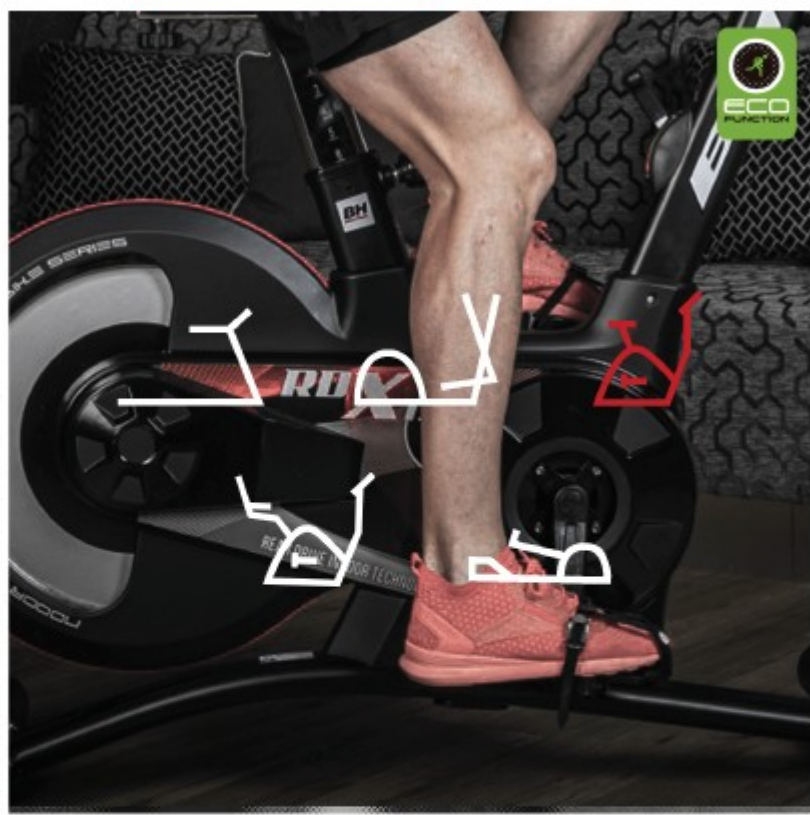
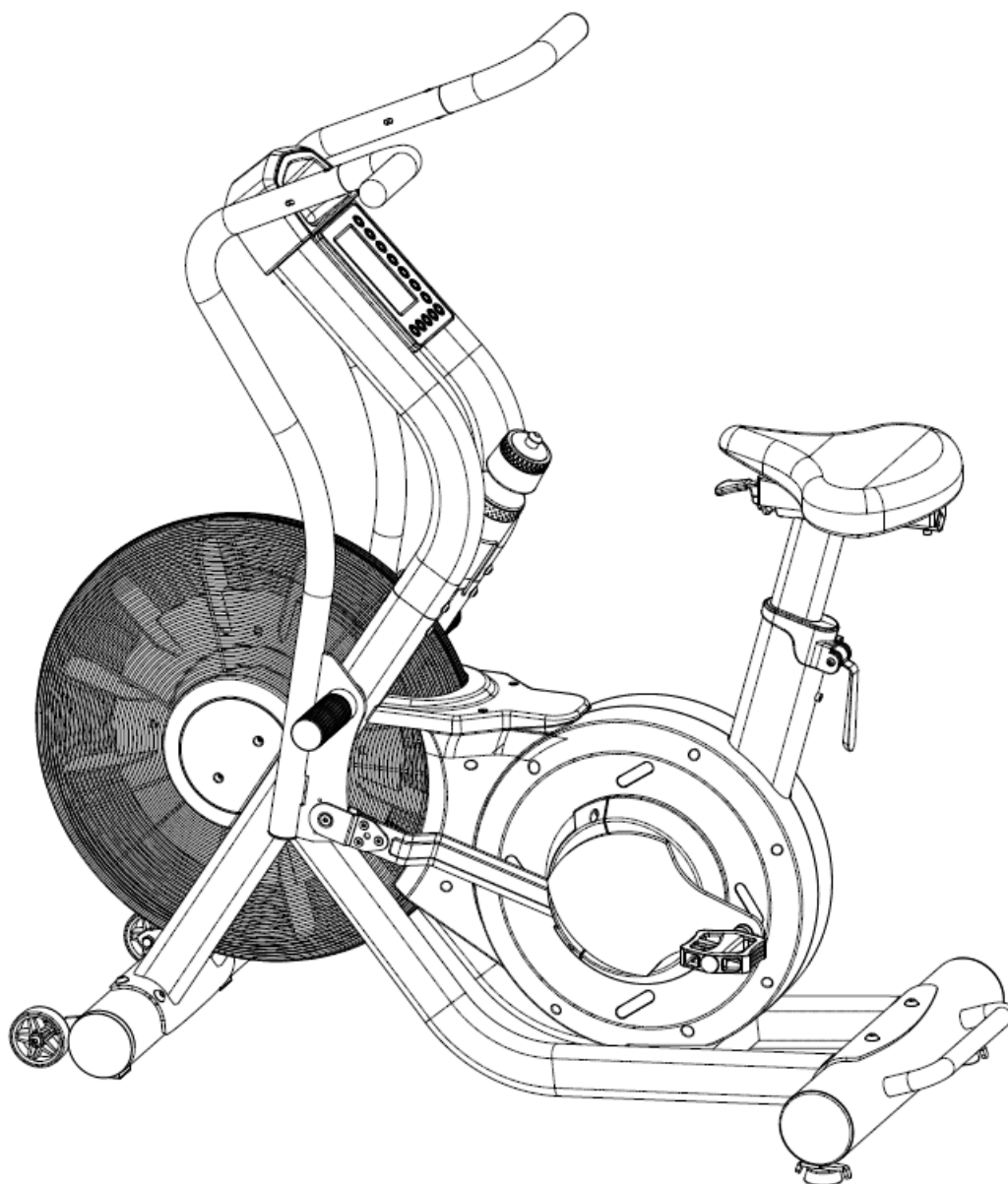


BH FITNESS

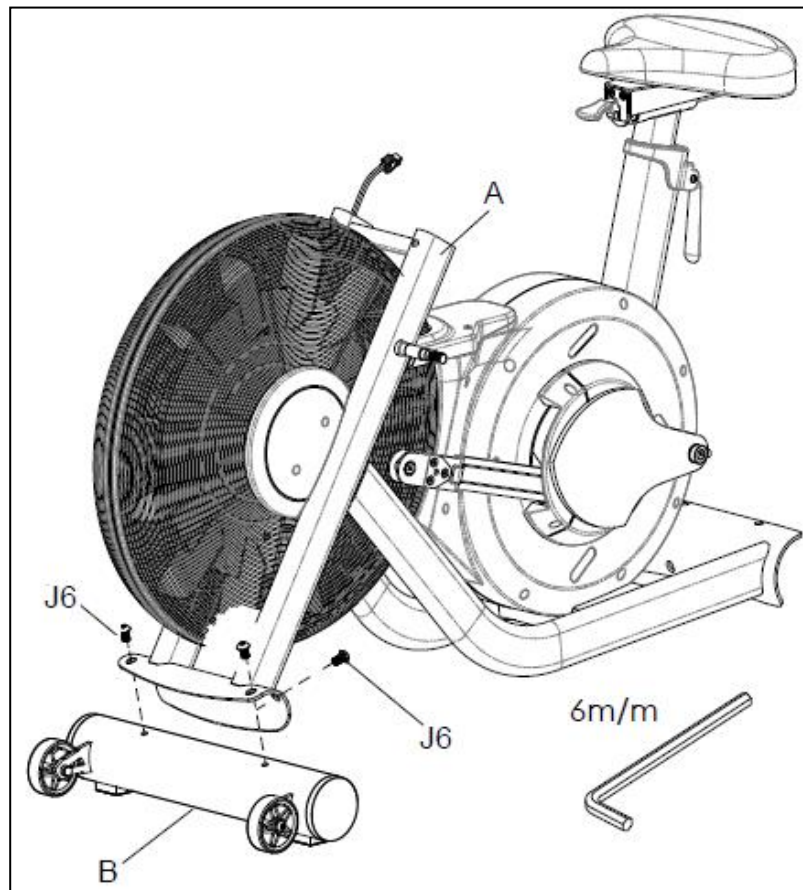


Návod k obsluze

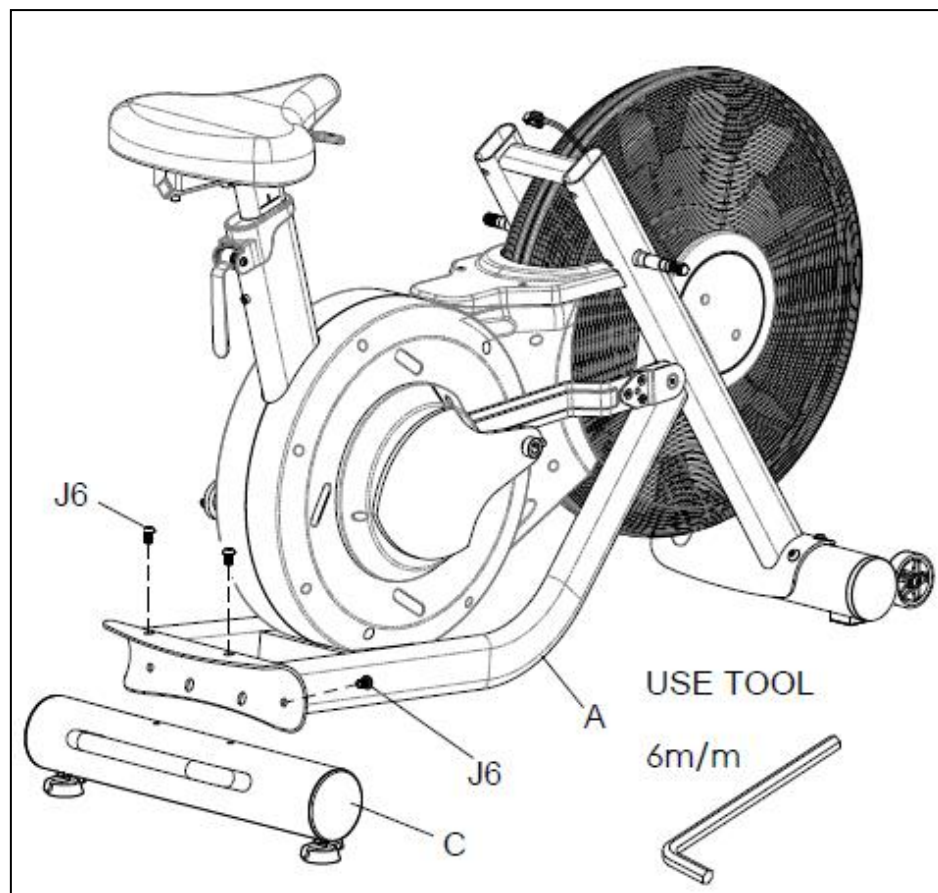


Uživatelská příručka
Použivatelská příručka

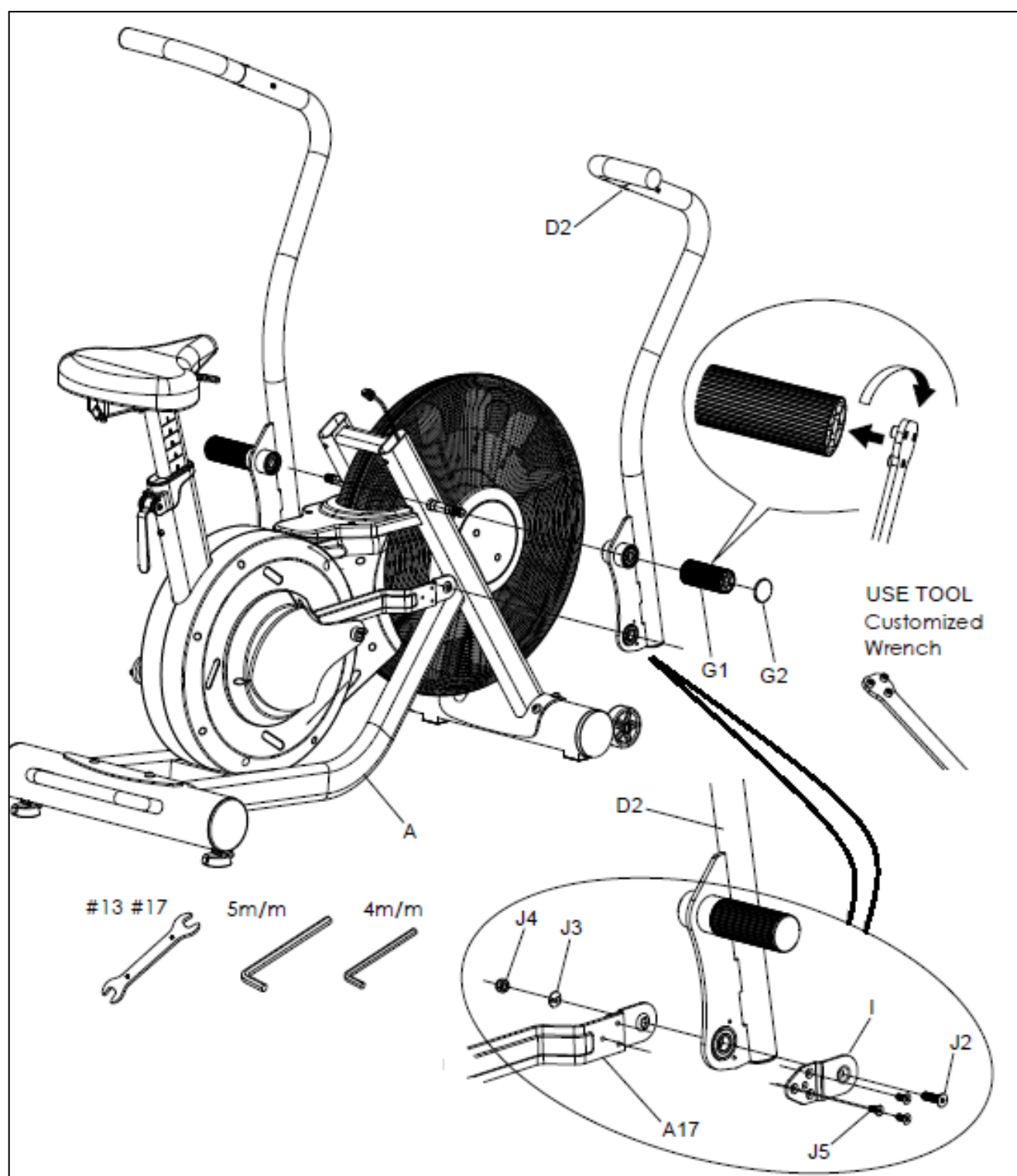
Obr.1



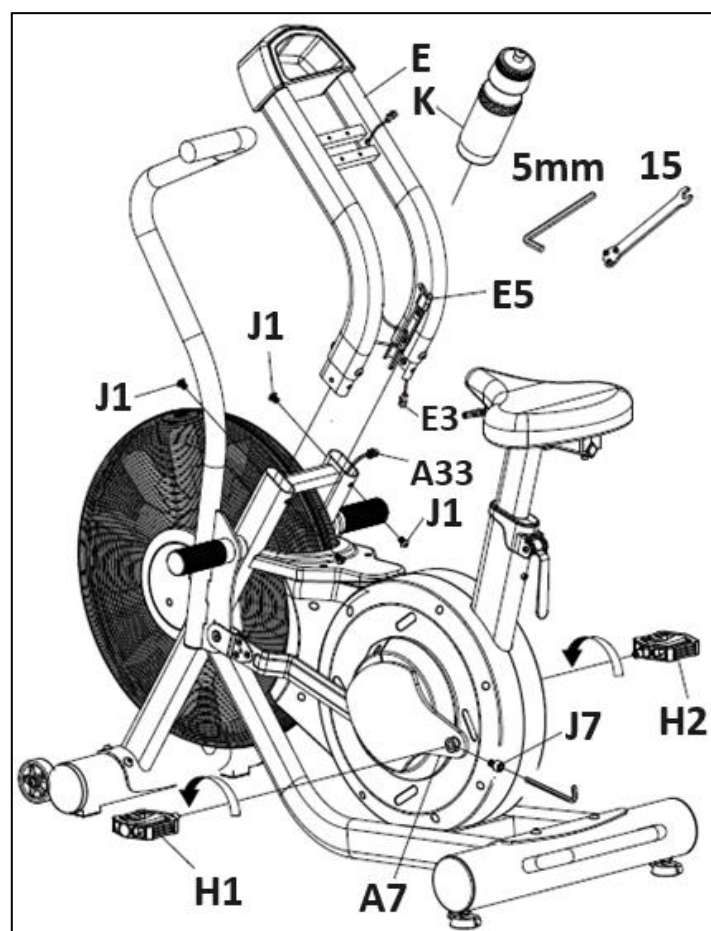
Obr.2



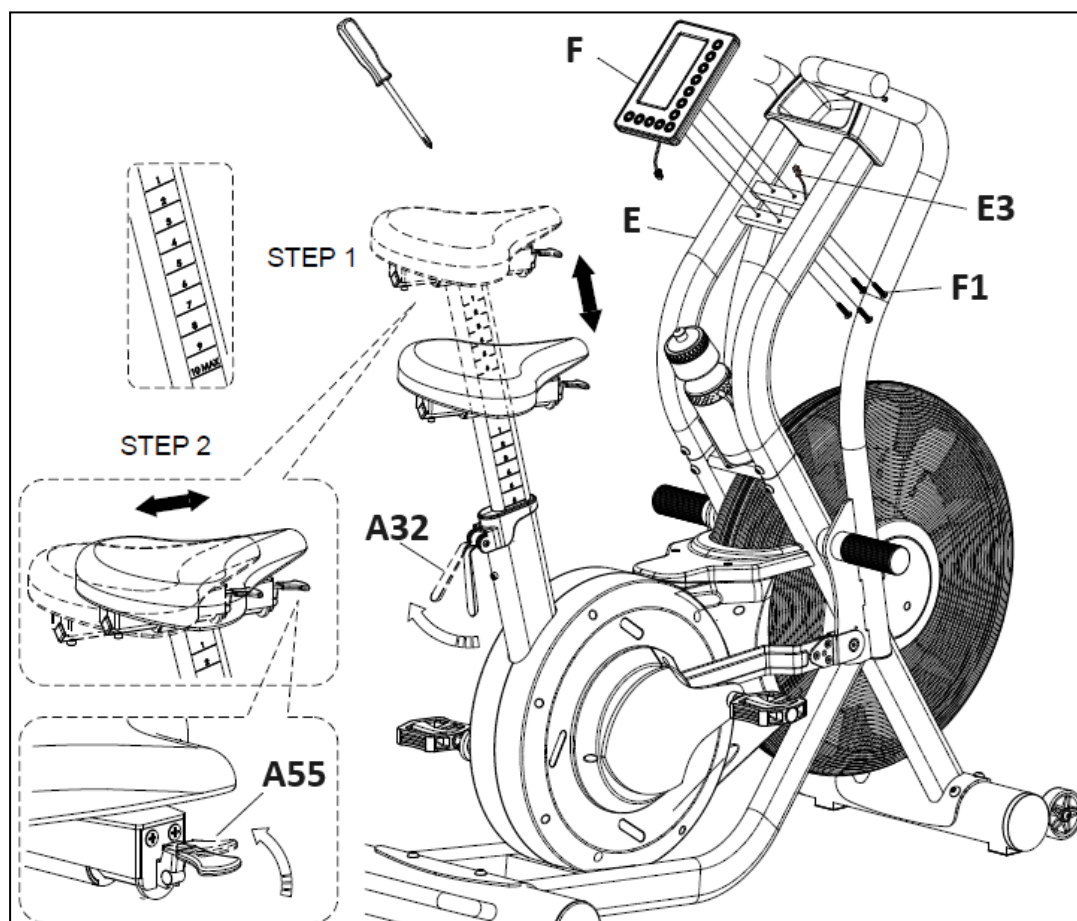
Obr.3



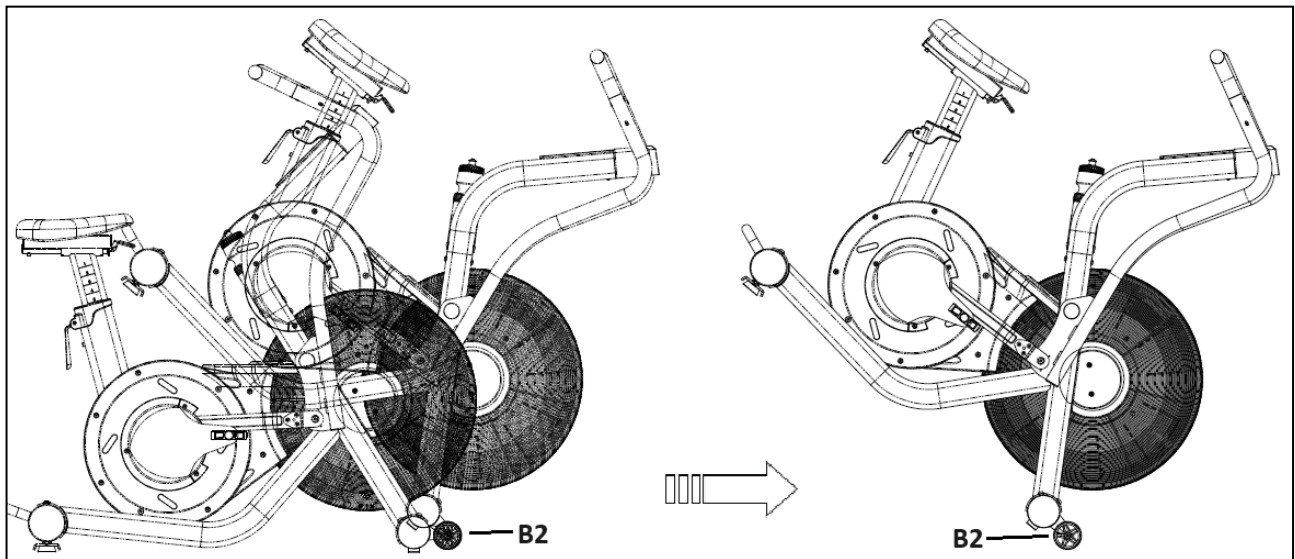
Obr.4



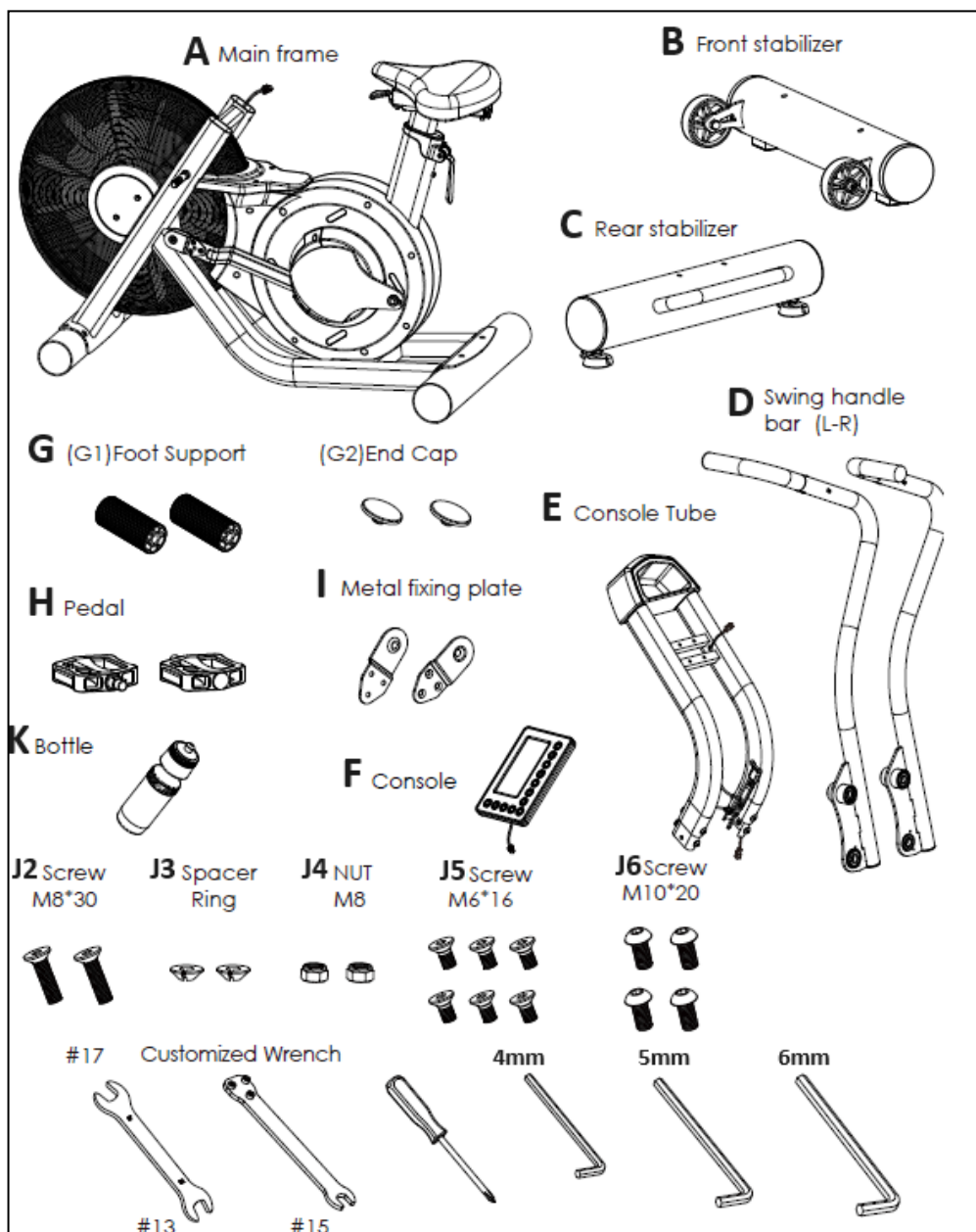
Obr.5



Obr.6



Obr.7



BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Tento stroj byl navržen a vyroben tak, aby poskytovalo maximální bezpečnost. Nicméně při používání cvičebního vybavení je třeba dodržovat určitá opatření. Před sestavením a použitím kola si přečtěte celý návod. Dále je třeba dodržovat následující bezpečnostní opatření:

- 1 Vždy držte děti dál od tohoto zařízení.
- 2 NENECHÁVEJTE je bez dozoru v místnosti, kde se tento stroj nachází.
- 3 Zařízení smí používat pouze jedna osoba najednou.
- 3 Pokud během cvičení pocítíte závratě, nevolnost, bolesti na hrudi nebo jakékoli jiné příznaky, **CVIČENÍ OKAMŽITĚ PŘERUŠTE. OKAMŽITĚ VYHLEDNĚTE LÉKAŘSKOU POMOC.**
- 4 Používejte zařízení na rovné a pevné podložce.
- 5 NEPOUŽÍVEJTE stroj venku nebo v blízkosti vody.
- 5 Držte své ruce dál od všech pohyblivých částí.
- 6 Noste vhodné oblečení pro cvičení. Nepoužívejte volné oblečení, které by se mohlo zachytit do kola. Při používání stroje vždy noste běžecké boty nebo tenisky. Ujistěte se, že všechny tkaničky/šňůrky jsou správně zavázané.
- 7 Toto zařízení smí být používáno pouze k účelům popsáným v tomto manuálu. NEPOUŽÍVEJTE příslušenství, které výrobce nedoporučuje.
- 8 Nedávejte ostré předměty v blízkosti stroje.
- 9 Osoby se zdravotním postižením by neměly stroj používat bez pomoci kvalifikované osoby nebo lékaře.
- 10 Před použitím zařízení proveďte rozcvičku a protahovací cviky.
- 11 Nepoužívejte stroj, pokud nefunguje správně.

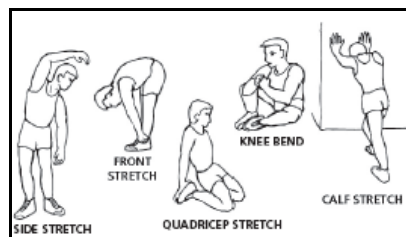
Upozornění: Před začátkem používání kola se poraďte se svým lékařem. Tato rada je obzvláště důležitá pro osoby starší 35 let nebo ty, kteří trpí zdravotními potížemi. Před použitím jakéhokoli cvičebního zařízení si přečtěte všechny pokyny. Tyto pokyny si uschovejte pro budoucí použití.

POKYNY PRO CVIČENÍ

Používání trenažéru přináší různé výhody; zlepší vaši kondici, svalový tonus a při používání v kombinaci s dietou s kontrolovaným příjmem kalorií vám pomůže zhubnout.

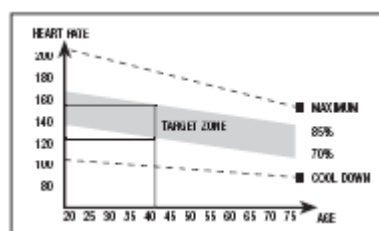
1. Rozcvička

Tato fáze zrychluje krevní oběh v těle a připravuje svaly na cvičení. Zároveň snižuje riziko křečí a natažení svalů. Doporučuje se provést několik protahovacích cviků, jak je znázorněno níže. Každý protahovací cvik by měl trvat přibližně 30 sekund, svaly nepřepínajte. Pokud pocítíte bolest, **PŘERUŠTE** cvičení.



2. Cvičení

Tato fáze vyžaduje největší fyzickou námahu. Při pravidelném cvičení se svaly nohou stanou pružnějšími. Je důležité udržovat stálý rytmus. Rytmus cvičení by měl být dostatečně rychlý, aby se tepová frekvence dostala do cílové oblasti, jak je znázorněno na následujícím grafu:



Tato fáze by měla trvat alespoň 12 minut, i když je pro většinu lidí vhodné začít s cvičením v délce 10–15 minut.

3. Zklidnění svalů

Tato fáze umožňuje kardiovaskulárnímu a svalovému systému uvolnění. Spočívá v opakování rozcvičkových cviků, tj. snížení tempa a pokračování po dobu přibližně 5 minut. Opakujte protahovací cviky, ale pamatujte, že byste neměli svaly přepínat. Postupně bude nutné prodlužovat a zvyšovat intenzitu tréninkových sezení. Doporučuje se cvičit alespoň tři dny v týdnu, a to vždy obden.

Tvarování svalů

Pro zpevnění svalů během cvičení byste měli zvolit vysokou úroveň zátěže. To znamená větší namáhání svalů nohou, proto může být rozumné zkrátit dobu cvičení. Pokud chcete také zlepšit svou celkovou kondici, měli byste změnit svůj tréninkový program. Provádějte rozcvičku a závěrečné uvolnění jako obvykle, ale když se blížíte ke konci fáze cvičení, zvýšte úroveň zátěže, aby vaše nohy pracovaly intenzivněji. Snižte rychlost, abyste udrželi svou tepovou frekvenci v cílové oblasti.

Hubnutí

V tomto případě je důležitým faktorem vynaložené úsilí. Čím intenzivnější a delší je cvičení, tím více kalorií se spálí. I když vykonáváte stejnou práci jako při zlepšování kondice, cíl se změnil.

OBECE NÉ POKYNY

Pečlivě si přečtěte pokyny obsažené v tomto manuálu. Poskytuje vám důležité informace o sestavení, bezpečnosti a používání stroje.

1 Toto zařízení bylo navrženo pro komerční použití. Hmotnost uživatele nesmí překročit 150 kg.

2 Držte své ruce dál od všech pohyblivých částí.

3 Rodiče a/nebo osoby odpovědné za děti by měli vždy brát v úvahu jejich zvědavou povahu a to, jak to může často vést k nebezpečným situacím a chování, které může způsobit nehody. Toto zařízení se v žádném případě nesmí používat jako hračka.

4 Majitel je odpovědný za to, aby každý, kdo stroj používá, byl řádně informován o nezbytných bezpečnostních opatřeních.

5 Vaše zařízení smí používat pouze jedna osoba najednou.

6 Používejte vhodné oblečení a obuv. Tkaničky u bot si správně zavážete.

POKYNY PRO MONTÁŽ

Vyjměte všechny součásti pro sestavení a odstraňte obalový materiál. Zkontrolujte, zda jsou všechny součásti pro sestavení přítomny, viz obr. 7.

POZOR: Při sestavování tohoto stroje se doporučuje pomoc druhé osoby.

Obr. 1 Seznam dílů:

- (A) Hlavní konstrukce
- (B) Přední válec
- (C) Zadní válec
- (D) Řídítka
- (G) Opěry
- (G2) Zátky opěr
- (E) Rám základny konzole
- (H) Pedály
- (I) Desky
- (K) Držák na láhev
- (F) Konzole

Spojovací materiál

- (J2) Šroub M8x30
- (J3) Náhlední kroužek
- (J4) Matice M8
- (J5) Šroub M6x16
- (J6) Šroub M10x20
- Klíče.

MONTÁŽ STABILIZÁTORU

POZOR: Pro tuto fázi montáže je vyžadována pomoc druhé osoby. Odstraňte ochranné prvky ze stabilizátorů

Namontujte přední válec (B) pomocí šroubů (J6), jak ukazuje obr. 1. Stejný postup proveďte u zadního válce. Viz obr.

MONTÁŽ MADEL

Použijte opěry (G1) k připevnění tyčí (D), jak ukazuje obr. 3. Poté nainstalujte zátky (G2). Pro dokončení montáže tyčí použijte šrouby (J2) a (J5) k připevnění desky (I) k trubce (A17) a zajistěte maticí (J4) a podložkami (J3). Viz obr. 3.

MONTÁŽ MONITORU

Připojte kabely (A33) z hlavního rámu (A) ke kabelu (E3) rámu základny konzole (E) a upevněte je pomocí šroubů (J1). Viz obr. 4.

Odstraňte šrouby (F1), připojte kabel (E) rámu základny konzole a znovu použijte šrouby (J1) k upevnění konzole k základnímu rámu. Viz obr. 5.

MONTÁŽ PEDÁLŮ

Odstraňte šrouby (J7), namontujte pedály (H1)-(H2) k hlavnímu rámu (A) a znovu přišroubujte šrouby (J7). Viz obr. 4.

MONTÁŽ SEDLOVÉ TYČE

Namontujte sedlovou tyč do hlavního rámu a pomocí knoflíků (A32)-(A55) jej nastavte. Viz obr. 5.

PŘESUN A SKLADOVÁNÍ

Zařízení je vybaveno kolečky (B2), jak je znázorněno na obr. 6, která usnadňují přemísťování.

V případě jakýchkoli dotazů se neváhejte obrátit na technickou podporu (viz poslední strana manuálu).

BH SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ZMĚNY SPECIFIKACÍ SVÝCH PRODUKTŮ BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Tento stroj bol navrhnutý a vyrobený tak, aby poskytoval maximálnu bezpečnosť. Avšak pri používaní cvičebného vybavenia je potrebné dodržiavať určité opatrenia. Pred zostavením a použitím bicykla si prečítajte celý návod. Ďalej je potrebné dodržiavať nasledujúce bezpečnostné opatrenia:

- 1 Vždy držte deti ďalej od tohto zariadenia.
- 2 NENECHÁVAJTE ich bez dozoru v miestnosti, kde sa tento stroj nachádza.
- 3 Zariadenie smie používať iba jedna osoba naraz.
- 3 Ak počas cvičenia pocítite závraty, nevoľnosť, bolesť na hrudi alebo akékoľvek iné príznaky, OKAMŽITE PRERUŠTE CVIČENIE. OKAMŽITE VYHLADAJTE LEKÁRSKU POMOC.
- 4 Používajte zariadenie na rovnom a pevnom povrchu. NEPOUŽÍVAJTE stroj vonku alebo v blízkosti vody.
- 5 Držte svoje ruky ďalej od všetkých pohyblivých častí.
- 6 Noste vhodné oblečenie na cvičenie. Nepoužívajte voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť do kolesa. Pri používaní stroja vždy noste bežeckú obuv alebo tenisky. Uistite sa, že všetky šnúrky sú správne zaviazané.
- 7 Toto zariadenie sa smie používať len na účely opísané v tomto návode. NEPOUŽÍVAJTE príslušenstvo, ktoré výrobca neodporúča.
- 8 Nedávajte ostré predmety do blízkosti stroja.
- 9 Osoby so zdravotným postihnutím by nemali stroj používať bez pomoci kvalifikovanej osoby alebo lekára.
- 10 Pred použitím zariadenia sa zahrejte a urobte strečingové cvičenia.
- 11 Nepoužívajte stroj, ak nefunguje správne.

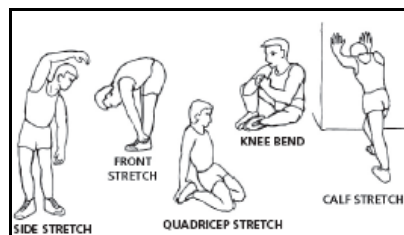
Upozornenie: Pred začiatkom používania bicykla sa poraďte so svojím lekárom. Táto rada je obzvlášť dôležitá pre osoby staršie ako 35 rokov alebo pre tých, ktorí trpia zdravotnými ťažkosťami. Pred použitím akéhokoľvek cvičebného zariadenia si prečítajte všetky pokyny. Tieto pokyny si uschovajte na budúce použitie.

POKYNY NA CVIČENIE

Používanie trenažéra prináša rôzne výhody; zlepšiť vašu kondíciu, svalový tonus a pri používaní v kombinácii s diétou s kontrolovaným príjmom kalórií vám pomôže schudnúť.

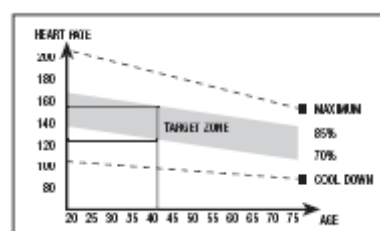
1. Rozcvička

Táto fáza zrýchľuje krvný obeh v tele a pripravuje svaly na cvičenie. Zároveň znižuje riziko kŕčov a natiahnutia svalov. Odporúča sa vykonať niekoľko strečingových cvikov, ako je znázornené nižšie. Každý strečingový cvik by mal trvať približne 30 sekúnd, svaly nepreťažujte. Ak pocítite bolesť, PRERUŠTE cvičenie.



2. Cvičenie

Táto fáza si vyžaduje najväčšiu fyzickú námahu. Pri pravidelnom cvičení sa svaly nôh stanú pružnejšími. Je dôležité udržiavať stály rytmus. Rytmus cvičenia by mal byť dostatočne rýchly na to, aby sa srdcová frekvencia dostala do cieľovej oblasti, ako je znázornené na nasledujúcom grafe:



Táto fáza by mala trvať aspoň 12 minút, hoci pre väčšinu ľudí je vhodné začať s cvičením v dĺžke 10–15 minút.

3. Upokojenie

Táto fáza umožňuje kardiovaskulárnemu a svalovému systému uvoľnenie. Spočíva v opakovaní rozcvičkových cvikov, teda v znížení tempa a pokračovaní po dobu približne 5 minút. Opakujte strečingové cviky, ale pamätajte, že by ste nemali svaly preťažovať. Postupne bude potrebné predlžovať a zvyšovať intenzitu tréningových jednotiek. Odporúča sa cvičiť aspoň tri dni v týždni, vždy obdeň.

Tvarovanie svalov

Na spevnenie svalov počas cvičenia by ste mali zvoliť vyššiu úroveň záťaž. To znamená väčšie zaťaženie svalov nôh, a preto môže byť rozumné skrátiť dobu cvičenia. Ak chcete zlepšiť aj svoju celkovú kondíciu, mali by ste zmeniť svoj tréningový program. Vykonávajte rozcvičku a záverečné uvoľnenie ako obvykle, ale keď sa budete blížiť ku koncu hlavnej fázy cvičenia, zvýšte úroveň záťaž, aby vaše nohy pracovali intenzívnejšie. Znížte rýchlosť, aby ste udržali svoju srdcovú frekvenciu v cieľovej oblasti.

Chudnutie

V tomto prípade je dôležitým faktorom vynaložené úsilie. Čím intenzívnejšie a dlhšie je cvičenie, tým viac kalórií sa spáli. Aj keď vykonávate rovnakú prácu ako pri zlepšovaní kondície, cieľ sa zmenil.

VŠEOBECNÉ POKYNY

Dôkladne si prečítajte pokyny obsiahnuté v tomto návode. Poskytujú vám dôležité informácie o zostavení, bezpečnosti a používaní zariadenia.

- 1 Toto zariadenie bolo navrhnuté pre komerčné použitie. Hmotnosť používateľa nesmie presiahnuť 150 kg.
- 2 Držte svoje ruky ďalej od všetkých pohyblivých častí.
- 3 Rodičia a/alebo osoby zodpovedné za deti by mali vždy brať do úvahy ich zvedavú povahu a to, ako to môže často viesť k nebezpečným situáciám a správaniu, ktoré môže spôsobiť nehody. Toto zariadenie sa v žiadnom prípade nesmie používať ako hračka.
- 4 Majiteľ je zodpovedný za to, aby každý, kto stroj používa, bol riadne informovaný o nevyhnutných bezpečnostných opatreniach.
- 5 Vaše zariadenie smie používať iba jedna osoba naraz.
- 6 Používajte vhodné oblečenie a obuv. Tkaničky u topánok si správne zaviažte.

POKYNY NA MONTÁŽ

Vyberte všetky súčasti na zostavenie a odstráňte obalový materiál. Skontrolujte, či sú všetky súčasti na zostavenie prítomné, pozrite sa na obr. 7.

POZOR: Pri zostavovaní tohto stroja sa odporúča pomoc druhej osoby.

Obr. 1 Zoznam dielov:

- (A) Hlavná konštrukcia
- (B) Predný valec
- (C) Zadný valec
- (D) Riadiace rukoväte
- (G) Opierky
- (G2) Zátky opierok
- (E) Rám základne konzoly
- (H) Pedále
- (I) Dosky
- (K) Držiak na fľašu
- (F) Konzola

Spojovací materiál

- (J2) Skrutka M8x30
- (J3) Podložka
- (J4) Matica M8
- (J5) Skrutka M6x16
- (J6) Skrutka M10x20
- Kľúče

MONTÁŽ STABILIZÁTORU

POZOR: Pre túto fázu montáže je potrebná pomoc druhej osoby. Odstráňte ochranné prvky zo stabilizátorov.

Namontujte predný valec (B) pomocou skrutiek (J6), ako ukazuje obr. 1. Rovnaký postup vykonajte aj pri zadnom valci. Pozrite sa na obr. r.

MONTÁŽ MADIEL

Použite opierky (G1) na pripevnenie tyčí (D), ako je znázornené na obr. 3. Potom nainštalujte zátky (G2). Pre dokončenie montáže tyčí použite skrutky (J2) a (J5) na pripevnenie dosky (I) k trubke (A17) a zaistite maticou (J4) a podložkami (J3). Pozrite sa na obr. 3.

MONTÁŽ MONITORU

Pripojte káble (A33) z hlavného rámu (A) kábla (E3) rámu základne konzoly (E) a upevnite ich pomocou skrutiek (J1). Pozrite sa na obr. 4.

Odstráňte skrutky (F1), pripojte kábel (E) rámu základne konzoly a opätovne použite skrutky (J1) na upevnenie konzoly k základnému rámu. Pozrite sa na obr. 5.

MONTÁŽ PEDÁLOV

Odstráňte skrutky (J7), namontujte pedále (H1)-(H2) na hlavný rám (A) a opätovne prišróbujte skrutky (J7). Pozrite sa na obr. 4.

MONTÁŽ SEDLOVEJ TYČE

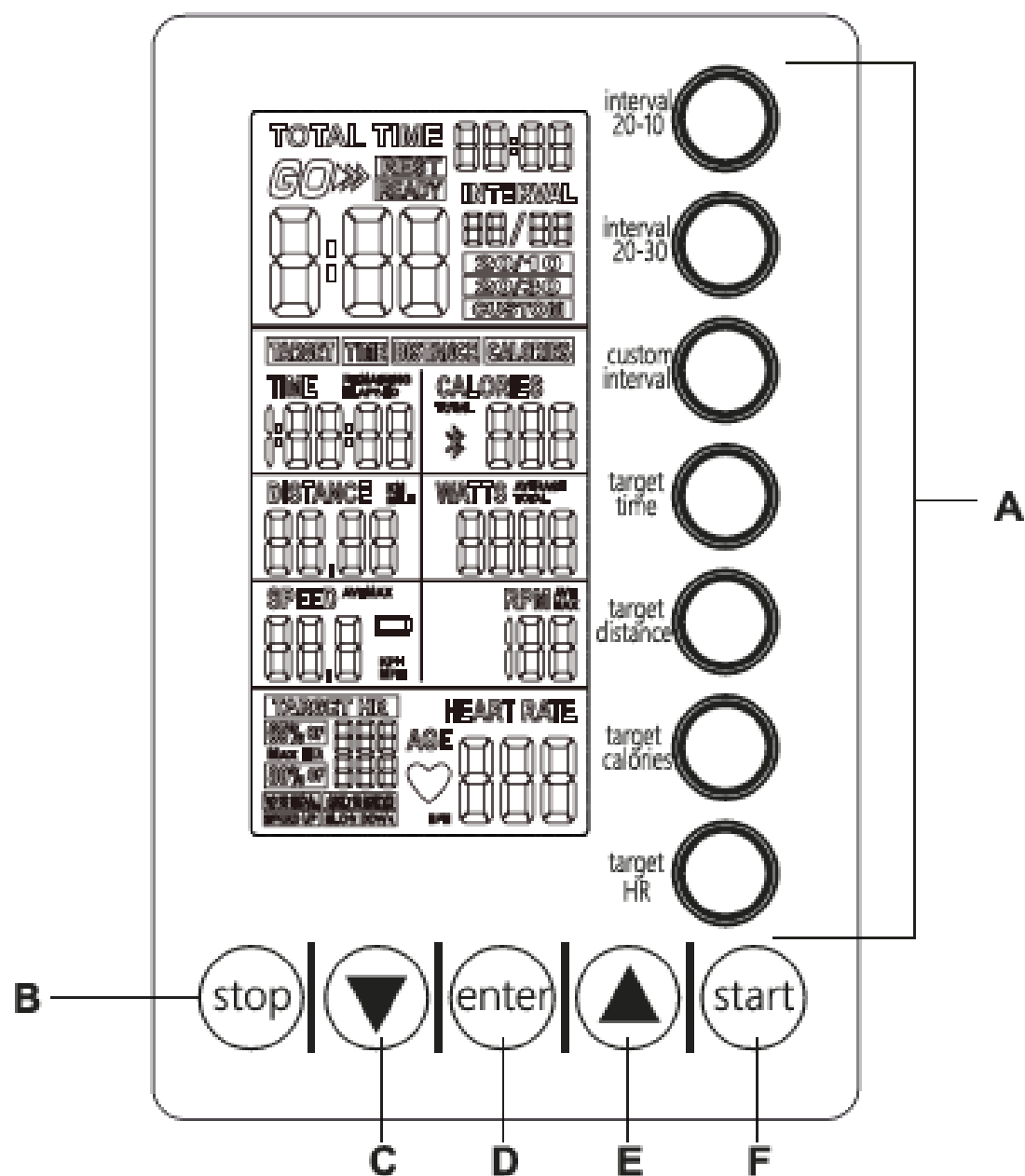
Namontujte sedlovú tyč do hlavného rámu a pomocou gombíkov (A32)-(A55) ju nastavte. Pozrite sa na obr. 5.

PRESUN A SKLADOVANIE

Zariadenie je vybavené kolieskami (B2), ako je znázornené na obr. 6, ktoré uľahčujú premiestňovanie.

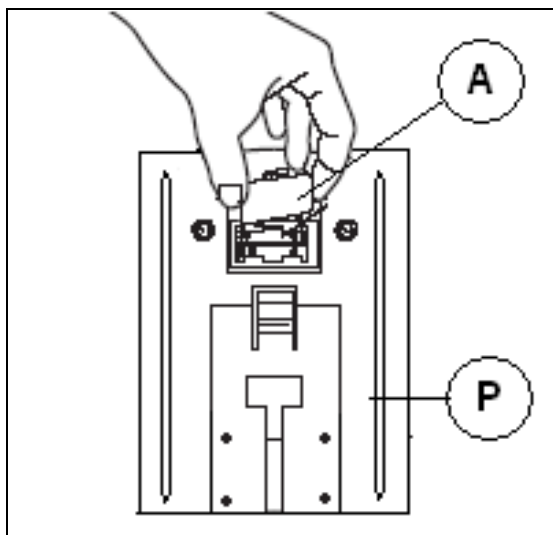
V prípade akýchkoľvek otázok sa neváhajte obrátiť na technickú podporu (pozrite sa na poslednú stranu manuálu).

BH SI VYHRADZUJE PRÁVO NA ZMENY ŠPECIFIKÁCIÍ SVOJICH PRODUKTOV BEZ PREDCHÁDZAJÚCEHO UPOZORNENIA.

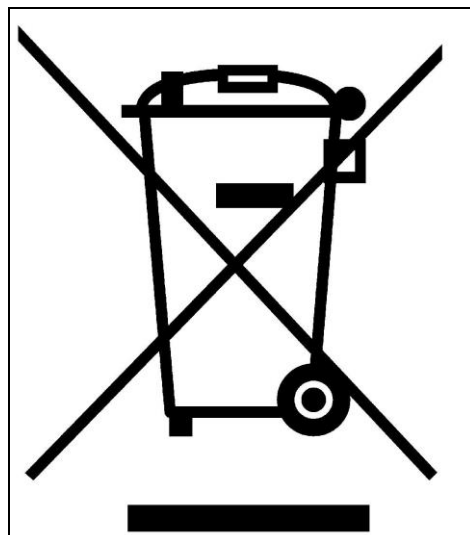


ELEKTRONICKÝ MONITOR

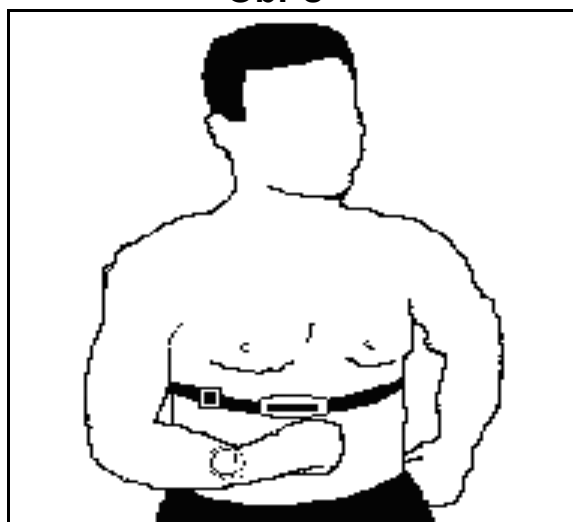
Obr 1



Obr 2



Obr 3



VLOŽENÍ BATERIÍ

Tento monitor používá dvě 1,5voltové ALKALICKÉ BATERIE. Pro vložení baterií nejprve odšroubujte zadní kryt monitoru pomocí šroubováku a poté odstraňte kryt bateriového prostoru, viz obr. 1. Opatrně vložte dvě AA alkalické baterie do bateriového prostoru (A) a ujistěte se, že polarita baterií je správná („+“ pól baterie musí odpovídat značce „+“ uvnitř bateriového prostoru a „-“ pól musí odpovídat značce „-“). Zavřete kryt, jak je znázorněno na obr. 1. Slabé baterie (vybité) způsobují slabý digitální displej (špatný kontrast) a chybné údaje. Okamžitě je vyměňte. Monitor se zapne spolu se zvukovým signálem. LCD displej zobrazí všechny segmenty po dobu 2 sekund a poté zobrazí jednotky (míle nebo kilometry) po dobu přibližně 1 sekundy. Nakonec se displej přepne do režimu nastavení uživatele. Důležité: Vybité baterie musí být uloženy do speciálních kontejnerů, viz obr. 2.

PROGRAM RYCHLÝ START

1. Stiskněte START, abyste okamžitě začali cvičit. Čas se začne odpočítávat a monitor zobrazí hodnoty (RPM) / (ČAS) / (VÝKON) / (SRDEČNÍ FREKVENCE) / (RYCHLOST) / (KALORIE) / (VZDÁLENOST).
2. Stiskněte STOP, abyste cvičení ukončili. Na obrazovce bude blikat slovo STOP. Chcete-li program znovu spustit, stiskněte START. Chcete-li se vrátit k výběru režimu cvičení, stiskněte RESET.

INTERVAL 20-10 / 20-30

Tyto dva programy se skládají z 8 sérií cvičení.
20/10: 20" cvičení – 10" odpočinek (8 sérií)
20/30: 20" cvičení – 30" odpočinek (8 sérií)

VLASTNÍ INTERVAL

V tomto programu si uživatel může navrhnout trénink podle svých preferencí, a to výběrem doby cvičení, doby odpočinku a počtu sérií.

1. Zvolte dobu cvičení.
2. Zvolte dobu odpočinku.
3. Potvrďte počet úrovní.

CÍLOVÝ ČAS(TIME TARGET)

Uživatel zvolí délku tréninku, a když tento čas dosáhne 0, stroj se automaticky zastaví.

CÍLOVÁ VZDÁLENOST (DISTANCE TARGET)

Uživatel zvolí vzdálenost tréninku, a když tato vzdálenost dosáhne 0, stroj se automaticky zastaví.

CÍLOVÉ KALORIE(CALORIES TARGET)

Uživatel zvolí počet kalorií, které chce spálit, a když uživatel spálí zvolené kalorie, stroj se automaticky zastaví.

H.R.C. PROGRAM

Pro měření srdeční frekvence během tréninku musí být hrudní pás připojen k rotopedu. (Hrudní pás není součástí rotopedu.) Viz obr. 3. Tento program podporuje pouze protokol FTMS.

Ikona  přestane blikat, když uživatel připojí zařízení.

1. Připojte hrudní pás k rotopedu.
2. Zvolte věk.
3. Klikněte na Enter pro potvrzení.

ODSTRAŇOVÁNÍ ZÁVAD

Problém: Displej se rozsvítí, ale funguje pouze funkce času.

Řešení:

Ujistěte se, že je připojovací kabel správně připojen.

Problém: Displej se nerozsvítí nebo jsou zobrazené segmenty velmi slabé.

Řešení:

Zkontrolujte, zda jsou baterie správně vloženy. Zkontrolujte stav nabití baterií. Pokud jsou vybité, okamžitě je vyměňte.

Problém: Segmenty displeje pro zobrazení funkce nejsou viditelné nebo se zobrazují chybové zprávy pro konkrétní funkci.

Řešení:

Vyměňte baterie na 15 sekund a poté je znovu správně vložte. Zkontrolujte stav nabití baterií. Pokud jsou vybité, vyměňte je. Pokud výše uvedené kroky nepomohou, vyměňte elektronický monitor.

Vyhnete se ponechání elektronického monitoru na přímém slunečním světle, protože by to mohlo poškodit displej z tekutých krystalů (LCD). Stejně tak jej nevystavujte vodě nebo nárazům.

Pokud máte jakékoli dotazy, neváhejte kontaktovat technickou podporu (viz poslední strana manuálu).

VÝROBCE SI VYHAZUJE PRÁVO ZMĚNIT SPECIFIKACE PRODUKTU BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

VLOŽENIE BATÉRIÍ

Tento monitor používa dve 1,5-voltové ALKALICKÉ BATÉRIE. Na vloženie batérií najskôr odskrutkujte zadný kryt monitora pomocou skrutkovača a potom odstráňte kryt priestoru na batérie, pozri obr. 1. Opatrne vložte dve AA alkalické batérie do priestoru na batérie (A) a uistite sa, že polarita batérií je správna („+“ pól batérie musí zodpovedať značke „+“ vnútri priestoru na batérie a „-“ pól musí zodpovedať značke „-“). Zatvorte kryt, ako je znázornené na obr. 1. Slabé batérie (vybité) spôsobujú slabý digitálny displej (zlý kontrast) a chybné údaje. Okamžite ich vymeňte. Monitor sa zapne spolu so zvukovým signálom. LCD displej zobrazí všetky segmenty na 2 sekundy a potom zobrazí jednotky (míle alebo kilometre) približne na 1 sekundu. Nakoniec sa displej prepne do režimu nastavenia používateľa. Dôležité: Vybité batérie musia byť uložené do špeciálnych kontajnerov, pozri obr. 2.

PROGRAM RYCHLÝ START

1. Stlačte START, aby ste okamžite začali cvičiť. Čas sa začne odpočítavať a monitor zobrazí hodnoty (RPM) / (ČAS) / (VÝKON) / (SRDCOVÁ FREKVENCIA) / (RÝCHLOSŤ) / (KALÓRIE) / (VZDIALENOSŤ).
2. Stlačte STOP, aby ste cvičenie ukončili. Na obrazovke bude blikať slovo STOP. Ak chcete program znova spustiť, stlačte START. Ak sa chcete vrátiť k výberu režimu cvičenia, stlačte RESET.

INTERVAL 20-10 / 20-30

Tieto dva programy sa skladajú z 8 sérií cvičenia.
20/10: 20" cvičenie – 10" oddych (8 sérií)
20/30: 20" cvičenie – 30" oddych (8 sérií)

VLASTNÝ INTERVAL

V tomto programe si používateľ môže navrhnuť tréning podľa svojich preferencií, a to výberom dĺžky cvičenia, dĺžky oddychu a počtu sérií.

1. Zvoľte dĺžku cvičenia.
2. Zvoľte dĺžku oddychu.
3. Potvrdte počet úrovní.

CIEĽOVÝ ČAS (TIME TARGET)

Používateľ zvolí dĺžku tréningu, a keď tento čas dosiahne 0, stroj sa automaticky zastaví.

CIEĽOVÁ VZDIALENOSŤ (DISTANCE TARGET)

Používateľ zvolí vzdialenosť tréningu, a keď táto vzdialenosť dosiahne 0, stroj sa automaticky zastaví.

CIEĽOVÉ KALÓRIE (CALORIES TARGET)

Používateľ zvolí počet kalórií, ktoré chce spáliť, a keď používateľ spáli zvolené kalórie, stroj sa automaticky zastaví.

H.R.C. PROGRAM

Na meranie srdcovej frekvencie počas tréningu musí byť hrudný pás pripojený k rotopedu. (Hrudný pás nie je súčasťou rotopedu.) Pozri obr. 3. Tento program podporuje iba protokol FTMS.

Ikona  prestane blikať, keď používateľ pripojí zariadenie.

1. Pripojte hrudný pás k rotopedu.
2. Zvoľte vek.
3. Kliknite na Enter pre potvrdenie.

ODSTRAŇOVANIE PORÚCH

Problém: Displej sa rozsvieti, ale funguje iba funkcia času.

Riešenie:

Uistite sa, že je pripojovací kábel správne pripojený.

Problém: Displej sa nerozsvieti alebo sú zobrazené segmenty veľmi slabé.

Riešenie:

Skontrolujte, či sú batérie správne vložené.

Skontrolujte stav nabitia batérií.

Ak sú vybité, okamžite ich vymeňte.

Problém: Segmenty displeja na zobrazenie funkcie nie sú viditeľné alebo sa zobrazujú chybové správy pre konkrétnu funkciu.

Riešenie:

Vyberte batérie na 15 sekúnd a potom ich znova správne vložte.

Skontrolujte stav nabitia batérií. Ak sú vybité, vymeňte ich.

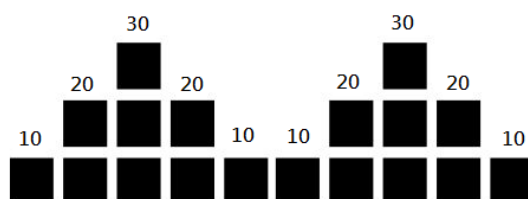
Ak vyššie uvedené kroky nepomôžu, vymeňte elektronický monitor.

Vyhňte sa ponechaniu elektronického monitora na priamom slnečnom svetle, pretože by to mohlo poškodiť displej z tekutých kryštálov (LCD). Rovnako ho nevystavujte vode ani nárazom.

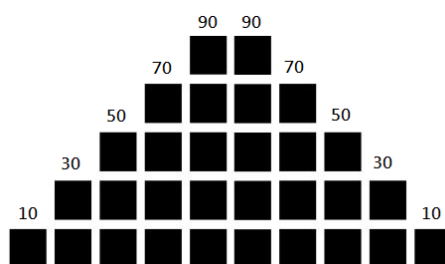
Ak máte akékoľvek otázky, neváhajte kontaktovať technickú podporu (pozri poslednú stranu manuálu).

VÝROBCA SI VYHRADZUJE PRÁVO ZMENIŤ ŠPECIFIKÁCIE PRODUKTU BEZ PREDCHÁDZAJÚCEHO UPOZORNENIA.

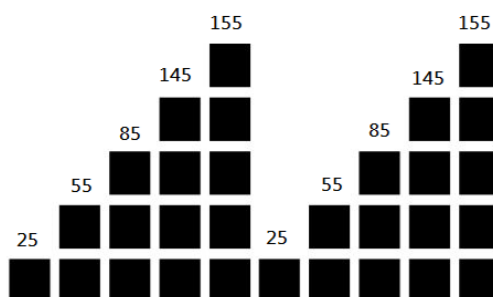
(CS/SVK) PROGRAMOVÉ PROFILY



Začátečník/Začiatočník

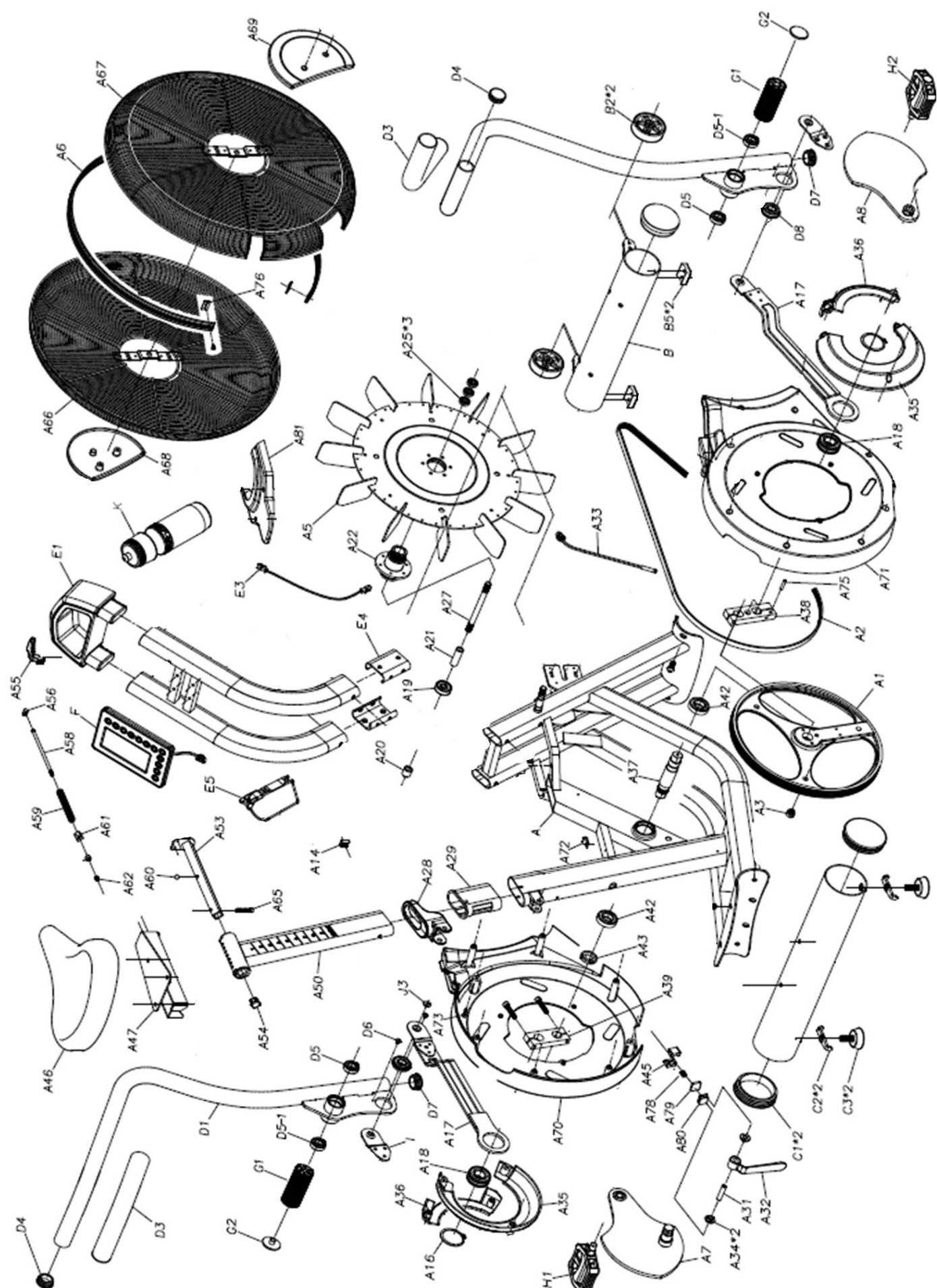


Pokročilý



Sportovec/Športovec

H889



Pro objednání náhradních dílů uveďte kód a množství
 Pre objednane náhradných dielov uveďte kód a množstvo.
 Např/Napr: H889003 1 ks

NO.	Popis(CZ)	Popis(SVK)	Code
A1	Řemenice D360	Kladka D360	H899A01
A2	Řemen 690 J7	Remen 690 J7	H899A02
A3	Magnet D15	Magnet D15	H899A03
A5	Ocelová lopatka ventilátoru	Ventilátor	H899A05
A6	Plastový pásek	Plastový pásik	H899A06
A7	Kliková páka L	Kľuková páka L	H899A07
A8	Kliková páka R	Kľuková páka R	H899A08
A14	Držák upevnění	Držiak upevnenia	H899A14
A17	Spojovací trubka	Spojovacia trubica	H899A17
A18	Ložisko 2205ZZ	Ložisko 2205ZZ	H899A18
A19	Ložisko 6301ZZ	Ložisko 6301ZZ	H899A19
A22	Kladka D45x38 J8	Kladka D45x38 J8	H899A22
A25	Ložisko 6901	Ložisko 6901	H899A25
A27	Hřídel D12x155	Hriadeľ D12x155	H899A27
A28	Kryt sedlové trubky	Kryt sedlovej trubky	H899A28
A29	Pouzdro sedlové trubky	Puzdro sedlovej trubky	H899A29
A32	Pevný úchop	Pevný úchop	H899A32
A33	Senzor	Senzor	H899A33
A34	Třecí pouzdro	Trecie puzdro	H899A34
A37	Hřídel M25	Hriadeľ M25	H899A37
A38	Kliková páka L	Kľuková páka L	H899A38
A42	Kliková páka R	Kľuková páka R	H899A42
A45	Ložisko 6005ZZ	Ložisko 6005ZZ	H899A45
A46	Blokování	Blokovanie	H899A46
A47	Sedlo LS-A22	Sedlo LS-A22	H899A47
A53	Základna sedla	Základňa sedla	H899A53
A54	Posuvné pouzdro	Posuvné puzdro	H899A54
A55	Koncová krytka	Koncová krytka	H899A55

NO.	Popis(CZ)	Popis(SVK)	Code
A56	Rychloodnímatelný XXIS	Rýchloodjazdný XXIS	H899A56
A59	Pružina	Pružina	H899A59
A62	Pružina	Pružina	H899A62
A66	Ocelový kryt ventilátoru L	Oceľový kryt ventilátora Ľ	H899A66
A67	Ocelový kryt ventilátoru R	Oceľový kryt ventilátora P	H899A67
A68	Dekorační kryt L	Dekoračný kryt Ľ	H899A68
A69	Dekorační kryt R	Dekoračný kryt P	H899A69
A70	Kryt řetězu L	Kryt reťaze Ľ	H899A70
A71	Kryt řetězu R	Kryt reťaze P	H899A71
A72	Kryt senzoru	Kryt senzora	H899A72
A76	Držák	Držiak	H899A76
A78	Pružina	Pružina	H899A78
A79	Těsnění	Tesnenie	H899A79
A81	Kryt	Kryt	H899A81
B1	Přední stabilizátor	Predný stabilizátor	H899B00
B1	Koncový kryt	Koncový kryt	H899B01
B2	Kolo	Koleso	H899B02
C1	Zadní stabilizátor	Zadný stabilizátor	H899C00
C1	Koncový kryt D101	Koncový kryt D101	H899C01
C3	Knoflík D50	Gombík D50	H899C03
D4	Koncový kryt	Koncový kryt	H899D04
D5	Ložisko 600322	Ložisko 600322	H899D05
D5-1	Ložisko 6202	Ložisko 6202	H899D05-1
D7	Koncový kryt	Koncový kryt	H899D07
D8	Ložisko 620322	Ložisko 620322	H899D08
E1	Koncový kryt	Koncový kryt	H899E01
E3	Senzor	Senzor	H899E03
E5	Držák na láhev	Držiak na fľašu	H899E05
F	Konzole	Konzola	H899F00
G1	Opěrka nohou	Opora na nohy	H899G01
G2	Koncový kryt	Koncový kryt	H899G02
H1	Pedál L	Pedál Ľ	H899H01
H2	Pedál R	Pedál P	H899H02
IK	Láhev	Fľaša	H899J06
304	Sada na puchýře	Sada na pľuzgiere	H899J04
G01	Řídítka L	Riadidlo Ľ	H899D01
G02	Řídítka R	Riadidlo P	H899D02



Dovozce a distributor pro
Českou a Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a,
140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175 DIČ: CZ05254175