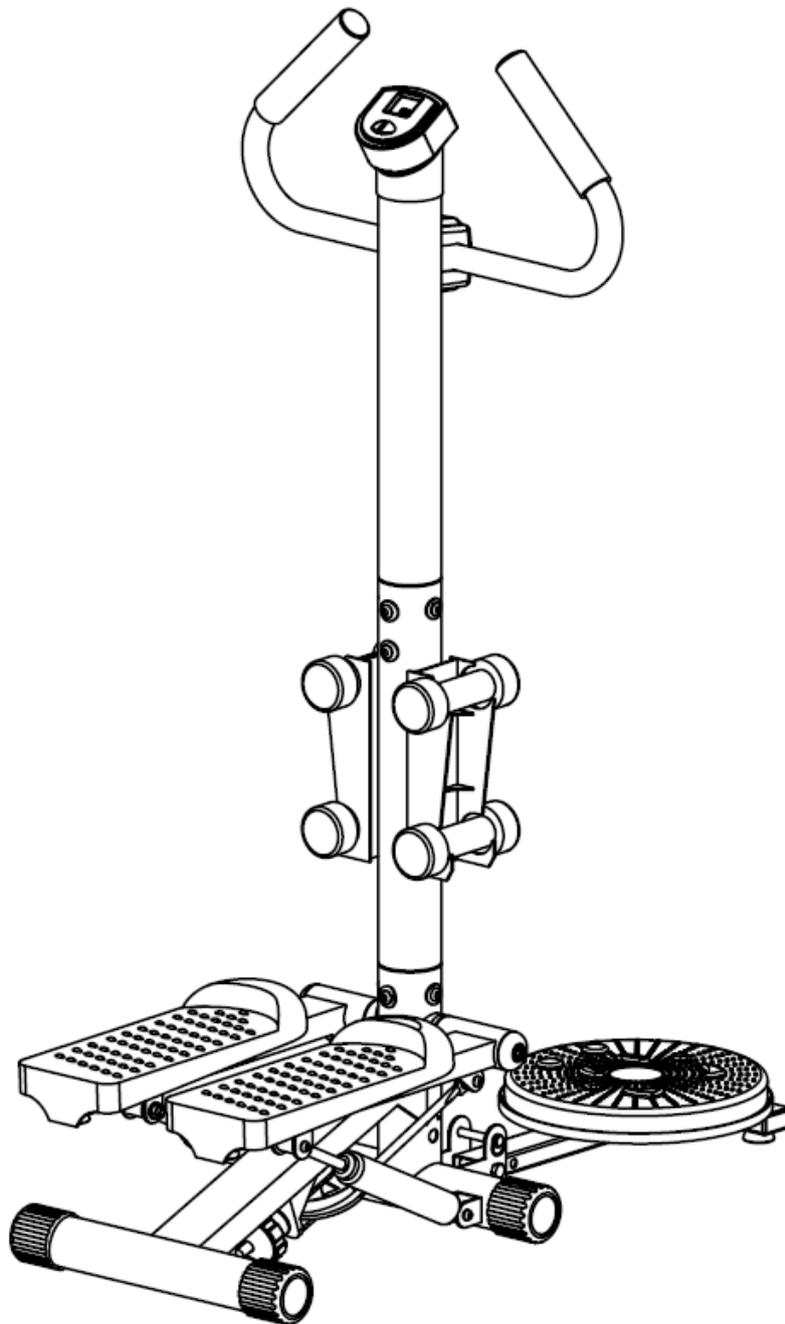




Benutzerhandbuch - DE
IN 3883 Multifunktioneller Stepper inSPORTline Easy step (KLJ-303)



WICHTIG:

Vor der ersten Benutzung des Geräts lesen Sie dieses Handbuch vorsichtig durch. Bewahren Sie es auf einer sicheren Stelle für den Bedarfsfall auf. Wir machen darauf aufmerksam, dass die Beschreibung des Geräts in dieser Anleitung mit der Beschreibung des von Ihnen eingekauften Geräts nicht vollständig übereinstimmen muss. Diese Anleitung ist für mehr Modelle gemeinsam.

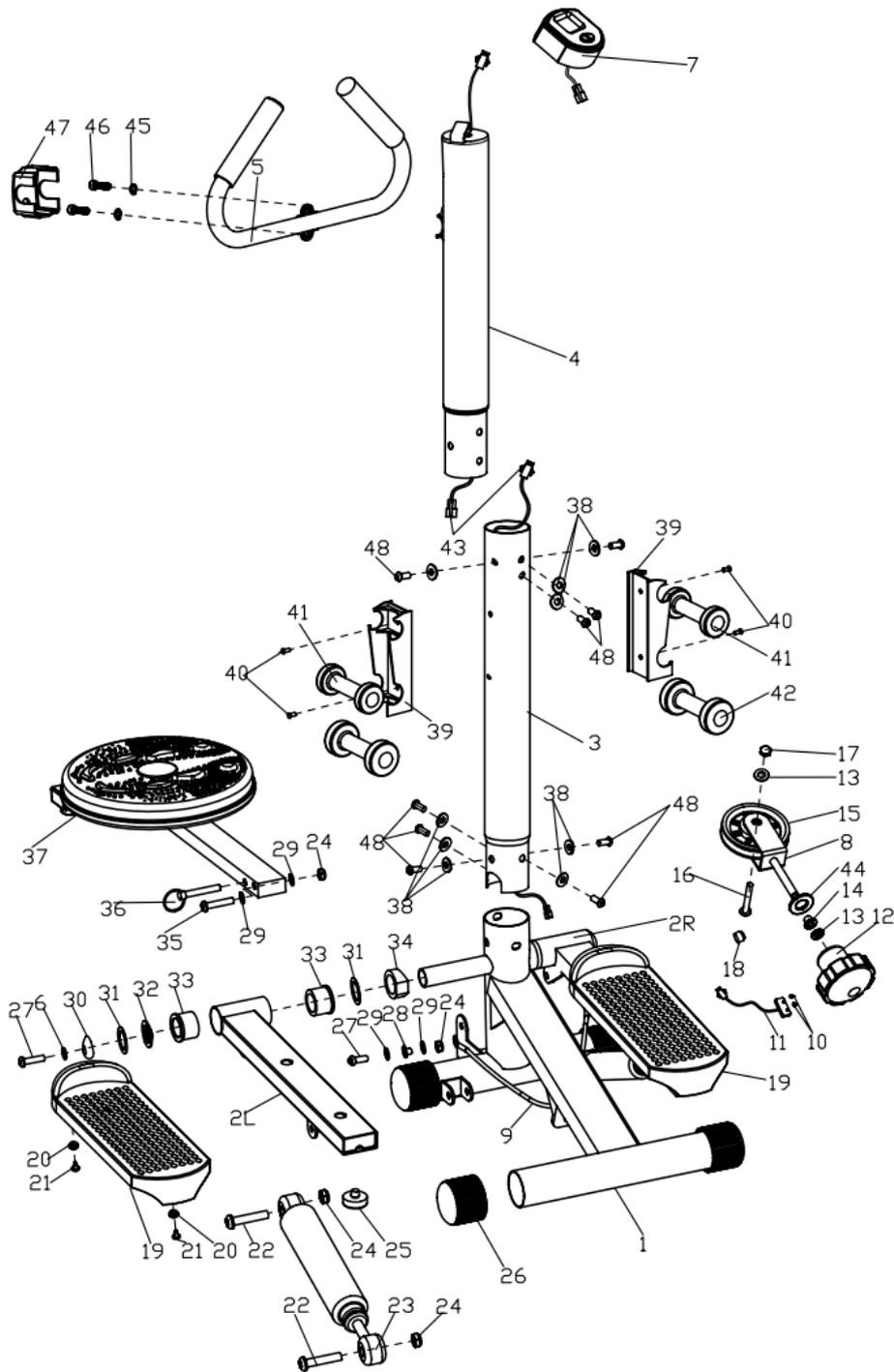
WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Vor der Zusammensetzung und vor der Aufnahme der Betätigung des Geräts lesen Sie die folgenden Informationen.

1. Stellen Sie das Gerät nur auf die in dieser Anleitung angegebene Weise auf.
2. Vor der Aufnahme des ersten Trainings überprüfen Sie aus den Sicherheitsgründen, ob die Schrauben und Muttern genügend angezogen sind und dass das Gerät ordentlich zusammengesetzt ist.
3. Bringen Sie das Gerät in dem trockenen Umfeld an. Das Wasser und die Feuchtigkeit können das Gerät beschädigen.
4. Bringen Sie das Gerät auf eine geeignete Oberfläche an (Sie können z.B. eine Gummiunterlage, eine Holzplatte usw. nutzen) und Sie verhindern so das Durchdringen des Staubs und der Verunreinigungen in den unteren Geräteteils.
5. Vor der Aufnahme des Trainings beseitigen Sie alle Gegenstände, die sich in der Entfernung von 2 m vom Gerät befinden.
6. Zur Reinigung des Geräts nutzen Sie keine aggressiven Reinigungsmittel. Zur Aufstellung und zur Wartung nutzen Sie nur das beigelegte oder geeignete Werkzeug. Nach der Beendigung des Trainings wischen Sie vom Gerät Schweißtropfen ab.
7. Durch ein übermäßiges oder unrichtig geführtes Training kann es zur Gesundheitsschädigung kommen. Vor der Aufnahme des Trainingsprogramms ziehen Sie Ihren Arzt zu Rate. Er hilft Ihnen, Ihre Ziele zu erreichen, und er kann die Trainingsdauer, den geeigneten Wert der Pulsfrequenz, der Leistung usw. festlegen.
8. Nutzen Sie das Gerät nur im Falle, wenn es vollständig funktionsfähig ist. Beim Ersatz irgendwelcher Geräteteile nutzen Sie nur Originalersatzteile.
9. Am Gerät kann nur 1 Person auf einmal turnen.
10. Zum Turnen am Gerät nutzen Sie geeignete Sportbekleidung und Schuhwerk. Die Wahl des richtigen Schuhwerks ist besonders wichtig.
11. Wenn Sie während des Turnens anfangen, Schwindel, Übelkeit oder andere außergewöhnliche Symptome zu fühlen, hören Sie sofort auf zu turnen und ziehen Sie den Arzt bezüglich des weiteren Trainings zu Rate.
12. Kinder und Körperbehinderte können das Gerät nur unter der Aufsicht einer erwachsenen Person, welche die Hilfe eventuell leisten kann.
13. Mit der steigenden Trittfrequenz erhöht sich die Leistung des Geräts und umgekehrt. Das Gerät ist mit einem Drehregler ausgerüstet, mit Hilfe dessen Sie die Belastungsstufe einstellen können.
14. Maximales Lastgewicht des Benutzers: 100 kg
15. Kategorie des Steppers - HC (laut Norm ČSN EN ISO 20957) bestimmt zur Hausnutzung.

WARNUNG: Wenn Sie sich nach den obigen Hinweisen nicht richten werden, kann das Training für Sie gefährlich sein.

SCHEMA



ANMERKUNG: Die meisten Teile sind gesondert verpackt, einige Teile sind jedoch schon teilweise zusammengesetzt. Während der Aufstellung kann die Situation eintreten, dass Sie diese Teile demontieren und wieder zusammenbauen müssen.

Bei der Aufstellung des Geräts richten Sie sich nach den folgenden Hinweisen und überprüfen Sie, ob alle notwendigen Teile geliefert sind.

TEILELISTE

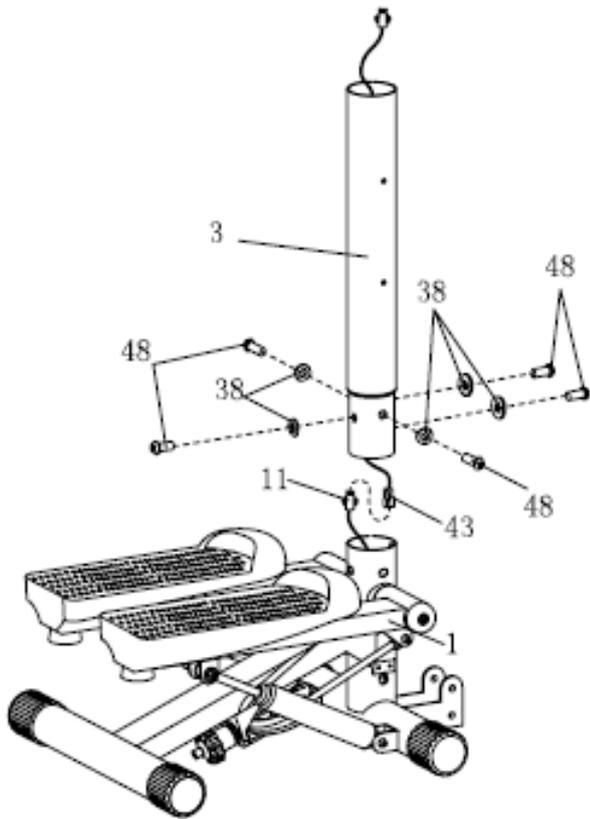
| Nummer | Teil | Menge | Nummer | Teil | Menge |
|--------|--------------------------|--------|--------|----------------------------------|-------|
| 1 | Hauptrahmen | 1 | 26 | Abdeckung des Trägers | 4 |
| 2 | Stützstab des Pedals L/R | 1 Paar | 27 | Inbusschraube | 4 |
| 3 | Unterteil des Hauptstabs | 1 | 28 | Hülse | 2 |
| 4 | Oberteil des Hauptstabs | 1 | 29 | Flache Unterlegscheibe | 6 |
| 5 | Stab mit Griffen | 1 | 30 | Kappe | 2 |
| 6 | Computerhalter | 1 | 31 | Große flache Unterlage | 4 |
| 7 | Computer | 1 | 32 | Flexible Unterlage | 2 |
| 8 | Gabel der Rolle | 1 | 33 | Kunststoffhülse | 4 |
| 9 | Stahldraht | 1 | 34 | Kunststoffbogenunterlegscheibe | 2 |
| 10 | Kreuzschlitzschraube | 2 | 35 | Inbusschraube | 1 |
| 11 | Sensor | 1 | 36 | Stift | 1 |
| 12 | Regler | 1 | 37 | Rotationseinrichtung | 1 |
| 13 | Kreuzschlitzschraube | 2 | 38 | Bogenunterlegscheibe | 9 |
| 14 | Einlage | 1 | 39 | Halter des Gewichts | 2 |
| 15 | Rolle | 1 | 40 | Kreuzschlitzschraube eingelassen | 4 |
| 16 | Sechskantschraube | 1 | 41 | Gewicht (1 kg) | 2 |
| 17 | Nylonmutter | 1 | 42 | Gewicht (1,5 kg) | 2 |
| 18 | Runder Magnet | 1 | 43 | Verlängerungskabel | 2 |
| 19 | Pedal | 2 | 44 | Unterlage | 1 |
| 20 | Flache Unterlegscheibe | 4 | 45 | Federscheibe | 2 |
| 21 | Kreuzschlitzschraube | 4 | 46 | Inbusschraube | 2 |
| 22 | Inbusschraube | 4 | 47 | Kappe | 1 |
| 23 | Ring | 2 | 48 | Inbusschraube | 9 |
| 24 | Nylonmutter M8 | 7 | 49 | Flache Unterlegscheibe | 2 |
| 25 | Unterlage | 2 | | | |

ZUSAMMENBAUANLEITUNG DES GERÄTS

Bevor Sie den Zusammenbau beginnen, packen Sie alle Teile aus und überprüfen Sie, ob sie komplett angeliefert sind.

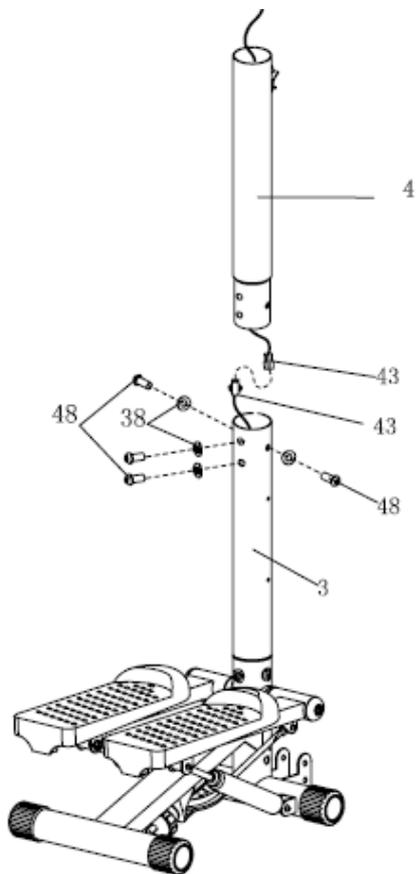
1. Schritt

Verbinden Sie das Verlängerungskabel (herausgehend unten durch den Oberteil des Hauptstabs) mit dem Sensor (herausgehend von dem Unterteil des Hauptstabs) (43). Danach legen Sie den Unterteil des Hauptstabs (3) in den Hauptrahmen ein und befestigen Sie ihn mittels der Inbusschrauben (48) und Bogenunterlegscheiben (38).



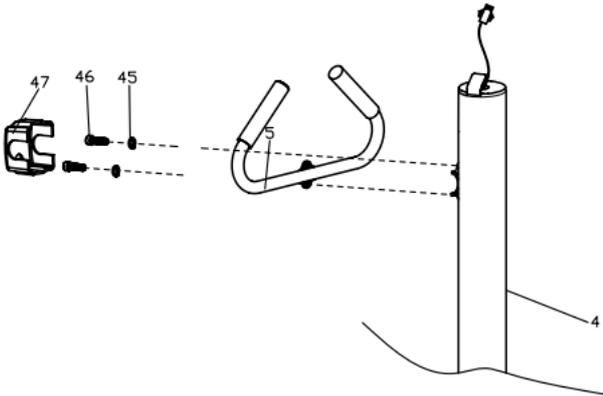
2. Schritt

Nach dem Anschluss des Verlängerungskabels (43) schieben Sie den Oberteil des Hauptstabs (4) in den Unterteil des Hauptstabs (3) ein, die Verbindung des Ober- und Unterteils des Stabs sichern Sie mittels der Inbusschrauben (48) und Bogenunterlegscheiben (38) ab.



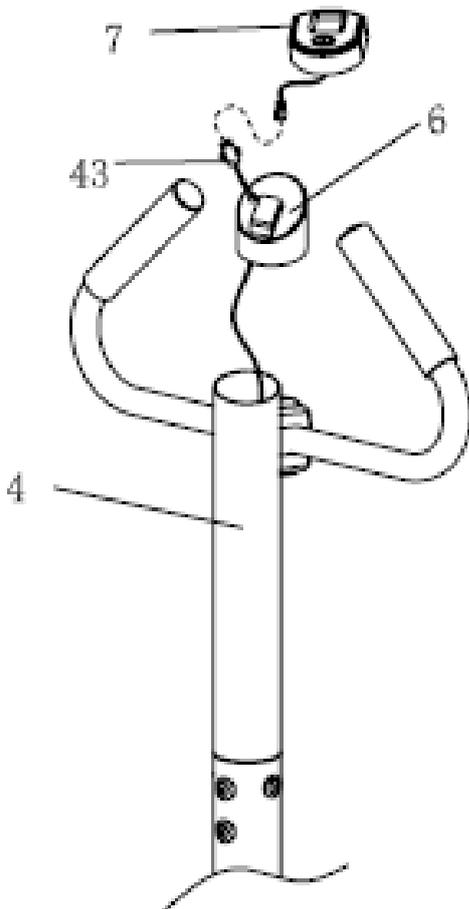
3. Schritt

Befestigen Sie den Stab mit Griffen (5) zum Oberteil des Hauptstabs (4) mit Hilfe der Inbusschrauben (46) und Federunterlegscheiben (45). Danach befestigen Sie eine Abdeckung (47).



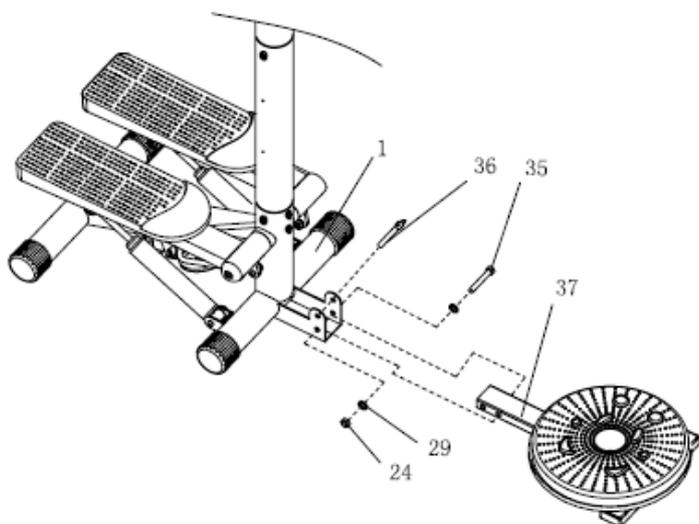
4. Schritt

- Ziehen Sie das Verlängerungskabel (43) durch die Öffnung im Halter des Computers (6) durch und legen Sie den Halter des Computers (6) in den Oberteil des Hauptstabs (4) ein.
- Verbinden Sie das Verlängerungskabel (43) und das aus dem Computer (7) herausgehende Kabel. Legen Sie den Computer (7) in den Halter (6) ein.



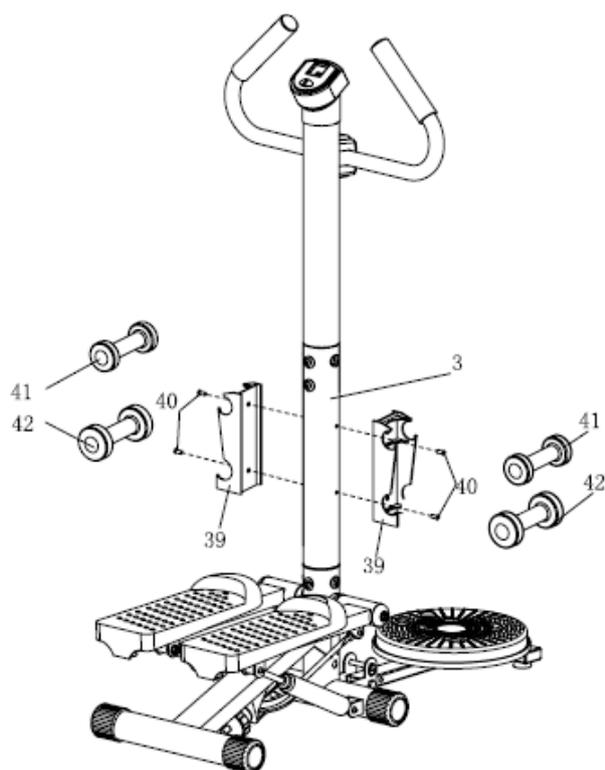
5. Schritt

Befestigen Sie die Rotationseinrichtung (37) zum Haupttrahmen (1) mit Hilfe der Inbusschrauben (35), der flachen Unterlegscheiben (29) und der Nylonmuttern (24).



6. Schritt

Befestigen Sie den Halter der Hanteln (39) zum Unterteil des Hauptstabs (3) mit Hilfe der Kreuzschlitzschrauben (40) und danach legen Sie die Hanteln (41) (42) in den Halter (39) ein.



Computer

Spezifizierung:

TIME-Zeit----- 00:00 - 99:59 MIN:SEK
COUNT- Zählung ----- 0 - 9999mal
CALORIES-Kalorien----- 0 - 9999 KCAL
STRIDES-Schritte/MIN ----- 0 - 9999 Schritte/MIN

Funktionsdrucktasten:

MODE/SELECT-Auswahl des Regimes zur Auswahl der Funktion, die Sie erfordern. Halten Sie die Drucktaste für 4 Sekunden zur Nullsetzung aller Werte der einzelnen Funktionen (Gesamtlöschung).

Bedienung der Zählung:

AUTO ON-eingeschaltet/OFF-ausgeschaltet. Der Monitor schaltet automatisch aus, wenn kein Signal für die Dauer von mehr als 4 Minuten ankommt. Der Monitor schaltet automatisch ein, wenn Sie mit dem Training beginnen, oder beim Niederdrücken einer beliebigen Taste.

Funktionen:

<1>.TIME(TMR)-Zeit, es wird die Zeit für die Trainingsdauer automatisch aufgezeichnet
<2>.COUNT(CNT)-Zählung, Zählung der Schritte während der Trainingsdauer
<3>.CALORIES(CAL)-Kalorien- verbrannte Kalorien werden automatisch aufgezeichnet
<4>.STRIDES/MIN(SPD)-Schritte/Minute- zeigt die Schrittzahl pro Trainingsminute
<5>.SCAN-Scannen - wechselt automatisch unter den Funktionen
①TIME-Zeit②CALORIES-Kalorien③STRIDES/MIN-Schritte pro Minute④

Batterien – wenn Sie merken, dass das Display anfängt, unlesbar zu sein, tauschen Sie bitte die Batterien zur Erreichung eines besseren Ergebnisses aus. Nutzen Sie Mignonzellen vom Typ "AA". Batterie können Sie gleichzeitig ersetzen.

NUTZUNG VOM STEPPER

Das Turnen am Stepper ist für Ihre Gesundheit nutzbringend, es verbessert die physische Kondition, formt die Muskulatur und in der Kombination mit der kalorisch ausgewogenen Nahrung führt es zur Gewichtsreduzierung.

AUFWÄRMPHASE

Diese Phase dient zur Durchblutung des ganzen Körpers, zum Aufwärmen der Muskulatur, reduziert das Risiko der Krämpfe und der Muskelverletzung. Wir empfehlen, Aufwärmübungen für die Dauer von 2-5 Minuten durchzuführen. Geeignet sind die Übungen, welche die Pulsfrequenz erhöhen und die Muskulatur aufwärmen. Zu diesen Übungen können z.B. das Gehen, der Trab, das Springen mit wiederholtem Grätschen und Hochhalten, das Seilspringen oder Lauf an Stelle gehören.

LÄNGSSTRECKUNG

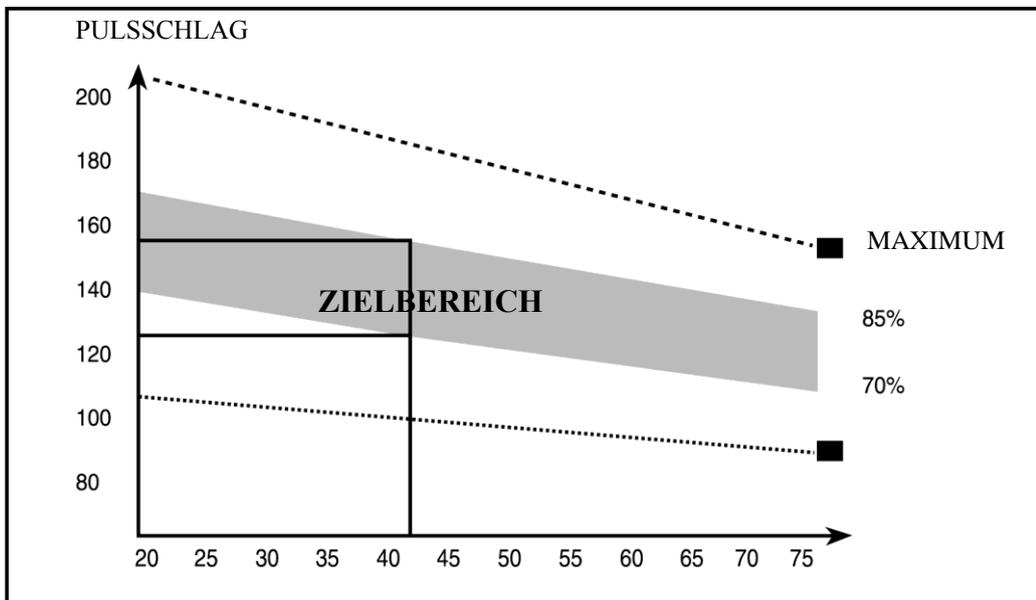
Nach der Aufwärmphase folgt die ordentliche Längsstreckung. Vor dem Turnen am Gerät ziehen Sie sich immer und führen Sie die Streckungsübungen auch nach der Beendigung des Trainings durch, wenn die Muskeln erwärmt sind und wenn kein Unfallrisiko droht. Beim Dehnen bleiben Sie in der Endlage ungefähr 30 Sekunden, führen Sie keine ruckartigen Bewegungen durch und wippen Sie nicht.

Vor der Aufnahme irgendwelches Trainingsprogramms ziehen Sie Ihren Arzt zu Rate.



TRAININGS SELBST

Diese Phase ist physisch mehr anstrengend. Durch das regelmäßige Turnen kommt es zur Stärkung der Muskulatur. Das Tempo können Sie sich selbst bestimmen, aber es ist sehr wichtig, dass es während des Gesamttrainings gleich ist. Das Tempo muss jedoch genügend zur Erhöhung der Pulsfrequenz, deren Zielbereich auf dem Graphen markiert ist.



BERUHIGUNG NACH DEM TRAINING

Diese Phase dient zur Beruhigung der Tätigkeit des kardiovaskulären Systems und der Muskulatur. Sie können die Aufwärmübungen wiederholen oder das Training im langsameren Tempo fortsetzen. Die Dehnung der Muskeln nach dem Training ist wichtig - es ist wieder notwendig, die ruckartigen Bewegungen und Schwingen zu vermeiden. Mit der sich bessernden Kondition können Sie die Dauer verlängern und die Intensität des Trainings erhöhen.

BEDIENUNGSANLEITUNG FÜR DEN COMPUTER XLG

SPEZIFIZIERUNG

Zeit (TIME): 00:00-99:59 (Minuten: Sekunden)

Schrittzahl (COUNT): 0-9999

Kalorienverbrauch (CALORIES): 0-9999 kcal (Kilokalorie)

Schrittzahl pro Minute (STRIDES/MIN): 0-9999

HAUPTFUNKTIONEN

MODE/SELECT: Diese Taste dient zum Umschalten zwischen den Funktionen. Wenn Sie diese Taste für die Dauer von 4 Sekunden halten, kommt es zur Erneuerung der Ausgangswerte des Geräts.

BETÄTIGUNG

AUTO ON/OFF: Wenn das Gerät für die Dauer von 4 Minuten nicht genutzt wird, kommt es zum automatischen Ausschalten des Displays. Das Display schaltet nach dem Drücken der Drucktaste oder nach dem Treten des Pedals erneut ein.

FUNKTIONEN

1. TIME (TMR): Dient zur Messung der Trainingsdauer.
2. COUNT (CNT): Dient zur Zählung der Schritte während des Turnens.
3. CALORIES (CAL): Dient zur Anzeige des Kalorienverbrauchs während des Turnens.
4. STRIDES/MIN (SPD): Dient zur Anzeige der Geschwindigkeit (Anzahl der Schritte pro Minute).
5. SCAN: Durch diese Drucktaste schalten Sie unter den Funktionen TIME, COUNT, CALORIES, STRIDES/MIN um.

BATTERIEN

Wenn sich die Sichtbarkeit der auf dem Display angezeigten Angaben reduziert, sind die Batterien zu entladen und es ist nötig, sie zu ersetzen. Im Computer sind zwei Mignonzellen (AA) angebracht.

Garantiebedingungen, Reklamationen

Allgemeine Bestimmungen und Begriffsbestimmungen

Diese Garantiebedingungen und die Reklamationsordnung regulieren die Bedingungen und den Garantiefumfang, die von dem Verkäufer für die an den Käufer gelieferte Ware geleistet werden, sowie auch den Vorgang bei der Erledigung der Reklamationsansprüche, die von dem Käufer für die gelieferte Ware geltend gemacht werden. Die Garantiebedingungen und die Reklamationsordnung richten sich nach den jeweiligen Bestimmungen des Gesetzes Nr. 40/1964 GBl., Bürgerliches Gesetzbuch, des Gesetzes Nr. 513/1991 GBl., Handelsgesetzbuch, und des Gesetzes Nr. 634/1992 GBl., Gesetz über den Konsumentenschutz, in der Fassung der späteren Vorschriften, und zwar auch in den Sachen, die durch diese Garantiebedingungen und durch die Reklamationsordnung nicht erwähnt sind.

Der Verkäufer ist die Gesellschaft SEVEN SPORT s.r.o. mit Sitz Bořivojova 35/878, 130 00 Praha, ID 26847264, eingetragen in dem vom Bezirksgericht in Prag geführten Handelsregister, Abteil C, Einlage 116888. Mit Bezug

auf die gültige Rechtsregelung unterscheidet man zwischen dem Käufer, welcher der Konsument ist, und dem Käufer, welcher kein Konsument ist. Der „Kaufende Konsument“ oder nur „Konsument“ ist die Person, die beim Abschluss und bei der Erfüllung des Vertrags im Rahmen seiner Handels- oder anderen unternehmerischen Tätigkeit nicht handelt.

Der „Käufer, der kein „Konsument“ ist, ist ein Unternehmer, der die Produkte oder die Dienstleistungen zum Zweck seiner unternehmerischen Tätigkeit mit diesen Produkten oder Dienstleistungen einkauft oder nutzt. Dieser Käufer richtet sich nach dem Rahmenkaufvertrag und nach den Geschäftsbedingungen in dem Umfang, der ihn betrifft, und nach dem Handelsgesetzbuch.

Diese Garantiebedingungen und die Reklamationsordnung bilden einen untrennbaren Bestandteil jedes zwischen dem Verkäufer und dem Käufer abgeschlossenen Kaufvertrags. Die Garantiebedingungen und die Reklamationsordnung sind gültig und verbindlich, wenn von den Parteien im Kaufvertrag oder im Nachtrag zu diesem Vertrag oder in einem anderen schriftlichen Abkommen nichts anderes vereinbart ist.

Garantiebedingungen

Garantiefrist

Der Verkäufer leistet dem Käufer die Garantie für die Beschaffenheit der Ware in der Dauer von 24 Monaten, wenn sich aus dem Garantieschein, aus der Rechnung zur Ware, aus dem Lieferschein, bzw. aus einem anderen Beleg zur Ware keine abweichende Dauer der von dem Verkäufer geleisteten Garantiefrist ergibt. Die gesetzliche Dauer der dem Konsumenten geleisteten Garantie ist dadurch nicht getroffen.

Durch die Garantie für die Beschaffenheit übernimmt der Verkäufer die Verpflichtung, dass die gelieferte Ware zur Benutzung zum üblichen bzw. vereinbarten Zweck für die bestimmte Dauer fähig sein wird und dass sie sich die üblichen bzw. vereinbarten Eigenschaften erhält.

Die Garantiebedingungen beziehen sich auf die Fehler nicht, welche entstehen:

durch das Verschulden des Nutzers, d.h. die Beschädigung des Produkts durch eine unsachgemäße Regenerierung und durch die unrichtige Montage

durch die unrichtige Instandhaltung

durch eine mechanische Beschädigung

durch die Abnutzung der Teile bei der üblichen Nutzung (z.B. Gummi- und Kunststoffteile, bewegliche Mechanismen, usw.)

durch ein abwendbares Ereignis, durch eine Naturkatastrophe

durch unsachgemäße Eingriffe

durch die unrichtige Behandlung oder durch die ungeeignete Anbringung, durch den Einfluss der niedrigen oder hohen Temperatur, durch die Wirkung vom Wasser, durch den unverhältnismäßigen Druck und durch die Aufstöße, durch ein vorsätzlich verändertes Design, durch die vorsätzlich veränderte Form und Abmessungen

Reklamationsordnung

Vorgang bei der Reklamation eines Warenmangels

Der Käufer ist verpflichtet, die von dem Verkäufer gelieferte Ware möglichst bald nach dem Übergang der Gefahr des Schadens an der Ware, resp. nach deren Lieferung zu besichtigen. Der Käufer muss die Besichtigung so vornehmen, dass er alle Mängel feststellt, die bei einer angemessenen Fachbesichtigung festzustellen sind.

Bei der Warenreklamation ist der Käufer verpflichtet, den Einkauf und die Berechtigung der Reklamation durch eine Rechnung oder durch den Lieferschein mit der angegebenen (Serien-)Fertigungsnummer, beziehungsweise durch dieselben Belege ohne Seriennummer auf Antrag des Verkäufers nachzuweisen. Wenn der Käufer die Berechtigung der Reklamation durch diese Belege nicht nachweist, hat der Verkäufer das Recht, die Reklamation abzuweisen.

Wenn der Käufer einen Mangel bekannt macht, auf den sich keine Garantie bezieht (z.B. es wurden die Bedingungen der Garantie nicht erfüllt, der Mangel wurde irrtümlich angemeldet u. ä.), ist der Verkäufer berechtigt, die volle Vergütung der Kosten zu erfordern, die im Zusammenhang mit der Beseitigung des von dem Käufer so bekannt gemachten Mangels entstehen. Die Kalkulation des Serviceeingriffs wird in diesem Fall von der gültigen Preisliste der Arbeitsleistungen und der Transportkosten herausgehen.

Wenn der Verkäufer (durch das Testen) feststellt, dass das beanstandete Produkt nicht mangelhaft ist, wird die Reklamation für unberechtigt gehalten. Der Verkäufer behält sich das Recht, die Vergütung der Kosten zu erfordern, die im Zusammenhang mit der unberechtigten Reklamation entstanden sind.

Im Falle, dass der Käufer die Warenmängel reklamiert, auf die sich die Garantie nach den gültigen Garantiebedingungen des Verkäufers bezieht, führt der Verkäufer die Mangelbeseitigung in der Form einer Reparatur, beziehungsweise des Ersatzes des mangelhaften Teils oder der mangelhaften Einrichtung für mangelfrei durch. Der Verkäufer ist mit der Zustimmung des Käufers berechtigt, eine andere bezüglich der Funktion vollständig kompatible Ware, jedoch minimal mit denselben oder besseren technischen Parametern als Ersatz zu liefern. Die Wahl bezüglich der Weise der Erledigung der Reklamation nach diesem Absatz obliegt dem Verkäufer.

Der Verkäufer erledigt die Reklamation spätestens innerhalb von 30 Tagen nach der Zustellung der mangelhaften Ware, wenn keine längere Frist vereinbart wird. Für den Tag der Erledigung wird der Tag gehalten, an dem die reparierte oder ausgetauschte Ware an den Käufer übergeben wurde. Wenn der Verkäufer mit Bezug auf den Charakter des Mangels nicht fähig ist, die Reklamation in der angegebenen Frist zu erledigen, vereinbart er mit dem Käufer eine Ersatzlösung. Wenn es zu solcher Vereinbarung nicht kommt, ist der Verkäufer verpflichtet, dem Käufer eine finanzielle Abgeltung in der Form einer Gutschrift zu leisten.

**SEVEN SPORT s.r.o.**

Sídlo: Bořivojova 35/878, 130 00, Praha 3, ČR
Centrála: Dělnická 957, 749 01 Vítkov
Reklamace a servis: Čermenská 486, 749 01 Vítkov

IČO: 26847264
DIČ: CZ26847264
Telefon: +420 556 300 970
Mail: eshop@insportline.cz
reklamace@insportline.cz
servis@insportline.cz
Web: www.insportline.cz

SK**inSPORTline s.r.o.**

Centrála, reklamácie, servis: Električná 6471, 911 01 Trenčín, SK

IČO: 36311723
DIČ: SK2020177082
Telefón: +421(0)326 526 701
Mail: objednavky@insportline.sk
reklamacie@insportline.sk
servis@insportline.sk
Web: www.insportline.sk

Datum des Verkaufs:

Stempel und Unterschrift des Verkäufers: