



Interatletika
Nova

PRODUKCJA ORAZ SPRZEDAŻ URZĄDZEŃ SPORTOWYCH

Kontakt:

22/299 60 97

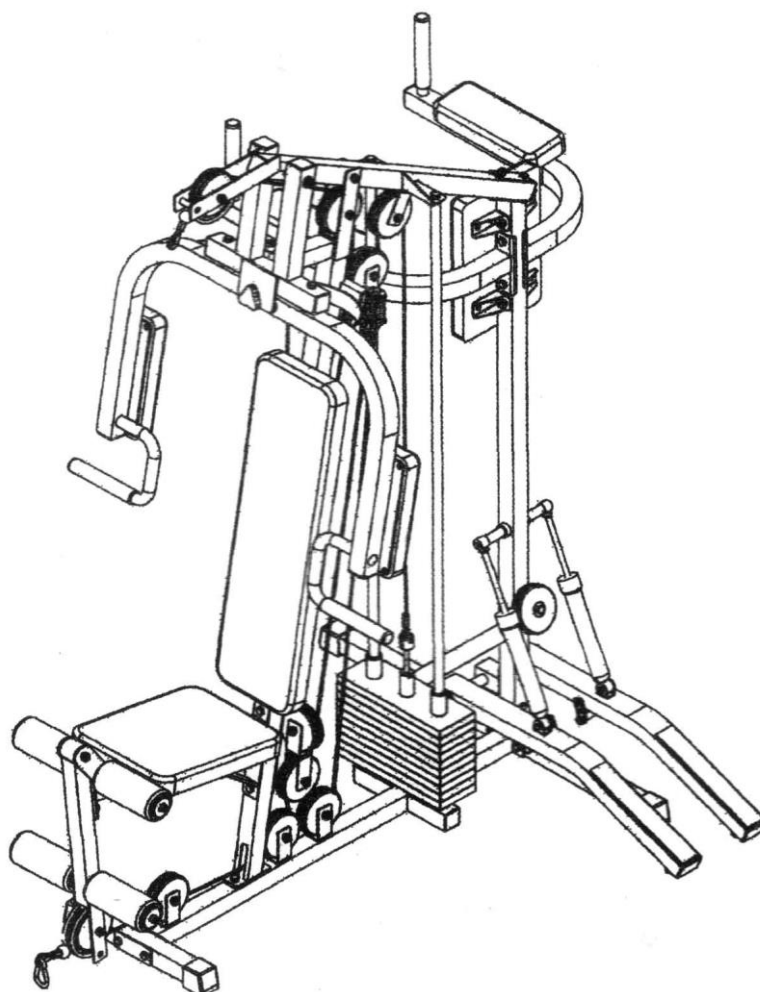
WWW.INTERATLETIKA.PL

INFO@INTERATLETIKA.PL

Instrukcja montażu i eksploatacji

SPRZĘT SPORTOWY DO ĆWICZEŃ W WARUNKACH DOMOWYCH

Atlas treningowy InterAtletika Stimul ST010



Drogi Kliencie!

Koncern „INTER ATLETIKA” cieszy się mogąc powitać Pana/Panią jako naszego nowego, doceniającego zdrowy styl życia, Klienta!

Jesteśmy wdzięczni za Państwa wybór i zaufanie do naszego sprzętu! Zakupione urządzenie sportowe cechuje się wysoką jakością oraz nowoczesnością, a nasze polskie przedstawicielstwo chętnie udzieli informacji na temat eksploatacji lub pozostałych urządzeń oraz usług proponowanych przez „INTER ATLETIKA”.

Koncern „INTER ATLETIKA” jest jednym z liderów sprzedaży urządzeń sportowych na terytorium Ukrainy i proponuje ponad 3000 urządzeń sportowych, produkcji własnej oraz światowych producentów. Fitness, zaawansowana atletyka, profesjonalny bodybuilding, piłka nożna, boks, pływanie, ping-pong, tenis, turystyka i inne – proponujemy sprzęt dla każdej dyscypliny sportowej.

WYSOKIEJ JAKOŚCI, NOWOCZESNE URZĄDZENIA DLA CAŁEJ RODZINY – sprzęt własnej produkcji oraz znanych światowych producentów: orbitreki, rowerki, bieżnie, masażery, stacje fitness, drabinki gimnastyczne, zestawy zabawowe dla dzieci i inne. Dobra ergonomia, wytrzymałość, płynność ruchu, optymalne wymiary, nowoczesne wzornictwo naszego sprzętu zadowolą każdego klienta oraz doda życiowej siły i energii.

PONAD 120 SPORTOWYCH URZĄDZEŃ WŁASNEJ PRODUKCJI DLA PROFESJONALNYCH SIŁOWNI.

W wyposażaniu siłowni zaufali nam w Ukrainie, Rosji, Litwie, Danii, Niemczech, Francji, Estonii, Gruzji, Norwegii, Szwecji, Bułgarii, ZEA. Firma „Inter Atletika” bierze udział w każdej edycji najbardziej prestiżowej wystawy międzynarodowej „FIBO” (Niemcy).

OFERUJEMY PONAD 40 RÓŻNYCH URZĄDZEŃ DO ĆWICZEŃ NA ŚWIEŻYM POWIETRZU.

Za ich pomocą można ćwiczyć wszystkie grupy mięśni. Są też odporne na warunki atmosferyczne i działania wandalii.

DZIECIĘCE SPORTOWO-ZABAWOWE PLACE DLA OTWARTEGO POWIETRZA

Wysokiej jakości, wytrzymałe, bezpieczne, kolorowe place zabaw własnej produkcji zaspokoją potrzeby harmonijnego rozwoju dzieci w każdym wieku i nadadzą podwórku niepowtarzalny wygląd dzięki szerokiemu wyborowi z ponad 100 różnego rodzaju urządzeń.



ROZDZIAŁ 1. WSTĘP

Przeznaczenie i treść niniejszego dokumentu. Niniejszy dokument eksploatacyjny urządzeń sportowych przedstawia ogólny opis urządzenia i jego pracy, a także informacje o montażu, wykorzystaniu zgodnie z przeznaczeniem, obsłudze technicznej, bieżącej konserwacji, transporcie oraz przechowywaniu urządzenia.

Zakres koniecznego przygotowania użytkownika urządzenia. Dla zapewnienia prawidłowego wykorzystania danego urządzenia każdy z użytkowników powinien:

- dokładnie zapoznać się z niniejszym dokumentem;
- przestrzegać zaleceń i rekomendacji z niniejszego dokumentu;
- znać i przestrzegać ogólnych zasad uprawiania sportu (ćwiczeń) i ćwiczenia na sportowych urządzeniach;
- skonsultować się z lekarzem gdyż niewłaściwie dobrane ćwiczenia mogą zagrażać zdrowiu

Modyfikacje i usprawnienia urządzeń. Producent zastrzega sobie prawo wprowadzania usprawnień i modyfikacji oferowanego sprzętu, które mogą nie być ujęte w niniejszym dokumencie.

ROZDZIAŁ 2. OPIS I DZIAŁANIE SPRZĘTU

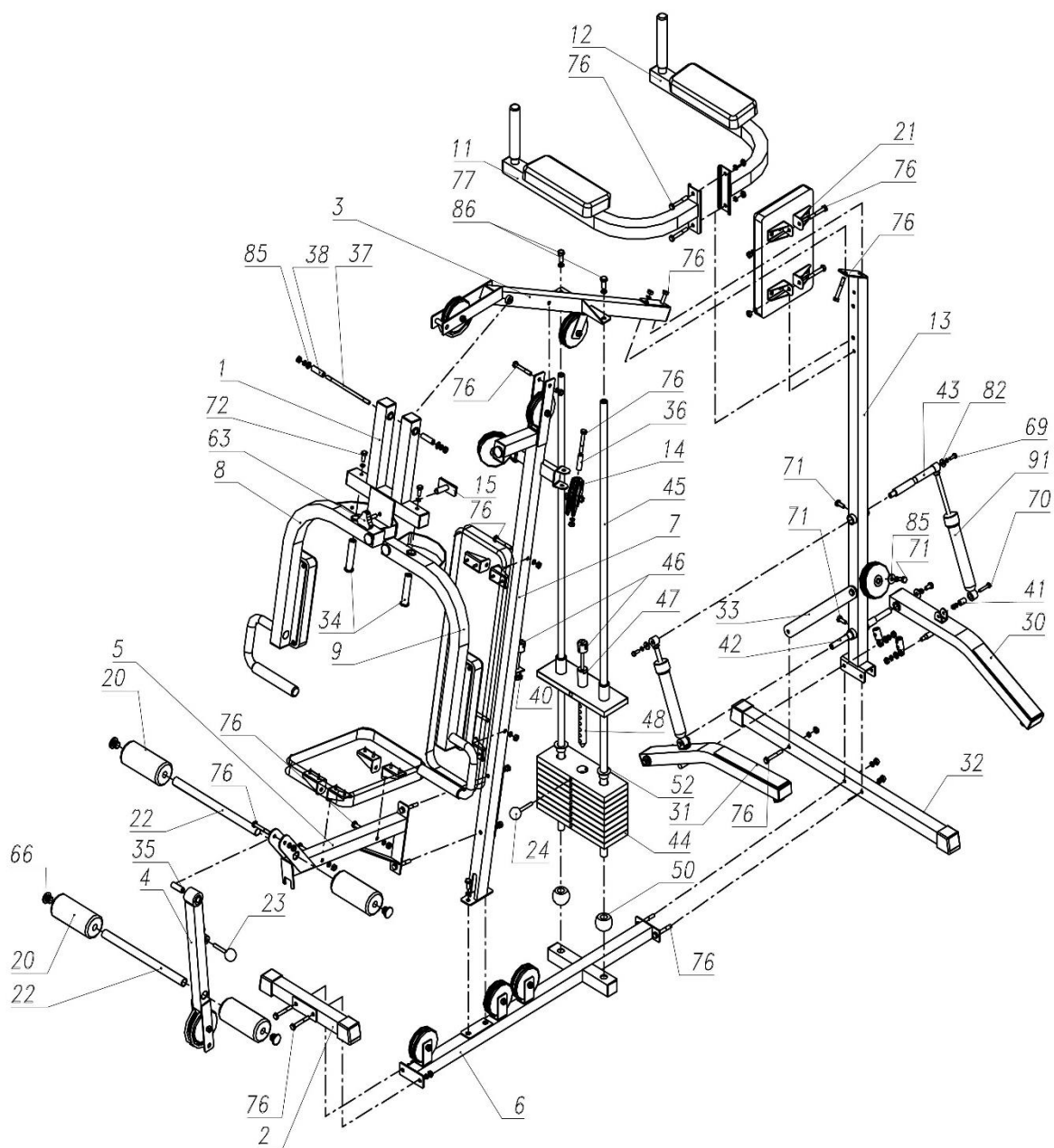
Wiadomości ogólne . Nazwa trenażera, ogólny wygląd i warunki jego zastosowania są wskazane na tytułowym arkuszu paszportu. Trenerà jest przeznaczony dla uprawiania sportu przez dzieci w warunkach domowych

Charakterystyka urządzenia

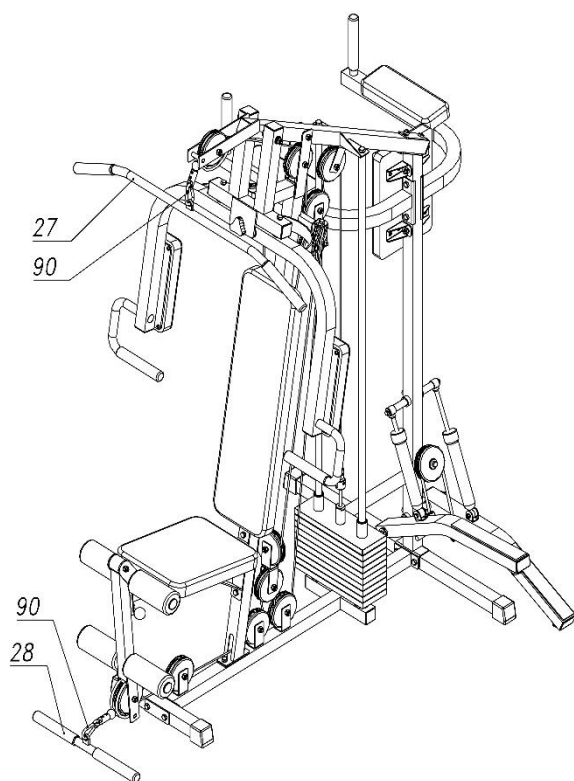
Długość	▶ ▶ ▶	282 sm
Szerokość	▶ ▶ ▶	105 sm
Wysokość	▶ ▶ ▶	206 sm
Waga	▶ ▶ ▶	172 kg
Środowisko robocze	▶ ▶ ▶	Pomieszczenie zamknięte
Maksymalna waga użytkownika	▶ ▶ ▶	120 kg
Kraj produkcji	▶ ▶ ▶	Ukraina
Temperatura w pomieszczeniu	▶ ▶ ▶	Od 10° C do 30° C
Wilgotność w pomieszczeniu	▶ ▶ ▶	Od 60 % do 80 %

Zestaw urządzenia. Ogólny wygląd urządzenia i spis jego głównych części przedstawia rysunek 1 oraz tabela poniżej. Niektóre urządzenia mogą być podane w tabeli lecz niepokazane na rysunku, co nie ma wpływu na kompletność urządzenia:

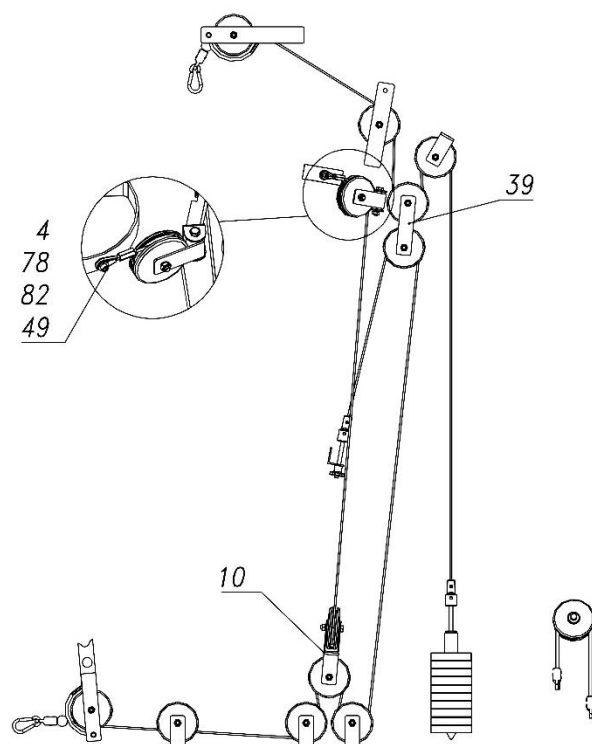
Nº	Opis	Ilość	Nº	Opis	Ilość	Nº	Opis	Ilość
1	Wezel	1	32	Rura podporowa	1	63	Śruba dekoratywna	1
2	Nóżka	1	33	Wąznik	2	64	Zatyczka 40*60	4
3	Belka	1	34	Palec (swozen)	2	65	Zatyczka s13	6
4	Prostownik	1	35	Podkładka	1	66	Zatyczka	4
5	Rama siedzenia	1	36	Podkładka	2	67		
6	Rama główna	1	37	Oś	1	68		
7	Podpora	1	38	Podkładka a	2	69	Śruba 8*20	2
8	Wezel prawy	1	39	Płyta	2	70	Śruba 8*40	2
9	Wezel lewy	1	40	Nakrętka dekoratywna	1	71	Śruba 10*20	9
10	Wspornik	1	41	Podkładka (siłownik hydrauliczny)	2	72	Śruba 10*30	2
11	Wspornik prawy	1	42	Oś siłownik hydrauliczny	1	73	Śruba 10*55	10
12	Wspornik lewy	1	43	Oś steppera	1	74	Śruba 10*60	1
13	Podpora	1	44	Obciążenie 5 rk	9	75	Śruba 10*65	18
14	Smycz	2	45	Pręt L1720	2	76	Śruba 10*70	6
15	Ogranicznik	1	46	Wideł sterujący	2	77	Śruba 12*30	4
16	Oparcie 45*240*380	1	47	Podkładka a	1	78	Śrubka 8*25	4
17	Podłokietnik 45*120*310	4	48	Pręt	1	79	Śrubka 8*30	1
18	Oparcie 45*240*850	1	49	Podkładka a	2	80	Nakrętka m8	4
19	Siedzenie 45*300*400	1	50	Poduch stosu	2	81	Nakrętka m10	40
20	Walek 80*160	4	51	Podkładka bloczka	2	82	Podkładka 8	4
21	Wspornik	12	52	Podkładka stosu	18	83	Podkładka 8	4
22	Oś	2	53	But	4	84	Podkładka 10	44
23	Zacisk	1	54	Zaslepka	13	85	Podkładka 10	4
24	Zacisk obciazen	1	55	Uchwyt	4	86	Podkładka 12	2
25	Bloczek składany	1	56	Zaslepka s17	46	87	Śruba 5*20,09	28
26	Blok składany	12	57	Zaslepka s17	39	88	Lina stalowa s4,8	4
27	Uchwyt	1	58	Zaslepka s19	2	89	Karabinek (haczyk)	2
28	Uchwyt	1	59	Płytko gumowa	6	90	Siłownik hydrauliczny	2
29	Zacisk liny	6	60	Kulka	2	91		
30	Nóżka lewa	1	61	Daszek bloku	28			
31	Nóżka prawa	1	62	Ogranicznik	28			



Rysunek 1. Ogólny wygląd



Rysunek 2 <Ogólny wygląd>



Rysunek 3 <Schemat lin>

Narzędzie dla montażu. Zestaw nie zawiera instrumentów do instalacji i naprawy atlasu.

Oznakowanie i plombowanie. W celu ograniczenia nieuprawnionego dostępu osób nieupoważnionych przez centrum serwisowe „Inter Atletika” urządzenie posiada specjalne plomby oraz jednorazowe zabezpieczenia, które się niszczą w przypadku rozkręcania urządzenia. W związku z zastosowaniem różnych rozwiązań wzorniczych, sprzęt może nie zawierać oznakowania (nazwy modelu urządzenia, kodu urządzenia) co nie ma wpływu na jego jakość i nie jest dowodem zakupu nieoficjalnego towaru. Na opakowaniu znajdują się następujące oznaczenia: logo «Inter Atletika» oraz kod modelu urządzenia. W związku z modernizacją urządzenia kod na urządzeniu może się różnić od kodu przedstawionego na stronie tytułowej niniejszego dokumentu.

Opakowanie. Urządzenie jest spakowane w karton. W zależności od komplectacji czesci urządzenia mogą być spakowane w polietylen / folią bąbelkową. Brak plombowania na opakowaniu.

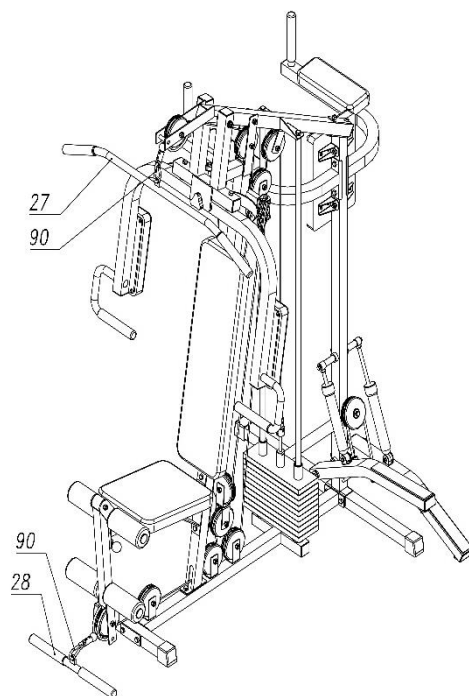
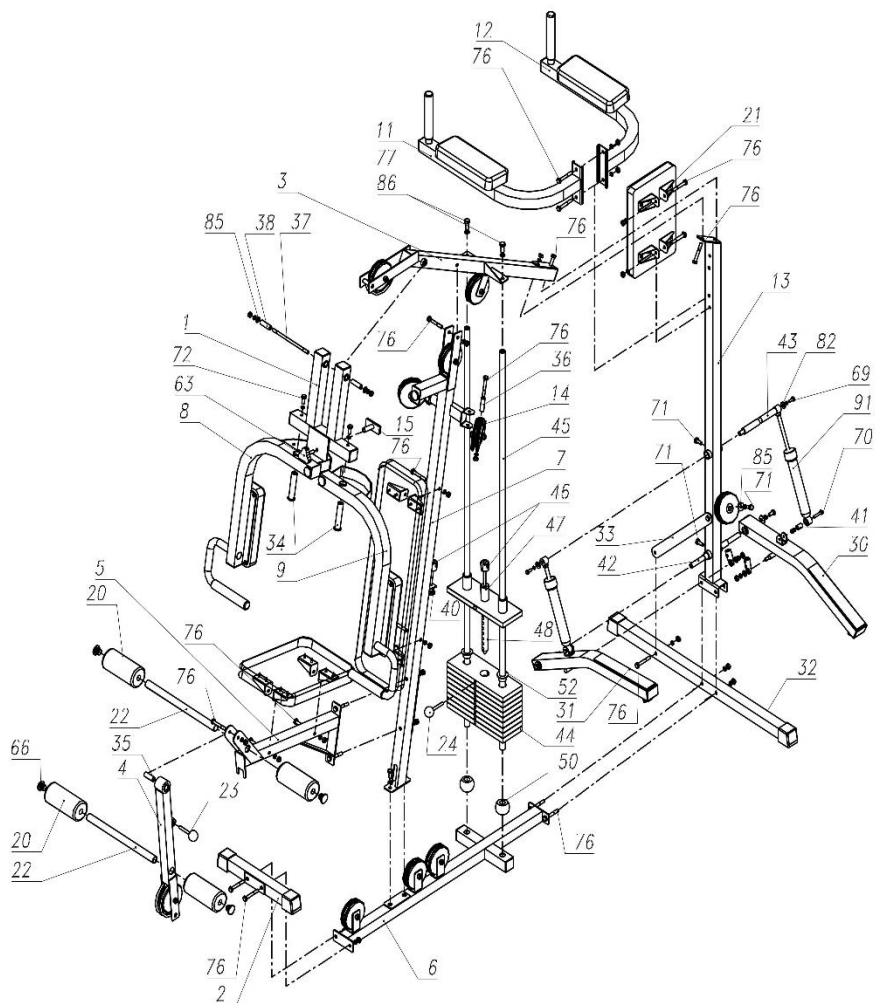
ROZDZIAŁ 3. WYKORZYSTANIE URZĄDZENIA ZGODNIE Z PRZEZNACZENIEM

Ograniczenia w eksploatacji. Urządzenie jest przeznaczone do ćwiczeń w warunkach domowych. Prosimy o przestrzeganie wymogów eksploatacyjnych urządzenia.

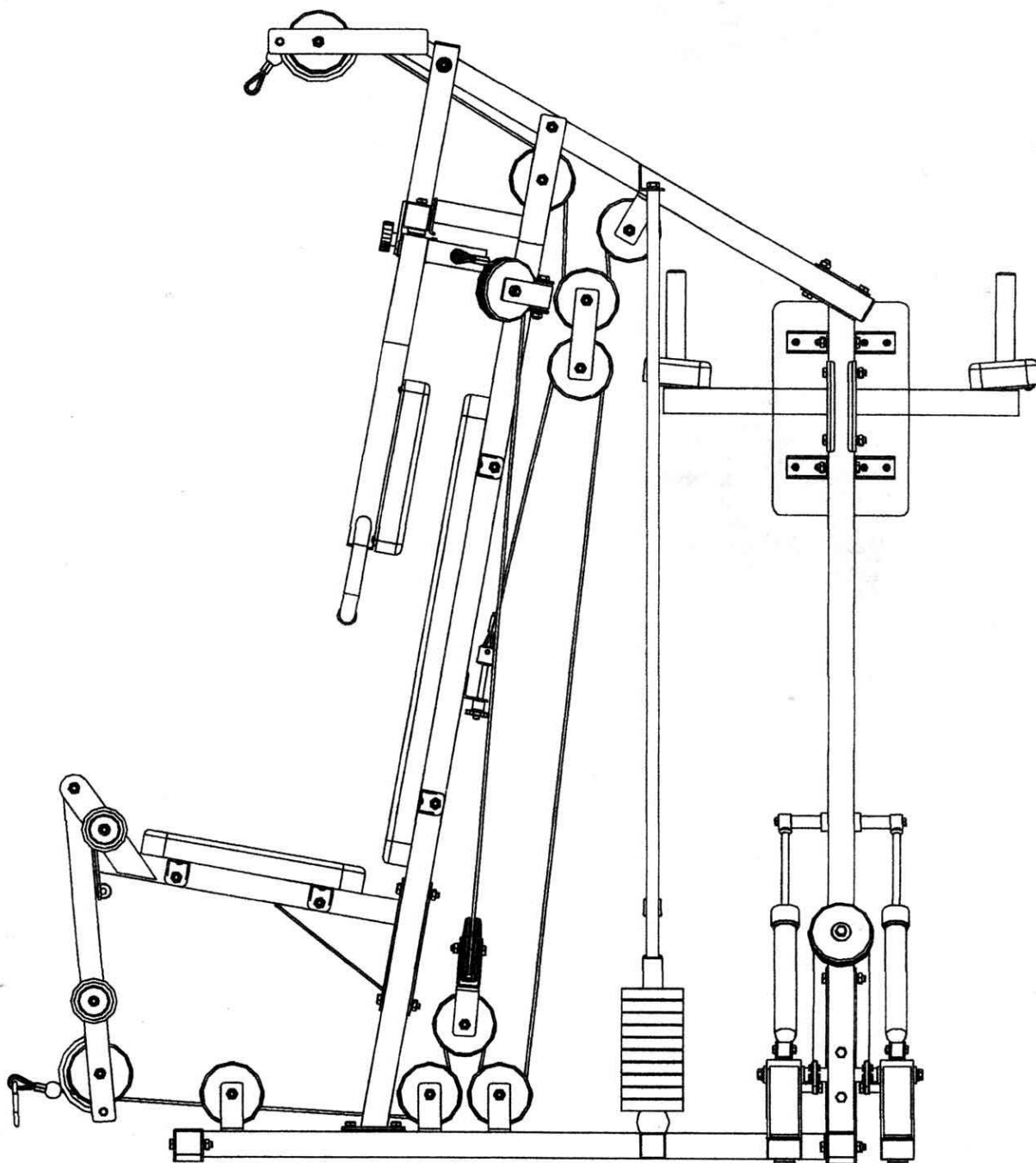
Przygotowanie urządzenia do użytku. Przed wykorzystaniem należy zmontować urządzenie zgodnie z niniejszym paszportem i innymi dokumentami dot. montażu urządzenia (w przypadku dostarczenia takich dokumentów w zestawie). Ogólny wygląd urządzenia przedstawia rysunek № 1.

Schemat montażu

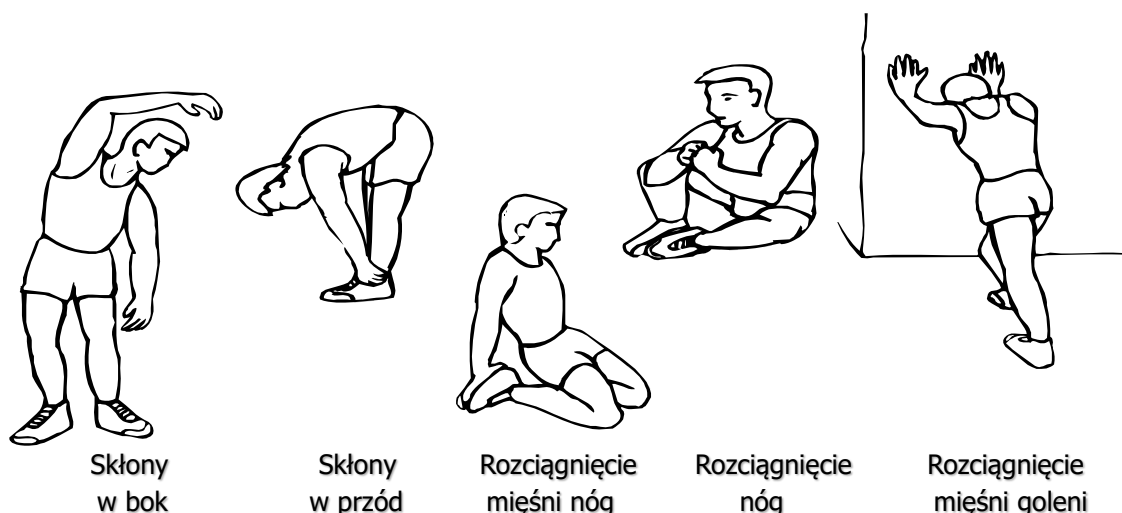
Krok 1. Połączyć części trenera zgodnie ze schematem (upewnić się, że śruby są bezpiecznie przymocowane):



Krok 2. Zebrać stepper zgodnie schematu

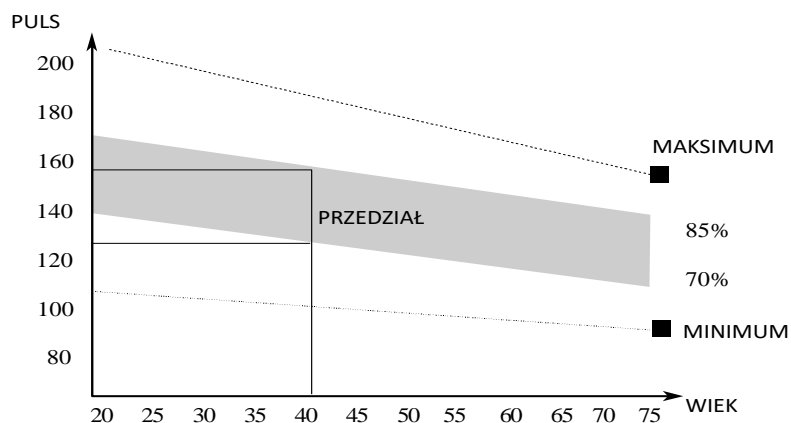


Wykorzystanie urządzenia. Przed przystąpieniem do ćwiczeń upewnijcie się Państwo czy urządzenie jest w pełni sprawne ponieważ w razie ujawnienia jakichkolwiek uszkodzeń nie należy ćwiczyć do czasu ich naprawy.



Rysunek 2. Ćwiczenia przygotowawcze

Rekomendacje do ćwiczeń. Przy regularnych ćwiczeniach mięśnie nóg będą mocniejsze i silniejsze. Podczas ćwiczeń należy utrzymywać stałe tempo. Podczas ćwiczeń puls powinien znajdować się w przedziale przedstawionym na wykresie.



Ćwiczenia powinny trwać nie mniej niż 12 minut ale większość osób zaczyna od 15-20 minut.

Zakończenie ćwiczeń. Pod koniec ćwiczenia puls powinien wrócić do normy, a mięśnie ochłoniąć. Przy tym rekomenduje się wykonywać ćwiczenia, które były wykonywane podczas rozgrzewki. Na początek należy obniżyć tempo i kontynuować ćwiczenia w ciągu 5 kolejnych minut. Jeżeli podczas wykonywania ćwiczeń będzie odczuwalny ból lub pogorszy się samopoczucie – należy przestać ćwiczyć. Ćwiczenia należy wykonywać 3 razy w tygodniu z równomiernymi przerwami.

Rozbudowa mięśni. Jeżeli zależy Państwu na wizualnej rozbudowie muskulatury należy zwiększyć obciążenie mięśni i skrócić czas ćwiczeń.

Zmniejszenie wagi. Najważniejszym czynnikiem zmniejszenia wagi jest motywacja. Im dłuższe i bardziej intensywne ćwiczenia, tym więcej kalorii się spala.

ŚRODKI BEZPIECZEŃSTWA PRZY UŻYCIU TRENAŻERA.

WAŻNE! Należy uważnie zapoznać się z niniejszym dokumentem przed montażem Atlasu. Bezpieczny i efektywny trening na trenerze może być osiągnięty pod warunkiem prawidłowego montażu i regularnej obsługi trenera.

Przed rozpoczęciem ćwiczeń, należy skonsultować się z lekarzem aby upewnić się czy można bezpiecznie trenować się na trenerze (czy nie istnieje zagrożenie dla zdrowia) oraz wyróżnić te elementy treningu, które mogą stanowić zagrożenie dla zdrowia. Konsultacja lekarska dla dzieci jest wymagana w każdym

przypadku a zalecana pozostałym osobom np. gdy przyjmują leki , gdyż może to mieć wpływ na wydajność układu sercowo-naczyniowego .

Trzeba obserwować reakcje swojego ciała! Nieprawidłowe ćwiczenia na тренаżerze, mogą być szkodliwe dla zdrowia. Przerwij trening jeśli czujesz : ból, ucisk w klatce piersiowej , naruszenie rytmu bicia serca lub duszności, osłabienie lub zawroty głowy . Jeśli objawy te są regularne - przed kontynuowaniem programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem.

Nie dopuszczać do dostępu dzieci bez nadzoru. Tranażer jest przeznaczony do samodzielnego stosowania przez osoby dorosłe.

Należy postawić atlas na płaskiej, poziomej powierzchni (użyj podkładki w celu skorygowania nierównej podłogi). Dla prawidłowego i bezpiecznego korzystania z drabinki niezbędna jest wolna przestrzeń wokół urządzenia min 30 cm.

Urządzenie należy używać zgodnie z przeznaczeniem. Jeżeli w trakcie użytkowania usłyszysz Państwo dziwne odgłosy lub poczują drżenie, należy natychmiast przerwać trening.

Przed rozpoczęciem ćwiczeń, należy sprawdzić stan techniczny części ruchomych, elementy montażowe i łączenia śrubowe.

Zabrania się korzystania z urządzenia osobom chorym, będącym pod wpływem alkoholu lub narkotyków , a także osobom z chorobami psychicznymi.

Nie należy używać urządzenie w celach medycznych (terapeutycznych).

Atlas treningowy jest przeznaczony tylko dla użytku domowego!!!

ROZDZIAŁ 4. TECHNICZNA OBSŁUGA URZĄDZENIA

Techniczna obsługa urządzenia zakłada przede wszystkim odpowiedzialność użytkownika za spełnienie wszystkich wymogów przedstawionych w tym dokumencie, zaczynając od codziennych oględzin ogólnego stanu urządzenia.

Przy pojawieniu się jakichkolwiek niepokojących objawów należy natychmiast zawiadomić pracowników serwisu.

Przed użyciem należy sprawdzić sprawność i brak usterek (uszkodzeń), a w razie wykrycia usterki, pełnej lub częściowej niesprawności – nie należy korzystać z urządzenia.

Gromadzenie elementów zapasowych nie jest wymagane dla tego urządzenia.

Instrukcja eksploatacji i obsługi miękkich części sprzętu sportowego.

4.1. Obsługa miękkich części тренаżera (siedzenia, oparcie):

Uwaga! Zabrania się przesuwania тренаżera trzymając go za miękkie części .

- Regulacja pozycji siedzeń i oparcia poprzez przesuwanie specjalnych uchwytów lub podstawy stalowej;
- Nie pozwalać, aby materiały ściernie spadały na powierzchni siedzeń i oparcia;
- Dbanie o tapicerce po użyciu;

4.2. Nadzór o tapicerce, usuwanie plam:

- Do czyszczenia używaj miękkiej, wilgotnej szmatki zwilżonej w zimnym roztworze mydła;
- Czyścić delikatnymi ruchami bez użycia siły;
- Po oczyszczeniu powłoka musi zostać wysuszona.

4.3. Uwaga:

- Nie umieszczać тренаżer w pobliżu grzejników lub innych źródeł ciepła, odległość powinna wynosić co najmniej 30 cm;
- Unikać bezpośredniego nasłonecznienia tkaniny;
- nie stosować środków wybielających;
- utrzymuj kurz w czystości, wytrzyj go raz w tygodniu wilgotną ściereczką.

Rozdział 5. NAPRAWA

Bieżący remont jest wykonywany przez upoważnionych pracowników „Inter Atletika„ lub przez upoważnionych do tego fachowców.

Rozdział 6. PRZECHOWYWANIE

Przygotowywanie urządzenia do przechowywania oraz zaprzestanie jego przechowywania.

Uwaga!

Z urządzenia należy korzystać wyłącznie zgodnie z przeznaczeniem oraz zgodnie z instrukcją (biorąc pod uwagę ograniczenia określone w tym dokumencie) .

Jeśli planowane jest wyłączenie urządzenia z eksploatacji na dłuższy czas, zaleca się zastosowanie następujących zasad przechowywania (lista nie jest wyczerpująca):

- umieścić urządzenie w zamkniętym, ciepłym, suchym pomieszczeniu, poza bezpośrednim działaniem promieni słonecznych;
- zabezpieczyć urządzenie przed działaniem czynników zewnętrznych (kurz, woda przy sprzątanii i inne) umieszczając je np., w dużym politylenowym worku, umożliwiając cyrkulację powietrza;
- zapewnić odpowiednie i bezpieczne dla konstrukcji, estetyki i właściwości urządzenia warunki przechowywania.

Przy ponownym montażu i rozpoczęciu dalszej eksploatacji prosimy uwzględnić następujące zalecenia:

- dokładnie usunąć wszelkie pozostałości materiałów zabezpieczających (polietylen, papier i inne);
- wytrzeć kurz lub inne zabrudzenia z urządzenia;
- sprawdzić wszystkie łączenia urządzenia;

Rozdział 7. TRANSPORT

Transport urządzenia odbywa się w stanie złożonym w bezpiecznym opakowaniu. W czasie transportu urządzenie powinno być zabezpieczone przed oddziaływaniem czynników zewnętrznych (śnieg, deszcz, promienie słoneczne, woda, wilgoć i inne).

Rozdział 8. UTYLIZACJA

Po zakończeniu eksploatacji urządzenia, niektóre części i mechanizmy mogą stanowić zagrożenie dla ludzi i środowiska.

W związku z tym, w przypadku podjęcia decyzji o utylizacji zakupionego urządzenia, proszę się zwrócić do producenta urządzenia lub przeznaczonych do tego organizacji.

Rozdział 9. GWARANCJA PRODUCENTA (DYSTRYBUTORA)

Dystrybutor gwarantuje sprawne działanie urządzenie w ciągu 12 miesięcy od dnia sprzedaży.

Czas gwarancji na pojedyncze elementy jest określany zgodnie z ich indywidualną dokumentacją (paszporty, etykiety i inne).

Producent (Przedstawiciel) nie ponosi odpowiedzialności gwarancyjnej w przypadkach:

- **niedotrzymania zasad i rekomendacji tego dokumentu;**
- **nieprawidłowego przechowywania;**
- **zmiany konstrukcyjnej urządzenia lub wykorzystania niezgodnie z jego przeznaczeniem;**
- **rozkrećenia urządzenia;**
- **wykorzystania urządzenia w celach medycznych, komercyjnych, w salach sportowych, klubach i siłowniach;**
- **w innych przypadkach nieprzestrzegania wymogów tego dokumentu**

W PRZYPADKU AWARII URZĄDZENIA NIE NALEŻY NAPRAWIAĆ SAMODZIELNIE - PROSIMY ZWRÓCIĆ SIĘ BEZPOŚREDNIO DO SPRZEDAWCY Z WNIOSEM, PRZEDSTAWIAJĄCYM OPIS I PRZYCZYNY USTERKI, OPIS SYTUACJI GDY TA USTERKA WYSTĄPIŁA, JAK URZĄDZENIE BYŁO WYKORZYSTYWANE, A TAKŻE INFORMACJE O DACIE, MIEJSCU ZAKUPU URZĄDZENIA, DANYCH KUPUJĄCEGO ORAZ NUMERU TELEFONU. DO WNIOSKU NALEŻY ZAŁĄCZYĆ PARAGON/ POTWIERDZENIE ZAKUPU ORAZ PASZPORT URZĄDZENIA.

NA ADRES

ul. Staniewicka 18, 03-310 Warszawa

telefon +48 22/299 60 97

e-mail: info@interatletika.pl

