

Obsah	
Bezpečnostní opatření	12
Přehled	13
Trénink	14

Bezpečnostní opatření

Před použitím zařízení si důkladně přečtěte pokyny. Ušchovejte tento návod včetně všech dokumentů o zakoupení zařízení.

- Než začnete s pravidelným tréninkem, konzultujte tyto úkony s Vaším lékařem.
- Pokud byste se během cvičení necítili dobře jako např. mdloby, bolesti svalů nebo kloubů, bolest na hrudi ukončete cvičení a okamžitě kontaktujte svého lékaře.
- Držte děti a domácí zvířata během cvičení v bezpečné vzdálenosti.
- Nepoužívejte zařízení, pokud má jakoukoliv závadu.
- Sestavte Pedal Exerciser podle návodu k montáži. Postavte zařízení na rovnou, nekluzkou plochu.
- Dbejte na to, aby se ruce a nohy nezapletli do hybných částí zařízení. Nezasunujte žádné předměty do otevřených částí nacházejících se na zařízení.
- Než začnete s vlastním tréninkem, proveďte 3 – 5 minutové zahřátí zařízení.
- Nikdy netrénujte do úplného vyčerpání.
- Nestavte se na Pedal Exerciser, trénink provádějte vsedě.
- Během cvičení dodržujte bezpečnou vzdálenost k přístroji. Pedal Exerciser byl vyvinut jen pro soukromé účely. Po dobu cvičení musí mít uživatel neustále svou svalovou hmotu pod kontrolou. Je zde na místě eventuality, že tento přístroj nebude vhodný pro uživatele, kteří trpí kvadrofonií nebo paraplegickým postižením. Proším nejdříve užívání přístroje konzultujte s lékařem.
- Přístroj musí pravidelně podstupovat revize.
- Tento produkt je určen k domácímu (soukromému) použití, není určen pro fitness centra.
- Během cvičení noste pohodlné a cvičení odpovídající oblečení.
- Každý cvik by měl být prováděn vhodným způsobem. Trénink začněte pomalu.
- Zařízení nechte opravovat jen odborníkem, neopravujte sami.

VAROVÁNÍ: Pedal Exerciser je vyvinut tak, aby byl používán vsedě, postaven na rovné a stabilní ploše.

SKLADOVÁNÍ:

Skladujte přístroj na takovém místě, kde nebude vystaven vysokým výkyvům teplot.

Nevstavujte zařízení dlouhodobě slunečnímu záření. Neskladujte ve vlhkém a prašném prostředí.