Kondiční nastavitelné švihadlo s mechanickým počítadlem

Červené švihadlo s počítadlem 275 cm Nastavitelná fitness

Model: 17407LE21 • Značka: LEAN • Uživatelská a dílenská technická dokumentace



DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ

Před prvním uvedením výrobku do provozu si důkladně a s porozuměním prostudujte tento originální návod k obsluze. Dodržujte veškeré bezpečnostní pokyny, výstrahy a doporučené pracovní postupy. Návod pečlivě uschovejte pro budoucí použití po celou dobu životnosti výrobku.

ZÁKLADNÍ POPIS A URČENÍ VÝROBKU

Kondiční fitness švihadlo LEAN v červeném provedení s plynule nastavitelnou délkou lanka až 275 cm, měkkými pěnovými protiskluzovými rukojeťmi a vestavěným mechanickým počítadlem přeskoků (0–999) s nulovacím tlačítkem.

KLÍČOVÉ TECHNICKÉ PARAMETRY (VÝBĚR)

Katalogové číslo / SKU	17407LE21
EAN kód	5905991002734
Značka / výrobce	LEAN (FH LEAN, Polsko)
Maximální délka lanka	275 cm (plynule zkracovatelná dle výšky postavy)

1. PODROBNÁ TECHNICKÁ SPECIFIKACE VÝROBKU

Následující tabulka uvádí kompletní ověřené parametry, provozní limity a konstrukční vlastnosti:

Technický parametr / Vlastnost	Jmenovitá hodnota / Specifikace
Katalogové číslo / SKU	17407LE21
EAN kód	5905991002734
Značka / výrobce	LEAN (FH LEAN, Polsko)
Maximální délka lanka	275 cm (plynule zkracovatelná dle výšky postavy)
Počítadlo přeskoků	Mechanické 3místné (rozsah 000–999, bez baterií)
Nulování počítadla	Boční tlačítko RESET na rukojeti
Rukojeti	Ergonomické s měkkým pěnovým protiskluzovým potahem
Hmotnost	cca 90 g
Barva	Červená / černo-červené pěnové gripy
Určení	Kondiční trénink, kardio cvičení, rozcvička dětí i dospělých
Napájení	Čistě mechanický převod (nevyžaduje baterie)
Údržba	Otření pěnových madel a volné smotání lanka

2. POPIS HLAVNÍCH KONSTRUKČNÍCH ČÁSTÍ A PRVKŮ

Přehled nejdůležitějších komponentů, funkčních prvků a montážních dílů:

- **1. Ohebné švihové lanko (275 cm)** – Zajišťuje plynulý švih s nízkým odporem vzduchu.
- **2. Pravá rukojeť s mechanickým počítadlem** – Automaticky přičítá každou otáčku při švihu vpřed.
- **3. Průhledné odečítací okénko (000–999)** – Zobrazuje aktuální počet vykonaných přeskoků.
- **4. Nulovací tlačítko RESET** – Okamžitě vrátí číselník počítadla na nulu.
- **5. Levá vyvážená rukojeť** – Tvarově shodná pro symetrický úchop obou rukou.
- **6. Měkké pěnové návleky rukojetí** – Sají pot a brání vyklouznutí madel z dlaní.
- **7. Otočné koncové čepy lanka** – Omezují překrucování šňůry při rychlém tempu.
- **8. Vnitřní posuvná zarážka délky** – Umožňuje upravit délku lanka bez stříhání.
- **9. Koncové krytky rukojetí** – Uzavírají dutinu se seřizovací sponou lanka.
- **10. Odolné plastové jádro rukojetí** – Chrání převod počítadla při odložení na podlahu.

3. PŘEDEPSANÉ OSOBNÍ OCHRANNÉ PRACOVNÍ PROSTŘEDKY (OOPP)

Obsluha je povinna při veškerých činnostech s výrobkem používat certifikované ochranné pomůcky dle platných EN norem:

PEVNÁ SPORTOVNÍ OBUV A VOLNÝ PROSTOR KOLEM CVIČENCE! – Při skákání přes švihadlo noste odpruženou sportovní obuv a zajistěte volný prostor min. 1,5 m před a za sebou i min. 0,8 m nad hlavou, aby nedošlo k zasažení osob či svítidel švihajícím lankem!

ZÁKAZ OMOTÁVÁNÍ ŠVIHADLA KOLEM KRKU! – Švihadlo délky 275 cm představuje u malých dětí riziko uškrcení — děti cvičí pod dohledem a po tréninku švihadlo smotejte mimo dosah batolat!

Výstraha pro obsluhu: Nepoužívání předepsaných ochranných prostředků zvyšuje riziko zranění, mechanického poškození zraku, sluchu či úrazu odletujícími částicemi, elektrickým proudem nebo tlakem.

4. BEZPEČNOSTNÍ POKYNY A PROVOZNÍ VAROVÁNÍ

VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY: Před započetím práce zajistěte, aby se v pracovním prostoru nezdržovaly nepovolané osoby, děti ani zvířata. Udržujte pracoviště v čistotě, suchu a s dostatečným osvětlením. Nepracujte pod vlivem alkoholu, omamných látek či při nadměrné únavě.

⚠ Cvičte na rovném neklouzavém povrchu (tělocvična, gumová podložka, hladký trávník); hrubý beton a asfalt zkracují životnost středové části lanka.
⚠ Mechanické počítadlo je umístěno v pravé rukojeti — držte tuto rukojeť v pravé ruce, aby otáčení vpřed sčítalo přeskoky správným směrem.
⚠ Při nulování počítadla mačkejte tlačítko RESET plynule bez hrubé síly.
⚠ Po zkrácení délky lanka vždy spolehlivě zacvakněte koncovou zátku rukojeti.

5. PŘEDPROVOZNÍ KONTROLNÍ SEZNAM (CHECKLIST)

Před každým použitím nebo uvedením do chodu zkontrolujte:
1. Zkontrolujte plynulé protáčení otočných čepů lanka v obou pěnových rukojetích.
2. Ověřte neporušenost pláště lanka bez prodření nebo uzlů.
3. Stiskem tlačítka RESET ověřte vynulování třímístného počítadla na 000.
4. Stoupnutím snožmo na střed lanka zkontrolujte správnou délku (konce rukojetí sahají k podpaží).

6. NÁVOD K MONTÁŽI, PŘÍPRAVĚ A OBSLUZE (1. ČÁST)

Postupujte podle níže uvedených technologických kroků a dbejte na správné nasazení a seřízení:

1. Nastavení délky lanka (max. 275 cm): sejměte koncovou krytku rukojeti, posuňte pojistnou sponu na lanku podle výšky postavy a krytku znovu nasaďte.
2. Vynulování počítadla: stiskněte nulovací tlačítko na rukojeti s okénkem do zobrazení 000.
3. Správný úchop: uchopte rukojeť s počítadlem do pravé ruky a druhou do levé za měkké protiskluzové pěnové gripy.

6. NÁVOD K OBSLUZE, PRACOVNÍ POSTUPY A UKONČENÍ PRÁCE (2. ČÁST)

4. Technika skákání: lokty držte blízko u těla, švihejte kroužením zápěstí a dopadejte měkce na špičky s mírně pokrčenými koleny.
5. Ukončení tréninku: odečtěte počet přeskoků (až 999), otřete pěnové rukojeti a švihadlo volně stočte.

7. PLÁN PRAVIDELNÉ DÍLENSKÉ ÚDRŽBY, OŠETŘOVÁNÍ A SKLADOVÁNÍ

Pravidelná údržba prodlužuje životnost výrobku a zajišťuje maximální provozní bezpečnost a spolehlivost:

Interval údržby	Předepsaný servisní úkon / Ošetření
Otření pěnových rukojetí mírně navlhčeným hadříkem a vysušení po tréninku	Odstraňuje pot a udržuje hygienický neklouzavý úchop.
Volné smotání nebo zavěšení švihadla bez ostrého lámání lanka	Zabraňuje tvarové paměti a kroucení lanka při dalším cvičení.
Ochrana mechanického počítadla před vniknutím vody a písku	Zajišťuje přesný a lehký chod číselníkového převodu.

8. DIAGNOSTIKA MOŽNÝCH ZÁVAD A JEJICH ODSTRANĚNÍ (TROUBLESHOOTING)

V případě nestandardního chování vyhledejte příčinu a nápravu v diagnostické matici níže:

Symptom závady	Pravděpodobná příčina	Doporučené nápravné opatření
Počítadlo nenačítá přeskoky nebo odečítá zpět	Rukojeť s počítadlem je držena v levé ruce místo v pravé	Přehmátněte rukojeť s displejem do pravé ruky pro správný směr otáčení při švihu vpřed.
Lanko se při skákání kroutí	Zkroucené uložení lanka v otočném čepu	Vyvěste švihadlo za rukojeti, nechte lanko rozmotat a srovnejte koncovku v otočném oku.
Časté zavadění lanka o špičky bot	Nevhodně nastavená délka švihadla	Postavte se na střed lanka a upravte posuvnou zarážku tak, aby konce rukojetí dosahovaly k podpaží.

9. OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ A LIKVIDACE ODPADU

Ekologická likvidace a materiálová recyklace výrobku a obalů (zákon č. 541/2020 Sb., o odpadech):
Tento mechanický výrobek neobsahuje nebezpečné elektronické součásti, po skončení životnosti však nepatří do směsného komunálního odpadu. Ocelové, litinové, hliníkové, plastové či dřevěné části odevzdejte k druhotnému surovinovému využití ve sběrném dvoře a přepravní obaly vytřiďte do příslušných kontejnerů (papír PAP 20/21, plasty LDPE/PP).

PROHLÁŠENÍ O SHODĚ A BEZPEČNOSTI VÝROBKU DLE (EU) 2023/988 (GPSR)

(vydané v souladu s nařízením Evropského parlamentu a Rady (EU) 2023/988 a předpisy EU / ČR)

Dovozce / Odpovědná osoba EU:	**PajAndy Group s.r.o.**, Roháčova 145/14, 130 00 Praha 3, ČR (IČO: 21946288 • e-mail: info@nasenaradi.cz)
Výrobce / Původ:	LEAN (FH LEAN, ul. Oświatowa 44, 42-400 Zawiercie, Polsko)
Výrobek a obchodní název:	**Červené švihadlo s počítadlem 275 cm Nastavitelná fitness**
Typové označení / Model:	**17407LE21** (Značka: LEAN)
Funkce a určení výrobku:	Červené švihadlo s počítadlem 275 cm • Online archiv: portal.jakubpracuje.cz/manuals

splňuje příslušná ustanovení a základní požadavky na bezpečnost a ochranu zdraví následujících předpisů Evropské unie:

- Nařízení (EU) 2023/988 o obecné bezpečnosti výrobků (GPSR)

a bylo navrženo a posouzeno v souladu s následujícími technickými a harmonizovanými normami (ČSN EN / ISO):

- ČSN EN ISO 12100:2011

Místo vydání: Dolní Lutyně, Česká republika
Datum vystavení: 2026

Za dovozce / odpovědnou osobu: **Pavel Bužek**
Oprávněná osoba pro technickou dokumentaci a shodu výrobků

Záruční podmínky a reklamace: Na výrobek je poskytována zákonná záruka 24 měsíců pro spotřebitele (12 měsíců při nákupu na IČO). Záruka se nevztahuje na přirozené provozní opotřebení spotřebních částí (uhlíkové kartáče, brusivo, těsnění, břity, filtry, baterie) ani na poškození způsobené přetížením, použitím v rozporu s tímto návodem či zanedbanou údržbou. Servis a podpora: **info@nasenaradi.cz**.