

# LAMAR

## Steza za hojo WP 450

---

Navodila za uporabo

SI



ORIGINALNA NAVODILA

---

# Kazalo

Uvod.....	2
Predvidena uporaba.....	3
Razlaga simbolov .....	3
Pomembna varnostna navodila.....	4
Pregled izdelka.....	8
Zagon.....	9
Nasveti za vadbo.....	11
Čiščenje in vzdrževanje.....	12
Garancija.....	15
Navodila za odstranjevanje.....	19
Izjava o skladnosti/Certifikati.....	19

## Uvod

Zahvaljujemo se vam za nakup steze za hojo WP 450!

Pred njeno uporabo si natančno preberite ta navodila za uporabo in se prepričajte, da jo uporabljate pravilno in v skladu z navodili.

Navodila za uporabo shranite za nadaljnjo uporabo. Stezo za hojo posredujte tretjim osebam samo z navodili za uporabo.

Proizvajalec si pridržuje pravico do sprememb izdelka. Navodila za uporabo in v njih priložene slike se lahko razlikujejo glede na model.

Upamo, da vam bo steza za hojo WP 450 všeč!

## Predvidena uporaba

Steza za hojo je namenjena izključno kot fitnes naprava za hojo in za zasebno uporabo, za komercialno uporabo pa ni primerna. Steza za hojo ni primerna za terapevtske ali medicinske namene.

Stezo za hojo je dovoljeno uporabljati le, kot je opisano v tej knjižici. Vsakršna drugačna uporaba velja za nepredvideno in lahko povzroči materialno škodo ali celo telesne poškodbe.

Steza za hojo ni igrača za otroke.

Proizvajalec ne prevzema odgovornosti za škodo, nastalo zaradi nepredvidene ali nepravilne uporabe.

## Razlaga znakov



Vsebuje pomembne informacije za preprečevanje poškodb.



Vsebuje pomembne informacije za preprečevanje poškodb izdelka.



Ob branju navodil za uporabo vas opozori na pomembne informacije in opombe.

## Pomembna varnostna opozorila



### OPOZORILO!



- Prosimo, da dosledno upoštevate varnostne predpise, navedene v navodilih. Proizvajalec ali distributer ne more biti odgovoren za kakršnokoli finančno izgubo, osebne poškodbe ali materialno škodo, nesreče in pravne spore, ki so posledica kršitve varnostnih predpisov. Odgovornost je vedno omejena na nabavno vrednost steze za hojo.
- Nikoli ne uporabljajte steze za hojo na prostem, v vlažnih prostorih ali okoljih z visoko vlažnostjo.
- Prepričajte se, da steza za hojo ne pride v stik s tekočino.
- Stezo za hojo hranite stran od ognja, neposredne sončne svetlobe in vročih površin.
- Stezo za hojo položite na čisto, ravno površino s prevleko, da zaščitite tla. Zaradi varnosti mora biti okoli steze za hojo vsaj 2 metra prostega prostora.
- Stezo za hojo ne postavljajte na preproge. To lahko vpliva na prezračevanje.
- Stezo za hojo postavite v doseg vidne, lahko dostopne, električno zavarovane in ozemljene električne vtičnice. V primeru okvare se lahko hitro izklopi iz napajanja.
- Napajalnega kabla ne prepogibajte in ne polagajte čez ostre robove.
- Pred vklopom se prepričajte, da se omrežna napetost vtičnice ujema s podatki na tipski ploščici.

## Pomembna varnostna opozorila



### OPOZORILO!



- Stezo za hojo lahko uporabljajo otroci, stari vsaj 14 let. Osebe z omejenimi fizičnimi, senzoričnimi ali duševnimi sposobnostmi ali s pomanjkanjem izkušenj lahko stezo za hojo uporabljajo pod nadzorom ali potem, ko so bile poučene o njeni varni uporabi in razumejo nevarnosti, ki so s tem povezane.
- Otroci se s stezo za hojo ne smejo igrati.
- Čiščenje in vzdrževanje s strani uporabnika lahko izvajajo otroci, stari vsaj 14 let, pod nadzorom.
- Otroke, mlajše od 14 let, in hišne ljubljence držite stran od steze za hojo.
- Ne dovolite, da se otroci igrajo z embalažno folijo. Otroci se lahko med igro ujamejo vanjo in se zadušijo.
- Nikoli ne presežite največje obremenitve 120 kg.
- Preden začnete z vadbo, se posvetujte z zdravnikom, ki vam bo glede na vašo starost in fizično pripravljenost svetoval optimalno pogostost, intenzivnost (ciljno območje srca) in trajanje vadbe.
- Z vadbo TAKOJ prekinite, v kolikor občutite bolečino ali tiščanje v prsih, težko dihanje, omotico ali nelagodje. Pred nadaljnjimi vadbami se posvetujte z zdravnikom.
- Pred vsako uporabo preverite, ali so steza za hojo, kabel in vtič poškodovani in obrabljeni ter se prepričajte, da so vse matice in vijaki priviti.

## Pomembna varnostna opozorila



### OPOZORILO!



- Če med sestavljanjem ali pregledom odkrijete okvarjene dele ali če steza za hojo med vadbo oddaja nenavadne zvoke, steze za hojo ne smete uporabljati. Obrnite se na prodajalca.
- Ohišja steze za hojo ne odpirajte, popravilo lahko opravi samo specializirani serviser, pooblaščen s strani podjetja KSR Group GmbH. Pri samovoljnih izvedenih popravilih, nepredvidenem priključku ali nepravilni uporabi so jamstveni in garancijski zahtevki izključeni.
- Pri premikanju steze za hoje bodite previdni, da si ne poškodujete hrbta. Uporabite pravilno tehniko dvigovanja ali pa naj vam pri prenašanju nekdo pomaga.
- Med vadbo nosite primerna oblačila. Dolga, ohlapna oblačila niso primerna, saj se lahko zataknejo v stezo za hojo ali omejijo vašo mobilnost. Nosite superge z ravnim gumijastim podplatom.
- Telovaditi začnite počasi.
- Med hojo glejte naprej. Med vadbo nikoli ne glejte v svoja stopala.
- Med vadbo postopoma povečujte hitrost.
- Nepravilne in pretirane vadbe lahko ogrozijo vaše zdravje.
- Če se hitrost nenadoma poveča pomotoma ali zaradi napak v elektroniki, se steza za hojo takoj ustavi, ko pritisnete gumb start/stop.

## Pomembna varnostna opozorila



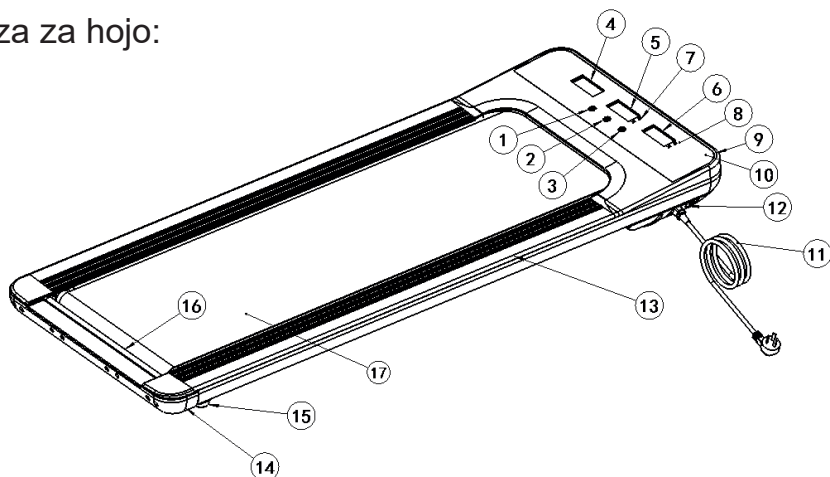
### OPOZORILO!



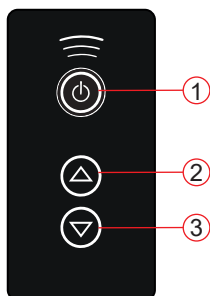
- V primeru nepravilnosti med uporabo takoj pritisnite gumb start/stop in zapustite stezo za hojo takoj, ko se le-ta ustavi.
- Ko stezo za hojo ne uporabljate, jo izklopite in izvlecite napajalni kabel.
- Stezo za hojo hranite izven dosega otrok.

# Pregled izdelkov

Steza za hojo:



Daljinski upravljalnik:



1	Gumb start/stop
2	Gumb za hitrost: hitreje
3	Gumb za hitrost: počasneje
4	Števec korakov
5	Hitrost/Trajanje vadbe
6	Razdalja/Kalorije
7	Način prikaza za zaslon 5
8	Način prikaza za zaslon 6
9	Pokrov motorja

10	Akrilni pokrov
11	Napajalni kabel in vtič
12	Glavno stikalo
13	Stopalna površina
14	Zaščitni pokrov okvirja
15	Nastavljivo stojalo
16	Zaščitni pokrov za trak
17	Trak



## Zagon

- Prepričajte se, da je glavno stikalo na desni strani steze za hojo izklopljeno (položaj 0).
- Najprej priključite napajalni kabel na vtič naprave poleg glavnega stikala, nato omrežni vtič z ozemljeno stensko vtičnico (220–240 V/50–60 Hz).



- Zdaj vklopite glavno stikalo (položaj I).
- Steza za hojo je zdaj pripravljena za uporabo.
- Pritisnite gumb start/stop, da zaženete stezo za hojo.
- Uporabite gumb za hitrost, da povečate/zmanjšate tempo.
- Pritisnite gumb start/stop, da zaustavite stezo za hojo.
- Po končani vadbi z glavnim stikalom izklopite stezo za hojo.

# Zagon

## Samodejna nastavitve hitrosti

- Pritisnite "gumb za hitrost: hitreje" za približno 3 sekunde, da omogočite/onemogočite samodejno prilagajanje hitrosti.
- Ko je aktivirana samodejna nastavitve hitrosti, vaša hitrost hoje določa hitrost, s katero se premika trak.
- Na srednjem zaslonu ⑤ sta prikazana črka "A" in nadzorovana stopnja hitrosti (0–6).

## Funkcije zaslona

1. Števec korakov ④ :  
Kaže korake, opravljene od začetka vadbe.
2. Hitrost/Trajanje vadbe ⑤ :
  - Kaže trenutno hitrost v km/h (spodnji indikator ⑦ sveti).
  - Kaže trenutno trajanje vadbe v mm:ss (zgornji indikator ⑦ sveti).
3. Razdalja/Kalorije ⑥ :
  - Kaže trenutno razdaljo v km (spodnji indikator ⑧ sveti).
  - Kaže porabljene kalorije (zgornji indikator ⑧ sveti).



### OPOMBA!



- Razdalja je prikazana do največ 9.999 km in se nato znova začne pri 0 km.
- Vsi podatki se ponastavijo ob vsakem začetku vadbe.

# Nasveti za vadbo

## 1. Faza ogrevanja

Pripravite svoj krvni obtok in mišice na vadbo. Faza ogrevanja je namenjena tudi preprečevanju krčev in poškodb mišic. Pred vadbo naredite raztezne vaje. Pazite, da mišic ne preobremenite. Ob bolečini z raztezanjem **PRENEHAJTE**.

## 2. Faza vadbe

Po ogrevanju se vadba lahko prične. Redna uporaba krepi mišice nog. Vadite glede na svoje sposobnosti, vendar naj bo vaš tempo čim bolj enakomeren.

Ta faza naj traja vsaj 12 minut. Večina ljudi začne pri 15–20 minutah.

## 3. Obdobje ohlajanja

Ta faza vašemu telesu omogoča, da se počasi prilagodi zmanjšanim zahtevam. To je ponovitev vaje za ogrevanje z zmanjšano hitrostjo. Traja naj približno 5 minut. Po vadbi ponovite raztezne vaje, pri čemer ne pozabite, da mišic ne smete preveč raztegniti.

# Čiščenje in vzdrževanje

## Čiščenje

- Najbolje je, da stezo za hojo po vadbi vedno očistite, vendar vsaj enkrat na mesec.
- Očistite trak z nekoliko navlaženo krpo.
- Akrilni pokrov in plastične dele očistite s suho krpo, ki ne pušča vlaken.
- Pred nadaljnjo uporabo pustite, da se trak povsem posuši.



**OPOZORILO!**



Pred shranjevanjem, vzdrževanjem ali čiščenjem se prepričajte, da je steza za hojo izklopljena in odklopljena od napajanja.



**OPOMBA!**



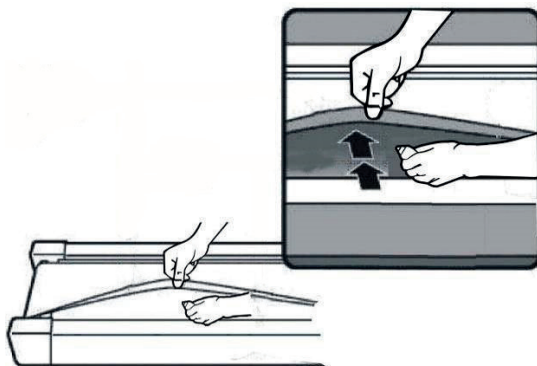
- Ne uporabljajte kisljih ali abrazivnih čistilnih sredstev.
- Ne uporabljajte žične krtače, jeklene volne ali drugih abrazivnih predmetov.

# Čiščenje in vzdrževanje

## Vzdrževanje

### 1. Mazanje traku:

Vsak teden preverite, če je trak ustrezno namazan. Pri manjši uporabi (< 3 ure na teden) je treba trak namazati enkrat na mesec, pri pogostejši uporabi (> 7 ur na teden) pa enkrat na 2 tedna. Izklopite stezo za hojo in jo odklopite. Rahlo dvignite trak in sredino spodnje strani namažite s priloženim silikonskim oljem:



**POZOR!**



Ko je trak sveže namazan, steza za hojo vsaj 3 dni ne dvigujte in jo naslonite na steno.

# Čiščenje in vzdrževanje

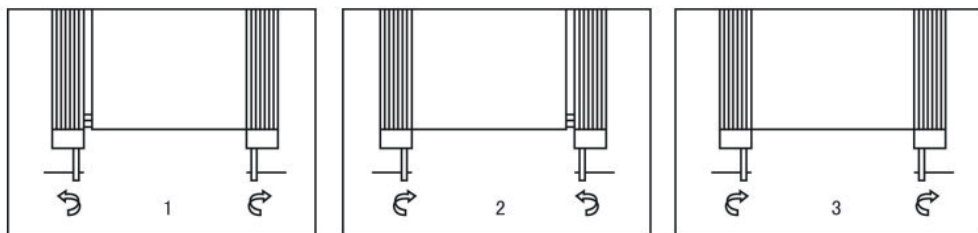
## 2. Centriranje traku:

Pred vsako vadbo preverite, ali je trak na sredini in teče naravnost s konstantno hitrostjo.

- Če trak zaide s steze v desno, obrnite desni nastavitveni vijak pribl.  $\frac{1}{8}$  v smeri urinega kazalca in levi nastavitveni vijak pribl.  $\frac{1}{8}$  v nasprotni smeri urinega kazalca (slika 1). Postopek ponavljajte, dokler trak ne teče naravnost.
- Če trak zaide s steze v levo, obrnite levi nastavitveni vijak pribl.  $\frac{1}{8}$  v smeri urinega kazalca in desni nastavitveni vijak pribl.  $\frac{1}{8}$  v nasprotni smeri urinega kazalca (slika 2). Postopek ponavljajte, dokler trak ne teče naravnost.

## 3. Dodatno napenjanje traku:

Sčasoma lahko napetost traku z uporabo popusti. Če med hojo čutite, da trak drsi, ga je treba dodatno napeti. Obrnite oba nastavitvena vijaka pribl.  $\frac{1}{8}$  v smeri urinega kazalca (slika 3).



## Garancija

Pred uporabo naprave natančno preberite navodila za uporabo, da se seznanite z uporabo steze za hojo.

KSR Group GmbH izdaja ločeno garancijo ob izpolnjevanju naslednjih pogojev. Zakonski predpisi o garanciji in zahtevki, ki izhajajo iz zakona o odgovornosti za izdelke, so nespremenjeni. Morebitni zahtevki kupca za dodatno izvedbo in odškodnino v primeru napak so nespremenjeni, če so izpolnjeni ustrezni predpogoji.

Garancija velja za stezo za hojo WP 450 in je 24 mesecev od datuma nakupa (velja datum prevzema).

Garancija zajema napake v materialu, konstrukciji in izdelavi, pod pogojem, da je ta napaka obstajala že ob dobavi in da je kupec z izdelkom ravnal pravilno in v skladu z njegovo predvideno uporabo. Obrabni deli in materiali, uporabljeni pri servisnih delih, so iz garancije izključeni. Garancija vključuje brezplačno popravilo, zamenjavo okvarjenega dela ali delov ali zamenjavo celotnega izdelka z enakovrednim izdelkom. Podjetje KSR Group GmbH je odgovorno za ustrezno pravico do izbire.

## Garancija

Če pride do okvare/napake, je treba nemudoma obvestiti prodajalca in podrobno opisati nastalo težavo. Če težave ni mogoče rešiti na ta način, je treba temeljito očiščen izdelek, vključno z vsemi dodatki, varno zapakirati za transport in vrniti v skladu z navodili prodajalca.

Paket morajo spremljati naslednji podatki in dokumenti:

1. Priimek, ime in naslov (navedeno tudi na zunanji strani paketa)
2. Št. artikla in serijsko št. (če je na voljo)
3. Datum nakupa
4. Originalno potrdilo o nakupu
5. Smiselen opis napake
6. V primeru poškodb med transportom:  
Ime paketne službe in številko paketa

Močno priporočamo, da za vračilo blaga uporabite originalno embalažo. Originalna kartonska škatla in morebitni polnilni material sta zahtevane kakovosti za zagotavljanje varnega pošiljanja. Prav tako je pomembno zagotoviti, da je površina povsem zaprta, tako da so vogali in robovi zaščiteni pred poškodbami. Če je bilo blago pakirano z zračnimi blazinami in polnilnim materialom, toplo priporočamo, da tudi to ponovno uporabite in ustrezno namestite. Kartonsko škatlo večkrat po dolgem in počez zalepimo z lepilnim trakom.



## Garancija

Če originalna embalaža ni več na voljo ali je ni mogoče ponovno uporabiti, se prepričajte, da vas izbrana embalaža strokovno ščiti pred tipičnimi nevarnostmi pošiljanja in ima zadostne zaščitne naprave. Tudi tu embalažo, ki ste jo izbrali, napolnite s polnilom, kot so lesni oblanci ali stiropor. Prav tako je treba zaščititi vogale in robove pred zunanjimi vplivi in ustrezno uporabiti lepilni trak, da med transportom preprečimo izgubo morebitnih sestavnih delov blaga itd. Zgolj kartonska embalaža s papirnato podlogo ne zadostuje in je popolnoma neprimerna in nezadostna za vrsto blaga.

V primeru vračila na popravilo mora biti blago ustrezno zapakirano v skladu z zgoraj navedenimi določili. KSR Group GmbH ne prevzema nikakršne odgovornosti za škodo na blagu, ki bi nastala zaradi neprimerne in neustrezne embalaže, in morebitni garancijski zahtevki prenehajo veljati. Pri vračilu blaga pazite, da ga prevzamete le v prvotnem stanju. KSR Group GmbH si pridržuje pravico zahtevati znižanje vrednosti v primeru kakršne-koli obrabe blaga.

# Garancija

Garancijski zahtevek ne velja v naslednjih primerih:

- v primeru nepredvidene uporabe;
- v primeru nepravilnega delovanja, nege in/ali vzdrževanja ali skladiščenja (npr. poškodbe zaradi vlage ali previsokih temperatur, zanemarjeni izdelki itd.);
- v primeru popravil, poskusov popravil in kakršnihkoli sprememb ter uporabe nadomestnih delov in dodatne opreme tretjih oseb itd., ki jih je izvedel kdo drug kot KSR Group GmbH ali njihova pooblaščenca podjetja;
- v primeru neustrezne transportne embalaže in/ali neustreznega transporta;
- v primeru nepravilnega mehanskega vpliva na izdelek ali dele izdelka;
- za vse dogodke, ki niso posledica predelave in izdelave izdelka (npr. padec, udarec, škoda zaradi zunanjih vplivov, požar, potres, škoda zaradi poplave, udar strele itd.),
- razen če je predložen originalni dokaz o nakupu;
- za nezasebno uporabo, predvsem za komercialno uporabo.

Če KSR Group GmbH zaradi vračila/vračila izdelka nastanejo stroški, čeprav ne obstaja niti garancijski primer niti pravica do vračila, le-te krije kupec.

## Navodila za odstranjevanje



Odpadnih naprav ne smete zavreči skupaj z gospodinjskimi odpadki! Če steze za hojo ni več mogoče uporabljati, je vsak potrošnik zakonsko zavezan, da odpadne naprave odda ločeno od gospodinjskih odpadkov, npr. na zbirnem mestu njegove občine/okrožja. S tem se zagotovi pravilno recikliranje odpadnih naprav in preprečevanje negativnih vplivov na okolje. Zato so elektronske naprave označene s tem simbolom.

---



Embalažo zavržite ločeno po vrsti materiala.

Lepenke in karton oddajte med star papir, folije pa na zbirno mesto dragocenih snovi.

---

## Izjava o skladnosti/Certifikati



Ta izdelek je v skladu z evropskimi direktivami.

**Distributer/Založnik:**  
KSR Group GmbH  
Im Wirtschaftspark 15  
3494 Gedersdorf  
Avstrija