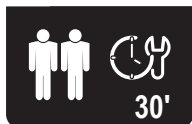


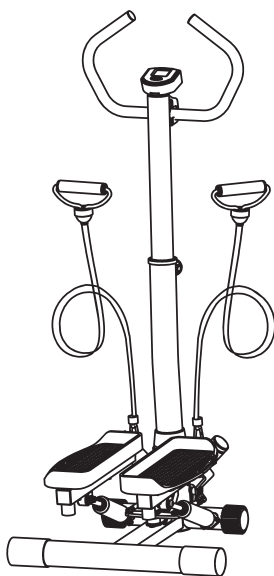
HJ HOP-SPORT

HS-055S NOBLE



Scan me
www.hopsport.com

HJ



CZ

Stepper twist s držadlem

FR

Stepper de twist avec colonne

DE

Swing Side Stepper mit Haltegriff

PL

Steper skrętny z kolumną

EN

Twist stepper with column

SK

Twist stepper s držadlom

ES

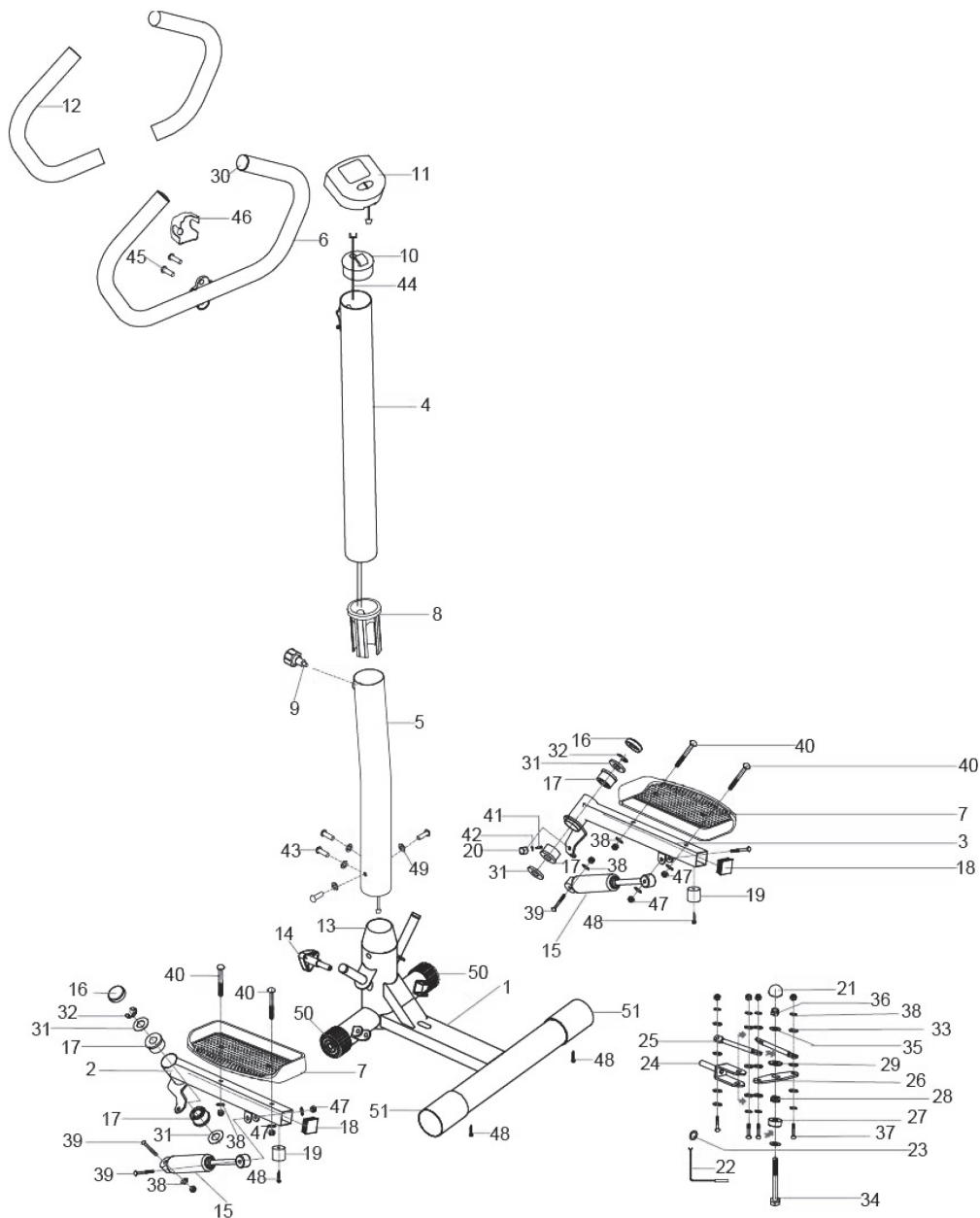
Stepper de twist con columna

UA

Поворотний степпер зі стійкою



	ROZLOŽENÝ POHLED / EXPLOSIONSZEICHNUNG / EXPLODED VIEW / VISTA EXPLOSIONADA / SCHÉMA DÉMONTÉ / WIDOK ROZSTRZELONY / ROZLOŽENÝ POHĽAD / РОЗКЛАДЕНИЙ СТАН	1
CZ	NÁVOD K POUŽITÍ	2
DE	BEDIENUNGSANLEITUNG	14
EN	INSTRUCTION	26
ES	MANUAL DE INSTRUCCIONES	38
FR	INSTRUCTIONS D'UTILISATION	50
PL	INSTRUKCJA OBSŁUGI	62
SK	NÁVOD NA POUŽITIE	74
UA	ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ	86





PŘED POUŽITÍM ZAŘÍZENÍ SI POZORNĚ PŘEČTĚTE VŠECHNY POKYNY. USCHOVEJTE SI TYTO POKYNY PRO BUDOUCÍ POUŽITÍ.

1. Plnou bezpečnost a účinnost použití je možné dosáhnout za předpokladu, že zařízení je smontováno a používáno v souladu s těmito pokyny. Nezapomeňte informovat všechny uživatele zařízení o omezeních, varováních a bezpečnostních opatřeních. Nejsme zodpovědní za problémy nebo zranění způsobené jednáním v rozporu s pravidly stanovenými v této příručce.
2. Výrobek se může používat pouze pro určený účel.
3. Zařízení je určeno pouze pro použití v domácnosti dospělými osobami. Nenechávejte zařízení na místě přístupném dětem. Během tréninku by děti měly být pod dohledem dospělých.
4. Přístroj by měl být skladován na suchém a teplém místě mimo přímého slunečního záření.
5. Vyvarujte se kontaktu počítače s vodou, protože voda by ho mohla poškodit nebo způsobit zkrat.
6. Zařízení není vhodné pro rehabilitační účely.
7. Zařízení může používat najednou jedna osoba.
8. Zařízení umístěte na rovný, stabilní a čistý povrch.
9. K ochraně podlahy pod zařízením se doporučuje použít koberec, podložku nebo jiný podklad.
10. Pod strojem v oblasti montáže položte vhodnou základnu (např. gumovou podložku, dřevěnou základnu atd.), aby nedošlo ke znečištění.
11. Před zahájením tréninku zkontrolujte, zda je zařízení kompletní a zda jsou všechny části na svém místě.
12. Pokud máte jakékoli zdravotní problémy / chronická onemocnění nebo jde-li o váš první trénink na tomto typu vybavení, před zahájením cvičení se poraďte se svým lékařem. Nesprávný nebo nadměrný trénink může způsobit zranění.
13. Před použitím zařízení se zahřejte.
14. Pokud během cvičení na přístroji pociťujete bolest, nepravidelný srdeční rytmus, dušnost, závrať nebo nevolnost, okamžitě přestaňte cvičit. Před pokračováním v cvičení byste měli vyhledat lékařskou pomoc.
15. Nenoste dlouhé, volné oblečení, které by se mohlo zachytit v pohyblivých částech.
16. Zařízení používejte pouze tehdy, když je v pořádku z technické stránky. Pokud během používání zjistíte poškození některých komponentů nebo uslyšíte rušivý zvuk ze zařízení, přestaňte cvičit. Nepoužívejte zařízení, dokud se problém nevyřeší.
17. Neprovádějte žádné opravy zařízení kromě těch, které jsou popsány v této příručce. V případě jakýchkoli problémů kontaktujte servis (kontaktní údaje jsou uvedeny dále v příručce).
18. Minimální volný prostor potřebný pro bezpečný provoz zařízení činí ne méně než dva metry.
19. Maximální povolená hmotnost uživatele je 100 kg.
20. Zařízení bylo vyrobeno v souladu s normou EN ISO 20957-8:2018-03.



Seznam dílů



Č.	Popis
1	Stepper
4	Horní sloup
5	Spodní sloup
6	Rukojeť
9	Knoflík pro nastavení výšky sloupu
10	Základna pro počítač
11	Počítač
13	Objímka Ø76
14	Nastavovací šroub
22	Inbusový klíč
43	Vnitřní šestihranný šroub M8 × 20
44	Kabel
45	Vnitřní šestihranný šroub M8 × 25
46	Plastový kryt rukojeti
48	Křížový šroub
49	Krytka vnitřního šestihranného šroubu
51	Bezpečnostní krytky



Návod na montáž

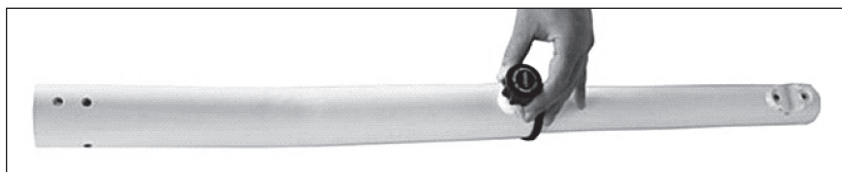
- 1** Zajistěte zadní zátku (51) pomocí křížového šroubu (48).



- 2** Vložte průchočku (13) do přední roury hlavního rámu.



- 3** Připojte rouru dolního stojanu (5) k rouře horního stojanu (4) pomocí knoflíku (9).

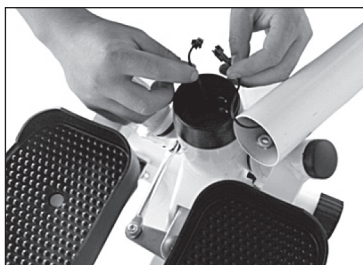




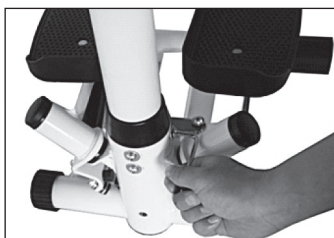
- 4** Přetáhněte přípojovací vedení (44) přes sloupky.



- 5** Připojte kabel hlavního rámu k vedení (44), který prochází přes sloupky stojanu.

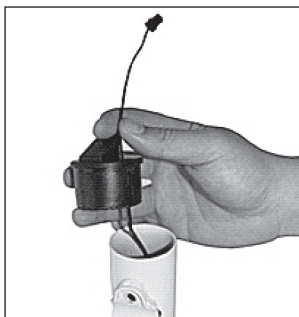


- 6** Připojte dolní sloupek (5) k hlavnímu rámu pomocí vnitřního šestihřanného šroubu (43) M8x20 a podložky (49).

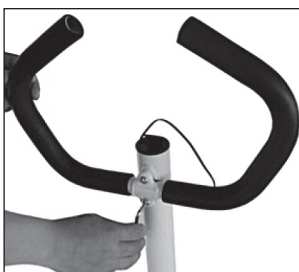




- 7** Vytáhněte horní část kabelu skrz otvor počítačový (10).



- 8** Namontujte držák pomocí vnitřních šestihranných šroubů (45).



- 9** Připojte konec kabelu do kabelu počítačový.





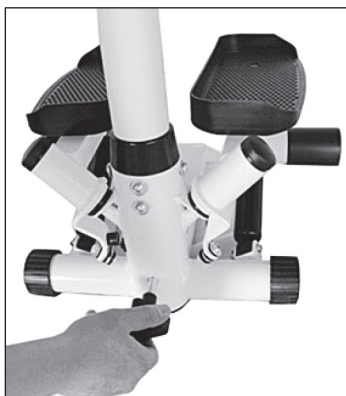
- 10** Umístěte počítačový (11) na podstavec na počítač (10).



- 11** Namontujte plastový kryt.



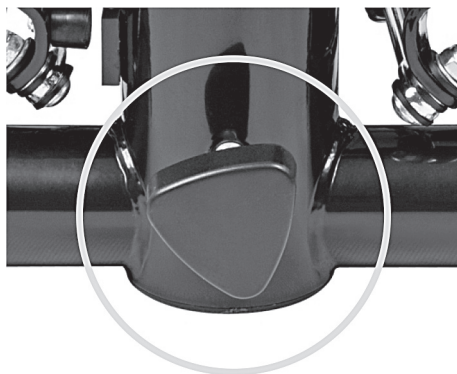
- 12** Namontujte knoflík regulace (14) do hlavního rámu.





Nastavení výšky pedálů a zatížení

Při nastavování výšky pedálu nestůjte na stepperu. Seřizovací šroub umístěný v přední části zařízení se používá ke změně výšky pedálů, a tím ke změně intenzity / stupně obtížnosti provádění cvičení. Pro zvýšení intenzity / obtížnosti cvičení utáhněte seřizovací šroub. Uvolněním šroubu se sníží výška pedálů a sníží se intenzita tréninku.



Montáž expandérů

Uchytěte obě pružná lanka do oček umístěných zepředu pedálů. Stlačte jištění na háčích lanek. Pokaždé, když chcete trénovat s lanky ujistěte se, že jištění lanek je uzavřeno.

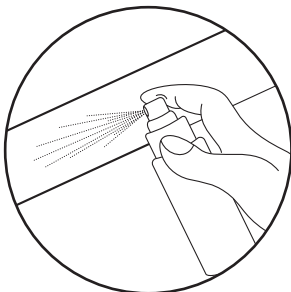


Pozor! Expandery lze natahovat pouze svisle. Křížení lanek může způsobit poškození háčků nebo karabin.

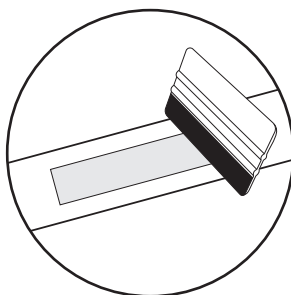
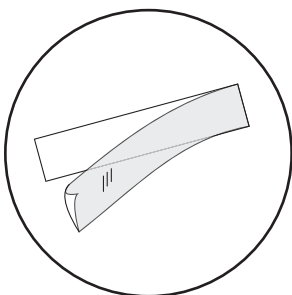


Přilepení nálepky*

1. Pro správnou aplikaci očistěte povrch, na který má být nálepka umístěna. Použijte k tomu jemný čisticí prostředek, vodu nebo speciální odmašťovací prostředek. Povrch osušte čistým, suchým hadříkem.



2. Odstraňte ochrannou vrstvu z nálepky. Umístěte nálepku na předem připravený povrch. Pomocí stěrky nálepku zarovnejte a odstraňte případné vzduchové bubliny.



3. Chcete-li nálepku trvale odstranit, použijte speciální odstraňovač nálepek.

*týká se produktů s nálepkami v sadě



Displej



Údaje zobrazené na displeji

COUNT	Zobrazuje počet kroků.
TIME	Zobrazuje celkový čas od začátku tréninku.
CAL	Zobrazuje množství spálených kalorií (v kcal). Pozor! Množství spálených kalorií se počítá na základě množství provedených kroků, bez počítání úsilí vynaloženého na cvičení s expandérem.
STRIDES /MIN	Zobrazuje průměrný počet kroků za minutu.
SCAN	Nastavení indikátoru v poloze SCAN automaticky přepne zobrazovaná data STRIDES/MIN, TIME, CAL (každé 4 sekundy).

Funkce tlačítek

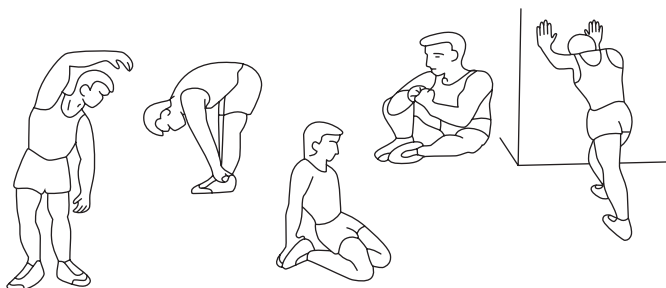
MODE	Spustí počítač. Umožňuje zvolit parametr, který se má zobrazit.
RESET	Resetuje počítač. Pokud to chcete udělat, podržte tlačítko.

Počítač se spustí po provedení několika kroků na stepperu. Pokud se zařízení nebude používat déle než 4 minut, počítač se automaticky vypne.

Pravidelné používání zařízení prospěje vašemu zdraví. Zlepší fyzickou kondici, celkovou pohodu a posílí svaly. V kombinaci se správnou stravou může přispět k hubnutí.

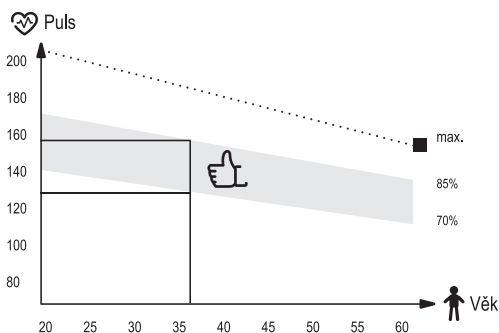
1. Rozcvička

Tato fáze cvičení pomáhá zlepšit krevní oběh v celém těle a připravit svaly na zvýšenou fyzickou námahu. Snižuje také riziko křečí nebo poranění svalů. Doporučuje se provést několik protahovacích cvičení, jak je uvedeno níže. Každé cvičení by mělo trvat přibližně 30 sekund. Nezatěžujte svaly! Pokud pociťujete bolest, přestaňte cvičit nebo snižte rozsah pohybu.



2. Fáze tréninku

Tato fáze je hlavní fází tréninku. Měli byste cvičit vlastním, poměrně stabilním tempem, abyste dosáhli srdeční rytmus odpovídající vašemu věku, jak je to znázorněno na grafu. Tato fáze by měla trvat minimálně 12 minut.



3. Relaxační fáze

Cílem této fáze je uvolnění svalů a kardiovaskulárního systému a vrácení všech „parametrů“ (krevní tlak, frekvence dýchání, srdeční frekvence a jiné) do stavu před cvičením. Toto je opakování rozcvičky se sníženou rychlostí pohybu. Tato fáze by měla být nejkratší - čas cvičení asi 5 minut. Během této fáze by se neměly namáhat svaly. Relaxační fázi by nemělo vynechat.

CZ Čištění a údržba



1. Zařízení vyžaduje pravidelnou údržbu. Měla by být provedena nejméně každých 20 hodin provozu zařízení.
2. Údržba zahrnuje kontrolu:
 - pohyblivé části zařízení, tj. kontrola, zda jsou správně namazané. Pokud ne, namažte je. Doporučuje se používat speciální maziva pro ložiska kol nebo pro fitness zařízení.
 - všechny části zařízení, tj. dotažení šroubů a matic,
 - napájecí kabely (pokud jsou v přístroji) kvůli poškození.
3. K čištění zařízení použijte měkký hadřík mírně navlhlý vodou nebo případně vodou s mýdlem. Nepoužívejte žádné silné čisticí prostředky a ani materiály, které mohou zařízení poškodit. Zvláštní pozornost je třeba věnovat plastovým komponentům.
4. Po každém použití odstraňte ze zařízení všechny stopy potu a nečistot.

CZ Řešení problémů



Problém	Řešení
Počítač nezobrazuje údaje	<ol style="list-style-type: none">1. Demontujte počítač a zkontrolujte, zda jsou kabely správně připojeny a zda nejsou poškozeny.2. Zkontrolujte, zda jsou baterie vloženy správně.3. Vyměňte baterie za nové.



Záruční podmínky

- Zákazník má následující možnosti uplatnění reklamace:
 - prostřednictvím kroků na webové stránce: <https://hop-sport.cz/servis/>
 - písemně na adresu:
Hegen Česko s.r.o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov
Česká republika
 - e-mailem: info@hop-sport.cz
- Reklamacе včetně odstranění vady musí být vyřízena a kupující o tom musí být informován nejpozději do třiceti (30) dnů ode dne uplatnění reklamace, pokud se prodávající s kupujícím nedohodne na delší lhůtě. Pokud je třeba poslat produkt na opravu do zahraničí nebo dovézt náhradní díly ze zahraničí, oprava může trvat déle.
- Použije se právo země, do které bylo zboží dodáno, včetně záručních ustanovení. Neplatí Úmluva OSN o smlouvách o mezinárodní koupi zboží.
- Záruka se nevztahuje na poškození způsobená nesprávným používáním.

CZ Ochrana životního prostředí



Tento výrobek je dodáván v obalu, aby byl chráněn před možným poškozením během přepravy. Obaly jsou vyrobené ze surovin, které lze recyklovat. Tyto materiály vyhazujte podle jejich typu.



Z důvodu ochrany životního prostředí musí být použité baterie odevzdané v místě prodeje, nebo předané do určené sběrně pro skladování druhotných surovin. Nevyhazujte použité baterie do domovních košů na odpady. Tímto budete přispívat k ochraně životního prostředí.



Opatřebovaná elektrická zařízení (včetně počítačů) jsou druhotné suroviny – nesmí se vyhazovat do kontejnerů na domovní odpady, protože mohou obsahovat látky nebezpečné pro lidské zdraví a životní prostředí! Prosíme o aktivní podporu efektivního hospodaření s přírodními zdroji a ochranu životního prostředí, použité zařízení odevzdejte do sběrně pro skladování druhotných surovin – použitých elektrických zařízení.



Návod k použití byl vtištěn na recyklovatelném papíře. Třídte ho v souladu s platnými pravidly.

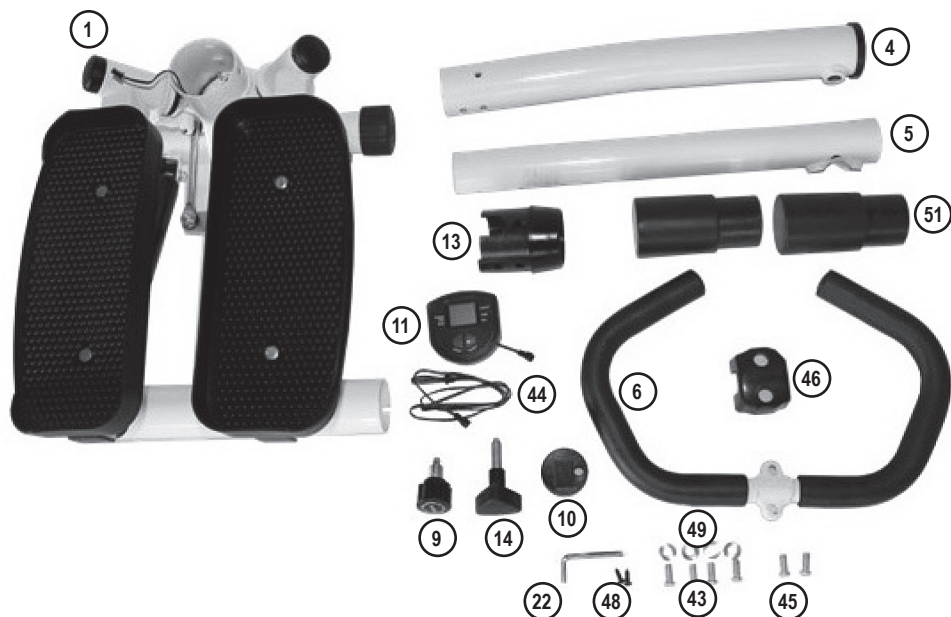


VOR DEM GEBRAUCH LESEN SIE DIE GESAMTE BEDINGUNGSANLEITUNG AUFMERKSAM DURCH. BEWAHREN SIE DIE ANLEITUNG ZUM SPÄTEREN NACHSCHLAGEN AUF.

1. Die volle Sicherheit und Wirksamkeit bei Gebrauch kann erreicht werden, wenn das Gerät gemäß den Anweisungen zusammengebaut und verwendet wird. Denken Sie daran, die Benutzer des Geräts über alle Einschränkungen, Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen zu informieren. Wir sind nicht verantwortlich für Probleme oder Verletzungen, die durch einen Verstoß gegen die in diesem Handbuch festgelegten Regeln verursacht werden.
2. Das Produkt darf nur für seine Bestimmung verwendet werden.
3. Das Gerät ist nur für den Hausgebrauch durch Erwachsene bestimmt. Lassen Sie das Gerät nicht an einem für Kinder zugänglichen Ort. Während des Trainings sollten Minderjährige unter Aufsicht von Erwachsenen sein.
4. Das Gerät sollte an einem trockenen und warmen Ort ohne direkte Sonneneinstrahlung gelagert werden.
5. Vermeiden Sie, dass der Computer mit Wasser in Kontakt kommt, da dies Beschädigungen oder einen Kurzschluss verursachen kann.
6. Das Gerät ist nicht für Rehabilitationszwecke geeignet.
7. Jeweils eine Person kann das Gerät benutzen.
8. Stellen Sie das Gerät auf eine ebene, stabile, saubere und freie Oberfläche.
9. Es wird empfohlen, einen Teppich, eine Matte oder eine andere Unterlage zu verwenden, um den Boden unter dem Gerät zu schützen.
10. Legen Sie im Montagebereich eine geeignete Unterlage (z. B. eine Gummimatte, eine Holzunterlage usw.) unter das Gerät, um Verschmutzungen zu vermeiden.
11. Bevor Sie mit dem Training beginnen, vergewissern Sie sich, dass das Gerät vollständig und alle Teile vorhanden sind.
12. Wenn Sie gesundheitliche Probleme / chronische Krankheiten haben oder zum ersten Mal mit dieser Art von Gerät trainieren, konsultieren Sie vor dem Training einen Arzt oder Spezialisten. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen führen.
13. Wärmen Sie sich auf, bevor Sie das Gerät benutzen.
14. Wenn Sie während des Trainings Schmerzen, unregelmäßigen Herzschlag, Atemnot, Schwindel oder Übelkeit verspüren, brechen Sie das Training sofort ab. Bevor Sie das Trainingsprogramm fortsetzen, sollten Sie einen Arzt aufsuchen.
15. Tragen Sie keine langen, losen Kleidungsstücke, die sich in beweglichen Teilen verfangen könnten.
16. Verwenden Sie das Gerät nur, wenn es technisch einwandfrei ist. Wenn Sie während des Gebrauchs fehlerhafte Komponenten finden oder störende Geräusche vom Gerät hören, unterbrechen Sie das Training. Benutzen Sie das Gerät erst, wenn das Problem behoben ist.
17. Nehmen Sie nur die beschriebenen Einstellungen oder Änderungen am Gerät vor, die in diesem Handbuch beschrieben sind. Bei Problemen wenden Sie sich bitte an den Service (Die Kontaktdaten finden Sie später im Handbuch).
18. Der für den sicheren Betrieb des Geräts erforderliche Mindestfreiraum beträgt mindestens zwei Meter.
19. Das maximal zulässige Benutzergewicht beträgt 100 kg.
20. Das Gerät wurde gemäß der Norm EN ISO 20957-8:2018-03 hergestellt.



Stückliste



Teil-Nr.	Beschreibung
1	Stepper
4	Obere Säule
5	Untere Säule
6	Handgriff
9	Einstellknopf für Säulenhöhe
10	Halterung für Computer
11	Computer
13	Hülse Ø76
14	Einstellschraube
22	Inbusschlüssel
43	Innensechskantschraube M8 × 20
44	Kabel
45	Innensechskantschraube M8 × 25
46	Kunststoffabdeckung für Handgriff
48	Kreuzschlitzschraube
49	Abdeckung für Innensechskantschraube
51	Sicherheitsabdeckungen



Montageanleitung

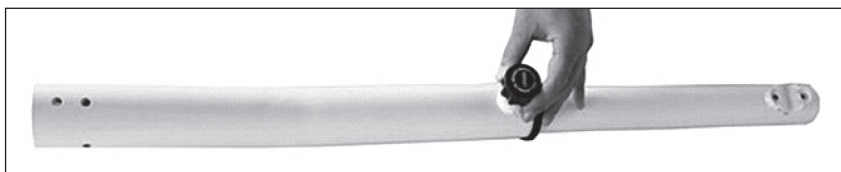
- 1** Verriegeln Sie die hintere Endkappe (51) mit der Kreuzschraube (48).



- 2** Setzen Sie die Buchse (13) in das vordere Hauptkörperrohr ein.



- 3** Verbinden Sie die untere Säule (5) mit dem Drehknopf (9) mit der oberen Säule (4).

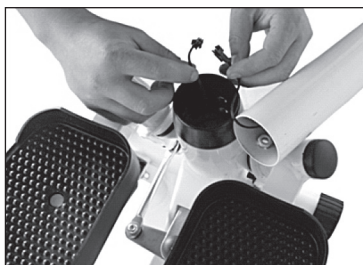




- 4** Ziehen Sie den Draht (44) durch die Säulen.



- 5** Verbinden Sie das Kabel des Hauptgehäuses mit dem Draht (44), der durch die Säulen des Ständers verläuft.

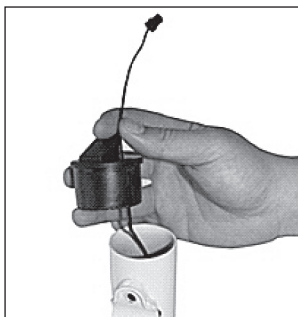


- 6** Verbinden Sie die untere Säule (5) mit der inneren Sechskantschraube M8x20 (43) und der Unterlegscheibe (49) mit dem Hauptgehäuse.

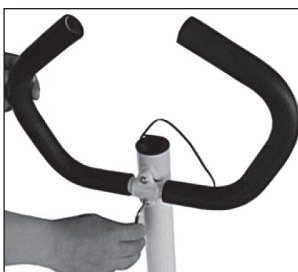




- 7** Ziehen Sie die Oberseite des Kabels durch die Computer (10).



- 8** Montieren Sie die Halterung mit einer internen M8x25-Sechskantschraube (45).



- 9** Verbinden Sie das Ende des Kabels mit dem Computerkabel.





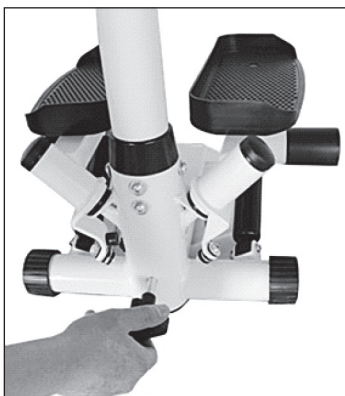
- 10** Setzen Sie den Monitor (11) auf die Monitorhalterung (10).



- 11** Installieren Sie eine Plastikabdeckung.



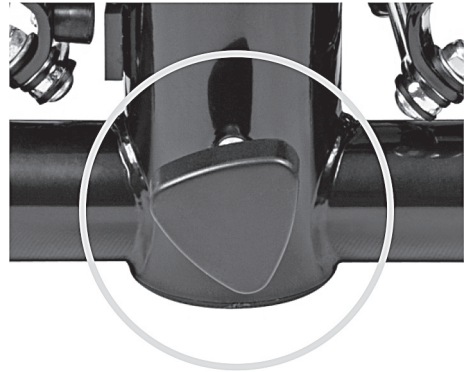
- 12** Installieren Sie den Einstellknopf (14) im Hauptgehäuse.





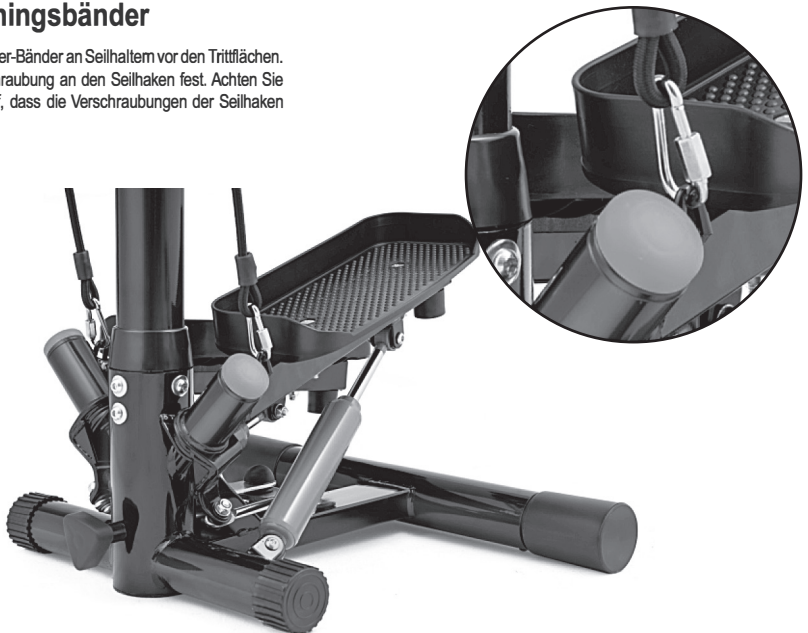
Pedalhöhe und Weiderstandseinstellung

Stellen Sie sich beim Einstellen der Pedalhöhe nicht auf den Stepper. Die Einstellschraube an der Vorderseite des Geräts wird verwendet, um die Pedalhöhe und damit die Intensität / den Schwierigkeitsgrad der Übungen zu ändern. Ziehen Sie die Einstellschraube an, um die Intensität / Schwierigkeit der Übungen zu erhöhen. Durch Lösen der Schraube wird die Höhe der Pedale verringert und somit auch die Trainingsintensität.



Montage Trainingsbänder

Befestigen Sie die Expander-Bänder an Seilhaltern vor den Trittfächern. Schrauben Sie die Verschraubung an den Seilhaken fest. Achten Sie vor jedem Training darauf, dass die Verschraubungen der Seilhaken geschlossen sind.

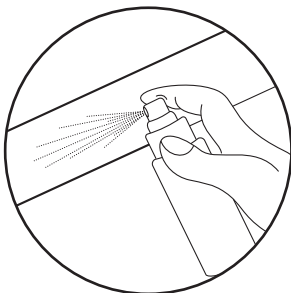


Achtung! Expander können nur vertikal gedehnt werden. Das Kreuzen der Bänder kann zu Schäden an den Haken oder Karabinern führen.

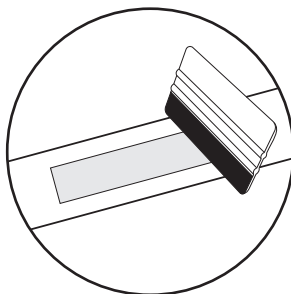
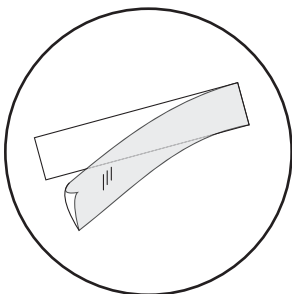


Anbringung des Aufklebers*

1. Für eine korrekte Anbringung muss die Oberfläche, auf der der Aufkleber angebracht werden soll, gereinigt werden. Verwenden Sie dazu ein mildes Reinigungsmittel, Wasser oder ein spezielles Entfettungsmittel. Trocknen Sie die Oberfläche mit einem sauberen, trockenen Tuch ab.



2. Entfernen Sie die Schutzschicht von dem Aufkleber. Legen Sie den Aufkleber auf die vorbereitete Oberfläche. Verwenden Sie einen Rakel, um den Aufkleber auszurichten und eventuelle Luftblasen zu entfernen.



3. Um den Aufkleber dauerhaft zu entfernen, verwenden Sie einen speziellen Aufkleberentferner.

*gilt für Produkte mit Aufklebern im Set



Display



Computer Anzeige

COUNT	Zeigt die Anzahl der Schritte an.
TIME	Zeigt die Gesamtzeit seit Beginn des Trainings an.
CAL	Zeigt die Menge der verbrannten Kalorien (in kcal) an. Achtung! Die Menge der verbrannten Kalorien wird auf der Grundlage der durchgeführten Schritte berechnet, wobei der Aufwand für die Expander-Übungen nicht berücksichtigt wird.
STRIDES /MIN	Zeigt die durchschnittliche Anzahl von Schritten pro Minute an.
SCAN	Wenn Sie die Anzeige auf die Position SCAN stellen, werden die angezeigten Daten STRIDES/MIN, TIME, CAL (alle 4 Sekunden) automatisch umgeschaltet.

Tasten

MODE	Startet den Computer. Hier können Sie den anzuzeigenden Parameter auswählen.
RESET	Setzt den Computer zurück. Halten Sie dazu die Taste gedrückt.

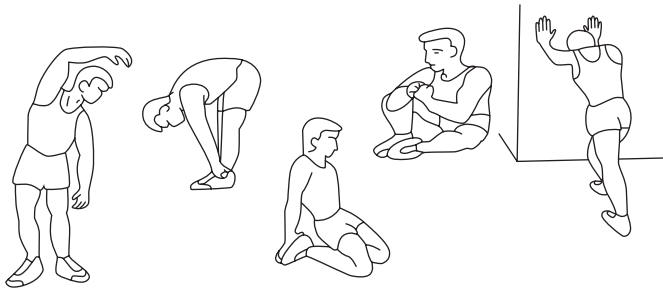
Der Computer startet auch nach einigen Schritten auf dem Stepper. Wenn das Gerät länger als 4 Minuten nicht benutzt wird, schaltet sich der Computer automatisch aus.



Die regelmäßige Verwendung des Gerätes kommt Ihrer Gesundheit zugute. Es verbessert die körperliche Verfassung und das Wohlbefinden und stärkt die Muskeln. In Kombination mit einer richtigen Ernährung kann es zur Gewichtsreduktion beitragen.

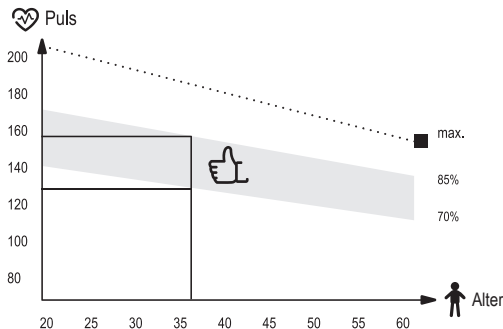
1. Aufwärm-phase

Diese Trainingsphase verbessert die Durchblutung des Körpers und bereitet die Muskeln auf größere Anstrengungen vor. Es verringert auch das Risiko einer Muskelkontraktion oder eines Muskelbruchs. Es ist ratsam, einige Dehnübungen wie unten gezeigt durchzuführen. Jede Übung sollte ungefähr 30 Sekunden dauern. Überanstrengen Sie nicht Ihre Muskeln! Wenn Sie Schmerzen verspüren, unterbrechen Sie das Training oder verringern Sie den Bewegungsumfang.



2. Übungsphase

Diese Phase ist die Trainingsphase, in der Sie das Gerät verwenden. Sie sollten in Ihrem eigenen, ziemlich gleichmäßigen Tempo trainieren, damit Sie eine Ihrem Alter entsprechende Herzfrequenz erreichen, wie in der Grafik dargestellt. Diese Phase sollte mindestens 12 Minuten dauern.



3. Entspannungsphase

Diese Phase hat das Ziel, Ihre Muskeln und das Gefäßsystem zu entspannen und allen Parametern wie Blutdruck, Atmung und Herzfrequenz die Rückkehr in den Zustand vor der Belastung zu ermöglichen. Dies ist eine Aufwärmwiederholung mit verringertem Bewegungstempo. Diese Phase sollte die kürzeste unter den Trainingskomponenten sein und sollte ungefähr 5 Minuten dauern. Denken Sie daran, Ihre Muskeln nicht zu strapazieren. Die Entspannungsphase sollte nicht übersprungen werden.

DE Reinigung und Wartung



1. Warten Sie das Gerät regelmäßig. Dies sollte mindestens alle 20 Betriebsstunden durchgeführt werden.
2. Die Instandhaltung umfasst die Kontrolle von:
 - bewegliche Teile des Gerätes, d.H. auf ordnungsgemäße Schmierung achten. Falls diese nicht richtig vorhanden ist, fetten Sie sie ein. Es wird empfohlen, spezielle Schmiermittel für Fahrradlager oder für Fitnessgeräte zu verwenden.
 - das Anziehen von Schrauben und Muttern,
 - Netzkabel (falls im Gerät vorhanden) auf Beschädigungen prüfen.
3. Verwenden Sie zum Reinigen des Geräts ein weiches Tuch, das Sie leicht mit Wasser oder mit Seife und Wasser angefeuchtet haben. Verwenden Sie keine starken Substanzen oder scharfen Reinigungsmittel, die das Gerät beschädigen können. Besondere Vorsicht ist bei Kunststoffteilen geboten.
4. Entfernen Sie nach jedem Gebrauch alle Schweiß- und Schmutzspuren vom Gerät.

DE Fehlerbehebung



Problem	Lösungsvorschlag
Der Computer zeigt keine Daten an.	<ol style="list-style-type: none">1. Bauen Sie den Computer auseinander und prüfen Sie, ob die Kabel richtig angeschlossen und nicht beschädigt sind.2. Überprüfen Sie, ob die Batterien richtig eingelegt sind.3. Ersetzen Sie die Batterien durch neue.



Gewährleistungsbedingungen

1. Sie haben folgende Möglichkeiten, um Ihre Reklamation zu melden:

- via Reklamationsformular auf der Internetseite
- schriftlich an folgende Adresse:

Hegen Deutschland GmbH
Papenreye 53
22453 Hamburg
Deutschland

- via E-Mail

	Reklamationsformular	E-mail
DE	www.hop-sport.de/reklamation/	service@hop-sport.de
AT	www.hop-sport.at/reklamation/	service@hop-sport.com

2. Mängel, die innerhalb der Gewährleistungsfrist auftreten, werden im Regelfall innerhalb von 14 Werktagen ab dem Zustelldatum des mangelhaften Artikels kostenlos beseitigt. Falls das Gerät zur Reparatur ins Ausland geschickt oder Ersatzteile aus dem Ausland beschafft werden müssen, kann die Reparatur länger dauern.
3. Es gilt das Recht des Landes, einschließlich der Gewährleistungsbestimmungen, in das die Ware geliefert wird. UN-Kaufrecht gilt nicht.
4. Die Gewährleistung gilt nicht für Schäden, die durch eine unsachgemäße Benutzung entstanden sind.

DE Umweltschutz



Dieses Produkt wird in einer Verpackung geliefert, um es vor möglichen Transportschäden zu schützen. Die Verpackung ist unverarbeitetes Rohmaterial und kann recycelt werden. Entsorgen Sie diese nach den geltenden Vorschriften der örtlichen Abfallentsorgung.



Um die Umwelt zu schützen, geben Sie die leeren Batterien an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten ab. Damit leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt.



Gebrauchte elektrische Geräte (einschließlich eines Computers) sind recycelbare Materialien – sie dürfen nicht im Hausmüll entsorgt werden, da sie Substanzen enthalten können, die für die menschliche Gesundheit und die Umwelt gefährlich sein können! Bitte helfen Sie aktiv beim wirtschaftlichen Umgang mit natürlichen Ressourcen und beim Umweltschutz, indem Sie dieses Gerät bei der entsprechenden Rücknahmestelle abgeben.



Die Bedienungsanleitung wurde auf recycelbarem Papier gedruckt. Bitte entsorgen Sie sie gemäß den geltenden Vorschriften zur Mülltrennung.



BEFORE USING THE EQUIPMENT, READ THE INSTRUCTIONS CAREFULLY AND KEEP THEM FOR FUTURE USE.

1. Full safety and effectiveness of use can be achieved by following the instructions for assembly and use of the equipment. Please, remember to inform all potential users of the equipment about restrictions and precautions. We don't take any responsibility for injuries of any kind caused by improper use of our equipment.
2. The equipment must be used only in accordance to the intended use.
3. Our products are designed for adult users and intended for home use only. Don't leave the equipment unattended if there are children nearby. Underage kids should only use the equipment under adult supervision.
4. The device should be stored in a dry and warm place away from direct sunlight.
5. Avoid contact of the electric devices with water as it may cause damage or short circuit.
6. Our equipment is not suitable for rehabilitation purposes.
7. The equipment should be used by only one person at a time.
8. Place your device on the horizontal and even surface. Make sure the location you choose is stable, clean and free of other items.
9. It is recommended to use carpet, mat or other pad under the device to protect the floor.
10. Put the proper base (e.g. rubber mat, wooden base etc.) under the device in assembly area to avoid mess.
11. Before training, check that the equipment is complete and that all parts are in the right places.
12. If you have any medical conditions or chronic illnesses, or if you are using this type of equipment for the first time, we recommend consulting a doctor or specialist. Incorrect or excessive training can damage your health.
13. Warm-up before using the device.
14. If you experience pain, an irregular heartbeat, shortness of breath, dizziness or nausea while using the device, stop training immediately. Seek medical advice before continuing using the device.
15. Avoid wearing long, loose clothing while using the device, as it can get caught in the moving elements of the equipment.
16. Use the device only when it's well-functioning. If you find faulty components or hear disturbing sound from the device during use, stop exercising. Do not use the device until the problem is resolved.
17. Do not make any adjustments or modifications to the device other than those described in these instructions. In case of any problems please contact the service provider (contact details are provided below).
18. The minimum space required for safe use of the device is no less than two meters.
19. The maximum permissible user weight is 100 kg.
20. The device was made in accordance with the EN ISO 20957-8:2018-03 standard.



List of parts



No.	Description
1	Stepper
4	Upper Column
5	Bottom column
6	Handle
9	Column height adjustment knob
10	Base for computer
11	Computer
13	Sleeve Ø76
14	Adjustment screw
22	Hex key
43	Inner hexagonal screw M8 × 20
44	Wire
45	Inner hexagonal screw M8 × 25
46	Plastic overlay for handle
48	Cross screw
49	Overlay for inner hexagonal screw
51	Safety overlays



Assembly instruction

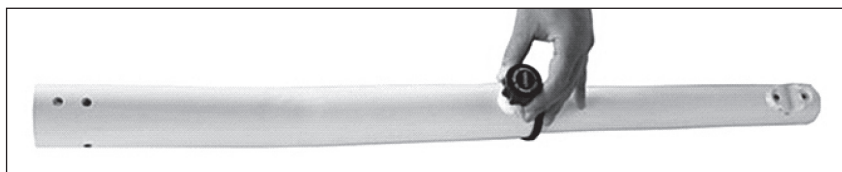
- 1 Put safety overlays (51) on rear base and lock them with cross screws (48).



- 2 Put sleeve (13) in the hole in the front of stepper and drag wires through it, which are located inside.



- 3 Connect bottom column (5) with upper column (4) using knob (9).

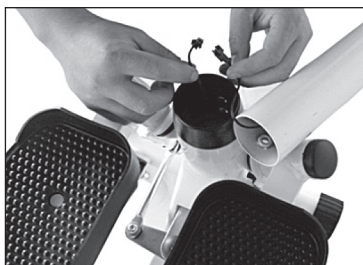




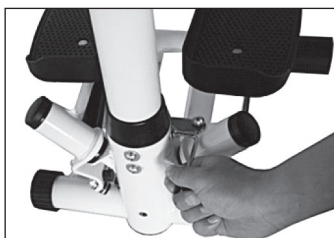
- 4** Drag wire (44) through connected columns.



- 5** Connect wire from stepper with wire going through columns (44).

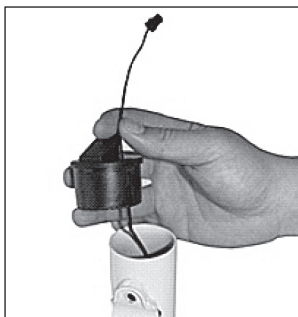


- 6** Connect column with stepper, using screws (43) and overlays (49).

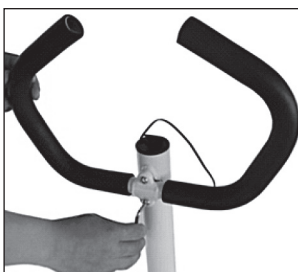




- 7** Drag upper part of wire through hole in base for computer (10).



- 8** Install handle (6) in upper part of column, using screws (45).



- 9** Connect wire from column with computer wire.





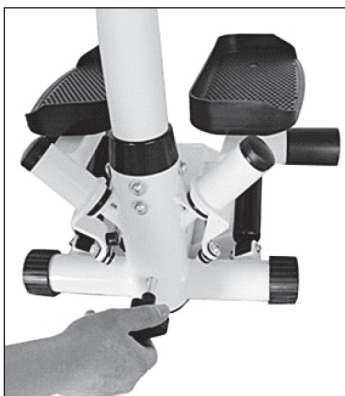
- 10** Place computer (11) in base (10).



- 11** Install plastic overlay (46) to the handle.



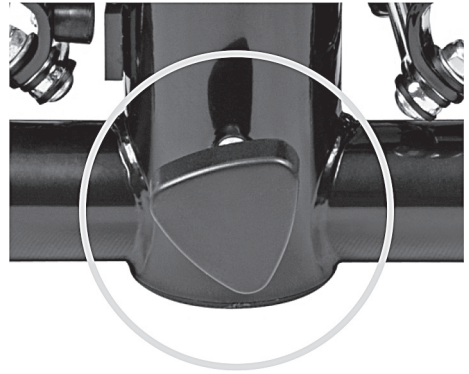
- 12** Put adjustment screw (14) to the hole in frontal part of stepper base.





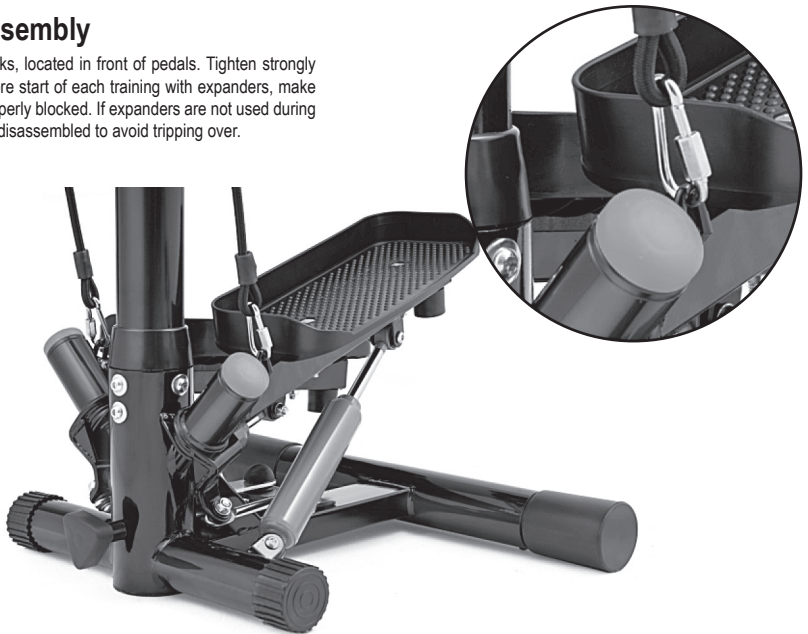
Pedals height and weight adjustment

You cannot stand on stepper, while setting pedals height. Adjustment knob, located in the front of device, is used for pedals lift height adjustment and therefore adjustment of intensity/difficulty level of doing exercises. To increase intensity / difficulty level of exercising, tighten adjustment screw. Unscrewing the screw will cause decrease in pedals lifting and lower the intensity of training.



Expanders assembly

Attach expanders to hooks, located in front of pedals. Tighten strongly carabiner blockade. Before start of each training with expanders, make sure that carabiner is properly blocked. If expanders are not used during training, they have to be disassembled to avoid tripping over.

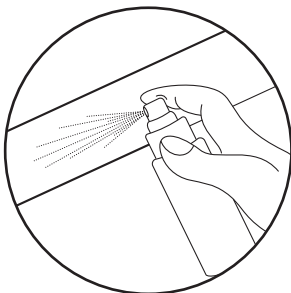


Warning! Expanders can be stretched vertically only. Crossing expanders may cause hooks or carabiners damage.

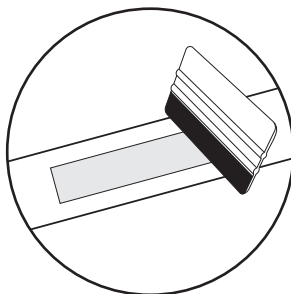
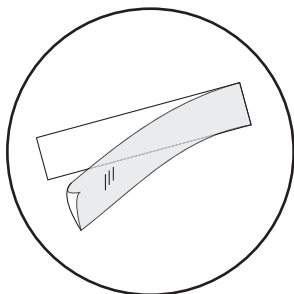


Applying a sticker*

1. For proper application, clean surface where sticker should be placed. Use soft detergent, water, or special degreasing agent. Dry the surface with clean, dry cloth.



2. Remove the protective layer from the sticker. Place sticker on prepared surface. Use squeegee to align the sticker and to remove any air bubbles.



3. To remove the sticker, use a special sticker agent remover.

*applies to products with stickers in the set



Display view



Symbols on display

COUNT	Displays the number of steps.
TIME	Displays total time from the beginning of training.
CAL	Displays the amount of burnt calories (in kcal). Warning! Amount of burnt calories are calculated based on steps made, without including effort put in exercises with expanders.
STRIDES /MIN	Displays average number of steps per minute.
SCAN	Setting indicator at SCAN position will cause automatic switch of displayed data STRIDES/MIN, TIME, CAL (every 4 seconds).

Buttons features

MODE	Starts computer. Allows to select parameter to display.
RESET	Resets computer. To do so, hold the button.

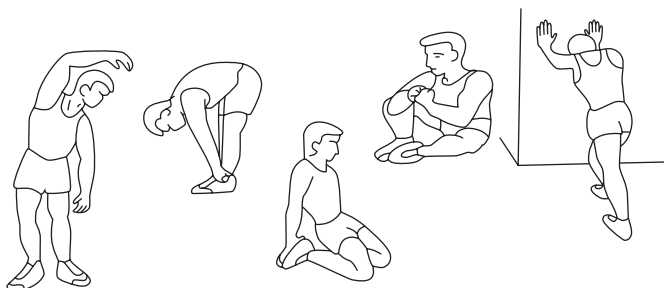
Computer will start also after you made a few steps on stepper. If the device is not used for more than 4 minutes, the computer will switch off automatically.



Regular use of the equipment will benefit your health. It will improve your physical condition, well-being and strengthen muscles. Combined with a proper diet, it can contribute to weight loss.

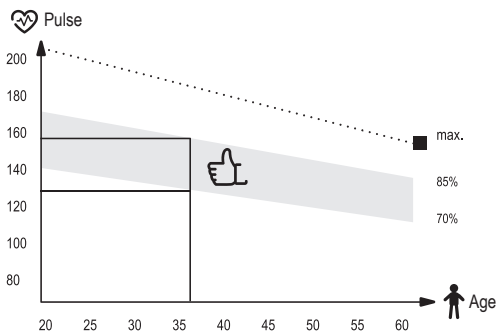
1. Warm-up

This phase of exercise helps to improve blood circulation throughout the body and prepare muscles for increased effort. It also reduces the risk of muscle contraction or rupture. It is advisable to do some stretching exercises as shown below. Each exercise should last about 30 seconds. Don't strain your muscles! If you feel pain, stop exercising or reduce the range of movement.



2. Training

This stage is the training phase in which you use the device. You should train at your own, fairly steady pace to reach a heart rate adequate to your age (see chart below). The minimum time for this phase is 12 minutes.



3. Relaxation

This phase is designed to relax your muscles and allow all parameters, such as blood pressure, breathing, heart rate to return to the state before exertion. This is a warm-up replay with a reduced pace of exercise. This stage should be the shortest among the training components and last about 5 minutes. It is important to remember not to strain your muscles. The relaxation phase should not be skipped.

EN Cleaning and maintenance



1. Regular maintenance of the device should be considered. It should be carried out at least every 20 hours of operation of the device.
2. Maintenance includes:
 - checking on moving parts of the equipment and keeping them greased. It is recommended to use bicycle bearing greases or multi-component greases for fitness equipment.
 - taking care of other parts of the device, i.e. tightening bolts and nuts,
 - checking power cords (if present in the device) for damage.
3. To clean the equipment it's recommended to use a soft cloth slightly moistened with water or possibly with soap and water. Do not use strong substances or sharp cleaning materials that can damage the equipment. Particular care should be taken with plastic components.
4. After each use, remove all traces of sweat and dirt from the device.

EN Troubleshooting



Problem	Possible solution
The computer doesn't display data.	<ol style="list-style-type: none">1. Disassemble the computer and check if the cables are correctly connected and are not damaged.2. Check if the batteries are inserted correctly.3. If batteries in the computer are exhausted replace them with the new ones.



Warranty conditions

1. Customer has the following options for submitting a complaint:
 - by filling the form on website: <https://hop-sport.uk/complaints/>
 - in writing to the correspondence address:
Hegen UK Ltd
Ealing Cross 1st Floor
85 Uxbridge Road
London
United Kingdom
W5 5TH
 - by an email: support@hop-sport.com
2. Defects revealed during the warranty period will be removed free of charge within 14 working days from the date of delivery of device. If it is necessary to send product for repair abroad or to import spare parts from abroad, the repair period may be extended.
3. The law of the country to which the goods were delivered shall apply, including warranty rules. CISG does not apply.
4. The warranty does not cover damage caused by improper use.

EN Environmental protection



This item has been packaged to protect it from potential damage during shipping. The packaging can be recycled. Discard these materials according to their type.



To protect the environment, take used batteries to the recycling facility. Do not discard used batteries to your household rubbish bins. In this way you will contribute to environmental protection.



Used electrical devices(including the computer in this item) are recyclable materials-you must not discard them to your household waste as they may contain dangerous substances for human health and environment! We kindly ask you for your active help in economical management of natural resources and environmental protection by handing over the used electrical devices to the right recycling facility.



The user manual is printed on recyclable paper. Please sort it according to local recycling guidelines.

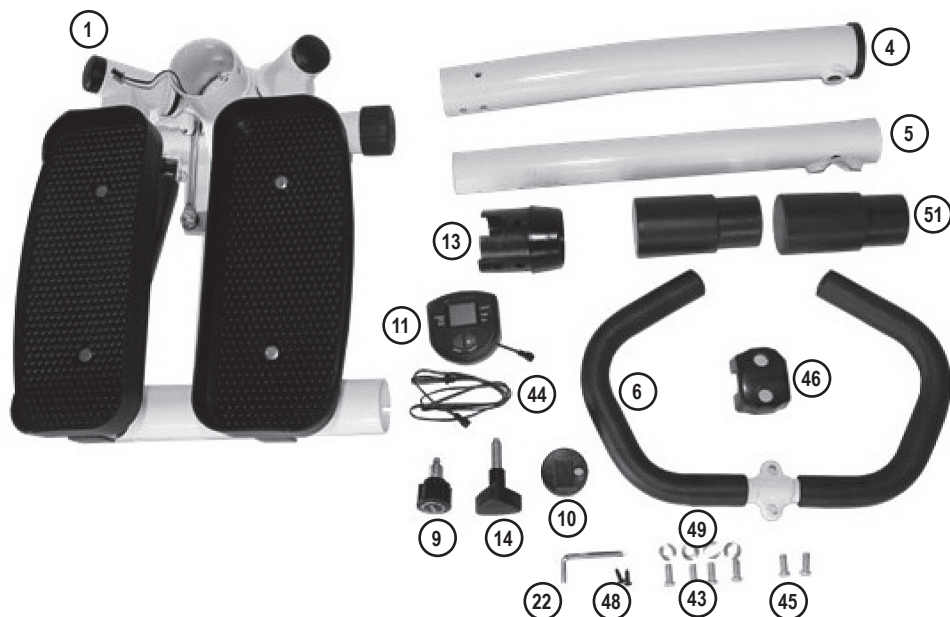


ANTES DE UTILIZAR EL EQUIPO, LEA ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES Y CONSÉRVELAS PARA FUTURAS CONSULTAS.

1. El uso seguro y eficaz del equipo se consigue únicamente siguiendo las instrucciones de montaje y uso. Recuerde informar a todos los posibles usuarios sobre las restricciones y precauciones relacionadas con el uso del equipo. No asumimos ninguna responsabilidad por lesiones de cualquier tipo ocasionadas por un uso indebido de nuestro equipo.
2. El equipo debe utilizarse exclusivamente de acuerdo con su uso previsto.
3. Nuestros productos están diseñados para usuarios adultos y destinados únicamente al uso doméstico. No deje el equipo sin supervisión si hay niños cerca. Los menores deben utilizar el equipo únicamente bajo la supervisión de un adulto.
4. El dispositivo debe almacenarse en un lugar seco y cálido, alejado de la luz solar directa.
5. Evite el contacto de los dispositivos eléctricos con el agua, ya que podría causar daños o un cortocircuito.
6. Nuestro equipo no es apto para fines de rehabilitación.
7. El equipo debe ser utilizado por una sola persona a la vez.
8. Coloque el dispositivo sobre una superficie horizontal y nivelada. Asegúrese de que el lugar elegido sea estable, limpio y esté libre de otros objetos.
9. Se recomienda utilizar una alfombra, esterilla u otra base debajo del dispositivo para proteger el suelo.
10. Coloque una base adecuada (por ejemplo, alfombra de goma, base de madera, etc.) en la zona de montaje del equipo para evitar ensuciar el entorno.
11. Antes de iniciar el entrenamiento, compruebe que el equipo esté completo y que todas las piezas estén en su lugar correspondiente.
12. Si padece alguna afección médica o enfermedad crónica, o si va a utilizar este tipo de equipo por primera vez, le recomendamos consultar a un médico o especialista. Un entrenamiento incorrecto o excesivo puede dañar su salud.
13. Realice un calentamiento antes de usar el dispositivo.
14. Si experimenta dolor, latidos cardíacos irregulares, dificultad para respirar, mareos o náuseas durante el uso del dispositivo, interrumpa inmediatamente el entrenamiento. Consulte con un médico antes de continuar el uso del dispositivo.
15. Evite usar ropa larga o suelta durante el uso, ya que podría quedar atrapada en los elementos móviles del equipo.
16. Utilice el dispositivo únicamente cuando esté en buen estado de funcionamiento. Si detecta piezas defectuosas o escucha ruidos anormales durante el uso, detenga el ejercicio. No utilice el dispositivo hasta que el problema haya sido resuelto.
17. No realice ajustes ni modificaciones en el dispositivo que no estén descritos en estas instrucciones. En caso de cualquier problema, póngase en contacto con el proveedor del servicio (los datos de contacto se indican más abajo).
18. El espacio mínimo necesario para un uso seguro del dispositivo no debe ser inferior a dos metros.
19. El peso máximo permitido del usuario es de 100 kg.
20. El dispositivo ha sido fabricado conforme a la norma EN ISO 20957-8:2018-03.



Lista de piezas



N.º	Descripción
1	Stepper
4	Columna superior
5	Columna inferior
6	Manillar
9	Pomo de ajuste de la altura de la columna
10	Base para el ordenador
11	Ordenador
13	Manguito Ø76
14	Tornillo de ajuste
22	Llave hexagonal
43	Tornillo hexagonal interno M8 x 20
44	Cable
45	Tornillo hexagonal interno M8 x 25
46	Cubierta de plástico para el manillar
48	Tornillo de estrella
49	Cubierta para tornillo hexagonal interno
51	Cubiertas de seguridad



Instrucciones de montaje

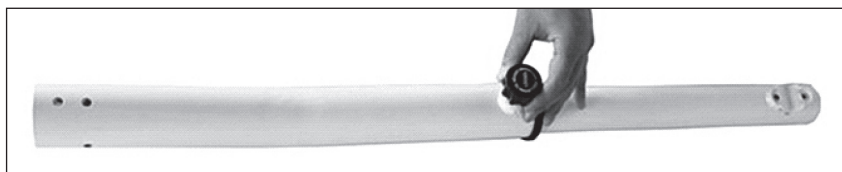
- 1 Coloque las cubiertas de seguridad (51) en la base trasera y fíjelas con los tornillos de estrella (48).



- 2 Introduzca el manguito (13) en el orificio de la parte delantera del stepper y pase a través de él los cables que se encuentran en el interior.



- 3 Conecte la columna inferior (5) con la columna superior (4) utilizando el pomo (9).

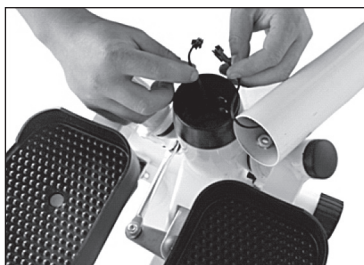




- 4** Pase el cable (44) a través de las columnas conectadas.



- 5** Conecte el cable del stepper con el cable que pasa a través de las columnas (44).

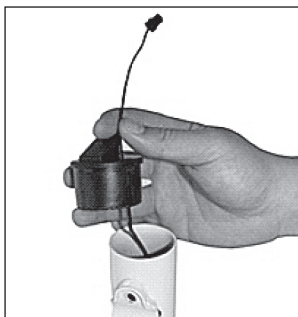


- 6** Conecte la columna con el stepper, utilizando los tornillos (43) y las cubiertas (49).

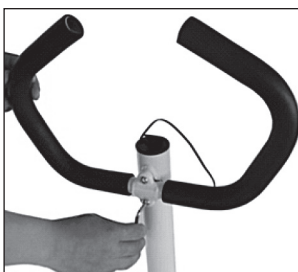




- 7** Pase la parte superior del cable a través del orificio de la base para el ordenador (10).



- 8** Instale el manillar (6) en la parte superior de la columna, utilizando los tornillos (45).



- 9** Conecte el cable de la columna con el cable del ordenador.





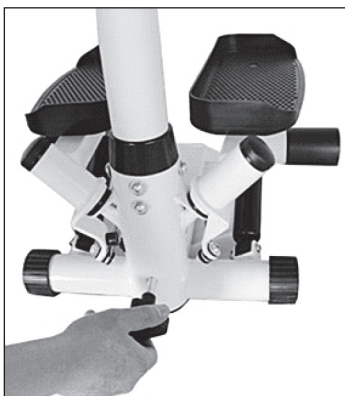
- 10** Coloque el ordenador (11) en la base (10).



- 11** Instale la cubierta de plástico (46) en el manillar.



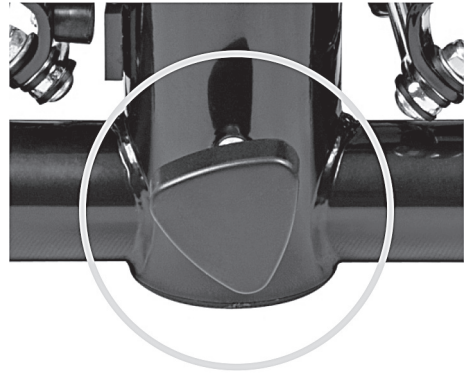
- 12** Coloque el tornillo de ajuste (14) en el orificio de la parte delantera de la base del stepper.





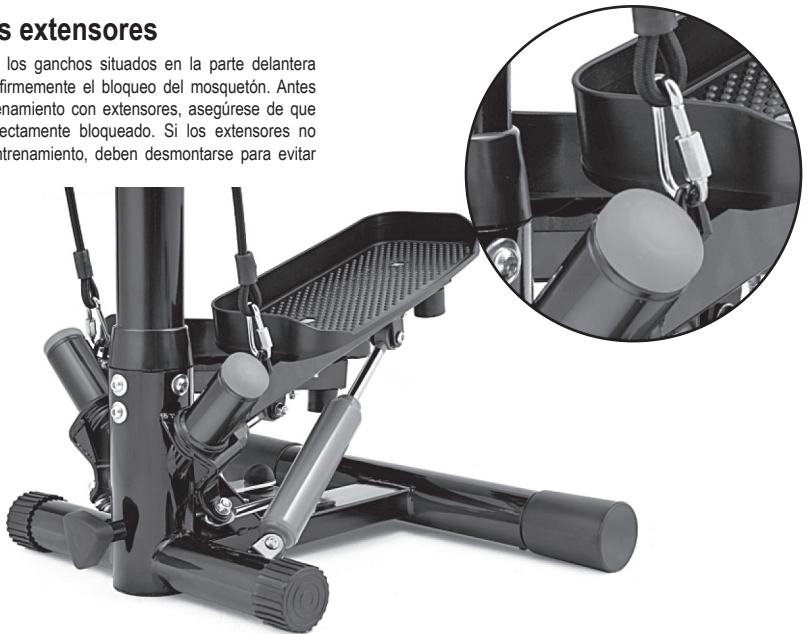
Ajuste de la altura de los pedales y de la carga

No puede estar de pie sobre el stepper mientras regula la altura de los pedales. El pomo de ajuste, situado en la parte delantera del dispositivo, se utiliza para el ajuste de la altura de elevación de los pedales y, por lo tanto, para el ajuste del nivel de intensidad/dificultad al realizar los ejercicios. Para aumentar la intensidad / nivel de dificultad del ejercicio, apriete el tornillo de ajuste. Aflojar el tornillo provocará una disminución en la elevación de los pedales y reducirá la intensidad del entrenamiento.



Montaje de los extensores

Sujete los extensores a los ganchos situados en la parte delantera de los pedales. Apriete firmemente el bloqueo del mosquetón. Antes de comenzar cada entrenamiento con extensores, asegúrese de que el mosquetón esté correctamente bloqueado. Si los extensores no se utilizan durante el entrenamiento, deben desmontarse para evitar tropiezos.

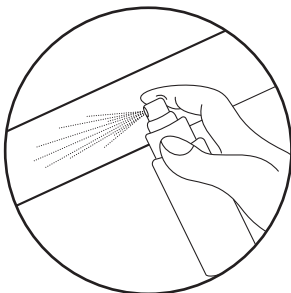


¡Atención! Los extensores solo se pueden estirar verticalmente. Cruzar los extensores puede causar daños en los ganchos o mosquetones.

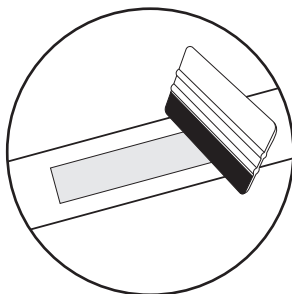
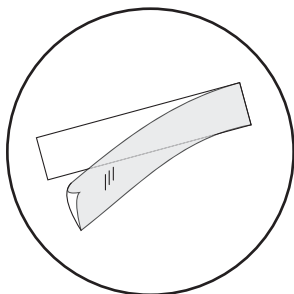


Aplicar una pegatina*

1. Para una aplicación adecuada, limpie la superficie donde se debe colocar la pegatina. Utilice un detergente suave, agua o un agente desengrasante especial. Seque la superficie con un paño limpio y seco.



2. Retire la capa protectora de la pegatina. Coloque la pegatina sobre la superficie preparada. Use una espátula para alinear la pegatina y eliminar cualquier burbuja de aire.



3. Para quitar la pegatina, utilice un producto especial para eliminar adhesivos.

* se aplica a productos que incluyen pegatinas en el conjunto



Vista de la pantalla



Símbolos en la pantalla

COUNT	Muestra el número de pasos.
TIME	Muestra el tiempo total desde el inicio del entrenamiento.
CAL	Muestra la cantidad de calorías quemadas (en kcal). ¡Atención! La cantidad de calorías quemadas se calcula en función de los pasos realizados, sin incluir el esfuerzo realizado en los ejercicios con extensores.
STRIDES /MIN	Muestra el número promedio de pasos por minuto.
SCAN	Ajustar el indicador en la posición SCAN provocará el cambio automático de los datos mostrados STRIDES/MIN, TIME, CAL (cada 4 segundos).

Funciones de los botones

MODE	Enciende el ordenador. Permite seleccionar el parámetro a mostrar.
RESET	Restablece el ordenador. Para hacerlo, mantenga pulsado el botón.

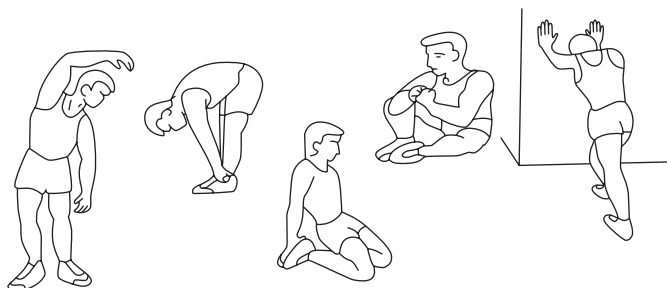
El ordenador también se encenderá después de realizar unos pocos pasos en el stepper. Si el dispositivo no se utiliza durante más de 4 minutos, el ordenador se apagará automáticamente.



El uso regular del equipo beneficiará su salud. Mejorará su condición física, su bienestar y fortalecerá los músculos. Combinado con una dieta adecuada, puede contribuir a la pérdida de peso.

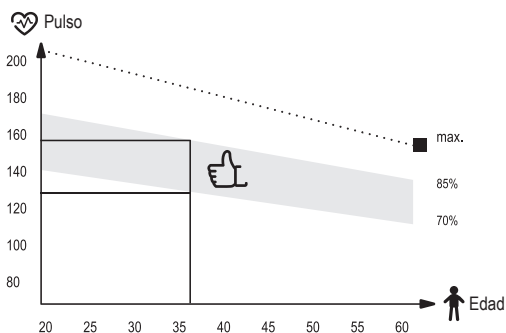
1. Calentamiento

Esta fase del ejercicio ayuda a mejorar la circulación sanguínea en todo el cuerpo y a preparar los músculos para un mayor esfuerzo. También reduce el riesgo de contracción o rotura muscular. Es aconsejable realizar algunos ejercicios de estiramiento como se muestra a continuación. Cada ejercicio debe durar unos 30 segundos. ¡No fuerce sus músculos! Si siente dolor, deje de hacer ejercicio o reduzca el rango de movimiento.



2. Entrenamiento

Esta etapa es la fase de entrenamiento en la que se utiliza el dispositivo. Debe entrenar a su propio ritmo, bastante constante, para alcanzar una frecuencia cardíaca adecuada a su edad (ver el gráfico a continuación). El tiempo mínimo para esta fase es de 12 minutos.



3. Relajación

Esta fase está diseñada para relajar los músculos y permitir que todos los parámetros, como la presión arterial, la respiración y la frecuencia cardíaca, vuelvan al estado anterior al esfuerzo. Esto es una repetición del calentamiento con un ritmo de ejercicio reducido. Esta etapa debe ser la más corta entre los componentes del entrenamiento y durar unos 5 minutos. Es importante recordar no forzar los músculos. La fase de relajación no debe omitirse.

ES Limpieza y mantenimiento



1. Debe considerarse el mantenimiento regular del dispositivo. Debe realizarse al menos cada 20 horas de funcionamiento del dispositivo.
2. El mantenimiento incluye:
 - Revisar las partes móviles del equipo y mantenerlas engrasadas. Se recomienda utilizar grasa para rodamientos de bicicleta o grasas multipropósito para equipos de fitness.
 - Cuidar otras partes del dispositivo, es decir, apretar tornillos y tuercas.
 - Revisar los cables de alimentación (si están presentes en el dispositivo) para detectar posibles daños.
3. Para limpiar el equipo, se recomienda usar un paño suave ligeramente humedecido con agua o, si es necesario, con agua y jabón. No utilice sustancias fuertes ni materiales abrasivos que puedan dañar el equipo. Se debe tener especial cuidado con los componentes de plástico.
4. Después de cada uso, elimine todos los restos de sudor y suciedad del dispositivo.

ES Solución de problemas



Problema	Posible solución
El ordenador no muestra datos.	<ol style="list-style-type: none">1. Desmonte el ordenador y compruebe que los cables estén correctamente conectados y no dañados.2. Compruebe que las pilas estén insertadas correctamente.3. Si las pilas del ordenador están agotadas, sustitúyalas por unas nuevas.



Condiciones de la garantía

1. El cliente dispone de las siguientes opciones para presentar una reclamación:
 - mediante el formulario de reclamación disponible en el sitio web: <https://hop-sport.es/reclamacion/>
 - por escrito a la siguiente dirección:
Hegen Distribution Sp. z o.o.
ul. Sportowa 3a
32-080 Zabierzów
Polonia
 - por correo electrónico: servicio@hop-sport.es
2. Los defectos que se presenten durante el período de garantía serán normalmente reparados sin coste adicional en un plazo de 14 días laborables a partir de la fecha de recepción del producto defectuoso. En caso de que sea necesario enviar el dispositivo al extranjero para su reparación o importar piezas de repuesto, el proceso de reparación puede tardar más.
3. Se aplicará la legislación del país al que se haya entregado el producto, incluidas las disposiciones relativas a la garantía. La Convención de Viena (CISG) no será aplicable.
4. La garantía no cubre los daños causados por un uso inadecuado.

ES Protección del medio ambiente



Este artículo ha sido embalado para protegerlo de posibles daños durante el envío. El embalaje es reciclable. Deseche estos materiales según su tipo.



Para proteger el medio ambiente, lleve las pilas usadas a un punto de reciclaje. No las deseche en los cubos de basura domésticos. De este modo, contribuirá a la protección del medio ambiente.



Los dispositivos eléctricos usados (incluido el ordenador de este producto) son materiales reciclables. No deben desecharse junto con los residuos domésticos, ya que pueden contener sustancias peligrosas para la salud humana y el medio ambiente. Le rogamos que colabore activamente en la gestión responsable de los recursos naturales y en la protección del medio ambiente entregando los dispositivos eléctricos usados en el punto de reciclaje correspondiente.



El manual de instrucciones está impreso en papel reciclable. Sepáralo según las normas de reciclaje locales.

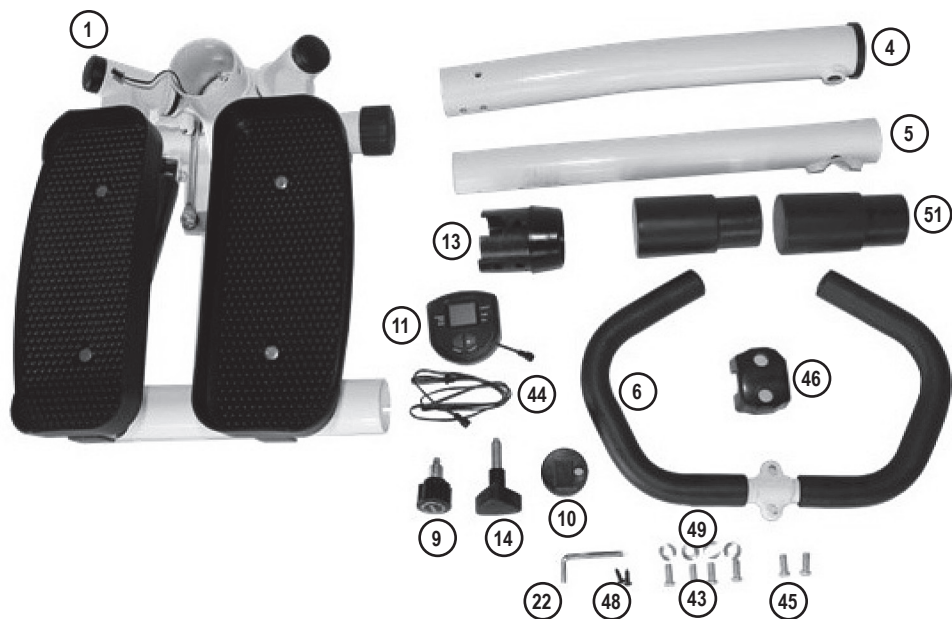


AVANT D'UTILISER L'APPAREIL, LISEZ ATTENTIVEMENT LES INSTRUCTIONS. CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT.

1. Une sécurité et une efficacité d'utilisation maximales peuvent être obtenues, à condition que l'équipement soit assemblé et utilisé conformément aux instructions. N'oubliez pas d'informer les utilisateurs de l'équipement de toutes les restrictions, avertissements et précautions. Nous ne sommes pas responsables des problèmes ou blessures causés par une procédure contraire aux règles énoncées dans ce manuel.
2. Le produit ne peut être utilisé que pour l'usage auquel il est destiné.
3. L'appareil est destiné à un usage domestique uniquement, par des adultes. Ne laissez pas l'appareil dans un endroit accessible aux enfants. Pendant la formation, les mineurs doivent être sous la surveillance d'un adulte.
4. L'appareil doit être stocké dans un endroit sec et chaud à l'abri de la lumière directe du soleil.
5. Évitez de mettre votre ordinateur en contact avec de l'eau, car cela pourrait l'endommager ou créer un court-circuit.
6. L'équipement n'est pas adapté à des fins de réhabilitation.
7. Une personne peut utiliser l'équipement à la fois.
8. Placez l'équipement sur une surface horizontale, stable, plane, propre et libre.
9. Il est recommandé d'utiliser un tapis ou une autre base pour protéger le sol sous l'équipement.
10. Placez une base appropriée (par exemple un tapis en caoutchouc, une base en bois, etc.) sous l'appareil dans la zone de montage pour éviter les salissures.
11. Avant la formation, vérifiez que l'appareil est complet et que toutes les pièces sont en place.
12. Si vous souffrez de problèmes de santé / maladies chroniques, ou s'il s'agit de la première formation sur ce type d'équipement, avant de commencer la formation, consultez un médecin ou un spécialiste. Une formation incorrecte ou excessive peut provoquer des blessures.
13. Réchauffez-vous avant d'utiliser l'appareil.
14. Si vous ressentez de la douleur, un rythme cardiaque irrégulier, une respiration superficielle, des étourdissements ou des nausées pendant l'exercice sur l'appareil, arrêtez immédiatement l'exercice. Avant de continuer l'exercice, vous devriez consulter un médecin.
15. Ne portez pas de vêtements longs et amples qui pourraient se prendre dans les pièces mobiles.
16. N'utilisez l'appareil que lorsqu'il est techniquement solide. Si vous trouvez des composants défectueux ou entendez un son déroutant provenant de l'appareil pendant l'utilisation, arrêtez de vous entraîner. N'utilisez pas l'appareil tant que le problème n'est pas résolu.
17. N'effectuez aucun réglage ou modification de l'appareil autre que ceux décrits dans ce manuel. En cas de problème, veuillez contacter le service (les coordonnées sont fournies plus loin dans le manuel).
18. L'espace libre minimum requis pour un fonctionnement sûr de l'appareil n'est pas inférieur que deux mètres.
19. Le poids maximum autorisé de l'utilisateur est 100 kg.
20. L'appareil a été fabriqué conformément à la norme EN ISO 20957-8:2018-03.



Liste de pieces

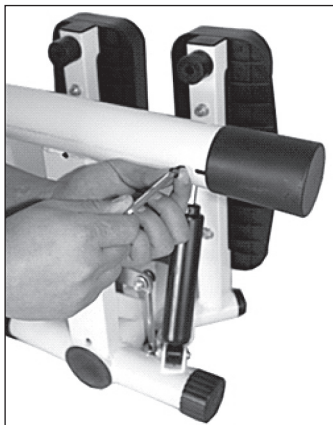


N°	Description
1	Stepper
4	Colonne supérieure
5	Colonne inférieure
6	Poignée
9	Bouton de réglage de la hauteur de la colonne
10	Support pour ordinateur
11	Ordinateur
13	Manchon Ø76
14	Vis de réglage
22	Clé hexagonale
43	Vis à six pans creux M8 × 20
44	Câble
45	Vis à six pans creux M8 × 25
46	Revêtement en plastique pour poignée
48	Vis cruciforme
49	Cache pour vis à six pans creux
51	Revêtements de sécurité



Instruction d'installation

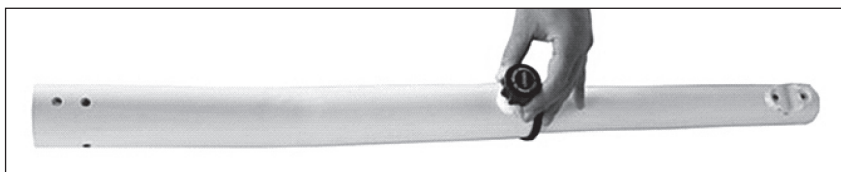
- 1** Verrouillez le capuchon arrière (51) avec la vis cruciforme (48).



- 2** Insérez le manchon (13) dans le tube de corps principal avant.



- 3** Connectez la colonne inférieure (5) à la colonne supérieure (4) à l'aide du bouton (9).

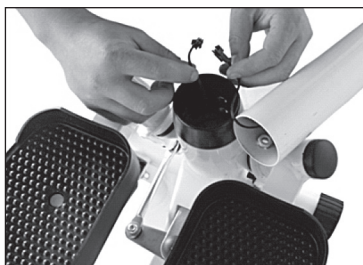




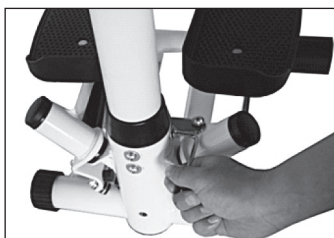
- 4** Tirez le fil (44) à travers les colonnes.



- 5** Connectez le fil principal du corps au câble (44) qui traverse les colonnes du support.

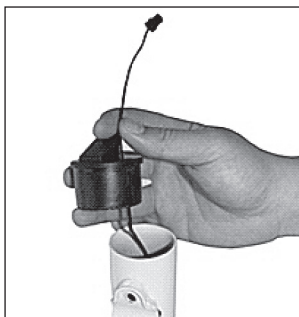


- 6** Connectez la colonne inférieure (5) au corps principal à l'aide de la vis hexagonale interne (43) et de la rondelle (49).

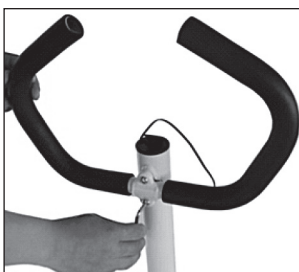




- 7** Appuyez sur la partie supérieure du cordon à travers l'ouverture de la base de l'ordinateur (10).



- 8** Installez le support avec la vis à tête hexagonale interne (45).



- 9** Connectez l'extrémité du câble au câble de l'ordinateur.





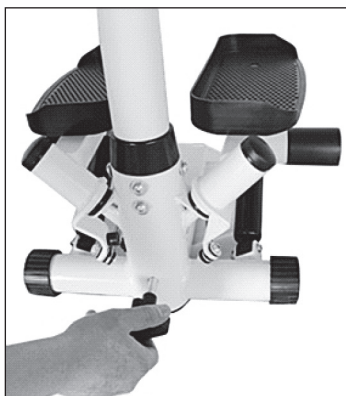
- 10** Placez l'ordinateur (11) dans le support d'ordinateur (10).



- 11** Installez le couvercle en plastique.



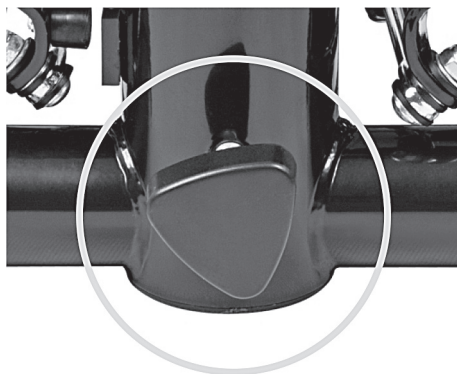
- 12** Installez le bouton de réglage (14) dans le corps principal.





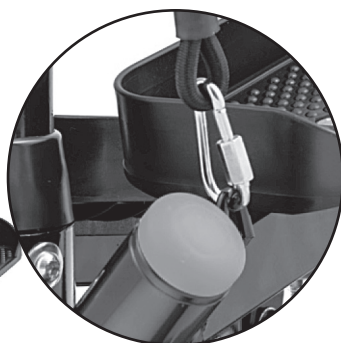
Réglage de la hauteur des pédales et de la charge

Lors du réglage de la hauteur de la pédale ne vous tenez pas sur le stepper. La vis de réglage située à l'avant de l'appareil permet de modifier la hauteur des pédales, et donc de modifier l'intensité / le degré de difficulté des exercices. Pour augmenter l'intensité / la difficulté des exercices, serrez la vis de réglage. Desserer la vis réduira la hauteur des pédales et réduira l'intensité de l'entraînement.



Installation d'extensions

Fixez les deux câbles flexibles aux œillets situés à l'avant des pédales. Serrer la connexion sur les crochets des câbles. Chaque fois que vous allez vous entraîner avec des liens, assurez-vous que les liens sur les crochets sont toujours fermés.

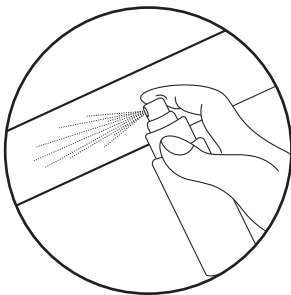


Attention! Les expandeurs ne peuvent être étirés que verticalement. Le franchissement des lignes peut endommager les crochets ou les mousquetons.

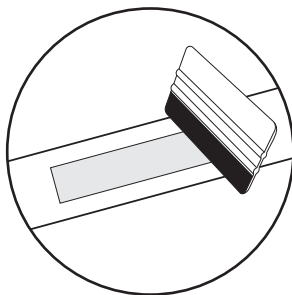
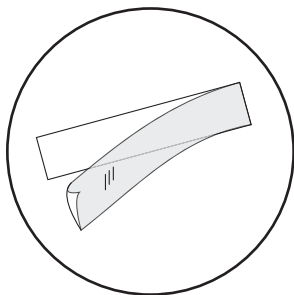


Application d'autocollant*

1. Pour une application correcte, nettoyez la surface où l'autocollant doit être placé. Utilisez pour cela un détergent doux, de l'eau ou un dégraissant spécial. Séchez la surface avec un chiffon propre et sec.



2. Retirez la couche protectrice de l'autocollant. Placez l'autocollant sur la surface préalablement préparée. Utilisez la raclette pour aligner l'autocollant et éliminer les éventuelles bulles d'air.



3. Pour retirer définitivement l'autocollant, utilisez un dissolvant d'autocollant spécial.

* concerne les produits avec des autocollants dans l'ensemble



Affichage



Marques sur l'affichage

COUNT	Affiche le nombre d'étapes.
TIME	Affiche le temps total depuis le début de l'entraînement.
CAL	Affiche la quantité de calories brûlées (en kcal). Attention! La quantité de calories brûlées est calculée en fonction des mesures prises, sans compter l'effort consenti pendant les exercices avec les expandeurs.
STRIDES /MIN	Affiche le nombre moyen de pas par minute.
SCAN	L'indicateur en position SCAN changera automatiquement les données STRIDES/MIN, TIME, CAL affichées (toutes les 4 secondes).

Fonctions des boutons

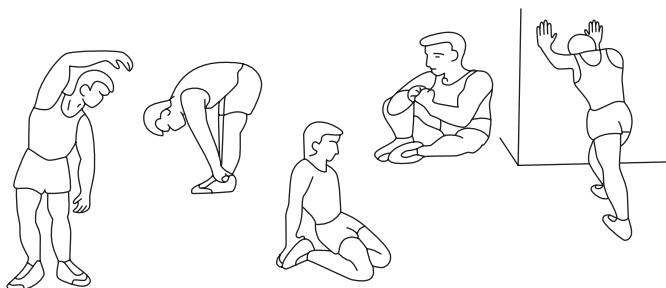
MODE	Démarre l'ordinateur. Vous permet de sélectionner un paramètre à afficher.
RESET	Réinitialise l'ordinateur. Pour ce faire, maintenez le bouton enfoncé.

L'ordinateur démarre également après avoir effectué quelques étapes sur le moteur pas à pas. Si le produit n'est pas utilisé pendant plus de 4 minutes, l'ordinateur s'éteint automatiquement.

L'utilisation régulière de l'équipement sera bénéfique pour votre santé. Il améliorera la condition physique et bien-être et renforcer les muscles. Associé à une alimentation appropriée, il peut contribuer à la perte de poids.

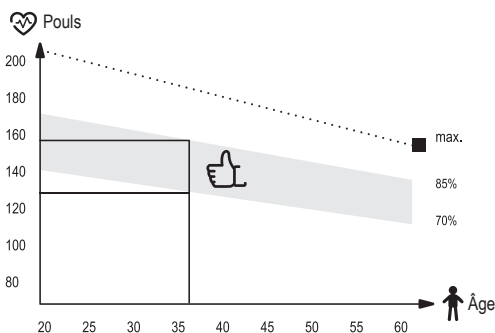
1. Échauffement

Cette phase d'exercice contribue à améliorer la circulation sanguine dans tout le corps et à préparer les muscles à un effort accru. Il réduit également le risque de contraction ou de l'entorsion. Il est conseillé de faire quelques exercices d'étirement comme indiqué ci-dessous. Chaque exercice devrait durer environ 30 secondes. Ne forcez pas vos muscles! Si vous ressentez de la douleur, arrêtez l'exercice ou réduisez l'amplitude des mouvements.



2. Phase d'exercice

Cette étape est la bonne phase de formation dans laquelle vous utilisez l'appareil. Vous devez vous entraîner à votre propre rythme, assez régulier, pour atteindre une fréquence cardiaque adaptée à votre âge (voir le tableau ci-dessous). Cette phase devrait durer au moins 12 minutes.



3. Phase de relaxation

Cette phase vise à détendre vos muscles et à permettre à tous les paramètres, tels que la pression artérielle, la respiration, la fréquence cardiaque de revenir à l'état avant l'effort. Il s'agit d'une reprise d'échauffement avec un rythme d'exercice réduit. Cette étape devrait être la plus courte parmi les composantes d'entraînement et durer environ 5 minutes. Il est important de se rappeler de ne pas forcer vos muscles. La phase de relaxation ne doit pas être sautée.

FR Nettoyage et entretien



1. Entretenez régulièrement l'appareil. Il doit être effectué au moins toutes les 20 heures de fonctionnement de l'équipement.
2. La maintenance comprend le contrôle:
 - les pièces mobiles de l'appareil, c'est-à-dire vérifier qu'elles sont correctement lubrifiées. Sinon, graissez-les. Il est recommandé d'utiliser des lubrifiants spéciaux pour les roulements de vélo ou pour les appareils de fitness.
 - toutes les pièces de l'appareil, c'est-à-dire les vis et les écrous de serrage,
 - cordons d'alimentation (s'ils sont présents dans l'appareil) pour tout dommage.
3. Pour nettoyer l'équipement, utilisez un chiffon doux et légèrement humidifié avec de l'eau ou éventuellement avec de l'eau et du savon. N'utilisez pas de substances fortes ou de produits de nettoyage agressifs pouvant endommager l'équipement. Un soin particulier doit être apporté aux composants en plastique.
4. Après chaque utilisation, retirez toute trace de sueur et de saleté de l'appareil.

FR Dépannage



Problème	Solution possible
L'ordinateur n'affiche pas de données.	<ol style="list-style-type: none">1. Démontez l'ordinateur et vérifiez si les câbles sont correctement connectés et non endommagés.2. Vérifiez si les piles sont insérées correctement.3. Si les piles de l'ordinateur sont épuisées, remplacez-les par des neuves.



Conditions de garantie

1. Le client a les possibilités suivantes pour signaler une réclamation:
 - via le formulaire de réclamation sur le site web : <https://hop-sport.fr/reclamation/>
 - par écrit à l'adresse suivante:
Hegen Deutschland GmbH
Papenreye 53
22453 Hambourg
Allemagne
 - par e-mail : service@hop-sport.com
2. Les défauts survenus pendant la période de garantie seront généralement réparés gratuitement dans un délai de 14 jours ouvrables à compter de la date de livraison du produit défectueux. Si l'envoi de l'appareil pour réparation à l'étranger ou l'importation de pièces de rechange de l'étranger est nécessaire, la réparation peut prendre plus de temps.
3. La loi du pays de livraison des marchandises s'applique, y compris les dispositions relatives à la garantie. La Convention des Nations unies sur les contrats de vente internationale de marchandises ne s'applique pas.
4. La garantie ne couvre pas les dommages causés par une utilisation incorrecte.

FR Protection de l'environnement



Ce produit est fourni dans un emballage pour le protéger de tout dommage pendant le transport. L'emballage est une matière première non transformée et peut être recyclé. Jeter ces matériaux selon leur type.



Pour protéger l'environnement, apportez les piles usagées à un centre de recyclage agréé. Ne jetez pas les piles usagées dans vos poubelles domestiques. Vous contribuerez ainsi à la protection de l'environnement.



Les appareils électriques usagés (y compris un ordinateur dans cet appareil) sont des matériaux recyclables – ils ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères, car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour la santé humaine et l'environnement! Veuillez aider activement à la gestion économique des ressources naturelles et à la protection de l'environnement en remettant l'appareil utilisé au point de stockage des matériaux recyclables – appareils électriques usagés.



Le manuel d'utilisation est imprimé sur du papier recyclable. Veuillez le trier conformément aux consignes locales de tri.



PRZED UŻYCIEM URZĄDZENIA, PRZECZYTAJ UWAŻNIE CAŁĄ INSTRUKCJĘ. ZACHOWAJ INSTRUKCJĘ OBSŁUGI NA PRZYSZŁOŚĆ.

1. Pełne bezpieczeństwo i skuteczność użytkowania, może zostać osiągnięte, pod warunkiem złożenia i użytkowania sprzętu zgodnie z instrukcją. Pamiętaj, aby użytkownicy sprzętu zostali poinformowani o wszystkich ograniczeniach, ostrzeżeniach i środkach ostrożności. Nie ponosimy odpowiedzialności za problemy lub obrażenia spowodowane postępowaniem niezgodnym z zasadami określonymi w niniejszej instrukcji.
2. Produkt wolno stosować wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem.
3. Urządzenie przeznaczone tylko do użytku domowego, przez osoby dorosłe. Nie pozostawiaj urządzenia w miejscu dostępnym dla dzieci. Podczas treningu niepełnoletni powinni przebywać pod nadzorem dorosłych.
4. Urządzenie należy przechowywać w suchym i ciepłym miejscu, z dala od bezpośredniego promieniowania słonecznego.
5. Należy unikać kontaktu komputera z wodą, gdyż może spowodować jego uszkodzenie lub powstanie spięcia elektrycznego.
6. Sprzęt nie jest odpowiedni do celów rehabilitacyjnych.
7. Ze sprzętu jednocześnie może korzystać jedna osoba.
8. Ustaw sprzęt na poziomej, stabilnej, równej, czystej i wolnej od innych przedmiotów powierzchni.
9. Zaleca się stosowanie pod sprzęt dywanu, maty lub innego podkładu ochraniającego na podłogę.
10. Umieść odpowiednią podstawę (np. gumową matę, drewnianą podstawę itp.) pod urządzeniem w obszarze montażu, aby uniknąć zabrudzenia.
11. Przed rozpoczęciem treningu, sprawdź, czy urządzenie jest kompletne oraz czy wszystkie jego części znajdują się w swoich miejscach.
12. Jeśli cierpisz na jakiegokolwiek dolegliwości zdrowotne/choroby przewlekłe, albo jeśli jest to pierwszy trening na tego typu sprzęcie, przed rozpoczęciem treningów, skonsultuj się z lekarzem lub specjalistą. Niewłaściwy lub nadmierny trening może spowodować uszczerbek na zdrowiu.
13. Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia, wykonaj rozgrzewkę.
14. Jeżeli podczas wykonywania ćwiczeń na urządzeniu odczuwasz ból, nieregularne bicie serca, płytkość oddechu, zawroty głowy lub mdłości, natychmiast przestań ćwiczyć. Przed kontynuowaniem ćwiczeń, powinieneś zasięgnąć porady lekarza.
15. Nie zakładaj długich, luźnych ubrań, które mogłyby zostać wciągnięte przez ruchome elementy urządzenia.
16. Używaj urządzenia wyłącznie, gdy jest sprawne technicznie. Jeżeli znajdziesz wadliwe komponenty lub usłyszysz niepokojący dźwięk, dochodzący z urządzenia podczas użytkowania, przestań ćwiczyć. Nie używaj urządzenia, dopóki problem nie zostanie usunięty.
17. Nie dokonuj żadnych regulacji ani modyfikacji urządzenia, oprócz opisanych w niniejszej instrukcji. W razie problemów skontaktuj się z serwisem (dane kontaktowe podane są w dalszej części instrukcji).
18. Minimalna wolna przestrzeń wymagana do bezpiecznej pracy urządzenia wynosi nie mniej niż dwa metry.
19. Maksymalna dopuszczalna waga użytkownika wynosi 100 kg.
20. Urządzenie zostało wykonane zgodnie z normą EN ISO 20957-8:2018-03.



Lista części



Nr	Opis
1	Stepper
4	Górna kolumna
5	Dolna kolumna
6	Uchwyt
9	Pokrętko do regulacji wysokości kolumny
10	Podstawa pod komputer
11	Komputer
13	Tuleja Ø76
14	Śruba regulacyjna
22	Klucz imbusowy
43	Wewnętrzna śruba sześciokątna M8 × 20
44	Przewód
45	Wewnętrzna śruba sześciokątna M8 × 25
46	Plastikowa nakładka na uchwyt
48	Śruba krzyżowa
49	Nakładka do wewnętrznej śruby sześciokątnej
51	Nakładki ochronne



Schemat montażu

1

Nalóż nakładki ochronne (51) na tylną podstawę i zablokuj je za pomocą śrub krzyżowych (48).



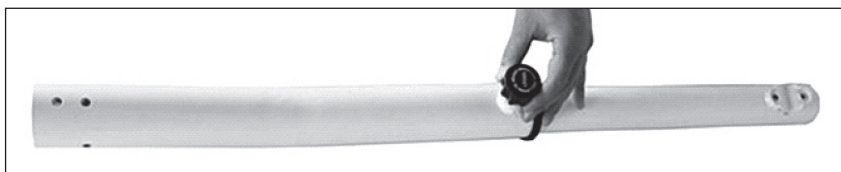
2

Włóż tuleję (13) do otworu z przodu steppera i przeciągnij przez nią przewody, znajdujące się w środku.



3

Połącz dolną kolumnę (5) z górną (4), za pomocą pokrętki (9).





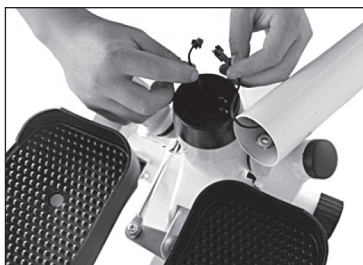
4

Przeciagnij przewód (44) przez połączone kolumny.



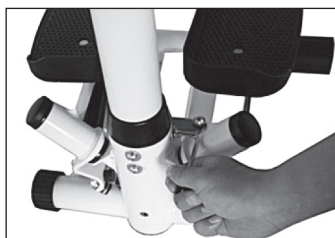
5

Połącz przewód ze steppera z przewodem przechodzącym przez kolumny (44).



6

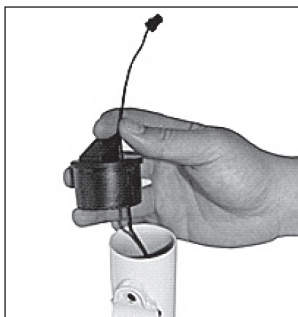
Połącz kolumnę ze stepperem, za pomocą śrub (43) oraz nakładek (49).





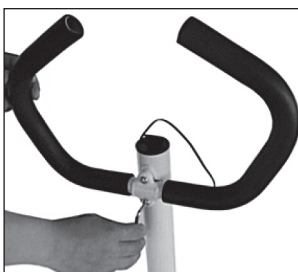
7

Górną część przewodu przeciągnij przez otwór w podstawie pod komputer (10).



8

Zamocuj uchwyt (6) w górnej części kolumny, za pomocą śrub (45).



9

Połącz przewód z kolumny z przewodem komputera.





10

Umieść komputer (11) w podstawie (10).



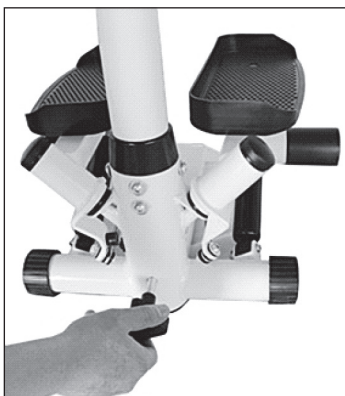
11

Przymocuj plastikową nakładkę (46) do uchwytu.



12

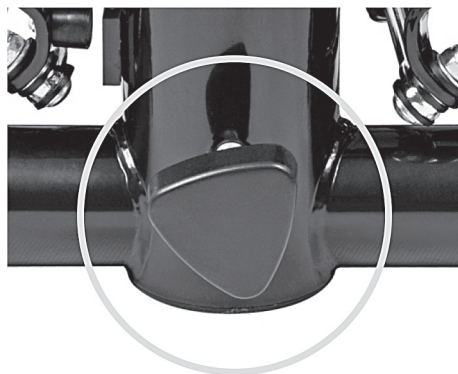
Włóż śrubę regulacyjną (14) do otworu w przedniej części podstawy steppera.





Regulacja wysokości i obciążenia pedałów

Podczas ustawiania wysokości pedałów, nie wolno stać na stepperze. Do zmiany wysokości unoszenia pedałów, a tym samym zmiany intensywności/stopnia trudności wykonywania ćwiczeń, służy śruba regulacyjna, umieszczona z przodu urządzenia. By zwiększyć intensywność/stopień trudności ćwiczeń, dokręć śrubę regulacyjną. Odkręcanie śruby spowoduje zmniejszenie wysokości unoszenia pedałów oraz zmniejszenie intensywności treningu.



Montaż ekspanderów

Zaczepek ekspandery za haki umieszczone przed pedałami. Dokręć mocno blokadę karabińczyka. Przed rozpoczęciem każdego treningu z linkami, upewnij się, że karabińczyk jest odpowiednio zablokowany. Jeżeli ekspandery nie są używane podczas ćwiczeń, muszą zostać zdemonstrowane, by uniknąć potknięcia.

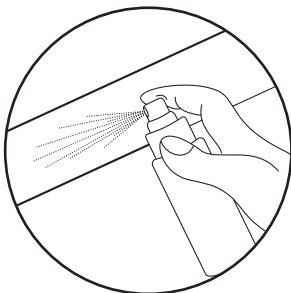


Uwaga! Ekspandery mogą być rozciągane tylko w kierunku pionowym. Krzyżowanie linek może skutkować uszkodzeniem haków lub karabińczyków.

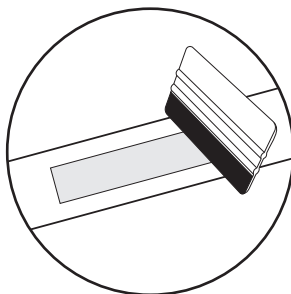
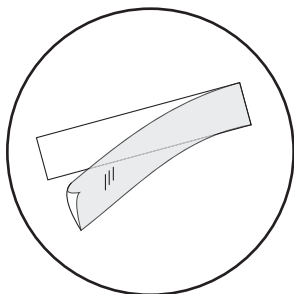


Aplikacja naklejki*

1. W celu prawidłowej aplikacji, wyczyść powierzchnię, na której ma być umieszczona naklejka. Użyj do tego łagodnego detergentu, wody lub specjalnego środka do odtuszczania. Osusz powierzchnię czystą, suchą szmatką.



2. Usuń z naklejki warstwę ochronną. Umieść naklejkę na przygotowanej wcześniej powierzchni. Użyj raki do wyrównania naklejki i usunięcia ewentualnych pęcherzyków powietrza.



3. Aby trwale usunąć naklejkę, użyj specjalnego preparatu do usuwania naklejek.

* dotyczy produktów z naklejkami w zestawie



Widok wyświetlacza



Oznaczenia na wyświetlaczu

COUNT	Wyświetla liczbę kroków.
TIME	Wyświetla całkowity czas od rozpoczęcia treningu.
CAL	Wyświetla ilość spalonych kalorii (w kcal). Uwaga! Ilość spalonych kalorii obliczana jest na podstawie wykonywanych kroków, bez uwzględniania wysiłku włożonego w ćwiczenia z ekspanderem.
STRIDES /MIN	Wyświetla średnią liczbę kroków na minutę.
SCAN	Ustawienie wskaźnika przy pozycji SCAN, spowoduje automatyczne przełączenie wyświetlanych danych STRIDES/MIN, TIME, CAL (co 4 sekundy).

Funkcje przycisków

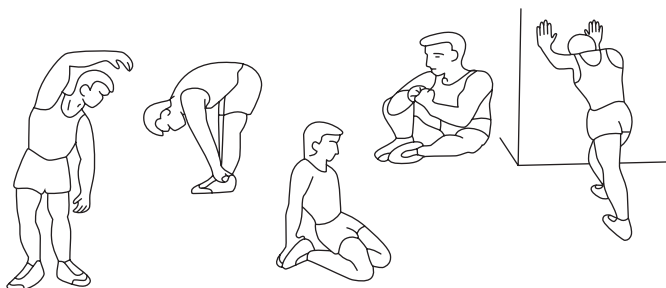
MODE	Uruchamia komputer. Pozwala wybrać parametr do wyświetlenia.
RESET	Resetuje komputer. Aby to zrobić, przytrzymaj przycisk.

Komputer uruchomi się również po wykonaniu kilku kroków na stepperze. Jeżeli urządzenie nie będzie używane przez dłużej niż 4 minuty, komputer wyłączy się automatycznie.

Regularne użytkowanie sprzętu wpłynie korzystnie na Twoje zdrowie. Poprawi kondycję fizyczną i samopoczucie oraz wzmocni mięśnie. W połączeniu z odpowiednią dietą, może przyczynić się do utraty wagi.

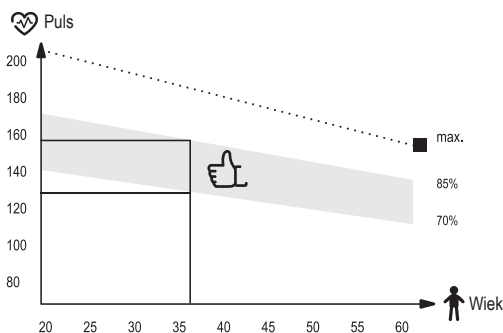
1. Rozgrzewka

Ta faza ćwiczeń pomaga poprawić krążenie krwi w całym ciele oraz przygotować mięśnie do wzmoczonego wysiłku. Zmniejsza również ryzyko skurczu lub zerwania mięśnia. Wskazane jest, by wykonać kilka ćwiczeń rozciągających, jak pokazano poniżej. Każde ćwiczenie powinno trwać około 30 sekund. Nie nadwyrężaj mięśni! Jeżeli czujesz ból, przestań ćwiczyć lub zmniejsz zakres wykonywanego ruchu.



2. Faza ćwiczeń

Ten etap to właściwa faza treningu, w której korzystasz z urządzenia. Należy ćwiczyć we własnym, w miarę stałym tempie, tak by osiągnąć tętno adekwatne do swojego wieku (wykres poniżej). Ta faza powinna trwać minimum 12 minut.



3. Faza odprężenia

Ta faza ma na celu odprężenie Twoich mięśni oraz umożliwienie powrotu wszystkich parametrów, takich jak ciśnienie krwi, oddech, częstotliwość skurczów serca, do stanu przed podjęciem wysiłku. Jest to powtórka rozgrzewki ze zmniejszonym tempem ćwiczeń. Ten etap powinien być najkrótszy spośród składowych treningu i trwać około 5 minut. Należy przy tym pamiętać, aby nie nadwyrężyć mięśni. Nie powinno się pomijać fazy odprężenia.

PL Czyszczenie i konserwacja



1. Należy regularnie dokonywać konserwacji urządzenia. Powinna być ona przeprowadzana nie rzadziej niż co 20 godzin pracy sprzętu.
2. Konserwacja obejmuje kontrolę:
 - ruchomych części urządzenia, tj. sprawdzenie, czy są one odpowiednio nasmarowane. Jeżeli nie, należy je nasmarować. Zaleca się stosowanie specjalnych smarów do łożysk rowerowych lub smarów przeznaczonych do sprzętów fitness.
 - pozostałych części urządzenia, tj. dokręcenie śrub i nakrętek,
 - przewodów zasilających (jeżeli występują w urządzeniu), pod kątem ewentualnych uszkodzeń.
3. Do czyszczenia sprzętu należy używać miękkiej ściereczki, delikatnie zwilżonej wodą lub ewentualnie wodą z mydłem. Nie należy używać silnych środków ani ostrych materiałów czyszczących, które mogą uszkodzić sprzęt. Szczególną ostrożność należy zachować przy elementach z tworzywa sztucznego.
4. Po każdym użytkowaniu należy usunąć z urządzenia wszelkie ślady potu i zanieczyszczeń.

PL Rozwiązywanie problemów



Problem	Możliwe rozwiązanie
Komputer nie wyświetla danych.	<ol style="list-style-type: none">1. Zdemontuj komputer i sprawdź, czy przewody są prawidłowo połączone i czy nie są uszkodzone.2. Sprawdź, czy baterie są prawidłowo umieszczone.3. Baterie w komputerze mogą być wyczerpane. Wymień je na nowe.



Warunki gwarancji

- Klient ma następujące możliwości zgłoszenia reklamacji:
 - za pośrednictwem formularza reklamacyjnego na stronie internetowej: <https://www.hop-sport.pl/serwis/>
 - pisemnie na adres korespondencyjny:
Hegen Distribution Sp. z o.o.
ul. Sportowa 3a
32-080 Zabierzów
Polska
 - pocztą elektroniczną: serwis@hop-sport.com
- Wady powstałe w okresie gwarancyjnym będą zazwyczaj usuwane bezpłatnie w ciągu 14 dni roboczych od daty dostarczenia wadliwego produktu. W przypadku konieczności wysłania produktu do naprawy za granicę lub sprowadzenia części zamiennych z zagranicy, naprawa może potrwać dłużej.
- Zastosowanie ma prawo kraju, do którego dostarczony towar, w tym przepisy dotyczące gwarancji. Konwencja CISG nie ma zastosowania.
- Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń spowodowanych niewłaściwym użytkowaniem.

PL Ochrona środowiska



Ten produkt jest dostarczany w opakowaniu, by uchronić go od ewentualnych uszkodzeń podczas transportu. Opakowania są surowcami nieprzetworzonymi i mogą być recyklowane. Wyrzucaj te materiały według ich rodzaju.



Aby chronić środowisko, należy oddać zużyte baterie do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych. Nie należy wyrzucać zużytych baterii do domowych koszy na śmieci. Przyczynią się Państwo w ten sposób do ochrony środowiska.



Zużyte urządzenia elektryczne (w tym urządzeniu komputer) są surowcami wtórnymi – nie wolno wyrzucać ich do pojemników na odpady domowe, ponieważ mogą zawierać substancje niebezpieczne dla zdrowia ludzkiego i środowiska! Prosimy o aktywną pomoc w oszczędnym gospodarowaniu zasobami naturalnymi i ochronie środowiska naturalnego przez przekazanie zużytego urządzenia do punktu składowania surowców wtórnych – zużytych urządzeń elektrycznych.



Instrukcja obsługi została wydrukowana na papierze nadającym się do recyklingu. Segreguj ją zgodnie z zasadami.



PRED POUŽITÍM ZARIADENIA SI POZORNE PREČÍTAJTE VŠETKY POKYNY. USCHOVAJTE SI TIETO POKYNY PRE BUDÚCE POUŽITIE.

1. Plnú bezpečnosť a účinnosť použitia je možné dosiahnuť za predpokladu, že zariadenie je zmontované a používané v súlade s týmito pokynmi. Nezabudnite informovať všetkých používateľov zariadenia o všetkých obmedzeniach, varovaniach a bezpečnostných opatreniach. Nie sme zodpovední za problémy alebo zranenia spôsobené konaním v rozpore s pravidlami stanovenými v tejto príručke.
2. Výrobok sa môže používať iba na určený účel.
3. Zariadenie je určené iba na použitie v domácnosti dospelými osobami. Nenechávajte zariadenie na mieste prístupnom deťom. Počas tréningu by deti mali byť pod dohľadom dospelých.
4. Prístroj by mal byť skladovaný na suchom a teplom mieste mimo priameho slnečného žiarenia.
5. Vyvarujte sa kontaktu počítača s vodou, pretože voda by ho mohla poškodiť alebo spôsobiť skrat.
6. Zariadenie nie je vhodné na rehabilitačné účely.
7. Zariadenie môže používať naraz jedna osoba.
8. Zariadenie umiestnite na rovný, stabilný a čistý povrch.
9. Pre ochranu podlahy pod zariadením odporúčame umiestniť koberec, rohož alebo inú podložku.
10. Aby ste zabránili znečisteniu v montážnej oblasti použite pod zariadením zodpovednú podložku (gumovú, drevenú a pod).
11. Pred začatím tréningu sa uistite, či je zariadenie kompletné a či sú všetky časti na svojom mieste.
12. Ak máte akékoľvek zdravotné problémy / chronické ochorenia alebo ak ide o váš prvý tréning na tomto type vybavenia, pred začatím cvičenia sa poraďte so svojim lekárom. Nesprávny alebo nadmerný tréning môže spôsobiť zranenie.
13. Pred použitím zariadenia sa zahrejte.
14. Ak počas cvičenia na prístroji pociťujete bolesť, nepravidelný pulz, dýchavičnosť, závraty alebo nevoľnosť, okamžite prestaňte cvičiť. Pred pokračovaním v cvičení by ste mali vyhľadať lekársku pomoc.
15. Nenoste dlhé, voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť v pohyblivých častiach.
16. Zariadenie používajte iba vtedy, keď je v poriadku z technickej stránky. Ak počas používania zistíte poškodenie niektorých komponentov alebo budete počuť rušivý zvuk zo zariadenia, prestaňte cvičiť. Nepoužívajte zariadenie, kým sa problém nevyrieši.
17. Nevykonávajte žiadne opravy zariadenia okrem tých, ktoré sú popísané v tejto príručke. V prípade akýchkoľvek problémov kontaktujte servis (kontaktné údaje sú uvedené ďalej v príručke).
18. Minimálny voľný priestor potrebný na bezpečnú prevádzku zariadenia nie je menší ako dva metre.
19. Maximálna povolená hmotnosť používateľa je 100 kg.
20. Zariadenie bolo vyrobené v súlade s normou EN ISO 20957-8:2018-03.



Zoznam dielov



Č.	Popis
1	Stepper
4	Horná pílica
5	Spodná pílica
6	Rovná rukoväť
9	Gombík na nastavenie výšky pilice
10	Základňa pre počítač
11	Počítač
13	Objímka Ø76
14	Nastavovacia skrutka
22	Imbusový kľúč
43	Vnútorňa šesťhranná skrutka M8 × 20
44	Kábel
45	Vnútorňa šesťhranná skrutka M8 × 25
46	Plastový kryt na rukoväť
48	Križová skrutka
49	Krytka na vnútornú šesťhrannú skrutku
51	Bezpečnostné krytky



Návod na montáž

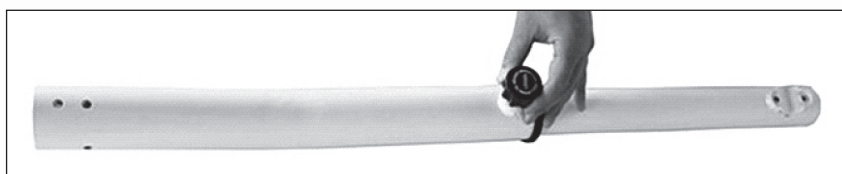
- 1** Zaisťte zadný zátku (51) pomocou krížovej skrutky (48).



- 2** Vložte priechodku (13) do prednej rúry hlavného rámu.



- 3** Pripojte rúru dolného stojanu (5) k rúre horného stojanu (4) pomocou gombíka (9).

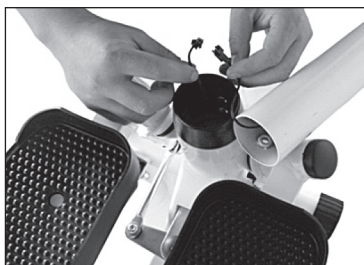




- 4** Presuňte pripojovacie vedenie (44) cez stĺpiky.



- 5** Pripojte kábel hlavného rámu k vedeniu (44), ktorý prechádza cez stĺpec stojana.

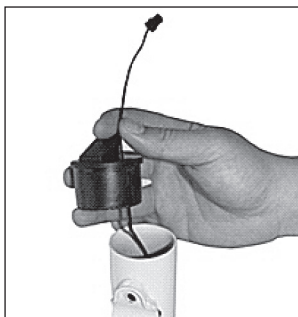


- 6** Pripojte dolný stĺpik (5) k hlavnému rámu pomocou vnútorného šesťhrannej skrutky (43) M8x20 a podložky (49).

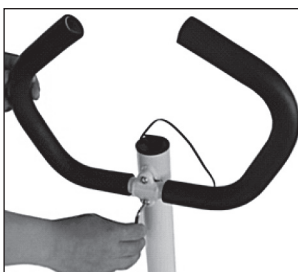




- 7** Vytiahnite hornú časť kábla cez otvor počítačový (10).



- 8** Namontujte držiak pomocou vnútornej šesťhrannej skrutky (45).



- 9** Pripojte koniec Kábla do kábla počítačový.





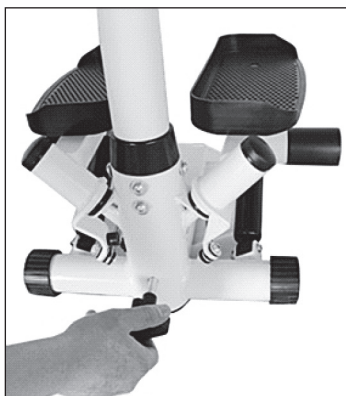
- 10** Umiestniť počítačový (11) na podstavec na počítač (10).



- 11** Namontujte plastový kryt.



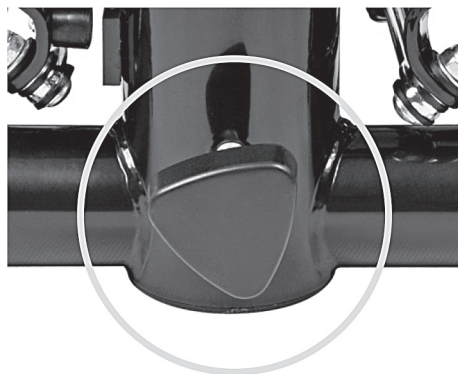
- 12** Namontujte gombík regulácie (14) do hlavného rámu.





Nastavenie výšky a záťaže pedálov

Pri nastavovaní výšky pedálov nestojte na stepperi. Nastavovacia skrutka umiestnená v prednej časti zariadenia sa používa na zmenu výšky pedálov, a teda aj na zmenu intenzity / stupňa náročnosti vykonávania cvičení. Na zvýšenie intenzity / náročnosti cvikov dotiahnite nastavovaciu skrutku. Uvoľnením skrutky sa zníži výška pedálov a zníži sa intenzita tréningu.



Montáž expandérov

Uchyťte oba pružné lanká do očiek umiestnených spredu pedálov. Stlačte istenie na hákoch laniek. Zakaždým, keď chcete trénovať s lankami uistite sa, že istenie laniek je uzavreté.

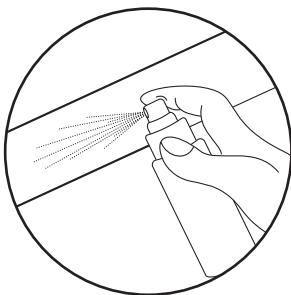


Pozor! Expandéry sa dajú rozťahovať iba vertikálne. Krížovanie laniek môže spôsobiť poškodenie háčikov alebo karabín.

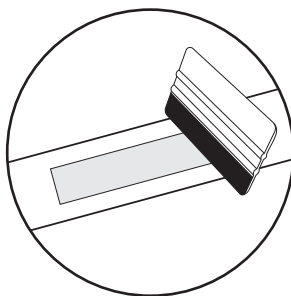
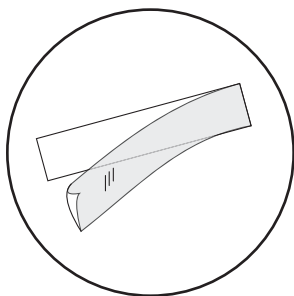


Prilepenie nálepky*

1. Pre správnu aplikáciu očistite povrch, na ktorý má byť nálepka umiestnená. Použite na to jemný čistiaci prostriedok, vodu alebo špeciálny odmasťovač. Povrch osušte čistou suchou handričkou.



2. Odstráňte ochrannú vrstvu z nálepky. Umiestnite nálepku na predtým pripravený povrch. Pomocou stierky zarovnajte nálepku a odstráňte všetky vzduchové bubliny.



3. Na trvalé odstránenie nálepky použite špeciálny odstraňovač nálepiek.

*týka sa produktov s nálepkami v súprave



Displej



Údaje zobrazené na displeji

COUNT	Zobrazuje počet krokov.
TIME	Zobrazuje celkový čas od začiatku tréningu.
CAL	Zobrazuje množstvo spálených kalórií (v kcal). Pozor! Množstvo spálených kalórií sa počíta na základe množstva vykonaných krokov, bez počítania úsilia vynaloženého na cvičenie s expandérom.
STRIDES /MIN	Zobrazuje priemerný počet krokov za minútu.
SCAN	Nastavením ukazovateľa pri funkcii SCAN sa automaticky začnú prepínať zobrazovane údaje STRIDES/MIN, TIME, CAL (každé 4 sekundy).

Funkcie tlačidiel

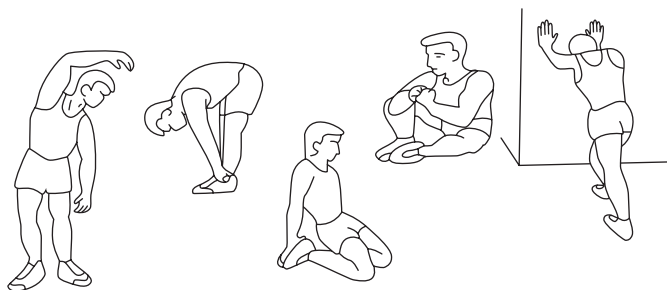
MODE	Spustí počítáč. Umožňuje zvoliť parameter, ktorý sa má zobraziť.
RESET	Resetuje počítáč. Ak to chcete urobiť, podržte stlačené tlačidlo.

Počítáč sa spustí aj po vykonaní niekoľkých krokov na stepperi. Ak sa zariadenie nebude používať dlhšie ako 4 minút, počítáč sa automaticky vypne.

Pravidelné používanie zariadenia prospeje Vášmu zdraviu. Zlepší fyzickú kondíciu, celkovú pohodu a posilní svaly. V kombinácii so správnou stravou môže prispieť k chudnutiu.

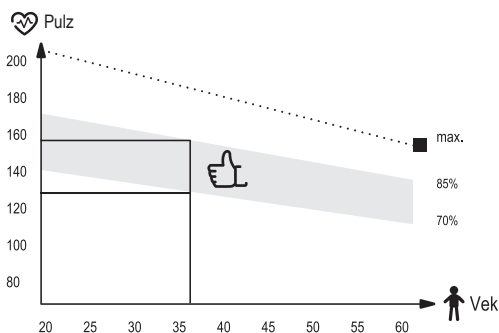
1. Rozcvička

Táto fáza cvičenia pomáha zlepšiť krvný obeh v celom tele a pripraviť svaly na zvýšenú fyzickú námahu. Znižuje tiež riziko kŕčov alebo poranenia svalov. Odporúča sa vykonať niekoľko strečingových cvičení, ako je uvedené nižšie. Každé cvičenie by malo trvať približne 30 sekúnd. Nezaťažujte svaly! Ak pociťujete bolesť, prestaňte cvičiť alebo znížte rozsah pohybu.



2. Fáza tréningu

Táto fáza je hlavnou fázou tréningu. Mali by ste cvičiť vlastným, pomerne stabilným tempom, aby ste dosiahli srdcový rytmus zodpovedajúci vášmu veku, ako je to znázornené na grafe. Táto fáza by mala trvať minimálne 12 minút.



3. Relaxačná fáza

Cieľom tejto fázy je uvoľnenie svalov a kardiovaskulárneho systému a vrátenie všetkých „parametrov“ (krvný tlak, frekvencia dýchania, srdcová frekvencia a iné) do stavu pred cvičením. Toto je opakovanie rozcvičky so zníženou rýchlosťou pohybu. Táto fáza by mala byť najkratšia - čas cvičenia asi 5 minút. Počas tejto fázy by sa nemali namáhať svaly. Relaxačnú fázu by sa nemalo vynechať.

SK Čistenie a údržba



1. Zariadenie si vyžaduje pravidelnú údržbu. Mala by byť vykonaná najmenej každých 20 hodín prevádzky zariadenia.
2. Údržba zahŕňa kontrolu:
 - pohyblivé časti zariadenia, tzn. kontrola, či sú správne namazané. Ak nie, namažte ich. Odporúča sa používať špeciálne mazivá pre ložiská bicyklov alebo pre fitness zariadenia.
 - všetky časti zariadenia, tzn. dotiahnutie skrutiek a matíc,
 - napájacie káble (ak sú v prístroji) kvôli poškodeniu.
3. Na čistenie zariadenia používajte mäkkú handričku mierne navlhčenú vodou alebo prípadne vodou s mydlom. Nepoužívajte žiadne silné čistiace prostriedky a ani materiály, ktoré môžu zariadenie poškodiť. Osobitnú pozornosť treba venovať plastovým komponentom.
4. Po každom použití odstráňte zo zariadenia všetky stopy potu a nečistôt.

SK Riešenie problémov



Problém	Možné riešenia
Počítač nezobrazuje údaje	<ol style="list-style-type: none">1. Demontujte počítač a skontrolujte, či sú káble správne pripojené a či nie sú poškodené.2. Skontrolujte, či sú batérie vložené správne.3. Vymeňte batérie za nové.



Záručné podmienky

- Zákazník má nasledujúce možnosti uplatnenia reklamácie:
 - prostredníctvom krokov na webovej stránke: <https://hop-sport.sk/servis/>
 - písomne na adresu
Hegen Česko s. r. o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov
Česká republika
 - e-mailom: info@hop-sport.sk
- Reklamácia vrátane odstránenia vady musí byť vybavená a kupujúci o tom musí byť informovaný najneskôr do tridsiatich (30) dní odo dňa uplatnenia reklamácie, pokiaľ sa predávajúci s kupujúcim nedohodne na dlhšej lehote. Ak je potrebné poslať produkt na opravu do zahraničia alebo doviesť náhradné diely zo zahraničia, oprava môže trvať dlhšie.
- Použije sa právo krajiny, do ktorej bol tovar dodaný, vrátane záručných ustanovení. Neplatí Dohovor OSN o zmluvách o medzinárodnej kúpe tovaru.
- Záruka sa nevzťahuje na poškodenia spôsobené nesprávnym používaním.

SK Ochrana životného prostredia



Tento produkt sa dodáva v obale, ktorý ho chráni pred možným poškodením počas prepravy. Obal je vyrobený zo surovín, ktoré je možné recyklovať. Tieto obaly vyhadzujte a triedte podľa ich typu.



Z dôvodu ochrany životného prostredia musia byť použité batérie odovzdané na mieste predaja, alebo odovzdané do určenej zberne pre skladovanie druhotných surovín. Nevyhadzujte použité batérie do domových košov na odpady. Týmto budete prispievať k ochrane životného prostredia.



Opatrované elektrické zariadenia (vrátane počítača) sú druhotné suroviny a nesmú sa vyhadzovať do košov a kontajnerov na domový odpad, pretože môžu obsahovať látky nebezpečné pre ľudské zdravie a životné prostredie! Prosíme o aktívnu podporu efektívneho riadenia prírodných zdrojov a ochranu životného prostredia. Použitie zariadenie odovzdajte do zberne pre skladovanie druhotných surovín – použitých elektrických zariadení.



Návod na použitie bol vytlačený na recyklovateľnom papieri. Triediť ho podľa platných pravidiel.



ПЕРЕД ВИКОРИСТАННЯМ УВАЖНО ПРОЧИТАЙТЕ ВСЮ ІНСТРУКЦІЮ. ЗБЕРІГАЙТЕ ПОСІБНИК ДЛЯ ПОДАЛЬШОГО ВИКОРИСТАННЯ.

1. Повна безпека та ефективність використання можуть бути досягнуті за умови збірки обладнання та його використання відповідно до інструкції. Не забудьте повідомити користувачів обладнання про всі обмеження, застереження та запобіжні заходи. Ми не несемо відповідальності за проблеми або травми, спричинені порушенням правил, викладених у даній інструкції.
2. Виріб можна використовувати лише за призначенням.
3. Пристрій призначений тільки для домашнього використання дорослими. Не залишайте пристрій у місці, доступному для дітей. Під час навчання неповнолітні повинні перебувати під наглядом дорослих.
4. Пристрій слід зберігати в сухому і теплому місці, подалі від прямих сонячних променів.
5. Уникайте контакту комп'ютера з водою, оскільки це може пошкодити його або спровокувати коротке замикання.
6. Обладнання не підходить для реабілітаційних цілей.
7. Користуватися обладнанням одночасно може лише одна людина.
8. Поставте обладнання на рівну, стійку, пряму, чисту і вільну поверхню.
9. Рекомендуємо ставити обладнання на килимок або будь-яке інше захисне покриття, щоб не пошкодити підлогу.
10. Покладіть відповідне покриття (наприклад, гумовий килимок, дерев'яне покриття тощо) під пристрій у зоні кріплення, щоб уникнути забруднення.
11. Перш ніж розпочати тренування, переконайтеся, що пристрій готовий, а всі деталі на своєму місці.
12. Якщо у вас є якісь проблеми зі здоров'ям / хронічні захворювання або якщо це ваш перший досвід роботи з даним обладнанням, перед початком тренувань проконсультуйтеся з лікарем або фахівцем. Неправильне або надмірне навантаження може спричинити травму.
13. Зробіть розминку перед тренуванням.
14. Якщо під час занять на обладнанні ви відчуваєте біль, нерегулярне серцебиття, задишку, запаморочення або нудоту, негайно припиніть тренування. Перш ніж продовжувати програму тренувань, слід звернутися до лікаря.
15. Не підбирайте для тренувань довгий вільний одяг, який може потрапити в рухомі частини.
16. Використовуйте пристрій лише тоді, коли він технічно справний. Якщо під час використання ви виявили несправні компоненти або чуєте тривожний звук від пристрою, припиніть заняття. Не використовуйте пристрій, поки проблема не буде вирішена.
17. Не вносити жодних налаштувань чи модифікацій пристрою, за винятком описаних вище у даній інструкції. У разі виникнення проблем зверніться до сервісної служби (контактні дані надаються нижче в інструкції).
18. Щоб використання обладнання було безпечним, ви маєте мати вільний простір мінімум не менше двох метрів.
19. Максимально допустима вага користувача – 100 кг.
20. Обладнання виготовлено відповідно до стандарту EN ISO 20957-8:2018-03.



Список деталей



№	Опис
1	Степер
4	Верхня стійка
5	Нижня стійка
6	Рукоятка
9	Ручка регулювання висоти стійки
10	Основа для комп'ютера
11	Комп'ютер
13	Втулка Ø76
14	Регулювальний гвинт
22	Шестигранный ключ
43	Гвинт із внутрішнім шестигранником M8 × 20
44	Дріт
45	Гвинт із внутрішнім шестигранником M8 × 25
46	Пластикова накладка на рукоятку
48	Хрестоподібний гвинт
49	Накладка для гвинта з внутрішнім шестигранником
51	Захисні накладки



Схема монтажу

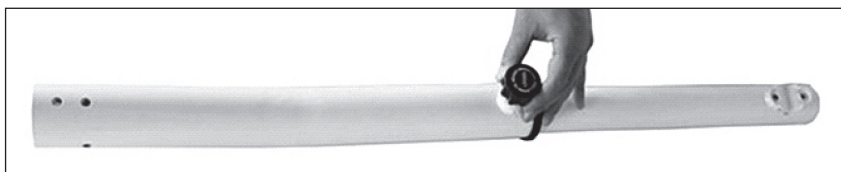
- 1** Зафіксуйте заглушку (51) за допомогою поперечного гвинта (48).



- 2** Вставте втулку (13) у передню трубу основного корпусу.



- 3** З'єднайте нижню колону (5) з верхньою колоною (4) за допомогою регулятора (9).

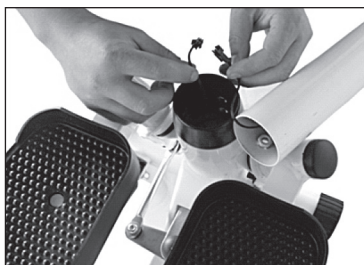




- 4** Протягніть кабелі (44) через колони.



- 5** Підключіть основний кабель до кабеля (44), який проходить крізь колони стійок.

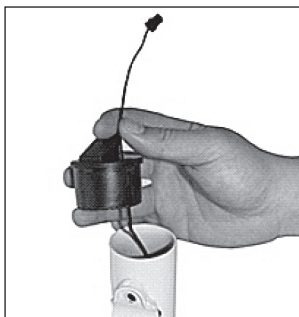


- 6** Під'єднайте нижню колону (5) до основного корпусу внутрішнім шестигранним болтом (43) та шайбою (49).

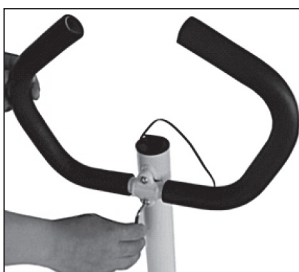




- 7** Протягніть верхню частину шнура через отвір основи комп'ютер (10).



- 8** Встановіть ручку за допомогою внутрішнього шестигранного болта (45).



- 9** Підключіть кінець кабелю до кабелю комп'ютер.





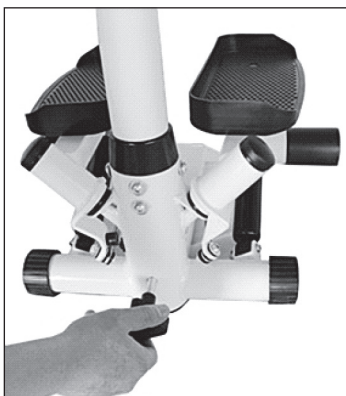
- 10** Поставте комп'ютер (11) в підставка під комп'ютер (10).



- 11** Встановіть пластиковий ковпачок.



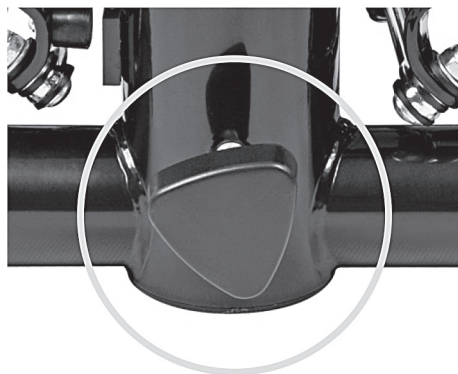
- 12** Встановіть регулятор (14) в основний корпус.





Регулювання висоти та ваги педалей

Не стійте на степері під час виставлення висоти педалей. Зміна висоти педалей, і разом з цим інтенсивність/рівень складності виконання вправ відбувається за допомогою ручки регуляції, яка знаходиться на передній частині обладнання. Щоб збільшити інтенсивність / рівень навантаження, затягніть регулювальну ручку. Послаблення ручки зменшить висоту педалей і знизить інтенсивність навантаження.



Монтаж еспандерів

Прикріпіть обидва еспандери за "вушками" на передній частині педалей. Затягніть з'єднання на гаках еспандерів. Кожен раз, коли ви плануєте тренуватись, переконайтесь, що еспандери добре закріплені.

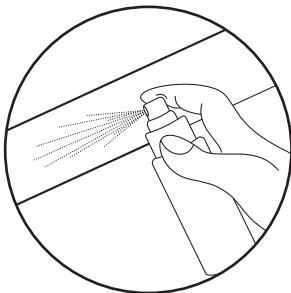


Застереження! Еспандери можна розтягувати лише у вертикальному напрямку. Перехрещування лямок може призвести до пошкодження гачків або карабінів.

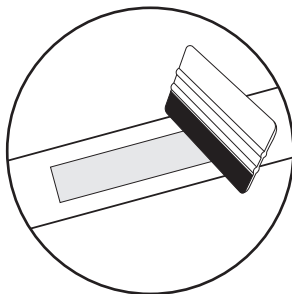
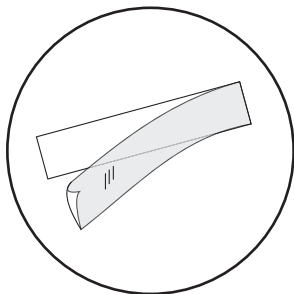


Інструкція наклеювання наліпки*

1. Для правильного нанесення очистіть поверхню, де буде розміщена наклейка. Для цього використовуйте м'який миючий засіб, воду або спеціальний знежирювач. Витріть поверхню чистою сухою тканиною.



2. Зніміть захисний шар з наклейки. Розмістіть наклейку на попередньо підготовлену поверхню. За допомогою ракеля вирівняйте наклейку та видаліть бульбашки повітря.



3. Щоб видалити наклейку назавжди, скористайтеся спеціальним засобом для зняття наклеюк.

* стосується продуктів з наклейками у комплекті



Дисплей



Відображення дисплея

COUNT	Відображає кількість кроків.
TIME	Відображає загальний час від початку тренування.
CAL	Відображає кількість спалених калорій (в ккал). Увага! Кількість спалених калорій розраховується на основі зроблених кроків, без урахування зусиль, докладених під час вправ з еспандерами.
STRIDES /MIN	Відображає середню кількість кроків за хвилину.
SCAN	Встановлення індикатора в положення SCAN призведе до автоматичного перемикання відображуваних даних STRIDES/MIN, TIME, CAL (кожні 4 секунди).

Функції кнопок

MODE	Запускає комп'ютер. Дозволяє вибрати параметр для відображення.
RESET	Скидає налаштування комп'ютера. Для цього утримуйте кнопку натиснутою.

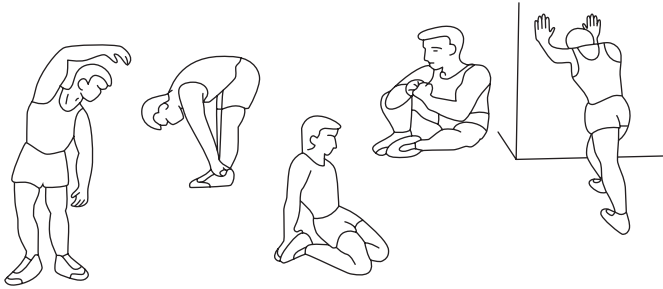
Комп'ютер також запускається після виконання кількох кроків на степпері. Якщо тренажер не буде використовуватися 4 хвилини, комп'ютер автоматично вимикається.



Регулярне використання обладнання принесе користь вашому здоров'ю. Це поліпшить фізичний стан та самопочуття, та зміцнить м'язи. У поєднанні з правильним харчуванням це може сприяти схудненню.

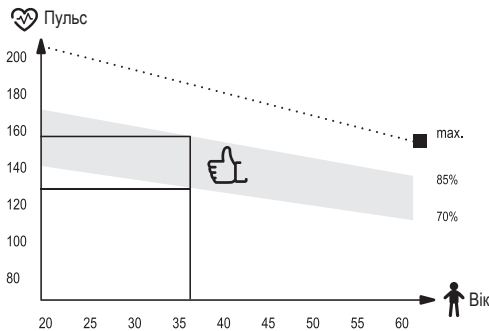
1. Розминка

Ця частина тренування сприяє поліпшенню кровообігу у всьому тілі та підготувати м'язи до посиленої активності. Це також знижує ризик розтягу або розриву м'язів. Бажано зробити кілька вправ на розтяжку, як показано нижче. Кожна вправа повинна тривати близько 30 секунд. Не напружуйте м'язи! Якщо ви відчуваєте біль, припиніть вправу або зменшіть амплітуду руху.



2. Фаза вправ

Ця власне та частина тренування, в якій ви використовуєте пристрій. Ви повинні тренуватися у власному, досить стійкому темпі, щоб досягти частоти серцевих скорочень, відповідних вашому віку (див. таблицю нижче). Ця частина повинна тривати мінімум 12 хвилин.



3. Фаза релаксації

Ця частина має на меті розслабити м'язи і відновити всі функції організму, такі як артеріальний тиск, дихання, серцебиття, повернутися до стану, що був перед навантаженням. Це повтор розминки зі сповільненим темпом вправ. Ця частина повинна бути найкоротшою серед всіх частин і тривати близько 5 хвилин. Важливо пам'ятати, не перенапружувати м'язи. Заключну частину не слід пропускати.

UA Чистка та обслуговування



1. Регулярно перевіряйте пристрій. Це слід робити щонайменше кожні 20 годин роботи обладнання.
2. Технічне обслуговування повинно включати контроль за:
 - рухомими частинами пристрою, тобто перевірка їх належного змащення. Якщо є не змащені ділянки, змастіть їх. Рекомендується використовувати спеціальні мастила для підшипників велосипедів або для фітнес-обладнання.
 - всі запчастини обладнання, такі як затягуючі гвинти та гайки,
 - шнури живлення (якщо вони є в пристрої) на будь-які пошкодження.
3. Для очищення обладнання використовуйте м'яку тканину, трохи змочену водою або водою з милом. Не використовуйте сильні речовини чи агресивні чистячі засоби, які можуть пошкодити обладнання. Особливо обережно слід поводитися із пластиковими компонентами.
4. Після кожного використання очищуйте пристрій від часток поту чи бруду.

UA Вирішення проблем



Проблема	Можливе рішення
Комп'ютер не відображає дані	<ol style="list-style-type: none">1. Перевірте підключення комп'ютера і переконайтеся, що кабелі підключені правильно та що вони не пошкоджені.2. Переконайтеся, що батарейки вставлені правильно.3. Замініть батарейки на нові.



Умови гарантії

1. Покупець має наступні варіанти подання скарги:
 - через форму заповнення рекламацийного формуляру на сайті.
 - письмово на адресу:
електронною поштою: **info@hop-sport.ua**
2. Дефекти або пошкодження товару, виявлені протягом гарантійного періоду, будуть усунені безкоштовно протягом 14 робочих днів з дати доставки товару до сервісу. Якщо потрібно привезти деталі з-за кордону, термін ремонту може бути продовжений.
3. Всі гарантійні умови виконуються за законодавством країни, куди було доставлено товар, включаючи гарантійні положення. Конвенція ООН про договори міжнародної купівлі-продажу товарів не застосовується.
4. Гарантія не поширюється на пошкодження, що виникли внаслідок неналежного використання.

UA Охорона навколишнього середовища



Цей виріб поставляється в упаковці, для захисту від можливих пошкоджень під час транспортування. Упаковка є необробленою сировиною і може бути перероблена. Позбудьтеся цих матеріалів відповідно до їх типу.



Для захисту навколишнього середовища виносьте використані батареї до спеціального пункту для переробки. Не викидайте використані батареї в урни для сміття. Таким чином ви зробите свій внесок у захист навколишнього середовища.



Використані електричні пристрої (зокрема комп'ютер) – це матеріали, що підлягають вторинній переробці – їх не слід утилізувати з побутовими відходами, оскільки вони можуть містити речовини, небезпечні для здоров'я людини та навколишнього середовища! Будь ласка, активно допомагайте в економічному управлінні природними ресурсами та охороні навколишнього середовища, передаючи використаний пристрій до пункту прийому вторинних матеріалів – використаних електричних пристроїв.



Інструкцію надруковано на папері, придатному для переробки. Сортуйте її відповідно до чинних правил.



Vyrobeno v Číně
Hergestellt in China
Made in China
Fabricado en China

Fabriqu  en Chine
Wyprodukowano w Chinach
Vyroben  v   ine
Вироблено в Китаї

DISTRIBUTION

PL Hegen Distribution Sp. z o.o.
Sportowa 3A
32-080 Zabierzów

CZ Hegen  esko s.r.o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov

DE Hegen Deutschland GmbH
Chausseestra e 80D
17321 L cknitz

UK Hegen UK Ltd
Ealing Cross, 1st Floor, 85 Uxbridge Road
London, W5 5TH

IMPORTER

PL Hegen Europe Sp. z o.o.
Sportowa 3A
32-080 Zabierzów