

Pedal Easy

rehabilitační pedálový rotoped

ID: 69207
EAN: 8591792692075



Děkujeme za nákup pedálového rotopedu Merco Pedal Easy.

Před prvním použitím pečlivě odstraňte veškerý obalový materiál a zkontrolujte, zda jsou všechny díly součástí a v pořádku. Pokud jeví známky poškození, kontaktujte dodavatele.

Upozornění

Před použitím si pozorně přečtěte tuto příručku, uschovejte ji pro vaši potřebu a ujistěte se, aby si ji přečetl kdokoli jiný, kdo produkt používá.

Používejte pouze uvnitř.

Používejte pouze na pevném a rovném povrchu a zajistěte dostatek volného prostoru kolem sebe.

Výrobek pravidelně kontrolujte, zda nejeví známky poškození – pokud se nějaké objeví, přestaňte jej používat a kontaktujte dodavatele.

Nepoužívejte v koupelně nebo na vlhkém a mokřém místě.

Před použitím se poraďte s lékařem.

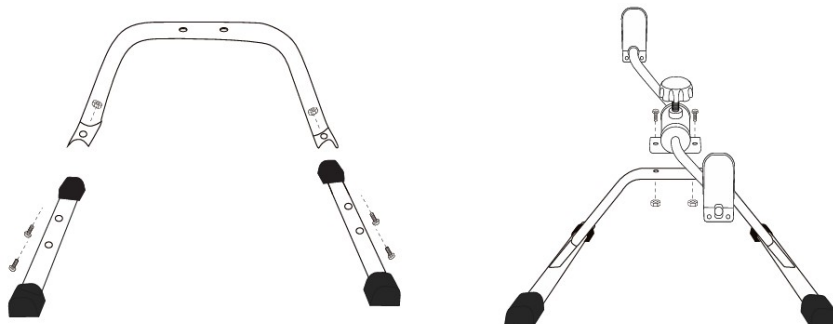
Ve cvičení nepokračujte pokud se necítíte dobře nebo bezprostředně po jídle.

Ujistěte se, abyste měli vždy na sobě vhodné oblečení a obuv.

Nedovolte dětem, aby si s tímto produktem hrály - je vhodný pro osoby starší 8 let a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi pouze tehdy, pokud jsou pod dozorem dospělé a zodpovědné osoby nebo jsou správně poučeny.

Na šlapadlo NIKDY nestoupejte. Používejte vždy pouze v sedě.

Sestavení



1. Připojte nohy k hlavnímu rámu pomocí 4 menších šroubů a imbusového klíče, který jsou součástí balení.
2. Připevněte pedály ke stojanu pomocí 2 větších šroubů, 2 matic a klíče, který je součástí. Váš pedálový trenažér je nyní připraven k použití.

Použití na zemi

- Před použitím nastavte napínací kolečko, dokud nedosáhnete požadované úrovně odporu.
- Posadte se na stabilní židli a položte šlapací trenažér na koberec nebo podložku před sebe, v pohodlné vzdálenosti.
- Položte nohy na pedály a zajistěte je pomocí popruhů.
- Začněte šlapat vpřed nebo vzad podle toho, na které svalové skupině chcete pracovat.

Použití na stole

- Před použitím nastavte napínací kolečko, dokud nedosáhnete požadované úrovně odporu.
- Umístěte trenažér na stůl nebo podobný stabilní povrch tak, aby byl v úrovni hrudníku, a posadte se na stabilní židli čelem k němu.
- Ujistěte se, že je trenažér umístěn v pohodlné vzdálenosti, aby nedošlo k nadměrnému natažení paží.
- Uchopte pedály rukama a otáčejte vpřed nebo vzad v závislosti na svalové skupině, na které chcete pracovat.
- Udržujte záda rovná a snažte se nepředklánět.

Vezměte prosím na vědomí

Pokud nejsou všechny čtyři nohy po sestavení ve stejné horizontální rovině, bude šlapadlo nestabilní. Nejde o problém s kvalitou, pro dosažení rovnováhy je třeba pouze upravit utažení šroubů.

Pokud je například noha A výše než ostatní a nedotýká se podlahy, povolte šrouby 1 a 4 a utáhněte šrouby 2 a 3. V opačném případě, pokud je noha B výše než ostatní a nedotýká se podlahy, povolte šrouby 2 a 3 utáhněte šrouby 1 a 4.

