



INSTRUKCJA OBSŁUGI – PL
IN 20221 Mini stepper inSPORTline Movix



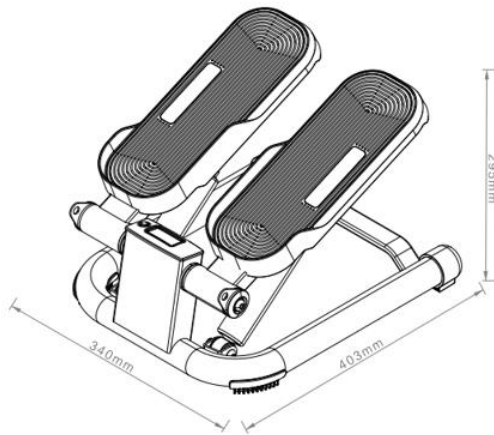
SPIS TREŚCI

| | |
|---|---|
| ŚRODKI OSTROŻNOŚCI | 3 |
| PARAMETRY | 4 |
| SCHEMAT | 4 |
| LISTA CZĘŚCI..... | 5 |
| WYMIANA BATERII | 5 |
| WYŚWIETLACZ | 6 |
| UŻYTKOWANIE | 6 |
| KONSERWACJA..... | 6 |
| ROZGRZEWK..... | 7 |
| OCHRONA ŚRODOWISKA | 7 |
| WARUNKI GWARANCJI, ZGŁOSZENIA GWARANCYJNE | 8 |

ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

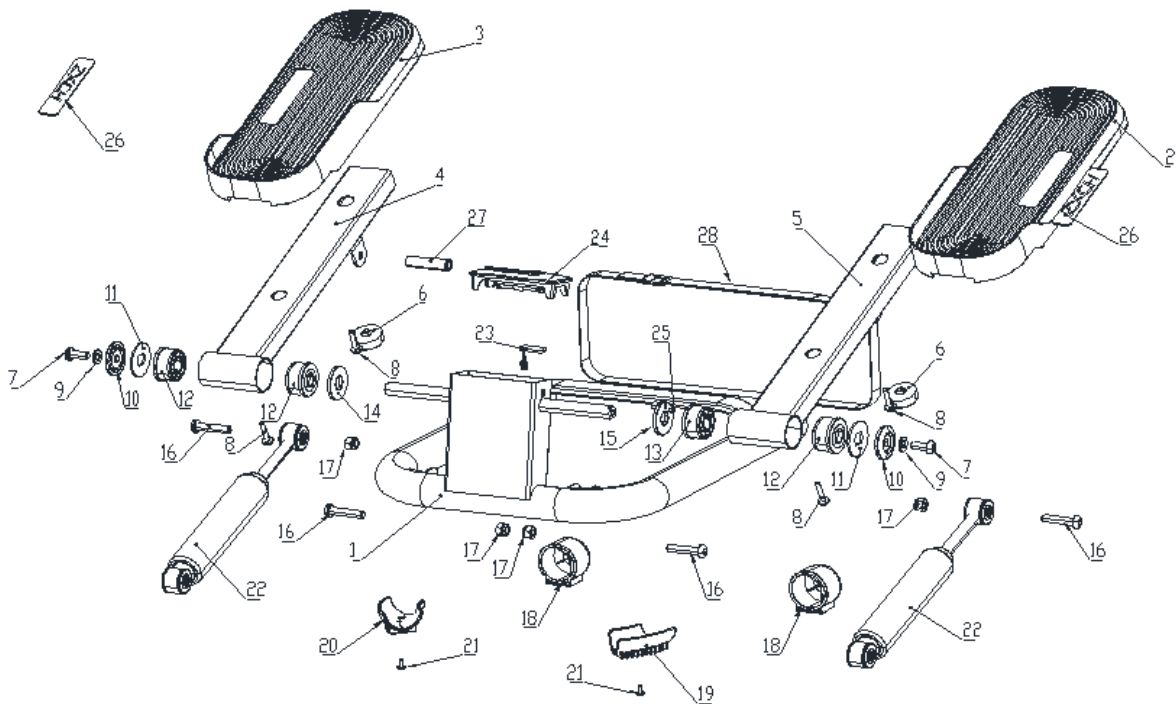
- **OSTRZEŻENIE!** Produkt został zaprojektowany tak, aby zapewnić maksymalne bezpieczeństwo podczas ćwiczeń, należy jednak przestrzegać wszelkich wskazówek bezpieczeństwa. Przeczytaj uważnie instrukcję i zachowaj ją na przyszłość.
- Właściciel jest odpowiedzialny za bezpieczne użytkowanie. Naucz innych użytkowników zasad bezpiecznego użytkowania.
- Używaj produktu wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem. Nie modyfikuj produktu.
- Trzymaj z dala od dzieci i zwierząt domowych. Nie pozostawiaj dzieci i zwierząt bez opieki w pobliżu produktu.
- Regularnie sprawdzaj wszystkie śruby, nakrętki i inne części. W razie potrzeby dokręć wszystkie śruby i nakrętki. Regularnie sprawdzaj, czy nie występują oznaki zużycia i uszkodzeń. Nigdy nie używaj uszkodzonego lub zużytego produktu. Uszkodzone lub zużyte części należy natychmiast wymienić.
- Montażu może dokonać osoba dorosła.
- Umieść produkt na płaskim, czystym, suchym i twardym podłożu. Ze względów bezpieczeństwa wokół produktu należy zachować wolną przestrzeń 0,6 m. Do ochrony podłogi użyj podkładki ochronnej.
- Nie używać na zewnątrz i chronić przed wilgocią i kurzem. Podczas ćwiczeń należy utrzymywać dobrą wentylację pomieszczenia.
- Nie umieszczaj ostrych przedmiotów w pobliżu produktu lub na nim.
- Zawsze noś sportowy strój i buty. Nie noś luźnych ubrań, mogą utknąć w ruchomych częściach.
- Trzymaj kończyny z dala od ruchomych części. Regulowane części nie mogą utrudniać poruszania się użytkownika.
- Ćwicz odpowiednio do swojego stanu zdrowia i kontroluj prędkość.
- Jeśli produkt nie działa zgodnie z przeznaczeniem, należy go natychmiast wyłączyć.
- Tylko dla jednej osoby w tym samym czasie.
- Nieprawidłowy lub nadmierny trening może mieć wpływ na Twoje zdrowie. Przed rozpoczęciem programu treningowego skonsultuj się z lekarzem. Jeśli zauważysz jakiegokolwiek problemy zdrowotne, natychmiast przerwij ćwiczenie. Urządzenie nie nadaje się do celów terapeutycznych.
- Unikaj ćwiczeń, jeśli cierpisz na następujące choroby lub podobne problemy: ból nóg, ból bioder, zranioną nogę, biodra lub gardło, dyskomfort reumatyczny lub dna moczanowa, osteoporoza, problemy z sercem, krwią lub ciśnieniem, trudności w oddychaniu, rak, zakrzepica, cukrzyca, uszkodzenie skóry, stan zapalny lub gorączka, problemy z kośćmi. Produkt nie jest również przeznaczony dla kobiet w ciąży, kobiet w okresie menstruacyjnym lub dla osób, u których występują inne powikłania zdrowotne.
- **Maksymalna waga użytkownika:** 110 kg
- **Kategoria:** HC (zgodnie z EN 957) nadaje się do użytku domowego.
- **Konsola zasilana jest 2 bateriami AAA.**

PARAMETRY



| | |
|---------------------|--|
| Model: | ES1 |
| Kategoria: | HC |
| Materiał: | Żelazo, PP, ABS |
| Maksymalna nośność: | 110 kg |
| Waga: | 6.0 kg |
| Wymiary: | 340x403x295 mm |
| Funkcje: | Skan, czas, liczba powtórzeń, dystans, kalorie, czas całkowity |

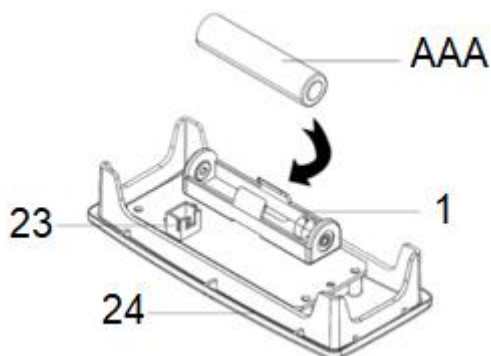
SCHEMAT



LISTA CZĘŚCI

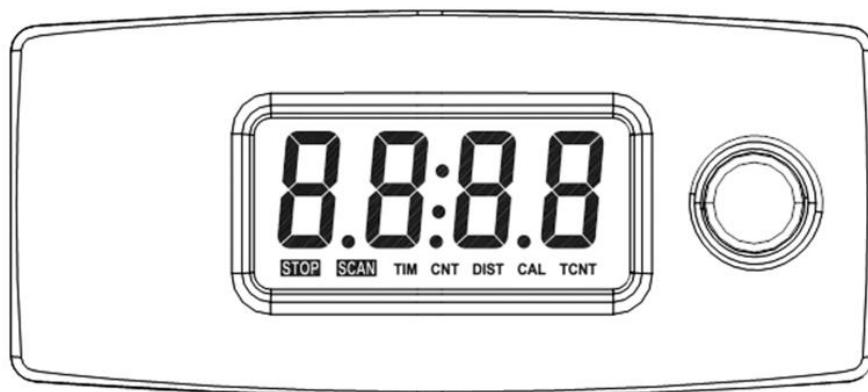
| Nr | Nazwa | Ilość | Nr | Nazwa | Ilość |
|-----|--|-------|-----|--|-------|
| 1. | Rama główna | 1 | 15. | Nasadka zewn. prawa $\varnothing 37,5$ | 1 |
| 2. | Lewy pedał 330*130*51,5 | 1 | 16. | Śruba M8*38 | 4 |
| 3. | Prawy pedał 330*130*51,5 | 1 | 17. | Nakrętka M8 | 4 |
| 4. | Rama prawego pedału | 1 | 18. | Tuleja 46*48*40 | 2 |
| 5. | Rama lewego pedału | 1 | 19. | Lewy podnózek 68*59*25 | 1 |
| 6. | Nakładka na pedał tłumiący p28*9 | 2 | 20. | Prawy podnózek 68*59*25 | 1 |
| 7. | Śruba M8*20 | 2 | 21. | Śruba Phillipsa M4*8 | 2 |
| 8. | Śruba M5*25 | 4 | 22. | Tłok 8,7-1 cala | 2 |
| 9. | Podkładka płaska p9* $\varnothing 16$ *1,6 | 2 | 23. | Kabel wyświetlacza 3,9 cala | 1 |
| 10. | Ośłona zewnętrzna p37,5*8,7 | 2 | 24. | Wyświetlacz | 1 |
| 11. | Podkładka łożyskowa $\varnothing 38$ *T2.0 | 2 | 25. | Magnes p6*3 | 1 |
| 12. | Obudowa łożyska 037,5*20 | 3 | 26. | Naklejki z logo | 2 |
| 13. | Obudowa łożyska p37,5*20 | 1 | 27. | Baterie AAA | 2 |
| 14. | Lewa osłona zewnętrzna p37.5 | 1 | 28. | Taśma - długość 1100mm | 1 |

WYMIANA BATERII



- Zdejmij wyświetlacz (24) z ramy głównej (1) odłączając go od kabla (23).
- Wyjmij baterię.
- Włóż nową baterię, zwracając uwagę na polaryzację.
- Podłącz kabel do wyświetlacza.
- Włóż wyświetlacz do ramy głównej.

WYŚWIETLACZ



FUNKCJE

| | |
|--------------------------------|--|
| Czas (TIM) | Czas treningu, zasięg: 0:00 – 99:59 |
| Liczba kroków (CNT) | Liczba kroków, lewy i prawy pedał są liczone jako jeden krok, zasięg: 0 - 9999 |
| Dystans (DIST) | Odległość, zasięg: 0.0 – 9999 |
| Kalorie (CALs) | Liczba spalonych kalorii, zakres: 0 – 9999 |
| Całkowita liczba kroków (TCNT) | Całkowita liczba kroków, zasięg: 0 – 9999 |

PRZYCISK

Tryb (MODE)

MODE

Skanuj (cykl wyświetlanych wartości) i Blokuj (blokada na jednej wartości).

UŻYTKOWANIE

- Naciśnij przycisk MODE, aby wybrać tryb wyświetlania mierzonych danych:
 - Jeżeli wybierzesz funkcję BLOKADA, wyświetlone zostaną tylko wybrane dane.
 - Jeżeli wybierzesz funkcję SCAN, zmierzone wartości będą wyświetlane cyklicznie co 6 sekund.
- Przełączanie między trybami wyświetlania odbywa się poprzez naciśnięcie przycisku.
- Jeśli przytrzymasz przycisk MODE przez 3 sekundy, wszystkie dane z wyjątkiem całkowitej liczby kroków zostaną wyzerowane.
- Po 4 minutach braku aktywności wyświetlacz przechodzi w tryb uśpienia. Wybudzasz wyświetlacz naciskając pedały.
- Po wyjęciu baterii wszystkie dane zostaną wyzerowane.
- Jeśli dane na wyświetlaczu są trudne do odczytania, wymień baterię.
- Trzymaj z dala od światła słonecznego.

KONSERWACJA

- Sprawdź śruby po 10 godzinach użytkowania.
- Wytrzyj pot po wysiłku. Urządzenie należy czyścić szmatką i łagodnym detergentem. Nie używaj rozpuszczalników ani agresywnych środków czyszczących do części plastikowych.

- W przypadku zwiększonego hałasu sprawdzić, czy wszystkie połączenia są prawidłowo dokręcone.
- Umieścić produkt w czystym, wentylowanym i suchym pomieszczeniu.
- Nie wystawiaj urządzenia na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.

ROZGRZEWKA

Udany trening zaczyna się od ćwiczeń rozgrzewkowych, a kończy na ćwiczeniach rozluźniających (relaksujących). Ćwiczenia rozgrzewkowe powinny przygotować organizm do głównego treningu. Faza odpoczynku powinna chronić mięśnie przed urazami i skurczami. Wykonuj ćwiczenia rozgrzewkowe i uspokajające, jak pokazano w tabeli poniżej.



Skłony w przód

Powoli zegnij plecy od bioder. Trzymaj plecy i ramiona rozluźnione, rozciągając się w dół do palców u nóg. Zrób to tak daleko, jak tylko możesz i wytrzymaj w tej pozycji przez 15 sekund. Lekko ugnij kolana.



Rozciąganie mięśni czworogłowych

Oprzyj się jedną ręką o ścianę. Sięgnij w dół i za siebie. Podnieś prawą lub lewą stopę do pośladka tak wysoko, jak to możliwe. Wytrzymaj 30 sekund i powtórz dwukrotnie dla każdej nogi.



Rozciąganie ścięgna podkolanowego

Usiądź i wyprostuj prawą nogę. Oprzyj podeszwę lewej stopy o wewnętrzną część prawego ucisku. Wyciągnij prawą rękę wzdłuż prawej nogi tak daleko, jak to możliwe. Przytrzymaj przez 15 sekund i zrelaksuj się. Powtórz wszystko lewą nogą i lewym ramieniem.



Wewnętrzne uda

Usiądź na podłodze i złącz stopy. Kolana skierowane są na zewnątrz. Przyciągnij stopy jak najbliżej pachwiny. Ostrożnie dociśnij kolana w dół. Jeśli to możliwe, utrzymuj tę pozycję przez 30–40 sekund.



Łydki i ścięgno Achillesa

Oprzyj się o ścianę, trzymając lewą nogę przed prawą i ramiona do przodu. Wyciągnij prawą nogę i trzymaj lewą stopę na podłodze. Zegnij lewą nogę i pochyl się do przodu, przesuwając prawe biodro w kierunku ściany. Przytrzymaj przez 30-40 sekund. Trzymaj nogę rozciągniętą i powtarzaj ćwiczenie z drugą nogą.

OCHRONA ŚRODOWISKA

Po wygaśnięciu żywotności produktu lub jeśli ewentualna naprawa jest nieopłacalna, należy go zutylizować zgodnie z lokalnymi przepisami i w sposób przyjazny dla środowiska na najbliższym złomowisku.

Poprzez odpowiednią utylizację chronisz środowisko i źródła naturalne. Ponadto możesz pomóc chronić zdrowie ludzkie. Jeśli nie masz pewności co do prawidłowej utylizacji, poproś lokalne władze o więcej informacji, aby uniknąć naruszenia prawa lub sankcji.

Nie wyrzucaj baterii do odpadów domowych, ale przekazaj je do miejsca recyklingu.

WARUNKI GWARANCJI, ZGŁOSZENIA GWARANCYJNE

Gwarant:

inSPORTline Polska

Ciemiętniki 19, 29-120 Kluczewsko

NIP: 6090063070, REGON: 260656756

Okres gwarancji rozpoczyna się od daty zakupu towaru przez klienta. Gwarancja udzielana jest w trzech wariantach:

1. **Gwarancja Domowa** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego do użytku prywatnego, nie komercyjnego przez Kupującego będącego konsumentem. (**okres gwarancji: 24 miesiące**).
2. **Gwarancja Pół-komercyjna** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego w hotelach, spa, szkołach, ośrodkach rehabilitacji, itp. (**okres gwarancji: 12 miesięcy**).
3. **Gwarancja Komercyjna** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego w hotelach, spa, szkołach, ośrodkach rehabilitacji, klubach fitness oraz siłowniach, itp. (**okres gwarancji: 12 miesięcy**).

Brak informacji o wariancie gwarancji, na dowodzie zakupu (fakturze lub paragonie), domyślnie oznacza Gwarancje Domową.

Gwarancja obejmuje usunięcie usterek, które w sposób dający się udowodnić wynikają z zastosowania wadliwych materiałów lub są wynikiem błędów produkcyjnych.

Gwarancja nie obejmuje czynności związanych z konserwacją, czyszczeniem, regulacją i ze skręcaniem połączeń śrubowych danego przedmiotu, do których to czynności zobowiązany jest Kupujący we własnym zakresie i na własny koszt.

Dowodem udzielenia gwarancji są niniejsze Warunki gwarancji wraz z oświadczeniem Gwaranta zawartym na dowodzie zakupu (fakturze lub paragonie). W celu realizacji uprawnień z gwarancji Kupujący winien okazać warunki gwarancji oraz dowód zakupu (paragon lub fakturę VAT). Gwarancja obowiązuje na terenie Polski.

Uprawnienia z gwarancji nie przysługują w przypadku:

- a) uszkodzenia mechanicznego, które powstało w transporcie produktu do Kupującego za pomocą firm transportowych. Kupujący jest zobowiązany do sprawdzenia towaru przy dostawie, w celu wykrycia ewentualnych uszkodzeń w transporcie. W przypadku wykrycia takiego uszkodzenia, Kupujący zobowiązany jest niezwłocznie poinformować podmiot sprzedający oraz sporządzić protokół szkody z przewoźnikiem (firmą kurierską/pocztową). W przypadku braku sporządzenia protokołu szkody Gwarant nie ponosi odpowiedzialności za szkody spowodowane przez firmy kurierskie/pocztowe.
- b) Uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, wtyki, gniazdka, przełączniki, przyciski, baterie, przewody, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska, tapicerka, rączki itp., chyba że ujawniona w tych elementach wada nie jest skutkiem naturalnego zużycia, a powstała z przyczyny tkwiącej w tym elemencie.
- c) Drobne, powierzchniowe zarysowania, odbarwienia lub spękania powłoki kryjącej.
- d) Używania przez Kupującego, niezgodnych z instrukcją obsługi sprzętu, środków eksploatacyjnych lub czyszczących.
- e) Niewłaściwego zabezpieczenia sprzętu przez Kupującego przed działaniem czynników zewnętrznych tj. wilgoci, temperatury, kurzu, itp.
- f) Niestosowania przez Kupującego wymaganych (zgodnie z instrukcją obsługi) materiałów eksploatacyjnych.
- g) Przeróbek i zmian konstrukcyjnych, dokonywanych przez Kupującego lub inne osoby nieuprawnione do tego działania przez Gwaranta.
- h) Normalnego użytkowania (normalne zużycie części eksploatacyjnych).
- i) Uszkodzenia sprzętu na skutek nieprawidłowego montażu przez Kupującego lub osoby trzecie.

W przypadku zasadności zgłoszenia reklamacyjnego Gwarant zapewnia transport i usługę serwisową przedmiotu gwarancji.

W przypadku braku zasadności zgłoszenia reklamacyjnego Kupujący będzie mógł odebrać przekazany przedmiot w siedzibie Gwaranta lub zamówić usługę wysyłki danego przedmiotu na własny koszt.

W wyjątkowych przypadkach, aby zdiagnozować usterkę i stwierdzić zasadność zgłoszenia reklamacyjnego Gwarant może zażądać przygotowania sprzętu do odbioru. Odbiór ten może być dokonany przez firmę spedycyjną, wówczas Kupujący zobowiązany jest przygotować towar w sposób bezpieczny do odbioru. Kupujący wyda przedmiot sprzedaży bez zanieczyszczeń, w opakowaniu oryginalnym lub zastępczym pozwalającym na przetransportowanie przedmiotu sprzedaży w stanie bezpiecznym.

Gwarant zobowiązany jest ustosunkować się do zgłoszenia gwarancyjnego w terminie do 14 dni. Naprawa gwarancyjna zostanie wykonana w najkrótszym możliwym terminie. W wyjątkowych przypadkach, gdy naprawa przedmiotu sprzedaży będzie wymagać sprowadzenia niedostępnych w Polsce lub nietypowych części z zagranicy, termin może być wydłużony. Kupujący zostanie poinformowany o takiej sytuacji drogą mailową lub telefonicznie.

Gwarant zobowiązuje się do naprawy uszkodzonego sprzętu w przypadku zasadności zgłoszenia gwarancyjnego. Wymiana towaru na nowy możliwa jest jedynie w przypadku braku możliwości naprawy sprzętu i gdy wada przedmiotu sprzedaży jest istotna. Zwrot kwoty zakupu za sprzęt jest możliwy jedynie w przypadku braku możliwości naprawy i braku możliwości wymiany na nowy oraz gdy wada jest istotna.

Okresowe przeglądy techniczne sprzętu (dotyczy sprzętu przeznaczanego do użytku pół-komercyjnego oraz komercyjnego)

Po upływie 6 i 12 miesięcy obowiązywania gwarancji, Gwarant zaleca przeprowadzenie przeglądu technicznego sprzętu. Wszystkie części, które zostaną wymienione w trakcie okresowego przeglądu technicznego, zostaną użyte przez Gwaranta nieodpłatnie w ramach gwarancji (poza częściami zużytymi w trakcie normalnego użytkowania). Kupujący zobowiązany jest jedynie do pokrycia kosztów przeglądu technicznego i dojazdu do klienta wg. indywidualnej wyceny. Wiążącej wyceny dokonuje dział serwisowy Gwaranta.

Zgłoszenia gwarancyjne

W celu zgłoszenia reklamacyjnego należy przesłać FORMULARZ GWARANCYJNY za pomocą strony internetowej Gwaranta www.e-insportline.pl.

Formularz gwarancyjny powinien zawierać takie informacje jak:

Imię i Nazwisko / Numer telefonu / Adres / Dowód zakupu / Nazwa produktu / Opis Wady.

Klient zostanie poinformowany o zakończeniu i wyniku reklamacji przez e-mail lub telefonicznie.



inSPORTline Polska
Ciemiętniki 19, 29-120 Kluczewsko
Telefon: +48 510 275 999
E-mail: biuro@e-insportline.pl
NIP: 6090063070, REGON: 260656756

Formularz kontaktowy

