



РЪКОВОДСТВО ЗА ПОТРЕБИТЕЛЯ – EN

IN 22337 Регулируема лежанка inSPORTline AB055



СЪДЪРЖАНИЕ

ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ	3
ОПИСАНИЕ НА ПРОДУКТА	4
СПИСЪК С ЧАСТИ.....	4
МОНТАЖ.....	6
ПОЗИЦИИ НА ПЕЙКА	9
РЕГУЛИРАНЕ НА ПОЗИЦИЯТА НА СЕДАЛКАТА	9
РЕГУЛИРАНЕ НА ПОЗИЦИЯТА НА РАМКата НА КРАКАТА	10
РЕГУЛИРАНЕ НА ПОЗИЦИЯТА НА ОБЛЕГАЛКАТА.....	10
ПОДДРЪЖКА	10
ИНСТРУКЦИИ ЗА УПРАЖНЕНИЕТО.....	10
ЗАЩИТА НА ОКОЛНАТА СРЕДА.....	12
ГАРАНЦИОННИ ПРАВИЛА И УСЛОВИЯ, ГАРАНЦИОННИ ИСКИ.....	12

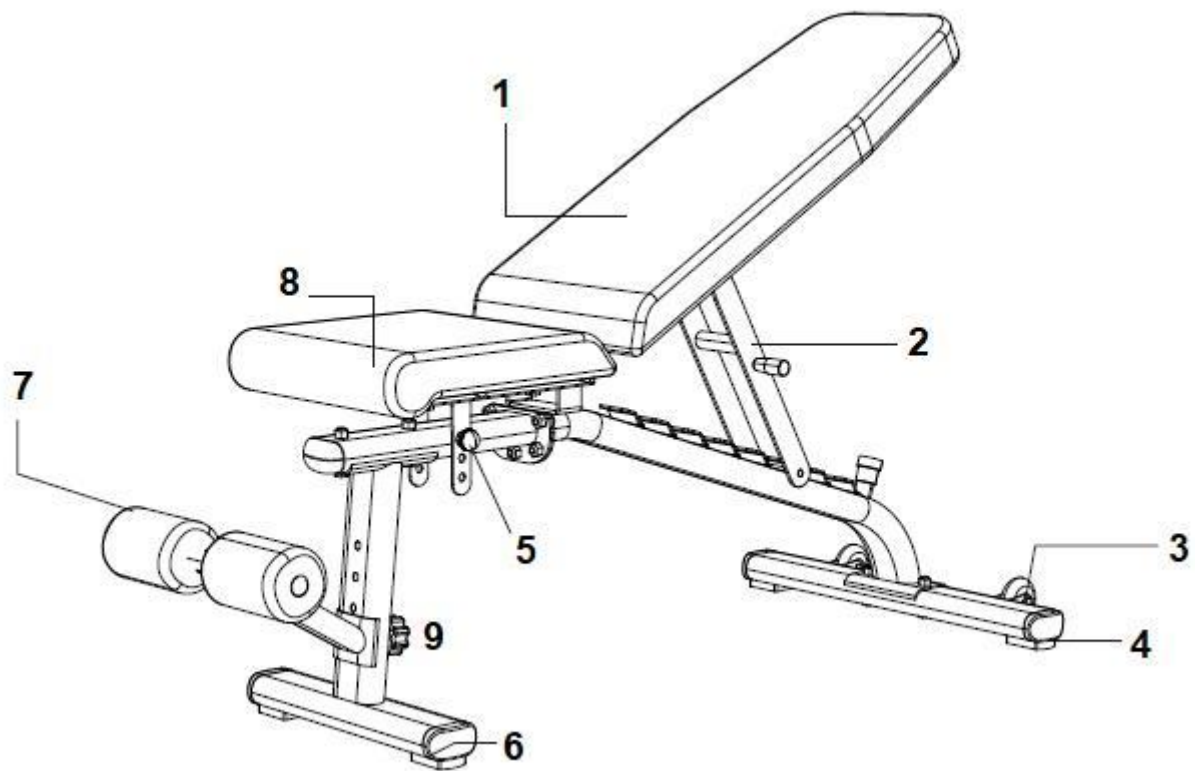
ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- Преди употреба и сглобяване прочетете ръководството и го запазете за бъдещи справки.
- Да се пази от деца и домашни любимци.
- Само за един човек наведнъж.
- Ако почувствате гадене, болка в гърдите или други необичайни физически симптоми, незабавно спрете да тренирате.
- Дръжте крайниците далеч от движещи се части.
- Поставете машината върху равна, твърда и чиста повърхност.
- Винаги носете подходящо спортно облекло и обувки, не носете широки дрехи или бижута.
- Използвайте само за целите, за които машината е сглобена.
- Не правете неоторизирани модификации.
- Отстранете всички остри предмети около устройството по време на употреба.
- За безопасност оставете поне 0,6 m свободно пространство около устройството.
- Хора с ограничени умствени или физически способности не трябва да използват машината.
- Винаги загрявайте мускулите си преди тренировка.
- Ако по машината се появят остри ръбове, незабавно спрете да я използвате.
- Не поставяйте остри предмети върху устройството. Регулируемите части не трябва да пречат на движението на потребителя.
- Проверявайте машината преди всяка употреба; уверете се, че всички връзки са здраво закрепени.
- Ограничение за максимално тегло: Равен: 250 кг

Наклон: 200 кг

- категория: Н за домашна употреба
- **ВНИМАНИЕ:** Преди да започнете каквато и да е тренировъчна програма, консултирайте се с Вашия лекар. Това е особено важно за хора с предшестващи здравословни проблеми. Продавачът не поема отговорност за лични наранявания или имуществени щети, причинени от или чрез използването на този продукт.

ОПИСАНИЕ НА ПРОДУКТА

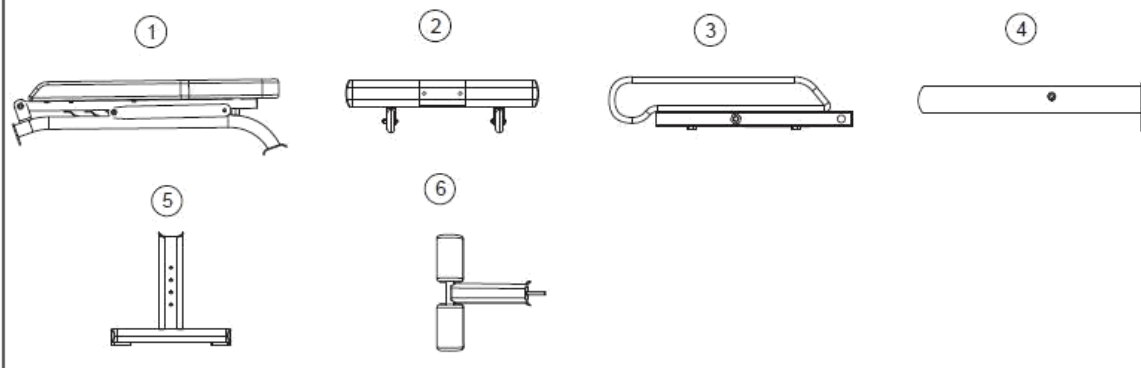


- 1.Облегалка
- 2.Регулируема рамка
- 3.Колела
- 4.Заден стабилизатор
- 5.Регулиране на седалката
- 6.Преден стабилизатор
- 7.Бар за крака
- 8.Седалка
- 9.Копче за регулиране на лентата за краката

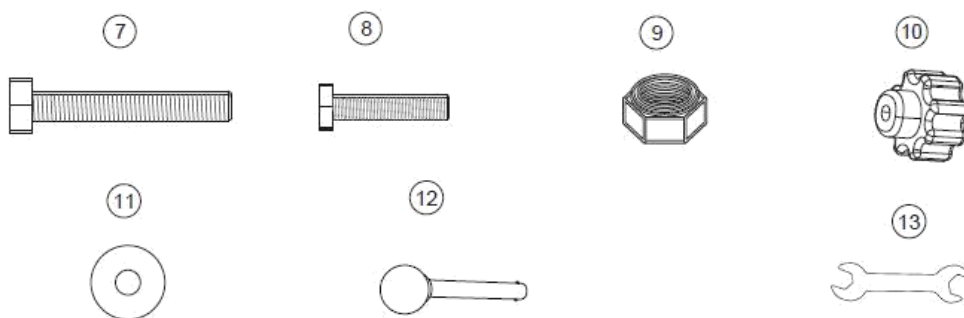
СПИСЪК С ЧАСТИ

№.	Име	Кол.	№.	Име	Кол.
1.	Облегалка	1	9.	гайка	9
2.	Заден стабилизатор	1	10.	Ръчно копче	1
3.	Седалка	1	11.	Шайба	1
4.	Преден стабилизатор	1	12.	Щифт за регулиране на облегалката	1
5.	Стабилизатор на предната рамка	1	13.	Гаечен ключ	2
6.	Бар за крака	1	14.	Защитен щифт на облегалката	1
7.	Болт М10 – дълъг	4	15.	гайка	1
8.	Болт М10 – къс	5			

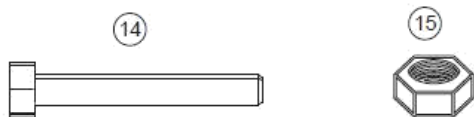
Main Part



Tool Kit



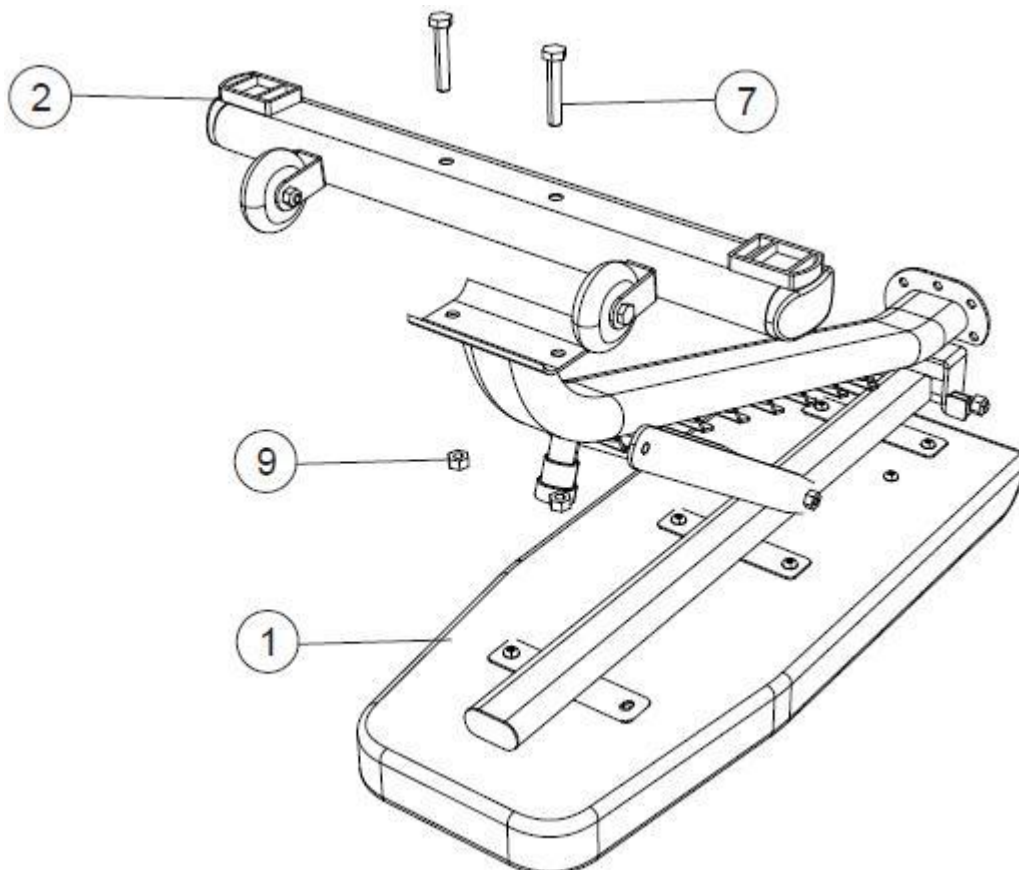
Attached on ① Frame assy



МОНТАЖ

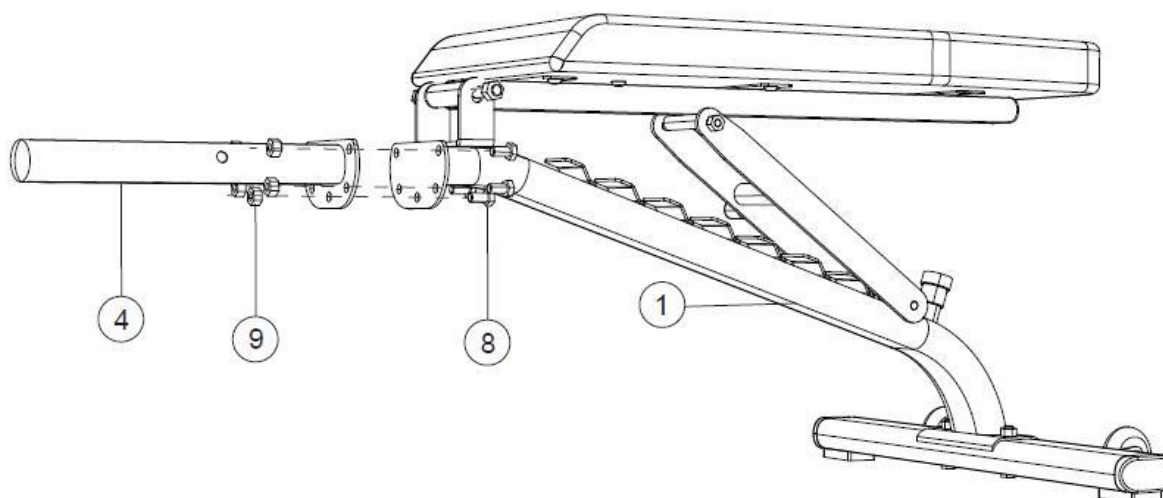
ЕТАП 1

Завъртете основната рамка (1) и закрепете задния стабилизатор (2) към основната рамка (1) с два болта (7) и две гайки (9).



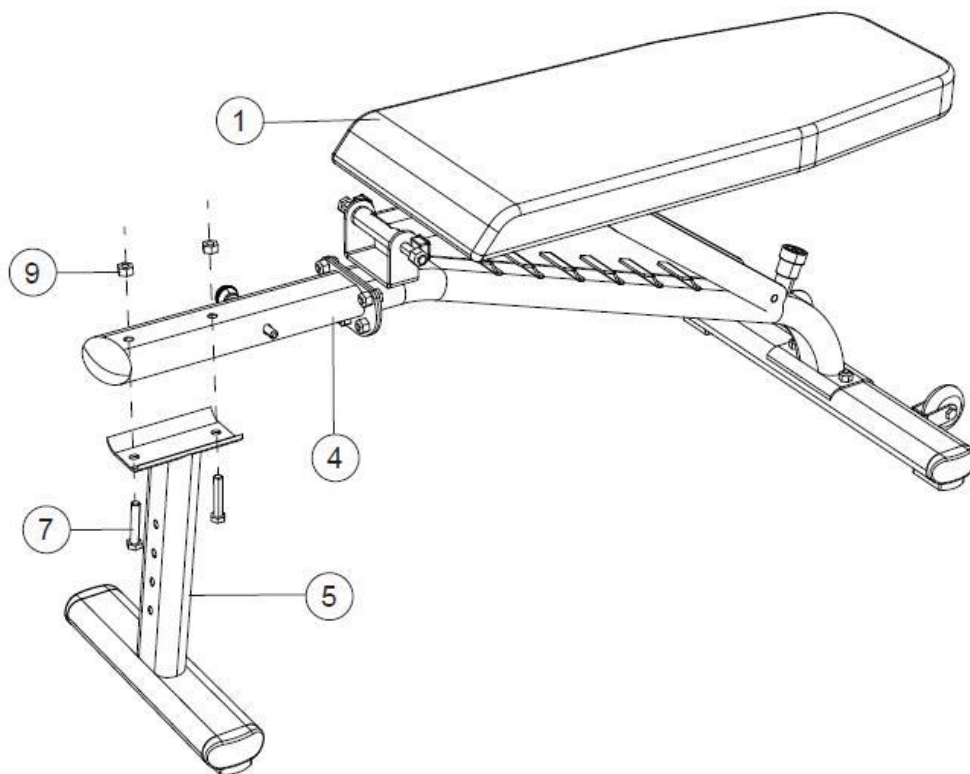
СТЪПКА 2

Завъртете назад основната рамка (1) и прикрепете предната стабилизираща рамка (4) към основната рамка (1) с пет болта (8) и пет гайки (9).



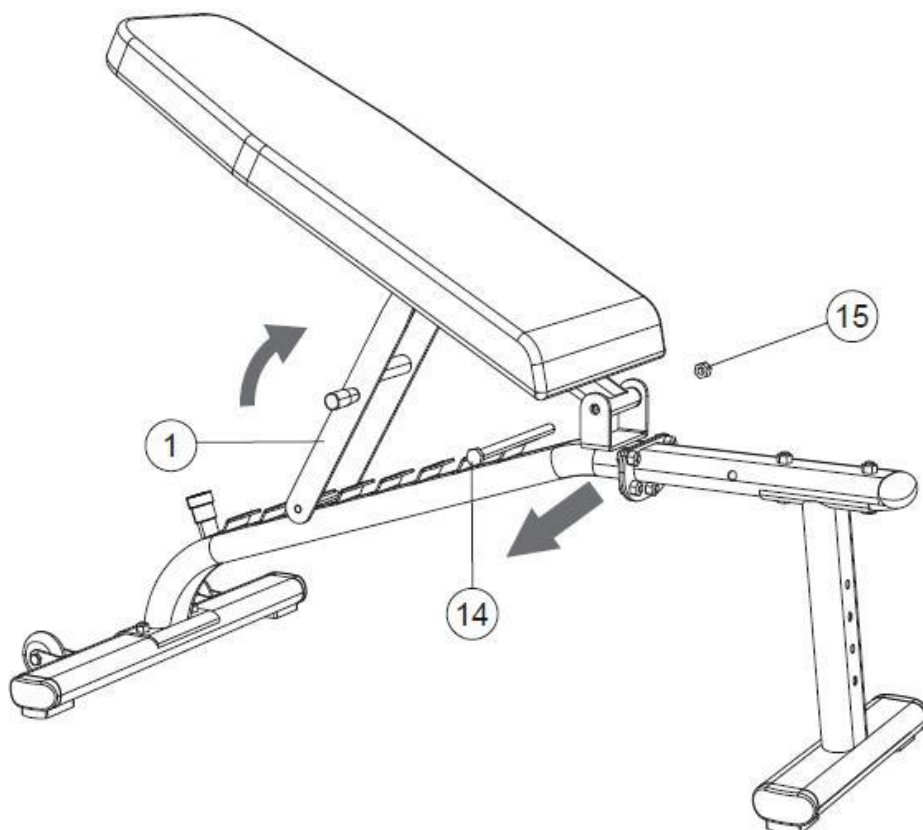
СТЪПКА 3

Прикрепете предния стабилизатор (5) към рамката на предния стабилизатор (4) с два болта (7) и две гайки (9).



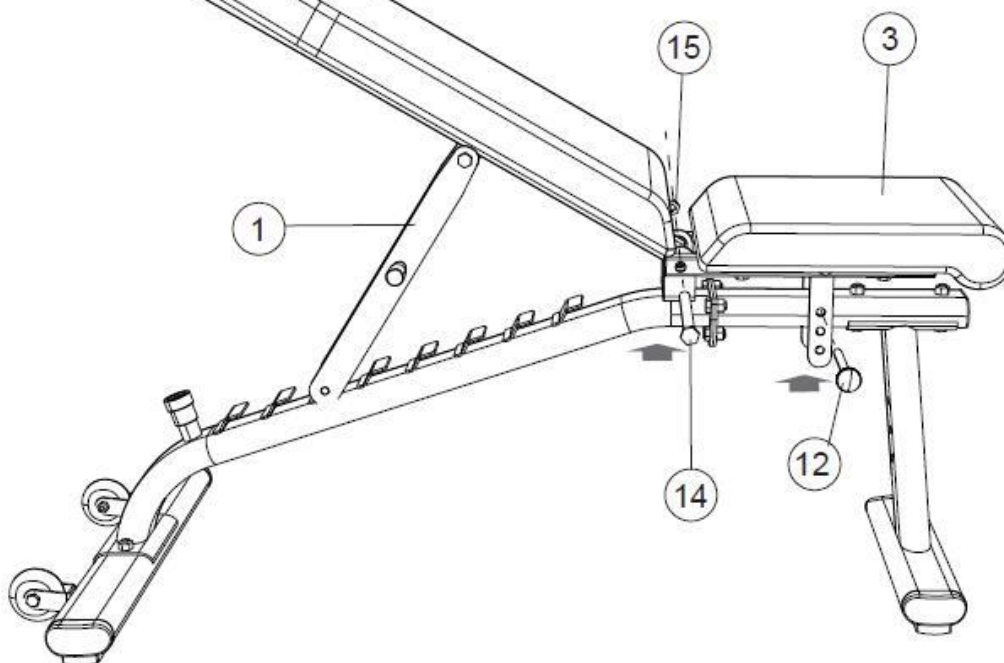
СТЪПКА 4

Регулирайте облегалката на трето ниво, разхлабете гайката (15) и издърпайте щифта (14).



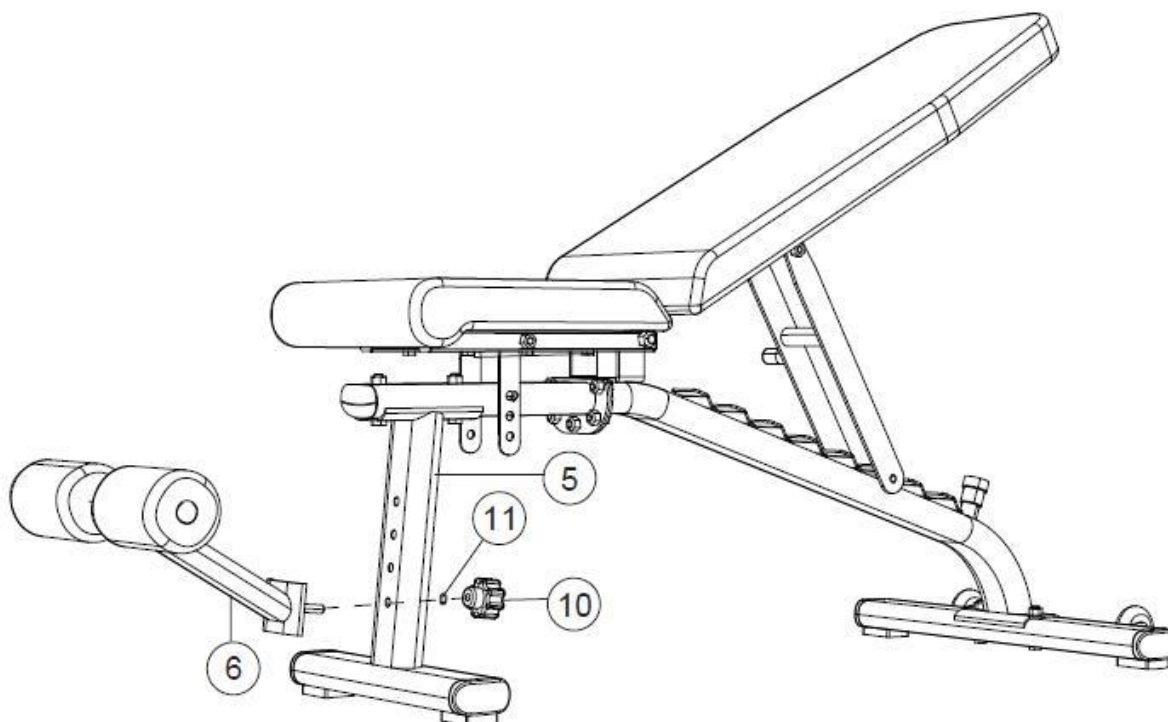
СТЪПКА 5

Подравнете отворите на облегалката и седалката (3) и след това прикрепете отново щифта (14) и гайката (15).



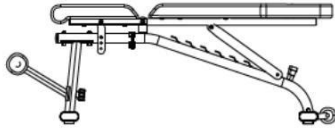
СТЪПКА 6

Прикрепете щангата за крака (6) към предния стабилизатор (5) с шайба (11) и копче за ръка (10).

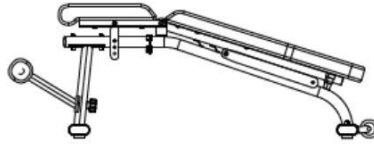


ПОЗИЦИИ НА ПЕЙКА

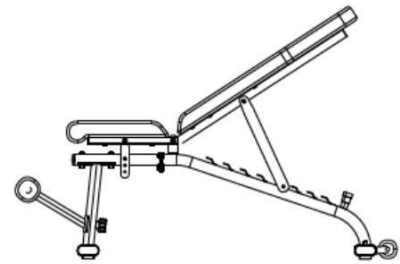
Хоризонтална



Надолу

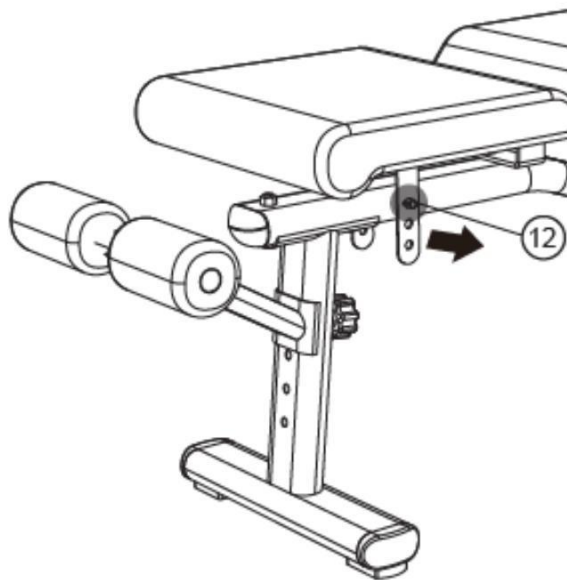


Нагоре

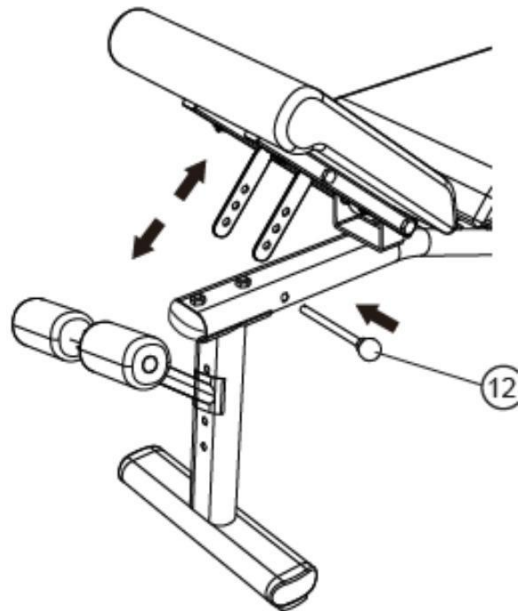


РЕГУЛИРАНЕ НА ПОЗИЦИЯТА НА СЕДАЛКАТА

Издърпайте щифта (12)

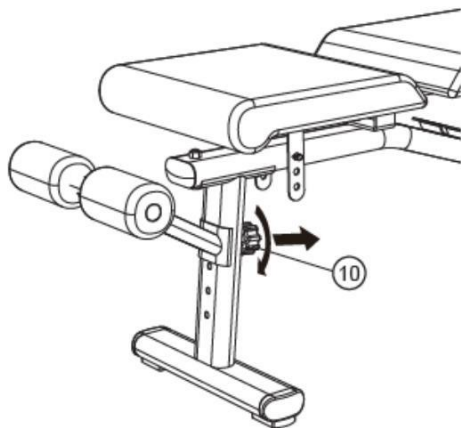


Поставете желаната позиция и след това сменете щифта (12)

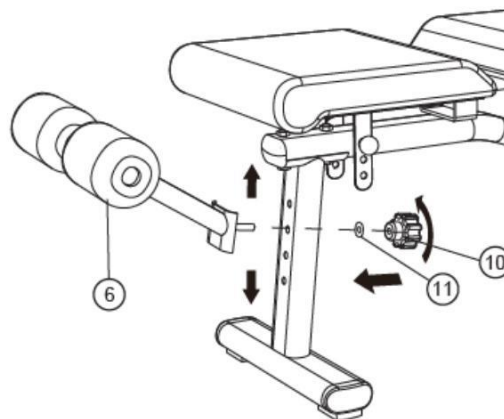


РЕГУЛИРАНЕ НА ПОЗИЦИЈАТА НА РАМКАТА НА КРАКАТА

Свалете ръкохватката (10).

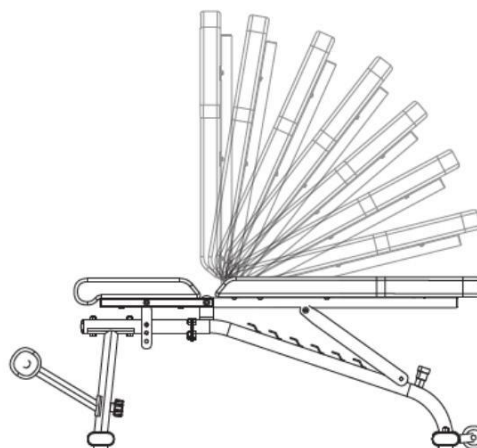
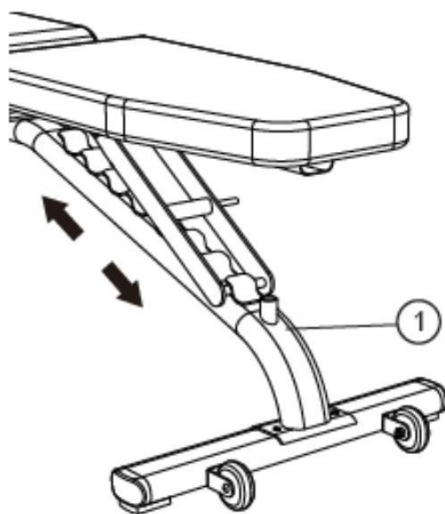


Задайте желаната позиция на рамката (6) и след това прикрепете отново копчето (10) и шайбата (11).



РЕГУЛИРАНЕ НА ПОЗИЦИЈАТА НА ОБЛЕГАЛКАТА

Регулирайте позицията на облегалката според вашите предпочитания.



ПОДДРЪЖКА

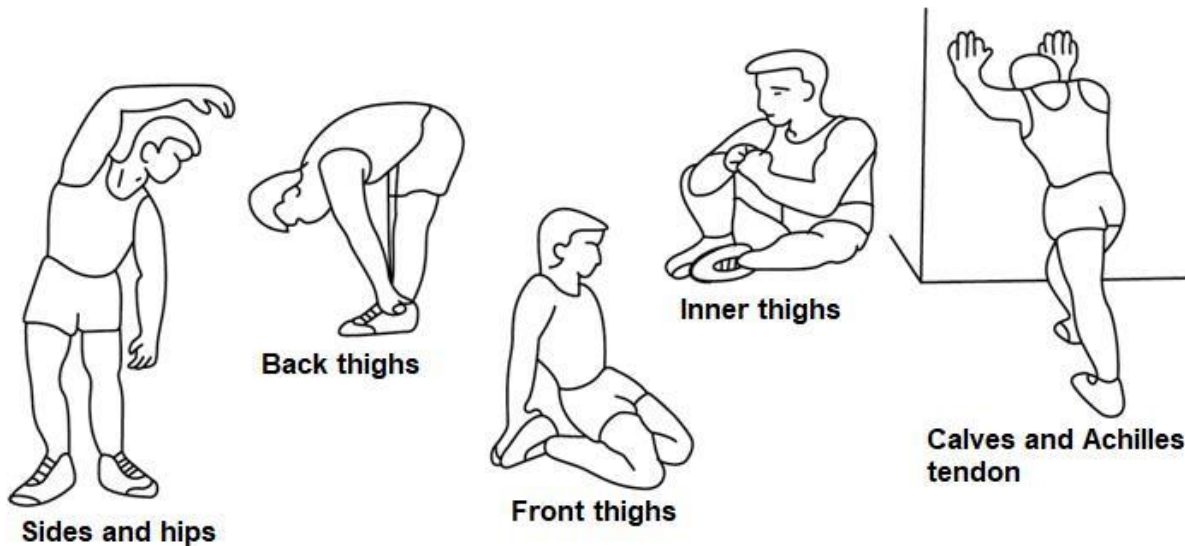
- Редовно смазвайте всички движещи се части.
- Проверете и затегнете всички връзки.
- Почиствайте уреда с влажна кърпа и неагресивен почистващ препарат.
- Редовно проверявайте устройството за признаци на износване или повреда.
- Незабавно сменете износените или повредени части.

ИНСТРУКЦИИ ЗА УПРАЖНЕНИЕ

Упражненията са полезни за здравето, подобряват физическото състояние, оформят мускулите и в комбинация с калорийно балансирана диета водят до загуба на тегло.

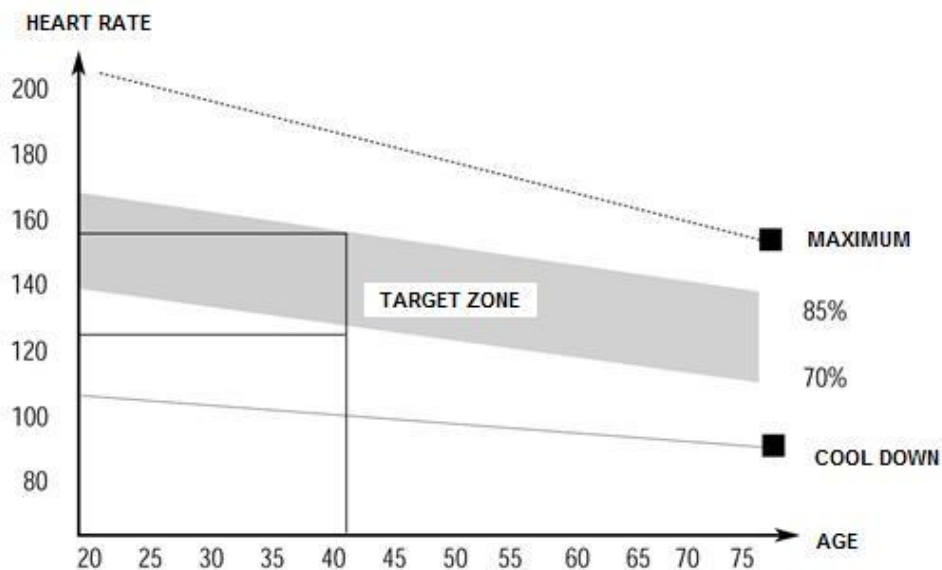
1. ЗАГРЯВАЙТЕ

Тази фаза служи за подобряване на кръвообращението на цялото тяло и за загряване на мускулите, за намаляване на риска от конвулсии и мускулни наранявания. Препоръчваме да изпълнявате упражненията за разтягане по-долу. При влачене останете в крайно положение около 30 секунди, не правете резки движения и не вибрирайте.



2. УПРАЖНЕНИЕ

Тази фаза е най-натоварващата физически част. Редовните упражнения укрепват мускулите. Можете сами да определите темпото, но е много важно то да е еднакво през цялото упражнение. Сърдечната честота трябва да е в целевата зона (вижте фигурата по-долу).



Тази фаза трябва да продължи поне 12 минути. Повечето хора правят упражнения за 15-20 минути.

3. ОХЛАЖДАНЕ

Тази фаза служи за успокояване на сърдечно-съдовата система и отпускане на мускулите. Трябва да отнеме около 5 минути. Можете да повторите упражненията за загряване или да продължите да тренирате с по-бавно темпо. Разтягането на мускулите след тренировка е изключително важно – трябва да избягвате резки движения и вибрации.

С подобрена физическа форма можете да удължите и увеличите интензивността на упражненията. Тренирайте редовно, поне три пъти седмично.

11

За оформяне на мускулите е важно да зададете високо натоварване. Мускулите ще бъдат по-натоварени, което може да доведе до това, че няма да можете да тренирате толкова дълго, колкото обикновено. Ако в същото време се опитвате да подобрите състоянието си, трябва да коригирате тренировките си. Упражнявайте по обичайния начин по време на загряването и финалните етапи на тренировката, но увеличете съпротивлението на уреда в края на упражнението. Може да се наложи да намалите скоростта, за да поддържате сърдечната честота в целевата зона.

ОТСЛАБВАНЕ

Броят на изгорените калории зависи от продължителността и интензивността на упражнението. Същността е същата като при фитнес упражненията, но целта е друга.

ЗАЩИТА НА ОКОЛНАТА СРЕДА

След изтичане на срока на експлоатация на продукта или ако евентуалният ремонт е нерентабилен, изхвърлете го в съответствие с местните закони и щадящи околната среда в най-близкия пункт за скрап.

Чрез правилно изхвърляне ще защитите околната среда и природните източници. Освен това можете да помогнете за опазването на човешкото здраве. Ако не сте сигурни в правилното изхвърляне, помолете местните власти да избегнат нарушаване на закона или санкции.

Не изхвърляйте батериите сред домашните отпадъци, а ги предайте на мястото за рециклиране.

ГАРАНЦИОННИ СРОКИ И УСЛОВИЯ, ГАРАНЦИОННИ ИСКИ

Общи гаранционни условия и дефиниция на термини

Всички гаранционни условия, посочени тук, определят гаранционното покритие и процедурата за гаранционни рекламации. Условията за гаранция и гаранционните претенции се уреждат от Закон № 89/2012 Coll. Граждански кодекс и Закон № 634/1992 Coll., Защита на потребителите, както е изменен, също и в случаите, които не са посочени в тези гаранционни правила.

Продавачът е SEVEN SPORT sro със седалище на улица Strakonická 1151/2c, Прага 150 00, Регистрационен номер на дружеството: 26847264, регистрирано в Търговския регистър към Окръжния съд в Прага, секция С, вписване № 116888.

Според действащите законови разпоредби зависи дали Купувачът е Краен клиент или не.

„Купувачът, който е Краен клиент“ или просто „Краен клиент“ е юридическото лице, което не сключва и изпълнява Договора, за да управлява или насърчава собствената си търговска или бизнес дейност.

„Купувачът, който не е Краен клиент“ е Бизнесмен, който купува Стоки или използва услуги с цел използване на Стоките или услугите за свои собствени бизнес дейности. Купувачът спазва Общия договор за покупка и търговските условия.

Тези гаранционни условия и гаранционни претенции са неразделна част от всеки договор за покупка, сключен между Продавача и Купувача. Всички Гаранционни условия са валидни и обвързващи, освен ако не е посочено друго в Договора за покупка, в Изменението към този Договор или в друго писмено споразумение.

Гаранционни условия

Гаранционен срок

Продавачът предоставя на Купувача 24 месеца гаранция за качеството на стоките, освен ако не е посочено друго в гаранционния сертификат, фактурата, разписката за доставка или други

документи, свързани със стоките. Законовият гаранционен срок, предоставен на Потребителя, не е засегнат.

С Гаранцията за качество на стоките Продавачът гарантира, че доставените Стоки ще бъдат за определен период от време годни за редовна или договорена употреба и че Стоките ще поддържат обичайните си или договорени характеристики.

Гаранцията не покрива дефекти в резултат на (ако е приложимо):

- Грешка на потребителя, т.е. повреда на продукта, причинена от неквалифициран ремонт, неправилно сглобяване, недостатъчно вмъкване на колчето на седалката в рамката, недостатъчно затягане на педалите и манивелите

- Неправилна поддръжка
- Механични повреди
- Редовна употреба (напр. износване на гумени и пластмасови части, движещи се механизми, стави, износване на спирачни накладки/блокове, верига, гуми, касета/мултиколело и др.)
- Неизбежно събитие, природно бедствие
- Корекциите са направени от неквалифицирано лице
- Неправилна поддръжка, неправилно поставяне, повреди, причинени от ниска или висока температура, вода, неподходящо налягане, удари, умишлени промени в дизайна или конструкцията и др.

Процедура за рекламация на гаранция

Купувачът е длъжен да провери доставената от Продавача Стока веднага след поемане на отговорността за Стоката и щетите по нея, т.е. веднага след доставката ѝ. Купувачът трябва да провери Стоките, така че да открие всички дефекти, които могат да бъдат открити при такава проверка.

При предявяване на гаранционна рекламация Купувачът е длъжен, по искане на Продавача, да докаже покупката и валидността на рекламацията чрез фактура или разписка за доставка, която включва серийния номер на продукта, или евентуално чрез документите без сериен номер. Ако Купувачът не докаже основателността на гаранционната претенция с тези документи, Продавачът има право да отхвърли гаранционната претенция.

Ако Купувачът уведоми за дефект, който не се покрива от Гаранцията (напр. в случай, че Гаранционните условия не са изпълнени или в случай на докладване на дефекта по погрешка и т.н.), Продавачът има право да изиска обезщетение за всички разходи, произтичащи от ремонта. Стойността се калкулира съгласно действащия ценоразпис на услугите и транспортните разходи.

Ако Продавачът установи (чрез тестване), че продуктът не е повреден, претенцията за гаранция не се приема.

Продавачът си запазва правото да поиска обезщетение за разходи, произтичащи от фалшива гаранционна рекламация.

В случай, че Купувачът предяви рекламацията относно Стоките, която е законно покрита от Гаранцията, предоставена от Продавача, Продавачът ще отстрани докладваните дефекти чрез ремонт или замяна на повредената част или продукт с нов. Въз основа на съгласието на Купувача, Продавачът има право да замени дефектните Стоки за напълно съвместими Стоки със същите или по-добри технически характеристики. Продавачът има право да избере формата на процедурите за гаранционни рекламации, описани в този параграф.

Продавачът ще уреди гаранционната претенция в рамките на 30 дни след доставката на дефектните Стоки, освен ако не е договорен по-дълъг срок. За ден на уреждане на гаранционната претенция се счита денят, в който ремонтираните или заменени Стоки са предадени на Купувача. Когато Продавачът не е в състояние да уреди гаранционната рекламация в рамките на договорения срок поради специфичния характер на дефекта на Стоката, той и Купувачът се споразумяват за алтернативно решение. В случай, че такова споразумение не бъде сключено, Продавачът е длъжен да предостави на Купувача финансова компенсация под формата на възстановяване на сумата.

CZ
SEVEN SPORT sro

Регистриран офис: Strakonická 1151/2c, Praha 5, 150 00, ČR
Седалище: Dělnická 957, Vítkov, 749 01
Гаранция и сервиз: Čermenská 486, Vítkov 749 01

CRN: 26847264
ДДС ID: CZ26847264

телефон:

+ 420 556 300 970

Електронна поща:

eshop@insportline.cz

reklamace@insportline.cz

servis@insportline.cz

Уеб:

www.inSPORTline.cz

SK

inSPORTline sro

Седалище, гаранционен и сервизен център: Električná 6471, Trenčín 911 01, SK

CRN: 36311723
ДДС ID: SK2020177082

телефон: + 421(0)326 526 701
Електронна поща: objednavky@insportline.sk
reklamacie@insportline.sk
servis@insportline.sk

Уеб: www.inSPORTline.sk