



ANVÄNDARHANDBOK - SV

IN 20221 Mini-motionscykel inSPORTline Pynero



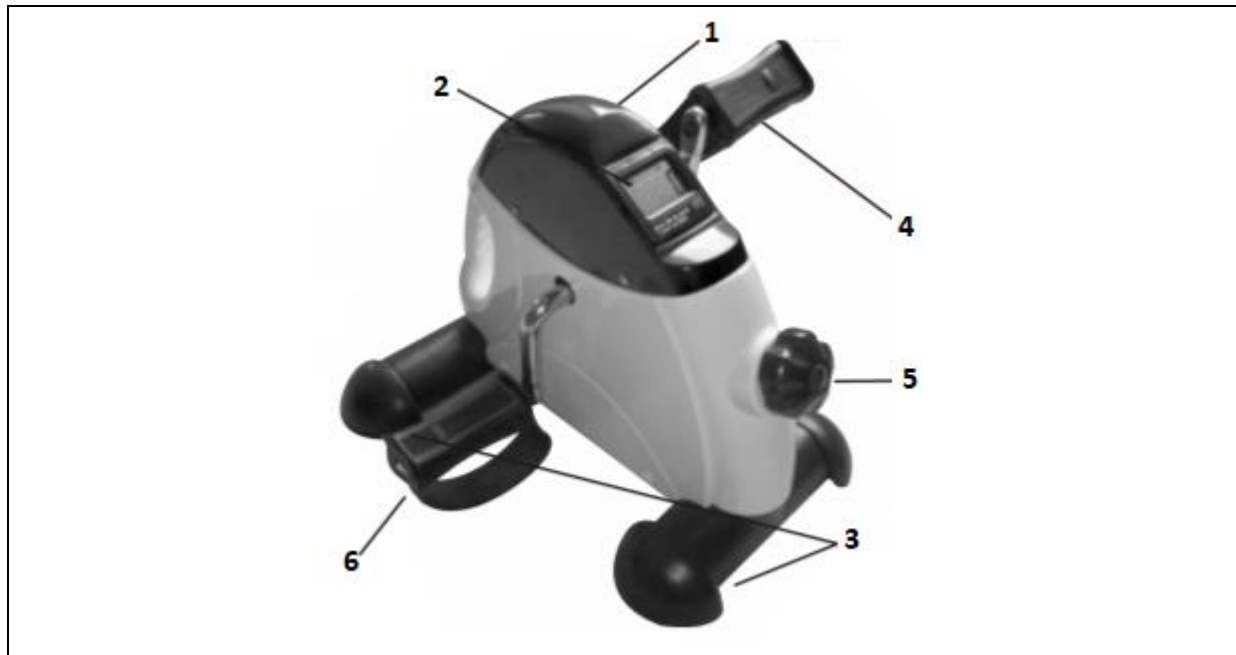
INNEHÅLL

SÄKERHETS INSTRUKTIONER.....	3
PRODUKTBESKRIVNING	4
HOPSÄTTNING	5
KONSOL	6
DIAGRAM.....	7
DELARLISTA	8
UNDERHÅLL	8
UPPVÄRMNING	8
ANVÄNDA SIG AV	9
MILJÖSKYDD	9
VILLKOR OCH VILLKOR FÖR GARANTI, GARANTIKRAV	9

SÄKERHETS INSTRUKTIONER

- **WARNING!** Produkten är utformad för att ge maximal säkerhet under träning, men det är nödvändigt att följa alla säkerhetsinstruktioner. Läs handboken noggrant och förvara den för framtida referens.
- Ägaren är ansvarig för säker användning. Lär andra användare om säker användning. Använd endast produkten för avsedda ändamål. Ändra inte produkten.
- Förvaras åtskilt från barn och husdjur. Lämna inte barn och husdjur utan uppsikt runt produkten.
- Kontrollera regelbundet alla skruvar, muttrar och andra delar. Dra åt alla skruvar och muttrar om det är nödvändigt. Kontrollera regelbundet för tecken på slitage och skador. Använd aldrig skador eller slitage. Skadade eller slitna delar ska bytas ut omedelbart.
- Montering kan göras av vuxen person.
- Placera produkten på plan, ren, torr och fast mark. För säkerhetsändamål, håll 0,6 m ledigt utrymme runt produkten. Använd skyddsplatta för golvskydd.
- Använd inte utomhus och håll borta från fukt och damm. Håll rummet väl ventilerat under träningen.
- Placera inte vassa föremål i närheten av eller på produkten.
- Använd alltid sportduk och stövlar. Bär inte lösa kläder, de kan fastna i rörliga delar.
- Håll dina ben borta från rörliga delar. Justerbara delar får inte förbjuda användarens rörelse.
- Träna på lämpligt sätt efter ditt hälsotillstånd och kölja hastigheten under kontroll. Stäng av den omedelbart om produkten inte fungerar som avsett.
- Endast för en person samtidigt.
- Din hälsa kan påverkas av felaktig eller överdriven träning. Rådfråga din läkare innan du börjar träningsprogrammet. Stoppa träningen omedelbart om du märker några hälsoproblem. Denna maskin är inte lämplig för terapeutiska ändamål.
- Undvik träning om du har följande eller liknande problem: benvärk, höftvärk, sårade ben, höfter eller hals, reumatisk obehag eller gikt, benskörhet, hjärt-, blod- eller tryckproblem, andningssvårigheter, cancer, trombos, diabetes, hudskador, inflammation eller temperatur, benproblem. Produkten är inte heller avsedd för gravida kvinnor, kvinnor under perioden eller för personer som har annan medicinsk komplikation.
- **Maximal användarvikt:** 100 kg
- **Kategori:** HC (enligt EN 957) lämplig för hemmabruk.

PRODUKTBESKRIVNING

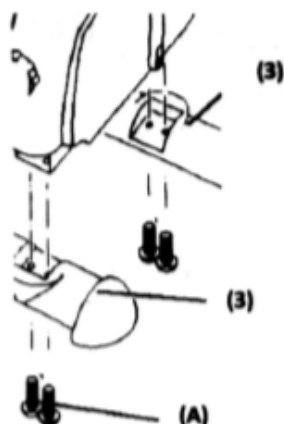


1	Huvudram
2	Visa
3	Stabilisatorer
4	Höger pedal
5	Justeringsknapp för motstånd
6	Vänster pedal
A	Skruv - 4 st
B	Skiftnyckel - 1 st
C	Skruvmejsel - 1 st

HOPSÄTTNING

STEG 1

Anslut stabilisatorerna (3) med skruvarna (A).



STEG 2

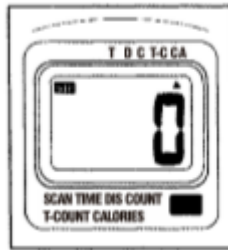
Fäst den högra pedalen (4) märkt R till höger vev medurs med skiftnyckeln B.

Fäst den vänstra pedalen (6) märkt L till vänster vev moturs med hjälp av skiftnyckeln B.




TRÖSTA

VISA



T (TID)	Visa tid från början av övningen. Visa avstånd från början av
D (AVSTAND)	övningen. Antal pedalvarv.
C (COUNT)	
TC (TOTALT ANTAL)	Antal pedalvarv per minut. Efter återställning är värdet 0. Förbrända kalorier från början av
CA (KALORIER)	träningen.
SKANNA	Displayen fungerar ovan i en cykel av 5 sekunder.

FUNKTIONER

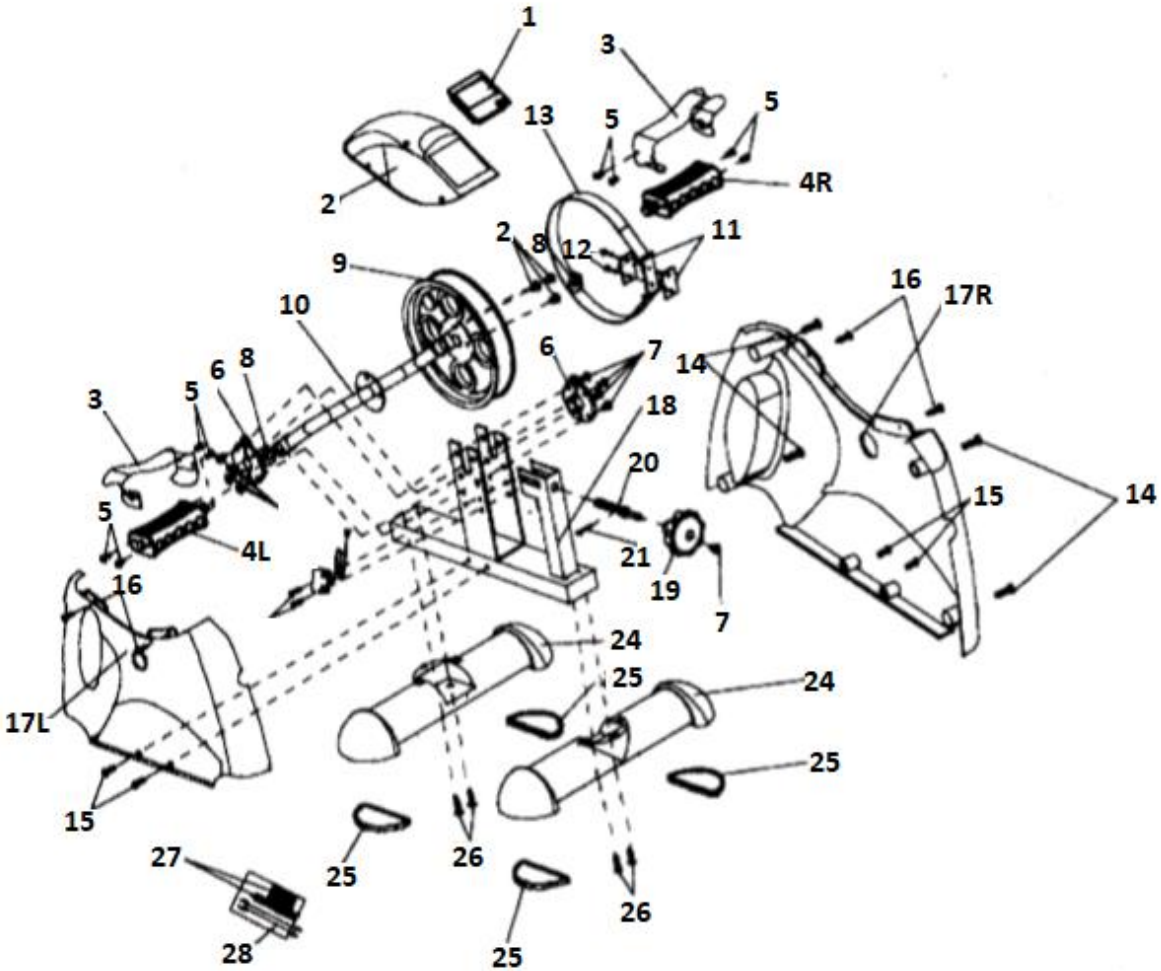
START	Konsolen slås på när du börjar trampa.
SLUTA	När du är klar med övningen i 4 sekunder visas STP i det övre vänstra hörnet. Konsolen stängs av efter 2 minuters inaktivitet.
ÅTERSTÄLLA	Håll RESET-knappen i 3 sekunder för att återställa värdet.
FUNGERA URVAL	Välj visat värde. Valt värde visas och pilen visas på funktionen  .
FUNGERA VISA	Om SCAN visas högst upp på displayen ändras de visade värdena var 5: e sekund.

VARNING: Ändra eller byt inte konsolen. Detta gör garantianspråket ogiltigt.

ANMÄRKNINGAR:

- Om skärmen är oläslig, ta ut och sätt i ett nytt batteri. Data återställs när batteriet byts ut.
- Om skärmen inte visas korrekt, ta ut och anslut batteriet igen.

DIAGRAM



DELLISTA

Nej.	namn	Antal	Nej.	namn	Antal
1	Trösta	1	15	Skruv M5x25	4
2	Övre omslag	1	16	Skruv M4x7	4
3	Pedalremmar	R / L.	17	Sidoskydd	R / L.
4	Pedaler	R / L.	18	Huvudram	1
5	Skruv M4x12	8	19	Justeringsknapp för motstånd	1
6	Fläns	2	20	Motståndsstång	1
7	Skruv M6x12	12	21	Delad stift	1
8	Spacer	2	22	Konsolesensor	1
9	Svänghjul	1	23	Skruv M5x10	2
10	Pedal vev	1	24	Stabilisatorer	2
11	Bromsbandsfäste	2	25	Halkskydd	4
12	Nit	2	26	Skruv M5x14	4
13	Bromsband	1	27	Skruvmejsel	1
14	Skruv M5x20	4	28	Rycka	1

UNDERHÅLL

- Dra åt alla skruvar vid monteringen och ställ motionscykeln i vågrätt läge. Kontrollera skruvarna efter 10 timmars användning.
- Torka bort svett efter träning. Rengör enheten med en trasa och ett mildt rengöringsmedel. Använd inte lösningsmedel eller aggressiva rengöringsmedel på plastdelar.
- Vid ökat buller, kontrollera att alla anslutningar är ordentligt åtdragna. Placera produkten i ett rent, ventilerat och torrt rum.
- Utsätt inte enheten för direkt solljus.

UPPVÄRMNING

En framgångsrik träning börjar med uppvärmningsövningar och slutar med nedkylningsövningar (avkopplande). Uppvärmningsövningarna ska göra din kropp redo för huvudträningen. Nedkylningsfasen ska skydda dina muskler från skador och kramper. Gör uppvärmnings- och nedkylningsövningar som visas i diagrammet nedan.



Röra vid tårna

Böj långsamt ryggen från höfterna. Håll ryggen och armarna avslappnade medan du sträcker dig nedåt till tårna. Gör det så långt du kan och håll positionen i 15 sekunder. Böj knäna något.



Lår

Luta dig mot en vägg med en hand. Nå ner och bakom dig. Lyft upp din högra eller vänstra fot till skinkan så högt som möjligt. Håll i 30 sekunder och upprepa två gånger för varje ben.



Hamstring sträckt

Sitt och sträck ut ditt högra ben. Vila sålen på din vänstra fot mot insidan av din högra hårt. Sträck ut din högra arm längs ditt högra ben så långt du kan. Håll i 15 sekunder och slappna av. Upprepa allt med vänster ben och vänster arm.



Insidan av överläret

Sitt på golvet och lägg fötterna ihop. Knä pekas utåt. Dra fötterna så nära ljumsken som möjligt. Tryck knäna försiktigt nedåt. Behåll denna position i 30-40 sekunder om möjligt.



Kalvar och akillessena

Luta dig mot en vägg med ditt vänstra ben framför det högra och armarna framåt. Sträck ut ditt högra ben och håll din vänstra fot på golvet. Böj ditt vänstra ben och luta dig framåt genom att flytta din högra höft i väggens riktning. Håll i 30-40 sekunder. Håll ditt ben sträckt och upprepa träningen med andra ben.

ANVÄNDA SIG AV

HANDÖVNING

Placera motionscykeln på bordet. Se till att den ligger ordentligt. Sitt framför motionscykeln och håll pedalerna i händerna. Du kan flytta pedalerna framåt eller bakåt.

BENÖVNING

Placera motionscykeln på marken. Se till att den ligger ordentligt. Sitt framför motionscykeln. Avståndet bör vara tillräckligt för att förlänga benen. Du kan trampa framåt eller bakåt.

MILJÖSKYDD

Efter att produktens livslängd har löpt ut eller om en eventuell reparation är oekonomisk, kasta den enligt lokala lagar och miljövänligt i närmaste skrotverk.

Genom korrekt bortskaflande skyddar du miljön och de naturliga källorna. Dessutom kan du hjälpa till att skydda människors hälsa. Om du inte är säker på att du ska hantera det korrekt, be lokala myndigheter att undvika lagöverträdelser eller sanktioner.

Lägg inte batterierna bland hushållsavfall utan lämna in dem till återvinningsplatsen.

VILLKOR OCH VILLKOR FÖR GARANTI, GARANTIKRAV

Allmänna garantivillkor och definition av villkor

Alla garantivillkor som anges nedan avgör proceduren för garantitäckning och garantikrav. Garantivillkor och garantikrav regleras av lag nr 89/2012 Coll. Civillagen och lag nr 634/1992 Coll., Konsumentskydd, med ändringar, även i fall som inte specificeras av dessa garantiregler.

Säljaren är SEVEN SPORT sro med sitt säte på Borivojova Street 35/878, Prag 13000, företagsregistreringsnummer: 26847264, registrerat i handelsregistret vid regiondomstolen i Prag, avsnitt C, infoga nr 116888.

Enligt gällande lagliga regler beror det på om köparen är slutkund eller inte.

"Köparen som är slutkund" eller helt enkelt "slutkund" är den juridiska enhet som inte slutar och utför avtalet för att driva eller främja sin egen handel eller affärsverksamhet.

"Köparen som inte är slutkund" är en affärsman som köper varor eller använder tjänster i syfte att använda varorna eller tjänsterna för sin egen affärsverksamhet. Köparen överensstämmer med det allmänna köpeavtalet och affärsvillkoren.

Dessa garantivillkor och garantikrav är en integrerad del av varje köpeavtal som görs mellan säljaren och köparen. Alla garantivillkor är giltiga och bindande, såvida inte annat anges i köpeavtalet, i ändringen av detta avtal eller i ett annat skriftligt avtal.

Garantivillkor

Garantiperiod

Säljaren ger köparen 24 månaders garanti för varukvalitet, såvida inte annat anges i garantibeviset, fakturan, leveransbrev eller andra dokument relaterade till varorna. Den lagliga garantiperioden som tillhandahålls konsumenten påverkas inte.

Genom garantin för varukvalitet garanterar säljaren att de levererade varorna under en viss tid ska vara lämpliga för regelbunden eller kontraktsanvändning och att varorna ska bibehålla sina vanliga eller avtalade funktioner.

Garantin täcker inte fel som härrör från (om tillämpligt):

- Användarens fel, dvs produktskador orsakade av okvalificerat reparationsarbete, felaktig montering, otillräcklig föring av sadelstolpen i ramen, otillräcklig åtdragning av pedaler och vevar
- Felaktigt underhåll
- Mekaniska skador
- Regelbunden användning (t.ex. slitage på gummi- och plastdelar, rörelsemekanismer, fogar etc.) Oundviklig händelse,
- naturkatastrof
- Justeringar gjorda av okvalificerad person
- Felaktigt underhåll, felaktig placering, skador orsakade av låg eller hög temperatur, vatten, olämpligt tryck, stötar, avsiktliga förändringar i design eller konstruktion etc.

Garantikravförfarande

Köparen är skyldig att kontrollera de varor som levereras av säljaren omedelbart efter att ha tagit ansvaret för varorna och dess skador, dvs. omedelbart efter leveransen. Köparen måste kontrollera varorna så att han upptäcker alla defekter som kan upptäckas med sådan kontroll.

När du gör ett garantikrav är köparen skyldig på säljarens begäran att bevisa köpet och giltigheten av fordran genom fakturan eller leveransfakturan som inkluderar produktens serienummer, eller så småningom av dokumenten utan serienumret. Om köparen inte bevisar giltigheten av garantikravet med dessa dokument har säljaren rätt att avslå garantikravet.

Om köparen meddelar ett fel som inte täcks av garantin (t.ex. om garantivillkoren inte uppfylldes eller i fallet att rapportera felet av misstag etc.), kan säljaren kräva ersättning för alla kostnader som uppstår till följd av reparationen. Kostnaden ska beräknas enligt giltig prislista för tjänster och transportkostnader.

Om säljaren upptäcker (genom att testa) att produkten inte är skadad accepteras inte garantikravet. Säljaren förbehåller sig rätten att kräva ersättning för kostnader som uppstår till följd av falskt garantianspråk.

Om köparen gör anspråk på varorna som lagligen täcks av garantin från säljaren, ska säljaren åtgärda de rapporterade bristerna genom reparation eller genom byte av den skadade delen eller produkten mot en ny. Baserat på köparens överenskommelse har säljaren rätt att byta ut de defekterade varorna mot ett fullt kompatibelt gods med samma eller bättre tekniska egenskaper. Säljaren har rätt att välja formen på de garantipróvningsförfaranden som beskrivs i detta stycke.

Säljaren ska reglera garantikravet inom 30 dagar efter leveransen av de defekta varorna, såvida inte en längre period har avtalats. Den dag då de reparerade eller utbytta varorna överlämnas till köparen anses vara dagen för garantianspråket. När säljaren inte kan reglera garantikravet inom den överenskomna perioden på grund av den specifika karaktären hos

Varufel, han och köparen ska komma överens om en alternativ lösning. Om ett sådant avtal inte görs är säljaren skyldig att ge köparen en ekonomisk ersättning i form av återbetalning.



SEVEN SPORT s.r.o.

Registered Office: Borivojova 35/878, 130 00 Praha 3, Czech Republic
Headquarters: Delnicka 957, 749 01 Vitkov, Czech Republic
Warranty & Service Centre: Cermenska 486, 749 01 Vitkov, Czech Republic
CRN: 26847264
VAT ID: CZ26847264
Phone: +420 556 300 970
E-mail: eshop@insportline.cz
reklamace@insportline.cz
servis@insportline.cz
Web: www.insportline.cz

SK

INSPORTLINĚ s.r.o.

Headquarters, Warranty & Service centre: Elektrická 6471, 911 01 Trenčín, Slovakia
CRN: 36311723
VAT ID: SK2020177082
Phone: +421(0)326 526 701
E-mail: objednavky@insportline.sk
reklamacie@insportline.sk
servis@insportline.sk
Web: www.insportline.sk

Date of Sale:

Stamp and Signature of Seller: