



РЪКОВОДСТВО ЗА ПОЛЗВАНЕ – БГ

IN 22980 Кабелна система за домашен фитнес inSPORTline Puley 500

СЪДЪРЖАНИЕ

ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ	3
СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ	4
МОНТАЖ И УПОТРЕБА	5
ПОДДРЪЖКА	5
ИНСТРУКЦИИ ЗА УПРАЖНЕНИЯ	6
ОХРАНА НА ОКОЛНАТА СРЕДА	8
УСЛОВИЯ НА ГАРАНЦИЯТА, ГАРАНЦИОННИ ИСКАНИЯ	9

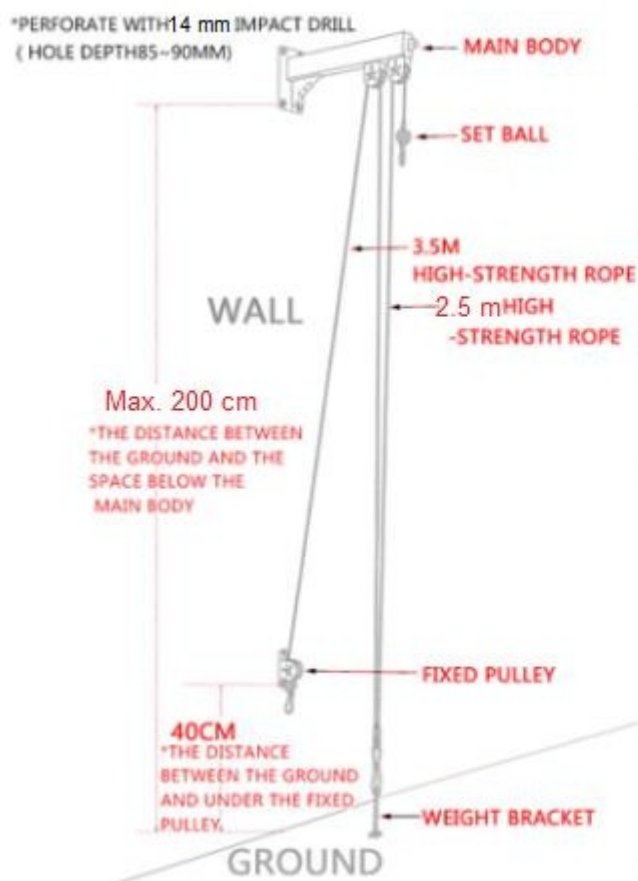
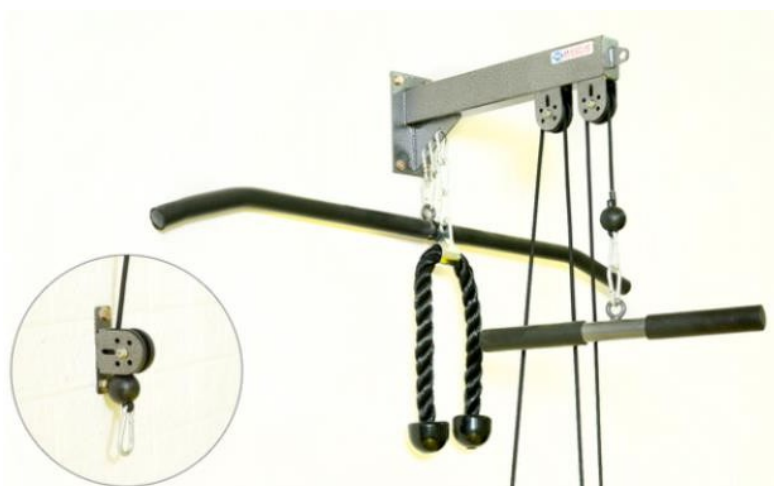
ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- Прочетете наръчника преди употреба и инсталиране и го съхранявайте за бъдеща справка.
- Продуктът не е играчка, дръжте го далеч от деца и домашни любимци.
- Не оставяйте деца или животни без надзор в близост до ролките.
- Проверявайте редовно продукта за повреди или износване.
- Не модифицирайте продукта.
- Преди да завършите сглобяването, проверете дали всички части са налице и не са повредени. Използвайте само оригинални резервни части и аксесоари. Не извършвайте неразрешени модификации на продукта.
- Монтажът може да се извършва само от възрастен. Преди употреба се уверете, че продуктът е правилно сглобен и добре закрепен. Това устройство трябва да бъде правилно сглобено и закрепено, за да се предотврати нараняване на потребителя. Ако устройството не работи правилно, показва признаци на повреда или износване, спрете незабавно да го използвате. Повредените или износени части трябва да бъдат незабавно подменени.
- Посъветвайте се с вашия лекар, преди да започнете програма за упражнения.
- Прочетете всички инструкции и предупреждения преди употреба.
- Винаги се загревайте преди употреба.
- Само за употреба на закрито.
- Преди употреба се уверете, че всички болтове и гайки са затегнати. Ако продуктът е повреден, не го използвайте.
- Тренирайте разумно и внимателно, не претоварвайте. Движенията не трябва да са резки, за да се избегнат наранявания.
- Не задържайте дъха си по време на упражненията.
- Тренирайте правилно и подходящо. Тренировките с висока интензивност могат да доведат до здравословни усложнения.
- Винаги носете спортни дрехи и обувки. Дръжте всички дрехи и части от тялото далеч от движещите се части.
- В началото или след по-дълга пауза след тренировка, изберете по-бавно темпо. С течение на времето можете да увеличите натоварването на тялото.
- Неправилното упражняване или неспазването на предпазните мерки може да доведе до сериозни наранявания. Носете подходящо спортно облекло, включително спортни обувки.
- Обръщайте внимание на сигналите на тялото си. В случай на негативни физически реакции, спрете веднага тренировката и се свържете с вашия лекар.
- Уверете се, че рамката на вратата е подходяща за закрепване. Тя трябва да е достатъчно здрава, за да издържи теглото на напречната греда и на потребителя.
- Използвайте всички болтове за закрепване.
- Ако не сте сигурни в монтажа, консултирайте се с експерт за правилния монтаж.
- **Категория:** Н за домашна употреба
- **Носимост:** 160 кг

СПИСЪК С ЧАСТИ

Снимка	Име	Брой
	Държач с ролка	1
	Ролка	1
	Болтове	6
	Дълга дръжка	1
	Къса дръжка	1
	Кабел 3500 мм	1
	Кабел 1800 мм	1
	Кабел 2500 мм	1
	Държач за тежести	1
	Дръжки с ремъци	2
	Гумена дръжка	1
	Ремък за упражнения за трицепс	1
	Найлоново въже	1
	Карабини	12

МОНТАЖ И УПОТРЕБА



ПОДДРЪЖКА

- Смазвайте редовно движещите се части.
- Проверявайте и затягайте всички връзки.
- Почиствайте машината с влажна кърпа и неагресивен препарат.
- Редовно проверявайте машината за износване и повреди.

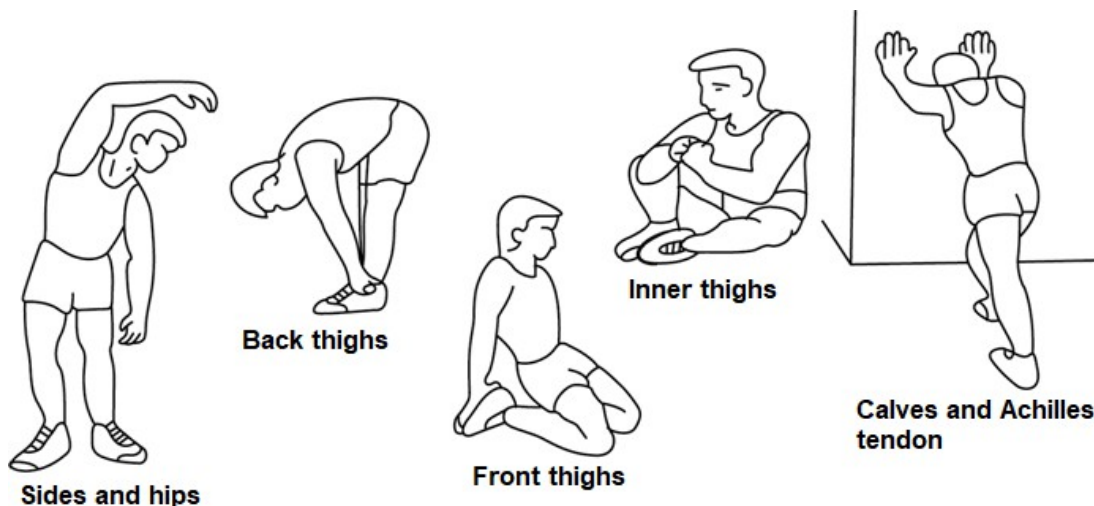
- Сменете незабавно повредените или износени части.

ИНСТРУКЦИИ ЗА УПРАЖНЕНИЯ

Упражненията са полезни за здравето, подобряват физическото състояние, оформят мускулите и в комбинация с калорично балансирана диета водят до отслабване.

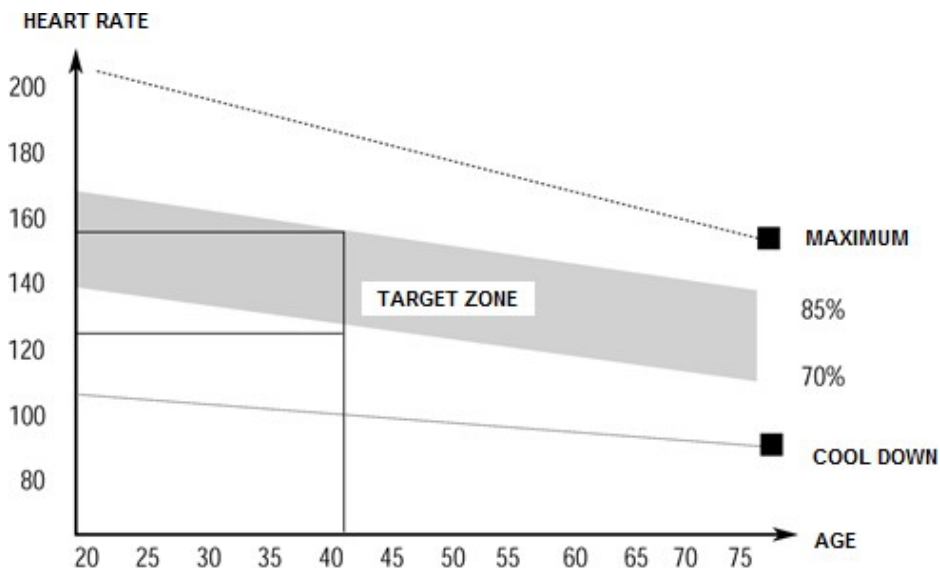
1. ЗАГРЯВАНЕ

Тази фаза служи за подобряване на кръвообращението в цялото тяло и за загряване на мускулите, за да се намали рискът от конвулсии и мускулни травми. Препоръчваме да изпълнявате упражненията за разтягане, описани по-долу. Когато се разтягате, останете в крайната позиция за около 30 секунди, не правете резки движения и не вибрирайте.



2. УПРАЖНЕНИЯ

Тази фаза е най-физически натоварващата част. Редовните упражнения укрепват мускулите. Можете сами да определите темпото, но е много важно то да бъде еднакво през цялото упражнение. Съречната честота трябва да бъде в целевата зона (вижте фигурата по-долу).



Тази фаза трябва да продължи най-малко 12 минути. Повечето хора тренират 15-20 минути.

3. РАЗГРЯВАНЕ

Тази фаза служи за успокояване на сърдечно-съдовата система и отпускане на мускулите. Тя трябва да продължи приблизително 5 минути. Можете да повторите упражненията за загряване или да продължите да тренирате с по-бавно темпо.

Разтягането на мускулите след тренировка е изключително важно – трябва да избягвате резки движения и вибрации.

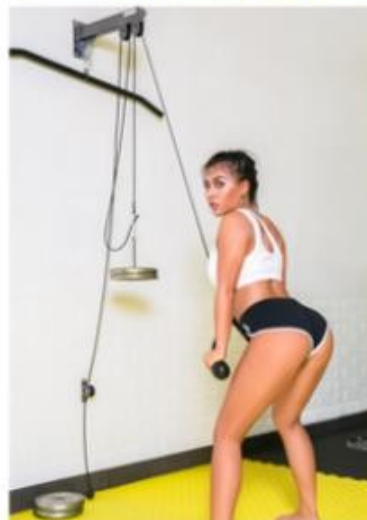
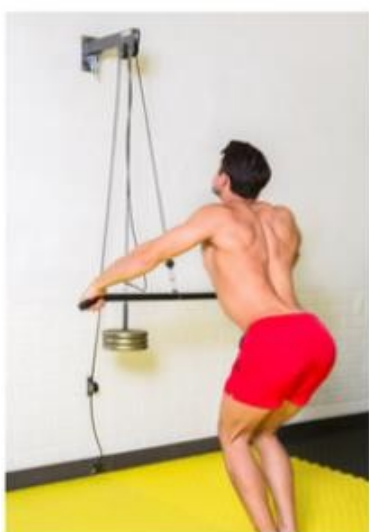
С подобряването на физическата ви форма можете да удължите и увеличите интензивността на тренировките. Тренирайте редовно, поне три пъти седмично.

ФОРМИРАНЕ НА МУСКУЛИ

За оформяне на мускулите е важно да зададете висока натоварване. Мускулите ще бъдат по-напрегнати, което може да доведе до това, че няма да можете да тренирате толкова дълго, колкото обикновено. Ако се опитвате да подобрите състоянието си едновременно, трябва да коригирате тренировката си. Тренирайте по обичайния начин по време на замяната и финалните етапи на тренировката, но увеличете съпротивлението на уреда в края на упражнението. Може да се наложи да забавите скоростта, за да поддържате сърдечната честота в целевия диапазон.

ОТСЛАБВАНЕ

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



ОХРАНА НА ОКОЛНАТА СРЕДА

След изтичане на срока на годност на продукта или ако възможният ремонт е нерентабилен, изхвърлете го в съответствие с местните закони и по екологичен начин в най-близкия склад за скрап.

Чрез правилното изхвърляне ще защитите околната среда и природните ресурси. Освен това можете да допринесете за защитата на човешкото здраве. Ако не сте сигурни как да изхвърлите правилно продукта, попитайте местните власти, за да избегнете нарушаване на закона или санкции.

Не изхвърляйте батериите с битовите отпадъци, а ги предайте в пункт за рециклиране.

УСЛОВИЯ НА ГАРАНЦИЯТА, ГАРАНЦИОННИ ИСКАНИЯ

Общи условия на гаранцията и определение на термините

Настоящите гаранционни условия и рекламационна 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.

Съгласно действащите правни разпоредби зависи дали купувачът е крайният клиент или не.

„Купувачът, който е краен клиент“ или просто „краен клиент“ е юридическо лице, което не сключва и изпълнява договора с цел да извършва или насърчава собствената си търговска или стопанска дейност.

„Купувачът, който не е краен клиент“ е бизнесмен, който купува стоки или ползва услуги с цел да използва стоките или услугите за собствената си търговска дейност. Купувачът се съобразява с Общите условия за покупка и търговските условия.

Настоящите Условия за гаранция и гаранционни искове са неразделна част от всеки Договор за покупка, сключен между Продавача и Купувача. Всички Условия за гаранция са валидни и обвързващи, освен ако не е посочено друго в Договора за покупка, в Допълнението към настоящия Договор или в друго писмено споразумение.

Гаранционни условия

Гаранционен срок

Продавачът предоставя на Купувача 24-месечна гаранция за качеството на стоките, освен ако не е посочено друго в гаранционния сертификат, фактурата, доставната бележка или други документи, свързани със стоките. Законовият гаранционен срок, предоставен на потребителя, не се засяга.

С гаранцията за качеството на стоките Продавачът гарантира, че доставените стоки ще бъдат, за определен период от време, подходящи за редовна или договорена употреба и че стоките ще запазят своите редовни или договорени характеристики.

Батерии

6-месечна гаранция за батерията – гарантираме, че номиналният капацитет на батерията няма да падне под 70% от общия ѝ капацитет в рамките на 6 месеца от продажбата на продукта.

Гаранцията не покрива дефекти, произтичащи от (ако е приложимо):

- Вина на потребителя, т.е. повреда на продукта, причинена от неквалифицирана ремонтна работа, неправилен монтаж, недостатъчно вкарване на седалката в рамката, недостатъчно затягане на педалите и манивелите
- Неправилна поддръжка
- Механични повреди
- Редовна употреба (например износване на гумени и пластмасови части, движещи се механизми, съединения, износване на спирачни накладки/блокове, верига, гуми, касета/мулти колело и др.)
- Неизбежно събитие, природно бедствие
- Настройки, извършени от неквалифицирано лице
- Неправилна поддръжка, неправилно поставяне, повреди, причинени от ниска или висока температура, вода, неподходящо налягане, удари, умишлени промени в дизайна или конструкцията и др.

Процедура за предявяване на гаранционни претенции

Купувачът е длъжен да провери стоките, доставени от Продавача, веднага след като поеме отговорността за стоките и техните повреди, т.е. веднага след доставката им. Купувачът трябва да провери стоките, за да открие всички дефекти, които могат да бъдат открити при такава проверка.

При предявяване на гаранционна претенция Купувачът е длъжен, по искане на Продавача, да докаже покупката и валидността на претенцията чрез фактура или доставна бележка, в която е посочен сериен номер на продукта, или евентуално чрез документи без сериен номер. Ако Купувачът не докаже валидността на гаранционната претенция чрез тези документи, Продавачът има право да отхвърли гаранционната претенция.

Ако Купувачът съобщи за дефект, който не е покрит от гаранцията (например в случай, че гаранционните условия не са изпълнени или в случай на съобщаване на дефекта по грешка и т.н.), Продавачът има право да изисква компенсация за всички разходи, възникнали от ремонта. Разходите се изчисляват съгласно валидния ценоразпис за услуги и транспортни разходи.

Ако Продавачът установи (чрез тестване), че продуктът не е повреден, гаранционната reklamacия не се приема. Продавачът си запазва правото да претендира обезщетение за разходите, възникнали в резултат на неверната гаранционна reklamacия.

В случай че Купувачът предяви reklamacия за Стоките, която е законно покрита от Гаранцията, предоставена от Продавача, Продавачът ще отстрани съобщените дефекти чрез ремонт или чрез замяна на повредената част или продукт с нов. Въз основа на съгласието на Купувача, Продавачът има право да замени дефектните Стоки с напълно съвместими Стоки със същите или по-добри технически характеристики. Продавачът има право да избере формата на процедурите за предявяване на гаранционни претенции, описани в този параграф.

Продавачът урежда гаранционната reklamacия в срок от 30 дни след доставката на дефектните стоки, освен ако не е договорен по-дълъг срок. Денят, в който ремонтираната или заменена стока е предадена на купувача, се счита за ден на уреждане на гаранционната reklamacия. Когато продавачът не е в състояние да уреди гаранционната reklamacия в рамките на договорения срок поради специфичния характер на дефекта на стоката, той и купувачът сключват споразумение за алтернативно решение. В случай че такова споразумение не бъде сключено, продавачът е длъжен да предостави на купувача финансова компенсация под формата на възстановяване на сумата.

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	 www.yako.bg
	
	 www.insportline.bg