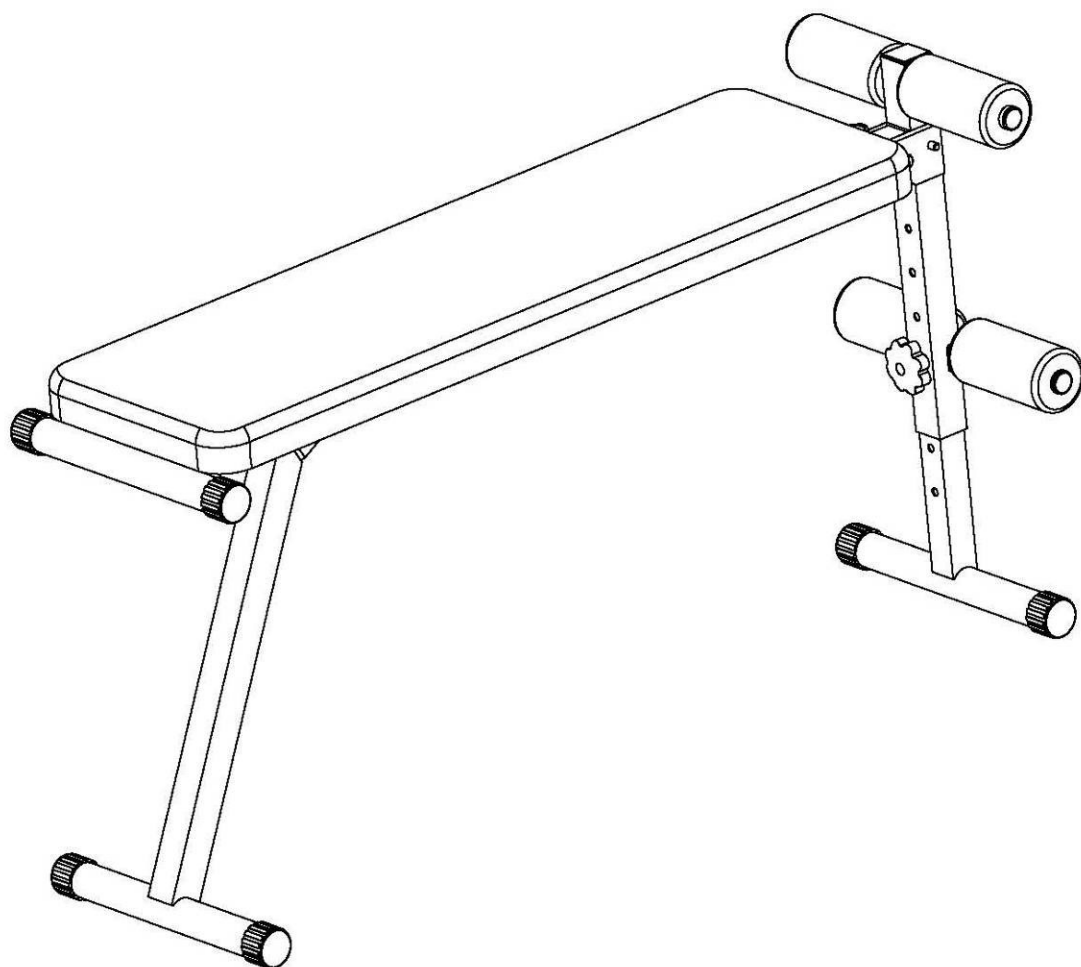




Návod na použitie: Šikmá lavička DUVLAN Adjustable - kód: 3508

SK

Návod k použití: Šikmá lavička DUVLAN Adjustable - kód: 3508

CZ

User manual: Sit up bench DUVLAN Adjustable - code: 3508

GB

Vážené zákazníčky, vážení zákazníci

Teší nás, že ste sa rozhodli pre zariadenie značky **Duvlan**. Tento kvalitný výrobok je navrhnutý a testovaný pre domáce použitie podľa normy EN 957 - trieda HC, bol certifikovaný nemeckou skúšobňou Intertek Deutschland GmbH. Pred poskladaním zariadenia si pozorne prečítajte návod na použitie. Používajte zariadenie iba tak ako je to popísané v tomto návode na použitie. Návod uschovajte pre prípad ďalšej potreby.

Prajeme Vám veľa zábavy a úspechov pri Vašom tréningu.

Váš Duvlan tím

Záruka

Na chyby materiálu a spracovanie poskytuje **Duvlan** záruku 2 roky.

Záruka sa nevzťahuje na opotrebované časti a škody spôsobené nesprávnou manipuláciou so zariadením. V prípade reklamácie nás kontaktujte.

Záručná doba začína plynúť dátumom predaja. (uschovajte preto doklad o kúpe).

Zákaznícky servis

Aby sme Vám mohli čo najlepšie pomôcť s prípadnými problémami na Vašom zariadení, poznačte si presný názov výrobku a číslo objednávky. Tieto údaje nájdete na faktúre.

Pokyny pre zaobchádzanie so zariadením po vyradení z prevádzky

Zariadenie **Duvlan** je recyklovateľné. Prosíme Vás, aby ste Vaše zariadenie po skončení životnosti odovzdali do zberní odpadu (alebo miesta na to určeného).

Kontakt

Duvlan s.r.o.
Textilná 5/897
957 01 Bánovce nad Bebravou
e-mail: servis@duvlan.com
web: www.duvlan.com

Pokyny

Tento návod na použitie je len referencia pre zákazníkov. **Duvlan** nepreberá ručenie za chyby vzniknuté prekladom, alebo technickou zmenou produktu.

Dôležité bezpečnostné upozornenie

Prosíme Vás o podrobné prečítanie návodu na používanie zariadenia pred montážou a pred prvým použitím. Dozviete sa dôležité informácie o bezpečnosti, správnom používaní a údržbe zariadenia. Uchovajte tento návod na používanie v prípade neskoršej opravy, údržby alebo objednania náhradných súčiastok.

- Toto zariadenie nemôže používať osoba, ktorej telesná hmotnosť je väčšia ako 100 kg.
- Zariadenie je navrhnuté pre tréning dospelých osôb. Nenechávajte deti bez dozoru v miestnosti so strojom.
- Na stroji môže cvičiť len jedna osoba.
- Zabezpečte dostatočný priestor na bezpečné používanie zariadenia. V blízkosti stroja musí byť voľná plocha min. 0,6m.
- Postavte zariadenie na nekĺzavý povrch. Nepoužívajte stroj v blízkosti vody.
- Zariadenie je navrhnuté pre domáce používanie. Trieda použitia a účinnosti HC (norma STN EN 957-4). Pre komerčné využívanie zariadenia sa na zariadenie záruka nevzťahuje a výrobca za zariadenie neručí.
- Pri zdravotných komplikáciách a obmedzeniach konzultujte Váš tréning s Vaším lekárom. Povie Vám, ktorý tréning je pre Vás vhodný.
- Zdravotne postihnuté osoby by nemali používať stroj bez pomoci kvalifikovanej osoby alebo lekára.
- Nesprávny tréning a precenenie Vašich schopností môže poškodiť Vaše zdravie.
- Pokiaľ počas tréningu pocítite nevoľnosť, bolesť na hrudi alebo sa Vám bude zle dýchať, okamžite ukončíte tréning a vyhľadajte lekára
- S tréningom začnite až potom ako sa presvedčíte, že zariadenie je správne poskladané a nastavené.
- Pri montáži zariadenia postupujte presne podľa montážneho návodu.
- Používajte len originálne súčiastky (pozrite zoznam).
- Pevne utiahnite všetky nastaviteľné časti, aby ste zabránili ich uvoľneniu počas tréningu.
- Počas tréningu noste vhodné oblečenie. Nepoužívajte zariadenie na boso.
- Používajte stroj len k určenému účelu. Nepoužívajte príslušenstvo, ktoré nie je odporúčané výrobcom.
- Nepokladajte žiadne ostré predmety v blízkosti stroja.
- Pravidelne každý 1 mesiac až 2 mesiace skontrolujte celé zariadenie, najmä skrutky, matice.
- Poškodené diely môžu ohroziť Vašu bezpečnosť a ovplyvniť životnosť zariadenia. Opotrebované a poškodené diely okamžite vymeňte, alebo zariadenie prestaňte používať.
- Vždy vykonajte strečing pred cvičením.
- Hmotnosť: 9 kg
- Celkové rozmery (d x š x v): 117 x 34 x 47 cm

Starostlivosť a údržba:

S cieľom zabrániť poškodeniu pot'ahu z potu, používajte uterák alebo po každom cvičení utrite pot'ah handričkou.

Vážené zákaznice, vážení zákazníci

Těší nás, že jste se rozhodli pro zařízení značky Duvlan. Tento kvalitní výrobek je navržen a testován pro domácí použití dle normy EN 957 - třída HC, byl certifikován německou zkušebnou Intertek Deutschland GmbH. Před sestavením zařízení si pozorně přečtěte návod k použití. Používejte zařízení pouze tak jak je to popsáno v tomto návodu k použití. Návod uschovejte pro případ další potřeby.

Přejeme Vám hodně zábavy a úspěchů při Vašem tréninku.

Váš Duvlan tým

Záruka

Na vady materiálu a zpracování poskytuje Duvlan záruku 2 roky. Záruka se nevztahuje na opotřebované části a škody způsobené nesprávnou manipulací se zařízením. V případě reklamace nás kontaktujte. Záruční doba začíná dnem prodeje. (uschovejte proto doklad o koupi).

Zákaznický servis

Aby jsme Vám mohli co nejlépe pomoci s případnými problémy na Vašem zařízení, poznamenejte si přesný název výrobku a číslo objednávky. Tyto údaje najdete na faktuře.

Pokyny pro zacházení se zařízením po vyřazení z provozu

Zařízení Duvlan je recyklovatelné. Prosíme Vás, abyste Vaše zařízení po ukončení životnosti odevzdali do sběren odpadu (nebo místa k tomu určeného).

Kontakt

Duvlan s.r.o.
Textilní 5 / 897
957 01 Bánovce nad Bebravou
e-mail: servis@duvlan.cz
web: www.duvlan.cz

Pokyny

Tento návod k použití je pouze reference pro zákazníky. Duvlan nepřebírá ručení za chyby vzniklé překladem nebo technickou změnou produktu.

Důležité bezpečnostní upozornění

Prosíme Vás o podrobné přečtení návodu k používání zařízení před montáží a před prvním použitím. Dozvíte se důležité informace o bezpečnosti, správném používání a údržbě zařízení. Uchovejte tento návod k použití v případě pozdější opravy, údržby nebo objednání náhradních dílů.

- Toto zařízení nemůže používat osoba, jejíž tělesná hmotnost je větší než 100 kg.
- Zařízení je navrženo pro trénink dospělých osob. Nenechávejte děti bez dozoru v místnosti se strojem.
- Na stroji může cvičit pouze jedna osoba.
- Zabezpečte dostatečný prostor pro bezpečné užívání zařízení. V blízkosti stroje musí být volná plocha min. 0,6m.
- Postavte zařízení na neklouzavý povrch. Nepoužívejte stroj v blízkosti vody.
- Zařízení je navrženo pro domácí použití. Třída použití a účinnosti HC (norma STN EN 957-4). Pro komerční využití zařízení se na zařízení nevztahuje záruka a výrobce za zařízení neručí.
- Při zdravotních komplikacích a omezeních konzultujte Váš trénink s lékařem. Řekne Vám, který trénink je pro Vás vhodný.
- Postižené osoby by neměly používat stroj bez pomoci kvalifikované osoby nebo lékaře.
- Nesprávný trénink a přecenění Vašich schopností může poškodit vaše zdraví.
- Pokud během tréninku pocítíte nevolnost, bolest na hrudi nebo se Vám bude špatně dýchat, okamžitě ukončete trénink a vyhledejte lékaře.
- S tréninkem začnete až poté jako se přesvědčíte, že zařízení je správně poskládané a nastaveny.
- Při montáži zařízení postupujte přesně dle montážního návodu.
- Používejte pouze originální součástky (viz seznam).
- Pevně utáhněte všechny nastavitelné části, abyste zabránili jejich uvolnění během tréninku.
- Během tréninku noste vhodné oblečení. Nepoužívejte zařízení na boso.
- Používejte stroj pouze k určenému účelu. Nepoužívejte příslušenství, které není doporučeno výrobcem.
- Nepokládejte žádné ostré předměty v blízkosti stroje.
- Pravidelně každý 1 měsíc až 2 měsíce zkontrolujte celé zařízení, zejména šrouby, matice.
- Poškozené díly mohou ohrozit Vaši bezpečnost a ovlivnit životnost zařízení. Opotřebované a poškozené díly okamžitě vyměňte, nebo zařízení přestaňte používat.
- Vždy proveďte strečink před cvičením.
- Hmotnost: 9 kg
- Celkové rozměry (d x š x v): 117 x 34 x 47 cm

Péče a údržba:

S cílem zabránit poškození potahu z potu, používejte ručník nebo po každém cvičení otřete potah hadříkem.

Dear Customer,

We are pleased, that you have chosen a Duvlan Fitness Equipment. This quality product is engineered and tested for home use in accordance with EN 957 - Class HC, has been certified by the German testing laboratory Intertek Deutschland GmbH . Please carefully read the instructions prior to assembly and first use. Only use the appliance in the manner described in this user's manual. Keep this user's manual in a safe place so it can be easily retrieved for future use.

We wish you lots of success and fun while training,

Your Duvlan team

Warranty

Duvlan warrants to the original purchaser 2 years against possible defects in material.

Excluded from warranty are wearing parts and damages caused by misuse of the product. In the case of claim please contact us.

The warranty period starts at the date the product was purchased (please carefully retain your sales receipt).

Customer Service

To best possible support you in the case of problems with your product, we would ask you to please quote the product Model Name and Order Number. These can be found on the invoice.

Waste Disposal

Duvlan products are recyclable. At the end of its useful life please dispose of this article correctly and safely (local refuse sites).

Contact

Duvlan s.r.o.
Textilna 5 / 897
957 01 Banovce nad Bebravou
e-mail: servis@duvlan.com
web: www.duvlan.com

Advice

The owner's manual is only for the customer reference. **Duvlan** can not guarantee for mistakes occurring due to translation or change in technical specification of the product.

Precautions

Before assembling or using the product, please read the following instructions carefully. They contain important information for use and maintenance of the equipment as well as for your personal safety. Keep these instructions in a safe place for maintenance purposes or for ordering spare parts.

- The exerciser may not be used by persons with a weight of over 100 kg.
- This product is designed for the physical exercise by adults. DO NOT leave children unattended in the room with the machine.
- Only one person at a time should be using the machine.
- Provide adequate space for safe use of equipment. Near the machine must be free area min. 0.6 m.
- Place the sit up bench on an even, non-slip surface. Do not use the machine near water.
- The product is made for home use only. Category of use and efficiency of HC (standard EN 957-4). Warranty and manufacturer's liability do not extend to any product or damage to the product caused by commercial purposes.
- Consult your physician before starting with any exercise programs to receive advice on the optimal training.
- Handicapped or disabled persons should not use the machine without the assistance of a qualified person or physician.
- Incorrect/excessive training can cause health injuries.
- If you feel sickness, chest pain, fits of dizziness or breathlessness during your training, immediately stop the training and consult your physician.
- Ensure that training only starts after correct assembly, adjustment and inspection of the home exerciser.
- Follow the steps of assembly instruction carefully.
- Only use original parts as delivered (see checklist).
- Tighten all adjustable parts to prevent sudden movement while training.
- Always wear appropriate workout clothing when exercising. Running or aerobic shoes are also required.
- Use the machine only for its intended purpose. Do not use accessories not recommended by the manufacturer.
- Do not place any sharp objects near the machine.
- If the equipment is in regular use, check all its components thoroughly every 1 / 2 month. Pay particular attention to the tightness of bolts and nuts.
- Damaged components may endanger your safety or reduce the lifetime of the equipment. For this reason, worn or damaged parts should be replaced immediately and the equipment taken out of use until this has been done.
- Always stretch out before exercising.
- Weight: 9 kg
- Dimensions (l x w x h): 117 x 34 x 47 cm

Care and maintenance:

In order to prevent perspiration from damaging the seat cover, use a towel or wipe off the seat cover after each use.

Náradie na montáž/Nářadí na montáž/Assembly tools

vidlicovy kluc10,14,



Postup pri montáži/Postup při montáži/Assembly instuctions

SK:

Vyberte všetky diely z kartónu a položte ich na zem. Skontrolujte si diely so zoznamom dielov a uistite sa, že nijaký diel v kartóne nechýba.

CZ:

Vyberte všechny díly z kartonu a položte je na zem. Zkontrolujte si díly se seznamem dílů a ujistěte se, že žádný díl v kartonu nechybí.

GB:

Take the all parts out of the carton and put them on the floor. Check the parts with the parts list to make sure there's no missing part in the carton.

SK:

1. Navlečte predný stabilizátor (2) na nastaviteľnú prednú podperu (4).
2. Upevnite s nastaviteľnou penovou trúbkou (5) v požadovanej výške a dotiahnite s plastovou maticou M8 (14).
3. Spojte nastaviteľnú prednú podperu (4) s hlavnou podperou (1) so skrutkou (15), dvomi podložkami (18) a poistnou maticou (12). *Poznámka:* Nedoťahujte skrutku príliš pevne. Lavička by sa mala dať zložiť.
4. Vložte kolík (13) do ďalšej diery na nastaviteľnej prednej podpere (4) a hlavnej podpere (1).
5. Navlečte penovú trúbku (6) cez nastaviteľnú prednú podperu (4).
6. Navlečte penové valčeky (8) na nastaviteľnú penovú trúbku (5) a penovú trúbku (6).
7. Pripojte zadný stabilizátor (3) k hlavnej podpere (1) pomocou skrutky (15), dvoch podložiek (18) a poistnej matice (12). *Poznámka:* Nedoťahujte skrutku príliš pevne. Lavička by sa mala dať zložiť.
8. Vložte kolík (13) do ďalšej diery na zadnom stabilizátory (3) a hlavnej podpere (1).

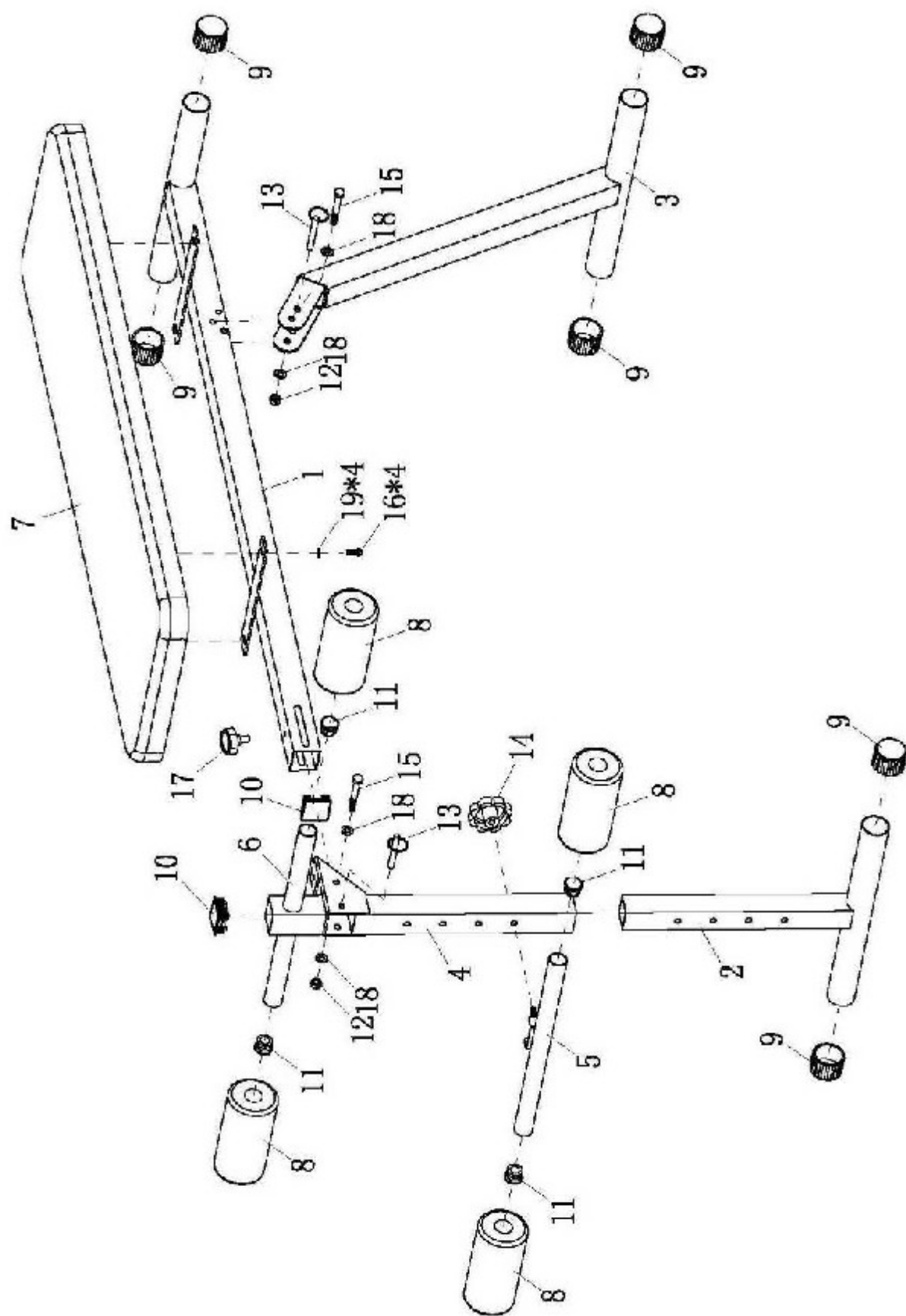
CZ:

1. Navlečte přední stabilizátor (2) na nastavitelnou přední podpěru (4).
2. Připevněte s nastavitelnou pěnovou trůbkou (5) v požadované výši a dotáhněte s plastovou maticí M8 (14).
3. Spojte nastavitelnou přední podpěru (4) s hlavní podpěrou (1) se šroubem (15), dvěma podložkami (18) a pojistnou maticí (12). *Poznámka:* Nikdy neutahujte šroub příliš pevně. Lavička by se měla dát složit.
4. Vložte kolík (13) do další díry na nastavitelné přední podpěře (4) a hlavní podpěře (1).
5. Navlečte pěnovou trůbku (6) přes nastavitelnou přední podpěru (4).
6. Navlečte pěnové válečky (8) na nastavitelnou pěnovou trůbku (5) a pěnovou trůbku (6).
7. Pripojte zadní stabilizátor (3) k hlavní podpěře (1) pomocí šroubu (15), dvou podložek (18) a pojistné matice (12). *Poznámka:* Nikdy neutahujte šroub příliš pevně. Lavička by se měla dát složit.
8. Vložte kolík (13) do další díry na zadním stabilizátory (3) a hlavní podpěře (1).

GB:

1. Slide the front leg support (2) into the front up support (4).
2. Fasten with the adjustable foam tube (5) at the desired height and tighten with the plum blossom nut (14).
3. Connect the front up support (4) to the main support (1) with one bolt (15), two washers (18) and lock nut (12). *Notice:* Do not tighten the bolt too hard. The sit up bench should be foldable.
4. Insert the pin (13) into the other hole on front up support (4) and main support (1).
5. Slide the foam tube (6) through the front up support (4).
6. Slide the foam roller (8) onto the adjustable foam tube (5) and foam tube (6).
7. Attach back leg support (3) to main support (1) with one bolt (15), two washers (18) and lock nut (12). *Notice:* Do not tighten the bolt too hard. The sit up bench should be foldable.
8. Insert the pin (13) into the other hole on back leg support (3) and main support (1).

Schématický pohľad/Schematický pohled/Exploded view



Zoznam dielov/Seznam dílů/Part list

P.Č./P.N.	Názov/Název/Description	KS/Q'TY
1	Hlavné podpera/Hlavní podpěra/Main support	1
2	Predný stabilizátor/Přední stabilizátor/Front leg support	1
3	Zadný stabilizátor/Zadní stabilizátor/Back leg support	1
4	Nastavitelná predná podpera/Nastavitelná přední podpěra/Front up support	1
5	Nastavitelná penová rúrka/Nastavitelná pěnová trubka/Adjustable foam tube	1
6	Penová rúrka/Pěnová trubka/Foam tube	1
7	Polstrovanie/Polstrování/Cushion	1
8	Penové valčeky/Pěnové válečky/Foam roller	4
9	Plastový okrúhly kryt nohy ϕ 38/Plastový kulatý kryt nohy ϕ 38/Plastic round feet cover ϕ 38	6
10	Plastová štvorcová koncovka 38x38/Plastová čtvercová koncovka 38x38/Plastic square end cap 38*38	2
11	Plastová kruhová koncovka ϕ 25/Plastová kulatá koncovka ϕ 25/Plastic round end cap ϕ 25	4
12	Poistná matica M8/Poistní matice M8/Lock nut M8	2
13	Kolík ϕ 8*55/Kolík ϕ 8*55/Pin ϕ 8*55	2
14	Plastová matica M8/Plastová matice M8/Plastic nut M8	1
15	Skrutka M8x55/Šroub M8x55/Hex head bolt M8*55	2
16	Skrutka M6x16/Šroub M6x16/Screw M6*16	4
17	Plastová skrutka M8/Plastový šroub M8/Plastic head bolt M8	1
18	Podložka 8/Podložka 8/Washer 8	4
19	Podložka 6/Podložka 6/Washer 6	4