

GIMA WARRANTY TERMS

The Gima 12-month standard B2B warranty applies.

Fabbricante / Manufacturer / Fabricant / Fabricante / Fabricante
Hersteller / Producent / Producător / Gyártó / Παραγωγός:
ZHEJIANG TODO HARDWARE MANUFACTURE CO., LTD
No.31th Floor, Jinmao Building, CBD Centre,
Yongkang, Zhejiang, China
Made in China

REF TD001P-2

Importato da / Imported by / Importé par / Importado por / Importado por/
Eingeführt von / Importowane przez / Importat de / Importálta / Εισαγόμενα από:
Gima S.p.A.
Via Marconi, 1 - 20060 Gessate (MI) Italy
gima@gimaitaly.com - export@gimaitaly.com
www.gimaitaly.com

GIMA 43150

MINI KOLO ZA VADBO

Varnostna navodila

1. Pomembno je, da pred sestavljanjem in uporabo opreme, preberete celoten priročnik. Varna in učinkovita uporaba je možna le, če je oprema pravilno sestavljena, vzdrževana in uporabljena. Vi morate poskrbeti, da so vsi uporabniki opreme seznanjeni z vsemi opozorili in previdnostnimi ukrepi.
2. Pred začetkom katerega koli programa vadbe se posvetujte s svojim zdravnikom, da ugotovite, ali imate kakršne koli fizične ali zdravstvene težave, ki bi lahko ogrozile vaše zdravje in varnost ali vam preprečile pravilno uporabo opreme. Nasvet vašega zdravnika je še posebej pomemben, če jemljete zdravila, ki vplivajo na vaš srčni utrip, krvni tlak ali raven holesterola.
3. Bodite pozorni na to, kaj vam sporoča vaše telo. Napačna ali pretirana vadba lahko škoduje vašemu zdravju. Prenehajte z vadbo, če zaznate katerega od naslednjih simptomov: bolečino, tesnobo v prsih, nepravilen srčni utrip, močno zadihanost, omotico, vrtoglavico ali slabost. Če se kateri od teh simptomov pojavi, se pred nadaljevanjem vadbenega programa posvetujte z zdravnikom.
4. Pred uporabo opreme preverite, ali so matice in sorniki dobro zategnjeni.

Navodila za sestavljanje

1. Sestavite dele z vijaki in priloženim imbus ključem.
2. Namestite upor na okvir z vijaki in priloženim imbus ključem.
3. Vstavite nastavitveni gumb v luknjo in ga zavrtite proti uporu (ta nastavlja napetost mini kolesa za vadbo)

Navodila za uporabo

Mini kolo za vadbo je idealno za posameznike, ki ne morejo sedeti in voziti običajnega kolesa, ali za tiste, ki so omejeni na uporabo invalidskega vozička. Mini kolo za vadbo lahko uporabljate na tleh za vadbo nog ali na mizi za vadbo rok.



Uporaba na tleh:

- Nastavite gumb za napenjanje na želeno raven odpora. Zavrtite gumb za napenjanje v smeri urinega kazalca za povečanje odpora in v nasprotni smeri za zmanjšanje odpora.
- Ko sedite, postavite mini kolo za vadbo na preprogo ali talno podlago v udoben položaj pred seboj.
- Vsako nogo postavite na pedale pod trakove. Trakovi pomagajo, da noge ostanejo trdno pritrjene.
- Začnite potiskati pedale.
- Lahko vrtite pedale naprej ali nazaj, da aktivirate različne mišične skupine.

Uporaba na mizi:

- Nastavite gumb za napenjanje na želeno raven odpora. Zavrtite gumb za napenjanje v smeri urinega kazalca za povečanje odpora in v nasprotni smeri za zmanjšanje odpora.
- Postavite mini kolo za vadbo na mizo in sedite na stol, pri čemer naj bo mini kolo za vadbo udobno postavljeno pred vami. Imejte raven hrbet.
- Primita oba pedala z rokami in začnite poganjati, pri tem pa se poskušajte ne nagibati naprej.
- Lahko vrtite pedale naprej ali nazaj, da aktivirate različne mišične skupine.

OPOZORILO: Ne stojte na mini kolesu za vadbo.

POZOR: Kovinski deli gumba za napenjanje se med uporabo lahko segrejejo.



GARANCIJSKI POGOJI GIMA

Uveljavlja se standardno 12-mesečno GIMA B2B garancijo.