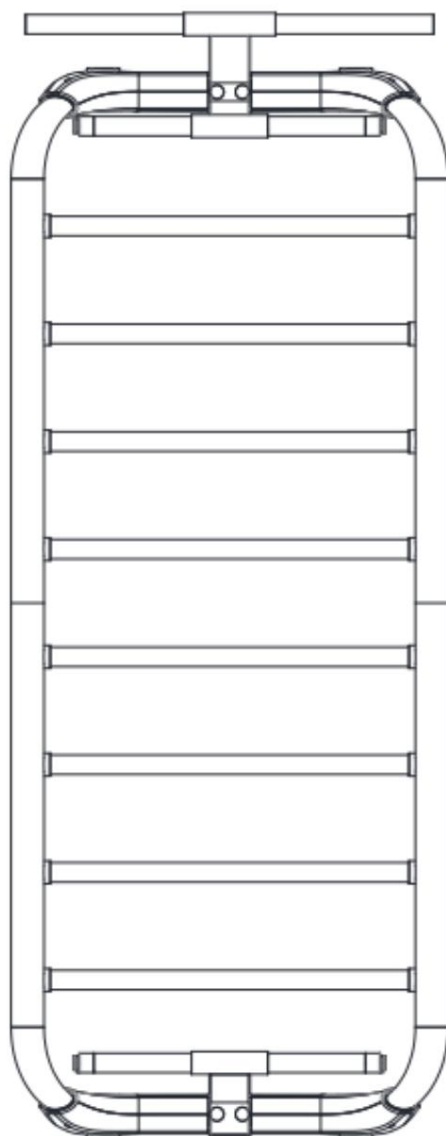




РЪКОВОДСТВО ЗА ПОТРЕБИТЕЛЯ – БГ

IN 26736 Шведска стена inSPORTline Wootalux 20x86 cm



СЪДЪРЖАНИЕ

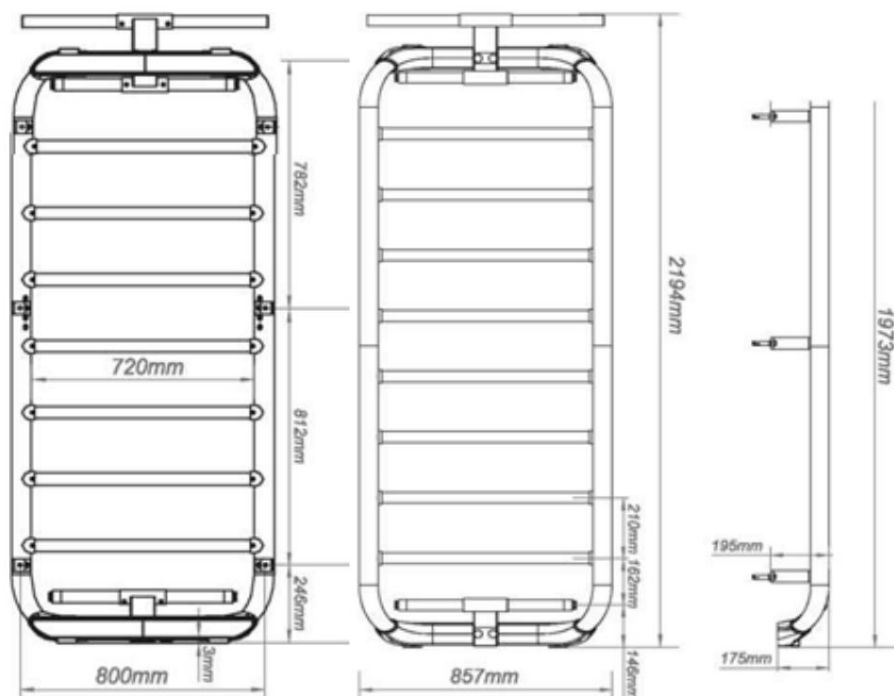
ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ.....	3
ОПИСАНИЕ НА ПРОДУКТА	4
СГЛОБЯВАНЕ.....	5
ИНСТРУКЦИИ ЗА УПРАЖНЕНИЕ	7
СПИСЪК С ЧАСТИ	8
ЧЕРТЕЖ.....	9
ОПАЗВАНЕ НА ОКОЛНАТА СРЕДА.....	10
ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ	10

SevenSport sro си запазва правото да прави промени и подобрения на своя продукт без предварително уведомление. Посетете нашите уебсайтове www.yako.bg, www.insportline.bg, за най-нова версия на ръководството.

ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

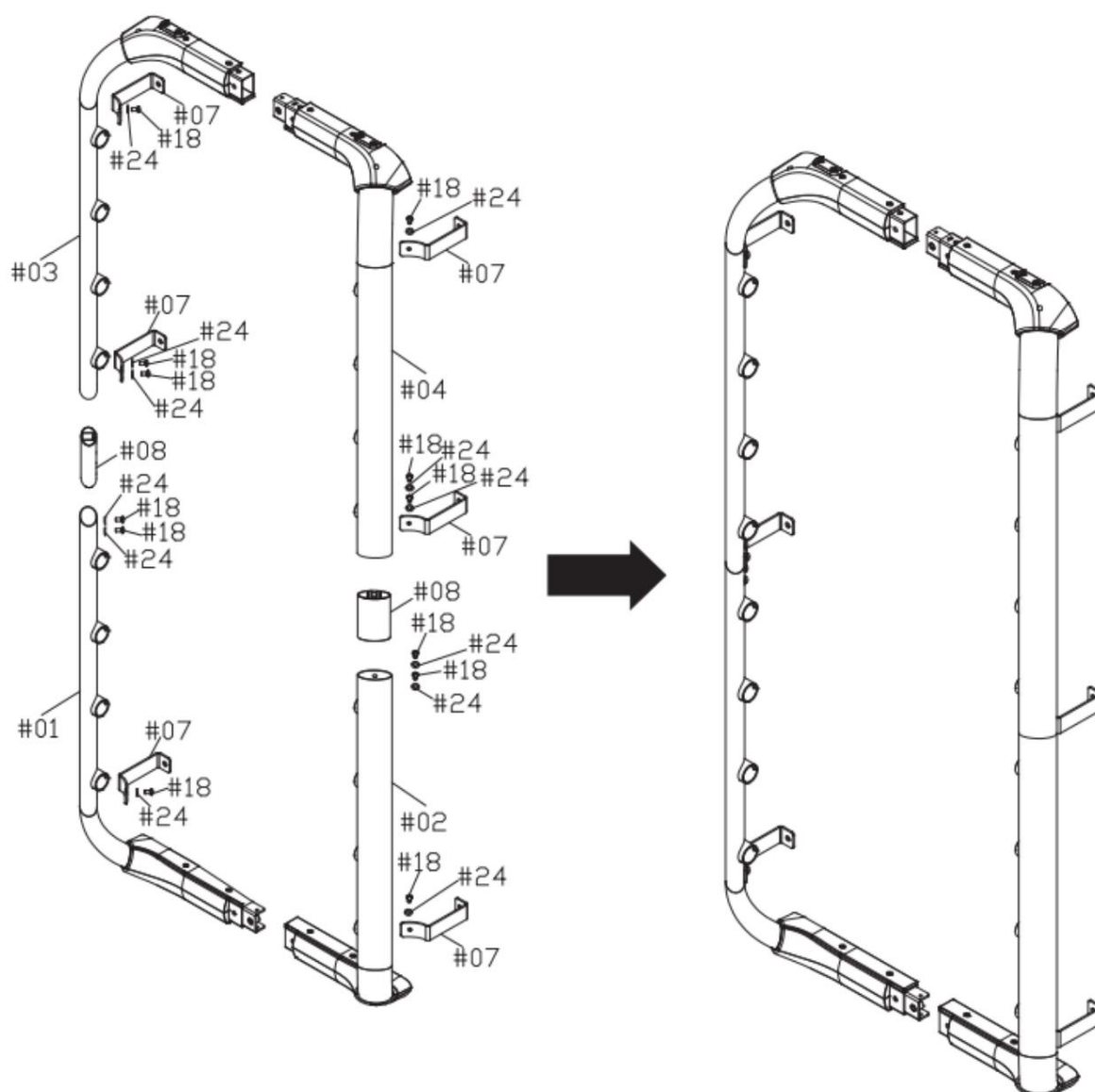
- Прочетете ръководството преди употреба и го запазете за бъдещи справки.
- Спазвайте всички ограничения и не ги превишавайте. Използвайте само за целите, за които е предназначен продуктът. направени.
- Преди употреба проверете дали всички винтове и съединения са затегнати.
- Консултирайте се с Вашия лекар, преди да започнете каквато и да е тренировъчна програма.
- Не спортувайте веднага след хранене.
- Винаги носете подходящо спортно облекло и обувки.
- Загрейте преди тренировка.
- Деца или хора с ограничени двигателни или умствени способности могат да използват продукта само под наблюдението на възрастен.
- Не поправяйте и не модифицирайте продукта сами. • Не използвайте повредено или износено оборудване. Ако по продукта се появят остри ръбове, спрете употребата му.
- Пазете далеч от деца, това не е играчка. Никога не оставяйте деца без надзор близо до Съществува риск от задушаване или вдишване на малки части.
- Сглобяването може да се извършва само от възрастен.
- Не спортувайте под влиянието на наркотици или алкохол.
- Използвайте мека кърпа за почистване. Избърсвайте потта от устройството след всяка тренировка.
- Само за употреба на закрито.
- Употреба: Н – битови
- Товароносимост: 150 кг
- Поставете устройството върху твърда, равна и чиста повърхност. За по-голяма безопасност, спазвайте разстояние от поне 0,6 м от друго оборудване в помещението. Продуктът трябва да бъде закрепен (анкеризиран) към стената. Правилният метод на закрепване зависи и от състава на материала на зидарията. Ако не сте сигурни, консултирайте се с професионалист за правилния монтаж.

ОПИСАНИЕ НА ПРОДУКТА



Пълни размери	2194x857x421 (мм)
Тегло (бруто/нето)	41 кг/36 кг
Стандарт	GB17498.1-2008

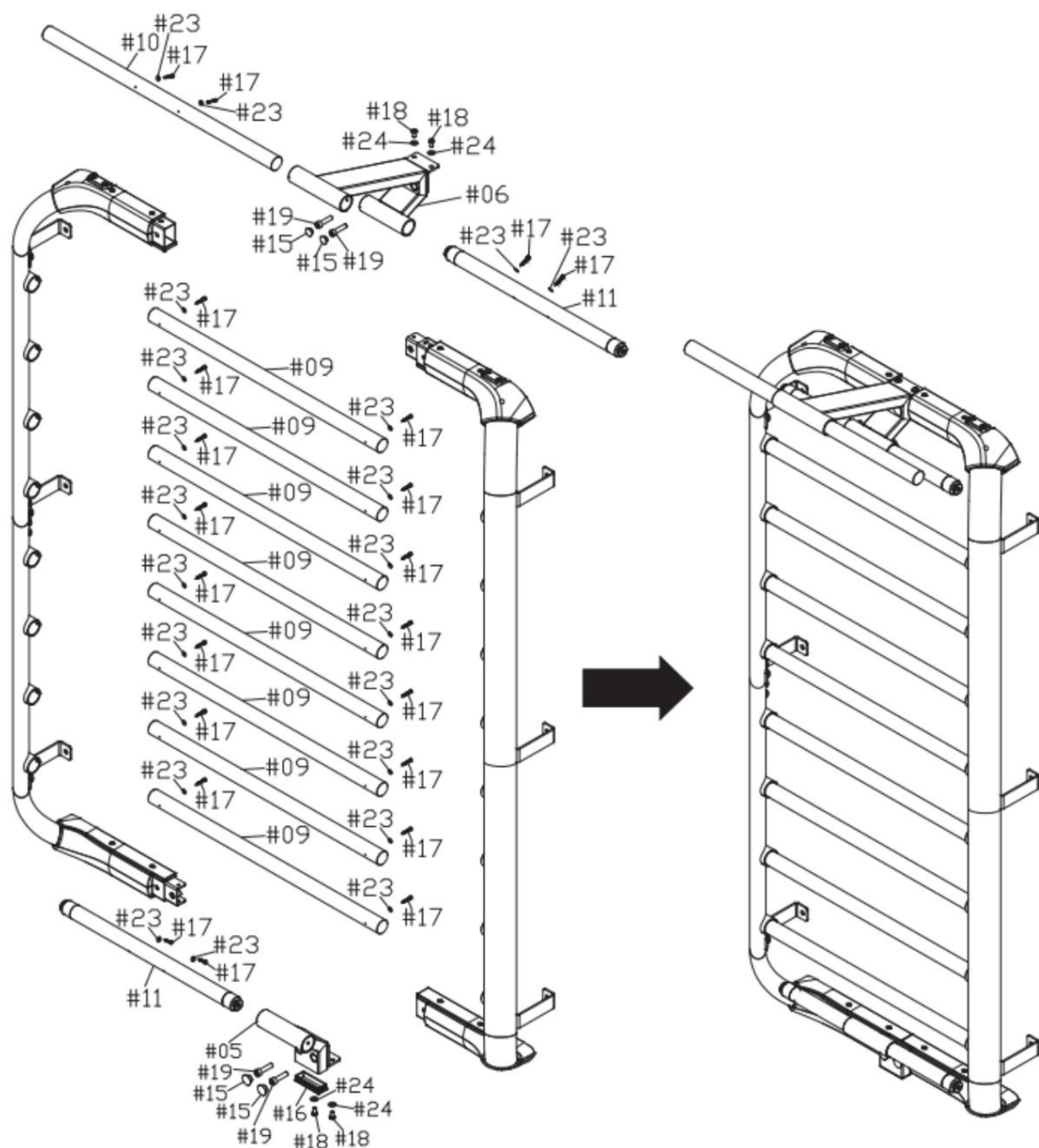
СГЛОБЯВАНЕ



Прикрепете свързващата рамка (08) към долната рамка (01), като използвате винтове (18), шайби (24) и гаечен ключ (28).

Прикрепете горната рамка (03) към свързващата рамка (08), като използвате винтове (18), шайби (24) и гаечен ключ (28).

Прикрепете скобите (07) към горната и долната рамка, като използвате винтове (18) и шайби (24).



Прикрепете напречната опора (11) към държача на стъпалото (05), като използвате винтове (17), шайби (23) и капачка (16).

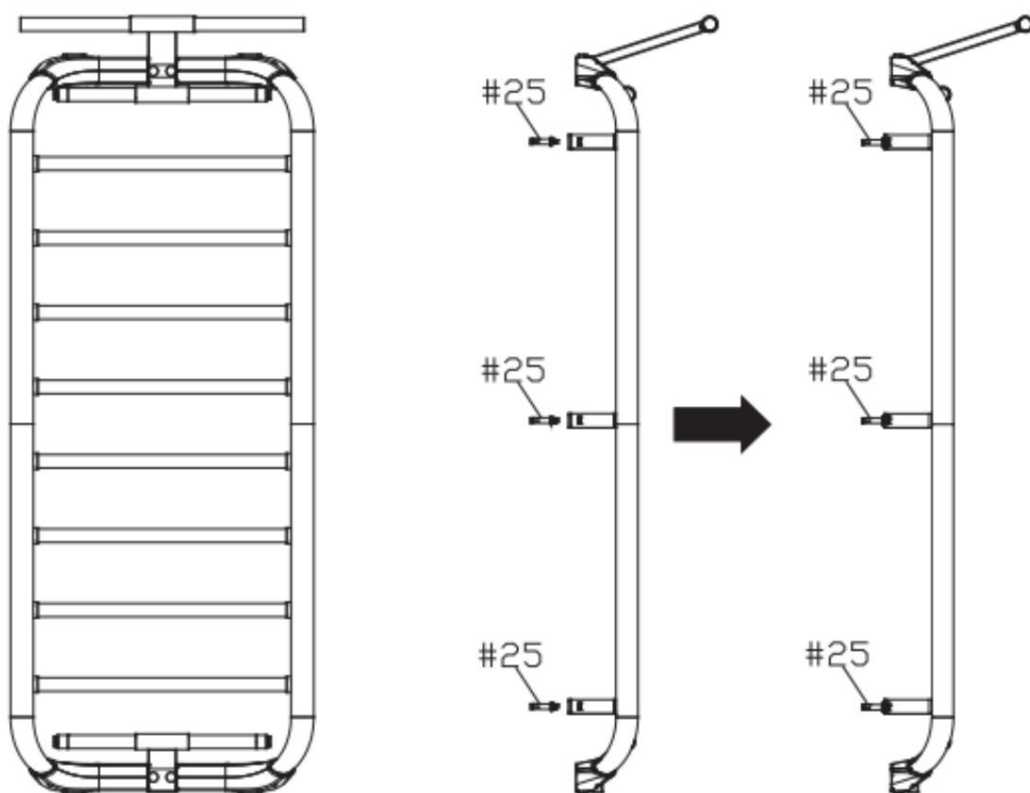
Прикрепете рамото на лоста за набирания (10 – горни и 11 – долни) към рамката на лоста (06), като използвате винтове (17) и шайби (23).

Прикрепете напречните лостове (9) към едната страна на рамката и след това ги плъзнете в скобите на другата рамка.

Прикрепете скобата за поставка за крака (5) към долната част на рамката, като използвате винтовете (19). Прикрепете капачките (15) към винтовете и след това завийте винтовете (18) и шайбите (24) отдолу.

Прикрепете рамката на лост (6) с помощта на винта (19), прикрепете капачките (15) към винтовете и след това завийте винтовете (18) и шайбите (34) отдолу.

Подравнете отворите в напречните греди (9) с отворите в скобата и ги закрепете от двете страни с винтове (17) и шайби (23).



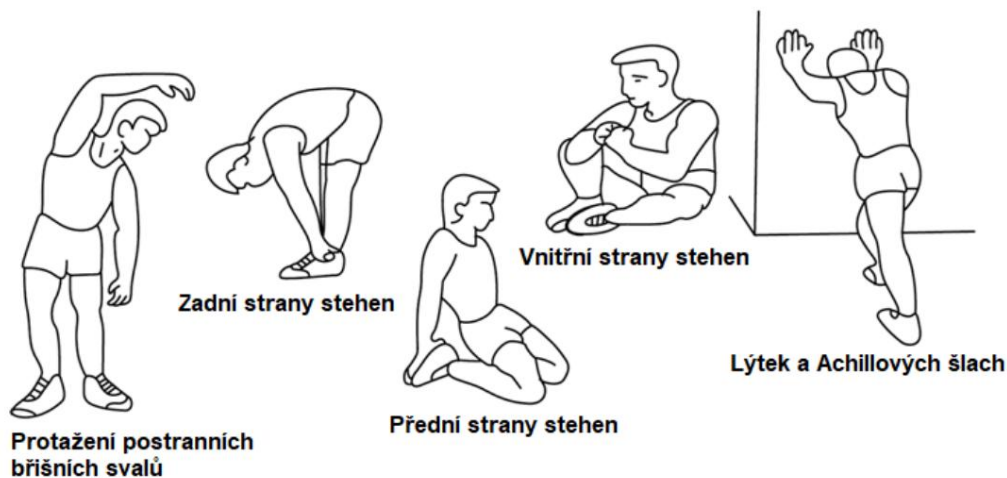
Закрепете стълбите към предварително подготвените отвори в стената с помощта на дюбели и разширителни винтове (M8*80 мм).

ИНСТРУКЦИИ ЗА УПРАЖНЕНИЕ

Упражненията са полезни за вашето здраве, подобряват физическата форма, оформят мускулите и в комбинация с балансирана диета водят до загуба на тегло.

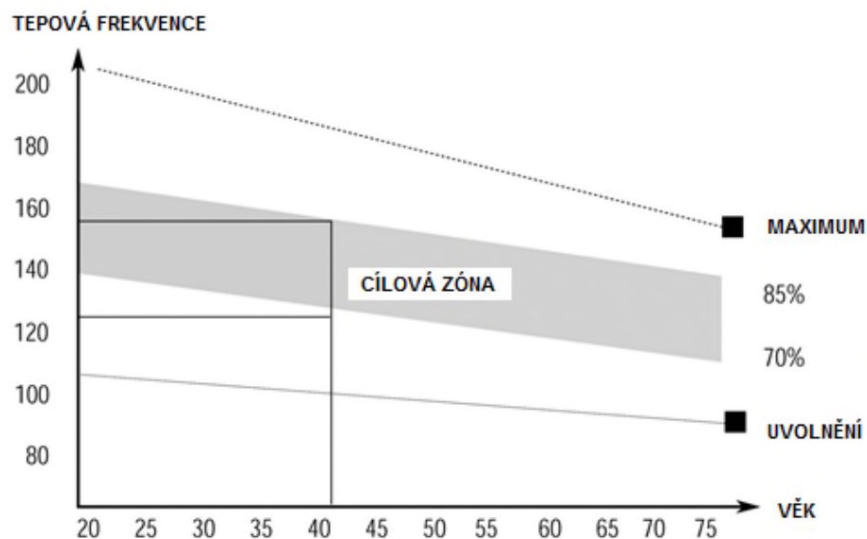
1. УПРАЖНЕНИЕ

Тази фаза служи за увеличаване на кръвообращението в цялото тяло, загряване на мускулите и намаляване на риска от крампии и мускулни наранявания. Препоръчваме да изпълнявате упражненията за разтягане по-долу. При разтягане останете в крайна позиция за приблизително 30 секунди, не правете резки движения или трептения.



2. САМОТО УПРАЖНЕНИЕ

Тази фаза е по-физически изисквателна. Редовните упражнения укрепват мускулите. Можете сами да задавате темпото, но е много важно то да е еднакво през цялото упражнение. Пулсът ви трябва да е в целевата зона (вижте изображението по-долу).



Тази фаза трябва да продължи поне 12 минути. За повечето хора тя трае 15-20 минути.

3. УСПОКОЯВАЩО

Тази фаза е предназначена да успокои сърдечно-съдовата система и да отпусне мускулите. Тя трябва да продължи приблизително 5 минути. Можете да повторите загряващите упражнения или да продължите упражнението с по-бавно темпо. Разтягането на мускулите след тренировка е изключително важно – отново, трябва да се избягват резки движения и трептения.

С подобряването на физическата ви форма можете да увеличите продължителността и интензивността на тренировките си. Тренирайте редовно, поне три пъти седмично.

Оформяне на мускулите

Важно е да зададете високо ниво на съпротивление за изграждане на мускули. Това ще натовари повече мускулите ви, което може да означава, че няма да можете да тренирате толкова дълго, колкото бихте искали. Ако се опитвате да подобрите и физическата си форма, ще трябва да коригирате тренировките си съответно. По време на загрявката и последната фаза на тренировката си, тренирайте както обикновено, но увеличете съпротивлението на уреда към края ѝ. Може да се наложи да забавите темпото, за да поддържате сърдечната си честота в целевата си зона.

ЗАГУБА НА ТЕГЛО

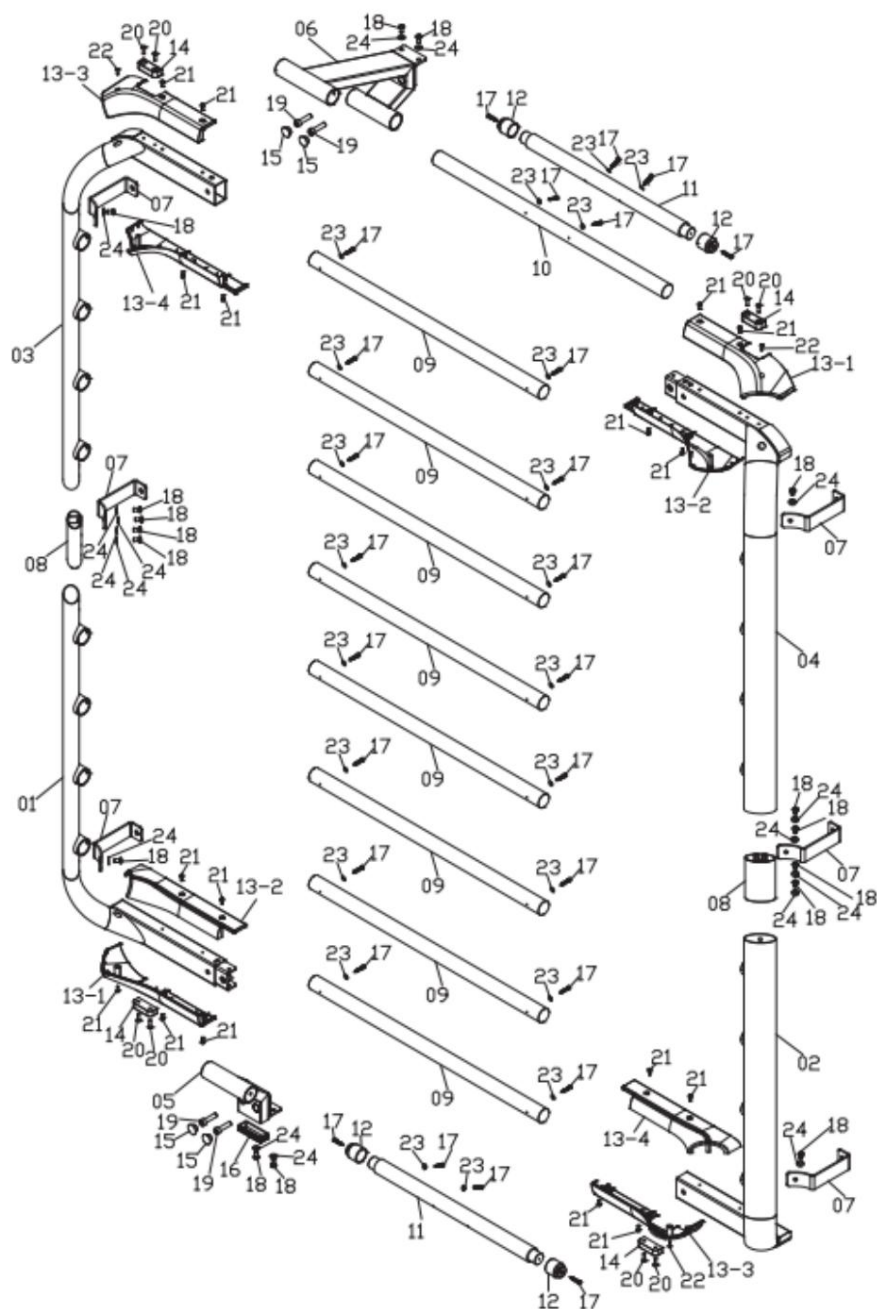
Количеството изгорени калории зависи само от продължителността и интензивността на упражнението. Същността е същата като при фитнес упражненията, но целта е различна.

СПИСЪК С ЧАСТИ

		Количество	Марка	Име	бр.
01	Долна лява рамка	1	13-3	Капак - C	2
02	Долнадясна рамка	1	13-3	- D	2
03	Горна лява рамка	1	14	Опора	4
04	Горна долна рамка	1	15	Винтови капачки 16	4
05	Държач за поставка за крака	1	16	Квадратна капачка 40*80*T2.	1
06	Рамка	1	17	Винт M5*30	26
07	Монтажна плоча	6	18	Винт M 8*15	16

08	Алуминиева свързваща рамка	2	19 Винт M10*30	4
09	Преграда *38*800L	8	20 Винт M6*20	8
10	Хоризонтална лента ф38*800L	1	21 Винт M5*15	16
11	Долна релса *38*600L	2	22 Винт M4*15	4
12	Алуминиева втулка	4	23 Плоска шайба ф5.5*ф12*Т1.0	22
13-1	Капак - А	2	24 Плоска шайба ф8.5*ф16*Т1.6	16
13-2	Капак-Б	2		

ЧЕРТЕЖ



ЗАЩИТА НА ОКОЛНАТА СРЕДА

В края на експлоатационния живот на продукта или ако по-нататъшният ремонт вече не е икономически изгоден, изхвърлете продукта в съответствие с местните разпоредби и по екологичен начин. Занесете продукта до най-близкия определен пункт за събиране.

Като изхвърлите този продукт правилно, ще помогнете за опазването на ценни природни ресурси и ще предотвратите потенциални отрицателни въздействия върху околната среда и човешкото здраве. Ако не сте сигурни, консултирайте се с местните власти, за да избегнете потенциални нарушения и санкции.

ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ, РЕКЛАМАЦИИ

Общи разпоредби и определения на термини

Настоящите гаранционни условия и рекламацията част уреждат условията и обхвата на гаранцията, предоставяна от продавача за стоките, доставени на купувача, както и процедурата за уреждане на рекламационни претенции, предявени от купувача за доставените стоки.

Настоящите гаранционни условия и редът за рекламации уреждат условията и обхвата на гаранцията, предоставяна от продавача за стоките, доставени на купувача, както и реда за разглеждане на рекламации, предявени от купувача за доставените стоки. Продавачът е САКСО ООД, със седалище и адрес на управление: ул. Сакар Планина 1, гр. Русе. Регистрационен номер на дружеството: 117028813, вписан в Търговския регистър.

Поради приложимите законови разпоредби се прави разграничение между купувач, който е потребител, и купувач, който не е потребител.

„Потребител купувач“ или просто „потребител“ е лице, което при сключването и изпълнението на договор не действа в рамките на своята търговска или друга стопанска дейност.

Купувач, който не е „потребител“, е търговец, който закупува продукти или използва услуги за целите на своята дейност с тези продукти или услуги. Този купувач се урежда от рамковия договор за покупка и общите условия, доколкото те се отнасят за него.

Тези гаранционни условия и процедурата за рекламации са неразделна част от всеки договор за покупко-продажба, сключен между продавача и купувача. Гаранционните условия и процедурата за рекламации са валидни и обвързващи, освен ако страните не са уговорили друго в договора за покупко-продажба или в допълнение към този договор или в друго писмено споразумение.

Гаранционни условия

Гаранционен срок

Продавачът предоставя на купувача 24-месечна гаранция за качеството на стоките, освен ако в гаранционния сертификат, фактурата за стоките, бележката за доставка или друг документ за стоките е посочена различна продължителност на гаранционния срок, предоставен от продавача. Законоустановената продължителност на гаранцията, предоставяна на потребителя, не се влияе от това.

Чрез гаранция за качество продавачът се задължава, че доставените стоки ще бъдат годни за употреба по обичайната или договорената цел за определен период от време и че ще запазят обичайните или договорените свойства.

Гаранционните условия не се прилагат за дефекти, възникнали (ако е приложимо за закупения продукт):

- по вина на потребителя, т.е. повреда на продукта поради непрофесионално ремонтиране, неправилен монтаж,
- неправилна поддръжка
- механични повреди
- износване на части по време на нормална употреба (напр. гумени и пластмасови части, движещи се части механизми, шарнирни съединения и др.)
- неизбежно събитие, природно бедствие
- непрофесионални интервенции
- неправилно боравене или неправилно поставяне, излагане на ниски или високи температури, излагане на вода, прекомерно налягане и удари, умишлено променен дизайн, форма или размери

Процедура за жалби

Процедура за предявяване на рекламация за дефект на стоки

Купувачът е длъжен да огледа стоките, доставени от Продавача, възможно най-скоро след прехвърлянето на риска от повреда на стоките или след тяхната доставка. Купувачът трябва да извърши огледа по начин, който да открие всички дефекти, които могат да бъдат открити по време на разумен професионален оглед.

При предявяване на рекламация на стоките, купувачът е длъжен, по искане на продавача, да докаже покупката и основателността на рекламацията чрез фактура или товарителница с посочения производствен (сериен) номер, или същите документи без серийния номер. Ако купувачът не докаже основателността на рекламацията чрез тези документи, продавачът има право да отхвърли рекламацията.

Ако купувачът съобщи за дефект, който не е покрит от гаранцията (напр. гаранционните условия не са били изпълнени, дефектът е бил съобщен по погрешка и др.), продавачът има право да поиска пълно възстановяване на разходите, направени във връзка с отстраняването на така съобщения от купувача дефект. В този случай изчисляването на сервизната намеса ще се основава на валидния ценоразпис за работа и транспортни разходи.

Ако продавачът установи (чрез тестване), че рекламираният продукт не е дефектен, рекламацията се счита за неоснователна. Продавачът си запазва правото да поиска възстановяване на разходите, направени във връзка с неоснователната рекламация.

В случай че купувачът предяви рекламация за дефекти в стоки, покрити от гаранцията, съгласно валидните гаранционни условия на продавача, продавачът ще отстрани дефекта, като поправи или замени дефектната част или устройство с безупречно. Със съгласието на купувача, продавачът има право да достави други стоки, които са напълно функционално съвместими, но поне имат същите или по-добри технически параметри, в замяна на дефектните стоки. Изборът относно начина на обработка на рекламацията съгласно този параграф е на продавача.

Продавачът урежда рекламацията не по-късно от 30 дни от доставката на дефектната стока, освен ако не е уговорен по-дълъг срок. За ден на уреждане се счита денят, в който ремонтираната или заменената стока е била предадена на купувача. Ако продавачът не е в състояние да уреди рекламацията в определения срок поради естеството на дефекта, той се договаря с купувача за алтернативно решение. Ако такова споразумение не бъде постигнато, продавачът е длъжен да предостави на купувача финансово обезщетение под формата на кредитно известие.

Дистрибутор:

САКСО ООД

гр. Русе, ул. Сакар планина 1

Централен офис и склад:

гр. Русе, ул. ТЕЦ Изток 20

офис: +359 894 566 060

склад: +359 894 496 071

e-mail: office@yako.bg



YAKO
www.yako.bg



insportline
www.insportline.bg