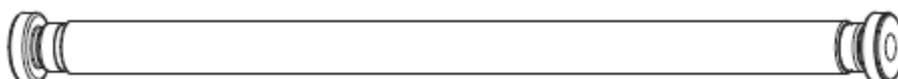




HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ – HU

IN 7147 Húzódzkodó inSPORTline

IN 354 Húzódzkodó



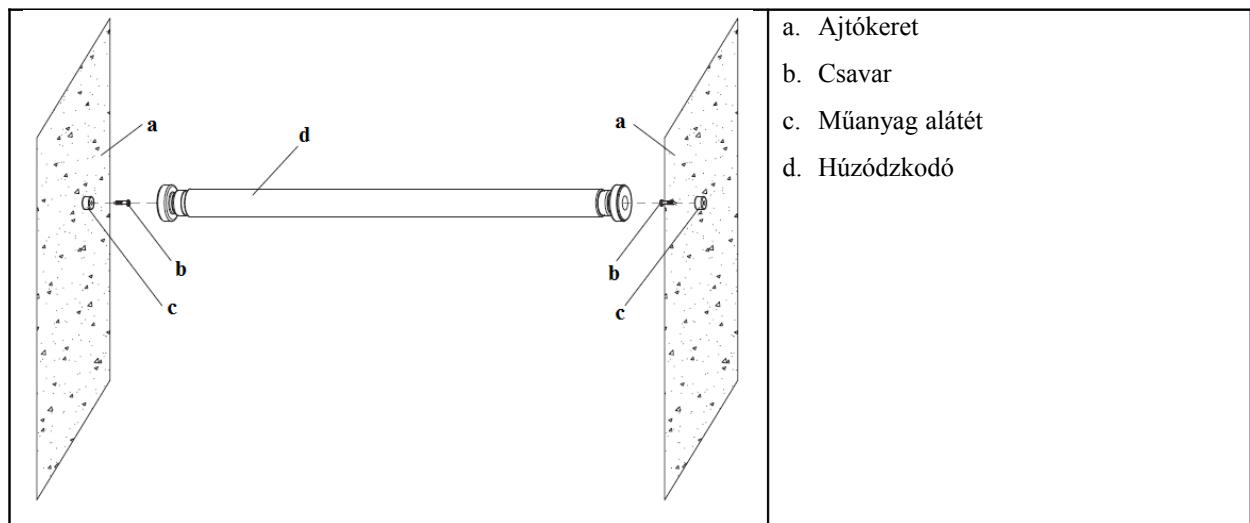
TARTALOM

ÖSSZESZERELÉS.....	3
GYAKORLATOK.....	3
GARANCIÁLIS FELTÉTELEK, REKLAMÁCIÓ.....	4

INFORMÁCIÓK

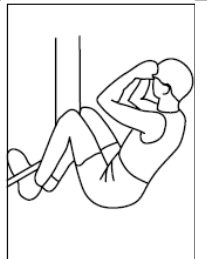
1. Alkalmos húzódkódásra, felülésre és nyújtógyakorlatokhoz.
2. Beállítható 63-93cm hosszúságban.
3. Egyszerű a leszerelése.
4. Maximális terhelhetősége: 100 kg
5. Inverziós cipővel nem használható.

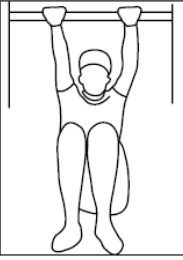
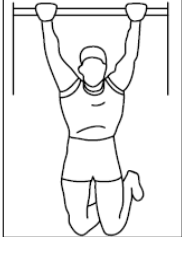

ÖSSZESZERELÉS



1. A húzódkodó 63cm-93cm hosszúságban állítható be az ajtókeretbe. Felszerelés előtt vegye figyelembe a felhasználó testmagasságát és a gyakorlatokat, melyeket szeretne vele végezni. Ezután csavarozza a két műanyag alátétet az ajtókeretbe úgy, hogy egymással szemben ugyanolyan függőleges és vízszintes pozícióban legyenek.
2. A hosszúság beállítására mindkét végén csavarmechanizmussal ellátott. Helyezze el a húzódkodót úgy, hogy a műanyag alátétek a húzódkodó végén lévő gumis gyűrűk közepén legyenek. Végezetül húzza szét a rudat úgy, hogy mindkét végével az ajtókerethez érjen.

GYAKORLATOK

	<p>(1) FELÜLÉS: <i>HASIZOM</i></p> <p>Feküdjön le a földre, lábait akassza be a húzódkodó rúdba. Tenyerét tegye a feje mögé – ha így túl megterhelő a gyakorlat, karjait tegye teste mellé. Emelje fel felsőtestét, míg nincs 45° szögben a talajjal. Ezután ereszkedjen vissza a földre, várjon pár másodpercet, majd ismétlje a gyakorlatot. 10-20 sorozatot végezzen.</p>
---	---

	<p>(2) LÁBHÚZÁS: <i>HASIZOM</i> (A tenyér előre néz) Kapaszkodjon a rúdra, tenyere legyen szélesebb terpeszben, húzza fel térdeit amennyire csak bírja, majd ereszkedjen vissza (a gyakorlatot húzással végezze, ne lengéssel). Ismétlje a gyakorlatot minimum 5x, sorozatban.</p>
	<p>(3) FELHÚZÁS SZÉLES MARKOLÁSSAL <i>HÁTIZOM, BICEPSZ, VÁLLIZOM</i> (A tenyér előre néz) Kapaszkodjon a rúdra, hajlítsa be lábait hátra, és húzza fel testét úgy, hogy mellkasa a rudat érintse. Maradjon így pár másodpercig, majd lassan ereszkedjen vissza. A gyakorlatot lassan, folyamatosan végezze. Az ismétlések számát lassan növelje, kondíciójától függően.</p>
	<p>(4) FELHÚZÁS KESKENY MARKOLÁSSAL: <i>MELLIZOM, BICEPSZ, VÁLLIZOM</i> (A tenyér hátrafelé néz) Kapaszkodjon a rúdra, hajlítsa be lábait és húzza fel magát – fejét hajlítsa előre és állával próbálja meg megérinteni a rudat. Ezután ereszkedjen le. A gyakorlatot lassan, folyamatosan végezze. Az ismétlések számát lassan növelje, kondíciójától függően.</p>

GARANCIÁLIS FELTÉTELEK, REKLAMÁCIÓ

Jótállás

Az eladó 24 hónapos garanciát nyújt a vevőnek, kivéve ha a jótállási számlán, vagy egyéb dokumentumon más garanciális idő szerepel. A kötelező jótállás időtartama nem érinti a vevőt.

Az eladó garanciát vállal a minőségre, ha az eladott termék a normál célnak megfelelően van felhasználva, és megtartja a szerződésben elfogadottakat.

A garanciális feltételek nem érvényesek a következő esetekben:

- a felhasználó által okozott károk, pl. nem szakszerű szerelés, az áru megrongálása helytelen javítással
- helytelen karbantartás
- mechanikai károsodás
- elhasználódott alkatrészek a mindennapi használat során (pl. gumi és műanyag alkatrészek, mozgó mechanizmusok, stb.)
- elkerülhetetlen esemény, természeti katasztrófa
- szakszerűtlen beavatkozás
- szakszerűtlen kezelés, helytelen elhelyezés, magas illetve alacsony hőfokhatás, víz, aránytalan nyomás, szándékosan átalakított alak és nagyság változtatás

Reklamáció igénylés

Reklamációkérelem eljárása

A vevő köteles az eladó által eladott árut mihamarabb átnézni. A vevő az ellenőrzést lehetőleg úgy végezze, hogy az esetleges hibákat észrevegye.

Reklamáció esetén a vevőnek be kell mutatni a vásárlást igazoló dokumentumot a gyártási számmal. Amennyiben az igazolószelvény hiányos, az eladónak jogában áll elutasítani a reklamációs kérelmet.

Amennyiben a vevő olyan hibabejelentést tesz, melyre nem vonatkozik a jótállás (pl. nem teljesítették a garanciális feltételeket, a hiba tévedésből lett jelentve, stb.) az eladó jogosult a költségtérítésre. A szerelési költség az érvényben lévő árlista alapján lesz elszámolva.

Ha az eladó a tesztelés során nem találja hibásnak az árut, jogában áll a reklamációt érvénytelennek tekinteni, és jogosult az érvénytelen reklamációkor felmerülő költségek visszatérítésére.

Amennyiben a vevő olyan hibabejelentést tesz, melyre vonatkozik a jótállás, az eladónak kötelessége a hibát elhárítani, esetlegesen új árut adni. Az eladó a vevő beleegyezésével más termékre is cserélheti a hibás árut. A kártérítés rendezése e bekezdés alapján az eladóra vonatkozik.

Az eladó a reklamációt az áru kézhezvételétől számított legkésőbb 30 napon belül rendezi, amennyiben nincs más idő megegyezve. Az érvényes nap az eladó által eladott, de cserére kerülő termék eladásánál feltüntetett nap. Amennyiben az eladó nem tudja elrendezni a reklamációkérelmet, megegyezik a vevővel más alternatív lehetőségben. Ha ilyen megegyezés nem jön létre, az eladó köteles anyagi kártérítést fizetni a vevőnek.

Eladás dátuma:

Eladó bélyegzője és aláírása:

Forgalmazó:

Insporthline Hungary Kft.
2500 Esztergom, Kossuth Lajos u. 65.

www.insportline.hu

tel./fax: 0633-313-242