



POUŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL – SK
IN 8437 Rebriny inSPORTline 190 x 65 cm



Obrázky sú len pre ilustráciu.

OBSAH

TECHNICKÝ POPIS	3
BEZPEČNOSTNÉ POKYNY	3
ZOZNAM DIELOV	4
SPOJOVACÍ MATERIÁL	4
MONTÁŽNY POSTUP.....	4
CVIKY NA REBRINÁCH.....	6
Kľuky na rebrinách – prsia, triceps	6
Príťahy na rebrinách – chrbát, biceps.....	6
Výpady na rebrinách – nohy, zadok	7
Výstupy na rebriny – nohy, zadok.....	7
Výpony na rebrinách – lýtko.....	7
Zdvíhanie nôh vo vise na rebrinách – brucho.....	7
ÚDRŽBA A SKLADOVANIE	7
OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA	7
ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE	7

Vážený zákazník, ďakujeme Vám za dôveru, ktorú ste nám prejavili kúpou tohto výrobku. Veríme, že s ním budete plne spokojný. Tento návod slúži pre efektívne používanie výrobku. Pred prvým použitím si pozorne prečítajte tento návod a uchovajte ho pre neskoršie nahliadnutie.

Rebriny sú veľmi žiadané a preferované cvičebné pomôcky. Vyrábajú sa v niekoľkých variantoch, ktoré sa líšia kvalitou použitého materiálu, veľkosťou a spôsobom uchytenia. Drevené rebriny patria medzi najpredávanejšie, obľúbené do bytových interiérov kde pôsobia príjemne a sú nenáročné na údržbu. Bukové drevo je kompaktné, odolné a patrí medzi najpružnejší prírodný materiál. Povrchová úprava špeciálnym certifikovaným lakom bez zápachu a nežiaducich zdravotných vplyvov, zaručuje pevnosť aj pružnosť, a spĺňa vysoké nároky. V prípade úrazu alebo pri prevencii ochorení nielen chrbtice sú rebriny základné cvičebné vybavenie, ktoré poskytuje variabilitu využitia pre celé telo. Od komplexného posilnenia svalov brucha, chrbta, zadku, dolných aj horných končatín až po strečing.

TECHNICKÝ POPIS

- masívne bukové drevo
- 2x lakovaný povrch
- oceľové skrutky pre zostavenie rebrín
- oceľové kotviace prvky pre prichytenie k stene
- jednoduchá a rýchla montáž
- rebriny sa musia zostavovať celé zo všetkých priložených častí (nie je možné napríklad vynechať priečku)
- **rozteč stredov priečok:** 215 mm
- **výška rebrín:** 190 cm
- **šírka rebrín:** 65 cm
- **profil priečok:** 30 x 40 mm (š x v)
- **hĺbka:** 10 cm
- **maximálne zaťaženie:** 130 kg
- rebriny **nedisponujú** spodným výrezom pre lištu
- skrutky aj kotviace prvky sú súčasťou balenia
- rebriny sú doručované v rozloženom stave
- vhodné na domáce používanie

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

POZNÁMKA: Rebriny vybalte z obalového materiálu a skontrolujte si kompletnosť a nepoškodenosť všetkých častí.

- Manuál si pozorne prečítajte ešte pred začiatkom cvičenia a uschovajte si ho pre budúce použitie.
- Zariadenie zostavujte, používajte a udržiavajte iba podľa manuálu. Informujte o možných nebezpečenstvách a rizikách všetkých ďalších používateľov.
- Pred začatím cvičenia sa poraďte s lekárom ohľadne svojho zdravotného stavu, aby ste tak predišli možným zraneniam. Zvlášť dôležité je to vtedy, ak podstupujete liečbu alebo ak máte zdravotné komplikácie.
- Sledujte signály svojho tela a venujte im pozornosť. Zlé alebo nadmerné cvičenie môže byť zdraviu škodlivé. Pokiaľ počas cvičenia pocítite nevoľnosť alebo iné zdravotné komplikácie, okamžite prestaňte cvičiť. Ohľadom ďalšieho postupu sa poraďte so svojím lekárom.
- Zariadenie držte mimo dosahu detí alebo domácich zvierat.

- Montáž smie vykonávať len dospelá osoba.
- Zariadenie umiestnite na pevný, rovný a čistý povrch. Pre väčšiu bezpečnosť zachovajte dostatočný odstup od ostatného vybavenia miestnosti, min 0,6 m. Výrobok musí byť uchytený (ukotvený) v stene. Spôsob správneho uchytenia závisí aj na materiálovom zložení muriva. V prípade pochybností sa poraďte s odborníkom.
- Pred každým cvičením sa uistite, že sú všetky skrutky a matice riadne utiahnuté.
- Pravidelne zariadenie kontrolujte, či niektoré diely nie sú poškodené alebo opotrebované. Poškodené alebo opotrebované súčiastky musia byť ihneď vymenené.
- Rebriny používajte iba v súlade s manuálom. Nerobte žiadne neschválené úpravy alebo nedovolenú údržbu. Pokiaľ objavíte poškodené súčiastky, zariadenie prestaňte používať. Zariadenie nepoužívajte, ak vydáva neobvyklé zvuky alebo ak má ostré hrany.
- Na cvičenie sa vhodne oblečte. Vyhýbajte sa príliš voľnému oblečeniu, ktoré sa ľahko zachytí. Vždy si vezmite vhodnú obuv.
- Rebriny smie v danej chvíli používať iba jedna osoba.
- Rebriny nepoužívajte vonku.
- Výrobok musí byť správne zmontovaný a predpisovo ukotvený. Ak si správnosťou ukotvenia nie ste istí, konzultujte vec s odborníkom.
- Neprekračujte daný hmotnostný limit. **Max. zaťaženie:** 130 kg/1 priečka.
- **VAROVANIE:** Preťažovanie pri tréningu môže zaviniť vážne zranenie alebo smrť. Ak pocítite nevoľnosť, okamžite ukončíte cvičenie.
- Vhodné na domáce používanie.

ZOZNAM DIELOV

HLAVNÉ ČASTI:

- Bočné dosky (2 ks)
- Priečky

SPOJOVACÍ MATERIÁL



- Montážne uholníky (4 ks)
- Imbusový kľúč (1 ks)
- Imbusové skrutky M6 (4 ks)
- Křížové skrutky do dřeva 4 x 20 mm (16 ks)
- Rozperky + křížové skrutky (8 ks)

MONTÁŽNY POSTUP

- Z vonkajšej strany (strana bez priehlbín pre priečky) prestrčte bočnou doskou imbusové skrutky (M6) a priskrutkujte k nim priečky so zápusťnými maticami. Skrutkujte v smere

hodinových ručičiek - najskôr ručne a potom dotiahnite skrutky napevno pomocou imbusového kľúča. Do zostávajúcich priehlbín (bez otvorov pre skrutky) zasunúte priečky bez zápusťných matic. Vyrovnajte všetky priečky tak, aby boli navzájom rovnobežné a kolmé k bočnej doske.

Priečka so zápusťnou maticou:



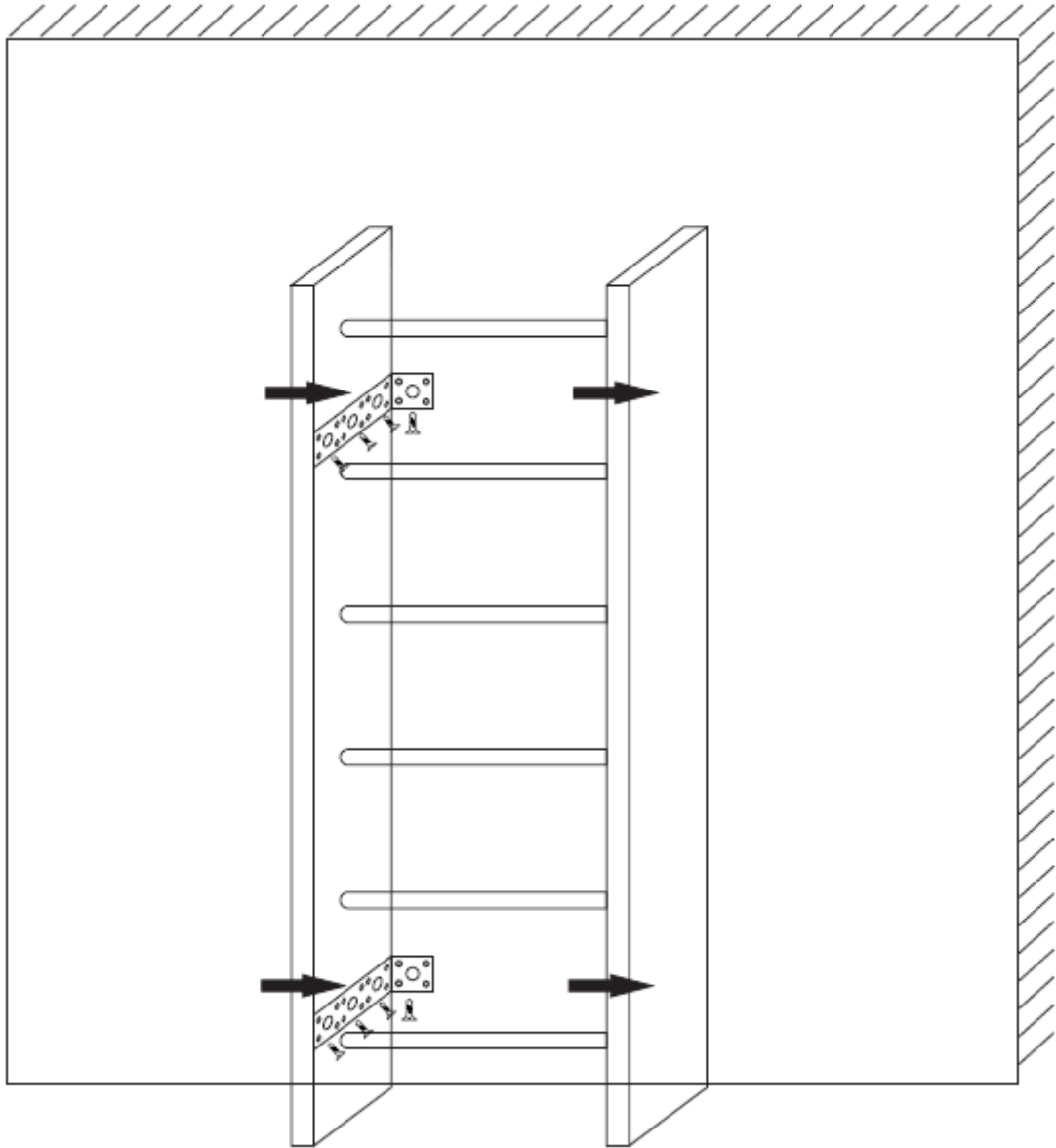
- Pripevnite k priečkam druhú bočnú dosku - postupujte rovnako, ako v prvom bode.
- Pripevnite do drážok na vnútornej strane bočných dosiek montážne uholníky pomocou krížových skrutiek (4x20 mm). Malé uholníky sa pripevňujú do spodných drážok pomocou 3 skrutiek do dreva a veľké uholníky do horných drážok pomocou 5 skrutiek do dreva.

Horná časť bočnej dosky:



- Po upevnení montážnych uholníkov priložte rebriny k stene (alebo inej konštrukcii, ku ktorej budete rebriny upevňovať) a označte si miesta, kde budete vŕtať otvory pre rozperry. Oddelte rebriny od steny, vyvŕtajte otvory a zasunúte do nich rozperry.
- Priskrutkujte rebriny k stene: každý montážny uholník sa upevňuje pomocou 2 krížových skrutiek.

- Uistite sa, že sú rebriny v stene riadne zaistené.



Ak si nie ste istý nosnosťou steny alebo upevňovacím materiálom, požiadajte o pomoc odborníka.

VAROVANIE: Pred používaním sa uistite, že sú rebriny pevne a stabilne pripevnené.

CVIKY NA REBRINÁCH

Kľuky na rebrinách – prsia, triceps

Postavte sa nohami pred rebriny a rukami vykonávajte rovnaký pohyb ako pri klasickom kľuku. Druhou možnosťou je vykonávanie kľukov tak, že nohy máte zaseknuté v rebrinách.

Príťahy na rebrinách – chrbát, biceps

Postavte sa na prvý stupienok a rukami sa príťahujte a odťahujte od rebrín. Pri oboch cvikoch platí, že čím nižšie sa držíte, tým je cvičenie náročnejšie.

Výpady na rebrinách – nohy, zadok

V stojí chrbtom k rebrinám si zaprite jednu nohu a druhou nohou vykonávajte drep tak, aby sa stehno dostalo do roviny s podlahou. Dôležité je mať stojnú nohu vzdialenú od rebrín tak ďaleko, aby sa jej koleno nedostalo počas cvičenia pred špičku.

Výstupy na rebriny – nohy, zadok

Postavte sa tvárou k rebrinám. Jednu nohu si dajte do výšky kolena druhej nohy a rukami sa chytíte vo výške mierne nad hlavou. Pomocou nohy na rebrinách sa vytlačte hore (ruky používajte iba na udržiavanie stability). Vykonajte jednou a následne druhou nohou.

Výpony na rebrinách – lýtka

Postavte sa na rebriny a pomaly spúšťajte päty dole, následne sa zdvihnite až do stoja na špičkách. Cvik môžete vykonávať na oboch nohách alebo striedavo najskôr na jednej a potom na druhej.

Zdvíhanie nôh vo vise na rebrinách – brucho

Zaveste sa na rebriny a zdvíhajte vystreté nohy tak, aby s trupom zvierali pravý uhol. Ľahším variantom je zdvíhanie pokrčených nôh. Ďalšou možnosťou cviku je zdvíhanie nôh v rovine s telom, v miernom vytočení do strany alebo kombináciou oboch. Dá sa cvičiť aj tak, že najskôr zdvihnete jednu nohu a následne druhú.

Všetky uvedené cviky vykonajte v štyroch sériách po 15 opakovaní. Je možné odcvičiť každý cvik zvlášť (po odcvičení 15 opakovaní jedného cviku je prestávka 30 sekúnd) alebo cvičiť formou kruhového tréningu (odcvičíte všetky cviky po 15 opakovaní a až keď docvičíte posledný cvik, budete mať prestávku 60 sekúnd).

Cvičenie na rebrinách je veľmi obľúbené pre svoje pozitívne zdravotné účinky. Či už Vám ide o kondičku alebo spevnenie celého tela, rebriny sú tým správnym vybavením.

ÚDRŽBA A SKLADOVANIE

Styk s organickými rozpúšťadlami a agresívnymi čistiacimi prostriedkami môže výrobok poškodiť. Po použití výrobok len utrite vlhkou handričkou a potom utrite do sucha. Skladujte na suchom a tmavom mieste.

OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA

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

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

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 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 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 elektrozařízení 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 kľukách a kľúk 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.

CZ
SEVEN SPORT s.r.o.

Sídlo: Strakonická 1151/2c, Praha 5, 150 00, ČR
Centrála: Dělnická 957, Vítkov, 749 01
Reklamace a servis: Čermenská 486, Vítkov 749 01

IČO: 26847264
DIČ: CZ26847264

Tel: +420 556 300 970
Mail: eshop@insportline.cz
reklamace@insportline.cz
servis@insportline.cz

Web: www.inSPORTline.cz

SK
inSPORTline s.r.o.

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

IČO: 36311723
DIČ: SK2020177082

Tel.: +421(0)326 526 701
Mail: objednavky@insportline.sk
reklamacie@insportline.sk
servis@insportline.sk

Web: www.inSPORTline.sk