



UŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK

IN 6988 – Lyžiarsky trenažér inSPORTline Tombos



Záručný a pozáručný servis zaisťuje:

inSPORTline s.r.o., Električná 6471, 911 01 Trenčín
mail: reklamacie@insportline.sk, servis@insportline.sk
www.insportline.sk

OBSAH:

POPIS.....	3
VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÉ INŠTRUKCIE.....	4
NÁKRES.....	5
ZOZNAM DIELOV.....	7
NÁVOD NA MONTÁŽ.....	7
OVLÁDACÍ PANEL.....	9
ÚDRŽBA.....	10
VŠEOBECNÉ ODPORÚČANIA PRE CVIČENIE.....	10
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE.....	15

POPIS

Lyžiarsky trénažér inSPORTline Tombos je efektívny trénažér pre zvýšenie fyzickej kondície a zdokonaľovanie lyžiarskej techniky. Odolná konštrukcia, nosnosť 100 kg a LCD displej patrí k hlavným prednostiam lyžiarskeho trénažéra. Počítač zobrazuje najdôležitejšie informácie, medzi ktoré patrí čas, vzdialenosť, spálené kalórie či počítadlo. Naklonená rovina dokáže reálne simulovať zjazdovku, vďaka čomu je cvičenie komfortnejšie. Lyžiarsky trénažér je vhodný pre fyzickú aj technickú prípravu na lyžiarsku sezónu. Pri pravidelnom krátkom cvičení dokáže vaše telo nabráť svalovú hmotu, zlepšiť rovnováhu, rytmus a precíznosť oblúkov. Cvičením na lyžiarskom trénažéri posilňujete celé telo a zlepšujete techniku lyžovania.

Technický popis:

- perfektná simulácia jazdy na svahu
- **rozsah odporu:** 22 – 30 kg
- **rozteč nášľapov:** 29,5 cm
- kvalitná konštrukcia
- povrchová úprava so zvýšenou odolnosťou
- LCD displej
- **funkcie počítača:** čas, kalórie, vzdialenosť, počítadlo
- mnoho rozdielnych typov cvičení (zjazd, slalom, obrovský slalom, tempo, časové cvičenie)
- efektívne posilňovanie všetkých svalových partií zapojených pri lyžovaní
- zdokonaľovanie lyžiarskej techniky
- transportné kolieska
- vyrovňovanie nerovností podlahy
- odnímateľné palice
- **rozmery po zostavení:** 78 x 43 x 146 cm (D x Š x V)
- **rozmery krabice:** 81 x 64 x 35 cm (D x Š x V)
- **nosnosť:** 100 kg
- **hmotnosť:** 25,5 kg
- **batéria:** 1.5V AA
- **kategória HC** (podľa normy ČSN EN ISO 20957-1) na domáce použitie s nízkou presnosťou

Pred montážou lyžiarskeho trénažéra a jeho prvým použitím si prečítajte tento návod. Manuál uschovajte, aby ste do neho v prípade potreby mohli znovu nahliadnuť.

Obrázky uvedené v manuáli sú iba ilustračné. Výrobca si vyhradzuje právo meniť dizajn výrobku bez povinnosti predchádzajúceho oznámenia.

ZÁRUKA

Dovozca zariadenia sa zaručuje, že výrobok bol vyrobený z vysoko kvalitných materiálov.

Predpokladom pre uplatnenie záruky je správna montáž a používanie podľa inštrukcií. Nesprávne používanie alebo nevhodná preprava výrobku môže byť príčinou zamietnutia záruky.

V prípade, že je vami kúpený výrobok poškodený, kontaktujte prosím, náš zákaznícky servis v dobe záručnej lehoty, ktorej platnosť začína dňom zakúpenia. Záruka sa vzťahuje na nasledovné časti zariadenia (platí v prípade, že sú súčasťou balenia): rám, kábel, elektronické časti, pena rukoväte, kolieska. Záruka sa nevzťahuje na:

- Poškodenia spôsobené vonkajšou silou
- Zásahy neoprávnenými osobami
- Nesprávne zaobchádzanie s výrobkom
- Nedodržiavanie inštrukcií pre používanie zariadenia
- Použitie náhradných dielov od iného výrobcu

Opotrebované a ľahko opotrebitelné časti nie sú zahrnuté v záruke.

Zariadenie je určené iba na domáce používanie a nie je určené pre osoby s vyššou hmotnosťou ako 100 kg.

Záruka sa nevzťahuje na poškodenie pri profesionálnom/komerčnom používaní.

Náhradné diely si môžete objednať cez náš zákaznícky servis podľa vašich potrieb.

Prosím ubezpečte sa, že máte nasledujúce informácie po ruke počas objednávania náhradných dielov:

Návod na obsluhu

Výrobné číslo, označenie výrobku IN, názov (umiestnené na prednej strane tohto návodu)

Popis dielu

Číslo dielu

Doklad o zakúpení s dátumom predaja

Nezasielajte prosím zariadenie do našej spoločnosti bez toho, aby ste o tom informovali náš servisný tím. Náklady na nežiadajúcu prepravu budú účtované odosielateľovi.



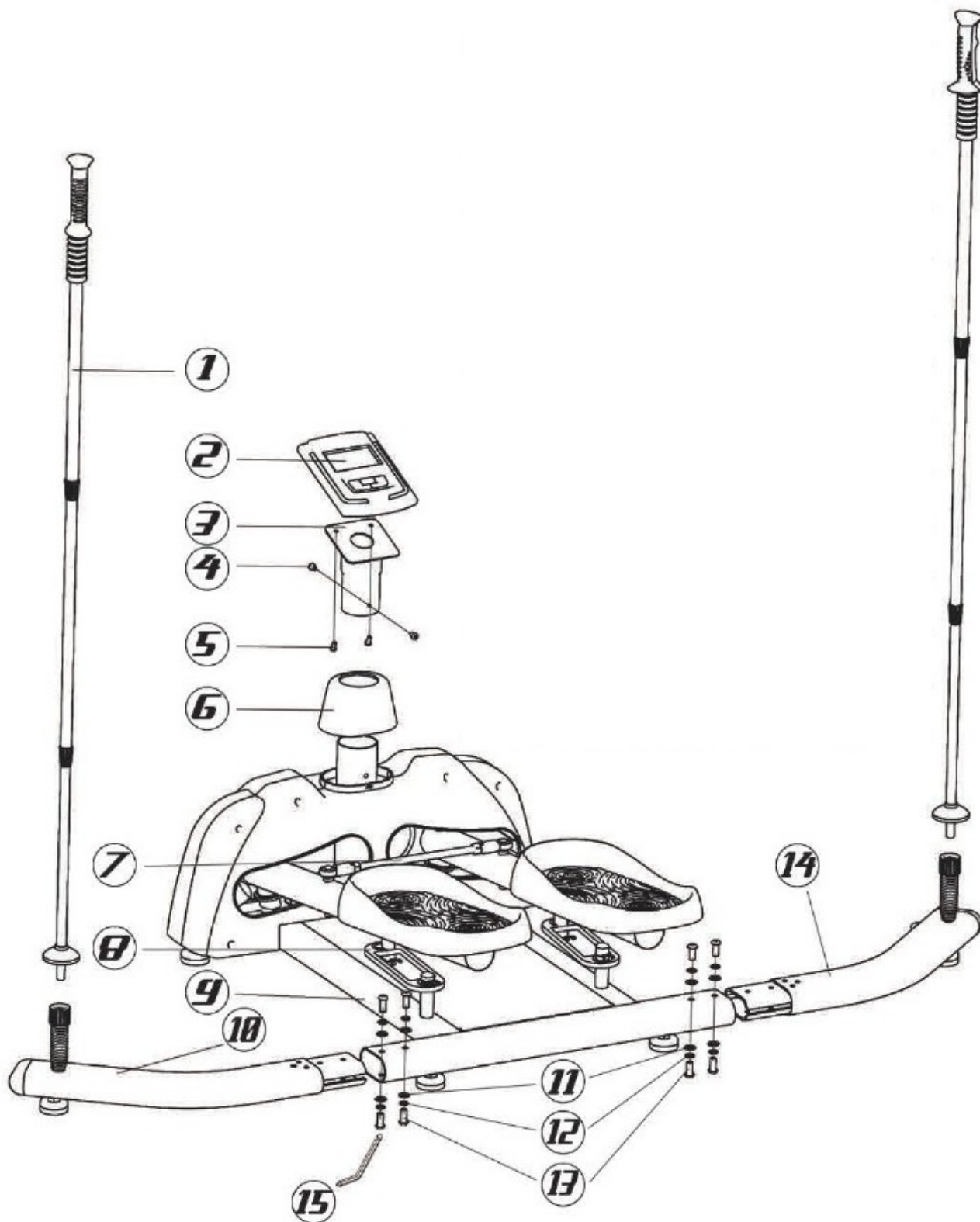
VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÉ INŠTRUKCIE:

- Veľký dôraz bol kladený pre bezpečnosť, dizajn a výrobu tohto fitness zariadenia. Napriek tomu je veľmi dôležité, aby ste sa pri jeho používaní riadili nasledujúcimi bezpečnostnými inštrukciami. Nenesieme zodpovednosť za zranenia, ktoré sú spôsobené nedodržiavaním doporučených bezpečnostných inštrukcií počas používania a montáže tohto zariadenia.
- Pre dodržanie bezpečnosti a pre zabránenie rôznych zranení, prosím pozorne si prečítajte nasledujúce odporúčania a návod na používanie zariadenia, špeciálne pred prvým použitím lyžiarskeho trenažéra.
- Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu sa poraďte s lekárom. Lekár by mal posúdiť, či môžete cvičiť pravidelne a intenzívne. Posúdenie je potrebné obzvlášť v prípade, že trpíte zdravotnými problémami.
- Odporúčame hendikepovaným osobám používanie zariadenia iba v prítomnosti kvalifikovanej osoby.
- Pri používaní zariadenia používajte vhodné oblečenie a obuv, najlepšie športovú. Vyhýbajte sa príliš voľnému oblečeniu, ktoré by sa mohlo zachytiť do pohyblivých sa častí zariadenia.
- Okamžite prestaňte s cvičením v prípade, že sa necítite dobre, máte bolesti svalstva alebo kĺbov. Počas cvičenia sledujte, ako sa správa a reaguje vaše telo na cvičenie. Nevoľnosť je znakom toho, že cvičenie je príliš intenzívne. Pri prvých príznakoch nevoľnosti alebo závratov prestaňte s cvičením a na chvíľu si ľahnite na podlahu až do doby, kedy sa budete cítiť lepšie.
- Toto zariadenie nie je vhodné pre používanie osobami (vrátane detí) ktoré majú znížené psychické vnímanie, zmysly alebo mentálne rozhranie, majú nedostatočné skúsenosti s používaním zariadenia bez prítomnosti zodpovednej dospeléj osoby. Deti musia byť pod dozorom dospeléj osoby ktorá zabezpečí, že sa nehrajú so zariadením.
- Presvedčte sa, že počas cvičenia na zariadení nie sú v jeho blízkosti deti. Pre maximálnu bezpečnosť by malo byť zariadenie umiestnené mimo dosahu detí a domácich zvierat.
- Vždy dbajte na to, aby zariadenie používala pri cvičení iba jedna osoba.
- Po montáži zariadenia podľa montážnych inštrukcií sa presvedčte, že sú všetky skrutky a matice správne umiestnené a pritiahnuté. Pri montáži a údržbe používajte len diely, ktoré boli súčasťou balenia alebo boli dodané výrobcom.
- Nepoužívajte zariadenie ak je poškodené alebo neservisované.
- Vždy umiestňujte zariadenie iba na rovný, čistý a pevný povrch. Nikdy nepoužívajte zariadenie v blízkosti vody a presvedčte sa, že sa v jeho blízkosti nenachádzajú žiadne ostré predmety. Ak je to potrebné, vložte pod zariadenie ochrannú podložku (nie je súčasťou balenia) pre ochranu vašej podlahy a udržiajte voľný priestor v okolí zariadenia, minimálne 0.6 m kvôli bezpečnosti.
- Dávajte pozor, aby sa vaše ruky alebo nohy nedostali do pohyblivých častí zariadenia. Nevkladajte žiadne veci do otvorených častí zariadenia.
- **Rozsah použitia lyžiarskeho trenažéra:** HC – pre domáce použitie/tréning do max. hmotnosti cvičenca 150 kg. (H – stacionárne tréningové zariadenie na súkromné/domáce použitie, C – nízka presnosť).
- Zariadenie používajte iba na účely, ktoré sú popísané v tomto návode. Používajte iba náhradné diely odporúčané výrobcom.
- 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.
- Manuál je určený zákazníkom a jeho účelom je, aby im uľahčil prácu s prístrojom a znížil riziko úrazu.
- Dodávateľ nie je zodpovedný za chyby vzniknuté pri prekladaní textu z iných jazykov alebo za drobné odlišnosti v technickej špecifikácii výrobku.
- Presvedčte sa prosím, že matice na spodnej časti všetkých šiestich nastaviteľných nožičiek sú správne

utiahnuté a zariadenie je stabilné.

- Nastavte si prosím výšku palíc pred tým ako sa postavíte na zariadenie a uzamknite ich s plastovým gombíkom. Nesmiete výšku nastavovať pri státi na zariadení, nakoľko hrozí, že spadnete a zraníte sa.
- Neupravujte žiadne časti zariadenia.
- Všetky údaje namerané počítačom sú iba orientačné a neslúžia na vyhodnotenie zdravotného stavu užívateľa.

NÁKRES

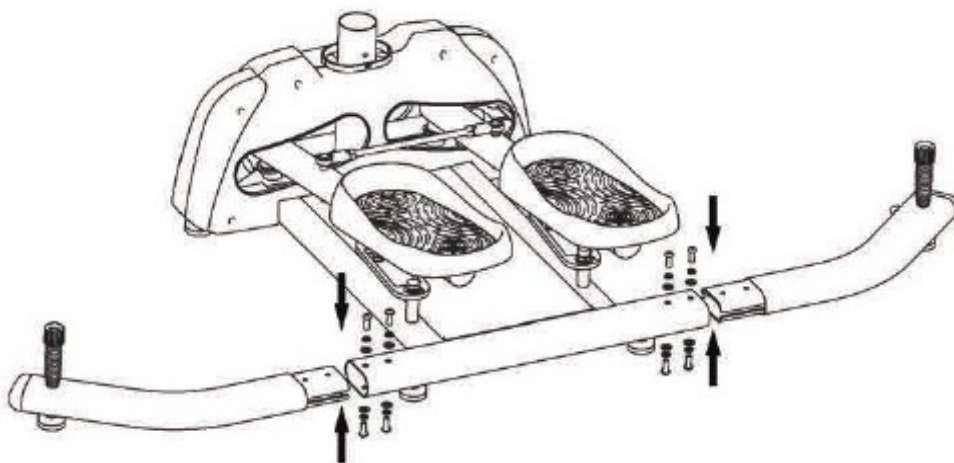


ZOZNAM DIELOV

Označenie	Názov dielu	Počet kusov
1	Palica	2
2	Ovládací panel (počítač)	1
3	Stĺp pre montáž ovládacieho panela	1
4	Imbusová skrutka M6x10	2
5	Krížová skrutka s guľatou hlavou M4x15	2
6	Krytka	1
7	Spojovacia tyč	1
8	Odporová guma	2
9	Základňa	1
10	Ľavé rameno	1
11	Plochá podložka Ø8	8
12	Perová podložka Ø8	8
13	Imbusová skrutka M8x15	8
14	Pravé rameno	1
15	Kľúč	1

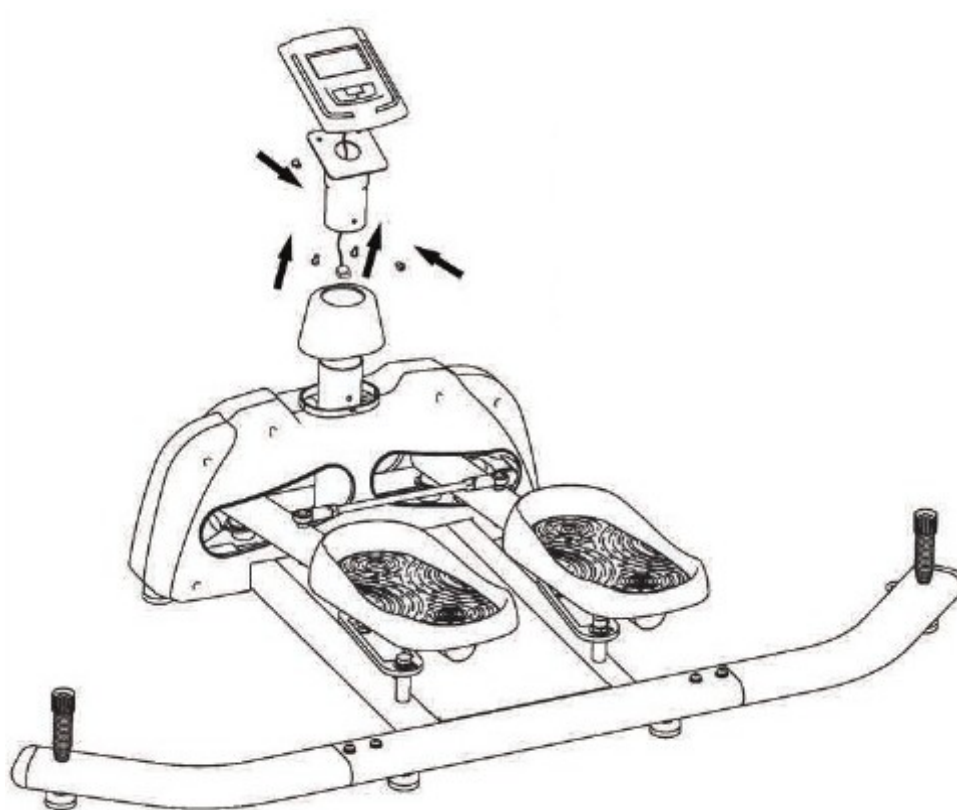
MONTÁŽ

Krok 1



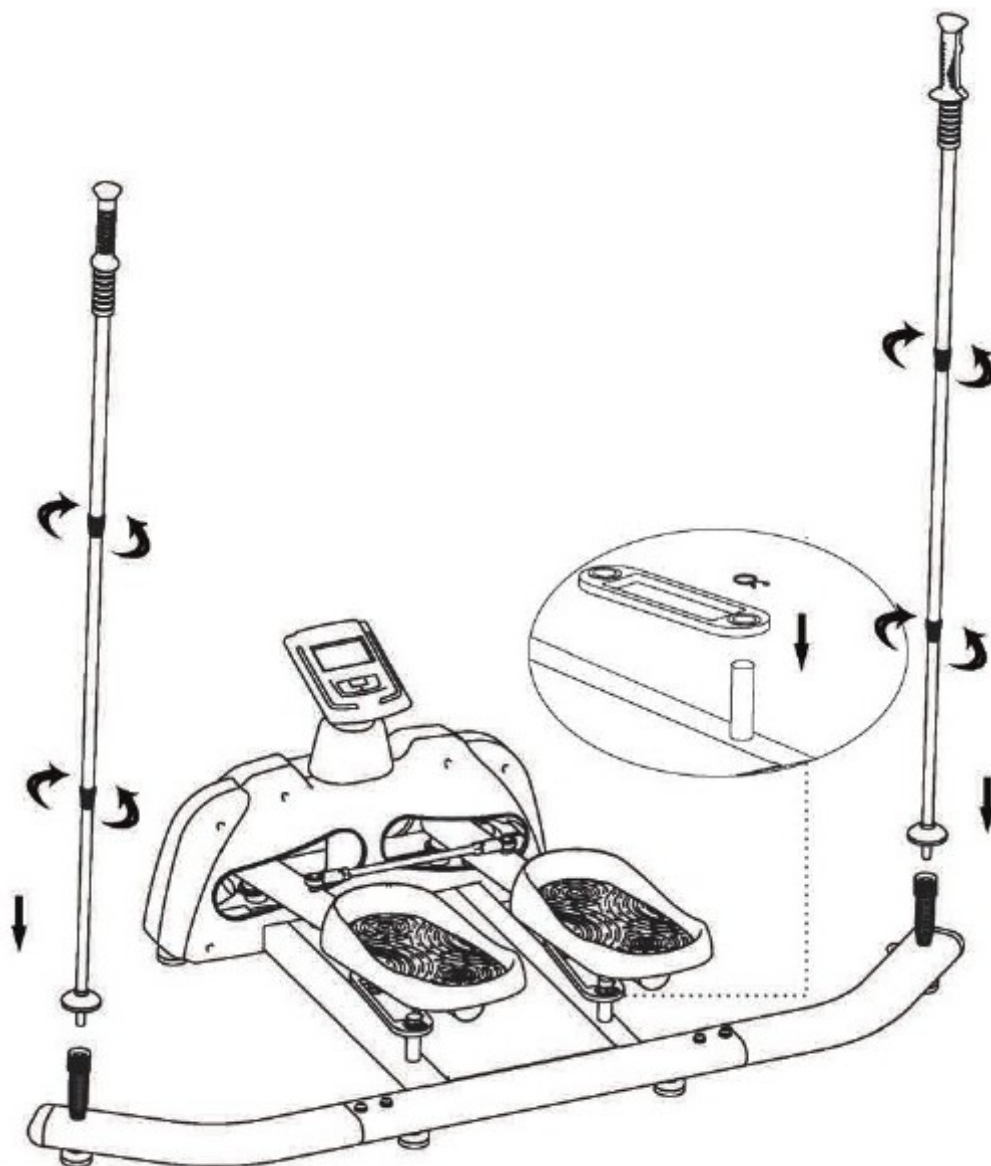
Pripevnite ľavé a pravé rameno (*diel č.10 a 14*) k základni (*diel č.1*) pomocou ôsmich imbusových skrutiek s guľatou hlavou M8x15 (*diel č.13*), ôsmich perových podložiek Ø8 (*diel č.12*) a ôsmich plochých podložiek Ø8 (*diel č.11*). Uťahnite skrutky kľúčom.

Krok 2



1. Prestrčte počítačový kábel stĺpom pre montáž ovládacieho panela (*diel č.3*) a pripevnite ovládací panel (*diel č.2*) k stĺpiku (*diel č.3*) pomocou dvoch krížových skrutiek s guľatou hlavou M4x15 (*diel č.5*).
2. Nasuňte na stĺpik ovládacieho panela (*diel č.3*) krytku (*diel č.6*).
3. Prepojte počítačový kábel s káblom vychádzajúcim z rámu.
4. Pripevnite stĺpik ovládacieho panela (*diel č.3*) k základni pomocou dvoch imbusových skrutiek s polguľatou hlavou M6x10 (*diel č.4*).
5. Zafixujte krytku stĺpika.

Krok 3



Výmena/pridanie odporovej gummy

Zložte fixačnú pružinu a nasad'te na stĺpik odporovú gumu. Zaistite odporovú gumu pružinou.

Dĺžka palíc sa nastavuje skrutkovaním plastových častí.

OVLÁDACÍ PANEL

	Funkcia	Rozsah
	TIME/ČAS	00:00 – 99:59 min
	CNT/POČET OPAKOVANÍ	0 - 9999
	CAL/KALÓRIE	0.0 – 9999 kcal
	DISTANCE/VZDIALENOSŤ	0 – 9999 km (míľ)
	T.CNT/CELKOVÝ POČET ZOŠĽAPNUTÍ	0 – 9999
	REPS/MIN - TEPY/MIN	0 - 999
	PUL/PULZ	40 – 240 BPM (tepov/min)

Tlačidlá

MODE: Týmto tlačidlom si môžete zvoliť požadovanú funkciu.

RESET (CLEAR): Týmto tlačidlom vynulujete vybranú funkciu.

Ovládanie

- Automatické zapnutie/vypnutie
 - Ovládací panel sa zapne pri stlačení ľubovoľného tlačidla alebo zošliapnutí pedálu.
 - Po 4 minútach nečinnosti sa ovládací panel automaticky vypne.
- RESET
Počítač sa resetuje (parametre sa vynulujú) pri výmene batérie, alebo ak aspoň na 3 sekundy pridržíte tlačidlo MODE.
- REŽIM
Pomocou tlačidla *MODE* môžete prepínať medzi jednotlivými parametrami alebo zvoliť funkciu *SCAN*, pri ktorej sa budú parametre prepínať automaticky.

Funkcie

- Čas:** Pomocou tlačidla *MODE* choďte ukazovateľom na "*TIME*". Tento parameter slúži na meranie dĺžky cvičenia.
- Počet opakovaní:** Pre zobrazenie počítadla stláčajte tlačidlo *MODE*, až kým ukazovateľ nenabehne na "*COUNT*".
- Kalórie:** Pomocou tlačidla *MODE* choďte ukazovateľom na "*CALORIE*". Zobrazí sa množstvo kalórií spotrebovaných počas cvičenia.
- Vzdialenosť (len u niektorých modelov):** Pre zobrazenie vzdialenosti prekonanej pri cvičení choďte pomocou tlačidla *MODE* ukazovateľom na "*DISTANCE*".
- Celkový počet opakovaní (len u niektorých modelov):** Pomocou tlačidla *MODE* prepnite ukazovateľ do polohy "*TOTAL COUNT*". Po začatí cvičenia sa začne merať celkový počet zošliapnutí pedálov.
- Počet opakovaní za minútu (len u niektorých modelov):** Pomocou tlačidla *MODE* prepnite ukazovateľ do polohy "*REPS / MIN*".
- Tepová frekvencia (len u niektorých modelov):** Pomocou tlačidla *MODE* prepnite ukazovateľ do polohy "*PULSE*". Akonáhle uchopíte snímača tepu (alebo si nasadíte ušný klip), začne sa merať vaša aktuálna tepová

frekvencia. Meranie je najpresnejšie zhruba po 30 sekundách od jeho začatia. Pulz sa sníma v tepoch/minútu.
Varovanie: Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu sa poraďte s lekárom, mal by posúdiť Váš zdravotný stav, a či ste schopní prístroj využívať. Cvičebný program by mal byť navrhnutý na základe lekárskeho vyšetrenia. Nesprávne cvičenie alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť Vaše zdravie. Preťažovanie pri tréningu môže spôsobiť vážne zranenie alebo smrť. 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.

8. **SCAN:** Automatické prepínanie medzi parametrami po 4 sekundách.

Batérie: Ak je displej nečitateľný, vymeňte batérie.

ÚDRŽBA

Čistenie:

Nesnažte sa zaschnutú špinu zoškrabať pomocou predmetov s ostrými hranami. Na čistenie nepoužívajte vodu, benzín, acetón ani žiadne brúsne prostriedky. Neponárajte prístroj do vody. K umytie prístroja vám postačí navlhčená handrička a mydlo. Pomocou navlhčenej handričky očistite displej ovládacieho panela a rám prístroja.

1. Pri montáži stroja správne dotiahnite všetky skrutkové spoje a vycentrujte lyžiarsky trenažér do vodorovnej polohy.
2. Kontrolu správneho dotiahnutia skrutkových spojov vykonávajte **vždy po 10 prevádzkových hodinách.**
3. Po ukončení cvičenia zotrite prípadný pot z ovládacieho panela – nebezpečenstvo poškodenia elektroniky a korózie.
4. V prípade zvýšenej hlučnosti stroja je nutné skontrolovať a správne dotiahnuť všetky skrutkové spoje .
5. Výrobok musí byť umiestnený v čistých, vetrateľných a suchých priestoroch.

VŠEOBECNÉ ODPORÚČANIA PRE CVIČENIE

Zjazdové lyžovanie s palicami



Uchopte palice, postavte sa na pedále a začnite sa nakláňať do strán ako pri zjazdovom lyžovaní.

Lyžovanie vo voľnom teréne



Uchopte palice, postavte sa na pedále a snažte sa udržať rovnováhu. Mierne sa predkloňte, dajte ruky za chrbát (ak cvičíte bez palíc) alebo zovrite palice pod pažami. Začnite sa nakláňať do strán ako pri lyžovaní.

Cvičenie s expandérmí



Nastavte expandéry na vyhovujúcu dĺžku, uchopte ich za rukoväte a postavte sa na pedále. Pri šliapaní do strán striedavo vykonávajte rukami zdvihy s expandérmí.

Roznožovanie s rozpažením



Zložte z rámu spojovaciu tyč, uchopte palice a postavte sa na pedále. Potom tlačte chodidlá a ruky od seba a zase k sebe.

Kliky



Zložte z rámu spojovaciu tyč a zaprite sa dlaňami o pedále. Udržujte hlavu, chrbticu, zadok i nohy v jednej línii. Vykonajte klik - tlačte dlaňami pedále od seba a zase k sebe.

Kliky do strany



Zložte z rámu spojovaciu tyč a zaprite sa dlaňami o pedále. Udržujte hlavu, chrbticu, zadok i nohy v jednej línii. Vykonávajte kľuky so súčasným pohybom tela zo strany na stranu.



Dôležité poznámky

Prístroj spĺňa aktuálne bezpečnostné normy. Prístroj je určený **na použitie v domácnosti**. 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 Váš zdravotný stav, a či ste schopní prístroj využívať. Cvičebný program by mal byť navrhnutý na základe lekárskeho vyšetrenia. Nesprávne cvičenie alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť Vaše zdravie. Preťažovanie pri tréningu môže spôsobiť vážne zranenie alebo smrť.

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 telesné ťažkosti. Ak budú problémy pretrvávajúť, poraďte sa s lekárom.

Zariadenie nie je určené pre profesionálne alebo zdravotnícke používanie, a taktiež nie je určené pre terapeutické účely.

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.

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 predĺžujte postupne každý týždeň. Nestanovujte si nedosiahnuteľné ciele. Okrem cvičenia na lyžiarskom trenažéri prevádzajte i ďalšie športové aktivity, ako je napr. plávanie, tanec alebo cyklistika.

Pred cvičením sa vždy riadne zahrejte. Preťažujte 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 športové 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 cvičenia

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 spustíte 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 pnutie 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.



Vnútorňá strana stehien

Posaďte 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.



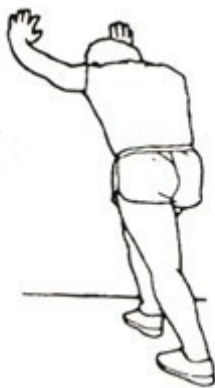
Kolená

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

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

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

Záručné podmienky a záručná doba

Predávajúci poskytuje kupujúcemu záruku na tovar v dĺžke 24 mesiacov, u označených fitness modelov s kúpnu hodnotou vyššou ako 159,60 EUR bude poskytovaná záručná lehota 60 mesiacov na rám a na ostatné komponenty 24 mesiacov. Zákonná dĺžka záruky poskytovaná spotrebiteľovi nie je týmto dotknutá.

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

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 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:

- 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 záadu, na ktorú sa nevzťahuje záruka (napr. neboli splnené podmienky záruky, záada 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.sk

reklamacie@insportline.sk

servis@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