

# LS9055

## PEDÁLOVÝ TRENAŽER - ŠLAPADLO



### **DŮLEŽITÉ:**

Přečtěte si prosím pozorně tento manuál než začnete přístroj používat.



## **Vážení zákazníci, příznivci sportu,**

děkujeme, že jste si zakoupili náš výrobek a rádi bychom Vás tímto chtěli upozornit, abyste věnovali náležitou pozornost tomuto návodu a řídili se jím ať už při montáži, provozu a i následné údržbě. Jedině důkladné seřízení, správné používání podle návodu a pravidelná údržba zajistí dlouhou životnost a bezproblémové užívání výrobku.

## **Výhody přístroje**

- multifunkční displej s LCD obrazovkou a digitálním počítadlem
- lisované tenké pedály pohodlné jak do rukou tak na nohy opatřené popruhy
- malý a lehký na přenášení kamkoliv je potřeba
- nastavitelná obtížnost pro různou intenzitu cvičení.
- protiskluzové stabilizační podložky zajišťují lepší stabilitu během cvičení

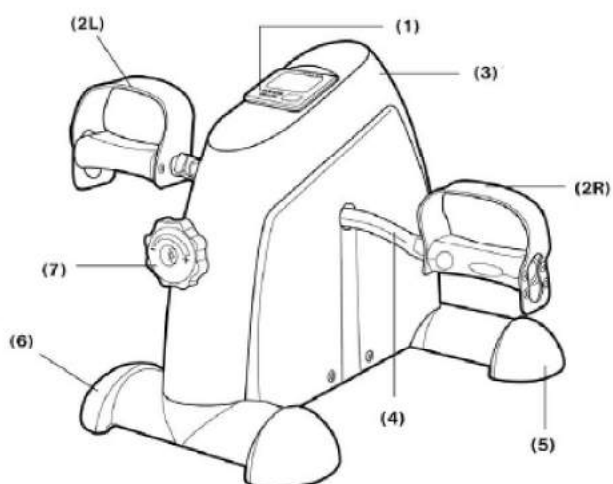
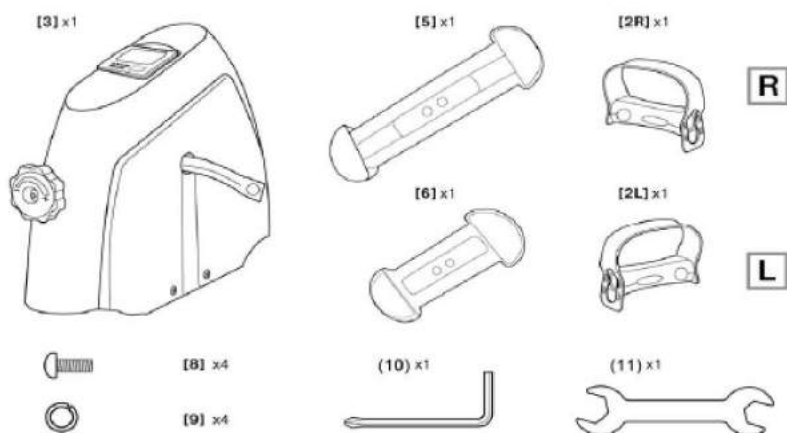
## **Popis produktu**

Počítač monitoruje čas Vašeho cvičení, kroky a kalorie, čímž Vás motivuje po celou dobu cvičení. Stabilizační podložka zabraňuje nežádoucímu uklouznutí a popruhy přidržují Vaše chodila na pedálech pevně na místě. Pro řádné procvičení horní i dolní části těla disponuje šlapadlo velmi pohodlným ovládním zátěže a umožňuje tak nastavit si širokou škálu intenzity tréninku dle individuálních možností. Díky své nízké hmotnosti a malé velikosti je lehce přenositelný a snadno skladovatelný.

## **Popis funkcí**

- posiluje krevní oběh a svalstvo
- posiluje paže, ramena a záda
- procvičuje pohyblivost a rovnováhu
- pomáhá zabraňovat tuhnutí svalstva

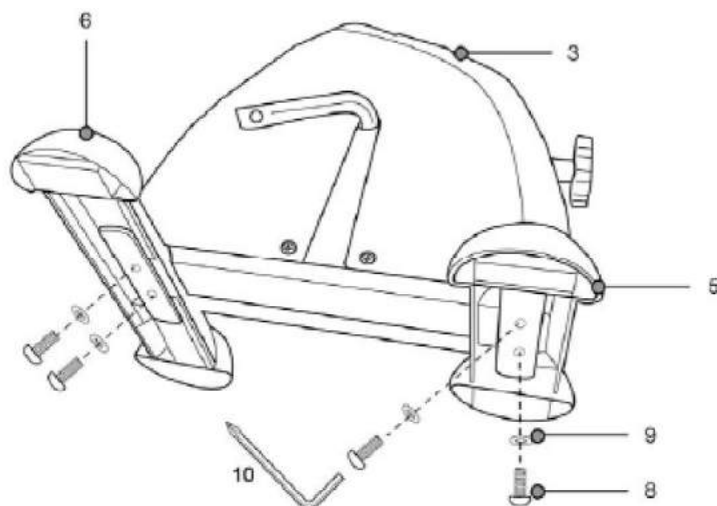
## Montážní díly



1. Počítač-----1
2. Pedál (R+L)-----2
3. Šlapadlo (Tělo stroje)-----1
4. Pedálová tyč-----1
5. Zadní opěra-----1
6. Přední opěra-----1
7. Ovladač obtížnosti cvičení-----1
8. Šroub-----4
9. Podložka-----4
10. Imbusový klíč-----1
11. Dotahovací klíč-----1

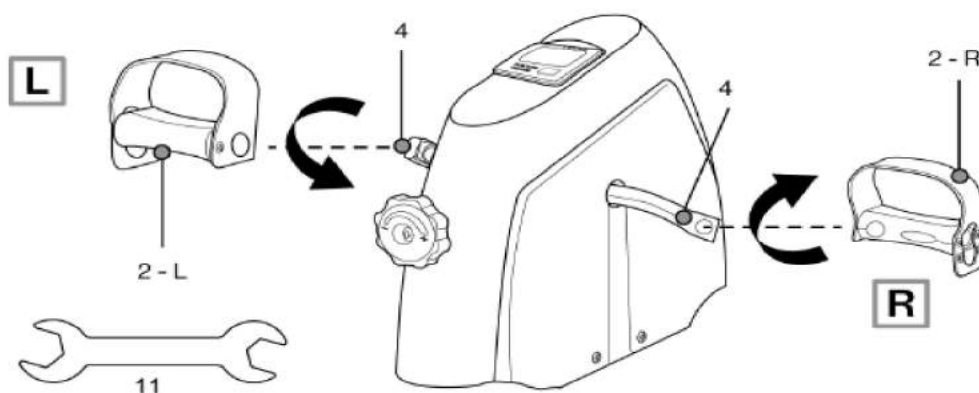
## **Návod k sestavení**

Vybalte opatrně všechny součásti stroje a zkontrolujte obsah balení. Pokud skládáte přístroj na nerovném povrchu, raději použijte ochrannou podložku, abyste se vyhnuli poškrábání nebo poškození jednotlivých součástí. Odstraňte z místa montáže veškeré obaly z přístroje. Následujte tyto pokyny krok za krokem tak, abyste předešli případným montážním chybám.



1. Osadte přední (5) a zadní (6) podložku na tělo stroje (3) pomocí šroubů (8) a podložek (9). Použijte přiložený imbusový klíč (10). Poznámka: Ujistěte se, že je podložka správně nasazena v přední (5) i zadní (6) části stroje.

2. Nasadte levý pedál (2L) a pravý pedál (2R) na pedálové tyče (4). K dotažení pedálů použijte přiložený klíč (11). Poznámka: Pedály a tyče jsou označeny písmeny "L" pro levý a "R" pro pravý. Během montáže dbejte na to, abyste dodrželi tato označení.



## **Bezpečnostní upozornění**

- nepoužívejte přístroj, pokud některé součásti chybí, jsou poškozené nebo ztracené
- maximální nosnost šlapadla je 100kg.
- umístěte přístroj vždy na pevný a hladký povrch
- přístroj není určen pro venkovní použití, nevystavujte ho extrémním podmínkám ani teplotám
- pravidelně kontrolujte pevnost a dotažení všech šroubů a součástí
- neopouštějte přístroj v dosahu dětí do 12-ti let a domácím mazlíčkům
- při použití noste vhodný oděv a obuv
- Při procvičování zad udržujte záda v rovné poloze
- Pokud pocítíte bolest nebo závrať během cvičení, okamžitě přestaňte cvičit a snažte se ochladit tělo
- NIKDY nepoužívejte přístroj v pozici ve stoje, přístroj není na takovou zátěž konstruován! Může dojít k jeho poškození.

## **Změna obtížnosti při cvičení**

Pro co nejefektivnější trénink máte možnost měnit obtížnost cvičení. Pro změnu obtížnosti použijte otáčecí kolečko umístěné na přístroji. Otočte kolečkem (7) proti směru hodinových ručiček pro snížení obtížnosti.

## **Seřízení pedálových pásků**

Pásky na pedálech si můžete nastavit podle svých potřeb. Uvolněte šrouby po stranách pedálů pomocí druhé strany imbusového klíče. Nastavte si potřebnou velikost, kterou potřebujete a utáhněte.

## Multifunkční displej



Pro přepínání mezi jednotlivými hodnotami měření opakovaně mačkejte tlačítko **MENU** pod displejem.

**SCAN:** Každá hodnota je zobrazena po několik sekund

**T=TIME:** Zobrazuje celkový čas trvání tréninku

**D=DISTANCE:** Zobrazuje vzdálenost ujetou během tréninku

**C=COUNT:** Zobrazuje počet kroků od začátku tréninku

**T-C=TOTAL COUNT:** Zobrazuje celkový počet kroků za celou dobu tréninku po dobu životnosti baterie v displeji. Celkový počet kroků nelze vymazat dokud nevyměníte baterii.

**CA=CALORIES:** Zobrazuje celkové množství spálených kalorií od začátku tréninku. (Aktuální počet spalovaných kalorií záleží na kondici jednotlivce)

## Používání šlapadla

- Když začínáte cvičit, přístroj se automaticky zapne a počítadlo začne fungovat
- Když přestanete cvičit vlevo nahoře na displeji se zobrazí značka "STP" po dobu 4 sekund. Po několika minutách se přístroj sám vypne.
- K vynulování počítadla podržte tlačítko pod displejem po dobu 3 sekund
- Pro zjištění funkce, která je momentálně zobrazena na displeji sledujte znak [▼] zobrazený v horní části displeje.
- Pokud je zapnuta funkce SCAN, displej přepíná mezi jednotlivými měřeními po dobu 5 sekund.
- Pokud jsou hodnoty zobrazované na displeji špatně viditelné, vyměňte baterii

za novou. Baterie je umístěná pod displejem. Opatrným povytažením displeje získáte prostor pro výměnu baterie. POZOR! Displej je propojen s přístrojem pomocí čidla upevněného ke vnitřní části displeje! Dbejte na to, abyste přílišnou silou nepoškodili toto propojení při výměně baterie.

## **Trénink**

Nenastavujte si příliš velkou zátěž, pokud s používáním přístroje teprve začínáte. Začněte se zátěží po které nebude po tréninku Vaše tělo nadměrně namožené a unavené.

Zátěž zvyšujte postupně a pomalu. Pokud s fitness cvičením teprve začínáte postupujte takto:

**Zahřívací fáze:** 5-10 minut nízká zátěž

**Trénování:** 15-40 minut zvýšená zátěž

**Zakončovací fáze:** 5-10 minut nízká zátěž

Během cvičení se snažte udržovat pravidelné a pomalé dýchání.

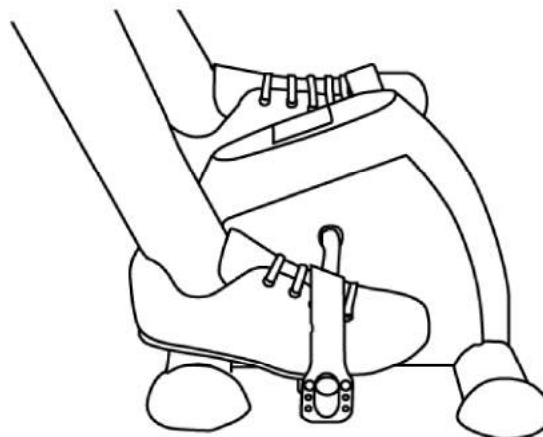
## **Průvodce cvičením**

### **Procvičování svalů na nohou**

Položte přístroj na zem.

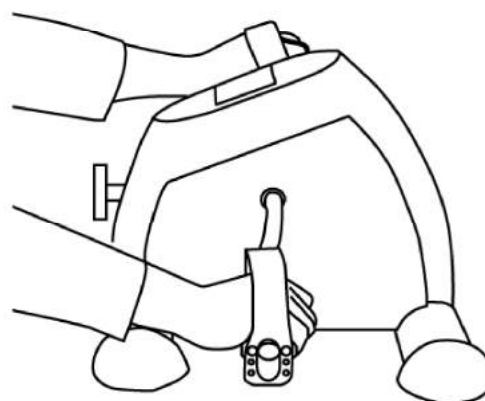
Ujistěte se, že se přístroj nehýbe a neklouže. Posadte se na židli umístěnou před přístrojem. Vložte chodidla do pedálových popruhů.

Zkontrolujte vzdálenost mezi židlí a přístrojem tak, aby se Vám sedělo pohodlně a cvičení bylo účinné. Pohyby nohou by měly být pomalé a pravidelné



### **Procvičování svalů na rukou**

Položte přístroj na stůl. Ujistěte se, že má stůl rovný, hladký a neklouzavý povrch. Umístěte židli před stůl a šlapadlo a posadte se. Zasuňte ruce do pedálových popruhů. Nastavte si pohodlnou a bezpečnou vzdálenost židle od stolu se šlapadlem tak, abyste seděli pohodlně. Pohybujte s pedály pomalu a pravidelně.





## **ZÁKLADNÍ POKYNY K OPRAVÁM A ÚDRŽBĚ**

1. Pro dlouhodobé a bezpečné užívání udržujte šlapadlo čisté a v dobrém stavu. Čistěte pouze vlhkým hadříkem, nepoužívejte saponáty a rozpouštědla.
2. Pravidelně kontrolujte stav šlapadla a dotažení šroubů.
3. Před každým použitím zkontrolujte všechny šrouby.
4. Nedělejte na šlapadle žádné technické úpravy.
5. Nevystavujte šlapadlo slunci a neopouštějte jej ani ve vlhkém prostředí.

## **ZÁRUČNÍ PODMÍNKY**

### **Předmět záruky:**

Záruka se vztahuje na základní výrobek dodávaný firmou SEDCO s.r.o., včetně příslušenství.

### **Záruční doba:**

Záruční doba na výrobek a k němu dodávané příslušenství je 24 měsíců od data prodeje kupujícímu. Doba od uplatnění práva z odpovědnosti za vady až do doby, kdy uživatel po skončení opravy byl povinen věc převzít, se do záruční doby nepočítá.

Prodávající je povinen vydat kupujícímu potvrzení o tom, kdy právo uplatnil, jakož i o provedení opravy a o době jejího trvání. Dojde-li k výměně výrobku, začne běžet záruční doba znovu od převzetí nového výrobku. Dojde-li k výměně montážního celku, začíná běžet záruční doba daného montážního celku znovu od data převzetí výrobku.

### **Rozsah odpovědnosti výrobce či dovozce:**

Dovozce nese odpovědnost za to, že výrobek bude mít po celou záruční dobu vlastnosti obvyklé pro dotyčný druh výrobku a uváděné parametry. Dovozce neodpovídá za vady výrobku způsobené běžným opotřebením nebo použitím výrobku k jiným účelům, než ke kterým byl určen.

### **Zánik záruky:**

#### **Záruční nárok zaniká, jestliže:**

- a) výrobek nebyl používán a udržován podle návodu k použití nebo byl poškozen jakýmkoli neodborným zásahem uživatele
- b) výrobek byl používán v jiných podmínkách nebo k jiným účelům, než ke kterým je určen

- c) nelze předložit fakturu či jiný doklad o koupi výrobku
- d) došlo k úmyslnému přepisování údajů uvedených výrobcem, prodejcem nebo servisní organizací v původní dokumentaci výrobku
- e) byla některá část výrobku nahrazena neoriginální součásti
- f) k poškození výrobku nebo nadměrnému opotřebení došlo vinou nedostatečné údržby
- g) závady vzniklé působením vnějším vlivům (např. klimatickými podmínkami, prašností, nevhodným použitím)
- h) na mechanická poškození, která vznikla například pádem, nárazem či úderu do výrobku
- i) na škody vzniklé neodborným zacházením, přetížením, použitím nevhodného příslušenství či nevhodných nástrojů
- j) výrobek havaroval nebo byl poškozen vyšší mocí
- k) byla provedena změna na výrobku bez souhlasu výrobce
- l) vady byly způsobeny neodborným skladováním výrobku
- m) vady vznikly přirozeným a běžným provozním opotřebením výrobku
- n) výrobek byl spojen nebo provozován se zařízením, které nebylo odsouhlaseno výrobcem

#### **Uplatnění reklamace:**

Reklamaci uplatňuje kupující u prodávajícího. Při reklamaci je kupující povinen předložit fakturu či jiný doklad o koupi. Záruční opravy provádí prodávající nebo jím pověřené opravny.

#### **Právo:**

Ostatní vztahy mezi kupujícím a prodávajícím se řídí příslušnými ustanoveními Občanského zákoníku č. 89/2012 Sb., popřípadě Zákonem o obchodních korporacích č. 90/2012 Sb. ve znění pozdějších změn a doplňků.

Výrobce si vyhrazuje právo na změny v návodu v průběhu vývoje a inovace produktů.

## **Záruční list**

**Zákazník:**

**Jméno a příjmení:** .....

**Adresa:** .....

.....

**Prodejna:** .....

.....

**Datum prodeje:** .....

**Popis závady:** .....

.....

.....

.....

**Servisní záznamy:** .....

.....

.....