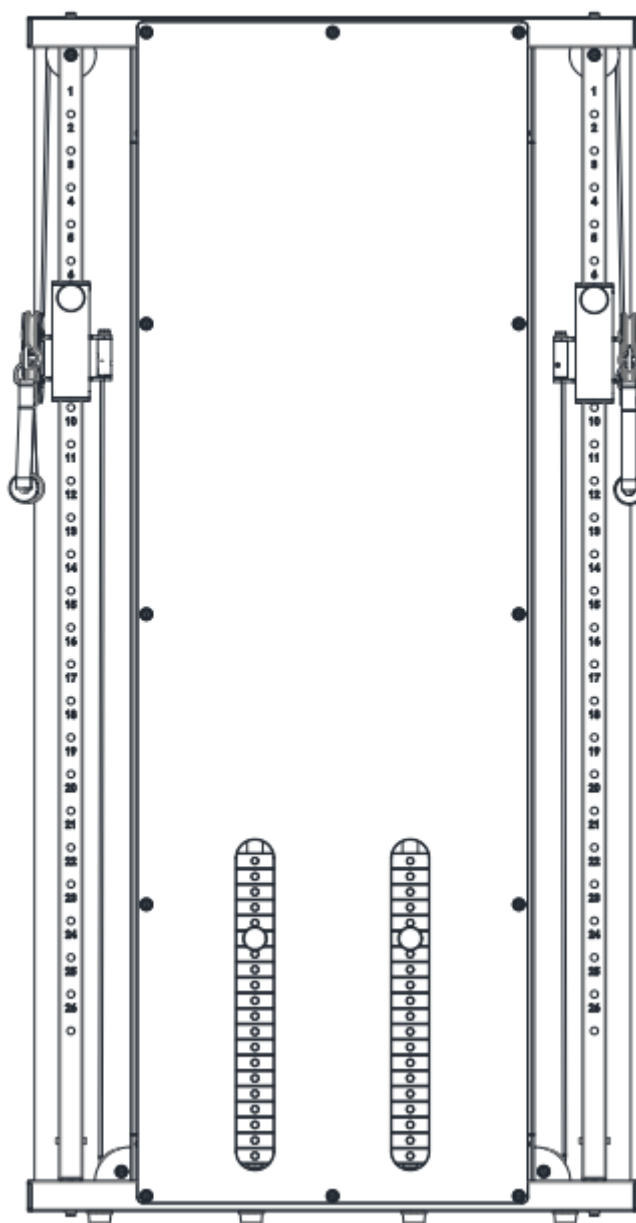




РЪКОВОДСТВО ЗА УПОТРЕБА – БГ
IN 27228 Силова стойка с тежести inSPORTline
Cable Column CC350



СЪДЪРЖАНИЕ

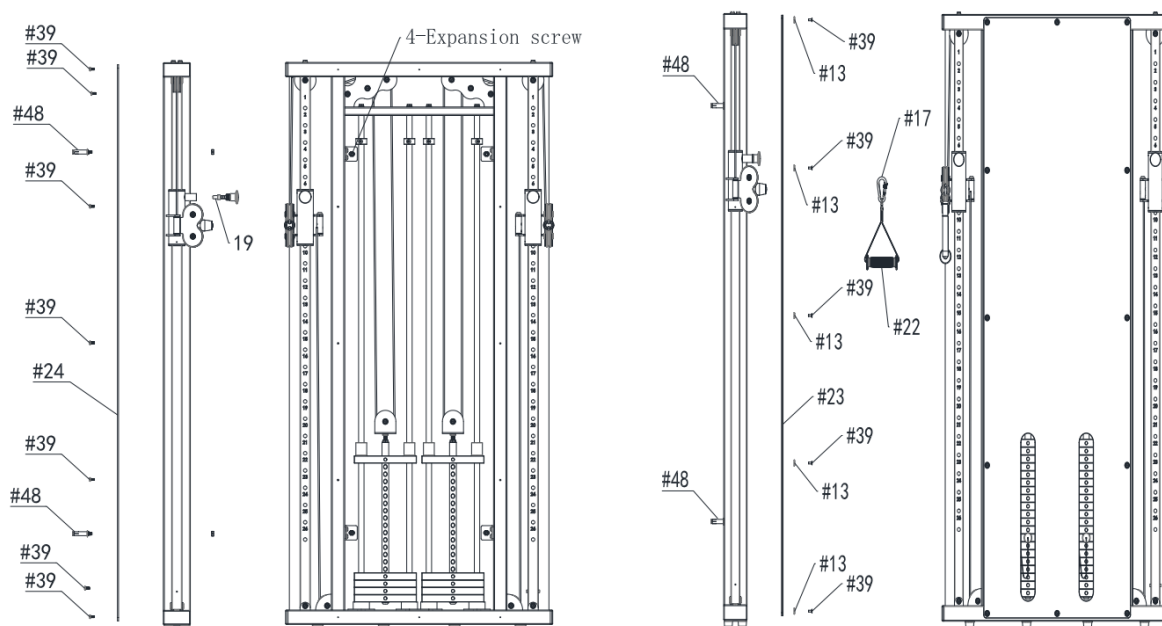
ИНСТРУКЦИИ ЗА УПОТРЕБА.....	3
СГЛОБЯВА.....	4
РЕГУЛИРАНЕ НА ДЪЛЖИНАТА НА КАБЕЛА /ВЪЖЕТО.....	4
ЧАСТИ.....	5
ЧЕРТЕЖ.....	6
ИНСТРУКЦИИ ЗА ТРЕНИРАНЕ.....	7
ПОДДРЪЖКА.....	8
ОПАЗВАНЕ НА ОКОЛНА СРЕДА.....	8
ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ.....	8

SevenSport s.r.o. си запазва правото да прави промени и подобрения на своя продукт без предварително уведомление. Посетете нашите уебсайтове www.yako.bg и www.insportline.bg, където ще намерите най-новата версия на ръководството.

ИНСТРУКЦИИ ЗА УПОТРЕБА

- „Ръководството е предназначено за ефективна употреба на продукта. Моля, прочетете внимателно ръководството преди употреба и го запазете за бъдещи справки.
- „Бъдете особено внимателни по време на сглобяване, помолете друг възрастен за помощ.
- „За да осигурите максимална безопасност, извършвайте редовни проверки за повреди или износване на частите.
- „Ако друг човек също ще използва устройството, е важно той да е запознат с всички инструкции в това ръководство.
- „Само 1 човек може да тренира на машината.
- „Преди да използвате машината, проверете дали всички винтове и гайки са правилно затегнати и всички съединения са в добро състояние.
- „Преди да започнете тренировката, отстранете всички опасни предмети с остри ръбове от зоната около машината.
- „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 силови тренировки, докато не е в перфектно работно състояние.
- „Любопитството и игливостта на децата могат да доведат до опасни ситуации, ако уредът се използва неправилно - техните родители или други лица, които наблюдават децата, са отговорни за безопасността им.
- „Преди да позволите на дете да тренира на машината, вземете предвид неговото психическо и физическо състояние. Децата могат да тренират само под наблюдението на възрастен, който ще контролира правилната употреба на машината. Машината за силови тренировки не е играчка за деца.
- „Трябва да има поне 0,6 м свободно пространство около машината. Никаква регулируема част от машината не трябва да стърчи и да възпрепятства движението на потребителя.
- „Трябва да се осигури достатъчно свободно пространство около цялата машина.
- „Имайте предвид, че неправилната или прекомерна тренировка може да доведе до увреждане на здравето.
- „Продуктът трябва да бъде закрепен (анкеризиран) към стената. Ако не сте сигурни, консултирайте се със специалист за правилния монтаж.
- „Преди да използвате продукта, той трябва да бъде обезопасен срещу нежелано преместване с помощта на регулируемите крачета.
- „Поставете устройството върху равна повърхност и се уверете в неговата стабилност.
- „Носете подходящи дрехи и спортни обувки. Не тренирайте с дрехи, които биха могли да се закачат в устройството (напр. прекалено дълги и широки дрехи). Препоръчваме здрави спортни обувки с неплъзгащи се подметки.
- " Консултирайте се с лекар, преди да започнете каквато и да е тренировъчна програма. Вашият лекар може да Ви разработи подходяща тренировъчна програма и да Ви препоръча подходяща диета.
- " Употреба: S за професионална и клубна употреба
- " Товароносимост: 120 кг
- " Максимална товароносимост: 150 кг

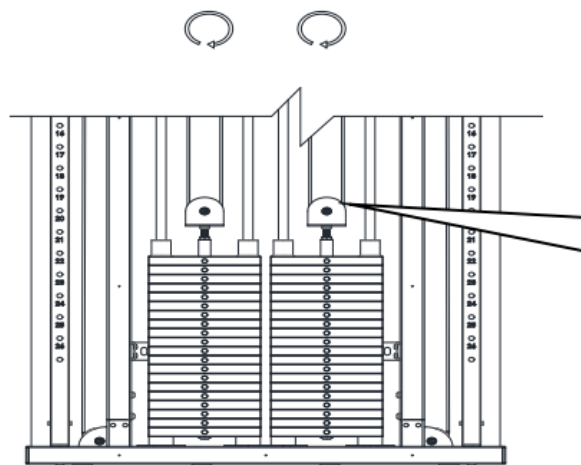
СГЛОБЯВАНЕ



1. Маркирайте местоположението на всички 4 разширителни болта M10*80 мм (48) на стената и фиксирайте рамката с разширителния болт.
2. Фиксирайте щифта (19) в рамката.
3. Фиксирайте задния капак (24) с болт M6*15 (39).
4. Затегнете всички връзки.
5. Фиксирайте предния капак (23) с болт M6*15 (39) и прикрепете капачките (13) към болтовете.
6. Фиксирайте ръкохватките (22) с карабинерите (17).

РЕГУЛИРАНЕ НА ДЪЛЖИНАТА НА КАБЕЛА

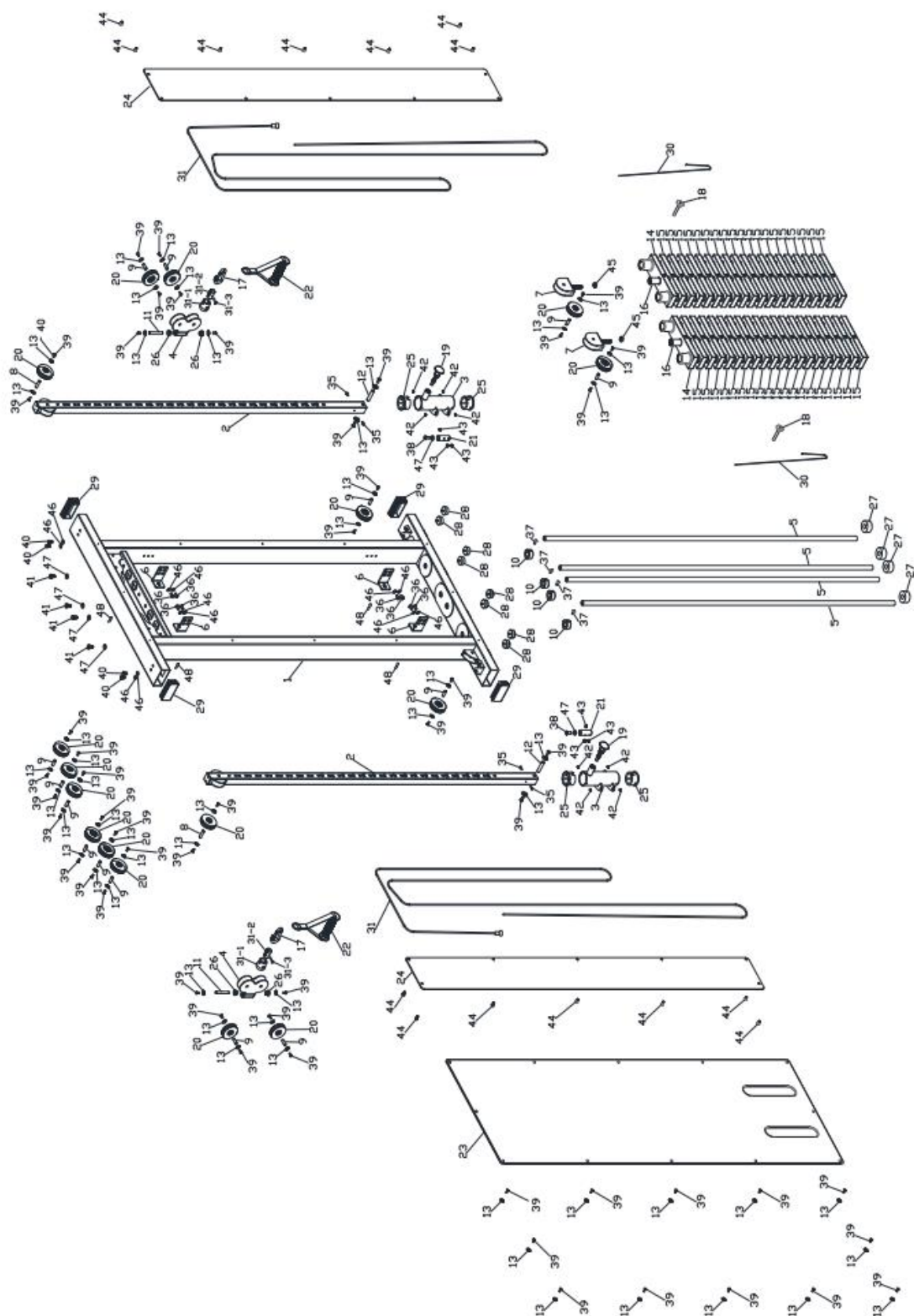
1. Свалете капака.
2. Ако дължината на кабела е твърде дълга, разхлабете гайката M12, свалете макарата и я завъртете на 1 до 2 оборота по посока на часовниковата стрелка (не променяйте посоката на кабела). След това поставете отново макарата. В случай на значително износване на кабела, кабелът трябва да се смени.



СПИСЪК НА ЧАСТИ

- 1 Основа 1
- 2 Колона 2
- 3 Плъзгач 2
- 4 Корпус на двойна ролка 2
- 5 Водеща щанга 4
- 6 Фиксираща плоча 4
- 7 Държач на ролка 2
- 8 Дълга ос на ролка □10*36,5 2
- 9 Къса ос на ролка 14
- 10 Разделителна втулка 4
- 11 Държач на въртяща се ролка □10*72 2
- 12 Капак на кабела □22*60 2
- 13 Винтов капак □19,5*2,5Н 48
- 14 Горна тежест 2
- 15 Долна тежест 38
- 16 Лост за избор на тежест 2
- 17 Карабинер 2
- 18 Щифт 2
- 19 Щифт 2
- 20 Ролка 75 16
- 21 Държач на кабел 2
- 22 Дръжки 2
- 23 Преден капак 1
- 24 Заден капак 2
- 25 Дълга втулка 4
- 26 Найлонова втулка 4
- 27 Гумена шайба 4
- 28 Шайба ф37*ф34*16* 8
- 29 Край на рамката 4
- 30 Найлоново кабел □2.0*850 2
- 31 Кабел □3.3*□ 2.38*19*6892 2
- 31-1 Пластмасова втулка 2
- 31-2 Свързващ жак от неръждаема стомана 2
- 31-3 Винт М5*25 2
- 35 Винт М5*10 4
- 36 Винт М8*15 8
- 37 Винт М6*15 4
- 38 Винт М10*20 2
- 39 Винт М6*15 52
- 40 Винт М8*15 4
- 41 Винт М10*20 6
- 42 Винт М6*10 8
- 43 Винт М8*10 6
- 44 Винт М12*1.75 14
- 45 Гайка М12*1.75 2
- 46 Шайба □8.5*□16*Т1.5 12
- 47 Шайба □10.5*□20*Т2.0 6
- 48 Разширителен болт М10*80 4

ЧЕРТЕЖ

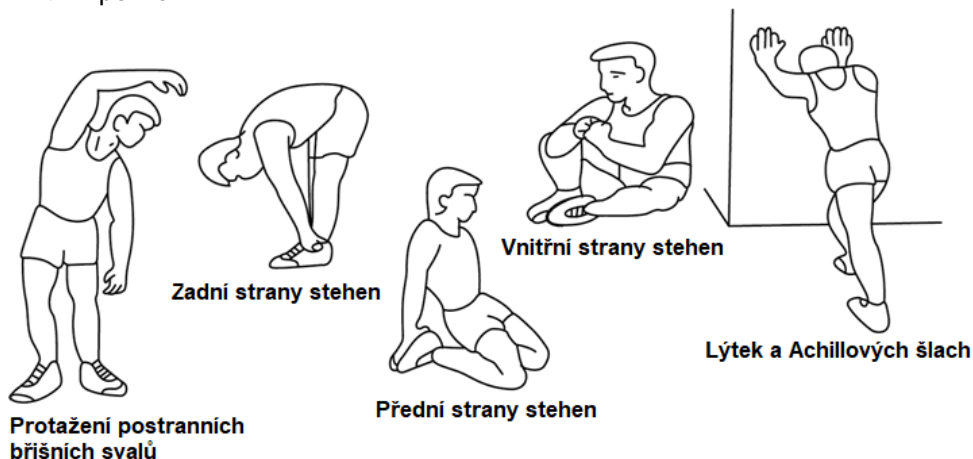


ИНСТРУКЦИИ ЗА ТРЕНИРАНЕ

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

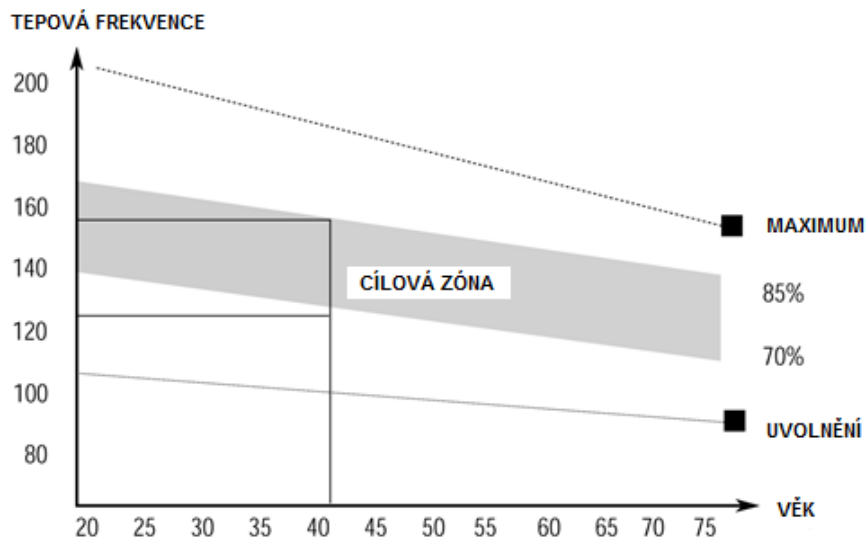
1. ЗАГРЯВАНЕ

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



2. СЪЩИНСКА ТРЕНИРОВКА

Тази фаза е по-физически натоварваща. Редовните упражнения укрепват мускулите. Можете сами да задавате темпото, но е много важно то да е еднакво. 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. РАЗПУСКАНЕ

Тази фаза е необходима за успокояване на сърдечно-съдовата система и отпускане на мускулите. Тя трябва да продължи около 5 минути. Можете да повторите загряващите упражнения или да продължите тренировката 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 упражнението. Тренирайте редовно, поне три пъти седмично.

ОФОРМЯНЕ НА МУСКУЛИ

Важно е да зададете високо ниво на натоварване за оформяне на мускулите. Това ще натовари повече мускулите ви, което може да означава, че няма да можете да тренирате толкова дълго, колкото бихте искали. Ако се опитвате и да подобрите физическата си форма, трябва да коригирате тренировките си. По време на замяната и последната фаза на тренировката си, тренирайте както обикновено, но увеличете натоварването на уреда към края на тренировката. Забавете скоростта си, за да поддържате сърдечната си честота в целевата зона.

ОТСЛАБВАНЕ

Количеството изгорени калории зависи само от продължителността и интензивността на тренировката.

ПОДДРЪЖКА

1. След тренировка извършете влагане, за да предотвратите корозия. Почистете устройството с мека кърпа и меки почистващи препарати. Не използвайте абразивни почистващи препарати или разтворители върху пластмасовите части.
2. Ако машината работи шумно, проверете и затегнете всички винтове и връзки.
3. Продуктът трябва да се постави на чисто, проветриво и сухо място.
4. Не излагайте машината на пряка слънчева светлина.

ОПАЗВАНЕ НА ОКОЛНАТА СРЕДА

В края на полезния живот на продукта или ако по-нататъшният ремонт вече не е икономически изгоден, изхвърлете продукта в съответствие с местните разпоредби и по екологосъобразен начин. Занесете продукта до най-близкия определен пункт за събиране. Като изхвърлите този продукт правилно, вие ще помогнете за опазването на ценни природни ресурси и ще помогнете за предотвратяване на потенциални отрицателни последици за околната среда и човешкото здраве. Моля, консултирайте се с местните власти, за да избегнете евентуални съдебни действия.

ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ

Общи положения дефиниции и термини

Всички условия за гаранция, посочени по-долу, определят гаранционния срок и условия за предаване на рекламация. 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.

Според валидните законови разпоредби зависи дали Купувачът е Краен клиент или не. "Купувачът, който е краен клиент" или просто "крайният клиент" е юридическото лице, което не сключва и не изпълнява договора, за да управлява или рекламира собствена търговска или стопанска дейност. "Купувачът, който не е Краен клиент" е Бизнесмен, който купува стоки или използва услуги с цел използване на стоките или услугите за собствената си дейност. Купувачът спазва Общия договор за покупко-продажба и бизнес условията в степента, определена в Търговския закон.

Настоящите Условия за гаранция и гаранционни претенции са неразделна част от всеки Договор за покупка, сключен между Продавача и Купувача. Всички условия на гаранцията са валидни и обвързващи, освен ако не е посочено друго в Договора за покупка, в изменението на този договор или в друго писмено споразумение.

Гаранционни условия Гаранционен срок

Продавачът предоставя на купувача 24-месечна гаранция за качеството на стоките, освен ако не е посочено друго в сертификата за гаранция, фактурата или други документи, свързани със стоките.

Правният гаранционен срок, предоставен на Потребителя, не е засегнат. С Гаранцията за качеството на стоката, Продавачът гарантира, че доставените Стоки за определен период от време са подходящи за редовна или договорена употреба и че Стоките ще поддържат редовни или договорни функции.

Гаранцията не покрива дефекти, произтичащи от:

- Вина на потребителя, т.е. повреда на продукта, причинена от неквалифицирани ремонтни работи, неправилно сглобяване, не добре сглобени елементи на уреда. - Неправилна поддръжка
- Механични повреди
- Редовна употреба (например износване на гумени и пластмасови части, фуги и др.)
- Неизбежно събитие, природно бедствие
- Корекции, направени от неквалифициран човек
- Неправилна поддръжка, неправилно поставяне, повреди, причинени от ниска или висока температура, вода, неподходящо налягане, удари, преднамерени промени в дизайна или конструкцията и др.

Процедура по предявяване на рекламация Рекламациите се приемат от централния офис на САКСО ООД, намиращ се в гр. Русе на ул. „ТЕЦ Изток“ 20.

Купувачът е длъжен да провери доставените от Продавача стоки веднага след поемане на отговорност за стоките и вредите му, т.е. непосредствено след доставката. Купувачът трябва да провери Стоките, за да открие всички дефекти, които могат да бъдат открити при такава проверка.

При предявяване на рекламация Купувачът е длъжен, по искане на Продавача, да докаже покупката и валидността на гаранцията от бележката или фактурата, която включва серийния номер на продукта, или евентуално чрез документи без сериен номер. Ако Купувачът не докаже валидността на Гаранционната претенция от тези документи, Продавачът има право да отхвърли Гаранционната претенция.

Ако Купувачът уведоми за дефект, който не е обхванат от Гаранцията (напр. В случай, че Гаранционните условия не са изпълнени или в случай на грешка и т.н.), Продавачът има право да изисква компенсация за всички разходи, произтичащи от ремонта. Разходите се изчисляват съгласно действащия ценоразпис на услугите и транспортните разходи.

Ако Продавачът разбере (чрез тестване), че продуктът не е повреден, Гаранционната претенция не се приема. Продавачът си запазва правото да предяви иск за обезщетение за разходи, произтичащи от неверни гаранционни претенции.

В случай, че Купувачът предяви претенция относно Стоките, които са законно обхванати от предоставената от Продавача гаранция, Продавачът трябва да фиксира докладваните дефекти чрез ремонт или чрез замяна на повредената част или продукт с нова. Въз основа на съгласието на Купувача, Продавачът има право да замени дефектираните Стоки за напълно съвместими Стоки със същите или по-добри технически характеристики. Продавачът има право да избере формата на процедурите за искове за гаранция, описани в този параграф.

Продавачът урежда Гаранционната претенция в рамките на 30 дни след доставката на дефектните стоки, освен ако не е договорен по-дълъг срок. Денят на предаване на ремонтираната или обменяна стока на Купувача е денят на уреждане на гаранционния иск. Когато Продавачът не е в състояние да уреди Гаранционната претенция в рамките на уговорения срок поради специфичния характер на дефекта на Стоките, той и Купувачът се договарят за алтернативно решение. В случай, че такова споразумение не е направено, Продавачът е длъжен да предостави на Купувача финансова компенсация под формата на връщане на пари.

Дистрибутор: САКСО ООД
Офис: Русе, ул. "ТЕЦ Изток" 20
Телефон: 0894 566 060
E-mail: office@yako.bg
Web: www.yako.bg
www.insportline.bg

