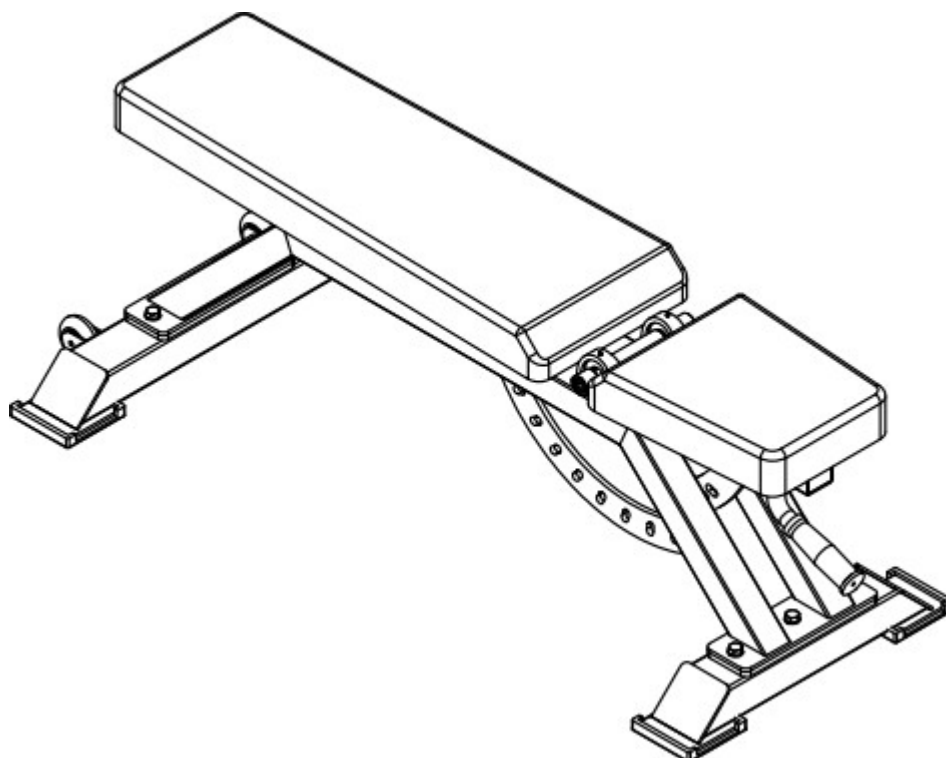




ПОТРЕБИТЕЛСКО РЪКОВОДСТВО – БГ
IN 27231 Тренировъчна лежанка inSPORTline X-NT FB10



СЪДЪРЖАНИЕ

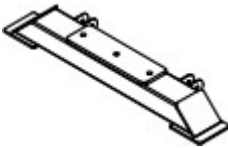
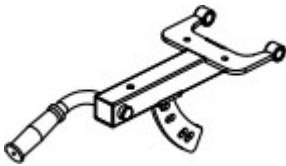
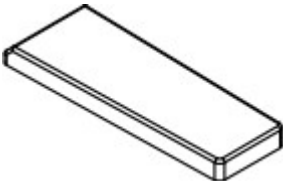
ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ	3
СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ	4
СГЛОБЯВАНЕ.....	5
ПОДДРЪЖКА	6
ИНСТРУКЦИИ ЗА УПРАЖНЕНИЯ	6
ОПАЗВАНЕ НА ОКОЛНАТА СРЕДА.....	8
ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ	8

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

БЕЗОПАСНОСТНИ УКАЗАНИЯ

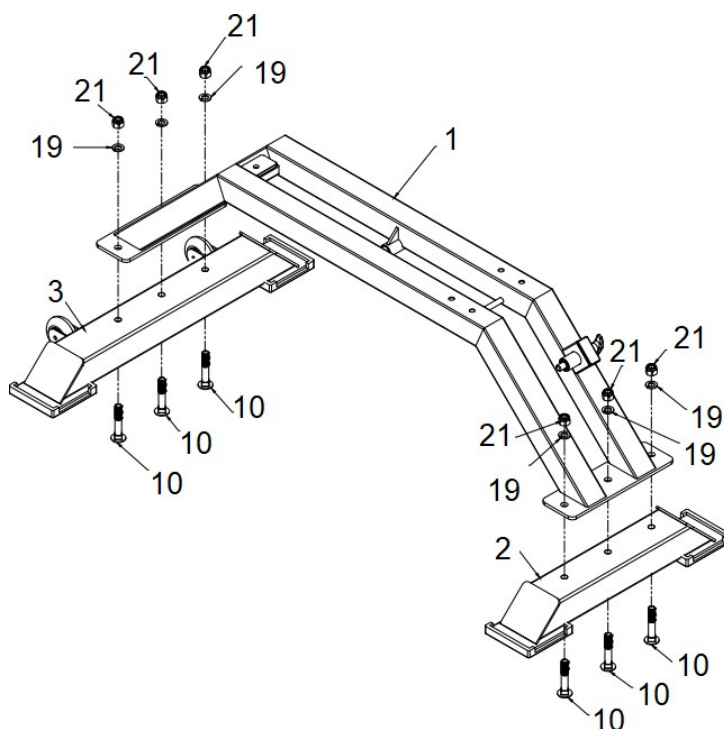
- Преди употреба и монтаж прочетете ръководството и го съхранявайте за бъдеща употреба.
- Дръжте далеч от деца и домашни любимци.
- Само за едно лице едновременно.
- Ако почувствате гадене, болка в гърдите или други необичайни физически симптоми, незабавно прекратете употребата.
- Дръжте крайниците далеч от движещите се части.
- Поставете уреда върху равна, стабилен и чиста повърхност.
- Винаги носете подходящо спортно облекло и обувки, не носете прекалено широки дрехи или бижута.
- Използвайте машината само за целите, за които е предназначена.
- Не извършвайте неодобриени модификации.
- По време на употреба премахнете всички остри предмети около уреда.
- Устройството трябва да бъде разположено на разстояние минимум 0,6 м от други предмети.
- Хората с ограничени умствени или физически способности не трябва да използват уреда.
- Преди тренировка винаги загрявайте мускулите с разгрявка.
- Ако на машината се появят остри ръбове, незабавно спрете да я използвате.
- Не поставяйте остри предмети върху устройството. Някоя регулируема част не трябва да изпъква, за да не пречи на движението на потребителя.
- Преди всяка употреба на машината проверете дали всички връзки са добре закрепени.
- **Максимална товароносимост на пейката:** 350 кг
- **Категория:** S за търговска употреба
- **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Преди да започнете каквато и да е тренировъчна програма, се консултирайте с лекар. Прегледът от лекар е особено важен, ако страдате от здравословни проблеми. Продавачът не носи никаква отговорност за евентуални наранявания или имуществени щети, причинени от използването на уреда.

СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ

 1. Основна рамка 1	 2. Предна греда 1	 3. Задна греда 1	 4. Рамка на облегалката 1
 5. Средна ос 1	 6. Рамка на седалката 1	 7. Седалка 1	 8. Облегалка за гърба 1
 9. PA204 2	 10. Винт M12*80 6	 11. Винт M10*60 4x	 12. Винт M8*70 1
 13. Винт M8*20 8	 14. Винт M8*70 2	 15. Шайба M10 8	 16. Шайба M8 9
 17. Шайба M10 2	 18. Подложка M20 2	 19. Подложка M12 6	 20. Винт M8*20 2
 21. Гайка 12 6			

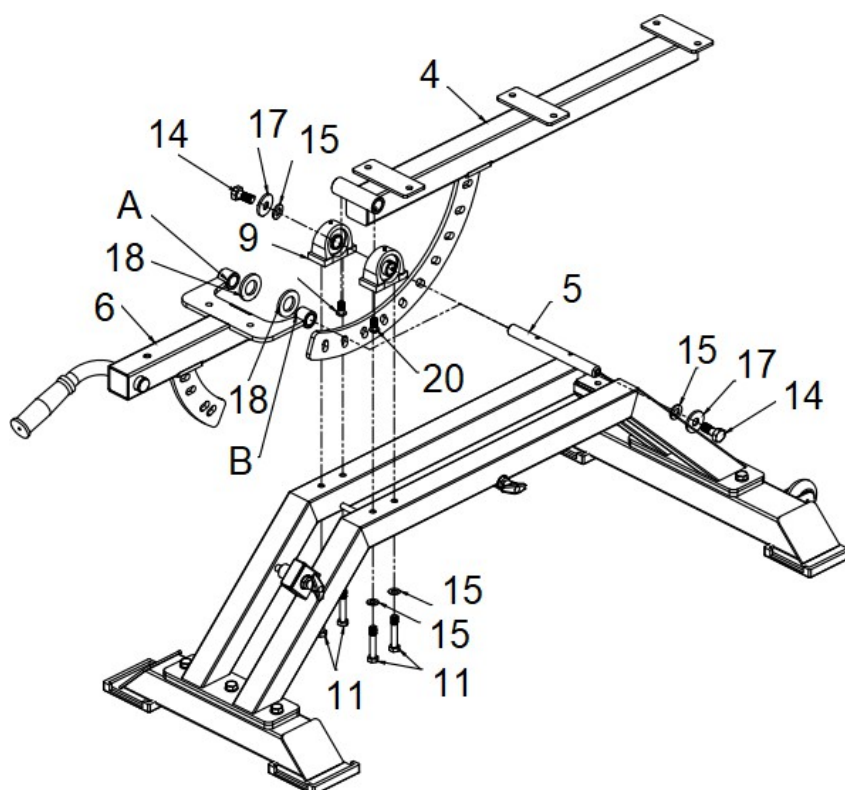
СГЛОБЯВАНЕ

Стъпка 1

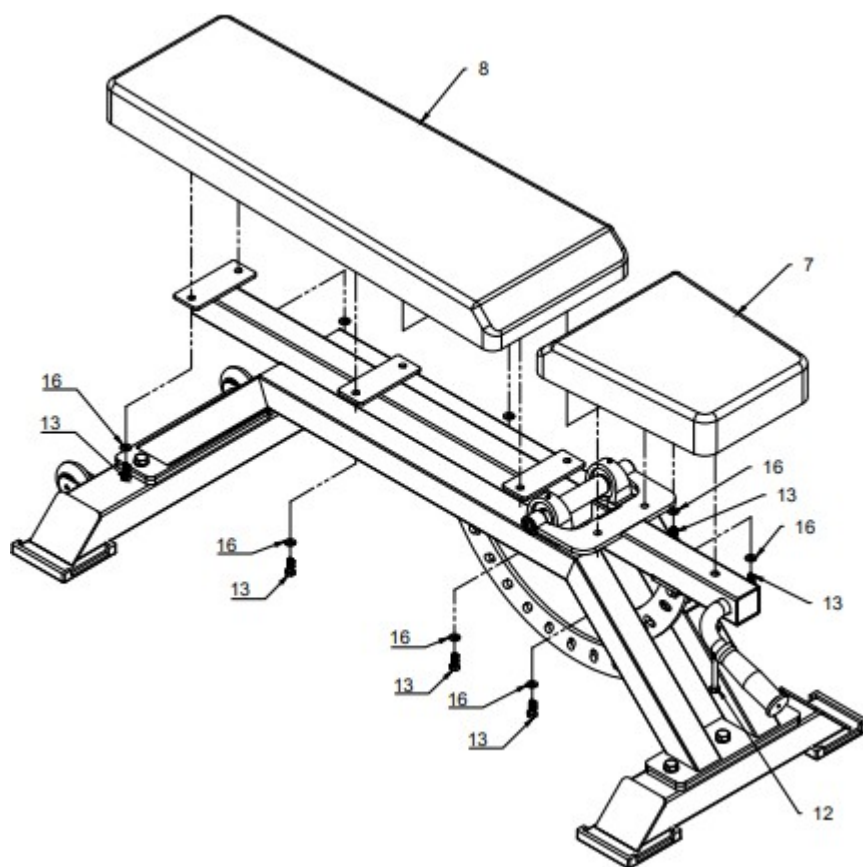


Стъпка 2

Ако има разстояние между оста и лагера, определете пространството с подложка (18) от едната страна и евентуално и от другата.



Стъпка 3



ПОДДРЪЖКА

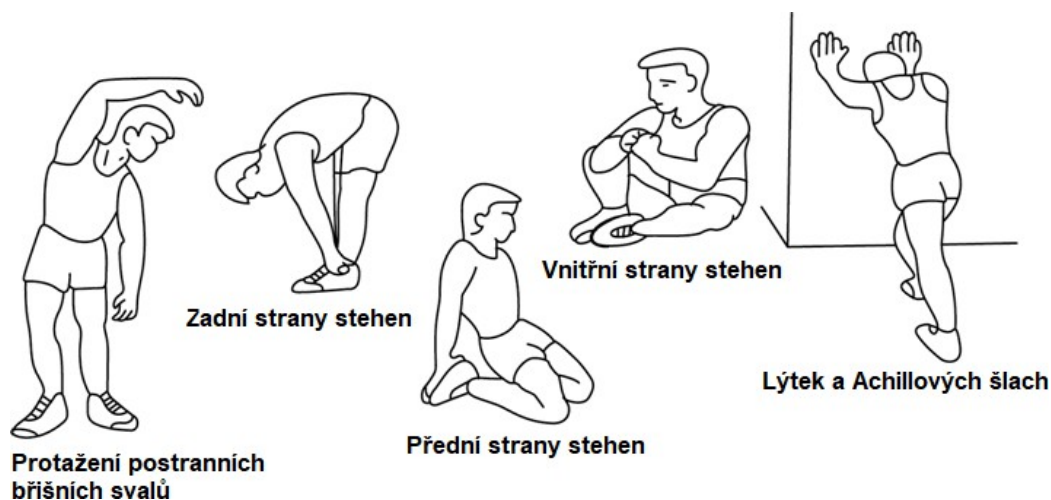
- Редовно смазвайте подвижните части.
- Проверявайте и затягайте всички връзки.
- Почиствайте машината с влажна кърпа и неагресивен почистващ препарат.
- Редовно проверявайте машината за износване и повреди.
- Повредените или износени части незабавно заместете.

ИНСТРУКЦИИ ЗА УПРАЖНЕНИЯ

Упражненията са полезни за вашето здраве, подобряват физическата ви форма, тонизират мускулите и в комбинация с калорично балансирана диета водят до намаляване на теглото.

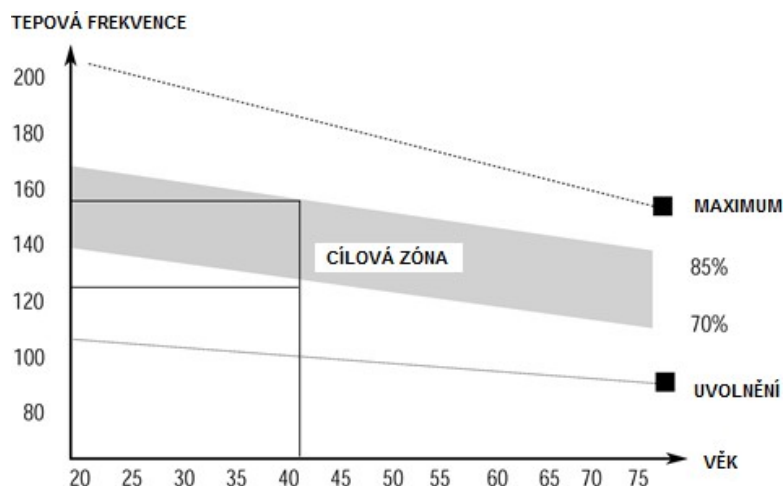
1. ЗАГРЯВАНЕ

Тази фаза служи за раздвижване на цялото тяло, за загряване на мускулите, намалява риска от крампи и мускулни травми. Препоръчваме да изпълнявате посочените по-долу упражнения за загряване. При загряване задръжте в крайна позиция за около 30 секунди, не правете резки движения и не треперете.



2. ТРЕНИРОВКА

Тази фаза е физически по-натоварваща. Редовните упражнения укрепват мускулите. Можете сами да определите темпото, но е много важно то да бъде еднакво през цялото време на упражнението. Сърдечната честота трябва да бъде в целевата зона (вижте картинката по-долу).



Тази фаза трябва да продължи минимум 12 минути. При повечето хора тази фаза трае 15-20 минути.

3. УСПОКОЯВАНЕ

Тази фаза служи за успокояване на дейността на сърдечно-съдовата система и отпускане на мускулите. Тя трябва да продължи приблизително 5 минути. Можете да повторите загряващите упражнения или да продължите с упражненията с по-бавно темпо. Разтягането на мускулите след тренировка е изключително важно – отново е необходимо да се избягват резки движения и трептене.

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

ФОРМИРАНЕ НА МУСКУЛИ

За оформянето на мускулите е важно да зададете висока степен на натоварване. По този начин мускулите ще бъдат по-натоварени, което може да доведе до това, че няма да можете да тренирате толкова дълго, колкото бихте искали. Ако едновременно с това се опитвате да подобрите физическата си форма, е необходимо да адаптирате тренировката към това. По време на загрявката и заключителната фаза на тренировката тренирайте по обичайния начин, но към края на упражнението увеличете съпротивлението на уреда. Вероятно ще трябва да забавите скоростта, за да остане сърдечната честота в целевия диапазон.

НАМАЛЯВАНЕ НА ТЕГЛОТО

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

ОХРАНА НА ОКОЛНАТА СРЕДА

След изтичане на срока на годност на продукта или в случай, че по-нататъшното му ремонтиране е икономически неизгодно, изхвърлете продукта в съответствие с местните разпоредби и по начин, който е щадящ към околната среда. Занесете продукта в най-близкия пункт за събиране на отпадъци.

С правилната ликвидация ще спомогнете за съхранението на ценни природни ресурси и ще допринесете за предотвратяването на отрицателни въздействия върху околната среда и човешкото здраве. Ако не сте сигурни, консултирайте се с местните отговорни органи, за да не нарушите правилата и да не ви бъдат наложени санкции.

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

ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ

Общи разпоредби и определения

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, предоставяна 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.

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

„Попкупател 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 своята стопанска дейност с тези продукти или услуги. Този купувач се ръководи от рамковия договор за покупка и търговските условия в обхвата, който го засяга.

Настоящите гаранционни условия и ред за рекламации са неразделна част от всеки договор за покупка, сключен между продавача и купувача. Гаранционните условия и редът за рекламации са валидни и задължителни, освен ако в договора за покупка или в приложение към този договор или в друго писмено споразумение страните не са се договорили друго.

Гаранционни условия

Гаранционен срок

Продавачът предоставя на купувача гаранция за качеството на стоките за срок от 24 месеца, освен ако от гаранционния лист, фактурата за стоките, доставната бележка или друг документ за стоките не следва различен срок на гаранцията, предоставен от продавача. Законовият срок на гаранцията, предоставен 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 свойства.

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

- по вина на потребителя, т.е. повреда на продукта в резултат на некомпетентен ремонт, неправилен монтаж, недостатъчно вкарване на седалковата тръба в рамката, недостатъчно затягане на педалите в крилата и крилата към централната ос
- неправилна поддръжка
- механично увреждане
- износване на части при нормална употреба (например гумени и пластмасови части, подвижни механизми, шарнирни съединения, износване на спирачни накладки/блокове, верига, гуми, касети/мултикопелета и др.)
- непреодолимо събитие, природно бедствие

- непрофесионални намеси
- неправилна експлоатация или неподходящо разположение, влияние на ниски или високи температури, въздействие на вода, несъразмерно налягане и удари, умишлено променени дизайн, форма или размери

Регламент 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 нейното доставяне. Проверката трябва да бъде извършена от купувача по начин, който да установи всички дефекти, които могат да бъдат открити при подходяща 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 посочен производствен (сериен) номер, или със същите документи без сериен номер. Ако купувачът не докаже основателността на рекламацията с тези документи, продавачът има право да отхвърли рекламацията.

Ако купувачът съобщи за дефект, който не е обхванат от 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, съобщен по този начин от купувача. В този случай изчислението на сервизната намеса ще се основава на валидния 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 заплащане на разходите, възникнали във връзка с неоснователната рекламация.

В случай че купувачът рекламира дефекти на стоката, за които се отнасят гаранционните условия на продавача, продавачът ще отстрани дефекта чрез ремонт или замяна на дефектната част или устройство с безупречно. С съгласието на купувача продавачът има право да достави в замяна на дефектната стока друга стока, която е напълно функционално съвместима, но с минимум същите или по-добри технически параметри. Изборът на начина на обработка на рекламацията съгласно този параграф принадлежи на продавача.

Продавачът ще разгледа рекламацията в срок от 30 дни от получаването на дефектната стока, освен ако не е договорен по-дълъг срок. За ден на разглеждане се счита денят, в който поправената или заменената стока е предадена на купувача. Ако продавачът, предвид характера на дефекта, не е в състояние да разгледа рекламацията в посочения срок, той се договаря с купувача за алтернативно решение. Ако такова споразумение не бъде постигнато, продавачът е длъжен да предостави на купувача финансова компенсация под формата на кредитно известие.

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