



HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ – HU
IN 12532 AB Trainer inSPORTline AB Perfect Twist



TARTALOM

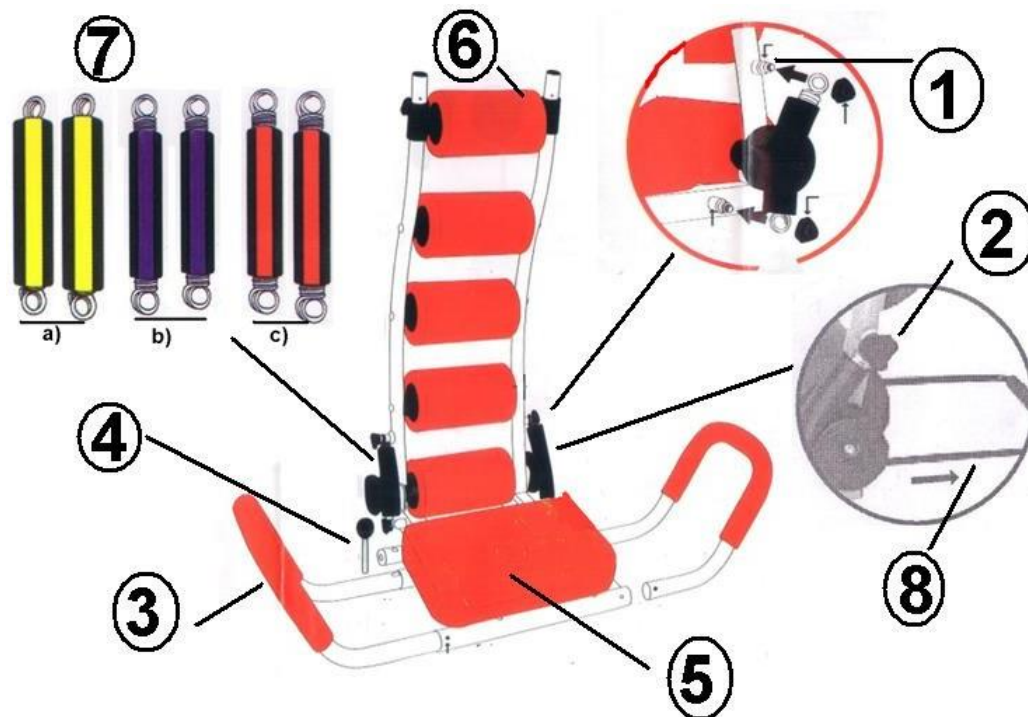
FONTOS MEGJEGYZÉS.....	3
ALKATRÉSZEK.....	3
HOGYAN KELL HASZNÁLNI.....	4
KARBANTARTÁS.....	5

FONTOS MEGJEGYZÉS

A termék használatakor az alapvető óvintézkedéseket mindig be kell tartani:

1. Olvassa el figyelmesen az összes utasítást.
2. Ez a termék kizárólag otthoni használatra alkalmas.
3. A termék maximális terhelhetősége: 100 kg.
4. Tartsa távol a terméket gyermekektől.
5. Ha a termék meghibásodott vagy bármilyen módon megsérült, akkor kérjük, hagyja abba a használatát.
6. Azoknak, akik valamilyen egészségügyi problémával szenvednek, javasoljuk, hogy a termék használata előtt keresse fel kezelőorvosát.

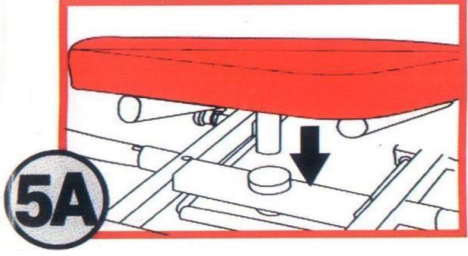


ALKATRÉSZEK

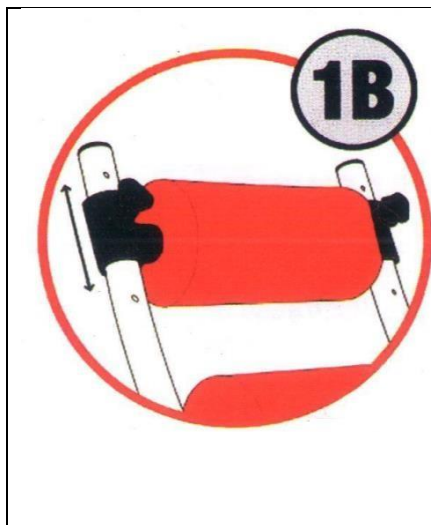


1. Fém csavar
2. Csavar (4 db)
3. Fogantyú (2db)
4. Csapszeg
5. Nyereg
6. Párnázott görgők
7. Ellenállás rugók:

- a) Alacsony ellenállású rugó (kék) a könnyű edzéshez.
 - b) Középső ellenállás rugó (piros) közepes nehézségű edzéshez.
 - c) Nagy ellenállású rugó (fekete) a megerőltető, kemény edzéshez.
8. Támasztó konzol

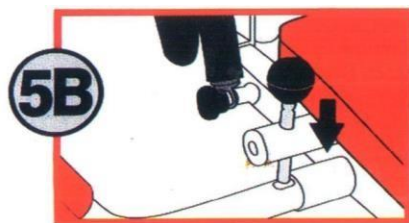
HASZNÁLAT

	<p>1. lépés: Lásd 5A</p> <p>Helyezze a párnázott ülés a vázra.</p>
	<p>2. lépés:</p> <p>Válassza ki az ellenállás rugókat az edzés intenzitásától függően, majd szerelje össze.</p> <p>a) Helyezze az ellenállásrugó alsó részét a fémcsavarra.</p> <p>b) Az ellenállásrugó felső részének beillesztéséhez kissé nyomja a rugót jobbra a hüvelykujjával, és mozgassa hátra és előre a párnázott háttámlát a könnyebb beillesztéshez a fémcsavar felett.</p> <p>c) Csavarja be mindkét végét a csavar segítségével. Ellenőrizze, hogy a csavar teteje teljesen meg van-e húzva.</p>
	<p>3. lépés</p> <p>Nyomja meg a rugós csapot, és nyomja be a markolatot. Ismétlje meg a másik markolat fogantyújával is. Ha le akarja venni a fogantyút, csak nyomja meg és tartsa lenyomva a rugós csapot, miközben a fogantyút húzza.</p>



Fejtartó beállítása: lásd 1B

A fejtartót a kényelmes ülőpozícióhoz igazíthatja, csak lazítsa meg mindkét beállítógombot az óramutató járásával ellentétes irányba forgatva. Mozgassa felfelé vagy lefelé a nyaktartót, és igazítsa a nyílásokat. Húzza meg az állítógombokat az óramutató járásával megegyező irányban történő elforgatással.

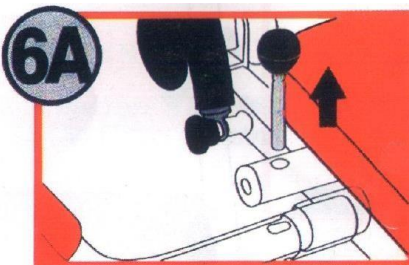


Lásd 5B ábra:

Helyezze a csapszeget az ülés nyílásán és a jobb markolat fogantyújának ovális nyílásán keresztül. Tolja teljesen be a csapszeget, ez rögzíti az ülést a helyén.

Lásd 6A. ábra:

Ha az edzéshez az ülést el kell forgatni, egyszerűen húzza ki a csapszeget és távolítsa el.



KARBANTARTÁS ÉS TISZTÍTÁS

1. Az egyszerű tárolás érdekében távolítsa el az ellenállásrugót és csukja össze a gépet.
2. A termék tisztításához ne használjon benzint, hígítót vagy más súrolószert, maró hatású anyagot.
3. Nedves ruhával törölje le a terméket.