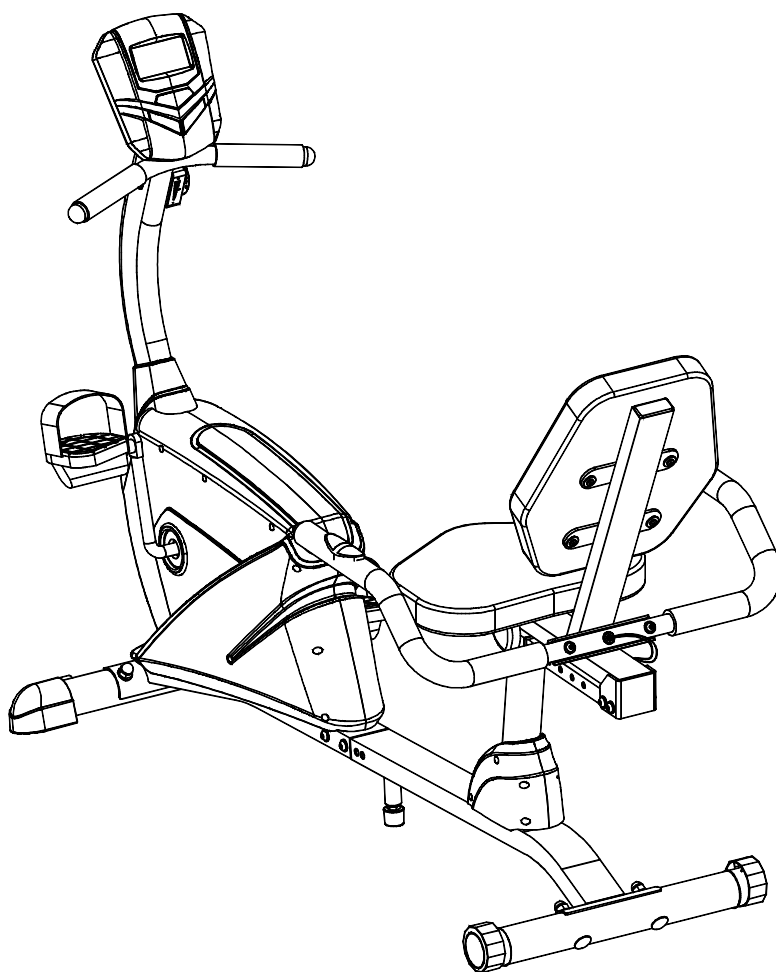




UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ
IN 8244 Recumbent inSPORTline Varis



OBSAH

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY.....	3
NÁKRES.....	4
SEZNAM DÍLŮ.....	5
SPOJOVACÍ MATERIÁL.....	7
NÁŘADÍ.....	8
MONTÁŽ.....	8
KROK 1: MONTÁŽ HLAVNÍHO RÁMU.....	8
KROK 2: MONTÁŽ PŘEDNÍHO A ZADNÍHO NOSNÍKU.....	9
KROK 3: MONTÁŽ PŘEDNÍHO SLOUPKU A PEDÁLŮ.....	10
KROK 4: MONTÁŽ SEDADLOVÉHO RÁMU A MADEL.....	11
KROK 5: MONTÁŽ SEDADLA A OVLÁDACÍHO PANELU.....	12
OVLÁDACÍ PANEL.....	13
SEŘÍZENÍ.....	14
PŘIZPŮSOBENÍ ZÁTĚŽE.....	14
STABILIZACE PŘÍSTROJE.....	14
NASTAVENÍ POLOHY SEDADLA.....	15
ÚDRŽBA.....	15
ČIŠTĚNÍ.....	15
SKLADOVÁNÍ.....	15
ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ.....	15
CVIKY PRO ZAHŘÁTÍ A ZKLIDNĚNÍ ORGANISMU.....	16
ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE.....	18



DŮLEŽITÉ: Před prvním použitím výrobku si pozorně přečtete všechny instrukce v tomto manuálu. Manuál uschovejte pro případ další potřeby.

Obrázky uvedené v manuálu jsou pouze ilustrační. Výrobce si vyhrazuje právo měnit design výrobku bez povinnosti předchozího oznámení.

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

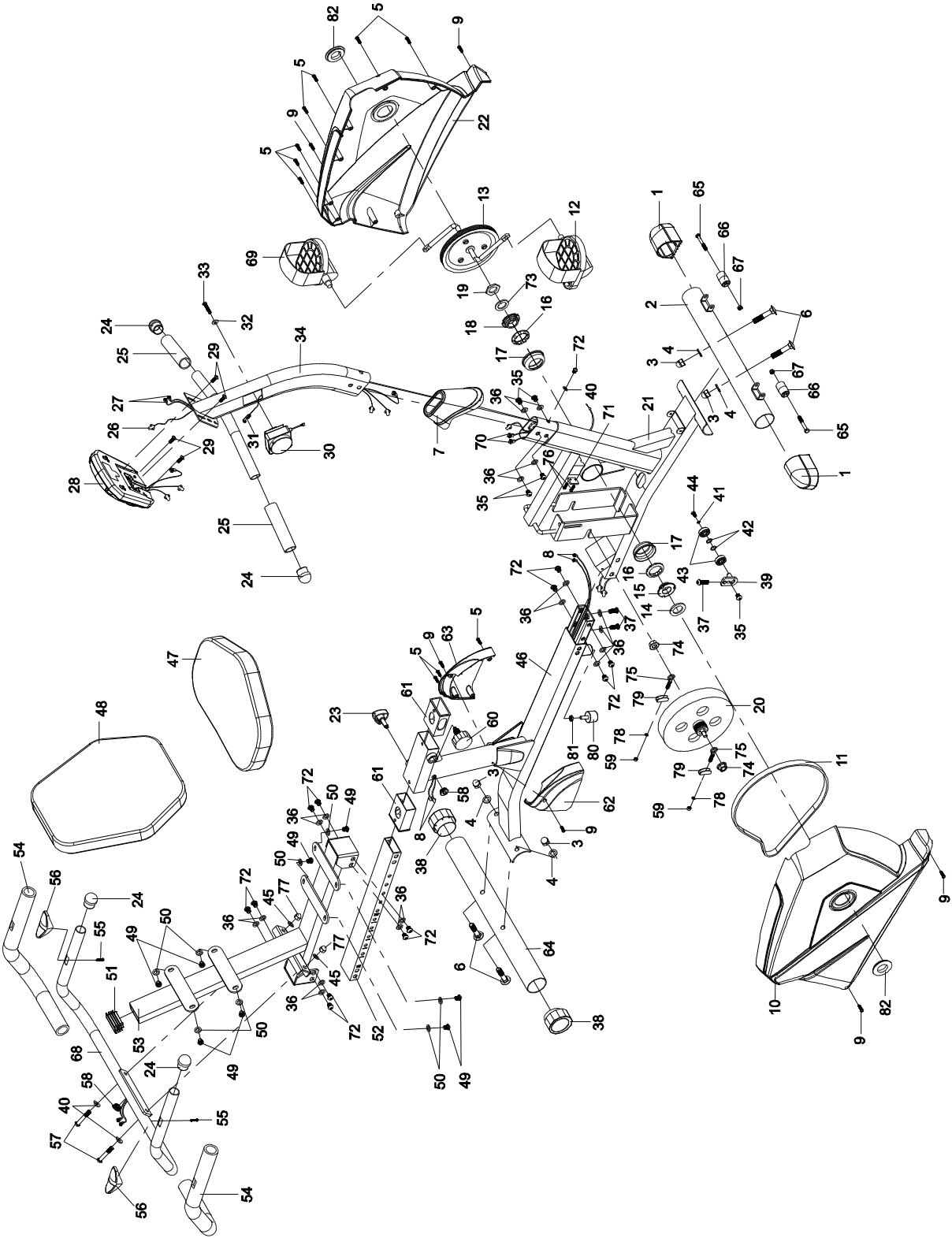
Při každém použití přístroje je třeba dbát bezpečnosti a dodržovat pokyny uvedené v této kapitole. Před prvním použitím výrobku si přečtete následující informace:

1. Přečtete si celý manuál a ujistěte se, že je přístroj správně sestaven a že jsou všechny šrouby a matice řádně utaženy.
2. Předcházejte poranění svalů a před každým tréninkem se řádně rozcvičte.
3. Před každým použitím přístroje zkontrolujte, zda jsou všechny díly v pořádku a řádně upevněny. Přístroj umístěte na rovný povrch. Předcházejte poškození podlahy tím, že pod přístroj umístíte koberec nebo jinou ochrannou podložku.
4. Ke cvičení používejte sportovní oblečení a obuv. Nenoste příliš volné oblečení, které by se mohlo do přístroje zachytit. Nezapomeňte si vždy řádně zapnout pedálové řemínky.
5. Neprovádějte zásahy do konstrukce přístroje, které nejsou popsány v tomto manuálu. V případě vzniku jakékoliv závady přestaňte přístroj používat a kontaktujte servisní centrum.
6. Přístroj nepoužívejte venku.
7. Přístroj je určen pouze pro domácí využití. Nejedná se o model vhodný pro komerční využití.
8. Na přístroji nesmí cvičit více osob najednou.
9. Pokud začnete pociťovat bolest v oblasti hrudníku, závratě, malátnost nebo se vám bude špatně dýchat, přestaňte okamžitě cvičit a před dalším tréninkem se poradte s lékařem.
10. Během montáže / demontáže přístroje je třeba dbát mimořádné opatrnosti.
11. Nedovolte dětem, aby si hrály na přístroji nebo v jeho okolí. Během provozu přístroje se nesmí v jeho blízkosti pohybovat děti ani domácí zvířata. Přístroj je určen pouze pro dospělé osoby. Pro bezpečný provoz přístroje je třeba zajistit volný prostor o velikosti alespoň 2m.
12. Hmotnost uživatele nesmí být vyšší než 110kg.

VAROVÁNÍ: Před zahájením jakéhokoliv cvičebního programu se poradte s lékařem. Obzvláště v případě, že jste starší 35 let nebo máte jakékoliv zdravotní problémy. Před prvním použitím jakéhokoliv fitness přístroje je třeba si vždy nejdříve přečíst celý manuál.

UPOZORNĚNÍ: Při manipulaci s přístrojem dodržujte pokyny uvedené v manuálu. Manuál uschovejte pro případ další potřeby.

NÁKRÉS



SEZNAM DÍLŮ

* Použité zkratky:

t=tloušťka

L=délka

ST=samořezný šroub



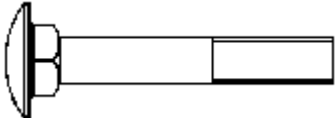




Míry jsou uváděny v *mm*

Označení	Charakteristika	Počet kusů
001	Koncová krytka předního nosníku	2
002	Přední nosník	1
003	Kloboučková matice M10	4
004	Prohnutá podložka Ø10	4
005	Šroub ST4.2x25	10
006	Vratový šroub M10x57	4
007	Krytka předního sloupku	1
008	Propojovací kabel tepových snímačů I L=1000mm	1
009	Křížový šroub s vypouklou hlavou ST4.2x25	6
010	Pravý kryt hlavního rámu	1
011	Řemen 330J6	1
012	Pravý pedál YH-30X	1
013	Hnací kolo řemene + kliky	1
014	Podložka Ø34.5xØ23x2.5	1
015	Víko ložiska II 7/8"	1
016	Ložisko	2
017	Miska ložiska	2
018	Víko ložiska I 15/16"	1
019	Šestihranná matice – úzká 7/8"	1
020	Zátěžové kolo Ø230	1
021	Přední rám	1
022	Levý kryt hlavního rámu	1
023	Jistící kolík – trojhranná rukojeť M12x55	1
024	Koncová krytka předních madel Ø25x1.5	4
025	Pěnová rukojeť předních madel Ø30xØ24x160	2
026	Propojovací kabel snímače rychlosti L=500mm	1
027	Propojovací kabel tepových snímačů III L=500mm	2
028	Ovládací panel (HR-1586)	1
029	Šroub M5x10	4
030	Regulátor zátěže	1


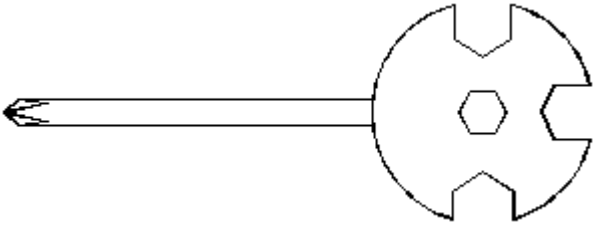
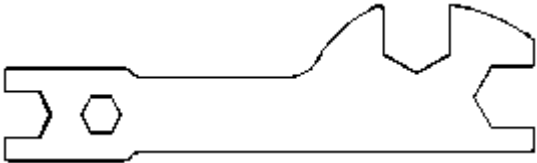
031	Napínací lanko L=750mm	1
032	Podložka Ø5xØ20x1	1
033	Šroub M5x20	1
034	Přední sloupek	1
035	Šroub M8x10	5
036	Podložka Ø8xØ16x1.5	18
037	Šroub M8x30	3
038	Koncová krytka zadního nosníku	2
039	Vodící držák	1
040	Prohnutá podložka Ø8xØ20x2	3
041	Podložka Ø6xØ12x1	1
042	Podložka Ø10.2xØ14x1	2
043	Ložisko 6000ZZ	2
044	Šroub M6x10	1
045	Podložka Ø8xØ20x2	2
046	Zadní rám	1
047	Sedlo 250x345x40	1
048	Zádová opěra 310x345x40	1
049	Šroub M6x15	8
050	Podložka Ø6xØ18x1.5	8
051	Koncová krytka rámu sedadla 23x53x2	1
052	Fixační tyč	1
053	Rám sedadla	1
054	Pěnová rukojeť zadních madel Ø30xØ24x510	2
055	Šroub ST4.2x20	2
056	Snímač tepu + kabel L=750	2
057	Šroub M8x45	2
058	Kabelová průchodka Ø12.1	2
059	Matice M6	2
060	Jistící kolík – kulatá rukojeť M16x1.5	1
061	Vodící vložka	2
062	Krytka zadního rámu – pravá část	1
063	Krytka zadního rámu – levá část	1
064	Zadní nosník Ø50x1.5x430	1
065	Šestihranný šroub M6x48	2
066	Transportní kolečko Ø23xØ6x32	2
067	Samojistící matice M6	2
068	Zadní madla	1
069	Levý pedál YH-30X	1

070	Propojovací kabel tepových snímačů II L=1000mm	2
071	Snímač rychlosti + kabel L=450mm	1
072	Šroub M8x15	13
073	Podložka Ø40xØ24x3	1
074	Matice s nákrůžkem M10x1	2
075	Napínací šroub M6x36	2
076	Šroub ST2.9x12	2
077	Kloboučková matice M8	2
078	Pérová podložka Ø6xØ11.2x2	2
079	Držák napínacího šroubu	2
080	Gumová nožka	1
081	Kontramatice M8	1
082	Krytka kliky Ø40xØ25x10	2

SPOJOVACÍ MATERIÁL

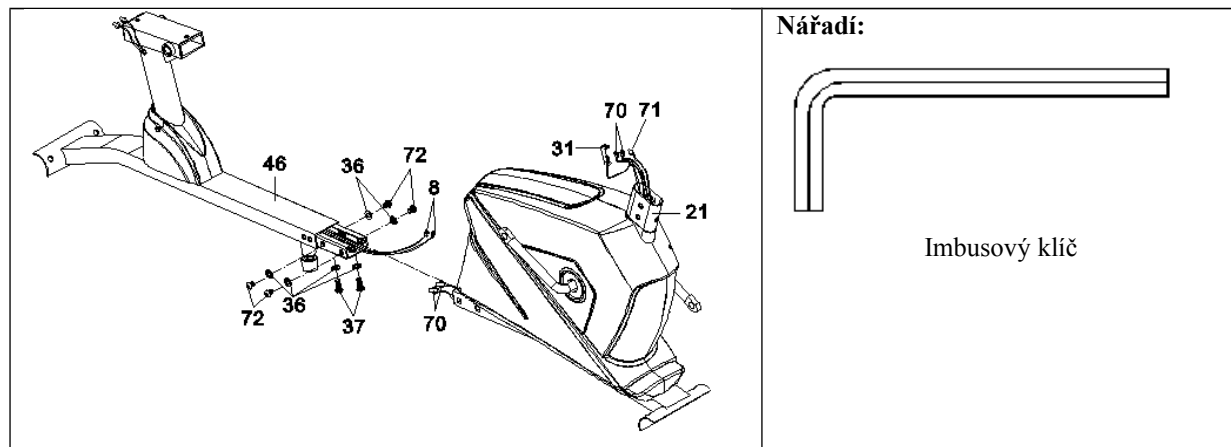
 (3) Kloboučková matice M10 4 kusy	 (4) Prohnutá podložka Ø10 4 kusy	 (6) Šroub M10x57 4 kusy
 (40) Prohnutá podložka Ø8xØ20x2 2 kusy	 (45) Podložka Ø8xØ20x2 2 kusy	 (57) Šroub M8x45 2 kusy
 (77) Kloboučková matice M8 2 kusy		

NÁŘADÍ

 <p>Imbusový klíč (vel. 6mm) 1 kus</p>	 <p>Multiklíč: křížový šroubovák + maticový klíč (vel. 10, 13, 14, 15mm) 1 kus</p>
 <p>Univerzální maticový klíč 1 kus</p>	

MONTÁŽ

KROK 1: MONTÁŽ HLAVNÍHO RÁMU

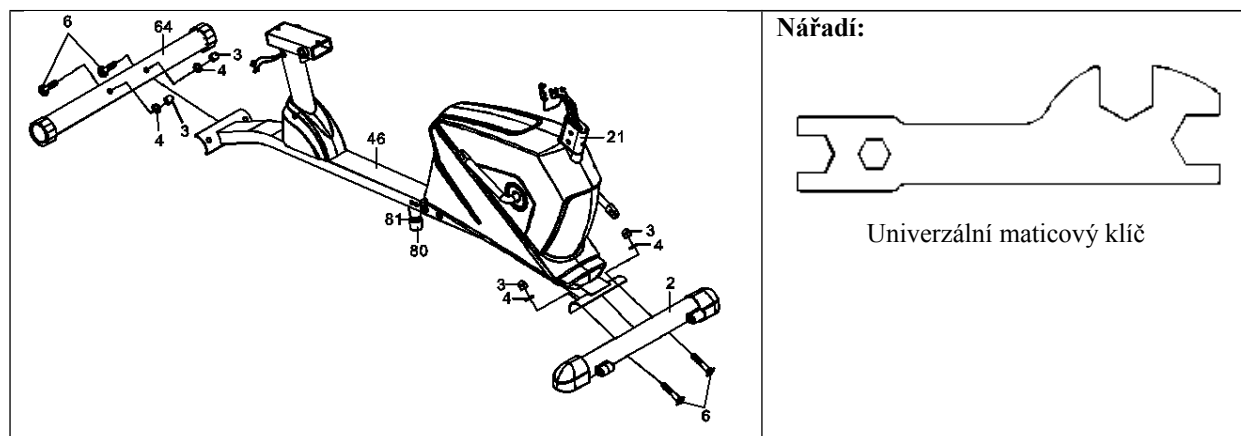


Pomocí dodaného imbusového klíče odšroubujte ze zadního rámu (46) dva šrouby M8x30 (37), čtyři šrouby M8x15 (72) a šest podložek Ø8xØ16x1.5 (36).

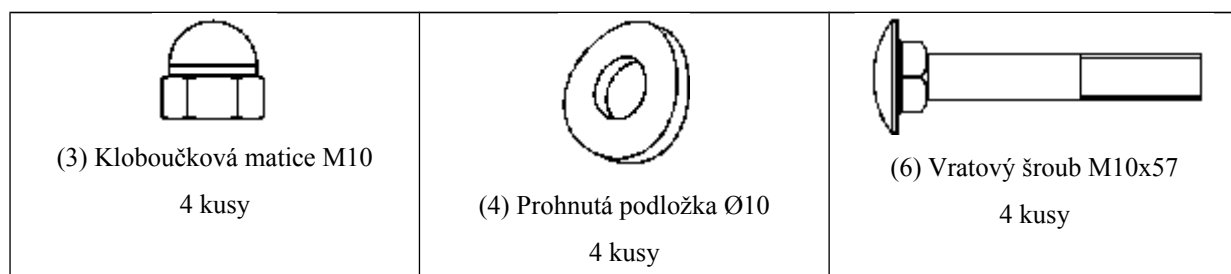
Propojte kabely tepových snímačů (8) vycházející ze zadního rámu (8) s kabely (70) vycházejícími z předního rámu (21).

Připevněte zadní rám (46) k přednímu rámu (21) pomocí dvou šroubů M8x30 (37), čtyř šroubů M8x15 (72) a šesti podložek Ø8xØ16x1.5 (36) – šrouby utáhněte napevno pomocí dodaného imbusového klíče.

KROK 2: MONTÁŽ PŘEDNÍHO A ZADNÍHO NOSNÍKU



Spojovací materiál:



Přiložte přední nosník (2) k přednímu rámu (21) tak, aby k sobě přiléhaly otvory pro šrouby.

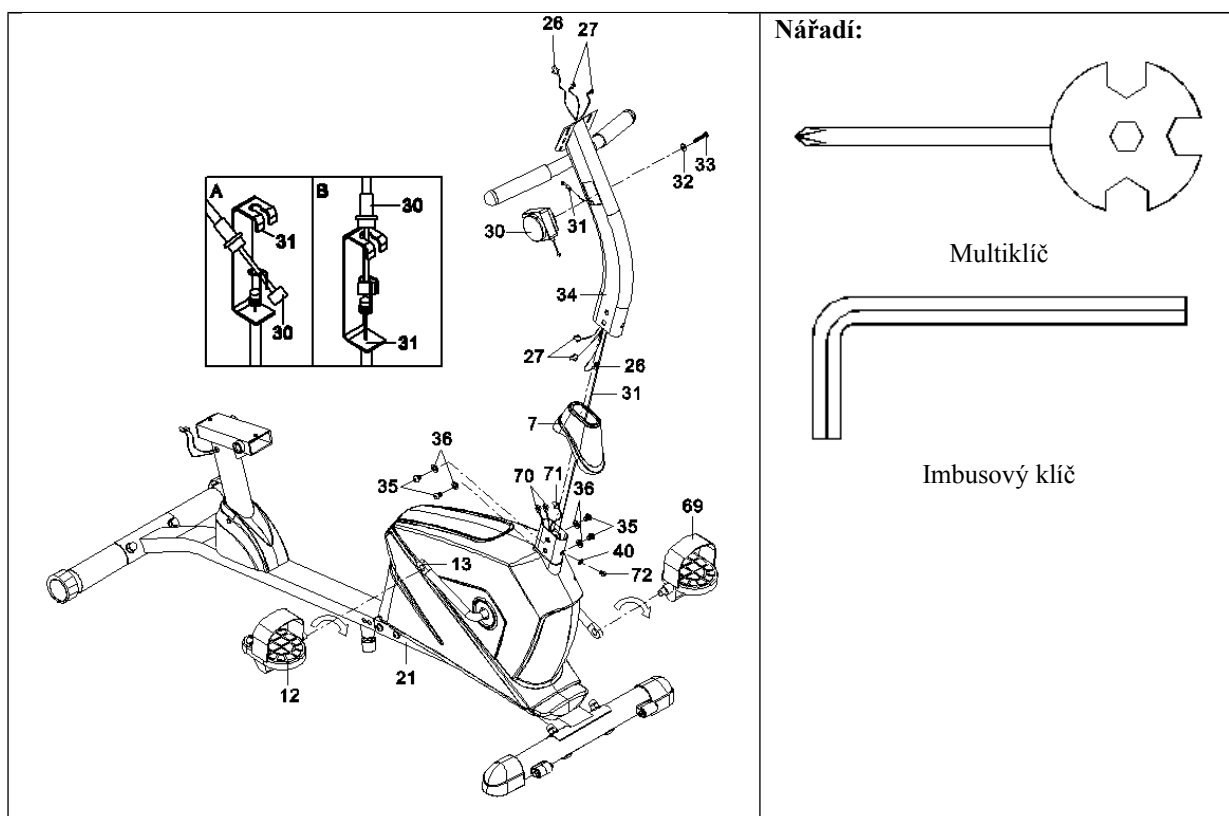
Připevněte přední nosník (2) k přednímu rámu (21) pomocí dvou vratových šroubů M10x57 (6), dvou prohnutých podložek Ø10 (4) a dvou kloboučkových matic M10 (3) – utáhněte matice nadoraz pomocí dodaného maticového klíče.

Přiložte zadní nosník (64) k zadnímu rámu (46) tak, aby k sobě přiléhaly otvory pro šrouby.

Připevněte zadní nosník (64) k zadnímu rámu (46) pomocí dvou vratových šroubů M10x57 (6), dvou prohnutých podložek Ø10 (4) a dvou kloboučkových matic M10 (3) – utáhněte matice nadoraz pomocí dodaného maticového klíče.

Stabilizujte hlavní rám pomocí gumové nožky (80) s kontramaticí (81).

KROK 3: MONTÁŽ PŘEDNÍHO SLOUPKU A PEDÁLŮ



Pomocí dodaného imbusového klíče odšroubujte z předního rámu (21) jednu prohnutou podložku $\text{Ø}8 \times \text{Ø}20 \times 2$ (40), jeden šroub $\text{M}8 \times 15$ (72), čtyři šrouby $\text{M}8 \times 10$ (35) a čtyři podložky $\text{Ø}8 \times \text{Ø}16 \times 1.5$ (36).

Nasaňte krytku (7) na přední sloupek (34).

Protáhněte napínací lanko (31) předním sloupkem (34) a vytáhněte jej přes hranatý otvor v předním sloupku (34).

Propojte kabely snímače rychlosti (71 a 26) a kabely tepových snímačů (70 a 27).

Nasaďte přední sloupek (34) na přední rám (21) a zajistěte jej pomocí jedné prohnuté podložky $\text{Ø}8 \times \text{Ø}20 \times 2$ (40), jednoho šroubu $\text{M}8 \times 15$ (72), čtyř šroubů $\text{M}8 \times 10$ (35) a čtyř podložek $\text{Ø}8 \times \text{Ø}16 \times 1.5$ (36) – utáhněte šrouby nadoraz pomocí dodaného imbusového klíče. Nasaďte krytku (7) na přední rám (21).

Pomocí dodaného multiklíče odšroubujte z regulátoru zátěže (30) podložku $\text{Ø}5 \times \text{Ø}20 \times 1$ (32) a šroub $\text{M}5 \times 20$ (33).

Zajistěte lanko regulátoru zátěže (30) v háčku na konci napínacího lanka (31) (viz Obr. A). Zatáhněte za lanko regulátoru zátěže (30) a zastrčte jej do držáku na konci napínacího lanka (31) (viz Obr. B). Připevněte regulátor zátěže (30) k přednímu sloupku (34) pomocí podložky $\text{Ø}5 \times \text{Ø}20 \times 1$ (32) a šroubu $\text{M}5 \times 20$ (33) – utáhněte šroub nadoraz pomocí dodaného multiklíče.

MONTÁŽ PEDÁLŮ:

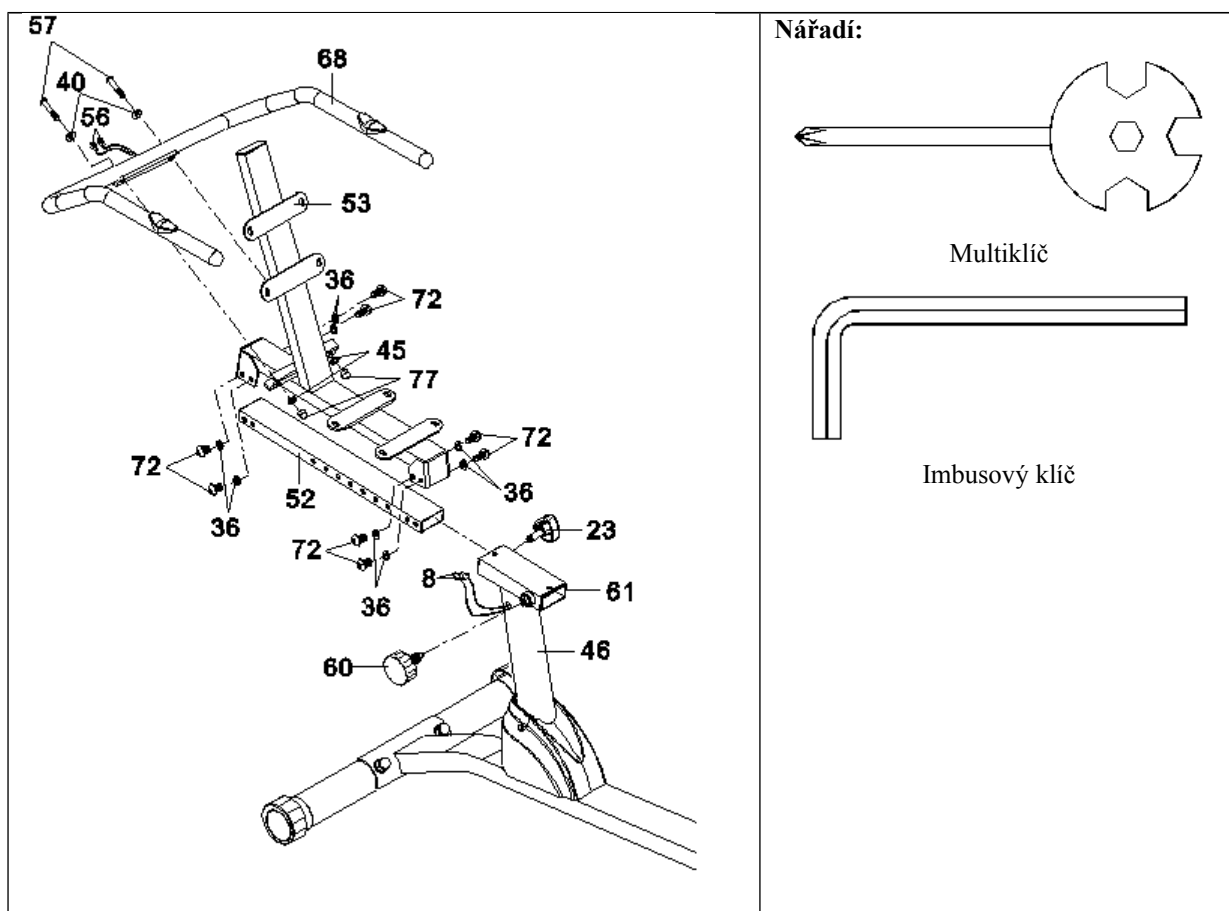
Kliky, pedály a závity jsou označeny písmeny „R“ (pravý) a „L“ (levý).

Přišroubujte levý pedál (69) k levé klice (13) – nejdříve našroubujte pedál ručně v protisměru hodinových ručiček a poté jej utáhněte nadoraz pomocí dodaného multiklíče.





Poznámka: Nešroubujte levým pedálem ve směru hodinových ručiček, mohl by se poškodit závit pedálu.

Přišroubujte pravý pedál (12) k pravé klice (13) – nejdříve našroubujte pedál ručně ve směru hodinových ručiček a poté jej utáhněte nadoraz pomocí dodaného multiklíče.

KROK 4: MONTÁŽ SEDADLOVÉHO RÁMU A MADEL



Spojovací materiál:

 (40) Prohnutá podložka $\text{Ø}8 \times \text{Ø}20 \times 2$ 2 kusy	 (45) Podložka $\text{Ø}8 \times \text{Ø}20 \times 2$ 2 kusy	 (57) Šroub M8x45 2 kusy	 (77) Kloboučková matice M8 2 kusy
---	---	--	--

Pomocí dodaného imbusového klíče odšroubujte z fixační tyče (52) osm podložek $\text{Ø}8 \times \text{Ø}16 \times 1.5$ (36) a osm šroubů M8x15 (72).

Prostrčte fixační tyč (52) vodicími vložkami (61) v zadním rámu (46).

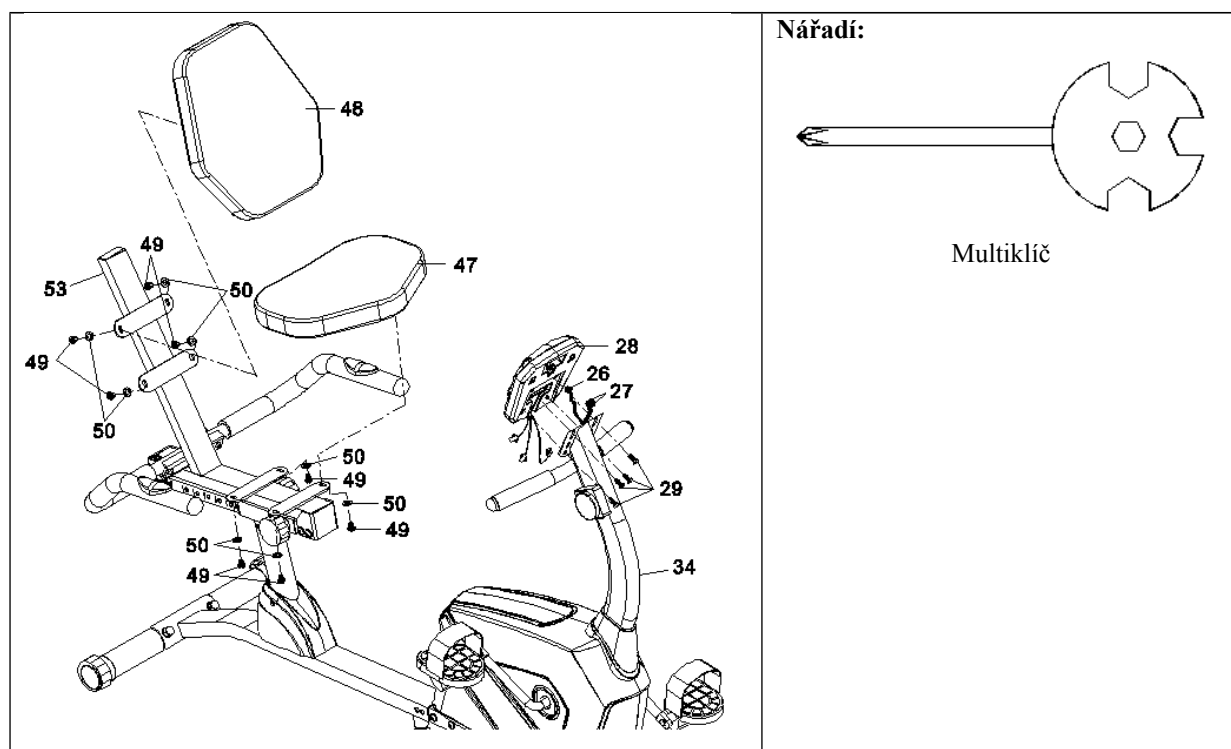
Připevněte k fixační tyči (52) rám sedadla (53) pomocí osmi podložek $\text{Ø}8 \times \text{Ø}16 \times 1.5$ (36) a osmi šroubů M8x15 (72) – utáhněte šrouby nadoraz pomocí dodaného imbusového klíče.

Nastavte sedadlo do požadované polohy a zajistěte jej pomocí kolíků (60) a (23) – zašroubujte kolíky ve směru hodinových ručiček.

Připevněte madla (68) k rámu sedadla (53) pomocí dvou šroubů M8x45 (57), dvou prohnutých podložek $\text{Ø}8 \times \text{Ø}20 \times 2$ (40), dvou podložek $\text{Ø}8 \times \text{Ø}20 \times 2$ (45) a dvou kloboučkových matic M8 (77) – utáhněte matice nadoraz pomocí dodaného multiklíče.

Propojte kabely tepových snímačů (8) vycházející ze zadního rámu (46) s kabely (56) vycházejícími z madel (68).

KROK 5: MONTÁŽ SEDADLA A OVLÁDACÍHO PANELU



Pomocí dodaného multiklíče odšroubujte z ovládacího panelu (28) čtyři šrouby M5x10 (29).

Propojte kabel snímače rychlosti (26) a kabely tepových snímačů (27) vycházející z předního sloupku (34) s kabely ovládacího panelu (28). Přebytečnou kabeláž zasuňte do předního sloupku (34).

Připevněte ovládací panel (28) k přednímu sloupku (34) pomocí čtyř šroubů M5x10 (29) – šrouby utáhněte napevno pomocí dodaného multiklíče.

Pomocí dodaného multiklíče odšroubujte ze sedla (47) a zádové opěry (48) osm šroubů M6x15 (49) a osm podložek Ø6xØ18x1.5 (50). Poté připevněte sedlo (47) a zádovou opěru (48) k rámu (53) pomocí osmi šroubů M6x15 (49) a osmi podložek Ø6xØ18x1.5 (50) – utáhněte šrouby nadoraz pomocí dodaného multiklíče.

OVLÁDACÍ PANEL



CHARAKTERISTIKA

FUNKCE	ROZSAH A JEDNOTKA
TIME / ČAS	0:00-99:59 minuty:vteřiny
SPEED / RYCHLOST	0.0-99.9 km/h
DIST / VZDÁLENOST	0.0-999.9 km
CAL / KALORIE	0.0-999.9 kcal
ODO / CELKOVÁ VZDÁLENOST	0.0-9999 km
♥ TEPOVÁ FREKVENCE	40-239 tepů/min

ZAPÍNÁNÍ/VYPÍNÁNÍ

Ovládací panel lze zapnout stisknutím libovolného tlačítka nebo sešlápnutím pedálů. Po 4 minutách nečinnosti se počítač automaticky vypne.

TLAČÍTKA

MODE	Tlačítko pro přepínání mezi jednotlivými funkcemi. Pokud tlačítko přidržíte 3 vteřiny, dojde k vynulování všech naměřených údajů kromě odometru.
SET	Tlačítko pro nastavení parametrů TIME / DIST / CAL / ♥.
RESET	Tlačítko pro vynulování / vymazání nastavené hodnoty parametrů TIME / DIST / CAL / ♥.

FUNKCE

SCAN	Pomocí tohoto tlačítka lze aktivovat funkci SCAN: jednotlivé parametry se budou přepínat automaticky v intervalu 5 vteřin v pořadí TIME / SPEED / DIST / CAL / ODO / ♥.
TIME	Zobrazení délky cvičení v minutách a vteřinách. Před zahájením tréninku (v tzv. pohotovostním režimu) lze nastavit cílovou hodnotu, od které se bude čas odečítat. Pro nastavení času použijte tlačítko MODE a přepněte displej na parametr TIME. Pomocí tlačítka SET nastavte cílový čas (jednotka přičítání: 1 minuta, rozsah: 0:00-99:00). Pomocí tlačítka RESET můžete nastavenou hodnotu vynulovat. Při skončení časového odpočtu vás počítač upozorní zvukovou signalizací a poté se začne čas počítat od nuly.
SPEED	Zobrazení aktuální rychlosti.
DIST	Zobrazení vzdálenosti překonané během tréninku. Před zahájením tréninku (v tzv. pohotovostním režimu) lze nastavit cílovou hodnotu, od které se bude překonaná vzdálenost odečítat. Pro nastavení vzdálenosti použijte tlačítko MODE a přepněte displej na parametr

	DIST. Pomocí tlačítka SET nastavte cílovou vzdálenost (rozsah: 0.0-999.0km). Pomocí tlačítka RESET můžete nastavenou hodnotu vynulovat. Při překonání nastavené vzdálenosti se ozve zvuková signalizace a poté se začne vzdálenost měřit od nuly.
CAL	Zobrazení kalorií spotřebovaných během tréninku. Před zahájením tréninku (v tzv. pohotovostním režimu) lze nastavit cílovou hodnotu, od které se budou spotřebované kalorie odečítat. Pro nastavení kalorií použijte tlačítka MODE a přepněte displej na parametr CAL. Pomocí tlačítka SET nastavte cílovou hodnotu (rozsah: 0.0-999.0). Pomocí tlačítka RESET můžete nastavenou hodnotu vynulovat. Při spotřebování nastaveného množství kalorií se ozve zvuková signalizace a poté se začnou kalorie měřit od nuly.
ODO	Měření celkové vzdálenosti překonané během tréninků. Odometr nelze vynulovat přidržením tlačítka MODE / RESET na 3 vteřiny. Tento parametr se vynuluje pouze po vyjmutí baterií z počítače.
♡	Po uchopení tepových snímačů oběma rukama se začne měřit vaše aktuální tepové frekvence. Pro maximální přesnost měření vždy držte oba tepové snímače. Před zahájením tréninku (v tzv. pohotovostním režimu) lze nastavit horní hranici tepové zóny. Pro nastavení cílového tepu použijte tlačítka MODE a přepněte displej na parametr ♡. Pomocí tlačítka SET nastavte cílovou hodnotu. Pomocí tlačítka RESET můžete nastavenou hodnotu vynulovat. Během cvičení se přidržujte oběma rukama tepových snímačů – pokud váš aktuální tep překročí nastavenou hodnotu, ozve se zvukové upozornění.

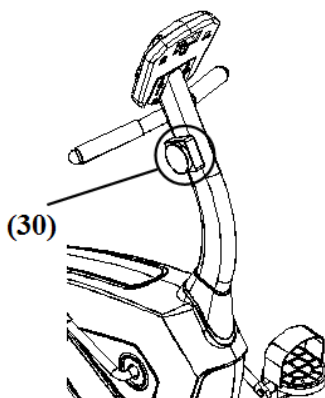
VLOŽENÍ BATERIÍ

1. Sejměte krytku na zadní straně počítače.
2. Vložte do přihrádky pro baterie dvě baterie typu AA.
3. Zkontrolujte, zda jsou baterie vloženy správně a zda jsou v kontaktu s pružinkami.
4. Nasad'te zpět krytku baterií.
5. Je-li displej počítače nečitelný nebo se nezobrazují všechny údaje, zkuste na 15 vteřin z počítače vyjmout baterie.

SEŘÍZENÍ

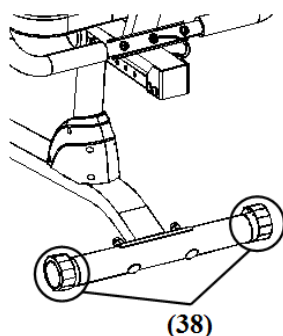
PŘÍZPŮSOBENÍ ZÁTĚŽE

Pro zvýšení zátěže otočte regulátorem (30) ve směru hodinových ručiček. Pro snížení zátěže otáčejte regulátorem (30) v protisměru hodinových ručiček.



STABILIZACE PŘÍSTROJE

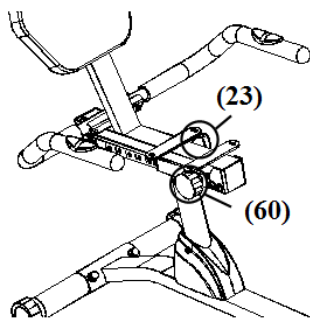
Pro stabilizaci přístroje otočte koncové krytky zadního nosníku (29) tak, aby byly v kontaktu se zemí.



NASTAVENÍ POLOHY SEDADLA

Odjistěte kolík (23) na zadním rámu – otáčejte kolíkem v protisměru hodinových ručiček, dokud nebude možné jej z rámu vyjmout. Odjistěte kolík (60) a posuňte sedadlo dle potřeby dopředu/dozadu tak, aby kolík (60) „zapadl“ do otvoru ve fixační tyči. Z bezpečnostních důvodů oba kolíky zašroubujte ve směru hodinových ručiček.

Poznámka: Při polohování sedadla dávejte pozor, aby nebylo sedadlo vytaženo více, než umožňuje hranice maximálního vytažení na fixační tyči.



ÚDRŽBA

ČIŠTĚNÍ

Přístroj můžete čistit pomocí měkkého hadříku a jemných čistících prostředků. Na plastové části nepoužívejte abrazivní čistící prostředky nebo rozpouštědla. Po každém použití setřete z přístroje pot. Dávejte pozor, aby nebyl počítač vystaven nadměrné vlhkosti – mohlo by dojít k poškození elektroniky nebo k úrazu elektrickým proudem. Nevystavujte přístroj přímému slunečnímu záření. Dávejte si pozor obzvláště na to, aby nebyl přímému slunečnímu záření vystaven počítač, mohlo by dojít k poškození displeje.

Jednou do týdne zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby a oba pedály řádně přitáženy.

SKLADOVÁNÍ

Přístroj skladujte na čistém a suchém místě, ke kterému nemají přístup děti.

ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

PORUCHA	OPRAVA
Přístroj je nestabilní	Stabilizujte jej pomocí otočných stavěcích nožek na zadním nosníku.
Nefunkční displej počítače	<ol style="list-style-type: none"> 1. Odšroubujte počítač a zkontrolujte, zda jsou počítačové kabely propojeny s kabely vycházejícími z předního sloupku. 2. Zkontrolujte, zda jsou do přihrádky v počítači správně vloženy baterie a zda baterie řádně přiléhají k pružinkám v přihrádce.

	3. Baterie mohou být vybité. Zkuste je vyměnit za nové.
Nedochází k měření tepové frekvence nebo je zobrazována chybně	1. Zkontrolujte, zda je kabel pro snímání tepové frekvence řádně propojen. 2. Pro správné měření je důležité, abyste drželi snímače tepové frekvence oběma rukama. 3. Držíte snímače tepové frekvence příliš pevně. Zkuste povolit sevření řídítek.
Během provozu vydává přístroj neobvyklý hluk	Nadměrný hluk mohou zapříčinit povolené šrouby. Zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby řádně přitáhnuty.

CVIKY PRO ZAHŘÁTÍ A ZKLIDNĚNÍ ORGANISMU

Zahřívací fáze je nesmírně důležitá a měla by předcházet každému cvičení. Cílem je zahřát organismus, připravit jej na následnou zátěž a předcházet tak vzniku zranění. Zahřívací fáze by měla trvat 2-5 minut. Při této fázi dochází k zahřátí a protažení svalů, rozproudění krevního oběhu a k většímu okysličení svalů.

V závěrečné fázi tréninku cviky opakujte pro zmírnění bolestivosti namáhaného svalstva a **zklidnění organismu**.

KROUŽENÍ HLAVOU

Nakloňte hlavu směrem k pravému rameni, měli byste cítit protažení levé strany krku. Poté hlavu zakloňte, ústa nechte otevřená. Nakloňte hlavu směrem k levému rameni a nakonec hlavu předkloňte a snažte se ji přitáhnout k hrudníku.



STŘÍDAVÉ ZVEDÁNÍ RAMEN

Zvedejte střídavě ramena a setrvejte vždy v krajní poloze alespoň 1 vteřinu.



PROTAŽENÍ BOČNÍ STRANY TRUPU

Zvedněte ruce nad hlavu. Snažte se jednu ruku zvednout co nejvýše a táhnout ji směrem nahoru. V krajní poloze setrvejte alespoň 1 vteřinu a poté protáhněte stejným způsobem druhou stranu těla.



PROTAŽENÍ ČTYŘHLAVÉHO SVALU STEHENNÍHO

Pro lepší rovnováhu se opřete jednou rukou o zeď. Postavte se na pravou nohu, levou pokrčte v koleni a snažte se přitáhnout patu levé nohy co nejbližše k hýždím. V krajní poloze setrvejte 15 vteřin a opakujte cvik na druhou nohu.



PROTAŽENÍ VNITŘNÍ STRANY STEHEN

Sedněte si na podlahu a pokrčte nohy v kolenu tak, aby se vaše chodidla dotýkala. Snažte se tlačit chodidla co nejbližše k pánvi a lokty tlačte kolena směrem dolů k podlaze. V krajní poloze setrvejte po dobu 15 vteřin.



PŘITAŽENÍ K PALCŮM

Pomalou se předkloňte, pozvolna spouštějte záda a ramena směrem dolů k palcům. V krajní poloze setrvejte po dobu alespoň 15 vteřin.



PROTAŽENÍ KOLENNÍCH ŠLACH

Sedněte si a napněte pravou nohu. Chodidlo levé nohy přitáhněte k vnitřní straně stehna pravé nohy. Snažte se přitáhnout horní polovinu těla co nejbližší k palci pravé nohy. V krajní poloze setrvejte po dobu 15 vteřin. Opakujte cvik na obě nohy.



PROTAŽENÍ LÝTKA A ACHILLOVY ŠLACHY

Opřete se o zeď, pravou nohu přisuňte ke stěně a levou posuňte směrem dozadu, ramena udržujte rovnoběžně se stěnou. Propněte levou nohu a chodidlo pravé nohy držte na zemi. Pokrčte pravou nohu a snažte se přitáhnout pánev co nejbližší ke zdi. Setrvejte v krajní poloze po dobu alespoň 15 vteřin. Poté protáhněte stejným způsobem pravou nohu.



ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE

Všeobecná ustanovení a vymezení pojmů

Tyto záruční podmínky a reklamační řád upravují podmínky a rozsah záruky poskytované prodávajícím na zboží dodávané kupujícím, jakož i postup při vyřizování reklamačních nároků uplatněných kupujícím na dodané zboží. Záruční podmínky a reklamační řád se řídí příslušnými ustanoveními zákona č. 40/1964 Sb., Občanský zákoník, zákona č. 513/1991 Sb., Obchodní zákoník, a zákona č. 634/1992 Sb., Zákon o ochraně spotřebitele, ve znění pozdějších předpisů, a to i ve věcech těmito záručními podmínkami a reklamačním řádem nezmiňovaných.

Prodávajícím je společnost SEVEN SPORT s.r.o. se sídlem Bořivojova 35/878, 13000 Praha, I.Č. 26847264, zapsaná v obchodním rejstříku, vedeném Krajským soudem v Praze oddíl C, vložka 116888.

Vzhledem k platné právní úpravě se rozlišuje kupující, který je spotřebitelem a kupující, který spotřebitelem není.

„Kupující spotřebitel“ nebo jen „spotřebitel“ je osoba, která při uzavírání a plnění smlouvy nejedná v rámci své obchodní nebo jiné podnikatelské činnosti.

„Kupující, který není „spotřebitel“, je podnikatel, který nakupuje výrobky či užívá služby za účelem svého podnikání s těmito výrobky nebo službami. Tento kupující se řídí rámcovou kupní smlouvou a obchodními podmínkami v rozsahu, které se ho týkají a obchodním zákoníkem.

Tyto záruční podmínky a reklamační řád jsou nedílnou součástí každé kupní smlouvy uzavřené mezi prodávajícím a kupujícím. Záruční podmínky a reklamační řád jsou platné a závazné, pokud v kupní smlouvě či v dodatku v této smlouvě či jiné písemné dohodě nebude stranami dohodnuto jinak.

Záruční podmínky

Záruční doba

Prodávající poskytuje kupujícímu záruku za jakost zboží v délce 24 měsíců, pokud ze záručního listu, faktury ke zboží, dodacího listu, příp. jiného dokladu ke zboží nevyplývá odlišná délka záruční doby poskytovaná prodávajícím. Zákonná délka záruky poskytovaná spotřebiteli není tímto dotčena.

Zárukou za jakost přejímá prodávající závazek, že dodané zboží bude po určitou dobu způsobilé pro použití k obvyklému, příp. smluvenému účelu a že si zachová obvyklé, příp. smluvené vlastnosti.

Záruční podmínky se nevztahují na závady vzniklé:

zaviněním uživatele tj. poškození výrobku neodbornou repasí, nesprávnou montáží, nedostatečným zasunutím sedlové tyče do rámu, nedostatečným utáhnutím pedálů v klikách a klik ke středové ose

nesprávnou údržbou

mechanickým poškozením

opotřebením dílů při běžném používání (např. gumové a plastové části, pohyblivé mechanismy, atd.)

neodvratnou událostí, živelnou pohromou

neodbornými zásahy

nesprávným zacházením, či nevhodným umístěním, vlivem nízké nebo vysoké teploty, působením vody, neúměrným tlakem a nárazy, úmyslně pozměněným designem, tvarem nebo rozměry

Reklamační řád

Postup při reklamaci vady zboží

Kupující je povinen zboží, dodané prodávajícím prohlédnout co nejdříve po přechodu nebezpečí škody na zboží, resp. po jeho dodání. Prohlídku musí kupující provést tak, aby zjistil všechny vady, které je možné při přiměřené odborné prohlídce zjistit.

Při reklamaci zboží je kupující povinen na žádost prodávajícího prokázat nákup a oprávněnost reklamace fakturou nebo dodacím listem s uvedeným výrobním (sériovým) číslem, případně týmiž doklady bez sériového čísla. Neprokáže-li kupující oprávněnost reklamace těmito doklady, má prodávající právo reklamaci odmítnout.

Pokud kupující oznámí závadu, na kterou se nevztahuje záruka (např. nebyly splněny podmínky záruky, závada byla nahlášena omylem apod.), je prodávající oprávněn požadovat plnou úhradu nákladů, které vznikly v souvislosti s odstraňováním závady takto oznámené kupujícím. Kalkulace servisního zásahu bude v tomto případě vycházet z platného ceníku pracovních výkonů a nákladů na dopravu.

Pokud prodávající zjistí (testováním), že reklamovaný výrobek není vadný, považuje se reklamace za neoprávněnou. Prodávající si vyhrazuje právo požadovat úhradu nákladů, které vznikly v souvislosti s neoprávněnou reklamací.

V případě, že kupující reklamuje vady zboží, na které se vztahuje záruka podle platných záručních podmínek prodávajícího, provede prodávající odstranění vady formou opravy, případně výměny vadného dílu nebo zařízení za bezvadné. Prodávající je se souhlasem kupujícího oprávněn dodat výměnou za vadné zboží jiné zboží plně funkčně kompatibilní, ale minimálně stejných nebo lepších technických parametrů. Volba ohledně způsobu vyřízení reklamace dle tohoto odstavce náleží prodávajícímu.

Prodávající vyřídí reklamaci nejpozději do 30 dnů od doručení vadného zboží, pokud nebude dohodnuta lhůta delší. Za den vyřízení se považuje den, kdy bylo opravené nebo vyměněné zboží předáno kupujícímu. Není-li prodávající s ohledem na charakter vady schopen vyřídit reklamaci v uvedené lhůtě, dohodne s kupujícím náhradní řešení. Pokud k takové dohodě nedojde, je prodávající povinen poskytnout kupujícímu finanční náhradu formou dobropisu.

**SEVEN SPORT, s. r. o.**

Bořivojova 35/878 130 00 Praha 3, ČR IČO: 268 47 264, DIČ: CZ26847264
Objednávky: +420 556 300 970, objednavky@insportline.cz
Reklamáce: +420 556 770 190, mobil: +420 604 853 019, reklamace@insportline.cz
Servis: +420 556 770 190, mobil: +420 604 853 019, servis@insportline.cz
Fax: +420 556 770 192, (servis +420 556 770 191)
Web: www.insportline.cz, www.worker.cz, www.worker-moto.cz



Zastoupení pro Slovensko:

INSPORTLINÉ, s.r.o., Bratislavská 36, 911 05 Trenčín, IČO: 36311723, DIČ: SK2020177082
Objednávky: +421(0)326 526 701, +421(0)917 649 192, objednavky@insportline.sk
Reklamáce: +421(0)326 526 701, +421(0)918 408 519, reklamacie@insportline.sk
Fax: +421(0)326 526 705
Web: www.insportline.sk, www.worker.sk, www.worker-moto.sk

Datum prodeje:

Razítko a podpis prodejce: