



UŽIVATELSKÝ MANUÁL
10032 Posilovač břišních svalů Sportago Ab Pro Twister



Základní informace:

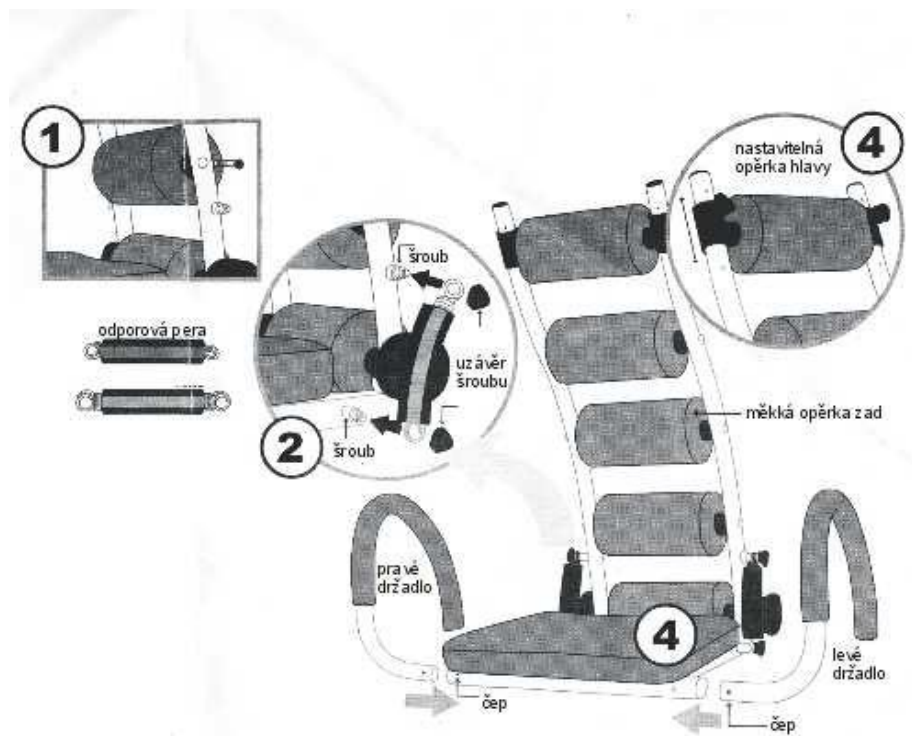
- Tento stroj je určen pouze pro domácí použití. Stroj není určen pro komerční účely a vyšší výkonnostní zatížení.
- Nesprávné používání (jako např. nadměrné cvičení, prudké pohyby bez rozcvičení, špatné nastavení), mohou poškodit vaše zdraví.
- Před začátkem cvičení, konzultujte váš zdravotní stav – srdeční systém, krevní tlak, ortopedické problémy atd. se svým lékařem.
- Výrobce není zodpovědný za jakékoliv zranění, škodu nebo selhání způsobené použitím tohoto výrobku či špatným sestavením a údržbou stroje.

Bezpečnostní informace:

Abyste zamezili úrazu či poškození stroje, dodržujte následující pravidla:

- maximální hmotnost uživatele 100 kg
- stroj je zařazen do třídy HC a není vhodný pro terapeutické cvičení
- stroj se nesmí používat v nevětraných místnostech
- vysoká teplota, vlhkost a voda nesmí přijít se strojem do styku
- před použitím si důkladně přečtete návod na použití
- umístěte stroj na pevnou a rovnou plochu. Ujistěte se, že stojí pevně a bezpečně
- nechte kolem stroje volnou plochu minimálně 2 metry na všechny strany
- nesprávné nebo nadměrné cvičení může vážně poškodit vaše zdraví
- ujistěte se, že páčky a další nastavovací mechanismy na kole nejsou v cestě při cvičení
- pravidelně kontrolujte všechny části. Pokud jsou poškozeny, stroj nepoužívejte a ihned poškozené části vyměňte nebo kontaktujte dodavatele
- pravidelně kontrolujte všechny šrouby a matice, zda jsou pořádně dotaženy
- nenechávejte děti a domácí zvířata bez dozoru na stroji či v blízkosti
- tento stroj není hračka
- uschovejte tento návod na použití pro případné objednání náhradních dílů v budoucnu

SLOŽENÍ STROJE



MONTÁŽ

KROK 1

Posilovač je nutné před použitím sestavit:

- uchopte čalouněné opěradlo a vložte je mezi kovové tyče
- připevněte opěradlo pomocí šroubováku (viz.obr.1)

KROK 2 připevnění odporových pružin

Vyberte požadovanou zátěž:

Modrá pružina – nejnižší zátěž

Červená pružina – střední zátěž

Černá pružina – nejvyšší zátěž

Přiložte odporové pružiny. Nasuňte oba konce odporových pružin na kovové cepy (viz.obr.2), zajistěte je šroubem tak, že jím budete otáčet ve směru hodinových ručiček. Přesvědčte se, že je šroub utažený. Při utahování šroubu tlačte na odporovou pružinu směrem dolů. Opakujte stejný postup pro druhou pružinu.

KROK 3

Zasuňte pravou a levou operku do základny sedadla (viz.obr.4).

Stisknete pružinový cep a zaaretujete držadla. Pokud chcete operky vyjmout, stisknete pružinové čepy a operky vytáhnete.

Montáž operky hlavy (viz.obr.4):

Dbejte na následující: opírejte hlavu během cvičení o operku hlavy. Operku hlavy můžete nastavit dle vlastní potřeby.

Uvolněte oba šrouby tím, že je pootočíte proti směru hodinových ručiček. Posuňte operku hlavy směrem dolu nebo nahoru a zaaretujte tím, že pootočíte šrouby ve směru hodinových ručiček.

Skladování

Odmontujte oba horní šrouby tak, že je vytočíte proti směru hodinových ručiček, nechejte spodní šrouby na přístroji.

Oddělte odporové pružiny a operku hlavy. Vytáhněte operky a posilovač lze jednoduše uložit pod postel.

Údržba

Pravidelně provádějte běžnou údržbu stroje na základe vytížení stroje minimálně však po 20 hodinách provozu.

Údržba zahrnuje:

1. Kontrolu všech pohyblivých částí stroje (osy, klouby převádějící pohyb, atd.), zda jsou dostatečně promazány. Pokud ne, ihned je namažte. Doporučujeme běžný olej pro kola a šicí stroje nebo silikonové oleje.
2. Pravidelná kontrola všech součástí – šrouby a matice a pravidelné dotahování.
3. K údržbě čistoty použijte jen mýdlový roztok, a ne čisticí prostředky.
4. Skladujte stroj vždy na suchém a teplém místě.

UPOZORNĚNÍ

Stroj musí být umístěn na rovné a pevné podložce. Před každým použitím výrobku zkontrolujte dotažení všech šroubu.