



UŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK
IN 3879 Bežecký pás inSPORTline CIRRUS



OBSAH

ÚVODNÉ SLOVO	3
VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÉ INŠTRUKCIE	3
MIMORIADNE BEZPEČNOSTNÉ INŠTRUKCIE	3
MONTÁŽ	4
KOMPLETNÉ VYBALENIE VŠETKÝCH DIELOV	4
ROZLOŽENÉ ZARIADENIE	6
ZOZNAM DIELOV	7
POPIS ZARIADENIA	8
INŠTRUKCIE K ZLOŽENIU	8
SPRÁVNE POUŽÍVANIE ZARIADENIA	9
POČÍTAČ	11
TECHNICKÉ PARAMETRE	11
FUNKCIE	11
DISPLEJ	13
PROGRAMY (P1 - P25)	14
ÚDRŽBA	15
POKYNY K ÚDRŽBE	15
NASTAVENIE PÁSU	15
NAPNUTIE PÁSU	15
CENTROVANIE PÁSU	15
MAZANIE PÁSU	15
ČISTENIE	16
SKLADOVANIE	16
DÔLEŽITÉ UPOZORNENIA	16
RIEŠENIE PROBLÉMOV	17
CVIČENIE	17
ZAHRIEVACIE CVIKY	18
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE	21

ÚVODNÉ SLOVO

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 INŠTRUKCIE

Pri navrhovaní a výrobe tohto fitnes prístroja bol kladený veľký dôraz na jeho bezpečnosť. Napriek tomu je veľmi dôležité, aby ste sa riadili bezpečnostnými pokynmi. Ak sa bezpečnostnými pokynmi nebudete riadiť a dôjde k úrazu, nenesieme zaň zodpovednosť.

Zoznámte sa s nasledujúcimi bezpečnostnými pokynmi ešte pred používaním zariadenia. Ich nedodržanie môže viesť k úrazu alebo k poškodeniu zariadenia:

1. Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu sa poraďte s lekárom. Lekár by mal posúdiť, či môžete cvičiť pravidelne a intenzívne. Posúdenie je nevyhnutné obzvlášť v prípade, že trpíte zdravotnými ťažkosťami.
2. Telesne postihnutí ľudia by mali prístroj používať iba za prítomnosti ich opatrovateľky/opatrovateľa.
3. K cvičeniu na tomto prístroji používajte pohodlné oblečenie a vhodnú obuv, najlepšie športovú. Nenoste voľné oblečenie, ktoré sa môže do prístroja zachytiť.
4. Ukončíte cvičenie, ak začnete pociťovať bolesť kĺbov alebo svalov, alebo ak sa necítite dobre z akýchkoľvek iných dôvodov.
5. Prístroj by nemali používať deti a ľudia s telesným, duševným alebo zmyslovým postihnutím. Ľudia, ktorí neboli oboznámení s prevádzkou prístroja, by mali cvičiť pod dohľadom osoby, ktorá bude dohliadať na ich bezpečnosť.
6. Dbajte na to, aby sa pri cvičení nepohybovali v blízkosti prístroja deti. Prístroj by mal byť umiestnený tak, aby k nemu nemali deti ani domáce zvieratá prístup.
7. Na prístroji nemôže súčasne cvičiť viac ako 1 osoba.
8. Po zložení prístroja podľa návodu sa uistite, že sú všetky skrutky a matice správne umiestnené a riadne utiahnuté. Pri montáži a údržbe používajte len diely, ktoré boli súčasťou balenia alebo boli dodané dovozcom.
9. Nepoužívajte prístroj, ak nie je prevádzky schopný alebo je poškodený.
10. Prístroj umiestnite na rovnom, čistom a pevnom povrchu. Nepoužívajte ho v blízkosti vody a uistite sa, že je okolo prístroja dostatok voľného priestoru (aspoň 0,5 m). Ak chcete zabrániť poškodeniu podlahy pod prístrojom, umiestnite pod neho ochrannú podložku (podložka nie je súčasťou balenia).
11. Nestrkajte ruky ani nohy do pohyblivých častí prístroja. Nič nevkladajte do otvorov v prístroji.
12. Prístroj používajte iba na účely, ktoré sú popísané v tomto návode. Používajte len také náhradné diely, ktoré sú odporúčané výrobcom.
13. Maximálna váha užívateľa 120 kg.
14. Kategória HC (podľa normy EN 957) vhodné pre domáce využitie.
15. **VAROVANIE:** Systém pre monitorovanie tepovej frekvencie nemusí byť presný. Preťažovanie pri tréningu môže zaviniť vážne zranenie alebo smrť. Ak pociťujete nevoľnosť, okamžite ukončíte cvičenie!

MIMORIADNE BEZPEČNOSTNÉ INŠTRUKCIE

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 úrazu elektrickým prúdom. Ak si nie ste istí, či je zásuvka riadne uzemnená, poraďte sa s kvalifikovaným elektrikárom. Ak nie je prípojka kompatibilná so zásuvkou, nepokúšajte sa ju akokoľvek upravovať. Poradte sa s kvalifikovaným elektrikárom o použití vhodnej zásuvky.
- Kolísanie elektrického napätia môže prístroj vážne poškodiť. Zmeny počasia alebo vypínanie a zapínanie ďalších prístrojov môže zapríčiniť kolísanie elektrického napätia. Poškodeniu prístroja sa vyvarujete, 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 nosných koliesok. Nenechávajte napájací kábel pod prístrojom. Nepoužívajte prístroj, ak je napájací kábel poškodený.
- Pred údržbou alebo čistením prístroja ho odpojte zo siete. Údržbu môžete vykonávať sami len po schválení výrobcom, v opačnom prípade by mali údržbu vykonávať autorizovaní servisní technici. Pri nedodržaní pokynov bude záruka neplatná.
- Pred začatím cvičenia vždy skontrolujte, 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, nevzdalujte sa od neho a majte ho pod kontrolou.
- Ak dôjde k poškodeniu napájacieho kábla, musí ho vymeniť výrobca, servisný technik alebo iná kvalifikovaná osoba. Neopravujte prístroj sami, hrozí riziko úrazu elektrickým prúdom.
- Pravidelne kontrolujte, či je pás napnutý. Spustite bežecský pás skôr, ako sa naň postavíte.

MONTÁŽ

- Pred začatím montáže tohto fitnes prístroja si najprv pozorne prečítajte návod na jeho zloženie.
- Pred montážou vyberte zo škatule všetok obsah a rozložte prehľadne na voľnú plochu všetky diely. Budete mať prehľad o jednotlivých dodaných dieloch a uľahčí Vám to skladanie.
- Podľa zoznamu dielov skontrolujte, či sú dodané všetky diely. Baliace materiály vyhodte až po tom, čo budete mať prístroj kompletne zložený.
- Uvedomte si, že pri montáži prístroja, rovnako ako pri ďalších činnostiach vyžadujúcich prácu s náradím, hrozí nebezpečenstvo úrazu. Pri montáži prístroja buďte opatrný. (Postupujte opatrne, dbajte na opatrnosť).
- Prístroj skladajte v bezpečnom prostredí a nenechávajte napr. voľne ležať náradie v okolí prístroja. Baliaci materiál skladujte tak, aby nepredstavoval žiadne riziko nebezpečenstva. Fólie a plastové vrecká môžu pre deti predstavovať riziko udusenía.
- Dôkladne si prezrite obrázky v návode, podľa ktorých budete následne prístroj skladať.
- Prístroj musí starostlivo zložiť dospelá osoba. V prípade nutnosti si prizvite na pomoc ďalšiu technicky zdatnú osobu.

KOMPLETNÉ VYBALENIE VŠETKÝCH DIELOV

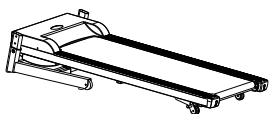
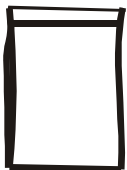
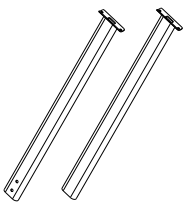
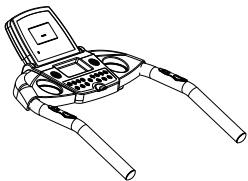
VAROVANIE: Pri montáži bežecského pásu postupujte opatrne. Nedodržanie uvedeného postupu môže viesť k zraneniu alebo k poškodeniu zariadenia.

POZNÁMKA: Pri montáži prístroja postupujte presne podľa pokynov uvedených v tomto návode. Riadte sa jednotlivými postupovými krokmi až k finálnemu zloženiu.

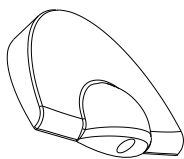
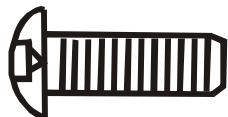
Vybalte obsah balenia a skontrolujte, že sú dodané všetky diely

1. Vybalte bežecský pás.

2. Skontrolujte, či sú dodané všetky nasledujúce diely. Ak niektorý diel chýba, kontaktujte predajcu.

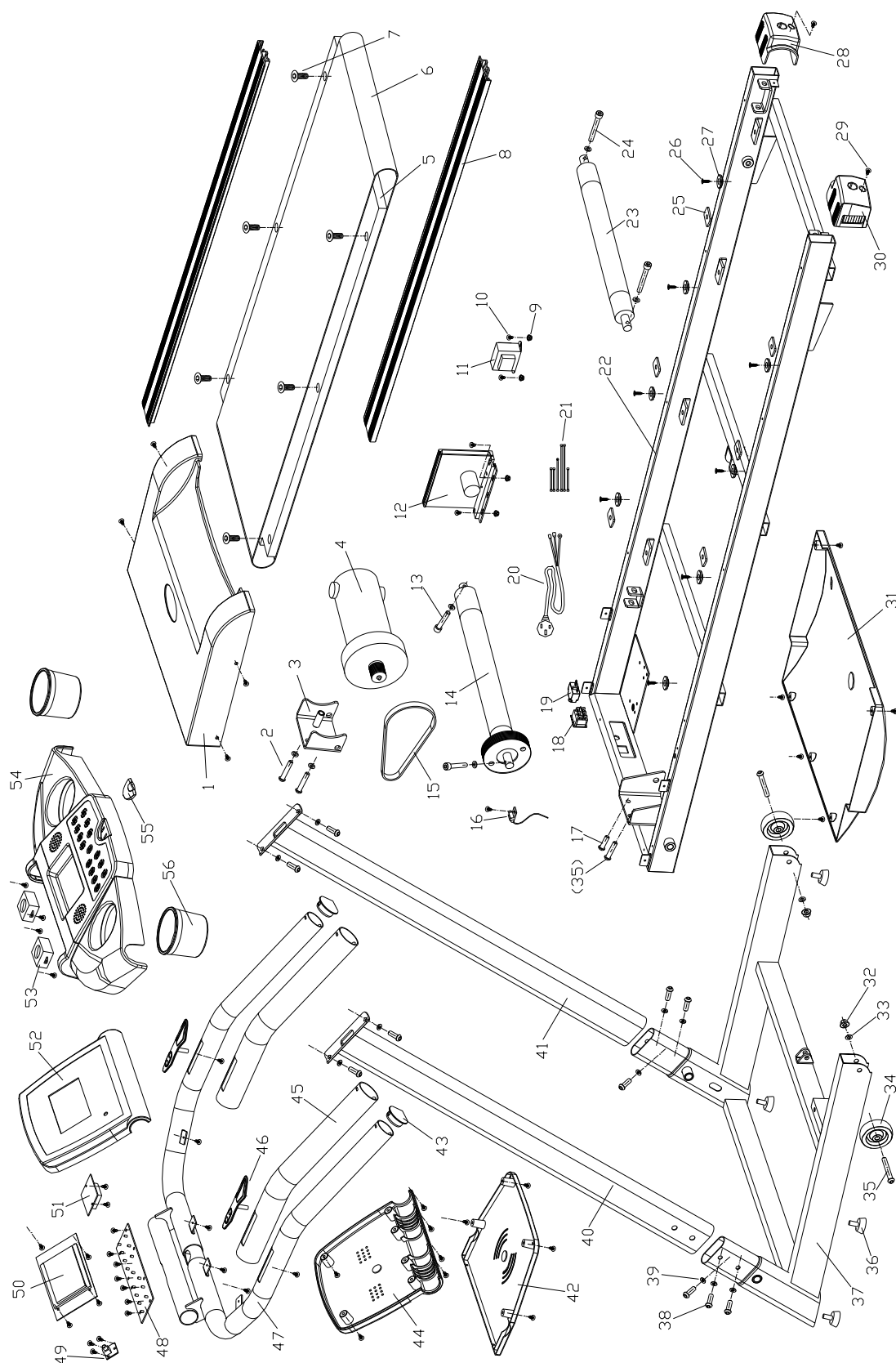
 Hlavná časť	 Sada príslušenstva	 Predné tyče	 Ovládací panel s držadlami
---	--	--	--

Sada príslušenstva

 Imbusový kľúč – 1 kus	 Bezpečnostný kľúč	 Imbusová skrutka M8x20 – 4 kusy
 Imbusová skrutka M8x15 – 6 kusov	 Podložka – 10 kusov	 Mazivo

ROZLOŽENÉ ZARIADENIE

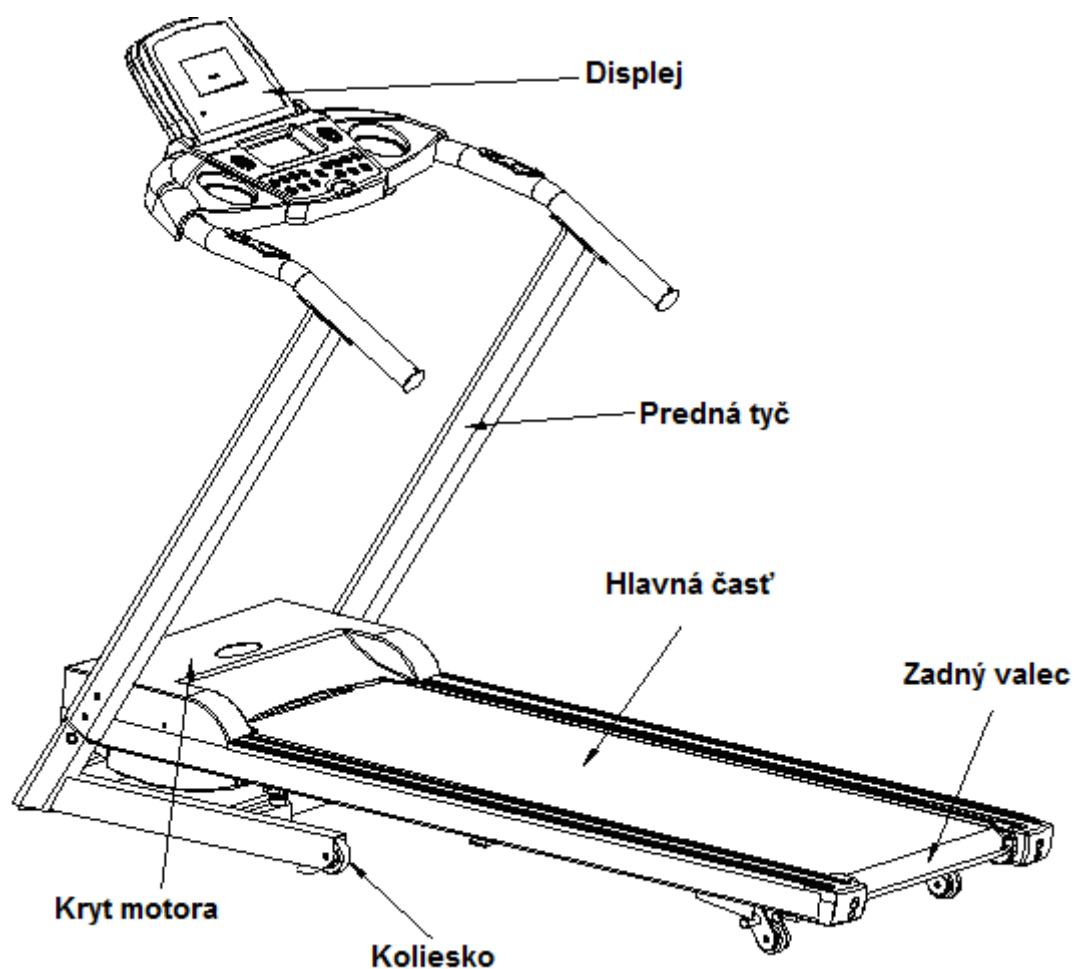
Väčšina dielov zobrazených na tejto schéme je už vopred zložená. Ak budete chcieť určitý diel vymeniť, vždy uveďte jeho číslo v schéme alebo v tabuľke.



ZOZNAM DIELOV

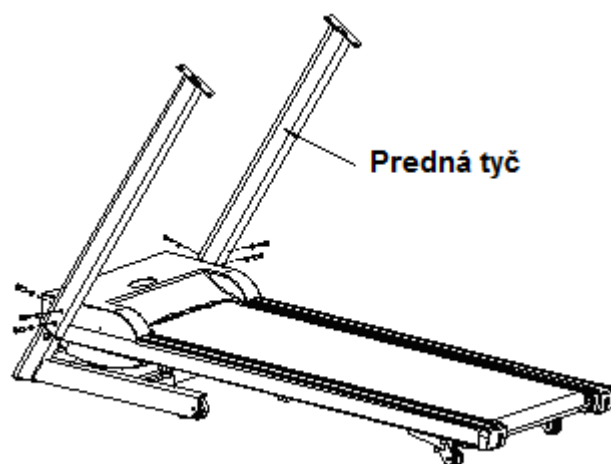
Číslo	Diel	Množstvo	Číslo	Diel	Množstvo
1	Vrchný kryt motora	1	29	Skrutka M4*15	47
2	Skrutka M8*45	2	30	Zadná krytka - ľavá	1
3	Držiak - motor	1	31	Spodný kryt motora	1
4	Motor	1	32	Matica M8	3
5	Bežecká doska	1	33	Podložka Φ8	9
6	Bežecový pás	1	34	Koliesko	2
7	Skrutka M8*25	6	35	Skrutka M8*40	3
8	Postranný kryt	2	36	Nastaviteľná podložka	2
9	Matica M4	4	37	Základňa	1
10	Skrutka M4*12	4	38	Skrutka M8*15	10
11	Transformátor	1	39	Protišmyková podložka	10
12	Ovládač	1	40	Predná tyč - ľavá	1
13	Šesťhranná tyčinka M8*35	2	41	Predná tyč - pravá	1
14	Predný valec	1	42	Spodný kryt ovládacieho panela 1	1
15	Riadiaci pás	1	43	Krytka držadla	2
16	Snímač rýchlosti	1	44	Spodný kryt ovládacieho panela 2	1
17	Skrutka M8*35	1	45	Rukoväť	2
18	Vypínač príkonu	1	46	Snímač tepovej frekvencie	2
19	Poistka	1	47	Rám ovládacieho panela	1
20	Napájací kábel	1	48	Doska s plošnými spojmi	1
21	Sada na pripojenie kábla	1	49	Reproduktor	1
22	Hlavný rám	1	50	Displej	1
23	Zadný valec	1	51	Doska s plošnými spojmi - zosilňovač	1
24	Šesťhranná tyčinka M8*65	2	52	Horný kryt ovládacieho panela 2	1
25	Gumová podložka	6	53	Ventilátor	2
26	Skrutka M4*15	4	54	Horný kryt ovládacieho panela 1	1
27	Podložka	2	55	Bezpečnostný kľúč	1
28	Zadná krytka - pravá	1	56	Držiak na pitie	1

POPIS ZARIADENIA



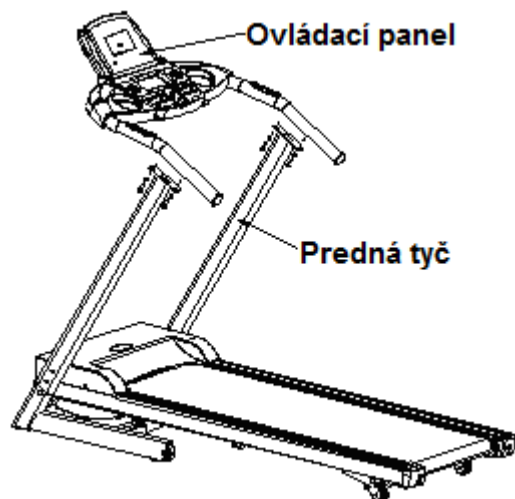
INŠTRUKCIE K ZLOŽENIU

1. Pripevnite prednú tyč k hlavnému rámu



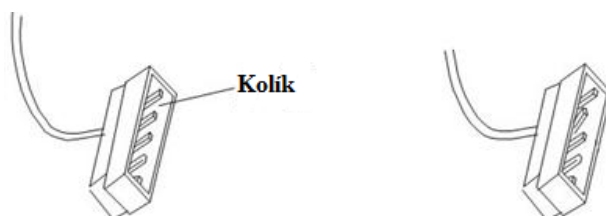
Pretiahnite kábel prednou tyčou a pripevnite predné tyče k hlavnému rámu pomocou šiestich skrutiek M8x15mm - použite francúzsky kľúč.

Pripevnite ovládací panel k predným tyčiam



Pripojte kábel vedúci z ovládacieho panela s káblom vedúcim z pravej prednej tyče. Pripevnite Ovládací panel k tyčiam pomocou 4 skrutiek M8x20mm a podložiek (neuťahujte skrutky).

POZOR: V spojeniach káblov buďte opatrný, v konektore sa nachádzajú kolíky, ktoré je potrebné zapojiť tak, aby nedošlo k ich deformácii alebo ohnutiu.



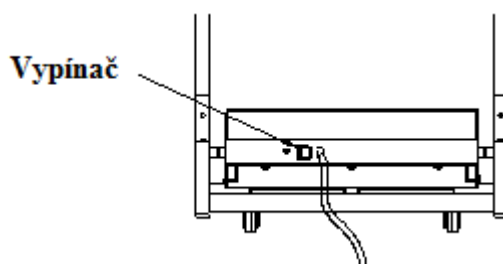
2. Uťahnite skrutky

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

SPRÁVNE POUŽÍVANIE ZARIADENIA

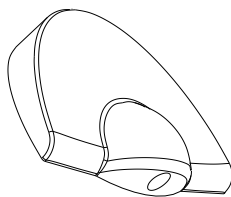
Zapnutie prístroja

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



Bezpečnostný kľúč

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



Návod na zloženie

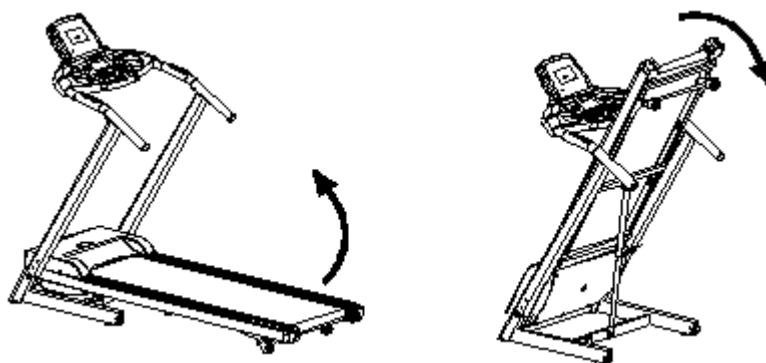
Zloženie

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

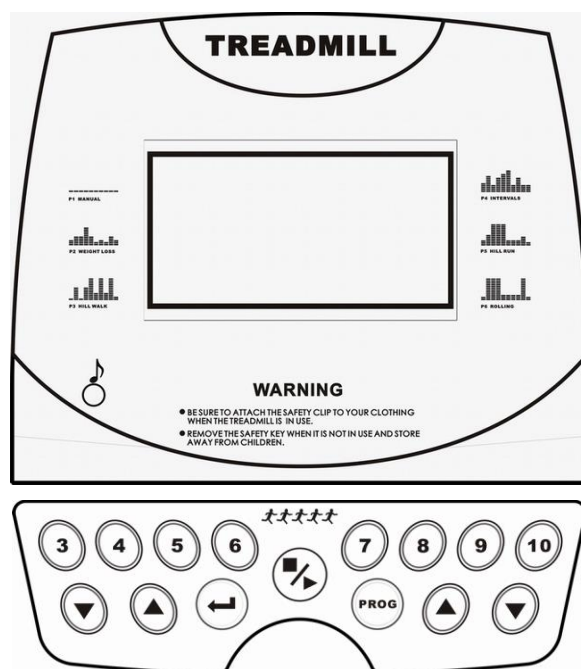
POZNÁMKA: Uistite sa, že je tyč riadne zaistená.

Rozloženie

Uvoľnite zaistovaciu tyč a opatrne položte bežecú dosku na zem.



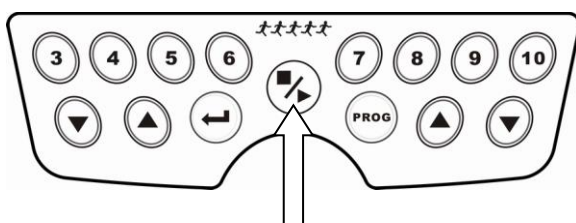
POČÍTAČ



TECHNICKÉ PARAMETRE

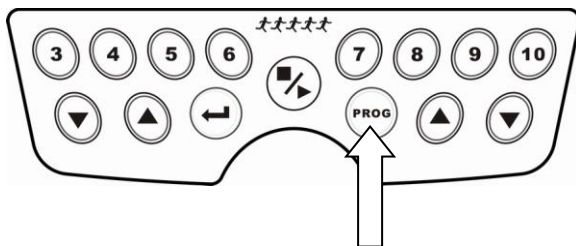
Čas (TIME)	00:00 - 99:59 min
Rýchlosť (SPEED)	0.8 - 14 km/h
Vzdialenosť (DISTANCE)	0.0 – 99.9 km
Kalórie (CALORIES)	0 - 999 KCAL
Tepová frekvencia (PULSE)	70 - 200 / min
Program	P1 - P6

FUNKCIE



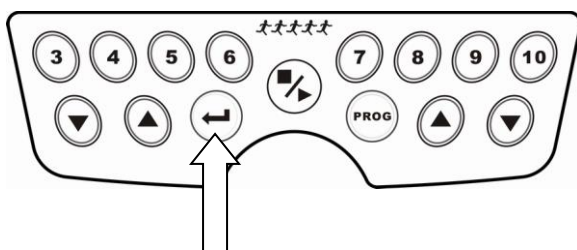
START/ STOP:

Stlačením tohto tlačidla zahájite cvičenie. Tlačidlo slúži aj na zastavenie a opätovné spustenie prístroja.



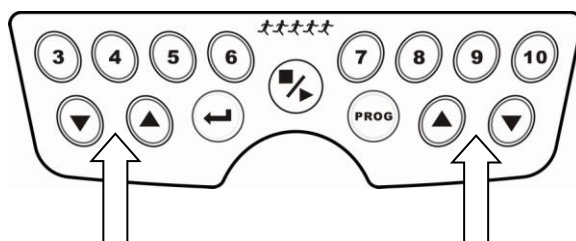
PROG

Stlačením tohto tlačidla vstúpite do prednastavených programov.



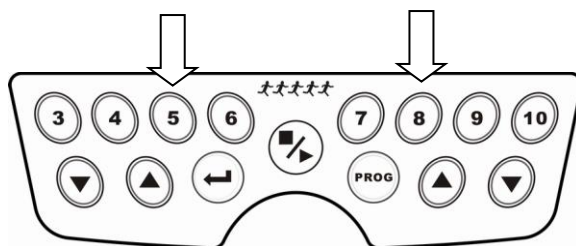
SELECT

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



FAST/SLOW

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



QUICK SPEED

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

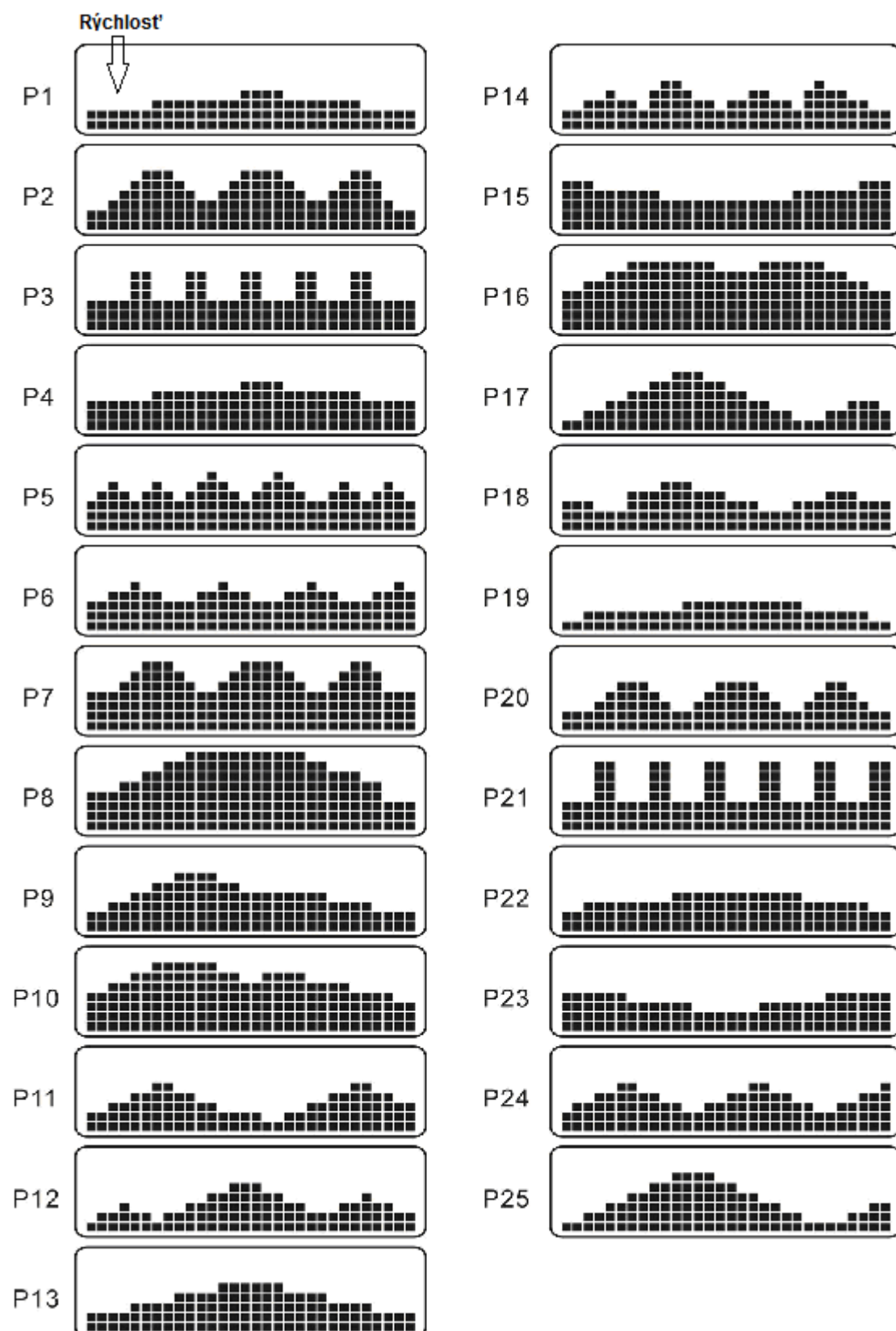
DISPLEJ

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

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 programov 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

POKYNY K ÚDRŽBE

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

Je potrebné vykonávať pravidelné kontroly prístroja, všetky časti musia byť vždy riadne utiahnuté. Poškodené časti musia byť ihneď vymenené.

NASTAVENIE PÁSU

Počas prvých pár týždňov používania bežeckého pásu sa môže stať, že bude potrebné ho upraviť. Všetky bežecké pásy sú nastavené vo výrobní, ale pri užívaní sa môže bežecký pás mierne natiahnuť.

NAPNUTIE PÁSU

Ak sa Vám zdá, že je pri behu pás príliš voľný a sklzáva (preklzáva), bude zrejme nutné zvýšiť stupeň napnutia pásu.

1. Utiahnite ľavú napínaciu skrutku pomocou 8 mm francúzskeho kľúča. Skrutku otočte o 90 stupňov v smere hodinových ručičiek, dôjde k posunutiu zadného valca.
2. Rovnakým spôsobom utiahnite pravú napínaciu skrutku. Je dôležité, aby ste obe skrutky pritiahli úplne rovnako a bola tak zaistená správna pozícia valca.
3. Priťahujte napínacie skrutky, kým nie je problém vyriešený a pás napnutý.
4. Dávajte pozor, aby ste napínacie skrutky nepritiahli príliš, mohol by tým byť vyvíjaný nadmerný tlak na ložiská predného a zadného valca. Ak je bežecký pás príliš napnutý, môže dôjsť k poškodeniu ložísk vo valcoch, ktoré potom začnú vydávať nadmerný hluk.

AK CHCETE NAPNUTIE PÁSU ZNÍŽIT, OTÁČAJTE NAPÍNACÍMI SKRUTKAMI V PROTISMERE HODINOVÝCH RUČIČIEK. JE DÔLEŽITÉ, ABY STE OTOČILI OBOMI SKRUTKAMI V ROVNAKOM ROZSAHU.

CENTROVANIE PÁSU

Niektorí ľudia sa môžu pri behu odrážať jednou nohou viac ako druhou a môže tým dôjsť k posunu pásu zo stredu smerom do strany. Miera posunu je závislá na tom, o koľko sa líši sila odrazu nôh. To, že sa pás vychýľuje zo stredu, je jav bežný a pokiaľ ho nikto nepoužíva, sám sa vycentruje. Ak je však pás trvalo posunutý do strany, je potrebné ho ručne vycentrovať.

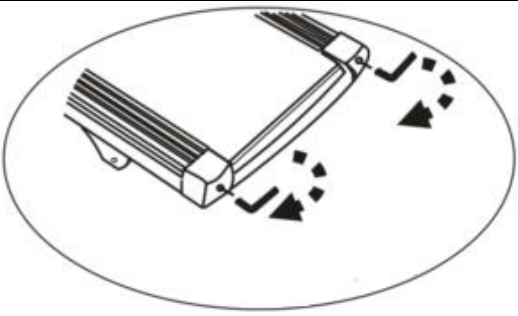
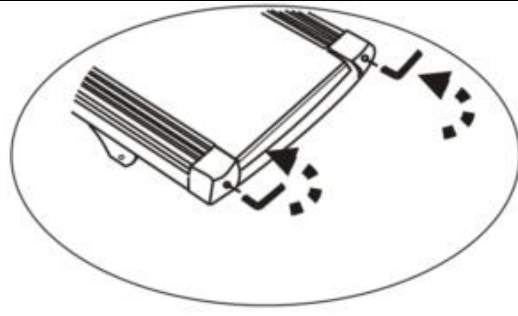
Spustite bežecký pás, nastúpte naň, pomocou tlačidla FAST zvýšte rýchlosť na 6 km/h.

1. Ak je pás posunutý smerom doľava, použite francúzsky kľúč a otočte ľavou regulačnou skrutkou o 90° v smere hodinových ručičiek a pravou regulačnou skrutkou o 90 stupňov v protismere hodinových ručičiek. Ak je pás posunutý smerom doprava, otočte pravou regulačnou skrutkou o 90° v smere hodinových ručičiek a ľavou regulačnou skrutkou o 90° stupňov v protismere hodinových ručičiek. Takto postupujte, kým nie je pás vycentrovaný.
2. Akonáhle je pás vycentrovaný, zvýšte rýchlosť na 16 km/h a overte správny a plynulý beh prístroja. V prípade nutnosti postupujte opäť podľa predchádzajúceho bodu.

Ak sa Vám nedarí týmto spôsobom prístroj vycentrovať, bude treba zvýšiť napnutie pásu.

MAZANIE PÁSU

Bežecký pás je pri výrobe riadne premazaný. Pre zaistenie správneho chodu prístroja odporúčame vykonávať pravidelné kontroly, či je riadne premazaný. Obyčajne nie sú kontroly nutné počas prvého roku jeho používania alebo počas prvých 500 hodín prevádzky.

	
Pre zvýšenie napnutia pásu pootočte skrutky v smere hodinových ručičiek.	Pre zníženie napnutia pásu pootočte skrutky proti smeru hodinových ručičiek.

Po 3 mesiacoch užívania prístroja ho nakloňte na stranu a siahnutím na vnútornú stranu pásu skontrolujte, či je prístroj premazaný. Skontrolujte vnútornú stranu pásu z oboch strán, vždy siahnite čo najďalej smerom do stredu. Ak spozorujete stopy silikónového spreja, netreba mazať pás. Ak je povrch suchý, postupujte podľa nasledujúcich pokynov.

Vždy používajte iba silikónový sprej bez obsahu olejov.

Nanesenie maziva

- Pás posuňte tak, aby bol spoj v strede hlavného rámu.
- Nasadte na sprej trysku.
- Nakloňte prístroj na stranu a začnite nanášať sprej od prednej časti pásu. Potom nadvihnite druhú stranu prístroja a naneste mazivo rovnakým spôsobom. Na každej strane nanášajte sprej približne 4 sekundy.
- Počkajte aspoň 1 minútu, než sa silikónový sprej roznesie po páse a Vy budete môcť začať prístroj opäť používať.

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, než začnete prístroj umývať.
- **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 bežecký pás podložku. Topánky môžu obsahovať nečistoty, ktoré budú pri behu padať pod prístroj. Čistenie bude jednoduchšie, ak podložku umyjete raz týždenne.

SKLADOVANIE

Skladujte prístroj v čistom a suchom prostredí. Uistite sa, že je spínač vypnutý a napájací kábel odpojený z elektrickej siete.

DÔLEŽITÉ UPOZORNENIA

- 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 zahájením akéhokoľvek cvičebného programu sa poraďte s lekárom, mal by posúdiť Váš zdravotný stav, a či ste schopný prístroj využívať. Cvičebný program by mal byť navrhnutý na

základe lekárskeho vyšetrenia. Nesprávne vedené alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť Vaše zdravie.

- Pozorne si prečítajte nasledujúce odporúčania a usmernenia k cvičeniu. Prestaňte ihneď cvičiť, ak budete pociťovať bolesť, dýchavičnosť, ak sa nebudete cítiť dobre alebo budete mať akékoľvek iné telesné ťažkosti. Ak budú problémy pretrvávať, poraďte sa s lekárom.
- Snímač tepovej frekvencie neslúži na posúdenie Vášho zdravotného stavu. Je určený len pre orientáciu a meranie priemernej tepovej frekvencie. Zobrazovaná tepová frekvencia nie je vždy úplne presná - faktory ako prostredie a odlišnosti v stavbe ľudského tela ju môžu ovplyvniť.

RIEŠENIE PROBLÉMOV

CHYBOVÉ HLÁSENIE	PRÍČINA	RIEŠENIE
E0	Chýba bezpečnostný kľúč	Vložte bezpečnostný kľúč.
E1	Chyba snímača rýchlosti	1. Skontrolujte snímač, kábel a konektor s 10 kolíkmi. Prípadne kontaktujte servisné oddelenie. 2. Prekročenie váhy užívateľa. Na displeji sa zobrazia 3 svetelné kontrolky naraz. Vypnite prístroj na 30 sekúnd a potom ho opäť zapnite.
E2	Chyba motora	Skontrolujte kábel, prípadne kontaktujte servisné oddelenie.
E3	Prekročenie rýchlosti	Pokúste sa opraviť snímač rýchlosti alebo kontaktujte servisné oddelenie.

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

CHYBA: Displej ovládacieho panela sa nerozsvieti.

RIEŠENIE: Skontrolujte, či je napájací kábel pripojený do elektrickej siete a prístroj zapnutý.

CHYBA: Vypadáva istič.

RIEŠENIE: Uistite sa, že je zariadenie pripojené k elektrickej sieti o prúde 20 A.

Poznámka: Nepoužívajte predlžovací kábel.

CHYBA: Pri zvyšovaní bežeckého pásu sa prístroj vypne.

RIEŠENIE: Skontrolujte, či je napájací kábel dostatočne dlhý a dosiahne v priebehu zvyšovania k zástrčke v stene.

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

RIEŠENIE: Uistite sa, že je prístroj umiestnený na rovnom povrchu (vodorovnom) a že je pás riadne napnutý (pozri kapitolu "Napnutie bežeckého pásu").

CHYBA: Z prednej časti bežeckého pásu sa pri prevádzke ozýva klikanie.

RIEŠENIE: Je nutné, aby bol prístroj vyrovnaný do vodorovnej polohy.

CVIČENIE

Pri začatí Vášho cvičebného programu buďte opatrný, 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 vykonávajte aj ďalšie športové aktivity, ako je napr. beh, plávanie, tanec alebo cyklistika.

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

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	Počet tepov za minútu (50-75% z maximálnej tepovej frekvencie) OPTIMÁLNY INTERVAL PRE CVIČENIE	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 môžete poradiť s Vaším lekárom)

Počas cvičenia dýchajte vždy pravidelne a pokojne.

Počas cvičenia dodržujte pitný režim. Predídete tým dehydratácii organizmu. Odporúčaný denný príjem tekutín je 2-3 litre. V dňoch tréningu je ale potrebné prijať ešte viac tekutín. Váš nápoj by mal mať izbovú teplotu.

ZAHRIEVACIE CVIKY

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

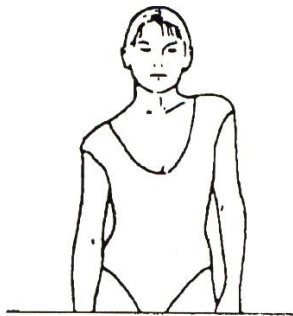
Krčné svalstvo

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



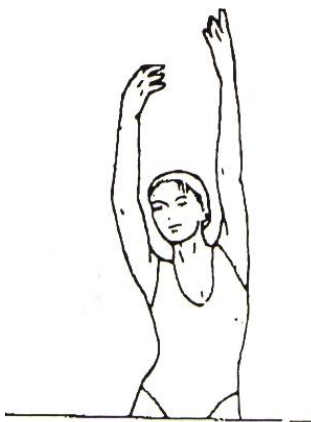
Ramená

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



Pretiahnutie rúk

Zdvíhajte striedavo ľavú a pravú ruku smerom nahor. Pocítite pnutie v 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 svalstvu. Akonáhle ucítite pnutie, zotrvať v tejto pozícii približne 30 sekúnd. Potom vymeňte nohy a cvik opakujte. Cvik opakujte aspoň 2x pri každej nohe.



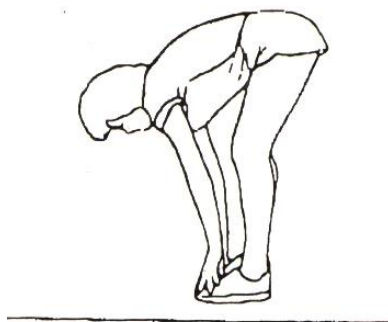
Vnútorá strana stehien

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



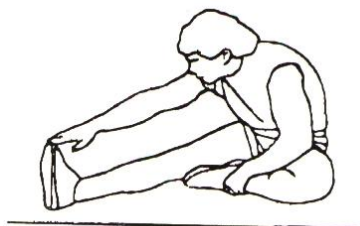
Hlboký predklon

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



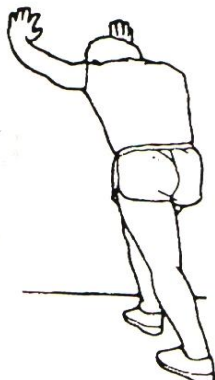
Kolená

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 dolu k zemi. Snažte sa dosiahnuť pravou rukou na palec pravej nohy. V krajnej polohe zotrvajte približne 30-40 sekúnd.



Lýtka a Achillové šľachy

Oprite sa oboma rukami o stenu, ľavú nohu napnite a posuňte smerom dozadu, pravú nohu pokrčte v kolene a pätu ľavej nohy tlačte smerom dolu k zemi. V krajnej polohe zotrvať 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:

1. inSPORTline s.r.o., Električná 6471, 911 01 Trenčín , +421 917 864 593, predajnatn@insportline.sk
2. Stores inSPORTline SK s.r.o., Račianska 184/B, 831 54 Bratislava (Rača), +421 917 866 623, predajnaba@insportline.sk
3. Stores inSPORTline SK s.r.o., Trieda generála Ludvíka Svobodu 6/A, 040 22 Košice (Furča), +421 917 866 622, predajnake@insportline.sk

Vzhľadom k platnej právnej úprave sa rozlišuje kupujúci, ktorý je spotrebiteľom a kupujúci, ktorý spotrebiteľom nie je.

„Kupujúci spotrebiteľ“ alebo len „spotrebiteľ“ je osoba, ktorá pri uzatváraní a plnení zmluvy nejedná v rámci svojej obchodnej alebo inej podnikateľskej činnosti.

„Kupujúci, ktorý nie je „spotrebiteľ“, je podnikateľ, ktorý nakupuje výrobky alebo užíva služby za účelom svojho podnikania s týmito výrobkami alebo službami. Tento kupujúci sa riadi rámcovou kúpnu zmluvou a obchodnými podmienkami v rozsahu, ktoré sa ho týkajú a obchodným zákonníkom.

Tieto záručné podmienky a reklamačný poriadok sú nevyhnutnou súčasťou každej kúpnej zmluvy uzatvorenej medzi predávajúcim a kupujúcim. Záručné podmienky a reklamačný poriadok sú platné a záväzné, pokiaľ v kúpnej zmluve alebo v dodatku v tejto zmluvy alebo inej písomnej dohode nebude stranami dohodnuté inak.

Záručné podmienky a záručná doba

Predávajúci poskytuje kupujúcemu záruku na tovar v dĺžke 24 mesiacov, u označených fitness modelov s kúpnu hodnotou vyššou ako 159,60 EUR bude poskytovaná záručná lehota 60 mesiacov

na rám a na ostatné komponenty 24 mesiacov. Zákonná dĺžka záruky poskytovaná spotrebiteľovi nie je týmto dotknutá.

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

Predávajúci poskytuje na tento výrobok nasledujúcu záruku:

- a) záruka fitness zariadenie na rám vyrobený z ocele pre prvého majiteľa je 60 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi s kúpnu hodnotou vyššou ako 159,60 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: (ak je možné aplikovať na zakúpený produkt):

- zavinením užívateľa tj. poškodenie výrobku neodbornou repasiou, nesprávnou montážou, nedostatočným zasunutím sedlovej tyče do rámu, nedostatočným utiahnutím pedálov v kľučkách a kľučiek k stredovej osi
- nesprávnou údržbou
- mechanickým poškodením
- opotrebením dielov pri bežnom používaní (napr. gumové a plastové časti, pohyblivé mechanizmy, atď.)
- neodvratnou udalosťou, živelnou pohromou
- neodbornými zásahmi
- nesprávnym zaobchádzaním alebo nevhodným umiestnením, vplyvom nízkej alebo vysokej teploty, pôsobením vody, neúmerným tlakom a nárazmi, úmyselne pozmeneným designom, tvarom alebo rozmermi
- nesprávnym použitím tovaru, ktorý je v rozpore s kategorizáciou produktu (HC, HA – na domáce použitie: SC, S – na komerčné použitie).

Upozornenie:

- 1) v dobe záruky budú odstránené všetky poruchy výrobku spôsobené výrobnou 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 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 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.



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
Telefon:	+420 556 300 970
Mail:	eshop@insportline.cz reklamace@insportline.cz servis@insportline.cz
Web:	www.insportline.cz

SK

inSPORTline s.r.o.

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

IČO:	36311723
DIČ:	SK2020177082
Telefón:	+421(0)326 526 701
Mail:	objednavky@insportline.sk reklamacie@insportline.sk servis@insportline.sk
Web:	www.insportline.sk

Dátum predaja :

Razítko a podpis predajcu: