

Programovatelný eliptický trenažér



NEŽ ZAČNETE

- Většina strojů je vybavena nářadím, které budete nezbytně potřebovat pro složení. Možná ale zjistíte, že se vám bude lépe pracovat s nářadím, které máte již doma a bude se vám s ním pracovat lépe.
- Je důležité, sestavovat stroj na čistém, volném a přehledném místě, abyste měli dostatek prostoru pro rozložení součástek a předešli případnému zranění.
- Sestavujte stroj nejlépe ve dvou lidech, stroj může být těžký, některé komponenty budou potřebovat přidržet a vy nebudete mít volné ruce. Předejdete tím zranění nebo poškození stroje.
- Opatrně otevřete karton a dávejte pozor na upozorňující nálepky na různých součástkách - může být křehké, atd. Nepoužívejte k otevírání žádné ostré předměty, aby nedošlo k poškrábání stroje, a vytáhněte všechny součástky z krabice.
- Každou vytaženou součástku překontrolujte a ujistěte se, že máte všechny součástky uvedené v seznamu součástek. Některé části už mohou být před-montovány.
- Pokud cokoli chybí, nebo je něco v nepořádku, kontaktujte svého prodejce!

BEZPEČNOSTNÍ INSTRUKCE

- Maximální nosnost tohoto stroje je 110Kg
- Při montáži postupujte opatrně krok po kroku
- Pro montáž použijte pouze ty součástky, které náleží ke stroji
- Před zahájením cvičení a poté každý měsíc kontrolujte těsnost a dotažení šroubů a celkový stav stroje. Je-li některá část poškozená, kontaktujte svého prodejce a do doby, než bude vadná část vyměněna, stroj nepoužívejte
- Vždy se ujistěte, že je stroj umístěn na pevném a rovném povrchu
- Doporučuje se použít nějakou podložku pod stroj, aby nedošlo k poškození podlahy
- K očištění stroje nepoužívejte žádné chemické a agresivní přípravky
- Tento stroj je navržen pouze pro dospělé osoby. Ujistěte se, že se děti zdržují z dosahu stroje
- Před zahájením cvičení prokonzultujte se svým lékařem váš zdravotní stav
- Stroj neskladujte v chladných a vlhkých prostorách, může dojít ke korozi!
- Na cvičení vždy zvolte vhodné oblečení včetně obuvi

CVIČENÍ

Začátek

- Jak budete cvičit záleží na Vás. Každý člověk je jiný, každý má jiný cíl, jinou stavbu těla a tím pádem bude cvičení u každé osoby jiné. Pokud jste nikdy necvičili, netrénovali po delší dobu, nebo máte těžší nadváhu, musíte s cvičením začít pomalu a pomalu zvyšovat zátěž a úroveň cvičení. Například každý týden víc o pár minut prodlužte trénink.
- Kombinací zdravé stravy a pravidelného tréninku můžete dosáhnout zlepšení jak fyzické kondice, tak zdravotního stavu a úbytku váhy.

Aerobní cvičení

- Cvičení na tomto stroji je ideálním aerobním cvičením, které je založen na principu „lehkého“, ale dlouhého cvičení. Aerobní cvičení je založeno na zlepšení cirkulace a příjmu kyslíku, které zlepší výkonnost a fyzickou kondici Vašeho těla. Musíte dýchat pravidelně a nezadržávat se.
- Ideální perioda cvičení je třikrát týdně po dobu 30ti minut. Postupně je možné zvyšovat zátěž dle Vaší kondice a požadavků. Doporučujeme kombinovat cvičení se zdravou stravou. Osobám, které chtějí hubnout je doporučováno začít se cvičením po dobu 30 minut a postupně prodlužovat až na 1 hodinu. Začněte s pomalým cvičením a nízkým odporem a postupně přidávejte. Efektivita cvičení může být měřena sledováním hodnoty tepové frekvence a srdečního pulsu.

1. Zahřátí

- Kvalitní cvičení začíná zahřívacím kolem, aerobním tréninkem a vydýcháním. Nikdy nezačínajte cvičit bez předchozího zahřátí svalů, které provedete lehkým šlapáním na kole a následným protažením. Stejně tak se po každém cvičení pořádně vydýchejte a proveďte protahovací cviky. Předejdete tak křečím ve svalech či zraněním. Tato část by měla trvat 5-10min.

2. Aerobní cvičení

- Začátečníci by měli zezáátku cvičit každý druhý den, aby se nepřepínali. Později můžete zvyšovat četnost cvičení a jeho trvání. Pokud Vám to bude vyhovovat, cvičte klidně 6 dní v týdnu a sedmý den si dopřejte odpočinek.

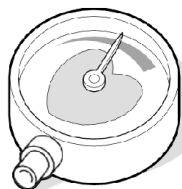
3. Vychladnutí

- Po každém cvičení proveďte protahovací cviky, abyste předešli křečím ve svalech. Tato část by měla trvat 5-10min.

Cvičení v cílové zóně

- V následující tabulce je zobrazeno, v jakém rozmezí by se měl pohybovat váš puls, aby bylo cvičení efektivní, ale zároveň jste se nepřepínali. V levém sloupci je zobrazen věk, v prostředním rozmezí pulsu, ve kterém by se měli pohybovat začátečníci a v pravém sloupci je rozmezí pulsu pro sportovce a osoby s pravidelnou fyzickou zátěží
- Pro zjištění vaší aerobní zóny vyhledejte v sloupci svůj věk a podle toho, v které jste kategorii (začátečník/sportovec) následně vyhledejte rozmezí svého pulsu ve kterém byste se měli během cvičení pohybovat. Puls změříte pomocí senzorů v řídítkách

Věk	Začátečníci	Sportovci
20-24	145-165	155-175
25-29	140-160	150-170
30-34	135-155	145-165
35-39	130-150	140-160
40-44	125-145	135-155
45-49	120-140	130-150
50-54	115-135	125-145
55-59	110-130	120-140
60 a více	105-125	115-135



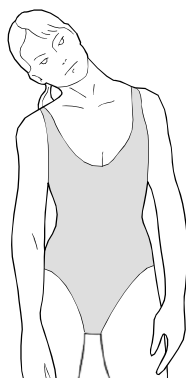
Pokyny ke cvičení

Zklidnění

Jako prevenci před svalovou únavou a následnými svalovými křečemi, nezapomínejte na fázi zklidnění po ukončení tréninku, aby se Váš srdeční puls mohl vrátit k normálním hodnotám.

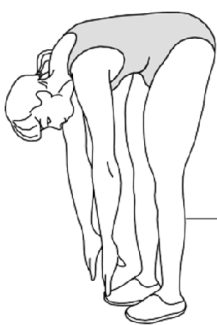
Rozcvička - zahřátí a protáhnutí

Vydržte v každé z následujících pozic minimálně 10 vteřin a poté sval uvolněte. Každý cvik opakujte 2-3x. Cviky provádějte vždy před zahájením aerobního tréninku, ale také po jeho ukončení.



Kroužíme hlavou

Stůjte vzpřímeně, předkloňte hlavu vpřed a lehce otáčejte hlavu k pravému rameni, ucítíte mírný tah na levé straně krku. Vraťte hlavu zpět na střed a pomalu otáčejte hlavou k levému rameni, tah ucítíte na pravé straně krku a znovu vraťte do předklonu. Nakonec předkloňte hlavu co nejvíce vpřed, tah ucítíte na zadní straně krku. Toto cvičení opakujte 2-3x



Dotkněme se palců

Pomalu se předklánějte vpřed. Uvolněte ramena a snažte se nekrčit kolena. Pomalým tahem se pokuste dotknout palců u nohou a v této pozici vydržte 10 vteřin

Pokyny ke cvičení

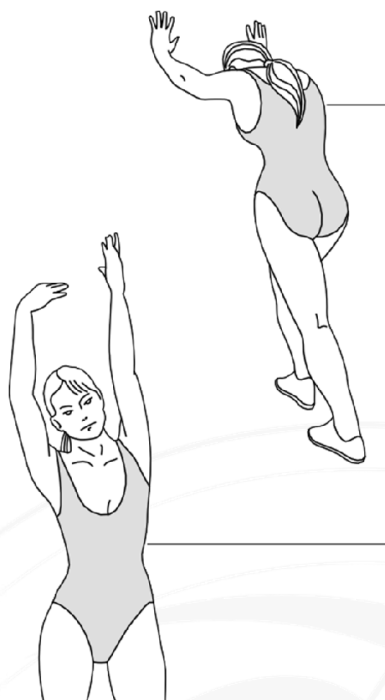


Zvedáme ramena

Zvedněte pravé rameno vzhůru směrem k uchu a vydržte určitou časovou jednotku. Dále opakujte to stejné s levým ramenem po dobu stejného času. Celé cvičení opakujte 3-4x.

Protahujeme hýždě a Achillovu šlachu

Stoupněte si čelem ke zdi a opřete se o ni oběma rukama. Jednu nohu nechejte vepředu a druhou protáhněte směrem vzad. Obě chodidla musí být na zemi. Přední nohu více ohněte a zadní protáhněte co nejdál. Ucítíte tah na zadní straně stehna a Achillovu šlachu. Vydržte 5 vteřin, poté nohy vyměňte. Opakujte 2-3x.



Vytahujeme se z boků

Opatrně zvedněte obě paže nad hlavu a pravou rukou se snažte dosáhnout co nejvýše, poté ruce vystřídejte a natahujte levou paži. Ucítíte mírný tah všech bočních svalů. Opakujte 3-4x.

Protahujeme vnitřní strany stehen

Sedněte si na zem do tzv. tureckého sedu, chodidla dejte k sobě a kolena od sebe. Sedíte vzpřímeně, držte chodidla u sebe a pomalu se předklánějte trupem vpřed. Kolena můžete opatrně odtlačovat lokty. V této pozici vydržte 5 vteřin. Opakujte 3-4x.



Dotknout se špičky

Sedíte na zemi, levou nohu ohněte a pravou natáhněte před sebe. Opatrně natahujte pravou paži vpřed, co nejdále dosáhnete a pokuste se chytit za špičku chodidla. Vydržte v maximální pozici 10 vteřin. Nohy a paže vystřídejte. Opakujte 2-3x.





Pokyny ke cvičení

Základní plán aerobního cvičení

Připravili jsme pro Vás návrh cvičebního plánu. Nezapomínejte pravidelně dýchat a cvičte pouze tak, aby Vám to bylo příjemné, nepřepínejte se, mohlo by dojít ke zranění.

1. a 2. týden

Zahřátí 5 - 10 minut

Cvičte 4 minuty

Zklidnění 5 minut

Odpočívejte 1 minutu

Cvičte 2 min.

Cvičte pomalu 1 minutu

3. a 4. týden

Zahřátí 5 - 10 minut

Cvičte 5 minut

Zklidnění 5 minut

Odpočívejte 1 minutu

Cvičte 3 minuty

Cvičte pomalu 2 minuty

5. a 6. týden

Zahřátí 5 - 10 minut

Cvičte 6 minut

Zklidnění 5 minut

Odpočívejte 1 minutu

Cvičte 4 minuty

Cvičte pomalu 3 minuty

7. a 8. týden

Zahřátí 5 - 10 minut

Cvičte 5 minut , Cvičte 3 minuty

Zklidnění 5 minut

Cvičte 2 minuty , Cvičte pomalu 1 minutu

Cvičte 4 minuty , Cvičte pomalu 3 minuty

9. týden a dále

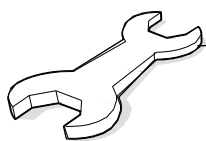
Zahřátí 5 - 10 minut

Cvičte 5 minut, Cvičte 3 minuty

Zklidnění 5 minut

Cvičte 2 minuty, Cvičte pomalu 1 minutu, Opakujte celý cyklus 2-3x

Tohle je pouze návrh tréninkového plánu, nemusí být vhodný pro každého.



Počítač



FUNKCE TLAČÍTEK:

START/STOP:

1. Spustí nebo pozastaví cvičení
2. Dlouhým stiskem resetujete všechny naměřené hodnoty

DOWN / DOLŮ: Snižuje hodnoty: TIME - čas, DISTANCE - vzdálenost, atd. Během cvičení snižuje zátěž

UP / NAHORU: Zvyšuje hodnoty: TIME - čas, DISTANCE - vzdálenost, atd. Během cvičení zvyšuje zátěž

MODE/ENTER: Stiskem potvrďte vybrané či nastavené hodnoty. Během cvičení stiskněte pro zobrazení funkcí na LCD displeji.

TEST (PULSE, RECOVERY): Stiskněte tlačítko pro spuštění testu obnovy srdečního pulsu Recovery.

Výsledek zobrazuje úroveň Vaší fyzické kondice: Úroveň 1-6 se zobrazí po 1 minutě měření. F1 je nejlepší výsledek a F6 je nejhorší.

Tabuka výsledků Recovery testu

- 1.0 Mimořádný
- $1.0 < F < 2.0$ Vynikající
- $2.0 \leq F \leq 2.9$ Dobrý
- $3.0 \leq F \leq 3.9$ Slabý
- $4.0 \leq F \leq 5.9$ Podprůměrný
- 6.0 Špatný

Nastavení cvičení

Zapněte počítač a pomocí tlačítek UP a DOWN natavte požadovaný režim tréninku. Stiskem tlačítka MODE/ENTER vybraný režim potvrdíte.

Nastavení hodnot

Po výběru požadované režimu lze nastavit hodnoty pro požadované výsledky.

Hodnoty:

TIME - čas / DISTANCE - vzdálenost / CALORIES - kalorie / T.H.R – cíl pulsu / ODO - odometr/ RPM-otáčky za minutu

Poznámka: V některých programech lze nastavit pouze některé hodnoty

Stiskněte MODE/ENTER pro výběr programu, a okénko "Time čas" začne blikat. Pomocí tlačítek UP a DOWN nastavte požadovanou hodnotu času. Stiskněte MODE/ENTERKEY pro potvrzení hodnoty.

Začne blikat další hodnota. Pomocí UP a DOWN nastavte další hodnoty. Stiskněte START/STOP pro zahájení cvičení.

Hodnota	Rozmezí nastavení	Přednastavená hodnota	Snížení/ Zvýšení	Popis
Time - čas	0:00~ 99:00	00:00	$\pm 1:00$	1.Pokud je nastaven 0:00, bude se přičítat 2.Pokud je nastaven 1:00~ 99:00, bude se odečítat do 0.
Distance - vzdálenost	0.00~99.90	0.00	± 0.1	1. Pokud je 0.0, bude se vzdálenost přičítat 2. Pokud je 1.0~99.90, bude se odečítat do 0.
Calories - kalorie	0~999.0	0	± 1	1. pokud je nastaveno 0, budou se kalorie přičítat 2. Pokud jsou nastaveny 1.0~999.0, budou se odečítat do 0.
T.H.R – cíl srdečního pulsu	60~220	0	± 1	Pokud je nastavená hodnota přesáhnuta, bude hodnota pulsu blikat.

Funkce

Manuální režim (P1)

Vyberte režim **“Manual”** pomocí tlačítek UP a DOWN KEY potvrďte výběr stiskem MODE/ENTER. První hodnota pro nastavení **“Time -čas”** začne blikat a pomocí UP a DOWN jej nastavte. Stiskněte MODE/ENTER pro uložení hodnot a přesunutí na další hodnotu.

Po nastavení všech hodnot stiskněte START/STOP pro zahájení cvičení

Poznámka: Pokud některá z nastavených hodnot dosáhne 0, ozve se pípání a cvičení se zastaví. Stiskněte START pro pokračování ve cvičení dokud nebude dosaženo další hodnoty k 0.

Přednastavené programy (P2-P11)

Je zde 10 přednastavených programů. Každý program je složen ze 16-ti úrovní zátěže.

Nastavení hodnot přednastavených programů

Pro výběr přednastaveného programu použijte UP a DOWN a poté stiskněte MODE/ENTER pro potvrzení.

První hodnota pro nastavení **“Time -čas”** začne blikat a pomocí UP a DOWN jej nastavte. Stiskněte MODE/ENTER pro uložení hodnot a přesunutí na další hodnotu.

Po nastavení všech hodnot stiskněte START/STOP pro zahájení cvičení

Poznámka: Pokud některá z nastavených hodnot dosáhne 0, ozve se pípání a cvičení se zastaví. Stiskněte START pro pokračování ve cvičení dokud nebude dosaženo další hodnoty k 0.

Program s nastavením Srdečního pulsu (P12)

Nastavení hodnot pro cíl srdečního pulsu

Pro výběr programu cíle srdečního pulsu **“TARGET H.R.”** použijte UP a DOWN a poté stiskněte MODE/ENTER pro potvrzení. První hodnota pro nastavení **“Time -čas”** začne blikat a pomocí UP a DOWN jej nastavte.

Stiskněte MODE/ENTER pro uložení hodnot a přesunutí na další hodnotu.

Poznámka: Pokud je Váš puls nižší než nastavená cílová hodnota, počítač automaticky změní zátěž cvičení. Počítač provede kontrolu pulsu každých 25 vteřin a zátěž se sníží nebo zvýší. Pokud některá z nastavených hodnot dosáhne 0, ozve se pípání a cvičení se zastaví. Stiskněte START pro pokračování ve cvičení dokud nebude dosaženo další hodnoty k 0.

Funkce počítače

Počítač aktivujete zahájením šlapání nebo stiskem tlačítka MODE. Po 4 minutách nečinnosti se počítač přepne do režimu spánku.

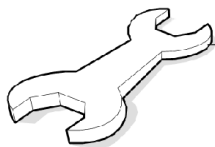
Chybové hlášky Error

Pokud se na displeji zobrazí chybová hláška Error např. E1, kontaktujte své servisní centrum.

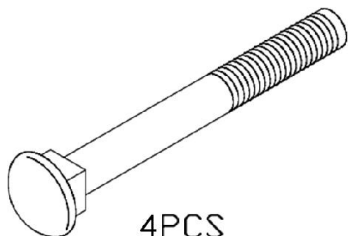
Výměna baterií

Pro fungování stroje je nutné vložit do zadní části monitoru 2 baterie typu AAA (není součástí balení). Ujistěte se, že při vkládání baterií dodržujete jejich polaritu. Špatným vkládáním můžete poškodit monitor, nebo jeho vnitřní část. Staré baterie vyhodte do vhodného kontejneru.

Montáž



Zde jsou vyobrazeny všechny součásti, které budete potřebovat k sestavení trenážeru.



4PCS

†66:M8×75



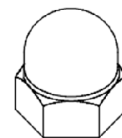
4PCS

†37:Ø8.5×Ø18



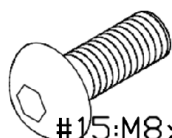
4PCS

†30:Ø8.5×Ø14



4PCS

†63:M8



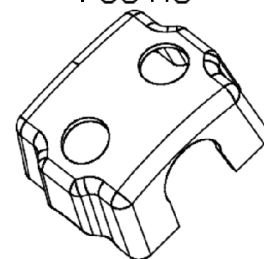
#15:M8×20
2PCS



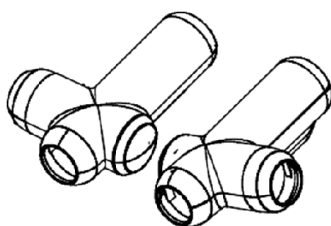
#16:Ø8.5×Ø25
2PCS



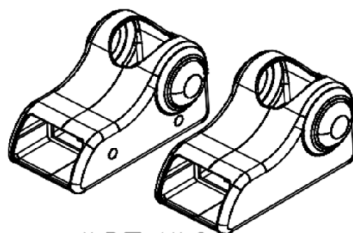
#17:Ø19.5×Ø28
2PCS



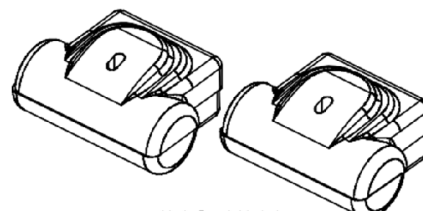
#50
1pcs



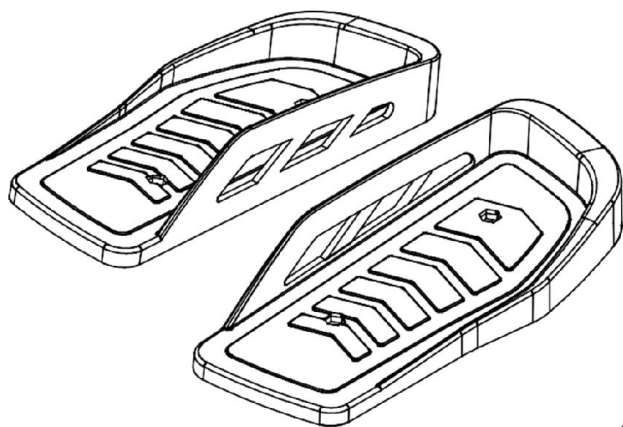
#34/#35



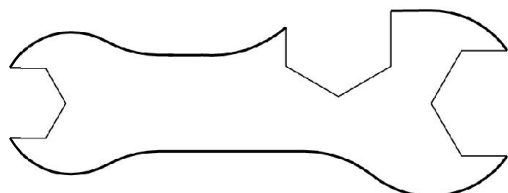
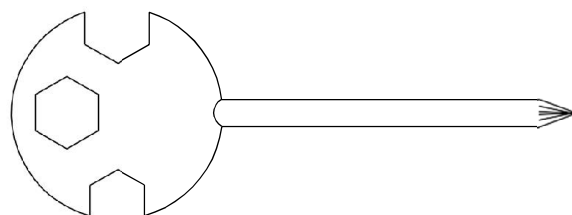
#25/#68



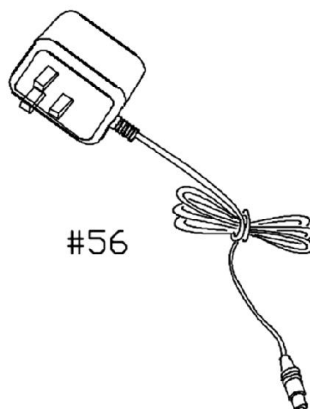
#10/#11



#23

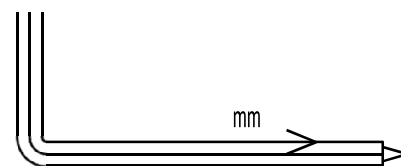


13*14*15

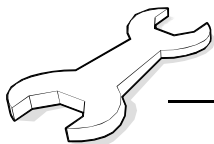


#56

10~13~17



5

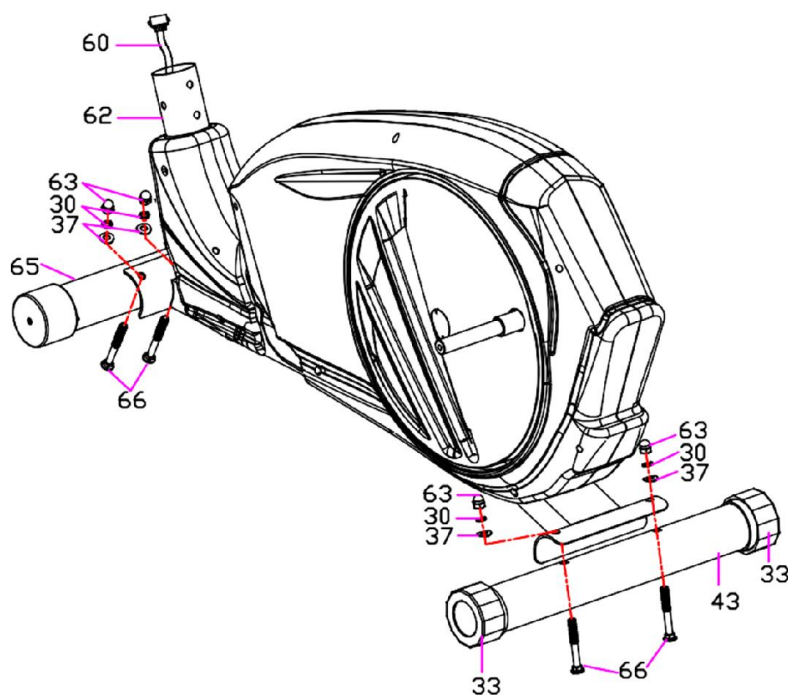


Montáž

1

Připevněte k hlavnímu rámu (62) přední a zadní stabilizátor (65 & 43) přiloženými imbusovými šrouby (66) M8 x 75 mm a pomocí podložky (37) 8,5 x 18 a pérové podložky (30) 8,5x14 a pomocí matice (63) M8 dotáhněte napevno.

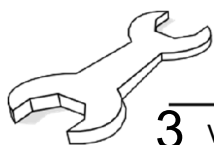
Doporučení: Kovové plochy, které se dotýkají, je vhodné namazat obyčejnou průmyslovou vazelínou. Tímto se předejde nežádoucímu vrzání. Jde o plochy: krk hlavního rámu (62) - tam kde se připevňuje rám řídítek (55) a plochy kde se připevňují nohy trenažéru, tj. díl č 65 a 43





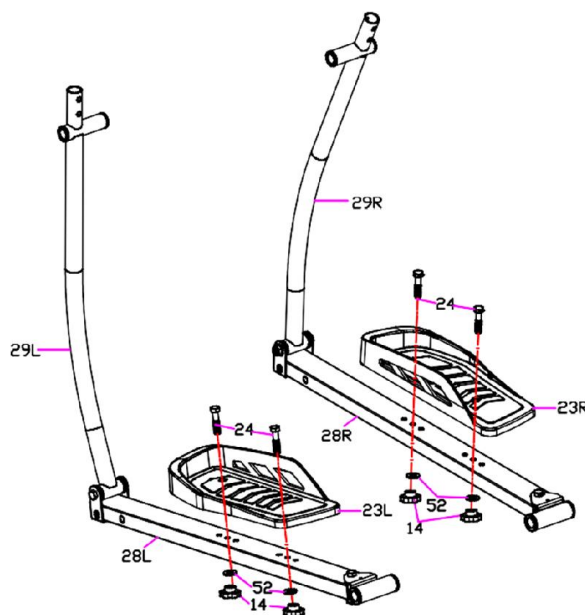
Vezměte díl (55) propojte kabel (59 a 60) dle přiloženého obrázku a pomocí imbusového šroubu (58) M8x30 a pérové podložky (30) M8 a ploché podložky (37) Ø8.5xØ18 sešroubujte ohromady.

[illegible]



Montáž

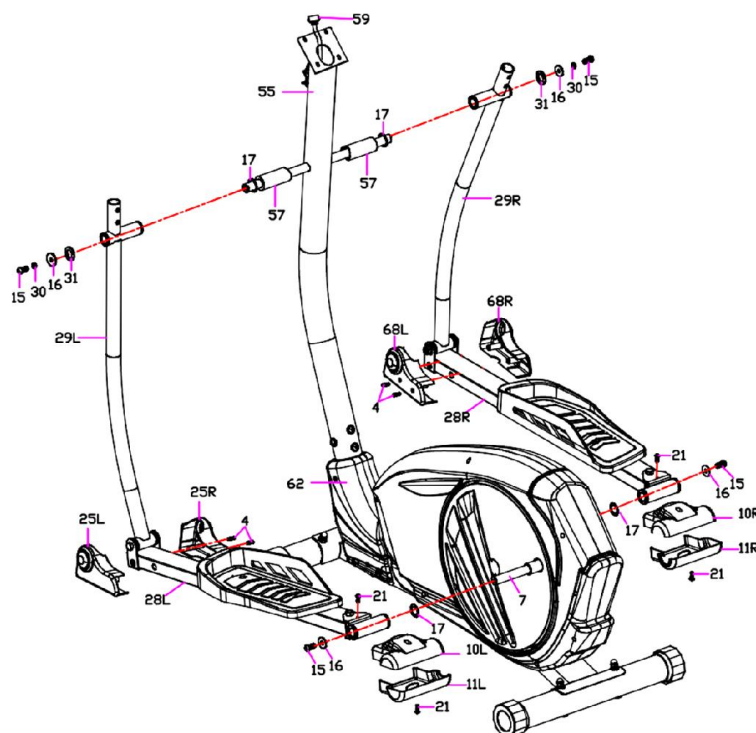
- 3** Vezměte díl (29L) a díl (23L) a pomocí šroubu (24) upevněte pedal k dílu (28L) pomocí podložky (52) $\varnothing 8.5 \times 16$ a nylonové matice (14). Vezměte díl (29R) a díl (23R) a pomocí šroubu (24) upevněte pedal k dílu (28R) pomocí podložky (52) $\varnothing 8.5 \times 16$ a nylonové matice (14).

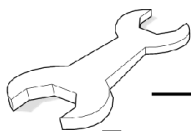


- 4** Na díle (55) se nachází hřídel, na kterou nasunete díly (57 a 17). Dále vezměte díl (29L) a (29R) a nasuňte na hřídel. Vše zajistěte pomocí podložky (31) a (16), pérové podložky (30) M8 a šroubu (15) M8x20. Na zadní hřídel (7) nasadte podložku (17). Dále nasuňte díl (28L) a (28R) a vše zajistěte podložkou (16) a utáhněte imbusovým šroubem (15) M8x20.

Vezměte díl (25L) a (25R) a zakrytujte kloub na díle (28) pomocí šroubu (4) M4x20. Dále vezměte díl (10L) a (11L) a zakrytujte zadní kloub pomocí šroubu (21) M5x12.

Dále nasuňte díl (28L) a (28R) a vše zajistěte podložkou (16) a utáhněte imbusovým šroubem (15) M8x20. Vezměte díl (68L) a (68R) a zakrytujte kloub na díle (28R) pomocí šroubu (4) M4x20. Dále vezměte díl (10L) a (11L) a zakrytujte zadní kloub pomocí šroubu (21) M5x12. Zkontrolujte a dotáhněte všechny šrouby napevno.





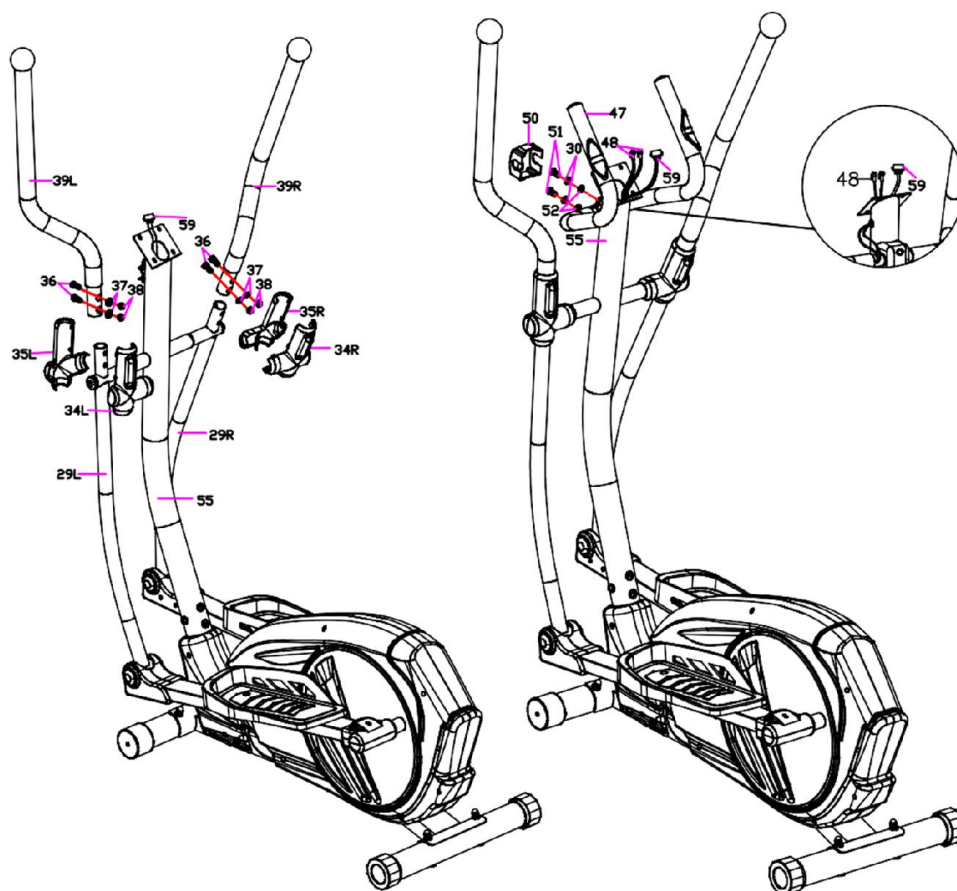
Montáž

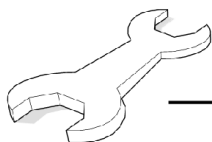
5

Vezměte díl (39L) a nasuňte na díl (29L). Pomocí šroubu (36) M8x40, podložky (37) $\varnothing 8.5 \times \varnothing 18$ a matice (38) dotáhněte napevno. Vezměte díl (35L) a (34L) a zakrytujte (zacvakněte) kloubní spoj. Vezměte díl (39R) a nasuňte na díl (29R). Pomocí šroubu (36) M8x40, podložky (37) $\varnothing 8.5 \times \varnothing 18$ a matice (38) dotáhněte napevno. Vezměte díl (35R) a (34R) a zakrytujte (zacvakněte) kloubní spoj.

6

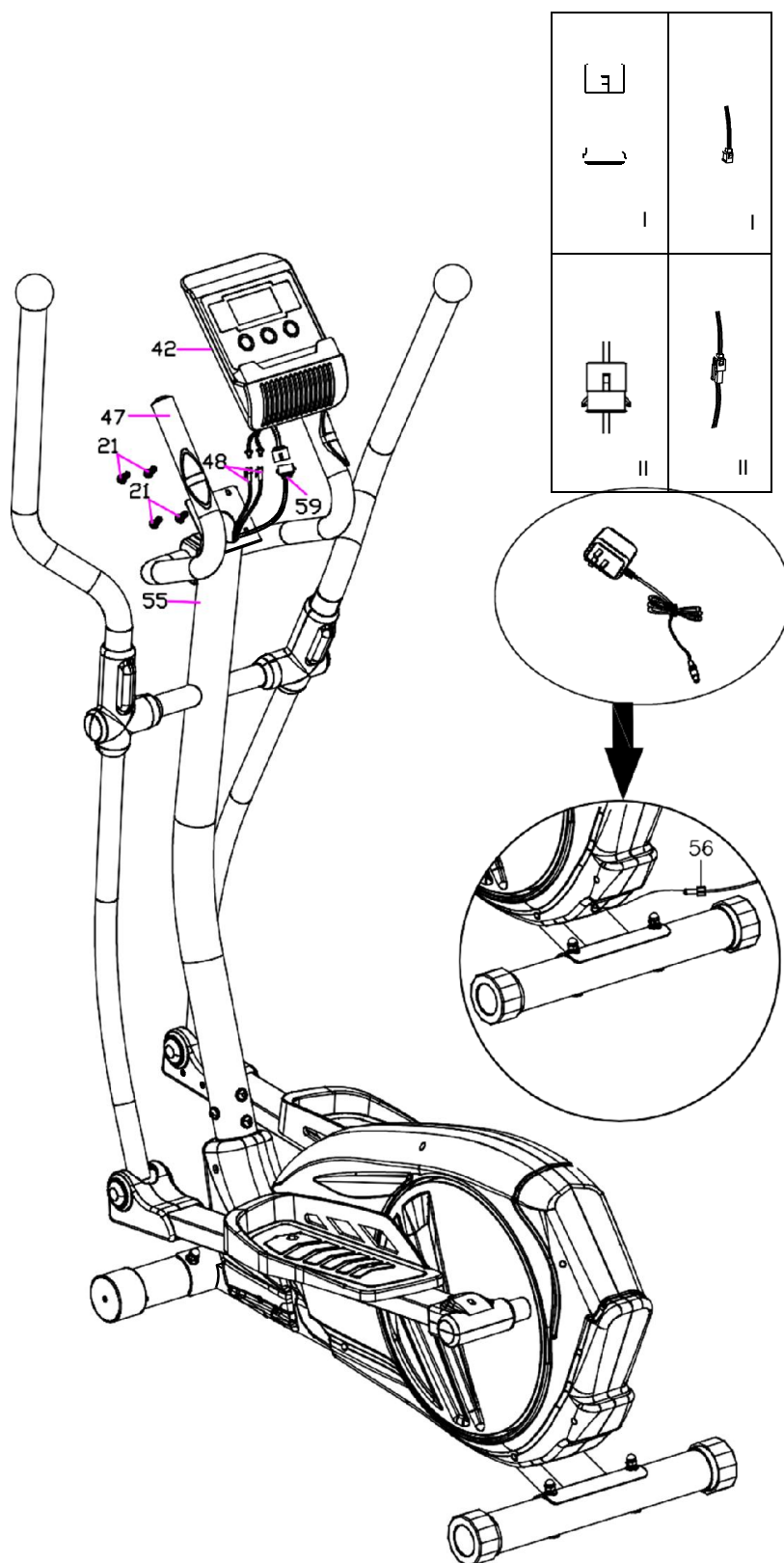
Vezměte řídítka (47) a našroubujte na díl (55) pomocí imbusového šroubu (51) M8x30, pérové podložky (30) M8 a ploché podložky (52) $\varnothing 8.5 \times \varnothing 16$ a dotáhněte na pevno k dílu (55). Poté protáhněte kabely řídítek (47) připraveným otvorem tak, aby kabel (48) byl ve stejném otvoru jako kabel (59) – viz. obrázek. Poté vezměte krytku (50) a zacvakněte na řídítka



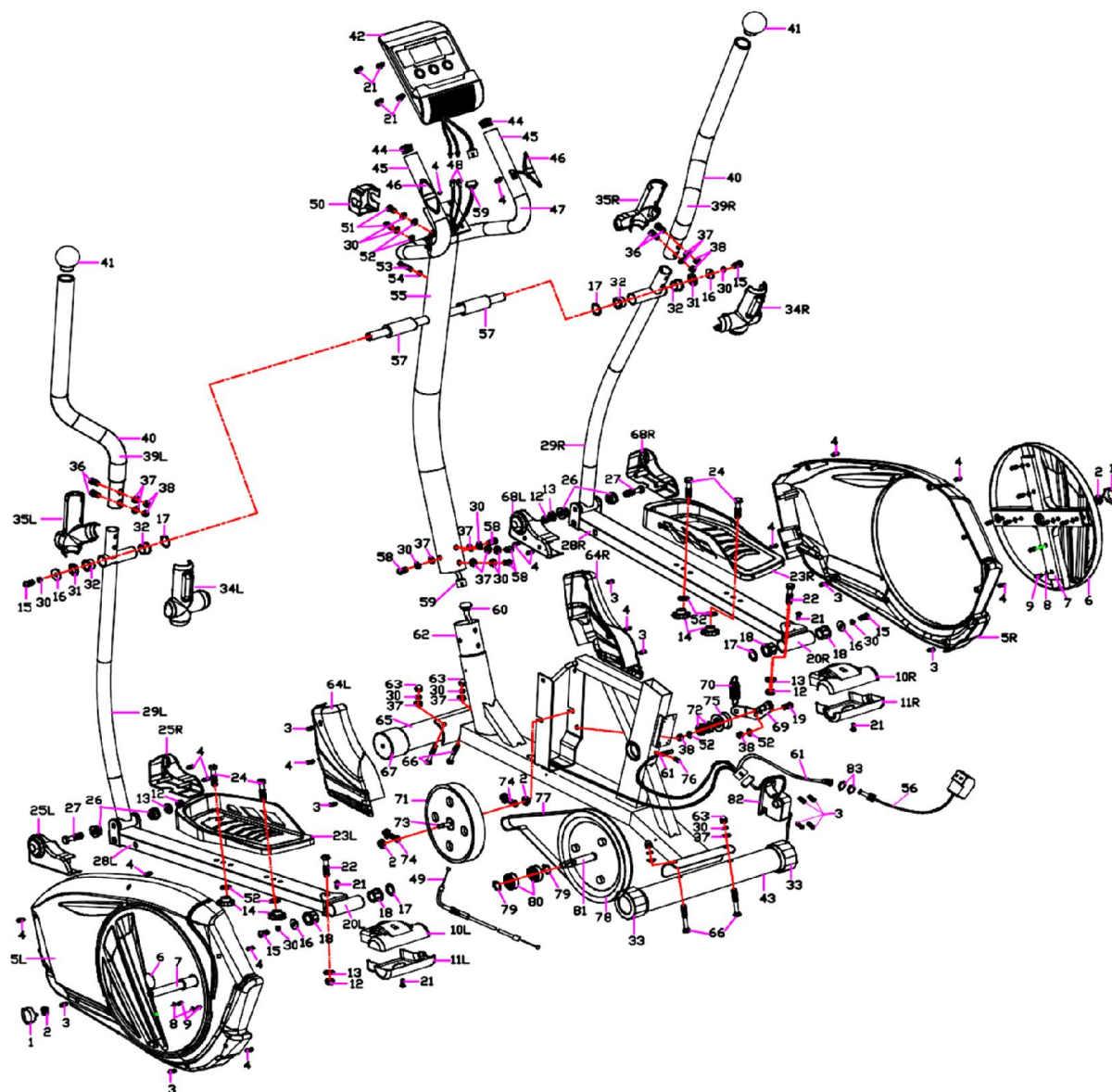


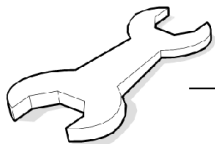
Montáž

- 7** Vezměte počítač (42) a propojte kabely (48) a (59) s počítačem pomocí přiložených šroubků (21) M5x12. Podle obrázkového návodu vše projte a přišroubujte přiloženými šroubkami (21) M5x12 k dílu (55). Dále vezměte adapter a zasuňte do konektoru umístěného v zadní části trenážeru – viz. obrázek.



Montáž





Montáž

Seznam součástí

Číslo	Popis	Ks	Číslo	Popis	Ks
1	Záslepka	2	47	Řídítka	1
2	Matice M10	4	48	Kabel snímače pulsu	2
3	Samorezný šroub M4*20MM	8	49	Lanko zátěže	1
4	Šroub M4*20MM	16	50	Plastová krytka řídítek	1
5	Plastový kryt (R&L)	2	51	Imbusový šroub M8x30	2
6	Kulatý plastový kryt	2	52	Plochá podložka Ø8.5xØ16	4
7	Zadní hřídel	2	53	Šroub M5 x 55 mm	1
8	Podložka Ø5.5xØ12	16	54	Podložka Ø6.5xØ14	1
9	Šroub M4*15MM	16	55	Sloupek řídítek	1
10	Kryt kloubu (L&R)	2	56	Šroub regulátoru zátěže	1
11	Kryt kloubu (L&R)	2	57	Body Arm Cap	2
12	Nylonová pojistná matice M10	8	58	Imbusový šroub M8x30	4
13	Podložka Ø10.5xØ22	8	59	Propojovací kabel	1
14	Nylonová matice	4	60	Propojovací kabel	1
15	Imbusový šroub M8x20	4	61	Snímač otáček	1
16	Plochá podložka	4	62	Hlavní rám	1
17	Pérová podložka	4	63	Matice M8	4
18	Plastové pouzdro	4	64	Přední kryt	2
19	Čep	2	65	Přední stabilizátor	1
20	Držák pouzdra (L&P)	2	66	Šroub M8 x 75 mm	4
21	Šroub M5 x 12 mm	8	67	Záslepka přední nohy s kolečky	2
22	Imbusový šroub	2	68	Kryt předního kloubu	2
23	Pedál(L&R)	1	69	Kladkostroj	2
24	Imbusový šroub	4	70	Pružina napínací kladky	1
25	Kryt předního kloubu (L&R)	2	71	Setrvačník	1
26	Kovové pouzdro	4	72	Kladka	2
27	Imbusový šroub M10*80	2	73	Main Shaft	1
28	Lyžina pedálu (L&R)	2	74	Šroub	2
29	Táhlo (L&R)	2	75	Kladkostroj	1
30	Pérová podložka M8	14	76	Šroub M3*15MM	1
31	Profilová podložka	2	77	Plochý řemen	1
32	Plastové pouzdro	4	78	Řemen	1
33	Záslepka zadní nohy	2	79	Kroužek	2
34	Záslepka řídítek	2	80	Kladka	2
35	Záslepka řídítek	2	81	Main Shaft	1
36	Imbusový šroub M8*40	4	82	Servomotorek	1
37	Podložka Ø8.5xØ18	12	83	Matice	2
38	Matice	6			
39	Madlo (L&R)	2			
40	Návlek madla	2			
41	Záslepka madla	2			
42	Počítač	1			
43	Zadní stabilizátor	1			
44	Záslepka	2			
45	Pěnový návlek	2			
46	Snímače pulzu	2			

Dovozce:

FITNESS STORE s.r.o.

Marešova 643/6

198 00 Praha 9

Tel.: +420 581 601 521,

E-mail: fitnestore@fitnestore.cz