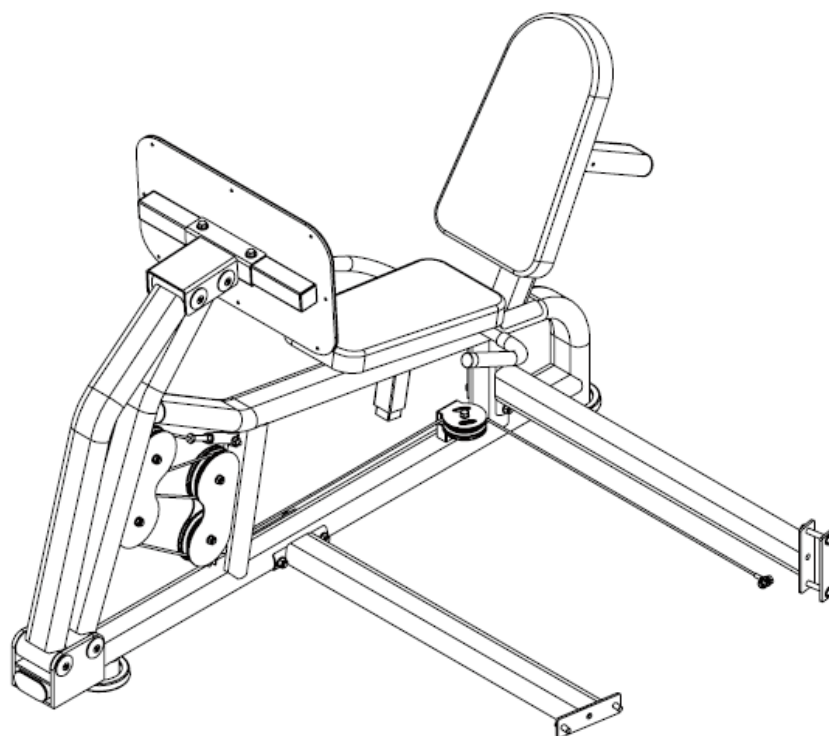




INSTRUKCJA OBSŁUGI – PL

IN 20770 Przystawka do atlasu ProfiGym C400 – Prasa do nóg



SPIS TREŚCI

INSTRUKCJA BEZPIECZEŃSTWA.....	3
LISTA CZĘŚCI.....	4
MONTAŻ.....	7
KROK 1.....	7
KROK 2.....	8
KROK 3.....	9
KROK 4.....	10
KROK 5.....	12
KROK 6.....	13
INSTRUKCJA DOTYCZĄCA ĆWICZEŃ.....	14
KONSERWACJA.....	15
OCHRONA ŚRODOWISKA	15
WARUNKI GWARANCJI, ZGŁOSZENIA GWARANCYJNE	15

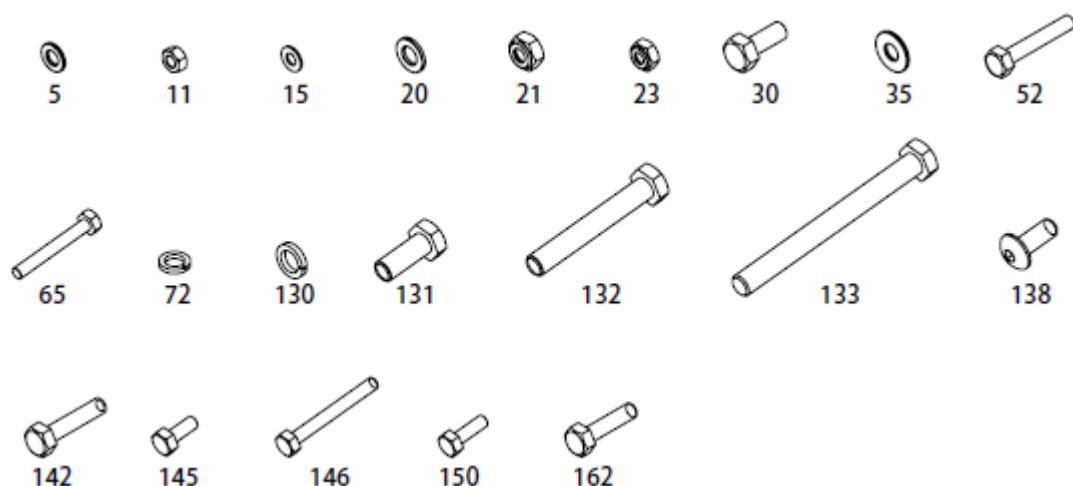
INSTRUKCJA BEZPIECZEŃSTWA

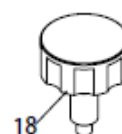
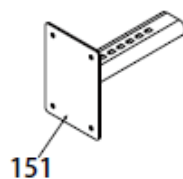
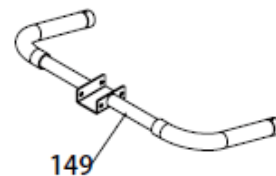
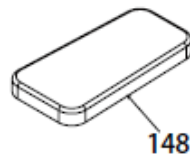
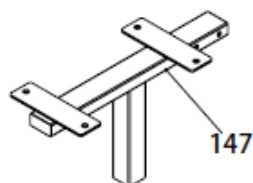
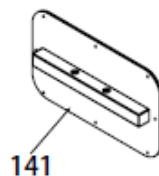
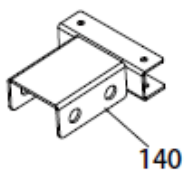
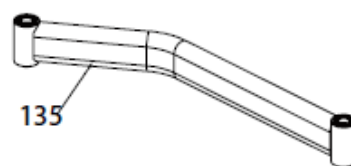
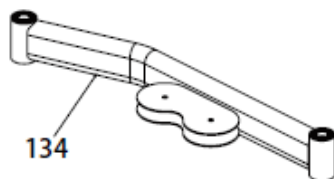
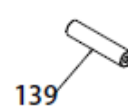
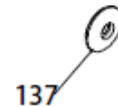
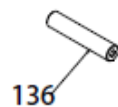
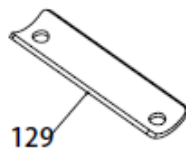
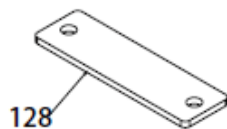
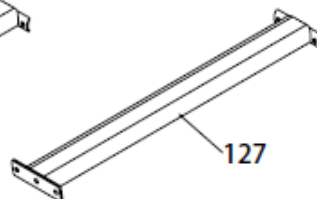
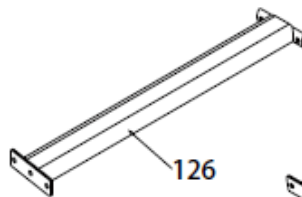
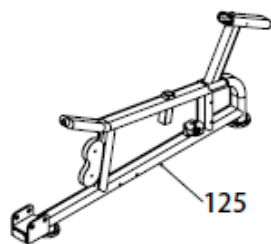
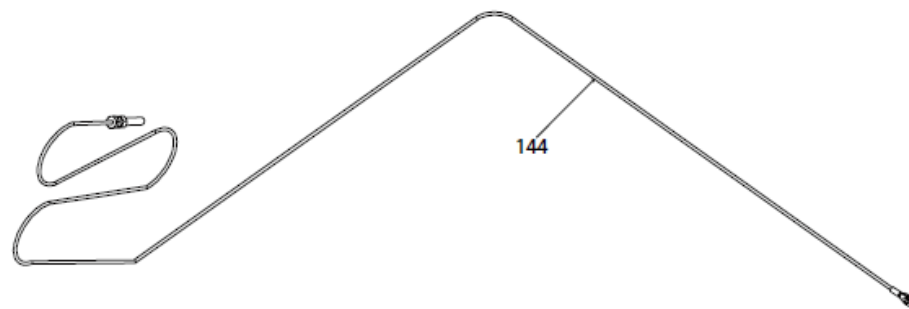
- Dziękujemy za zakup tego produktu. Proszę uważnie przeczytać instrukcję przed rozpoczęciem montażu i przed użyciem produktu. Zachowaj ten podręcznik na przyszłość. W razie wątpliwości skontaktuj się ze specjalistycznym serwisem.
- Przed zakończeniem montażu sprawdź wszystkie części pod kątem kompletności i integralności. Używaj tylko oryginalnych części zamiennych i akcesoriów. Nie wprowadzaj nieautoryzowanych modyfikacji produktu.
- Montaż może wykonać tylko osoba dorosła. Przed użyciem sprawdź, czy produkt jest prawidłowo złożony i stabilny. Urządzenie musi działać poprawnie, aby uniknąć obrażeń użytkownika. Jeśli urządzenie nie działa prawidłowo, wykazuje oznaki uszkodzenia lub zużycia, natychmiast przestań go używać. Uszkodzone lub zużyte części należy natychmiast wymienić.
- Poproś lekarza o pomoc przed rozpoczęciem programu ćwiczeń.
- Trzymaj z dala od dzieci i zwierząt domowych.
- Zawsze wykonuj rozgrzewkę przed rozpoczęciem programu ćwiczeń.
- Przeczytaj i postępuj zgodnie ze wszystkimi instrukcjami i ostrzeżeniami.
- Ustaw urządzenie na płaskiej, czystej i suchej powierzchni. Zachowaj bezpieczną odległość min. 0,6 m od innego obiektu.
- Nie używaj na zewnątrz.
- Nie modyfikuj urządzenia.
- Przed każdym ćwiczeniem sprawdź, czy wszystkie śruby i nakrętki są dokręcone. Nie używaj produktu, jeśli jest uszkodzony.
- Ćwicz rozsądnie i ostrożnie, nie przedłużaj ćwiczeń. Ruchy nie mogą być zbyt gwałtowne, aby uniknąć obrażeń użytkownika.
- Nie wstrzymuj oddechu podczas ćwiczeń.
- Ćwicz prawidłowo i odpowiednio. Wysokie obciążenia mogą prowadzić do komplikacji zdrowotnych.
- Trzymaj odzież i części ciała z dala od ruchomych części, aby uniknąć obrażeń. Ubierz odpowiednią odzież sportową, w tym buty sportowe.
- Zadbaj o swoje zdrowie i początkowo wybierz wolniejsze tempo. To samo jest przydatne po dłuższej przerwie w ćwiczeniach. Z czasem możesz pracować nad bardziej intensywnym tempem.
- Niewłaściwe ćwiczenia lub nieprzestrzeganie zasad bezpieczeństwa mogą spowodować poważne obrażenia ciała lub uszkodzenie sprzętu. W przypadku wątpliwości lub niepewności skontaktuj się ze specjalistycznym serwisem lub sprzedawcą.
- Nigdy nie przekraczaj podanych limitów masy.
- Zwracaj uwagę na sygnały ciała. W przypadku negatywnych reakcji fizycznych natychmiast przerwij ćwiczenia i skontaktuj się z lekarzem.
- **Kategoria:** H do użytku domowego
- **Limit wagi użytkownika:** 150 kg

LISTA CZĘŚCI

Nr	Nazwa	Parametry	Ilość
5	Podkładka	ø10	19
11	Nakrętka	M8	2
15	Podkładka	ø8	13
18	Sprężynowe pokrętło bezpieczeństwa	ø10	2
20	Podkładka	ø12	15
21	Nakrętka	M12	6
23	Nakrętka	M10	9
30	Śruba sześciokątna	M10x25	1
35	Duża podkładka	ø25x10x2.0	4
52	Śruba sześciokątna	M10x45	1
55	Krażek linowy	ø95x26	1
65	Śruba sześciokątna	M10x75	2
72	Podkładka sprężynowa	ø8	8
89	Podkładka pod stopy	ø120	2
92	Owalna wtyczka rurkowa	50-100	2
97	Tuleja redukcyjna	50-40L	1
99	Śruba sześciokątna	Mx16	1
100	Wtyczka wewnętrzna	25x50	2
125	Główna rama		1
126	Przednia rama przyłączeniowa		1
127	Tylna rama przyłączeniowa		1
128	Płyta przyłączeniowa		1
129	Płyta łącząca łuk		2
130	Podkładka sprężynowa	ø12	2
131	Śruba sześciokątna	M12x30	2
132	Śruba sześciokątna	M12x80	2
133	Śruba sześciokątna	M12x125	4
134	Rama nośna - 1		1
135	Rama nośna - 2		1
136	Wał	ø25x125	2
137	Wtyczka		8
138	Śruba sześciokątna	M10x25	8
139	Wał	ø25x125	2
140	Wspornik		1
141	Rura podnóżka		1

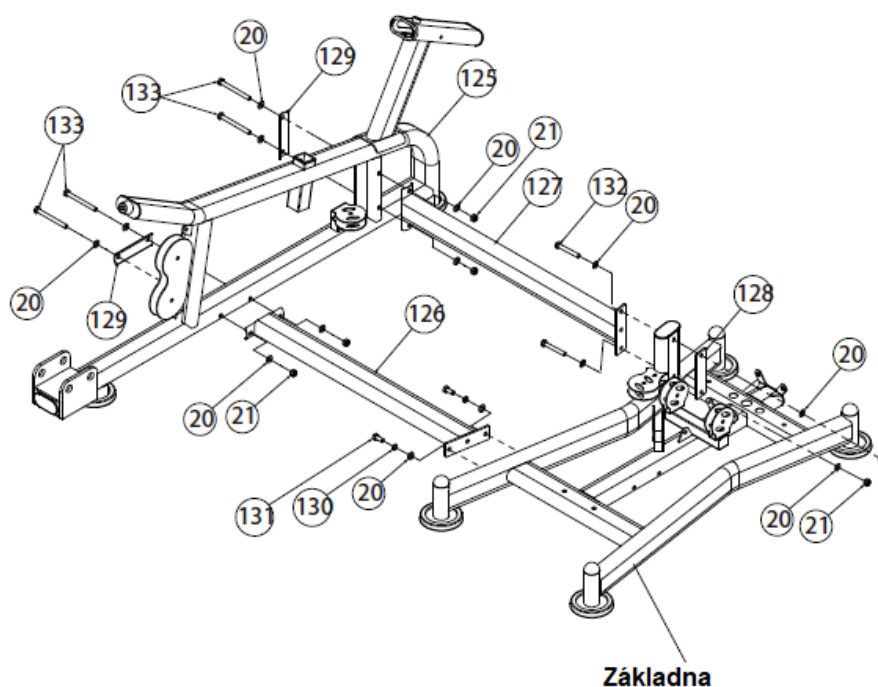
142	Śruba sześciokątna	M10x50	4
143	Wielkie koło pasowe	ø127x28	4
144	Kabel	3255 mm	1
145	Śruba sześciokątna	M8x20	8
146	Śruba sześciokątna	M8x70	2
147	Regulowana rama siedziska		1
148	Siedzenie		1
149	Uchwyty		1
150	Śruba sześciokątna	M8x25	1
151	Regulowana rama oparcia		1
152	Oparcie		1
153	Owalna rama redukcyjna	50-100	1
154	Gumowa podkładka	ø42x ø32x26	1
155	Wtyczka	50x50x2.0	2
156	Śruba	M6x10	8
157	Podnózek		1
158	Łożyska	6005	8
159	Uchwyty	ø25	2
160	Zaślepka kierownicy	ø40x ø25x29	2
161	Śruba	M4x5	2
162	Śruba sześciokątna	M10x40	1
163	Regulowana tuleja kablowa		1





MONTAŻ

KROK 1



Nr	Nazwa	Parametry	Ilość
20	Podkładka	ø12	14
21	Nakrętka	M12	6
125	Główna rama		1
126	Przednia rama przyłączeniowa		1
127	Tylna rama przyłączeniowa		1
128	Płyta przyłączeniowa		1
129	Płyta łącząca łuk		2
130	Podkładka sprężynowa	ø12	2
131	Śruba sześciokątna	M12x30	2
132	Śruba sześciokątna	M12x80	2
133	Śruba sześciokątna	M12x125	4

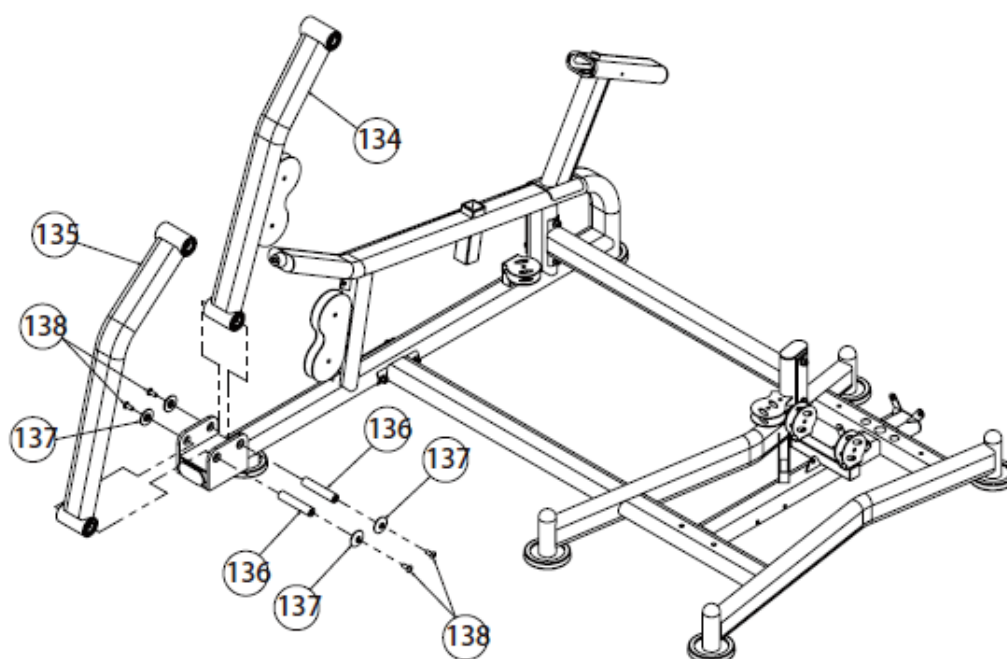
Przymocuj przednią ramę łączącą (126) do podstawy za pomocą 2 śrub (131) i 2 podkładek (130 i 20).

Przymocuj tylną ramę łączącą (127) za pomocą 2 śrub (132), 4 podkładek (20), 2 nakrętek (21) i płyty przyłączeniowej (128).

Przymocuj ramę główną (125) do ramy łączącej (126) za pomocą 2 śrub (133), 4 podkładek (20), 2 nakrętek (21) i płytki łączącej łuk (129).

Przymocuj ramę główną (125) do ramy łączącej (127) za pomocą 2 śrub (133), 4 podkładek (20), 2 nakrętek (21) i płytki łączącej łuk (129).

KROK 2

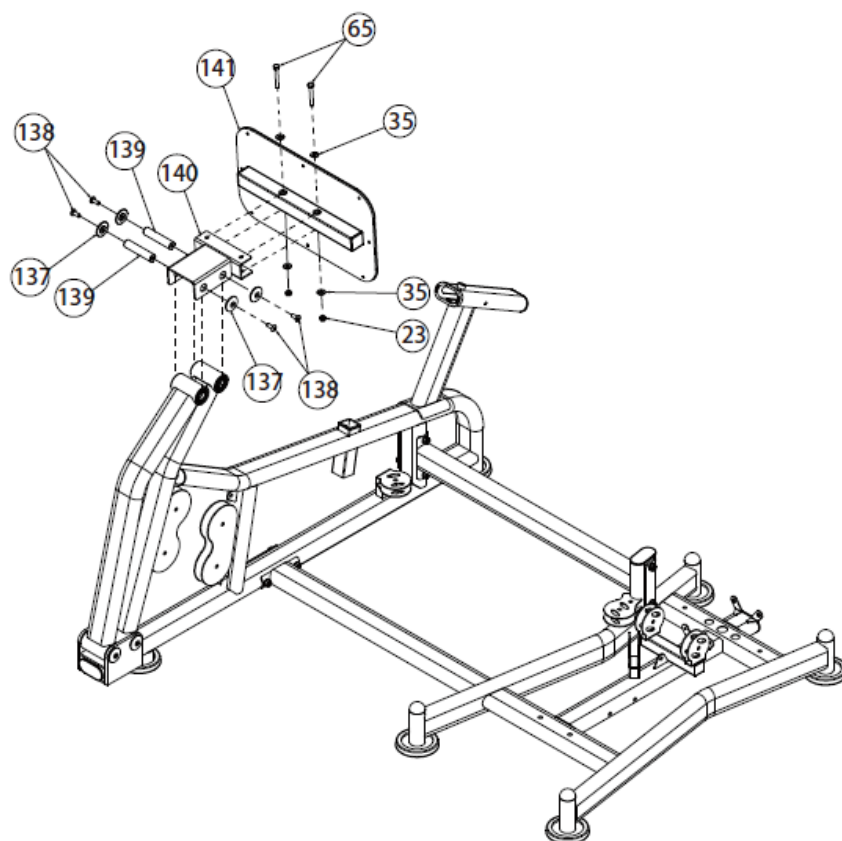


Nr	Nazwa	Parametry	Ilość
134	Rama nośna - 1		1
135	Rama nośna - 2		1
136	Wał	ø25x125	2
137	Wtyczka		4
138	Śruba sześciokątna	M10x25	4

Przymocuj ramę nośną (134) do ramy głównej za pomocą wału (136), 2 zaślepek (137) i 2 śrub (138).

Przymocuj ramę nośną (135) do ramy głównej za pomocą wału (136), 2 zaślepek (137) i 2 śrub (138).

KROK 3



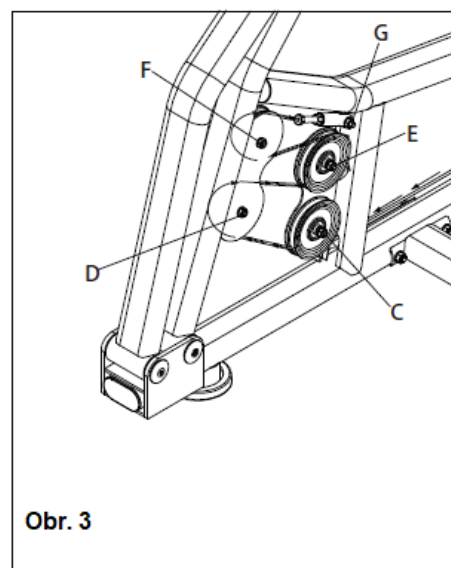
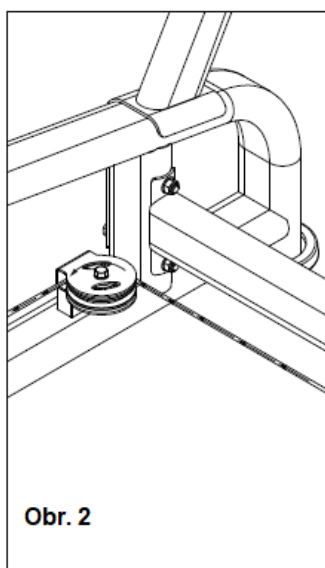
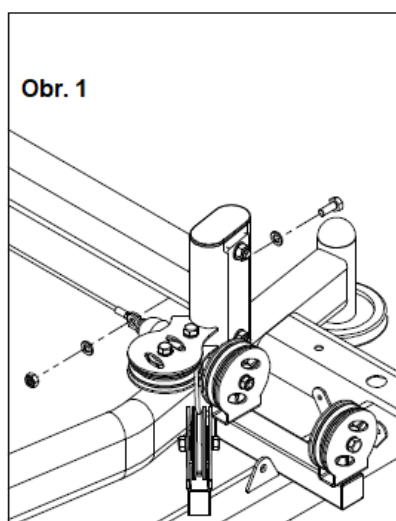
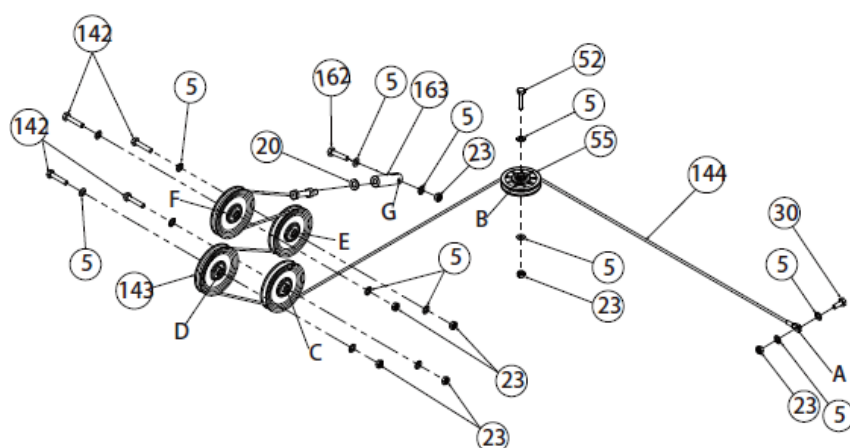
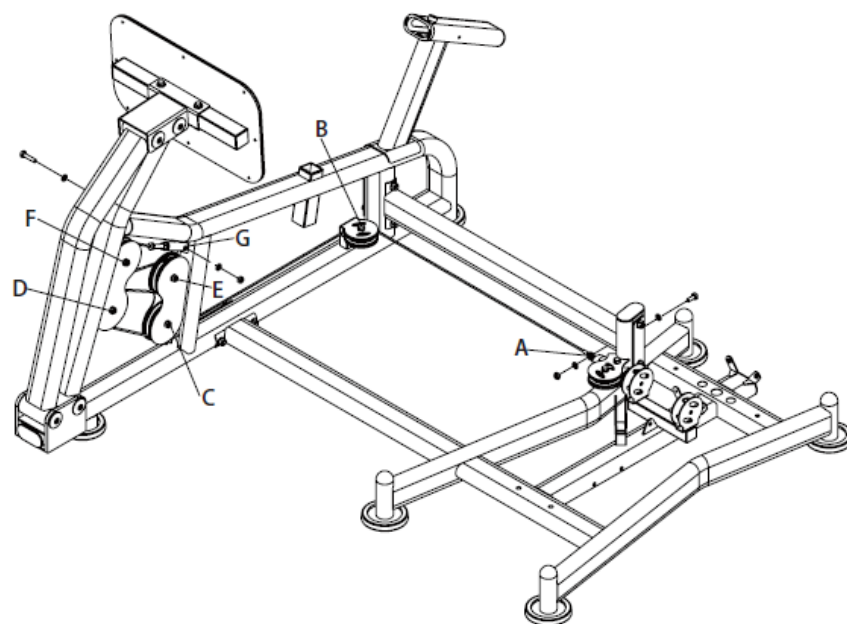
Nr	Nazwa	Parametry	Ilość
23	Nakrętka	M10	2
35	Duża podkładka	ø25x10x2.0	4
65	Śruba sześciokątna	M10x75	2
137	Wtyczka		4
138	Śruba sześciokątna	M10x25	4
139	Wał	ø25x125	2
140	Wspornik		1
141	Rura podnóżka		1

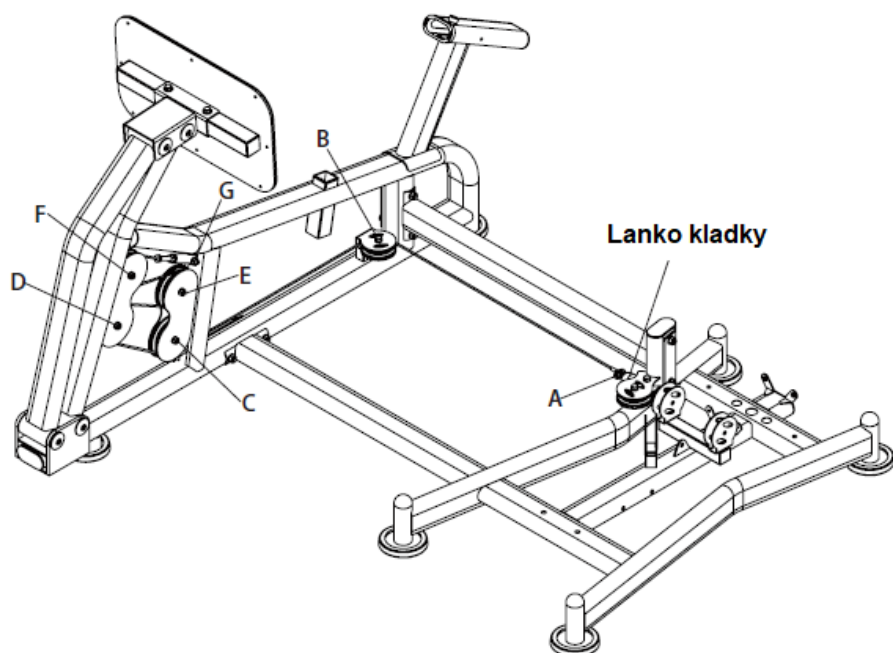
Przymocuj wspornik (140) do ramy nośnej - 1 za pomocą wału (139), 2 kołków (137) i 2 śrub (138).

Przymocuj wspornik (140) do ramy nośnej - 2 za pomocą wału (139), 2 zaślepek (137) i 2 śrub (138).

Przymocuj rurkę podnóżka (141) do wspornika (140) za pomocą 2 śrub, 4 podkładek (35) i 2 nakrętek (23).

KROK 4





Nr	Nazwa	Parametry	Ilość
5	Podkładka	ø10	14
20	Podkładka	ø12	1
23	Nakrętka	M10	7
30	Śruba sześciokątna	M10x25	1
52	Śruba sześciokątna	M10x45	1
55	Krążek linowy	ø95x26	1
142	Śruba sześciokątna	M10x50	4
143	Wielkie koło pasowe	ø127x28	4
144	Kabel	3255 mm	1
162	Śruba sześciokątna	M10x40	1
163	Regulowana tuleja kablowa		1

Przymocuj płaski koniec do linki za pomocą śruby (30), 2 podkładek (5) i nakrętki (23), jak pokazano na rysunku 1.

Przeciągnij kabel (144) od punktu A do punktów B, C, D, E, F.

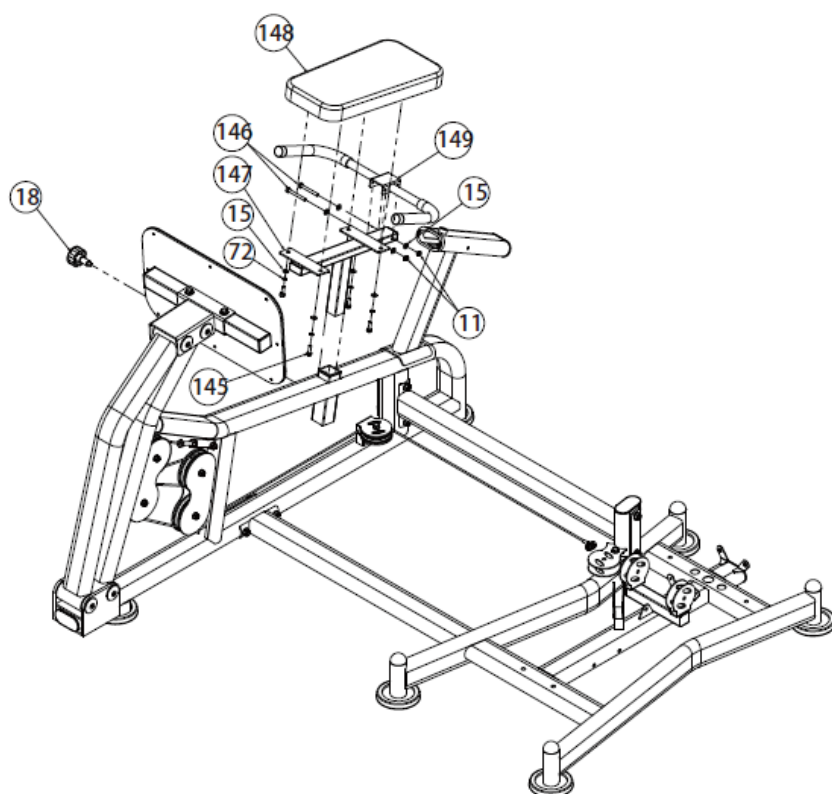
Przymocuj koło pasowe (55) do punktu B za pomocą śruby (52), 2 podkładek (5), nakrętki (23), jak pokazano na rysunku 2.

Przymocuj 4 duże koła pasowe (143) do punktów C, D, E, F za pomocą 4 śrub (142), 8 podkładek (5) i 4 nakrętek (23), jak pokazano na rysunku 3.

Zabezpiecz kabel (144) płaskim końcem za pomocą podkładki (20) i zacisku kablowego (163).

Przymocuj zacisk kablowy (163) za pomocą śruby (162), 2 podkładek (5) i nakrętki (23).

KROK 5



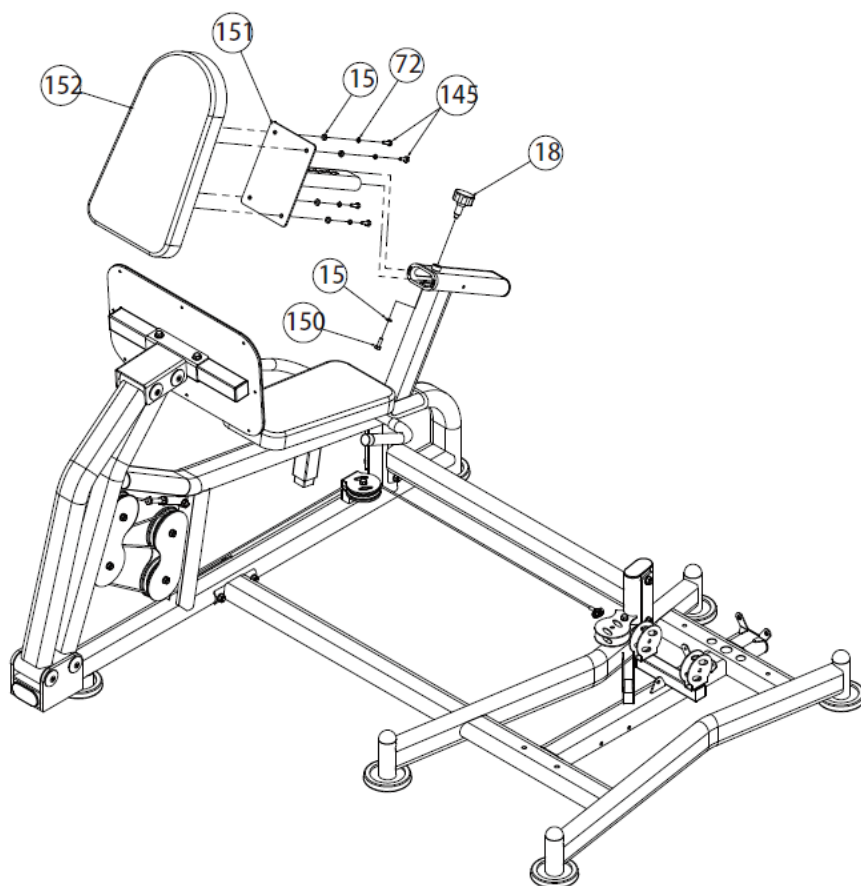
Nr	Nazwa	Parametry	Ilość
11	Nakrętka	M8	2
15	Podkładka	ø8	8
18	Sprężynowe pokrętło bezpieczeństwa	ø10	1
72	Podkładka sprężynowa	ø8	4
145	Śruba sześciokątna	M8x20	4
146	Śruba sześciokątna	M8x70	2
147	Regulowana rama siedziska		1
148	Siedzenie		1
149	Uchwyty		1

Przymocuj uchwyt (149) do ramy (147) za pomocą 2 śrub (146), 4 podkładek (15) i 2 nakrętek (11).

Przymocuj siedzisko (148) do ramy (147) za pomocą 4 śrub (145), 4 podkładek (72) i 4 podkładek (15).

Przymocuj ramę (147) do ramy głównej za pomocą pokrętła (18).

KROK 6



Nr	Nazwa	Parametry	Ilość
15	Podkładka	ø8	5
18	Sprężynowe pokrętło bezpieczeństwa	ø10	1
72	Podkładka sprężynowa	ø8	4
145	Śruba sześciokątna	M8x20	4
150	Śruba sześciokątna	M8x25	1
151	Regulowana rama oparcia		1
152	Oparcie		1

Przymocuj oparcie (152) do ramy (151) za pomocą 4 śrub (145), 4 podkładek (72 i 15).

Wsuń ramę (151) do ramy głównej za pomocą pokrętła (18).

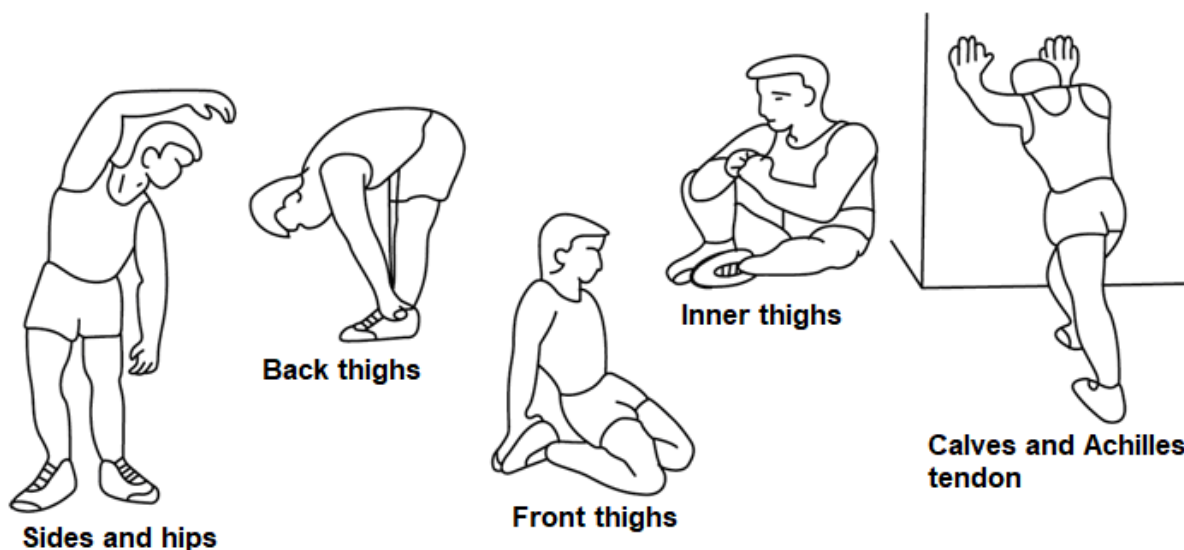
Przymocuj podkładkę (15) do śruby ramy głównej (150).

INSTRUKCJA DOTYCZĄCA ĆWICZEŃ

Ćwiczenia są korzystne dla zdrowia, poprawiają kondycję fizyczną, kształtują mięśnie i, w połączeniu ze zrównoważoną kalorycznie dietą, prowadzą do utraty wagi.

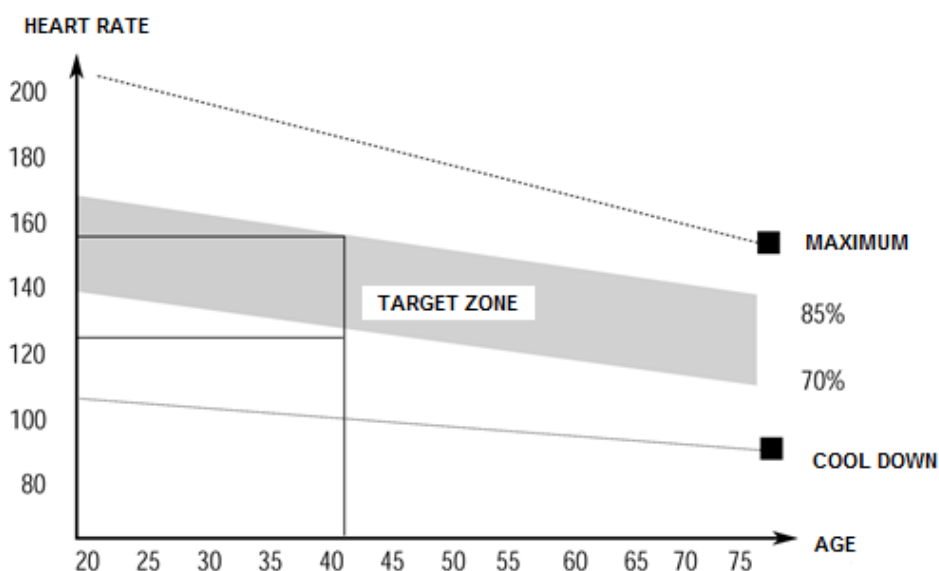
1. ROZGRZEWKĄ

Faza ta służy poprawie krążenia krwi w całym ciele i rozgrzaniu mięśni, aby zmniejszyć ryzyko drgawek i uszkodzenia mięśni. Zalecamy wykonywanie ćwiczeń rozciągających, jak pokazano poniżej. Podczas przeciągania pozostań w pozycji końcowej przez około 30 sekund, nie wykonuj gwałtownych ruchów i nie wibruj.



2. ĆWICZENIA

Ta faza jest najbardziej wymagającą fizycznie częścią. Regularne ćwiczenia wzmacniają mięśnie. Możesz samodzielnie określić tempo, ale bardzo ważne jest, aby było ono takie samo podczas całego ćwiczenia. Tętno powinno mieścić się w strefie docelowej (patrz rysunek poniżej).



Ta faza powinna trwać co najmniej 12 minut. Większość ludzi ćwiczy przez 15-20 minut.

3. WYCISZENIE (COOLDOWN)

Ta faza służy uspokojeniu układu sercowo-naczyniowego i rozluźnieniu mięśni. Powinno to zająć około 5 minut. Możesz powtórzyć rozgrzewkę lub kontynuować ćwiczenie w wolniejszym tempie. Rozciąganie mięśni po wysiłku jest niezwykle ważne - musisz unikać nagłych ruchów i wibracji.

Dzięki lepszej kondycji możesz wydłużyć i zwiększyć intensywność ćwiczeń. Trenuj regularnie, co najmniej trzy razy w tygodniu.

KSZTAŁTOWANIE MIĘŚNI

Przy kształtowaniu mięśni ważne jest ustawienie dużego obciążenia. Mięśnie będą bardziej obciążone, co może spowodować, że nie będziesz w stanie ćwiczyć tak długo, jak zwykle. Jeśli jednocześnie próbujesz poprawić swoją kondycję, musisz dostosować trening. Ćwicz w zwykły sposób podczas rozgrzewki i końcowych etapów treningu, ale zwiększ opór urządzenia na końcu ćwiczenia. Może być konieczne zwolnienie prędkości, aby utrzymać tętno w docelowym obszarze.

UTRATA WAGI

Liczba spalonych kalorii zależy od długości i intensywności ćwiczenia. Istota jest taka sama jak w ćwiczeniach fitness, ale cel jest inny.

KONSERWACJA

1. Po ćwiczeniach zetrzyj pot, aby uniknąć korozji. Wyczyść urządzenie miękką szmatką i łagodnymi detergentami. Nie używaj ściernych środków czyszczących ani rozpuszczalników do plastikowych części.
2. W przypadku zwiększonego hałasu maszyny wszystkie śruby i złącza muszą być odpowiednio sprawdzone i dokręcone.
3. Produkt musi być umieszczony w czystych, wentylowanych i suchych miejscach.
4. Nie wystawiaj urządzenia na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.

OCHRONA ŚRODOWISKA

Po upływie okresu użytkowania produktu lub jeśli możliwa naprawa jest nieopłacalna, należy go zutylizować zgodnie z lokalnymi przepisami i w sposób przyjazny dla środowiska w najbliższym złomowisku.

Właściwa utylizacja zapewni ochronę środowiska i źródeł naturalnych. Ponadto możesz pomóc chronić zdrowie ludzkie. Jeśli nie masz pewności co do prawidłowej utylizacji, poproś lokalne władze o uniknięcie naruszenia prawa lub sankcji.

Nie wrzucaj baterii do śmieci domowych, ale przekaż je do punktu recyklingu.

WARUNKI GWARANCJI, ZGŁOSZENIA GWARANCYJNE

Gwarant:

inSPORTline Polska

Ciemiętniki 19, 29-120 Kluczewsko

NIP: 6090063070, REGON: 260656756

Okres gwarancji rozpoczyna się od daty zakupu towaru przez klienta. Gwarancja udzielana jest w trzech wariantach:

1. **Gwarancja Domowa** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego do użytku prywatnego, nie komercyjnego przez Kupującego będącego konsumentem. (**okres gwarancji: 24 miesiące**).
2. **Gwarancja Pół-komercyjna** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego w hotelach, spa, szkołach, ośrodkach rehabilitacji, itp. (**okres gwarancji: 12 miesięcy**).
3. **Gwarancja Komercyjna** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego w hotelach, spa, szkołach, ośrodkach rehabilitacji, klubach fitness oraz siłowniach, itp. (**okres gwarancji: 12 miesięcy**).

Brak informacji o wariancie gwarancji, na dowodzie zakupu (fakturze lub paragonie), domyślnie oznacza Gwarancję Domową.

Gwarancja obejmuje usunięcie usterek, które w sposób dający się udowodnić wynikają z zastosowania wadliwych materiałów lub są wynikiem błędów produkcyjnych.

Gwarancja nie obejmuje czynności związanych z konserwacją, czyszczeniem, regulacją i ze skręcaniem połączeń śrubowych danego przedmiotu, do których to czynności zobowiązany jest Kupujący we własnym zakresie i na własny koszt.

Dowodem udzielenia gwarancji są niniejsze Warunki gwarancji wraz z oświadczeniem Gwaranta zawartym na dowodzie zakupu (fakturze lub paragonie). W celu realizacji uprawnień z gwarancji Kupujący winien okazać warunki gwarancji oraz dowód zakupu (paragon lub fakturę VAT). Gwarancja obowiązuje na terenie Polski.

Uprawnienia z gwarancji nie przysługują w przypadku:

- a) uszkodzenia mechanicznego, które powstało w transporcie produktu do Kupującego za pomocą firm transportowych. Kupujący jest zobowiązany do sprawdzenia towaru przy dostawie, w celu wykrycia ewentualnych uszkodzeń w transporcie. W przypadku wykrycia takiego uszkodzenia, Kupujący zobowiązany jest niezwłocznie poinformować podmiot sprzedający oraz sporządzić protokół szkody z przewoźnikiem (firmą kurierską/pocztową). W przypadku braku sporządzenia protokołu szkody Gwarant nie ponosi odpowiedzialności za szkody spowodowane przez firmy kurierskie/pocztowe.
- b) Uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, wtyki, gniazdka, przełączniki, przyciski, baterie, przewody, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska, tapicerka, rączki itp., chyba że ujawniona w tych elementach wada nie jest skutkiem naturalnego zużycia, a powstała z przyczyny tkwiącej w tym elemencie.
- c) Drobne, powierzchowne zarysowania, odbarwienia lub spękania powłoki kryjącej.
- d) Używania przez Kupującego, niezgodnych z instrukcją obsługi sprzętu, środków eksploatacyjnych lub czyszczących.
- e) Niewłaściwego zabezpieczenia sprzętu przez Kupującego przed działaniem czynników zewnętrznych tj. wilgoci, temperatury, kurzu, itp.
- f) Niestosowania przez Kupującego wymaganych (zgodnie z instrukcją obsługi) materiałów eksploatacyjnych.
- g) Przeróbek i zmian konstrukcyjnych, dokonywanych przez Kupującego lub inne osoby nieuprawnione do tego działania przez Gwaranta.
- h) Normalnego użytkowania (normalne zużycie części eksploatacyjnych).
- i) Uszkodzenia sprzętu na skutek nieprawidłowego montażu przez Kupującego lub osoby trzecie.

W przypadku zasadności zgłoszenia reklamacyjnego Gwarant zapewnia transport i usługę serwisową przedmiotu gwarancji.

W przypadku braku zasadności zgłoszenia reklamacyjnego Kupujący pokrywa koszty ewentualnego transportu i usługi serwisowej przedmiotu gwarancji.

W przypadku braku zasadności zgłoszenia reklamacyjnego Kupujący będzie mógł odebrać przekazany przedmiot w siedzibie Gwaranta lub zamówić usługę wysyłki danego przedmiotu na własny koszt.

W wyjątkowych przypadkach, aby zdiagnozować usterkę i stwierdzić zasadność zgłoszenia reklamacyjnego Gwarant może zażądać przygotowania sprzętu do odbioru. Odbiór ten może być dokonany przez firmę spedycyjną, wówczas Kupujący zobowiązany jest przygotować towar w sposób bezpieczny do odbioru. Kupujący wyda przedmiot sprzedaży bez zanieczyszczeń, w opakowaniu oryginalnym lub zastępczym pozwalającym na przetransportowanie przedmiotu sprzedaży w stanie bezpiecznym.

Gwarant zobowiązany jest ustosunkować się do zgłoszenia gwarancyjnego w terminie do 14 dni. Naprawa gwarancyjna zostanie wykonana w najkrótszym możliwym terminie. W wyjątkowych przypadkach, gdy naprawa przedmiotu sprzedaży będzie wymagać sprowadzenia niedostępnych w Polsce lub nietypowych części z zagranicy, termin może być wydłużony. Kupujący zostanie poinformowany o takiej sytuacji drogą mailową lub telefonicznie.

Gwarant zobowiązuje się do naprawy uszkodzonego sprzętu w przypadku zasadności zgłoszenia gwarancyjnego. Wymiana towaru na nowy możliwa jest jedynie w przypadku braku możliwości naprawy sprzętu i gdy wada przedmiotu sprzedaży jest istotna. Zwrot kwoty zakupu za sprzęt jest możliwy jedynie w przypadku braku możliwości naprawy i braku możliwości wymiany na nowy oraz gdy wada jest istotna.

Okresowe przeglądy techniczne sprzętu (dotyczy sprzętu przeznaczonego do użytku pół-komercyjnego oraz komercyjnego)

Po upływie 6 i 12 miesięcy obowiązywania gwarancji, Gwarant zaleca przeprowadzenie przeglądu technicznego sprzętu. Wszystkie części, które zostaną wymienione w trakcie okresowego przeglądu technicznego, zostaną użyte przez Gwaranta nieodpłatnie w ramach gwarancji (poza częściami zużytymi w trakcie normalnego użytkowania). Kupujący zobowiązany jest jedynie do pokrycia kosztów przeglądu technicznego i dojazdu do klienta wg. indywidualnej wyceny. Wiążącej wyceny dokonuje dział serwisowy Gwaranta.

Zgłoszenia gwarancyjne

W celu zgłoszenia reklamacyjnego należy przesłać FORMULARZ GWARANCYJNY za pomocą strony internetowej Gwaranta www.e-insportline.pl.

Formularz gwarancyjny powinien zawierać takie informacje jak:

Imię i Nazwisko / Numer telefonu / Adres / Dowód zakupu / Nazwa produktu / Opis Wady.

Klient zostanie poinformowany o zakończeniu i wyniku reklamacji przez e-mail lub telefonicznie.



inSPORTline Polska
Ciemiętniki 19, 29-120 Kluczewsko
Telefon: +48 510 275 999
E-mail: biuro@e-insportline.pl
NIP: 6090063070, REGON: 260656756