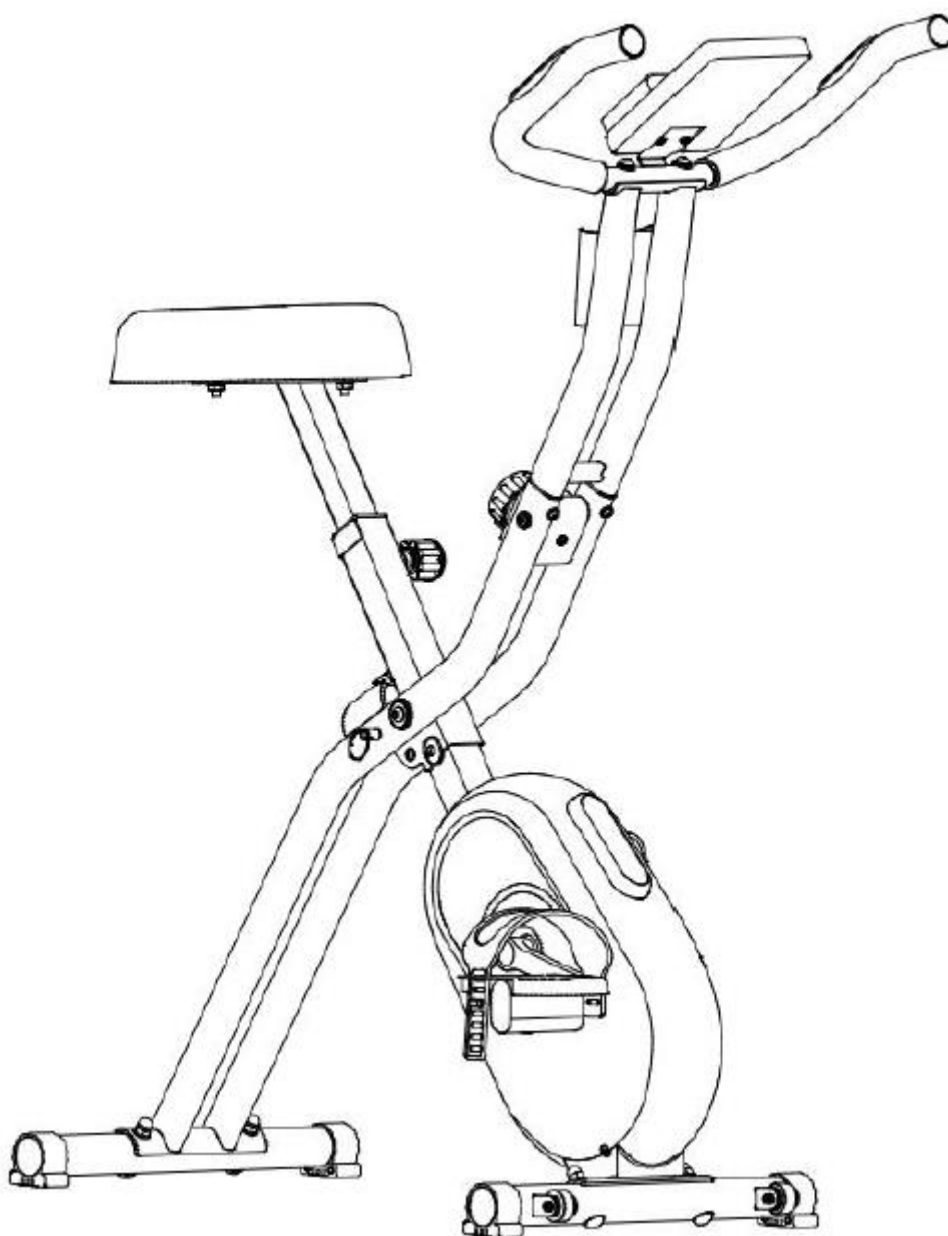




ANVÄNDARMANUAL – SV

IN 29821 Hopfällbar motionscykel inSPORTline Xbike Lite



SevenSport sro förbehåller sig rätten att göra ändringar och förbättringar av sin produkt utan föregående meddelande. Besök vår webbplats www.insportline.cz, där du hittar den senaste versionen av manualen.

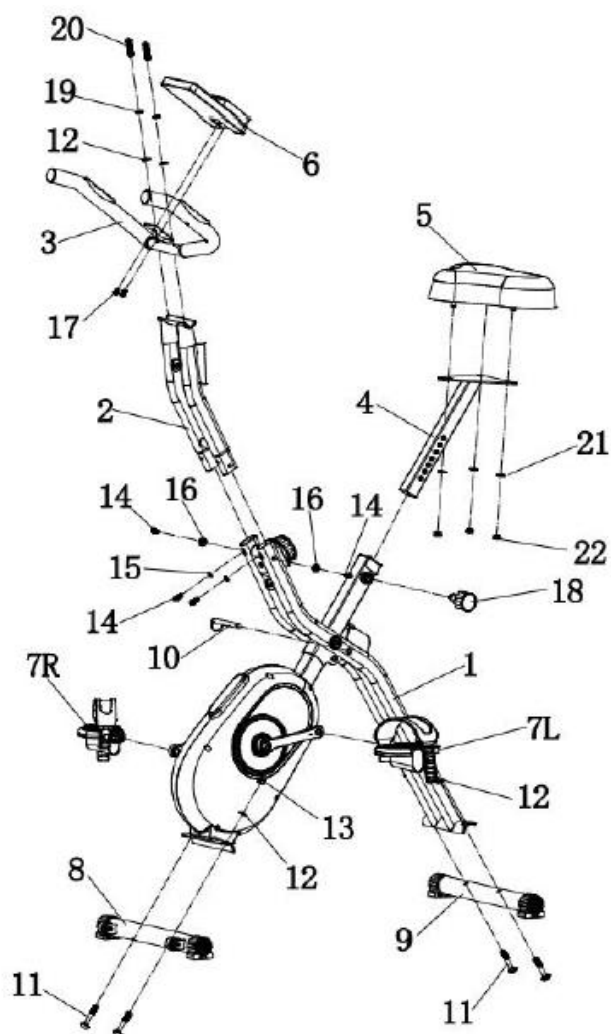
INNEHÅLL

SÄKERHETSINSTRUKTIONER.....	3
RITNING OCH DELLISTA.....	4
MONTERING.....	5
KONSOLL.....	8
ANVÄNDNING.....	9
KORREKT HÅLLNING	10
UNDERHÅLL	10
VIKTIGA MEDDELANDEN	10
MILJÖSKYDD	10
GARANTIVILLKOR, REKLAMATIONER	11

SÄKERHETSINSTRUKTIONER

- Innan du använder enheten för första gången, läs alla instruktioner i den här manualen och spara den för framtida bruk.
- Använd endast enheten enligt beskrivningen i bruksanvisningen.
- Kontrollera att alla skruvar är ordentligt åtdragna innan du tränar, och dra åt dem vid behov.
- Håll händerna borta från enhetens rörliga delar.
- Barn och husdjur bör aldrig vara i närheten av enheten. Lämna inte barn ensamma i rummet med enheten.
- Gör alltid uppvärmningsövningar innan du tränar på löpbandet.
- Kontrollera att alla anslutningar är ordentligt säkrade före varje användning av maskinen.
- Maximalt en person kan träna på enheten åt gången.
- Sluta träna omedelbart om du upplever yrsel, illamående, bröstsmärtor eller annat fysiskt obehag och kontakta en läkare.
- Placera enheten på en ren, plan yta, använd den inte utomhus eller nära vatten.
- Använd lämpliga sportkläder för träning. Använd inte löst sittande kläder som kan fastna i enheten. Vi rekommenderar också att du använder sportskor för träning.
- Det får inte finnas några vassa föremål i närheten av enheten.
- Personer med funktionsnedsättning bör inte använda enheten utan överinseende av en kvalificerad person eller läkare.
- Använd inte träningsenheten om den är skadad på något sätt.
- Använd endast apparaten för träning om den är i perfekt skick. Använd alltid originaldelar för att byta ut skadade eller slitna delar.
- Använd inte starka lösningsmedel för rengöring. Använd medföljande eller lämpliga verktyg för underhåll eller byte av delar.
- Kassera förpackningsmaterial och onödiga delar på ett miljövänligt sätt – använd behållare för sorterat avfall eller lämna avfallet till en samlingsplats.
- När du justerar sadelhöjden, dra inte ut sadelstolpen ur ramen längre än den säkra utskjutningsgränsen markerad med "max".
- Data som mäts av datorn används inte för att utvärdera användarens hälsostatus.
- Av säkerhetsskäl är det nödvändigt att bibehålla 0,6 m fritt utrymme runt enheten.
- Placera inte vassa föremål på enheten. Ingen justerbar del får sticka ut så att den hindrar användarens rörelser.
- Kategori: HC för hemmabruk
- **Lastkapacitet:** 100 kg
- **VARNING**Pulsmätningssystemet kanske inte är korrekt. Överansträngning under träning kan leda till skada eller dödsfall. Om du känner dig dålig, sluta använda enheten omedelbart.
- **VARNING**Rådfråga din läkare innan du påbörjar något träningsprogram. En läkares utlåtande är särskilt viktigt om du har ett medicinskt tillstånd. Säljaren tar inget ansvar för skador eller egendomsskador som uppstår till följd av användning av denna produkt.

RITNING OCH DELLISTA



Markera	Namn	Styck
1	Huvudram	1
2	Ledstångsstolpe	1
3	Handtag	1
4	Sadelstolpe	1
5	Plats	1
6	Trösta	1
7	Pedal (V/H)	2
8	Främre balk	1
9	Bakre balk	1
10	Stift	1
11	Skruv M8x50	2
12	Böjd bricka Ø8	6
13	MutterM8	4
14	Skruv M6x16	4
15	Böjd bricka Ø6	2
16	Plattbricka Ø6	2
17	Skruv M5x10	2
18	Handskruv	1
19	Fjäderbricka Ø8	2
20	Skruv M8x35	2
21	Plattbricka Ø8	3
22	M8-mutter	3

KONSTRUKTION

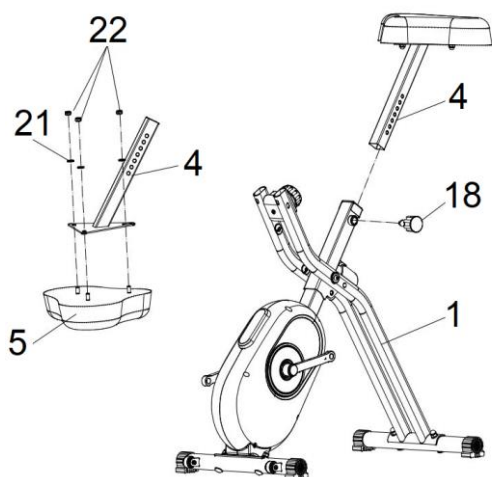
Steg 1

Ta ut huvudramen (1) ur förpackningen och dra ut stiftet (10)

Steg 2

Fäst de främre och bakre balkarna (8 och 9) på huvudramen (1) med 2x muttrar (13), 2x brickor (13) och 2x M8x50-bultar (10) på båda sidor.

Balken med hjul är framtill.



Steg 3

Fäst sadeln (5) på sadelstolpen (4) med 3 muttrar (22) och 3 brickor (21).

Sätt in sadelstolpen (4) i huvudramen (1). Justera till önskad höjd och fäst med handskruven (18).

Steg 4

Anslut kablarna (23 och 24).

Fäst ledstångsstolpen (2) på huvudramen (1)

Steg 5

Fäst stolpen på huvudramen med 4 skruvar (14) och 2 brickor (15 och 16).

Steg 6

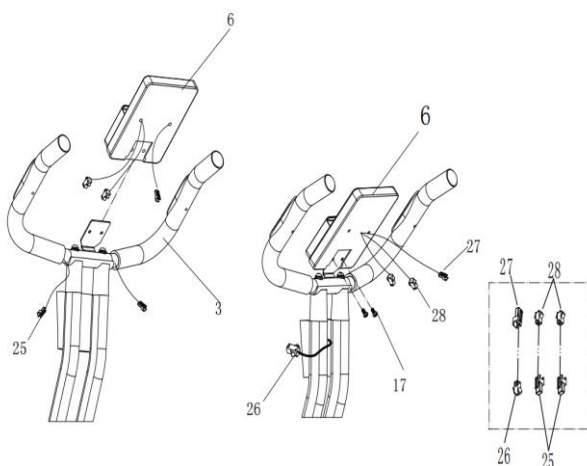
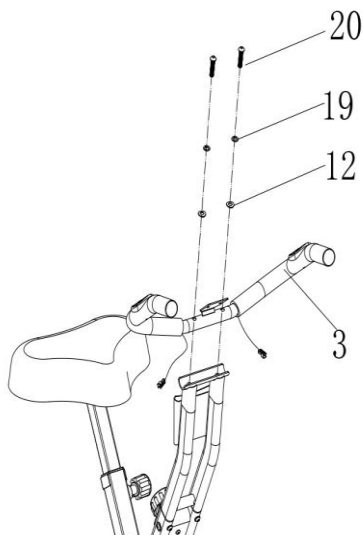
Fäst handtagen (3) på huvudramen (1) med 2 skruvar (20) och 2 brickor (12).

Steg 7

Fäst fästet (20) på handtagen (3) med 2 skruvar (17).

Anslut pulskabeln från handtagen (25) till konsolkabeln (28).

Anslut kabeln sensor från handtagen (26) med konsolkabeln (27).



Fäst pedalerna (7). Vrid vänster pedal (L) moturs till vänster vevaxel.

Höger (R) pedal för att vrida höger vev medurs.

TRÖSTA

VISA

TID (TMR)	Tid Intervall: 00:00 – 99:59 minuter
HASTIGHET (SPD)	Hastighet Räckvidd: 0,0 – 99,9 km/h
AVSTÅND (SOMMARTID)	Nuvarande avstånd Räckvidd: 0,00 – 999,9 km
ODO	Totalt avstånd Räckvidd: 0,00 – 999,9 km
KALORIER (KAL)	Kalori Intervall: 0,0 – 9999 kcal
PULS (PUL)	Puls Intervall: 40–240 slag per minut

LÄGE

Tryck för att välja den visade funktionen, håll intryckt för att återställa

FUNGERA

Automatisk start/stopp

Systemet startar automatiskt när det detekterar en signal från hastighetssensorn eller när en knapp trycks ner.

Systemet stängs av automatiskt om ingen signal från sensorn eller knappen detekteras på 4 minuter.

AVSÖKA

Visar varje uppmätt funktion i sekvens. **Visa:**

Tid – aktuell träningstid Hastighet – aktuell

träningshastighet Sträcka – aktuell

tillryggalagd sträcka Total sträcka – totalt

tillryggalagd sträcka

Puls – aktuell hjärtfrekvens, för den mest exakta mätningen är det nödvändigt att hålla sensorerna och vänta i minst 30 sekunder(*informationen är endast vägledande, inte för medicinska ändamål*),varning i intervallet 80-180 slag per minut

Kalorier – förbrända kalorier under träning(*informationen är endast vägledande, inte för medicinska ändamål*)

SCAN – visar automatiskt data i följande ordning: tid – kalorier – distans – puls – total distans **Strömförsörjning**

Konsolen drivs av 2x AAA-batterier.

ANVÄNDA

Träning på en motionscykel bygger på mycket enkla rörelser, som du definitivt kommer att älska. Tack vare övningens enkelhet kan även äldre personer träna på en motionscykel. Innan du tränar är det nödvändigt att justera sadelns höjd. Det är viktigt att du sitter bekvämt. Motionscykelns sadel måste justeras så att du kan hålla i de ergonomiskt formade handtagen medan du sitter. Du ska inte känna att dina armar är utsträckta. Du kan sträcka ut dina muskler.

För att säkerställa ett bekvämt och trevligt träningspass, placera fötterna i pedalerna. Idag har alla moderna pedaler remmar för att säkra och stabilisera dina fötter. Det är viktigt att dina fötter är stadigt och säkert placerade under träningen.

Grunden för träning på en motionscykel är benens rörelse längs en specifik elliptisk bana. Denna rörelse är mycket lik den att cykla. När du tränar på en motionscykel sitter du helt enkelt på en sadel med rätt höjd, fötterna är ordentligt placerade i pedalerna och du håller i de ergonomiskt formade handtagen och pedalen.

Det är lämpligt att välja en lägre belastning i början. Om du tränar på motionscykeln med jämna mellanrum kan du gradvis öka belastningen. Du kan öka belastningen gradvis varje vecka eller varannan vecka. Att välja en hög belastning i början av träningen kan leda till snabb trötthet och muskelombyten.

När du tränar är det viktigt att välja rätt belastning och rätt tempo. Försök att hålla det under hela träningen. Det rekommenderas inte att välja ett högt tempo direkt från början. Öka tempot efter ungefär en veckas regelbunden träning. Ett högt tempo är inte detsamma som snabbare kaloriförbränning. Korrekt kaloriförbränning återspeglas i lämplig och regelbunden träning. I början av träningen kan antalet förbrända kalorier verka lågt, men regelbunden och lämplig träning är nyckeln till att uppnå bästa resultat.

Att träna på en motionscykel leder också till muskeluppbyggnad. Det stärker främst lår- och vadmuskulerna. När du tränar på en motionscykel rör du även på rumpan.

Om du vill uppnå rätt träning bör du inte glömma korrekt andning. Korrekt och regelbunden andning rekommenderas under all träning. Det är viktigt att upprätthålla regelbundna djupa inandningar och utandningar. Regelbunden och korrekt andning under träning på en motionscykel ger intensiv träning av magmuskulerna. Det är lämpligt att träna 30-35 efter att ha ätit. Underlåtenhet att följa dessa instruktioner kan leda till färre kalorier som förbränns och, vid högre ålder, matsmältningsproblem.

För att uppnå bästa resultat bör du också överväga din kosts sammansättning. Det rekommenderas att börja dagen med sötsaker och bakverk, eller müsli med mjölk. Till lunch rekommenderas det att äta en kaloririkare måltid. Glöm inte soppa. Lätta måltider rekommenderas till kvällen. Om du vill förbättra din hälsa är inte bara regelbunden motion viktig, utan även hela din livsstil.

Träning på motionscykel är effektiv träning för alla upptagna människor. Träning på motionscykel stärker effektivt musklerna, särskilt låren, vaderna och rumpan. Regelbunden träning kan leda till en smalare figur. Träning rekommenderas inte bara som vinterförberedelse för cyklister utan även för personer som vill förbränna överskott av kalorier. Regelbunden andning, regelbunden träning, ett lämpligt tempo och en balanserad kost kan leda till de resultat du önskar.

KORREKT HÅLLNING

Håll en upprätt kroppsställning under träningen, eller vila underarmarna på handtagen. Benen ska inte vara helt utsträckta när du trampar. Knäna ska vara lätt böjda när du trycker ner pedalen helt. Håll huvudet i linje med ryggraden för att minimera smärta i nacken och övre delen av ryggen. Trampa alltid smidigt och rytmiskt.

UNDERHÅLL

- Vid montering, dra åt alla skruvar ordentligt och ställ in motionscykeln i horisontellt läge.
- Kontrollera att den är ordentligt åtdragen efter 10 timmars användning.
- Torka bort svett efter träning. Rengör enheten med en trasa och mildt rengöringsmedel. Använd inte lösningsmedel eller starka rengöringsmedel på plastdelar.
- Om det förekommer ökat ljud är det nödvändigt att kontrollera att alla anslutningar är ordentligt åtdragna.
- Placera produkten i ett rent, ventilerat och torrt rum.
- Utsätt inte enheten för direkt solljus.

VIKTIGA MEDDELANDEN

- Denna apparat uppfyller gällande säkerhetsföreskrifter och är endast lämplig för hemmabruk. All annan användning är förbjuden och kan vara farlig för användaren. Vi ansvarar inte för skador som orsakats av felaktig eller otillåten användning av apparaten.
- Innan du börjar träna på en motionscykel, rådfråga din läkare. Din läkare bör bedöma om du är fysiskt i form för att använda maskinen och vilken ansträngningsnivå du klarar av. Felaktig träning eller överträning kan vara skadligt för din hälsa.
- Läs noggrant igenom följande träningstips och instruktioner. Om du upplever smärta, illamående, andnöd eller andra hälsoproblem under träning, sluta träna omedelbart. Om smärtan kvarstår, kontakta omedelbart läkare.
- Denna motionscykel är inte lämplig som professionell eller medicinsk apparat. Den kan inte användas för terapeutiska ändamål.
- Pulssensorn är inte en medicinteknisk produkt. Den ger endast ungefärlig information om din genomsnittliga puls, och eventuella föreslagna pulser är inte medicinskt bindande. De uppmätta uppgifterna är inte alltid korrekta på grund av okontrollerbara mänskliga och miljömässiga faktorer.

MILJÖSKYDD

När produktens livslängd är slut, eller om ytterligare reparation inte längre är ekonomiskt lönsam, ska produkten kasseras i enlighet med lokala föreskrifter och på ett miljövänligt sätt. Ta produkten till närmaste avsedda återvinningsstation.

Genom att kassera denna produkt på rätt sätt hjälper du till att bevara värdefulla naturresurser och förhindra potentiella negativa effekter på miljön och människors hälsa. Om du är osäker, kontakta dina lokala myndigheter för att undvika potentiella överträdelser och påföljder.

Släng inte batterier i soporna, utan lämna dem till avsedda återvinningsstationer.

GARANTIVILLKOR, REKLAMATIONER

Allmänna bestämmelser och definitioner av termer

Dessa garantivillkor och reklamationsförfarandet reglerar villkoren och omfattningen av den garanti som säljaren tillhandahåller för de varor som levererats till köparen, samt förfarandet för hantering av reklamationer från köparen gällande de levererade varorna. Garantivillkoren och reklamationsförfarandet regleras av relevanta bestämmelser i lag nr 89/2012 Coll., Civillagen, och lag nr 634/1992 Coll., om konsumentskydd, i dess ändrade lydelse, inklusive i frågor som inte nämns i dessa garantivillkor och reklamationsförfarandet.

Säljaren är företaget SEVEN SPORT sro med registrerat kontor på Strakonická 1151/2c, Prag 150 00, företags-ID: 26847264, registrerat i handelsregistret som förs av regiondomstolen i Prag, avsnitt C, fil 116888.

På grund av gällande lagbestämmelser görs en åtskillnad mellan en köpare som är konsument och en köpare som inte är konsument.

En "konsumentköpare" eller helt enkelt en "konsument" är en person som, när han ingår och fullgör ett avtal, inte agerar inom ramen för sin kommersiella eller andra affärsverksamhet.

"En köpare som inte är en 'konsument' är en näringsidkare som köper produkter eller använder tjänster för sin affärsverksamhet med dessa produkter eller tjänster. Denna köpare regleras av ramavtalet och villkoren i den utsträckning de gäller för honom."

Dessa garantivillkor och reklamationsförfarandet är en integrerad del av varje köpeavtal som ingås mellan säljare och köpare. Garantivillkoren och reklamationsförfarandet är giltiga och bindande, om inte annat avtalats mellan parterna i köpeavtalet eller i ett tillägg till detta avtal eller i ett annat skriftligt avtal.

Garantivillkor

Garantiperiod

Säljaren ger köparen 24 månaders garanti för varornas kvalitet, såvida inte garantibeviset, fakturan för varorna, följesedeln eller annan handling för varorna anger en annan garantiperiod som säljaren anger. Den lagstadgade garantitiden som tillhandahålls konsumenten påverkas inte av detta.

Genom en kvalitetsgaranti förbinder sig säljaren att de levererade varorna kommer att vara lämpliga för användning för det vanliga eller överenskomna ändamålet under en viss tidsperiod och att de kommer att behålla de vanliga eller överenskomna egenskaperna.

Batteri

6 månaders batterigaranti – den nominella batterikapaciteten sjunker inte under 70 % av den totala kapaciteten inom 6 månader efter produktförsäljning.

Garantivillkoren gäller inte för fel som uppstår (om tillämpligt på den köpta produkten):

- användarens fel, d.v.s. skador på produkten på grund av oprofessionell reparation, felaktig montering, otillräcklig montering av sadelstolpen i ramen, otillräcklig åtdragning av pedalerna i vevarmarna och vevarmarna i förhållande till mittaxeln
- felaktigt underhåll
- mekanisk skada
- slitage på delar vid normal användning (t.ex. gummi- och plastdelar, rörliga mekanismer, ledade leder, slitage på bromsbelägg/bromsblock, kedja, däck, kassett/multihjul etc.)
- en oundviklig händelse, en naturkatastrof
- oprofessionella ingripanden

- felaktig hantering eller felaktig placering, låg eller hög temperatur, exponering för vatten, för högt tryck och stötar, avsiktligt ändrad design, form eller dimensioner

Klagomålsförfarande

Förfarande för att reklamera fel i varor

Köparen är skyldig att inspektera de varor som levererats av säljaren så snart som möjligt efter att risken för skada på varorna övergått, eller efter deras leverans. Köparen ska utföra inspektionen på ett sådant sätt att alla fel som kan upptäckas vid en rimlig fackmässig inspektion upptäcks.

Vid reklamation av varor är köparen skyldig att på säljarens begäran bevisa köpet och reklamationens berättigande med hjälp av faktura eller följesedel med angivet produktions- (serie-) nummer, eller samma dokument utan serienummer. Om köparen inte bevisar reklamationens berättigande med hjälp av dessa dokument har säljaren rätt att avvisa reklamationen.

Om köparen rapporterar ett fel som inte täcks av garantin (t.ex. om garantivillkoren inte uppfylldes, felet rapporterades felaktigt etc.), har säljaren rätt att kräva full ersättning för de kostnader som uppstått i samband med åtgärdandet av det fel som köparen rapporterat. I detta fall kommer beräkningen av serviceavgiften att baseras på gällande prislista för arbete och transportkostnader.

Om säljaren (genom provning) fastställer att den reklamerade produkten inte är defekt, anses reklamationen vara obefogad. Säljaren förbehåller sig rätten att kräva ersättning för kostnader som uppstått i samband med den obefogade reklamationen.

Om köparen reklamerar fel på varor som omfattas av garantin enligt säljarens gällande garantivillkor, ska säljaren avhjälpa felet genom att reparera eller byta ut den defekta delen eller anordningen mot en felfri del. Med köparens samtycke har säljaren rätt att leverera andra varor som är fullt funktionellt kompatibla, men som åtminstone har samma eller bättre tekniska parametrar, i utbyte mot de defekta varorna. Valet av hur reklamationen ska hanteras enligt denna paragraf tillhör säljaren.

Säljaren ska reglera reklamationen senast 30 dagar från leveransen av den defekta varan, om inte en längre tidsfrist har avtalats. Dagen för reglering anses vara den dag då den reparerade eller utbytta varan överlämnades till köparen. Om säljaren på grund av felets art inte kan reglera reklamationen inom den angivna tiden, ska han komma överens med köparen om en alternativ lösning. Om en sådan överenskommelse inte uppnås är säljaren skyldig att ge köparen ekonomisk ersättning i form av en tillgodokvitto.

Tjeckien

SEVEN SPORT sro

Stansat: Strakonická 1151/2c, Prag 5, 150 00, Tjeckien
Huvudkontor: Dělnická 957, Vítkov, 749 01
Klagomål och service: Čermenská 486, Vitkov 749 01

ID: 26847264
Momsregistreringsnummer: CZ26847264

Telefon: + 420 556 300 970
E-post: eshop@insportline.cz
reklamacie@insportline.cz
servis@insportline.cz

Webbplats: www.inSPORTline.cz

Försäljningsdatum:

Säljarens stämpel och underskrift:

Reklamationer på varor



SK

Butiker i SPORTline SK, sro

Huvudkontor, klagomål, service: Električná 6471, Trenčín 911 01, SK

ID: 46259317
Momsregistreringsnummer: SK2023299729

Telefon: + 421 917 700 098
E-post: objednavky@insportline.sk
reklamacie@insportline.sk
servis@insportline.sk

Webbplats: www.inSPORTline.sk

Retur och byte av varor inom 30 dagar

