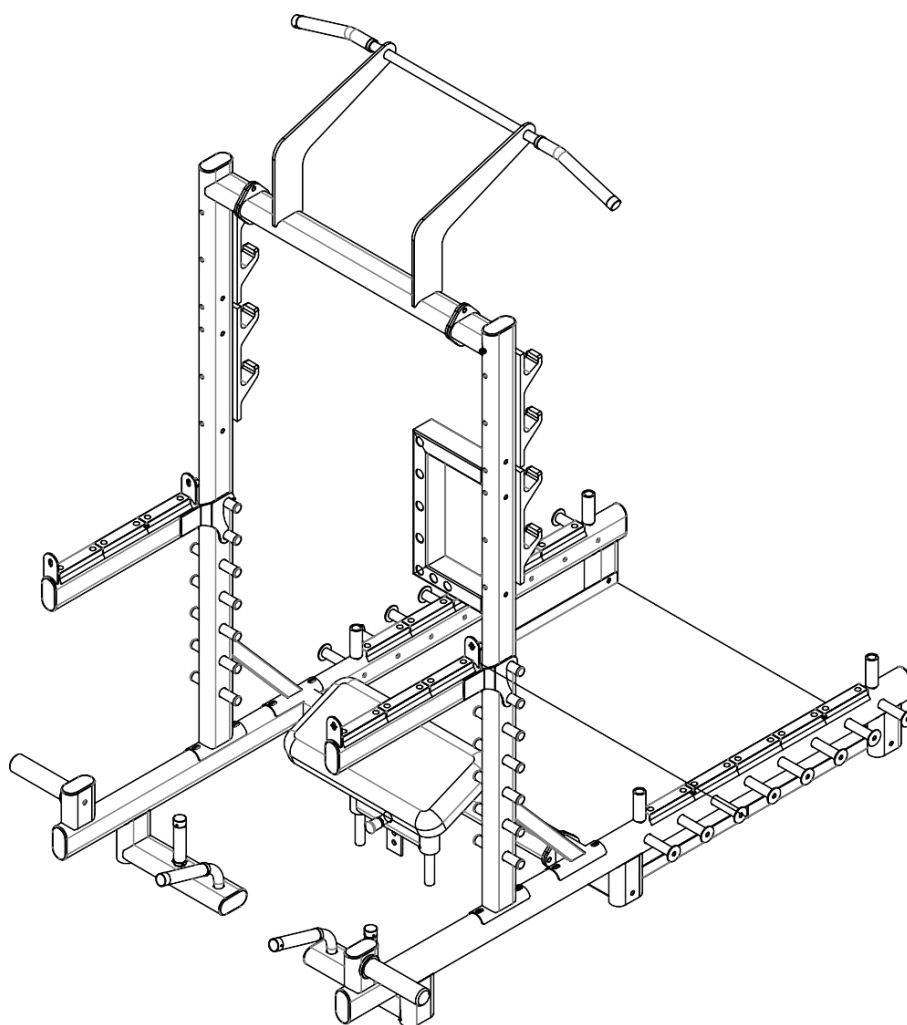




SMP01



PL INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA

EN MANUAL INSTRUCTION

CZ NÁVOD K OBSLUZE

DE BEDIENUNGSANLEITUNG

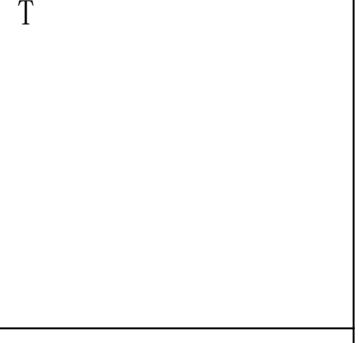
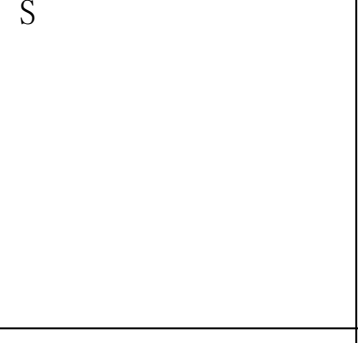
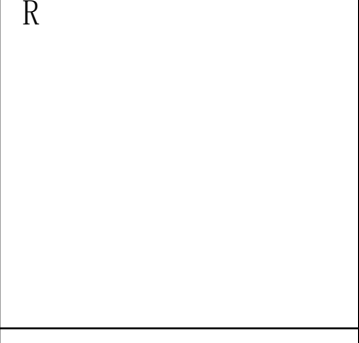
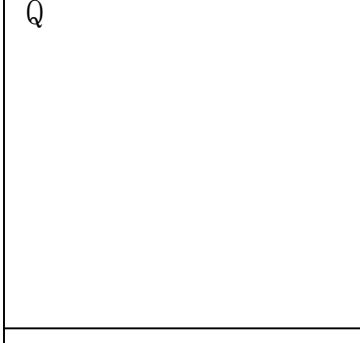
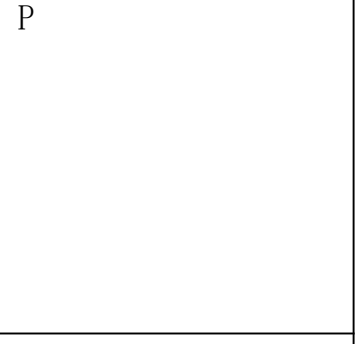
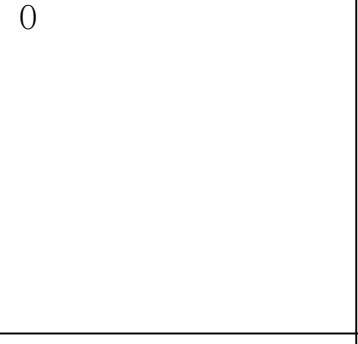
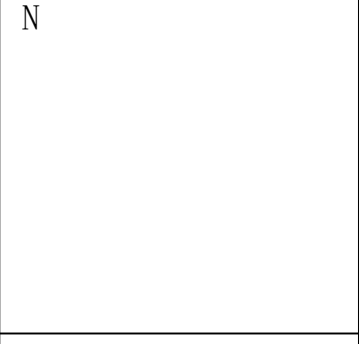
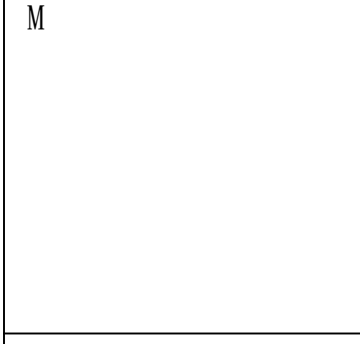
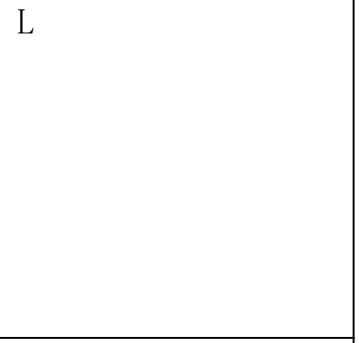
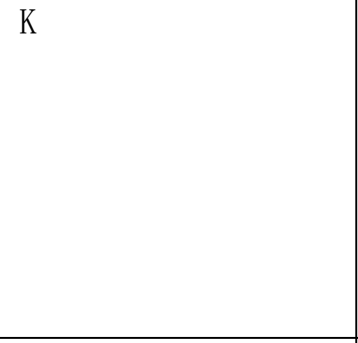
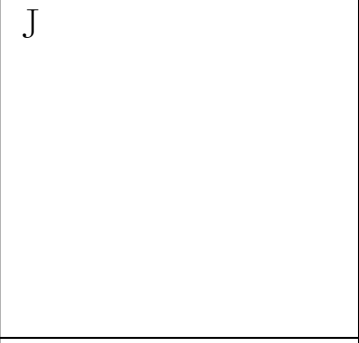
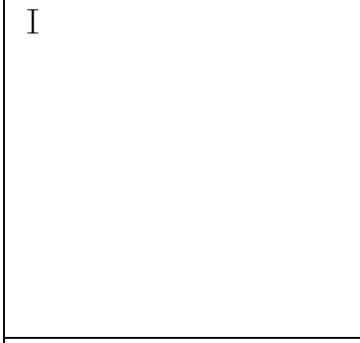
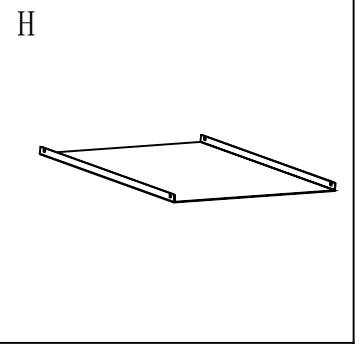
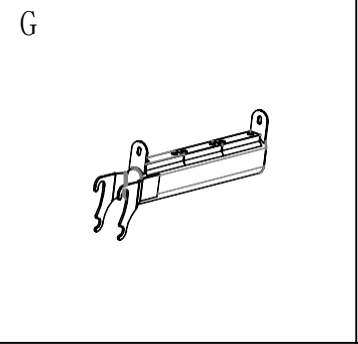
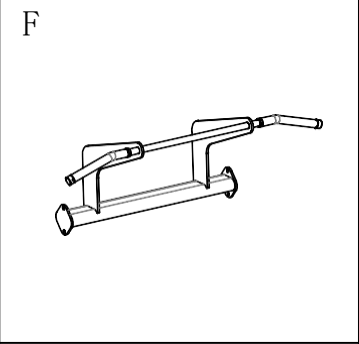
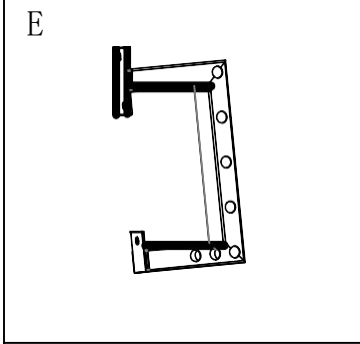
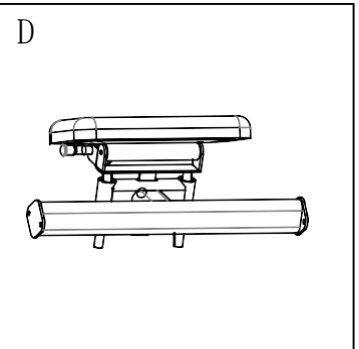
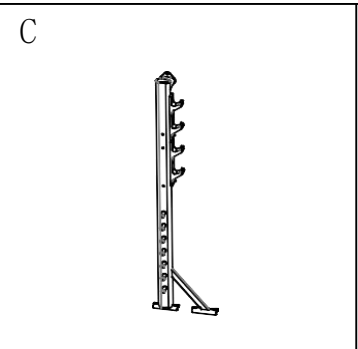
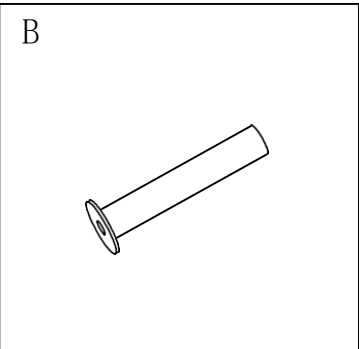
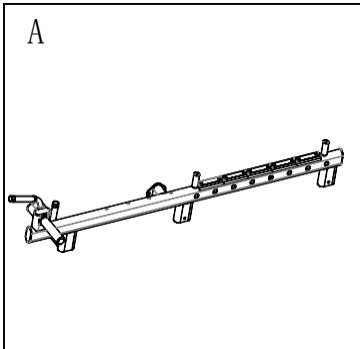
SK NÁVOD NA OBSLUHU

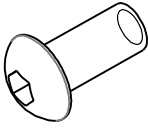
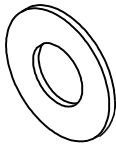
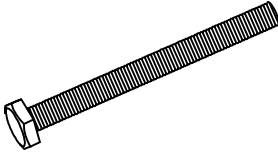

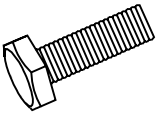
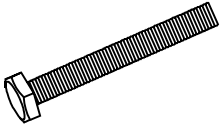
NL HANDMATIGE INSTRUCTIE

Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa

Instrukcję należy zachować na przyszłość.

1. Przed przystąpieniem do montażu i użytkowania sprzętu treningowego należy dokładnie zapoznać się z treścią instrukcji obsługi. Tylko prawidłowa instalacja, konserwacja i użytkowanie sprzętu treningowego pozwala na osiągnięcie bezpiecznych i efektywnych wyników treningowych. Należy upewnić się, że wszyscy użytkownicy zapoznali się ze sprzętem treningowym. Wszystkie ostrzeżenia i środki ostrożności.
2. Przed użyciem tego sprzętu treningowego użytkownicy powinni skonsultować się z lekarzem w zależności od ich stanu fizycznego, aby zapobiec wypadkom zdrowotnym lub wypadkom związanym z bezpieczeństwem podczas treningu i skutkującym niemożnością normalnego treningu. Jeśli użytkownik przyjmuje leki wpływające na tętno, ciśnienie krwi i poziom cholesterolu, przed rozpoczęciem treningu powinien zastosować się do zaleceń lekarza.
3. Podczas treningu należy zawsze zwracać uwagę na swoją kondycję fizyczną. Nieprawidłowy lub nadmierny trening będzie szkodliwy dla zdrowia. Jeśli wystąpią następujące objawy dyskomfortu, w tym: ból głowy, ucisk w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca, duszność, aureola, zawroty głowy, nudności itp. Należy natychmiast przerwać trening i kontynuować go dopiero po zbadaniu przez lekarza i potwierdzeniu, że nie występują żadne problemy.
4. Prosimy o trzymanie dzieci i zwierząt domowych z dala od tego sprzętu treningowego. Ten sprzęt treningowy jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych.
5. Sprzęt treningowy należy umieścić na solidnej, płaskiej powierzchni, a na podłodze lub dywanie należy umieścić warstwę ochronną, aby zapobiec uszkodzeniu podłogi. Dla własnego bezpieczeństwa należy upewnić się, że odległość między obwodem sprzętu treningowego a przeszkodami jest nie mniejsza niż 1 metr.
6. Przed użyciem tego sprzętu treningowego należy sprawdzić, czy wszystkie śruby i nakrętki, które należy dokręcić, zostały dokręcone, aby zapewnić bezpieczne użytkowanie.
7. Bezpieczne użytkowanie tego sprzętu treningowego można zapewnić jedynie poprzez regularne naprawy i konserwację części podatnych na uszkodzenia, zużycie i zniszczenie.
8. Należy upewnić się, że sprzęt jest używany zgodnie z instrukcjami zawartymi w instrukcji obsługi. W przypadku wykrycia wadliwych części podczas montażu i konserwacji lub nietypowych dźwięków podczas użytkowania, należy natychmiast przerwać pracę i użytkowanie, aby upewnić się, że wszystkie problemy zostały rozwiązane. Dopiero po rozwiązaniu wszystkich problemów można kontynuować pracę.
9. Podczas korzystania z tego sprzętu treningowego należy nosić odzież odpowiednią do treningu i unikać noszenia luźnych ubrań. Obszerne ubrania mogą utknąć na urządzeniu, utrudniając jego działanie i powodując uwięzienie użytkownika na urządzeniu i niemożność poruszania się.
10. Ten sprzęt treningowy nie nadaje się do użytku jako sprzęt medyczny.
11. Podczas podnoszenia lub przenoszenia tego sprzętu treningowego należy zwracać uwagę na bezpieczeństwo, stosować prawidłowe metody przenoszenia lub korzystać z pomocy innych osób.

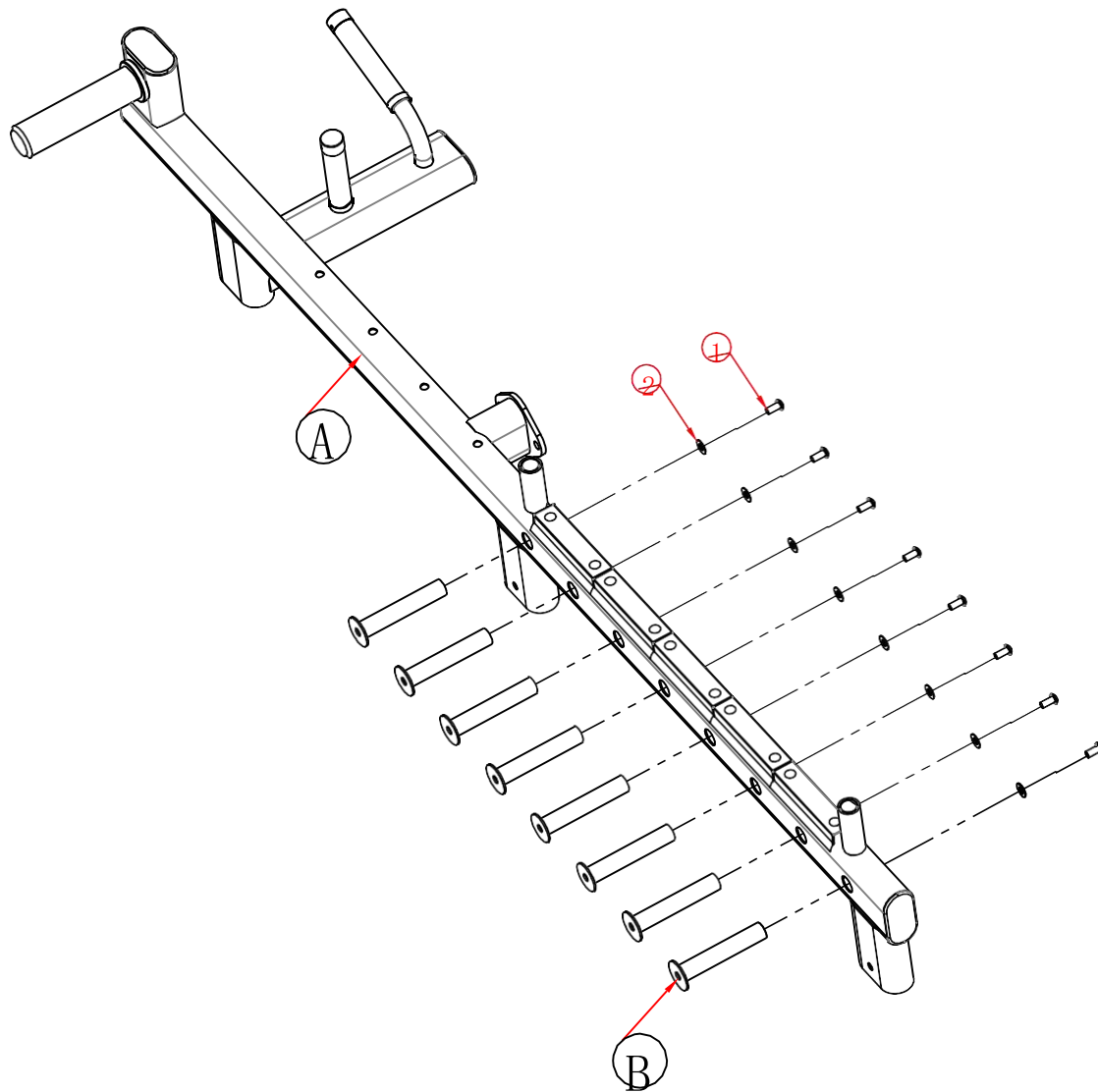


1 	2 	3 	4 
5 	6 	7	8
9	10	11	12
13	14	15	16
17	18	19	20
21	22	23	24

Lista części

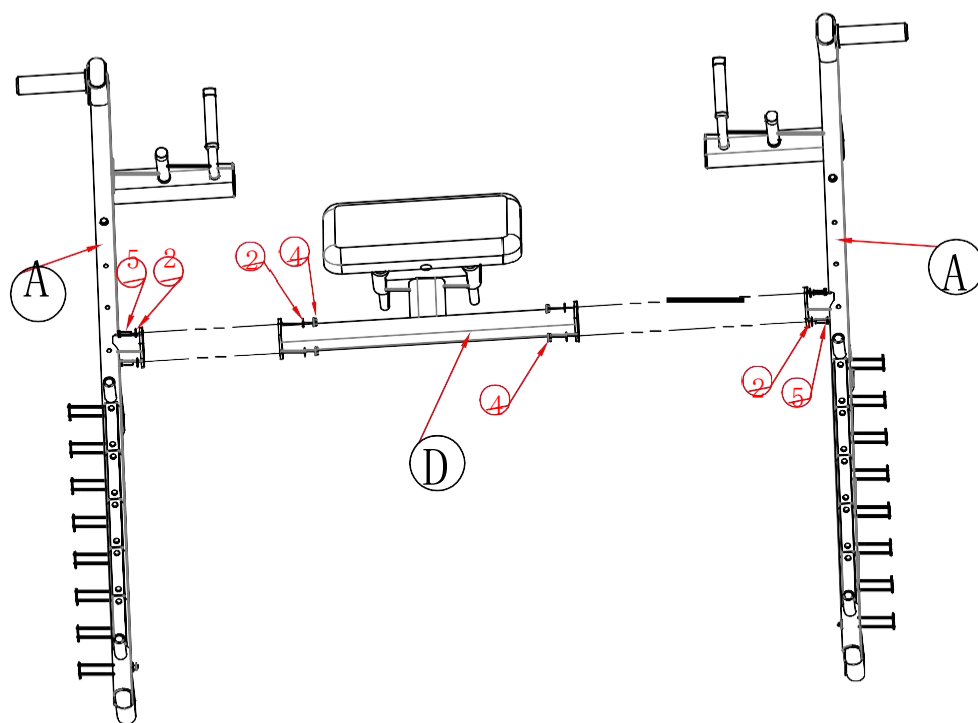
Nr	Nazwa	Ilość	Nr	Nazwa	Ilość
A	Dolna rama	2	1	Śruba z gniazdem sześciokątnym M10*20	14
B	Pręty	14	2	Podkładka \varnothing 10	66
C	Pionowy profil	2	3	Śruba sześciokątna M10*120	8
D	Siedzisko	1	4	Nakrętka M10	26
E	Elementy ramy	2	5	Śruba sześciokątna M10*30	8
F	Górna rama łącząca	1	6	Śruba sześciokątna M10*70	10
G	Duży wspornik	2	7		
H	Płyta	1	8		
I			9		
J			10		
K			11		
L			12		
M			13		
N			14		
O			15		
P			16		
Q			17		
R			18		
S			19		
T			20		
U			21		
V			22		
W			23		
X			24		
Y			25		
Z			26		

KROK 1



Krok 1: (Nie dokręcaj wszystkich śrub, dokręć je po zakończeniu instalacji)
1. Zainstaluj 2 lewe i prawe dolne ramy A i 14 prętów B, jak pokazano na rysunku, i przymocuj je za pomocą 14 śrub 1# z gniazdem sześciokątnym M10*20 i 14 podkładek 2# $\varnothing 10$. Metoda instalacji jest taka sama po obu stronach.

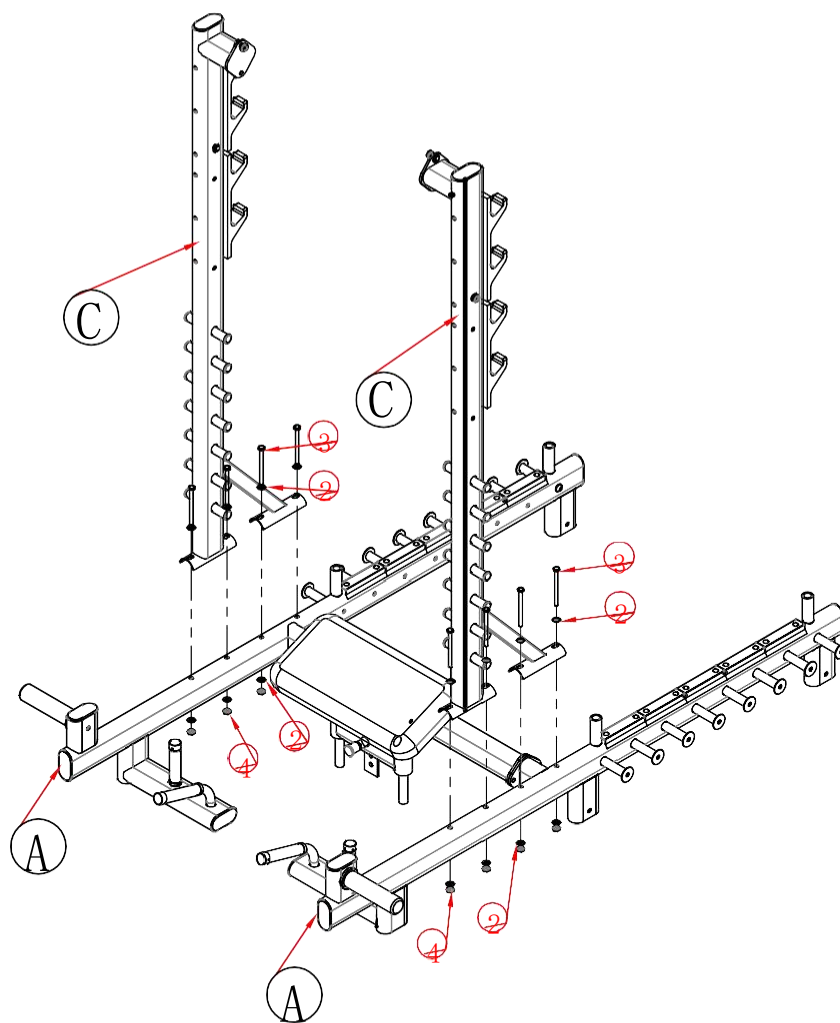
KROK 2



Krok 2:

1. Zainstaluj 2 dolne ramy A i 1 siedzisko D, jak pokazano na rysunku, i przymocuj je 4 śrubami z łbem sześciokątnym 5# M10*30, 8 podkładkami 2# \varnothing 10 i 4 nakrętkami 4# M10.

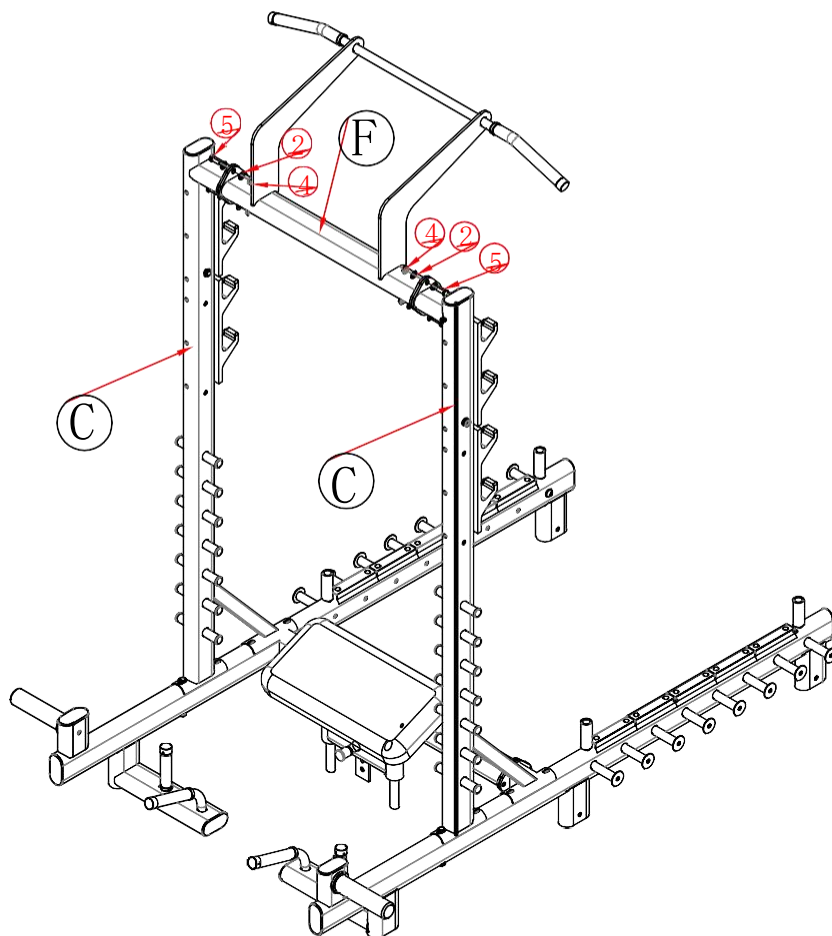
KROK 3



Krok 3:

1. Zamontuj 2 lewe i prawe dolne ramy A i 2 pionowe profile C, jak pokazano na rysunku, i przymocuj je za pomocą 8 3# śrub z łbem sześciokątnym M10*120, 16 2# podkładek $\varnothing 10$ i 8 4# nakrętek M10.

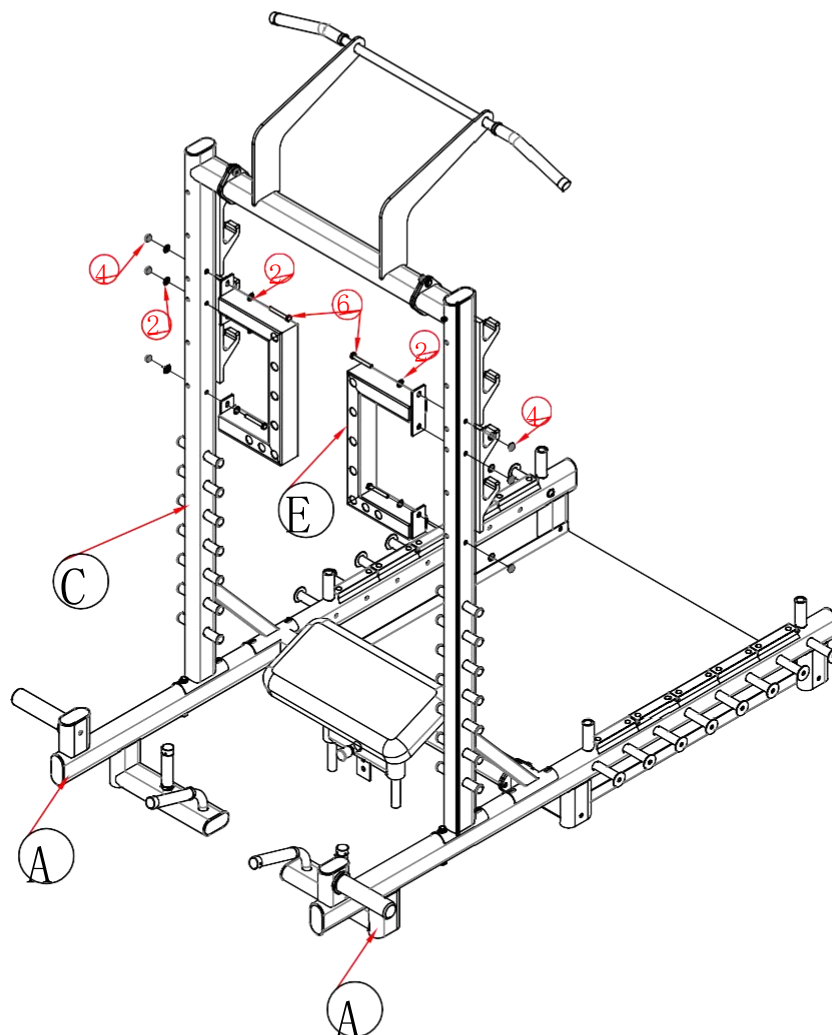
KROK 4



Krok 4:

1. Zamontuj 2 profile pionowe C i 1 ramę łączącą F, jak pokazano na rysunku, i przymocuj je za pomocą 4 śrub z łbem sześciokątnym 5# M10*30, 8 podkładek 2# \varnothing 10 i 4 nakrętek 4#M10.

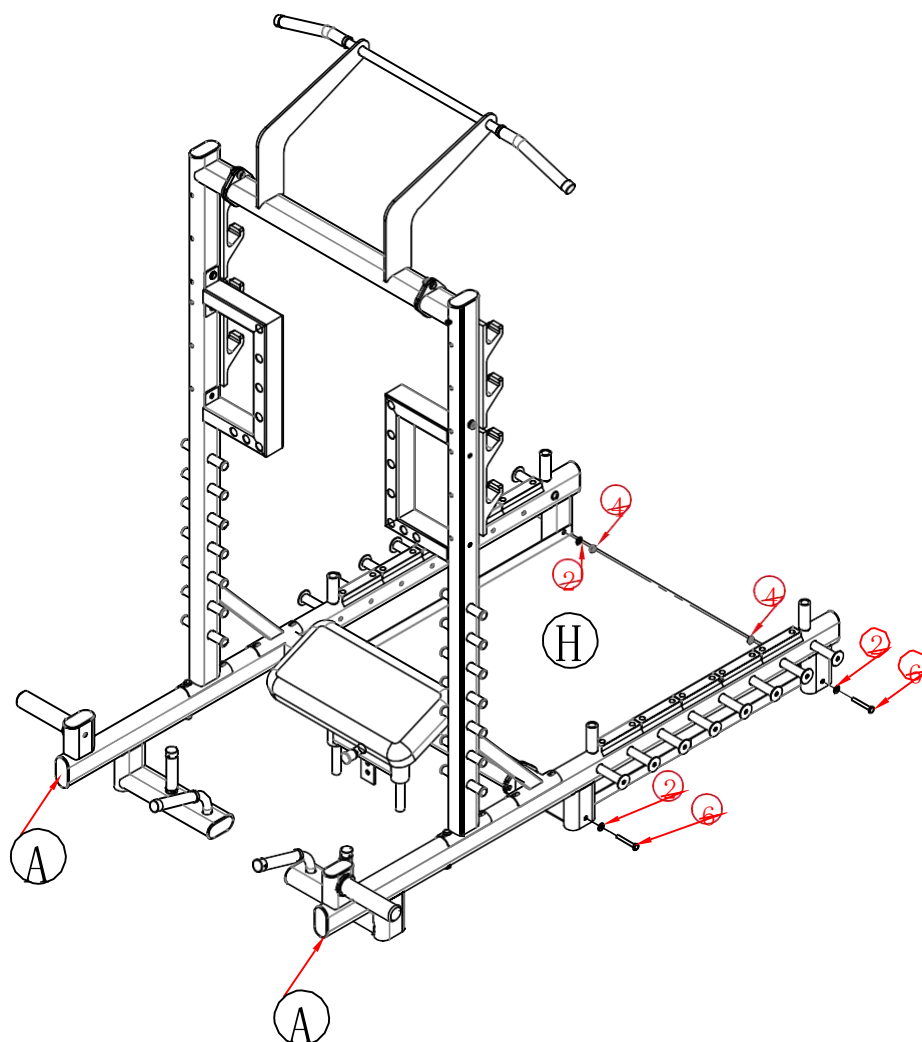
KROK 5



Krok 5:

1. Zamontuj 2 profile pionowe C i 2 ramę E, jak pokazano na rysunku, i przymocuj je za pomocą 6 śrub z łbem sześciokątnym M10*70, 12 podkładek 2∅10 i 6 nakrętek 4#M10.

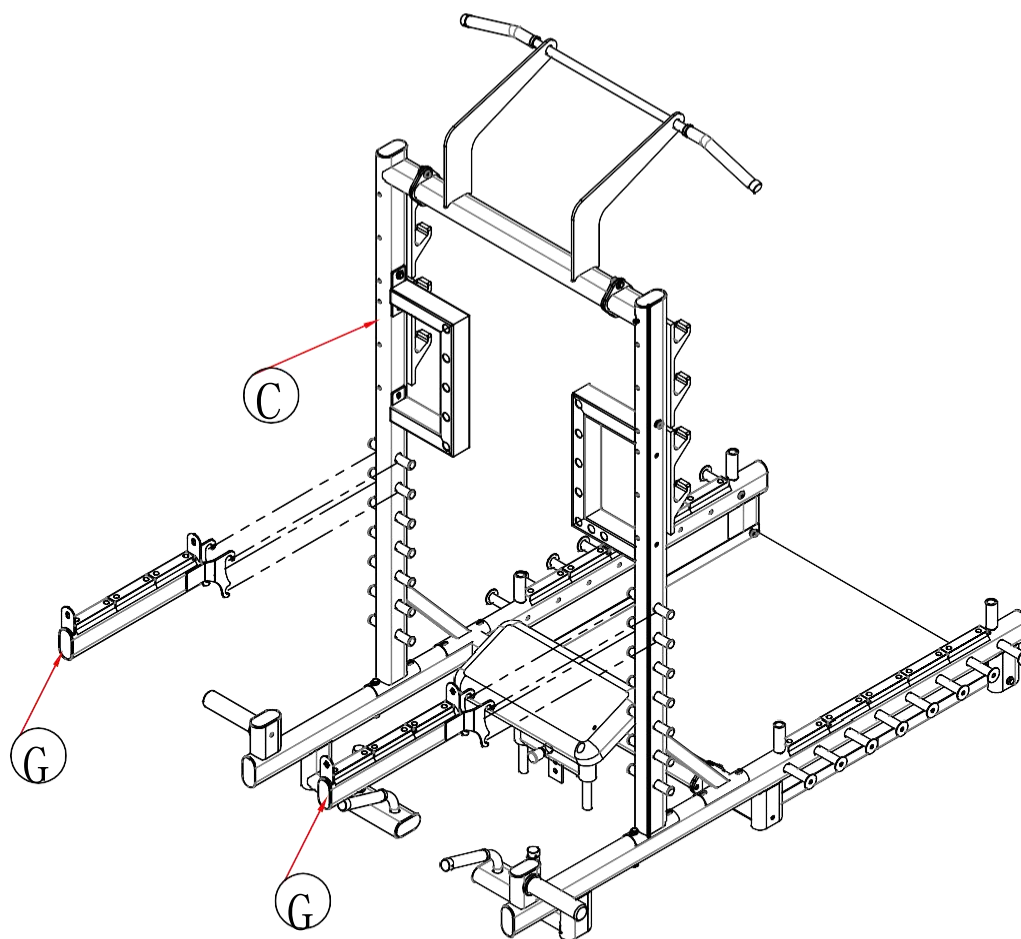
KROK 6



Krok 6:

1. Zainstaluj 2 lewe i prawe dolne ramy A i 1 płytę H, jak pokazano na rysunku, i przymocuj je 4 śrubami z łbem sześciokątnym 6# M10*70, 8 podkładkami 2# $\varnothing 10$ i 4 nakrętkami 4# M10.

KROK 7



Krok 7:

1. Zamontuj dwa duże wsporniki G na dwóch pionowych profilach C, jak pokazano na rysunku.

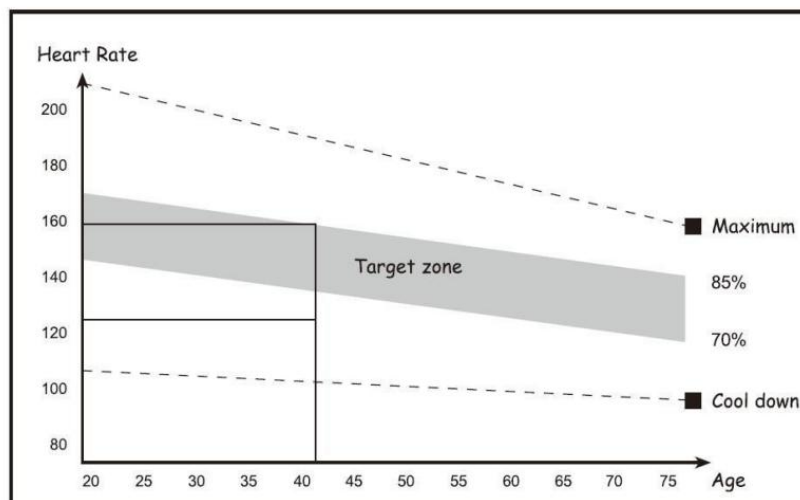
Uwagi dotyczące ćwiczeń

Oprócz poprawy kondycji i budowania mięśni, produkt ten może również przyczynić się do utraty wagi poprzez zrównoważoną dietę. Ćwiczenia rozgrzewające przed treningiem:

Ćwiczenia rozgrzewające na tym etapie poprawiają krążenie krwi osoby trenującej i przygotowują mięśnie do optymalnego treningu. Zmniejszają również ryzyko skurczów lub naciągnięć mięśni podczas treningu. Przed sesją treningową należy wykonać poniższe zalecane ćwiczenia rozgrzewające. Każde ćwiczenie rozciągające należy wykonywać przez około 30 sekund. Unikaj intensywnych ruchów rozciągających, aby zapobiec uszkodzeniu mięśni. Jeśli wystąpią jakiegokolwiek urazy mięśni lub dyskomfort, należy natychmiast przerwać ćwiczenia



Faza treningowa: Ta faza jest formalną fazą treningu, a dzięki konsekwentnej praktyce przez długi czas może poprawić elastyczność mięśni nóg. Kluczem podczas treningu jest wykonywanie ćwiczeń o stabilnej intensywności w oparciu o indywidualne warunki treningowe. Ważne jest, aby wybrać odpowiednią intensywność treningu i utrzymywać tętno w zakresie docelowym wymienionym w poniższej tabeli.

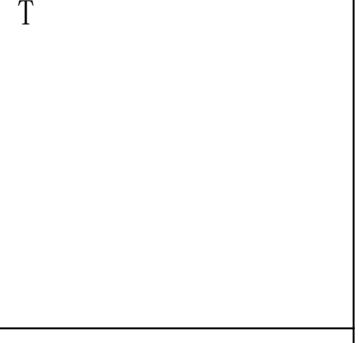
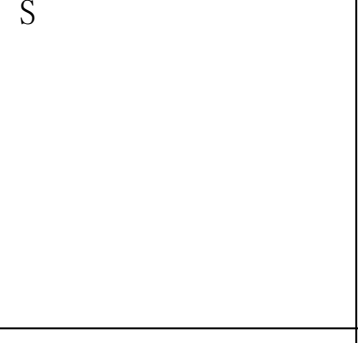
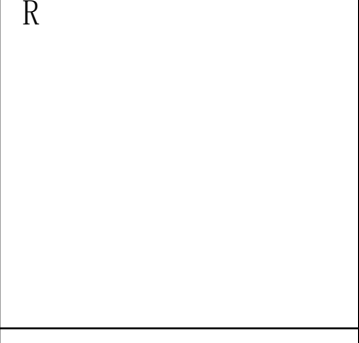
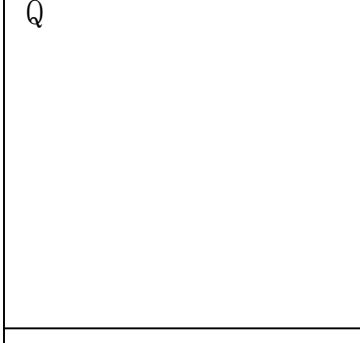
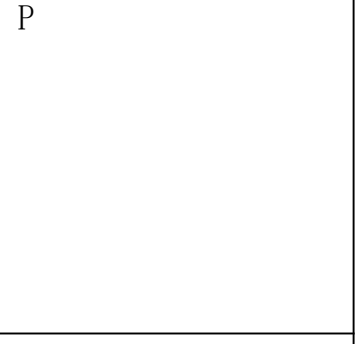
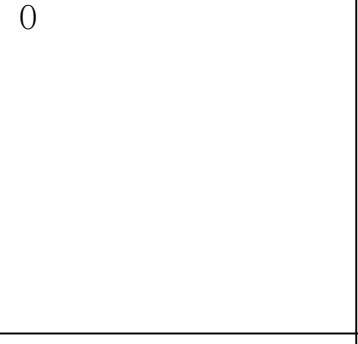
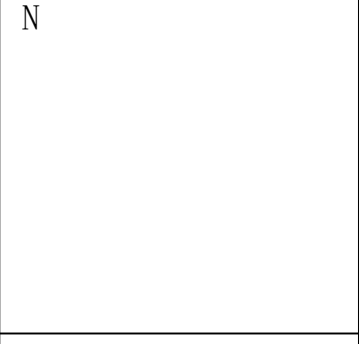
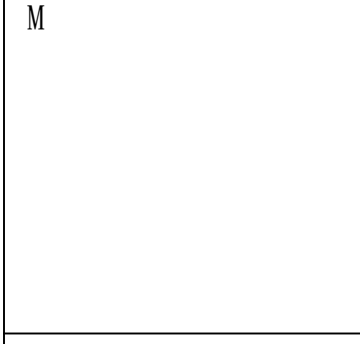
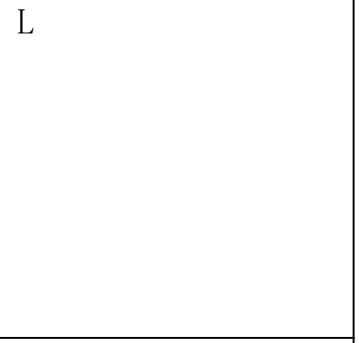
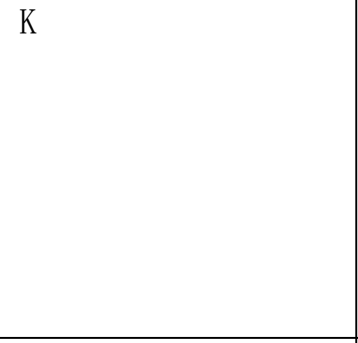
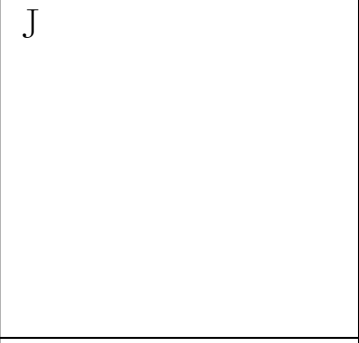
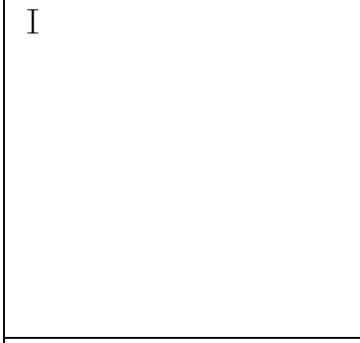
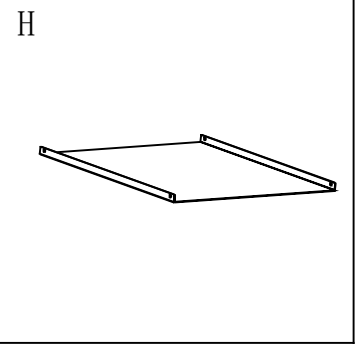
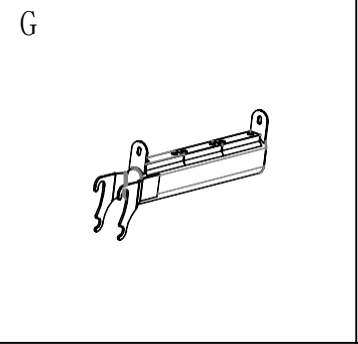
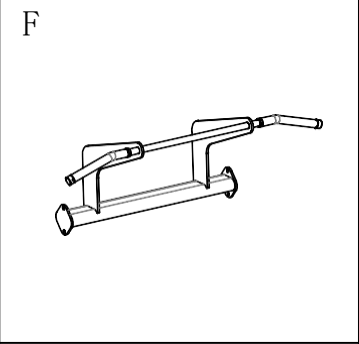
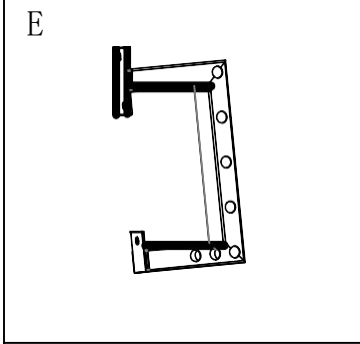
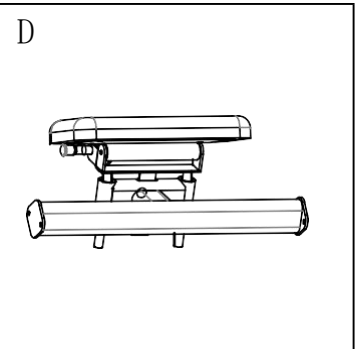
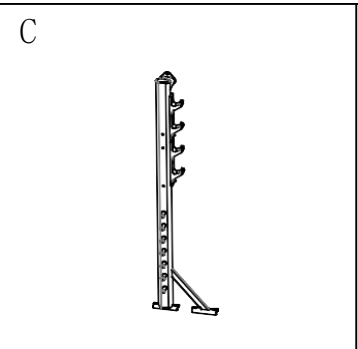
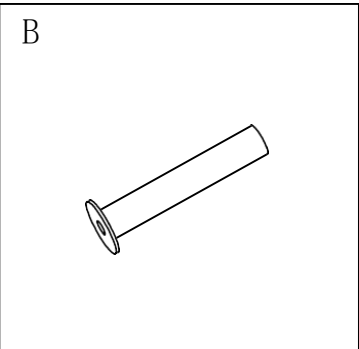
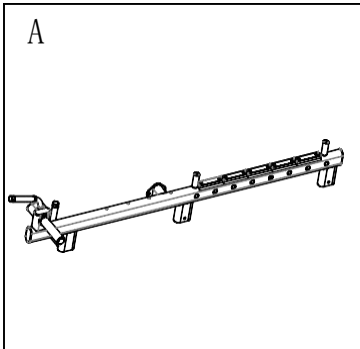


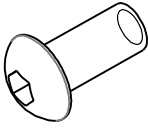
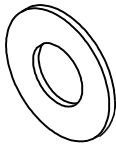
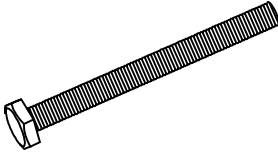

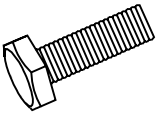
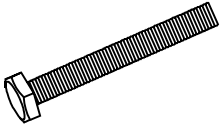
Aby utrzymać tętno w odpowiednim zakresie docelowym, należy trenować nieprzerwanie przez co najmniej 12 minut. Większość osób trenuje przez 15-20 minut na początku treningu.

Safety Tips

Please keep this instruction manual properly for future reference.

1. Before assembling and using the training equipment, it is very important to read all the contents of the instruction manual carefully. Only by correctly installing, maintaining and using the training equipment can safe and effective training results be achieved. It must be ensured that all users are familiar with the training equipment. All warnings and precautions.
2. Before using this training equipment, users should consult a doctor based on their physical condition to prevent health or safety accidents from occurring during training and resulting in the inability to train normally. If the user is taking medication that affects heart rate, blood pressure, and cholesterol levels, be sure to follow medical advice before training.
3. Always pay attention to your physical condition when training. Incorrect or excessive training will be detrimental to your health. If you have the following discomfort symptoms including: headache, chest tightness, irregular heartbeat, shortness of breath, halo, dizziness, nausea, etc., please contact us. Stop training immediately and continue training only after a doctor checks and confirms that there is no problem.
4. Please keep your children and pets away from this training equipment. This training equipment is for adult use only.
5. The training equipment must be placed on a solid, flat surface for use, and a protective layer must be placed on the floor or carpet surface to prevent damage to the floor. For your safety, please ensure that the distance between the perimeter of the training equipment and obstacles is no less than 1 meter.
5. Before using this training equipment, please check whether all bolts and nuts that need to be tightened have been tightened to ensure that it can be used safely.
6. The safe use of this training equipment can only be ensured by regular repairs and maintenance of parts that are prone to damage, wear and tear.
7. Please make sure to use the equipment in accordance with the instructions in the instruction manual. When defective parts are found during assembly and maintenance or abnormal noises are heard during use, please stop operation and use immediately to ensure that all problems are resolved. Only after all are resolved can we proceed.
8. When using this training equipment, please wear clothes suitable for training and avoid wearing loose clothes. Bulky clothes may get stuck on the machine, hinder the operation, and may cause you to be trapped on the equipment and unable to move.
9. This training equipment is not suitable for use as medical equipment.
10. When lifting or moving this training equipment, pay attention to safety, use correct moving methods, or have the assistance of other people.

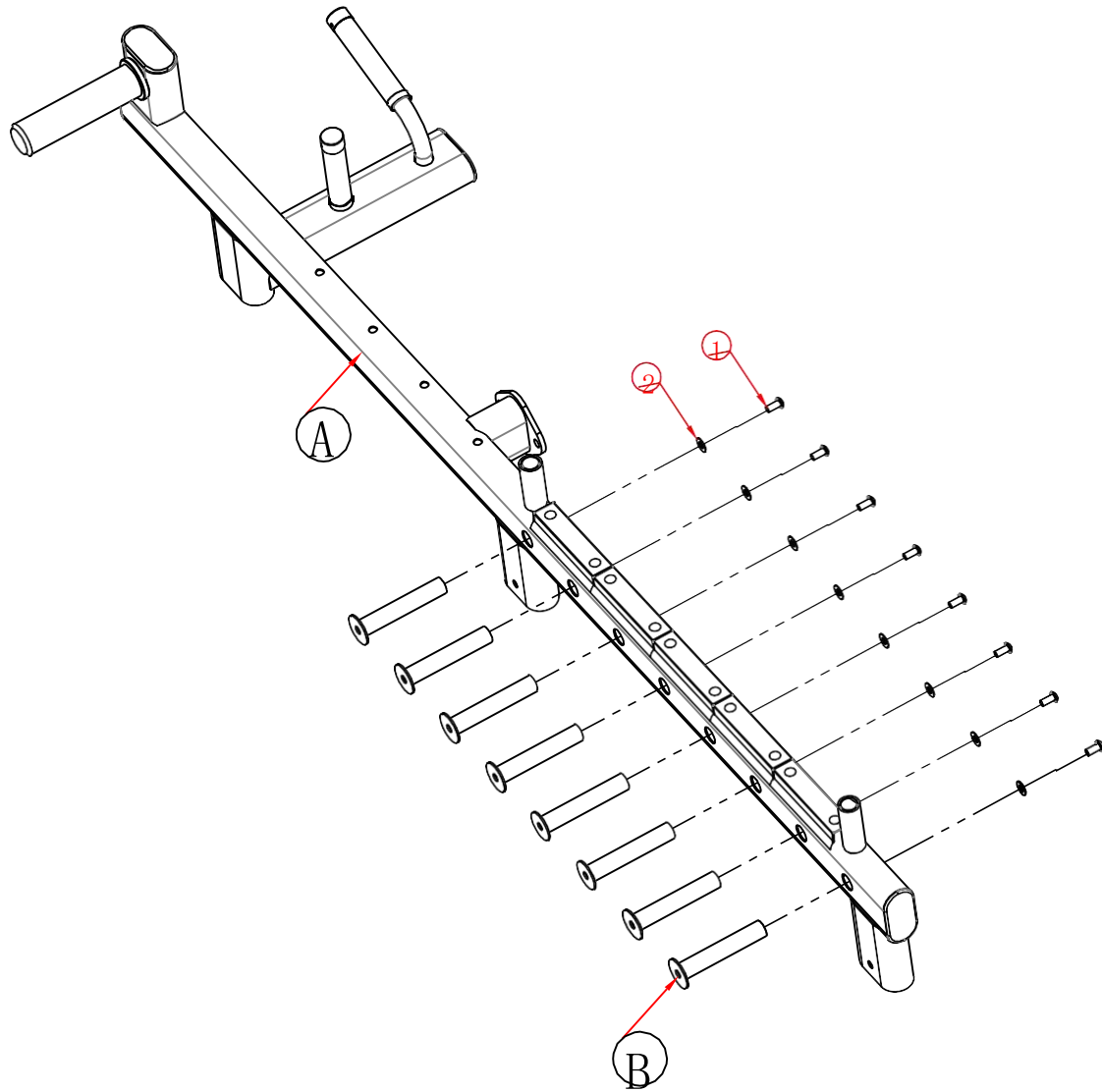


1 	2 	3 	4 
5 	6 	7	8
9	10	11	12
13	14	15	16
17	18	19	20
21	22	23	24

Part List

No.	Name	Qty	No.	Name	Qty
A	Side lower cross frame assembly	2	1	Hexagon socket head M10*20 bolt	14
B	Small latch assembly	14	2	∅ 10 shim	66
C	Side frame assembly	2	3	Hexagonal bolt M10*120	8
D	Lower connecting seat cushion frame assembly	1	4	M10 nut	26
E	Square frame components	2	5	Hexagonal bolt M10*30	8
F	Upper connection support frame	1	6	Hexagonal bolt M10*70	10
G	Large bracket assembly	2	7		
H	Checkered Plate	1	8		
I			9		
J			10		
K			11		
L			12		
M			13		
N			14		
O			15		
P			16		
Q			17		
R			18		
S			19		
T			20		
U			21		
V			22		
W			23		
X			24		
Y			25		
Z			26		

STEP 1

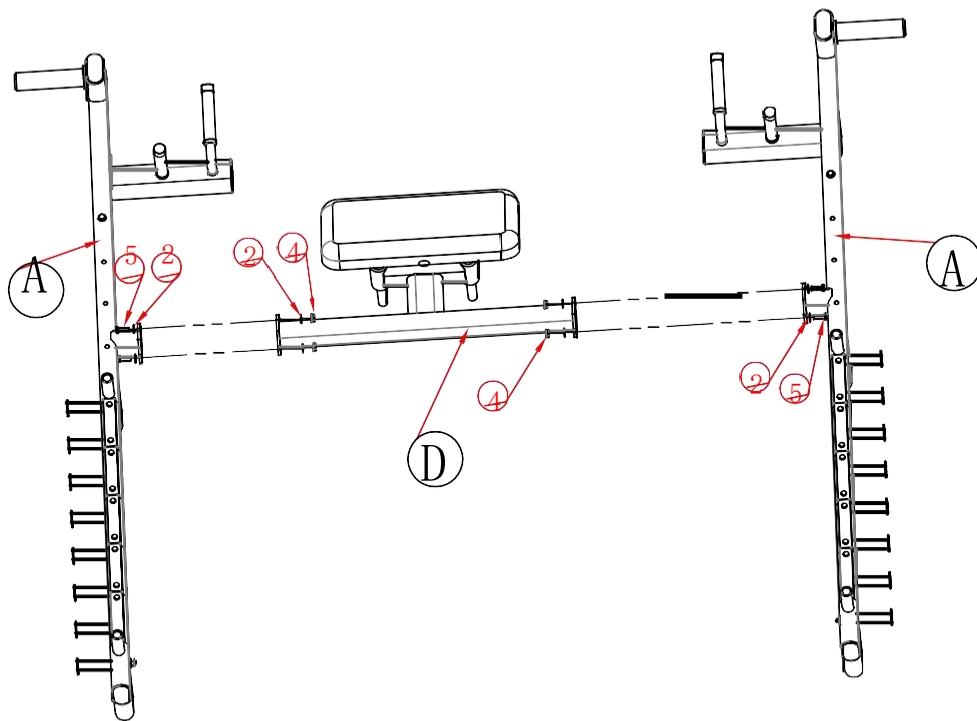


Step 1: (Do not tighten all bolts, tighten after all installation is completed)

1. Install 2 left and right lower cross frame assemblies A and 14 small latch assemblies B as shown in the figure, and fix them with 14 1# hexagon socket M10*20 bolts and 14 2# \varnothing 10 washers.

The installation method is the same on both sides.

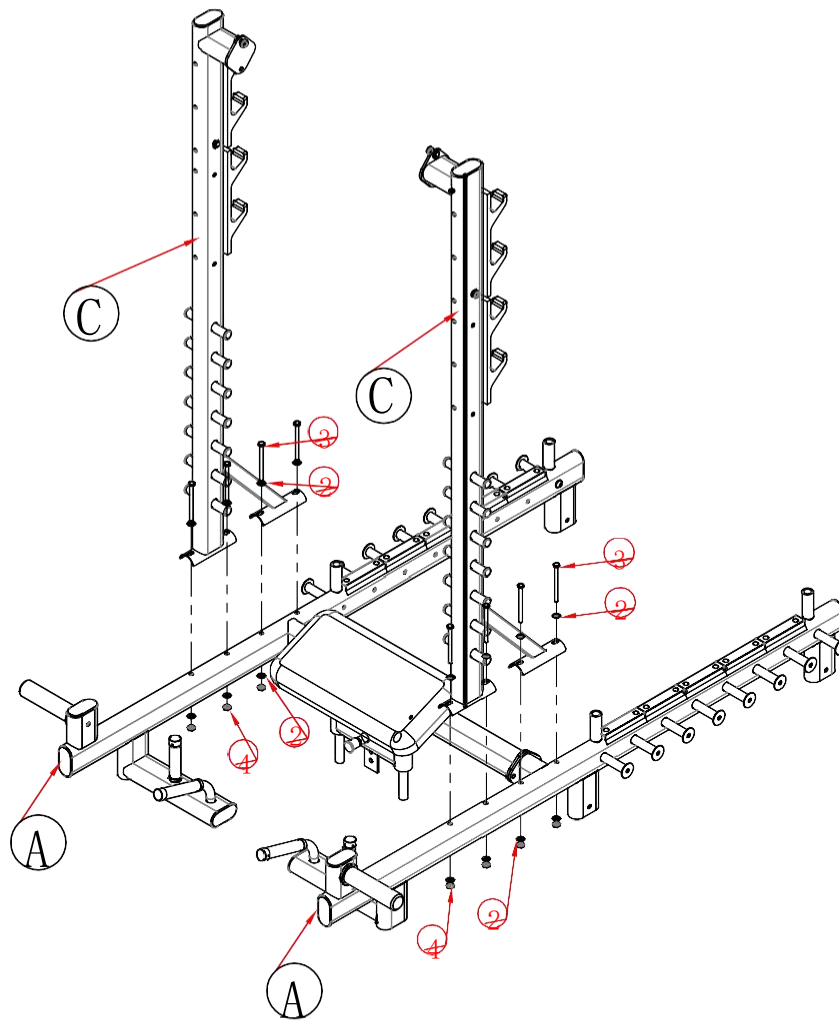
STEP 2



Step 2:

1. Install 2 left and right lower cross frame assemblies A and 1 lower connecting seat cushion frame assembly D as shown in the figure, and fix them with 4 5# external hexagon M10*30 bolts, 8 2# \varnothing 10 washers and 4 4# M10 nuts.

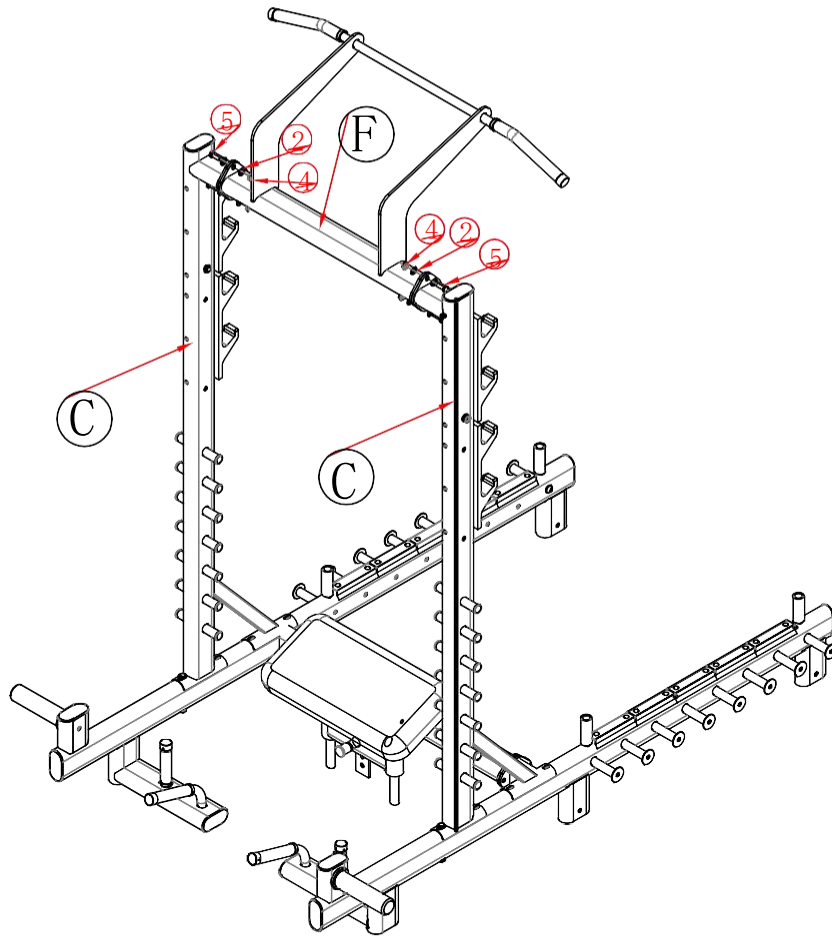
STEP 3



Step 3:

1. Install 2 left and right lower horizontal frame assemblies of A and 2 vertical frame assemblies of C as shown in the figure, and fix them with 8 3# external hexagon M10*120 bolts, 16 2# ∅ 10 washers and 8 4# M10 nuts.

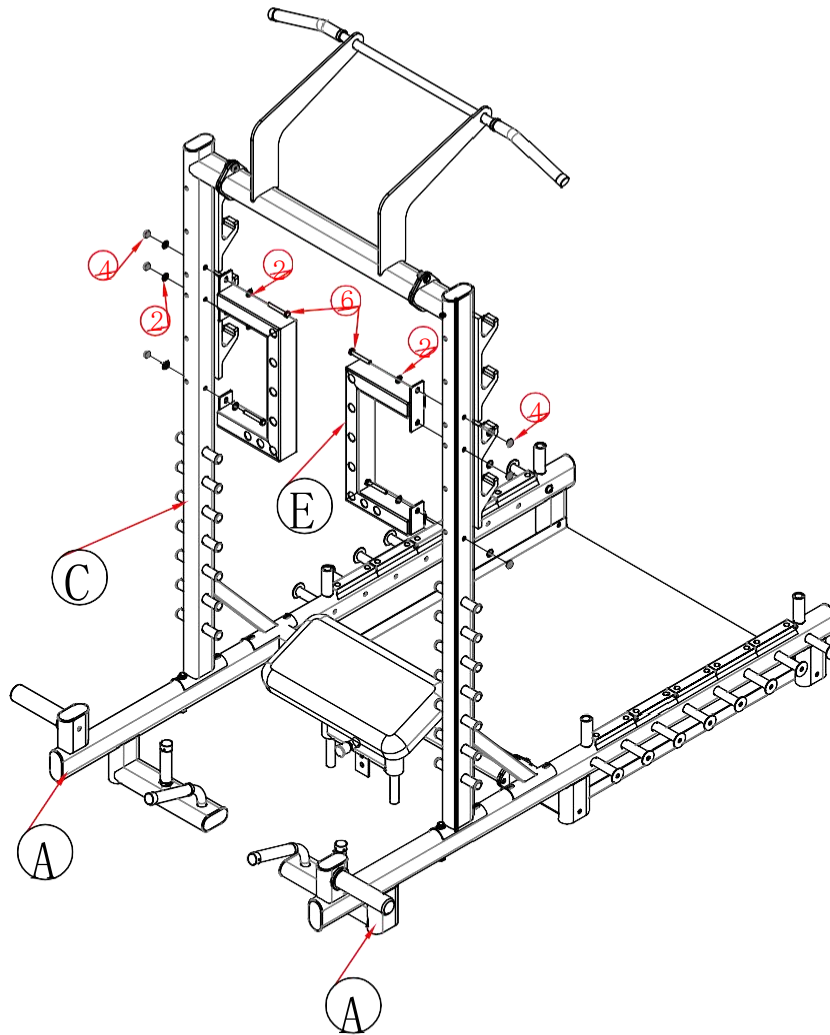
STEP 4



Step 4:

1. Install 2 C-side vertical frame assemblies and 1 F-side connecting support frame assembly as shown in the figure, and fix them with 4 5# external hexagon M10*30 bolts, 8 2# \varnothing 10 washers and 4 4#M10 nuts.

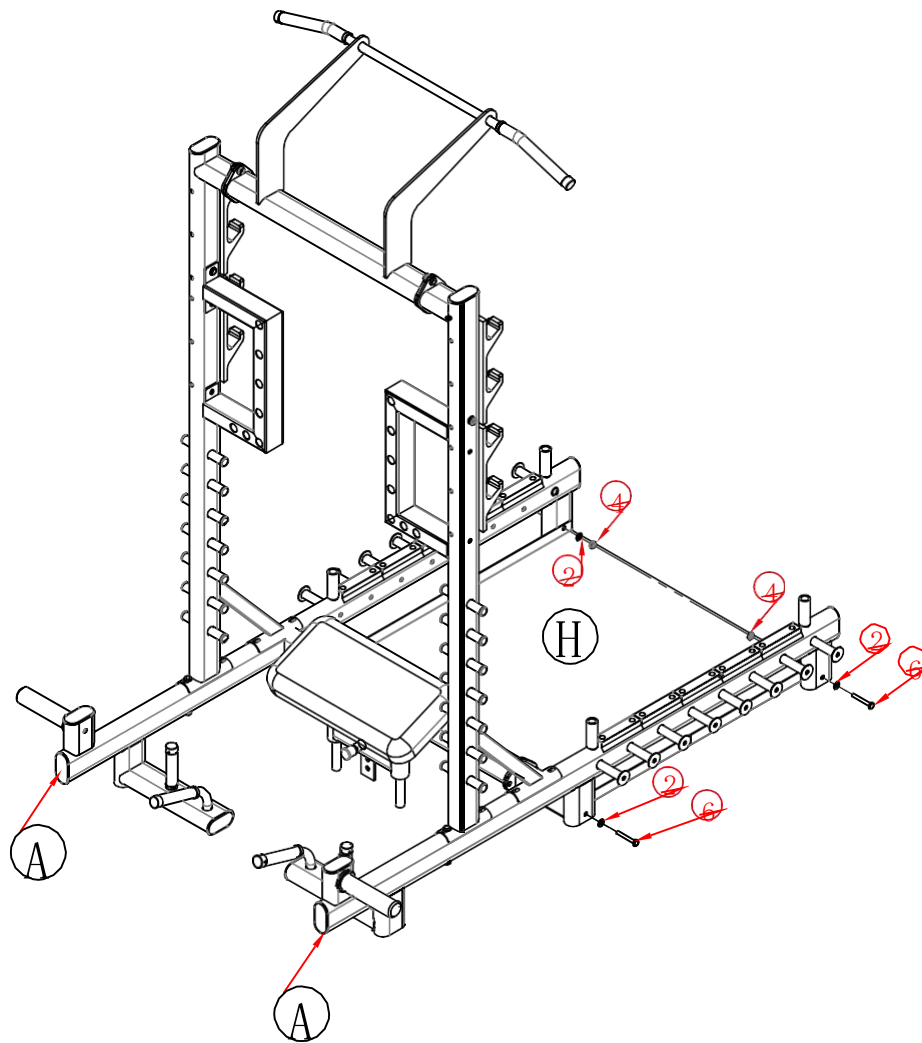
STEP 5



Step 5:

1. Install 2 C-side vertical frame assemblies and 2 E-side left and right frame assemblies as shown in the figure, and fix them with 6 6# external hexagon M10*70 bolts, 12 2# \varnothing 10 washers and 6 4#M10 nuts.

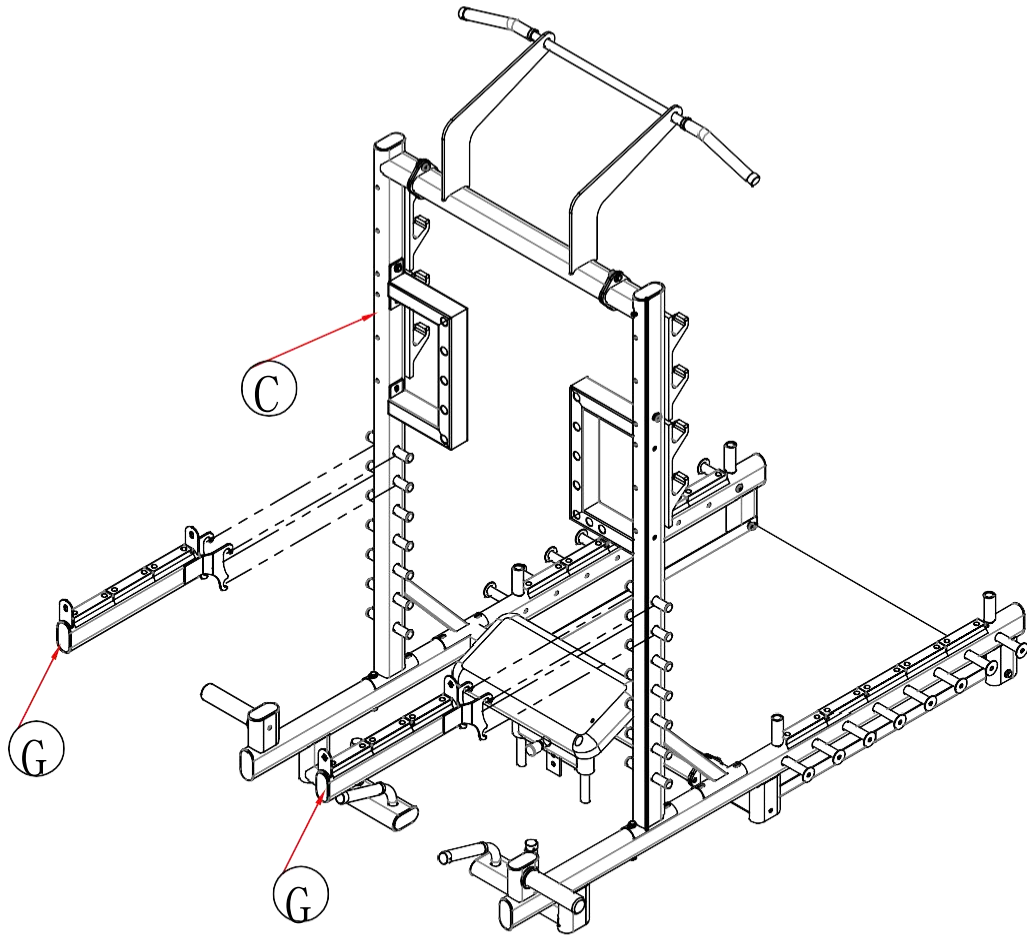
STEP 6



Step 6:

1. Install 2 left and right lower cross frame assemblies A and 1 H pattern plate as shown in the figure, and fix them with 4 6# external hexagon M10*70 bolts, 8 2# \varnothing 10 washers and 4 4# M10 nuts.

STEP 7



Step 7:

1. Install the two G large bracket assemblies onto the two C side vertical frame assemblies as shown in the figure.

Exercise Notice

In addition to enhancing fitness and building muscle, this product can also contribute to weight loss through a balanced diet.

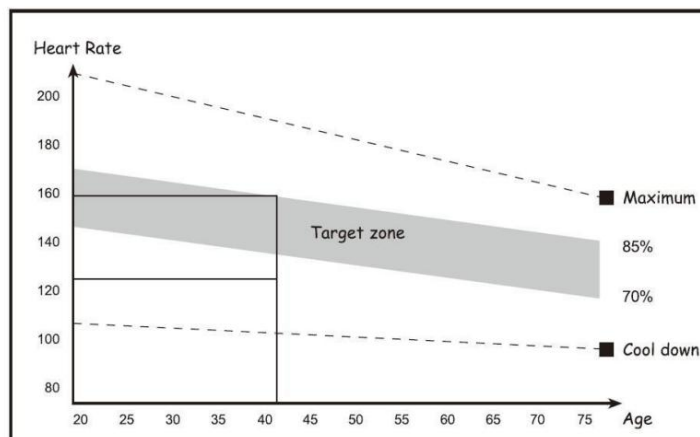
Warm-up exercises before training:

The warm-up exercises in this stage enhance the trainee's blood circulation and prepare the muscles for optimal training. They also reduce the risk of cramps or muscle strains during the training process. Before each training session, please follow the recommended warm-up exercises below. Each stretching exercise should be held for approximately 30 seconds. Avoid intense stretching movements to prevent muscle damage. If you experience any muscle injuries or discomfort, please stop exercising immediately.



Training Phase:

This phase is the formal training phase, and through consistent practice over a long period, it can improve the flexibility of leg muscles. The key during training is to perform exercises with a stable training intensity based on individual training conditions. It is important to choose an appropriate training intensity and keep the heart rate within the target range listed in the table below.

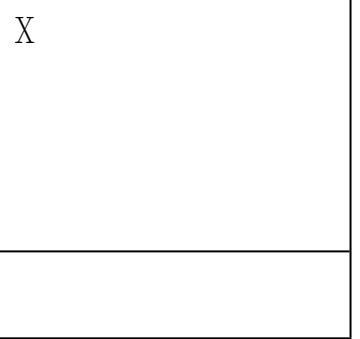
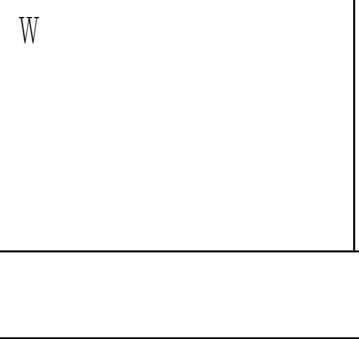
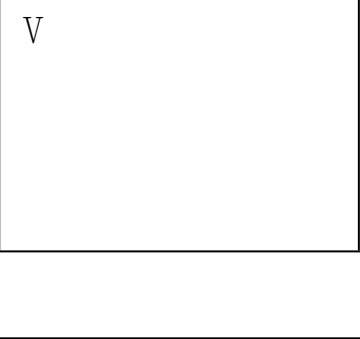
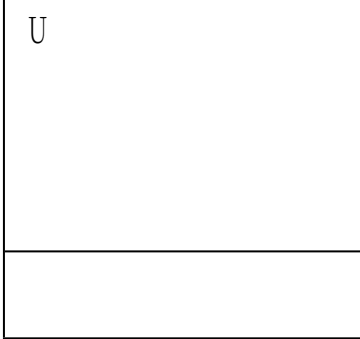
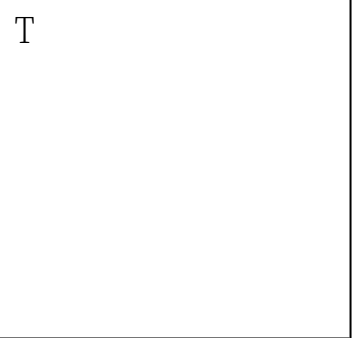
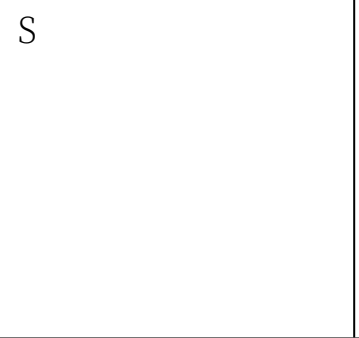
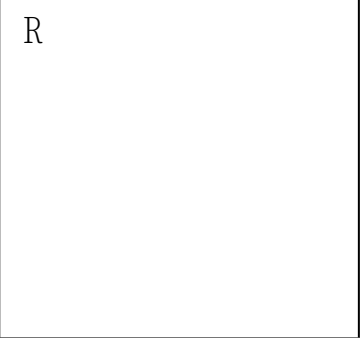
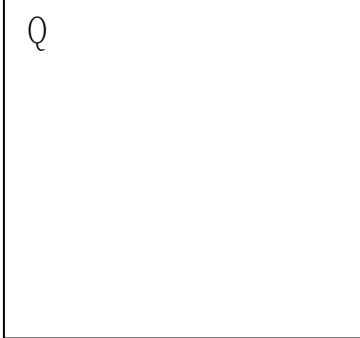
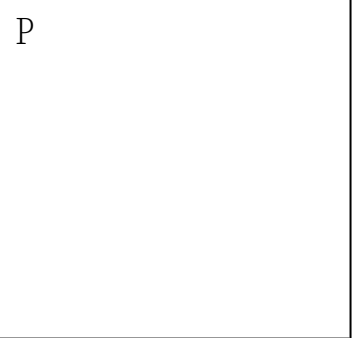
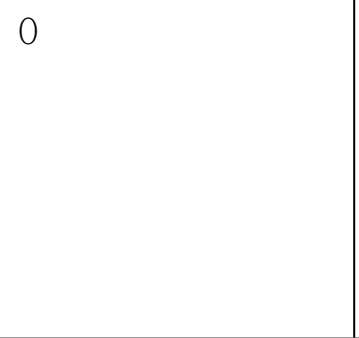
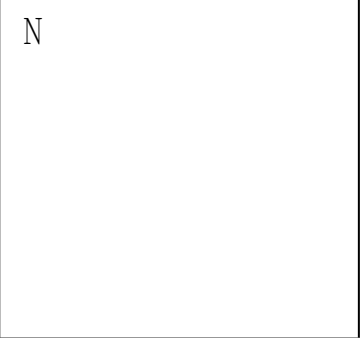
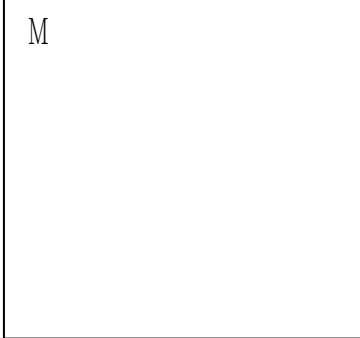
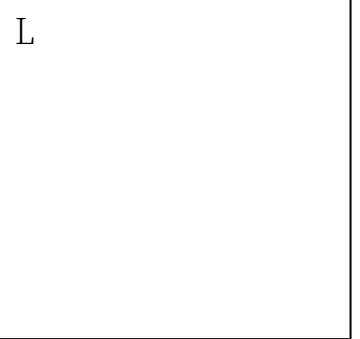
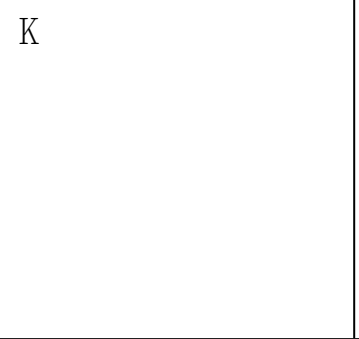
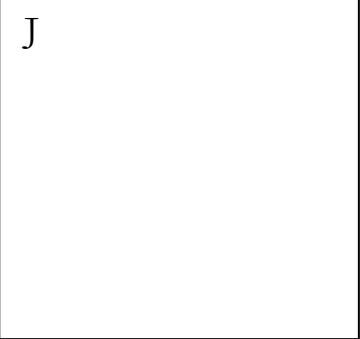
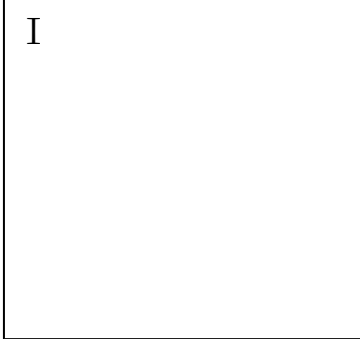
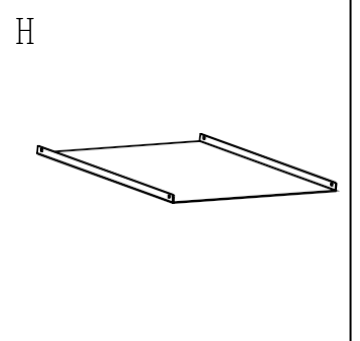
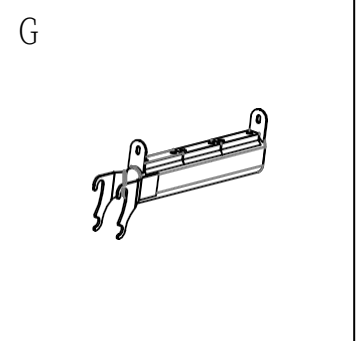
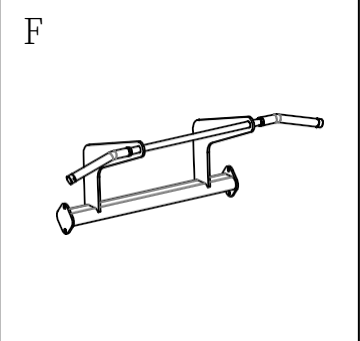
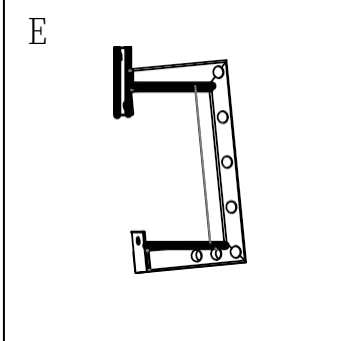
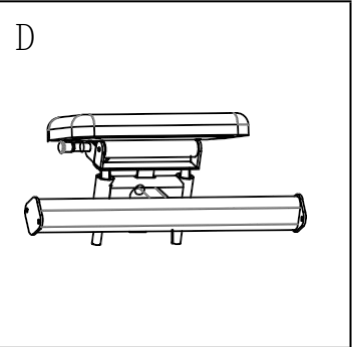
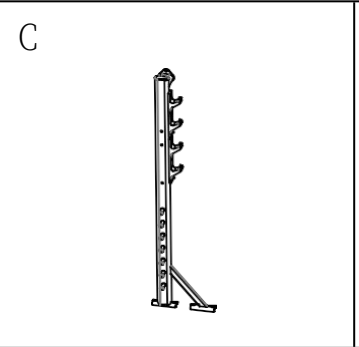
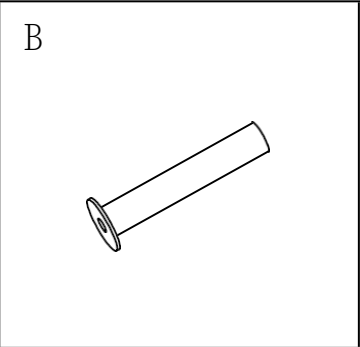
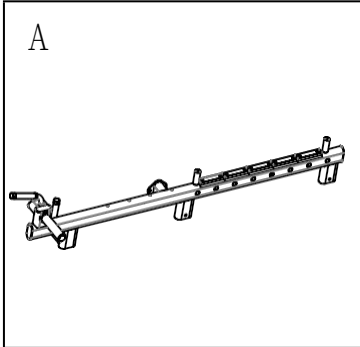


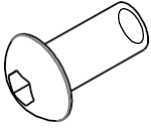
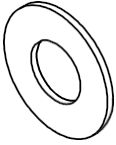
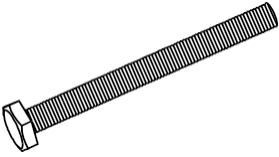

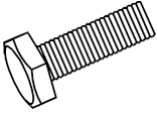
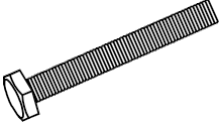
To keep your heart rate within the corresponding target range, train continuously for at least 12 minutes. Most people train for 15-20 minutes at the beginning of training.

Bezpečnostní tipy

Tento návod k použití si řádně uschovejte pro budoucí použití.

1. Před sestavením a používáním tréninkového zařízení je velmi důležité pečlivě si přečíst celý obsah návodu k použití. Pouze správným Před sestavením a používáním tréninkového zařízení je velmi důležité pečlivě si přečíst celý obsah návodu k použití. Je třeba zajistit, aby se všichni uživatelé seznámili s tréninkovým zařízením. Všechna varování a bezpečnostní opatření.
2. Před použitím tohoto tréninkového zařízení by se uživatelé měli poradit s lékařem na základě svého fyzického stavu, aby nedošlo během tréninku ke zdravotním nebo bezpečnostním nehodám, které by měly za následek nemožnost normálně trénovat. Před použitím tohoto tréninkového zařízení by se uživatelé měli poradit s lékařem na základě svého fyzického stavu, aby se předešlo zdravotním nebo bezpečnostním nehodám během tréninku, které by vedly k nemožnosti normálně trénovat. Pokud uživatel užívá léky, které ovlivňují srdeční tep, krevní tlak a hladinu cholesterolu, nezapomeňte se před tréninkem řídit lékařskými doporučeními.
3. Při tréninku vždy dbejte na svou fyzickou kondici. Nesprávný nebo nadměrný trénink bude mít negativní vliv na vaše zdraví. následujících příznaků nepohodlí včetně: bolesti hlavy, napětí na hrudi, nepravidelného srdečního tepu, dušnosti, halucinací, závratí, nevolnosti atd. nás kontaktujte. Okamžitě přestaňte trénovat a pokračujte v tréninku až po kontrole lékařem, který potvrdí, že se nejedná o žádný problém.
4. Prosíme, abyste k tomuto tréninkovému zařízení nepoužívali děti a domácí zvířata. Toto tréninkové zařízení je určeno pouze pro dospělé.
5. Tréninkové zařízení musí být umístěno na pevném, rovném povrchu a na podlaze nebo koberci musí být umístěna ochranná vrstva, aby se zabránilo poškození podlahy. V zájmu bezpečnosti dbejte na to, aby vzdálenost mezi obvodem tréninkového zařízení a překážkami nebyla menší než 1 metr.
5. Před použitím tohoto tréninkového zařízení zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby a matice, které je třeba utáhnout, utaženy, aby bylo zajištěno, že jej lze používat. Zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby a matice, které je třeba utáhnout, utaženy, aby bylo zajištěno, že jej lze bezpečně používat.
6. Bezpečné používání tohoto tréninkového zařízení lze zajistit pouze pravidelnými opravami a údržbou dílů, které jsou náchylné k poškození, opotřebením a opotřebením.
7. Dbejte na to, abyste zařízení používali v souladu s pokyny uvedenými v návodu k obsluze. Pokud se při montáži a údržbě objeví vadné díly nebo se během používání ozývají neobvyklé zvuky, okamžitě přerušte provoz a používání, abyste zajistili vyřešení všech problémů. Pokud se při montáži a údržbě objeví vadné díly nebo se při používání ozývají neobvyklé zvuky, okamžitě přerušte provoz a používání, abyste se ujistili, že jsou všechny problémy vyřešeny. Teprve po jejich vyřešení můžeme pokračovat.
8. Při používání tohoto tréninkového zařízení noste oblečení vhodné pro trénink a vyhněte se nošení volného oblečení. Objemné oblečení se může na zařízení zaseknout, bránit v provozu a může způsobit, že budete na zařízení uvězněni a nebudete se moci pohybovat. Objemné oblečení může na stroji uvíznout, bránit provozu a může způsobit, že budete na zařízení uvězněni a nebudete se moci pohybovat.
9. Toto tréninkové zařízení není vhodné pro použití jako zdravotnické zařízení.
10. Při zvedání nebo přemisťování tohoto tréninkového zařízení dbejte na bezpečnost, používejte správné metody přemisťování nebo si zajistěte pomoc dalších osob.

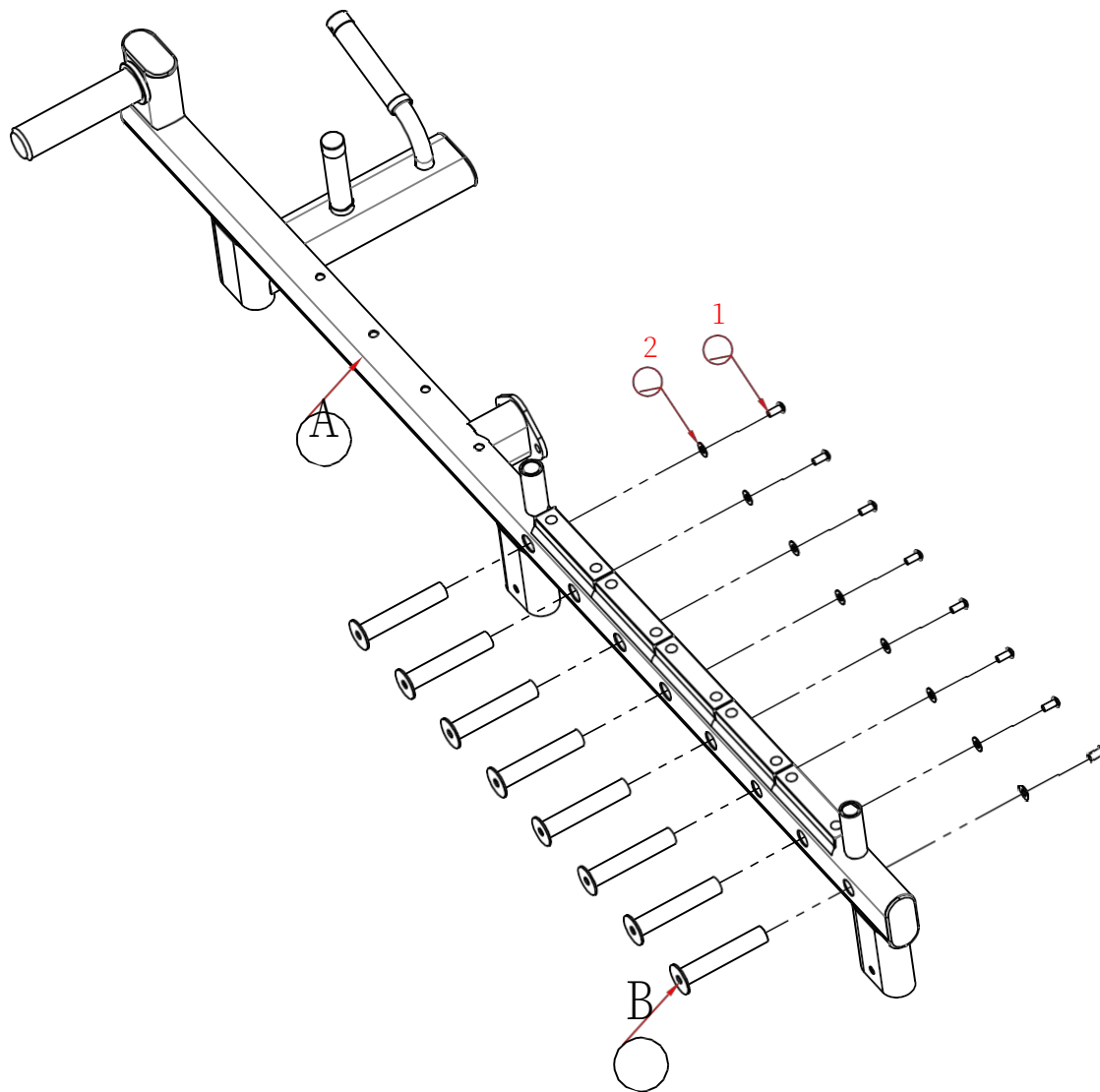


1 	2 	3 	4 
5 	6 	7	8
9	10	11	12
13	14	15	16
17	18	19	20
21	22	23	24

Seznam dílů

Č.dílu	Název	Ks	Č.dílu	Název	Ks
A	Sestava bočního spodního křížového rámu	2	1	Šroub s vnitřním šestihranem M10*20	14
B	Sestava malé západky	14	2	∅ 10 podložka	66
C	Sestava bočního rámu	2	3	Šestihranný šroub M10*120	8
D	Sestava spodního spojovacího rámu sedáku	1	4	Matice M10	26
E	Komponenty čtvercového rámu	2	5	Šestihranný šroub M10*30	8
F	Horní spojovací rám	1	6	Šestihranný šroub M10*70	10
G	Sestava velkého držáku	2	7		
H	Kostkovaná deska	1	8		
I			9		
J			10		
K			11		
L			12		
M			13		
N			14		
O			15		
P			16		
Q			17		
R			18		
S			19		
T			20		
U			21		
V			22		
W			23		
X			24		
Y			25		
Z			26		

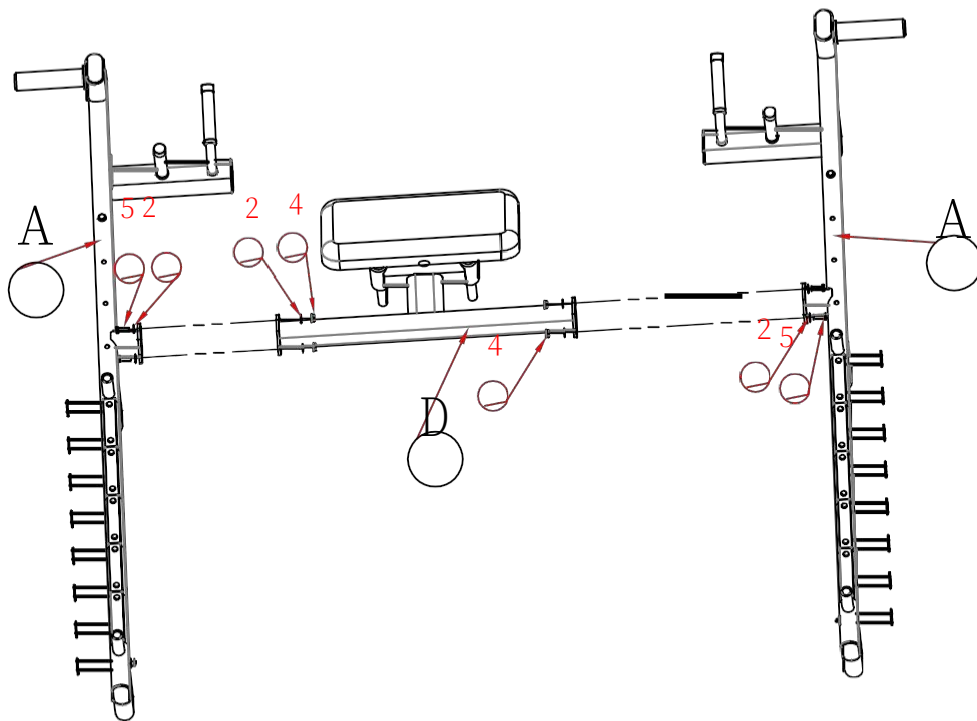
KROK 1



Krok 1: (Nedotahujte všechny šrouby, dotáhněte je až po dokončení celé instalace)

1. Nainstalujte 2 sestavy levého a pravého spodního křížového rámu A a 14 sestav malých západek B podle obrázku a upevněte je pomocí 14 šroubů 1# s vnitřním šestihranem M10*20 a 14 podložek 2# Ø 10. Nainstalujte 2 sestavy levého a pravého spodního příčného rámu A a 14 sestav malých západek B podle obrázku a upevněte je pomocí 14 šroubů s vnitřním šestihranem M10*20 a 14 podložek 2# Ø 10. Způsob instalace je na obou stranách stejný.

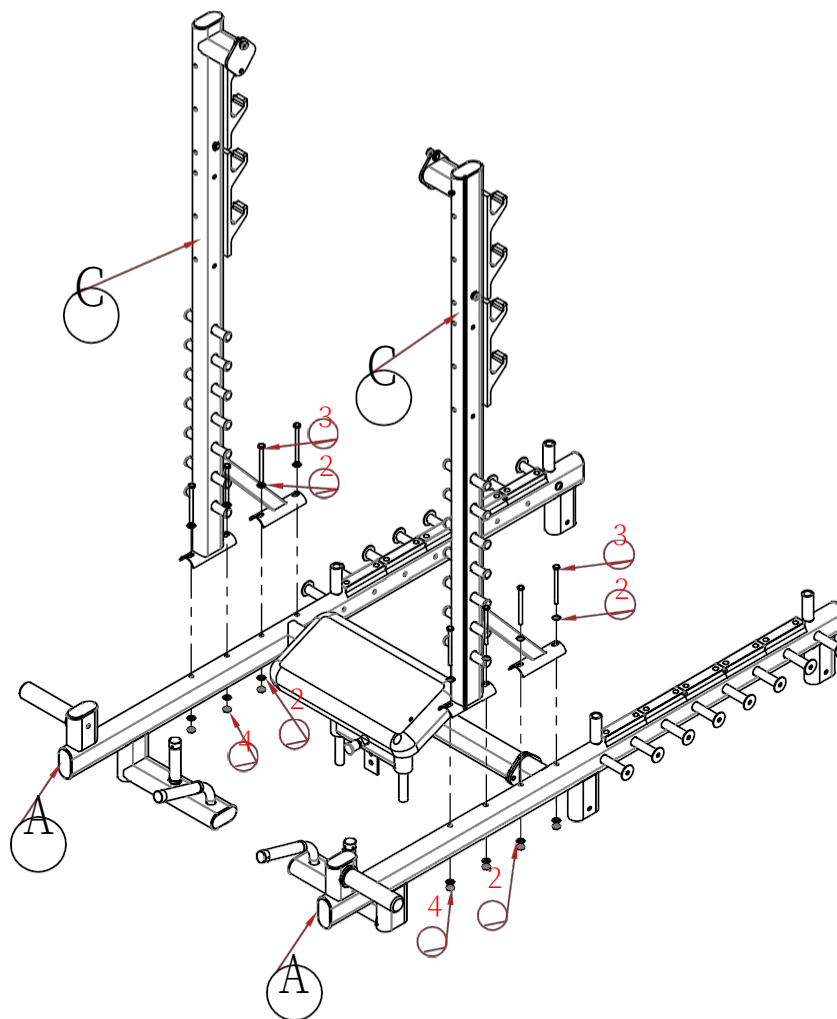
KROK 2



Krok 2.

1. Nainstalujte 2 sestavy levého a pravého spodního příčného rámu A a 1 sestavu spodního spojovacího rámu sedáku D podle obrázku a upevněte je pomocí 4 šroubů s vnějším šestihranem M10*30 5#, 8 podložek Ø 10 2# a 4 matic M10 4#. vnější šestihranné šrouby M10*30, 8 podložek 2# Ø 10 a 4 matice 4# M10.

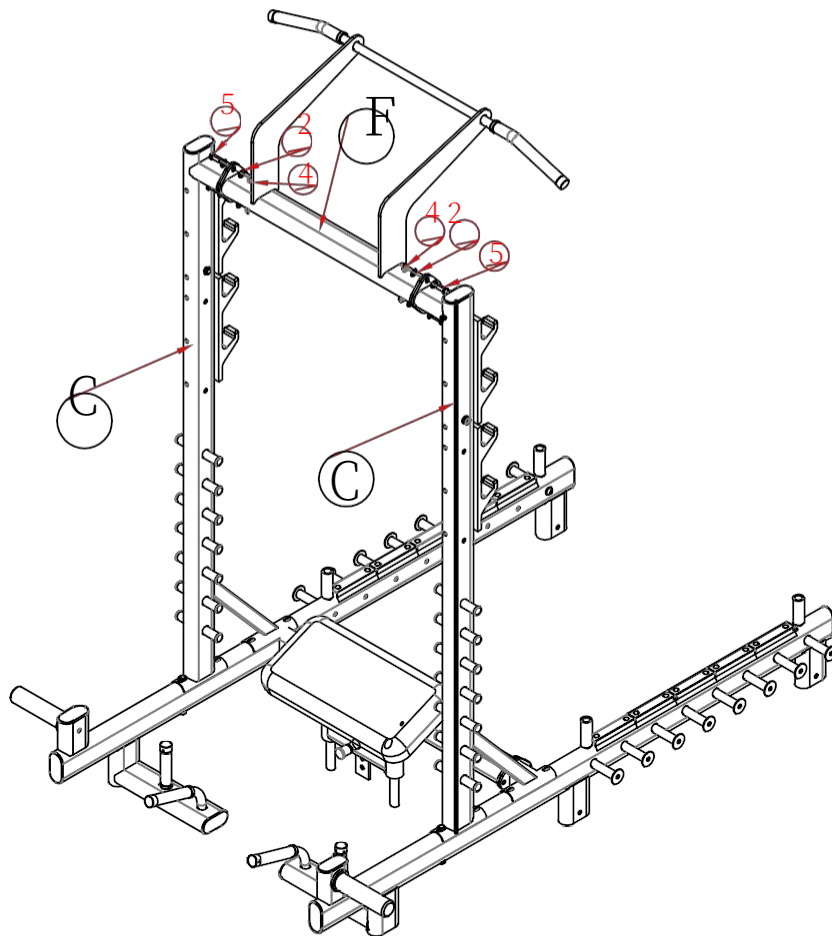
KROK 3



Krok 3.

1. Nainstalujte 2 sestavy levého a pravého spodního vodorovného rámu A a 2 sestavy svislého rámu C podle obrázku a upevněte je pomocí 8 šroubů M10*120 s vnějším šestihranem 3#, 16 podložek \varnothing 10 2# a 8 matic M10 4#. Nainstalujte 2 sestavy levého a pravého spodního vodorovného rámu A a 2 sestavy svislého rámu C podle obrázku a upevněte je pomocí 8 šroubů M10*120 s vnějším šestihranem 3#, 16 podložek \varnothing 10 a 8 matic M10 4#.

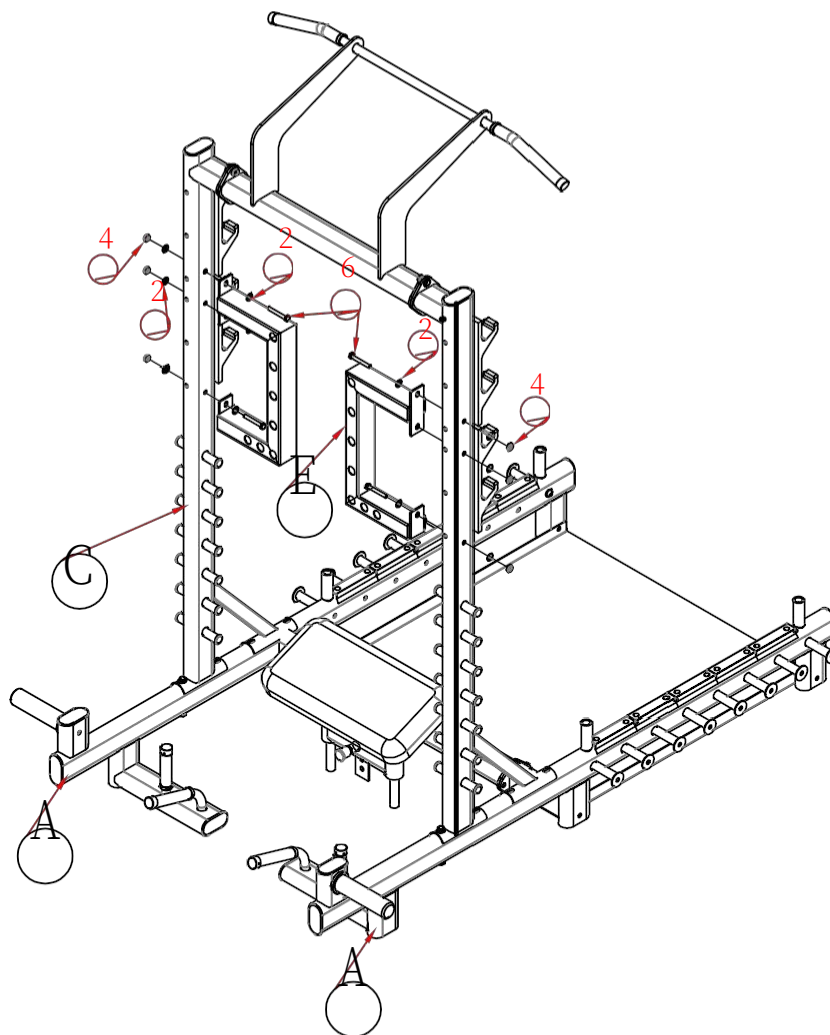
KROK 4



Krok 4.

1. Nainstalujte 2 sestavy svislého rámu na straně C a 1 sestavu spojovacího nosného rámu na straně F, jak je znázorněno na obrázku, a upevněte je pomocí 4 vnějších šestihranů 5#. M10*30, 8 podložkami 2#Ø10 a 4 maticemi 4#M10.

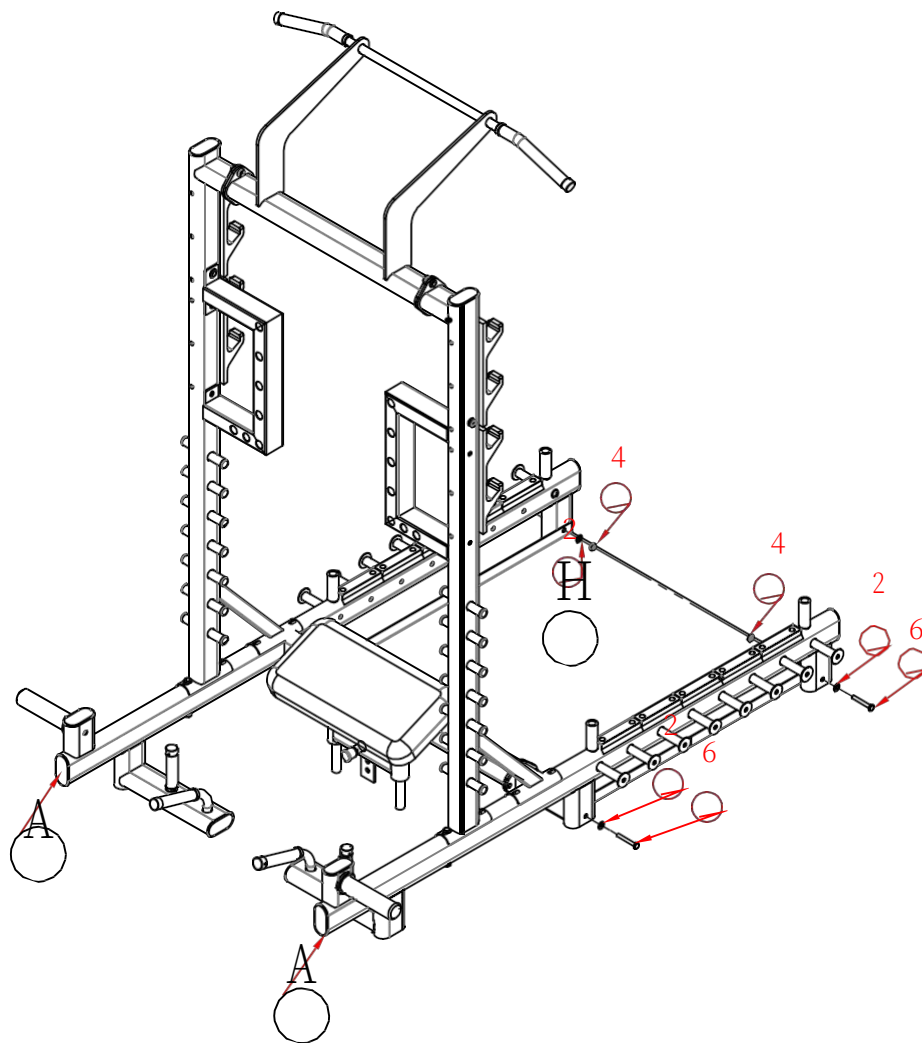
KROK 5



Krok 5.

1. Nainstalujte 2 sestavy svislého rámu na straně C a 2 sestavy levého a pravého rámu na straně E, jak je znázorněno na obrázku, a upevněte je pomocí 6 šroubů M10 *70 s vnějším šestihranem 6#, 12 podložek 2#Ø10 a 6 matic 4#M10. *Namontujte 2 sestavy svislého rámu na straně C a 2 sestavy levého a pravého rámu na straně E, jak je znázorněno na obrázku, a upevněte je pomocí 6 šroubů M10 s vnějším šestihranem 6#, 12 podložek 2#Ø10 a 6 matic 4#M10.

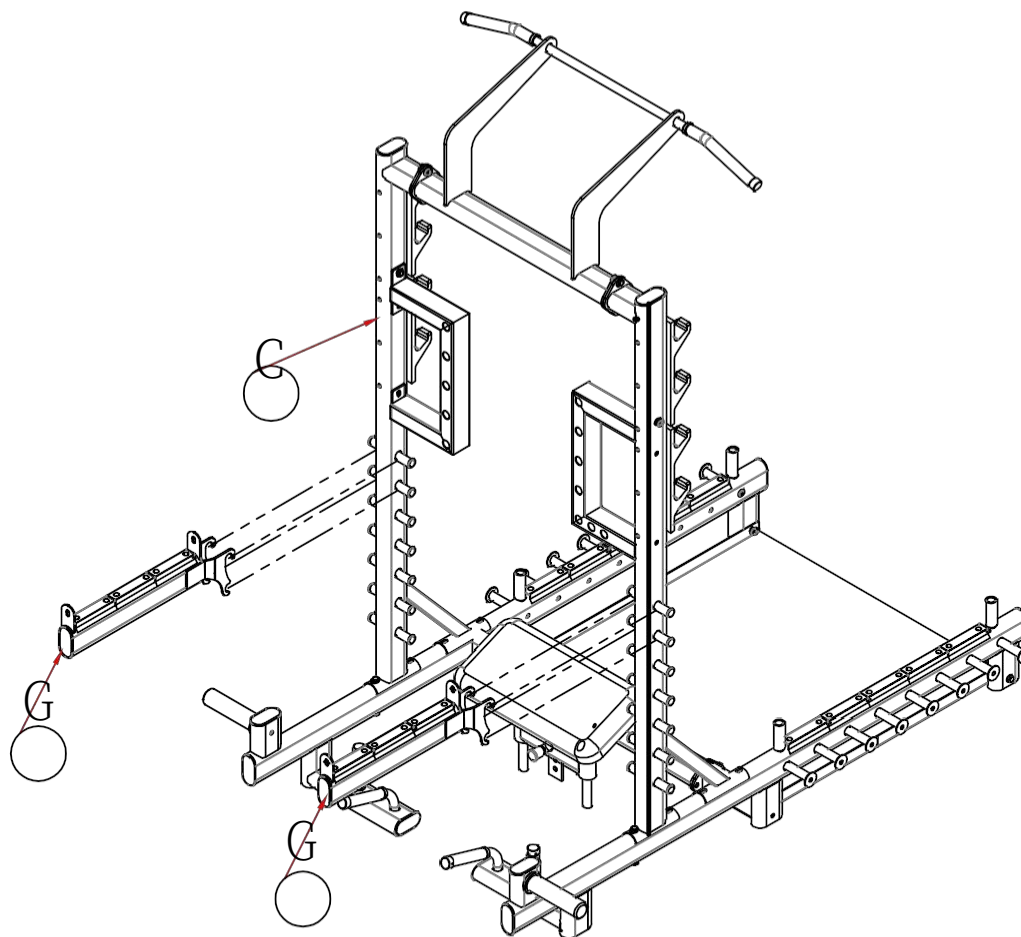
KROK 6



Krok 6.

1. Nainstalujte 2 sestavy levého a pravého spodního křížového rámu A a 1 desku vzoru H podle obrázku a upevněte je pomocí 4 šroubů s vnějším šestihranem M10*70 6#, 8 podložek \varnothing 10 2# a 4 matic M10 4#. Nainstalujte 2 sestavy levého a pravého spodního příčného rámu A a 1 desku vzoru H podle obrázku a upevněte je pomocí 4 šroubů M10*70 s vnějším šestihranem 6#, 8 podložek $2\varnothing$ 10 a 4 matic M10 4#.

KROK 7



Krok 7.

1. Nainstalujte dvě sestavy velkých držáků G na dvě sestavy bočních svislých ráků C, jak je znázorněno na obrázku.

Exercise Notice

Kromě zlepšení kondice a budování svalové hmoty může tento produkt také přispět ke snížení hmotnosti prostřednictvím vyvážené stravy.

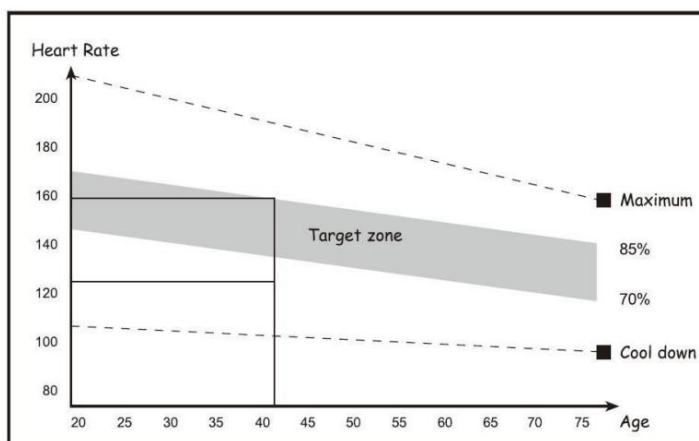
Zahřívací cvičení před tréninkem.

Zahřívací cviky v této fázi zlepšují prokrvení cvičence a připravují svaly na optimální trénink. Snižují také riziko křečí nebo natažení svalů během tréninkového procesu. Zahřívací cvičení v této fázi zlepšují krevní oběh cvičence a připravují svaly na optimální trénink. Snižují také riziko křečí nebo svalových napětí během tréninkového procesu. Každé protahovací cvičení by mělo trvat přibližně 30 s. Vyhněte se intenzivním protahovacím pohybům, aby nedošlo k poškození svalů. Pokud dojde k jakémukoli svalovému zranění nebo nepříjemným pocitům, okamžitě přestaňte cvičit.



Fáze školení.

Tato fáze je formální fází tréninku a díky důslednému dlouhodobému cvičení může zlepšit pružnost svalů nohou. Klíčové je během tréninku provádět cviky se stabilní intenzitou tréninku na základě individuálních tréninkových podmínek. Tréninku je provádět cviky se stabilní tréninkovou intenzitou na základě individuálních tréninkových podmínek. Je důležité zvolit vhodnou tréninkovou intenzitu a udržovat tepovou frekvenci v cílovém rozmezí uvedeném v tabulce níže. Je důležité zvolit vhodnou tréninkovou intenzitu a udržovat tepovou frekvenci v cílovém rozmezí uvedeném v tabulce níže.

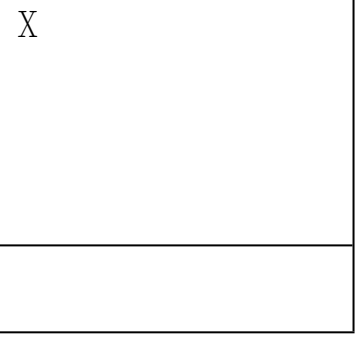
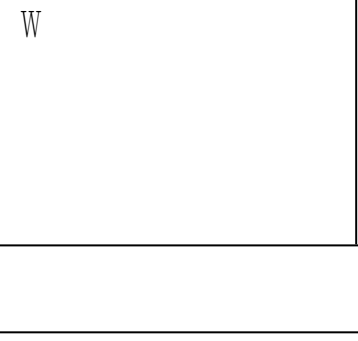
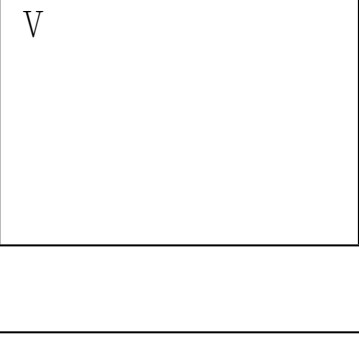
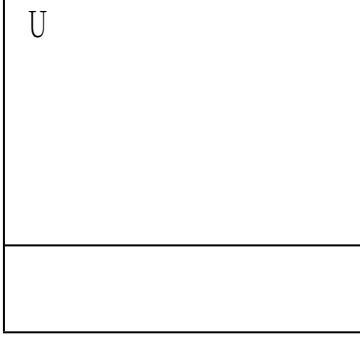
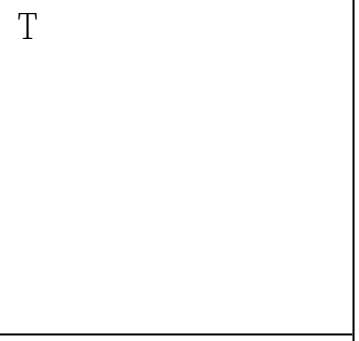
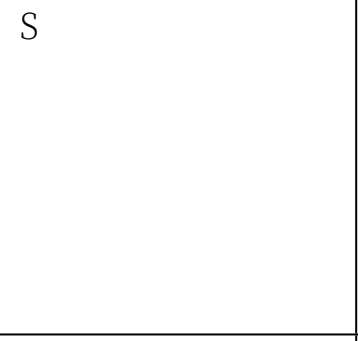
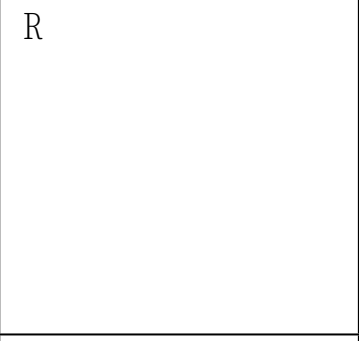
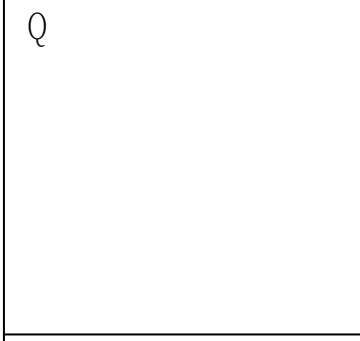
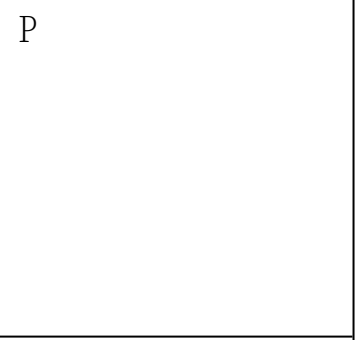
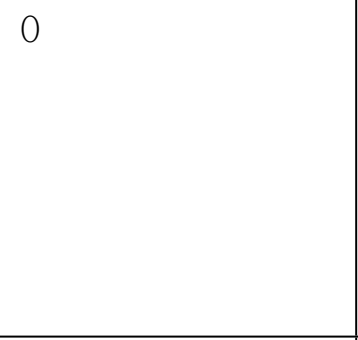
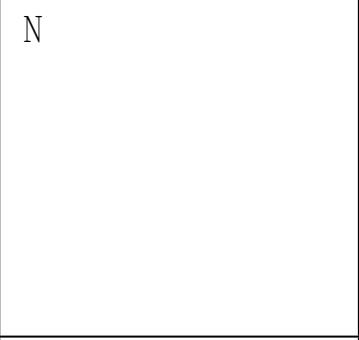
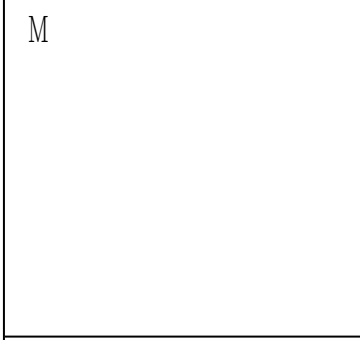
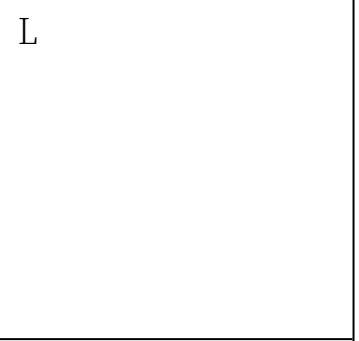
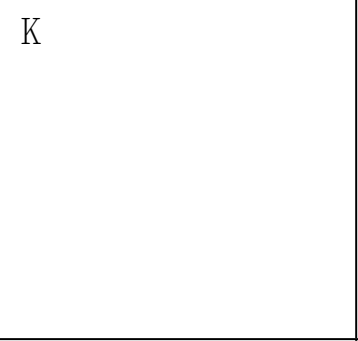
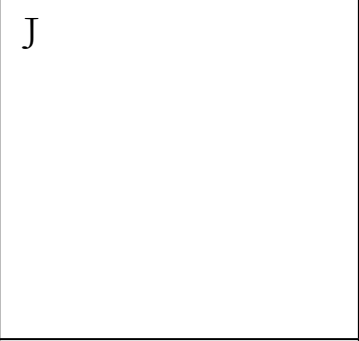
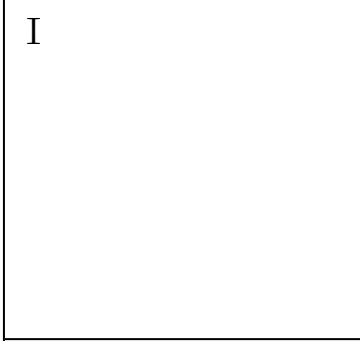
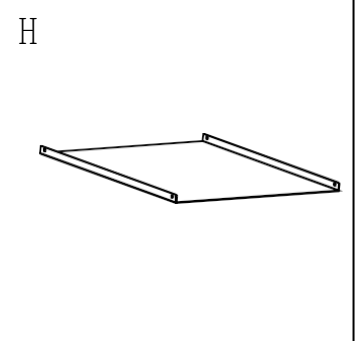
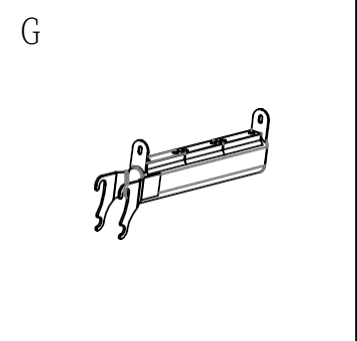
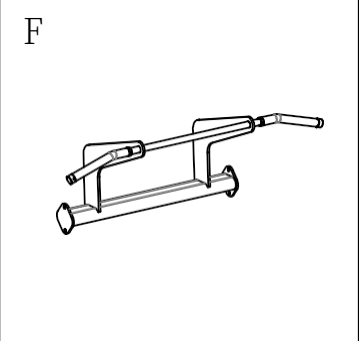
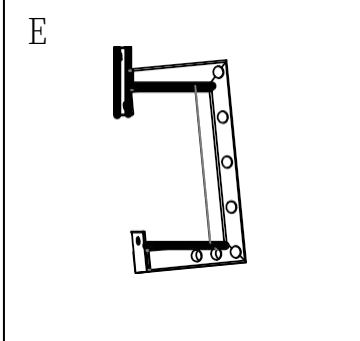
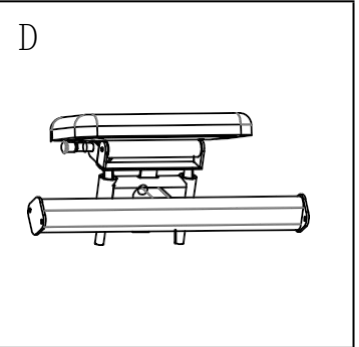
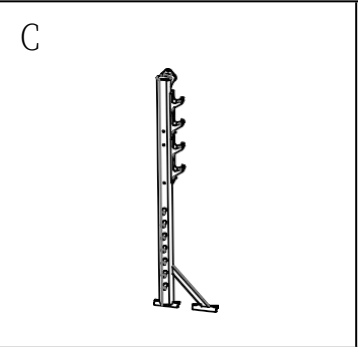
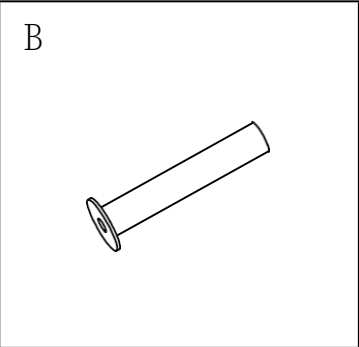
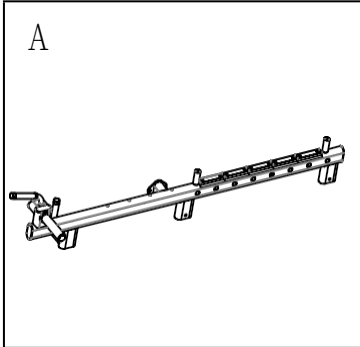


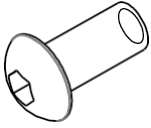
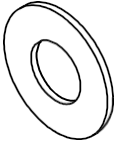
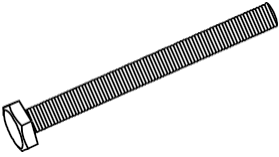

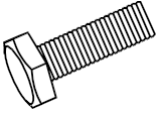
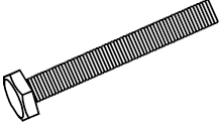
Abyste udrželi tepovou frekvenci v odpovídajícím cílovém rozmezí, trénujte nepřetržitě alespoň 12 minut. Většina lidí trénuje na začátku tréninku 15-20 minut. Většina lidí trénuje na začátku tréninku 15-20 minut.

Sicherheitstipps

Bitte bewahren Sie diese Bedienungsanleitung zum späteren Nachschlagen gut auf.

1. Bevor Sie das Trainingsgerät zusammenbauen und benutzen, ist es sehr wichtig, dass Sie den gesamten Inhalt der Gebrauchsanweisung sorgfältig lesen. Nur wenn das Trainingsgerät richtig installiert, gewartet und benutzt wird, können sichere und effektive Trainingsergebnisse erzielt werden. Es muss sichergestellt werden, dass alle Benutzer mit dem Trainingsgerät vertraut sind. Alle Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen.
2. Vor der Benutzung dieses Trainingsgeräts sollte der Benutzer je nach seinem körperlichen Zustand einen Arzt konsultieren, um zu verhindern, dass es während des Trainings zu Gesundheits- oder Sicherheitsunfällen kommt, die ein normales Training unmöglich machen. Wenn der Benutzer Medikamente einnimmt, die sich auf die Herzfrequenz, den Blutdruck und den Cholesterinspiegel auswirken, sollte er vor dem Training unbedingt die Anweisungen des Arztes befolgen.
3. Achten Sie beim Training immer auf Ihre körperliche Verfassung. Falsches oder übermäßiges Training schadet Ihrer Gesundheit. Wenn Sie die folgenden Beschwerden haben: Kopfschmerzen, Engegefühl in der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, Kurzatmigkeit, Halo, Schwindel, Übelkeit usw., kontaktieren Sie uns bitte. Brechen Sie das Training sofort ab und setzen Sie es erst fort, nachdem ein Arzt die Unbedenklichkeit bestätigt hat.
4. Bitte halten Sie Ihre Kinder und Haustiere von diesem Trainingsgerät fern. Dieses Trainingsgerät ist nur für Erwachsene geeignet.
5. Das Trainingsgerät muss auf einer festen, ebenen Fläche aufgestellt werden, und auf dem Boden oder Teppichboden muss eine Schutzschicht angebracht werden, um Schäden am Boden zu vermeiden. Achten Sie zu Ihrer Sicherheit darauf, dass der Abstand zwischen dem Rand des Trainingsgeräts und Hindernissen mindestens 1 Meter beträgt.
6. Prüfen Sie vor der Benutzung des Trainingsgeräts, ob alle Schrauben und Muttern, die angezogen werden müssen, fest angezogen sind, um eine sichere Benutzung zu gewährleisten.
7. Die sichere Benutzung dieses Trainingsgeräts kann nur durch regelmäßige Reparaturen und Wartung von Teilen, die anfällig für Beschädigungen, Verschleiß und Abnutzung sind, gewährleistet werden.
8. Achten Sie darauf, dass Sie das Gerät gemäß den Anweisungen in der Gebrauchsanweisung verwenden. Werden bei der Montage und Wartung schadhafte Teile festgestellt oder treten bei der Benutzung abnormale Geräusche auf, so unterbrechen Sie bitte sofort den Betrieb und die Benutzung, um sicherzustellen, dass alle Probleme behoben werden. Erst wenn alle Probleme behoben sind, kann die Arbeit fortgesetzt werden.
9. Wenn Sie dieses Trainingsgerät benutzen, tragen Sie bitte Kleidung, die für das Training geeignet ist, und vermeiden Sie das Tragen von weiten Kleidungsstücken, da diese am Gerät hängen bleiben und den Betrieb behindern können.
10. Dieses Trainingsgerät ist nicht für die Verwendung als medizinisches Gerät geeignet.
11. Beim Anheben oder Bewegen dieses Trainingsgeräts achten Sie auf Sicherheit, verwenden Sie korrekte Bewegungsmethoden oder lassen Sie sich von anderen Personen helfen.

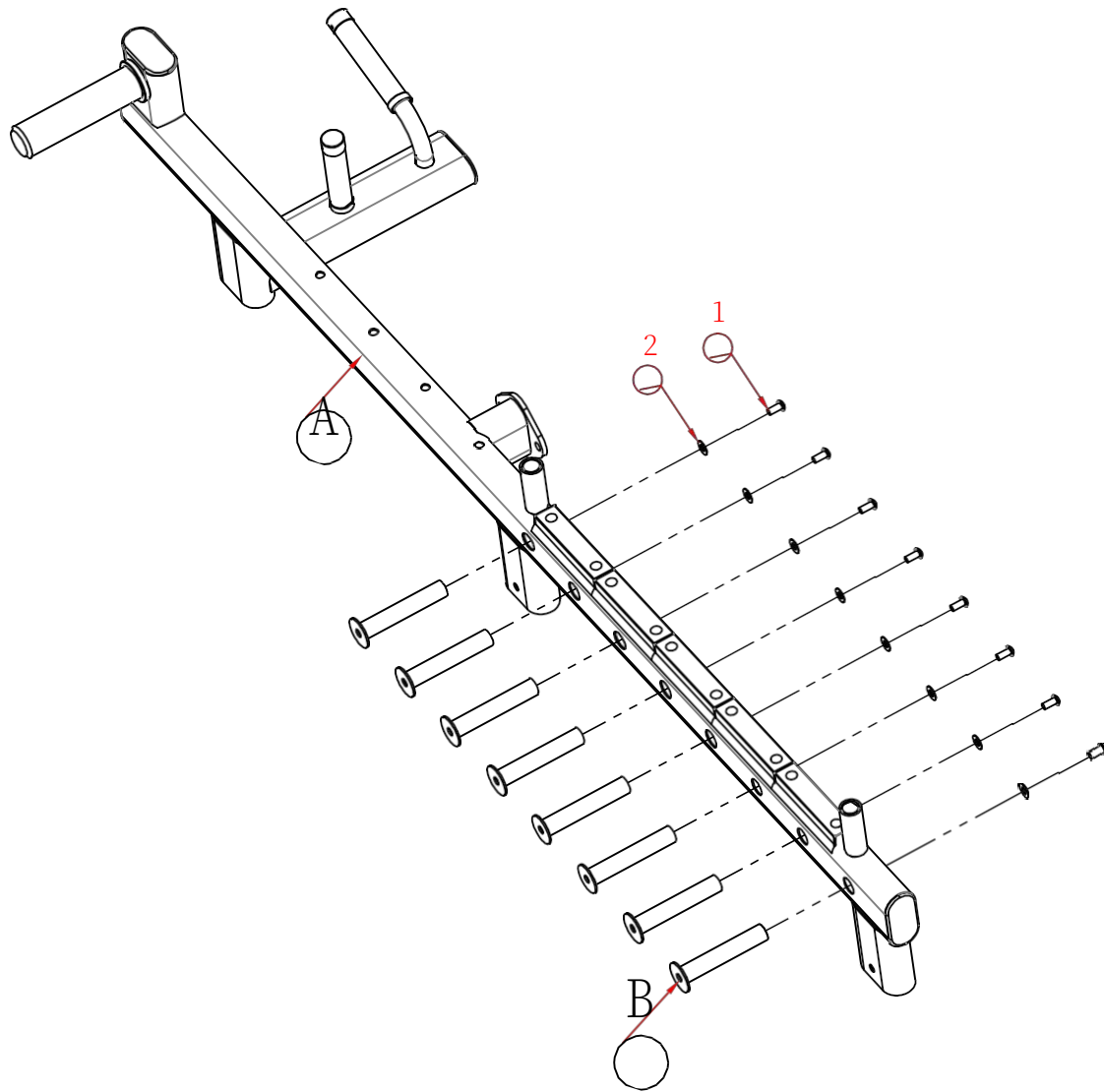


1 	2 	3 	4 
5 	6 	7	8
9	10	11	12
13	14	15	16
17	18	19	20
21	22	23	24

Teilleiste

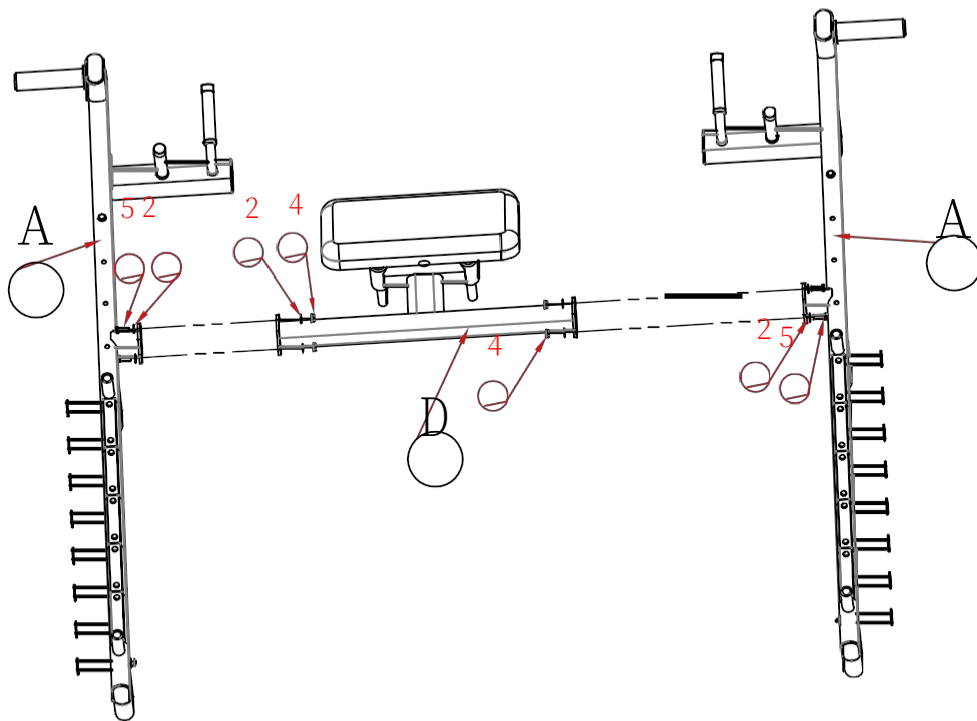
Nein.	Name	Menge	Nein.	Name	Menge
A	Seitliche untere Querrahmenbaugruppe	2	1	Schraube mit Innensechskantkopf M10*20	14
B	Kleine Verriegelungseinheit	14	2	∅ 10 Unterlegscheibe	66
C	Montage des Seitenrahmens	2	3	Sechskantschraube M10*120	8
D	Untere Verbindung des Sitzkissenrahmens	1	4	M10 Mutter	26
E	Quadratische Rahmenkomponenten	2	5	Sechskantschraube M10*30	8
F	Oberer Verbindungstragrahmen	1	6	Sechskantschraube M10*70	10
G	Große Halterung	2	7		
H	Riffelblech	1	8		
I			9		
J			10		
K			11		
L			12		
M			13		
N			14		
O			15		
P			16		
Q			17		
R			18		
S			19		
T			20		
U			21		
V			22		
W			23		
X			24		
Y			25		
Z			26		

SCHRITT 1



Schritt 1: (Ziehen Sie nicht alle Schrauben an, sondern erst nach Abschluss der Installation) 1. Montieren Sie 2 linke und rechte untere Querrahmenbaugruppen A und 14 kleine Riegelbaugruppen wie in der Abbildung gezeigt, und befestigen Sie sie mit 14 1# Innensechskantschrauben M10*20 und 14 2# \varnothing 10 Unterlegscheiben. Die Installationsmethode ist auf beiden Seiten gleich.

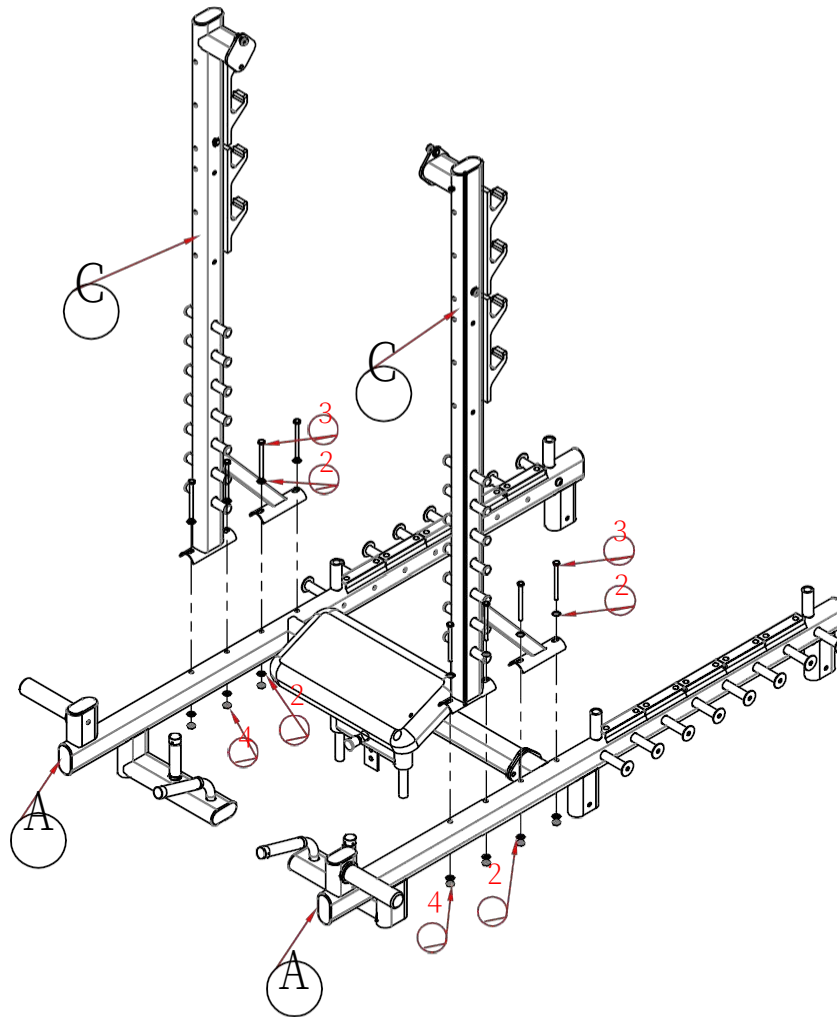
SCHRITT 2



Schritt 2:

1. Montieren Sie 2 linke und rechte untere Kreuzrahmenbaugruppen A und 1 untere Verbindungssitzpolsterrahmenbaugruppe D wie in der Abbildung gezeigt und befestigen Sie sie mit 4 5# Außensechskantschrauben M10*30, 8 2# \varnothing 10 Unterlegscheiben und 4 4# M10 Muttern.

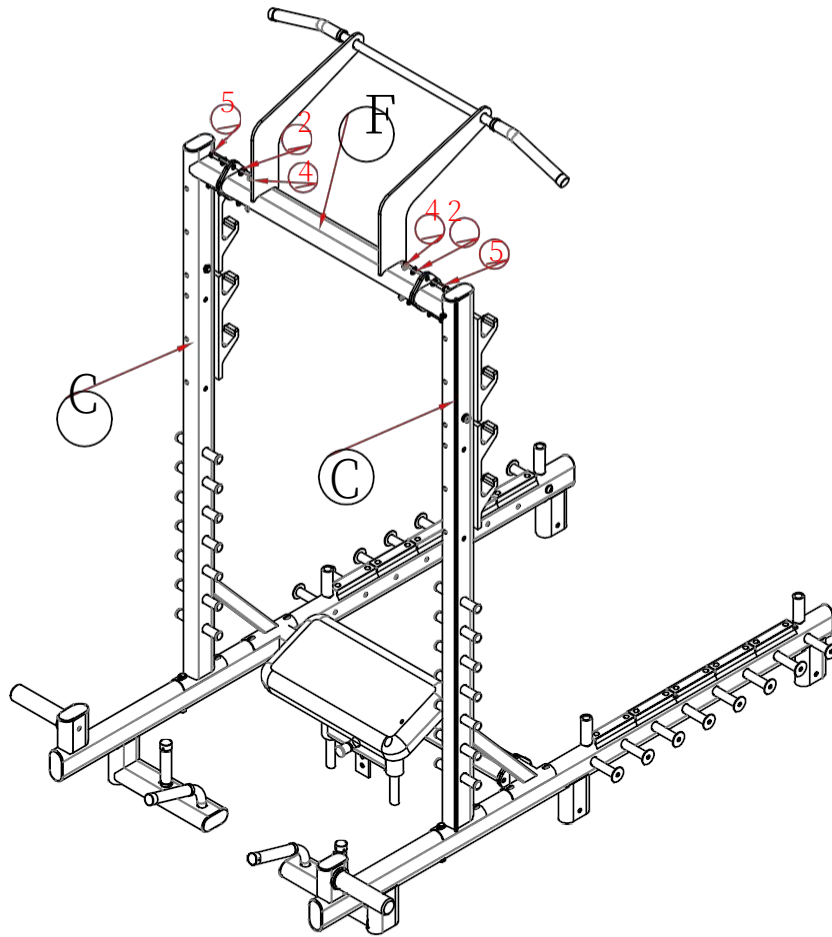
SCHRITT 3



Schritt 3:

1. 2 linke und rechte untere horizontale Rahmenbaugruppen von A und 2 vertikale Rahmenbaugruppen von C wie in der Abbildung gezeigt montieren und mit 8 3# Außensechskantschrauben M10*120, 16 2# Ø 10 Unterlegscheiben und 8 4# M10 Muttern befestigen. Montieren Sie 2 linke und rechte untere horizontale Rahmenbaugruppen von A und 2 vertikale Rahmenbaugruppen von C, wie in der Abbildung gezeigt, und befestigen Sie sie mit 8 3# Außensechskantschrauben M10*120, 16 2# Ø 10 Unterlegscheiben und 8 4# M10 Muttern.

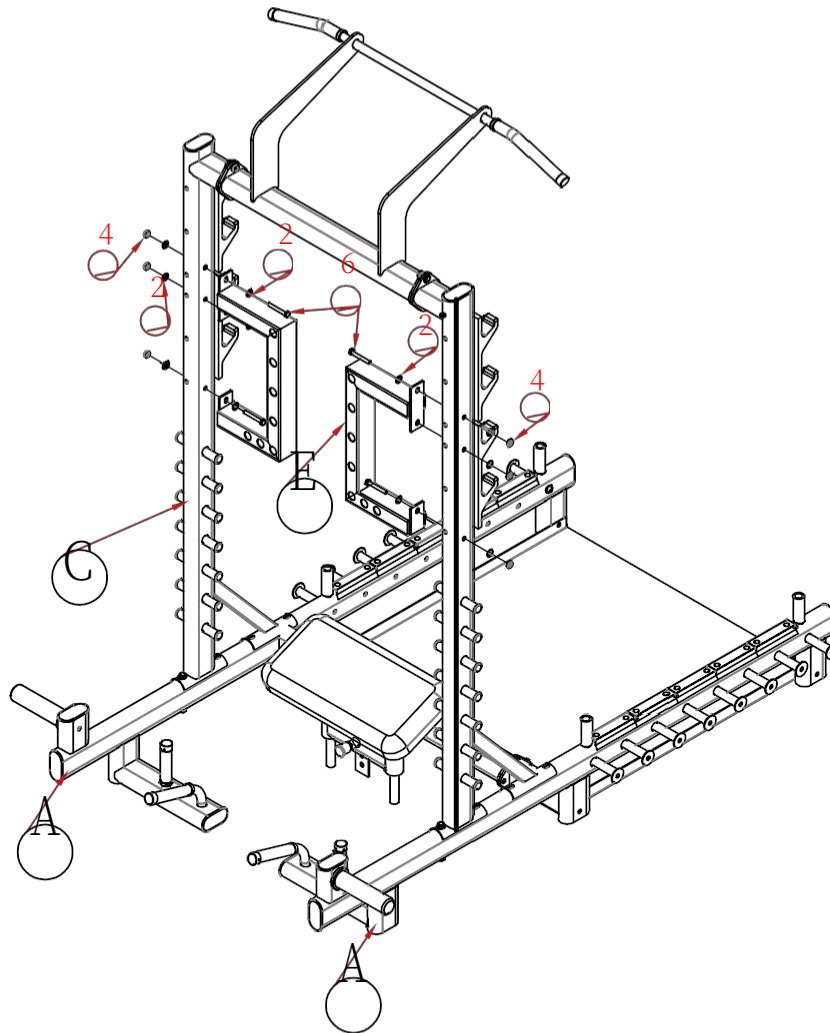
SCHRITT 4



Schritt 4:

Montieren Sie 2 C-seitige vertikale Rahmenbaugruppen und 1 F-seitige Verbindungsstützrahmenbaugruppe wie in der Abbildung gezeigt, und befestigen Sie sie mit 4 5# Außensechskant M10*30-Schrauben, 8 2#Ø 10-Unterlegscheiben und 4 4#M10-Muttern.

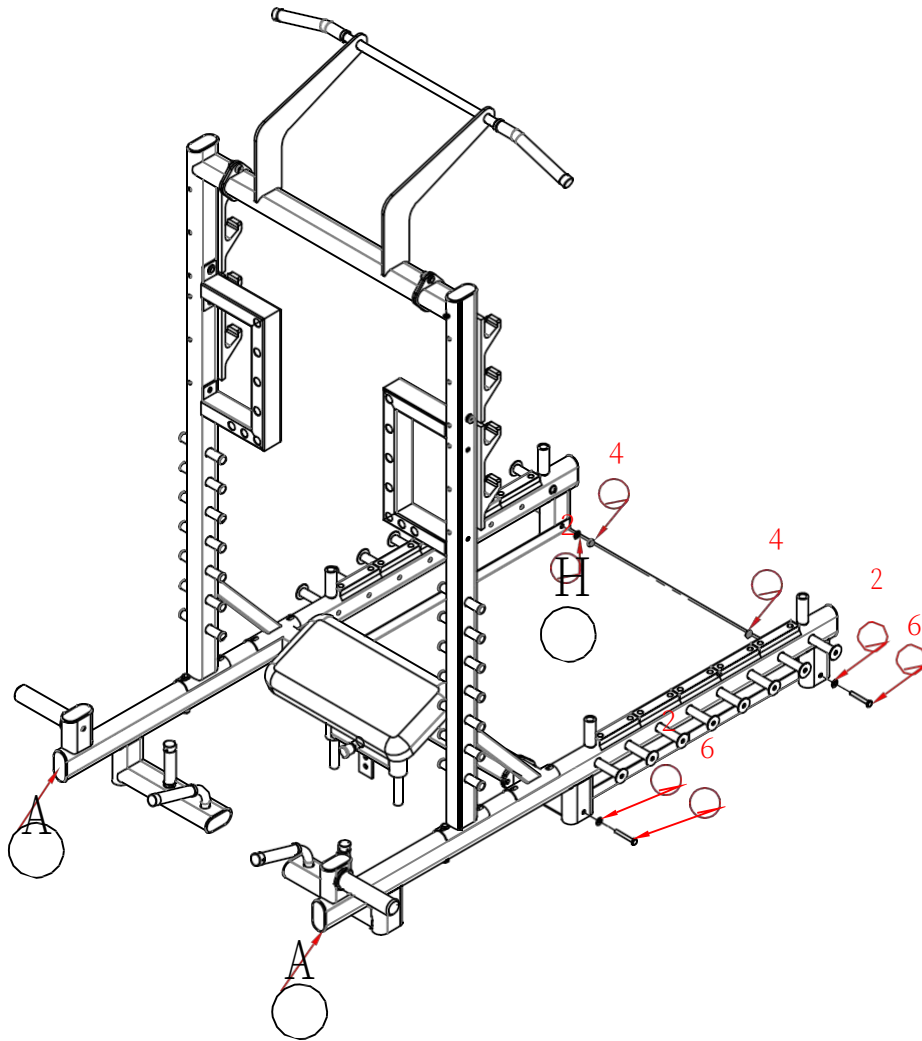
SCHRITT 5



Schritt 5:

1. Montieren Sie 2 C-seitige vertikale Rahmenbaugruppen und 2 E-seitige linke und rechte Rahmenbaugruppen wie in der Abbildung gezeigt, und befestigen Sie sie mit 6 6# Außensechskantschrauben M10*70, 12 2# \varnothing 10 Unterlegscheiben und 6 4#M10-Muttern.

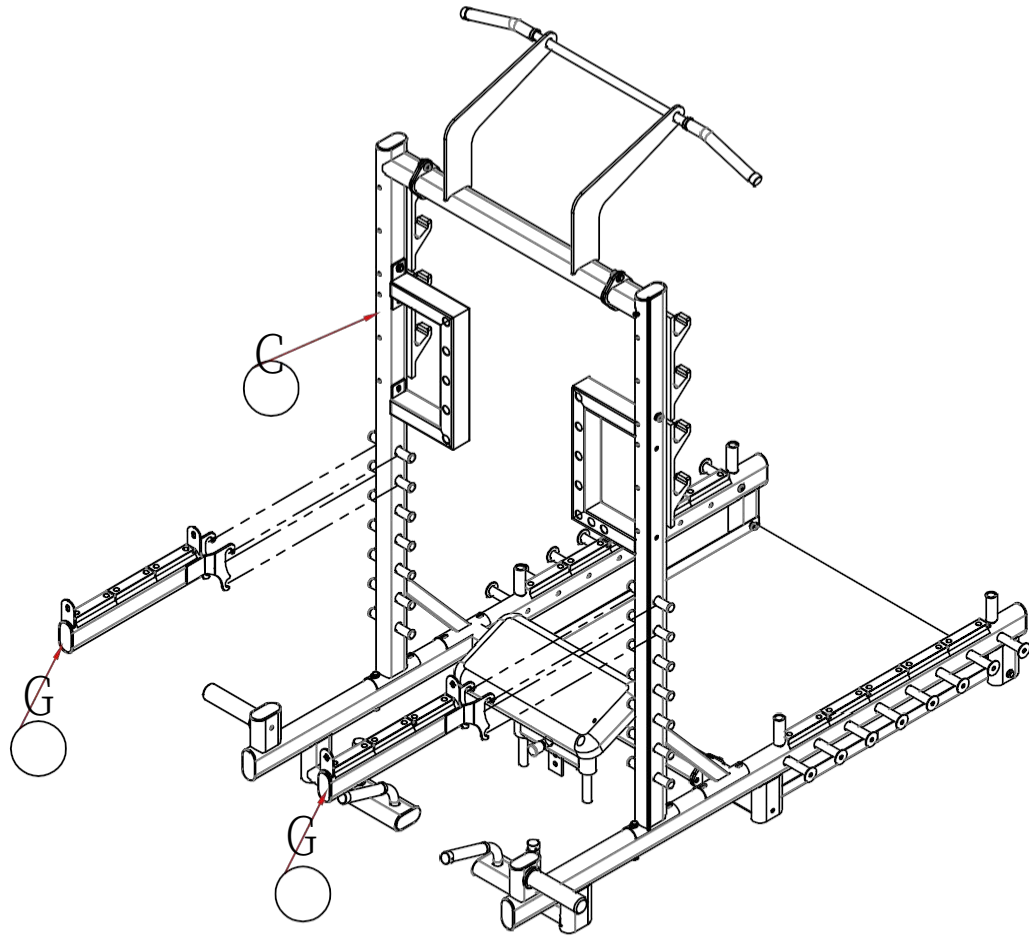
SCHRITT 6



Schritt 6:

1. Montieren Sie 2 linke und rechte untere Querrahmenbaugruppen A und 1 Musterplatte H wie in der Abbildung gezeigt und befestigen Sie sie mit 4 6# Außensechskantschrauben M10*70, 8 2# \varnothing 10 Unterlegscheiben und 4 4# M10 Muttern.

SCHRITT 7



Schritt 7:

Bringen Sie die beiden großen Halterungen G an den beiden vertikalen Rahmen der Seite C an, wie in der Abbildung gezeigt.

Exercise Notice

Neben der Verbesserung der Fitness und des Muskelaufbaus kann dieses Produkt auch zur Gewichtsabnahme durch eine ausgewogene Ernährung beitragen.

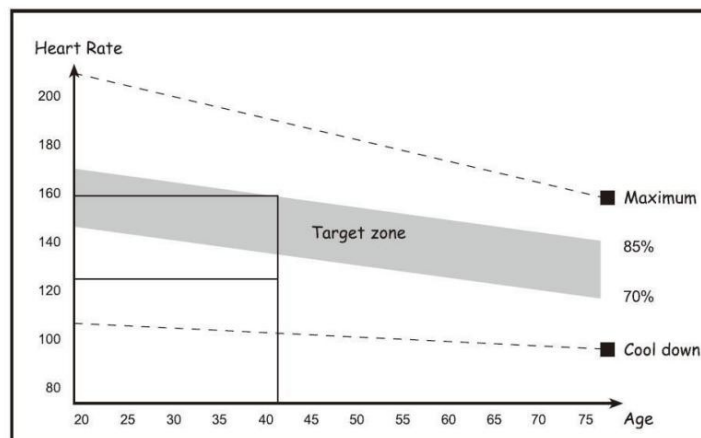
Aufwärmübungen vor dem Training.

Die Aufwärmübungen in dieser Phase fördern die Durchblutung des Trainierenden und bereiten die Muskeln optimal auf das Training vor. Sie verringern auch das Risiko von Krämpfen oder Muskelzerrungen während des Trainingsprozesses. Die Aufwärmübungen in dieser Phase fördern die Durchblutung und bereiten die Muskeln optimal auf das Training vor. Sie verringern auch das Risiko von Krämpfen oder Muskelzerrungen während des Trainingsprozesses. Jede Dehnungsübung sollte etwa 30 Sekunden lang durchgeführt werden. Vermeiden Sie intensive Dehnungsbewegungen, um Muskelschäden zu vermeiden. Bei Muskelverletzungen oder Unwohlsein sollten Sie das Training sofort abbrechen.



Ausbildungsphase.

Diese Phase ist die formale Trainingsphase und kann durch konsequentes Üben über einen langen Zeitraum die Beweglichkeit der Beinmuskulatur verbessern. Das Wichtigste beim Training ist, die Übungen mit einer stabilen Trainingsintensität auf der Grundlage der individuellen Trainingsbedingungen durchzuführen. Es ist wichtig, eine angemessene Trainingsintensität zu wählen und die Herzfrequenz innerhalb des in der nachstehenden Tabelle aufgeführten Zielbereichs zu halten. Es ist wichtig, eine geeignete Trainingsintensität zu wählen und die Herzfrequenz innerhalb des in der nachstehenden Tabelle aufgeführten Zielbereichs zu halten.

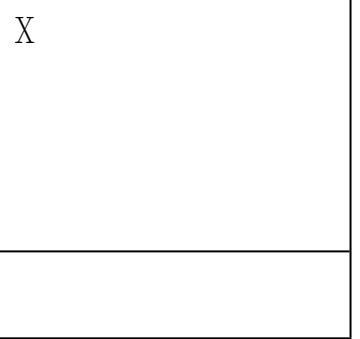
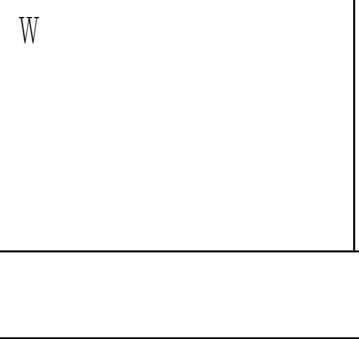
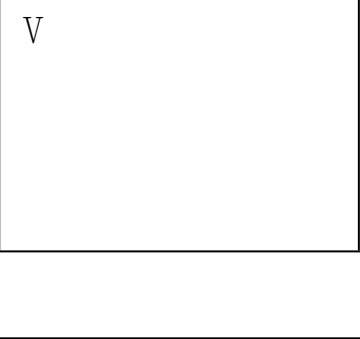
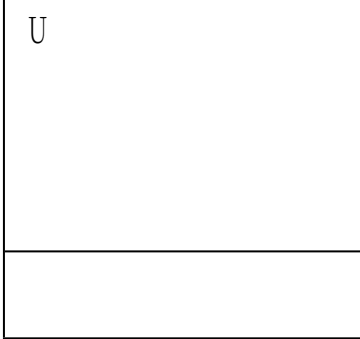
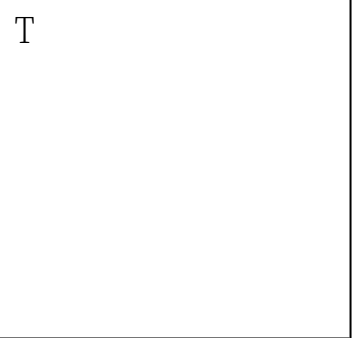
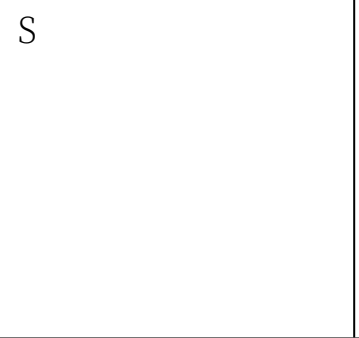
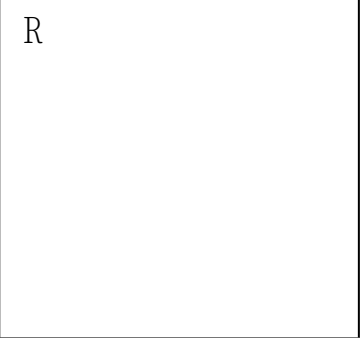
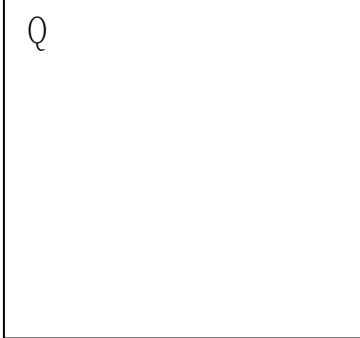
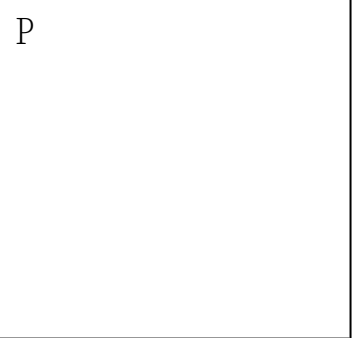
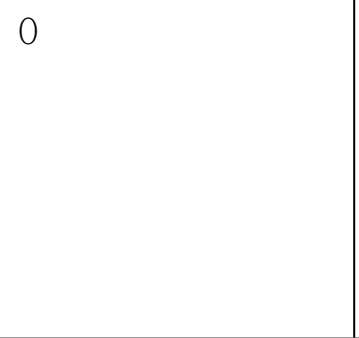
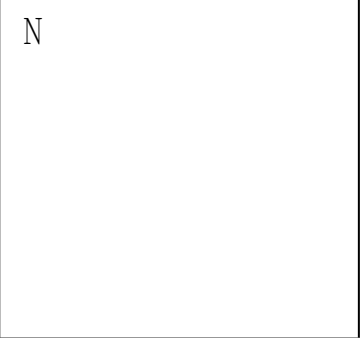
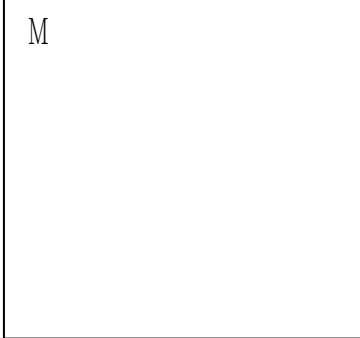
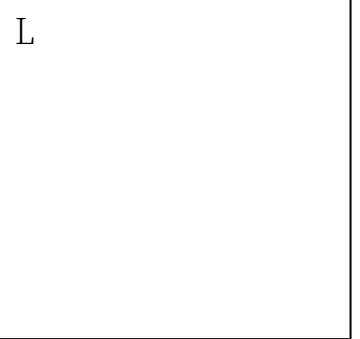
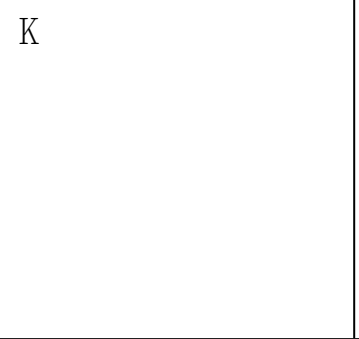
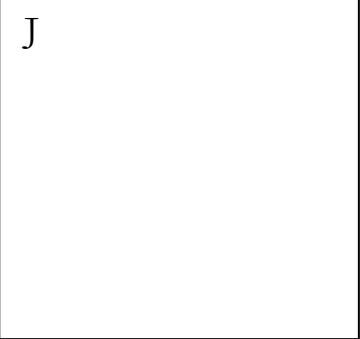
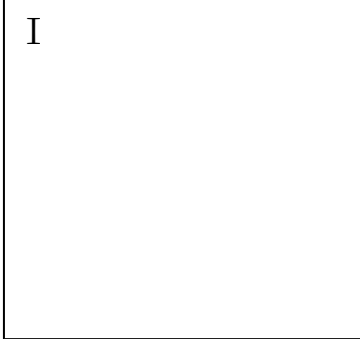
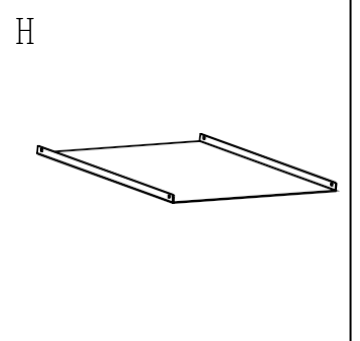
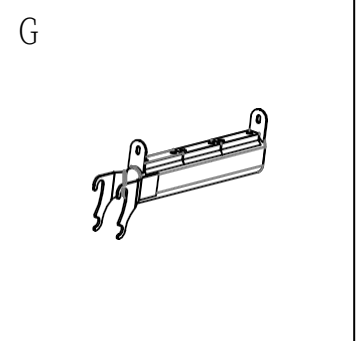
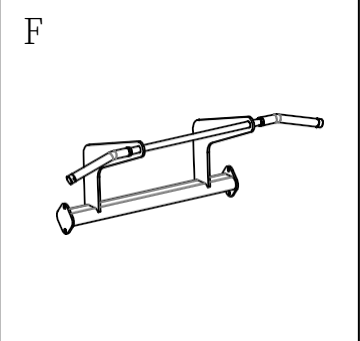
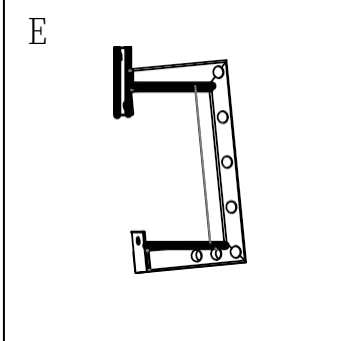
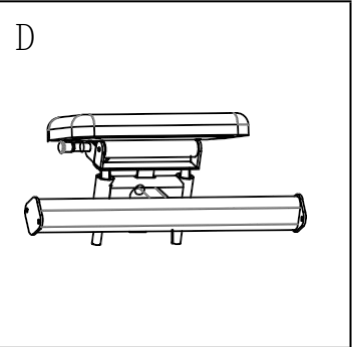
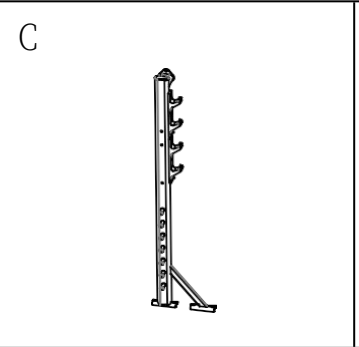
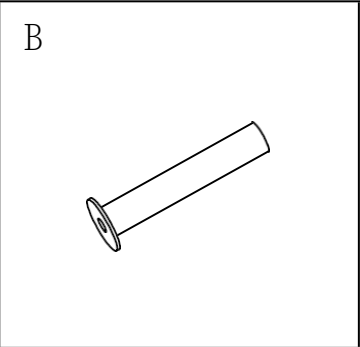
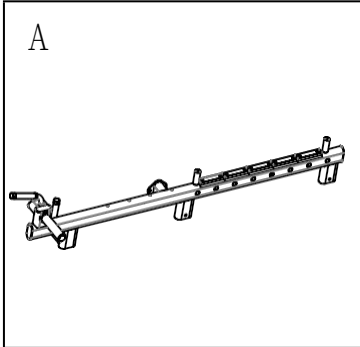


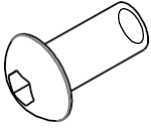
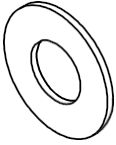
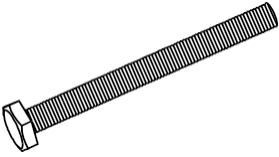

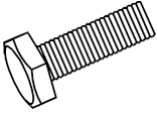
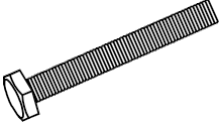
Um Ihre Herzfrequenz im entsprechenden Zielbereich zu halten, trainieren Sie mindestens 12 Minuten lang kontinuierlich. Die meisten Menschen trainieren zu Beginn des Trainings 15-20 Minuten lang. Die meisten Menschen trainieren zu Beginn des Trainings 15-20 Minuten lang.

Bezpečnostné tipy

Tento návod na použitie si riadne uschovajte pre budúce použitie.

1. Pred zostavením a používaním tréningového zariadenia je veľmi dôležité pozorne si prečítať celý obsah návodu na použitie. Iba správnym Pred zostavením a používaním tréningového zariadenia je veľmi dôležité pozorne si prečítať celý obsah návodu na použitie. Je potrebné zabezpečiť, aby všetci používatelia boli oboznámení s tréningovým zariadením. Všetky upozornenia a bezpečnostné opatrenia.
2. Pred použitím tohto tréningového zariadenia by sa používatelia mali poradiť s lekárom na základe svojho fyzického stavu, aby sa predišlo zdravotným alebo bezpečnostným nehodám počas tréningu, ktoré by mali za následok nemožnosť normálne trénovať. Pred použitím tohto tréningového zariadenia by sa používatelia mali poradiť s lekárom na základe svojho fyzického stavu, aby sa predišlo zdravotným alebo bezpečnostným nehodám počas tréningu, ktoré by mali za následok neschopnosť normálne trénovať. Ak používateľ užíva lieky, ktoré ovplyvňujú srdcovú frekvenciu, krvný tlak a hladinu cholesterolu, určite sa pred tréningom riadte odporúčaniami lekára.
3. Pri tréningu vždy dbajte na svoju fyzickú kondíciu. Nesprávny alebo nadmerný tréning bude mať negatívny vplyv na vaše zdravie. nasledujúcich príznakov nepohodlia vrátane: bolesti hlavy, napätia na hrudi, nepravidelného srdcového tepu, dýchavičnosti, halucinácií, závratov, nevoľnosti atď. Okamžite prestaňte trénovať a pokračujte v tréningu až po kontrole lekárom, ktorý potvrdí, že nejde o žiadny problém.
4. Prosím, držte svoje deti a domáce zvieratá mimo dosahu tohto tréningového zariadenia. Toto tréningové zariadenie je určené len pre dospelých.
5. Tréningové zariadenie sa musí umiestniť na pevný, rovný povrch a na podlahu alebo koberec sa musí položiť ochranná vrstva, aby sa zabránilo poškodeniu podlahy. V záujme vašej bezpečnosti zabezpečte, aby vzdialenosť medzi obvodom tréningového zariadenia a prekážkami nebola menšia ako 1 meter.
5. Pred použitím tohto tréningového zariadenia skontrolujte, či sú všetky skrutky a matice, ktoré je potrebné utiahnuť, dotiahnuté, aby ste sa uistili, že ho možno používať. Skontrolujte, či sú všetky skrutky a matice, ktoré je potrebné utiahnuť, dotiahnuté, aby ste sa uistili, že ho možno bezpečne používať.
6. Bezpečné používanie tohto tréningového zariadenia možno zabezpečiť len pravidelnými opravami a údržbou častí, ktoré sú náchylné na poškodenie, opotrebovanie a poškodenie.
7. Dbajte na to, aby ste zariadenie používali v súlade s pokynmi uvedenými v návode na obsluhu. Ak sa pri montáži a údržbe zistia chybné diely alebo sa počas používania ozývajú neobvyklé zvuky, okamžite zastavte prevádzku a používanie, aby ste sa uistili, že sú všetky problémy vyriešené. Ak sa počas montáže a údržby zistia chybné diely alebo sa počas používania ozývajú neobvyklé zvuky, okamžite zastavte prevádzku a používanie, aby ste sa uistili, že všetky problémy sú vyriešené. Až po ich vyriešení môžeme pokračovať.
8. Pri používaní tohto tréningového zariadenia noste oblečenie vhodné na tréning a vyhnite sa noseniu voľného oblečenia. Objemné oblečenie sa môže na zariadení zaseknúť, brániť v prevádzke a môže spôsobiť, že budete na zariadení uväznení a nebudete sa môcť pohybovať. Objemné oblečenie sa môže na stroji zaseknúť, brániť v prevádzke a môže spôsobiť, že budete na zariadení uväznení a nebudete sa môcť pohybovať.
9. Toto tréningové zariadenie nie je vhodné na použitie ako zdravotnícke zariadenie.
10. Pri zdvíhaní alebo premiestňovaní tohto tréningového zariadenia dbajte na bezpečnosť, používajte správne metódy premiestňovania alebo využite pomoc iných osôb.

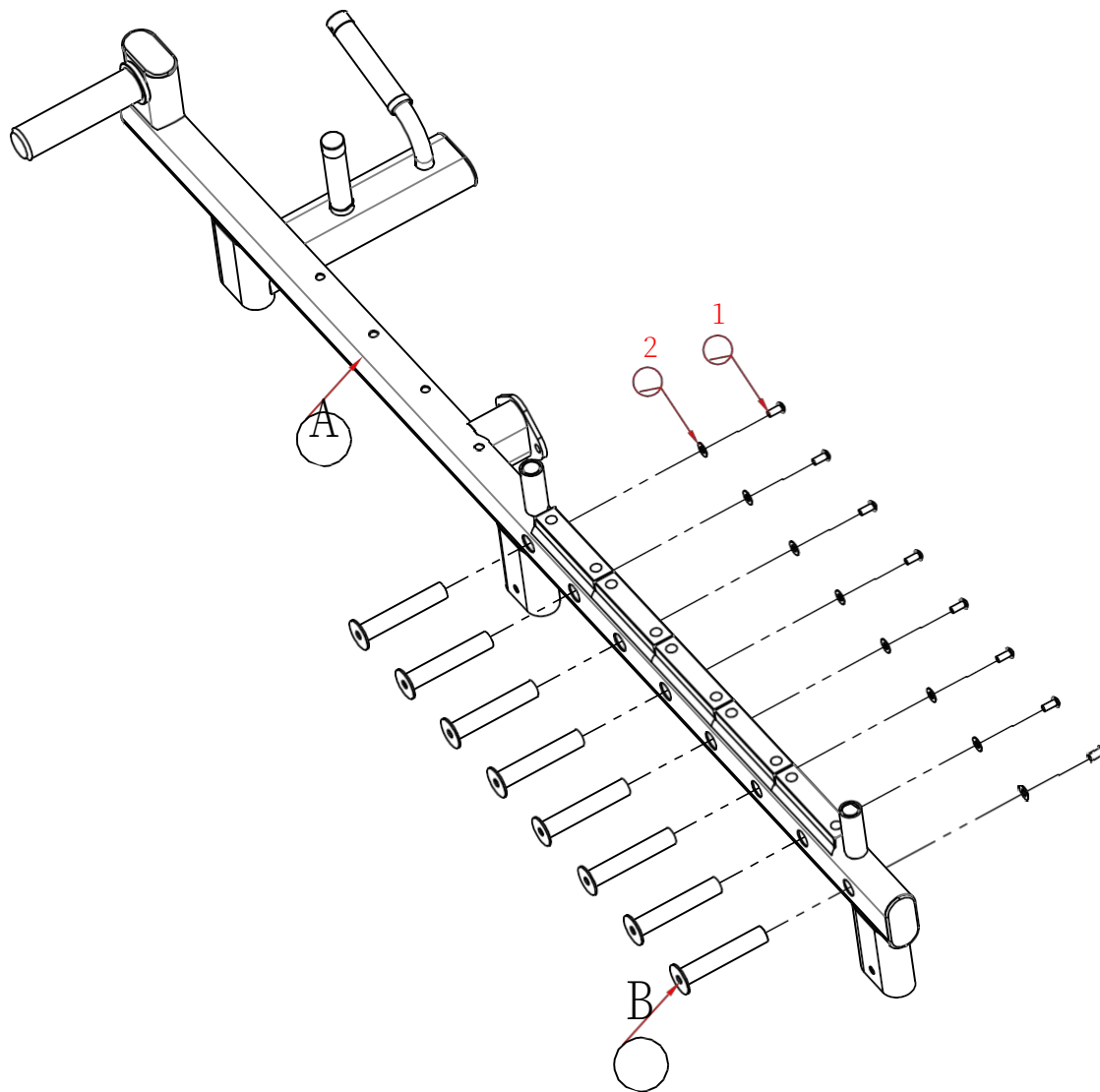


1 	2 	3 	4 
5 	6 	7	8
9	10	11	12
13	14	15	16
17	18	19	20
21	22	23	24

Zoznam častí

Nie.	Názov	Množstvo	Nie.	Názov	Množstvo
A	Zostava bočného spodného krížového rámu	2	1	Skrutka so šesťhrannou hlavou M10*20	14
B	Zostava malej západky	14	2	∅ 10 podložka	66
C	Zostava bočného rámu	2	3	Šesťhranná skrutka M10*120	8
D	Spodná spojovacia zostava rámu vankúša sedadla	1	4	Matica M10	26
E	Komponenty štvorcového rámu	2	5	Šesťhranná skrutka M10*30	8
F	Horný spojovací rám	1	6	Šesťhranná skrutka M10*70	10
G	Zostava veľkej konzoly	2	7		
H	Károvaná doska	1	8		
I			9		
J			10		
K			11		
L			12		
M			13		
N			14		
O			15		
P			16		
Q			17		
R			18		
S			19		
T			20		
U			21		
V			22		
W			23		
X			24		
Y			25		
Z			26		

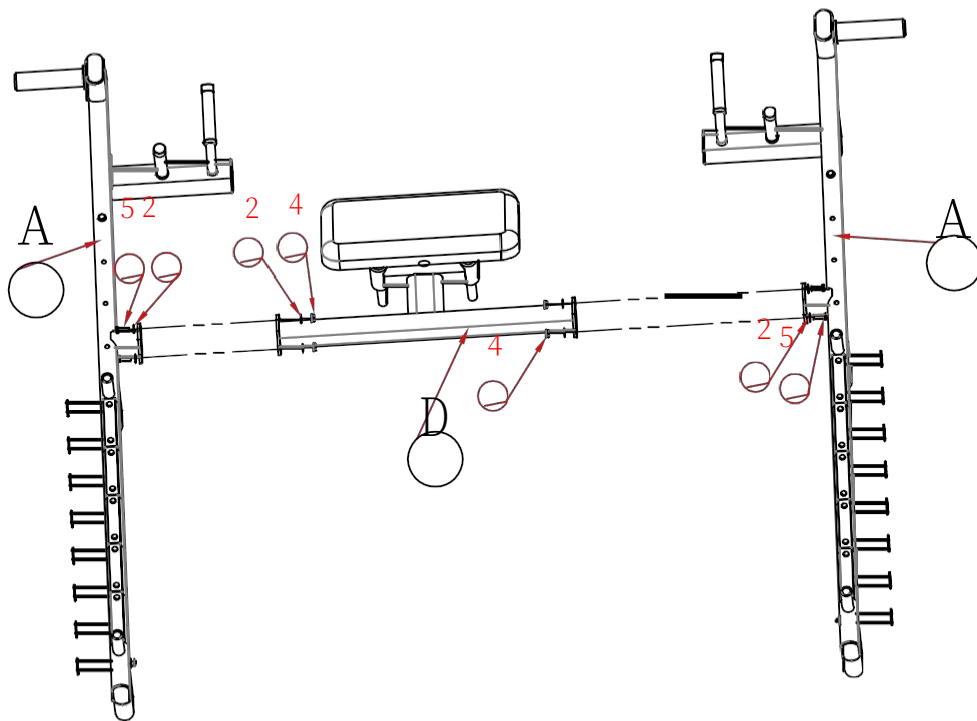
KROK 1



Krok 1:

(Nedotahujte všetky skrutky, dotiahnite ich až po dokončení celej inštalácie) 1. Nainštalujte 2 zostavy ľavého a pravého spodného priečneho rámu A a 14 zostáv malých západiek Bas znázornených na obrázku a upevnite ich pomocou 14 skrutiek M10*20 so šesťhrannou hlavou 1# a 14 podložiek 2# \varnothing 10. Spôsob inštalácie je rovnaký na oboch stranách.

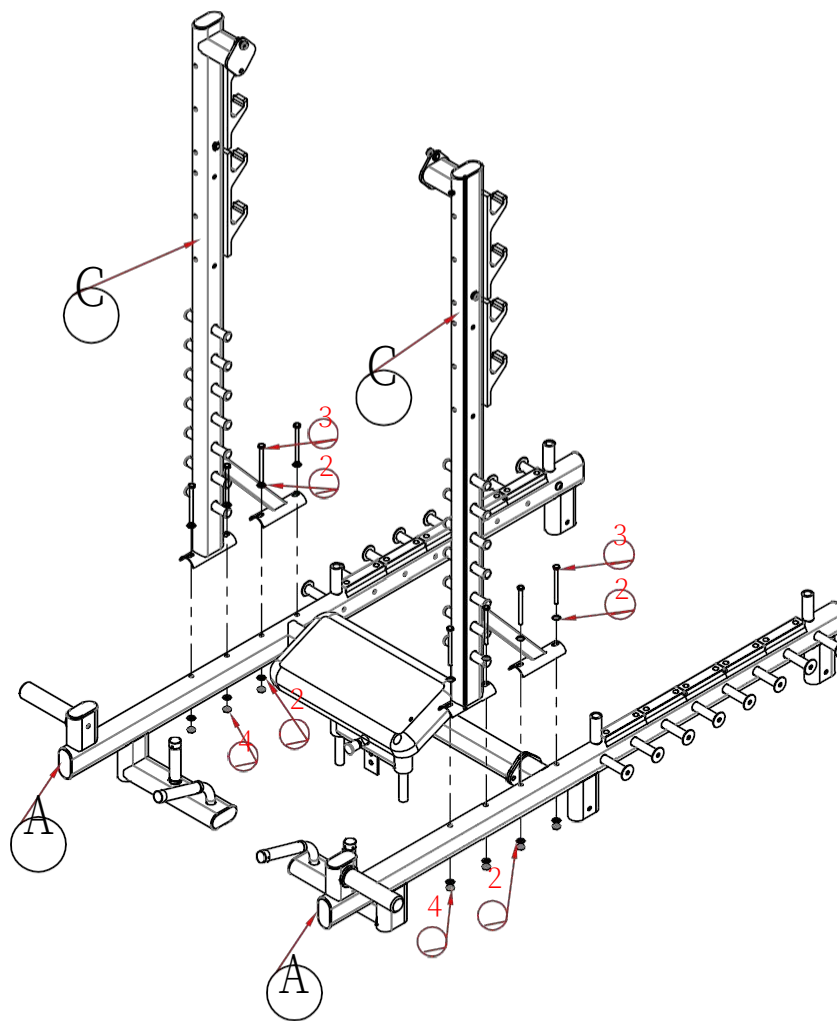
KROK 2



Krok 2.

1. Nainštalujte 2 zostavy ľavého a pravého spodného priečného rámu A a 1 zostavu spodného spojovacieho rámu sedáku D, ako je znázornené na obrázku, a upevnite ich pomocou 4 skrutiek s vonkajším šesťhranom M10*30 5#, 8 podložiek \varnothing 10 2# a 4 matic M10 4#. vonkajšími šesťhrannými skrutkami M10*30, 8 podložkami 2# \varnothing 10 a 4 maticami 4# M10.

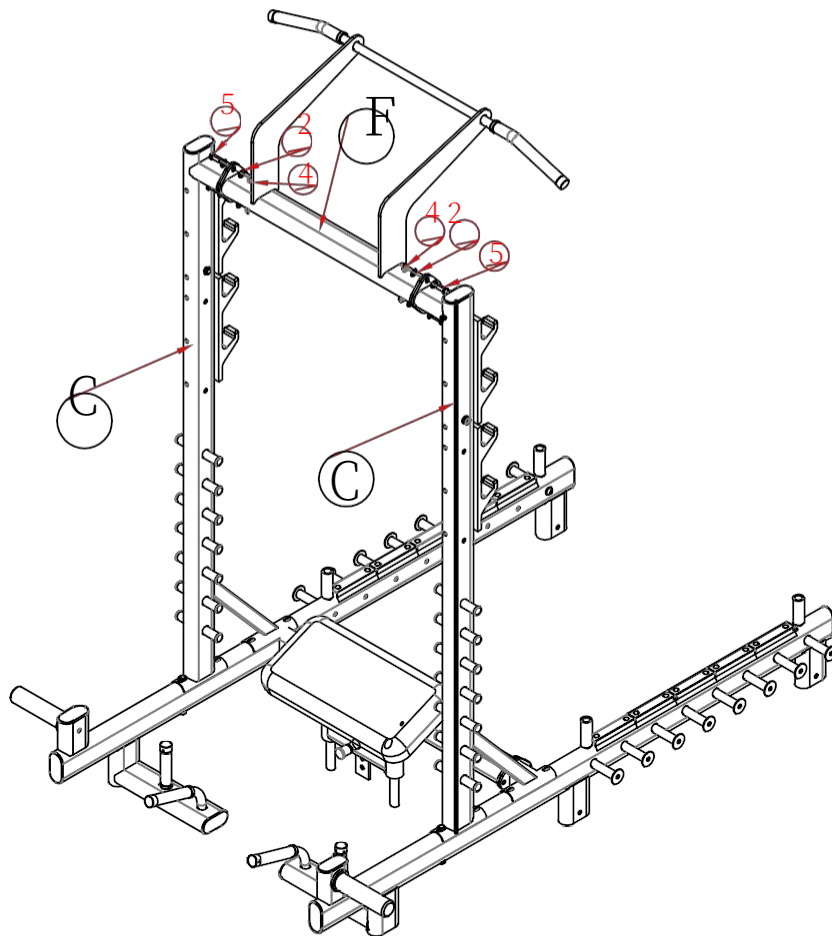
KROK 3



Krok 3.

1. Nainštalujte 2 zostavy ľavého a pravého spodného horizontálneho rámu A a 2 zostavy vertikálneho rámu C, ako je znázornené na obrázku, a upevnite ich pomocou 8 skrutiek s vonkajším šesťhranom M10*120 3#, 16 podložiek \varnothing 10 2# a 8 matic M10 4#. Nainštalujte 2 zostavy ľavého a pravého spodného horizontálneho rámu A a 2 zostavy vertikálneho rámu C, ako je znázornené na obrázku, a upevnite ich pomocou 8 skrutiek s vonkajším šesťhranom M10*120, 16 podložiek \varnothing 10 a 8 matic M10 4#.

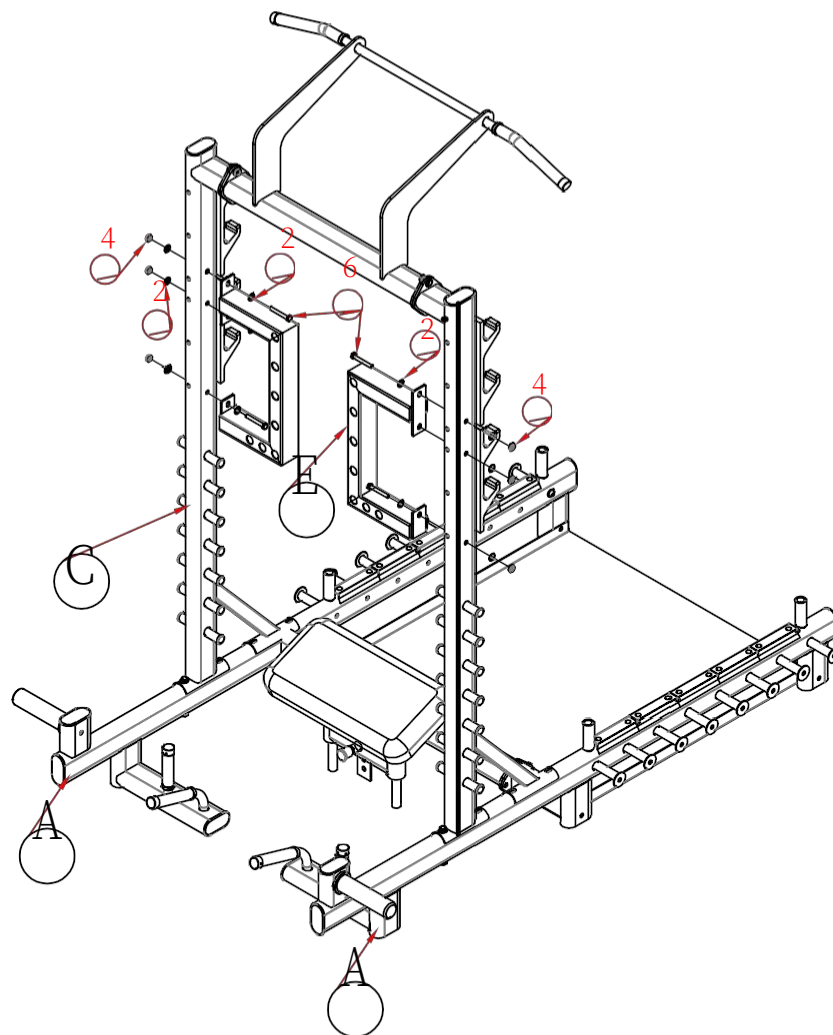
KROK 4



Krok 4.

1. Nainštalujte 2 zostavy vertikálneho rámu na strane C a 1 zostavu spojovacieho nosného rámu na strane F, ako je znázornené na obrázku, a upevnite ich pomocou 4 vonkajších šesťhranných M10*30, 8 podložkami 2#Ø 10 a 4 maticami 4#M10.

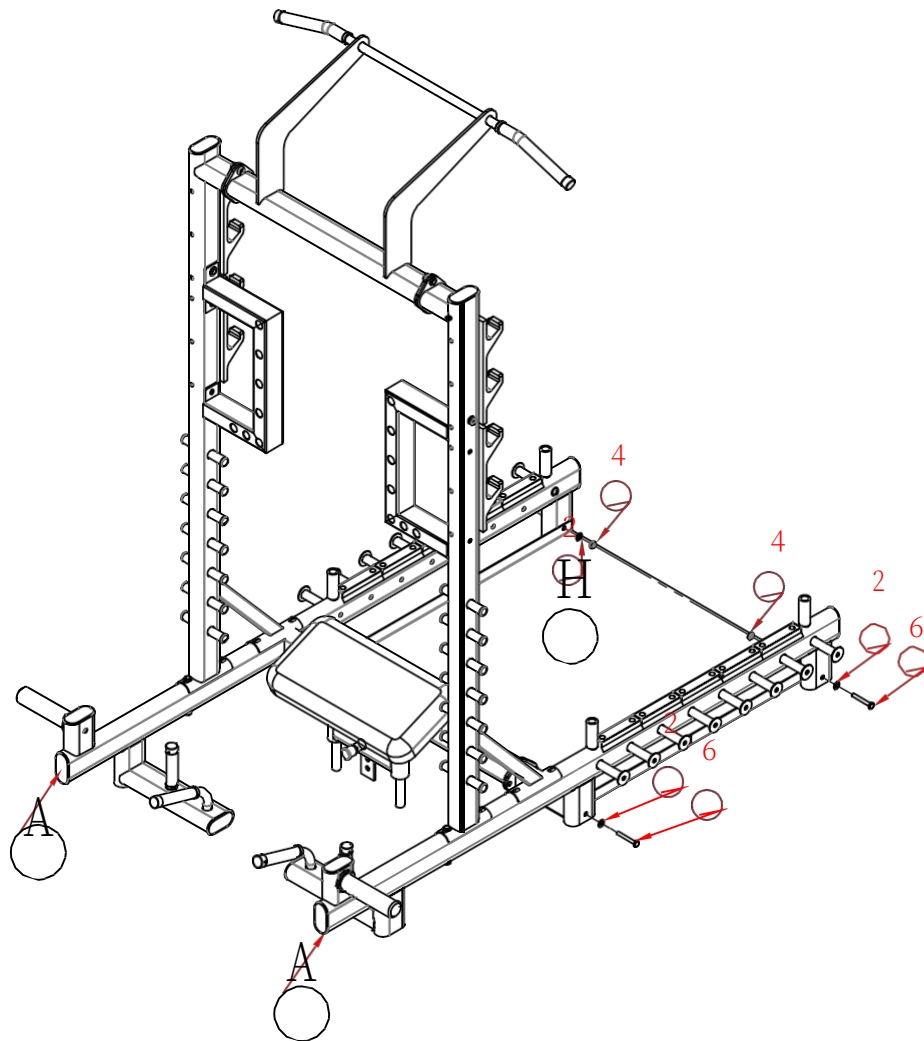
KROK 5



Krok 5.

1. Nainštalujte 2 zostavy vertikálneho rámu na strane C a 2 zostavy ľavého a pravého rámu na strane E, ako je znázornené na obrázku, a upevnite ich pomocou 6 skrutiek s vonkajším šesťhranom M10 *70, 12 podložiek 2#Ø 10 a 6 matíc 4#M10. *Inštalujte 2 zostavy vertikálneho rámu na strane C a 2 zostavy ľavého a pravého rámu na strane E, ako je znázornené na obrázku, a upevnite ich pomocou 6 6# vonkajších šesťhranných skrutiek M10, 12 podložiek 2#Ø 10 a 6 matíc 4#M10.

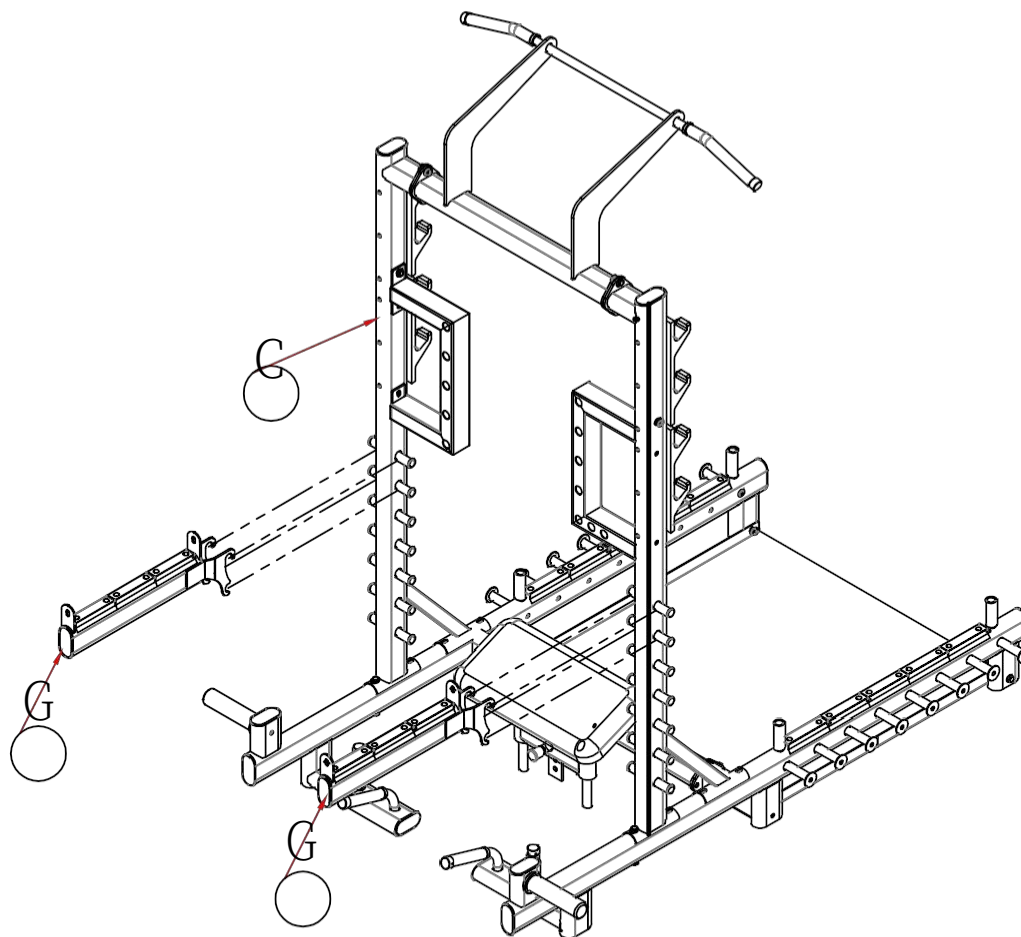
KROK 6



Krok 6.

1. Nainštalujte 2 zostavy vertikálneho rámu na strane C a 2 zostavy ľavého a pravého rámu na strane E, ako je znázornené na obrázku, a upevnite ich pomocou 6 skrutiek s vonkajším šesťhranom M10*70, 12 podložiek 2#Ø 10 a 6 matic 4#M10.

KROK 7



Krok 7.

1. Nainštalujte dve zostavy veľkej konzoly G na dve zostavy bočného vertikálneho rámu C, ako je znázornené na obrázku.

Exercise Notice

Okrem zlepšenia kondície a budovania svalovej hmoty môže tento produkt prispieť aj k zníženiu hmotnosti prostredníctvom vyváženej stravy.

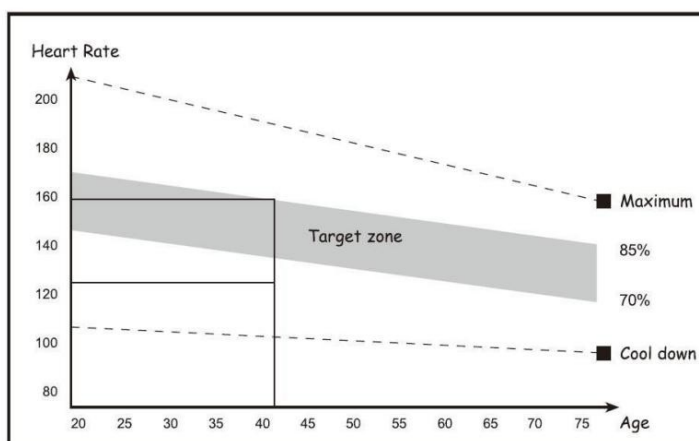
Zahrievacie cvičenia pred tréningom.

Zahrievacie cvičenia v tejto fáze zlepšujú krvný obeh cvičenca a pripravujú svaly na optimálny tréning. Znižujú tiež riziko kŕčov alebo natiahnutia svalov počas tréningového procesu. Zahrievacie cvičenia v tejto fáze zlepšujú krvný obeh cvičenca a pripravujú svaly na optimálny tréning. Znižujú tiež riziko kŕčov alebo natiahnutia svalov počas tréningového procesu. Každé strečingové cvičenie by malo trvať približne 30 s. Vyhnite sa intenzívnym strečingovým pohybom, aby ste predišli poškodeniu svalov. Ak sa vyskytnú akékoľvek svalové zranenia alebo neprijemné pocity, okamžite prestaňte cvičiť.



Fáza školenia.

Táto fáza je fázou formálneho tréningu a prostredníctvom dôsledného cvičenia počas dlhého obdobia môže zlepšiť flexibilitu svalov nôh. Kľúčom počas tréningu je vykonávať cvičenia so stabilnou intenzitou tréningu na základe individuálnych tréningových podmienok. tréningu je vykonávať cvičenia so stabilnou tréningovou intenzitou na základe individuálnych tréningových podmienok. Je dôležité zvoliť vhodnú tréningovú intenzitu a udržiavať srdcovú frekvenciu v cieľovom rozsahu uvedenom v tabuľke nižšie. Je dôležité zvoliť vhodnú tréningovú intenzitu a udržiavať srdcovú frekvenciu v cieľovom rozsahu uvedenom v tabuľke nižšie.

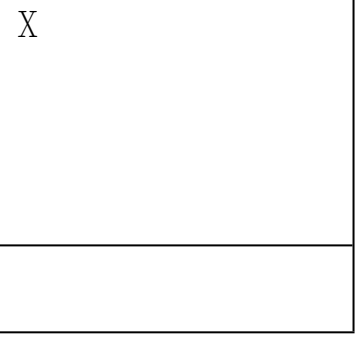
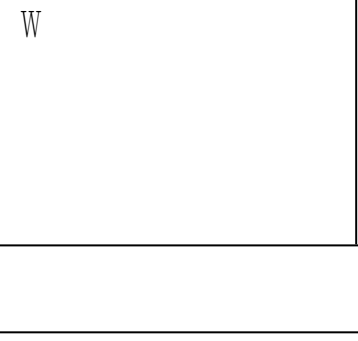
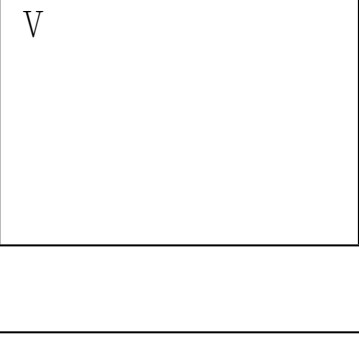
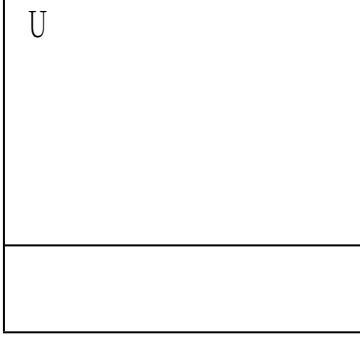
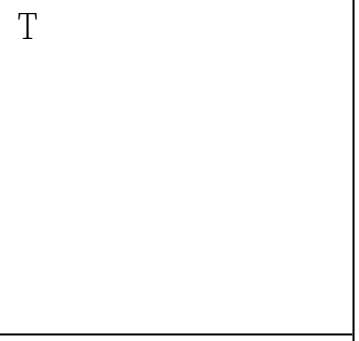
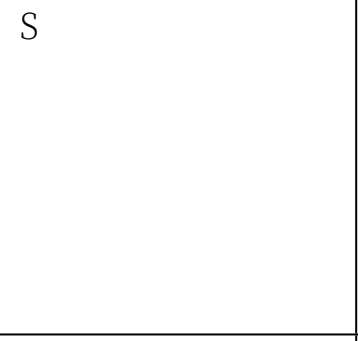
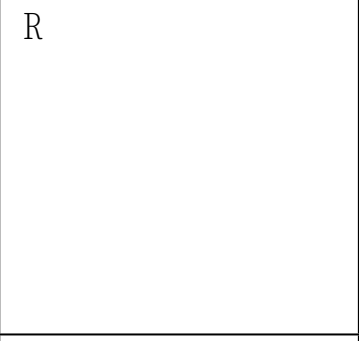
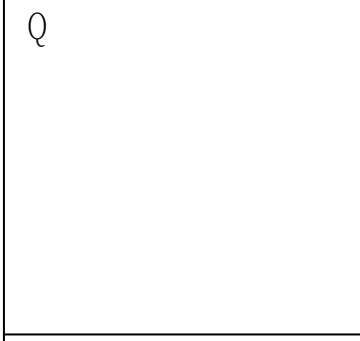
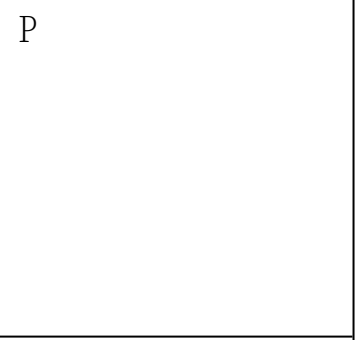
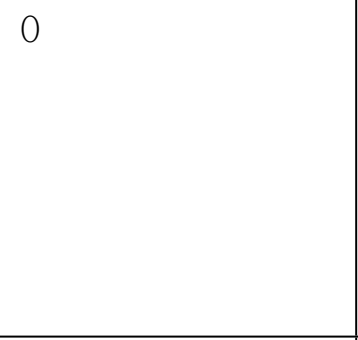
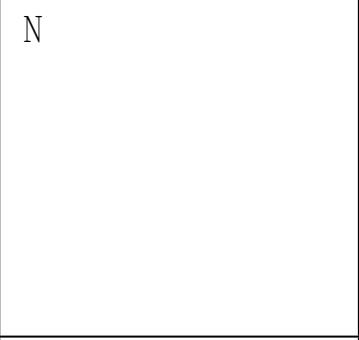
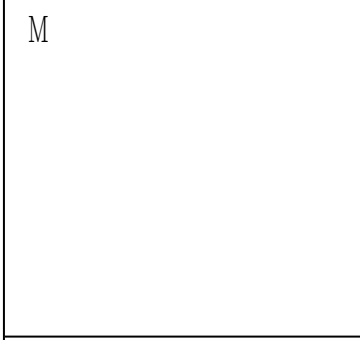
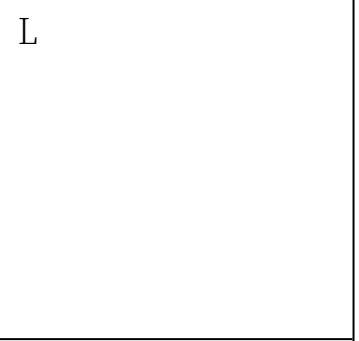
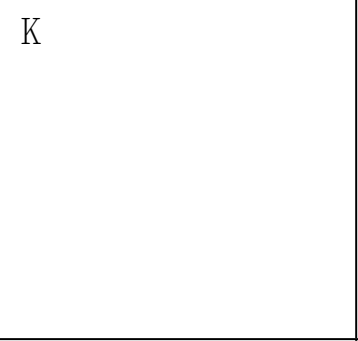
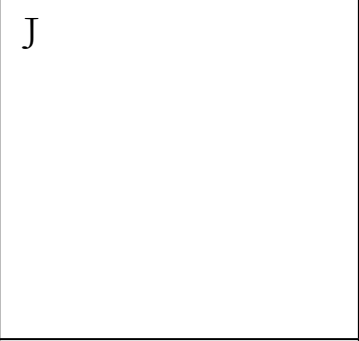
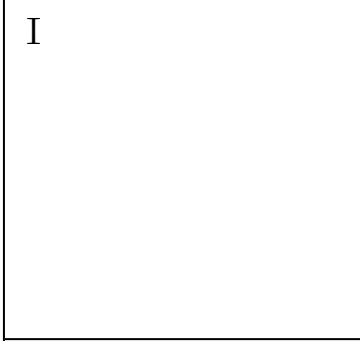
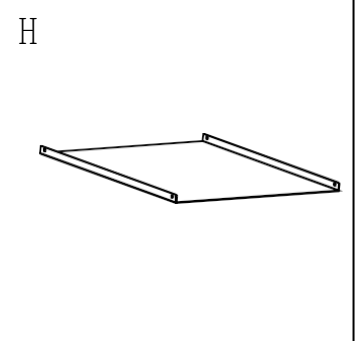
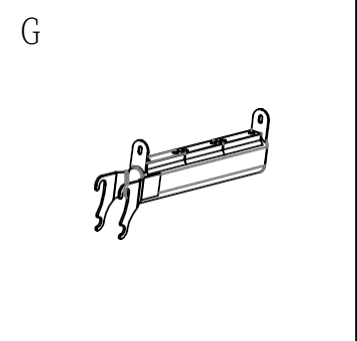
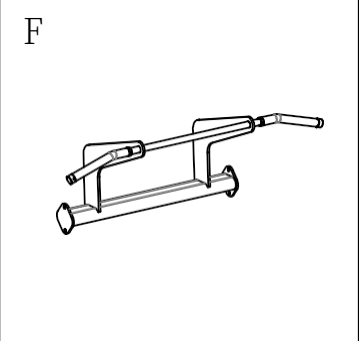
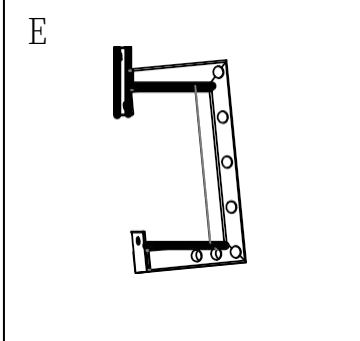
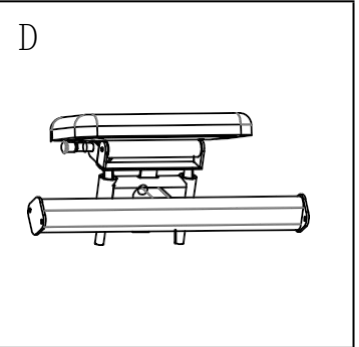
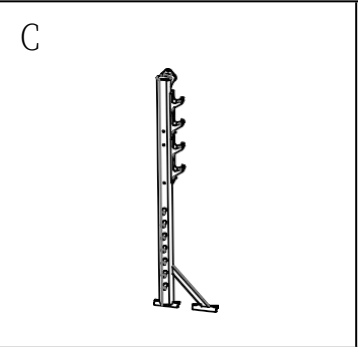
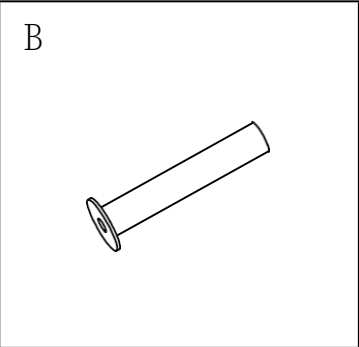
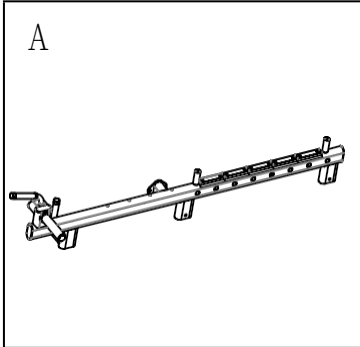


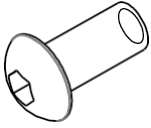
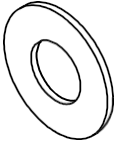
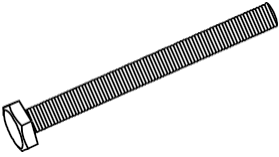

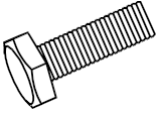
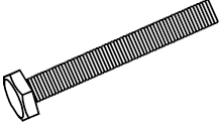
Aby ste si udržali tepovú frekvenciu v príslušnom cieľovom rozsahu, trénujte nepretržite aspoň 12 minút. Väčšina ľudí trénuje na začiatku tréningu 15 - 20 minút. Väčšina ľudí trénuje na začiatku tréningu 15-20 minút.

Veiligheidstips

Bewaar deze gebruiksaanwijzing goed, zodat u er later nog eens iets in kunt opzoeken.

1. Voordat u de trainingsapparatuur monteert en gebruikt, is het zeer belangrijk dat u de volledige inhoud van de gebruiksaanwijzing zorgvuldig doorleest. Alleen door de trainingsapparatuur op de juiste manier te installeren, te onderhouden en te gebruiken, kunnen veilige en effectieve trainingsresultaten worden bereikt. Alle gebruikers moeten bekend zijn met de trainingsapparatuur. Alle waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen.
2. Voordat gebruikers deze trainingsapparatuur gebruiken, dienen zij een arts te raadplegen op basis van hun lichamelijke conditie om te voorkomen dat er tijdens de training gezondheids- of veiligheidsincidenten optreden die ertoe leiden dat zij niet normaal kunnen trainen. Als de gebruiker medicijnen gebruikt die van invloed zijn op de hartslag, bloeddruk en cholesterolspiegels, zorg er dan voor dat u medisch advies opvolgt voordat u gaat trainen.
3. Let tijdens het trainen altijd op uw lichamelijke conditie. Verkeerde of overmatige training is schadelijk voor uw gezondheid. Neem contact met ons op als u last krijgt van de volgende ongemakken: hoofdpijn, beklemmend gevoel op de borst, onregelmatige hartslag, kortademigheid, halo, duizeligheid, misselijkheid, enz. Stop onmiddellijk met trainen en ga pas verder nadat een arts heeft gecontroleerd en bevestigd dat er geen probleem is.
4. Houd uw kinderen en huisdieren uit de buurt van deze trainingsapparatuur. Deze trainingsapparatuur is alleen bedoeld voor volwassenen.
5. De trainingsapparatuur moet voor gebruik op een stevige, vlakke ondergrond worden geplaatst en er moet een beschermende laag op de vloer of het tapijt worden aangebracht om schade aan de vloer te voorkomen. Zorg er voor uw veiligheid voor dat de afstand tussen de omtrek van de trainingsapparatuur en obstakels niet minder dan 1 meter bedraagt.
5. Controleer voordat u deze trainingsapparatuur gebruikt of alle bouten en moeren die moeten worden aangedraaid, zijn aangedraaid om er zeker van te zijn dat de apparatuur veilig kan worden gebruikt.
6. Het veilige gebruik van deze trainingsapparatuur kan alleen worden gegarandeerd door regelmatige reparaties en onderhoud van onderdelen die gevoelig zijn voor schade, slijtage.
7. Zorg ervoor dat u de apparatuur gebruikt in overeenstemming met de instructies in de gebruiksaanwijzing. Wanneer defecte onderdelen worden aangetroffen tijdens montage en onderhoud of wanneer abnormale geluiden worden gehoord tijdens het gebruik, verzoeken wij u het gebruik onmiddellijk te staken om ervoor te zorgen dat alle problemen worden opgelost. Pas als alle problemen zijn opgelost, kan verder worden gegaan.
8. Als u dit trainingsapparaat gebruikt, draag dan kleding die geschikt is voor training en vermijd het dragen van losse kleding. Grote kleding kan vast komen te zitten op het apparaat, de werking belemmeren en ervoor zorgen dat u vast komt te zitten op het apparaat en niet meer kunt bewegen.
9. Deze trainingsapparatuur is niet geschikt voor gebruik als medische apparatuur.
10. Let bij het optillen of verplaatsen van deze trainingsapparatuur op de veiligheid, gebruik de juiste verplaatsingsmethoden of laat u bijstaan door andere personen.

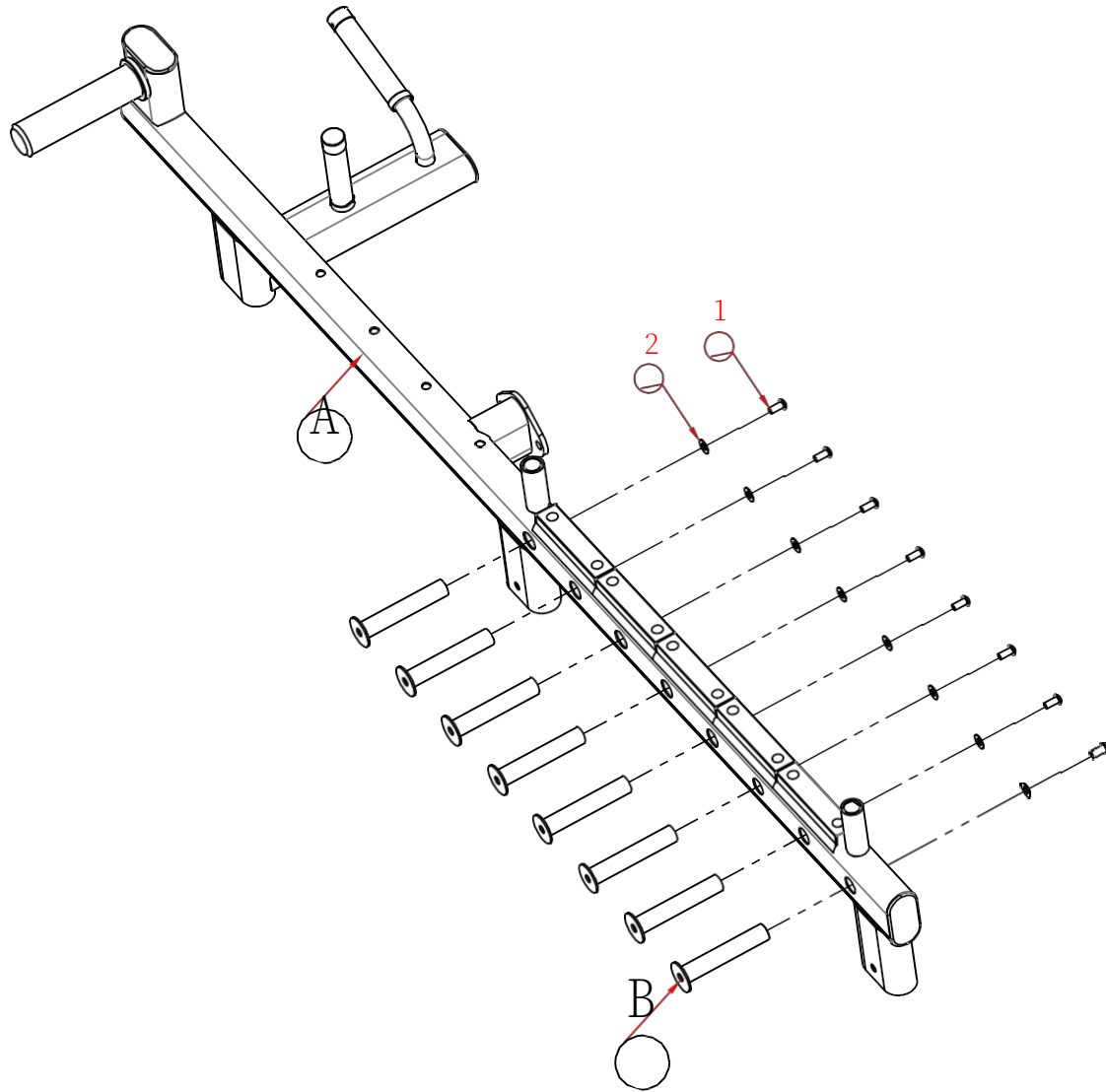


1 	2 	3 	4 
5 	6 	7	8
9	10	11	12
13	14	15	16
17	18	19	20
21	22	23	24

Onderdelenlijst

Nee.	Naam	Qty	Nee.	Naam	Qty
A	Zijkant onderste kruisframe	2	1	Inbusbout M10*20	14
B	Klein sluitmechanisme	14	2	∅ 10 vulring	66
C	Montage zijframe	2	3	Zeskantbout M10*120	8
D	Onderste verbindingsframe voor zitkussen	1	4	M10 moer	26
E	Vierkante frameonderdelen	2	5	Zeskantbout M10*30	8
F	Steunframe voor bovenste aansluiting	1	6	Zeskantbout M10*70	10
G	Grote beugel	2	7		
H	Geruite plaat	1	8		
I			9		
J			10		
K			11		
L			12		
M			13		
N			14		
O			15		
P			16		
Q			17		
R			18		
S			19		
T			20		
U			21		
V			22		
W			23		
X			24		
Y			25		
Z			26		

STAP 1

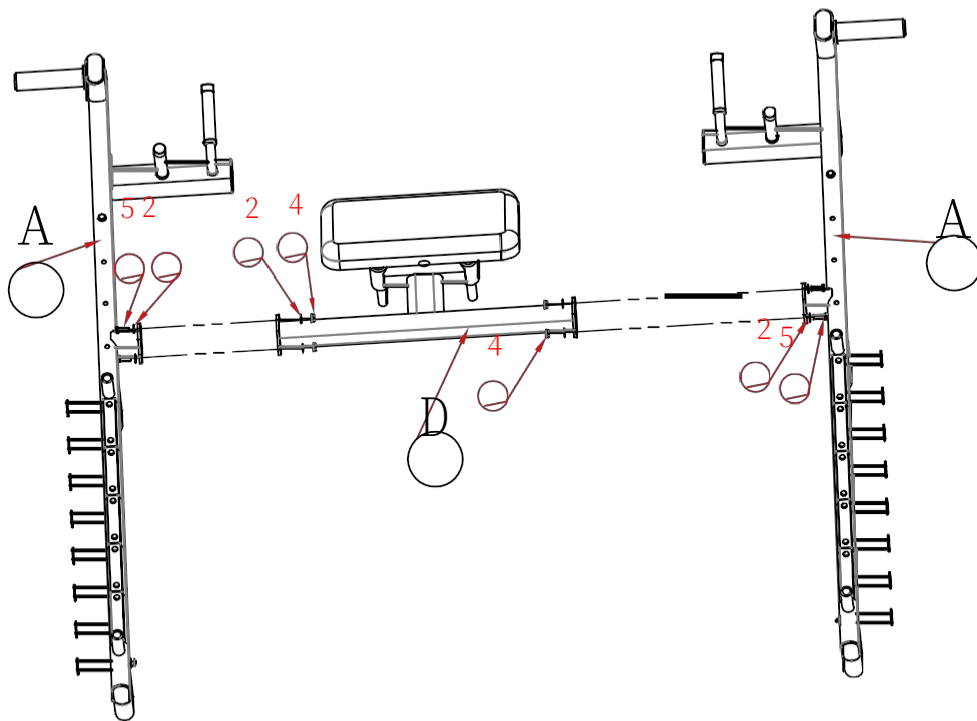


Stap 1: (Draai niet alle bouten vast, maar pas nadat alle installatie is voltooid)

1. Installeer 2 linker en rechter onderste kruisframe-samenstellen A en 14 kleine vergrendelingssamenstellen B zoals aangegeven in de afbeelding, en zet ze vast met 14 1# inbusbouten M10*20 en 14 2# \varnothing 10 ringen. Installeer 2 linker en rechter onderste kruisframe-samenstellen A en 14 kleine vergrendelingssamenstellen B zoals aangegeven in de afbeelding en zet ze vast met 14 inbusbouten M10*20 van 1# en 14 sluitringen \varnothing 10 van 2#.

De installatiemethode is hetzelfde aan beide zijden.

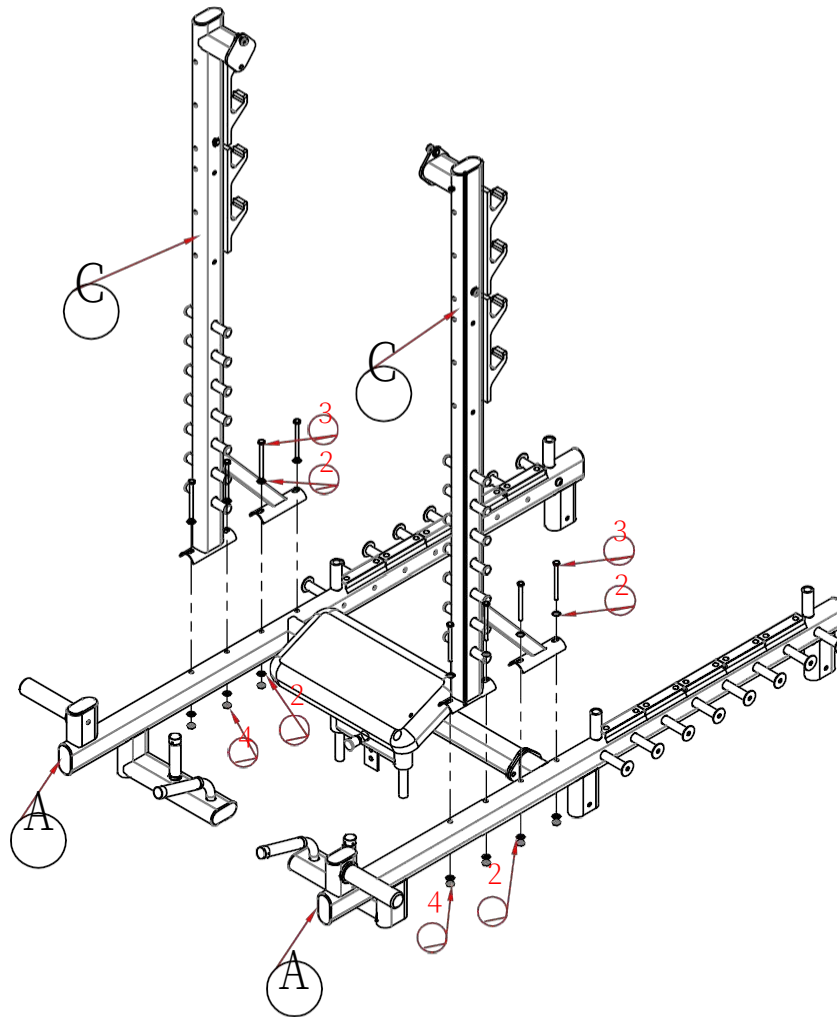
STAP 2



Stap 2.

1. Installeer 2 linker en rechter frames van het onderste kruisframe A en 1 frame van het onderste verbindingkussen D zoals aangegeven in de afbeelding en zet ze vast met 4 5# externe zeskant M10*30 bouten, 8 2# Ø 10 ringen en 4# M10 moeren. externe zeskant M10*30 bouten, 8 2# Ø 10 ringen en 4 4# M10 moeren.

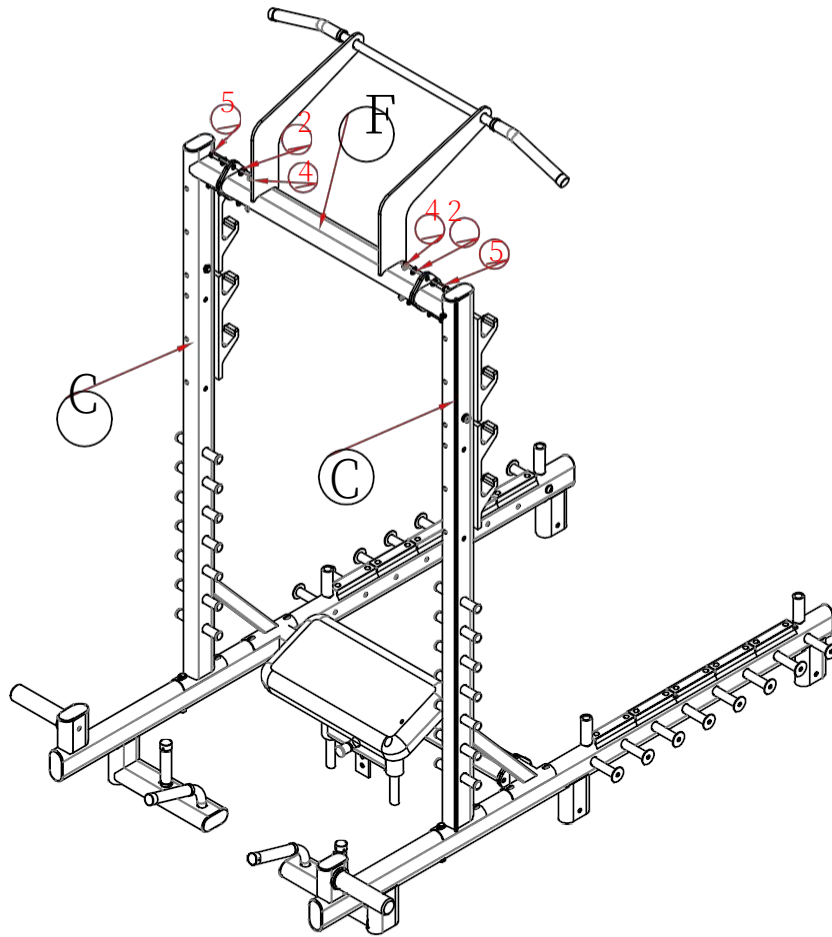
STAP 3



Stap 3.

1. Installeer 2 linker en rechter horizontale onderste framesamenstellen van A en 2 verticale framesamenstellen van C zoals aangegeven in de afbeelding, en zet ze vast met 8 3# externe zeskant M10*120 bouten, 16 2# Ø 10 ringen en 8 4# M10 moeren. Installeer 2 linker en rechter onderste horizontale framesamenstellen van A en 2 verticale framesamenstellen van C zoals aangegeven in de afbeelding en zet ze vast met 8 3# externe zeskant M10*120 bouten, 16 2# Ø 10 ringen en 8 4# M10 moeren.

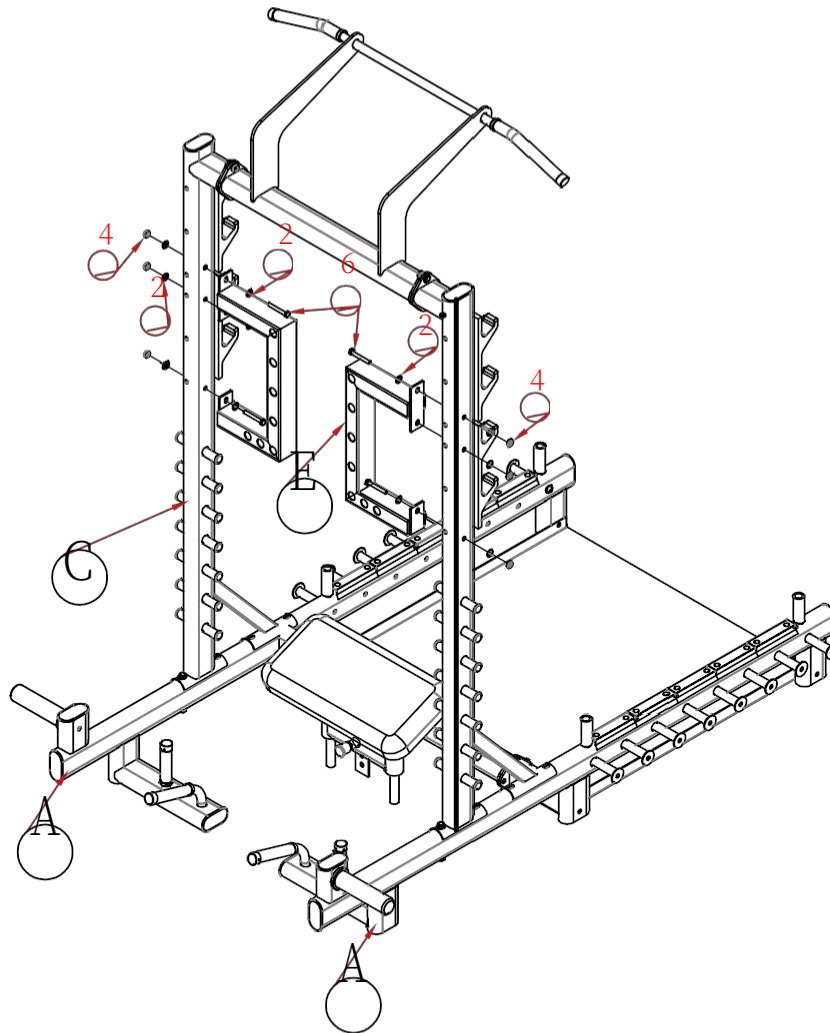
STAP 4



Stap 4.

1. Installeer 2 verticale frameconstructies aan de C-zijde en 1 verbindingsframeconstructie aan de F-zijde zoals weergegeven in de afbeelding en zet ze vast met 4 5# externe zeskantbouten M10*30, 8 2#Ø 10 ringen en 4 4#M10 moeren. M10*30 bouten, 8 2#Ø 10 ringen en 4 4#M10 moeren.

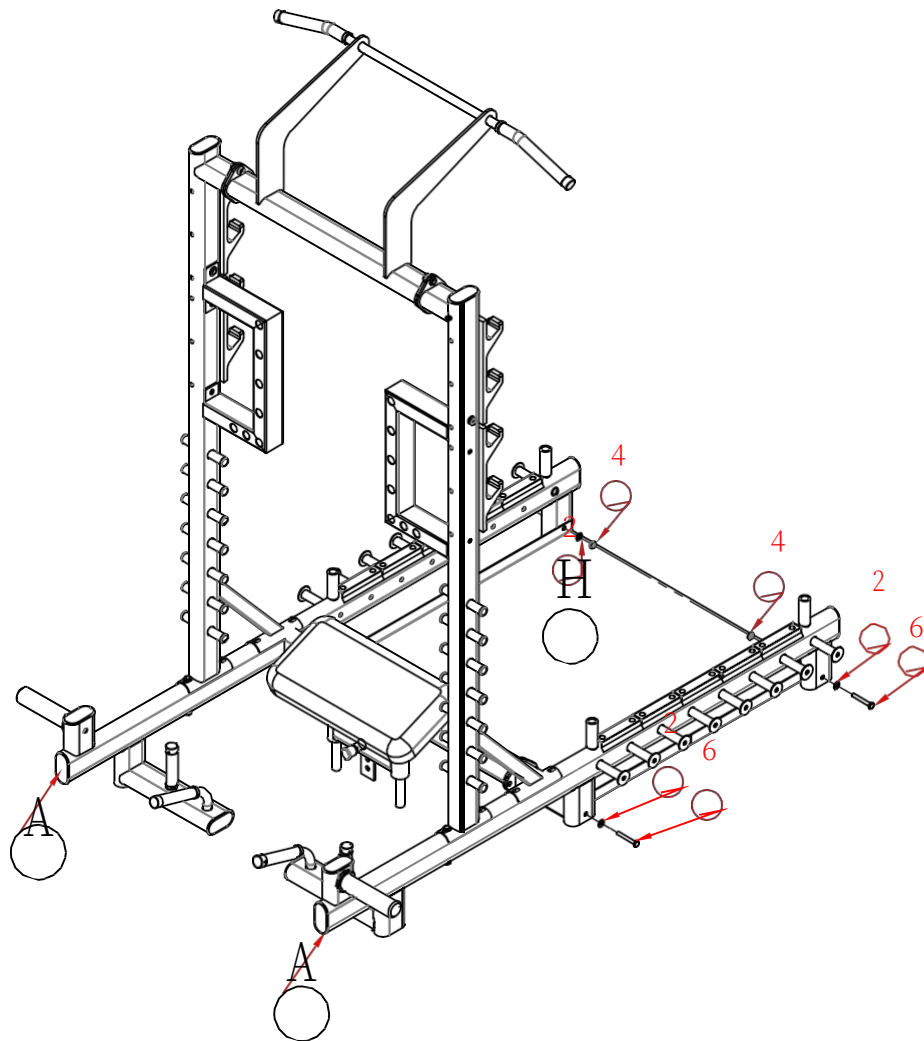
STAP 5



Stap 5.

1. Installeer 2 verticale frameconstructies aan de C-zijde en 2 frameconstructies aan de E-zijde links en rechts zoals weergegeven in de afbeelding en zet ze vast met 6 6# externe zeskant M10 *70 bouten, 12 2#Ø 10 ringen en 6 4#M10 moeren. *Installeer 2 verticale frameconstructies aan de C-zijde en 2 frameconstructies aan de E-zijde links en rechts zoals weergegeven in de afbeelding en zet ze vast met 6 6# externe zeskant M10 bouten, 12 2#Ø 10 ringen en 6 4#M10 moeren.

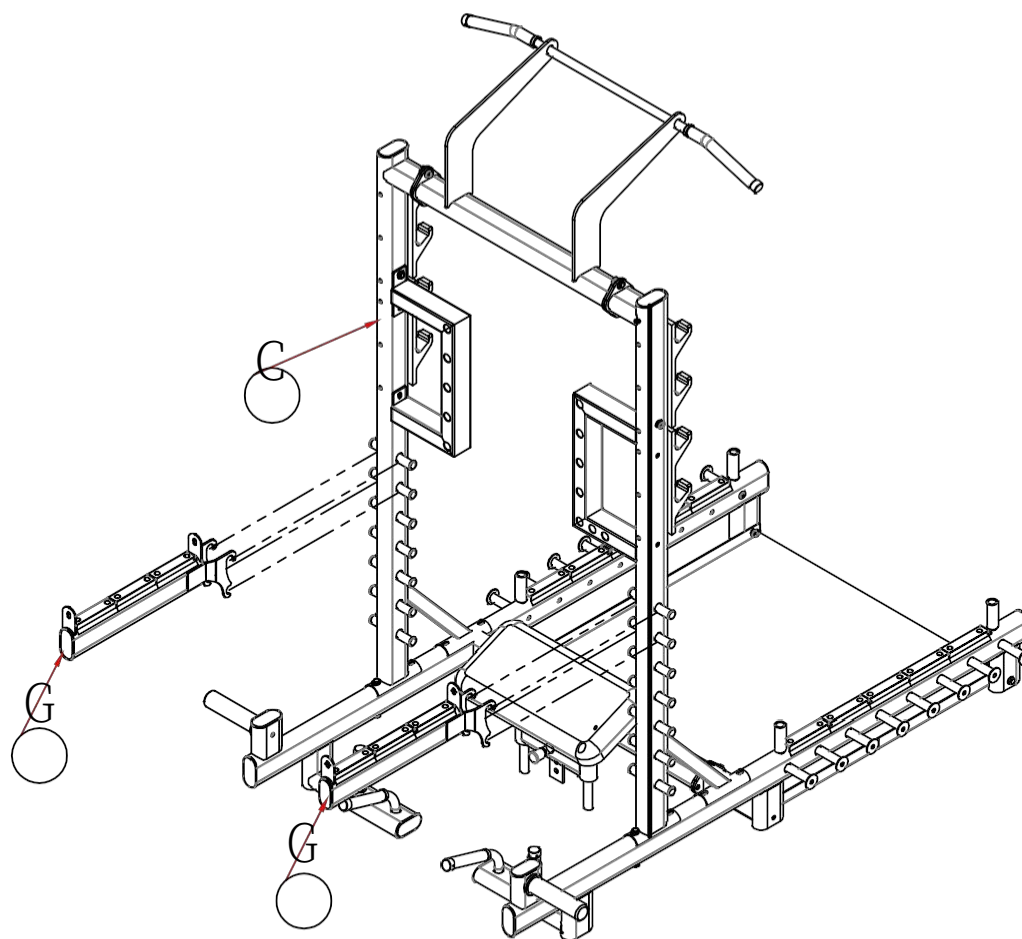
STAP 6



Stap 6.

1. Installeer 2 linker en rechter onderste kruisframes A en 1 H-patroonplaat zoals aangegeven in de afbeelding en zet ze vast met 4 6# externe zeskant M10*70 bouten, 8 2# Ø 10 ringen en 4# M10 moeren. Installeer 2 linker en rechter onderste kruisframe-samenstellingen A en 1 H-patroonplaat zoals weergegeven in de afbeelding en zet ze vast met 4 6# externe zeskant M10*70 bouten, 8 2Ø 10 ringen en 4# M10 moeren.

STAP 7



Stap 7.

1. Installeer de twee grote G-beugels op de twee verticale C-frames zoals aangegeven in de afbeelding.

Exercise Notice

Naast het verbeteren van de conditie en het opbouwen van spieren, kan dit product ook bijdragen aan gewichtsverlies door middel van een uitgebalanceerd dieet.

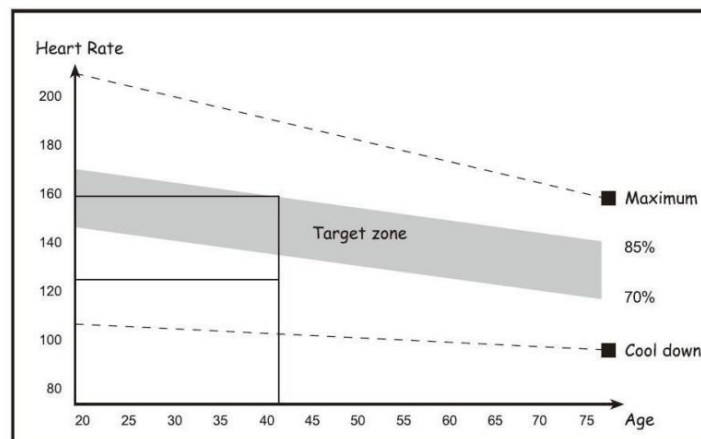
Warm-up oefeningen voor de training.

De opwarmingsoefeningen in deze fase verbeteren de bloedsomloop van de trainee en bereiden de spieren voor op een optimale training. Ze verminderen ook het risico op kramp of spierverrekkingen tijdens het trainingsproces. De opwarmingsoefeningen in deze fase verbeteren de bloedsomloop van de trainee en bereiden de spieren voor op een optimale training. Ze verminderen ook het risico op kramp of spierverrekkingen tijdens het trainingsproces. Elke rekoefening moet ongeveer 30 seconden worden aangehouden. Vermijd intensieve rekoefeningen om spierbeschadiging te voorkomen. Als je spierblessures of ongemak ervaart, stop dan onmiddellijk met trainen.



Trainingsfase.

Deze fase is de formele trainingsfase en door consequent te oefenen gedurende een lange periode kan de flexibiliteit van de beenspieren worden verbeterd. Het belangrijkste tijdens de training is om oefeningen uit te voeren met een stabiele trainingsintensiteit op basis van individuele trainingsomstandigheden. Het is belangrijk om een geschikte trainingsintensiteit te kiezen en de hartslag binnen het doelbereik te houden dat in de onderstaande tabel staat. Het is belangrijk om een geschikte trainingsintensiteit te kiezen en de hartslag binnen het doelbereik te houden dat in de onderstaande tabel staat.



Om je hartslag binnen het overeenkomstige doelbereik te houden, moet je minstens 12 minuten onafgebroken trainen. De meeste mensen trainen 15-20 minuten aan het begin van de training. De meeste mensen trainen 15-20 minuten aan het begin van de training.

KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu:.....
Kod EAN:.....
Data sprzedaży:.....

WARUNKI GWARANCJI:

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium RP na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
 - czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczętą sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy,
 - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży / rachunku, reklamowanego towaru.
3. Ewentualne wady i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do serwisu.
4. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres naprawy może się wydłużyć o czas niezbędny do ich sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 90 dni.
5. Gwarancją nie są objęte:
 - uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
 - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania,
 - niewłaściwy montaż i konserwacja,
 - uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska itp.
6. Gwarancja traci ważność w przypadku:
 - upływu terminu ważności,
 - samodzielnych napraw,
 - nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji.
7. Produkt oddany do naprawy powinien być kompletny i czysty. W przypadku stwierdzenia braków serwis ma prawo odmówić przyjęcia do naprawy. W przypadku dostarczenia brudnego produktu serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
8. Gwarancją nie są objęte czynności związane z montażem, konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
9. Gwarant informuje również, że prowadzi serwis pogwarancyjny.
10. Towar powinien być zabezpieczony do wysyłki.
11. W celu skorzystania z gwarancji, przestrzegaj procedury zamieszczonej na stronie internetowej:
<https://serwis.abisal.pl/>

W przypadku braku zgodności rzeczy sprzedanej z umową kupującemu z mocy prawa przysługują środki ochrony prawnej ze strony i na koszt sprzedawcy. Gwarancja nie ma wpływu na te środki ochrony prawnej.

SPRZĘT NIE JEST PRZEZNACZONY DO UŻYTKU W CELACH REHABILITACYJNYCH I TERAPEUTYCZNYCH.

ADNOTACJE O PRZEBIEGU NAPRAW

L.p.	Data zgłoszenia	Data wydania	Przebieg napraw	Podpis odbierającego (sklep, właściciel)

GUARANTEE CARD

Article name:.....

EAN code:.....

Date of sale:

GUARANTEE TERMS:

1. The Seller provides guarantee on behalf of the Guarantor within the territory of the Republic of Poland for the period of 24 months from the date of sale: electric power assisted booster 24 months, charger 6 months.
2. The Guarantee will be recognised by the shop or service centre after the client provides:
 - clearly and correctly filled-in guarantee card with the sale stamp and the seller's signature
 - valid purchase confirmation for the equipment including the date of sale / bill, complained product.
3. Possible defects and damages revealed during the guarantee period shall be remedied free of charge within not more than 21 days from the delivery of the product to the shop or service.
4. Should it be necessary to import some components, the guarantee term can be extended by the period required to import such part, however such period shall not be longer than 90 days.
5. The guarantee does not cover:
 - mechanical damages and subsequent defects,
 - damages and defects resulting from incorrect storage and usage of the equipment against its purpose,
 - incorrect assembly and maintenance,
 - damages and consumption of such elements as: cables, straps, rubber parts, pedals, sponge grips, wheels, bearings, etc.
6. The guarantee expires in the event of:
 - expiry of the validity term,
 - self-repairs,
 - failure to follow the rules of correct operation.
7. The product handed over for repair should be complete and clean. If some parts are missing, the service is entitled to refuse to accept the product for repair. The service may refuse to accept a dirty product or clean in on the client's expense after the client's written permit.
8. The guarantee does not cover activities related to assembly, maintenance, which, according to the instruction, the user is obliged to perform themselves.
9. The Guarantor also informs that they offer post-guarantee service.
10. The product should be provided in its original packaging and should be secured for shipment.
11. To exercise the guarantee follow the procedure posted on the website: <https://serwis.abisal.pl/>

In case of non-conformity of the sold thing with the contract, the buyer is entitled by law to legal remedies from and at the expense of the seller. The guarantee does not affect such remedies.

THE EQUIPMENT IS NOT INTENDED FOR REHABILITATION AND THERAPY

NOTES ON THE COURSE OF REPAIRS

Item	Date of notificacion	Date of provision	Course of repairs	Signature of the recipient (shop, owner)

GARANTIEKARTE

Artikelname:.....

EAN-Code:.....

Verkaufsdatum:.....

GARANTIEBEDINGUNGEN:

1. Der Verkäufer gewährt im Namen des Garanten eine Garantie für 24 Monate nach dem Verkaufsdatum auf dem Hoheitsgebiet der Republik Polen: Roller 24 Monate, Akku 6 Monate.
2. Die Garantie wird von dem Laden oder dem Service nach Vorlage:
 - der leserlich und korrekt ausgefüllten Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers,
 - eines gültigen Kaufnachweises für das Gerät mit dem Verkaufsdatum / Rechnung, der beanstandeten Ware durch den Kunden respektiert.
3. Während der Garantiezeit festgestellte Mängel und Schäden werden innerhalb von 21 Tagen nach dem Datum der Lieferung an den Laden oder den Service kostenlos repariert.
4. Falls es erforderlich ist, importierte Ersatzteile einzuführen, kann die Gewährleistungsfrist um die Zeit, die erforderlich ist, um den Import durchzuführen, jedoch nicht länger als 90 Tage verlängert werden.
5. Die Garantie umfasst nicht:
 - mechanische Schäden und die durch Schäden verursachten Mängel,
 - Schäden und Mängel infolge unsachgemäßer Verwendung und Lagerung,
 - falsche Montage und Wartung,
 - Beschädigung und Verschleiß von Elementen wie: Kabeln, Riemen, Gummielementen, Pedalen, Schwammhaltern, Rädern, Lagern usw.
6. Die Garantie erlischt:
 - nach Ablauf der Haltbarkeit,
 - bei freiwilligen Reparaturen,
 - Nichteinhaltung der Regeln für den ordnungsgemäßen Betrieb.
7. Das zu reparierende Produkt sollte vollständig und sauber sein. Bei Feststellung von Mängeln ist der Service, die Annahme zur Reparatur zu verweigern. Im Falle der Lieferung eines verschmutzten Produkts kann der Service die Annahme verweigern oder auf Kosten des Kunden mit seiner schriftlichen Genehmigung die Reinigung durchführen.
8. Die Garantie erstreckt sich nicht auf Tätigkeiten im Zusammenhang mit Montage und Wartung, zu deren Durchführung der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung selbst verpflichtet ist.
9. Der Garant teilt ferner mit, dass er einen Nachgarantieservice durchführt.
10. Das Produkt sollte sich in der Originalverpackung befinden und für den Versand gesichert sein.
11. Um die Garantie zu beanspruchen, folgen Sie dem Reklamationsverfahren auf der Website: <https://serwis.abisal.pl/>

Im Falle der Nichtübereinstimmung des verkauften Gegenstandes mit dem Vertrag stehen dem Käufer Rechtsbehelfe auf Kosten des Verkäufers zu. Die Garantie beeinflusst diese Rechtsbehelfe nicht.

DAS GERÄT IST NICHT ZUR VERWENDUNG ZUR REHABILITATION UND THERAPEUTISCHEN ZWECKEN BESTIMMT

VERMERKE ÜBER DEN VERLAUF DER REPARATUREN

Lfd. Nr.	Datum der Anmeldung	Datum der Ausgabe	Verlauf der Reparaturen	Unterschrift des Empfängers (Laden, Eigentümer)

ZÁRUČNÍ LIST

Název produktu:.....

EAN kód:.....

Datum prodeje:.....

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY:

1. Prodávající jménem Ručitele poskytuje záruku na území Polska po dobu 24 měsíců od data prodeje: skútr 24 měsíců, baterie po dobu 6 měsíců.
2. Záruka bude respektována obchodem nebo servisem po předložení zákazníkem:
 - čitelně a správně vyplněného záručního listu s razítkem a podpisem prodávajícího,
 - platného doklad o koupi produktu s datem prodeje (účtu),
 - reklamovaného produktu.
3. Jakékoli závady a poškození odhalené během záruční doby budou opraveny bezplatně nejdéle do 21 dnů ode dne doručení do obchodu nebo servisu.
4. Je-li třeba produkt převézt z jiné země, může být záruční lhůta prodloužena o dobu nezbytnou k jeho vrácení, nejdéle však o 90 dnů.
5. Záruka se nevztahuje na:
 - mechanické poškození a vady způsobené nimi,
 - poškození a vady vyplývající z nesprávného použití a skladování,
 - špatnou montáž a údržbu,
 - poškození a opotřebenění součástí které podléhají zkáze, jako jsou kabely, pásy, pryžové prvky, pedály, držáky na houby, kola, ložiska atd.
6. Záruka zaniká, pokud:
 - vyprší její platnost,
 - bylo do produktu neodborně zasaženo,
 - nebyla dodržena pravidla řádné údržby.
7. Produkt dodaný do opravy by měl být kompletní a čistý, v opačném případě má servis právo odmítnout přijetí produktu do opravy. V případě dodání špinavého produktu může servis odmítnout jeho přijetí do opravy, nebo na náklady zákazníka stroj vyčistit s jeho písemným svolením k čištění.
8. Záruka se nevztahuje na činnosti související s montáží a údržbou, které musí podle uživatelské příručky provádět sám uživatel.
9. Ručitel také informuje, že provozuje pozáruční servis.
10. Výrobek by měl být v původním obalu a zajištěn pro přepravu.
11. V případě reklamace zboží prosím postupujte podle návodu na webových stránkách: <https://serwis.abisal.pl/>

Pokud zboží neodpovídá smlouvě, má kupující ze zákona nárok na zajištění právní ochrany na náklady prodávajícího. Záruka nemá na tyto zákonné opravné prostředky vliv.

ZAŘÍZENÍ NENÍ URČENO K POUŽITÍ PRO RAHABILITAČNÍ A TERAPEUTICKÉ ÚČELY.

UPOZORNĚNÍ O OPRAVĚ

Č.	Datum nahlášení	Datum vydání	Průběh oprav	Podpis příjemce (obchod, majitel)

ZÁRUČNÁ KARTA

Názov článku:.....
EAN kód:.....
Dátum predaja:

ZÁRUČNÉ PODMIENKY:

1. Predávajúci poskytuje záruku v mene ručiteľa na území Poľskej republiky na obdobie 24 mesiacov od dátumu predaja: elektrický posilňovač 24 mesiacov, nabíjačka 6 mesiacov.
2. Záruka bude uznaná predajňou alebo servisným strediskom po poskytnutí zákazníkom:
 - jasne a správne vyplnený záručný list s pečiatkou predaja a podpisom predávajúceho
 - platné potvrdenie o kúpe zariadenia vrátane dátumu predaja/účtu, reklamovaný výrobok.
3. Prípadné vady a poškodenia zistené počas záručnej doby sa bezplatne odstránia najneskôr do 21 dní od doručenia výrobku do predajne alebo servisu.
4. Ak by bolo potrebné doviezť niektoré súčasti, záručná doba sa môže predĺžiť o dobu potrebnú na dovoz takejto súčasti, táto doba však nesmie byť dlhšia ako 90 dní.
5. Záruka sa nevzťahuje na:
 - mechanické poškodenia a následné vady,
 - poškodenia a závady vyplývajúce z nesprávneho skladovania a používania zariadenia v rozpore s jeho účelom,
 - nesprávnu montáž a údržbu,
 - poškodenia a spotrebu takých prvkov, ako sú: káble, popruhy, gumové časti, pedále, hubové rukoväte, kolesá, ložiská atď.
6. Záruka zaniká v prípade:
 - uplynutím doby platnosti,
 - samoopravy,
 - nedodržania pravidiel správnej prevádzky.
7. Výrobok odovzdaný na opravu by mal byť kompletný a čistý. Ak niektoré časti chýbajú, servis je oprávnený odmietnuť prijatie výrobku do opravy. Servis môže odmietnuť prevziať znečistený výrobok alebo ho vyčistiť na náklady klienta po jeho písomnom súhlase.
8. Záruka sa nevzťahuje na činnosti spojené s montážou, údržbou, ktoré je podľa návodu povinný vykonať užívateľ sám.
9. Garant zároveň informuje, že ponúka pozáručný servis.
10. Výrobok by mal byť dodaný v originálnom balení a mal by byť zabezpečený na prepravu.
11. Na uplatnenie záruky postupujte podľa postupu zverejneného na webovej stránke: <https://serwis.abisal.pl/>.

V prípade nesúladu predanej veci so zmluvou má kupujúci zo zákona právo na právne prostriedky nápravy od predávajúceho a na jeho náklady. Záruka nemá vplyv na tieto opravné prostriedky.

ZARIADENIE NIE JE URČENÉ NA REHABILITÁCIU A TERAPIU

POZNÁMKY K PRIEBEHU OPRÁV

Položka	Dátum notifikácie	Dátum poskytnutia	Priebeh opravy	Podpis príjemcu (predajňa, vlastník)

GARANTIEKAART

Naam artikel:.....
EAN-code:.....
Verkoopdatum:.....

GARANTIEVOORWAARDEN:

1. De Verkoper biedt garantie namens de Garant binnen het grondgebied van de Republiek Polen voor een periode van 24 maanden vanaf de verkoopdatum: elektrische booster 24 maanden, lader 6 maanden.
2. De garantie wordt erkend door de winkel of het servicecentrum nadat de klant deze heeft verstrekt:
 - duidelijk en correct ingevulde garantiekaart met het verkoopstempel en de handtekening van de verkoper
 - geldige aankoopbevestiging van de apparatuur met inbegrip van de verkoopdatum / factuur, geklaagd product
3. Eventuele gebreken en beschadigingen die tijdens de garantieperiode aan het licht komen, worden binnen maximaal 21 dagen na levering van het product aan de winkel of service gratis verholpen.
4. Mocht het nodig zijn om bepaalde onderdelen te importeren, dan kan de garantietermijn worden verlengd met de periode die nodig is om een dergelijk onderdeel te importeren, deze periode mag echter niet langer zijn dan 90 dagen.
5. De garantie dekt niet:
 - mechanische schade en daaropvolgende defecten,
 - schade en defecten als gevolg van onjuiste opslag en onjuist gebruik van de apparatuur,
 - onjuiste montage en onjuist onderhoud,
 - schade en verbruik van elementen zoals: kabels, riemen, rubberen onderdelen, pedalen, sponshandvatten, wielen, lagers, enz.
6. De garantie vervalt in geval van:
 - het verstrijken van de geldigheidsduur,
 - zelfreparatie,
 - het niet opvolgen van de regels voor correct gebruik.
7. Het product dat ter reparatie wordt aangeboden moet compleet en schoon zijn. Als er onderdelen ontbreken, heeft de service het recht om het product te weigeren voor reparatie. De service kan weigeren een vuil product in ontvangst te nemen of het op kosten van de klant reinigen na schriftelijke toestemming van de klant.
8. De garantie geldt niet voor werkzaamheden met betrekking tot montage, onderhoud, die de gebruiker volgens de instructie zelf dient uit te voeren.
9. De garantieverstrekker informeert ook dat zij service na garantie bieden.
10. Het product moet worden geleverd in de originele verpakking en moet worden beveiligd voor verzending.
11. Om gebruik te maken van de garantie volgt u de procedure op de website: <https://serwis.abisal.pl/>
In geval van niet-overeenstemming van het verkochte met het contract, heeft de koper volgens de wet recht op rechtsmiddelen van en op kosten van de verkoper. De garantie heeft geen invloed op dergelijke rechtsmiddelen.

DE APPARATUUR NIET BEDOELD IS VOOR REVALIDATIE EN THERAPIE

OPMERKINGEN OVER HET VERLOOP VAN REPARATIES

Item	Datum van kennisgeving	Datum van verstrekking	Verloop van reparaties	Handtekening van de ontvanger (winkel, eigenaar)



HMS-FITNESS.COM



IMPORTER: **ABISAL SP. Z O.O.**, ul. Pyskowicka 17, 41-807 Zabrze, Polska

DISTRIBUTOR: ABISTORE SPORT S.R.O, U Cihelny 230/3, 74801 Hlučín, Česká Republika

abisal@abisal.pl www.abisal.pl