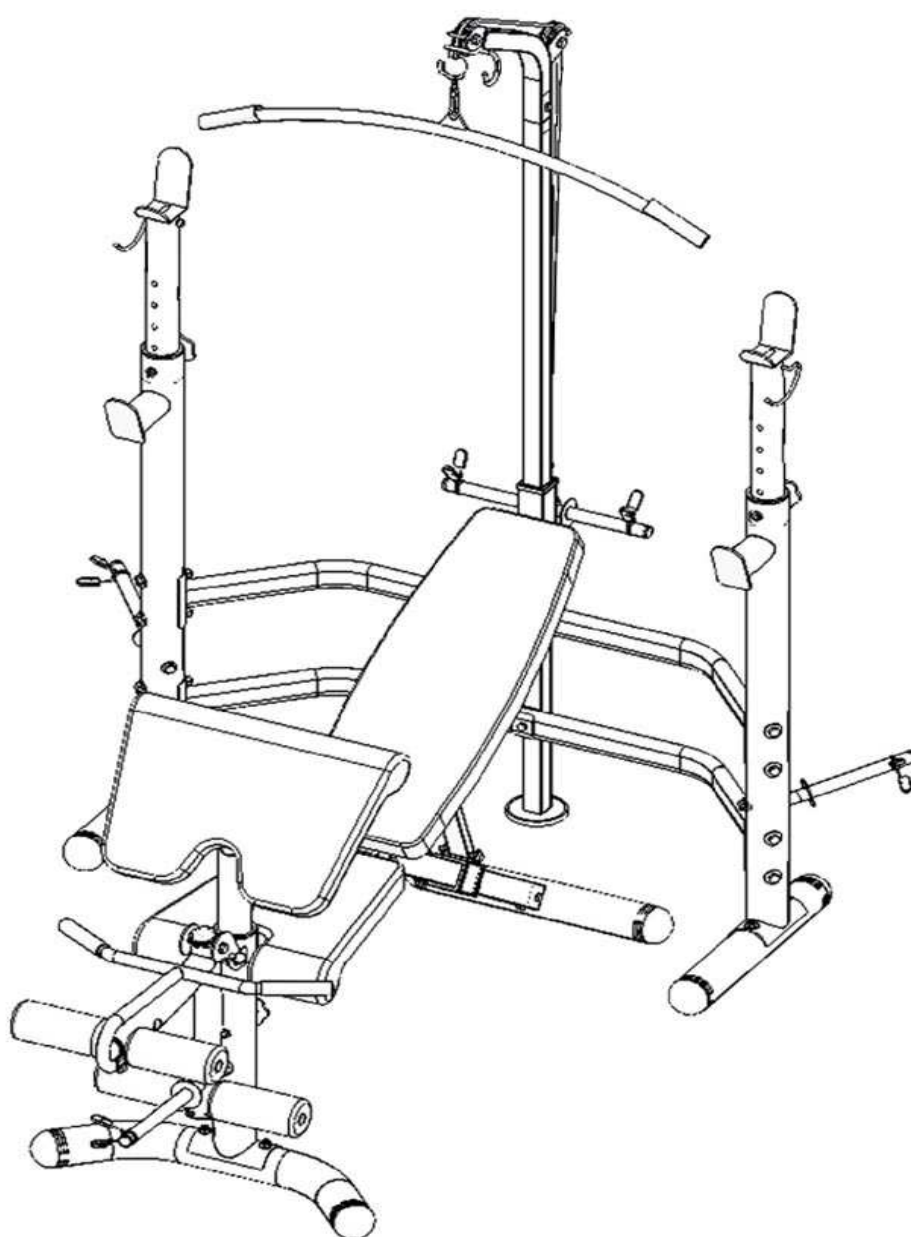




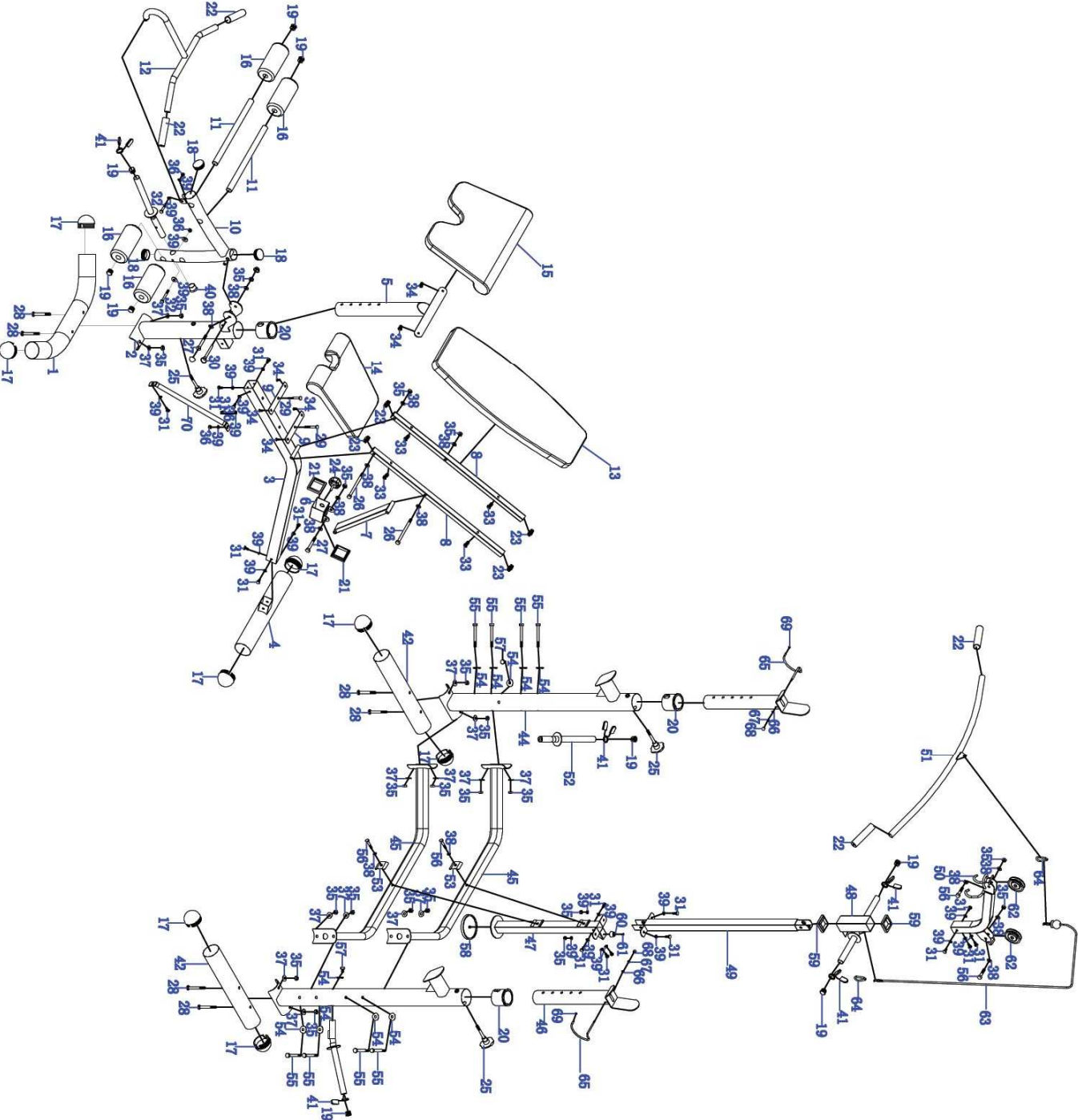
Uživatelský manál - CZ
IN 4069 Multifunkční posilovací lavice inSPORTline Bastet



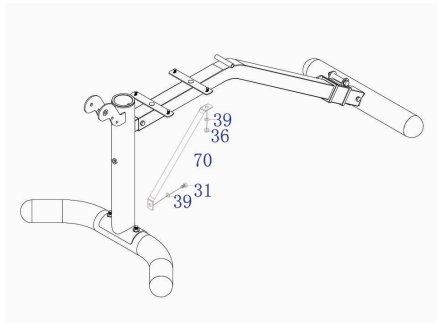
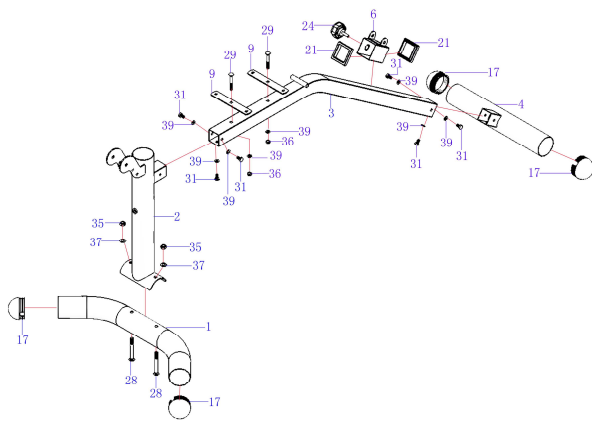
Seznam dílů

Číslo	Díl	Množství	Číslo	Díl	Množství
1	Přední nosník	1	36	Pojistná matice (M8)	4
2	Přední svislá tyč (dolní část)	1	37	Prohnutá podložka (M10)	14
3	Hlavní rám	1	38	Plochá podložka (M10)	14
4	Zadní nosník	1	39	Plochá podložka (M8)	22
5	Přední svislá tyč (horní část)	1	40	Koncová krytka (Φ25)	1
6	Posuvná hranatá objímka	1	41	Pružinový klip (Φ25)	5
7	Tyč pro nastavení polohy zádové opěry	1	42	Nosník	2
8	Tyč pro připevnění opěry zad	2	43	Levá dlouhá tyč	1
9	Držák sedátka	2	44	Pravá dlouhá tyč	1
10	Přední rameno	1	45	Příčná tyč	2
11	Opěra nohou - osa	2	46	Postranní nastavovací tyč	2
12	Madlo	1	47	Zadní svislá tyč (dolní část)	1
13	Opěra zad	1	48	Posuvný držák závaží	1
14	Sedátko	1	49	Zadní svislá tyč (horní část)	1
15	Opěra pro posilování bicepsů	1	50	Rameno zadní tyče	1
16	Pěnová opěra - válec	4	51	Madlo	1
17	Kulatá koncová krytka (Φ76)	8	52	Stojan na závaží	2
18	Kulatá koncová krytka (Φ50)	3	53	Vložka	2
19	Kulatá koncová krytka (Φ25)	9	54	Podložka (M10)	10
20	Plastová objímka (Φ76VΦ60)	3	55	Šroub (M10*95)	8
21	Hranatá plastová objímka (Φ60VΦ50)	2	56	Šroub (M10*45)	4
22	Grip (Φ32VΦ23*120)	4	57	Šroub (M10*15)	2
23	Hranatá koncová krytka (Φ25)	4	58	Nosník (Φ100)	1
24	Otočný regulátor (šroub M16*22)	1	59	Hranatá plastová objímka (Φ50VΦ38)	2
25	Otočný regulátor (šroub M10*75)	3	60	Gumové zářežedlo (Φ25)	1
26	Šroub (M10*145)	2	61	Šroub (M5*10)	1
27	Šroub (M10*75)	2	62	Kladka (Φ25)	2
28	Šroub (M10*90)	6	63	Lanko	1
29	Šroub (M8*65)	2	64	Karabina	2
30	Kolík (Φ8*65)	1	65	Bezpečnostní háček	2
31	Šroub (M8*15)	15	66	Plochá podložka (M6)	2
32	Šroub (M8*45)	2	67	Pojistná matice (M6)	2
33	Šroub (M6*40)	4	68	Kloboučková matice	2
34	Šroub (M6*14)	6	69	Krytka háčku	2
35	Pojistná matice (M10)	21	70	Vyztužovací tyč	1

Schéma



Návod na sestavení

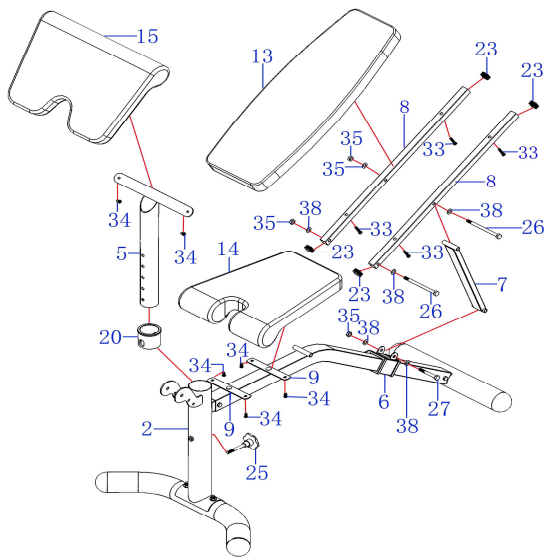


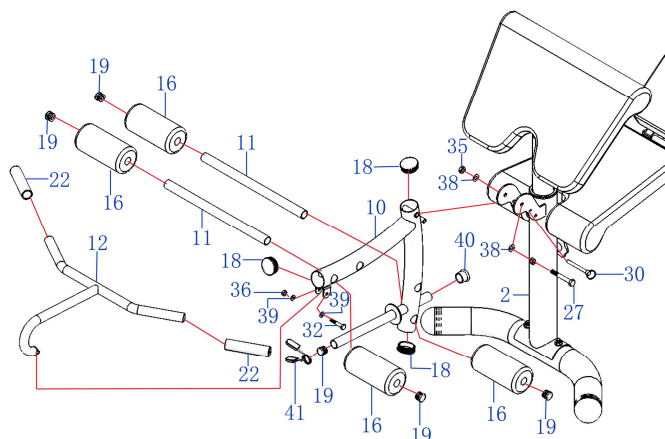
1. Krok

Přípevněte přední svislou tyč (2) k přednímu nosníku (1) pomocí šroubů (28), podložek (37) a pojistných matic (35). Přípevněte hlavní rám (3) k přední svislé tyči (2) pomocí šroubů (31) a plochých podložek (39). Přípevněte posuvnou hranatou objímku (6) k hlavnímu rámu (3) a poté přípevněte zadní nosník (4) k hlavnímu rámu (3) pomocí šroubů (31) a plochých podložek (39). Nakonec přípevněte držáky sedátka (9) k hlavnímu rámu (3) pomocí šroubů (29), plochých podložek (39) a pojistných matic (36), jeden konec vyztužovací tyče (70) přípevněte k hlavnímu rámu (3) a druhý konec přípevněte k přední svislé tyči (2) za použití ploché podložky (39) a pojistné matice (31).

2. Krok

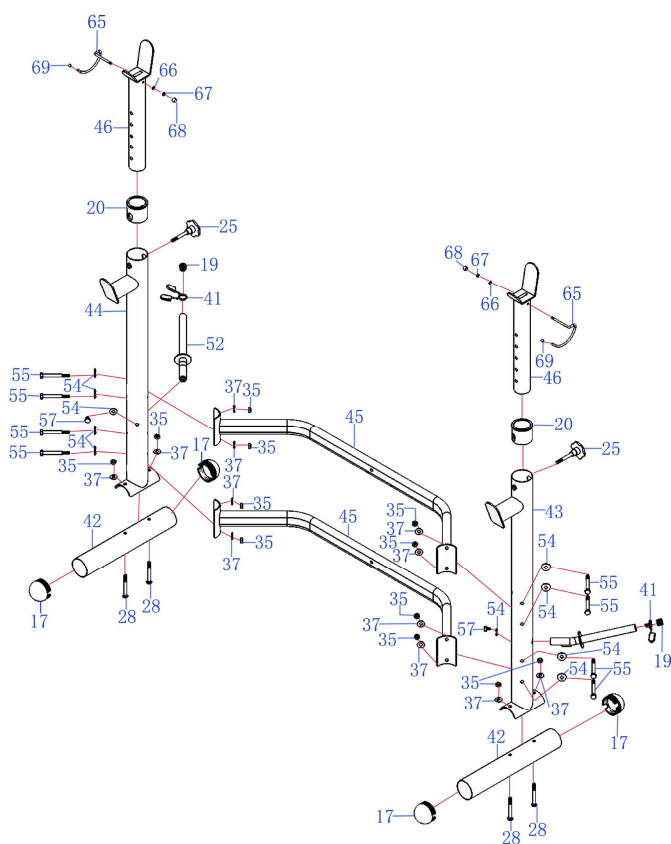
Přípevněte tyč pro nastavení polohy zádové opěry (7) k posuvné hranaté objímce (6) pomocí šroubu (27), ploché podložky (38) a pojistné matice (35). Tyče pro připevnění opěry zad (8) přípevněte k hlavnímu rámu (3) a tyč pro nastavení polohy opěry zad (7) přípevněte pomocí šroubů (26), plochých podložek (38) a pojistných matic (35). Přípevněte opěru zad (13) tyčím (8) pomocí šroubů (33) a poté přípevněte sedátko (14) k držáku sedátka (9) pomocí šroubů (34). Vsuňte horní část přední svislé tyče do spodní a zafixujte ji pomocí regulátoru (25).





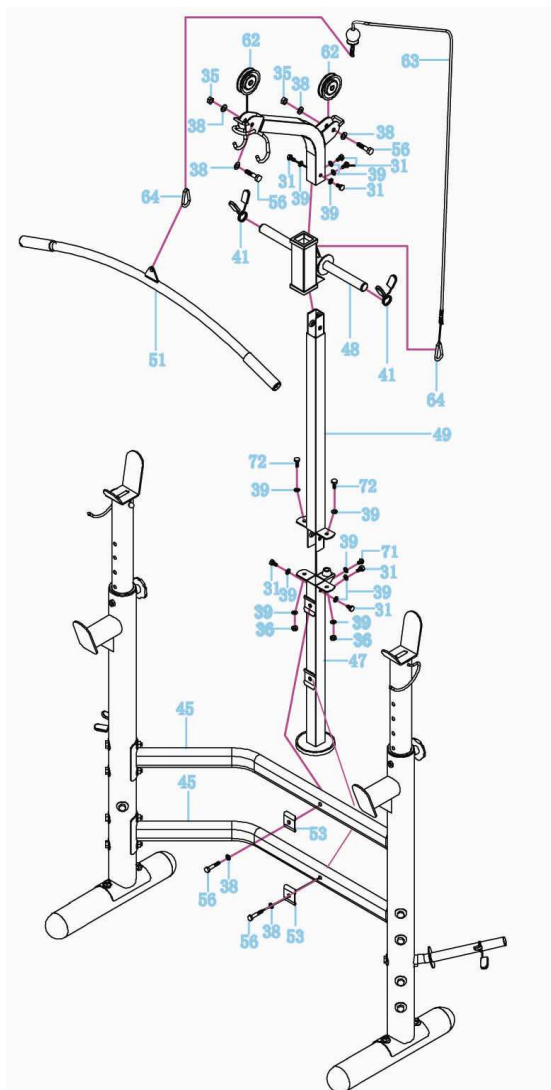
3. Krok

Připevněte přední rameno (10) k přední svislé tyči (2) pomocí šroubu (27), ploché podložky (38), pojistné matice (35) a kolíku (30). Následně nasuňte pěnové opěry (16) na osy (11) a gripy (22) na madlo (12). Nakonec připevněte madlo (12) k přednímu ramenu (10) pomocí šroubu (32), ploché podložek (39) a pojistné matice (36).



4. Krok

Připevněte nosníky (42) k postranním tyčím (43, 44) pomocí šroubů (28), podložek (37) a pojistných matic (35). Poté připevněte příčné tyče (45) k postranním svislým tyčím (43, 44) pomocí podložek (54), šroubů (55), podložek (37) a pojistných matic (35). Připevněte postranní nastavovací tyče (46) k postranním svislým tyčím (43, 44) a zajistěte je pomocí regulačních šroubů (25). Poté připevněte háčky (65) k postranním nastavovacím tyčím (46) a zafixujte je pomocí pojistných matic (67), plochých podložek (66) a kloboučkových matic (68). Připevněte stojany na závaží (52) k postranním tyčím (43, 44) pomocí šroubů (57) a podložek (54). Poté připevněte koncové krytky háčků (69) k bezpečnostním háčkům (65) a pružinové klipy (41) k stojanům na závaží (52).



5. Krok

Připevněte zadní svislou tyč (47) k příčným tyčím (45) pomocí vložek (53), šroubů (56) a plochých podložek (38). Vsuňte horní část zadní tyče (49) do spodní části (47) a zafixujte ji pomocí šroubů (31), plochých podložek (39) a pojistných matic (35). Nasuňte posuvný držák závaží (48) na horní část zadní tyče (49) a rameno zadní tyče (50) připevněte k zadní tyči (49) pomocí šroubů (31) a plochých podložek (39). Prostrčte lanko (63) kladkami (62), kladky poté připevněte k rameni (50) pomocí šroubů (56), plochých podložek (38) a pojistných matic (35). Připevněte konec lanka (63) k držáku závaží (48) pomocí karabiny (64). Nakonec připevněte madlo (51) k lanku (53) pomocí karabiny (64).

Důležitá bezpečnostní upozornění

Ušchovejte návod na bezpečném místě pro případ potřeby.

1. Dříve než lavici začnete sestavovat a používat, přečtěte si pozorně tento návod na použití. Jedině správná údržba a správný způsob používání Vám zajistí bezpečné a účinné využití lavice. S tímto návodem by měli být obeznámeni všichni uživatelé lavice.
2. Před zahájením jakéhokoliv cvičebního programu se poradte s lékařem. Měl by Vás ujistit, že cvičení neohrozí Vaše zdraví a že jste schopni využívat všech funkcí lavice. Posouzení lékaře je klíčové v případě, že užíváte léky, které mohou mít vliv na Váš srdeční tep, krevní tlak, či hladinu cholesterolu.
3. Při cvičení si všimněte, jak reaguje Vaše tělo. Nesprávně vedené nebo nadměrné cvičení může vést k poškození Vašeho zdraví. Ukončete cvičení, pociťujete-li některý z těchto stavů: bolest, tlak na hrudi, nepravidelný tep, dušnost, ztráta rovnováhy, závrať_ nebo nevolnost. Je nezbytné se poradit o dalším cvičebním programu s lékařem.
4. Děti ani domácí zvířata by se neměly dostat do kontaktu s lavicí. Lavice je určena pouze pro dospělé.
5. Lavici používejte na pevném, rovném povrchu a předcházejte poškození podlahy ochrannou podložkou nebo kobercem. Pro bezpečný provoz je nutné zajistit volný prostor okolo celé lavice (alespoň 0,5 m).
6. Před použitím lavice zkontrolujte, zda jsou matice a šrouby bezpečně utaženy.
7. Pro zachování bezpečnosti je třeba zajistit pravidelné kontroly stavu lavice z důvodu opotřebení a únavy materiálu.
8. Lavici používejte pouze tak, jak je uvedeno v návodu. V případě, že při sestavování nebo kontrole lavice naleznete vadné části, nebo pokud vydává neobvyklý zvuk, přestaňte ji okamžitě používat. Dokud nebude problém vyřešen, nepoužívejte lavici.
9. Při užívání lavice noste vhodné oblečení. Nenoste volné oblečení, které se může do ní zachytit, ani oblečení, které by Vám mohlo bránit v pohybu.
10. Lavice je vhodná pouze pro domácí použití. Lavice je určena pro uživatele, jejichž tělesná hmotnost nepřesahuje 120 kg.
11. Lavice není vhodný pro léčebné účely.
12. Při zvedání a přenášení postupujte opatrně, mohli byste si poranit záda. Dbejte na správné držení těla při zvedání, případně požádejte o pomoc jinou osobu.

POKYNY KE CVIČENÍ

Cvičení je prospěšné pro Vaše zdraví, zlepšuje fyzickou kondici, tvaruje svalstvo a v kombinaci s kaloricky vyváženou stravou vede ke snížení váhy.

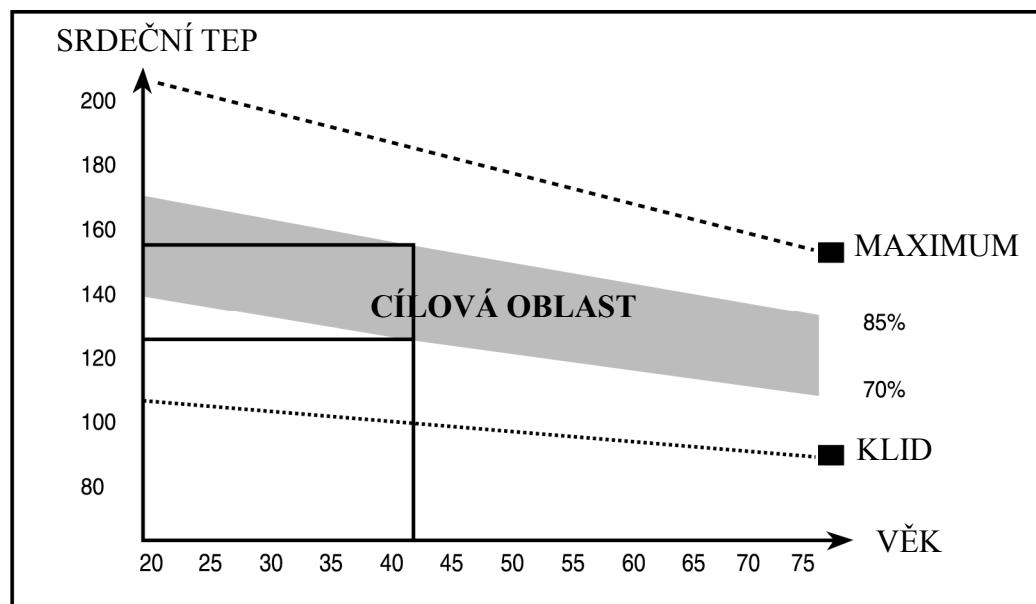
1. Zahřívací fáze

Tato fáze slouží k prokrvení celého těla, k zahřátí svalstva, snižuje riziko křečí a svalového poranění. Doporučujeme provádět níže uvedené cviky na protažení. Při protahování setrvejte v krajní poloze přibližně 30 sekund, neprovádějte trhavé pohyby a nekmítejte.



2. Vlastní cvičení

Tato fáze je fyzicky namáhavější. Pravidelným cvičením se stává svalstvo nohou pružnějším. Tempo si můžete určit sami, ale je velice důležité, aby bylo stejné po celou dobu cvičení. Tempo však musí být dostatečné pro zvýšení tepové frekvence, jejíž cílová oblast je vyznačená na grafu.



Cvičení by mělo trvat nejméně 12 minut, ale většinou se délka u začátečníků pohybuje mezi 15-20 minutami. V případě, že se nezobrazují údaje na displeji počítače, zkontrolujte zapojení.

3. Zklidnění po cvičení

Tato fáze slouží k uklidnění činnosti kardiovaskulární soustavy a svalstva. Měla by trvat přibližně 5 minut, můžete opakovat zahřívací cviky nebo pokračovat ve cvičení zvolnějším tempem. Protažení svalů po cvičení je

důležité a opět je třeba se vyvarovat trhavých pohybů a kmitání. Se zlepšující se kondicí můžete prodlužovat délku a zvyšovat intenzitu cvičení. Trénink by se měl provádět nejméně třikrát týdně a jeho časové rozložení by mělo být rovnoměrné.

TVAROVÁNÍ SVALSTVA

Pro tvarování svalstva je důležité používat závaží o větší hmotnosti, aby došlo k většímu zatížení svalstva. Může to ale znamenat, že nebudete schopni cvičit tak dlouho, jak byste si přáli. Pokud se snažíte o zlepšení kondice, je třeba přizpůsobit tomu trénink. Měli byste cvičit obvyklým způsobem během zahřívání a zklidňování, ale ke konci vlastního cvičení zvyšte hmotnost závaží. Pravděpodobně budete muset zpomalit, aby tepová frekvence zůstala v cílové oblasti.

ZTRÁTA NA HMOTNOSTI

Počet spálených kalorií závisí pouze na délce a intenzitě cvičení. Podstata je stejná jako u kondičního cvičení, ovšem cíl je jiný.

ÚPRAVA LAVICE

Výšku sedátka si můžete přizpůsobit po odšroubování otočného regulátoru. Máte na výběr z 10 poloh (10 otvorů v sedlové tyči). Jakmile si nastavíte vyhovující výšku, zašroubujte zpátky regulátor.

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 kupujícím 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 určité 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,

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 nákladu, 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 kupujícím. 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
Reklamacie: +420 556 770 190, mobil: +420 604 853 019, reklamacie@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:

INSPORTLINE, 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
Reklamacie: +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: