



## MANUAL DE UTILIZARE

**IN 12075 Masa de inversie inSPORTline Inverso Heaty**



## CUPRINS

INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA .....	3
LISTA PIESE.....	4
DESEN.....	6
ASAMBLARE .....	7
UTILIZAREA FUNCTIEI DE INCALZIRE SI MASAJ .....	13
GHID DE EXERCITII .....	14
REGLAREA MESEI DE INVERSIE .....	15

## INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA

Greutate maxima a utilizatorului: 150kg

Cititi cu atentie toate instructiunile din manual inainte de a utiliza aparatul.

Nu utilizati masa de inversie fara a consulta medicul in prealabil.

Consultati medicul mai ales daca suferiti de urmatoarele afectiuni: glaucom, conjunctivita, accident vascular cerebral, tensiune arteriala, probleme cardiace, leziuni ale coloanei vertebrale, implanturi ortopedice, osteoporoza, fracturi, proteze ortopedice, obezitate, daca luati doze mari de aspirina si anticoagulante sau daca sunteti insarcinata.

Daca medicul dvs. va recomanda terapia prin inversie, urmati instructiunile sale.

Nu lasati copiii nesupravegheati in apropierea mesei de inversie.

Terapia prin inversie nu este potrivita pentru oricine, de aceea este necesar sa consultati medicul.

Inainte de a utiliza masa de inversie, verificati ca toate suruburile si piulitele sa fie ferm stranse.

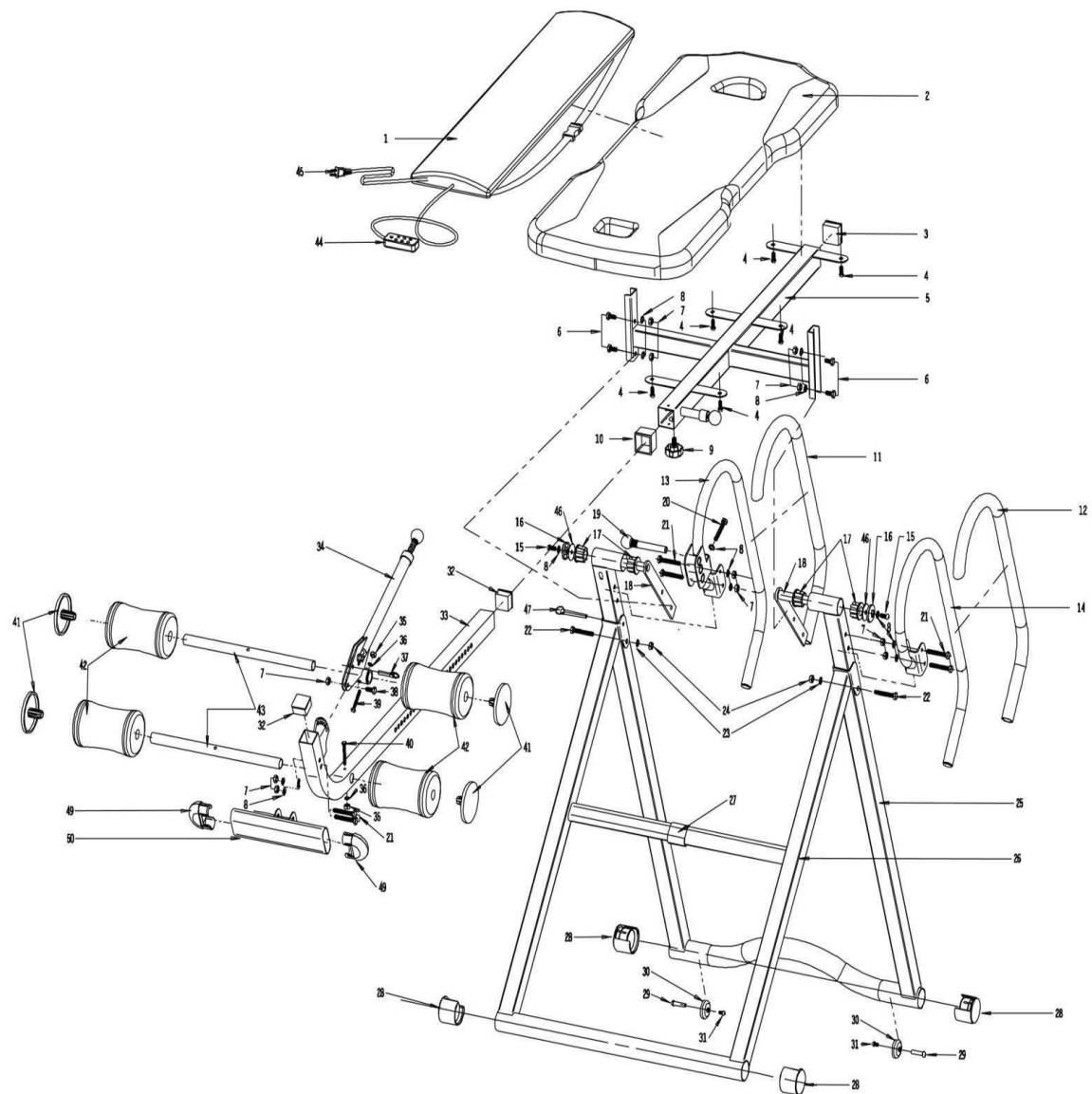
Inainte de a incepe procedura asigurati-va ca picioarele sunt bine fixate sub rolele de spuma.

## LISTA PIESE

Nr.	Denumire	BUC.
1	Centura incalzire / masaj	1
2	Spatar	1
3	Capac	1
4	Surub M6x16mm	6
5	Cadru spatar	1
6	Surub M8x20mm	4
7	Piulita M8	11
8	Saiba plata Ø16xØ8x1.2	14
9	Rotita de blocare	1
10	Capac –cadru spatar	1
11	Grip drept	1
12	Grip stang	1
13	Maner drept	1
14	Maner stang	1
15	Surub M8x16mm	2
16	Capac plastic – rotund	2
17	Distantier plastic	4
18	Brat de legatura	2
19	Bolt pentru reglare inclinare	1
20	Surub M8x50mm	1
21	Surub M8x55mm	6
22	Surub M10x60mm	2
23	Saiba plata Ø20xØ10x1.5	2
24	Piulita M10	2
25	Cadru posterior	1
26	Cadru anterior	1
27	Protectie de cauciuc	1
28	Capace cadru	4
29	Piulita pentru surub Ø8x26mm	2
30	Roti de transport	2

31	Surub M6x10mm	2
32	Capace	2
33	Tija reglabila	1
34	Tub de fixare	1
35	Piulita M6	2
36	Saiba plata Ø12xØ6x1.0	2
37	Stift de fixare Ø8*35mm	1
38	Surub M8x20mm	1
39	Surub M6x40mm	1
40	Surub M6x45mm	1
41	Capace plastic pentru role de spuma	4
42	Role de spuma	4
43	Ax role de spuma	2
44	Telecomanda	1
45	Adaptor	1
46	Saiba Ø38xØ8x1.5	2
47	Bolt de blocare Ø8*66mm	1
48	Cheie 10/13	1
49	Capace suport pentru picioare	2
50	Suport pentru picior	1
51	Surubelnita	1
52	Cheie 10/14	1

# DESEN



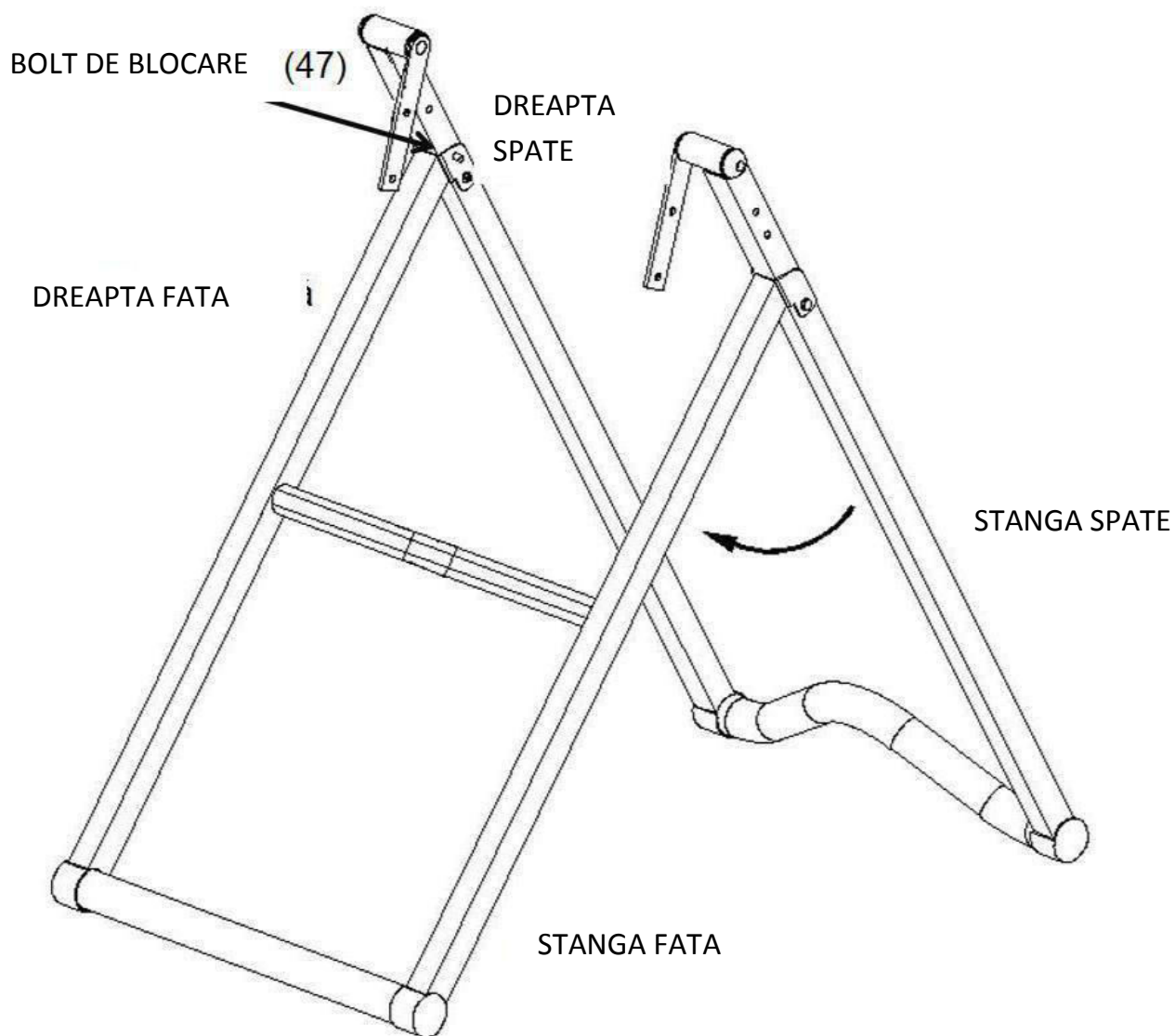
## ASAMBLARE

### PASUL 1: Desfaceti si fixati cadrul de baza

Desfaceti cadrul de baza si asezati-l pe podea.

In partea dreapta a cadrului introduceti boltul de blocare (47).

Inainte de asamblare verificati notatiile fata/spate/dreapta/ stanga



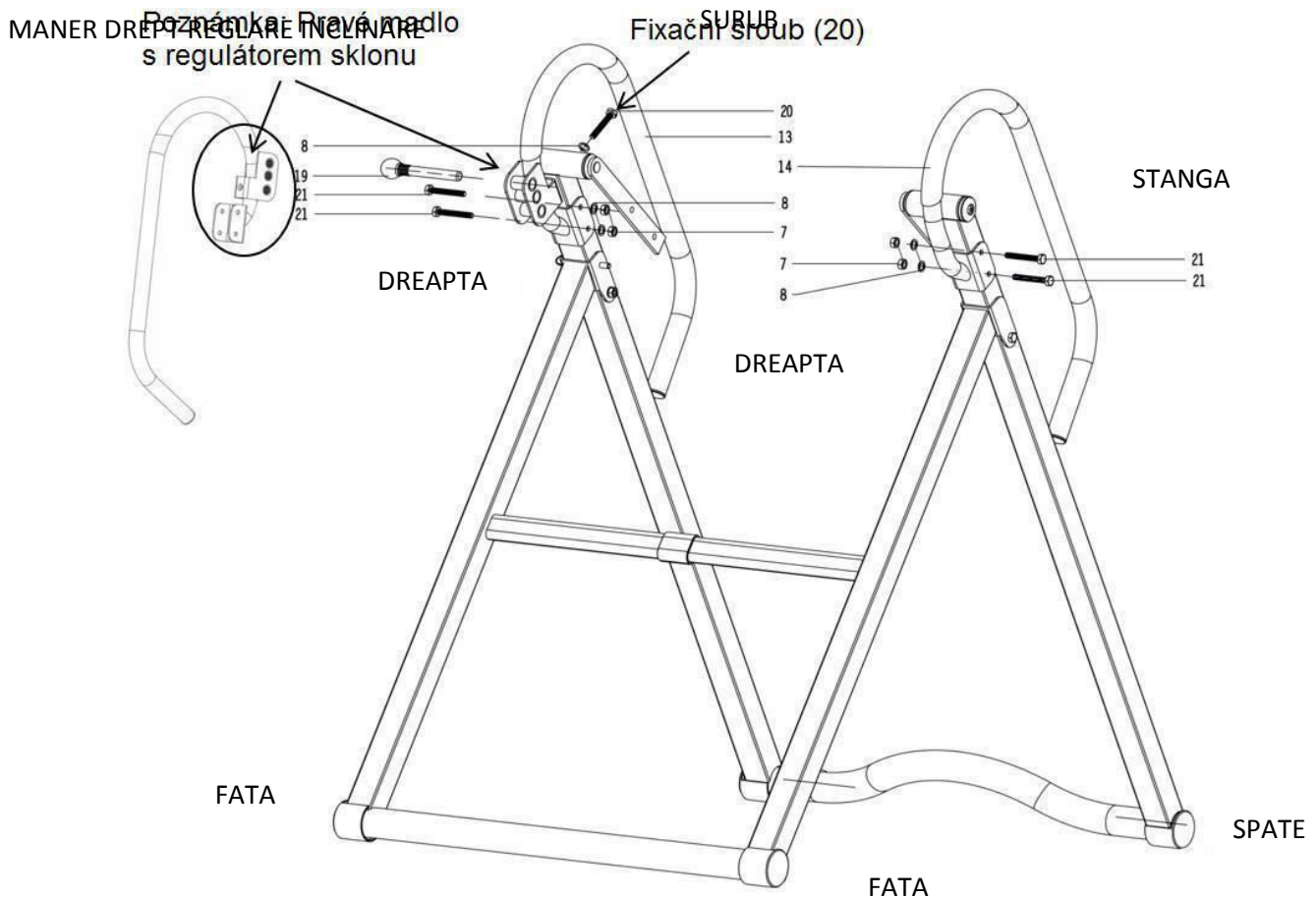
## PASUL 2: Asamblare manere

Atasati manerul drept (13) in partea dreapta a cadrului de baza cu ajutorul a 2 suruburi (21), 2 saibe (8) si 2 piulite (7). Cu ajutorul surubului (20), saibei plate (8) fixati bratul de legatura la cadrul de baza.

Atasati manerul stang (14) in partea stanga a cadrului de baza folosind 2 suruburi (21), 2 saibe (8) si 2 piulite (7).

Fixati boltul de blocare (19) in pozitia nr. 20 pentru reglarea inclinarii.

## Strangeti ferm toate suruburile





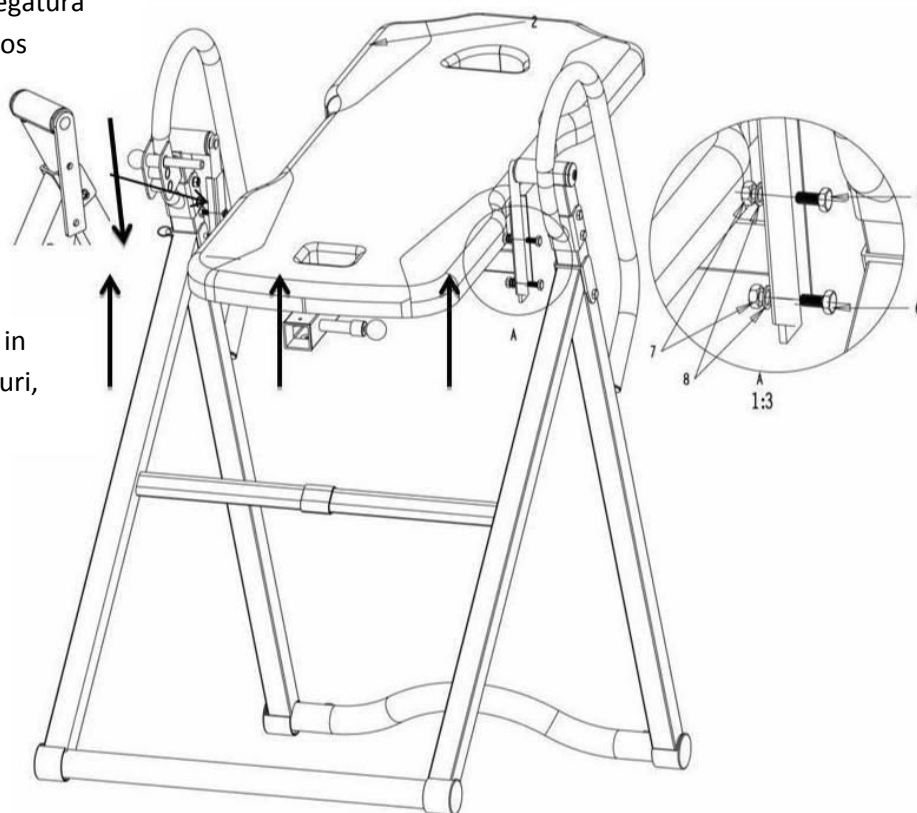
### PASUL 3: Montare spatar

Atasati spatarul asamblat la cadrul de baza folosind suruburi (6), saibe plate (8) piulite cu autoblocare (7).

#### **Strangeti ferm toate suruburile**

Atentie: Bratul de legatura trebuie orientat in jos

Ridicati complet spatarul si fixati-l in bratele de legatura folosind suruburi, saibe, piulite.

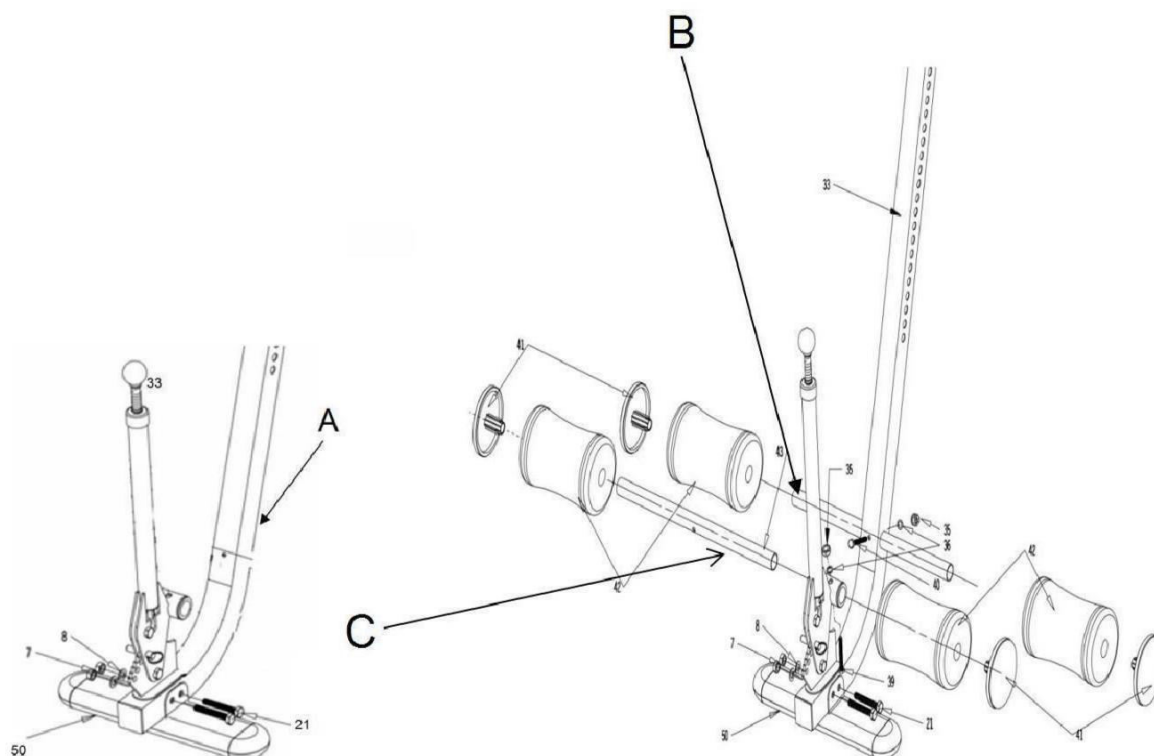


#### PASUL 4: Reglare inaltime tija centrala si montare role de spuma

- A. Atasati suportul pentru picioare (50) la tija reglabila (33) cu ajutorul suruburilor (21), saibelor plate (8) si piulitelor cu autoblocare (7).
- B. Atasati axul din spate (43) la tija reglabila (33) si fixati folosind suruburi (40), saibe (36) si piulite (35). Montati rolele de spuma (42) pe axul din spate (43) si apoi atasati capacele de plastic (41).
- C. Atasati axul din fata (43) la tija reglabila (33) si fixati utilizand suruburi (39), saibe (36) si piulite (35). Fixati rolele de spuma (42) pe axul din fata (43) si apoi puneti si capacele de plastic (41).

Asigurati-va ca boltul de fixare (37) este introdus corespunzator in tija reglabila (33) si functioneaza corespunzator.

#### Strangeti ferm suruburile



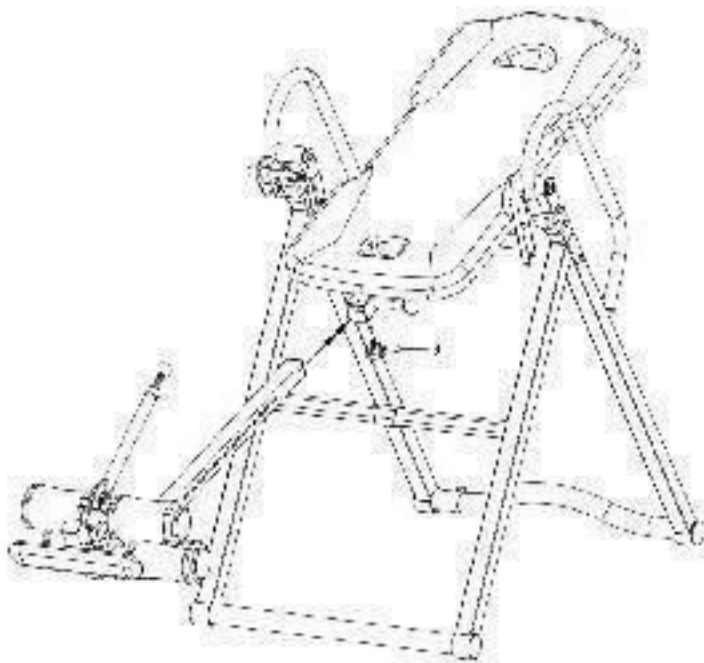
## **PASUL 5: Asamblare**

Introduceti tija reglabila in cadrul spatariului si fixati folosind boltul de blocare.

Dupa reglarea lungimii tijei centrale, fixati folosind rotita de blocare (9).

Atentie!: Masa de inversie este conceputa pentru persoane cu inaltimea cuprinsa intre 155cm si 195cm si greutate maxima de 150 kg.

**Strangeti ferm suruburile**

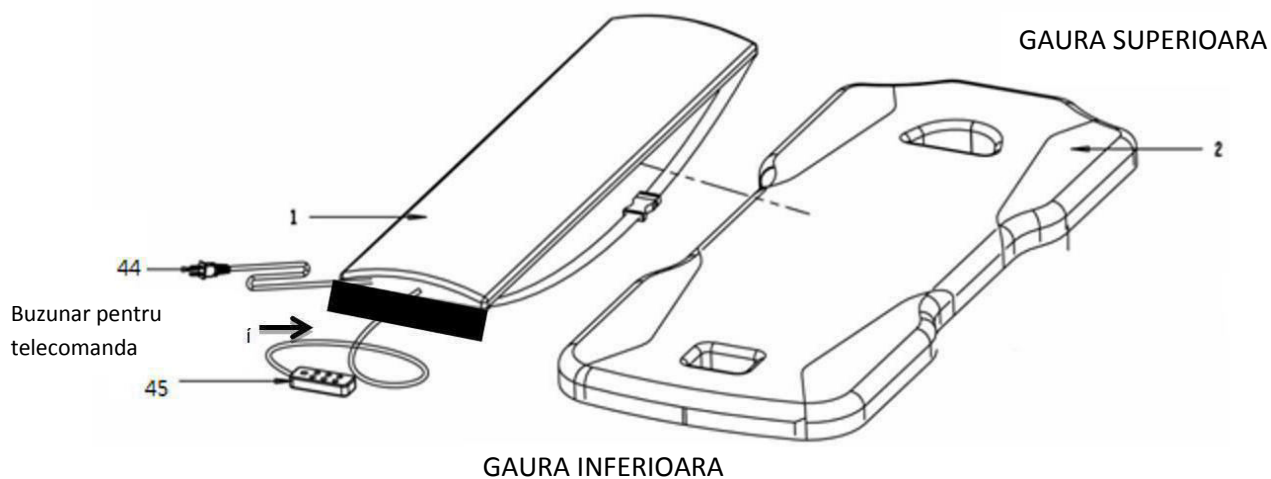


## PASUL 6: Montare centura cu incalzire si masaj

Atasati centura incalzita (1) la spatar (2) introducand cele 2 bretele superioare prin gaura de sus, si celelalte 2 bretelele inferioare prin gaura de jos.

Nota: Telecomanda (44) poate fi pastrata in buzunarul din partea de jos a spatarului.

Nota: Aveti grija cand utilizati masa de inversie sa nu deteriorati cablul telecomenzii.

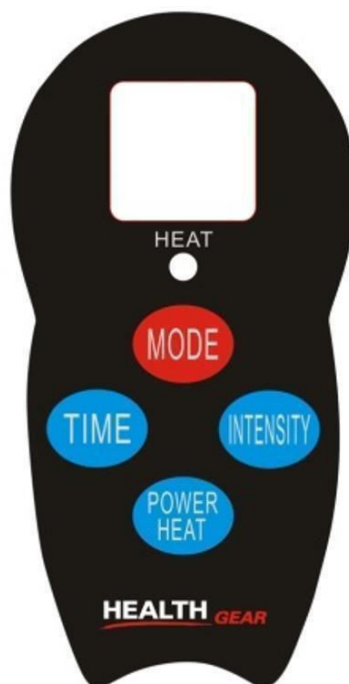


## FINALIZAREA ASAMBLARII

Asigurati-va ca toate elementele de legatura sunt bine stranse.



## Utilizarea functiei de incalzire/masaj



### BUTONUL POWER HEAT

Apasati butonul POWER HEAT pentru a activa functia de incalzire. Timpul de functionare este setat automat la 10 minute. Dupa 10 minute functia se dezactiveaza.

Aceasta functie are modul masaj A1 nivel intensitate 1.

Pentru dezactivarea functiei de incalzire tineti apasat butonul POWER HEAT timp de 2 secunde.

### BUTONUL MODE

Apasati butonul MODE pentru a alege dintre cele 2 niveluri de masaj. Cu acest buton puteti comuta intre nivelul A1 si A2.

### BUTONUL INTENSITY

Apasati acest buton pentru a alege unul dintre cele 3 niveluri de intensitate a functiei de masaj. Cu acest buton puteti comuta intre valorile 1-3.

### BUTONUL TIME

Durata maxima de functionare este de 10 minute. Utilizati butonul TIME pentru a seta durata masajului intre 5-10 minute.

### ATENTIE:

NU UTILIZATI IN APROPIEREA APEI  
FERITI DE UMIDITATE

NU UTILIZATI DACA ESTE DETERIORAT CABLUL  
A NU SE LASA LA INDEMANA COPIILOR

## GHID DE EXERCITII

### RECOMANDARI



#### **BOLT DE BLOCARE PENTRU INCLINARE**

Invatati sa controlati boltul de blocare din partea dreapta a cadrului de baza, pentru reglarea inclinarii. Locul de amplasare a boltului de blocare este decisiv pentru unghiul de inclinare al mesei de inversie.

#### **3 niveluri de inclinare disponibile:**

20 – Inversie mica

40 – Inversie moderata

60 – Inversie mare

**NOTA:** Va recomandam ca in timpul pozitiei de inversie sa va asiste o persoana. Cu toate ca masa de inversie este usor de utilizat, prezenta altei persoane va va spori siguranta.



Inainte de a utiliza masa de inversie asigurati-va ca este reglata conform inaltimii dvs.(tija reglabila este prevazuta cu notatii).

Fiecare persoana are constitutie diferita, de aceea este necesar sa reglati inaltimea tije, pentru ca masa de inversie sa se incline corespunzator.

### FIXAREA PICIOARELOR PE SUPORT

**NOTA:** UTILIZATI INTOTDEAUNA PANTOFI SPORT CU SIRETURI STRANSE FERM.

**Pas 1-** Desfaceti rolele de spuma si introduceti picioarele sub aceste role. Picioarele trebuie sprijinite pe suport.



**Pas 2-** Slabiti boltul de blocare superior si inclinati incet rolele de spuma superioare inspre picioare.



**Pasul 3-** Apasati rolele de spuma superioare pe picioare pana cand picioarele sunt fixate in mod corespunzator.



**ATENȚIE:** Inainte de inversie asigurati -va ca boltul pentru blocarea mecanismului de fixare pentru picioare se afla in locul corespunzator. Nu utilizati masa de inversie daca mecanismul de blocare nu functioneaza.

## REGLAREA MESEI DE INVERSIE IN FUNCTIE DE INALTIME SI GREUTATE

Sprijiniti capul pe tetiera si ridicati incet o singura mana. In cazul in care masa de inversie se inclina in spate, reglajul este corect.

In cazul in care masa de inversie nu se inclina, cresteti treptat valoarea de pe tija reglabila, cu 1 grad, pana cand reusiti sa va inclinati. Faceti doar miscari lente cand sunteti pe masa de inversie.



Daca ridicati ambele maini, unghiul de inclinare ar trebui sa creasca – asta in cazul in care o inclinare de mai mult de 20° va este confortabila.

Nota: Pentru incepatori recomandam setarea inclinarii la 20 grade.



Daca v-ati obisnuit cu inversia la unghiul de 40 si 60 grade, sub supravegherea unei alte persoane puteti incerca un unghi de inclinare si mai profund.



ATENTIE: Ridicarea mainilor in pozitia initiala ar trebui sa incline masa de inversie in pozitia de inceput, daca nu se intampla acest lucru, ridicati-va cu ajutorul manerelor, apoi reglati tija centrala conform greutatii si inaltimii dvs.





SAXO SPORT SRL

## Certificat de garanție

Data:

Numarul:

Cumparator:		Vanzator:	SAXO SPORT SRL
Adresa:		Adresa:	ул. Сакар Планина 1
CIF/CUI/VAT:		Telefon:	0346630002

Nr.	COD	Denumirea produselor si serviciilor	Cantitate	Garantie(luni)
1			1	24
2				

Produsele au fost receptionate de:

Emis de: Склад русе

Semnatura:

/ semnatura si stampila /

Fisa service / reparatii:

Data receptie / Data finalizare reparatie	Descrierea reparatiei efectuate	Tehnician – Nume si semnatura	Semnatura client

Stimate client, îți mulțumim că ai ales să achiziționezi produsele noastre. Certificatul este emis în conformitate cu normele prevăzute de Legea 449/2003 modificată și OG 21/1992 republicată.

**Termenii și Condițiile Garanției:**

1. Certificatul de garanție și contractul de vânzare au fost întocmite conform legii și nu pot suporta modificări. Garanția se acordă pentru defectele apărute în perioada de garanție în timpul folosirii corespunzătoare și în condiții normale a produsului.
2. Copia certificatului va fi păstrată la service și va fi completată pentru fiecare reparație cu semnătura clientului.
3. Reparația produselor se va efectua în service-ul companiei sau în orice alt centru autorizat.  
**Livrarea produsului în service se află în responsabilitatea clientului.** Dacă acesta solicită reparație la domiciliu, acest serviciu poate fi oferit contra cost.
4. Garanția este valabilă doar în cazul în care produsele sunt aduse/livrate în service în ambalajul original, împreună cu toate accesoriile ce au însoțit produsul. În cazul unor reparații minore, compania se obligă să efectueze reparația într-un termen de maxim 30 zile lucrătoare de la data recepției în service. Dacă acest lucru nu este posibil, vânzătorul va înlocui produsul cu unul nou din același model sau dintr-un model similar. Dacă produsul nu poate fi reparat sau înlocuit, clientul poate opta pentru returnarea contravalorii produsului de la data achiziției.
5. Reclamațiile privind lipsa unor componente sau piese vor fi luate în considerare doar dacă sunt efectuate la asamblarea produsului de către un tehnician al vânzătorului sau dacă sunt semnalate imediat după recepția produsului.
6. Vânzătorul este responsabil de lipsa de conformitate a unui produs la data vânzării, indiferent de garanție, conform legii.
7. Durata medie de viață a produselor este de 5 ani.

**Garanția produsului nu se acordă și nu acoperă reparațiile pentru următoarele situații:**

- Defecte apărute în urma nerespectării instrucțiunilor de exploatare și depozitare conform documentației produsului;
- Defecte și lovituri apărute în urma transportului sau unor lovituri mecanice asupra echipamentelor, componentelor sau afișajului;
- Tentativa de reparație a defectelor apărute de către persoane sau centre service neautorizate;
- Tentativa de falsificare, modificare sau deteriorarea completă a certificatului de garanție, etichetei ce conține seria de fabricație a echipamentului sau prezentarea unui certificat de garanție în alb sau completat necorespunzător;
- Defecte apărute în urma unor dezastre, calamități sau accidente naturale (ploaie, inundații, incendii, cutremure, etc.), în urma infiltrațiilor de lichide, insecte ce intră în echipamente sau umezelii excesive din mediul de folosire sau depozitare și altele;
- Folosirea împreună cu alte echipamente defecte, cu module sau componente defecte sau incompatibile;
- Este recomandat montajul profesional al echipamentelor, efectuat contra cost de către tehnicienii companiei. Defectele apărute în cazul sau datorită unei montări necorespunzătoare efectuate de către client sau de către persoane neautorizate nu sunt acoperite de garanție;
- Echipamentul nu este supus unei verificări anuale. Acest serviciu este disponibil contra cost.
- Dacă echipamentele sunt destinate **pentru uz casnic**, folosirea lor pentru uz profesional este interzisă și nu este acoperită de garanție;
- Nu sunt eligibile pentru reparație sau înlocuire în garanție următoarele: apariția unor conexiuni slăbite, zgomote sau scârțâituri datorate unui uz normal, zgârieturi sau deformități estetice, rupturi sau detașarea unor părți datorită unor lovituri mecanice, elemente de plastic și cauciuc, curele, lanțuri, rulmenți, șuruburi și nituri, orice alt element cu o durată de viață limitată, baterii și cabluri de conectare la rețeaua electrică.

**Pentru o funcționare normală a produsului va rugăm să respectați instrucțiunile din manualul de utilizare al produsului primit împreună cu produsul, disponibil pe [yakosport.ro/garantii-reclamatii.html](http://yakosport.ro/garantii-reclamatii.html) sau aici .....**

**Prin prezenta confirm că am primit produsul în perfectă stare de funcționare împreună cu manualul de utilizare în limba română și am luat la cunoștință că prezentul certificat de garanție este valabil numai însoțit de factura de achiziție și de bon fiscal sau chitanță. Dacă produsul nu este însoțit de prezentul certificat sau garanția este expirată sau anulată de către service datorită utilizării în condiții anormale (conform certificatului), reparația se va efectua, cu acordul meu, contra cost.**

Semnătură Client



**Oficiu:**  
**Telefon:**  
**E-mail:**  
**Web:**

Str, Tetz Iztok nr. 20, Ruse, Bulgaria  
034 6630 002  
[office@yakosport.ro](mailto:office@yakosport.ro)  
[www.yakosport.ro](http://www.yakosport.ro)  
[www.insportline.bg](http://www.insportline.bg)