

HR: PEDALORA – UPUTE ZA KORISNIKA

Hvala što ste kupili Pedalora pedalni uređaj za vježbanje. Ovaj proizvod je dizajniran kako bi pomogao u poboljšanju cirkulacije krvi i snage mišića te je idealan za osobe koje žele vježbati u udobnosti vlastitog doma. Proizveden je od visokokvalitetnih materijala i, uz pravilnu upotrebu, pružit će godine pouzdanog rada.

Prije upotrebe

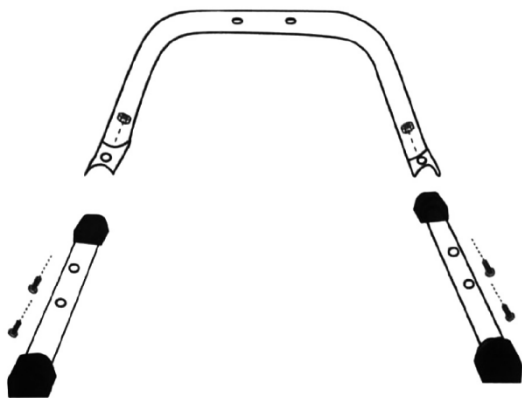
Pažljivo uklonite svu ambalažu i provjerite jesu li svi dijelovi prisutni i neoštećeni. Ako nedostaje neki dio ili su prisutna oštećenja, nemojte koristiti proizvod i odmah kontaktirajte svog dobavljača.

Upozorenja

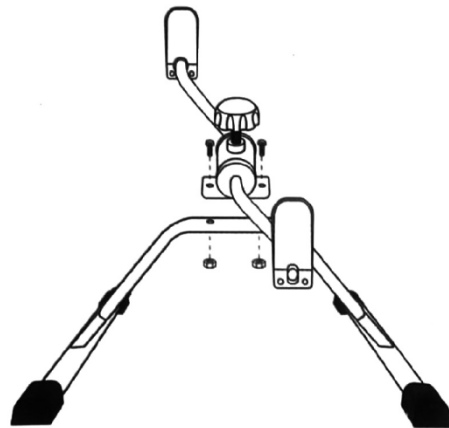
- Pažljivo pročitajte ovaj priručnik prije upotrebe. Sačuvajte ga za buduću upotrebu i osigurajte da svatko tko koristi proizvod pročitava i razumije ove upute.
 - Samo za unutarnju upotrebu.
 - Koristite samo na čvrstoj, ravnoj površini i osigurajte dovoljno slobodnog prostora oko uređaja.
 - Redovito pregledavajte proizvod zbog oštećenja. Ako se otkrije oštećenje, odmah prestanite koristiti proizvod i kontaktirajte dobavljača.
 - Ne koristite u kupaćanicama ili u vlažnim ili mokrim okruženjima.
 - Prije upotrebe posavjetujte se s liječnikom, posebno ako imate postojeće zdravstvene probleme.
 - Kao i kod svakog vježbanja, ne koristite proizvod ako se osjećate loše ili odmah nakon jela. Uvijek se prije vježbanja zagrijte i nakon vježbanja ohladite.
 - Tijekom korištenja uvijek nosite odgovarajuću odjeću i obuću.
 - Ne dopustite djeci da se igraju ovim uređajem. Pogodan je za upotrebu osobama starijima od 8 godina, kao i osobama s smanjenim fizičkim, osjetilnim ili mentalnim sposobnostima, pod uvjetom da su pravilno nadzirane ili instruirane.
 - Izbjegavajte izravan kontakt kože s ručicom tijekom česte upotrebe kako biste spriječili opekline uzrokovane trenjem.
-

Sastavljanje

1. Pričvrstite noge na glavni okvir pomoću četiri vijka i matica. Provjerite jesu li matice postavljene na gornjoj strani.
2. Pričvrstite pedale i napinjač na postolje pomoću dva vijka i matica. Čvrsto zategnite matice. Pedalni uređaj za vježbanje je sada sastavljen.
3. Nakon što završite gore navedene korake, uređaj je spreman za upotrebu. Ako se uređaj ljulja, to znači da četiri gumene noge nisu ravnomjerno postavljene na pod. Prilagodite vijke na nogama tako da otpustite vijak na strani gdje je gumena noga viša ili zategnite suprotnu stranu, dok sve četiri noge ne budu ravno na podu.



1



2

Korištenje na podu

- Prije upotrebe podesite gumb za napetost kako biste postigli željenu razinu otpora.
- Sjednite na stabilnu stolicu i postavite pedalni uređaj na prostirku ili tepih ispred sebe na udobnoj udaljenosti.
- Postavite stopala na pedale i pričvrstite ih pomoću remena.
- Započnite okretati pedale naprijed ili nazad, ovisno o skupini mišića koju želite vježbati.

Korištenje na stolu

- Prije upotrebe podesite gumb za napetost kako biste postigli željenu razinu otpora.
- Postavite uređaj na stol ili drugu stabilnu površinu u visini prsa i sjednite na stabilnu stolicu okrenutu prema uređaju.
- Postavite uređaj na udobnu udaljenost kako biste izbjegli prekomjerno istezanje ruku.
- Čvrsto primite pedale rukama i okrećite ih naprijed ili nazad, ovisno o skupini mišića koju želite vježbati.
- Održavajte leđa ravnima i izbjegavajte naginjanje prema naprijed tijekom korištenja.