



INSTRUKCJA OBSŁUGI – PL

IN 4071 Ławka inwersyjna grawitacyjna inSPORTline Verge



SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE	3
WAŻNA INFORMACJA	3
WIDOK PO ROZŁOŻENIU	5
LISTA CZĘŚCI.....	5
INSTRUKCJE MONTAŻOWE	8
INSTRUKCJA OBSŁUGI	12
PRZYKŁADOWE ĆWICZENIA.....	13
CZĘSTO ZADAWANE PYTANIA	13
ĆWICZENIA ROZGRZEWAJĄCE / SCHŁADZAJĄCE	14
WARUNKI GWARANCJI, ZGŁOSZENIA GWARANCYJNE	16

Przed użyciem tego produktu przeczytaj wszystkie instrukcje.

Skonsultuj się z lekarzem przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń lub intensywnej aktywności.

OSTRZEŻENIE: Maksymalna waga: 120 kg

OSTRZEŻENIE: Ta zawartość tego pakietu nie jest odpowiednia dla dzieci poniżej 3 roku życia. Zawiera małe części, które mogą powodować zadławienie.

Nie zezwala się korzystania więcej niż jednej osobie z urządzenia w jednym czasie.

WYMAGANY MONTAŻ PRZEZ OSOBY DOROSŁE.

WPROWADZENIE

Chcemy, aby wszyscy nasi klienci byli całkowicie zadowoleni z ich zakupu. Poświęć trochę czasu na sprawdzenie zawartości właśnie otrzymanego produktu, aby upewnić się, że wszystkie części są uwzględnione. Jeśli okaże się, że brakuje jakiegokolwiek części lub jest ona uszkodzona, z przyjemnością dostarczymy części zamienne. Należy pamiętać, że w przypadku żądania wymiany uszkodzonych części, będziemy potrzebować zdjęcia do przesłania do naszego biura kontroli jakości i / lub wysyłki uszkodzonej części (części) do nas.

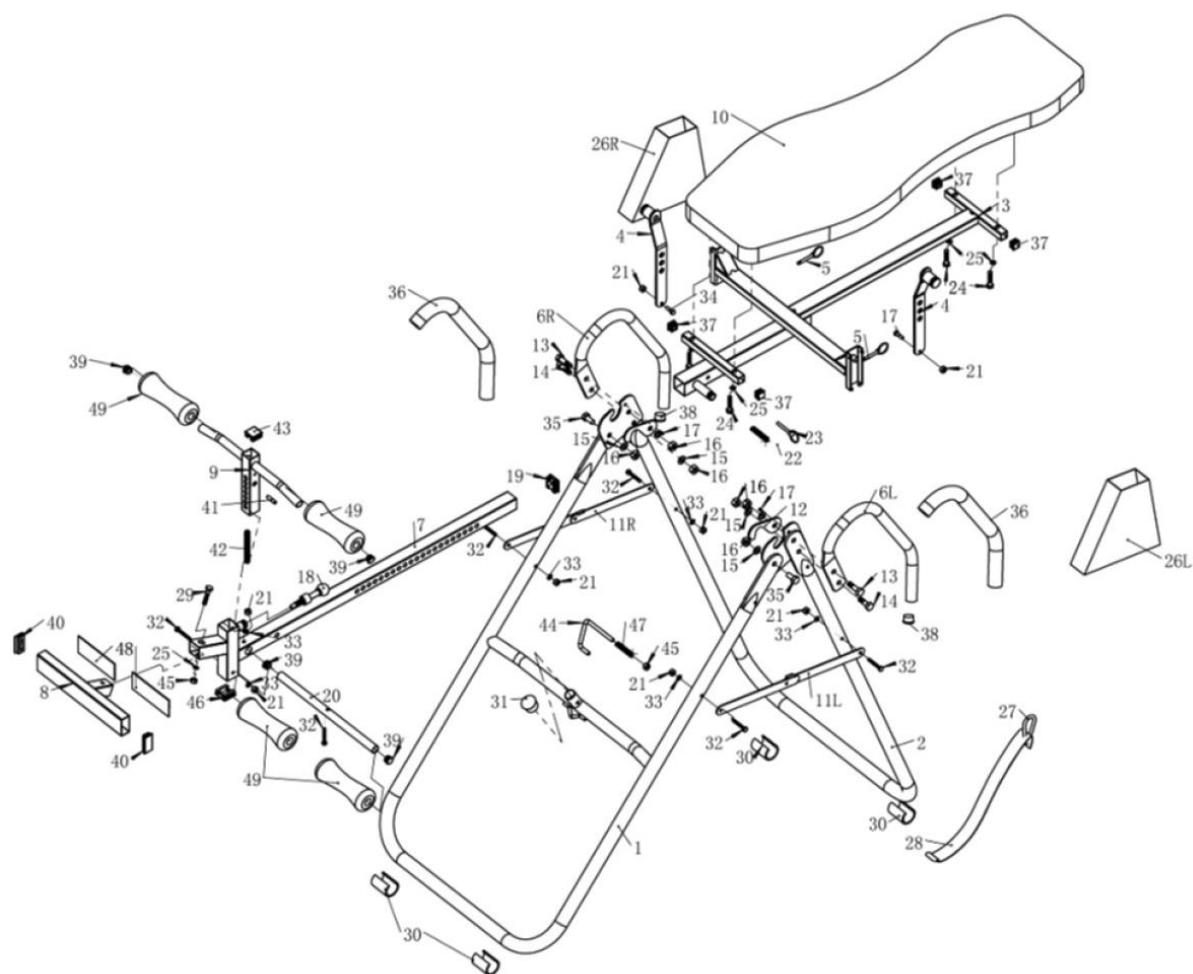
OSTRZEŻENIE: Chociaż dołożono wszelkich starań w celu zapewnienia najwyższego stopnia ochrony we wszystkich urządzeniach, nie możemy zagwarantować wolności od obrażeń. Użytkownik ponosi wszelkie ryzyko urazu z powodu użycia. Wszystkie towary są sprzedawane pod tym warunkiem, którego żaden przedstawiciel firmy nie może zrzec ani zmienić.

WAŻNA INFORMACJA

- Przeczytaj niniejsze instrukcje w całości przed użyciem i zachowaj je na przyszłość.
- Upewnij się, że produkt został prawidłowo zmontowany zgodnie z instrukcjami w podręczniku. Niniejsza instrukcja ma pomóc użytkownikowi w montażu, regulacji, konserwacji i użytkowaniu produktu. Zawiera ważne informacje dotyczące twojego bezpieczeństwa i użytkowania tego sprzętu.
- **ZAWSZE** skonsultuj się z lekarzem lub innym pracownikiem służby zdrowia przed rozpoczęciem korzystania z tabeli inwersji. Nie używaj tego urządzenia, jeśli masz jeden z następujących wcześniej występujących stanów chorobowych: **skrajna otyłość, jaskra, odwarstwienie siatkówki, zapalenie spojówek, są w ciąży lub mogą być w ciąży, urazy kręgosłupa, stwardnienie mózgowie, obrzęk, zapalenie uszu, wysokie ciśnienie krwi, Nadciśnienie, ostatnie udary lub przemijające ataki niedokrwienne, zaburzenia serca lub krążenia, przepukliny pośmiertne lub brzuszne, słabości kości; w tym między innymi: osteoporozę, niewyleczone złamania, szpilki modularności lub chirurgicznie wszczepione podpory ortopedyczne lub używasz antykoagulantów lub schematów aspiryny.**
- **PRZESTAŃ** natychmiast korzystać z urządzenia, jeśli podczas korzystania odczuwasz niezwykle dyskomfort fizyczny, ucisk, ból, osłabienie lub zawroty głowy.
- **ZAWSZE** powracaj powoli do pozycji pionowej. Zbyt szybki wzrost może spowodować zawroty głowy lub nudności.
- **ZAWSZE** należy się upewnić, że produkt ten znajduje się na stabilnym, płaskim podłożu. Zaleca się stosowanie powierzchni bezpieczeństwa pod tabelą inwersji.
- **ZAWSZE** upewnij się, że blokada bezpieczeństwa jest bezpiecznie na swoim miejscu, gdy nie używasz urządzenia.
- **ZAWSZE** upewnij się, że wszystkie kołki blokujące są pewnie zamocowane przed użyciem urządzenia.
- **ZAWSZE** upewnij się, że pasek bezpieczeństwa jest bezpiecznie przymocowany, nawet gdy urządzenie nie jest używane.

- **NIGDY** nie pozwól dzieciom używać ani grać na urządzeniu lub w jego pobliżu. Z tego przedmiotu mogą korzystać wyłącznie doświadczeni dorośli.
- **NIGDY** nie należy umieszczać tego urządzenia w miejscu, w którym dzieci i osoby nieobeznane z niebezpieczeństwami związanymi z korzystaniem z urządzenia będą miały do nich dostęp bez nadzoru i nieuprawnionego dostępu.
- Pomiary wysokości na środkowym pasku są jedynie wskazówkami. Być może trzeba będzie dostosować ten pręt w dowolnym kierunku, w zależności od masy ciała i masy ciała. Dopóki nie jesteś pewien, że osiągnąłeś odpowiednie ustawienie na tym pasku, musisz użyć obserwatora.
- Upewnij się, że wiesz, w jaki urządzenie zareaguje na twoje ruchy ramion i zmiany ciężaru przed próbą przewrócenia o więcej niż 30 stopni. Wymagane jest, aby póki nie masz pewności, w jaki sposób działa to urządzenie, użyjesz dorosłego obserwatora do pomocy przy ćwiczeniach, nawet jeśli wcześniej korzystałeś z urządzenia.
- **NIE** przekraczaj zalecanego **MAKSYMALNEGO limitu masy do 100 kg**.
- To urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego i nie jest przeznaczona do użytku komercyjnego.
- Przed użyciem tego produktu sprawdź urządzenie; upewnij się, że wszystkie nakrętki i śruby są szczelne i sprawne, wymień wszystkie zużyte, uszkodzone lub brakujące części.
- **NIE WOLNO** nosić luźnych ubrań, pasków ani biżuterii, w tym między innymi pierścionków, łańcuszków i szpilek przed rozpoczęciem ćwiczeń; może to być bardzo niebezpieczne.
- Podczas korzystania z tego urządzenia zalecane jest noszenie odpowiedniego stroju do fitnessu. Przed odwróceniem wszystkie przedmioty należy wyjąć z kieszeni. Skonsultuj się z lekarzem przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń, aby ocenić aktualny poziom sprawności i ustalić program ćwiczeń, który jest najbardziej odpowiedni dla Twojego wieku i stanu.
- Jeśli wystąpią jakiegokolwiek bóle lub ucisk w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca, duszność, omdlenie lub inny niecodzienny dyskomfort podczas ćwiczeń, zatrzymaj się i uzyskaj pomoc medyczną i / lub skonsultuj się z lekarzem przed kontynuowaniem.
- Bezpieczeństwo i integralność zaprojektowaną w maszynie można zachować tylko wtedy, gdy sprzęt jest regularnie sprawdzany pod kątem uszkodzeń i naprawy. Wyłącznie odpowiedzialność użytkownika / właściciela lub operatora obiektu spoczywa na zapewnieniu regularnej konserwacji. Zużyte lub uszkodzone części należy niezwłocznie wymienić lub wycofać z eksploatacji do czasu przeprowadzenia naprawy.

WIDOK PO ROZŁOŻENIU



LISTA CZĘŚCI

Część	Opis	Ilość
1	Przednia podstawa ramy	1
2	Tylna podstawa ramy	1
3	Wspornik ramy oparcia	1
4	Łącznik	2
5	Sworzeń blokujący 6*L43	2
6L	Lewa kierownica	1
6R	Prawa kierownica	1
7	Rura regulacyjna	1
8	Płyta pod stopy	1
9	Regulowana rura podtrzymująca nogi	1
10	Wspornik	1
11L	Wspornik	1

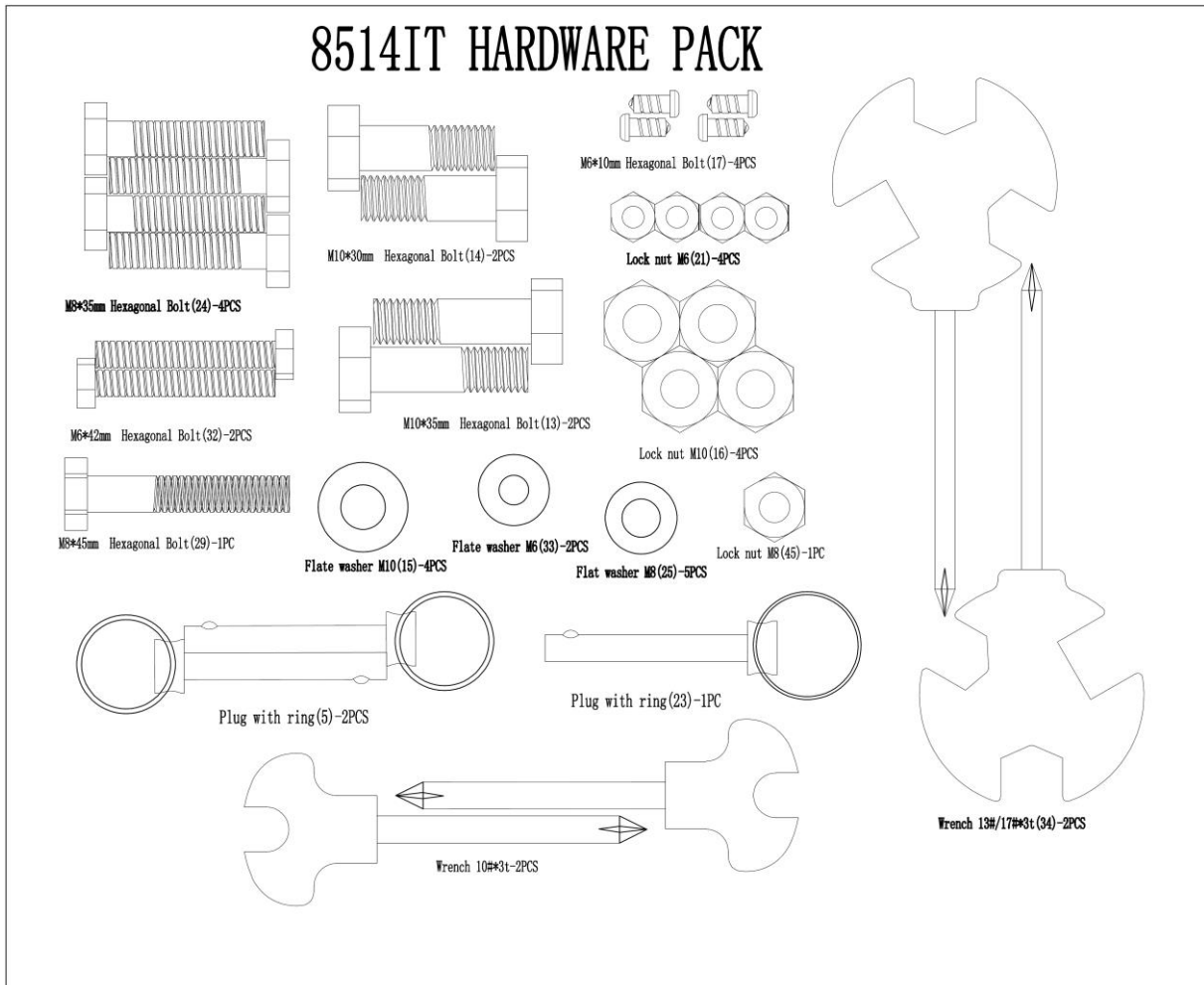
11R	Wspornik	1
12	Metalowa blacha	2
13	Sześciokątna śruba M10*35	2
14	Sześciokątna śruba M10*30	2
15	Płaska podkładka M10	6
16	Nakrętka zabezpieczająca M10	6
17	Wkręt M6*10	4
18	Krótką wtyczka	1
19	Kwadratowa zaślepka 33.4*33.4	1
20	Rurka z pianki	1
21	Nakrętka zabezpieczająca M6	8
22	Długa wtyczka	1
23	Sworzeń blokujący 8*L45	1
24	Sześciokątna śruba M8*35	4
25	Płaska podkładka M8	5
26L	Lewa zaślepka	1
26R	Prawa zaślepka	1
27	Hak	1
28	Pasek zabezpieczający	1
29	Sześciokątna śruba M8*45	1
30	Łukowata zaślepka 32	4
31	Płyta amortyzująca 25	1
32	Sześciokątna śruba M6*42	6
33	Podkładka M6	6
34	Klucz 13#/17#*3t	2
35	Sześciokątna śruba M10*22	2
36	Kierownica z pianki 25	2
37	Kwadratowa zaślepka 20*20	4
38	Okrągła zaślepka 25	2
39	Okrągła zaślepka 19	4
40	Kwadratowa zaślepka 25*50	2
41	Wtyk "C"	1
42	Sprężyna-1	1
43	Kwadratowa zaślepka 30*30	1
44	L – kształtny hak (Blokada bezpieczeństwa)	1
45	Nakrętka zabezpieczająca M8	2
46	Kwadratowa zaślepka 35*35	1
47	Sprężyna 2	1

48	Mata	2
49	Rolka z pianki	4

UWAGA: Dla Twojej wygody wiele części z powyższej listy części zostało wcześniej zmontowanych fabrycznie.

Sprzęt wymagany do montażu w domu jest wymieniony po prawej stronie, jak pokazano w dołączonym

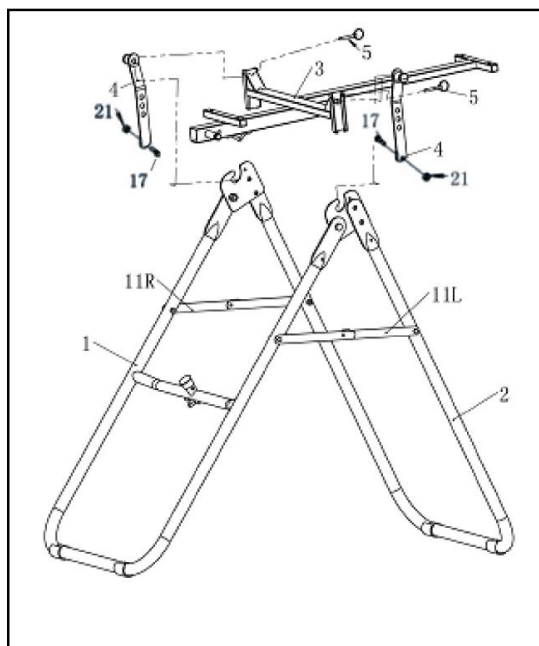
Pakiet sprzętowy.



Do ukończenia montażu mogą być wymagane 2 standardowe szczypce.

INSTRUKCJE MONTAŻOWE

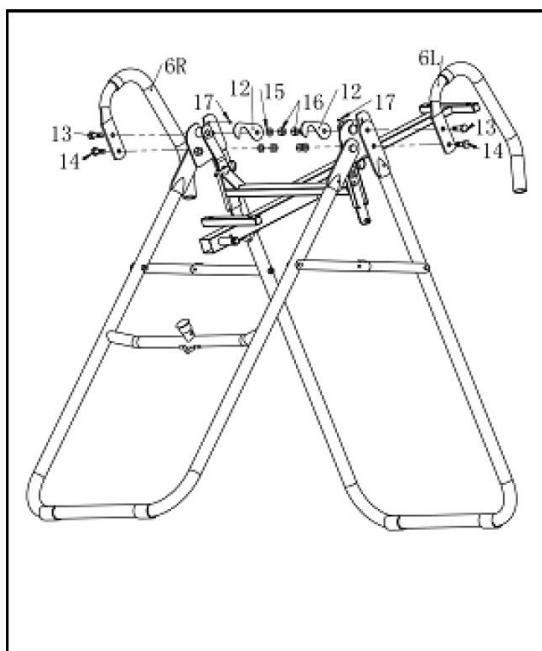
KROK 1:



- Wyjmij wstępnie zmontowaną przednią i tylną podstawę (1 i 2). Przedłużyć nogi ramy, aby rama A była całkowicie otwarta. Upewnij się, że środkowe pręty (11L i 11R) są całkowicie opuszczone.
- Przymocuj 2 łączniki (4) do ramy wspornika oparcia (3), jak pokazano. Upewnij się, że łączniki są bezpiecznie przymocowane w obudowach na ramie wspornika oparcia. Umieść 2x Śruby M6x10 (17) i 2x nakrętki blokujące M6 (21) w otworze w dolnej części łącznika. Pomoże to zapewnić, że arkusz nie przesunie się przez obudowę w przypadku przypadkowego wysunięcia.
- Za pomocą szczelinowych okrągłych wierzchołków, włóż Ramkę Wspornika Oparcia do podstawek na ramie A. Po przymocowaniu należy zabezpieczyć łącznik do ramy wsporczej za pomocą 2 kołków blokujących 6xL43 (5).

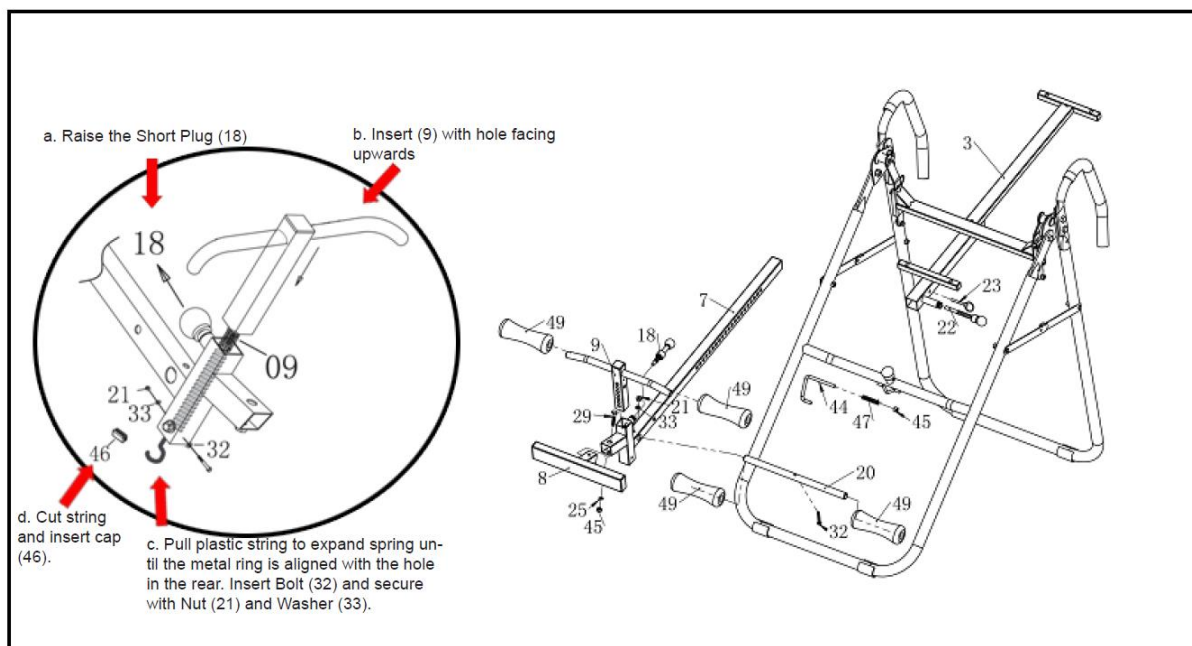
UWAGA: Upewnij się, że zamocowano część 4, jak pokazano powyżej, z końcami skierowanymi w stronę ziemi, a rowkowane sekcje bezpiecznie spoczywają w ramie A. Jeśli nie masz pewności, który otwór regulacji w łączniku będzie używany, możesz zacząć od otworu centralnego i wyregulować później, jeśli to konieczne.

KROK 2:



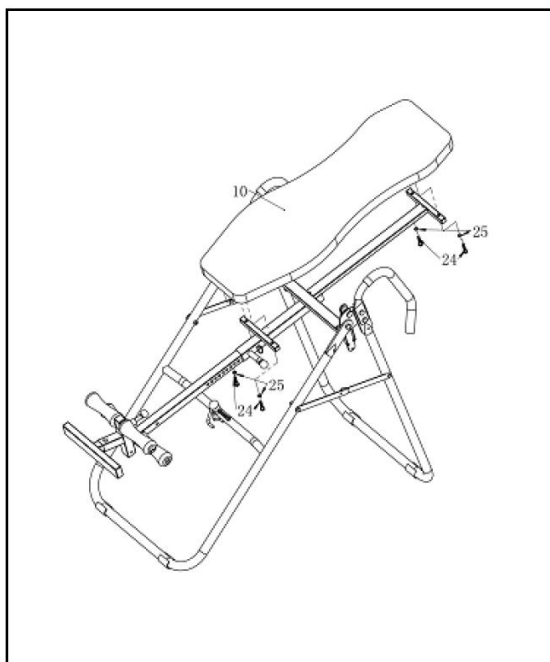
- A. Używając 1x Śruby sześciokątnej M10x35 (13) i 1x Śruby sześciokątnej M10x30 (14), przymocuj lewą kierownicę (6L) do otworu w tylnej ramie podstawy (2).
- B. Następnie przymocuj zakrzywiony metalowy arkusz (12) do końca pierwszej sześciokątnej śruby M10x35 (13), upewniając się, że łącznik (4) znajduje się pośrodku. Dokręć śruby sześciokątne (13 i 14) za pomocą 4 płaskich podkładek M10 (15) i 4 nakrętek blokujących M10 (16), jak pokazano.
- C. Postępuj zgodnie z powyższymi instrukcjami, aby podłączyć prawą kierownicę (6R).
- D. Jeśli jest otwarty, zamknij metalowe blachy pozycjonujące (12) tak, aby opierały się o ramę A, zabezpieczając część 4 na swoim miejscu.
- E. WAŻNE: Po zamocowaniu i zamknięciu blachy metalowej (12) na ramie podstawy należy przymocować 2x śruby M6x10 (17) po obu stronach ramy podstawy. Ten zespół uniemożliwi wysunięcie się ramy podtrzymującej oparcie (3) z obudowy podczas użytkowania.

KROK 3:



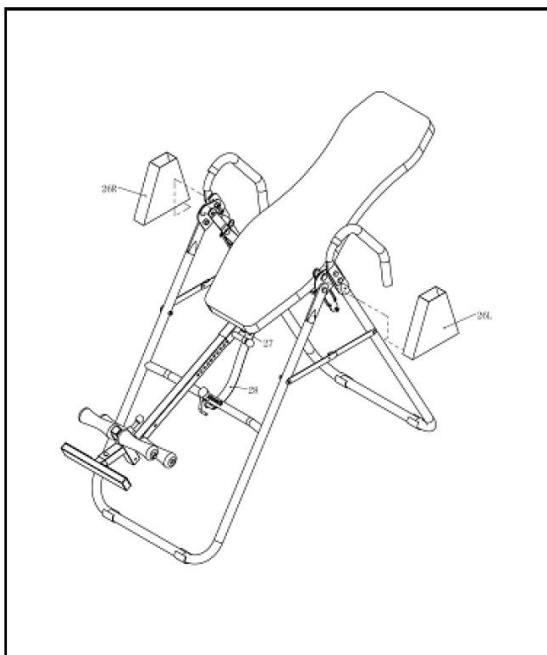
- A. Włóż rurkę z wałkiem z pianki (20) do otworu w rurce regulacji wysokości korpusu (7), jak pokazano, i dokręć 1x Śrubą sześciokątną M6x42 (32), 1 podkładką płaską M6 (33) i 1 nakrętką blokującą M6 (21).
- B. Włóż rurkę regulowaną (9) do rurki regulacyjnej (7). Przymocuj krótką wtyczkę (18) do rurki regulacyjnej i zamocuj sprężynę z tyłu rurki regulacyjnej (7) za pomocą 1x sześciokątnej śruby M6x42 (32), 1 płaskiej podkładki M6 (33) i 1 nakrętki zabezpieczającej M6 (21). (Zobacz schemat powyżej po lewej, aby uzyskać szczegółowe instrukcje)
- C. Włóż 2x wałki z pianki (49) na rurkę z piankowym wałkiem (20) i 2x rolki z pianki na regulowaną rurkę przytrzymującą nogę (9). Wsuń płytkę podnóżka (8) w dolną część rury regulacji wysokości nadwozia (7) i dokręć 1x śrubą sześciokątną M8x45 (29), 1 podkładką płaską M8 (25) i 1 nakrętką zabezpieczającą M8 (45).
- D. Włóż rurkę regulacji wysokości (7) do rurki wspornika oparcia (3). Zabezpiecz wtyczką z pierścieniem (23) i długą wtyczką - za pomocą sprężyny (22). Przed kontynuowaniem upewnij się, że te połączenia są szczelne i bezpieczne.
- E. UWAGA: W niektórych modelach blokada bezpieczeństwa zostanie dołączona. Jeśli ta część nie jest wstępnie zamontowana:
- F. Wyjmij dołączony osprzęt i przymocuj zaczep w kształcie litery L (44) przez otwór w przedniej części ramy A. Zabezpiecz z drugiej strony w następującej kolejności: Sprężyna-2 (47), Podkładka M8, 1x Nakrętka zabezpieczająca M8.

KROK 4:



Przymocuj podkładkę oparcia (10) do ramy wspornika oparcia (3) za pomocą 4 podkładek M8 (24) i 4 śrub sześciokątnych M8x35 (25).

KROK 5:



Umieść lewą i prawą osłonę (26L) i (26R) po lewej i prawej stronie podstawy.

Zapiąć haczyk (27) do haka w ramie podpierającej oparcie.

Zamocuj pasek (28) po wsunięciu go do otworu w przedniej ramie podstawy.

WAŻNE: ZAWSZE upewnij się, że pasek bezpieczeństwa jest w pełni włączony i pewnie zamocowany, nawet gdy stół nie jest używany.

INSTRUKCJA OBSŁUGI

NALEŻY DOKŁADNIE PRZECZYTAĆ TE INSTRUKCJE

NIGDY nie należy umieszczać tego urządzenia w miejscu, w którym dzieci i osoby nieobeznane z niebezpieczeństwami związanymi z używaniem urządzenia będą miały do nich dostęp bez nadzoru i nieupoważnionego.

ZAWSZE należy się upewnić, że pasek bezpieczeństwa jest całkowicie włączony i bezpiecznie zamocowany, nawet gdy urządzenie nie jest używane.

ZAWSZE po raz pierwszy korzystaj z dorosłego obserwatora, używając tego urządzenia, nawet jeśli wcześniej korzystałeś z urządzenia. Niezmiernie ważne jest, aby urządzenie było odpowiednio ustawiony do ciała. Pomiary wysokości na środkowym pasku są jedynie wskazówkami i mogą wymagać korekty w zależności od wagi i innych czynników. Użycie dorosłego obserwatora ma zapobiegać potencjalnym obrażeniom w przypadku nagłej i nieoczekiwanej inwersji.

ZAWSZE upewnij się, że **WSZYSTKIE** sworznie blokujące są w pełni zabezpieczone w ich obudowach przed użyciem tej tabeli. Należy natychmiast zaprzestać używania, jeśli któryś z kółek blokujących stanie się niezabezpieczony podczas użytkowania.

Kiedy kładziesz się obiema rękami na piersi, urządzenie powinno się obracać o kilka cali **W GÓRĘ**. (Twoja głowa powinna poruszać się w kierunku podłogi i stóp w kierunku sufitu).

- Jeśli urządzenie nie porusza się lub przechyliło się do końca, ustawienia są nieprawidłowe. Ustaw środkowy pasek, aż osiągniesz powyższy wynik.

Gdy podnosisz **JEDNĄ** rękę do góry nad głową, urządzenie będzie nadal obracać dalej z powrotem. Aby zatrzymać się i powrócić do normalnej pozycji, połóż rękę z powrotem na bok.

- Możesz zwiększyć kąt i prędkość obrotu za pomocą obu ramion.

Jeśli masz problemy z powrotem, ugnij kolana i przesunij spód w dół w kierunku stóp. Jeśli stół odwracający znajduje się w pełnej pozycji odwrócenia o 90 stopni, chwyć obie strony stołu odwracania i pociągnij do przodu.

NIGDY NIE PRÓBUJ PRZECHYLAĆ SIĘ POPRZECZ SWOJĄ GŁOWĘ!

ROZPOCZNIJ POWOLI!

- Zalecamy, aby po raz pierwszy odwrócić tylko 20 lub 30 stopni. Nie wydawaj więcej niż 5 minut za jednym razem w odwróconej pozycji. Zalecamy odwracanie przez kilka minut za każdym razem przez pierwsze kilka tygodni.

SŁUCHAJ SWOJEGO CIAŁA!

- Jeśli wystąpią oznaki przedawkowania, takie jak bóle głowy, zawroty głowy, zaczerwienienie lub dyskomfort w kostkach, kolanach lub biodrach, **ZATRZYMAJ SIĘ NATYCHMIAST!**

SKORZYSTAJ Z POMOCY!

Podczas korzystania z nowego urządzenia należy zawsze korzystać z pomocy osoby dorosłej, która będzie pomagać w ćwiczeniach, dopóki nie uzyska się pewności, jak dane urządzenie zachowa się na ruchy ciała, nawet jeśli wcześniej korzystano z tabel inwersji.

KĄTY INWERSJI


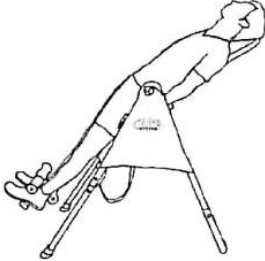
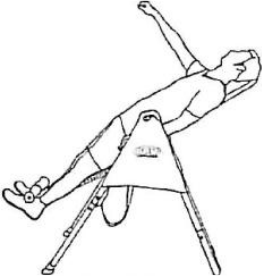
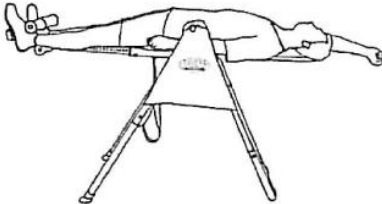
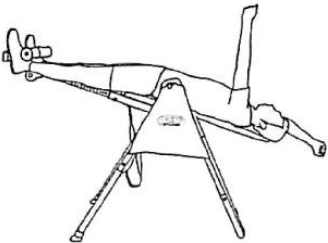
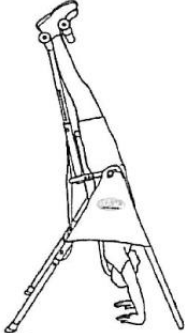
- Początkujący powinni zacząć od 20 do 30 stopni. Zapewni to łagodne rozciąganie i pozwoli Twojemu ciału przywyknąć do bycia do góry nogami.
- Gdy poczujesz się dobrze, ustaw kąt na 50 lub 60 stopni. Pozwala to na pełną dekompresję kręgosłupa. Nie jest konieczne ani wymagane, abyś odwrócił się o więcej niż 60 stopni. Aby uzyskać maksymalne rozciągnięcie, odwróć do 90 stopni.

OSCYLACJA

- Podnoś i opuszczaj ramiona powoli, w przód i w tył. Spowoduje to obrót ciała do tyłu (podniesione ramiona) i podniesienie pleców (obniżone ramiona).

- Przyzwyczajenie się do bycia do góry nogami może zająć trochę czasu. Rozpocznij zaledwie kilka minut każdego dnia. Kiedy twoje ciało jest przyzwyczajone do odwrócenia głowy, możesz odwrócić je dwa lub trzy razy dziennie.

PRZYKŁADOWE ĆWICZENIA

	<p>1. Pozycja startowa:</p> 
<p>2. Z jednym ramieniem do połowy podniesionym:</p> 	<p>3. Z jednym ramieniem całkowicie podniesionym:</p> 
<p>4. Z podniesionymi ramionami:</p> 	<p>5. Całkowicie odwrócony:</p> 

CZĘSTO ZADAWANE PYTANIA

Pytanie: "Jak mam wyczyścić urządzenie?"

Odpowiedź: NALEŻY CZYŚCIĆ PRZY UŻYCIU CIEPŁEGO MYDŁA WODY I NIE POWODUJĄCEGO KOROZJĘ ŚRODKA / ŚCIERNEGO. ZWILŻ SZMATKĘ Z ROZTWOREM I POCZEKAJ DO CAŁKOWITEGO WYSCHNIĘCIA.

Pytanie: "Czy muszę wykonać konserwację dla mojego urządzenia?"

Odpowiedź: POWINNO SIĘ ZAWSZE PODWÓJNIE SPRAWDZIĆ, ABY WSZYSTKIE ŚRUBY BYŁY DOKRĘCONE I BEZPIECZNE, ORAZ ABY POKRĘTŁO BYŁO W BEZPIECZNYM MIEJSCU PRZED UŻYCIEM.

Pytanie: "Poduszka / podkładka wydaje się być luźna, co mam zrobić?"

Odpowiedź: UPEWNIJ SIĘ, ŻE ŚRUBY PODUSZKI SĄ DOKRĘCONE.





Pytanie: "W opakowaniu nie było czegoś", "Muszę kupić część zamienną" lub "Znalazłem uszkodzony kawałek. Co powinienem zrobić?"




Odpowiedź: W przypadku jakichkolwiek problemów, skontaktuj się z nami (patrz rozdział "Warunki gwarancji, roszczenia gwarancyjne").

ĆWICZENIA ROZGRZEWAJĄCE / SCHŁADZAJĄCE

Skuteczny program ćwiczeń składa się z rozgrzewki, ćwiczeń aerobowych i schładzania. Wykonuj cały program co najmniej dwa, najlepiej trzy razy w tygodniu, odpoczywając przez jeden dzień pomiędzy treningami. Po kilku miesiącach możesz zwiększyć swoje treningi do czterech lub pięciu razy w tygodniu.

Rozgrzewka to ważna część treningu i powinna rozpoczynać się w każdej sesji. Przygotowuje twoje ciało do bardziej intensywnych ćwiczeń poprzez podgrzewanie i rozciąganie mięśni, zwiększenie krążenia i tętna oraz dostarczanie więcej tlenu do mięśni. Po zakończeniu treningu powtórz te ćwiczenia, aby zmniejszyć ból mięśni. Proponujemy następujące ćwiczenia rozgrzewki i schładzania:

	Rozciąganie wewnętrznych części uda Usiądź z podeszwami stóp razem z kolanami skierowanymi na zewnątrz. Przyciągnij stopy jak najbliżej pachwin. Delikatnie pchnij kolana w kierunku podłogi. Przytrzymaj przez 15 odliczeń.
	Rozciąganie ścięgien Usiądź z wyciągniętą prawą nogą. Oprzyj lewą stopę o prawą wewnętrzną stronę uda. Wyciągnij się w stronę palca jak najdalej. Przytrzymaj przez 15 odliczeń. Zrelaksuj się, a następnie powtórz z przedłużoną lewą nogą.
	Obroty głową Obróć głowę w prawo, czując rozciągnięcie po lewej stronie szyi. Następnie obróć głowę do tyłu, rozciągając podbródek do sufitu i otwierając usta. Obróć głowę w lewo, a na koniec oprzyj głowę na klatkę piersiową.
	Podnoszenie ramion Podnieś prawe ramię do ucha. Następnie podnieś lewe ramię do góry, opuszczając prawe ramię.

	<p>Rozciąganie łydki i Achillesa</p> <p>Oprzyj się o ścianę, lewą nogę z przodu i ramiona do przodu. Trzymaj prawą nogę prostą, a lewą stopę na podłodze; następnie zegnij lewą nogę i pochyl się do przodu, przesuając biodra w kierunku ściany. Przytrzymaj, a następnie powtórz po drugiej stronie przez 15 odliczeń</p>
	<p>Dotykanie palców u stóp</p> <p>Powoli pochyl się do przodu od talii, pozwalając swoim plecom i ramionom odpocząć, gdy rozciągniesz się w kierunku palców. Sięgnij w dół tak daleko, jak tylko możesz i przytrzymaj przez 15 sekund.</p>
	<p>Rozciąganie boczne</p> <p>Rozłóż ramiona na bok i kontynuuj ich podnoszenie, aż znajdą się nad głową. Sięgnij prawą rękę tak daleko w górę w kierunku sufitu, jak to możliwe. Poczuj rozciąganie po swojej prawej stronie. Powtórz tę czynność lewą ręką.</p>

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, gniazdko, 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, powierzchniowe 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