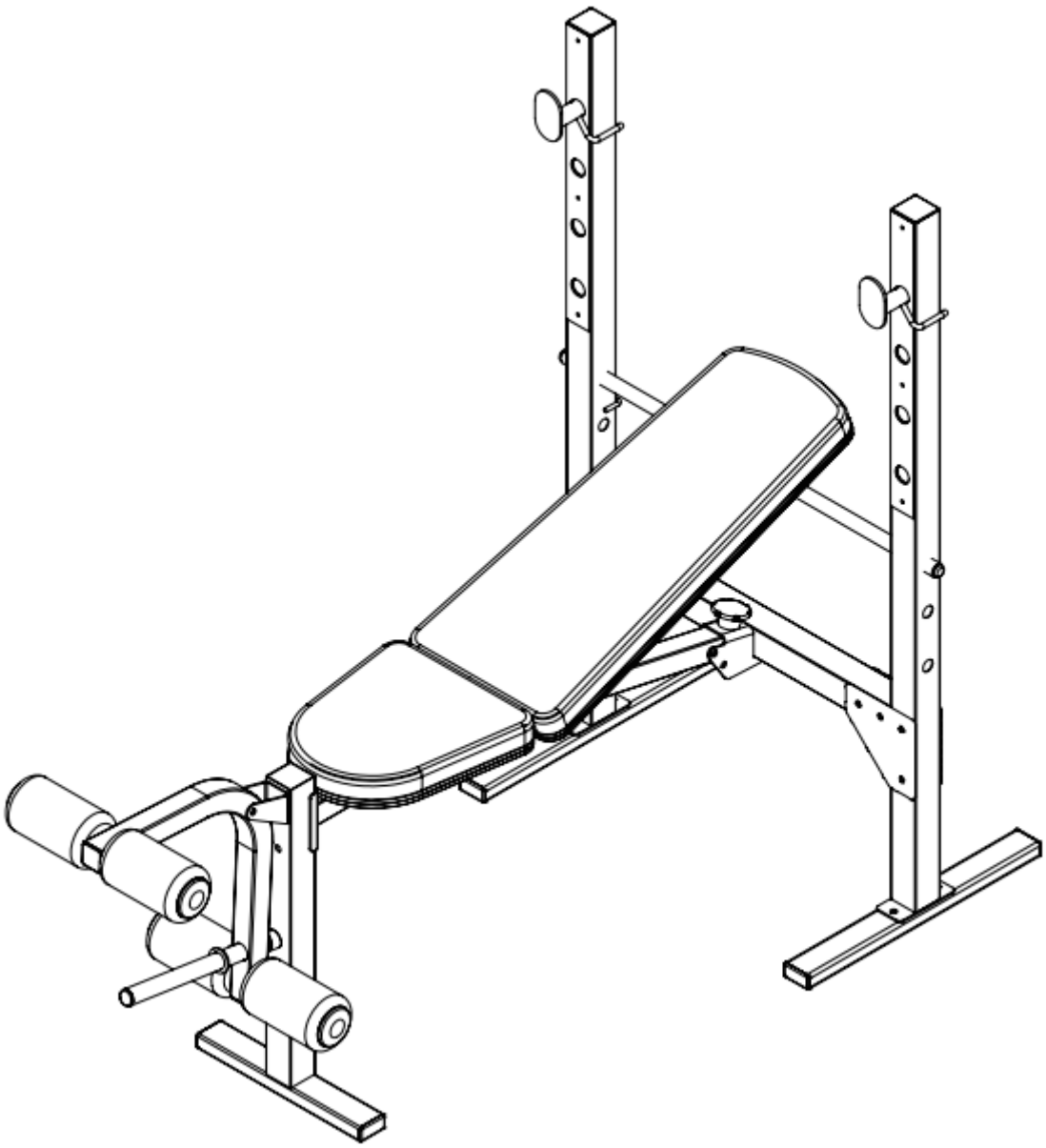
UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ

IN 26630 Multifunkční lavička inSPORTline ON-X B20



OBSAH

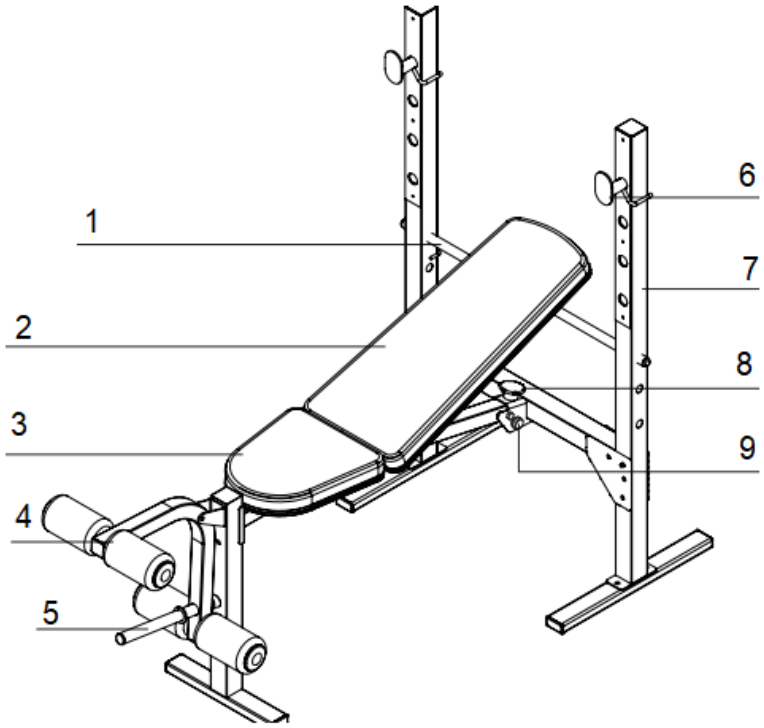
BEZPEČNOSTNÍ POKYNY 3
POPIS PRODUKTU 4
SEZNAM ČÁSTÍ A NÁKRES 4
MONTÁŽ 6
SLOŽENÍ 12
ÚDRŽBA 12
POKYNY KE CVIČENÍ 12
OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ 14
ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE 14

SevenSport s.r.o., si vyhrazuje právo provést jakékoli změny a vylepšení svého produktu bez předchozího upozornění. Navštivte naši stránku www.insportline.cz, kde naleznete nejnovější verzi manuálu.

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

- Před použitím a montáží si přečtěte manuál a uschovejte si manuál pro budoucí potřebu.
- Před začátkem montáže si zkontrolujte úplnost balení a stav všech částí. Používejte pouze originální náhradní díly a doplňky. Neprovádějte neschválené úpravy produktu.
- Montáž smí provádět pouze dospělá osoba, doporučuje se montáž ve 2 osobách. Před použitím zkontrolujte správnost montáže a pevnost produktu. Zařízení musí fungovat správně, aby nedošlo k poranění uživatele. Pokud zařízení nefunguje správně, nese známky opotřebení nebo poškození, přestaňte jej používat. Poškozené nebo opotřebené díly je třeba odborně vyměnit.
- Držte mimo dosah dětí a domácích zvířat.
- Pouze pro jednu osobu současně.
- Pokud pociťujete nevolnost, bolest na hrudi nebo jakékoliv jiné abnormální tělesné symptomy, okamžitě provoz ukončete.
- Držte končetiny mimo pohyblivé části.
- Stroj umístěte na rovný, pevný a čistý povrch.
- Vždy noste vhodný sportovní oděv a obuv, nenoste příliš volné oblečení ani šperky.
- Používejte pouze pro účely, za jakými byl stroj sestaven.
- Neprovádějte neschválené úpravy.
- Během použití odstraňte všechny ostré předměty kolem přístroje.
- Přístroj musí být umístěn min. 0,6 m od dalších předmětů.
- Lidé s omezenými mentálními nebo fyzickými schopnostmi nesmí stroj používat.
- Před tréninkem vždy zahřejte svaly rozcvičkou.
- Pokud se na stroji objeví ostré hrany, okamžitě přestaňte stroj používat.
- Na zařízení nepokládejte ostré předměty. Žádná nastavitelná část nesmí přečnívat tak aby nebránila pohybu uživatele.
- Před každým použitím stroje zkontrolujte, zda jsou všechny spoje řádně zabezpečeny.
- Nepřekračujte uvedené limity.
- **Max. nosnost (celková):** 230 Kg
- **Max. nosnost uživatele:** 135 Kg
- **Max. nosnost držáku na osu:** 95 Kg
- **Max. nosnost závaží na posilování nohou:** 30 Kg
- **Kategorie**: H pro domácí použití
- **VAROVÁNÍ**: Před zahájením jakéhokoliv cvičebního programu se poraďte s lékařem. Posouzení lékaře je obzvláště důležité v případě, že trpíte zdravotními potížemi. Prodejce nenese žádnou zodpovědnost za případná zranění či škody na majetku zapříčiněná používáním přístroje.

POPIS PRODUKTU

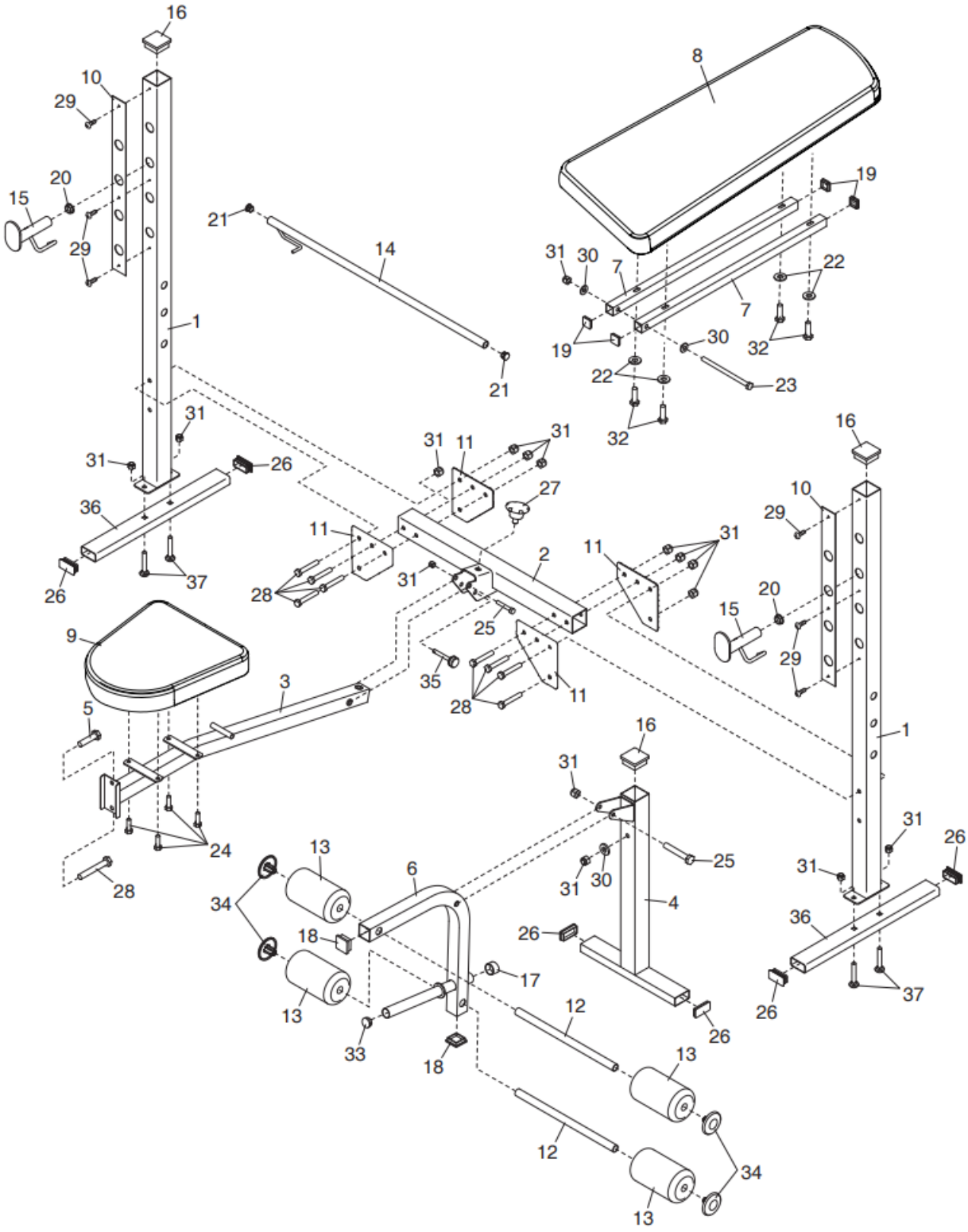


1. Rám opěrky zad	6. Držák osy
2. Opěrka zad	7. Sloupky
3. Sedadlo	8. Ruční šroub
4. Pěnové válce	9. Pin
5. Trn závaží	

SEZNAM ČÁSTÍ A NÁKRES

Ozn.	Název	Ks.	Ozn.	Název	Ks.
1	Sloupek	2	20	Vnitřní kulatá krytka 25 mm	2
2	Spojovací rám sloupků	1	21	Vnitřní kulatá krytka 21 mm	2
3	Rám	1	22	Podložka M6	4
4	Přední nosník	1	23	Šroub M10x135 mm	1
5	Šroub M10x19 mm	1	24	Šroub M6x 16 mm	4
6	Předkopy	1	25	Šroub M10x63 mm	2
7	Rám opěrky zad	2	26	Vnitřní kryta 25 mm x 50 mm	6
8	Opěrka zad	1	27	Ruční šroub	1
9	Sedadlo	1	28	Šroub M10x66 mm	9
10	Krytka sloupku	2	29	Šroub M4x 16 mm	6
11	Spojovací destička	4	30	Podložka M10	3
12	Osa pěnového válce	2	31	Matice M10	16
13	Pěnový válec	4	32	Šroub M6x40 mm	4

14	Rám opěrky	1	33	Kulaté vnitřní víčko 25 mm	1
15	Držák posilovací tyče	2	34	Krytka	4
16	Vnitřní čtvercová krytka 50 mm	3	35	Pin	1
17	Krytka trnu	1	36	Základna	2
18	Vnitřní čtvercová krytka 38 mm	2	37	Nosný šroub M10x35 mm	4
19	Vnitřní čtvercová krytka 25 mm	4			



MONTÁŽ

Doporučujeme montáž provádět ve dvou osobách.

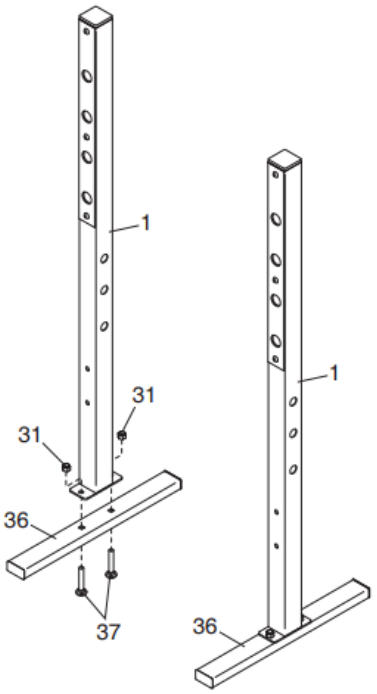
Doporučujeme montáž provádět na místě použití.

Před montáží rozložte všechny díly.

Krok 1

Připevněte sloupky (1) k základně (36) pomocí 2x nosných šroubů M10x35 mm (37) a 2x matic M10.

Opakujte pro druhou stranu.



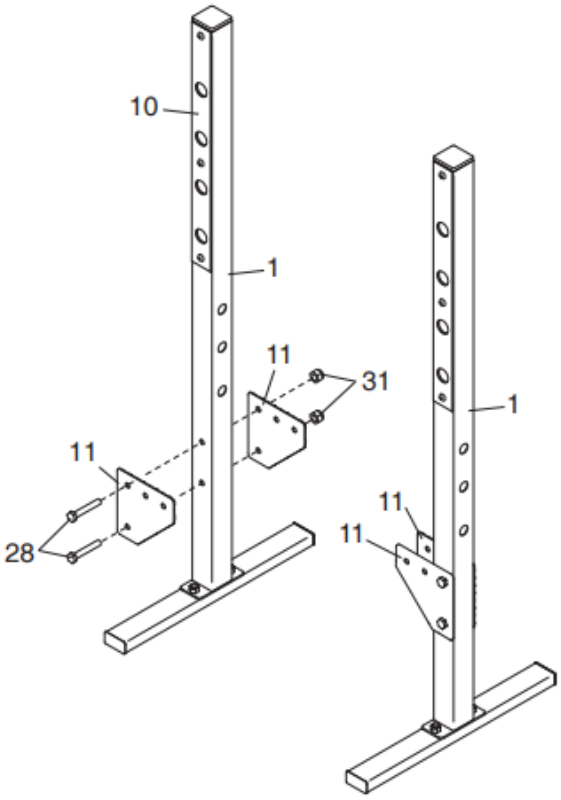
Krok 2

Upevněte na sloupky (1) kryty (10).

Upevněte spojovací destičky (11) na sloupky (1) pomocí 2x šroubů (28) a 2x matic M10. Destičky (11) umístěte dle obrázku, úzkou stranou dolů.

Šrouby zatím nedotahujte.

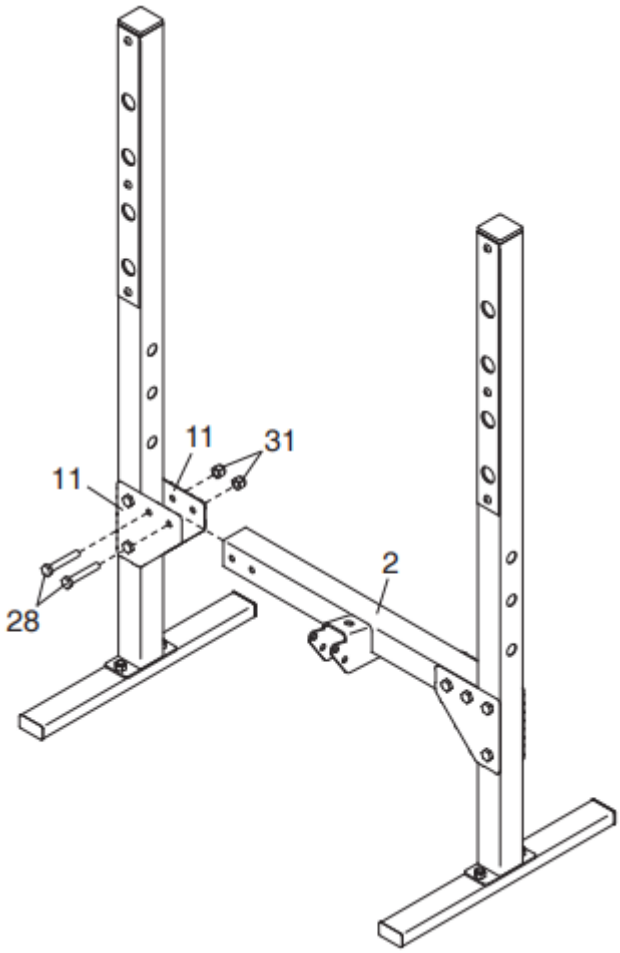
Opakujte pro druhou stranu.



Krok 3

Připevněte spojovací rám (2) mezi destičky (11) pomocí 2x šroubů M10x66 mm (28) a 2x matic M10 (31). Opakujte pro obě strany.

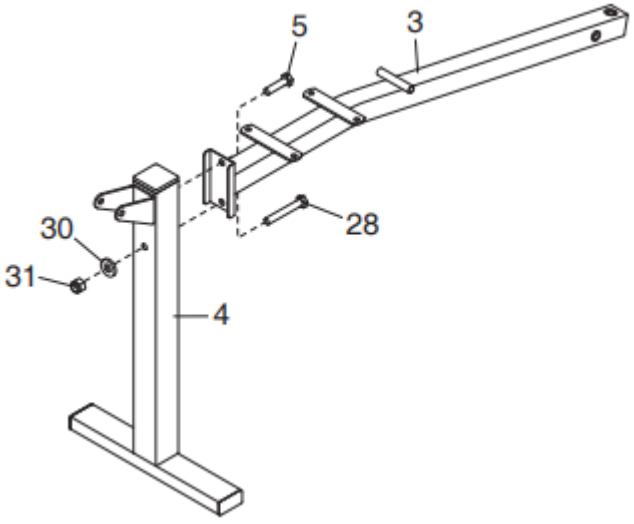
Zatím nedotahujte.



Krok 4

Připevněte přední nosník (4) na rám (3) pomocí šroubu M10x19 mm (5), šroubu M10x66 mm (28), podložky M10 (30) a matice M10 (31).

Zatím nedotahujte.



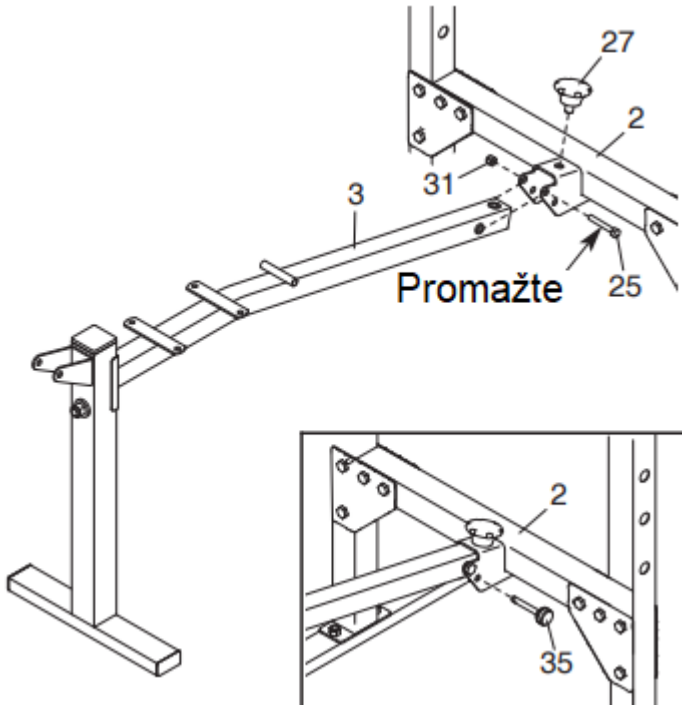
Krok 5

Šroub M10x63 mm (25) promažte.

Spojte rám (3) do horních otvorů držáku spojovacího rámu (2) pomocí šroubu M10x63 mm (25), matice M10 (31). Zatím nedotahujte.

Poté rámy zajistěte pomocí ručního šroubu (27).

Do spodního otvoru držáku spojovacího rámu (2) upevněte pin (35).

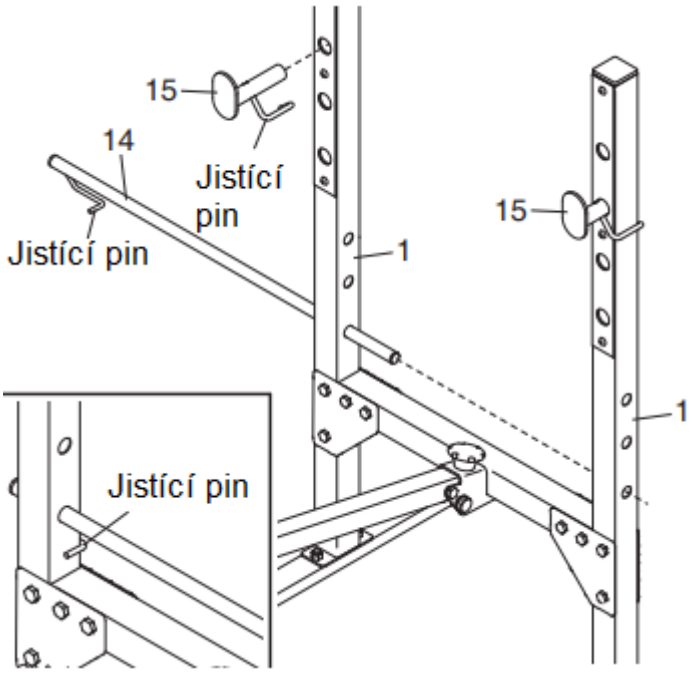


Krok 6

Zasuňte rám opěrky zad (14) do sloupků (1). Rám otočte tak, aby byly jistící piny zasunuty ve sloupcích (1) viz obrázek.

Připevněte držáky posilovací tyče (15) do sloupků (1). Držáky připevněte tak, aby byly piny zajištěny v rámu viz obrázek.

Utáhněte všechny matice M10 (31) a šrouby M10x19 mm (5) z kroků 2 – 4.

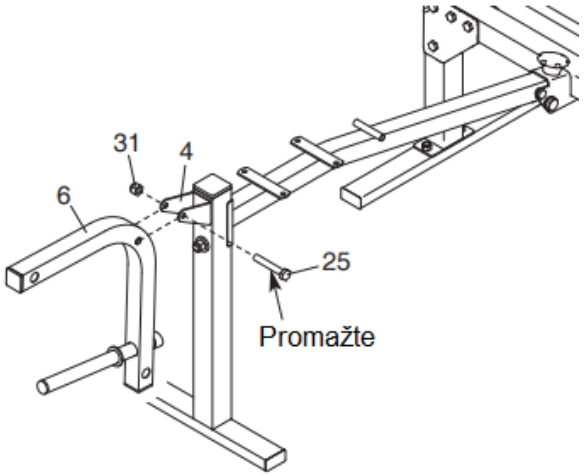


Krok 7

Promažte šroub M10x63 mm (25).

Připevněte rám pro předkopy (6) na přední nosník (4) pomocí šroubu M10x63 mm (25) a matice M10 (31).

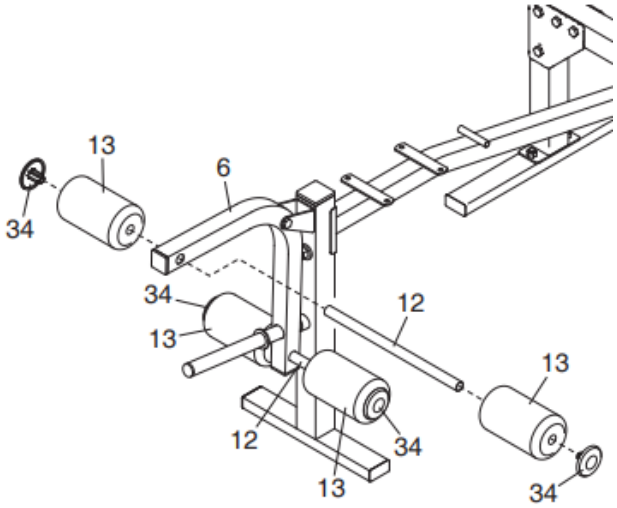
Matici nepřetahujte, rám pro předkopy musí mít vůli.



Krok 8

Prostrčte osu pěnových válců (12) skrz rám pro předkopy (6).

Na osu (12) nasaďte pěnové válce (13) a poté zajistěte krytkami (34).

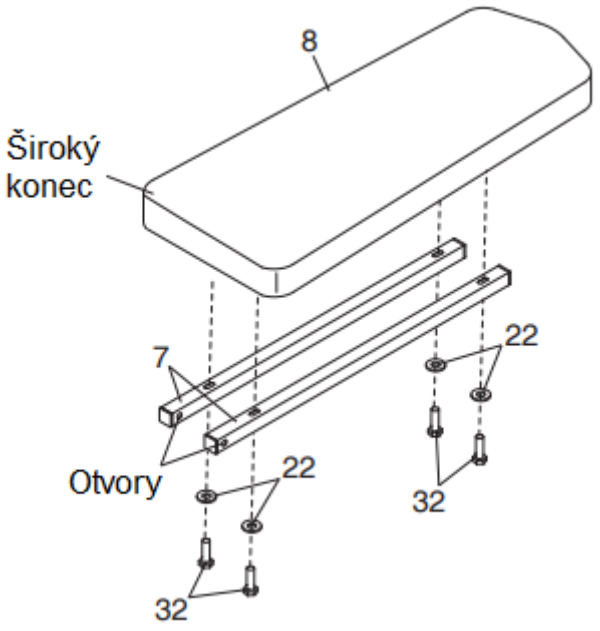


Krok 9

Připevněte opěrku zad (8) širokým koncem dolů.

Na rámy opěrky (7) připevněte opěrku zad (8) pomocí 4x šroubů M6x40 mm (32) a 4x položek M6 (22).

Zatím šrouby nedotahujte.



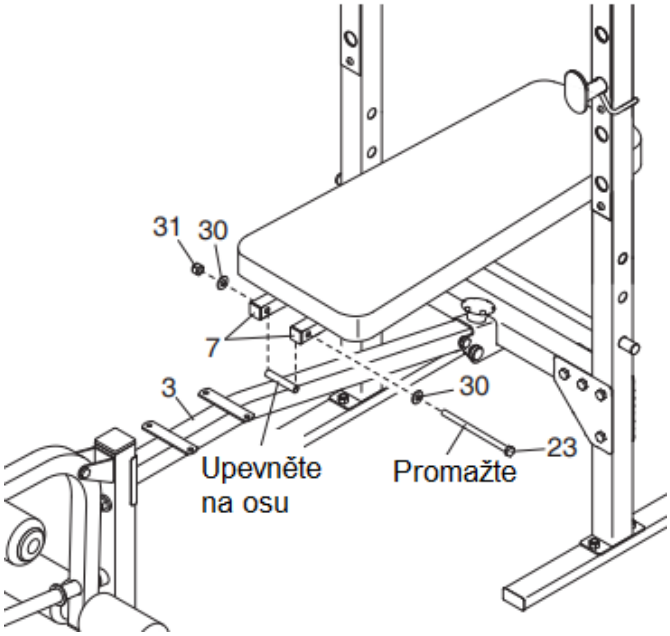
Krok 10

Promažte šroub M10x135 mm (23).

Rámy opěrky zad (7) připevněte do osy na rámu (3) pomocí šroubu M10x135 mm (23), 2x podložek M10 (30) a matice M10 (31).

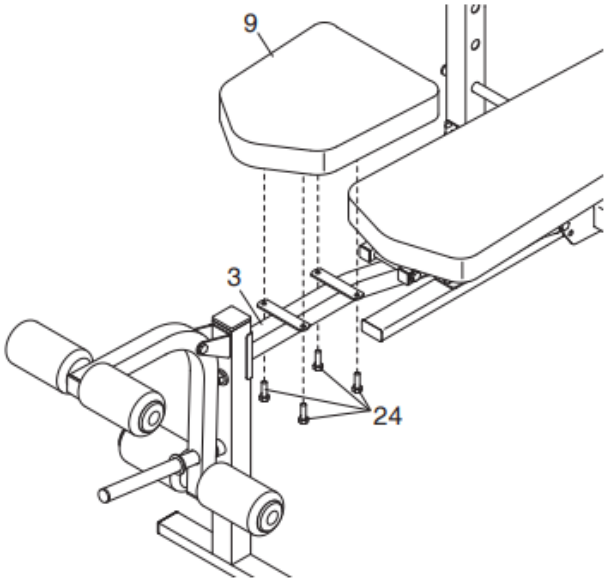
Matici nepřetahujte. Rám musí mít vůli.

Dotáhněte šrouby M6x40 mm (32) z kroku 9.



Krok 11

Připevněte sedadlo (9) na rám (3) pomocí 4x šroubů M6x16 mm (24).



Před použitím se ujistěte, že jsou všechny spoje správně dotáhnuty.

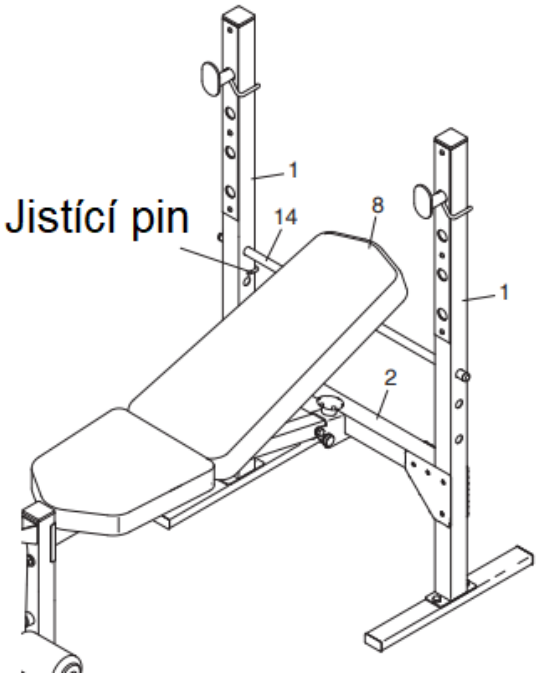
Poloha opěrky zad

Opěru zad můžete upravit do dvou předkloněných poloh, jedné rovinné polohy a jedné zakloněné polohy.

Pokud chcete použít zakloněnou polohu, musíte opěrku zad položit na spojovací rám (2).

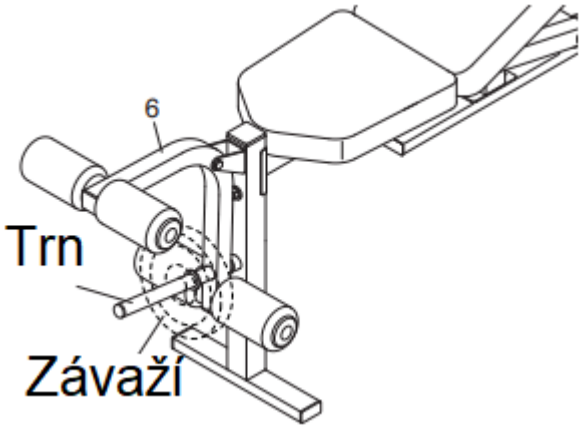
Pokud chcete použít rovinnou nebo předkloněnou polohu, musíte držák opěrky (14) zasunout do otvorů sloupků (1) a otočit tak, aby byl držák zajištěn piny.

VAROVÁNÍ: Vždy se ujistěte, že je držák opěrky (14) správně zajištěn.



Nasunutí závaží pro předkopy

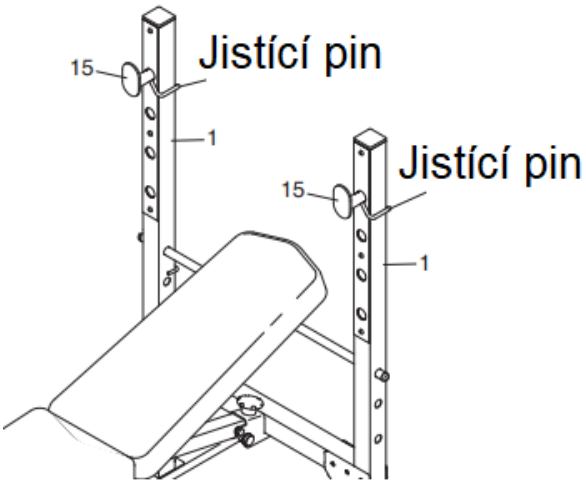
Maximální nosnost trnu je 30 kg!



Nastavení výšky držáků posilovací tyče

Podle potřeby můžete změnit umístění držáků (15). Vždy upevněte držáky ve stejné rovině.

Vždy se ujistěte, že jsou držáky zajištěny pomocí pinů kolem sloupků (1).



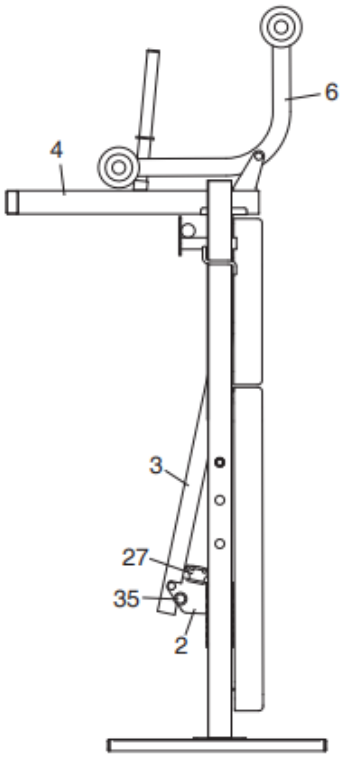
SLOŽENÍ

Před složením se ujistěte, že na trnu na rámu (6) není žádné závaží.

Pro složení odšroubujte ruční šroub (27) a pin (38) na spojovacím rámu (2).

Zvedněte rám (3) a rám pro předkopy (4) viz obrázek.

Poté vložte pin (35) a ruční šroub (27) do spojovacího rámu (2)



ÚDRŽBA

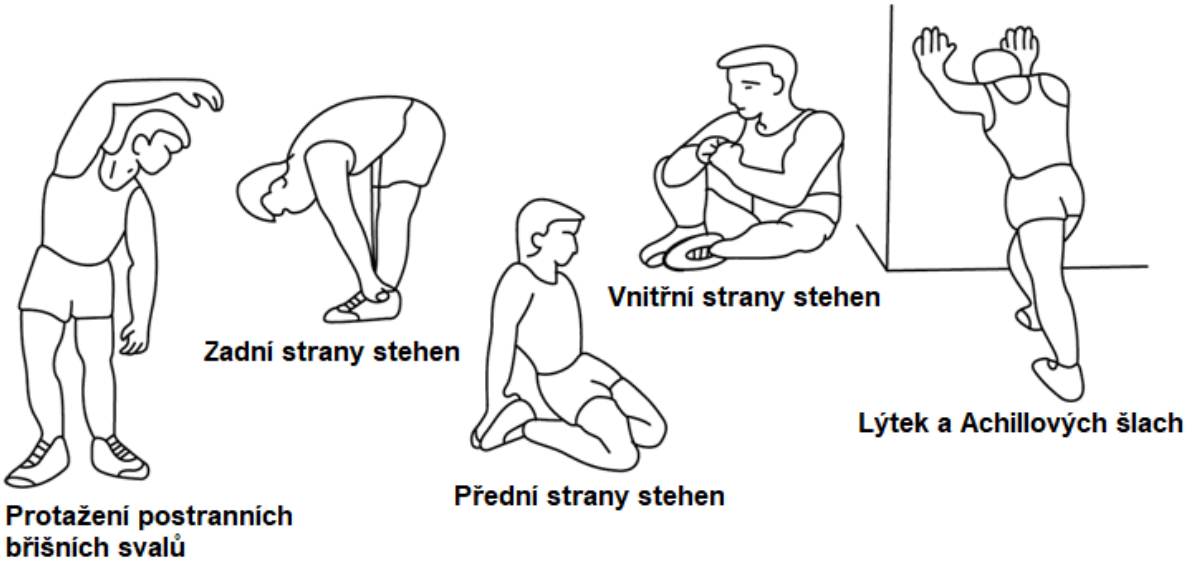
- Pohyblivé části pravidelně mažte.
- Kontrolujte a dotahujte všechny spoje.
- Čistěte stroj pomocí vlhkého hadříku a neagresivního čistícího prostředku.
- Pravidelně stroj kontrolujte proti opotřebení a poškození.
- Poškozené nebo opotřebené části okamžitě nahraďte.

POKYNY KE CVIČENÍ

Cvičení je prospěšné pro Vaše zdraví, zlepšuje fyzickou kondici, tvaruje svalstvo a v kombinaci s kaloricky vyváženou stravou vede ke snížení hmotnosti.

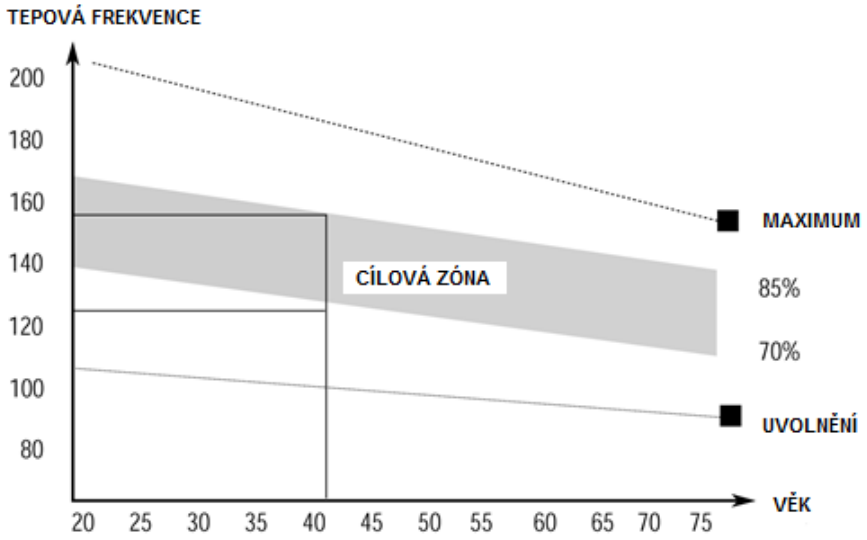
1. ROZCVIČKA

Tato fáze slouží k prokrvení celého těla, k zahřátí svalstva, snižuje riziko křečí a svalového poranění. Doporučujeme provádět níže uvedené protahovací cviky. Při přetahování setrvejte v krajní poloze přibližně 30 sekund, nedělejte trhavé pohyby a nekmitejte.



2. SAMOTNÉ CVIČENÍ

Tato fáze je fyzicky namáhavější. Pravidelným cvičením se posiluje svalstvo. Tempo si můžete určit sami, ale je velmi důležité, aby bylo stejné po celou dobu cvičení. Tepová frekvence by se měla pohybovat v cílové zóně (viz obrázek níže).



Tato fáze by měla trvat minimálně 12 minut. Většině lidí trvá tato fáze 15 - 20 minut.

3. ZKLIDNĚNÍ

Tato fáze slouží k uklidnění činnosti kardiovaskulární soustavy a uvolnění svalstva. Měla by trvat přibližně 5 minut. Můžete opakovat zahřívací cviky nebo pokračovat ve cvičení volnějším tempem. Protažení svalů po cvičení je nesmírně důležité – opět je třeba se vyvarovat trhavým pohybům a kmitání.

Se zlepšující se kondicí můžete prodlužovat délku a zvyšovat intenzitu cvičení. Trénujte pravidelně, nejméně třikrát týdně.

TVAROVÁNÍ SVALSTVA

Pro tvarování svalstva je důležité nastavit vysoký stupeň zátěže. Svaly tak budou více namáhané, což může způsobit, že nebudete schopní cvičit tak dlouho, jak byste si přáli. Pokud se současně snažíte o zlepšení kondice, je třeba tomu trénink přizpůsobit. Během zahřívací a závěrečné fáze tréninku cvičte obvyklým způsobem, ale ke konci cvičení zvyšte odpor přístroje. Pravděpodobně budete muset zpomalit rychlost, aby tepová frekvence zůstala v cílové oblasti.

SNÍŽENÍ HMOTNOSTI

Množství spálených kalorií záleží jen na délce a intenzitě cvičení. Podstata je stejná jako při kondičním cvičení, avšak cíl je jiný.

OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ

Po uplynutí životnosti produktu nebo v případě, že by další oprava již byla ekonomicky nevýhodná, se výrobku zbavte v souladu s místními předpisy a šetrně k životnímu prostředí. Výrobek odneste na nejbližší sběrné místo k tomu určené.

Předpisovou likvidací pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomůžete prevenci negativních dopadů na životní prostředí, případně na lidské zdraví. Pokud si nejste jisti, konzultujte věc s místně příslušnými odpovědnými orgány, aby nedošlo k porušení předpisů a následné sankci.

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE

Všeobecná ustanovení a vymezení pojmů

Tyto záruční podmínky a reklamační řád upravují podmínky a rozsah záruky poskytované prodávajícím na zboží dodávané kupujícímu, jakož i postup při vyřizování reklamačních nároků uplatněných kupujícím na dodané zboží. Záruční podmínky a reklamační řád se řídí příslušnými ustanoveními zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník a zákona č. 634/1992 Sb., 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 Strakonická 1151/2c, Praha 150 00, IČ: 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.

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 kupujícímu 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 (pokud lze aplikovat na zakoupený produkt):

- zaviněním uživatele tj. poškození výrobku neodbornou repasí, nesprávnou montáží,
- nesprávnou údržbou
- mechanickým poškozením
- opotřebením dílů při běžném používání (např. gumové a plastové části, pohyblivé mechanismy, kloubové spoje 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. Prodávající 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. Prodávající 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.

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

Datum prodeje:

Razítko a podpis prodejce:

Reklamace zboží

Vrácení a výměna zboží do 30 dnů