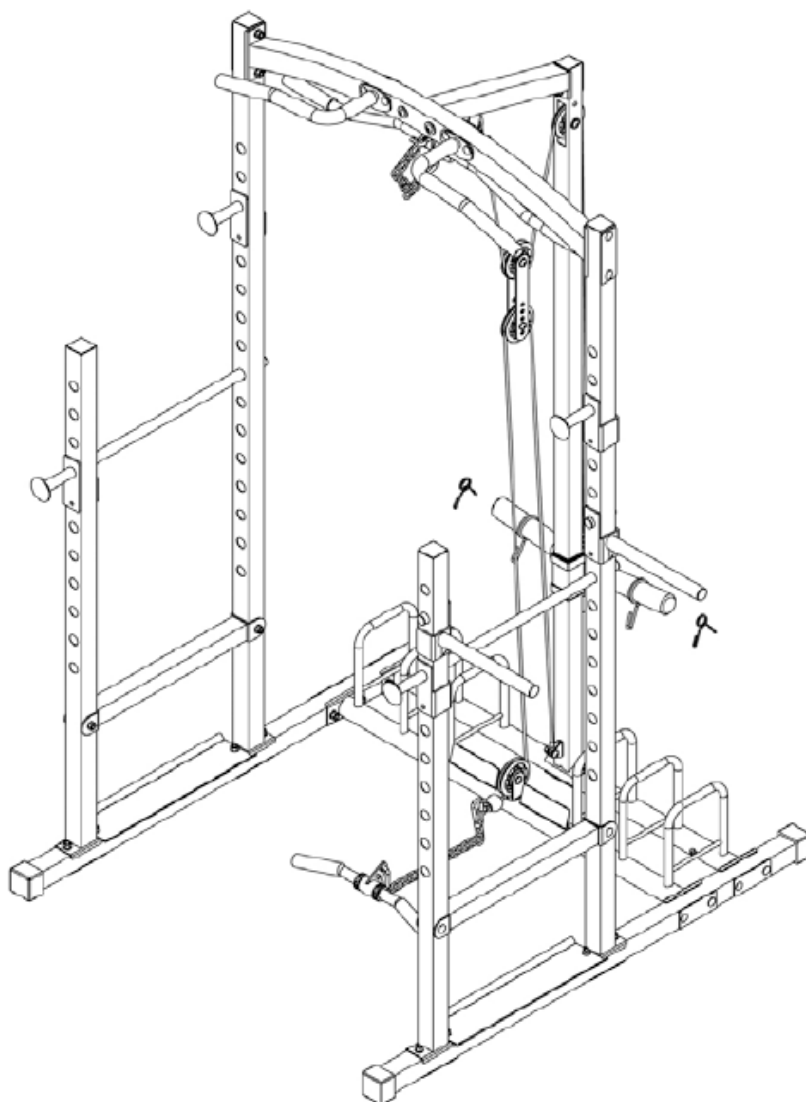




UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ
IN 20818 Power rack inSPORTline PW70



OBSAH

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY.....	3
SEZNAM ČÁSTÍ	4
SLOŽENÍ	9
KROK 1.....	9
KROK 2.....	10
KROK 3.....	11
KROK 4.....	12
KROK 5.....	13
KROK 6.....	14
KROK 7.....	15
KROK 8.....	16
NÁKRES.....	17
NASTAVENÍ ODPORU LANKA.....	18
POKYNY KE CVIČENÍ.....	18
ÚDRŽBA.....	19
OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ.....	19
ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE.....	20

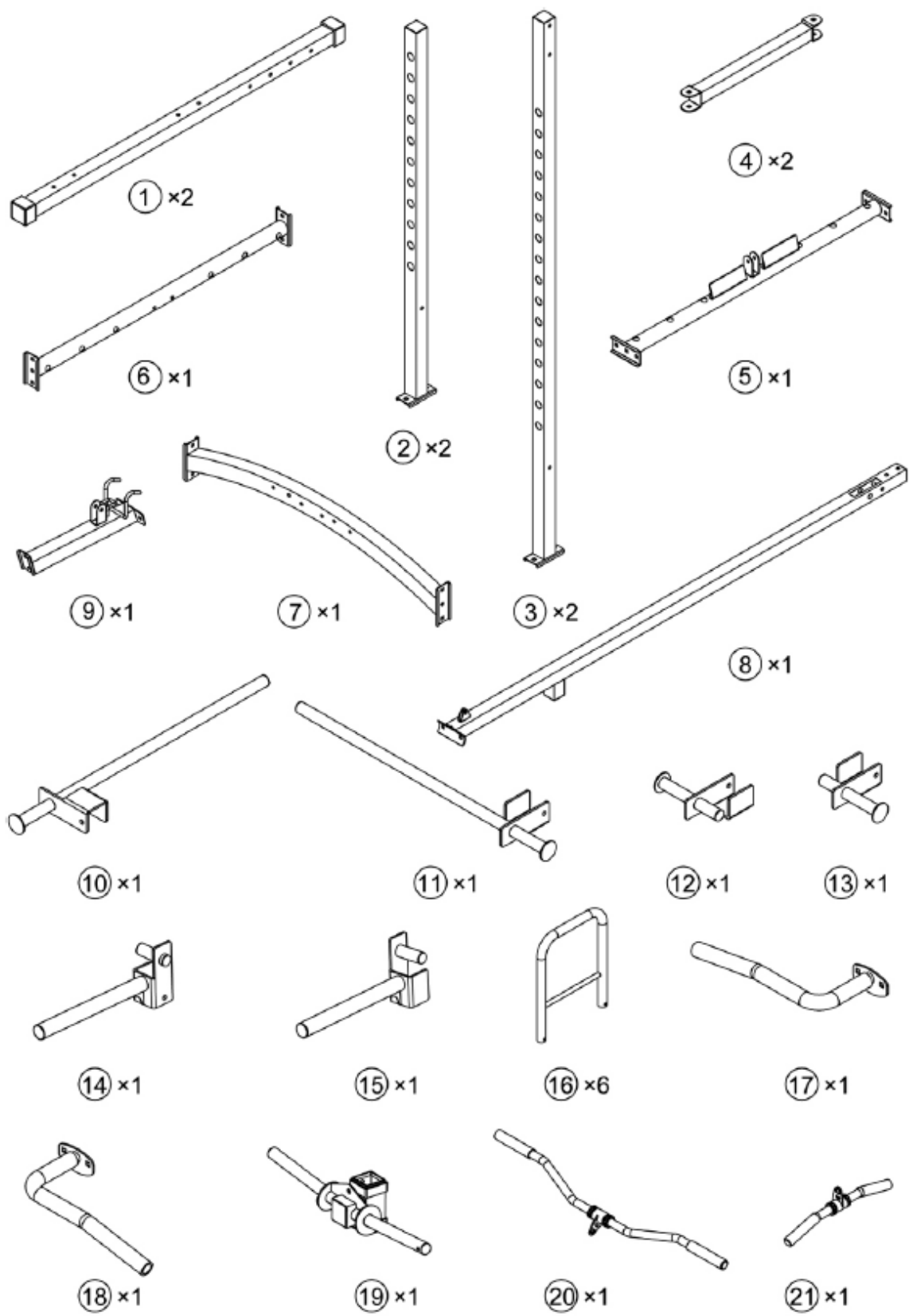
BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

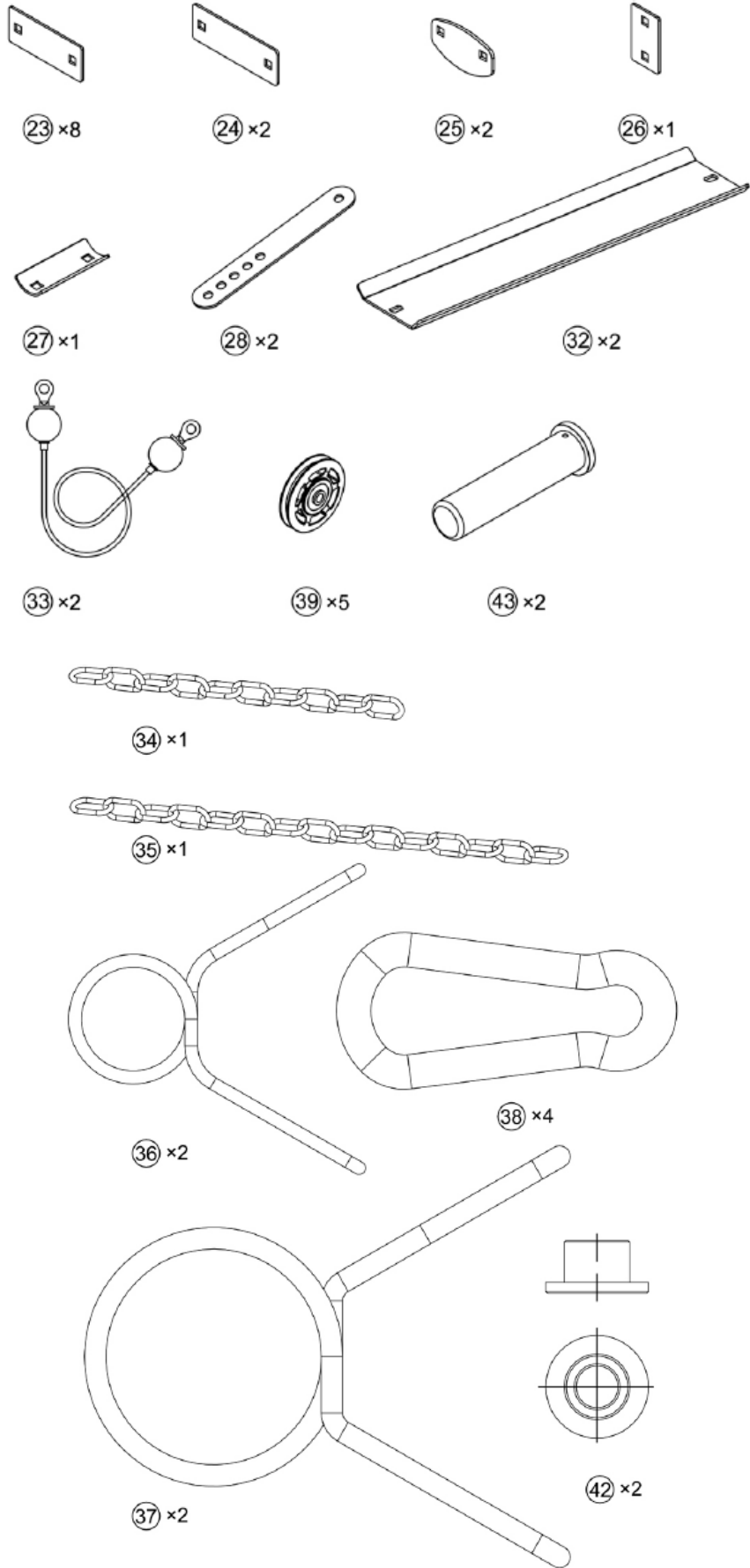
- Děkujeme za zakoupení tohoto produktu a za projevenou důvěru. Před zahájením montáže a před použitím výrobku se podrobně seznamte s obsahem manuálu. Manuál si ponechtejте pro budoucí potřebu. V případě nejasností kontaktujte odborný servis.
- Před zahájením montáže si také zkontrolujte úplnost a nepoškozenost všech částí. Používejte pouze originální náhradní díly a doplňky. Neprovádějte neschválené úpravy produktu.
- Montáž smí provádět pouze dospělá osoba. Před použitím zkontrolujte správnost montáže a pevnost produktu. Zařízení musí správně fungovat, aby nedošlo ke zranění uživatele. Pokud zařízení nefunguje správně, nese známky poškození nebo opotřebení, pak se nesmí používat. Poškozené nebo opotřeбенé díly musí být ihned odborně vyměněny.
- Před zahájením cvičení se nejprve poradte s lékařem.
- Zařízení držte mimo dosah dětí a nezletilých osob.
- Vždy se nejprve zahřejte odpovídajícími cviky.
- Seznamte se se všemi doporučeními a varováními a dodržujte je.
- Zařízení umístěte na rovnou, čistou a suchou plochu. Zachovejte bezpečnostní odstup od dalších objektů min 0,6 m.
- Nepoužívejte venku.
- Zařízení si sami neupravujte.
- Před každým cvičením prověřte pevnost všech šroubů a matic. Pokud je výrobek poškozen, nesmí se používat.
- Cvičte rozumně a nepřepínejte se. Pohyby nesmí být příliš prudké, aby nedošlo ke zranění uživatele.
- Během cvičení nezadržujte dech.
- Cvičte správně a v odpovídající míře. Vysoká zátěž může vést ke zdravotním komplikacím.
- Oblečení a tělesné části držte mimo dosah pohyblivých dílů přístroje, aby nedošlo k jejich zachycení. Vezměte si vhodné sportovní oblečení včetně sportovní obuvi.
- Žádná část přístroje nesmí bránit pohybu uživatele.
- Dbejte na své zdraví a zpočátku zvolte mírnější tempo. Totéž je vhodné po delší cvičební pauze. Časem se můžete propracovat k intenzivnějšímu tempu.
- Nesprávné cvičení nebo nedodržení bezpečnostních zásad může vyústit ve vážné zranění nebo v poškození zařízení. V případě pochybností nebo nejasností kontaktujte odborný servis nebo prodejce.
- Nikdy nepřekračujte uvedené hmotnostní limity.
- Věnujte pozornost tělesným signálům. V případě negativních tělesných reakcí cvičení okamžitě ukončete a kontaktujte svého lékaře.
- **Kategorie:** H pro domácí použití
- **Maximální nosnost posuvného sloupku závaží:** 100 kg
- **Maximální nosnost stojanu závaží:** 183 kg
- **Maximální nosnost stojanu činek:** 120,4 kg
- **Maximální nosnost bezpečnostních držáků a držáku tyče:** 136 kg
- **Systém lanka generuje odpor 1:1 vybraného na posuvném sloupku závaží, příklad: 100 kg závaží generuje odpor 100 kg**

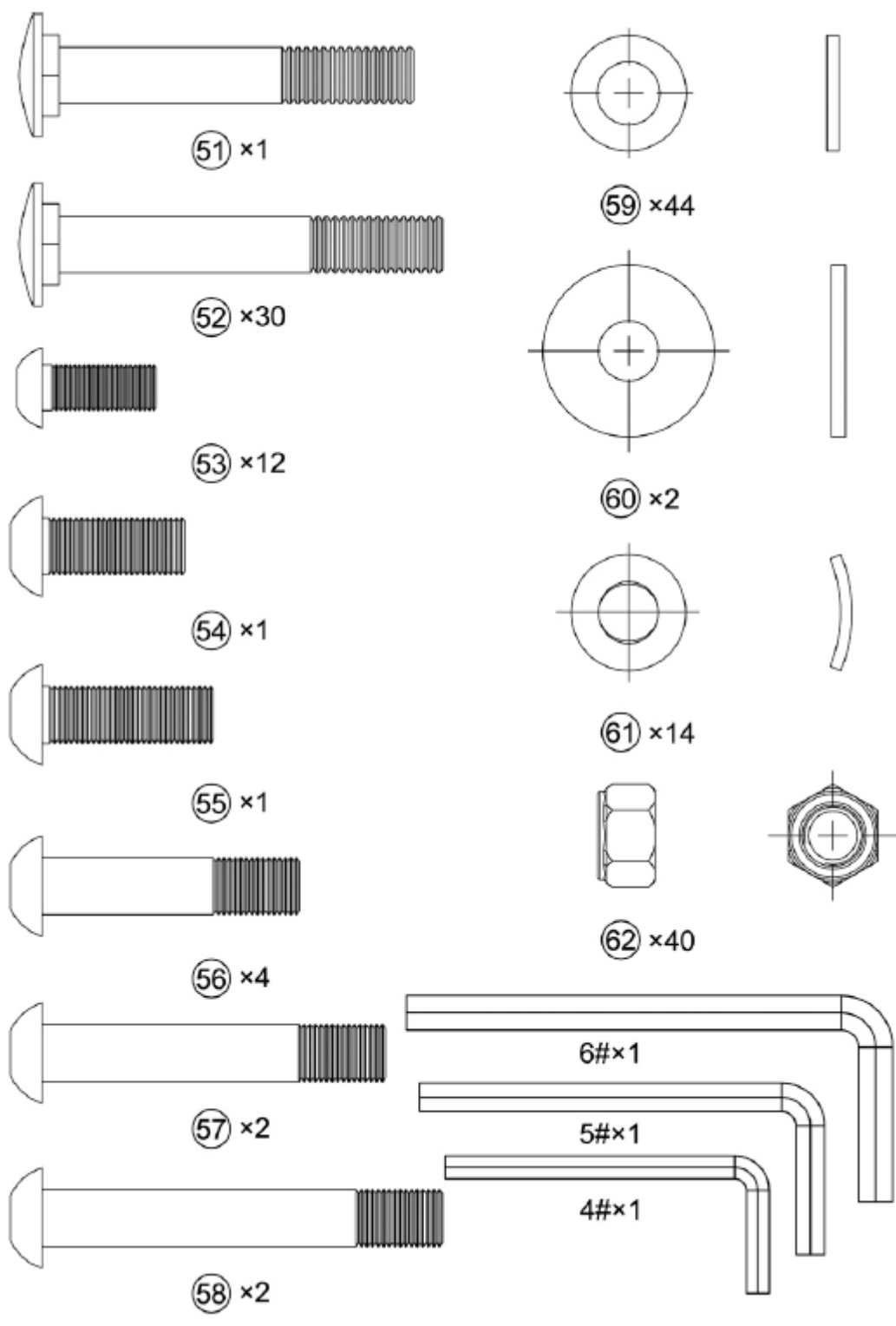
SEZNAM ČÁSTÍ

Ozn.	Název	Rozměry	Ks.
1	Základna		2
2	Přední rám		2
3	Zadní rám		2
4	Spojovací rám		2
5	Přední držák závaží		1
6	Zadní držák závaží		1
7	Horní rám		1
8	Zadní vertikální rám		1
9	Rám držáku madla		1
10	Levá bezpečnostní tyč		1
11	Pravá bezpečností tyč		1
12	Levý držák tyče		1
13	Pravý držák tyče		1
14	Levé madlo		1
15	Pravé madlo		1
16	Rám ve tvaru U		6
17	Levé madlo přítahu		1
18	Pravé madlo přítahu		1
19	Posuvný sloupek závaží		1
20	Horní táhlo		1
21	Spodní táhlo		1
22	Objímka táhla		2
23	Konzola	4 3/4" x 2"	8
24	Konzola	5 1/2" x 2"	2
25	Konzola	4" x 2 1/4"	2
26	Konzola	3 1/8" x 1 3/4"	1
27	Prohnutá konzola	4 3/8" x R25	1
28	Dvojitý držák kladky		2
29	Nýt		8
30	Plastový kroužek		8
31	Koncovka základny	2" x 2"	4
32	Držák činek		2
33	Lanko	104 3/8"	2
34	Řetěz	10 - článkový	1
35	Řetěz	15 - článkový	1

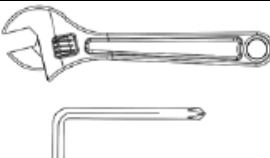
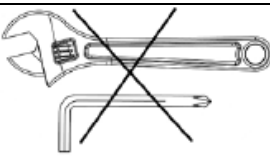
36	Pružinová svorka	Ø 7/8"	2
37	Pružinová svorka	Ø 1 7/8"	2
38	Karabina		4
39	Kladka		5
40	Objímka	2" x 1 3/4"	2
41	Gumová podložka	Ø 1 3/4 x 1 5/8"	1
42	Ložisko kladky	Ø 1" x 1/2"	2
43	Nástavec na olympijské závaží		2
44	Koncovka	Ø 1"	16
45	Koncovka	Ø 1 1/4"	2
46	Koncovka	1 3/4" x 1 3/4"	2
47	Koncovka	2" x 2"	5
48	Krátké madlo	6"	4
49	Madlo řetězu	19 7/8"	2
50	Šroub	M6 x 5/8"	1
51	Závěsný šroub	M10 x 2 1/2"	1
52	Závěsný šroub	M10 x 2 3/4"	30
53	Imbusový šroub	M8 x 3/4"	12
54	Imbusový šroub	M10 x 1"	1
55	Imbusový šroub	M10 x 1 1/8"	1
56	Imbusový šroub	M10 x 1 3/4"	4
57	Imbusový šroub	M10 x 2 3/8"	2
58	Imbusový šroub	M10 x 2 3/4"	2
59	Podložka	Ø 3/4"	44
60	Distanční vložka	Ø 1 1/8"	2
61	Prohnutá podložka	Ø 3/4"	14
62	Matice	M10	40
	Imbusový klíč	4	1
	Imbusový klíč	5	1
	Imbusový klíč	6	1







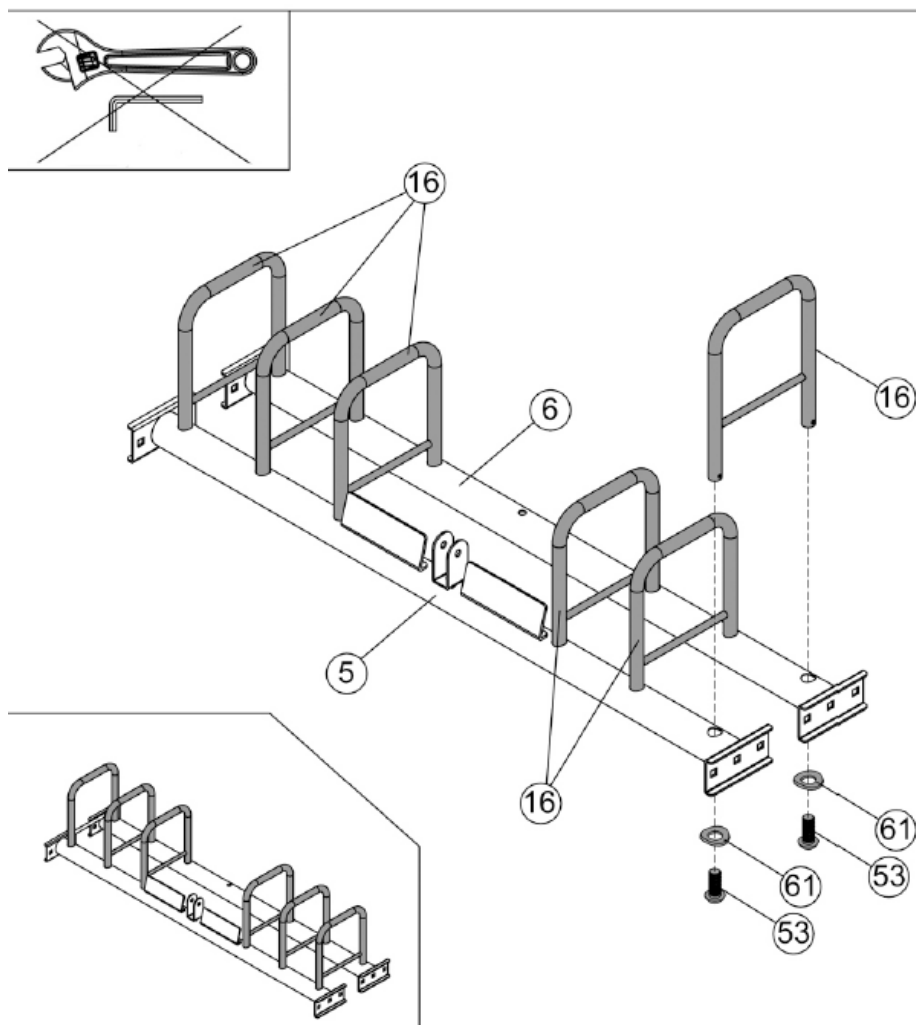
SLOŽENÍ

	Utáhněte šrouby a matice.
	V tomto kroku neutahujte šrouby a matice.

KROK 1






⑤③  × 12 M8× $\frac{3}{4}$ "

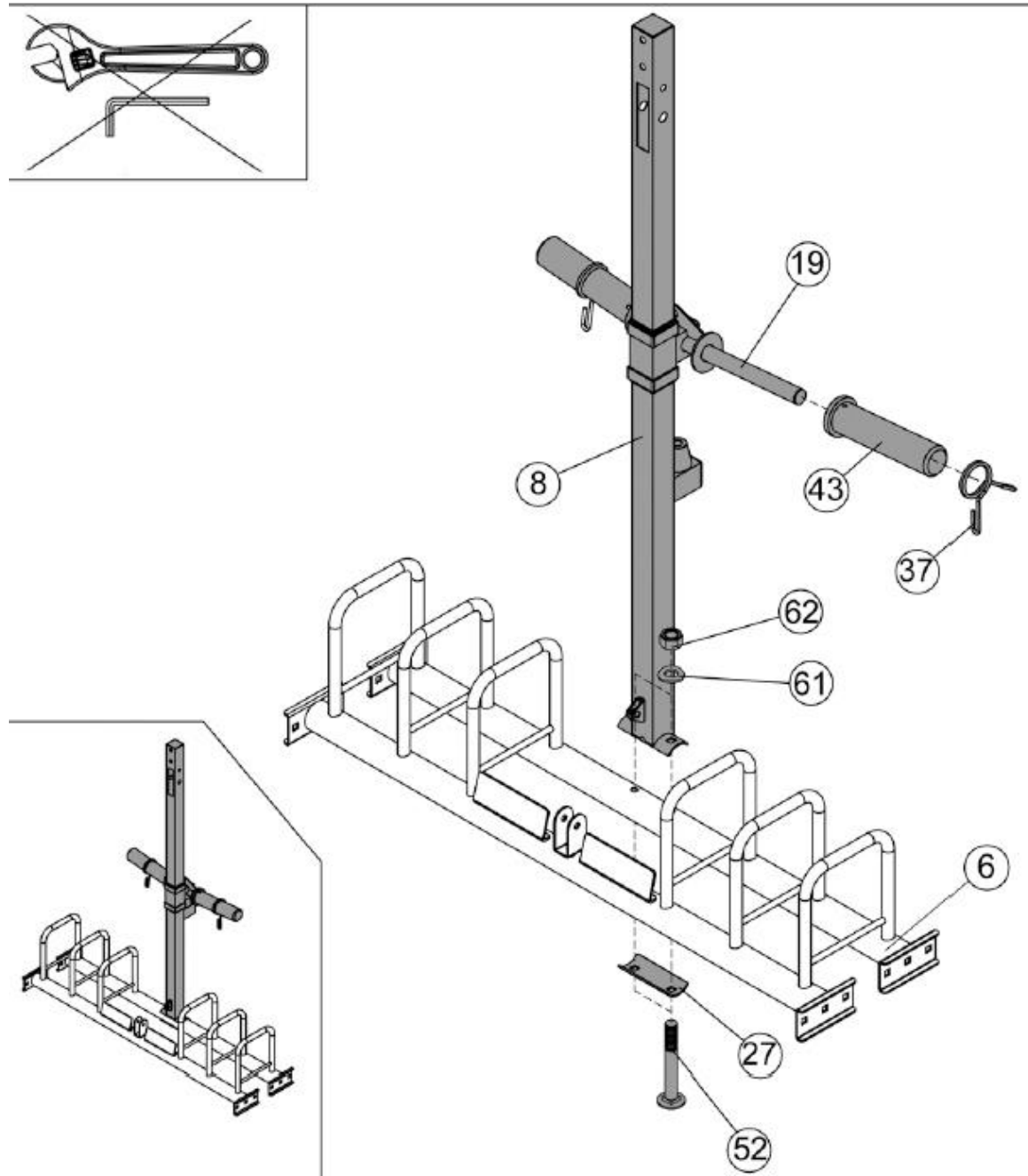
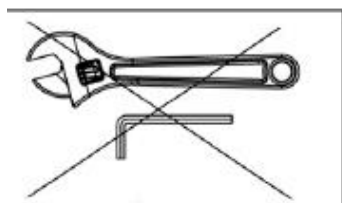
⑥① ) × 12 $\Phi \frac{3}{4}$ "



Připevněte rámy (16) na rámy (5 a 6) pomocí šroubů (53) a podložek (61).




KROK 2

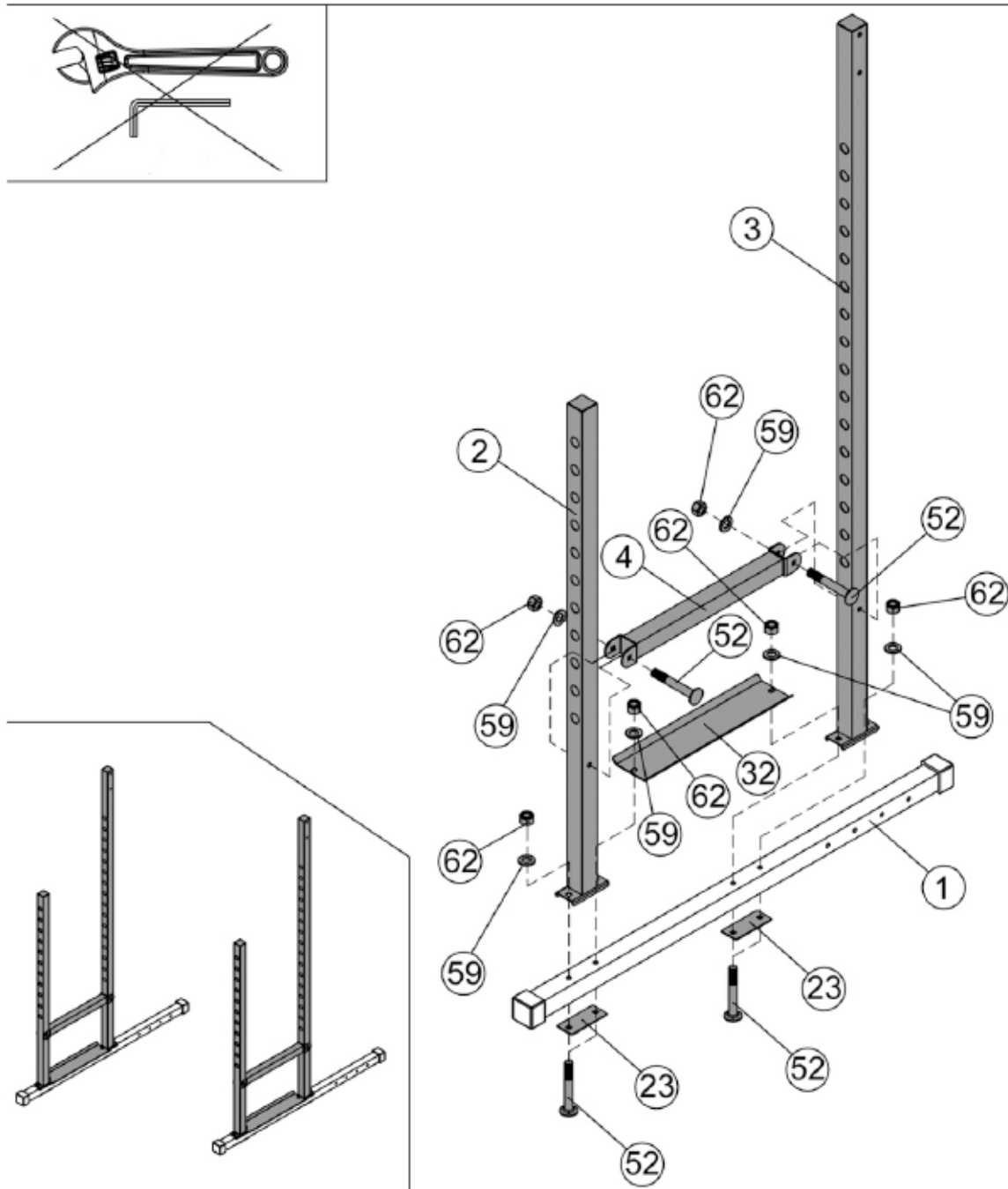
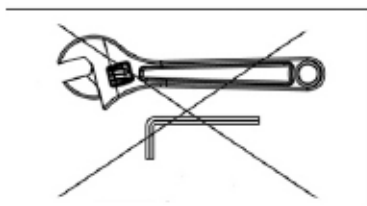
52		x 2	M10x2 $\frac{3}{4}$ "
62	 	x 2	M10
61	 	x 2	$\Phi\frac{3}{4}$ "



Připevněte vertikální rám (8) na rám (6) pomocí prohnuté konzole (27), podložky (61) a matice (62). Nasuňte posuvný sloupek závaží (19) na rám (8). Připevněte na sloupek (19) nástavec na olympijské závaží (43) a pružinovou svorku (37). Sloupek (19) nasuňte tak aby byl otvor v sloupku směrem nahoru.






KROK 3

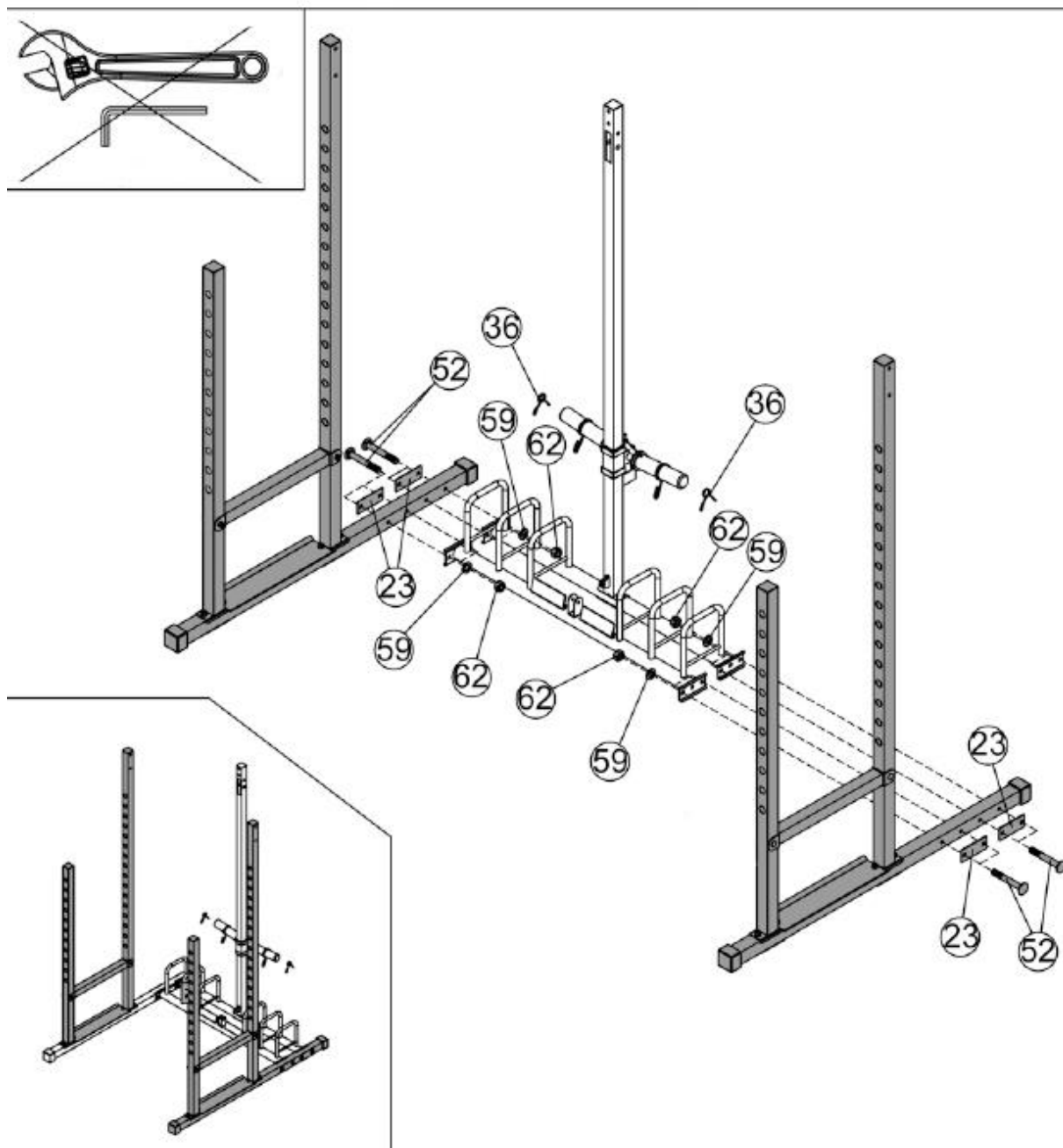
52		×	12	M10×2 $\frac{3}{4}$ "
62		×	12	M10
59		×	12	Φ $\frac{3}{4}$ "



Spojte rámy (2 a 3) s rámem (4) pomocí šroubů (52), podložek (59) a matic (62). Rámy (2 a 3) připevněte na základnu (1) pomocí destičky (32), destiček (23), šroubů (52), podložek (59) a matic (62).








KROK 4

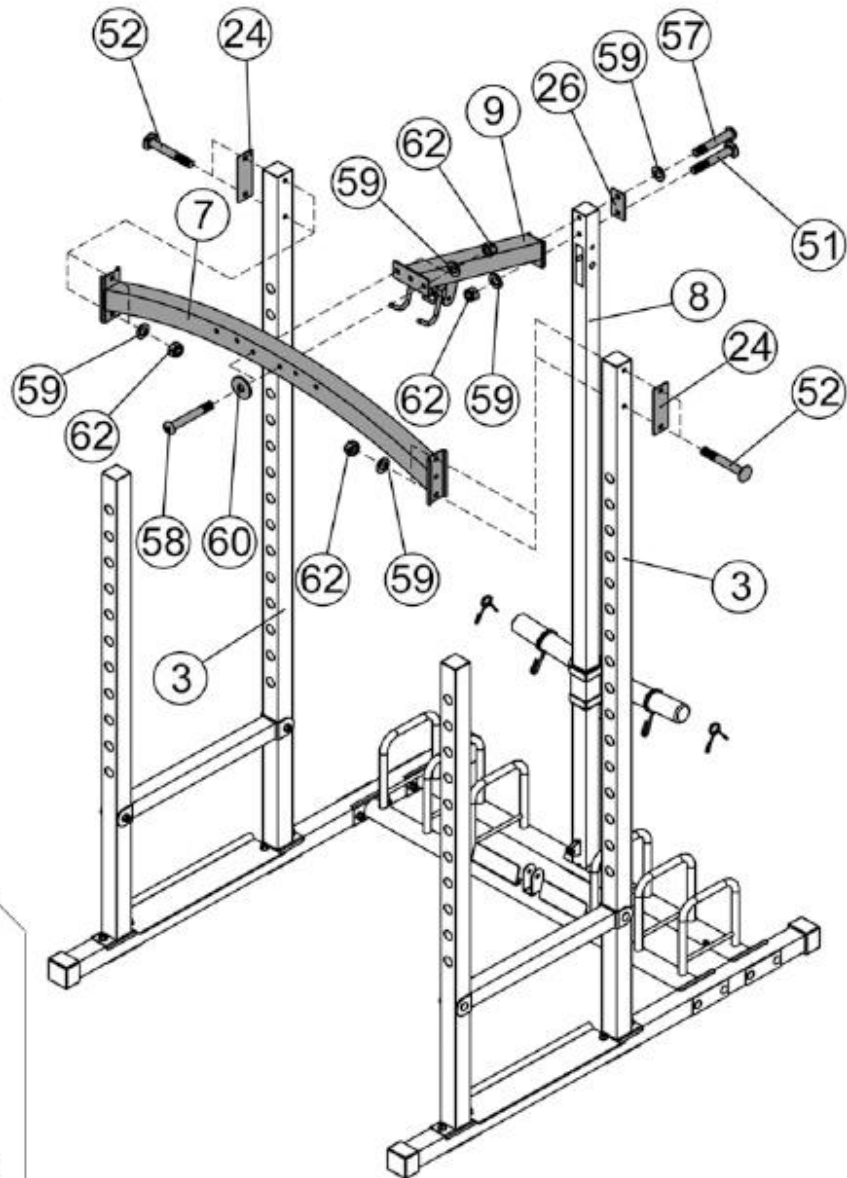
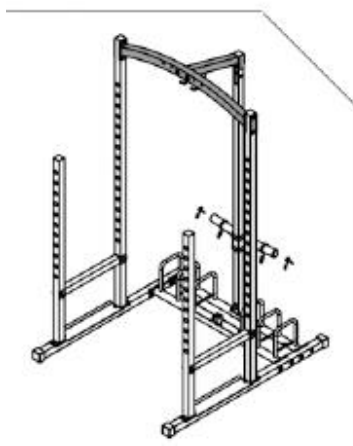
52		x 8	M10x2 $\frac{3}{4}$ "
59	 	x 8	$\Phi\frac{3}{4}$ "
62	 	x 8	M10



Spojte základny (1) s rámem (5 a 6) pomocí destiček (23), šroubů (52), podložek (59) a matic (62).
Připevněte pružinovou svorku (36).

KROK 5

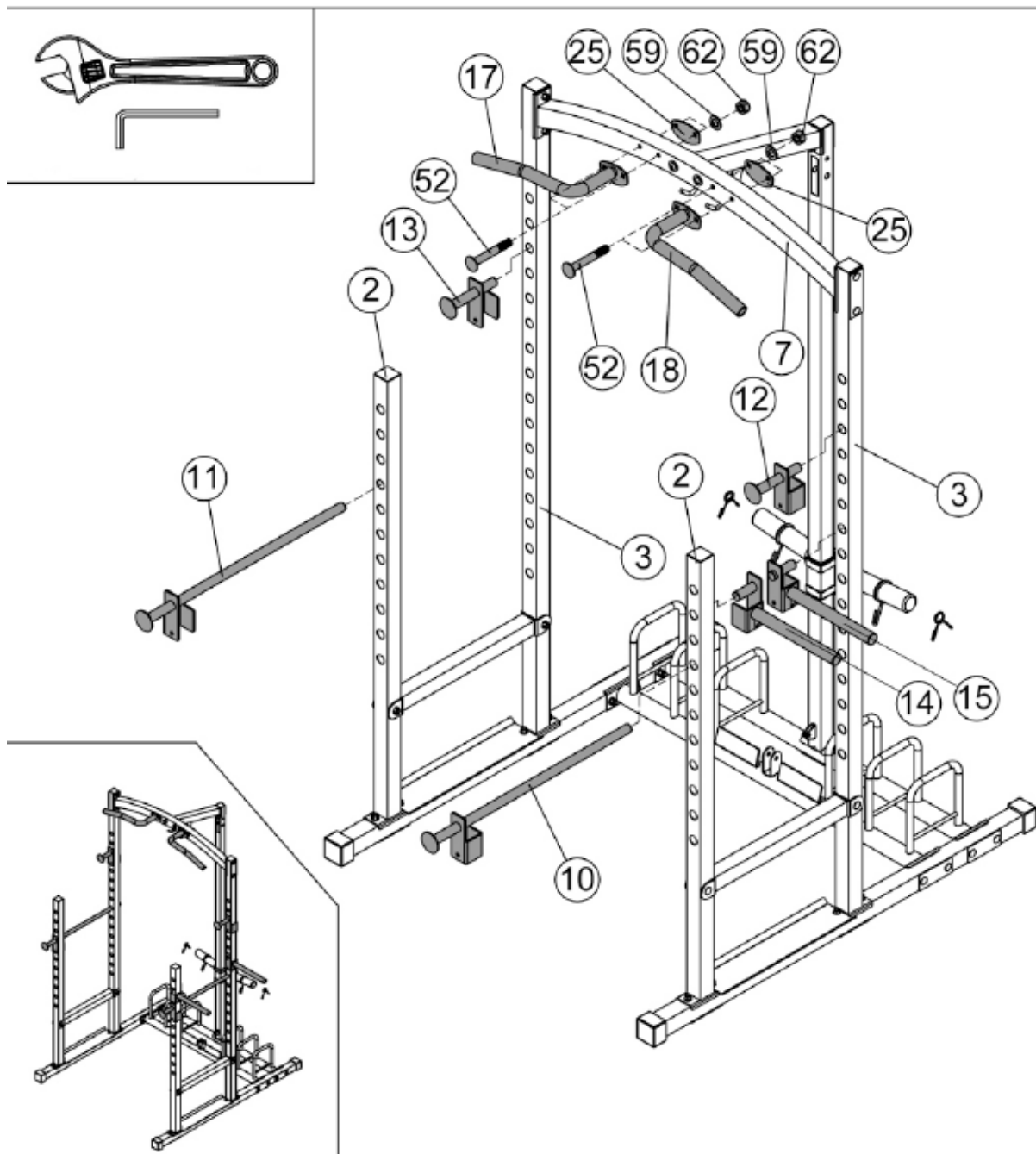
51		x 1	M10x2 $\frac{1}{2}$ "	59		x 8	$\Phi\frac{3}{4}$ "
52		x 4	M10x2 $\frac{3}{4}$ "	60		x 2	$\Phi\frac{1}{8}$ "
57		x 1	M10x2 $\frac{3}{8}$ "	62		x 7	M10
58		x 2	M10x2 $\frac{3}{4}$ "				



Připevněte horní rám (7) s rámem držáku madla (9) pomocí šroubů (58), podložky (60 a 59) a matice (62). Připevněte rám (9) na rám (8) pomocí destičky (26), podložky (59), šroubů (57 a 51), podložky (59) a matice (62). Připevněte rám (7) na rámy (3) pomocí destiček (24), šroubů (52), podložek (59) a matice (62).

KROK 6

52		x 4	M10x2 $\frac{3}{4}$ "
59		x 4	$\Phi\frac{3}{4}$ "
62		x 4	M10








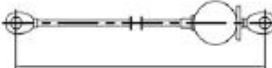
Připevněte madla přitahu (17 a 18) na horní rám (7) pomocí šroubů (52), destiček (25), podložek (59) a matic (62).

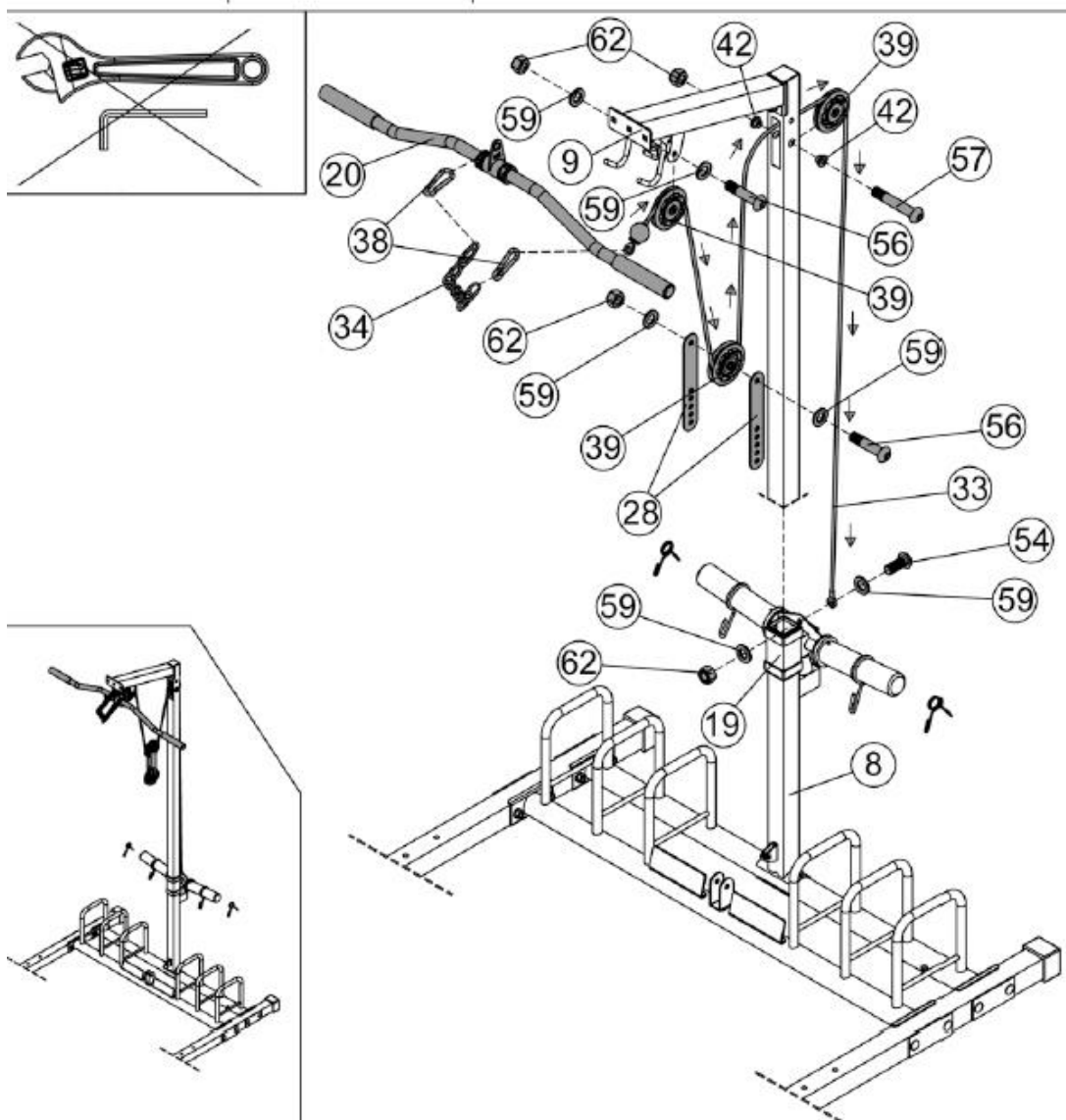
Připevněte držáky tyče (12 a 13) na rámy (3).

Připevněte madla (14 a 15) na rámy (2 a 3).

Připevněte levou a pravou bezpečnostní tyč (10 a 11) skrz otvory v rámech (2) a (3).






KROK 7

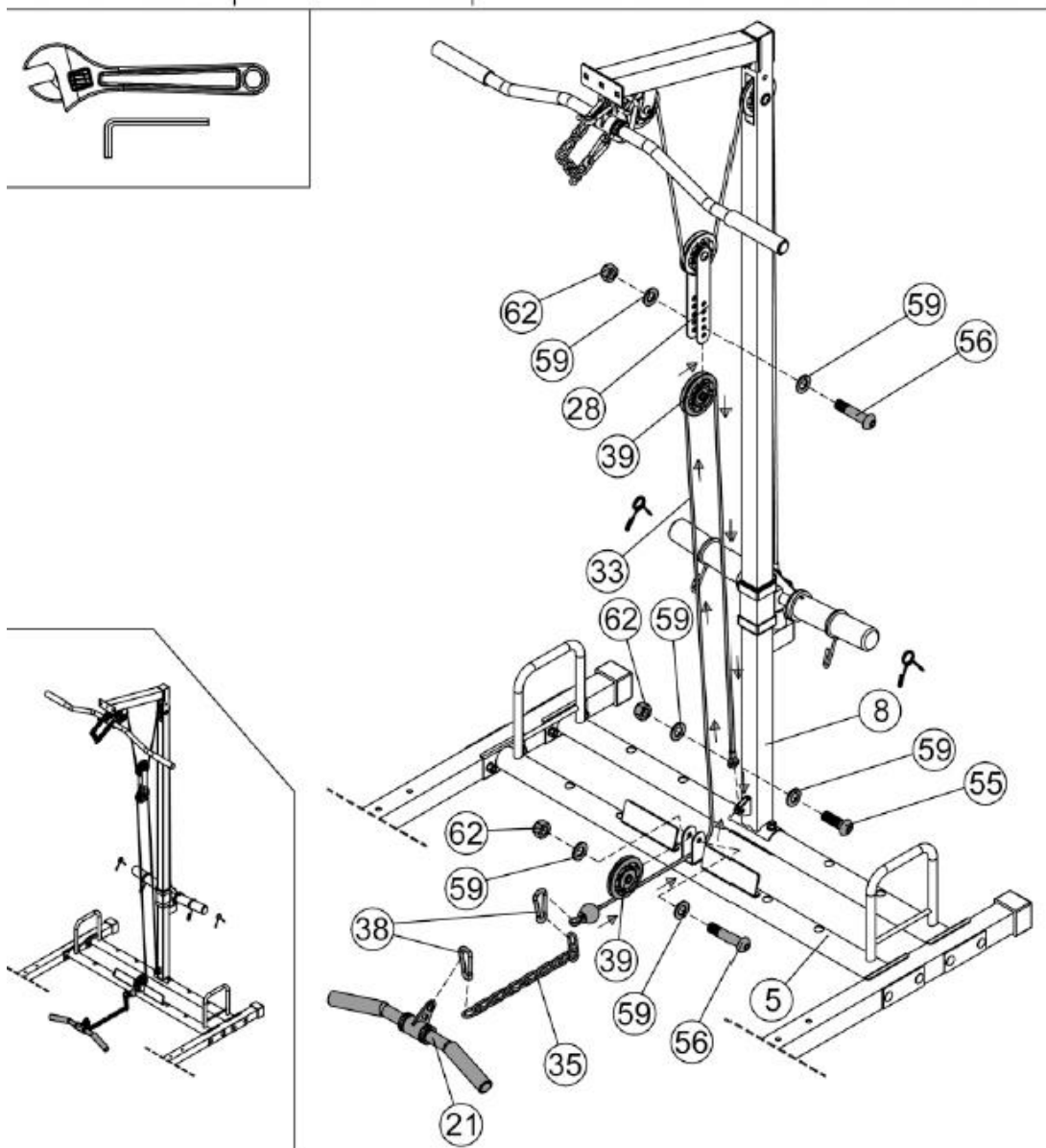
54		x 1	M10x1"
56		x 2	M10x1 $\frac{3}{4}$ "
57		x 1	M10x2 $\frac{3}{8}$ "
59		x 6	Φ $\frac{3}{4}$ "
62		x 4	M10
33		x 1	104 $\frac{3}{8}$ "



Lanko (33) navedte koncem s kuličkou nad kladkou (39) a kladku (39) připevněte do rámu (9) pomocí šroubu (56), podložek (59) a matice (62). Poté lanko (33) navedte pod kladkou (39) a kladku (39) připevněte do dvojitého držáku kladky (28) pomocí šroubu (56), podložek (59) a matice (62). Lanko navedte do otvoru v rámu (8) a do rámu (8) připevněte kladku (39) pomocí šroubu (57), ložiska (42) a matice (62). Lanko (33) připevněte do posuvného sloupku závaží (19) pomocí šroubu (54), podložek (59) a matice (62). Na kuličkový konec lanka (33) připevněte karabinu (38) a pomocí řetězu (34) a druhé karabiny (38) připevněte madlo (20).

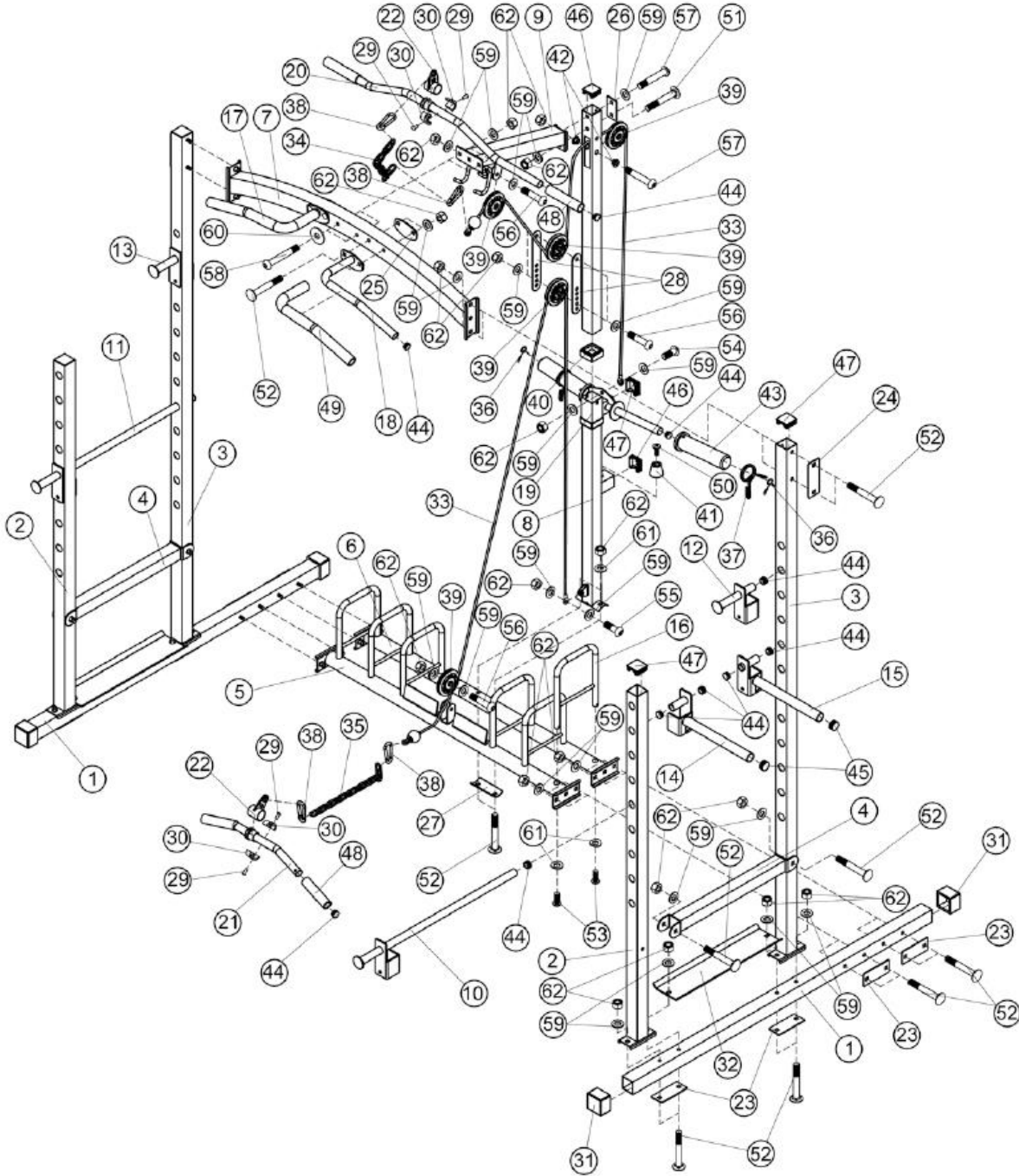
KROK 8

(55)		x 1	M10x1 $\frac{1}{8}$ "
(56)		x 2	M10x1 $\frac{3}{4}$ "
(59)		x 6	$\Phi\frac{3}{4}$ "
(62)		x 3	M10
(33)		x 1	104 $\frac{3}{8}$ "

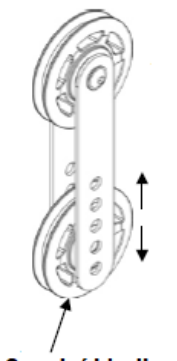


Připevněte kuličkový konec lanka (33) pod kladkou (39) a kladku (39) připevněte do rámu (5) pomocí šroubu (56), podložek (59) a matice (62). Poté lanko (33) naved'te nahoru a připevněte na kladku (39) kterou připevněte do dvojitého držáku kladky (28) pomocí šroubu (56), podložek (59) a matice (62). Lanko (33) připevněte do rámu (8) pomocí šroubu (55), podložky (59) a matice (62). Na kuličkový konec lanka (33) připevněte karabinu (38), řetěz (35), karabinu (38) a madlo (21).

NÁKRES



NASTAVENÍ ODPORU LANKA

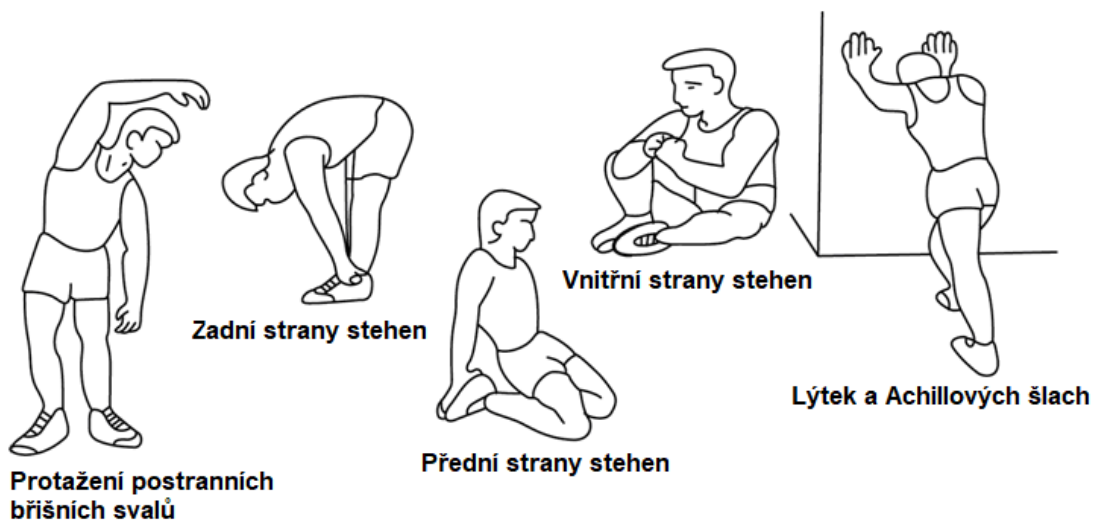
 <p>Spodní kladka</p>	<p>Posunutím spodní kladky upravíte odpor.</p> <p>Pokud je napětí malé, posuňte kladku nahoru. Pokud je napětí velké, posuňte kladku dolů.</p> <p>VAROVÁNÍ: Vždy odejměte horní a spodní madlo a řetězy.</p>
--	---

POKYNY KE CVIČENÍ

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

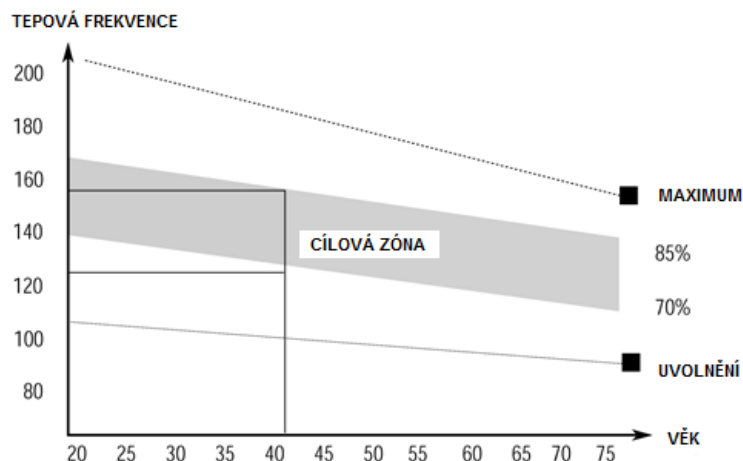
1. ROZCVIČKA

Tato fáze slouží k prokrvení celého těla, k zahřátí svalstva, snižuje riziko křečí a svalového poranění. Doporučujeme provádět níže uvedené protahovací cviky. Při přetahování setrvejte v krajní poloze přibližně 30 sekund, nedělejte trhavé pohyby a nekmitajte.



2. SAMOTNÉ CVIČENÍ

Tato fáze je fyzicky namáhavější. Pravidelným cvičením se posiluje svalstvo. Tempo si můžete určit sami, ale je velmi důležité, aby bylo stejné po celou dobu cvičení. Tepová frekvence by se měla pohybovat v cílové zóně (viz obrázek níže).



Tato fáze by měla trvat minimálně 12 minut. Většinu lidí trvá tato fáze 15 - 20 minut.

3. ZKLIDNĚNÍ

Tato fáze slouží k uklidnění činnosti kardiovaskulární soustavy a uvolnění svalstva. Měla by trvat přibližně 5 minut. Můžete opakovat zahřívací cviky nebo pokračovat ve cvičení zvolněním tempem. Protahování svalů po cvičení je nesmírně důležité – opět je třeba se vyvarovat trhavým pohybům a kmitání.

Se zlepšující se kondicí můžete prodlužovat délku a zvyšovat intenzitu cvičení. Trénujte pravidelně, nejméně třikrát týdně.

TVAROVÁNÍ SVALSTVA

Pro tvarování svalstva je důležité nastavit vysoký stupeň zátěže. Svaly tak budou více namáhané, což může způsobit, že nebudete schopni cvičit tak dlouho, jak byste si přáli. Pokud se současně snažíte o zlepšení kondice, je třeba tomu tréninku přizpůsobit. Během zahřívací a závěrečné fáze tréninku cvičte obvyklým způsobem, ale ke konci cvičení zvýšte odpor přístroje. Pravděpodobně budete muset zpomalit rychlost, aby tepová frekvence zůstala v cílové oblasti.

SNÍŽENÍ HMOTNOSTI

Množství spálených kalorií závisí jen na délce a intenzitě cvičení. Podstata je stejná jako při kondičním cvičení, avšak cíl je jiný.

ÚDRŽBA

- Po ukončení cvičení setřete případný pot, abyste tak předešli korozi. Přístroj čistěte pomocí jemného hadříku a jemných čisticích prostředků. Na plastové části nepoužívejte abrazivní čisticí prostředky nebo rozpouštědla.
- V případě zvýšené hlučnosti stroje je nutné zkontrolovat a správně dotáhnout všechny šrouby a spoje.
- Výrobek musí být umístěn v čistých, větraných a suchých prostorách.
- Nevystavujte přístroj přímému slunečnímu záření.
- Pravidelně mažte pohyblivé části stroje.

OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ

Po uplynutí životnosti produktu nebo v případě, že by další oprava již byla ekonomicky nevýhodná, se výrobku zbavte v souladu s místními předpisy a šetrně k životnímu prostředí. Výrobek odneste na nejbližší sběrné místo k tomu určené.

Předpisovou likvidací pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomůžete prevenci negativních dopadů na životní prostředí, případně na lidské zdraví. Pokud si nejste jisti, konzultujte věc s místně příslušnými odpovědnými orgány, aby nedošlo k porušení předpisů a následné sankci.

Baterie nevhazujte mezi běžný odpad, ale odevzdejte je na místa určená pro recyklaci.

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. 89/2012 Sb., občanský zákoník a zákona č. 634/1992 Sb., 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 Strakonická 1151/2c, Praha 150 00, IČ: 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.

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 určitou dobu způsobilé pro použití k obvyklému, příp. smluvenému účelu a že si zachová obvyklé, příp. smluvené vlastnosti.

Záruční podmínky se nevztahují na závady vzniklé (pokud lze aplikovat na zakoupený produkt):

- zaviněním uživatele tj. poškození výrobku neodbornou repasí, nesprávnou montáží, nedostatečným zasunutím sedlové tyče do rámu, nedostatečným utáhnutím pedálů v klikách a klik ke středové ose
- nesprávnou údržbou
- mechanickým poškozením
- opotřebením dílů při běžném používání (např. gumové a plastové části, pohyblivé mechanismy, kloubové spoje, opotřebením brzdových destiček/špalků, řetězu, plášťů, kazety/vícekolečka 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. Proávající 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. Proávající 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.

Proávající 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 kupujícímu. Není-li prodávající s ohledem na charakter vady schopen vyřídít reklamaci v uvedené lhůtě, dohodne s kupujícím náhradní řešení. Pokud k takové dohodě nedojde, je prodávající povinen poskytnout kupujícímu finanční náhradu formou dobropisu.

CZ **SEVEN SPORT s.r.o.**

Sídlo: Strakonická 1151/2c, Praha 5, 150 00, ČR
Centrála: Dělnická 957, Vítkov, 749 01
Reklamace a servis: Čermenská 486, Vítkov 749 01

IČO: 26847264
DIČ: CZ26847264

Tel: +420 556 300 970
Mail: eshop@insportline.cz
reklamace@insportline.cz
servis@insportline.cz

Web: www.inSPORTline.cz

SK **inSPORTline s.r.o.**

Centrála, reklamácie, servis: Električná 6471, Trenčín 911 01, SK

IČO: 36311723
DIČ: SK2020177082

Tel.: +421(0)326 526 701
Mail: objednavky@insportline.sk
reklamacie@insportline.sk
servis@insportline.sk

Web: www.inSPORTline.sk

Datum prodeje:

Razítko a podpis prodejce: