

# *inSPORTline*

*fitness equipment*

## Степер Twist IN 366

РЪКОВОДСТВО

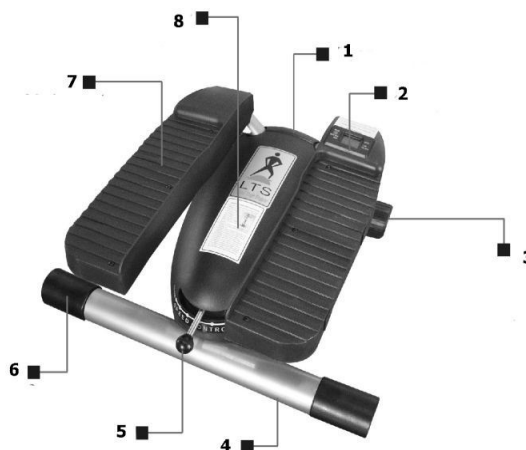


вносител: Саксо ООД, гр. Русе, ул. Сакар Планина 1

e-mail: [office@yakobg.com](mailto:office@yakobg.com)  
[www.insportline.bg](http://www.insportline.bg)    [www.yakobg.com](http://www.yakobg.com)

Части:

1. Предна част
2. Компютър
3. Предна гумена подложка
4. Заден крак за упора
5. Лост за регулиране на скоростта
6. Задна гумена подложка
7. Основна част
8. Заден капак



## Максимална товароносимост 100кг!

### Ръководство за сглобяване:

**Важно:** Извадете всички части от кутията и проверете дали всички са налице.



### Стъпка 1:

Поставете 2 големи гумени крачета на двата края на задния крак за упора. Уверете се, че всичко е затворено както трабва и закрепете с винтове.

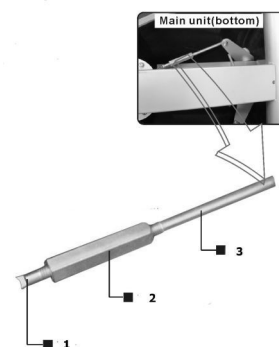
### Настройка на височината на педалите:

Заводската височина на педалите е зададена на средно ниво. Ако предпочитате различна височина, можете да го настроите. Колкото педалът е по-нагоре, толкова натоварването е по-голямо.

Обърнете степера от долната страна. В задната част има въртяща се скоба, която е свързана с лост. Така вие може да регулирате височината на педалите.

Въртете скобата по посока на часовниковата стрелка от ляво на дясно (виж снимката).

Ако искате да намалите височината на педалите въртете обратно на часовниковата стрелка от дясно на ляво.



### **Функции на компютъра:**

За да изберете функция натиснете бутона, когато го натиснете за повече от 3 секунди, всички стойности се заличават. SCAN: автоматично превключва между функциите TIME: показва времето на трениране до 99:59 CALORIES: показва изгорените калории по време на тренировка. Не може да се използва за медицински цели.

COUNT: показва броя на стъпките

STRIDES/MIN: показва брой стъпки в минута

### **Важно!:**

1. Преди всяко упражнение се уверете, че всички части са надеждно и здраво закрепени.
2. Периодично притягайте всички болтове и гайки.
3. Степера да се постави върху равна повърхност.
4. Може да изберете ъгъла на педалите с регулиращия винт.
5. Преди да се упражнявате трябва да направите стречинг и загряващи упражнения.
6. Не позволявайте на деца да си играят със степера.
7. Да се носи подходящо облекло като спортни обувки, да не носят широки дрехи, които може да закачи в движещите се части на степера.
8. Преди първото упражнение се консултирайте за здравето си с Вашия лекар.
9. Не докосвайте барабана след тренировка на степера !

## **Гаранционна карта**

### **Гаранции:**

- Гаранцията на степера е 12 месеца след закупуването му.
- По време на гаранцията се отстраняват повреди на продукта, причинени от производствени дефекти или дефектни материали на продукта, така че уредът да може да се използва правилно.
- Гаранцията не може да се ползва за дефекти, причинени от: -механични повреди, природни бедствия, неправилно терапевтични интервенции или неподходящи разположение, поради ниски или високи температури, излагане на вода, прекомерна употреба, натиск и удар, умишлено изменен вид, форма или размер
- Рекламациите се посочват писмено, като се описва дефекта и утвърдена гаранция.
- Гаранцията е валидна само при организацията от която е закупен продуктът при представяне на касова бележка и гаранционна карта

**вносител: Саксо ООД, гр. Русе, ул. Сакар Планина 1**

e-mail: [office@yakobg.com](mailto:office@yakobg.com)  
[www.insportline.bg](http://www.insportline.bg)    [www.yakobg.com](http://www.yakobg.com)