

BG: PEDALORA – РЪКОВОДСТВО ЗА ПОЛЗВАНЕ

Благодарим ви, че закупихте Pedalora Pedal Exerciser. Този продукт е проектиран да подпомага подобряването на кръвообращението и мускулната сила и е идеален за хора, които желаят да тренират в комфорта на своя дом. Изработен е от висококачествени материали и при правилна употреба ще ви служи надеждно години наред.

Преди употреба

Внимателно премахнете всички опаковки и се уверете, че всички части са налични и неповредени. Ако липсват компоненти или има признаци на повреда, не използвайте продукта и незабавно се свържете с вашия доставчик.

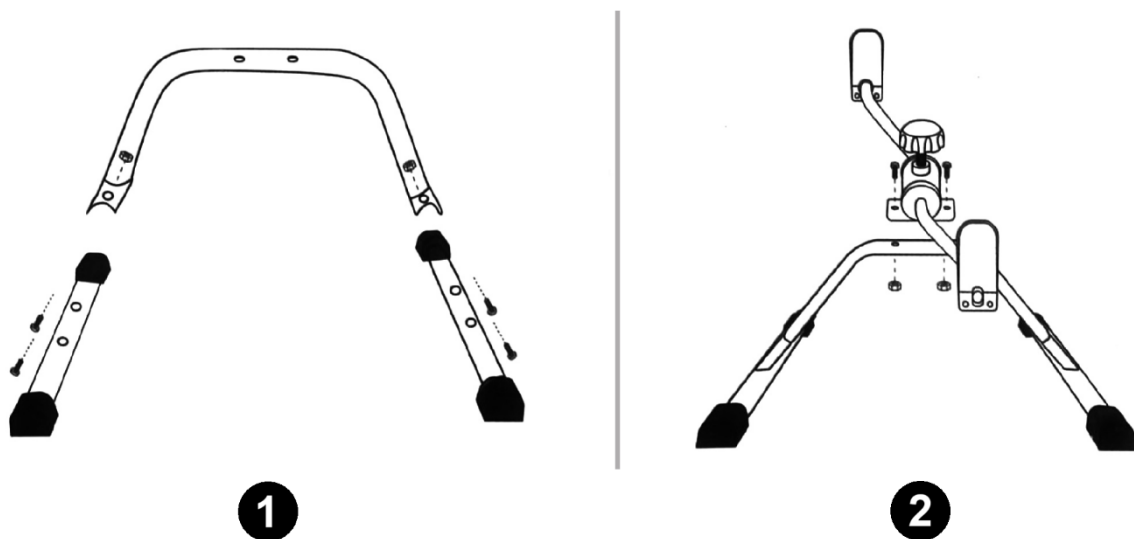
Предупреждения

- Прочетете внимателно това ръководство преди употреба. Запазете го за бъдеща справка и се уверете, че всеки, който използва продукта, го е прочел и разбрал.
 - Само за използване на закрито.
 - Използвайте само на здрава, равна повърхност и се уверете, че има достатъчно свободно пространство около устройството.
 - Редовно проверявайте продукта за признаци на повреда. Ако се открие повреда, незабавно прекратете използването и се свържете с вашия доставчик.
 - Не използвайте в бани или в влажни или мокри среди.
 - Консултирайте се с медицински специалист преди употреба, особено ако имате съществуващи здравословни проблеми.
 - Както при всяко упражнение, не използвайте продукта, ако се чувствате зле или непосредствено след хранене. Винаги се уверете, че се загревате преди упражнение и се охлаждайте след това.
 - Носете подходящо облекло и обувки по всяко време по време на употреба.
 - Не позволявайте на деца да играят с този уред. Подходящ е за използване от лица на възраст 8 години и повече, както и от лица с намалени физически, сетивни или умствени способности, при условие че са правилно наблюдавани или инструктирани.
 - Избягвайте директен контакт на кожата с манivelата при честа употреба, за да предотвратите изгаряния, причинени от триенето.
-

Монтаж

1. Прикрепете краката към основната рамка с помощта на четирите винта и гайки. Уверете се, че гайките са поставени от горната страна.
2. Прикрепете педалите и опъвача към стойката с помощта на двата винта и гайки. Затегнете гайките здраво. Pedal exerciser е вече сглобен.
3. След като завършите горепосочените стъпки, устройството е готово за употреба. Ако устройството се люлее, това означава, че четирите гумени крачета не са равномерно разположени на пода. Регулирайте винтовете на краката, като разхлабете винта от страната, където гуменото краче е по-високо, или затегнете противоположната страна,

докато всички четири крачета стоят равномерно на пода.



Употреба на пода

- Преди употреба регулирайте копчето за напрежение, за да постигнете желаното ниво на съпротивление.
- Седнете на стабилен стол и поставете pedal exerciser върху килим или постелка пред вас на удобна дистанция.
- Поставете краката си върху педалите и ги закрепете с помощта на ремъците.
- Започнете да педалирате напред или назад, в зависимост от групата мускули, която желаете да тренирате.

Употреба на маса

- Преди употреба регулирайте копчето за напрежение, за да постигнете желаното ниво на съпротивление.
- Поставете устройството на маса или друга стабилна повърхност на височина на гърдите и седнете на стабилен стол, обърнат към устройството.
- Поставете устройството на удобна дистанция, за да избегнете прекомерно разтягане на ръцете.
- Хванете педалите здраво с ръце и ги въртете напред или назад, в зависимост от групата мускули, която желаете да тренирате.
- Дръжте гърба прав и избягвайте да се накланяте напред по време на употреба.