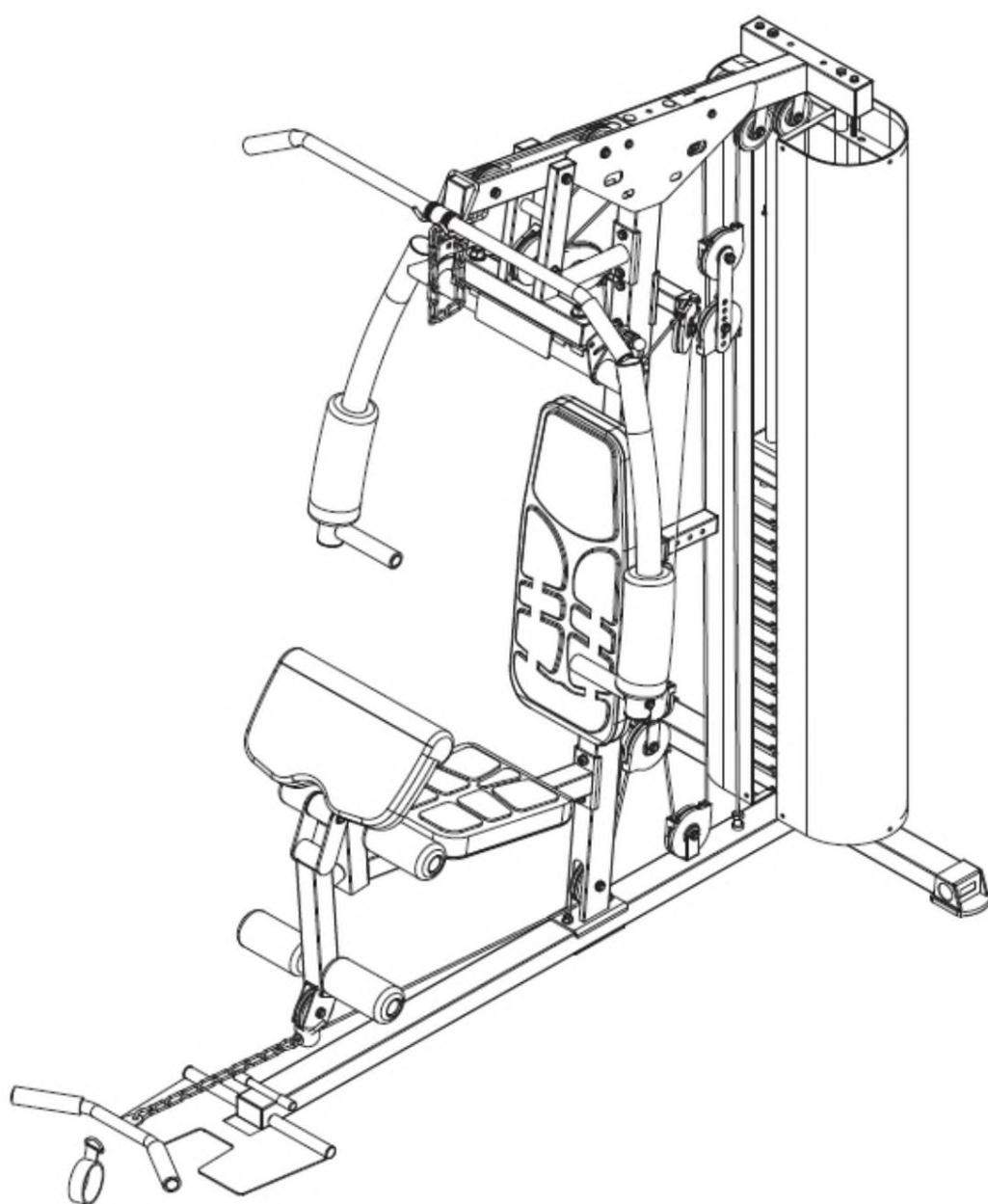




РЪКОВОДСТВО ЗА ПОТРЕБИТЕЛЯ – БГ

IN 25975 Фитенс гладиатор с тежести inSPORTline
ProfiGym C45



СЪДЪРЖАНИЕ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ЗА БЕЗОПАСНОСТ	3
СПИСЪК С ЧАСТИ	4
ЧЕРТЕЖ.....	7
СГЛОБЯВАНЕ.....	8
ИНСТРУКЦИИ ЗА УПРАЖНЕНИЕ	21
ПОДДРЪЖКА.....	22
ОПАЗВАНЕ НА ОКОЛНАТА СРЕДА.....	22
ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ	22

SevenSport sro си запазва правото да прави промени и подобрения на своя продукт без предварително уведомление. Посетете нашите уебсайтове www.yako.bg, www.insportline.bg, за най-новата версия на ръководството.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- Ръководството е за ефективна употреба на продукта. Моля, прочетете внимателно ръководството преди употреба и Запазете го за бъдещи справки.
- Бъдете особено внимателни по време на сглобяването, помолете друг възрастен за помощ.
- За да осигурите максимална безопасност, извършвайте редовни проверки за повреди или износване на части.
- Ако друго лице също ще използва устройството, е важно то да е запознато с всички инструкции, дадени в това ръководство.
- Само 1 човек може да тренира на устройството едновременно.
- Преди да използвате устройството, проверете дали всички винтове и гайки са правилно затегнати и всички съединения са в добро състояние.
- Преди да започнете упражнението, отстранете всички опасни предмети с остри ръбове от зоната около устройството.
- Използвайте устройството само ако е в перфектно състояние и напълно функционално.
- Повредените, износени или дефектни части трябва да бъдат сменени възможно най-скоро. Спрете да използвате уреда за тежести, докато не бъде напълно ремонтиран.
- Преди да позволите на дете да тренира на уреда, вземете предвид неговото психическо и физическо състояние. Децата могат да тренират само под наблюдението на възрастен, който ще следи за правилната употреба на уреда. Уредът за тежести не е играчка за деца.
- Около устройството трябва да има поне 0,6 м свободно пространство. Няма регулируема част
Устройствата не трябва да стърчат и да възпрепятстват движението на потребителя.
- Трябва да се осигури достатъчно свободно пространство около цялото устройство.
- Имайте предвид, че неправилно провежданите или прекомерните упражнения могат да доведат до увреждане на здравето.
- Преди употреба, продуктът трябва да бъде обезопасен срещу нежелано движение с помощта на регулируемите крачета.
- Поставете устройството върху равна повърхност и се уверете в неговата стабилност.
- Носете подходящи дрехи и обувки за упражнения. Не тренирайте с дрехи, които биха могли да се закачат в устройството. (напр. дрехи, които са твърде дълги и широки). Препоръчваме здрави спортни обувки с неплъзгащи се подметки.
- Консултирайте се с Вашия лекар, преди да започнете каквато и да е тренировъчна програма. Вашият лекар може разработете подходяща тренировъчна програма и препоръчайте подходяща диета.
- Сглобете продукта съгласно инструкциите в ръководството и използвайте само доставените оригинални части. Преди да започнете сглобяването, проверете дали всички части, изброени в списъка с части, са доставени.
- Поставете устройството върху суха и равна повърхност и го предпазете от влага. Като алтернатива, поставете противоплъзгаща се подложка под устройството, за да предотвратите повреда на повърхността под него.
- Трябва да се отбележи, че фитнес уредите и техните аксесоари не са предназначени за игра. Следователно, станцията за тежести може да се използва само от лица, запознати с правилната ѝ работа.
- Спрете незабавно да тренирате, ако започнете да се чувствате замаяни, да ви се гади или да имате болка в гърдите. или друго физическо състояние. Консултирайте се с Вашия лекар относно допълнителни упражнения.
- Избягвайте контакт със ставите по време на тренировка.
- Всички регулируеми части трябва да бъдат настроени в крайните си позиции.

- Не спортувайте веднага след хранене.
- Въжетата са консумативи. Ваша отговорност е да предотвратите неочаквани повреди.
 Проверките на въжетата трябва да се извършват ежедневно. Проверявайте всички въжета и найлоновите обвивки на всички въжета, както и зоната близо до края на всяко въже. Сменяйте незабавно всяко повредено или износено въже. Не позволявайте на машината да се използва, докато повредените или износените въжета не бъдат сменени. Използването или допускането на машината да се използва с повредено въже може да доведе до сериозни наранявания.
- Употреба: Н за домашна употреба
- Товароносимост: 120 кг

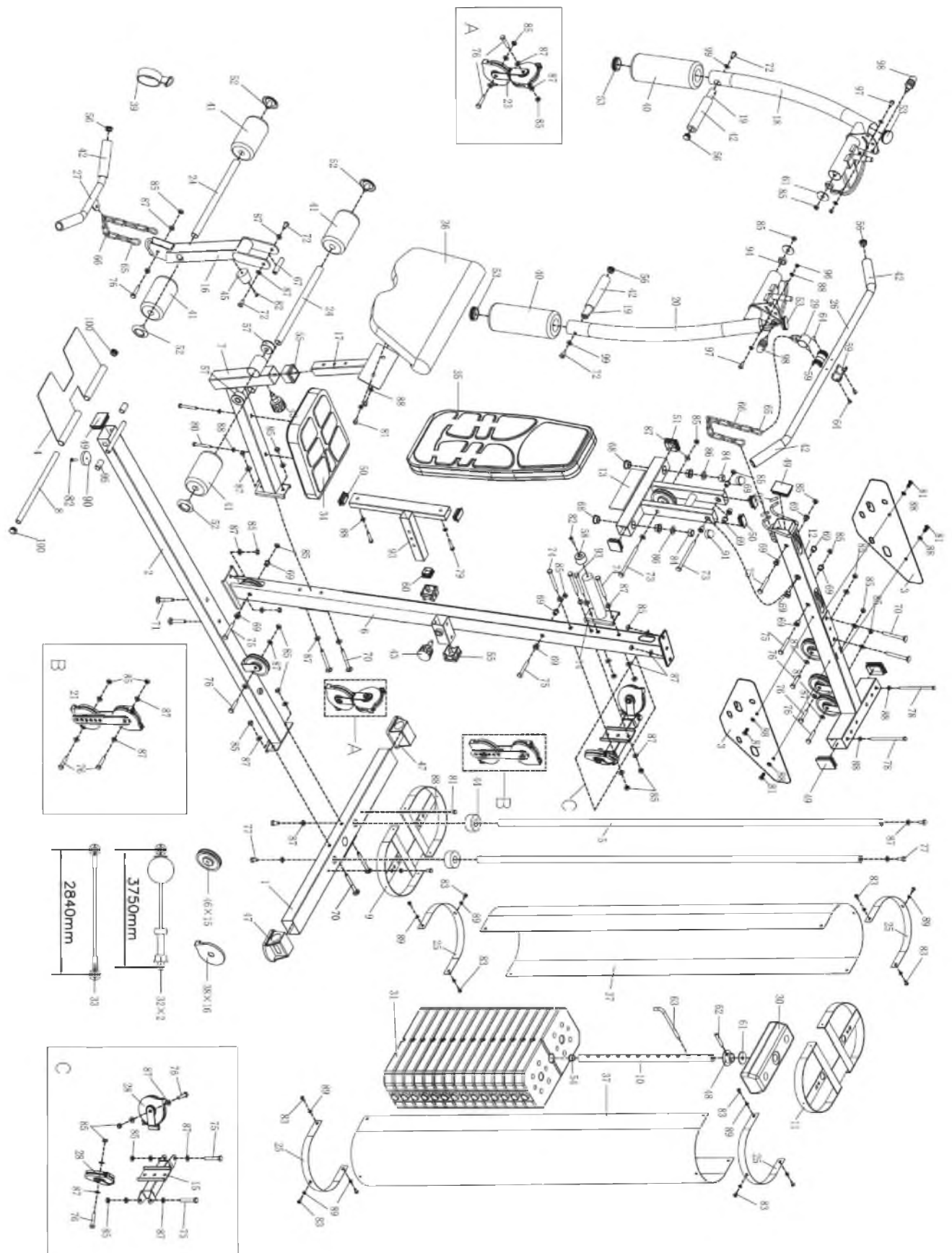
СПИСЪК С ЧАСТИ

		бр.
1	Основна задна рамка	1
2	Основна рамка	1
3	Декоративен капак	2
4	Стъпка	1
5	Водеща пръчка за тегло	2
6	Предна наклонена рамка	1
7	Рамка на седлото	1
8	Стъпкова ос	1
9	Рамка с по-ниско тегло	1
10	Регулируем прът	1
11	Горна рамка за тежести	1
12	Горна рамка	1
13	Рамка за лежанка	1
14	Рамка за граница	1
15	U-образна свързваща рамка	1
16	Рамка за сгъване на крака	1
17	Рамка за подлакътници	1
18	Рамка за упражнение „Пеперуда“ – дясна	1
19	Дръжки за лежанка	2
20	Рамка тип „пеперуда“ – лява	1
21	Свързваща плоча на ролката	2
22		
23	U-образна въртяща се скоба	1
24	Ролков лост от пяна за сгъване на крака	2
25	Монтажна плоча за капак	4
26	Щанга за укрепване на мускулите latissimus dorsi	1
27	Извит вал	1
28	U-образна скоба	2

29	Свързваща става за щанга за укрепване на мускулите на гърба	1
30	Горната част на тежестта	1
31	Тегло	11
32	Кабел (3750 мм)	2
33	Кабел (2840 мм)	1
34	Седалка	1
35	Облегалка	1
36	Подлакътник	1
37	Капак	2
38	Капак на ролката	16
39	Каишка	1
40	Валяк от пяна	2
41	Валяк от пяна	4
42	Дръжки	6
43	Ръчен винт	2
44	Спира теглото	2
45	Ограничител на рамката за сгъване на крака	1
46	макара	15
47	Покривало за крака	2
48	Кутия/	1
49	Край	4
50	Край	2
51	Край	2
52	Кръгла крайна капачка	4
53	Кръгла крайна капачка	6
54	Корица	1
55	Жилища	2
56	Кръгла крайна капачка	6
57	Калъф за машина за сгъване на крака	2
58	Спри	1
59	Капак на задната лента	4
60	Край	1
61	Шайба Ф45хФ13	1
62	Щифт С10х55	1
63	L-образен щифт за избор на натоварване	1
64	Нитове	4
65	Карабина	4
66	Верига	2

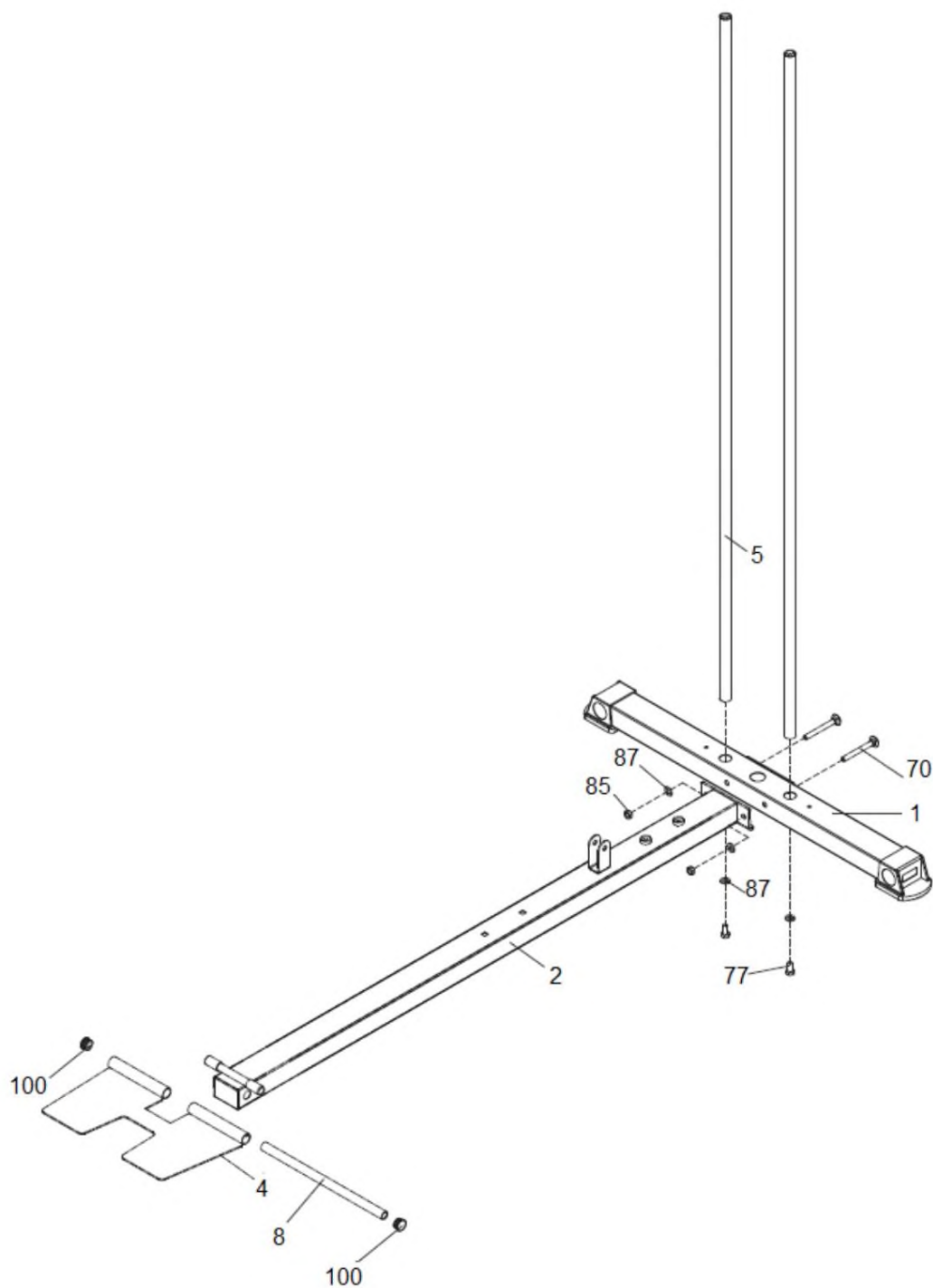
67	Ос Ф16х71	1
68	Капак на ролката	4
69	Болт с	18
70	квадратна шийка М10*90 на капака на ролката	6
71	Болт с квадратна шийка М10*70	2
72	Винт с шестостенен шестостен М10*20	4
73	Шестостенен болт М10*135	2
74	Шестостенен болт М10*90	4
75	Шестостенен болт М10*65	3
76	Шестостенен болт М10*45	11
77	Шестостенен болт М10*20	4
78	Шестостенен болт М8*150	2
79	Шестостенен болт М8*40	2
80	Шестостенен болт М8*65	2
81	Шестостенен болт М8*15	6
82	Винт М6*20	3
83	Винт М6*20	12
84	Найлонова гайка М16	2
85	Найлонова гайка М10	28
86	Плоска шайба Ф16	2
87	Плоска шайба Ф10	46
88	Плоска шайба Ф8	14
89	Плоска шайба Ф6	12
90	Г умена п одложка	1
91	Капак на гайката (М16)	2
92	PVC капак	2
93	Регулируема рамка на облегалката	1
94	Разделител	2
95	PVC капак	2
96	Найлонова гайка (М8)	2
97	Винт (М8*25)	2
98	Ръчен винт	2
99	Извита шайба Ф10	2
100	Крайна капачка	2
	Ключ 14# / 17#	1
	Специален ключ	1
	Шестоъгълен ключ 6#	2
	Ключ 17# / 19#	1

ЧЕРТЕЖ

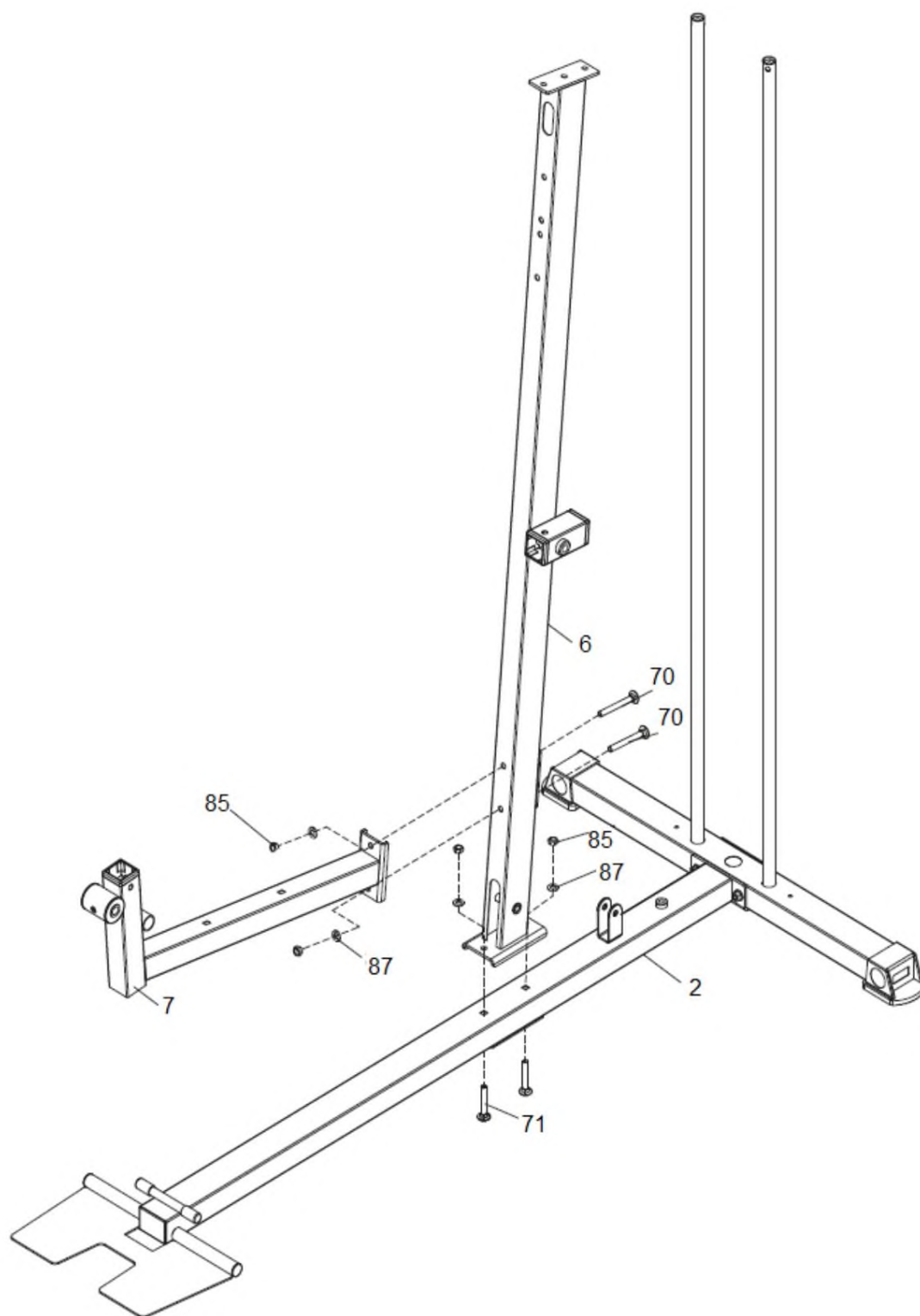


СГЛОБЯВАНЕ

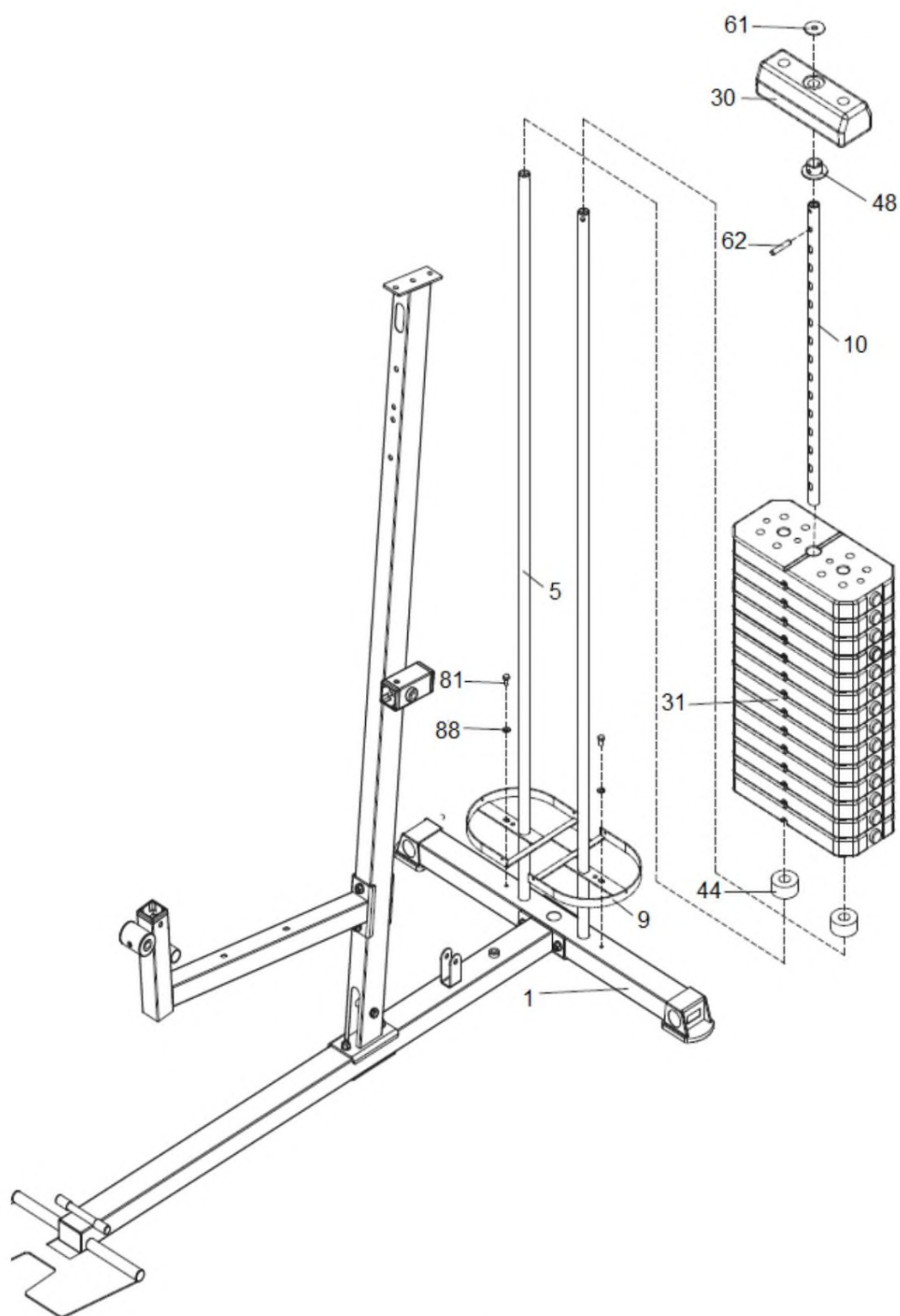
Стъпка 1



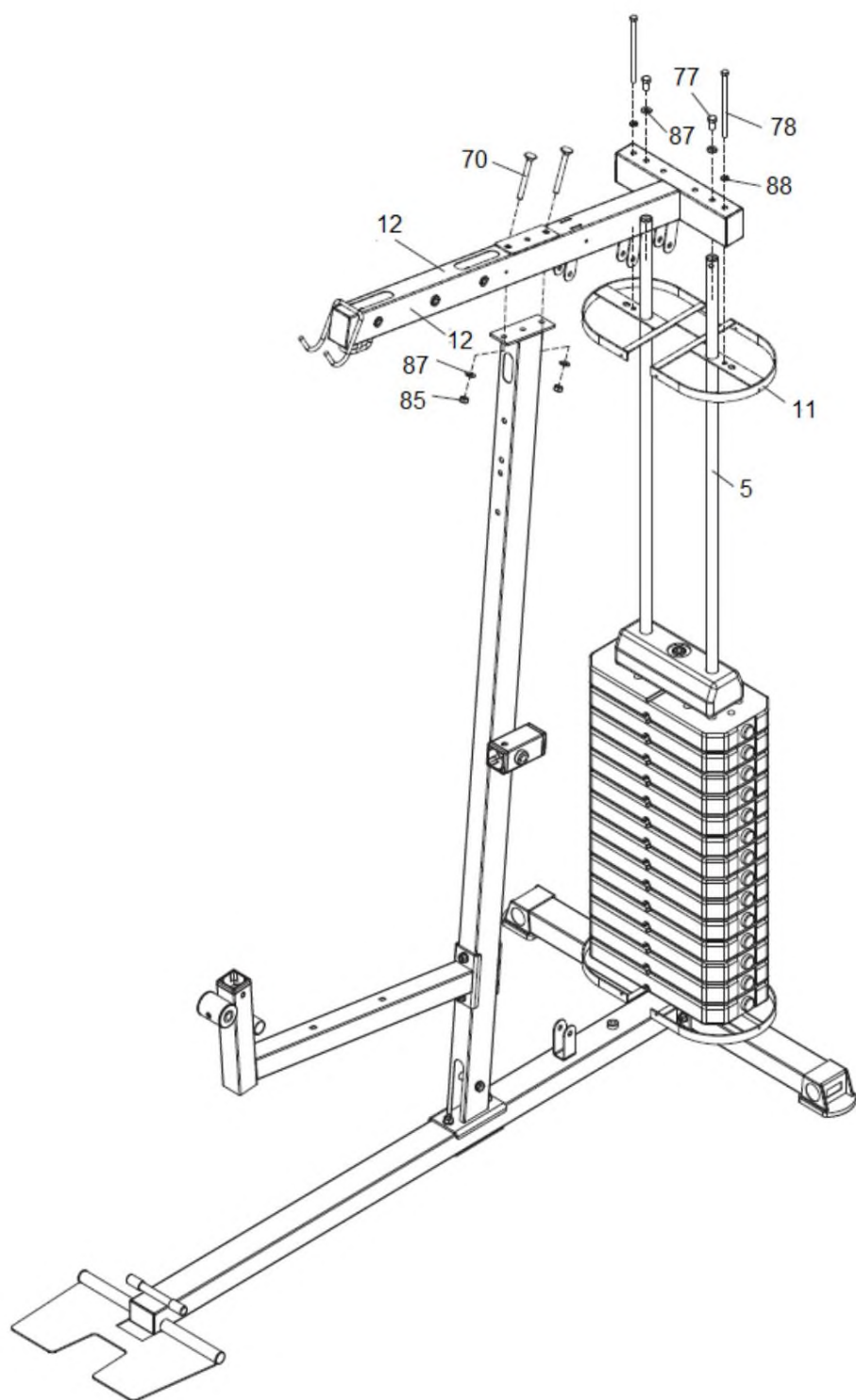
85 Найлонова гайка M10 70 Болт с	2X
Винт M10*90	2X
87 Плоска шайба Ф10	2X



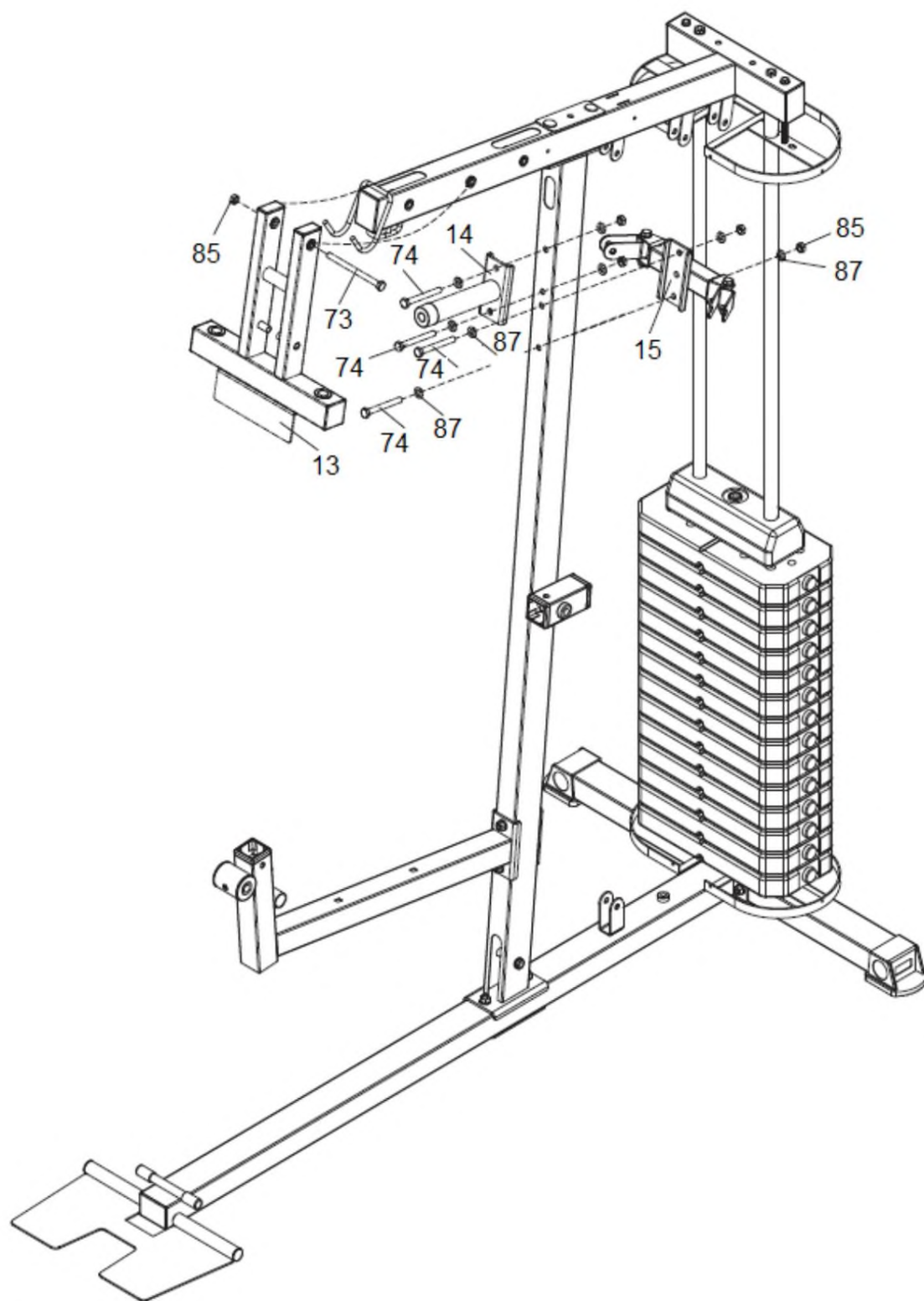
85	Найлонова гайка M10 71 Болт с	4x
Винт M	10*70	2x
87	Плоска шайба Ф10 70 Болт с	4X
Винт M	10*90	2X



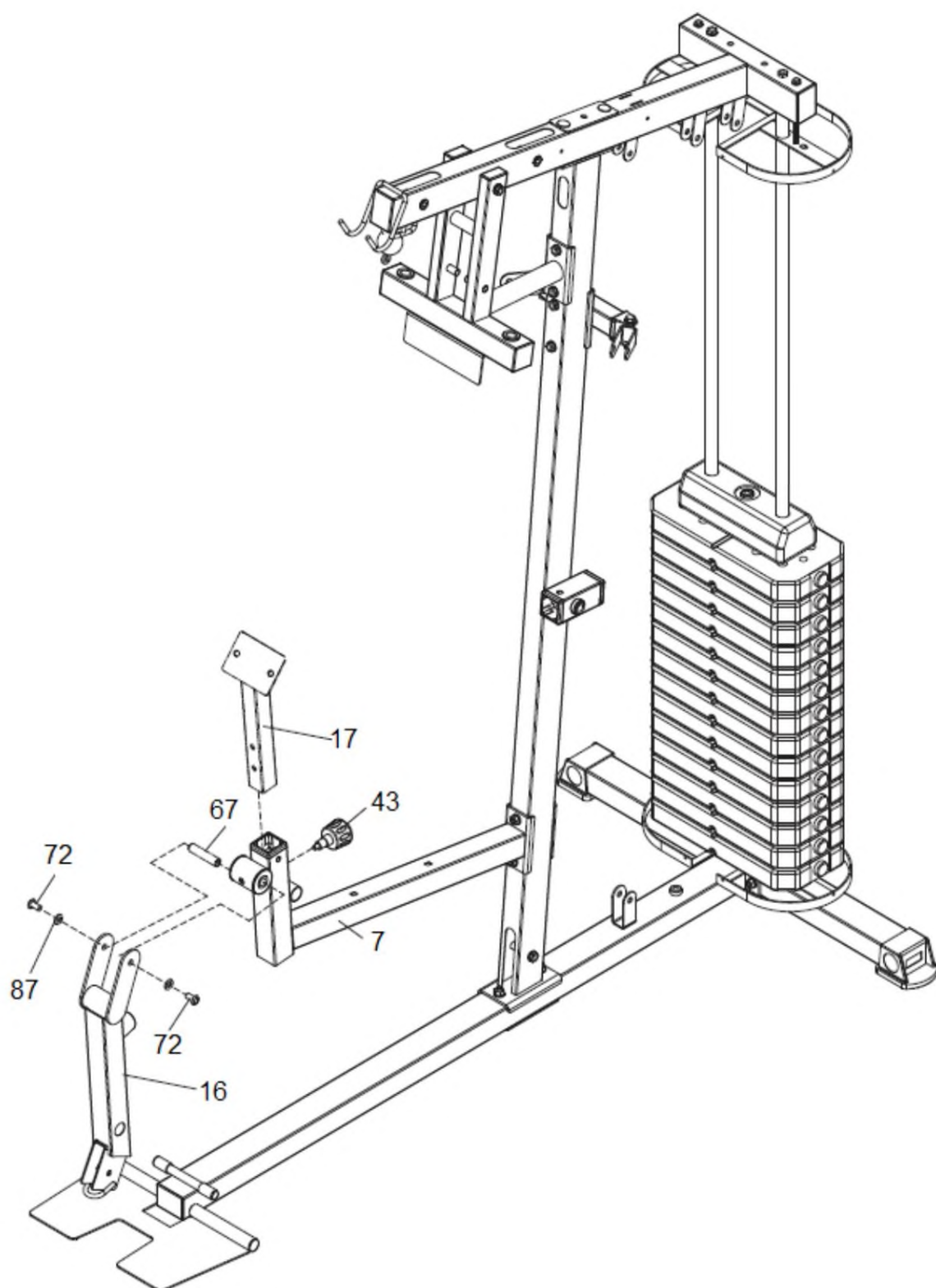
62-пинов C10x55	1x
61 Шайба Ф45хФ13	1x
88 Плоска шайба Ф8 Шестостенен	2X
81 болт M8*15	2X



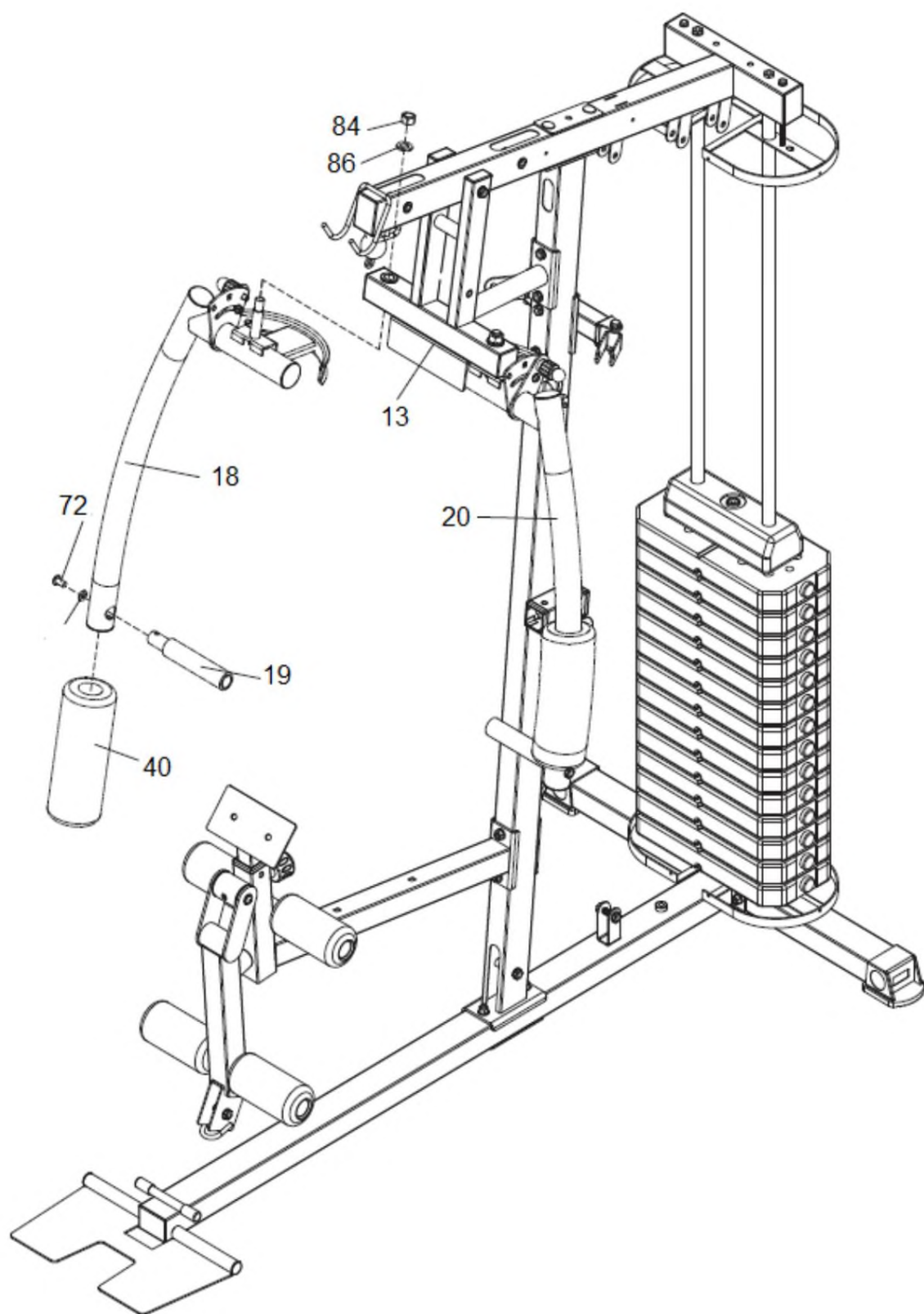
88 Плоска шайба Ф8 78 Шестоъгълен	2X
болт М8*150	2X
85 Найлонова гайка М10 70	2X
Болт с квадратна шийка М10*90	2X
87 Плоска шайба Ф10	2X



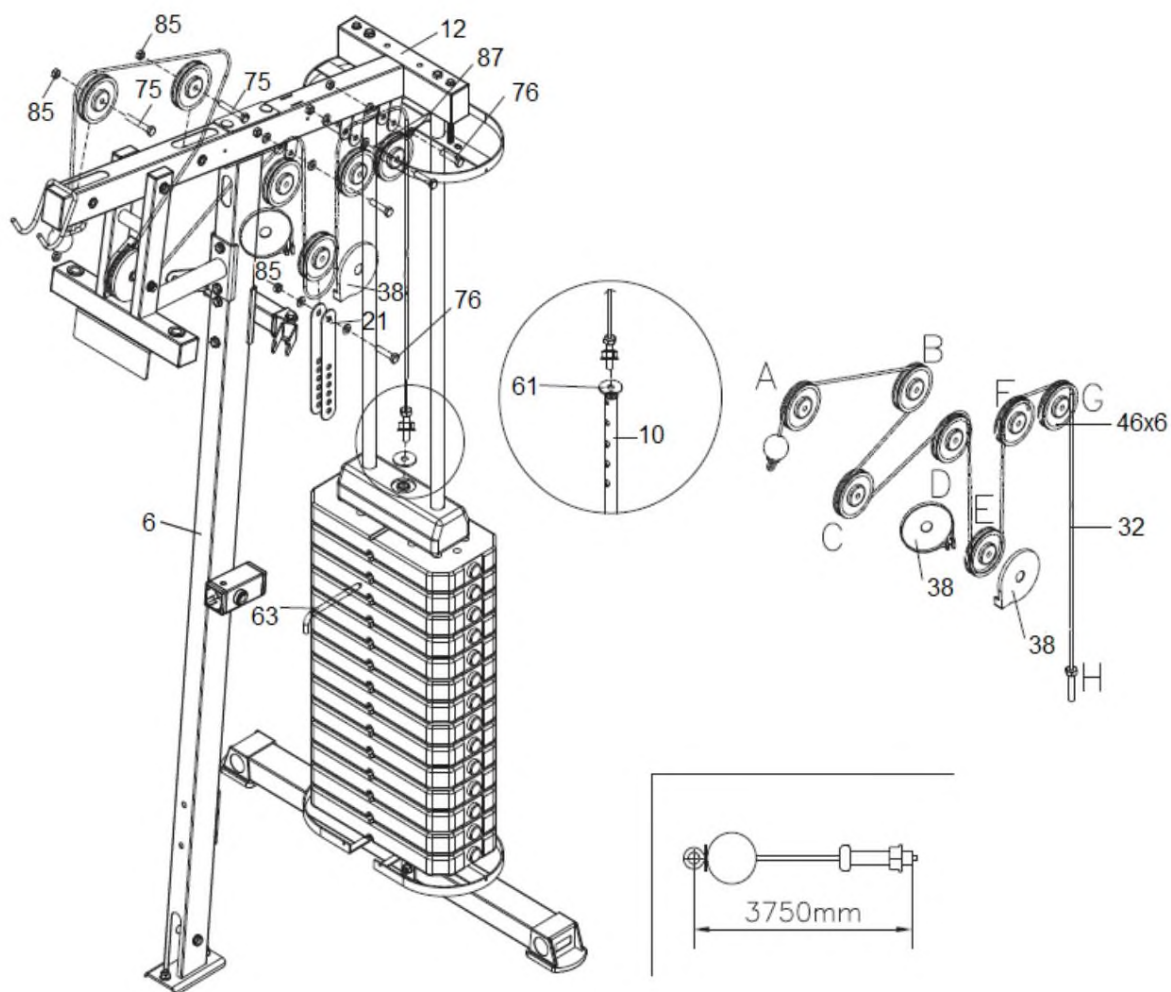
85 Найлонова гайка M10 73	5X
Шестоъгълен болт M10*135	1x
87 Плоска шайба Ф10 74	8X
Шестостенен болт M10*90	4X



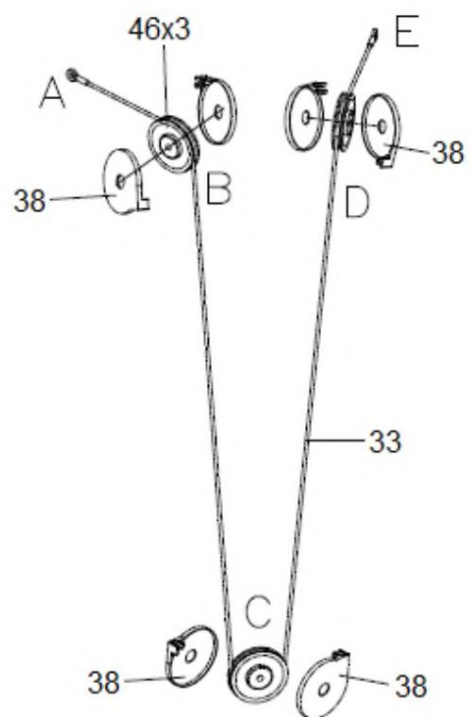
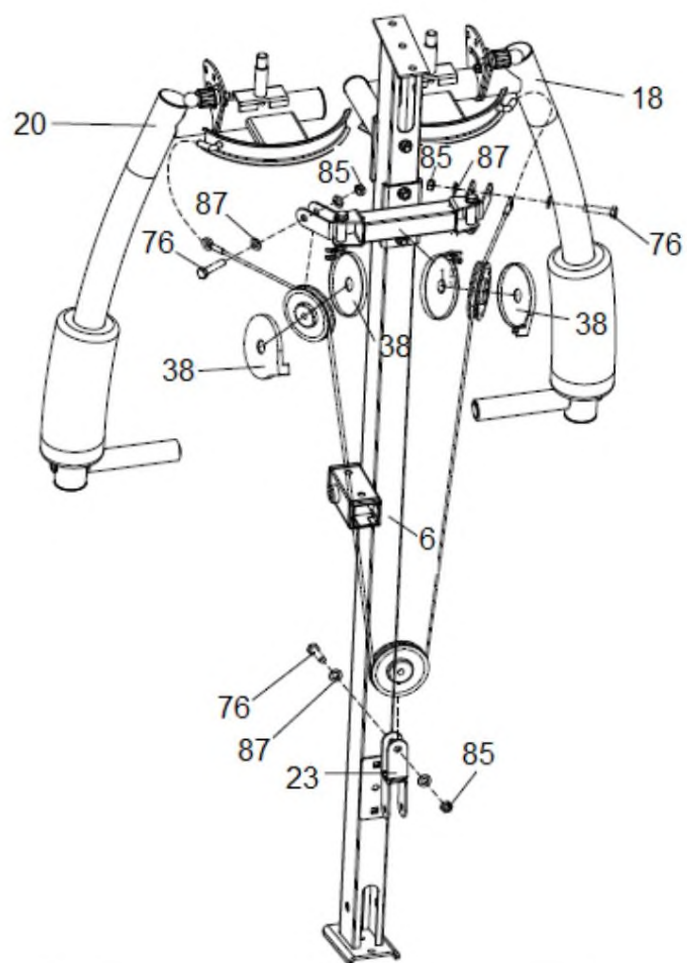
67 ос $\Phi 16 \times 71$	1x
87 Плоска шайба $\Phi 10$	2x
72 шестостенни винта M10*20	2x



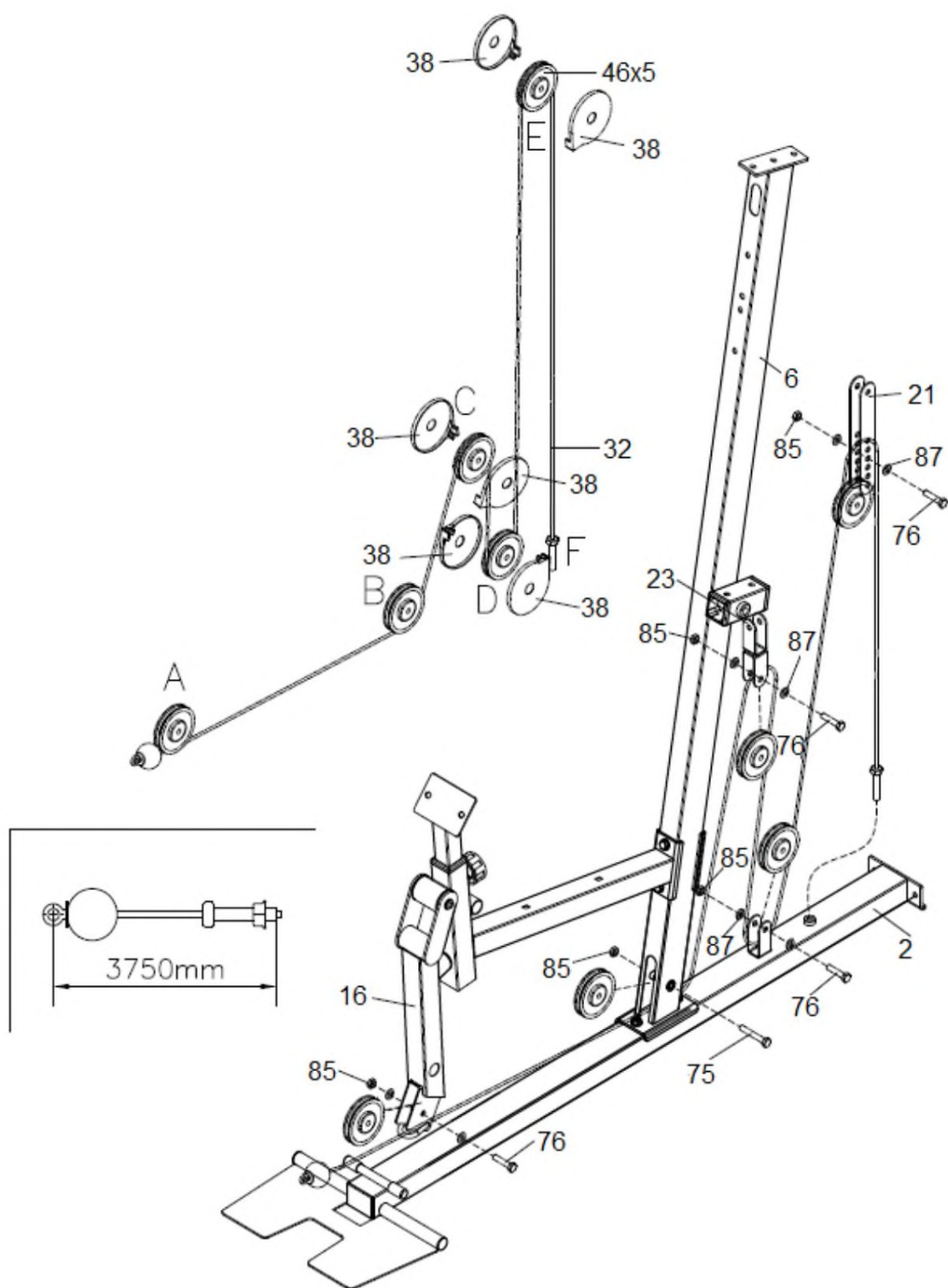
87 Плоска шайба Ф10	2X
72 шестостенни винта M10*20	2X



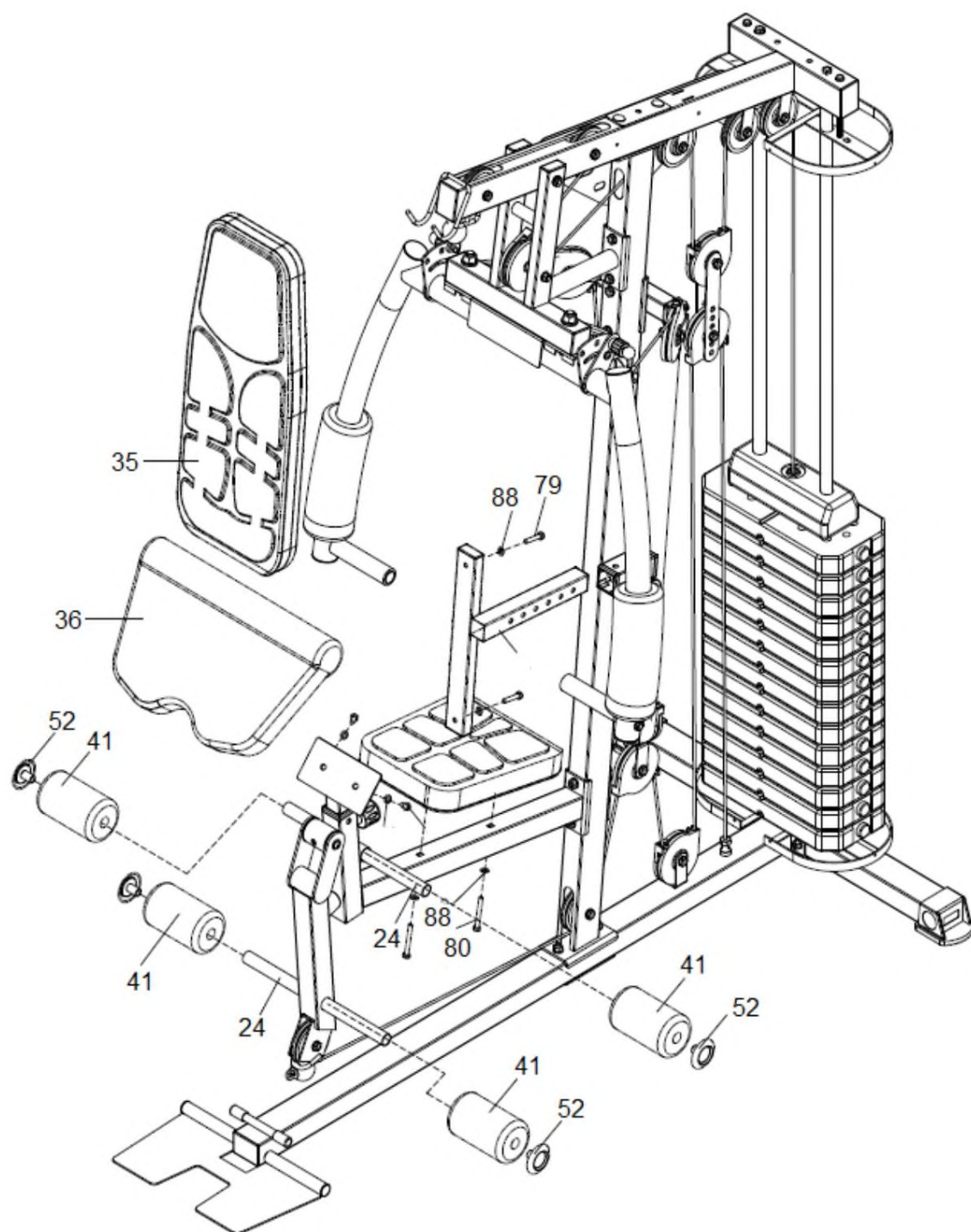
85	Найлонова гайка M10	6X
87	Плоска шайба Ф10	8X
75	Шестоъгълен болт M10*65	2X
76	Шестоъгълен болт M 10*45	4X



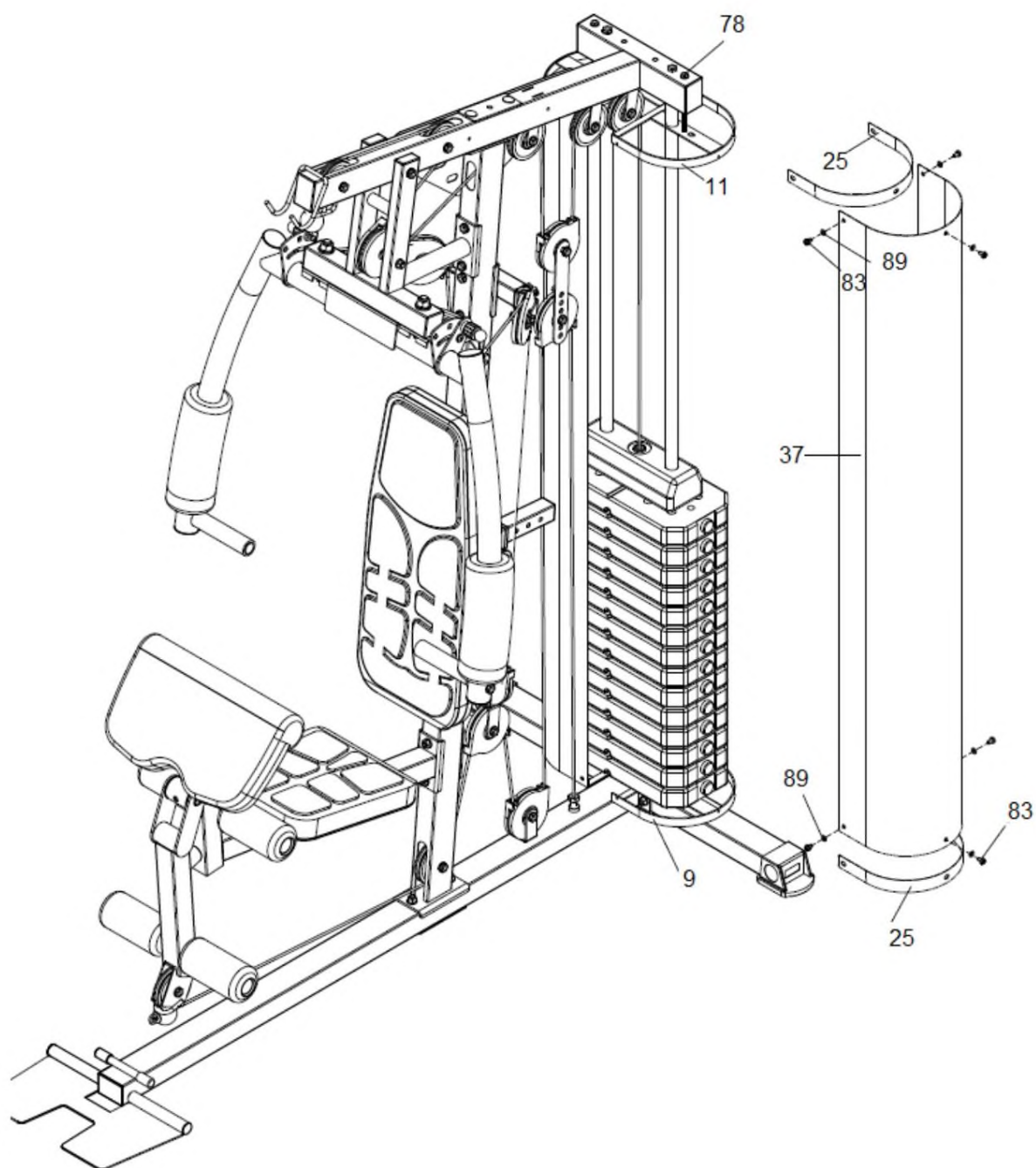
85 Найлонова гайка M10	3X
87 Плоска шайба Ф10	6X
76 Болт M10*45	3X



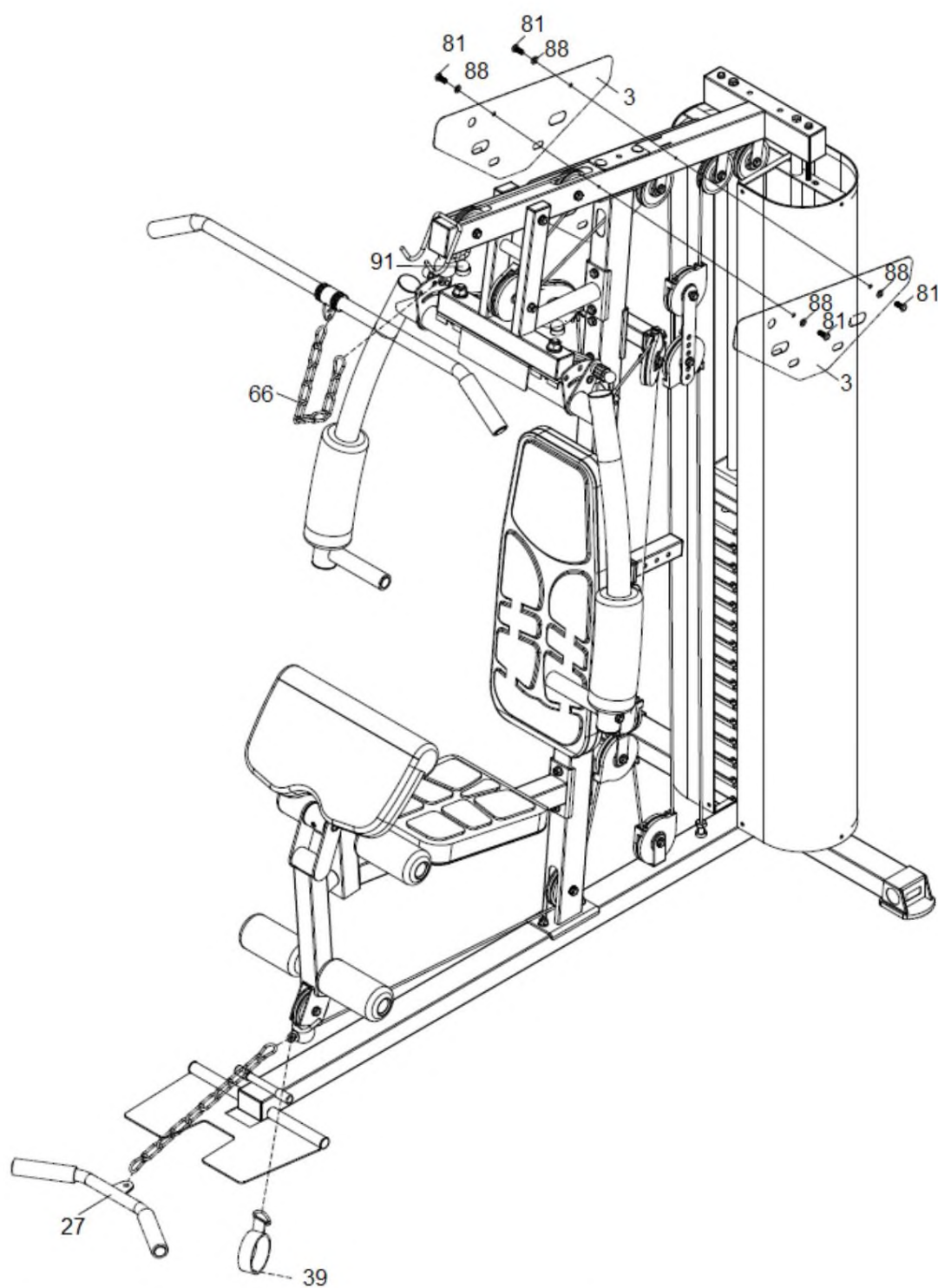
85 Найлонова гайка M10	5x
87 Плоска шайба Ф10 75	8x
Шестоъгълен болт M10*65	1x
76 Шестоъгълен болт M10*45	4x



88 Плоска шайба Ф8	6X
79 Шестоъгълен болт М8*40	2X
80 Шестоъгълен б олт М8*65	2X
81 Шестоъгълен б олт М 8*15	2X



83 Винт М6*20	12X
89 Плоска шайба Ф6	12X



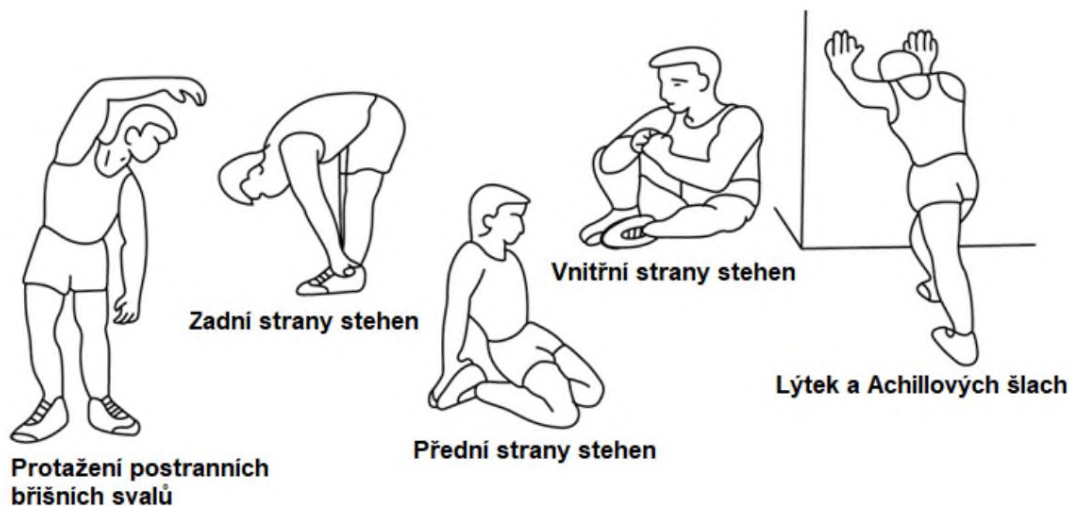
91	Капак на гайката (M16)	2X
88	Плоска шайба Ф8 Шестостенен	4X
81	болт M8*15	4X

ИНСТРУКЦИИ ЗА УПРАЖНЕНИЕ

Упражненията са полезни за вашето здраве, подобряват физическата форма, оформят мускулите и в комбинация с балансирана диета водят до загуба на тегло.

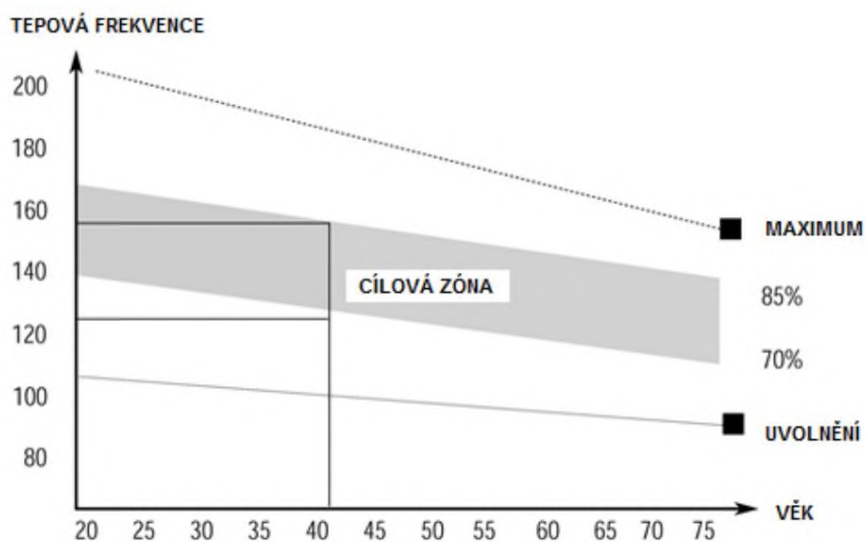
1. УПРАЖНЕНИЕ

Тази фаза служи за увеличаване на кръвообращението в цялото тяло, загряване на мускулите и намаляване на риска от крампи и мускулни наранявания. Препоръчваме да изпълнявате упражненията за разтягане по-долу. При разтягане останете в крайна позиция за приблизително 30 секунди, не правете резки движения или трептения.



2. САМОТО УПРАЖНЕНИЕ

Тази фаза е по-физически изисквателна. Редовните упражнения укрепват мускулите. Можете сами да задавате темпото, но е много важно то да е еднакво през цялото упражнение. Пулсът ви трябва да е в целевата зона (вижте изображението по-долу).



Тази фаза трябва да продължи поне 12 минути. За повечето хора тя трае 15-20 минути.

3. УСПОКОЯВАЩО

Тази фаза е предназначена да успокои сърдечно-съдовата система и да отпусне мускулите. Тя трябва да продължи приблизително 5 минути. Можете да повторите загряващите упражнения или да продължите упражнението с по-бавно темпо. Разтягането на мускулите след тренировка е изключително важно – отново, трябва да се избягват резки движения и трептения.

С подобряването на физическата ви форма можете да увеличите продължителността и интензивността на тренировките си. Тренирайте редовно, поне три пъти седмично.

Оформяне на мускулите

Важно е да зададете високо ниво на съпротивление за оформяне на мускулите. Това ще натовари повече мускулите, което може да означава, че няма да можете да тренирате толкова дълго, колкото бихте искали. Ако се опитвате и да

за да подобрите физическата си форма, трябва да адаптирате тренировките си съответно. По време на замяната и последната фаза на тренировката, практикувайте както обикновено, но увеличете съпротивлението на уреда към края на тренировката. Може да се наложи да забавите темпото, за да поддържате сърдечната си честота в целевата зона.

ЗАГУБА НА ТЕГЛО

Количеството изгорени калории зависи само от продължителността и интензивността на упражнението. Същността е същата като при фитнес упражненията, но целта е различна.

ПОДДРЪЖКА

1. След тренировка избършете потта, за да предотвратите корозия. Почистете устройството с мека кърпа и мек препарат. Не използвайте абразивни почистващи препарати или разтворители върху пластмасовите части.
2. В случай на повишен шум от машината, е необходимо да проверите и правилно затегнете всички винтове и връзки.
3. Продуктът трябва да се поставя на чисто, проветриво и сухо място.
4. Не излагайте устройството на пряка слънчева светлина.

ЗАЩИТА НА ОКОЛНАТА СРЕДА

В края на експлоатационния живот на продукта или ако по-нататъшният ремонт вече не е икономически изгоден, изхвърлете продукта в съответствие с местните разпоредби и по екологичен начин. Занесете продукта до най-близкия определен пункт за събиране.

Като изхвърлите този продукт правилно, ще помогнете за опазването на ценни природни ресурси и ще предотвратите потенциални отрицателни въздействия върху околната среда и човешкото здраве. Ако не сте сигурни, консултирайте се с местните власти, за да избегнете потенциални нарушения и санкции.

ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ

Общи разпоредби и определения на термини

Настоящите гаранционни условия и рекламационна част уреждат условията и обхвата на гаранцията, предоставяна от продавача за стоките, доставени на купувача, както и процедурата за уреждане на рекламационни претенции, предявени от купувача за доставените стоки.

Настоящите гаранционни условия и редът за рекламации уреждат условията и обхвата на гаранцията, предоставена от продавача за стоките, доставени на купувача, както и реда за разглеждане на рекламации, предявени от купувача за доставените стоки. Продавачът е САКСО ООД. със седалище и адрес на управление: ул. Сакар Планина 1, гр. Русе. Регистрационен номер на дружеството: 117028813, вписан в Търговския регистър.

Поради приложимите законови разпоредби се прави разграничение между купувач, който е потребител, и купувач, който не е потребител.

„Потребител купувач“ или просто „потребител“ е лице, което при сключването и изпълнението на договор не действа в рамките на своята търговска или друга стопанска дейност.

Купувач, който не е „потребител“, е търговец, който закупува продукти или използва услуги за целите на своята дейност с тези продукти или услуги. Този купувач се урежда от рамковия договор за покупка и общите условия, доколкото те се отнасят за него.

Тези гаранционни условия и процедурата за рекламации са неразделна част от всеки договор за покупко-продажба, сключен между продавача и купувача. Гаранционните условия и процедурата за рекламации са валидни и обвързващи, освен ако страните не са уговорили друго в договора за покупко-продажба или в допълнение към този договор или в друго писмено споразумение.

Гаранционни условия

Гаранционен срок

Продавачът предоставя на купувача 24-месечна гаранция за качеството на стоките, освен ако гаранционният сертификат, фактурата за стоките, бележката за доставка или друг документ за стоките не посочват различна продължителност на гаранционния срок, предоставен от продавача. Законоустановената продължителност на гаранцията, предоставена на потребителя, не се влияе от това.

Чрез гаранция за качество продавачът се задължава, че доставените стоки ще бъдат годни за употреба по обичайната или договорената цел за определен период от време и че ще запазят обичайните или договорените свойства.

Гаранционните условия не се прилагат за дефекти, възникнали (ако е приложимо за закупения продукт):

- по вина на потребителя, т.е. повреда на продукта поради непрофесионално ремонтиране, неправилен монтаж
- неправилна поддръжка
- механични повреди
- износване на части по време на нормална употреба (напр. гумени и пластмасови части, движещи се механизми, шарнирни съединения, износване на спирачни накладки/блокове, верига, гуми, касета/многоколесна система и др.)
- неизбежно събитие, природно бедствие
- непрофесионални интервенции
- неправилно боравене или неправилно поставяне, излагане на ниски или високи температури, излагане на вода, прекомерно налягане и удари, умишлено променен дизайн, форма или размери

Процедура за оплаквания

Процедура за предявяване на рекламация за дефект на стоки

Купувачът е длъжен да огледа стоките, доставени от Продавача, възможно най-скоро след прехвърлянето на риска от повреда на стоките или след тяхната доставка. Купувачът трябва да извърши огледа по начин, който да открие всички дефекти, които могат да бъдат открити по време на разумен професионален оглед.

При предявяване на рекламация на стоките, купувачът е длъжен, по искане на продавача, да докаже покупката и основателността на рекламацията чрез фактура или товарителница с посочения производствен (сериен) номер, или същите документи без серийния номер. Ако купувачът не докаже основателността на рекламацията чрез тези документи, продавачът има право да отхвърли рекламацията.

Ако купувачът съобщи за дефект, който не е покрит от гаранцията (напр. гаранционните условия не са били изпълнени, дефектът е бил съобщен по погрешка и др.), продавачът има право да поиска пълно възстановяване на разходите, направени във връзка с отстраняването на така съобщения от купувача дефект. В този случай изчисляването на сервизната намеса ще се основава на валидния ценоразпис за работа и транспортни разходи.

Ако продавачът установи (чрез тестване), че рекламираният продукт не е дефектен, рекламацията се счита за неоснователна. Продавачът си запазва правото да поиска възстановяване на разходите, направени във връзка с неоснователната рекламация.

В случай че купувачът предяви рекламация за дефекти в стоки, покрити от гаранцията, съгласно валидните гаранционни условия на продавача, продавачът ще отстрани дефекта, като поправи или замени дефектната част или устройство с безупречно. Със съгласието на купувача, продавачът има право да достави други стоки, които са напълно функционално съвместими, но поне имат същите или по-добри технически параметри, в замяна на дефектните стоки. Изборът относно начина на обработка на рекламацията съгласно този параграф е на продавача.

Продавачът е длъжен да уреди рекламацията не по-късно от 30 дни от доставката на дефектната стока, освен ако не е уговорен по-дълъг срок. За ден на уреждане се счита денят, в който ремонтираната или заменената стока е била предадена на купувача. Ако продавачът не е в състояние да уреди рекламацията в рамките на

Дистрибутор:

САКСО ООД

гр. Русе, ул. Сакар планина 1

Централен офис и склад:

гр. Русе, ул. ТЕЦ Изток 20

офис: +359 894 566 060

склад: +359 894 496 071

e-mail: office@yako.bg



YAKO

www.yako.bg



insportline

www.insportline.bg