

СЪДЪРЖАНИЕ

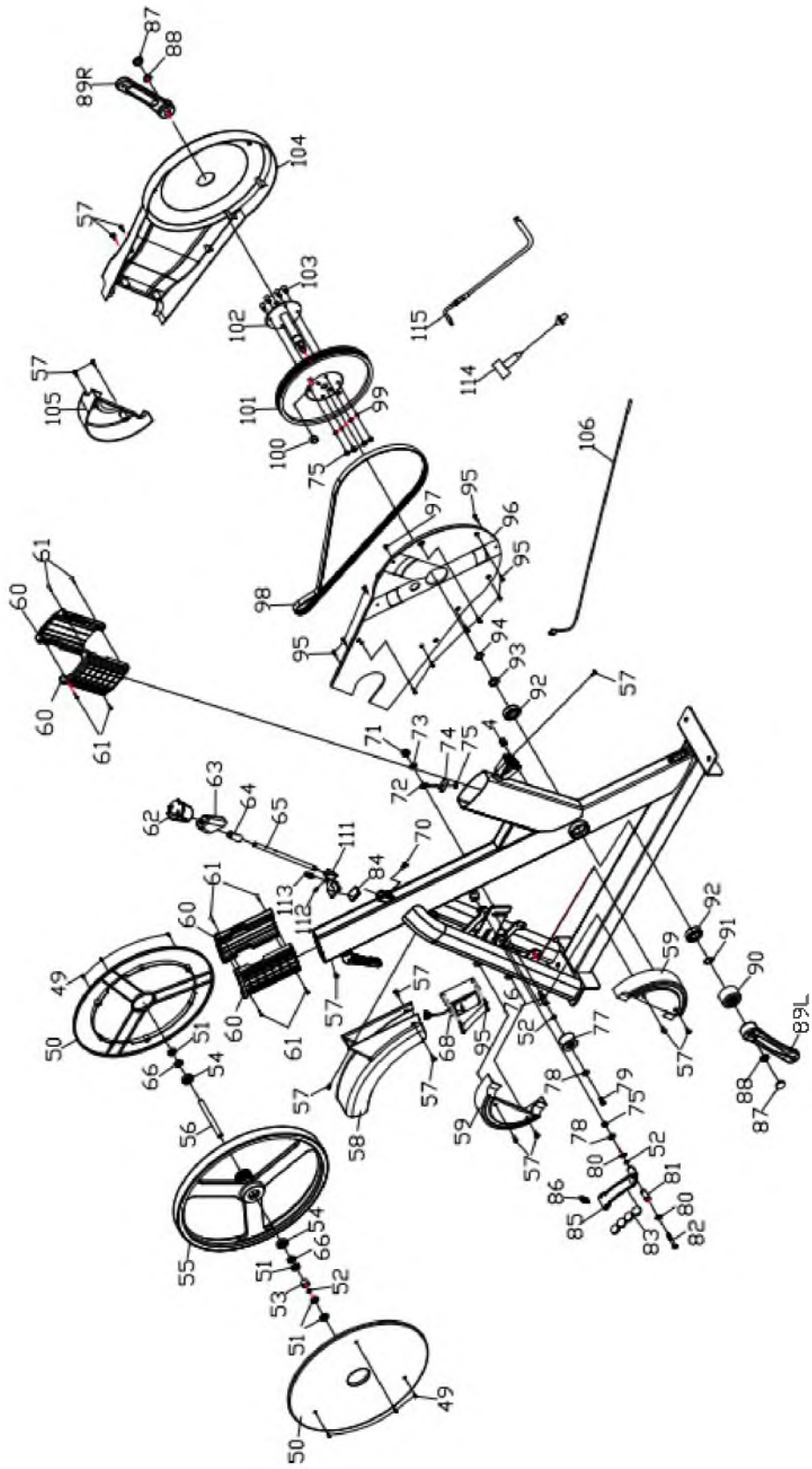
ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ	3
.....	4
СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ	7
.....	9
КОНЗОЛА	15
ПРОГРАМИ	17
УПОТРЕБА	22
ПРАВИЛНА НА ТЯЛОТО	22
ИНСТРУКЦИИ ЗА УПРАЖНЕНИЯ	22
ПОДДРЪЖКА	23
СЪХРАНЕНИЕ	24
ВАЖНИ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ	24
ЗАЩИТА НА ОКОЛНАТА СРЕДА	24
ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ	24


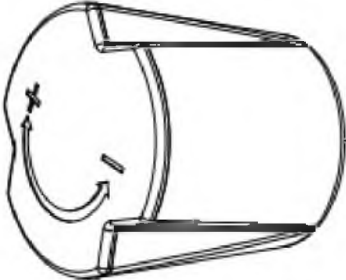








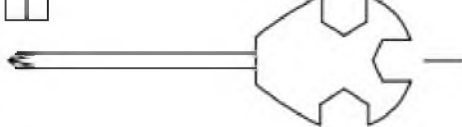
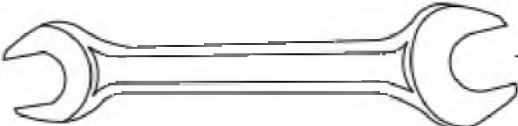
ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- За да се гарантира максимална безопасност, извършвайте редовни проверки за наличие на повреди или износване на части.
- Ако уредът се използва и от друго лице, е важно то да се запознае с всички инструкции, посочени в това ръководство.
- На уреда може да тренира само 1 човек.
- Преди да използвате уреда, проверете дали всички винтове и гайки са добре затегнати и дали всички шарнирни връзки са в добро състояние.
- Преди да започнете тренировката, премахнете всички опасни предмети с остри ръбове от околността на уреда.
- Използвайте уреда само ако е в изправно състояние и напълно функционален.
- Повредената, износена или дефектна част трябва да бъде сменена с нова възможно най-скоро. Спрете да използвате уреда, докато той не бъде отново напълно изправен.
- Поради детското любопитство и склонност към игра могат да възникнат опасни ситуации, при които уредът ще се използва по неправилен начин – за безопасността на децата отговарят техните родители или други лица, които ги наблюдават.
- Дръжте извън обсега на деца под 12 години и домашни любимци.
- Около целия уред трябва да се осигури достатъчно свободно пространство от минимум 0,6 м.
- Намалете риска от нараняване до минимум и не позволявайте на децата да използват уреда без надзор от възрастен.
- Имайте предвид, че неправилното или прекомерното упражняване може да доведе до увреждане на здравето.
- Преди употреба на продукта е необходимо да го закрепите срещу нежелано придвижване с помощта на регулируемите крачета.
- Поставете уреда върху равна повърхност и осигурете неговата стабилност.
- Носете подходящо облекло и обувки за тренировка. Не тренирайте с облекло, което може да се закачи за уреда (например прекалено дълги и широки дрехи). Препоръчваме здрави спортни обувки с неплъзгаща подметка.
- Преди да започнете каквато и да е тренировъчна програма, се консултирайте с лекар. Лекарят може да ви предложи подходяща тренировъчна програма и да ви препоръча подходяща диета.
- Велотренажорът няма свободно движение. Педалите ще се движат, докато се върти колелото за натоварване.
- Когато не използвате велотренажора, увеличете съпротивлението до максимум, за да предотвратите движението на колелото за натоварване.
- **Максимална товарносимост:** 130 кг
- **Категория:** НС за домашна употреба

ВАЖНА ИНФОРМАЦИЯ

- Сглобете продукта според инструкциите в ръководството и използвайте само оригиналните части от комплекта. Преди да започнете сглобяването, проверете дали са доставени всички части, посочени в списъка с части.
- Поставете уреда върху суха и равна повърхност и го предпазвайте от влага. При необходимост поставете под уреда противоплъзгаща подложка. По този начин ще предотвратите повреждане на повърхността под уреда.
- Трябва да се има предвид, че уредите за упражнения и техните аксесоари не са предназначени за игра. Затова уредът може да се използва само от лица, които са запознати с правилното му функциониране.
- Спрете веднага тренировката, ако почувствате замаяност, гадене, болка в гърдите или други оплаквания. Консултирайте се с лекар относно по-нататъшните тренировки.



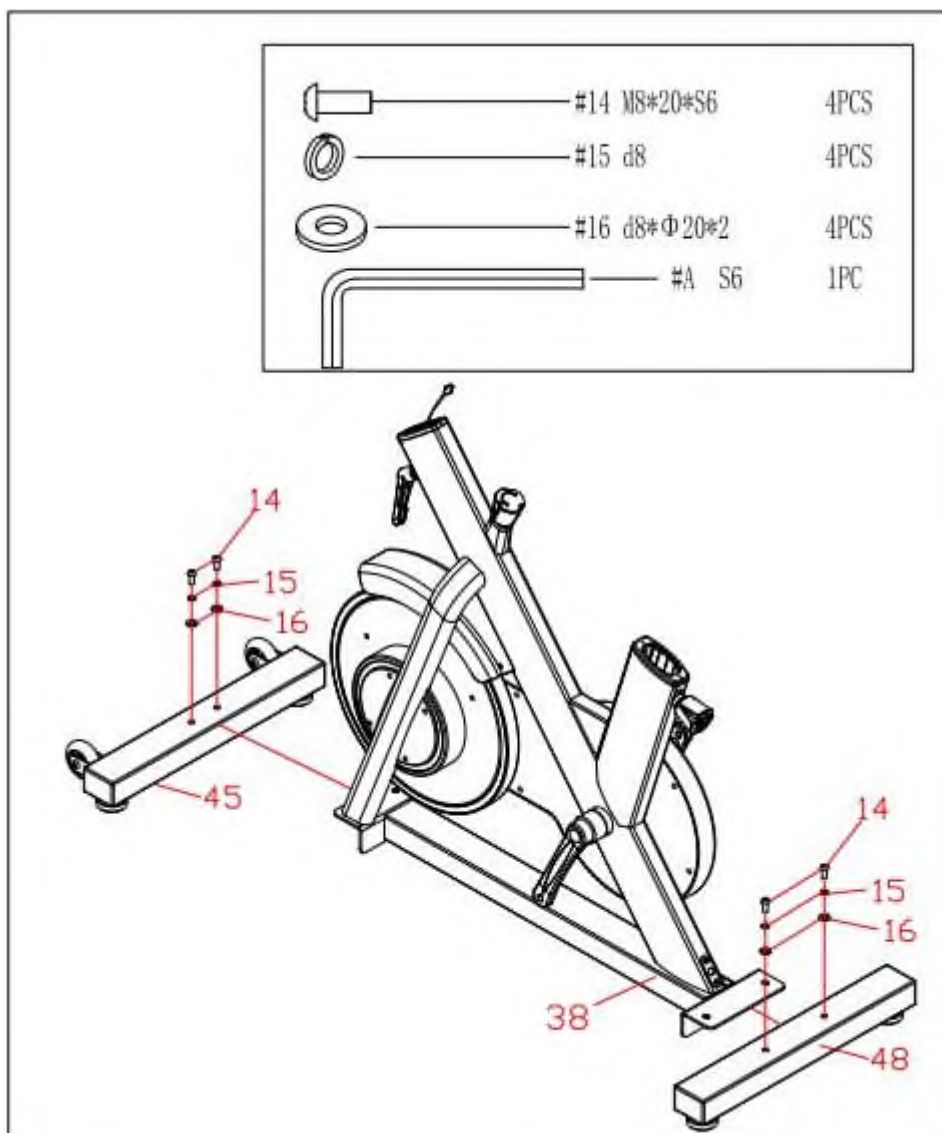
	#22	1x
	#62 M10	1x
	#73 d10*Φ20*2	3x
	#13 M10*25*S8	2x
	#108 d10	2x
	#16 d8*Φ20*2	6x
	#15 d8	6x
	#14 M8*20*S6	6x
	#A S6	1x
	#C S8	1x
	#B S13-14-15	1x
	#D S13-15	1x

СПИСЪК С ЧАСТИ

Обозначение	Наименование	Брой	Обозначение	Наименование	Брой
1	Конзола	1	36	Педал L/R	1
2	Държач за таблет	1	37	Ръчен винт M16	1
3	Винт M5*35	2	38	Основна рамка	1
4	Подложка Ф12,5	1	39	Винт Ф7,8*30*M6*15*S5	2
5	Ляв горен капак на дръжката	1	40	Лагер 608ZZ	4
6	Ляв долен капак на дръжката	1	41	Ролка 71*Ф19*24	2
7	Десен горен капак на дръжката	1	42	Подложка d6*Ф12*1,5	2
8	Дясна долна капачка на дръжката	1	43	Винт M6*12*S5	2
9	Капачка	4	44	Накрайник J50*70	4
10	Държач за конзола	1	45	Предна греда	1
11	Кабел	1	46	Гайка M8	4
12	Винт M5*18*ф8	12	47	Регулируеми крачета	4
13	Винт M10*25*S8	2	48	Задна греда	1
14	Винт M8*20*S6	6	49	Винт ST3*12*ф6	6
15	Еластична шайба d8	6	50	Капак на задвижващото колело	2
16	Подложка d8*ф20*2	6	51	Гайка M12*1	4
17	Ръкохватки	1	52	Вълнообразна подложка d12*Ф15,5*0,3	3
18	Рамка на ръкохватките	1	53	Разделителна вложка Ф18*Ф12,1*12,5	1
19	Кабел 2	1	54	Лагер 6001Z	2
20	Дръжка M16*1,5	1	55	Натоварващо колело	1
21	Седалка	1	56	Ос на задвижващото колело	1
22	Капак	1	57	Винт M5*10*Ф9,5	13
23	Подложка d6*ф12*1	1	58	Предна капачка	1
24	Хоризонтална опора за седалката	1	59	Капак	2
25	Закрепващ елемент на седалката	1	60	Калъф	4
26	Штифт ф3*20	1	61	Винт ST3*16*ф5,6	8
27	Винт M4*12	2	62	Настройка на съпротивлението	2
28	Ограничител	1	63	Капак на спирачката	1
29	Гумена подложка ф11*ф8*3	1	64	Корпус	1
30	Плъзгаща се опора за седалката	1	65	Винт Ф10*285*M10*15*M6*7*M10*95	1
31	Капачка	4	66	Гайка M12*1*H6*S19	2
32	Плъзгаща се рамка на седалката	2	67	Укрепваща пластина	1
33	Гумена подложка 2x29x19	2	68	Двигател	1
34	Пластина на плъзгащата се рамка на седалката	1	69	Кабел 3	1

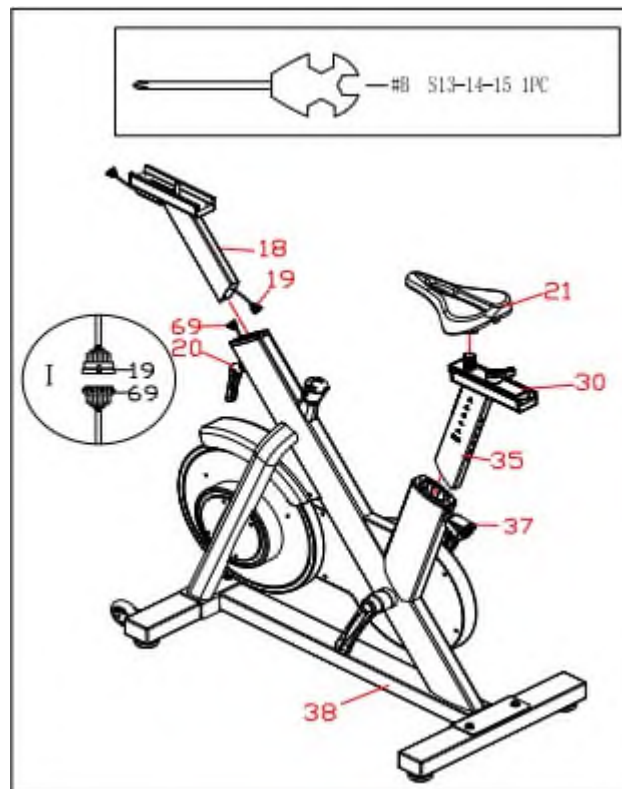
35	Седалка	1	70	Винт М6*10	1
71	Найлонова гайка М10	1	96	Вътрешен капак	1
72	Винт М6*52	1	97	Винт ST4.2*8	1
73	Подложка d10*φ20*2	4	98	Ремък	1
74	Държач за верига 30*10*1,5	1	99	Еластична подложка d6	4
75	Нейлонова гайка М6*Н6*S10	7	100	Магнит	1
76	Вал	1	101	Ремъчна плочка	1
77	Натяжна ролка	1	102	Осева шарнирна връзка	1
78	Подложка d6*Ф16*1,5	2	103	Винт М6*16	4
79	Винт М6*10	1	104	Външен капак	1
80	Подложка d12	2	105	Пръстен	1
81	Ос на магнитната плоча	1	106	Сензор	1
82	Винт М6*45	1	107	Кабел за сърдечен ритъм	2
83	Магнит	4	108	Еластична подложка d10	2
84	Спирачни клинове 30*20*8	1	109	Хоризонтална рамка за ки	1
85	Магнитна плоча	1	110	Винт за рамката на ръкохватките	1
86	Натяжна пружина	1	111	Държач на регулатора на натоварването	1
87	Капак на манивела Ф25*7	2	112	Винт М6*8*S3	1
88	Гайка М10	2	113	Пружина Ф1,2*Ф12*35*N10	1
89	Дръжка L/P	1	114	Захранващ кабел	1
90	Капак	1	115	Натяжен кабел	1
91	Подложка d20	1	116	Адаптер	1
92	Лагер	2	А	Ключ S6	1
93	Разделителна вложка	1	В	Ключ S13-14-15	1
94	Вълнообразна шайба d20*Ф26*0,3	1	С	Ключ S8	1
95	Винт ST4.2*16	16	Д	Ключ S13-S15	1

Стъпка 1



С помощта на винтове (14) и шайби (15 и 16) закрепете предна опора (45) и задна опора (48) към основната рамка (38).

Стъпка 2



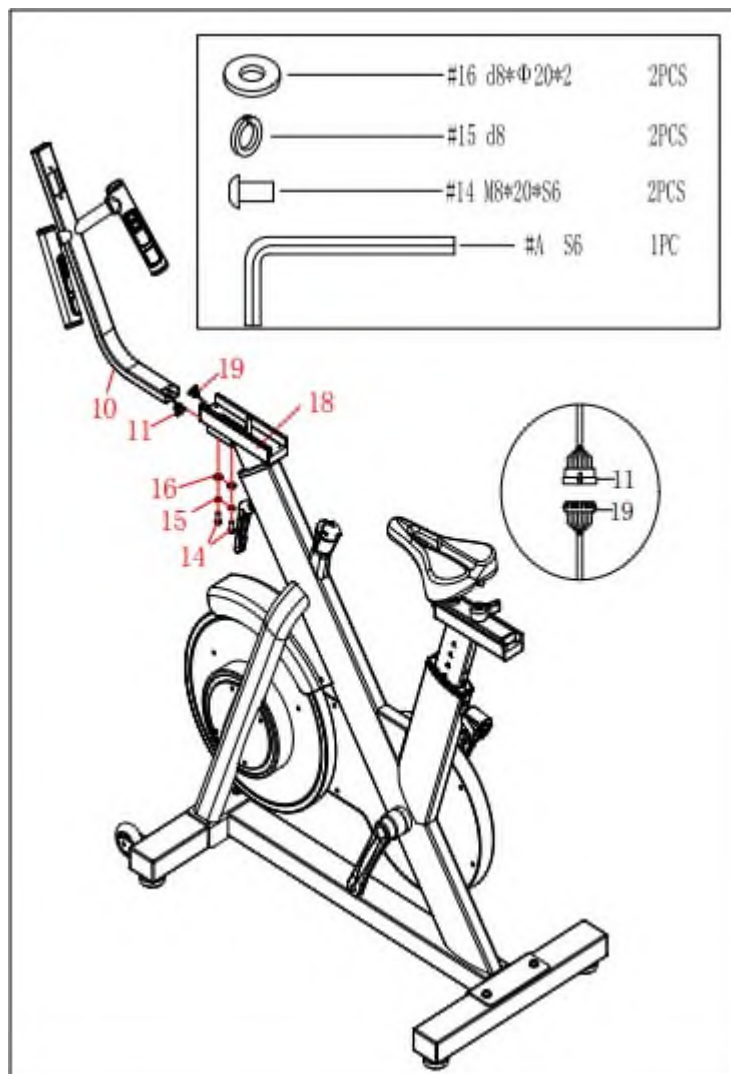
Извадете ръчния винт (37) от основната рамка (38), така че да може да се вкара стойката (35) в основната рамка (38). Закрепете рамката (35) в основната рамка (38) с помощта на ръчния винт (37). Отворите на седалковата рамка и основната рамка трябва да са подравнени.

Закрепете седалката (21) към хоризонталната опора на седалката (30).

Свържете кабелите, идващи от основната рамка (69), с кабела, идващ от държача на конзолата (19).

Изтеглете дръжката (20) от основната рамка (38) и вкарайте рамката на ръкохватките (18) в основната рамка (38). Настройте желаната височина, отворите на основната рамка и държача на ръкохватките трябва да са подравнени.

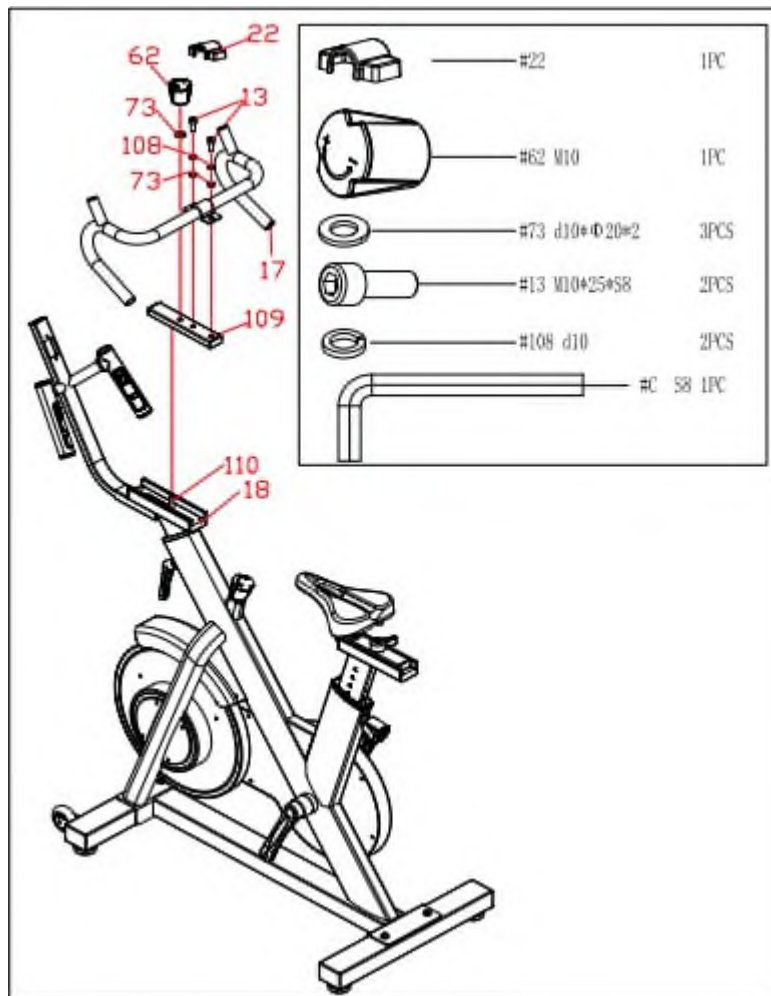
Стъпка 3



Свържете кабелите (11 и 19).

Поставете кабелите в рамката на конзолата (10), след което поставете рамката на конзолата (10) в рамката на ръкохватките (18) и я закрепете с винтове (14) и шайби (15 и 16).

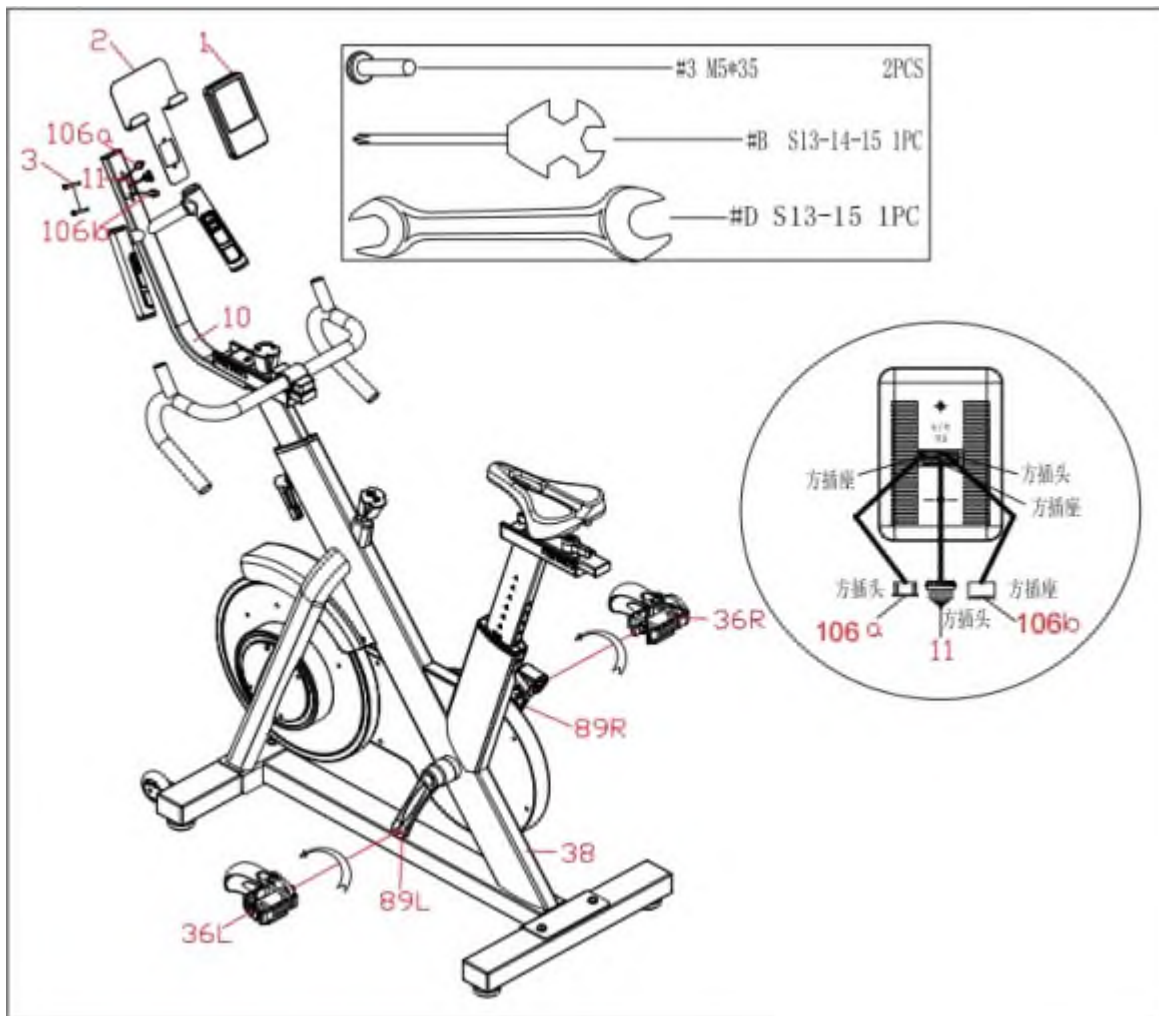
Стъпка 4



Закрепете хоризонталната основа ките (109) към държача на ръкохватките (110) и я фиксирайте рамката на ръкохватките (18) с помощта на ръчен винт (62) и шайба (73).

Закрепете ръкохватките (17) към основата (109) с помощта на винтове (13) и шайби (108 и 73).

Стъпка 5



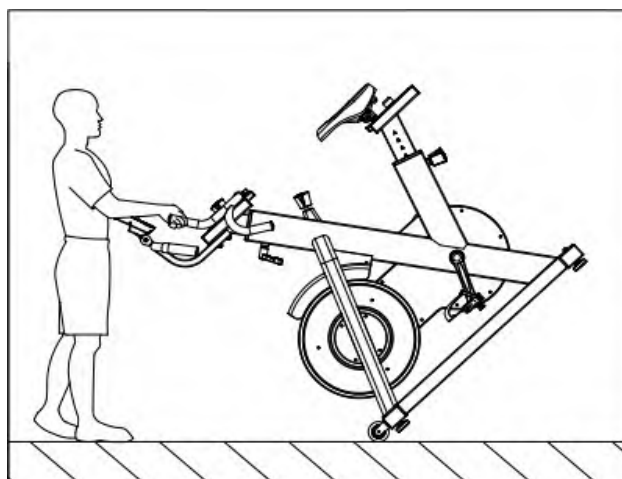
От задната страна на конзолата (1) развийте винтовете (3).

Свържете кабелите (106а, b) и кабел 1 (11) към конзолата (1).

Закрепете конзолата (1) към държача на конзолата (10) с помощта на извитите винтове (3). Закрепете педалите (36 L/R) към курбелите (89 L/R) с помощта на ключ D.

ПРЕМЕСТВАНЕ

Хванете тренажора за ръкохватките и го наклонете върху транспортните колелца на предната греда (45).



НАСТРОЙКА НА СЪПРОТИВАТА



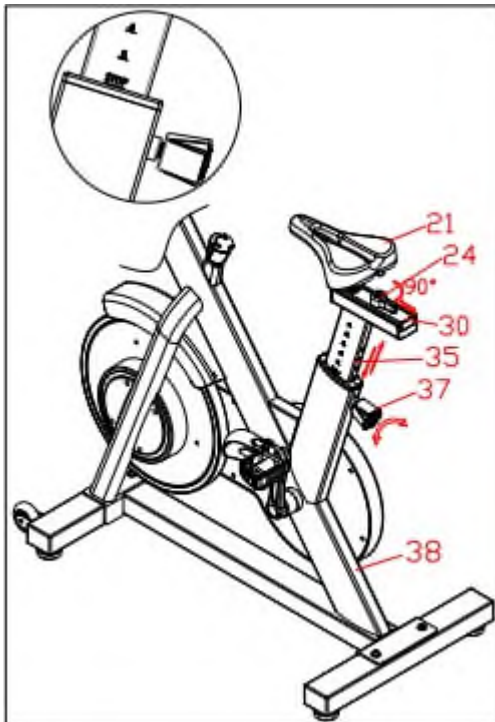
С помощта на въртящия се бутон (62) променят съпротивлението. Завъртете по часовниковата стрелка, за да увеличите, и обратно на часовниковата стрелка, за да намалите съпротивлението.

ИЗРАВНЯВАНЕ



Използвайте крачетата (47), за да нивелирате уреда.

НАСТРОЙКА НА СЕДАЛКАТА

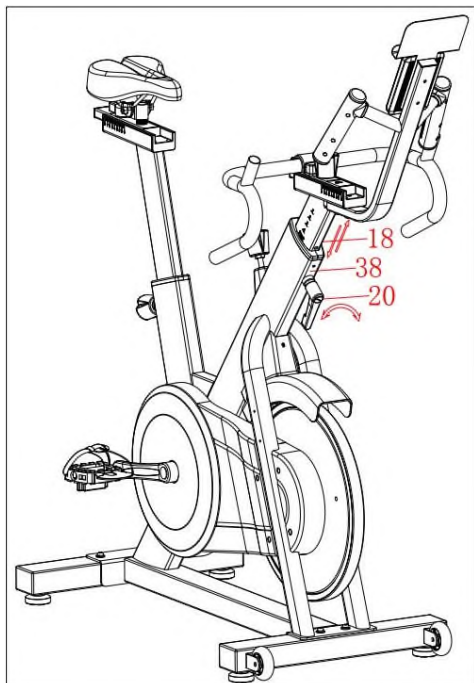


С помощта на ръчния винт (37) регулирайте височината на седалката (35). Не повдигайте над отбелязаната маркировка STOP.

С помощта на ръчния винт (24) можете да регулирате разстоянието между седалката и ръкохватките.

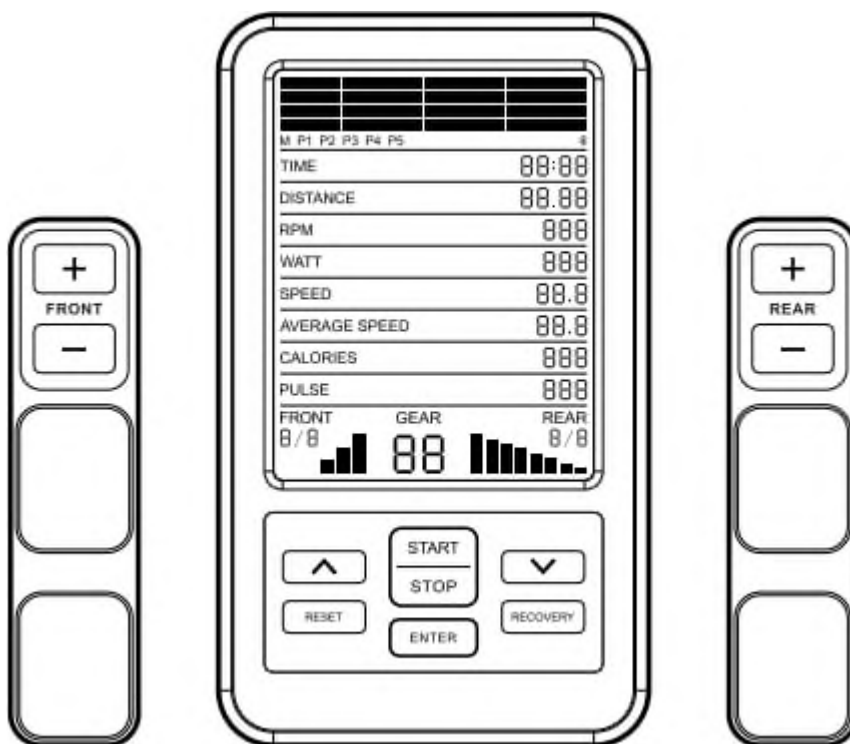
След всяка настройка затегнете отново ръчните винтове.

НАСТРОЙКА НА РЪКОХВАТКИТЕ





Разхлабете ръчния винт (20) и регулирайте височината на рамката (18). Не превишавайте отбелязаната височина.

КОНЗОЛА



Наименование	Функция	Диапазон
ВРЕМЕ	Време на тренировка	0M:00S ~ 99M:00S
SPEED	Скорост на тренировката	0,0 ~ 99,9 км/ч (мили/ч)
DISTANCE	Разстояние	0,00 ~ 99,99 км (мили)

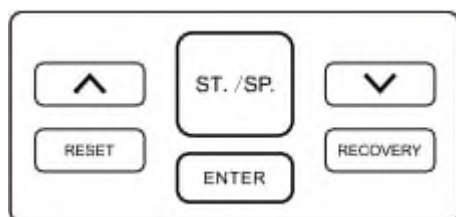
Средна скорост	Средна скорост	0,0 ~ 99,9 км/ч (мили/ч)
КАЛОРИИ	Изгорени калории	0 ~ 999 kcal
ПУЛС	Сърдечна честота	40 - 240 BPM (удара в минута)
RPM	Обороти в минута	0 ~ 999 об/мин
ВАТ	Мощност	0 ~ 899 W
ПРЕДАВКИ	24 нива на съпротивление	
ПРЕДНА	Предно предавка	1-3
ЗАД	Задно предавка	1-8
	Регулиране натоварване на предното предавка (лява ръкохватка)	
	Регулиране на натоварването на задната предавка (дясна ръкохватка)	

ОПИСАНИЕ НА ФУНКЦИИТЕ

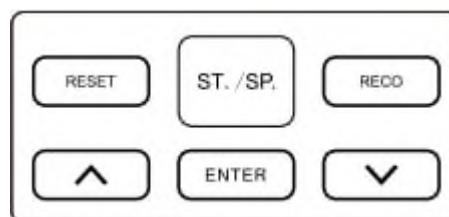
MANUAL	Ръчен режим. Съпротивлението се настройва ръчно.
ПРОГРАМ	P1 / P2 / P3 / P4 / P5 / P6
ТЕЛЕСНА МАЗ	Тест за телесни мазнини
HRC	Програма за сърдечна честота
ПРОГРАМА НА ПОТРЕБИТЕЛЯ	U1 / U2 / U3 / U4: потребителски програми
Bluetooth и приложение	ОПЦИОНАЛНО – поддръжка на приложения чрез Bluetooth
Гръдна лента	ОПЦИОНАЛНО – поддръжка 5,3 kHz гръдна лента






ОПИСАНИЕ НА БУТОНИТЕ


Модел с бутони



Модел с сензорен екран



	Навигационен бутон нагоре, увеличаване на съпротивлението
	Навигационен бутон надолу, намаляване на съпротивлението
	Връщане към ръчен режим (с изключение на програми U1-U4, FAT, HRC). Нулиране на данните
	Тест за възстановяване на сърдечната честота
	Потвърждава стойността по време на настройката

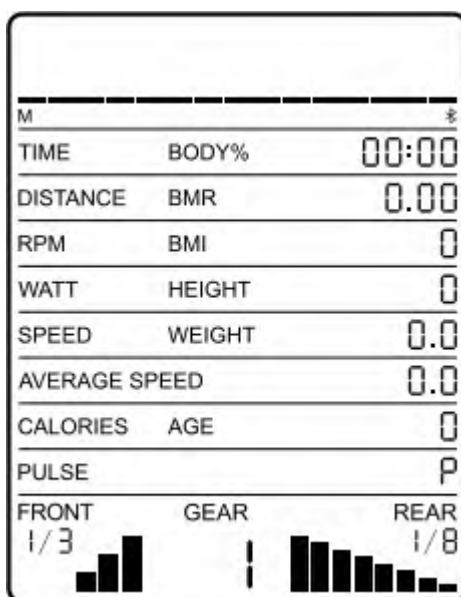
	Стартира и спира програмата
---	-----------------------------


ЕДИНИЦИ

Височина	Тегло	Пулс	Калории	Разстояние	Скорост	RPM	BAT
См (фут 'инч)	Kg (lbs)	Удари в минута	Kcal	Км/миля	км/ч мили/ч	Обороти в минута	W


ПРОГРАМИ

MANUAL






Натиснете бутона „“, за да започнете тренировката.





Натиснете бутоните „“, за да изберете и настроите стойностите/отчитането (време, разстояние, калории, възраст).




С помощта на бутоните   коригирайте стойността, а с бутона  потвърдете и преминете към настройките на следващата функция.

По време на тренировката съпротивлението ще бъде настроено според дадената програма, но при необходимост можете да го коригирате

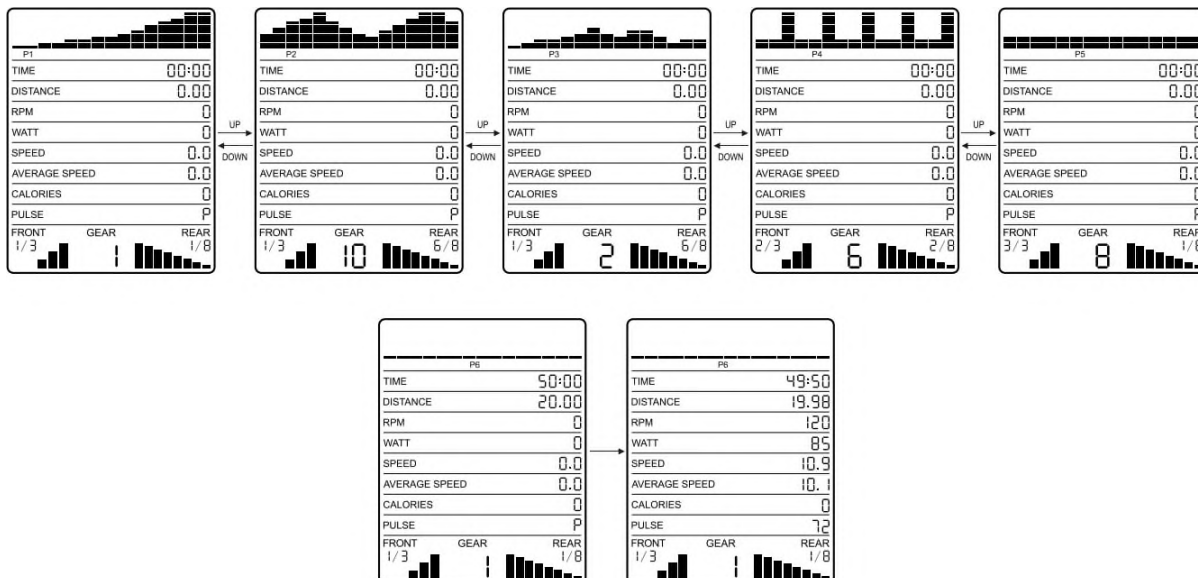
с помощта на бутоните.  

Ако настроите обратно отброяване на програмата, се показва обратното отброяване на стойността. Веднага щом отброяването достигне 0, ще чуете звуков сигнал.





Програмата се спира с натискане на бутона „“.




ПРЕДВАРИТЕЛНО НАСТРОЕНИ ПРОГРАМИ




С помощта на бутоните   изберете програма P1 – P6

Натиснете,  стартирате програмата или натиснете бутон , за да влезете в настройките на програмата.


В настройките можете да зададете (време, разстояние, калории, възраст) за програми P1 – P5. За програма P6 можете да зададете (време, разстояние).

С помощта на бутоните   коригирайте стойността, натиснете , за да потвърдите и да преминете към настройките на следващата стойност.

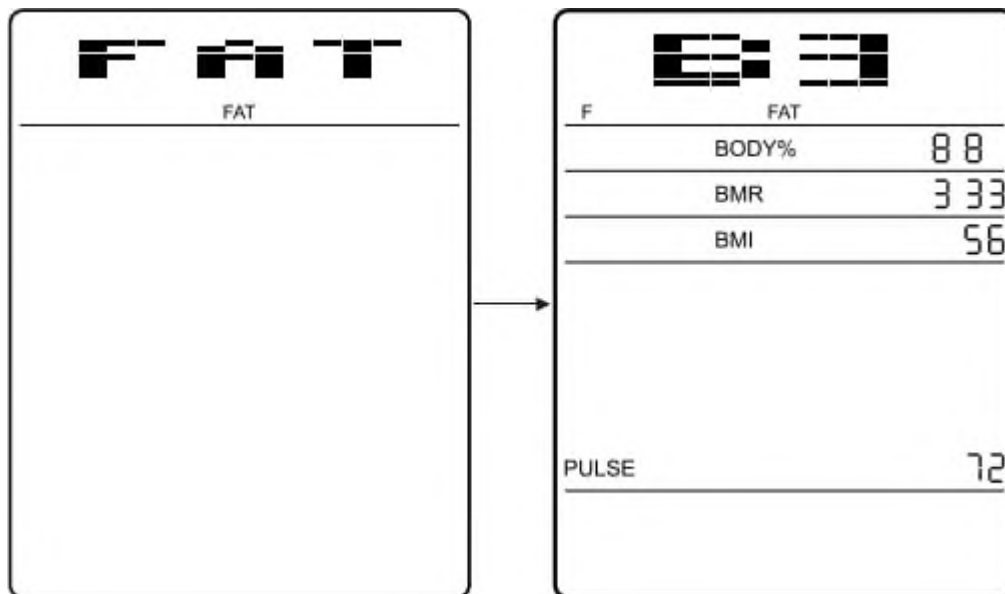
След като зададете всички стойности, програмата ще се стартира; или натиснете  за стартиране на програмата. По време на тренировката съпротивлението ще бъде настроено според дадената програма, при необходимост можете да го регулирате

с помощта на бутоните  



Ако настроите отброяване на програмата, се показва отброяване на стойността. Веднага щом отброяването достигне 0, ще чуете звуков сигнал.

Програмата се спира с натискане на бутона „  “.

BODY FAT



Натиснете бутоните „**ENTER**“, за да влезете в настройките на програмата.

С помощта на бутоните   настройте стойностите: gender (пол, M – мъж, F – жена) → height (ръст) → age (възраст).



Натиснете бутоните **ST./SP.**, за да стартирате 8-секундно отброяване. Ще се покажат BMI, FAT% и BMR. Тестът трябва да се извършва в състояние на покой.

BMI (индекс на телесна маса)

Пол/възраст	Недохранване	Нормално	Леко наднормено тегло	Наднормено тегло	Затлъстяване
Мъж ≤ 30	< 14	14 ~ 20	20,1 ~ 25	25,1 ~ 35	> 35
Мъж > 30	< 17	17 ~ 23	23,1 ~ 28	28,1 ~ 38	> 38
Жена ≤ 30	< 17	17 ~ 24	24,1 ~ 30	30,1 ~ 40	> 40
Жена > 30	< 20	20 ~ 27	27,1 ~ 33	33,1 ~ 43	> 43

FAT% (% телесни мазнини)

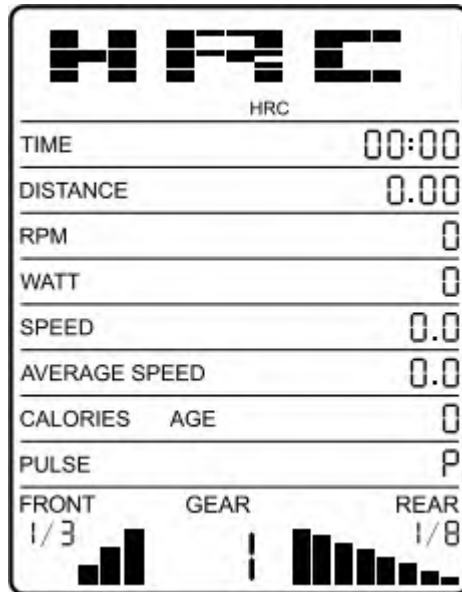
Пол	Ниско	Средно	Средно/високо	Високо
Мъж	< 14%	13% - 25,9%	26% - 30%	> 30%
Жена	< 14%	23% - 35,9%	36% - 40%	> 40%

BMR (скорост на метаболизма)

Метаболизмът показва изразходването на калории през деня Референтна стойност: 1300 ± 100 (за възраст 22-40 години)

Стойностите са само ориентировъчни и не служат за медицински цели.

HRC



Натиснете бутоните „**ENTER**“, за да влезете в настройките. Настройте данните: time (време) → distance (разстояние) → calories (калории) → target heart rate (целева сърдечна честота).

С помощта на бутоните   настройте стойността.



Натиснете бутона „**ST./SP.**“, за да стартирате тренировката.

По време на тренировката съпротивлението ще бъде настроено според дадения програмата, при необходимост можете да го коригирате

с помощта на бутоните  

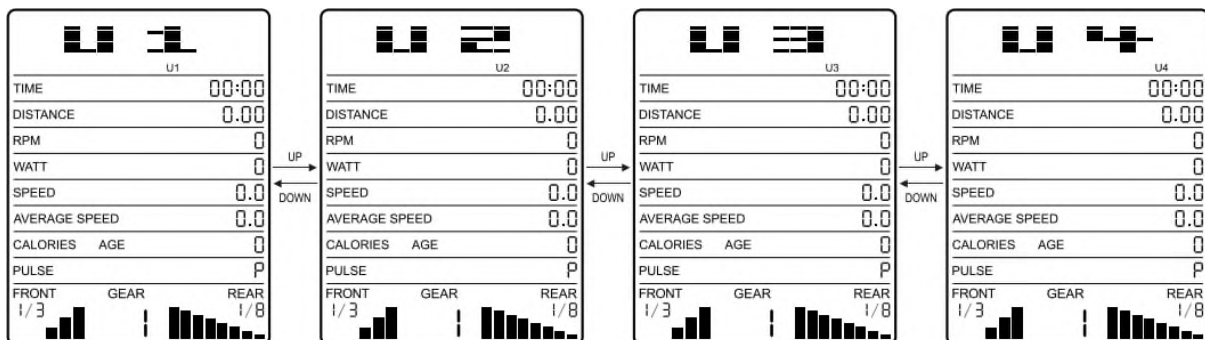
Ако настроите отброяване на програмата, се показва отброяване на стойността. Веднага щом отброяването достигне 0, ще чуete звуков сигнал.



Програмата се спира с натискане на бутона „**ST./SP.**“.

Необходимо е да се измерва сърдечната честота, в противен случай натоварването няма да се регулира според целевата стойност.

USER PROGRAM (потребителска програма)



С помощта на бутоните   изберете програма U1 – U4.

Натиснете **ST./SP.** стартирате програмата, а с натискане на **ENTER** “ влизате в настройките на програмата.

В настройките можете да зададете следните стойности: time (време) → distance (разстояние) → calories (калории) → resistance (съпротивление)

С помощта на бутоните **^** **v** “ можете да промените стойността, а с натискане на **ENTER** “ да потвърдите и да преминете към настройката на следващата стойност.

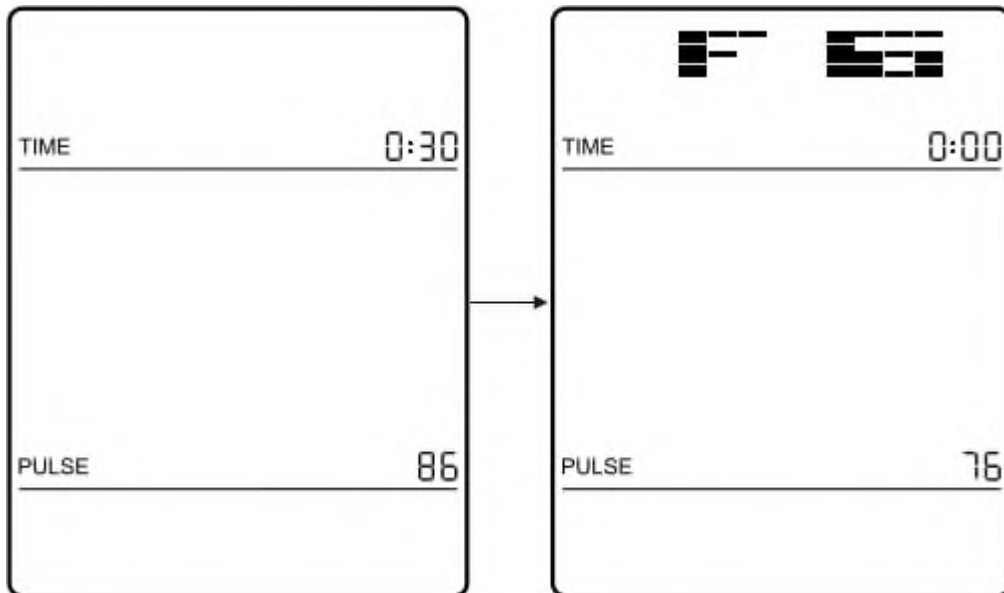


След като настроите всички стойности, програмата ще се стартира, или натиснете за стартиране на програмата. По време на тренировката съпротивлението ще бъде настроено според дадената програма, при необходимост можете да го коригирате

с помощта на бутоните **^** **v**

Ако настроите отброяване на програмата, се показва отброяване на стойността. Веднага щом отброяването достигне 0, ще чуете звуков сигнал.

Програмата се спира с натискане на бутона **ST./SP.** “
RECOVERY (програма за възстановяване)



Ако бъде открита сърдечна честота, натиснете **RECOVERY** /

Започва 60-секундно отброяване. Веднага щом достигне 0, се показва резултатът F1 (най-добър) – F6 (най-лош). Стойностите са само ориентировъчни и не служат за медицински цели.

Bluetooth

С помощта на приложението FitShow можете да свържете тренажора със смарт устройство.

УПОТРЕБА

Упражненията на спининг се основават на много прости движения, които обаче със сигурност ще ви харесат. Упражненията дори по-възрастните хора могат да се справят с тях. Преди самата е необходимо да настроите височината на седалката. Важно е да седите удобно. Седалката на велотренажора трябва да бъде настроена така, че да можете да се държите за ергономично оформените ръкохватки, докато седите. Не трябва да имате усещане за изпънати ръце. Можете да нараните мускулите .

За да си осигурите удобно и приятно трениране, поставете краката си в педалите. Днес всички модерни педали са снабдени с ремъци за закрепване и стабилизиране на стъпалото. Важно е стъпалото да е здраво и сигурно поставено по време на тренировката.

Основата на тренировката на спининг е движението на краката по специфична траектория. Това движение е много подобно на карането на велосипед. При тренировка на спининг просто седите на седалката с правилно настроена височина, краката ви са здраво поставени в педалите, държите се здраво за ергономично оформените ръкохватки и педалите.

Препоръчително е в началото да изберете по-ниско натоварване. Ако тренирате на спининг на редовни интервали, можете постепенно да увеличавате натоварването. Можете да увеличавате натоварването постепенно на всяка една - две седмици. Изборът на висока натоварване в началото на тренировката може да доведе до бърза умора и преумора на мускулите.

При тренировка е важно да изберете подходящо натоварване и правилно темпо. Опитайте се да го поддържате през цялото време на тренировката. Не се препоръчва да избирате високо темпо още в началото. Увеличавайте темпото приблизително след седмица редовни тренировки. Високото темпо не означава по-бързо изгаряне на калории. Правилното изгаряне на калории се дължи на подходящи и редовни тренировки. В началото на тренировките броят на изгорените калории може да ви се стори нисък, но редовните и подходящи тренировки са ключът към постигането на най-добри резултати.

Тренировката на спининг води и до оформяне на мускулите. Укрепват се предимно бедрените и прасцовите мускули. При тренировка на спининг движите и седалището.

Ако искате да тренирате правилно, не трябва да забравяте за правилното дишане. Правилното и редовно дишане се препоръчва при всякакви упражнения. Важно е да се спазват редовни дълбоки вдишвания и издишвания. Редовното и правилно дишане при тренировка на спининг води до интензивно натоварване на коремните мускули. Препоръчително е да се тренира 30-35 минути след хранене. Неспазването на това правило може да доведе до по-малко изгорени калории, а в по-напреднала възраст – и до храносмилателни проблеми.

За да постигнете възможно най-добри резултати, трябва да обмислите и състава на вашата диета. Препоръчва се да започвате деня с консумация на сладки храни и печива или мюсли с мляко. За обяд се препоръчва да ядете по-калорична храна. Не забравяйте супата. За вечеря се препоръчват леки ястия. Ако искате да подобрите здравословното си състояние, важно е не само редовното упражнение, но и цялостният начин на живот.

Упражненията на спининг са ефективни за всички заети хора. Благодарение на тях се постига ефективно укрепване на мускулите, и то главно на бедрените, прасците и седалищните. Редовните упражнения могат да доведат до отслабване. Тренировката се препоръчва не само като зимна подготовка за велосипедисти, но и за хора, които искат да изгорят излишни калории. Редовното дишане, редовните тренировки, подходящото темпо и балансираното хранене могат да доведат до желаните от вас резултати.

ПРАВИЛН НА ТЯЛОТО

По време на тренировка поддържайте изправено положение или можете да се облегнете с предмишниците на ръкохватките. По време на педалиране краката ви не трябва да са напълно изпънати. пълно натискане на педала коленете трябва да са леко сгънати. Поддържайте главата , за да сведете до минимум болките в шийните и горните гръбни мускули. Винаги плавно и ритмично.

ИНСТРУКЦИИ ЗА ТРЕНИРОВКА

Правилната започва с фаза на загряване и завършва с упражнения за отдих. Фазата на загряване трябва да подготви тялото за последващото натоварване. Упражненията за отдих трябва да предотвратят мускулни травми и спазми. Извършвайте упражненията за загряване и отдих според таблицата по-долу.



Докосване на пръстите на краката

Наведете се в талията. Дръжте гърба и ръцете отпуснати и се наведете напред към пръстите на краката. Задръжте в тази позиция 15 секунди. Леко сгънете коленете.



Горната част на бедрата

Опрете се с една ръка на стената. Поставете другата ръка зад себе си и хванете стъпалото. Придърпайте го към седалището, колкото можете. Задръжте 30 секунди и повторете с другия крак.



Задна част на бедрата

Седнете и опънете десния крак. Притиснете стъпалото на левия крак към вътрешната част на дясното бедро. Опънете дясната ръка към върха на изпънатия крак. Задръжте 15 секунди и отпуснете. Повторете същото с левия крак.



Вътрешната страна на бедрата

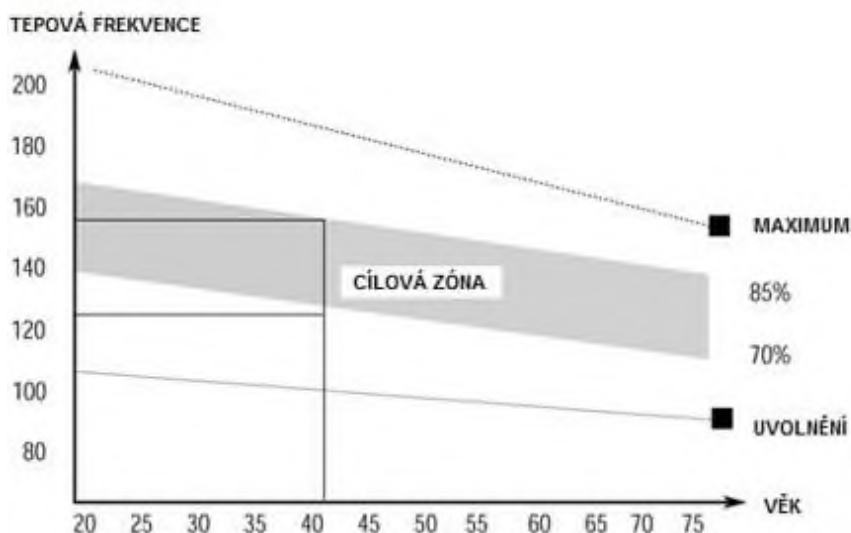
Седнете на пода с върховете на краката един до друг. Коленете сочат навън. Притеглете стъпалата към слабините. Натискайте коленете надолу. Задръжте 30-40 секунди, ако е възможно.



Прасци и ахилесово сухожилие

Опрете се на стената с единия крак назад и ръцете насочени напред. Изпънете десния крак и оставете левия на земята. Сгънете левия крак и го изтласкайте напред, така че бедрото да се притиска към стената. Задръжте 30-40 секунди. Краката трябва да са изпънати и повторете с другия крак.

Фази на упражнението. Редовните упражнения ще укрепят мускулите ви. По време на тренировката поддържайте постоянното темпо според графиката. Тренировката трябва да продължи поне 12 минути.



След това оставете мускулите да се успокоят, като намалите темпото за около 5 минути. След това изпълнявайте упражненията като при замявката. Тренирайте редовно поне 3 пъти седмично.

ПОДДРЪЖКА

- При монтажа затегнете добре всички винтове и настройте спининг в хоризонтално положение.
- Проверете дали са затегнати правилно след 10 часа употреба.

- След приключване на тренировката избършете потта. Почиствайте уреда с кърпа и меки почистващи средства. Не използвайте разтворители или агресивни почистващи средства върху пластмасовите части.
- При повишен шум е необходимо да проверите дали всички връзки са правилно затегнати.
- Поставете продукта в чисто, проветриво и сухо помещение.
- Не излагайте уреда на пряка слънчева светлина.

СЪХРАНЕНИЕ

Съхранявайте велотренажора в чиста и суха среда. Уверете се, че уредът не е включен в електрическата мрежа.

ВАЖНИ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ

- Този уред отговаря на стандартните правила за безопасност. Всякаква друга употреба е забранена и може да бъде опасна за потребителя. Не носим отговорност за вреди, причинени от неправилна и забранена употреба на уреда.
- Преди да започнете тренировка на велотренажора, консултирайте се с Вашия лекар. Лекарят трябва да прецени дали сте физически годни да използвате уреда и каква натоварване можете да понесете. Неправилното упражняване или преумората могат да навредят на здравето Ви.
- Прочетете внимателно следните съвети и указания за тренировка. Ако по време на тренировката почувствате болка, гадене, затруднено дишане или имате други здравословни проблеми, незабавно преустановете тренировката. Ако болката продължи, незабавно посетете лекар.
- Този велотренажор не е подходящ като медицинско средство. Той също така не може да се използва за лечебни цели.
- Сензорът за сърдечен ритъм не е медицински уред. Той предоставя само ориентировъчна информация за средния ви сърдечен ритъм и всяка предложена сърдечна честота не е медицински обвързваща. Поради неконтролируеми човешки и външни фактори, отчетените данни може да не са винаги точни.

ЗАЩИТА НА ОКОЛНАТА СРЕДА

След изтичане на експлоатационния срок на продукта или в случай, че по-нататъшният ремонт вече е икономически неизгоден, изхвърлете продукта в съответствие с местните разпоредби и по екологичен начин. Занесете продукта до най-близкия пункт за събиране, предназначен за тази цел.

Чрез правилното изхвърляне ще помогнете за съхранението на ценни природни ресурси и ще допринесете за предотвратяването на отрицателни въздействия върху околната среда или човешкото здраве. Ако не сте сигурни, консултирайте се с местните компетентни органи, за да не допуснете нарушение на разпоредбите и последващи санкции.

Не изхвърляйте батериите с обикновените отпадъци, а ги предайте на местата, предназначени за рециклиране.

ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ

Общи разпоредби и определения

Съгласно действащите правни разпоредби е от значение дали купувачът е краен потребител или не. „Купувачът, който е краен клиент“ или просто „краен клиент“ е юридическо лице, което не сключва и изпълнява договора с цел да извършва или насърчава собствената си търговска или стопанска дейност. „Купувачът, който не е краен клиент“ е бизнесмен, който купува стоки или ползва услуги с цел да използва стоките или услугите за собствената си търговска дейност. Купувачът се съобразява с Общите условия за покупка и търговските условия.

Съгласно действащото законодателство се прави разграничение между купувач, който е потребител, и купувач, който не е потребител.

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

„Купувач, който не е „потребител“, е предприемач, който закупува продукти или ползва услуги с цел да извършва стопанска дейност с тези продукти или услуги. Този купувач се ръководи от рамковия договор за покупко-продажба и търговските условия в обхвата, който го засяга.

Настоящите гаранционни условия и правила за рекламации са неразделна част от всеки договор за покупко-продажба, сключен между продавача и купувача. Гаранционните условия и правилата за рекламации са валидни и задължителни, освен ако в договора за покупко-продажба, в приложение към него или в друго писмено споразумение страните не са се договорили друго.

Гаранционни условия

Гаранционен срок

Продавачът предоставя на купувача гаранция за качеството на стоката с продължителност 24 месеца, освен ако от гаранционния лист, фактурата за стоката, товарителницата или друг документ към стоката не следва различна продължителност на гаранционния срок, предоставен от продавача. Законната продължителност на гаранцията, предоставена на потребителя, не се засяга от това.

С гаранцията за качество продавачът поема задължението, че доставената стока ще бъде годна за употреба за обичайната или договорената цел за определен период от време и че ще запази обичайните или договорените си свойства.

Батерия

6-месечна гаранция за живота на батерията – номиналният капацитет на батерията няма да спадне под 70% от общия си капацитет в рамките на 6 месеца от продажбата на продукта.

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

- по вина на потребителя, т.е. повреда на продукта в резултат на неквалифициран ремонт, неправилен монтаж, недостатъчно закрепване на седалковата тръба към рамката, недостатъчно затягане на педалите в криковете и криковете към централната ос
- неправилна поддръжка
- механично увреждане
- износване на части при нормална употреба (например гумени и пластмасови части, подвижни механизми, шарнирни връзки, износване на веригата и др.)
- неизбежно събитие, природно бедствие
- непрофесионални намеси
- неправилна експлоатация или неподходящо разположение, въздействие на ниски или високи температури, въздействие на вода, прекомерно налягане и удари, умишлено променен дизайн, форма или размери

Правила за рекламации

Процедура при рекламация на дефект на стоката

Купувачът е длъжен да провери стоката, доставена от продавача, възможно най-скоро след преминаване на риска от повреда на стоката, съответно след нейната доставка. Проверката трябва да бъде извършена от купувача така, че да бъдат установени всички дефекти, които могат да бъдат открити при разумна професионална проверка.

При рекламация на стоката купувачът е длъжен по искане на продавача да докаже покупката и основателността на рекламацията с фактура или доставна бележка с посочено производствено (серийно) номер, евентуално със същите документи без серийно номер. Ако купувачът не докаже основателността на рекламацията с тези документи, продавачът има право да отхвърли рекламацията.

Ако купувачът съобщи за дефект, за който не се отнася гаранцията (например не са изпълнени условията на гаранцията, дефектът е съобщен погрешно и т.н.), продавачът има право да изисква пълно покриване на разходите, възникнали във връзка с отстраняването на дефекта, съобщени по този начин от купувача. В този случай изчислението на сервизната намеса ще се основава на действащия ценоразпис за работни услуги и транспортни разходи.

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

В случай че купувачът рекламира дефекти на стоката, за която се отнася гаранцията съгласно действащите гаранционни условия на продавача, продавачът ще отстрани дефекта чрез ремонт или, ако е необходимо, чрез замяна на дефектната част или устройство с изправно. Продавачът има право, със съгласието на купувача, да достави в замяна на дефектната стока друга стока, напълно функционално съвместима, но с технически параметри, които са поне същите или по-добри. Изборът относно начина на уреждане на рекламацията съгласно този параграф принадлежи на продавача.

Продавачът урежда рекламацията най-късно до 30 дни от получаването на дефектната стока, освен ако не е договорен по-дълъг срок. За ден на уреждане се счита денят, в който поправената или подменената стока е предадена на купувача. Ако, предвид характера на дефекта, продавачът не е в състояние да уреди рекламацията в посочения срок, той договаря с купувача алтернативно решение. Ако не се стигне до такова споразумение, продавачът е длъжен да предостави на купувача финансова компенсация под формата на кредитна бележка.

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