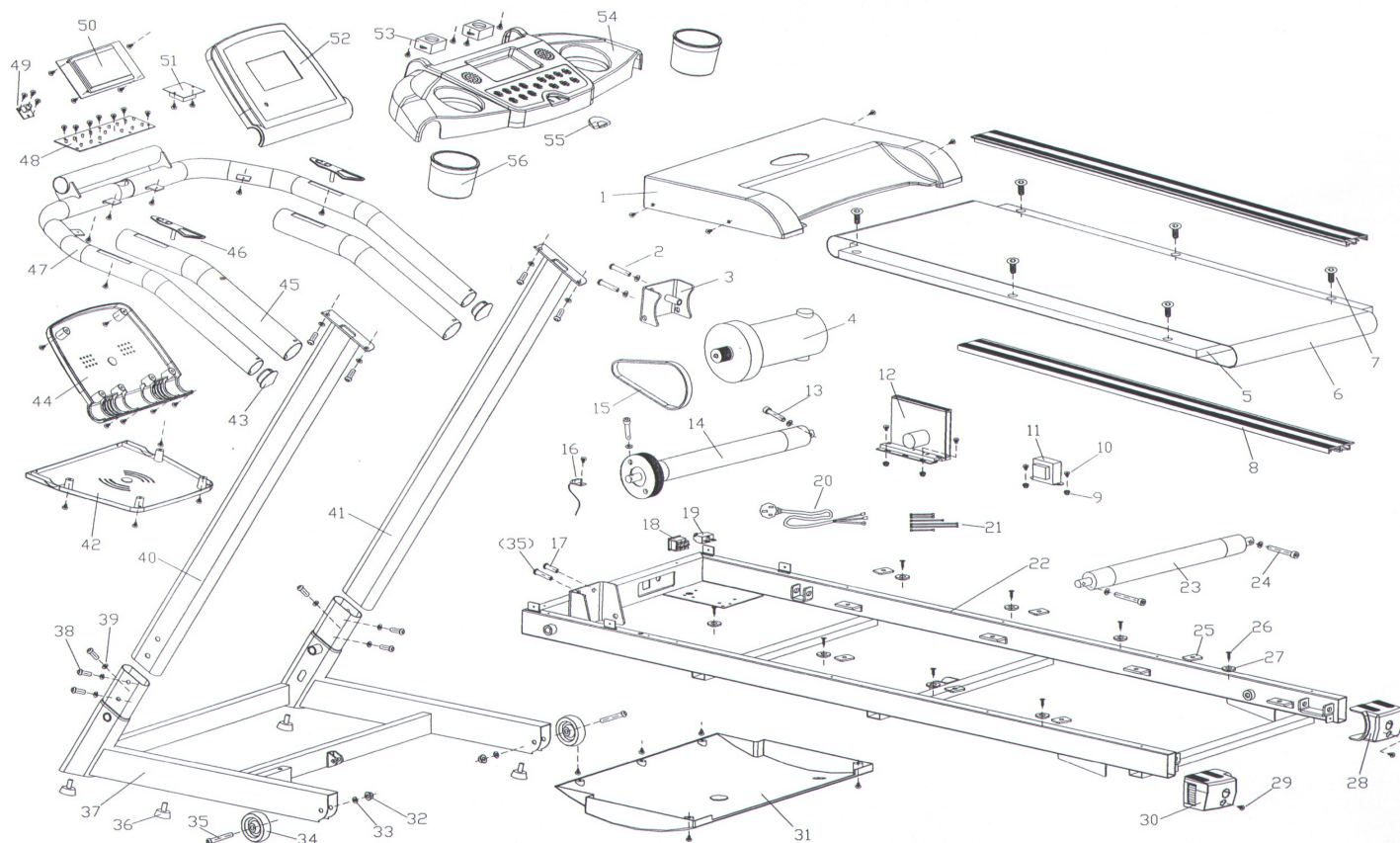
1. Vybalte bežecký pás.
2. Overte, že sú dodané všetky nasledujúce diely. Ak niektorý diel chýba, kontaktujte predajcu.

 Hlavný rám + základný rám	 Stípy konzoly	 Ovládací panel - konzola	 Spojovací materiál
--	--	--	---

SPOJOVACÍ MATERIÁL

 Imbusový kľúč – 1 ks	 Bezpečnostný kľúč – 1 ks	 M8x20 Imbusová skrutka – 4 ks
 M8x15 Imbusová skrutka – 6 ks	 Podložka – 10 ks	 Silikónový olej – 1 ks

NÁKRES 1



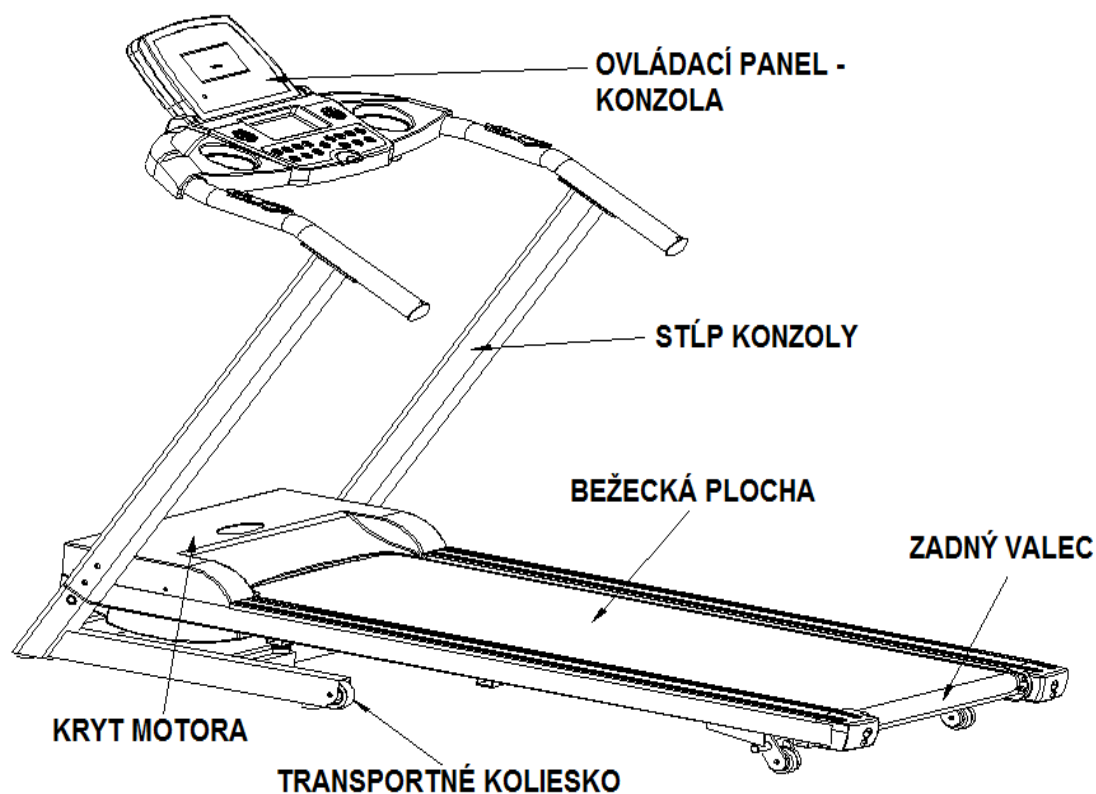
Väčšina dielov zobrazených na tejto schéme je vopred zložená.

Ak budete chcieť určitý diel vymeniť, vždy uveďte jeho číslo v schéme alebo v tabuľke zoznam dielov.

ZOZNAM DIELOV

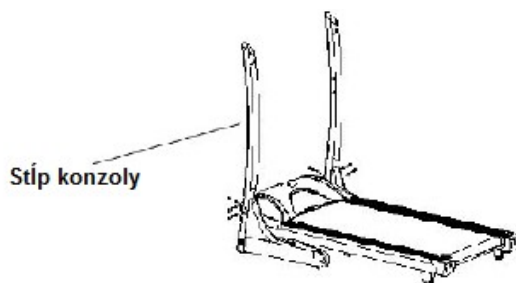
Číslo	Názov dielu	Počet ks	číslo	POPIS	Množ
1	Horný kryt motora	1	29	Skrutka M4x15	47
2	Imbusová skrutka M8x45	2	30	Zadná krytka - ľavá	1
3	Konzola motora	1	31	Dolný kryt motora	1
4	Motor	1	32	Matica M8	3
5	Bežecská doska	1	33	Podložka ø8	9
6	Bežecský pás	1	34	Transportné koliesko	2
7	Imbusová skrutka M8x25	6	35	Imbusová skrutka M8x40	3
8	Nášľapná lišta	2	36	Nastaviteľná nožička	4
9	Matica M4	4	37	Základný rám	1
10	Skrutka M4x12	4	38	Imbusová skrutka M8x15	10
11	Transformátor	1	39	Podložka	10
12	Riadiaca jednotka	1	40	Ľavý stĺpik konzoly	1
13	Šesťhranná skrutka M8x35	2	41	Pravý stĺpik konzoly	1
14	Predný valec	1	42	Dolný kryt ovládacieho panela 1	1
15	Remeň	1	43	Koncovka rukoväte	2
16	Senzor rýchlosti	1	44	Dolný kryt ovládacieho panela 2	1
17	Imbusová skrutka M8x35	1	45	Rukoväť	2
18	Hlavný vypínač	1	46	Snímač tepovej frekvencie	2
19	Poistka	1	47	Držiak ovládacieho panela	1
20	Sieťový kábel	1	48	Tlačidlá	1
21	Sada spojovacích káblov	1	49	Reproduktor	1
22	Hlavný rám	1	50	Displej	1
23	Zadný valec	1	51	Zosilňovač	1
24	Skrutka M8x65	2	52	Kryt počítača 2	1
25	Silentblok	6	53	Ventilátor	2
26	Skrutka M4x15	8	54	Horný kryt ovládacieho panela	1
27	Podložka	8	55	Bezpečnostný kľúč	1
28	Zadná krytka - pravá	1	56	Držiak na pohár	2

NÁKRES 2



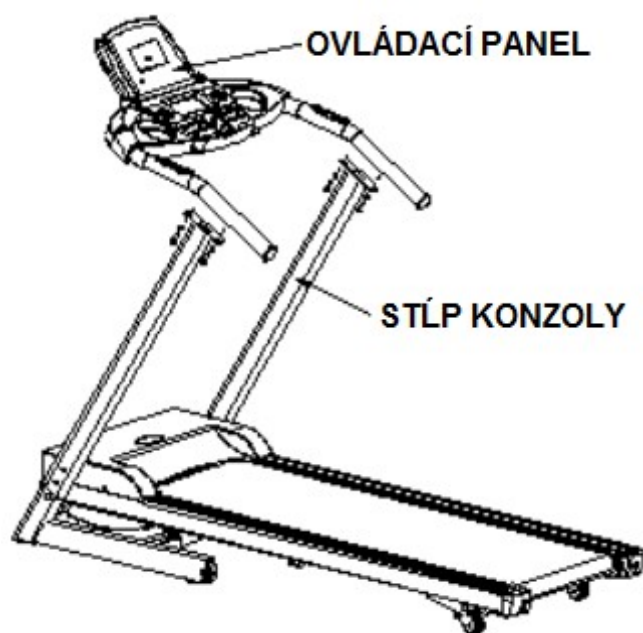
MONTÁŽ

1. Pripevnite stĺpy konzoly k hlavnému rámu.



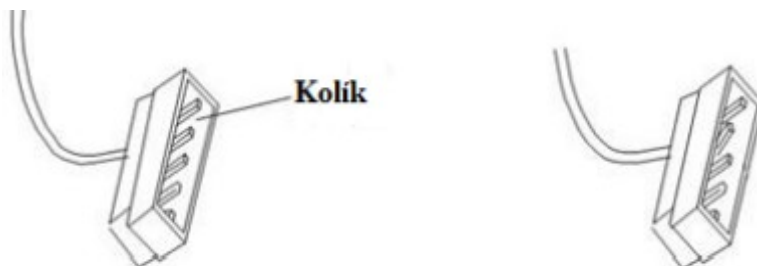
Pretiahnite kábel pravým stĺpom konzoly (41) a pripevnite stĺpy konzoly (40, 41) k hlavnému rámu (22) pomocou šiestich skrutiek M8x15mm a šiestich podložiek - použite francúzsky kľúč.

2. Pripevnite ovládací panel k stĺpom konzoly



Prepojte kábel vedúci z ovládacieho panela s káblom vedúcim z pravého predného stĺpa konzoly (41). Pripevnite ovládací panel - konzolu k stĺpom konzoly (40, 41) pomocou štyroch skrutiek M8x20mm a štyroch podložiek (neutahujte skrutky).

POZOR: Pri prepájaní káblov buďte opatrní, v konektore sa nachádzajú kolíky, ktoré je potrebné zapojiť tak, aby nedošlo k ich deformácii alebo ohnutiu.



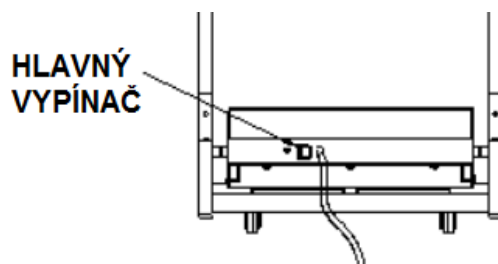
3. Utiahnutie skrutiek

Overte, že ide prístroj zapnúť a potom utiahnite všetky skrutky, ktoré ste riadne neutiahli počas prvých dvoch bodov.

NÁVOD NA POUŽITIE

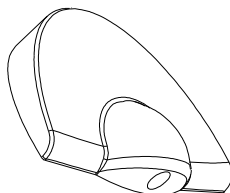
1. ZAPNUTIE PRÍSTROJA

Uistite sa, že je prístroj pripojený k elektrickej sieti. Prepnite hlavný vypínač do pozície "ON", dôjde k rozsvieteniu displeja a zvukovej signalizácii.



2. BEZPEČNOSTNÝ KLÚČ

Prístroj bude schopný prevádzky len v prípade, že je bezpečnostný kľúč vložený do dierky počítača. Pred začatím cvičenia vložte kľúč do počítača a umiestnite sponu k Vášmu oblečeniu. Ak nastanú počas cvičenia problémy a bude treba vypnúť motor bežeckého pásu, jednoducho zatiahnite za lanko, ku ktorému je pripojený bezpečnostný kľúč, a vytiahnite bezpečnostný kľúč z počítača. Ak chcete prístroj opäť zapnúť, použite hlavný vypínač a vložte bezpečnostný kľúč späť do dierky v počítači. Pri cvičení majte vždy sponu pripnutú k oblečeniu. Pokiaľ nie je prístroj používaný, vyberte z neho bezpečnostný kľúč. Zamedzte prístupu detí k prístroju.



3. ZLOŽENIE/ROZLOŽENIE BEŽECKÉHO PÁSU

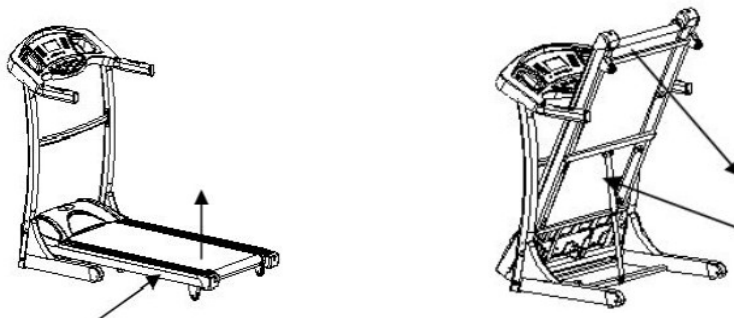
ZLOŽENIE

- Prístroj možno zložiť, ušetrí sa tým miesto pri jeho skladovaní.
- Ak chcete bežecký pás zložiť, zdvihnite bežecú dosku a zaistíte ju pomocou zaistovacej tyče.

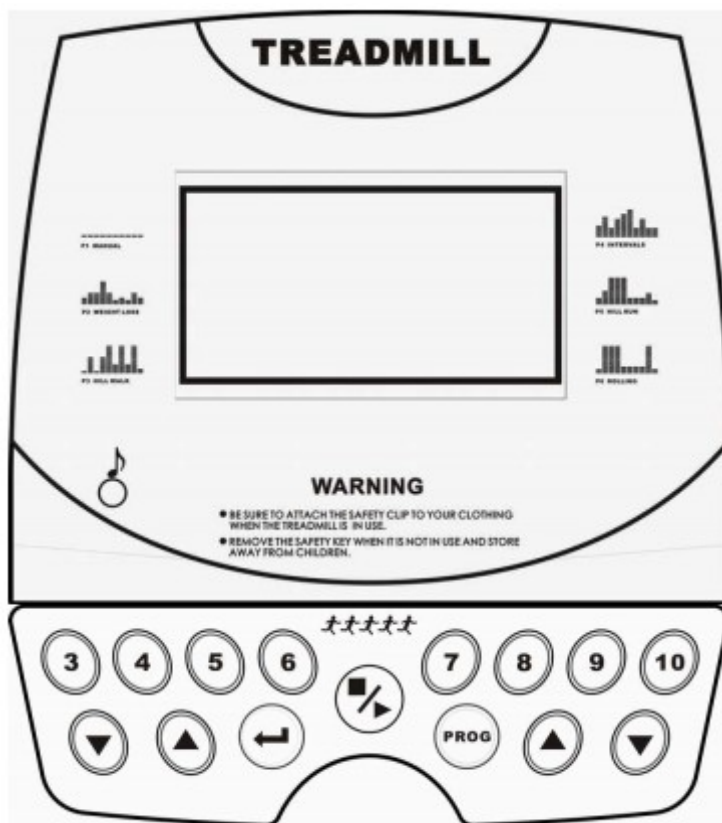
POZNÁMKA: Uistite sa, že je tyč riadne zaistená.

ROZLOŽENIE

Uvoľnite zaistovacu tyč a opatrne položte bežecú dosku na zem.



OVLÁDACÍ PANEL

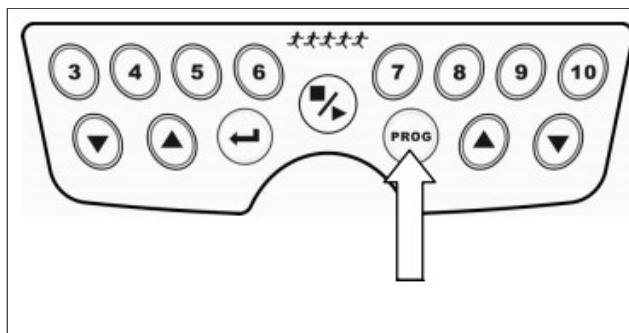


1. TECHNICKÁ ŠPECIFIKÁCIA

FUNKCIA	ROZSAH
ČAS (TIME)	00:00 – 99:59 min
RÝCHLOSŤ (SPEED)	0.8 – 14 km/h
VZDIALENOSŤ (DISTANCE)	0.00 – 99.9 km
KALÓRIE (CALORIES)	0 – 999 KCAL
TEPOVÁ FREKVENCIA (PULSE)	70 – 200 tepov/min
PROGRAM	P1 - P25

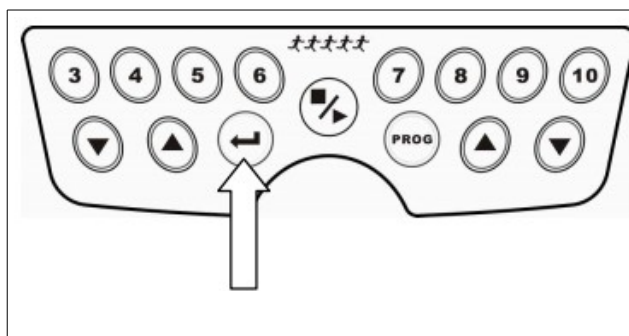
2. FUNKCIE

	START/STOP Stlačením tohto tlačidla zahájite cvičenie. Tlačidlo slúži tiež k pozastaveniu a opätovnému spusteniu prístroja.
--	---



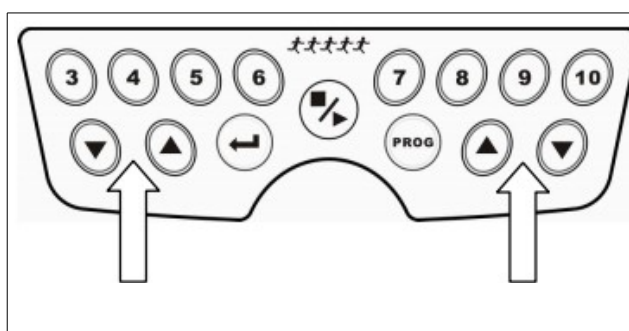
PROG

Stlačením tohto tlačidla vstúpíte do prednastavených programov.



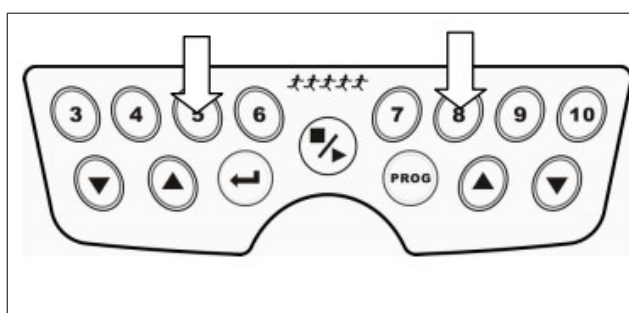
SELECT

Tlačidlo slúžiace na nastavenie rýchlosti a času.
Cvičenie začnete stlačením tlačidla **START/STOP**.



FAST/SLOW

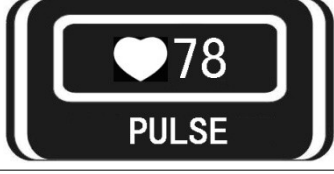
Stlačte toto tlačidlo pre zvolenie rýchlosti alebo času (zvolený parameter sa rozblíkajú).



QUICK SPEED

Tlačidlo slúžiace pre zvolenie jedného zo stupňov rýchlosti na stupnici 3 - 10 km/h.

3. DISPLEJ POČÍTAČA

	KALÓRIE (CALORIES) Zobrazenie odhadovanej aktuálnej spotreby kalórií.
	VZDIALENOSŤ (DISTANCE) Zobrazenie dosiahnutej alebo zostávajúcej vzdialenosti v kilometroch.
	ČAS (TIME) Zobrazenie aktuálnej dĺžky cvičenia alebo zostávajúceho času v minútach a sekundách.
	RÝCHLOSŤ (SPEED) Zobrazenie aktuálnej rýchlosti.
	TEPOVÁ FREKVENCIA (PULSE) Pre zobrazenie aktuálnej tepovej frekvencie je nutné správne uchopiť snímače tepovej frekvencie.
	PROGRAM Zobrazenie zvoleného programu.

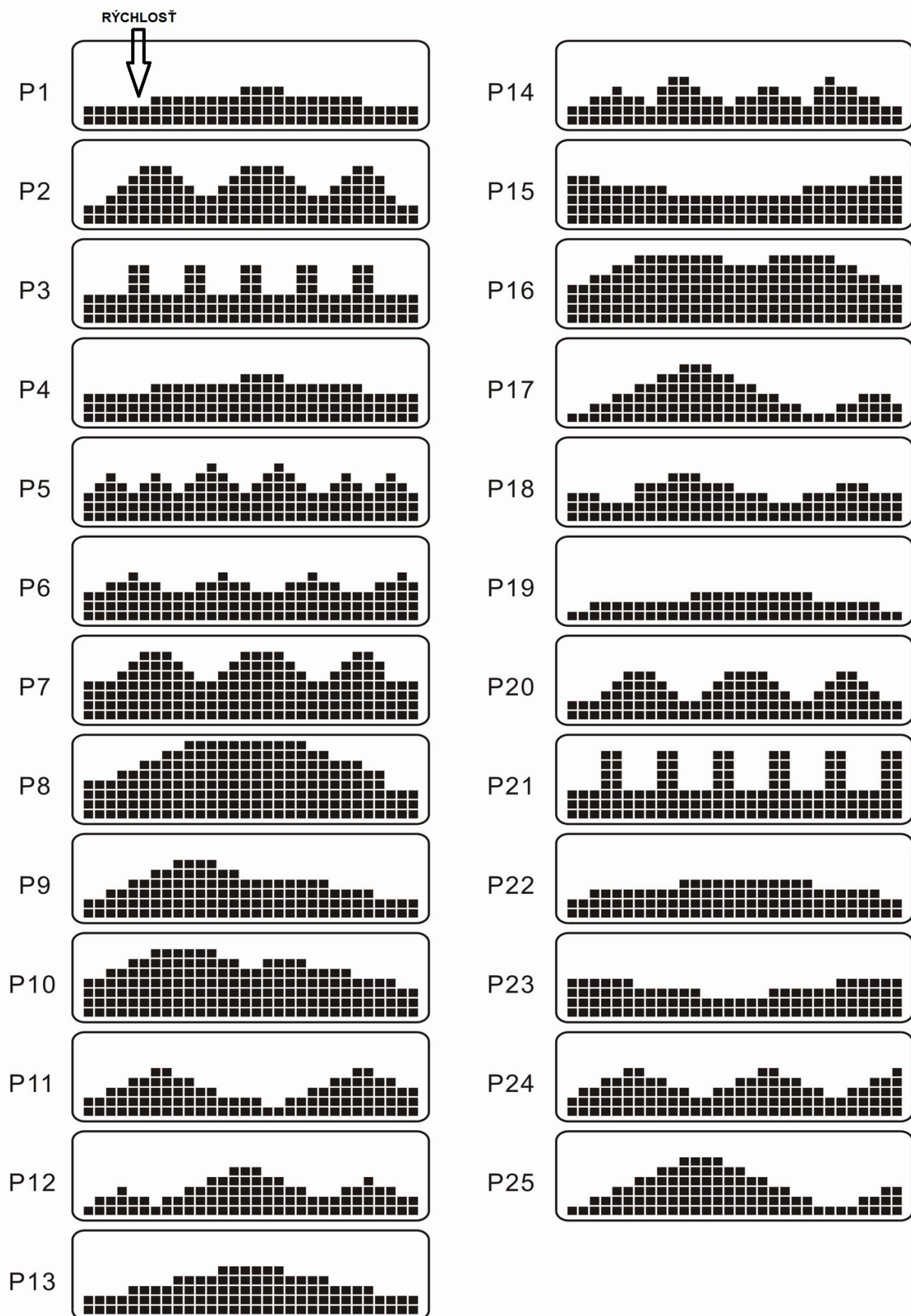
BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIE: Pri rýchlosti nad 14km/h nepoužívajte snímače tepovej frekvencie v rukoväti.

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

4. ZVOLENIE PROGRAMU P1 – P25

1. Zapnite prístroj hlavným vypínačom.
2. Stlačte tlačidlo *PROG* pre vstup do ponuky prednastavených programov *P1 – P25*.
3. Pomocou tlačidiel *FAST/SLOW* alebo *UP/DOWN* vyberte jeden z prednastavených program *P1 – P25*.
4. Stlačte tlačidlo *SELECT* pre nastavenie času (*P1-P25*).
5. Pomocou tlačidiel *FAST/SLOW* alebo *UP/DOWN* nastavte čas.

PROGRAMY P1 – P25



ÚDRŽBA

Správna údržba je nevyhnutná pre zabezpečenie bezchybného chodu prístroja. Nesprávne vykonávanou údržbou môže dôjsť k poškodeniu prístroja alebo skrátenie jeho životnosti.

Je nevyhnutné vykonávať pravidelné kontroly prístroja, všetky časti musia byť vždy riadne utiahnuté. poškodené časti je potrebné ihneď vymeniť.

1. NASTAVENIE BEŽECKÉHO PÁSU

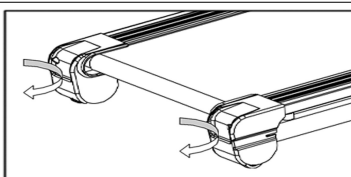
Niekedy je potreba bežecský pás počas prvých týždňov prevádzky nastaviť. Hoci bol pás nastavený už pri výrobe, môže sa v dôsledku používania vychýliť zo stredu bežeckej dosky. To je úplne bežné a nejde o poruchu.

POSTUP PRE NAPNUTIE BEŽECKÉHO PÁSU

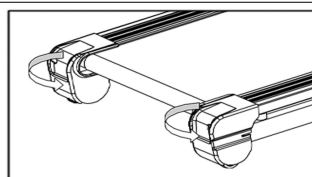
Ak sa vám zdá, že je pri behu pás príliš voľný a sklzáva (preklzuje), bude zrejme nutné zvýšiť stupeň napnutie pásu.

1. Pomocou 8mm kľúča utiahnite ľavú nastavovaciu skrutku - otočte kľúčom o 1/4 otočky v smere hodinových ručičiek.
2. Rovnakým spôsobom utiahnite pravú nastavovaciu skrutku. Je dôležité, aby ste obe skrutky pritiahli naprosto rovnako a bola tak zaistená správna pozícia valca.
3. Pritahujte nastavovacie skrutky, kým nebude problém vyriešený a pás napnutý.
4. Dávajte pozor, aby ste nastavovacie skrutky nepritiahli príliš - z dôvodu nadmerného zaťaženia môže dôjsť k opotrebeniu ložísk v prednom a zadnom valci a nadmernej hlučnosti valcov.

POKIAL' CHCETE NAPNUTIE PÁSU ZNÍŽIŤ, OTÁČAJTE NASTAVOVACIE SKRUTKY V PROTISMERE HODINOVÝCH RUČIČIEK. JE DÔLEŽITÉ, ABY STE OTÁČALI OBOMA SKRUTKAMI TOM ISTOM ROZSAHU.



Napnutie bežecského pásu



Uvoľnenie bežecského pásu

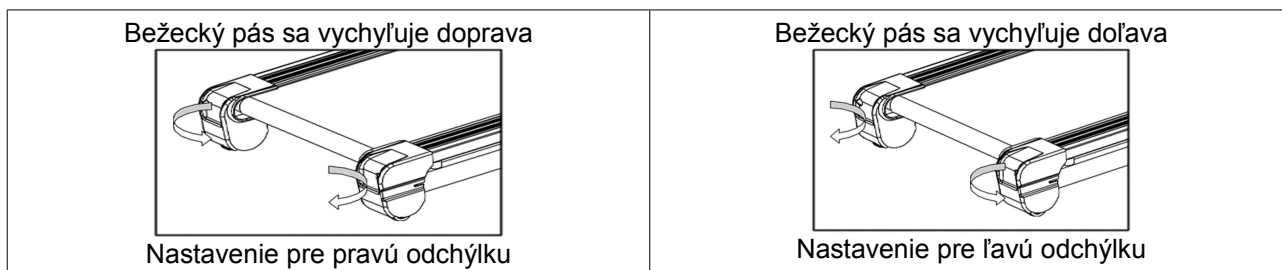
2. CENTROVANIE BEŽECKÉHO PÁSU

Niektorí ľudia sa môžu pri behu odrážať jednou nohou viac ako druhou a môže tým dôjsť k vychýleniu pásu zo stredu bežeckej dosky. Miera posunu závisí na tom, o koľko sa líši sila odrazu nôh. Vychýľovanie pásu je úplne bežné, a ak pás spustíte na voľno (nikto na ňom nebeží), väčšinou sa sám automaticky vycentruje. Ak zostane vychýlený, bude treba ho ručne vycentrovať.

Spustite bežecský pás, nastúpte na neho a zvýšte rýchlosť na 6 km/h.

- Ak je pás posunutý smerom doľava, použite kľúč a otočte ľavou nastavovacou skrutkou o 1/4 otočky v smere hodinových ručičiek a pravou nastavovacou skrutkou o 1/4 otočky v protismere hodinových ručičiek. Ak je pás posunutý smerom doprava, otočte pravou nastavovacou skrutkou o 1/4 otočky v smere hodinových ručičiek a ľavou nastavovacou skrutkou o 1/4 otočky v protismere hodinových ručičiek. Takto postupujte, kým nebude pás vycentrovaný.
- Akonáhle bude pás vycentrovaný, zvýšte rýchlosť na 16 km/h a overte správny a plynulý beh prístroja. V prípade nutnosti postupujte opäť podľa predchádzajúcich pokynov.

Ak sa vám nedarí týmto spôsobom prístroj vycentrovať, bude potrebné zvýšiť napnutie pásu.



3. MAZANIE

Mazanie bežeckej plochy. Silikónový olej je dodávaný spolu so zariadením (biela fľaška).

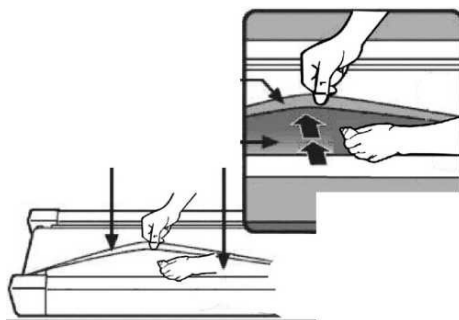
Pre zabezpečenie správneho chodu bežeckého pásu doporučujeme vykonávať pravidelné kontroly, či je riadne premazaný. Trenie medzi bežecou plochou a bežecým pásom má vysoký vplyv na životnosť bežeckého pásu. Pred prvým použitím bežeckého pásu, skontrolujte, či je bežecká plocha namazaná. Po každých 10 hodinách cvičenia skontrolujte vnútornú stranu bežeckého pásu z oboch strán, vždy siahnite rukou čo najďalej smerom do stredu. Pokiaľ zaznamenáte stopy silikónového oleja, netreba mazať bežecý pás. Ak je povrch suchý, postupujte podľa nasledujúcich krokov:

Krok 1: Uvoľnite pás pomocou skrutiek pre napnutie bežeckého pásu (sú umiestnené na konci bežeckého pásu).

Krok 2: Po uvoľnení skrutiek, nadvihnite bežecý pás a vyčistite priestor medzi bežecým pásom a bežecou plochou. Stlačte malú bielu fľaštičku silikónového oleja, ktorý je dodávaný spolu so zariadením a aplikujte na hornú časť bežeckej dosky.

Krok 3: Po namazaní bežeckej dosky, pritiahnite obe strany. Vstúpte na pás a začnite na ňom kráčať po dobu 5 minút. Nakoniec utiahnite obe skrutky.

Varovanie: Pri nadmernom mazaní pásu môže dochádzať k vzniku statickej elektriny.



4. ČISTENIE

Pravidelným čistením bežeckého pásu zaistíte jeho dlhú životnosť.

Varovanie: Pred čistením prístroj vypnite, aby nedošlo k zásahu elektrickým prúdom. Napájací kábel musí byť odpojený zo siete skôr, ako začnete prístroj umývať. (Pokiaľ je bežecý pás motorový).

Po každom použití zotrite z ovládacieho panela a celého povrchu prístroja pot navlhčeným, čistým a mäkkým kusom látky.

Pozor: Na čistenie nepoužívajte žiadne drsné materiály alebo rozpúšťadlá. Dávajte pozor, aby nedošlo k poškodeniu ovládacieho panela vodou. Nevystavujte ovládací panel priamemu slnečnému žiareniu. Odporúčame umiestniť pod bežecý pás podložku. Topánky môžu obsahovať nečistoty, ktoré budú pri behu padať pod prístroj. Čistenie bude jednoduchšie, ak podložku umyjete raz týždenne.

5. SKLADOVANIE

Bežecský pás by mal byť uskladnený vo vnútornom prostredí, z dôvodu možnosti navlhnutia. Udržujte zariadenie mimo dosahu vody, nevkladajte ani nepokladajte nič na bežecský pás.

DÔLEŽITÉ POZNÁMKY

- Prístroj spĺňa aktuálne bezpečnostné normy. Prístroj je určený na domáce použitie. Iné používanie prístroja je zakázané a môže byť nebezpečné. Nie sme zodpovední za poškodenie prístroja, ktoré bolo spôsobené nesprávnym používaním.
- Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu sa poraďte s lekárom. Mal by posúdiť, či váš zdravotný stav umožňuje cvičenie na tomto prístroji. Cvičebný program by mal byť vždy navrhnutý na základe lekárskeho vyšetrenia. Nesprávne vedené alebo nadmerné cvičenie môže viesť k poškodeniu zdravia.
- Prečítajte si pozorne nasledujúce odporúčania a pokyny k cvičeniu. Prestaňte ihneď cvičiť, ak budete pociťovať bolesť, dýchavičnosť, ak sa nebudete cítiť dobre alebo budete mať akékoľvek iné ťažkosti. Ak budú problémy pretrvávať, poraďte sa s lekárom.
- Snímač tepovej frekvencie neslúži na vyhodnotenie zdravotného stavu užívateľa. Je určený len pre orientačné účely a meranie približnej tepovej frekvencie. Zobrazovaná tepová frekvencia nie je vždy úplne presná - môžu ju ovplyvniť faktory ako napr. typ prostredia či odlišnosti v stavbe ľudského tela.

RIEŠENIE PROBLÉMOV

Chybové hlásenie	Príčina	Riešenie
E0	Chýba bezpečnostný kľúč.	Pripojte bezpečnostný kľúč.
E1	Závada snímača rýchlosti.	1. Skontrolujte kabeláž vedúcu k snímaču rýchlosti a zapojenie konektorov. Prípadne kontaktujte servisné oddelenie. 2. Príčinou môže byť preťaženie prístroja (prekročenie max. hmotnosti užívateľa). V tomto prípade sa na riadiacej doske rozsvietia 3 kontrolné diódy. Skúste na 30 sekúnd vypnúť sieťový vypínač.
E2	Závada motora.	Skontrolujte kabeláž vedúcu k motoru a zapojenie konektorov. Prípadne kontaktujte servisné oddelenie.
E3	Prekročenie rýchlosti.	Pokiaľ je závadou snímač rýchlosti, kontaktuje servisné oddelenie.

Tento bežecský pás je navrhnutý tak, aby bol spoľahlivý a jeho užívanie jednoduché. V prípade poruchy prístroja sa riadte nasledujúcimi pokynmi:

PORUCHA: Displej ovládacieho panela sa nerozsvieti.

RIEŠENIE: Skontrolujte, či je napájací kábel zapojený do elektrickej siete a sieťový vypínač zapnutý.

PORUCHA: Vypadáva istič.

RIEŠENIE: Uistite sa, že je prístroj pripojený k elektrickej sieti o prúde 20 A.

Poznámka: Nepoužívajte predlžovací kábel.

PORUCHA: Počas prevádzky sa pás posúva zo stredu smerom do strany.

RIEŠENIE: Uistite sa, že zariadenie stojí na vodorovnom povrchu, a že je pás riadne napnutý (pozri kapitolu ÚDRŽBA: NASTAVENIE BEŽECKÉHO PÁSU).

PORUCHA: Z prednej časti bežecského pásu sa pri prevádzke ozýva klepanie.

RIEŠENIE: Je nutné, aby bol prístroj vo vodorovnej polohe.

VŠEOBECNÉ ODPORÚČANIA NA CVIČENIE

Pri začatí Vášho cvičebného programu buďte opatrní, cvičenie by nemalo trvať príliš dlho a nemali by ste cvičiť častejšie ako raz za dva dni. Dobu cvičenia predlžujte postupne každý týždeň. Nestanovujte si nedosiahnuteľné ciele. Okrem cvičenia na bežeckom páse prevádzajte i ďalšie športové aktivity, ako je napr. plávanie, tanec alebo cyklistika.

Pred cvičením sa vždy riadne zahrejte. Preťahujte sa alebo vykonávajte gymnastické cviky pre zahriatie po dobu aspoň 5 minút, znížite tým svalové napätie a predídete bolestiam.

Počas cvičenia dýchajte pravidelne a kľudne.

Dbajte na správny pitný režim počas cvičenia. Pamätajte si, že odporúčaná denná dávka tekutín je 2-3 litre a táto sa zvyšuje pri fyzickej námahe. Tekutiny, ktoré pijete by mali mať izbovú teplotu.

Pri cvičení na zariadení vždy používajte pohodlné a ľahké oblečenie ako aj športovú obuv. Nepoužívajte príliš voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť do pohyblivých častí zariadenia počas cvičenia.

Pravidelne si merajte Vašu tepovú frekvenciu. Pokiaľ nie je Váš prístroj vybavený snímačom tepovej frekvencie, poraďte sa s lekárom o tom, ako si môžete zmerať tepovú frekvenciu sami. Stanovte si interval, v ktorom sa bude Vaša tepová frekvencia pohybovať, tým bude tréning účinnejší. Zvážte Váš vek a telesnú kondíciu. Pre stanovenie optimálneho intervalu tepovej frekvencie slúži nasledujúca tabuľka:

Vek	Frekvencia srdcového tepu 50-75% (z maximálnej tepovej frekvencie) – optimálny cvičiaci pulz	Maximálna tepová frekvencia 100%
20 rokov	100 - 150	200
25 rokov	98 - 146	195
30 rokov	95 - 142	190
35 rokov	93 - 138	185
40 rokov	90 - 135	180
45 rokov	88 - 131	175
50 rokov	85 - 127	170
55 rokov	83 - 123	165
60 rokov	80 - 120	160
65 rokov	78 - 116	155
70 rokov	75 - 113	150

COPYRIGHT(c) 1997 AMERICAN HEART ASSOCIATION

Prípadne sa poraďte so svojim lekárom.

ZAHRIEVACIE A PREŤAHOVACIE CVIKY

Tréning by ste mali vždy začať realizáciou zahrievacích cvikov a ukončiť vykonávaním cvikov pre upokojenie organizmu. Zahrievacie cviky pripraví Vaše telo na následnú záťaž. Fáza pre upokojenie organizmu po cvičení slúži ako prevencia proti problémom so svalmi. Nižšie sú uvedené preťahovacie cviky pre zahriatie aj upokojenie organizmu, na ktoré je potrebné klásť dôraz:

Krčné svalstvo

Nakloňte hlavu doprava, ucítite pnutie v krčnom svalstve. Pomaly spustite hlavu k hrudníku a nakloňte ju doľava. Opäť pocítite pnutie v krčnom svalstve. Niekoľkokrát cvik opakujte.



Oblasť ramien

Zdvíhajte striedavo ľavé a pravé rameno, môžete tiež zdvíhať obe ramená súčasne.



Pretiahnutie rúk

Zdvíhajte striedavo ľavú a pravú ruku smerom nahor. Pocítite pnutia vo svalstve rúk. Niekoľkokrát cvik opakujte.



Horná strana stehien

Oprite sa pravou rukou o stenu, pokrčte v kolene ľavú nohu a ľavou rukou pritiahnite pätu čo najviac k sedaciemu svalu. Akonáhle ucítite pnutie, zotrvať v tejto pozícii približne 30 sekúnd. Potom vymeňte nohy a cvik opakujte. Cvik opakujte aspoň 2x na každú nohu.



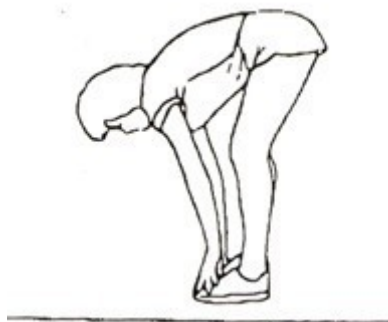
Vnútoraná strana stehien

Posadíte sa na podlahu a nakloňte kolená smerom von do strán. Pritiahnite chodidlá čo najbližšie k panve a laktami sa snažte opatrne tlačiť kolená smerom dole k podlahe. Zotrvať v krajnej polohe približne 30-40 sekúnd.



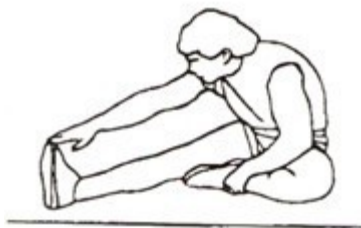
Hlboký predklon

Predkloňte sa a skúste sa prstami na rukách dotknúť palcov pri nohách. Snažte sa dosiahnuť čo najnižšie. Zotrvajte v krajnej polohe približne 20-30 sekúnd.



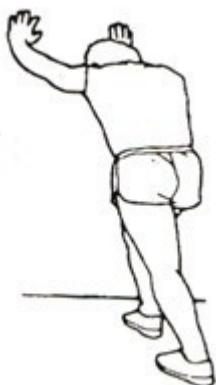
Kolená

Sadnite si na podlahu, pravú nohu natiahnite a ľavú pokrčte tak, aby sa chodidlo dotýkalo vnútornej strany stehna pravej nohy, koleno ľavej nohy tlačte smerom nadol k zemi. Snažte sa dosiahnuť pravou rukou na palec pravej nohy. V krajnej polohe zotrvajte približne 30-40 sekúnd.



Lýtka a achillove šľachy

Oprite sa oboma rukami o stenu, ľavú nohu napnite a posuňte smerom dozadu, pravú nohu pokrčte v kolene a päť ľavej nohy tlačte smerom nadol k zemi. V krajnej polohe zotrvajte približne 30-40 sekúnd. Vymeňte nohy a cvik opakujte.



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:

- inSPORTline s.r.o., Električná 6471, 911 01 Trenčín, +421 917 864 593, predajnatn@insportline.sk
- Stores inSPORTline SK s.r.o., Račianska 184/B, 831 54 Bratislava (Rača), +421 917 866 623, predajnaba@insportline.sk
- 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 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 145,10 EUR bude poskytovaná záručná lehota 60 mesiacov na rám a na ostatné komponenty 24 mesiacov. Zákonná dĺžka záruky poskytovaná spotrebiteľovi nie je týmto dotknutá.

Zárukou za akosť preberá predávajúci záväzok, že dodaný tovar bude po určitú dobu spôsobilý pre použitie k obvyklému, príp. zmluvnému účelu, a že si zachová obvyklé, príp. zmluvné vlastnosti.

Predávajúci poskytuje na tento výrobok nasledujúcu záruku:

a) záruka na rám vyrobený z ocele pre prvého majiteľa je 60 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi s kúpnu hodnotou vyššou ako 145,10 EUR s DPH.

b) záruka na riadiacu jednotku a elektrozariadenie pre prvého majiteľa je 24 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi.

c) záruka na ostatné diely je 24 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi.

Záručné podmienky sa nevzťahujú na závady vzniknuté:

- zavinením používateľa t.j. poškodenie výrobku
- nesprávnou montážou
- neodbornou repasiou
- 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, HB, HA – na domáce použitie: SC, S – na komerčné použitie).

Upozornenie:

- 1) v dobe záruky budú odstránené všetky poruchy výrobku spôsobené výrobnou závadou alebo chybným materiálom výrobku tak, aby vec mohla byť riadne používaná.
- 2) reklamácia sa uplatňuje zásadne písomne s presným popisom o chybe a potvrdeným dokladom o zakúpení.
- 3) záruka sa uplatňuje u výrobcu: inSPORTline, s.r.o. Električná 6471, 911 01 Trenčín, v predajni v ktorej ste tovar zakúpili alebo u organizácie, v ktorej bol výrobok zakúpený.

Reklamačný poriadok – reklamácia tovaru

Kupujúci je povinný tovar, dodaný predávajúcim skontrolovať čo najskôr po prechode nebezpečia škody na tovar, resp. po jeho dodaní. Prehliadku musí kupujúci vykonať tak, aby zistil všetky závady, ktoré je možné pri primeranej odbornej prehliadke zistiť.

Pri reklamacii tovaru je kupujúci povinný na žiadosť predávajúceho preukázať nákup a oprávnenosť reklamácie faktúrou alebo dodacím listom s uvedeným výrobným (sériovým) číslom, prípadne tými istými dokladmi bez sériového čísla. Ak nepreukáže kupujúci oprávnenosť reklamácie týmito dokladmi, má predávajúci právo reklamáciu odmietnuť.

Pokiaľ kupujúci oznámi závalu, na ktorú sa nevzťahuje záruka (napr. neboli splnené podmienky záruky, závala bola nahlásená omylom apod.), je predávajúci oprávnený požadovať plnú úhradu nákladov, ktoré vznikli v súvislosti s odstraňovaním závady takto oznámenej kupujúcemu. Kalkulácia servisného zásahu bude v tomto prípade vychádzať z platného cenníku pracovných výkonov a nákladov na dopravu.

Pokiaľ predávajúci zistí (testovaním), že reklamovaný výrobok nie je vadný, považuje sa reklamácia za neoprávnenú. Predávajúci si vyhradzuje právo požadovať úhradu nákladov, ktoré vznikli v súvislosti s neoprávnenou reklamáciou.

V prípade, že kupujúci reklamuje závady tovaru, na ktoré sa vzťahuje záruka podľa platných záručných podmienok predávajúceho, vykoná predávajúci odstránenie závady formou opravy, prípadne výmeny vadného dielu alebo zariadenia za bezporuchové. Predávajúci je so súhlasom kupujúceho oprávnený dodať výmenou za vadný tovar iný tovar plne funkčne kompatibilný, ale minimálne rovnakých alebo lepších technických parametrov. Voľba ohľadne spôsobu vybavenia reklamácie podľa tohto odstavca náleží predávajúcemu.

Predávajúci vybaví reklamáciu najneskôr do 30 kalendárnych dní od doručenia vadného tovaru, pokiaľ nebude dohodnutá dlhšia lehota. Za deň vybavenia sa považuje deň, kedy bol opravený alebo vymenený tovar prebraný kupujúcim. Ak nie je predávajúci s ohľadom na charakter vady schopný vybaviť reklamáciu v uvedenej lehote, dohodne s kupujúcim náhradné riešenie. Pokiaľ k takej dohode nedôjde, je predávajúci povinný poskytnúť kupujúcemu finančnú náhradu formou dobropisu.

**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.skreklamacie@insportline.skservis@insportline.sk

Web:

www.insportline.sk

SEVEN SPORT s.r.o.

Sídlo: Bořivojova 35/878, 130 00 Praha 3, ČR

Centrála: Dělnická 957, 749 01 Vítkov

Reklamácie a servis: Čermenská 486, 749 01 Vítkov

IČO: 26847264

DIČ: CZ26847264

Telefón: +420 556 300 970

Mail: eshop@insportline.cz
reklamace@insportline.cz
servis@insportline.cz

Web: www.insportline.cz