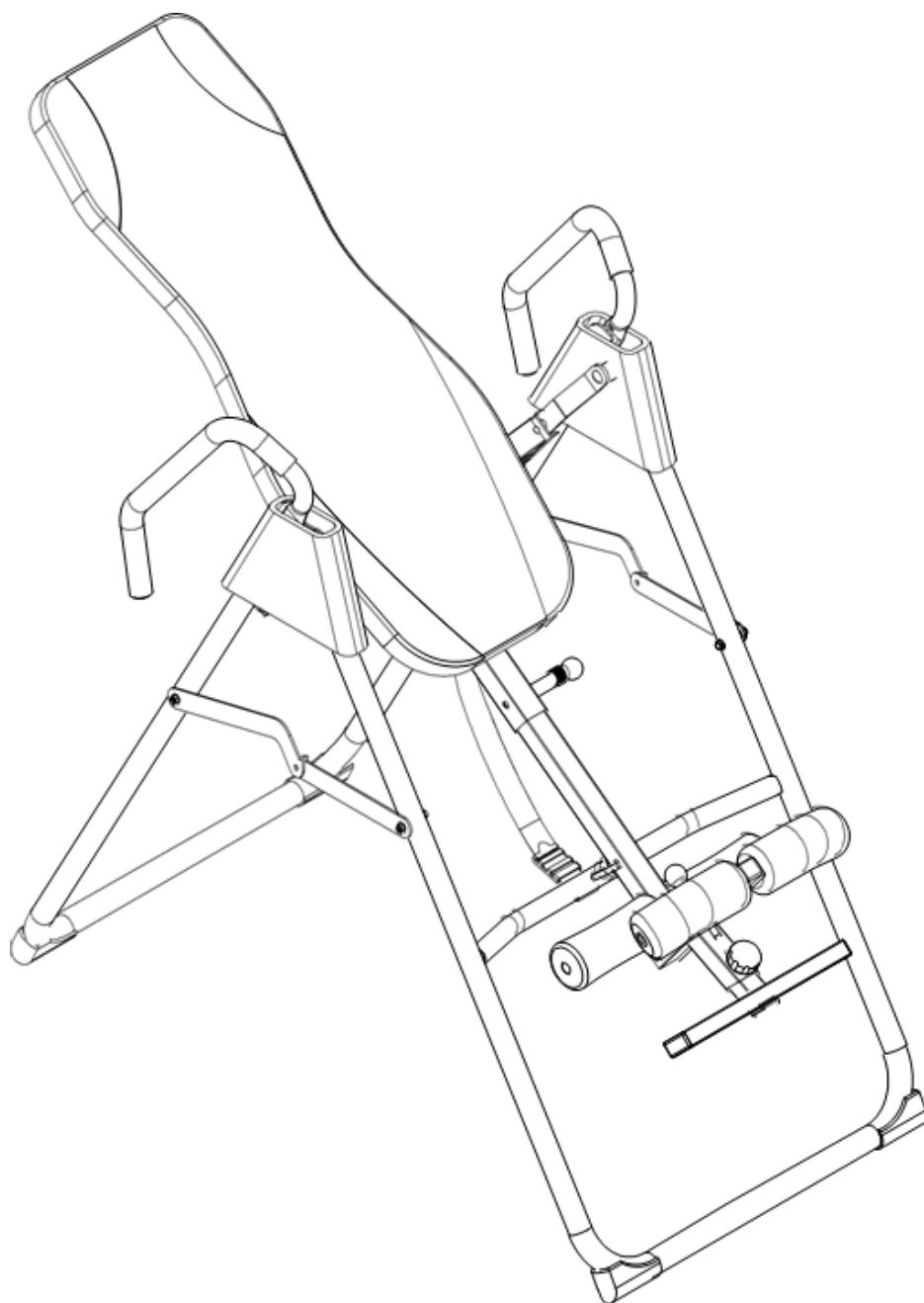




Uživatelský manuál – CZ

IN 4071 inverzní stůl inSPORTline Verge



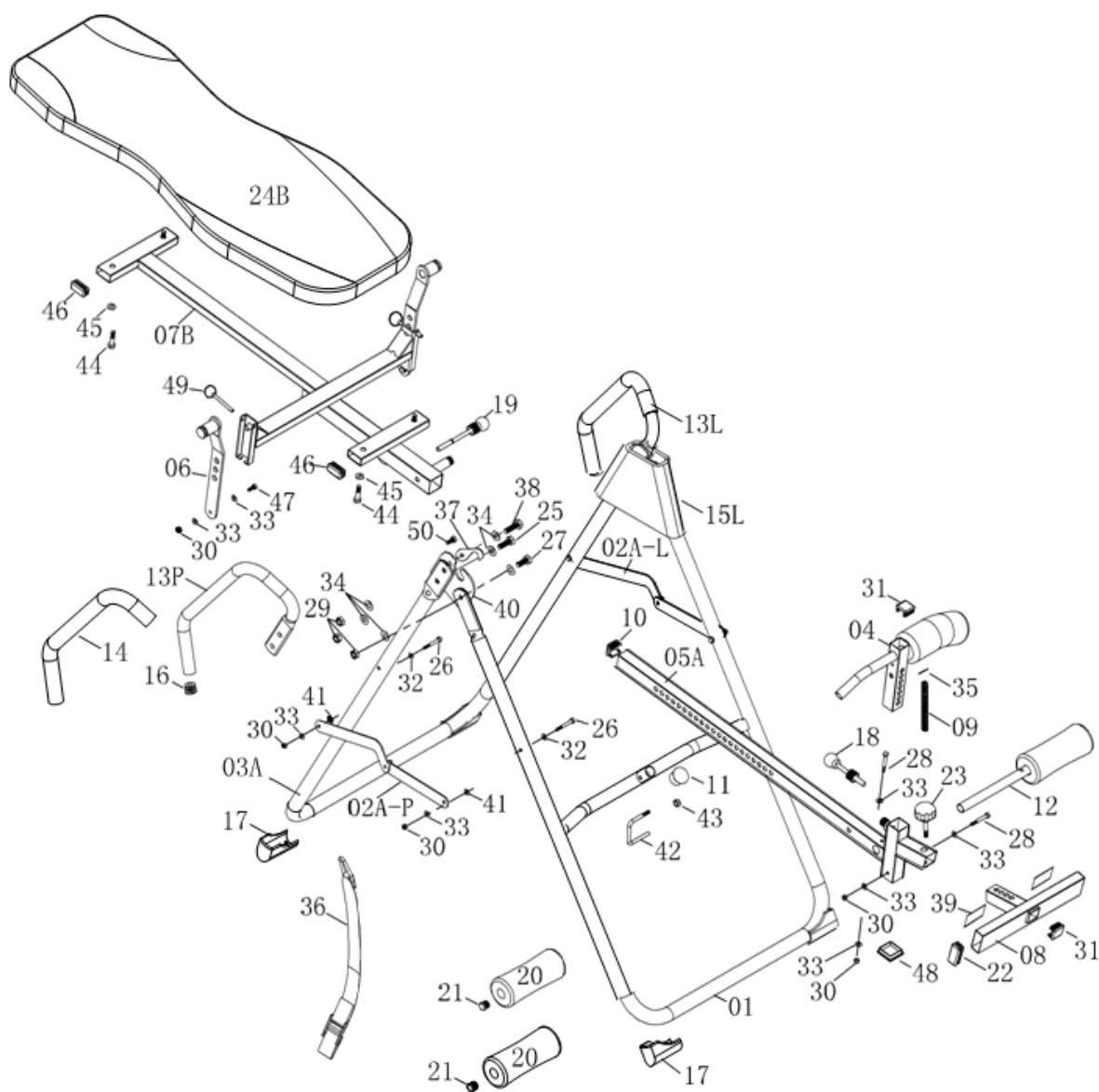
Seznam dílů

V seznamu jsou uvedeny všechny díly, které jsou znázorněny na obrázku na následující straně. Povšimněte si, že většina dílů je již zkompletována.

Označení	Název	Označení	Název
01	Přední základna	24B	Opěra zad
02A-P	Příčná jistící tyč	25	Šestihranný šroub (M10x30 mm)
02A-L	Příčná jistící tyč	26	Šestihranný šroub (M6x50 mm)
03A	Zadní základna	27	Šestihranný šroub (M10x25 mm)
04	Nastavitelná vzpěra	28	Šestihranný šroub (M6x45 mm)
05A	Tyč pro nastavení výšky	29	Pojistná matice (M10)
06	Nastavitelná otočná vzpěra	30	Pojistná matice (M6)
07B	Opěra zad - rám	31	Hranatá krytka (30 mm)
08	Podpěra chodidel	32	Prohnutá podložka (M6)
09	Pružina	33	Podložka (M6)
10	Hranatá vložka (32 mm)	34	Podložka (M10)
11	Zarážedlo	35	Váleček
12	Opěra nohou - osa	36	Bezpečnostní pás s přezkou
13P	Pravé madlo	37	Bezpečnostní háček
13L	Levé madlo	38	Šestihranný šroub (M10x35 mm)
14	Pěnová rukojeť	39	Protiskluzová samolepící páska
15P	Pravý kryt	40	Spojovací destička
15L	Levý kryt	41	Plastová podložka (M6)
16	Kulatá koncová krytka madla	42	Pojistka
17	Plastový podstavec	43	Pojistná matice (M8)
18	Jistící kolík nastavitelné vzpěry	44	Šestihranný šroub (M8x35 mm)
19	Jistící kolík podpěry zad	45	Hranatá krytka (40x20 mm)
20	Pěnový váleček	46	Šroub (M6x15 mm)
21	Koncová krytka (19 mm)	48	Hranatá krytka (35 mm)
22	Krytka (53x23 mm)	49	Jistící kolík
23	Otočný regulátor	50	Šestihranný šroub (M6x10 mm)

Schéma

Pomocí schématu se můžete obeznámit se všemi díly lavice, které budete během montáže potřebovat. Některé části jsou již zkompleťovány, tudíž nebudete muset pracovat se všemi díly. Návod na sestavení naleznete na následující straně. Toto schéma slouží pro lepší orientaci.



Návod na sestavení

1. Krok

A. Montáž rámu

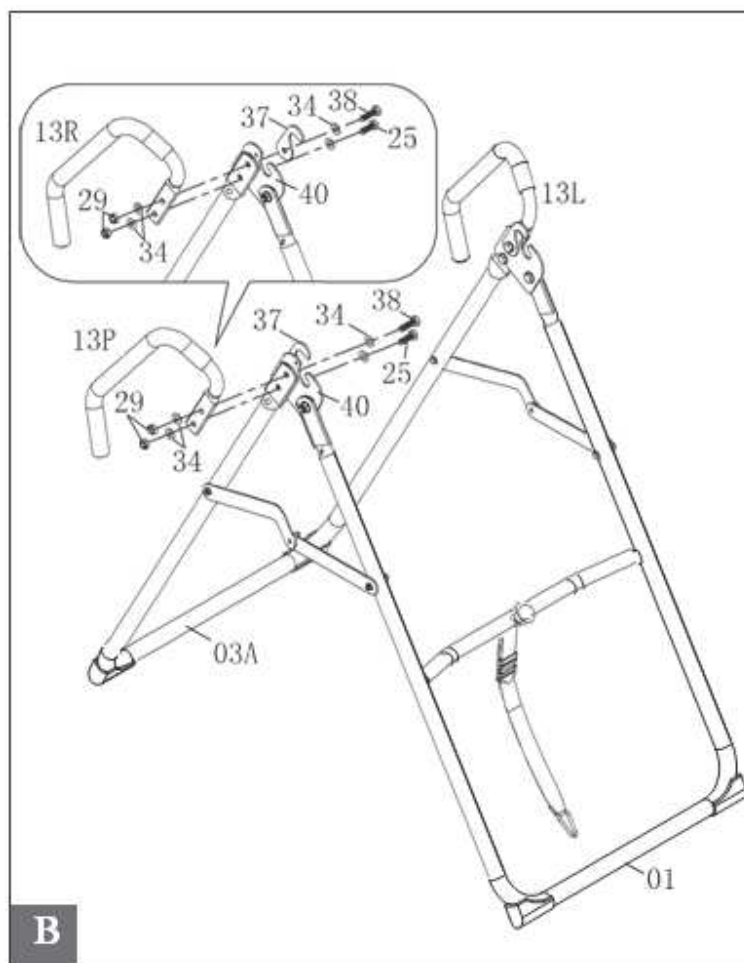
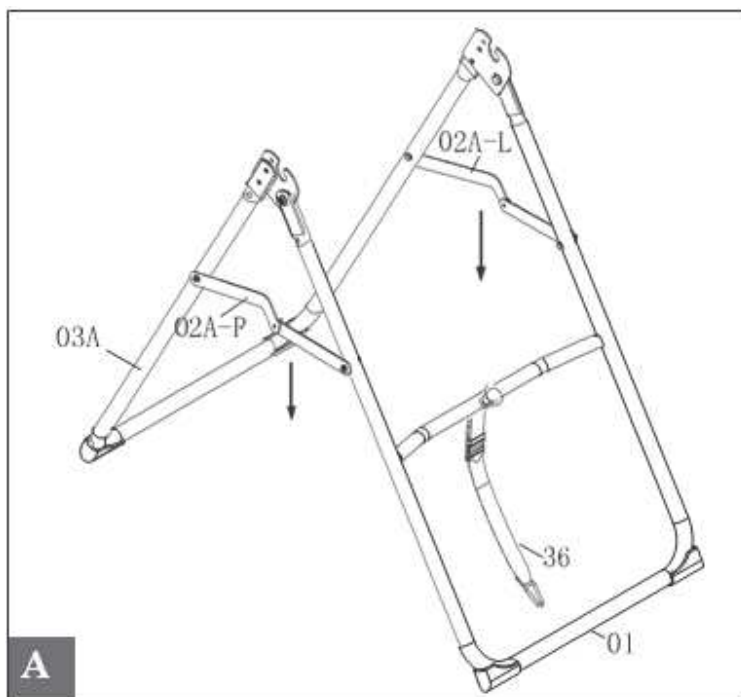
Rozložte již sestavený rám, který se skládá z částí (01), (02A - P/L) a (03A).

Zatlačte shora na příčné jistící tyče (02A-P/L), abyste se ujistili, že jsou správně rozloženy a řádně zajištěny.

B. Montáž madel

Přiložte k tyči zadní základny (03A) spojovací destičku (40) a bezpečnostní háček (37) z vnitřní strany a pravé madlo (13P) z vnější strany. Díly spojte pomocí šestihranných šroubů (38) (25) za použití podložek (34) a pojistných matic (29). (Viz. Obr. B)

Stejným způsobem postupujte při montáži levého madla. **Postupujte podle obrázku a nakonec se ujistěte, že jste správně připevnili všechny části.**



2. Krok

A. Připevnění krytů

Nasuňte levý (15L) a pravý (15P) kryt na spoj základny a madla (13L/P).

B. Montáž otočné vzpěry

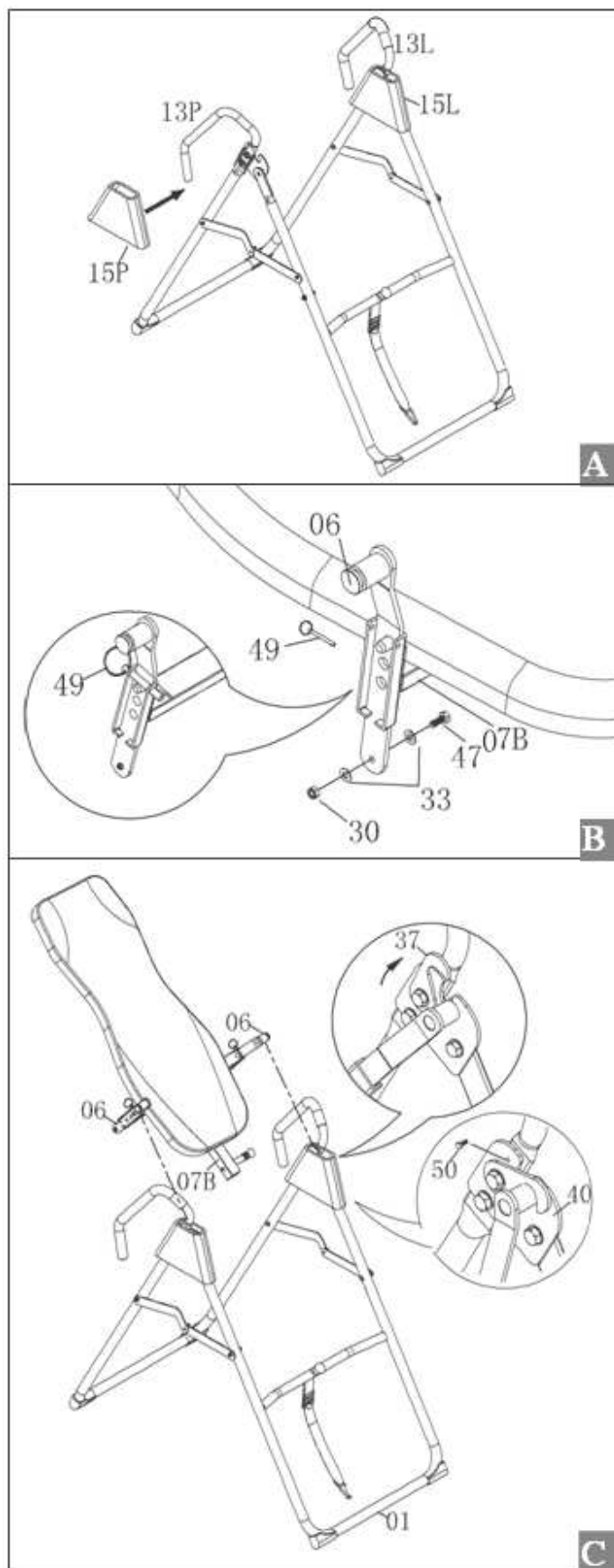
Obě otočné vzpěry (06) mají tři otvory pro nastavení těžiště, tudíž lze snadno nastavit rozsah sklonu lavice. Připevněte otočné vzpěry (06) k opěře zad (07B) tak, aby Vám vyhovoval rozsah sklonu lavice.

POZNÁMKA: Dbejte, aby byla obě madla řádně připevněna a umístěna ve stejné pozici.

Spodním otvorem nastavitelné otočné vzpěry (06) prostrčte šroub (47), použijte podložky (33) a pojistnou matici (30). Obě otočné vzpěry (06) zajistěte nahoře pomocí jistícího kolíku (49). Jistící kolík se používá pro zvýšení bezpečnosti.

C. Montáž rámu zádové opěry

Otevřete bezpečnostní háčky (37) připevněné k základně, za pomoci další osoby zdvihněte rám zádové opěry (07B) a nasuňte nastavitelné otočné vzpěry (06) do otvorů. Ujistěte se, že je rám na obou stranách řádně umístěn v otvorech. Jestliže se Vám nedaří rám správně umístit, požádejte osobu, která Vám při montáži pomáhá, aby roztáhla madla směrem ven. Ujistěte se, že je rám zádové opěry (07B) řádně umístěn a lze s ním volně otáčet. Jestliže lze s rámem (07B) otáčet, zajistěte jej pomocí bezpečnostních háčků (37) tak, že je sklopíte přes nastavitelné otočné vzpěry (06). Jakmile jsou bezpečnostní háčky (37) sklopeny, použijte šestihranné šrouby (50) pro fixaci háčků.



3. Krok

A. Montáž nastavitelné vzpěry

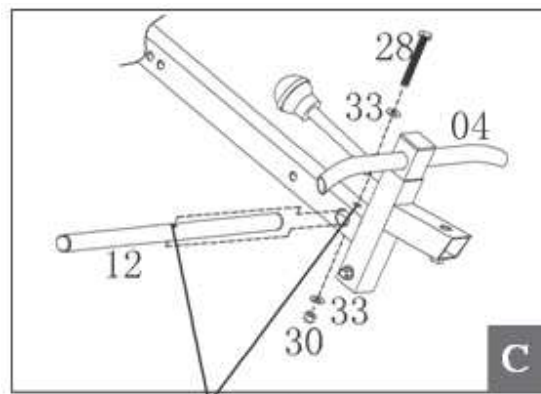
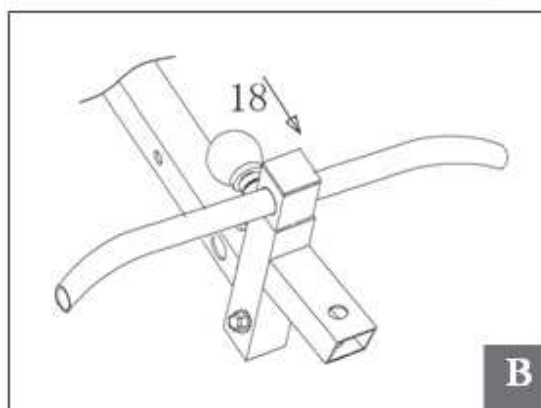
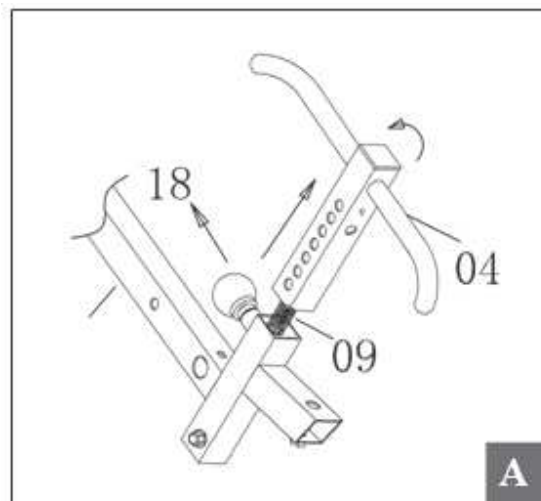
Povytažněte jistící kolík nastavitelné vzpěry (18) a následně vysuňte pomalu nastavitelnou vzpěru (04) z tyče pro nastavení výšky (05A). (K nastavitelné vzpěře je připevněna pružina, která bude při vysouvání přitahovat vzpěru zpět k tyči pro nastavení výšky (05A)). Jakmile vysunete nastavitelnou vzpěru (04), otočte ji o 90 stupňů v protisměru hodinových ručiček tak, aby byly otvory otočeny směrem k jistícímu kolíku nastavitelné vzpěry (18). Vsuňte nastavitelnou vzpěru (4) zpět do tyče pro nastavení výšky (05A). (Viz. Obr A)

B. Montáž nastavitelné vzpěry II

Zasuňte kolík nastavitelné vzpěry (18) do jednoho z otvorů nastavitelné vzpěry (04). Sestavená část je znázorněna na obrázku B.

C. Montáž opěry nohou

Prostrčte osu (12) tyčí pro nastavení výšky (05A) a připevněte ji pomocí šestihranného šroubu (28), podložek (33) a pojistné matice (30).



Poznámka: Umístěte osu tak, aby bylo možno prostrčit otvorem šroub (25).

4. Krok

A. Nasunutí pěnových válečků

Nasuňte dva pěnové válečky (20) na nastavitelnou vzpěru (04) a další dva na osu (12). Jestliže nelze válečky nasunout, naneste mýdlovou vodu na osy.

B. Připevnění podpěry chodidel

Vyšroubujte otočný regulátor (23) z tyče pro nastavení výšky (05A). Vsuňte podpěru chodidel (08) do tyče pro nastavení výšky (05A) a zajistěte ji pomocí otočného regulátoru (23).

Podpěra chodidel (08) je uzpůsobena pro použití různých velikostí obuvi, lze ji posunout směrem nahoru či dolů. Před použitím lavice si podpěru uzpůsobte svým potřebám. (Vždy používejte sportovní obuv).

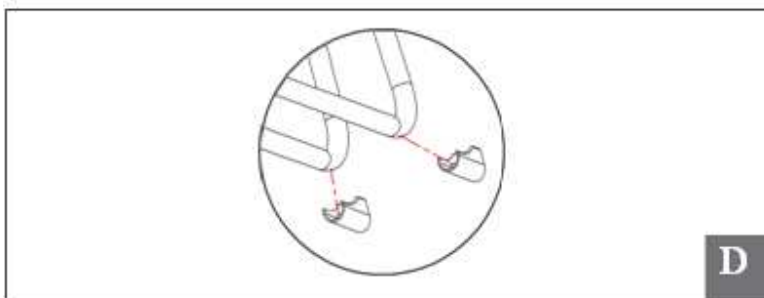
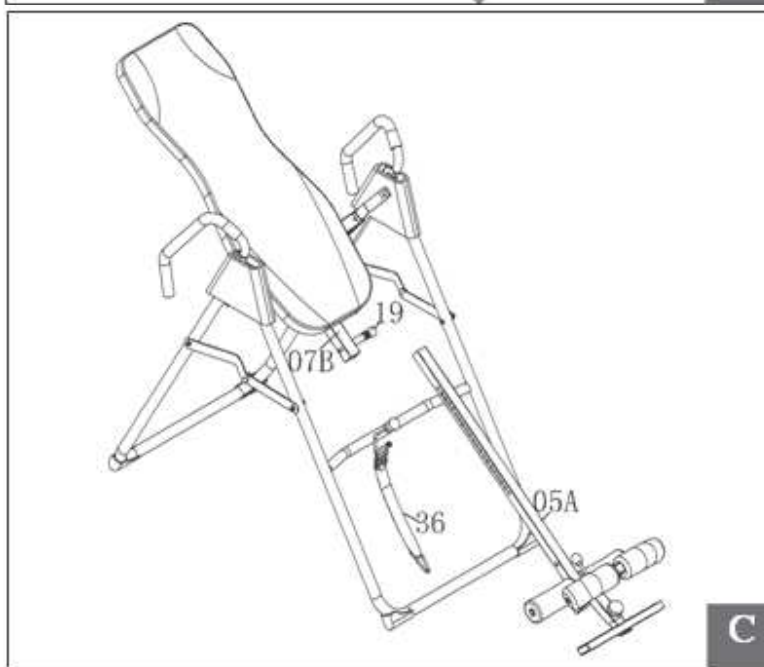
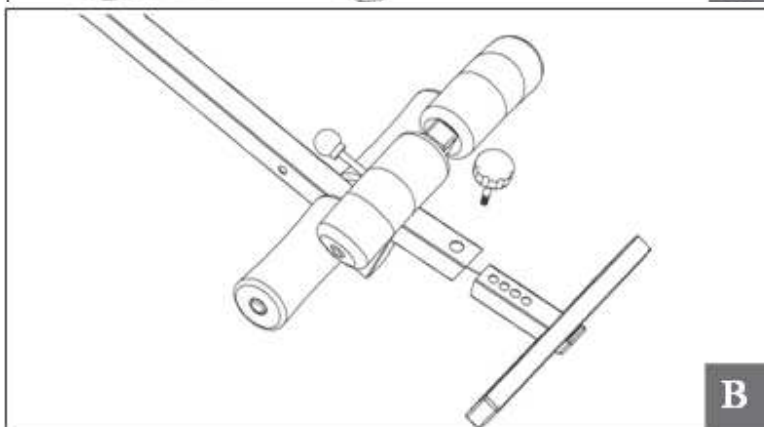
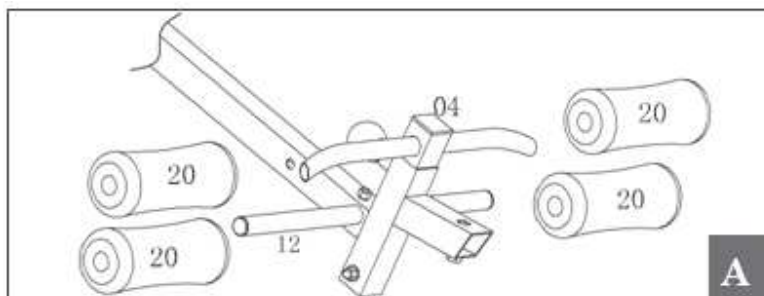
C. Vsunutí tyče pro nastavení výšky

Za pomoci další osoby připevněte tyč pro nastavení výšky (05A) k rámu opěry zad (07B) - je třeba napřed vytáhnout jistící kolík podpěry zad (19) a poté nasunout tyč pro nastavení výšky (05A). Zasuňte kolík do jednoho z otvorů v tyči pro nastavení výšky (05A). Díky této tyči lze lavici přizpůsobit výšce uživatele. Pro nastavení výšky jednoduše vytáhněte kolík podpěry zad (19) a posuňte tyč (05A) dolů či nahoru. Právě jste dokončili montáž lavice. Přečtěte si celý návod pro bezpečné a správné používání lavice.

D. Připevnění podstavců

Před prvním použitím lavice zkontrolujte, zda jsou dva plastové podstavce (17) připevněny k přední (01) a zadní (03) základně. V případě potřeby připevněte podstavce následujícím způsobem:

nadzdvihněte přední část základny a nasuňte kolíky plastových podstavců (17) do otvorů v přední tyči (01). Stejným způsobem připevněte dva plastové podstavce k zadní tyči.



Bezpečnostní upozornění

VAROVÁNÍ: Maximální hmotnost uživatele je 115 kg (250 liber).

Před zahájením cvičení na polohovatelné posilovací lavici se poraďte s lékařem, obzvláště v případě, že trpíte jakýmkoliv z těchto stavů (výčet je pouze orientační):

Těhotenství, kýla, zelený oční zákal, poškození sítnice, vysoký krevní tlak, tranzitorní ischemická ataka, srdeční nebo oběhové potíže, poranění páteře, kornatění tepen v mozku, oteklé klouby, osteoporóza, nedolčená zlomenina, v případě chirurgických implantátů, v případě užívání antikoagulancií (včetně aspirinu), zánět středního ucha, obezita.

Jestliže Vám lékař schválí užívání této lavice, řiďte se jeho pokyny a poraďte se s ním také o doporučených cvicích.

Lavici nesmí používat děti bez dozoru dospělé osoby.

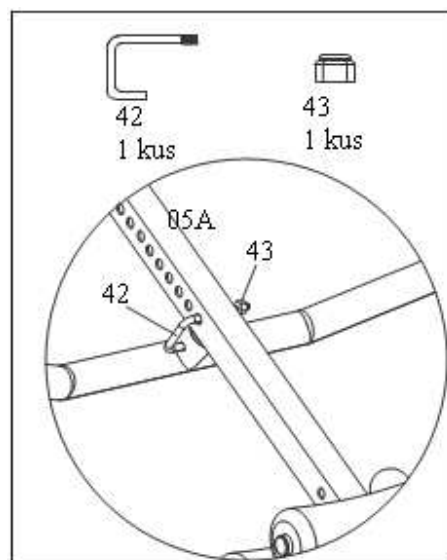
Někteří lidé nemohou být nikdy v pozici hlavou dolů. Jestliže si myslíte, že patříte do této menšiny, poraďte se o užívání lavice s lékařem.

DŮLEŽITÉ

Před prvním použitím lavice zkontrolujte bezpečnostní háčky (37).

POJISTKA

Pojistka (42) slouží pro zablokování otočné lavice, není-li právě používána. Pojistka se zasunuje do tyče pro nastavení výšky (05A) a rámu. Pojistka je jištěna pojistnou maticí (43). Matici dotáhněte klíčem pro případ, že by se dostaly děti do kontaktu s přístrojem.



Z bezpečnostních důvodů umístěte horní podpěry nohou co nejbližší k dolním podpěrám. Vždy zasuňte řádně jistící kolík.

Návod na použití



Připevněte bezpečnostní pás k rámu.

Provlečte pás karabinou tak, jak je znázorněno na obrázcích (okraje karabiny jsou viditelné a střední část karabina je překryta pásem). Pomocí karabiny by mělo být snadné přizpůsobovat délku pásu.

Čím kratší je pás, tím méně lze lavici sklopit a naopak. Při prvním použití by měl uživatel pás co nejvíce zkrátit, čímž nastaví minimální otáčení lavice.

Při prvním použití lavice by měla být přítomna další osoba, která na Vás bude dohlížet. Ačkoliv je cvičení na lavici snadné, dozor další osoby je důležitý pro Váš pocit jistoty a zajištění správného cvičení.

Před zahájením cvičení zkontrolujte, že je lavice uzpůsobena výšce a váze uživatele.

Ujistěte se, že jsou všechny jistící kolíky řádně zasunuty v otvorech a zajištěny.

Vždy zkontrolujte, zda je připevněn bezpečnostní pás.

Necvičte bezprostředně po jídle.



(23).

Výšku lze nastavit v rozsahu 140-196 cm (4'7"-6'5").

Pro nastavení výšky vytáhněte jistící kolík (19) a posuňte tyč (05A). Na tyči je znázorněn metr.

Pro nastavení výšky je určující také stavba jedince, tudíž se může stát, že bude muset 175 cm vysoký uživatel nastavit jinou výšku na lavici. Jak správně nastavit výšku je popsáno níže.

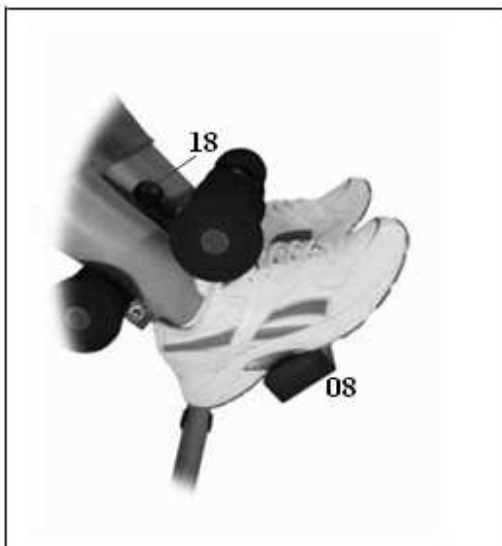
Dokud se nenaučíte řádně zacházet s lavicí, cvičte za dozoru dospělé osoby.

Nastavte tyč (05) na Vaši výšku (nebo trochu menší výšku).

Postavte se na podpěru chodidel (08) s kotníky opírajícími se o zadní pěnové opěry. Pozici podpěry chodidel (08) lze nastavit pomocí otočného regulátoru

Nastavte polohu opěr nohou (04) pomocí jistícího kolíku nastavitelné vzpěry (18) - opěry nohou by se měly opírat o přední stranu kotníku a jejich umístění by mělo být pro Vás pohodlné.

Ujistěte se, že je připevněn bezpečnostní pás.



Postupujte podle pokynů v tomto návodu pro zajištění správného nastavení lavice. Jestliže se položíte na lavici s rukama položenými na hrudníku, měly byste se zároveň s lavicí jemně naklonit směrem dozadu. Jestliže se lavice nenaklání nebo se naklání na opačnou stranu, je nastavení špatné.

Jestliže zvednete jednu ruku nad hlavu, měla by se lavice naklonit ještě více dozadu. Pro návrat do výchozí polohy přitáhněte ruku k tělu. Sklon lavice a rychlost naklánění můžete zvýšit, pokud použijete obě ruce.

Jestliže máte potíže s návratem do výchozí polohy, pokrčte se v kolenou a snižte těžiště jemným podřepem. Jestliže je sklon lavice 90 stupňů, uchopte lavici z obou stran a snažte se přitáhnout směrem dopředu. **Nepokoušejte se dostat do výchozí polohy zvednutím hlavy.**

ZAČÍNEJTE OPATRNĚ

Při prvním použití doporučujeme se naklánět pouze o 20-30 stupňů. Nesetrvávejte více než 5 minut v převrácené pozici. Během prvních pár týdnů se naklánějte hlavou dolů po dobu pouze několika málo minut.

VŠÍMEJTE SI, JAK NA CVIČENÍ REAGUJE VAŠE TĚLO

Přestaňte ihned cvičit v případě, že začnete pociťovat bolest hlavy, závrať, zrudne-li Vám obličej, pokud pociťujete nepříjemný pocit v kotních, kolenou nebo kyčlích.

MÍRA PŘEVŘÁCENÍ HLAVOU DOLŮ

Začátečnickům se doporučuje maximální sklon 20-30 stupňů, aby si tělo postupně zvykalo na pozici hlavou dolů.

Jakmile si zvyknete na tuto pozici a cítíte se v ní dobře, můžete zvýšit sklon lavice na 50-60 stupňů. V této poloze dochází k uvolnění páteře. Není třeba naklánět se více než o 60 stupňů.

Maximální možný sklon, kterého lze dosáhnout, je 90 stupňů.

NAKLÁNĚNÍ SMĚREM DOPŘEDU A DOZADU

Pomalým pohybem rukou směrem nahoru a dolů se lze regulovat sklon lavice.

Zvyknout si na pozici vzhůru nohama vyžaduje trénink a čas. Zpočátku trénujte každý den po dobu pár minut. Jakmile si tělo zvykne na tuto pozici, můžete se převracet hlavou dolů 2krát či 3krát denně.

Ukázka cviků



2. Jedna ruka předpažená



4. Jedna ruka předpažená a jedna vzpažená



1. Výchozí pozice



3. Jedna ruka vzpažená



5. Maximální převrácení



Záruční podmínky, reklamace

Všeobecná ustanovení a vymezení pojmů

Tyto záruční podmínky a reklamační řád upravují podmínky a rozsah záruky poskytované prodávajícím na zboží dodávané kupujícím, jakož i postup při vyřizování reklamačních nároků uplatněných kupujícím na dodané zboží. Záruční podmínky a reklamační řád se řídí příslušnými ustanoveními zákona č. 40/1964 Sb., Občanský zákoník, zákona č. 513/1991 Sb., Obchodní zákoník, a zákona č. 634/1992 Sb., Zákon o ochraně spotřebitele, ve znění pozdějších předpisů, a to i ve věcech těmito záručními podmínkami a reklamačním řádem nezmiňovaných.

Prodávajícím je společnost SEVEN SPORT s.r.o. se sídlem Bořivojova 35/878, 13000 Praha,

I.Č. 26847264, zapsaná v obchodním rejstříku, vedeném Krajským soudem v Praze oddíl C, vložka 116888.

Vzhledem k platné právní úpravě se rozlišuje kupující, který je spotřebitelem a kupující, který spotřebitelem není.

„Kupující spotřebitel“ nebo jen „spotřebitel“ je osoba, která při uzavírání a plnění smlouvy nejedná v rámci své obchodní nebo jiné podnikatelské činnosti.

„Kupující, který není „spotřebitel“, je podnikatel, který nakupuje výrobky či užívá služby za účelem svého podnikání s těmito výrobky nebo službami. Tento kupující se řídí rámcovou kupní smlouvou a obchodními podmínkami v rozsahu, které se ho týkají a obchodním zákoníkem.

Tyto záruční podmínky a reklamační řád jsou nedílnou součástí každé kupní smlouvy uzavřené mezi prodávajícím a kupujícím. Záruční podmínky a reklamační řád jsou platné a závazné, pokud v kupní smlouvě či v dodatku v této smlouvě či jiné písemné dohodě nebude stranami dohodnuto jinak.

Záruční podmínky

Záruční doba

Prodávající poskytuje kupujícím záruku za jakost zboží v délce 24 měsíců, pokud ze záručního listu, faktury ke zboží, dodacího listu, příp. jiného dokladu ke zboží nevyplývá odlišná délka záruční doby poskytovaná prodávajícím. Zákonná délka záruky poskytovaná spotřebiteli není tímto dotčena.

Zárukou za jakost přejímá prodávající závazek, že dodané zboží bude po určitou dobu způsobilé pro použití k obvyklému, příp. smluvenému účelu a že si zachová obvyklé, příp. smluvené vlastnosti.

Záruční podmínky se nevztahují na závady vzniklé:

zaviněním uživatele tj. poškození výrobku neodbornou reparací, nesprávnou montáží, nedostatečným zasunutím sedlové tyče do rámu

nesprávnou údržbou

mechanickým poškozením

opotřebením dílů při běžném používání (např. gumové a plastové části, pohyblivé mechanismy, atd.)

neodvratnou událostí, živelnou pohromou

neodbornými zásahy

nesprávným zacházením, či nevhodným umístěním, vlivem nízké nebo vysoké teploty, působením vody, neúměrným tlakem a nárazy, úmyslně pozměněným designem, tvarem nebo rozměry

Reklamační řád

Postup při reklamaci vady zboží

Kupující je povinen zboží, dodané prodávajícím prohlédnout co nejdříve po přechodu nebezpečí škody na zboží, resp. po jeho dodání. Prohlídku musí kupující provést tak, aby zjistil všechny vady, které je možné při přiměřené odborné prohlídce zjistit.

Při reklamaci zboží je kupující povinen na žádost prodávajícího prokázat nákup a oprávněnost reklamace fakturou nebo dodacím listem s uvedeným výrobním (sériovým) číslem, případně týmiž doklady bez sériového čísla. Neprokáže-li kupující oprávněnost reklamace těmito doklady, má prodávající právo reklamaci odmítnout.

Pokud kupující oznámí závadu, na kterou se nevztahuje záruka (např. nebyly splněny podmínky záruky, závada byla nahlášena omylem apod.), je prodávající oprávněn požadovat plnou úhradu nákladů, které vznikly v souvislosti s odstraňováním závady takto oznámené kupujícím. Kalkulace servisního zásahu bude v tomto případě vycházet z platného ceníku pracovních výkonů a nákladů na dopravu.

Pokud prodávající zjistí (testováním), že reklamovaný výrobek není vadný, považuje se reklamace za neoprávněnou. Proávající si vyhrazuje právo požadovat úhradu nákladu, které vznikly v souvislosti s neoprávněnou reklamací.

V případě, že kupující reklamuje vady zboží, na které se vztahuje záruka podle platných záručních podmínek prodávajícího, provede prodávající odstranění vady formou opravy, případně výměny vadného dílu nebo zařízení za bezvadné. Proávající je se souhlasem kupujícího oprávněn dodat výměnou za vadné zboží jiné zboží plně funkčně kompatibilní, ale minimálně stejných nebo lepších technických parametrů. Volba ohledně způsobu vyřízení reklamace dle tohoto odstavce náleží prodávajícímu.

Prodávající vyřídí reklamaci nejpozději do 30 dnů od doručení vadného zboží, pokud nebude dohodnuta lhůta delší. Za den vyřízení se považuje den, kdy bylo opravené nebo vyměněné zboží předáno kupujícímu. Není-li prodávající s ohledem na charakter vady schopen vyřídit reklamaci v uvedené lhůtě, dohodne s kupujícím náhradní řešení. Pokud k takové dohodě nedojde, je prodávající povinen poskytnout kupujícímu finanční náhradu formou dobropisu.



SEVEN SPORT, s. r. o.

Bořivojova 35/878 130 00 Praha 3, ČR IČO: 268 47 264, DIČ: CZ26847264
Objednávky: +420 556 300 970, objednavky@insportline.cz
Reklamacie: +420 556 770 190, mobil: +420 604 853 019, reklamace@insportline.cz
Servis: +420 556 770 190, mobil: +420 604 853 019, servis@insportline.cz
Fax: +420 556 770 192, (servis +420 556 770 191)
Web: www.insportline.cz, www.worker.cz, www.worker-moto.cz



Zastoupení pro Slovensko:

INSPORTLINE, s. r. o., Bratislavská 36, 911 05 Trenčín, IČO: 36311723, DIČ: SK2020177082
Objednávky: +421(0)326 526 701, +421(0)917 649 192, objednavky@insportline.sk
Reklamacie: +421(0)326 526 701, +421(0)918 408 519, reklamacie@insportline.sk
Fax: +421(0)326 526 705
Web: www.insportline.sk, www.worker.sk, www.worker-moto.sk

Datum prodeje:

Razítko a podpis prodejce: