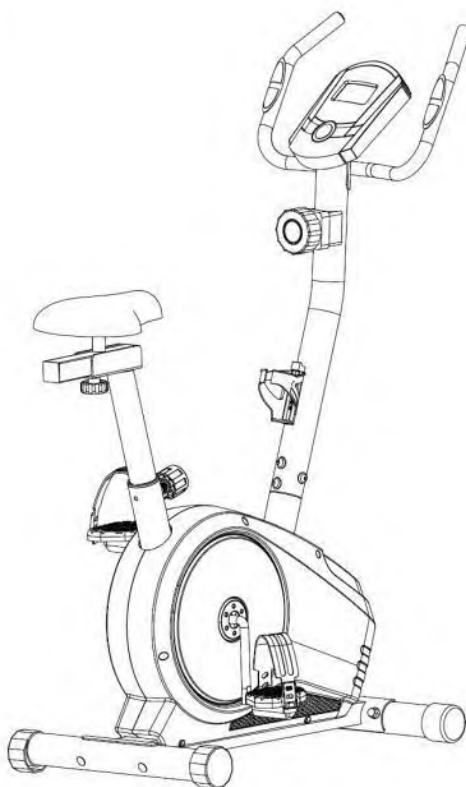




Ръководство за употреба – БГ
IN 16527 Велоергометър inSPORTline Ellare II



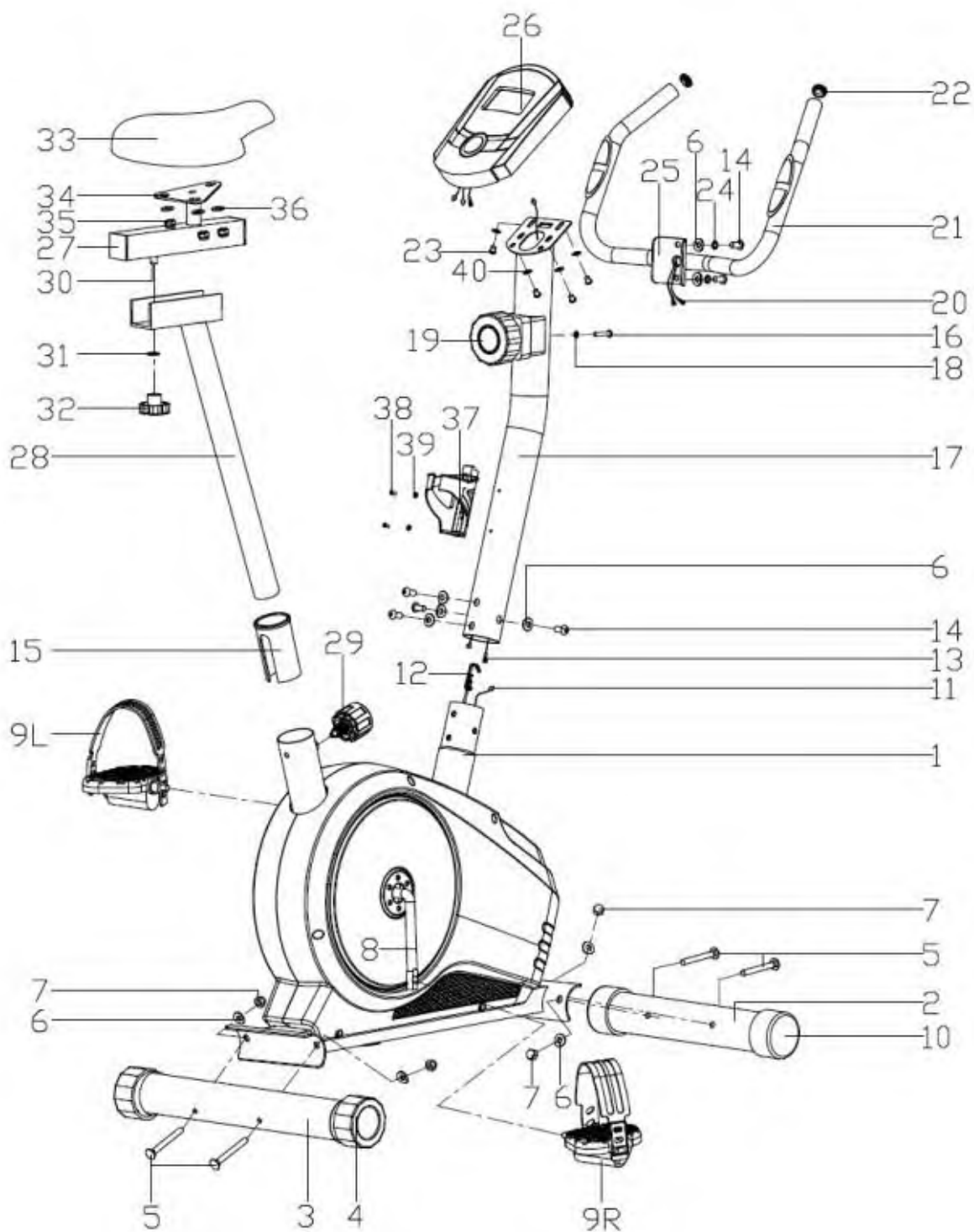
Съдържание

ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ	1
ОБЩ ЧЕРТЕЖ.....	2
СПИСЪК С ЧАСТИТЕ.....	3
СТЪПКИ ЗА МОНТАЖ.....	5
ИНСТРУКЦИИ ЗА УПОТРЕБА	7
ТРЕНИРОВЪЧЕН КОМПЮТЪР	9
СПЕЦИФИКАЦИИ	9
КЛЮЧОВИ ФУНКЦИИ	9
ФУНКЦИИ	9
БАТЕРИИ	10
ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ И РЕКЛАМАЦИИ	10

ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- Прочетете внимателно това ръководство преди първата употреба и го запазете за бъдещи справки. Спецификациите може леко да се различават от илюстрациите и могат да бъдат променени без предизвестие.
- Спазвайте всички инструкции и предупреждения за по-висока безопасност. Използвайте го само по предназначение.
- Загривайте мускулите си преди всяка тренировка, за да избегнете нараняване.
- Не правете модификации по уреда. За ремонт, се свържете с оторизиран сервис.
- Редовно проверявайте всички винтове болтове дали са добре затегнати. Редовно проверявайте уреда за повреда или износване. Никога не използвайте повреден или износен продукт.
- Пазете уреда далеч от деца и домашни любимци. Той не е играчка. Предназначен е само за възрастни.
- Монтажът трябва да се извършва само от пълнолетно лице.
- Носете само подходящи спортни дрехи и обувки за тренировките. Избягвайте твърде широки дрехи, които лесно могат да бъдат хванати от уреда.
- Поставяйте уреда само върху равна, чиста и твърда повърхност. Спазвайте разстояние от най-малко 0.6 м около уреда, за по-висока безопасност.
- Не използвайте уреда на открито.
- Само един човек може да го използва в даден момент. Някоя регулируема част не трябва да стърчи и да пречи на движенията на потребителя.
- Други хора трябва да спазват дистанция, докато уредът се използва.
- Консултирайте се за здравословното си състояние с личния си лекар, преди да започнете някаква тренировъчна програма. Това е особено необходимо, ако сте на възраст над 35 години или ако страдате от някакви проблеми. Наблюдавайте реакциите на тялото си. Ако почувствате слабост или забележите друго усложнение, спрете да използвате уреда. Не се пренапрягайте и тренирайте разумно, за да избегнете нараняване.
- Маховик: 5 кг
- **Максимална товароносимост:** 120 кг
- **Категория:** HC (според стандарт EN957) подходящ за домашна употреба.
- **Внимание!** Мониторингът за сърдечната честота (ако е наличен) може да не е напълно точен. Пренапрежението по време на тренировка може да доведе до сериозно нараняване или дори до смърт. Ако започнете да чувствате отпадналост, спрете тренировката незабавно.

Общ чертеж



СПИСЪК С ЧАСТИТЕ

№.	Описание	К-во
1	Основна рамка	1
2	Преден стабилизиращ крак	1

3	Заден стабилизиращ крак	1
4	Тапи на задния стабилизиращ крак	2
5	Каретен болт M8xL74	4
6	Дъговидна шайба $\varnothing 8.5 \times 1.5 \times \varnothing 25 \times R33$	10
7	Калпачата гайка M8	4
8	Курбел	1
9L/R	Педал	1 чифт
10	Тапа на предния стабилизиращ крак	2
11	Сензорен проводник	1
12	Обтягащо жило	1
13	Удължителен проводник	1
14	Болт с вътрешен шестостен M8x16	6
15	Втулка за седалката	1
16	Винт с кръстата глава	1
17	Стойка на кормилото	1
18	Дъговидна шайба	1
19	Регулатор за обтягане на жилото (натоварването)	1
20	Проводник за пулса	2
21	Дръжка от пяна	2
22	Кръгла крайна капачка	2
23	Винт с кръстата глава	4
24	Осигурителна шайба (зегерка) D8x1.5	2
25	Кормило	1
26	Компютър	1
27	Квадратна крайна капачка	2
28	Стойка на седалката	1
29	Пристягащ винт с ръкохватка	1
30	U-образен плъзгач	1
31	Плоска шайба D10	1
32	Затягаща гайка с ръкохватка	1
33	Седалка	1
34	Хоризонтална стойка за седалката	1
35	Плоска шайба D8	3
36	Гайка с пластмасова вложка M8	3
37	Държач за бутилка	1
38	Винт с кръстата глава	2

39	Плоска шайба	2
40	Плоска шайба	4

ЗАБЕЛЕЖКА: Повечето от изброените части за сглобяване са опаковани по отделно, но някои от тях са предварително инсталирани като части за сглобяване. За това, просто премахнете и инсталирайте отново частите както е необходимо за сглобяване.

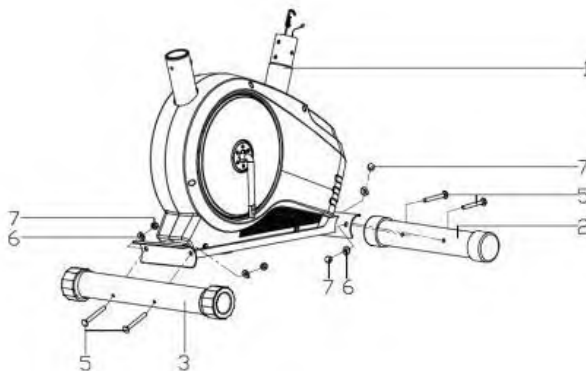
СТЪПКИ ЗА МОНТАЖ

ЗАБЕЛЕЖКА:

- Имайте достатъчно свободно място за безопасно сглобяване и използвайте подходящи инструменти. Преди сглобяването проверете дали има липсващи части.
- За да увеличите безопасността си, помолете поне един възрастен човек за помощ по време на монтажа.
- Монтажът трябва да се извършва само от възрастни хора.

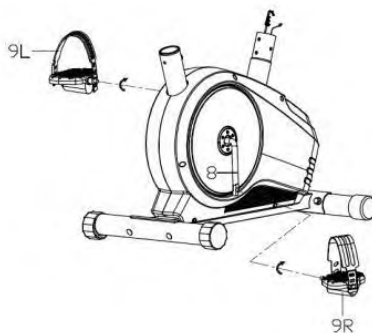
СТЪПКА 1

- Прикрепете предния стабилизиращ крак (2) и задния стабилизиращ крак (3) към основната рамка (1) с каретните болтове (5), дъгообразните шайби (6) и капачати гайки (7) както е показано по-долу.



СТЪПКА 2

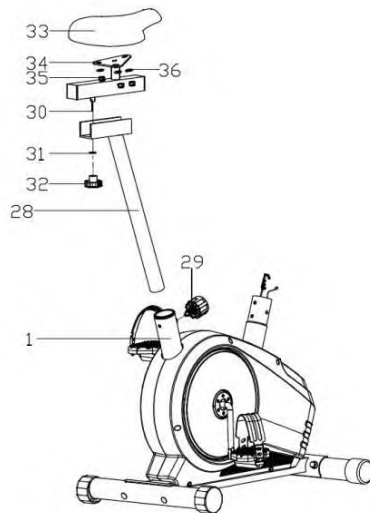
- Прикрепете десния и левия педал (9L/R) към курбелите (8).
- И двата педала са обозначени: L-ляв, R-десен
- За да го затегнете, завъртете левия педал обратно на часовниковата стрелка, а десния - по часовниковата стрелка
- **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Винаги дръжте левия и десния педал напълно затегнати, докато използвате уреда, за да избегнете повреда на продукта, или лично нараняване



СТЪПКА 3

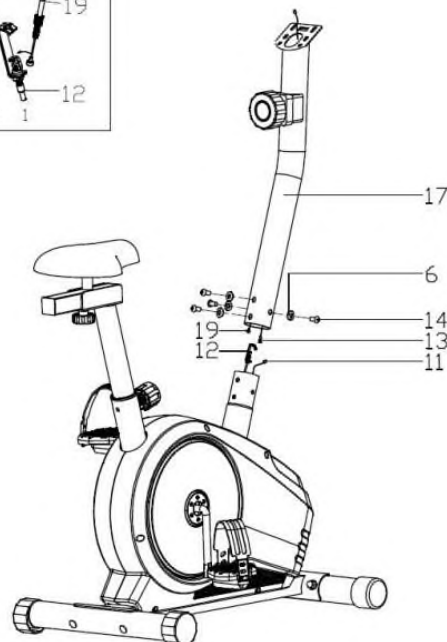
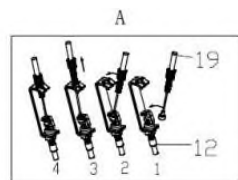
- Прикрепете седалката (33) към хоризонталната стойка за седалката (34), след това прикрепете хоризонталната стойка (34) към стойката на седалката (28) с помощта на плоските шайби (31) и гайките (32) както е показано по-долу.

- След това поставете стойката на седалката (28) към основната рамка (1) и я закрепете със затягащата гайка с ръкохватка (29) на подходяща височина.
- **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Седалката трябва да бъде здраво прикрепена към хоризонталната стойка на седалката. Проверявайте я преди всяка тренировка.



СТЪПКА 4

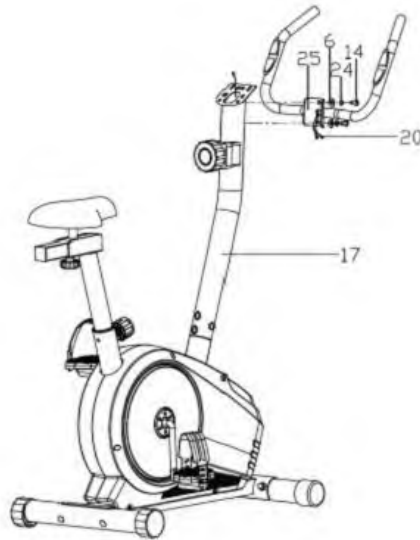
- Свържете удължителния проводник (13) със сензорния проводник (11).
- Поставете регулатора за обтягане на жилото (19) в пружинната кука на обтягащото жило (12) както е показано на схема А. След това издърпайте регулатора за обтягане на жилото (19) нагоре и го вкарайте в процеп на металната скоба на обтягащото жило (12).
- Проверете дали всички проводници са правилно свързани. След това фиксирайте стойката на кормилото (17) към стойката на основната рамка (1) с помощта на болтовете с вътрешен шестостен (14) и дъговидните шайби (6).



СТЪПКА 5

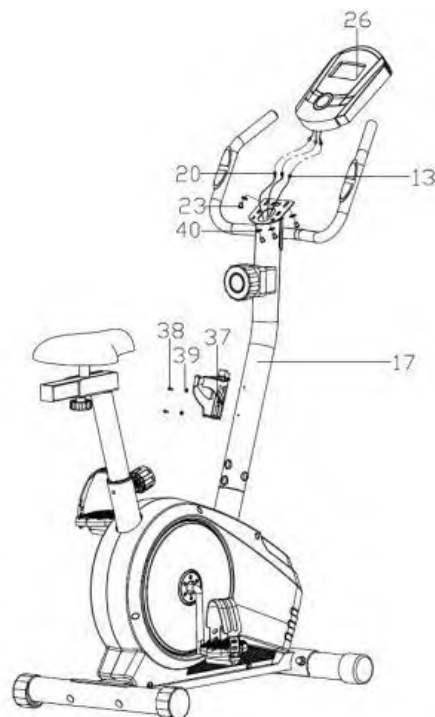
- Вкарайте проводниците за пулса (20) през отвора на стойката на кормилото (17) и ги издърпайте от горната страна на конзолата за компютъра.

- Прикрепете кормилото (25) към стойката на кормилото (17) и го закрепете с помощта на болтовете с вътрешен шестостен (14), осигурителните шайби (24) и дъговидните шайба (6).



СТЪПКА 6

- Свържете проводниците за пулса (20) и удължителния проводник (13) към проводниците които излизат от компютъра (26). След това прикрепете компютъра (26) към конзолата на стойката на кормилото (17). Затегнете плътно с винтовете с кръстата глава (23) и плоските шайби (40) както е показано по-долу.
- Прикрепете държача за бутилка (37) към стойката на кормилото (17) с помощта на винтовете с кръстата глава (38) и плоските шайби (39).



ИНСТРУКЦИИ ЗА УПОТРЕБА

Използването на този уред, може да ви осигури много предимства като подобряване на физическата форма, мускулен тонус, или загуба на тегло (в комбинация с контролирана диета).

ФАЗА НА ЗАГРЯВАНЕ

Тази фаза трябва да подготви тялото ви за тренировката и да предотврати нараняване на мускулите ви. Загрейте две или пет минути преди разтягане или аеробна тренировка. Извършваните дейности трябва да

ускорят сърдечната честота и да загреят мускулите ви. Можете да правите: бързо ходене, джогинг, скачане или тичане на място.

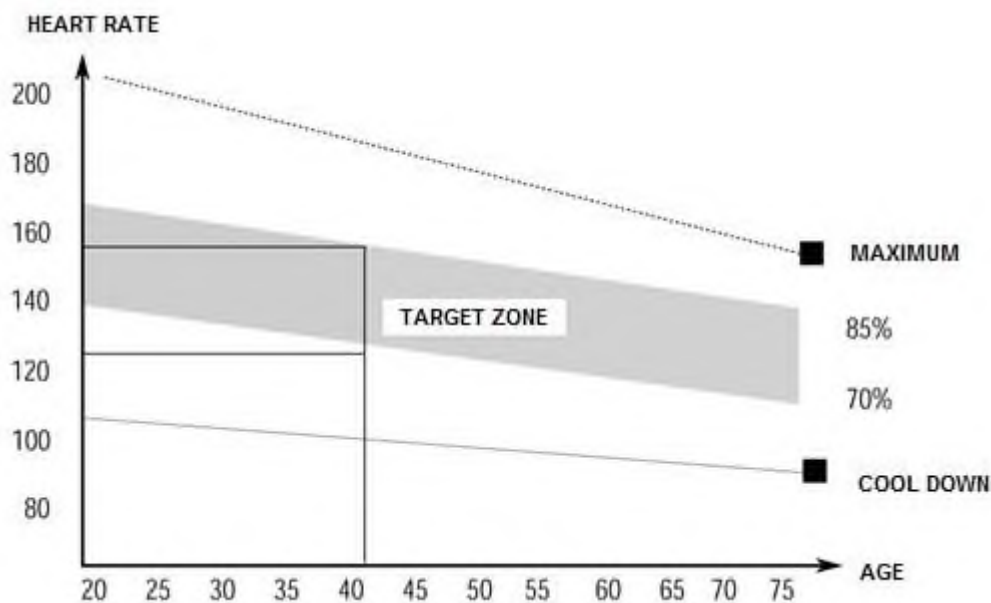
РАЗТЯГАНЕ

Разтягането е много важно, ако мускулите ви са били правилно загрети. Трябва да го повторите след аеробна тренировка. Повишената мускулна температура ви позволява да ги разтягате лесно с намален риск от нараняване. Разтягайте се за 15-30 секунди и не подскачайте. Консултирайте се с личния си лекар, преди да започнете каквато и да е тренировъчна програма.

	Странични навеждания
	Навеждания напред
	Разтягане на външната част на бедрото
	Разтягане на вътрешната част на бедрото
	Разтягане на прасците / ахилесовите сухожилия

ФАЗА НА ТРЕНИРОВКАТА

Това е етапът, в който трябва да положите усилия. След редовна употреба, мускулите на краката ви трябва да станат по – гъвкави. Работете със собствено темпо и не забравяйте да поддържате постоянно темпо през цялото време. Скоростта на работа трябва да е достатъчна, за да увеличи сърдечния ритъм в целевата зона както е показано по-долу.



ФАЗА НА ОХЛАЖДАНЕ

Целта на тази фаза е да върнете тялото си в нормално състояние. Това е като състояние на почивка в края на всяка тренировка. Правилната фаза на охлаждане, понижава сърдечната честота и позволява на кръвта ви да циркулира непрекъснато.

ТРЕНИРОВЪЧЕН КОМПЮТЪР

TIME (ВРЕМЕ)	00:00 - 99:59 min:sec.
SPEED (СКОРОСТ)	0.0 - 999.9 km/h (или mph)
DISTANCE (РАЗСТОЯНИЕ)	0.00 - 99.99 km (или ml)
CALORIES (КАЛОРИИ)	0.0 - 999.9 kcal
ODOMETER (ОДОМЕТЪР) (ако е наличен)	0.00 - 99.99 km (или ml)
PULSE (ПУЛС) (ако е наличен)	40 – 200 bpm

КЛЮЧОВИ ФУНКЦИИ

MODE/SELECT (РЕЖИМ/ИЗБОР)	<ul style="list-style-type: none"> За да изберете желаната функция. Задръжте го за 4 секунди за да нулирате всички стойности на функциите (без ОДОМЕТЪРА) до 0.
SET (НАСТРОЙКИ) (ако е наличен)	<ul style="list-style-type: none"> За избор на целевата стойност с помощта на ключа (без ОДОМЕТЪРА).
RESET/CLEAR (НУЛИРАНЕ/ИЗЧИСТВАНЕ) (ако е наличен)	<ul style="list-style-type: none"> За нулиране на стойността (без ОДОМЕТЪРА)

Авто ON/OFF: Мониторът се изключва автоматично, ако няма входен сигнал в рамките на 4 минути. Натиснете произволен бутон, или започнете тренировка, за да го събудите.

ФУНКЦИИ

TIME (TMR) (ВРЕМЕ)	Автоматично запомняне на времето за тренировка по време на тренировка.
SPEED (SPD) (СКОРОСТ)	Показване на текущата скорост.
DISTANCE (DST) (ДИСТАНЦИЯ)	Натрупано разстояние по време на тренировка.
CALORIES (CAL) (КАЛОРИИ)	Брой консумирани калории по време на тренировка.

ODOMETER (TOTAL) (ОДОМЕТЪР)	Ако е налична. Показва общото разстояние на тренировката. Ако сигналът дойде, той започва да отброява от първоначалните данни. Одометърът не може да бъде нулиран с никакъв ключ. Можете да го нулирате само докато смените батериите.
PULSE (PUL) (ПУЛС)	Ако е налична. Показва сърдечната честота на потребителя за минута по време на тренировка. Трябва да хванете сензорите с двете ръце.
SCAN (СКАНИРАНЕ НА ВСИЧКИ ФУНКЦИИ)	Автоматично сканиране на всички функции; време, скорост (ако е наличен), разстояние, калории, пулс (ако е наличен), одометър (ако е наличен)

БАТЕРИИ

Ако мониторът не работи правилно, опитайте да смените батериите, за да го поправите. Използвайте две батерии AA, една батерия AAA, или една батерия с бутон 1.5 V. Можете да ги замените едновременно.

ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ И РЕКЛАМАЦИИ

Общи разпоредби и определения:

Тези гаранционни условия и процедурата за рекламации регламентират условията и обхвата на предоставената от продавача гаранция за стоките, доставени на купувача, както и процедурата за уреждане на претенциите за рекламация, направени от купувача за доставените стоки. Гаранционните условия и Процедурата за подаване на рекламации се уреждат от съответните разпоредби на Закона за защита на потребителите и др.

Продавачът е Саксо ООД, със седалище - адрес България, гр.Русе, ул.Сакар планина 1, вписано в търговския регистър.

Условия:

1. Тази гаранция се отнася за дефекти, възникнали в процеса на нормална експлоатация по време на гаранционния период.
2. При предявяване на рекламация, клиентът трябва да представи касов бон или фактура за направената покупка.
3. Ремонт на повреден уред се извършва във фирмен сервиз или друг оторизиран такъв, като клиентът доставя продукта до сервиза. Рекламации могат да се предявяват и във всеки един от търговските обекти на фирма Саксо ООД, в рамките на работното време. Връщане на стока е възможно единствено в магазина, от който е закупена. Адрес, работно време и телефон за контакт за съответния град можете да видите тук: <https://www.yako.bg/contact> . Сервиз фитнес уреди на тел. 0894/ 496 072
4. Гаранционното обслужване се извършва само, когато изделията са в оригинална опаковка и пълна окомплектовка. Продуктите се пращат към сервизните бази на фирмата. При гаранционни претенции от страна на купувача, сервизът е длъжен да отремонтира стоката в рамките на 25 работни дни. Ако това е невъзможно, уредът се заменя с нов от същия модел или с друг подобен модел. Ако и това е невъзможно се възстановява платената сума от клиента.
5. Рекламация за липсващи компоненти се признава само по време на монтажа от техник на фирмата или при покупката.
6. Продавачът носи отговорност за липсата на съответствие на стоката към датата на продажба съгласно ЗЗП независимо от гаранцията.

Гаранцията не се признава в следните случаи:

- Неспазване на указанията за експлоатация и съхранение посочени в съпровождащата документация;
- Повреди, настъпили при транспортиране, при механични увреждания на корпуса или дисплея;
- Опит за отстраняване на дефекта от неупълномощени от фирмата лица;
- Повреди, настъпили вследствие на природни бедствия (гръмотевици, наводнения, земетресения, пожари и др.), от токови удари, от попадането на течности и инсекти в изделието, влажна среда и др.

- Неподлежащи на безплатно гаранционно обслужване са: скърцане, разхлабени връзки вследствие на експлоатацията, козметични части и части отделящи се от основното тяло на уреда, пластмасови декорации, гумени уплътнения, ремъци, лагери и втулки с ограничен сервизен живот, батерии, консумативи и външни захранвания.
- За правилното функциониране на уредите, спазвайте редовно указанията за експлоатация, които ще намерите на следния адрес:

<https://www.yako.bg/гаранция-и-рекламация>



Офис: Русе, ул."ТЕЦ Изток" 20

E-mail: office@yako.bg

Телефон: 0894 566 060

Web: www.yako.bg

www.insportline.bg