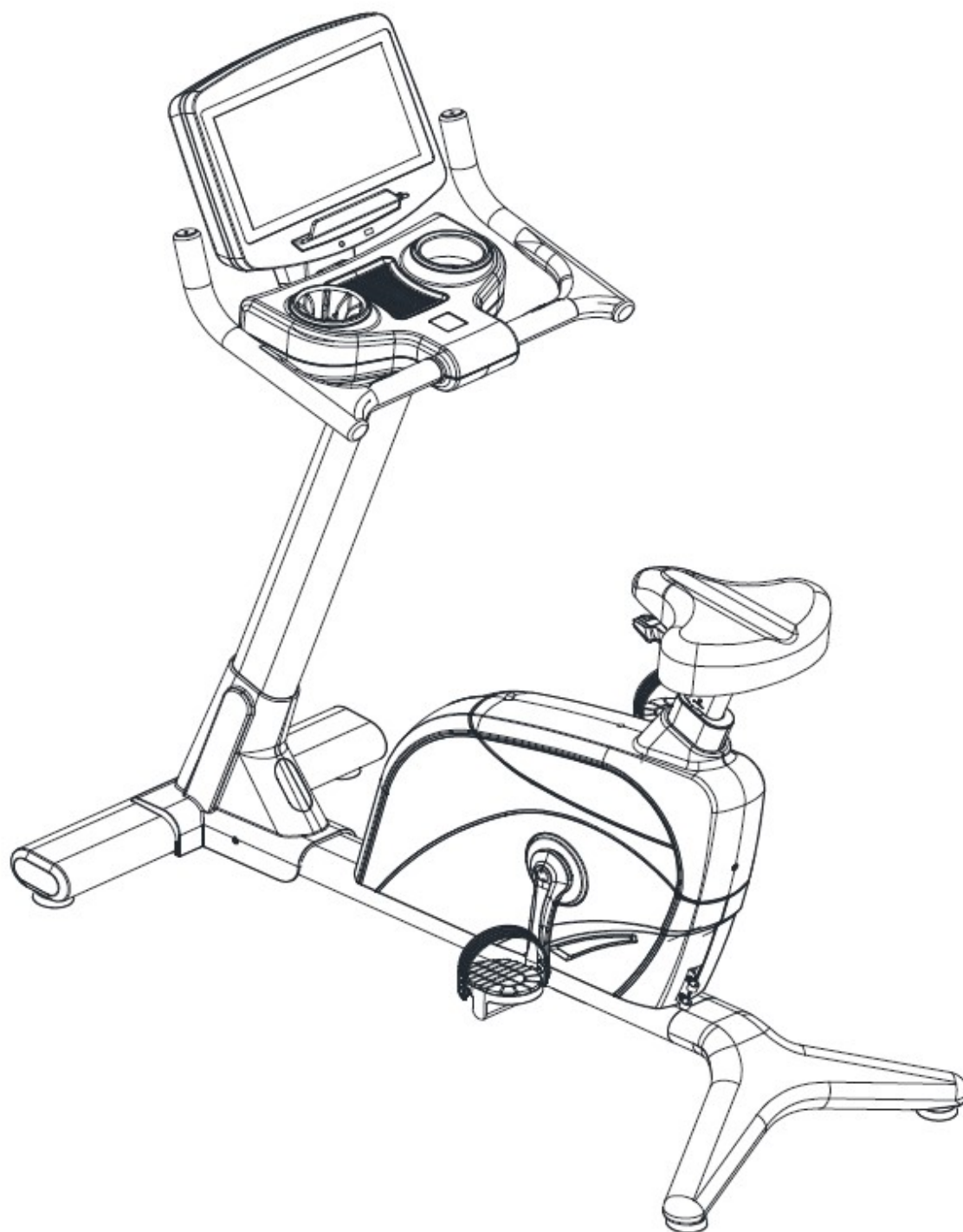


BHFITNESS



Návod k obsluze

MOD. BU1000 19"



Návod k obsluze

Rotoped BH FITNESS MOVEMIA BU1000 SmartFocus 19"

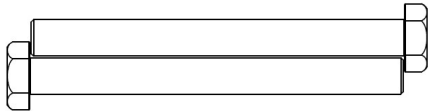
CZ

MOD. BU1000 19"

Obr. 1

1	2		3	
4		5	6	7
8	9	10	11	14
15	16	1-73	1-85	1-86

Fig.2



18-1 M8x82 2pcs

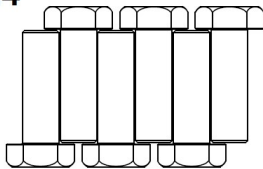


18-2 $\Phi 8$ 2pcs

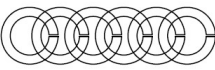


18-3 D8.5xD16xT1.5 2pcs

Fig.4



18-5 M8x25 6pcs

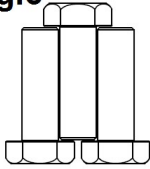


18-2 $\Phi 8$ 6pcs

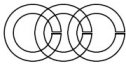


18-3 D8.5xD16xT1.5 6pcs

Fig.6



18-5 M8x25 3pcs



18-2 $\Phi 8$ 3pcs

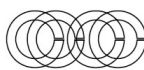


18-3 D8.5xD16xT1.5 3pcs

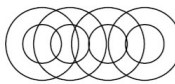
Fig.3



18-4 M8x55 4pcs



18-2 $\Phi 8$ 4pcs



18-3 D8.5xD16xT1.5 4pcs

Fig.5



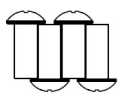
18-6 M5x12 2pcs

Fig.12



18-10 M4x6 4pcs

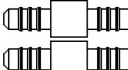
Fig.10



18-6 M5x12 2pcs



18-7 $\Phi 5$ x12 4pcs

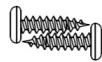


18-9 Crispy Tree 2pcs

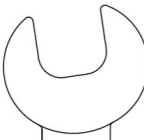
Fig.9



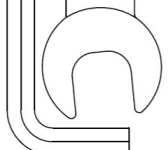
18-6 M5x12 3pcs



18-7 $\Phi 5$ x12 2pcs



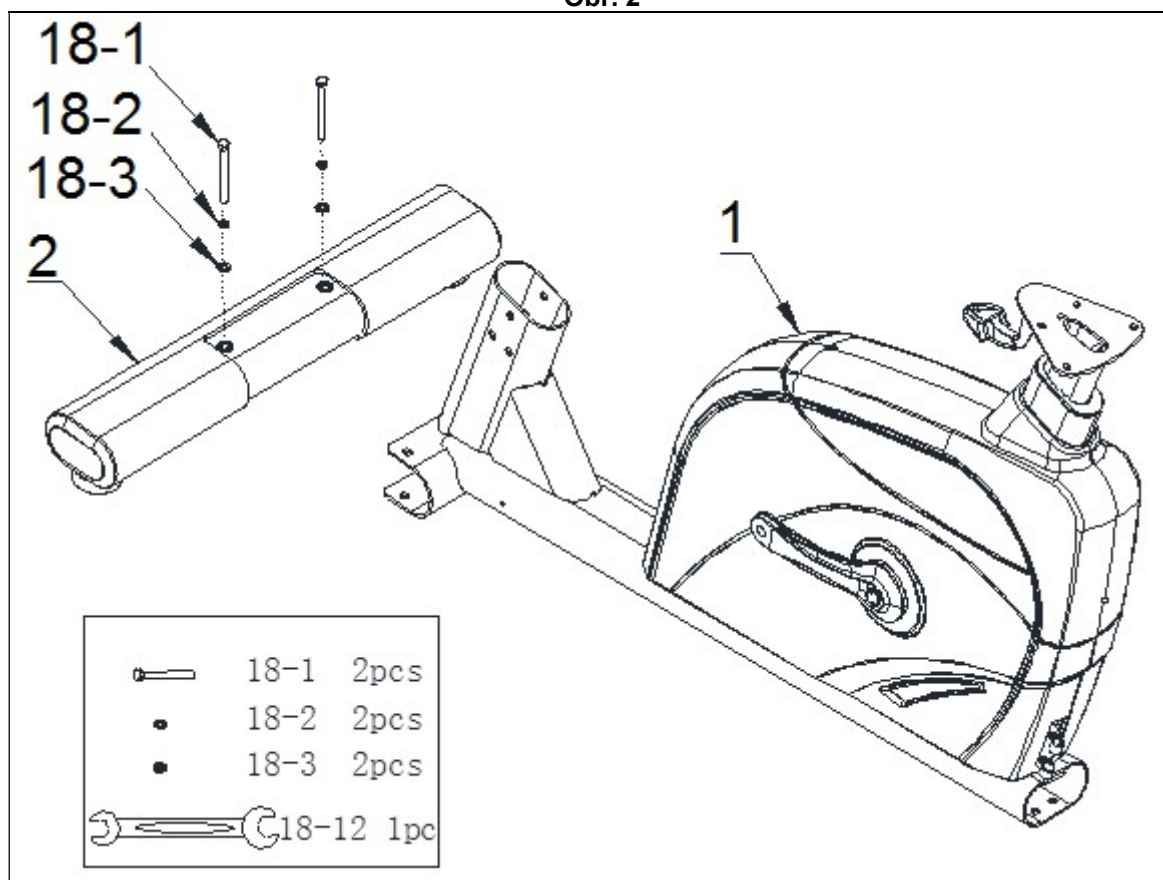
18-12 Tools 1pc



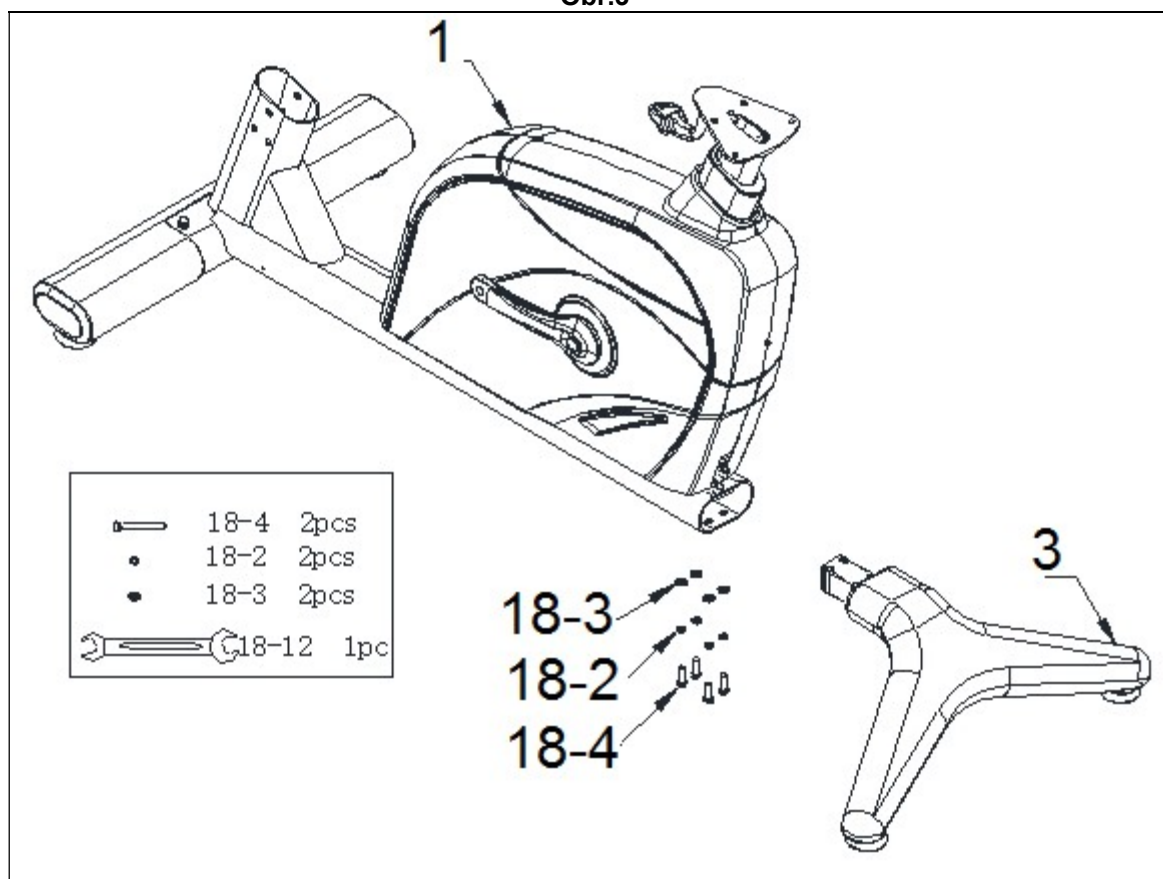
18-11 Tools 1pc

BU1000BM

Obr. 2

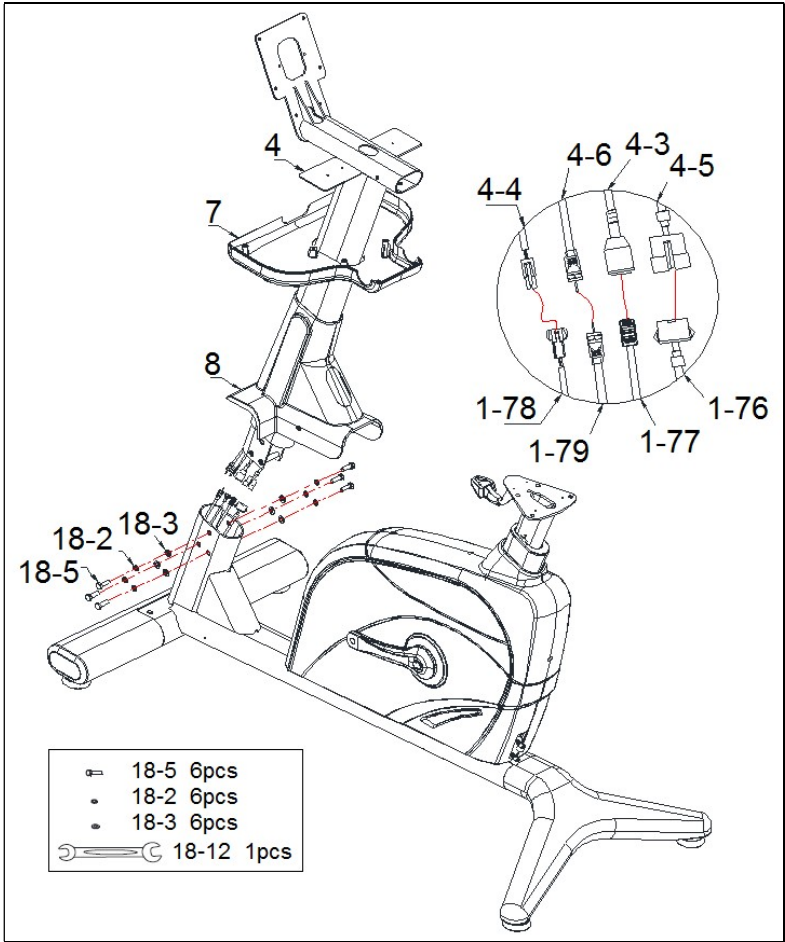


Obr.3

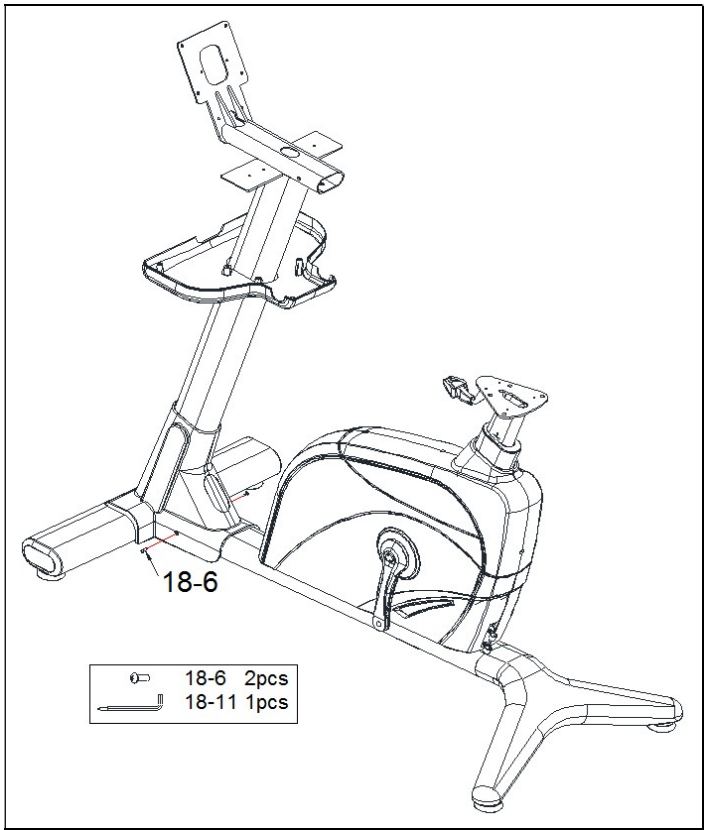


MOD. BU1000 19"

Obr. 4

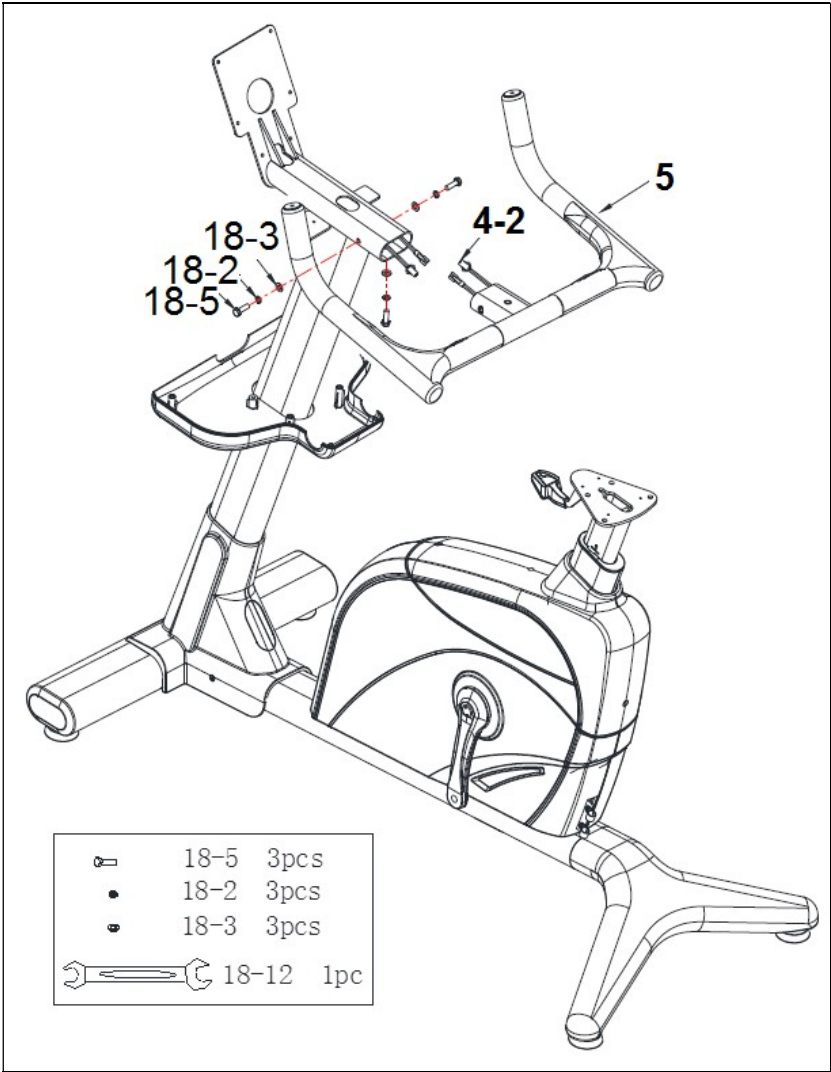


Obr. 5

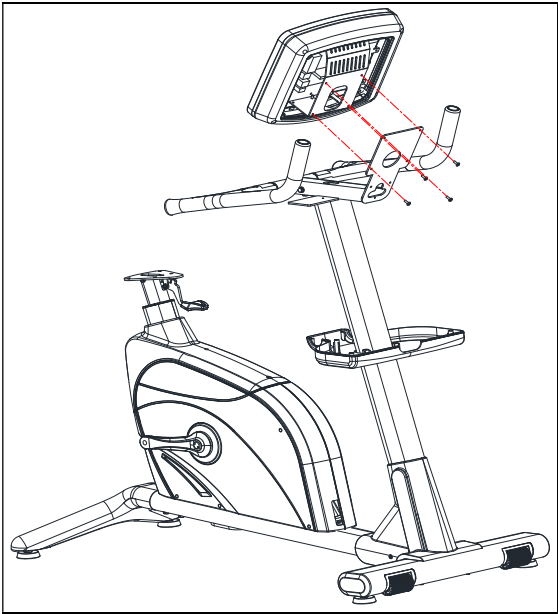


MOD. BU1000 19"

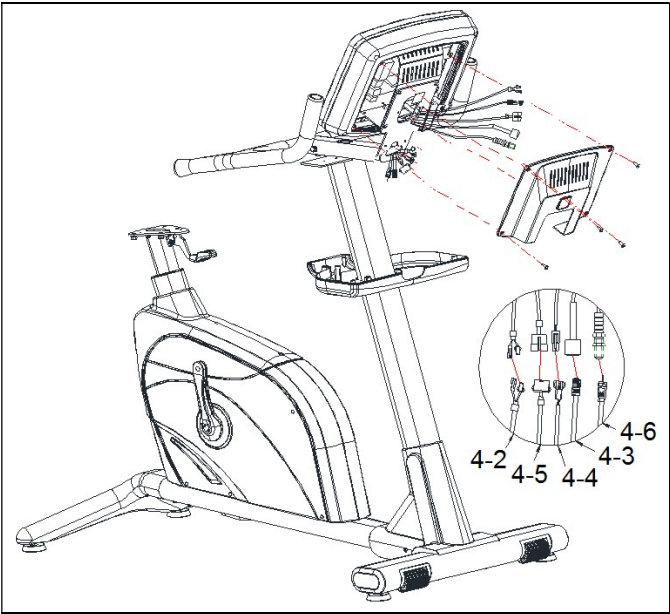
Obr. 6



Obr. 7

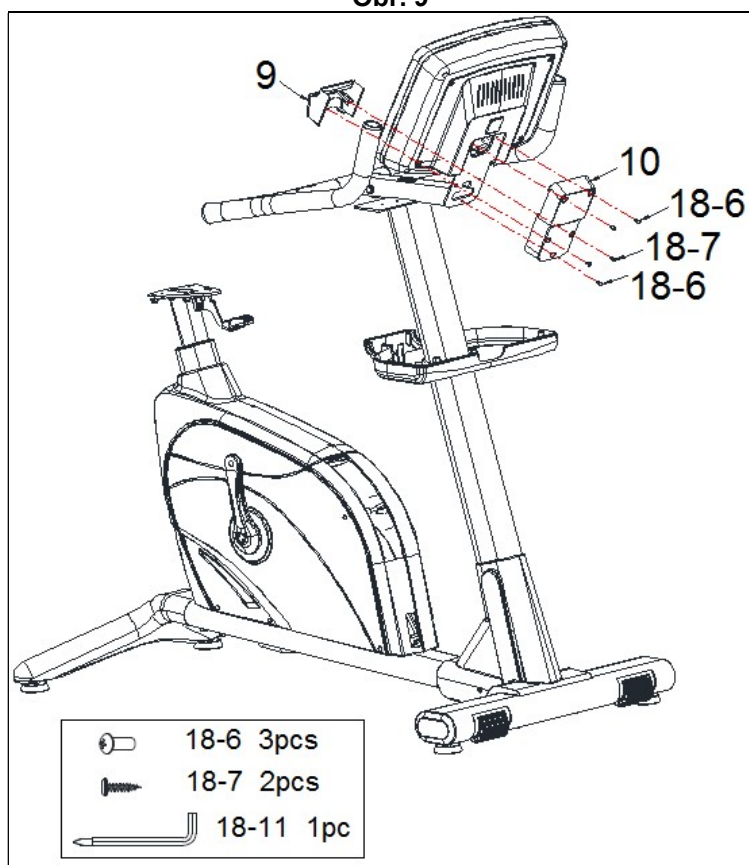


Obr. 8

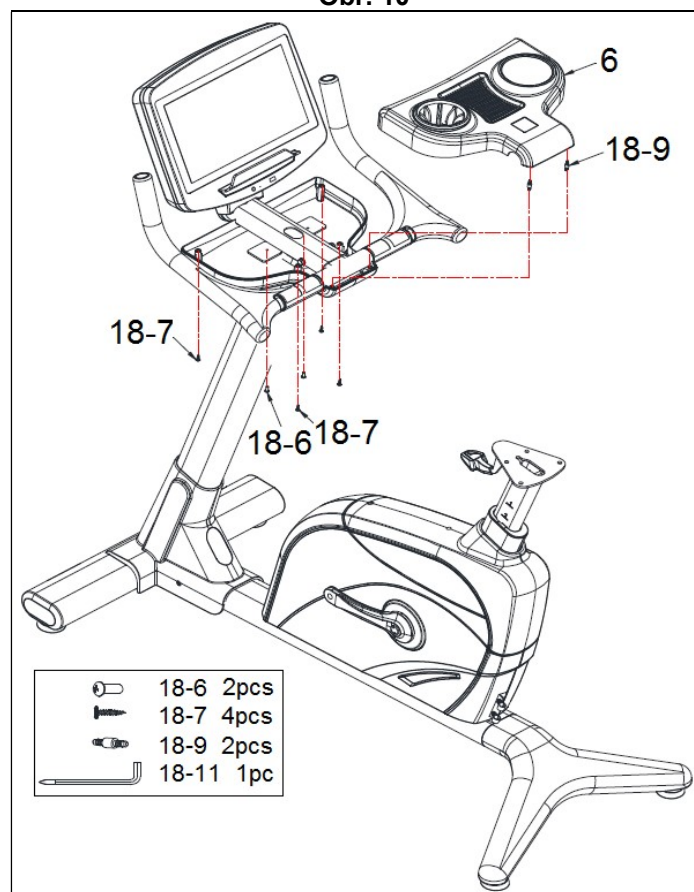


MOD. BU1000 19"

Obr. 9

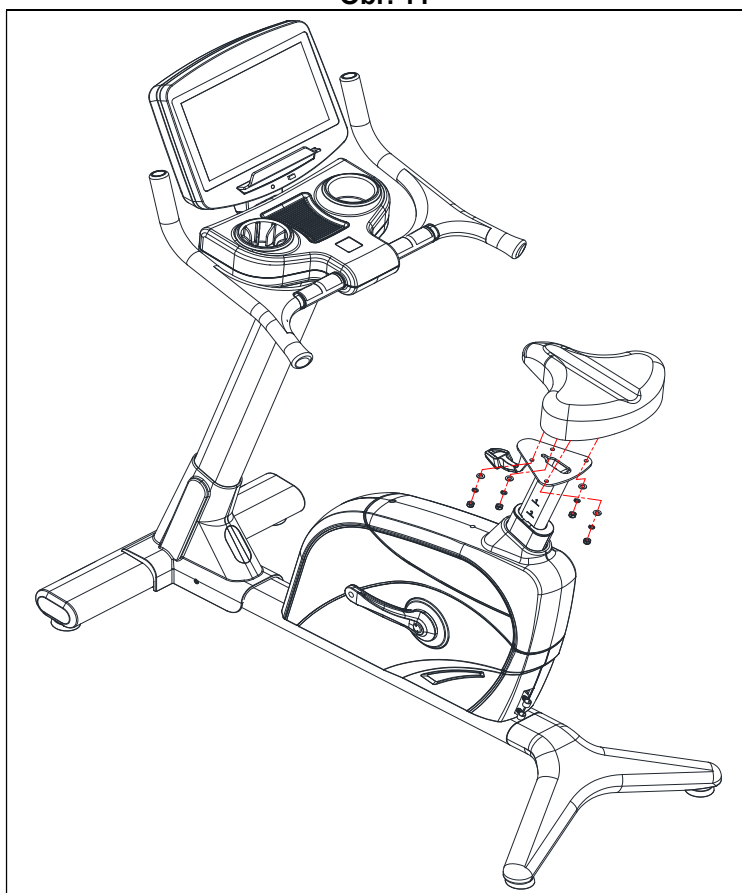


Obr. 10

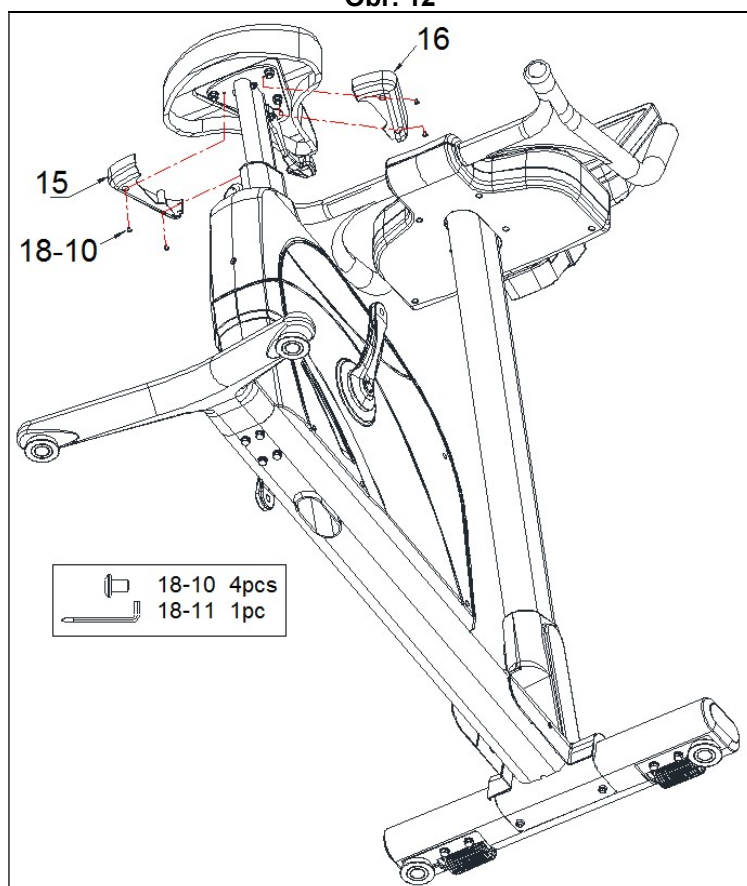


MOD. BU1000 19"

Obr. 11

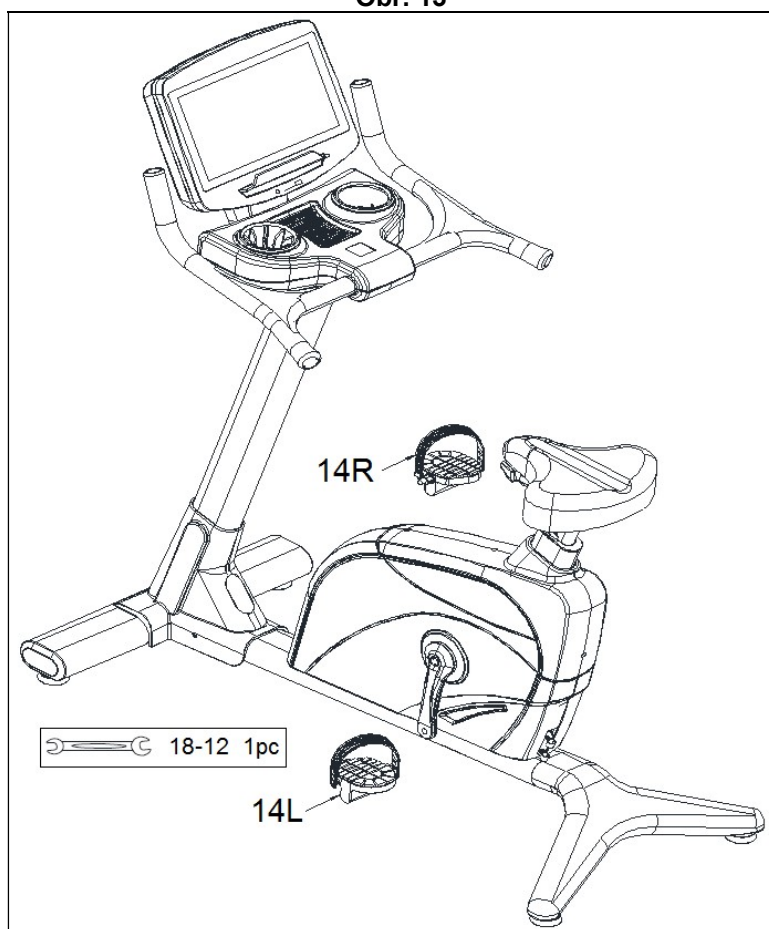


Obr. 12

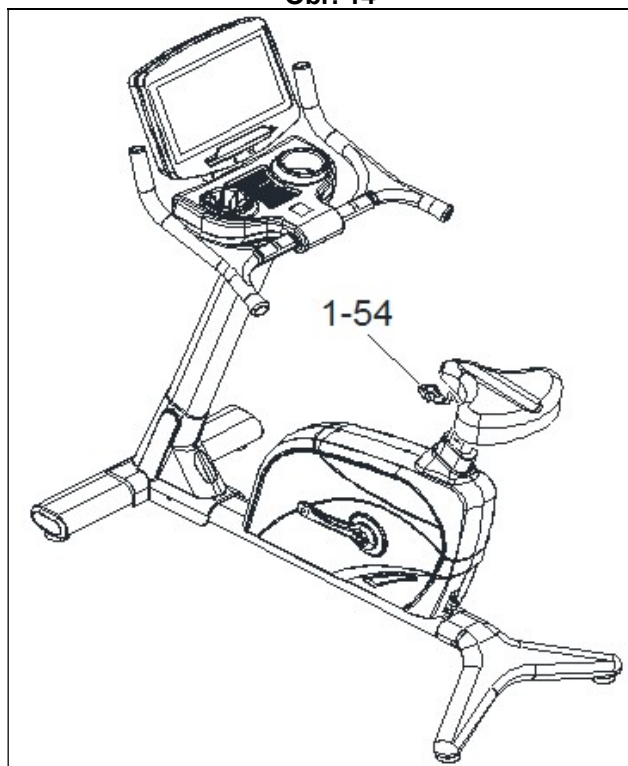


MOD. BU1000 19"

Obr. 13

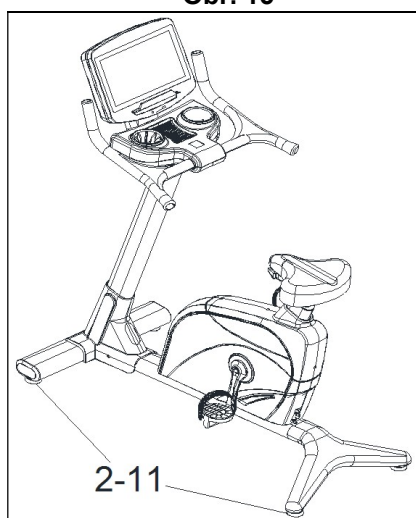


Obr. 14

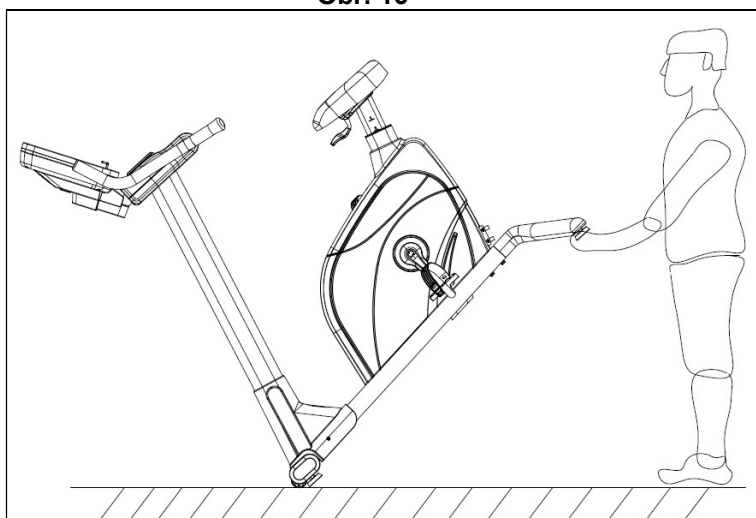


MOD. BU1000 19"

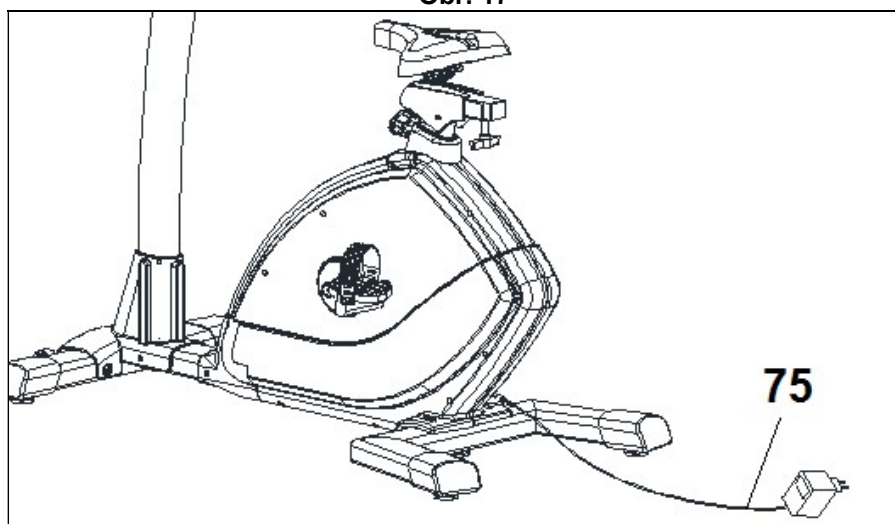
Obr. 15



Obr. 16

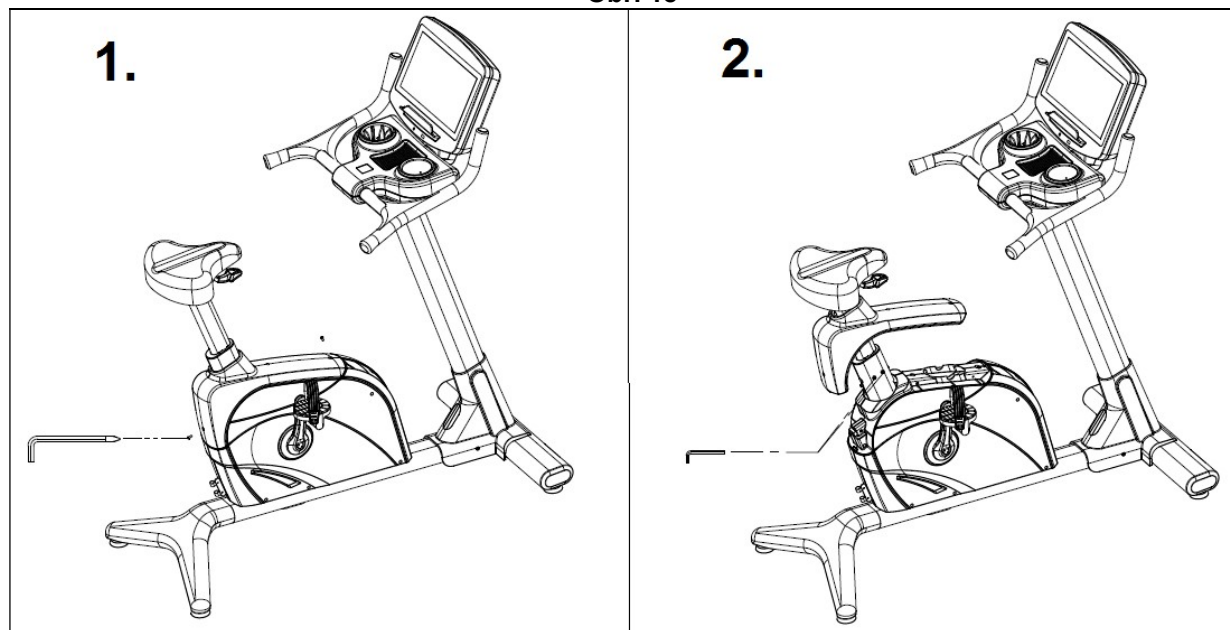


Obr. 17

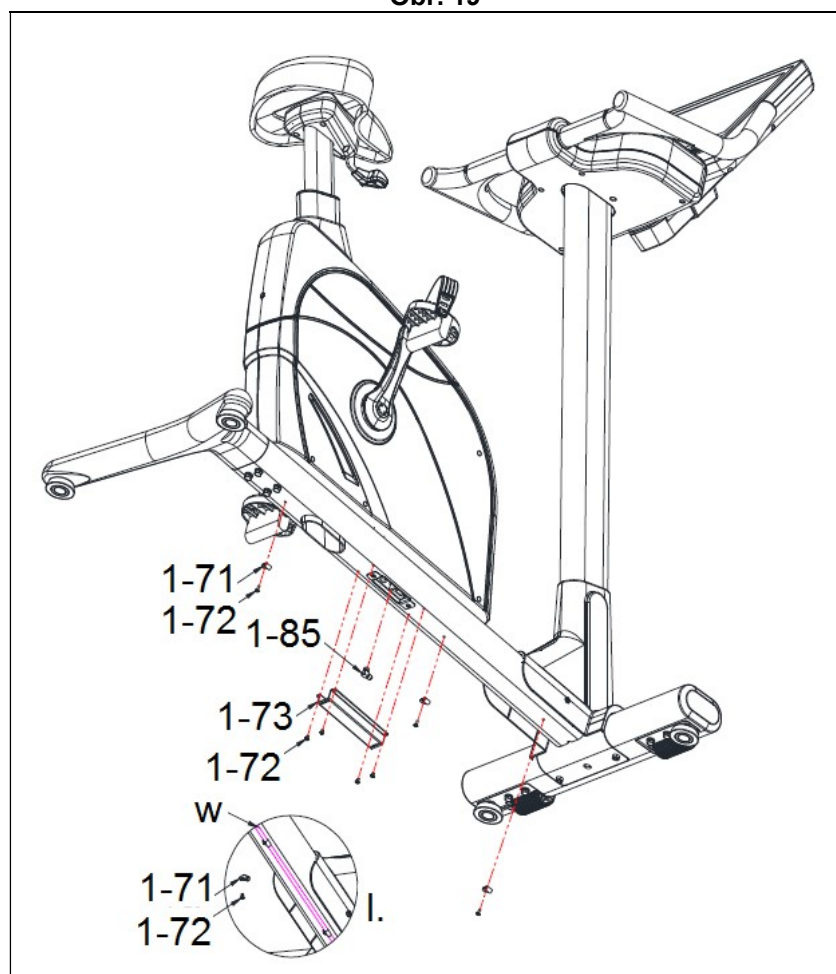


MOD. BU1000 19"

Obr. 18



Obr. 19



DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Tento rotoped byl navržen a vyroben pro maximálně bezpečné použití. Přesto je při jeho použití třeba dodržovat určité zásady. Před montáží rotopedu a cvičením si pečlivě přečtete celý návod. Měli byste dodržovat následující bezpečnostní opatření:

- 1 Rotoped vždy udržujte mimo dosah dětí. Nenechávejte je bez dozoru v místnosti, kde se zařízení nachází.
- 2 Na trenažéru může v daném čase cvičit pouze jedna osoba.
- 3 Pokud během cvičení ucítíte závrať, nevolnost nebo bolest na hrudi, ihned přestaňte cvičit a neprodleně vyhledejte lékařskou pomoc.
- 4 Rotoped používejte na rovném a pevném povrchu. Nepoužívejte jej venku nebo v blízkosti vody.
- 5 Ruce udržujte dostatečně daleko od pohyblivých částí.
- 6 Na cvičení noste vhodný oděv. Nenoste volné oblečení, které se může zachytit v rotopedu. Vždy používejte sportovní obuv. Ujistěte se, že tkaničky či různé šňůrky máte řádně zavázané.
- 7 Rotoped smí být používán pouze k účelům popsáným v návodu. NEPOUŽÍVEJTE příslušenství, které není doporučeno přímo výrobcem.
- 8 Do blízkosti rotopedu neumísťujte žádné ostré předměty.
- 9 Lidé s postižením by neměli používat rotoped bez pomoci kvalifikované osoby nebo lékaře.
- 10 Před použitím rotopedu proveďte několik zahřívacích protahovacích cviků.
- 11 Nepoužívejte rotoped, pokud nefunguje tak jak má.

Varování: Před začátkem cvičení na rotopedu se poraďte se svým lékařem, zejména, pokud je vám víc než 35 let nebo máte nějaké zdravotní problémy. Než začnete cvičit, prostudujte si následující pokyny. Tento návod uschovejte pro případné budoucí využití.

VŠEOBECNÉ POKYNY

Pečlivě si přečtete pokyny obsažené v návodu. Naleznete zde důležité informace o montáži, bezpečnosti a použití tohoto zařízení.

- 1 Rotoped byl testován a vyhovuje normě EN957 v rámci třídy H.B., je vhodný i pro profesionální využití. Hmotnost uživatele nesmí překročit 190 kg. Brzdění nezávisí na rychlosti.
- 2 Rodiče a osoby zodpovědné za péči o děti musí brát zřetel na dětskou zvědavost, aby nedošlo ke zbytečným úrazům. Děti si nesmí hrát v blízkosti trenažéru a trenažér v žádném případě nesmí sloužit jako hračka.

3 Majitel zařízení je zodpovědný za to, že každá osoba, která trenažér použije, je řádně informována o bezpečnostních opatřeních.

1. MONTÁŽNÍ NÁVOD

Všechny díly vyjměte z krabice a ujistěte se, že jsou v ní uvedené části, viz obr. 1.

Při montáži rotopedu je vhodná pomoc druhé osoby.

(1) hlavní tělo; (2) přední stabilizátor s kolečky; (3) zadní stabilizátor s vyrovnávací nerovností; (4) přední sloupek; (5) řídítka; (6) vrchní plastový kryt; (7) spodní plastový kryt; (8) plastový krk; (9) přední kryt počítačové konzole; (10) zadní kryt počítačové konzole; (11) sedlo; (14) pedály; (15) pravý kryt sedla; (16) levý kryt sedla; (1-73) kovový kryt; (1-85) TV konektor ve tvaru L; (1-86) plastové pouzdro; konzola; síťový transformátor. Sáček na šrouby obsahuje: (18-1) šroub M8x82; (18-2) podložka D8; (18-3) podložka D8.5xD16xT1.5; (18-4) šroub M8x55; (18-5) šroub M8x25; (18-6) šroub M5x12; (18-7) šroub D5x12; (18-9) plastová svorka; oboustranný klíč a klíč se šroubovákem.

2. MONTÁŽ STABILIZÁTORŮ

VeźmĚte přední stabilizátor s kolečky (2), obr. 2, vložte šrouby (18-1), podložky (18-2), (18-3) a pevnĚ je utáhnĚte.

VeźmĚte zadní stabilizátor s vyrovnávací nerovností (3), obr. 3, vložte šrouby (18-4), podložky (18-2), (18-3), a pevnĚ je utáhnĚte.

3. MONTÁŽ PŘEDNÍHO SLOUPKU

VeźmĚte přední sloupek (4) a namontujte spodní plastový kryt (7) a kryt (8), viz obr. 4. Kabely hlavní části rotopedu propojte s kabely předního sloupku, viz obr. 4. Přední sloupek vložte (4) na výstupek hlavní části rotopedu. Vložte šrouby (18-5), podložky (18-2), (18-3), viz obr. 4, a pevnĚ je utáhnĚte. Sklopte kryt (8) a vložte šrouby (18-6), viz obr. 5.

4. MONTÁŽ ŘÍDÍTEK

Dle obr. 6 propojte kabely, namontujte řídítka (5) na přední sloupek s použitím šroubů (18-5) a podložek (18-2), (18-3), viz obr. 6.

5. MONTÁŽ MONITORU

Odstraňte zadní kryt monitoru a vyndejte šrouby. Monitor umístĚte na přední sloupek (4) dle obr. 7 a namontujte šrouby zpĚt. Kabely vycházející z předního sloupku (4) propojte s kabely monitoru, viz obr. 8. Zadní kryt monitoru nasadte zpĚt a upevnĚte ho pomocí šroubů, viz obr. 8. Přední (9) a zadní kryt (10) připevnĚte šrouby (18-6), (18-7), viz obr. 9.

MOD. BU1000 19"

Spodní plastový kryt (7) posuňte nahoru, přidejte vrchní plastový kryt (6) a upevněte je pomocí plastových svorek (18-9) a šroubů (18-6), (18-7), obr. 10.

6. MONTÁŽ SEDLA

Vezměte trubku pro sedlo, sedlo (11) k ní připevněte viz obr. 11, a utáhněte matky. Připevněte kryty sedla (15), (16) s použitím šroubů (18-10), viz obr. 12.

VERTIKÁLNÍ NASTAVENÍ

Potřebujete-li snížit nebo zvednout sedlo, zatáhněte za aretační šroub (1-54), obr. 14. a aniž byste ho pouštěli, posuňte sloupek sedla. Když je sedlo v požadované výšce, aretační šroub uvolněte.

7. MONTÁŽ PEDÁLŮ

Při montáži pedálů postupujte přesně dle návodu, aby nedošlo k poškození závitů šroubu nebo kliky. Pravou a levou stranou se má na mysli poloha, kterou cvičící na sedle zaujme při cvičení. Pravý pedál označený písmenem R přišroubujte ve směru hodinových ručiček na pravou kliku, která je také označena písmenem R a pevně utáhněte (viz obr. 13). Levý pedál označený písmenem L přišroubujte proti směru hodinových ručiček na levou kliku, která je také označena písmenem L a pevně utáhněte (viz obr. 13).

VYROVNÁNÍ

Jakmile rotoped umístíte na stálé místo, ujistěte se, že je vodorovně na rovné podlaze. Můžete použít vyrovnávač nerovností umístěný na zadním stabilizátoru (2-11), viz obr. 15.

MANIPULACE A SKLADOVÁNÍ

Zařízení je vybaveno dvěma kolečky (2-3) pro snadnější manipulaci. Dvě přední kolečka vpředu usnadňují přemístění rotopedu na zvolené místo, viz obr. 16. Zařízení skladujte na suchém místě, ideálně bez teplotních výkyvů.

PŘIPOJENÍ DO SÍTĚ

Konektor (m) transformátoru (75) zasuňte do adaptéru hlavní části rotopedu(1) (nachází se v zadní části dole) a poté zapojte transformátor do zásuvky 220 V, viz obr. 17.

NASTAVENÍ SEDLA

Abyste uvolnili sedlovku, odstraňte nejprve dva šrouby krytu (obr. 18-1.), abyste se k sedlovce dostali. Poté pomocí imbusového klíče (3 mm) dotáhněte šrouby sedlovky (obr. 18-2) a ujistěte se, že se sedlovka může pohybovat nahoru a dolů. Na závěr přišroubujte kryt zpět.

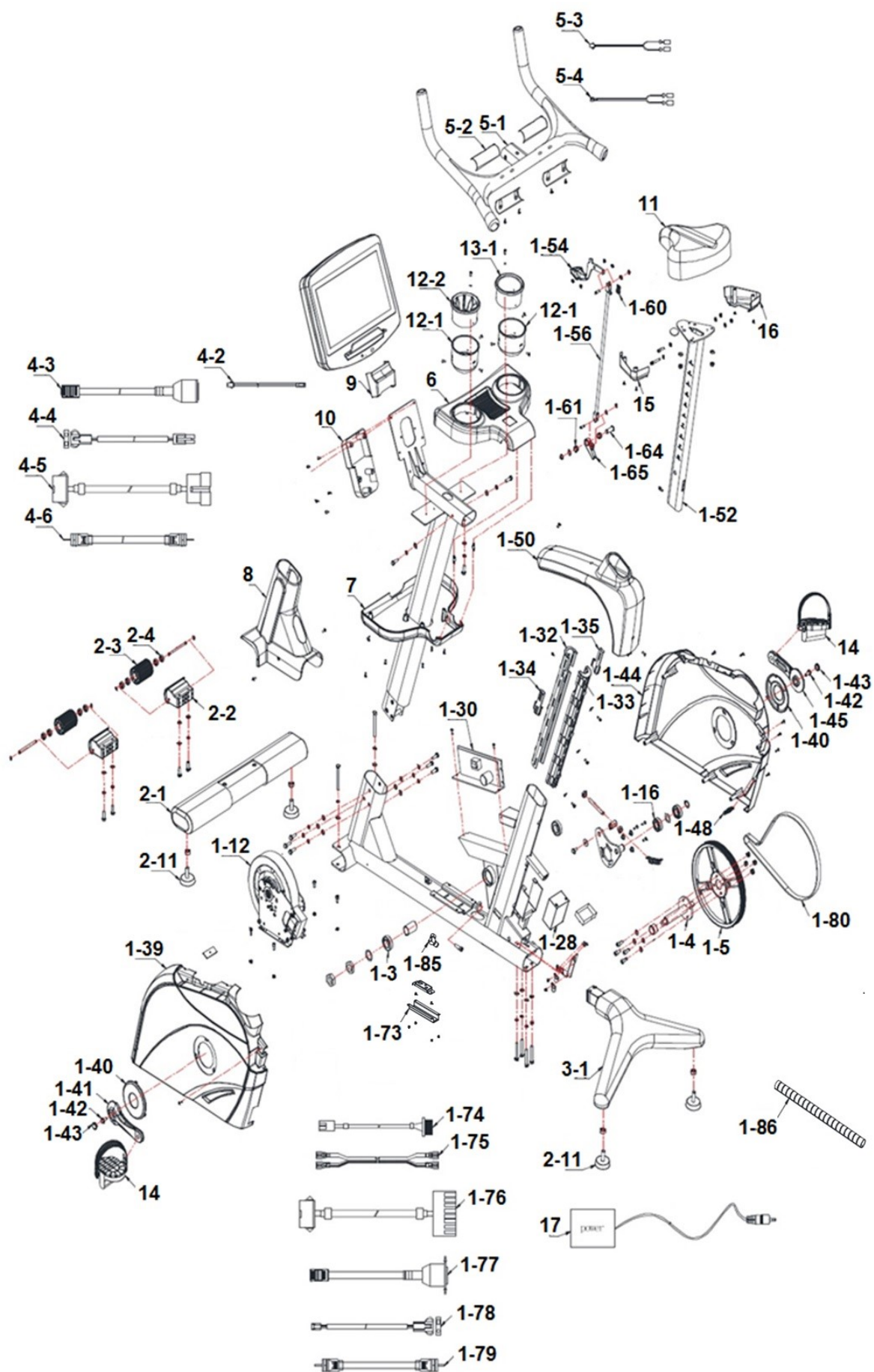
UPEVNĚNÍ KABELŮ

Připojte stejnosměrný vodič. TV konektor ve tvaru L (1-85) vložte směrem k anténové zásuvce, viz obr. 19. Televizní kabel připojte k TV konektoru ve tvaru L (1-85). Připojte internetový kabel. Pomocí šroubů (1-72) připevněte kryt (1-73), obr. 19. Kabel (w) vložte do otvoru (1-71) a poté přišroubujte kryt (1-72), obr. 19. I. Kabely chraňte plastovým pouzdrem (1-86).

Pokud máte jakékoli dotazy, obraťte se na naši technickou asistenční službu (viz poslední strana manuálu).

BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

MOD. BU1000 19"



MOD. BU1000 19"

Ejemplo / E.g. / Exemple / Beispiel / Exemplo /Esempio / Bijvoorbeeld:
H720025 1

NO.	English Description	Descripción en español	Code
1-3	Bearing 6005Z	Rodamiento 6005Z	H720025
1-4	Crank axel welding	Eje soldado	BU1000BM001-4
1-12	Generator	Generador	BR1000BM001-12
1-16	Bearing 6004Z	Rodamiento 6004Z	BR1000BM001-16
1-28	Battery	Batería	H720044
1-30	Control board	Tarjeta de control	BR1000BM001-48
1-32	positioning plastic sheet	positioning plastic sheet	BU1000BM001-32
1-33	Adjustment teeth sheet	Adjustment teeth sheet	BU1000BM001-33
1-34	Position shet-1	Position shet-1	BU1000BM001-34
1-35	Position shet-2	Position shet-2	BU1000BM001-35
1-39	Chain cover-Left	Tapa cadena izquierda	BR1000BM001-30
1-40	Round cover	Tapa redonda biela	H720002
1-41	Crank left-L	Biela izquierda	H720085
1-42	Hexgal flange screw	Tornillo	H650049
1-43	Crank cap	Tapón biela	H862083
1-44	Chain cover-R	Tapa cadena derecha	BR1000BM001-31
1-45	Crank -R	Biela derecha	H720090
1-50	Top cover	Tapa embellecedora	BU1000BM001-50
1-52	Saddle tube	Tija sillín	BU1000BM001-52
1-54	Adjust handlebar	Pomo	BU1000BM001-54
1-56	Connecting bolt welding	connecting bolt welding	BU1000BM001-56
1-60	Spring	Muelle	BU1000BM001-60
1-61	Sup. sep. bushing D18xD12x10.5	Casquillo D18xD12x10.5	BU1000BM001-61
1-64	Positioning pin	Positioning pin	BU1000BM001-64
1-65	Adjusting sheet	Ajuste	BU1000BM001-65
1-73	Metal cover	Tapa metálica	BR1000BM037
1-74	Charging wire	Cable carga	H775106
1-75	Battery wire	Cable batería	H775105
1-76	Lower cable	Cable inferior	BU1000BM001-76
1-77	Internet cable -lower	Cable inferior internet	BU1000BM001-77
1-78	Power cable-lower	Cable fuente inferior	BU1000BM001-78
1-79	TV cable-lower	Cable inferior TV	BU1000BM001-79
1-80	Belt	Correa	BU1000BM001-80
1-85	L shaped TV connector	L conector TV	BR1000BM038

MOD. BU1000 19"

1-86	Plastic sleeve	Funda cable	BR1000BM039
2-1	Front stabilizer-PU foaming	Caballote delantero	BR1000BM002-1
2-2	Transport wheel box	Caja rueda	BR1000BM002-8
2-3	Transport wheel	Rueda	BR1000BM002-7
2-4	Bearing Z608	Rodamiento Z608	BR1000BM002-6
2-11	Stabilizer pad	Pie ajustable	BR1000BM002-3
3-1	Rear stabilizer-PU foaming	Caballote trasero	BR1000BM003-1
2-11	Stabilizer pad	Pie ajustable	BR1000BM002-3
4-2	TV cable middle middle	Cable TV mástil	BU1000BM004-2
4-3	Middle wire of hand pulse	Cable pulso mástil	BU1000BM004-3
4-4	Internet cable-middle	Cable internet mástil	BU1000BM004-4
4-5	Power cable-middle	Cable fuente mástil	BU1000BM004-5
4-6	Middle cable	Cable mástil	BU1000BM004-6
5-1	Handlebar dipping	Manillar	BU1000BM005-1
5-2	Pulse set with screw	Handgrip con tornillos	BU1000BM005-2
5-3	Hand pulse-male connector	Conector handgrip macho	BU1000BM005-3
5-4	Hand pulse-female connector	Conector handgrip hembra	BU1000BM005-4
6	Upper tray	Bandeja superior	BR1000BM010
7	Lower tray	Bandeja inferior	BR1000BM011
8	Post tube cover	Tapa inferior mástil	BU1000BM008
9	Front cover of console bracket	Tapa delantera mástil	BR1000BM015
10	Rear cover of console bracket	Tapa trasera mástil	BR1000BM014
11	Saddle	Sillín	BU1000BM011
12-1	Bottle holder	Portabotellín	BR1000BM012-1
12-2	Bottle holder with ribs	Goma con nervios	BR1000BM012-2
12-1	Bottle holder	Portabotellín	BR1000BM012-1
13-1	Bottle holder without rib	Goma sin nervios	BR1000BM008-2
14	Pedal L/R	Pedales	BR1000BM018
15	Cover of underneath saddle R	Tapa sillín derecha	BU1000BM015
16	Cover of underneath saddle L	Tapa sillín izquierda	BU1000BM016
17	Adaptor	Adaptador	BR1000BM035



POČÍTAČ

OBECNÉ INFORMACE

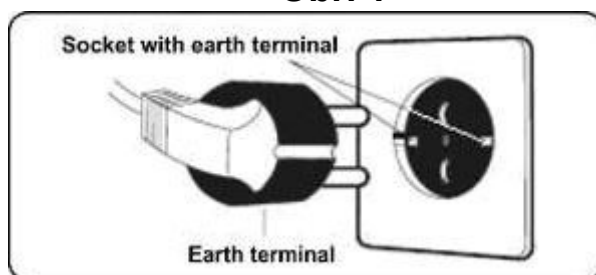
Tento počítač je navržen pro snadné a intuitivní použití. Zprávy, které se objevují na obrazovce, uživatele provedou celým cvičením.

Doporučujeme, aby si instruktor pečlivě přečetl tuto část a plně se tak seznámil s ovládáním počítače tak, aby pak mohl vše uživatelům správně ukázat.

PŘIPOJENÍ

Nejprve zapojte hlavní napájecí kabel do uzemněné elektrické zásuvky o 100 - 240V tak, jak je znázorněno na obr. 1.

Obr. 1

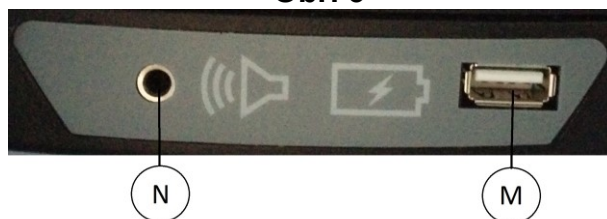


AUDIO Obr. 3

M.- Konektor pro MTP zařízení Android a pro nabíjení.

N.- Jack pro sluchátka.

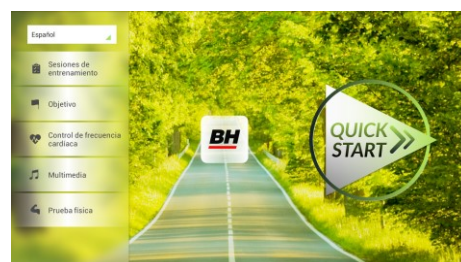
Obr. 3



ZAPNUTÍ

Jakmile je stroj připraven, objeví se obrazovka 1.

Obrazovka 1



NASTAVENÍ POČÍTAČE.-

ZMĚNA JAZYKA

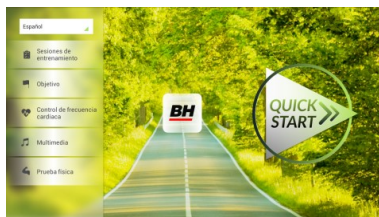
1.- Na obrazovce 1:

Stiskněte "language" v levém horním rohu.

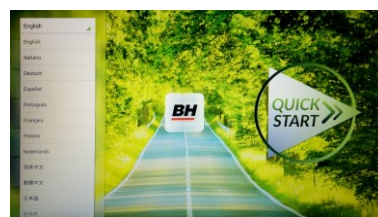
2.- Na obrazovce se zobrazí seznam dostupných jazyků tak, jak je vidět na obrazovce 2.

Vyberte požadovaný jazyk.

Obrazovka 1



Obrazovka 2

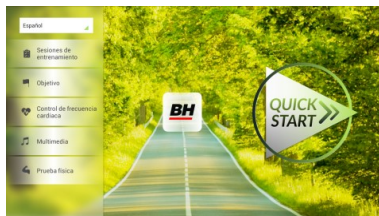


VSTUP/VÝSTUP Z ÚVODNÍHO MENU

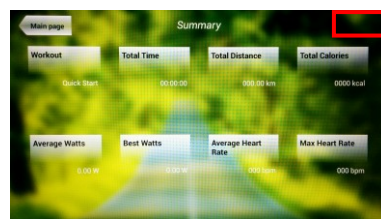
Obrazovka 1

VSTUP:

Při prohlížení obrazovky 1 stiskněte **QUICK START** a následně **STOP** - zobrazí se obrazovka 3. Až budete na této obrazovce, podržte v horním rohu obrazovky tlačítko "hidden menu" nebo "backoffice menu", a to po dobu 5 vteřin.



Obrazovka 3



VÝSTUP:

V této nabídce stiskněte vlevo nahoře tlačítko **"Configuration"**, kterým se vrátíte zpět do hlavní nabídky.

Poznámka: Prosíme, abyste neměnili žádný parametr v této nabídce pokud není tento krok podrobně popsán v tomto návodu. Můžete tím způsobit poruchu stroje nebo jeho nesprávné používání.

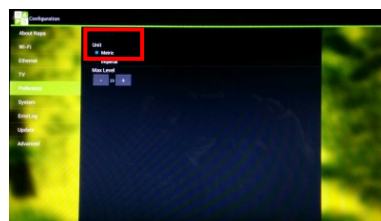
Obrazovka 4



Změna kilometrů na míle

Jakmile jste v nabídce "backoffice", přejděte do **Gym Custom**, vložte přístupový kód **taipei101** a stiskněte **ok**. Podle volby na obrazovce změňte možnosti z **Unit System** (KM) na **Imperial** (míle) - viz. obr. 5.

Obrazovka 5

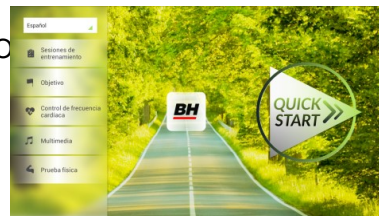


INSTRUKCE

PROGRAMY

Tento počítač nabízí 6 programů: 6 TRAINING (tréninkový programů), COURSES, 3 OBJECTIVE (základní programy), 1 HEART RATE CONTROL (program řízený tepovou frekvencí), 7 PHYSICAL TEST (testů). Všechny jsou přístupné z obrazovky 1.

Obrazovka 1



TRÉNINK

Existují dvě kategorie tréninků:

A) **Manual** (manuální program)

B) Přednastavené programy

MANUAL

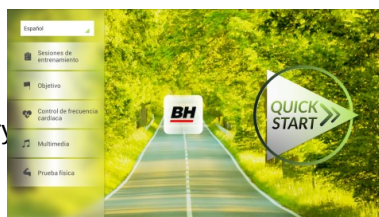
V manuálním programu můžete nastavit:

A) Hmotnost uživatele.

B) **Nastavit délku cvičení.**

Obrazovka 1

Pro výběr manuálního programu stisknete TRAINING COURSES na obrazovce 1 a poté vyberte možnost MANUAL. Po kliknutí se zobrazí obrazovka 6, na které budou parametry, které je možné nakonfigurovat. Po nastavení parametrů cvičení klikněte na START a tím zahájíte trénink. Během cvičení můžete pomocí tlačítek + / - nastavit sklon a rychlost.

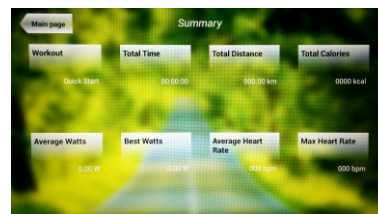


Obrazovka 6



Jakmile stisknete tlačítko **Stop** zobrazí se obrazovka 3, která shrnuje váš trénink. Stisknutím tlačítka **previous** nebo pokud počkáte 2 minuty, se obrazovka vrátí zpět na obrazovku č. 1.

Obrazovka 3



OSTATNÍ TRÉNINKY:

V těchto programech můžete nastavit:

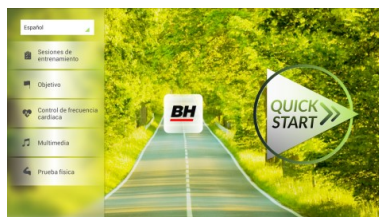
A) Váhu uživatele.

B) **Čas cvičení.**

C) Fitness úroveň uživatele.

Obrazovka 1

Jednoduše stačí kliknout na možnost "Training Courses" na obrazovce 1 a pak vybrat požadovaný trénink. Po výběru se zobrazí obrazovka 7 a uvidíte i parametry, které je možné nastavit. Jakmile kliknete na tlačítko START, tak se program spustí a vy můžete začít cvičit. Intenzita cvičení bude přizpůsobena podle profilu vybraného programu. Při tréninku můžete upravovat parametry pomocí tlačítek +/-, ale program stejně po ukončení segmentu vrátí parametry zpět tak, aby seděly vybranému programu.



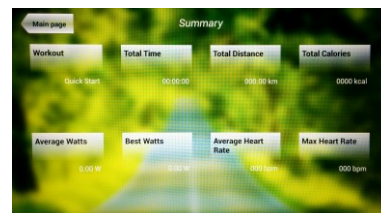
Obrazovka 7



Když trénink běží, můžete upravit rychlost a sklon pomocí kláves +/-, ale po dokončení segmentu je stejně pro další segment počítač sám upraví.

Po docvičení nebo pokud kliknete na tlačítko **Stop** zobrazí se obrazovka 3, na které uvidíte souhrnný přehled o tréninku. Stisknutím tlačítka **previous** nebo pokud počkáte 2 minuty, se obrazovka vrátí zpět na obrazovku č. 1.

Obrazovka 3



ZÁKLADNÍ PROGRAMY

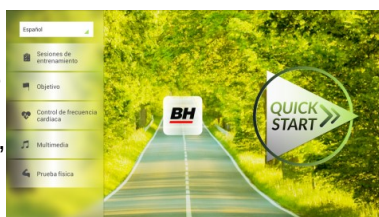
Tento program umožňuje uživateli nastavit si tyto cíle:

- A) **Váhu uživatele.**
- B) **Délku tréninku.**
- C) **Uraženou vzdálenost.**
- D) **Spálené kalorie v průběhu tréninku.**

- Váha -

Zadejte váhu uživatele. Na první obrazovce stisknete tlačítko "Objective" a tím přejdete na obrazovku 8. Nastavte si váhu a poté zvolte jednu z následujících možností: čas, vzdálenost, nebo spálené kalorie.

Obrazovka 1



Obrazovka 8



- Čas.-

Můžete si upravit čas cvičení (během cvičení se tento údaj zobrazí a bude se odpočítávat).

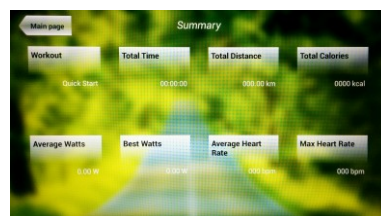
Obrazovka 8



Pomocí číselných tlačítek ve spodní části obrazovky vyberte čas a potvrďte stisknutím ✓. Stisknutím tlačítka START spustíte cvičení. Během tréninku si můžete nastavit rychlost a sklon pomocí +/-.

Obrazovka 3

Po docvičení nebo pokud kliknete na tlačítko **Stop** zobrazí se obrazovka 3, na které uvidíte souhrnný přehled o tréninku. Stisknutím tlačítka **previous** nebo pokud počkáte 2 minuty, se obrazovka vrátí zpět na obrazovku č. 1.



- Vzdálenost -

Zde si můžete nastavit vzdálenost, které chcete dosáhnout v průběhu vašeho tréninku. (Vzdálenost se odpočítává při tréninku).

Na obrazovce 1, stiskněte tlačítko Objective a zobrazí se obrazovka č.8.

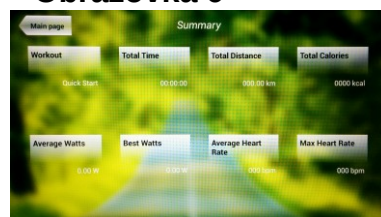
Obrazovka 8



Pomocí číselných tlačítek ve spodní části obrazovky vyberte vzdálenost a potvrďte stisknutím ✓. Stisknutím tlačítka START spustíte cvičení. Během tréninku si můžete nastavit rychlost a sklon pomocí +/-.

Obrazovka 3

Po docvičení nebo pokud kliknete na tlačítko **Stop** zobrazí se obrazovka 3, na které uvidíte souhrnný přehled o tréninku. Stisknutím tlačítka **previous** nebo pokud počkáte 2 minuty, se obrazovka vrátí zpět na obrazovku č. 1.



- Kalorie -

Zde si můžete nastavit kalorie, které chcete spálit v průběhu vašeho tréninku. (Kalorie se odpočítávají při tréninku).

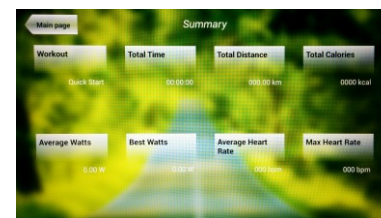
Na obrazovce 1, stiskněte tlačítko Objective a zobrazí se obrazovka č.8.

Screen 8



Pomocí číselných tlačítek ve spodní části obrazovky vyberte kalorie a potvrďte stisknutím ✓. Stisknutím tlačítka START spustíte cvičení. Během tréninku si můžete nastavit rychlost a sklon pomocí +/-.

Obrazovka 3



PROGRAM ŘÍZENÝ TEPOVOU FREKVENCÍ

Před cvičením je vhodné, abyste se protáhli vhodným cvičením. Předejdete tak možnému zranění.

Tento program vám umožní nastavit srdeční frekvenci (mezi 60% a 95% maximální tepové frekvence) a stroj bude sám automaticky upravovat odpor, aby zajistil, že bude srdeční frekvence udržována na zvolené úrovni. Je nutné po celou dobu cvičení držet senzory pro měření tepové frekvence a nebo použít hrudní pás.

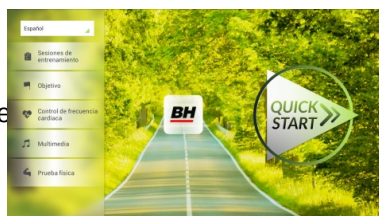
Maximální počet úderů srdce, který člověk nikdy nesmí překročit, se označuje jako maximální tepová frekvence a tato hodnota klesá s věkem. Výpočet je velice jednoduchý. Od čísla 220 odečtete svůj věk. Následně pak cvičíte v rozmezí 65% - 85% této maximální hodnoty tepové frekvence. Nedoporučuje se, abyste překračovali 85% maximální tepové frekvence.

HRC se skládá ze 4 programů: tři mají přednastavené procento tepové frekvence (68%, 75% a 85%) a čtvrtý je označen jako THR a umožňuje, abyste si zvolil svou vlastní tepovou frekvenci v rozmezí 60-95%.

Obrazovka 1

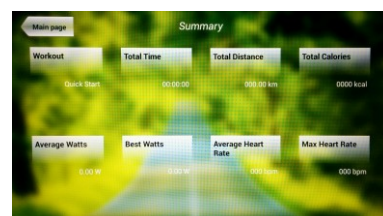
Obrazovka 9

Na obrazovce 1 stiskněte Heart Rate Control a tím se dostanete na obrazovku 9. Vyplňte požadovaná pole a vyberte si procento srdeční frekvence. Poté stiskněte zelenou šipku a tím začnete cvičit. Když cvičíte, můžete měnit parametry tréninku pomocí +/- . Je nezbytné, abyste měli stále ruce na senzorech pro měření tepové frekvence nebo používali volitelný hrudní pás.



Obrazovka 3

Po skončení tréninku, nebo pokud stisknete tlačítko **Stop**, se objeví obrazovka 3, na které uvidíte shrnutí cvičení. Stiskněte tlačítko **previous** nebo vyčkejte 2 minuty a počítač vás opět vrátí na úvodní obrazovku.



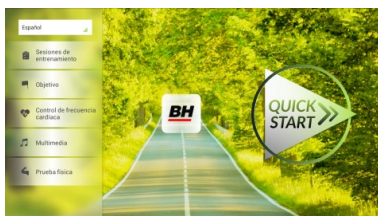
TEST

Jedná se o fitness test, který je založený VO2 MAX. VO2 Max, nebo taky maximální absorpce kyslíku je jedním z faktorů, který ukáže fyzickou výdrž sportovce.

Obrazovka 1

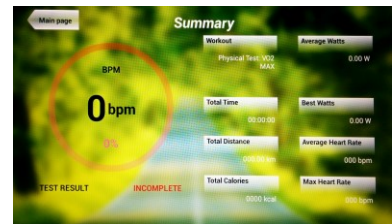
Obrazovka 10

Na obrazovce 1 stiskněte **PHYSICAL TEST** a objeví se obrazovka č. 10. Nastavte požadované parametry pomocí čísel, které jsou v dolní části obrazovky a poté klikněte na ✓. Následně stiskněte zelenou šipku a test se spustí. Během programu můžete pomocí tlačítek +/- nastavit úroveň rychlosti a sklonu.



Obrazovka 11

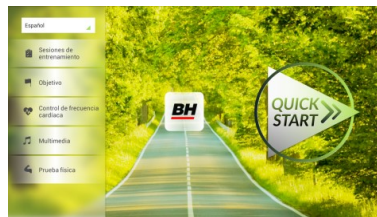
Po dokončení cvičení nebo po stisknutí tlačítka **STOP** se zobrazí obrazovka 11, která ukazuje souhrn všech důležitých hodnot cvičení. Stiskněte tlačítko **previous** nebo vyčkejte 2 minuty a počítač vás opět vrátí na úvodní obrazovku.



MULTIMEDIA

Počítač disponuje třemi multimediálními funkcemi: TV, HUDBA a INTERNET. Můžete se připojit na obrazovce 1 a to kliknutím na možnost MULTIMEDIA. Poté se zobrazí obrazovka 12 na které si vyberete, jaké médium chcete připojit.

Obrazovka 1



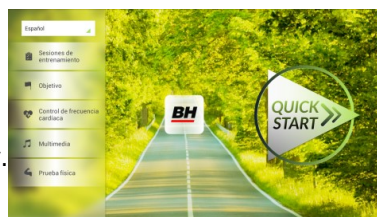
Obrazovka 12



TV

Na obrazovce 1 klikněte na možnost MULTIMEDIA a následně se zobrazí nabídka - viz. obr. 12. Zde si vyberte možnost TV. Je možné se taky připojit v průběhu cvičení, a to kliknutím na možnost TV v dolní pravé části obrazovky.

Obrazovka 1



Obrazovka 12



TV se objeví uprostřed obrazovky a vy si můžete vybrat kanál a změnit hlasitost. Chcete-li při cvičení nastavit TV na celou obrazovku, dvakrát klepněte na televizní obrazovku. Dvojitým klepnutím na obrazovku opět vrátíte TV do původní velikosti.

LADĚNÍ KANÁLŮ

Automatické ladění kanálů se nachází v části BACKOFFICE. Postupujte podle pokynů, jak vstoupit do BACKOFFICE v sekci konfigurace.

*Poznámka – ke sledování kanálů bude možná potřeba satelit od kabelové společnosti. Signál může být kódován a bude vyžadovat dekódování.

Po vstupu do BACKOFFICE stiskněte možnost **TV**. V pravé části obrazovky najdete tlačítko menu, které vás přenesne do nabídky. Pomocí **↑ Ch / Ch ↓** vyberte **Auto Tune (automatické ladění)**, a stiskněte **OK** pro potvrzení. Nabídka v obrazovce se změní a zobrazí země, pro které můžete zvolit automatické ladění. Pomocí kláves **↑ Ch / Ch ↓** vyberte svou zemi a stiskněte **OK**. Nyní se spustí automatické ladění. Může to trvat několik minut.

Jakmile bude automatické ladění úspěšné, postupujte podle pokynů k ukončení práce v BACKOFFICE. Chcete-li spustit TV, klikněte na první obrazovce na možnost MULTIMEDIA a na další obrazovce na možnost TV.

Poznámka: výběrem možnosti **Auto Tune** budou všechny předchozí kanály smazány.

VYMAZÁNÍ NEŽÁDOUCÍCH KANÁLŮ

Postupujte podle pokynů pro vstup do BACKOFFICE.

Jakmile jste v backoffice, klikněte na možnost **TV**. Vpravo najdete menu (nabídku), exit, čísla a options (nastavení). Klikněte na možnost **Menu**, čímž dojde ke spuštění další obrazovky. Pomocí kláves se šipkami ↑ **Ch** / **Ch** ↓ zvolte možnost: **Edit Programme**. Jakmile zvolíte tuto možnost, nabídka se změní a zobrazí všechny kanály, které máte naladěné. Pomocí kláves se šipkami ↑ **Ch** / **Ch** ↓ vyberte kanál, který chcete odstranit. Stisknutím **2** ho odstraníte. Pomocí kláves ↑ **Ch** / **Ch** ↓ přejdete na další program a ten dle potřeby také můžete odstranit.

Jakmile smažete požadované kanály, můžete nabídku backoffice opustit - viz. návod.

ZMĚNA POZICE KANÁLŮ

Postupujte podle pokynů pro vstup do BACKOFFICE.

Jakmile jste v backoffice, klikněte na možnost **TV**. Vpravo najdete menu (nabídku), exit, čísla a options (nastavení). Klikněte na možnost **Menu** čímž dojde ke spuštění další obrazovky. Pomocí kláves ↑ **Ch** / **Ch** ↓ klikněte na **Edit Programme**. Následně se zobrazí všechny naladěné kanály. Pomocí kláves se šipkami **Ch** ↑ / ↓ **Ch** vyberte kanál, který chcete přesunout a stiskněte tlačítko **8** pro přesun. Pomocí kláves ↑ **Ch** / **Ch** ↓ pak přesuňte kanál na vybranou pozici a stiskněte **OK** pro potvrzení. Pomocí kláves ↑ **Ch** / **Ch** ↓ můžete přesouvat i další kanály.

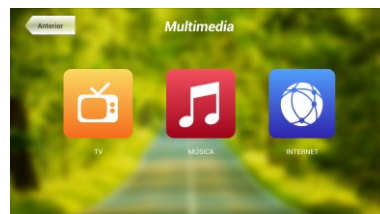
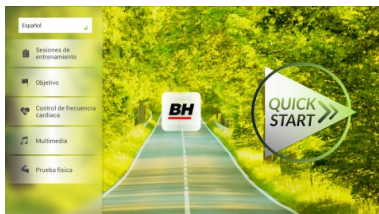
Jakmile smažete požadované kanály, můžete nabídku backoffice opustit - viz. návod.

HUDBA

Obrazovka 1

Obrazovka 12

Na úvodní obrazovce 1, stiskněte Multimedia čímž se dostanete na obrazovku 12. Na této obrazovce stiskněte možnost MUSIC. Při cvičení je přístup k hudbě umožněn pomocí panelu nabídky ve spodní části obrazovky. Jakmile si vyberete možnost MUSIC, připojte své zařízení (android) k USB portu a vyberte skladbu, kterou chcete při cvičení poslouchat.

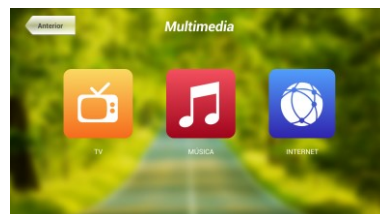
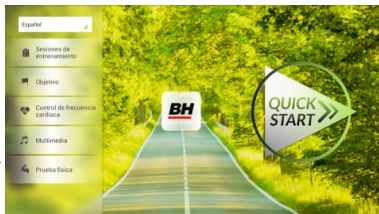


INTERNET

Obrazovka 1

Obrazovka 12

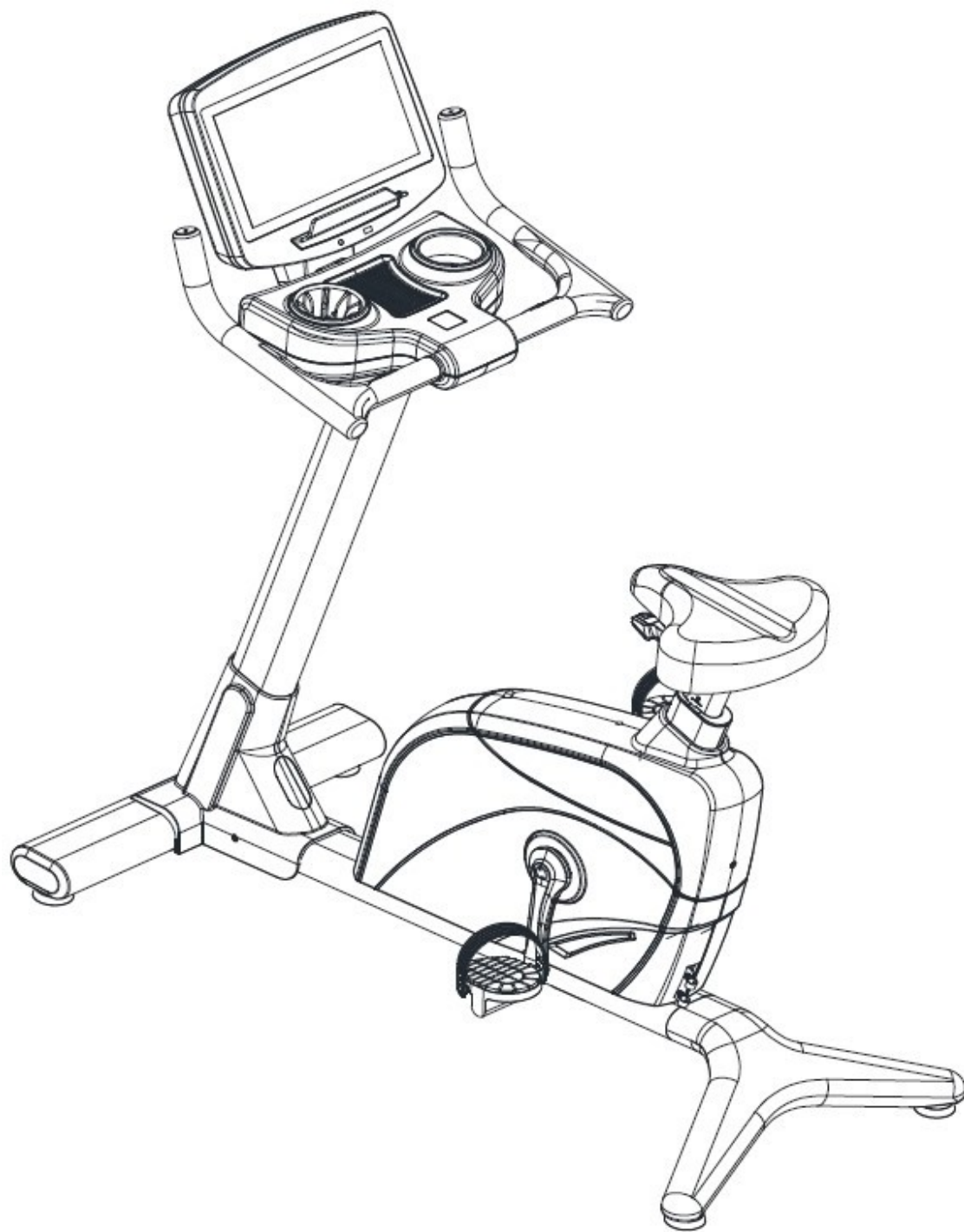
Na úvodní obrazovce 1, stiskněte možnost Multimedia čímž se dostanete na obrazovku 12. Na této obrazovce zvolte INTERNET. Při cvičení máte také přístup k možnosti INTERNET, a to pomocí panelu, který se nachází ve spodní části obrazovky. Jakmile jste uvnitř této záložky vyberte další kroky.



Při jakýchkoli potížích se neváhejte obrátit na dodavatele stroje - viz. poslední stránka tohoto návodu.

BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO ZMĚNIT SPECIFIKACE SVÝCH VÝROBKŮ, A TO BEZ PŘEDCHOZÍHO OZNÁMENÍ.

MOD. BU1000 19"



Návod na obsluhu

Rotoped BH FITNESS MOVEMIA BU1000 SmartFocus 19"

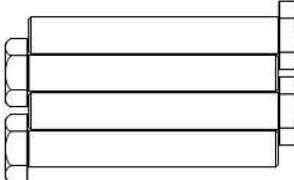
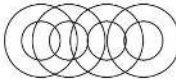
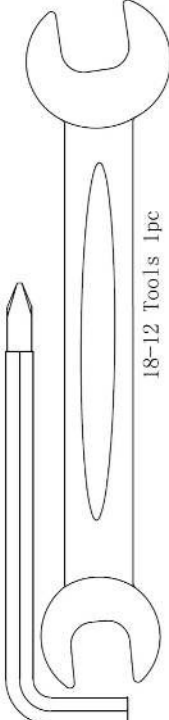
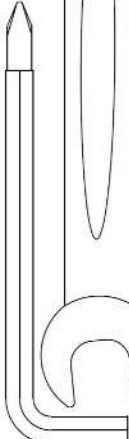
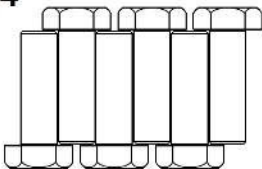
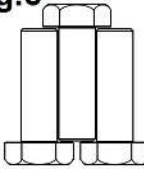
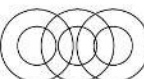
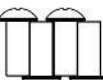
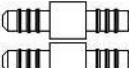
SK

MOD. BU1000 19"

Obr. 1

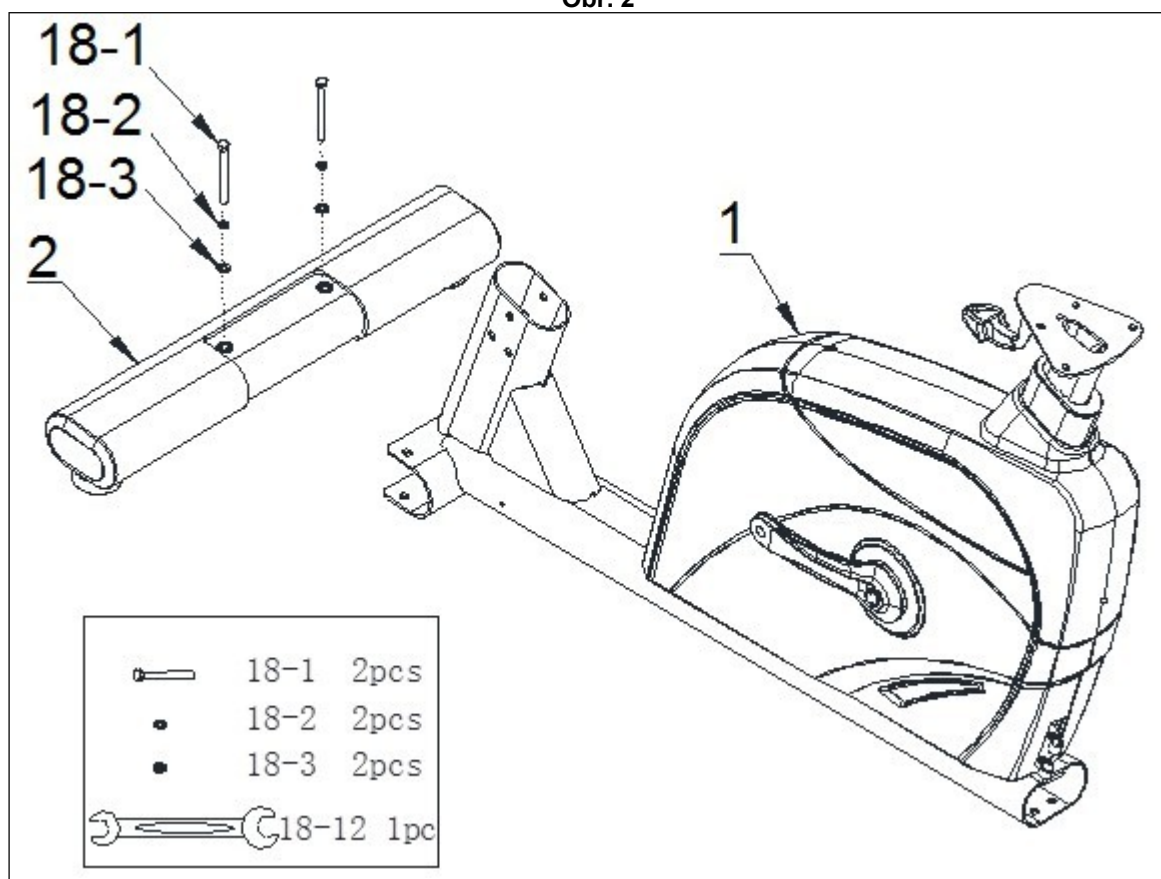
1	2		3	
4		5	6	7
8	9	10	11	14
15	16	1-73	1-85	1-86

MOD. BU1000 19"

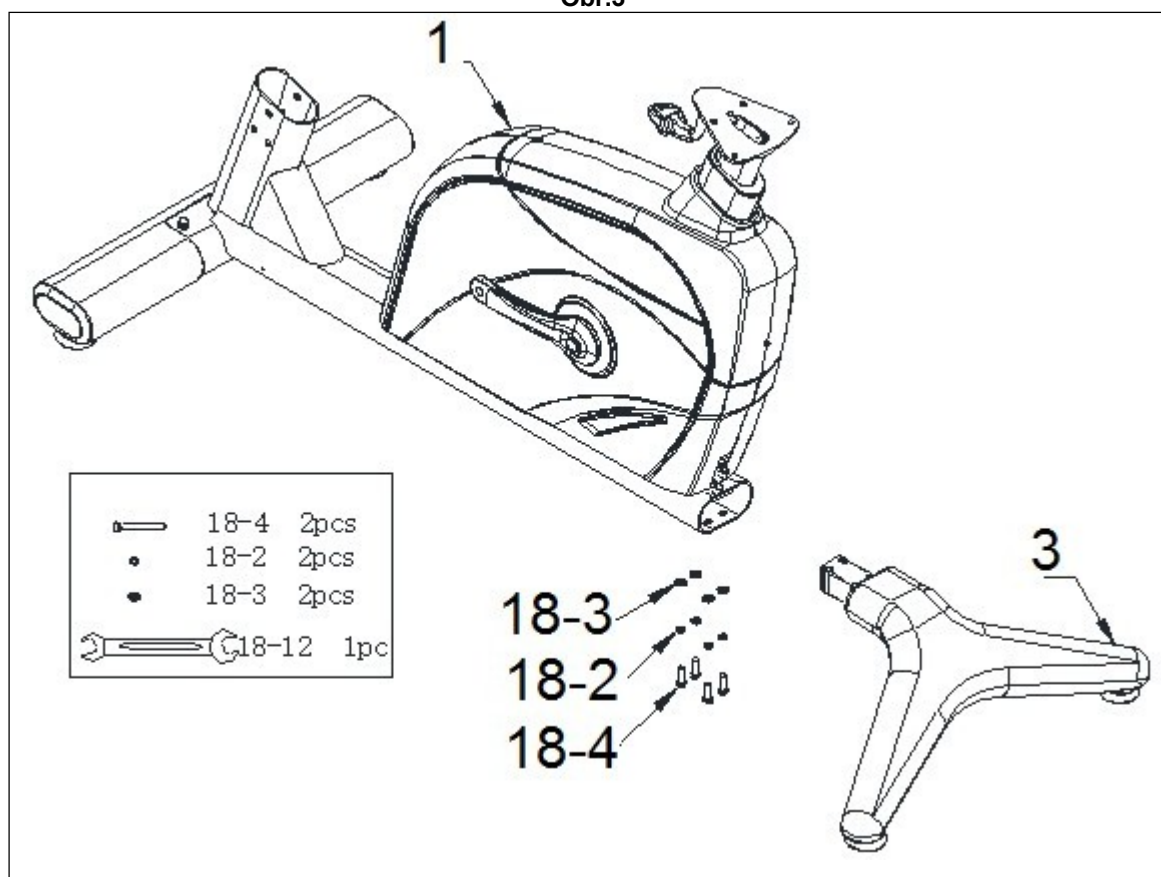
Fig.2  18-1 M8x82 2pcs  18-2 $\Phi 8$ 2pcs  18-3 D8.5xD16xT1.5 2pcs	Fig.3  18-4 M8x55 4pcs  18-2 $\Phi 8$ 4pcs  18-3 D8.5xD16xT1.5 4pcs	Fig.9  18-6 M5x12 3pcs  18 7 $\Phi 5$x12 2pcs  18-12 Tools 1pc  18-11 Tools 1pc BU1000BM
Fig.4  18-5 M8x25 6pcs  18-2 $\Phi 8$ 6pcs  18-3 D8.5xD16xT1.5 6pcs	Fig.6  18 5 M8x25 3pcs  18 2 $\Phi 8$ 3pcs  18-3 D8.5xD16xT1.5 3pcs	Fig.5  18-6 M5x12 2pcs Fig.12  18-10 M4x6 4pcs Fig.10  18-6 M5x12 2pcs  18 7 $\Phi 5$x12 4pcs  18 9 Crispy Tree 2pcs

MOD. BU1000 19"

Obr. 2

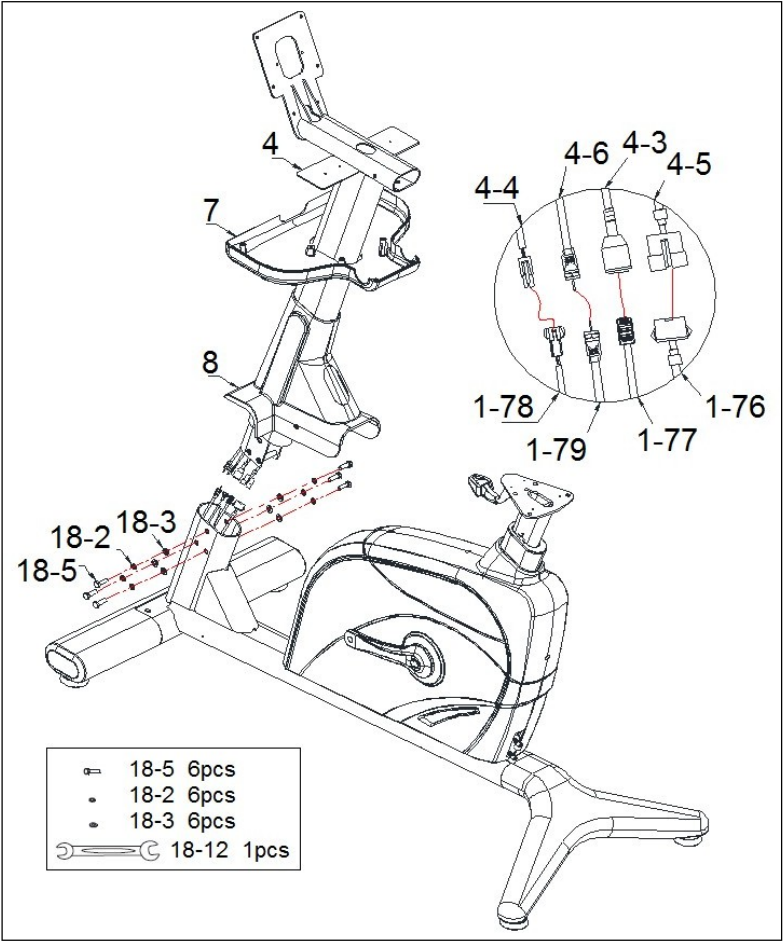


Obr.3

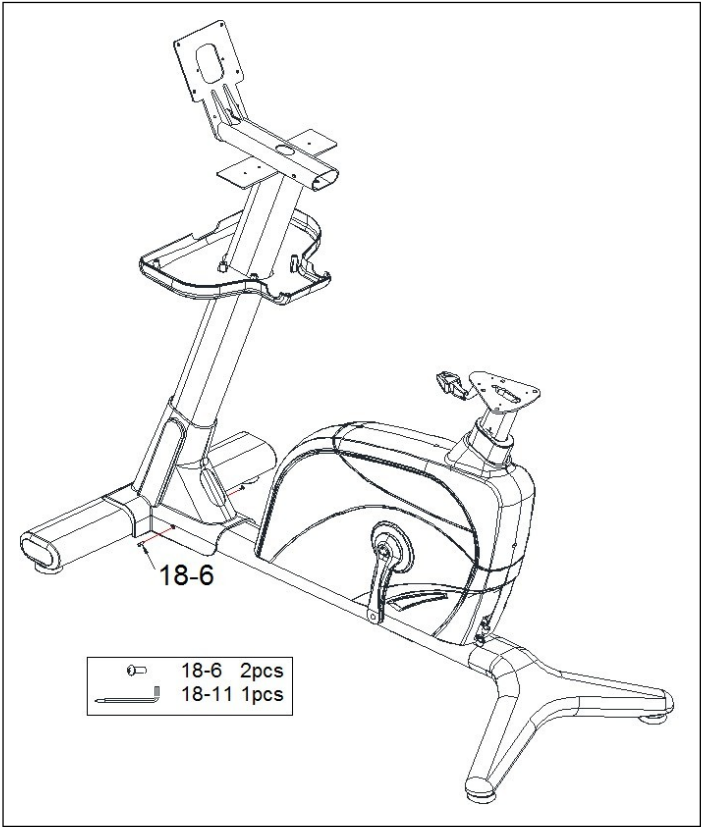


MOD. BU1000 19"

Obr. 4

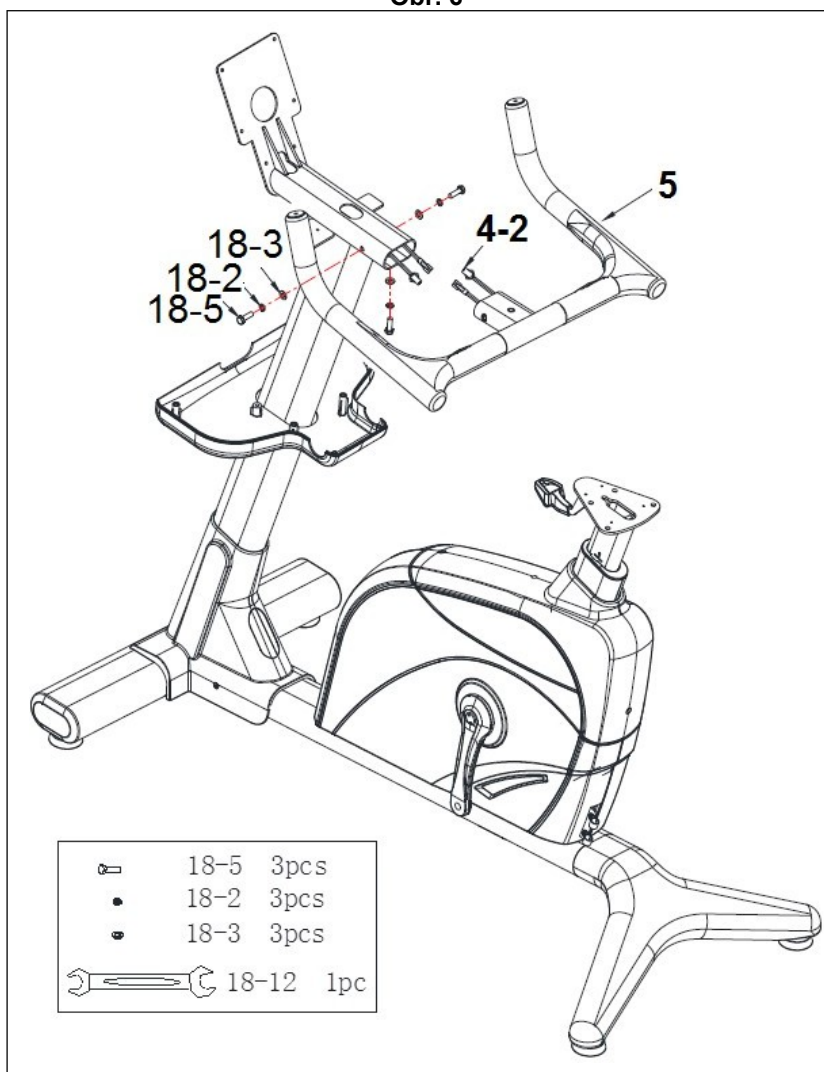


Obr. 5



MOD. BU1000 19"

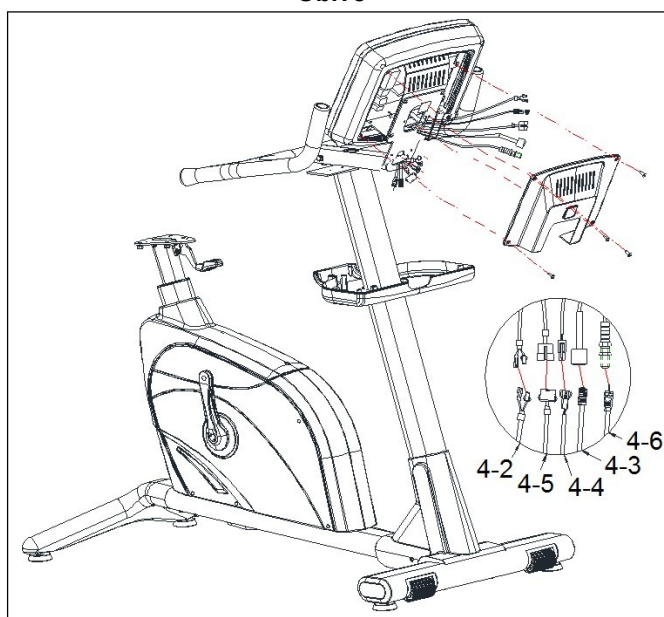
Obr. 6



Obr. 7

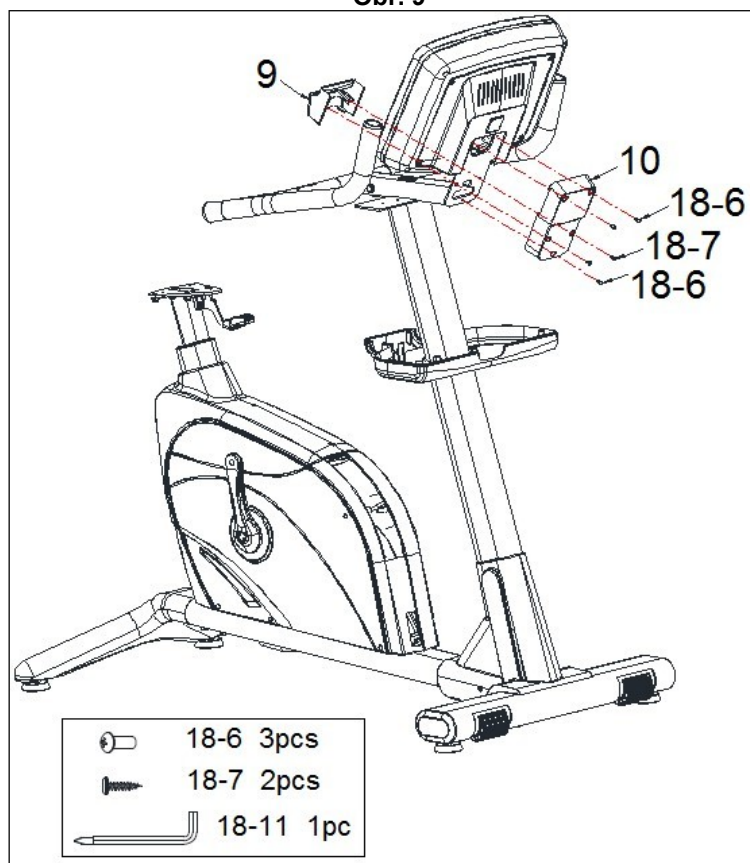


Obr. 8

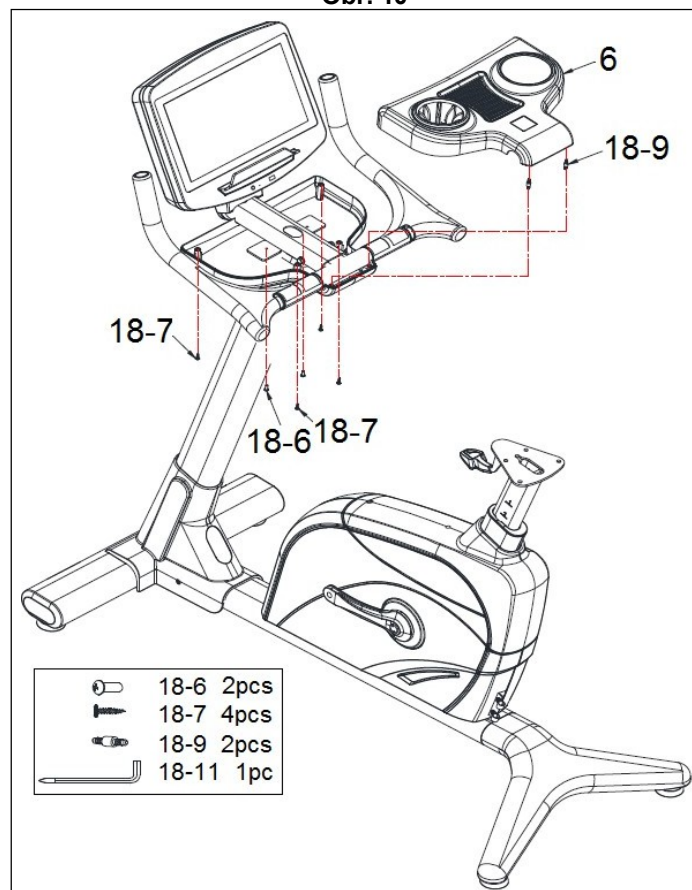


MOD. BU1000 19"

Obr. 9

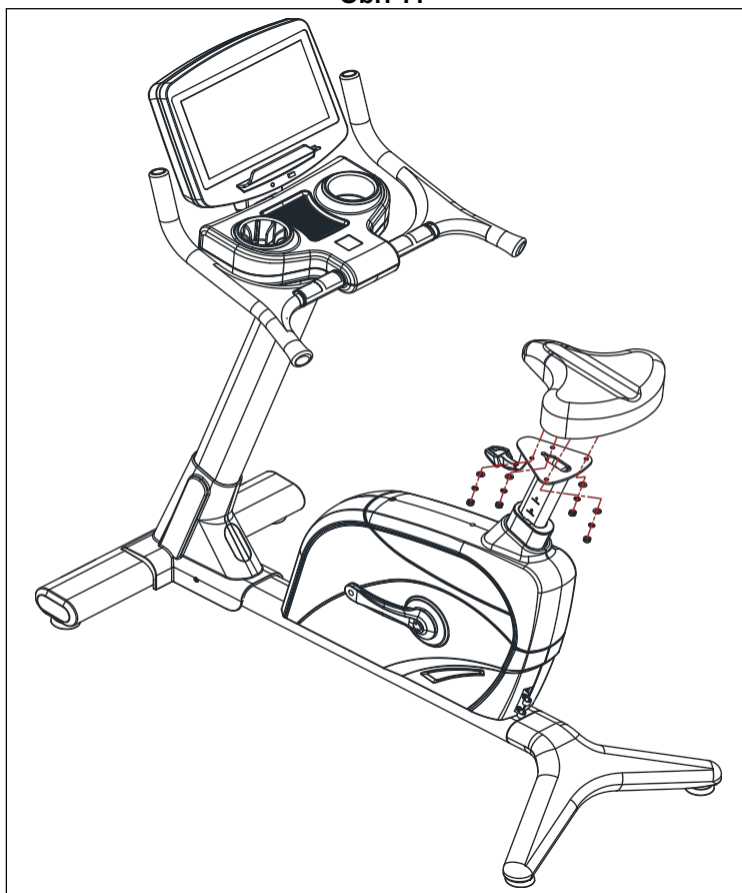


Obr. 10

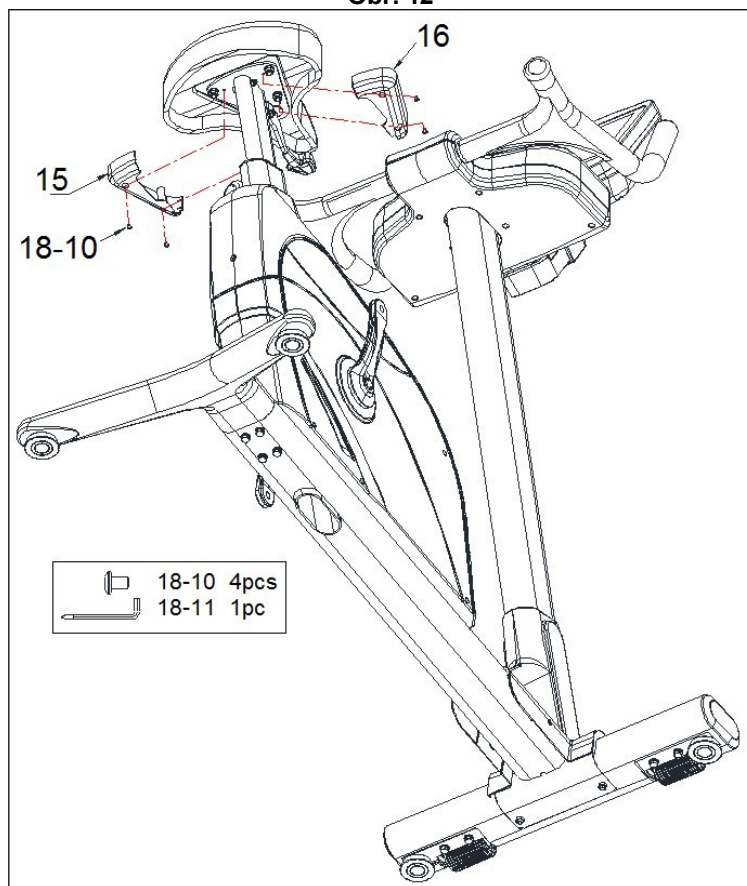


MOD. BU1000 19"

Obr. 11

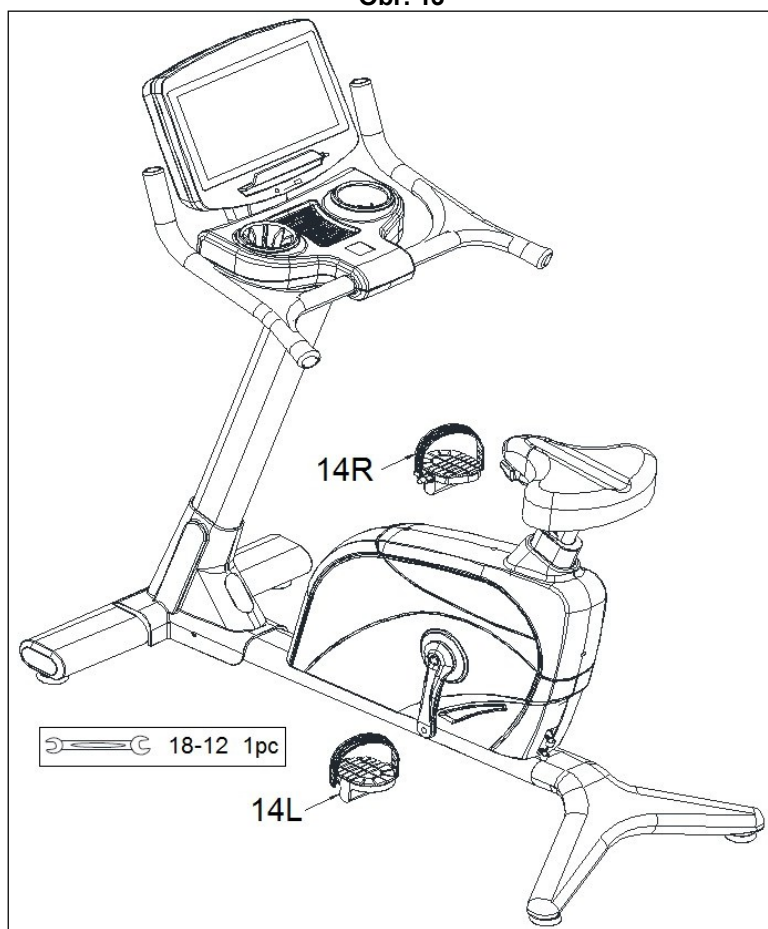


Obr. 12

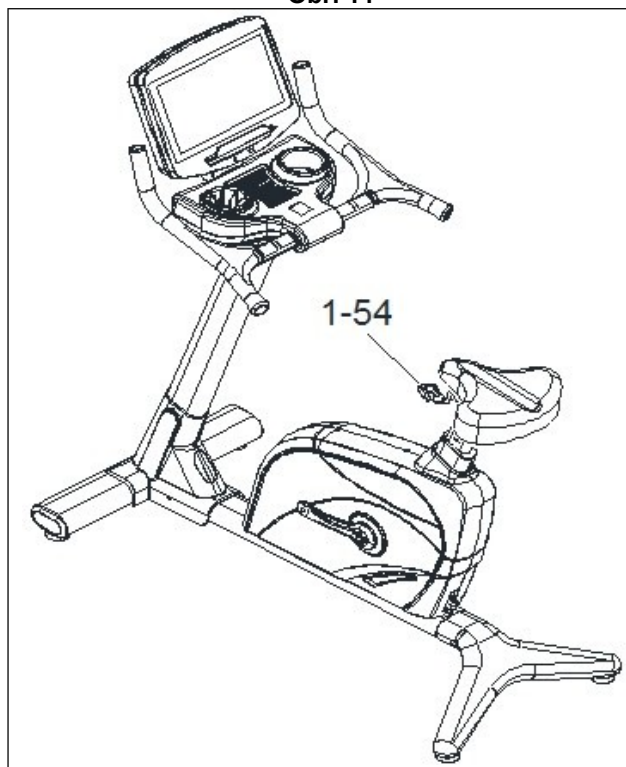


MOD. BU1000 19"

Obr. 13

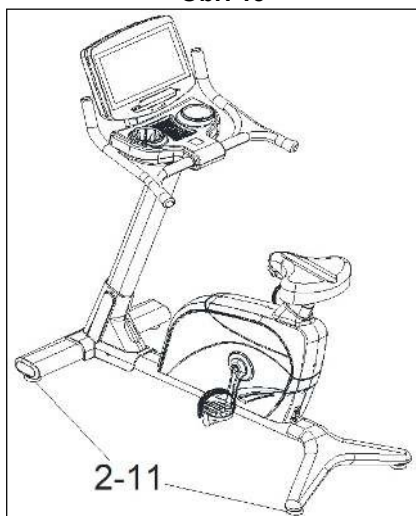


Obr. 14

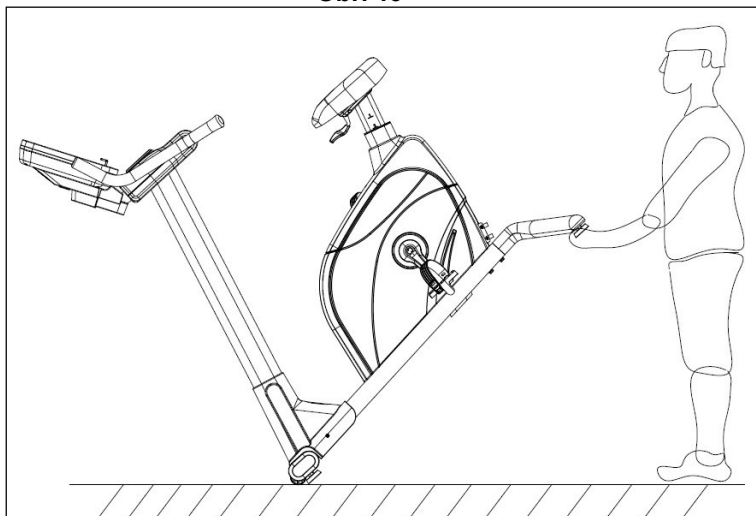


MOD. BU1000 19"

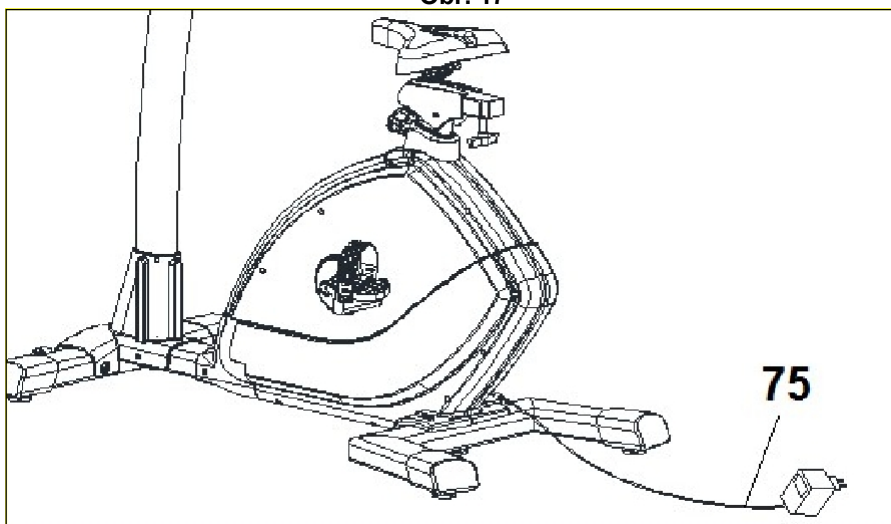
Obr. 15



Obr. 16

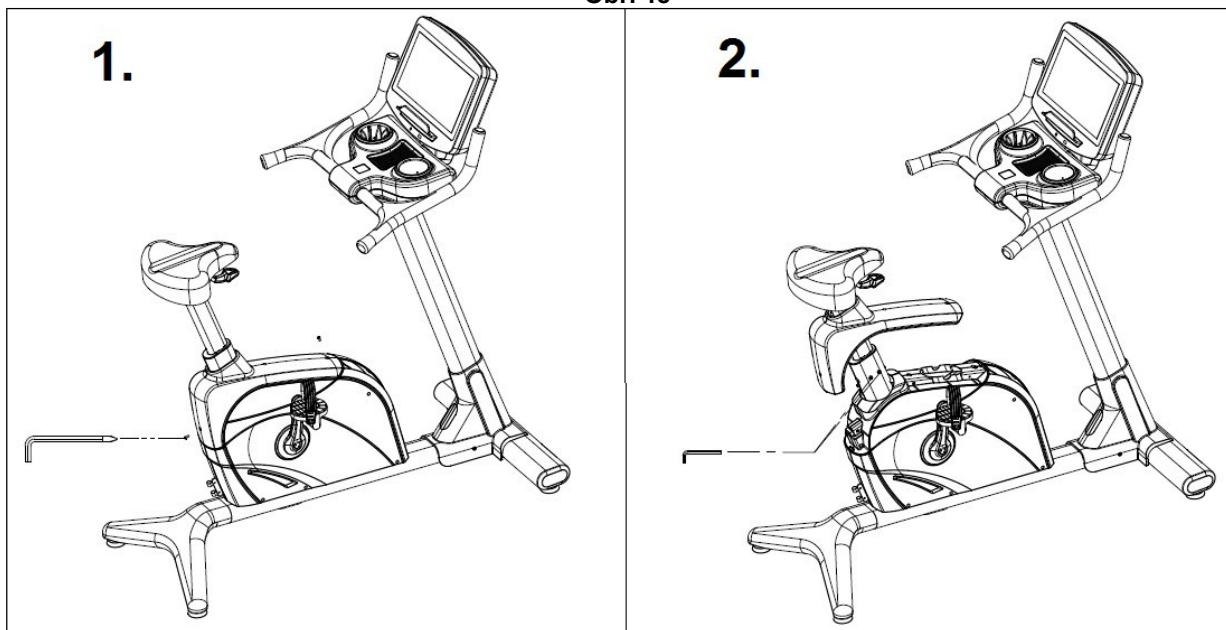


Obr. 17

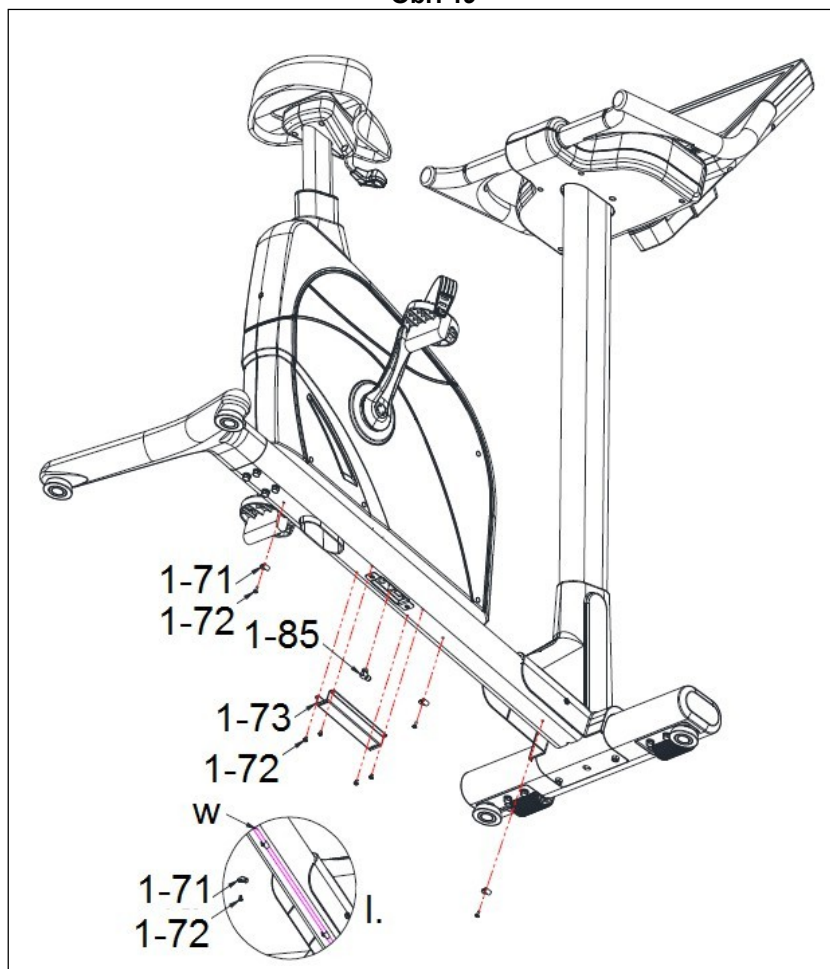


MOD. BU1000 19"

Obr. 18



Obr. 19



DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Tento bicykel na cvičenie bol navrhnutý a vyrobený s ohľadom na maximálnu bezpečnosť. Pri jeho používaní je však potrebné dodržiavať určité zásady. Pred zostavením trenažéra a cvičením si pozorne prečítajte celý návod na obsluhu. Mali by ste dodržiavať nasledujúce bezpečnostné opatrenia:

- 1 Rotoped vždy udržiavajte mimo dosahu detí. Nenechávajte ich bez dozoru v miestnosti, kde sa zariadenie nachádza.
- 2 Na trenažéri môže naraz cvičiť len jedna osoba.
- 3 Ak počas cvičenia pocítite závraty, nevoľnosť alebo bolesť na hrudníku, okamžite prestaňte cvičiť a okamžite vyhľadajte lekársku pomoc.
- 4 Cvičebný bicykel používajte na rovnom a pevnom povrchu. Nepoužívajte ho vonku alebo v blízkosti vody.
- 5 Ruky držte v dostatočnej vzdialenosti od pohyblivých častí.
- 6 Noste vhodné oblečenie na cvičenie. Nenoste voľný odev, ktorý by sa mohol zachytiť o cvičebný bicykel. Vždy noste športovú obuv. Uistite sa, že máte správne zaviazané šnúrky alebo rôzne šnúrky.
- 7 Rotoped sa môže používať len na účely opísané v pokynoch. NEPOUŽÍVAJTE príslušenstvo, ktoré nie je odporúčané priamo výrobcom.
- 8 Do blízkosti trenažéra neumiestňujte žiadne ostré predmety.
- 9 Osoby so zdravotným postihnutím by nemali používať bicykel na cvičenie bez pomoci kvalifikovanej osoby alebo lekára.
- 10 Pred použitím rotopedu vykonajte niekoľko rozcvičovacích strečingových cvičení.
- 11 Nepoužívajte bežecký pás, ak nefunguje tak, ako má.

Upozornenie: Pred začatím cvičenia na bežiacom páse sa poraďte so svojím lekárom, najmä ak máte viac ako 35 rokov alebo máte zdravotné problémy. Pred začatím cvičenia si prečítajte nasledujúce pokyny. Tieto pokyny si uschovajte pre budúce použitie.

VŠEOBECNÉ POKYNY

Pozorne si prečítajte pokyny v príručke. Nájdete tu dôležité informácie o montáži, bezpečnosti a používaní tohto zariadenia. 1 Rotoped bol testovaný a spĺňa požiadavky normy EN957 v rámci triedy H.B. a je vhodný na profesionálne použitie. Hmotnosť používateľa nesmie presiahnuť 190 kg. Brzdzenie nezávisí na rýchlosti.

2 Rodičia a opatrovatelia musia brať do úvahy zvedavosť detí, aby sa vyhli zbytočným úrazom. Deti sa nesmú hrať v blízkosti trenažéra a trenažér v žiadnom prípade nesmie slúžiť ako hračka.

3 Vlastník zariadenia je zodpovedný za to, aby každá osoba, ktorá používa trenažér, bola riadne informovaná o bezpečnostných opatreniach.

1. MONTÁŽNY NÁVOD

Vyberte všetky diely z krabice a skontrolujte, či diely uvedené, pozri obrázok 1.

Pri montáži rotopedu je vhodná pomoc druhej osoby.

(1) hlavná karoséria; (2) predný stabilizátor s kolesami; (3) zadný stabilizátor s vyrovnávačmi; (4) predný stĺpik; (5) riadidlá; (6) horný plastový kryt; (7) spodný plastový kryt; (8) plastový krk; (9) predný kryt počítačovej konzoly; (10) zadný kryt počítačovej konzoly; (11) sedlo; (14) pedále; (15) pravý kryt sedla; (16) ľavý kryt sedla; (1-73) kovový kryt; (1-85) TV konektor v tvare L; (1-86) plastový kryt; konzola; napájací transformátor. Vak pre skrutky obsahuje: (18-1) skrutku M8x82; (18-2) podložku D8; (18-3) podložku D8,5xD16xT1,5; (18-4) skrutku M8x55; (18-5) skrutku M8x25; (18-6) skrutku M5x12; (18-7) skrutku D5x12; (18-9) plastovú svorku; obojstranný kľúč a kľúč so skrutkovačom.

2. MONTÁŽ STABILIZÁTOROV

Vezmite predný stabilizátor s kolieskami (2), obr. 2, vložte skrutky (18-1), podložky (18-2), (18-3) a pevne ich utiahnite. Vezmite zadný stabilizátor s vyrovnávačmi nerovností (3), obrázok 3, vložte skrutky (18-4), podložky (18-2), (18-3) a pevne ich utiahnite.

3. MONTÁŽ PREDNÉHO STĹPIKA

Vezmite predný stĺpik (4) a nasadte spodný plastový kryt (7) a kryt (8), pozri obrázok 4. Pripojte káble hlavnej trenažéra ku káblom predného stĺpika, pozri obrázok 4. Nasadte predný stĺpik (4) na výstupok hlavnej časti cvičebného bicykla. Vložte skrutky (18-5), podložky (18-2), (18-3), pozri obrázok 4, a pevne ich utiahnite. Odklopte kryt (8) a vložte skrutky (18-6), pozri obr. 5.

4. MONTÁŽ RIADIEK

Podľa obrázka 6 pripojte káble, namontujte riadidlá (5) na predný stĺpik pomocou skrutiek (18-5) a podložiek (18-2), (18-3), pozri obrázok 6.

5. MONTÁŽ MONITORA

Odstráňte zadný kryt monitora a odstráňte skrutky. Monitor umiestnite na predný stĺpik (4), ako je znázornené na obrázku 7, a nasadte skrutky. Pripojte káble vychádzajúce z predného stĺpika (4) ku káblom monitora, pozri obrázok 8. Nasadte späť zadný kryt monitora a upevnite ho skrutkami, pozri obrázok 8. Pripevnite predný (9) a zadný kryt (10) skrutkami (18-6), (18-7), pozri obrázok 9.

MOD. BU1000 19"

Posuňte spodný plastový kryt (7) nahoru, pridajte horný plastový kryt (6) a zaistíte ho plastovými sponami (18-9) a skrutkami (18-6), (18-7), obrázok 10.

6. MONTÁŽ SEDADLA

Vezmite sedlovú trubku, pripevnite k nej sedlo (11), pozri obr. 11, a utiahnite matice. Pripevnite kryty sedla (15), (16) pomocou skrutiek (18-10), pozri obr. 12.

VERTIKÁLNE NASTAVENIE

Ak potrebujete znížiť alebo zvýšiť sedlo, zatiahnite za poistnú skrutku (1-54), obr. 14, a bez jej uvoľnenia posuňte stĺpik sedla. Keď je sedlo v požadovanej výške, uvoľnite zaistovaciu skrutku.

7. MONTÁŽ PEDÁLOV

Pri montáži pedálov postupujte presne podľa návodu, aby nedošlo k poškodeniu závitov skrutky alebo kľučky. Pravou a ľavou stranou sa má na mysli poloha, ktorú cvičiaci na sedle zaujme pri cvičení. Pravý pedál označený písmenom R priskrutkujte v smere hodinových ručičiek na pravú kľučku, ktorá je tiež označená písmenom R a pevne utiahnite (viď obr. 13). Ľavý pedál označený písmenom L priskrutkujte proti smeru hodinových ručičiek na ľavú kľučku, ktorá je tiež označená písmenom L a pevne utiahnite (viď obr. 13).

VYROVNÁVANIE

Po umiestnení trenažéra na trvalé miesto sa uistíte, že je vo vodorovnej polohe na rovnej podlahe. Môžete použiť vyrovnávač nerovností umiestnený na zadnom stabilizátore (2-11), pozri obrázok 15.

MANIPULÁCIA A SKLADOVANIE

Zariadenie je vybavené dvoma kolieskami (2-3) na jednoduchú manipuláciu. Dve predné kolieska v prednej časti uľahčujú premiestnenie cvičného bicykla na zvolené miesto, pozri obrázok 16. Zariadenie skladujte na suchom mieste, ideálne bez teplotných výkyvov.

PRIPOJENIE K SIETI

Zasuňte konektor transformátora (m) (75) do adaptéra hlavnej časti bežeckého pásu(1) (nachádza sa vzadu dole) a potom zapojte transformátor do zásuvky 220 V, pozri obrázok 17.

NASTAVENIE SEDLA

Ak chcete uvoľniť stĺpik sedadla, najprv odstráňte dve krycie skrutky (obrázok 18-1.), aby ste získali prístup k stĺpiku sedadla. Potom pomocou imbusového kľúča (3 mm) utiahnite skrutky sedlovej tyče (Obrázok 18-2), aby ste sa uistili, že sa sedlová tyč môže pohybovať hore a dole. Nakoniec naskrutkujte kryt späť.

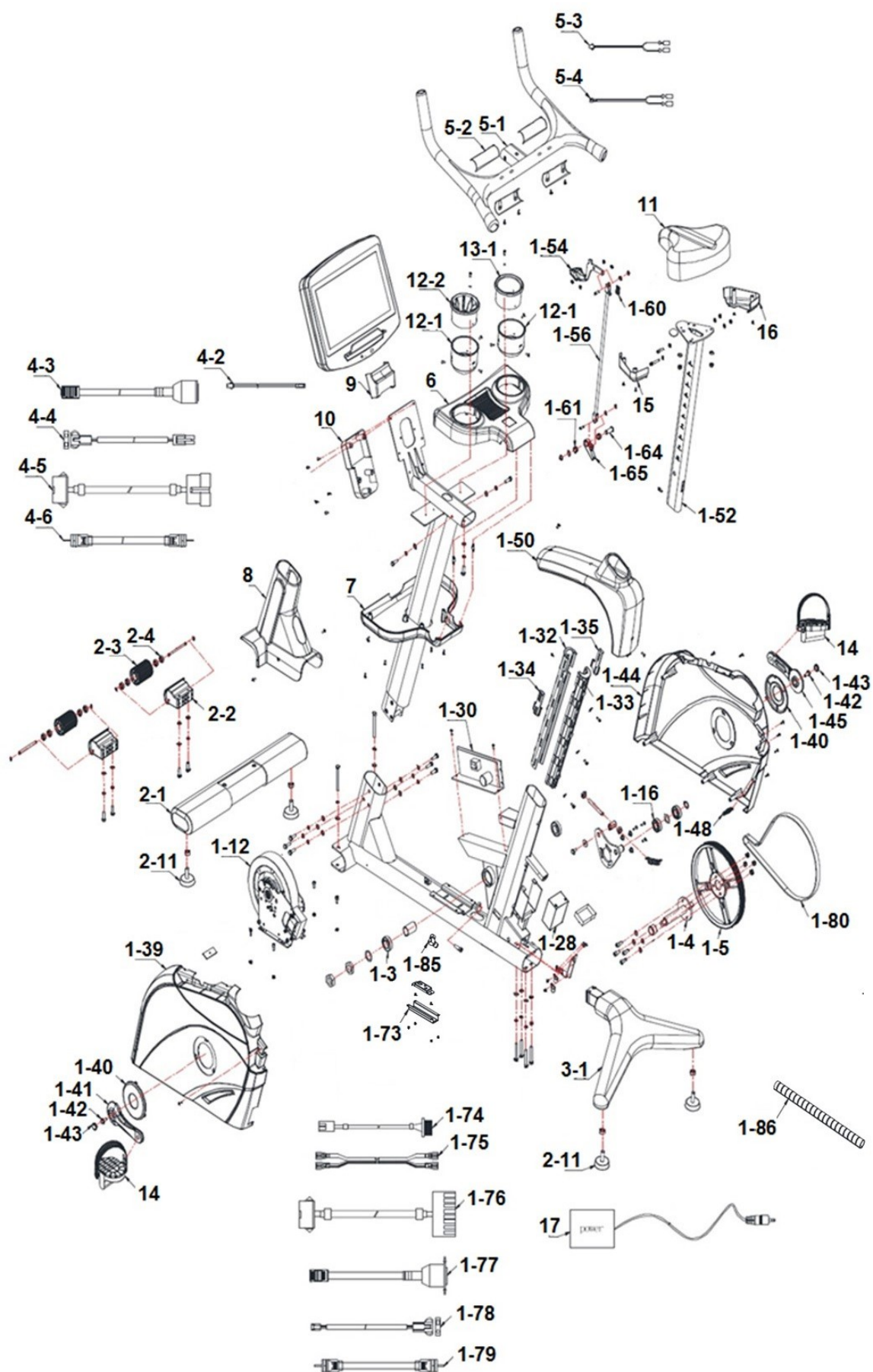
UPEVNENIE KÁBLOV

Pripojte vodič jednosmerného prúdu. Zasuňte konektor TV v tvare L (1-85) smerom k zásuvke antény, pozri obrázok 19. Pripojte televízny kábel k televíznemu konektoru v tvare L (1-85). Pripojte internetový kábel. Pomocou skrutiek (1-72) pripevnite kryt (1-73), obr. 19. Vložte kábel (w) do otvoru (1-71) a potom priskrutkujte kryt (1-72), obr. 19. Chráňte káble plastovým puzdrom (1-86).

Ak máte akékoľvek otázky, obráťte sa na našu technickú asistenčnú službu (pozri poslednú stranu príručky).

BH FITNESS SI VYHRADZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU ŠPECIFIKÁCIÍ BEZ PREDCHÁDZAJÚCEHO UPOZORNENIA.

MOD. BU1000 19"



MOD. BU1000 19"

Príklad / Exemple / Beispiel / Exemplo / Esempio / Bijvoorbeeld: H720025 1

NIE.	Slovenský popis	Descripción en español	Kód
1-3	Ložisko 6005Z	Rodamiento 6005Z	H720025
1-4	Zváranie kľukovej nápravy	Eje soldado	BU1000BM001-4
1-12	Generátor	Generátor	BR1000BM001-12
1-16	Ložisko 6004Z	Rodamiento 6004Z	BR1000BM001-16
1-28	Batéria	Batéria	H720044
1-30	Riadiaca doska	Tarjeta de control	BR1000BM001-48
1-32	polohovanie plastovej fólie	polohovanie plastovej fólie	BU1000BM001-32
1-33	List s nastavovacími zubami	List s nastavovacími zubami	BU1000BM001-33
1-34	Pozícia shet-1	Pozícia shet-1	BU1000BM001-34
1-35	Pozícia shet-2	Pozícia shet-2	BU1000BM001-35
1-39	Kryt reťaze - ľavý	Tapa cadena izquierda	BR1000BM001-30
1-40	Okrúhly kryt	Tapa redonda biela	H720002
1-41	Kľučka vľavo-L	Biela izquierda	H720085
1-42	Šesťhranná prírubová skrutka	Tornillo	H650049
1-43	Kľukový uzáver	Tapón biely	H862083
1-44	Kryt reťaze-R	Tapa cadena derecha	BR1000BM001-31
1-45	Crank -R	Biele derecho	H720090
1-50	Horný kryt	Odznak Embellecedora	BU1000BM001-50
1-52	Sedlová rúrka	Tija sillin	BU1000BM001-52
1-54	Nastavenie riadidiel	Pomoc	BU1000BM001-54
1-56	Zváranie spojovacích skrutiek	zváranie spojovacích skrutiek	BU1000BM001-56
1-60	Dok	Muelle	BU1000BM001-60
1-61	Dodatočné oddelené puzdro D18xD12x10,5	Casquillo D18xD12x10,5	BU1000BM001-61
1-64	Polohovací kolík	Polohovací kolík	BU1000BM001-64
1-65	Nastavovací hárok	Ajuste	BU1000BM001-65
1-73	Kovový kryt	Tapa metallica	BR1000BM037
1-74	Nabíjací kábel	Kábel carga	H775106
1-75	Vodič batérie	Káblková batéria	H775105
1-76	Spodný kábel	Horší kábel	BU1000BM001-76
1-77	Internetový kábel -nižší	Horší káblový internet	BU1000BM001-77
1-78	Napájací kábel - spodný	Kábel fuente inferior	BU1000BM001-78
1-79	TV kábel - spodný	Káblková nižšia TV	BU1000BM001-79
1-80	Pás	Correa	BU1000BM001-80
1-85	TV konektor v tvare L	L konektor TV	BR1000BM038

MOD. BU1000 19"

1-86	Plastové puzdro	Kábel Funda	BR1000BM039
2-1	Predný stabilizátor-PU pena	Caballero delantero	BR1000BM002-1
2-2	Prepravný box na kolesá	Caja rueda	BR1000BM002-8
2-3	Prepravné koleso	Rueda	BR1000BM002-7
2-4	Ložisko Z608	Rodamiento Z608	BR1000BM002-6
2-11	Stabilizačná podložka	Nastaviteľný koláč	BR1000BM002-3
3-1	Zadný stabilizátor - PU pena	Caballero trasero	BR1000BM003-1
2-11	Stabilizačná podložka	Nastaviteľný koláč	BR1000BM002-3
4-2	TV kábel stredný stred	Káblová televízia lákala	BU1000BM004-2
4-3	Stredný drôt ručného impulzu	Pulz kábla privolal	BU1000BM004-3
4-4	Internetový kábel - stred	Káblový internet lálal	BU1000BM004-4
4-5	Napájací kábel - stredný	Kábel fuente mástil	BU1000BM004-5
4-6	Stredný kábel	Kábel mával	BU1000BM004-6
5-1	Namáčanie riadidiel	Manillar	BU1000BM005-1
5-2	Pulzná súprava so skrutkou	Rukoväť s tornillami	BU1000BM005-2
5-3	Ručný impulzný konektor	Rukoväť Conector macho	BU1000BM005-3
5-4	Ručný pulzný konektor - samica	Ručná rukoväť Conector hembra	BU1000BM005-4
6	Horný zásobník	Bandeja superior	BR1000BM010
7	Spodný zásobník	Bandeja inferior	BR1000BM011
8	Kryt poštovej rúrky	Tapa inferior volala	BU1000BM008
9	Predný kryt konzoly	Tapa delantera lálala	BR1000BM015
10	Zadný kryt konzoly	Tapa stopárka privolala	BR1000BM014
11	Sedlo	Sillin	BU1000BM011
12-1	Držiak na fľašu	Portabotellín	BR1000BM012-1
12-2	Držiak na fľaše s rebrami	Goma con nervios	BR1000BM012-2
12-1	Držiak na fľašu	Portabotellín	BR1000BM012-1
13-1	Držiak na fľaše bez rebier	Goma sin nervios	BR1000BM008-2
14	Pedál L/R	Pedále	BR1000BM018
15	Kryt spodného sedla R	Tapa sillín derecha	BU1000BM015
16	Kryt spodného sedla L	Tapa sillín izquierda	BU1000BM016
17	Adaptér	Adaptér	BR1000BM035



POČÍTAČ

VŠEOBECNÉ INFORMÁCIE.-

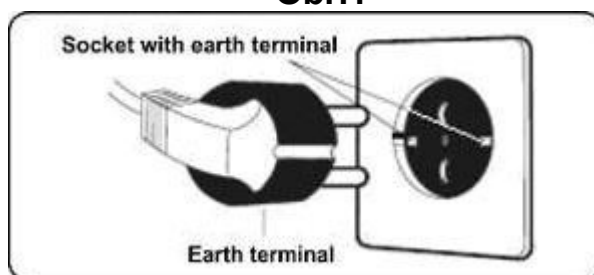
Tento počítač je navrhnutý na jednoduché a intuitívne používanie. Správy, ktoré sa zobrazujú na obrazovke, sprevádzajú používateľa celým cvičením.

Odporúča sa, aby si inštruktor pozorne prečítal túto časť, aby sa plne oboznámil s obsluhou počítača a mohol potom všetko správne predviesť používateľovi.

PRIPOJENIE.-

Najprv zapojte hlavný napájací kábel do uzemnenej elektrickej zásuvky 100 - 240 V, ako je znázornené na obrázku 1.

Obr.1

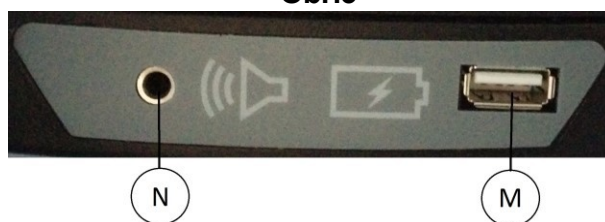


AUDIO.- Obr.3

M.- Konektor pre zariadenia so systémom Android MTP a na nabíjanie.

N.- Konektor pre slúchadlá.

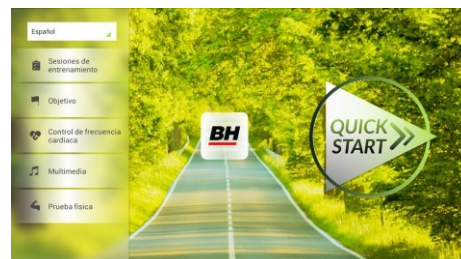
Obr.3



ZAPNUTIE.-

Keď je zariadenie pripravené, zobrazí sa obrazovka 1.

Obrazovka 1



INŠTRUKCIE

PROGRAMY.

Tento počítač ponúka 6 programov: 6 TRAINING (tréningový programov), COURSES, 3 OBJECTIVE (základné programy), 1 HEART RATE CONTROL (program riadený tepovou frekvenciou), 7 PHYSICAL TEST (testov). Všetky sú prístupné z obrazovky 1.

Obrazovka 1



TRÉNING.-

Existujú dve kategórie školení:

A) **Manual** (manuálny program)

B) Prednastavené programy

MANUAL.

V manuálnom programe môžete nastaviť:

A) Hmotnosť používateľa.

B) **Nastavte dĺžku cvičenia.**

Obrazovka 1

Ak chcete vybrať manuálny program, na obrazovke 1 stlačte tlačidlo TRAINING COURSES a potom vyberte položku MANUAL. Po kliknutí sa zobrazí Obrazovka 6, na ktorej sa zobrazia parametre, ktoré možno konfigurovať. Po nastavení parametrov cvičenia kliknite na START, čím spustíte cvičenie. Počas cvičenia môžete pomocou tlačidiel+ / - nastaviť sklon a rýchlosť.



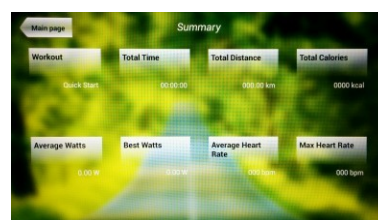
Obrazovka 6



Akonáhle stlačíte tlačidlo **Stop** zobrazí sa obrazovka 3, ktorá sumarizuje váš tréning.

Stlačením tlačidla **previous** alebo ak počkáte 2 minúty, sa obrazovka vráti späť na obrazovku č. 1.

Obrazovka 3



OSTATNÉ TRÉNINKY:

V týchto programoch môžete nastaviť:

A) Hmotnosť používateľa.

B) **Čas cvičenia.**

C).- Úroveň fyzickej zdatnosti používateľa.

Obrazovka 1



Obrazovka 7



Stačí kliknúť na "Školenia" na obrazovke 1 a potom vyberte požadované cvičenie. Po výbere sa zobrazí obrazovka 7 a uvidíte aj parametre, ktoré nastaviť. Po kliknutí na tlačidlo START sa program spustí a vy môžete začať cvičiť. Intenzita cvičenia

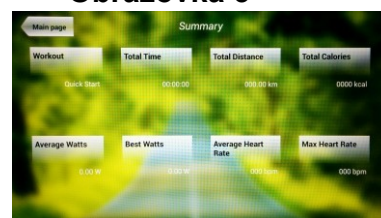
sa prispôsobí podľa profilu vybraného programu. Počas tréningu môžete parametre upravovať pomocou tlačidiel +/-, ale program aj tak po skončení segmentu vráti parametre späť tak, aby vyhovovali zvolenému programu.

Počas tréningu môžete upraviť rýchlosť a sklon pomocou tlačidiel +/-, ale po dokončení segmentu ich počítateľ aj tak upraví pre ďalší segment.

Po dokončení tréningu alebo po kliknutí na tlačidlo **Stop** sa zobrazí obrazovka 3, kde sa zobrazí súhrn tréningu.

Stlačte **previous** tlačidlo alebo ak počkáte 2 minúty, obrazovka sa sa vráti na obrazovku 1.

Obrazovka 3



ZÁKLADNÉ PROGRAMY.-

Tento program umožňuje používateľovi nastaviť nasledujúce ciele:

- A) **Váhu používateľa.**
- B) **Dĺžku tréningu.**
- C) **Uraženú vzdialenosť.**
- D) **Spálené kalórie v priebehu tréningu.**

- Hmotnosť -

Zadajte hmotnosť používateľa. Stlačením tlačidla "Objective" na prvej obrazovke prejdite na obrazovku 8. Nastavte svoju hmotnosť a potom vyberte jednu z nasledujúcich možností: čas, vzdialenosť alebo spálené kalórie.

Obrazovka 1



Obrazovka 8



- Čas.-

Môžete nastaviť čas cvičenia (počas cvičenia sa zobrazuje a odpočítava).

Obrazovka 8

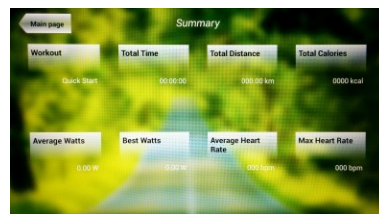


Pomocou číselných tlačidiel v spodnej časti obrazovky vyberte čas a potvrdte stlačením tlačidla ✓. Stlačením tlačidla START spustíte cvičenie. Počas cvičenia môžete nastaviť rýchlosť a sklon pomocou +/-.

Obrazovka 3

Po dokončení tréningu alebo po kliknutí na tlačidlo **Stop** sa zobrazí obrazovka 3, kde sa zobrazí súhrn tréningu.

Stlačte **previous** tlačidlo alebo ak počkáte 2 minúty, obrazovka sa sa vráti na obrazovku 1.



- Vzdialenosť -

Tu môžete nastaviť vzdialenosť, ktorú chcete počas dosiahnuť (vzdialenosť sa o počas tréningu odpočítava).

Na obrazovke 1 stlačením tlačidla Objective zobrazte obrazovku 8.

Pomocou číselných tlačidiel v spodnej časti obrazovky vyberte vzdialenosť a potvrdte stlačením tlačidla ✓. Stlačením tlačidla START spustíte cvičenie. Počas cvičenia môžete nastaviť rýchlosť a sklon pomocou +/-.

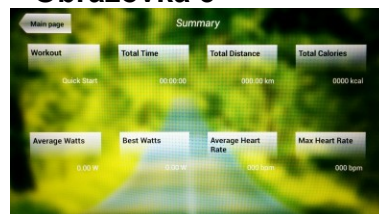
Obrazovka 8



Obrazovka 3

Po dokončení tréningu alebo po kliknutí na tlačidlo **Stop** sa zobrazí obrazovka 3, kde sa zobrazí súhrn tréningu.

Stlačte **previous** tlačidlo alebo ak počkáte 2 minúty, obrazovka sa sa vráti na obrazovku 1.



- Kalórie -

Tu môžete nastaviť kalórie, ktoré chcete spáliť počas (Kalórie sa počítajú počas tréningu).

Na obrazovke 1 stlačením tlačidla Objekt zobrazte obrazovku 8.

Pomocou číselných tlačidiel v spodnej časti obrazovky vyberte kalórie a potvrdte stlačením tlačidla ✓. Stlačením tlačidla START spustíte cvičenie. Počas tréningu môžete nastaviť rýchlosť a sklon pomocou +/-.

Obrazovka 8



Obrazovka 3

Po dokončení tréningu alebo po kliknutí na tlačidlo **Stop** sa zobrazí obrazovka 3, kde sa zobrazí súhrn tréningu.

Stlačte **previous** tlačidlo alebo ak počkáte 2 minúty, obrazovka sa sa vráti na obrazovku 1.



PROGRAM RIADENÝ SRDCOVOU FREKVENCIOU.-

Pred cvičením je vhodné sa vhodnými cvikmi pretiahnuť. Predídete tak možnému zraneniu.

Tento program vám umožní nastaviť si srdcovú frekvenciu (v rozmedzí 60 % až 95 % maximálnej srdcovej) a stroj sám automaticky upraví odpor, aby zabezpečil udržanie srdcovej frekvencie na zvolenej úrovni. Počas celého cvičenia je potrebné držať snímače srdcovej frekvencie alebo používať hrudný pás.

Maximálny počet úderov srdca, ktorý človek nikdy nesmie prekročiť, sa nazýva maximálna srdcová frekvencia a táto hodnota sa s vekom znižuje. Výpočet je veľmi jednoduchý. Od čísla 220 odpočítajte svoj vek. Potom cvičíte v rozmedzí 65 % až 85 % tejto maximálnej srdcovej frekvencie. Neodporúča sa prekročiť 85 % maximálnej srdcovej frekvencie.

HRC pozostáva zo 4 programov: tri majú prednastavené percentá srdcovej frekvencie (68 %, 75 % a 85 %) a štvrtý je označený THR a umožňuje vám zvoliť si vlastnú srdcovú frekvenciu v rozmedzí 60-95 %.

Obrazovka 1

Na obrazovke 1 stlačte Heart Rate Control a tým sa dostanete na obrazovku 9. Vyplňte požadované polia a vyberte si percento srdcovej frekvencie. Potom stlačte zelenú šípku a tým začnete cvičiť. Keď cvičíte, môžete meniť parametre tréningu pomocou +/- . Je nevyhnutné, aby ste mali stále ruky na senzorocho na meranie tepovej frekvencie alebo používali voliteľný hrudný pás.



Obrazovka 9



Obrazovka 3

Po skončení tréningu alebo po stlačení tlačidla **Stop** sa zobrazí obrazovka 3 so súhrnom tréningu.

Stlačte **previous** tlačidlo alebo počkajte 2 minúty a počítač vás vráti na úvodnú obrazovku.



TEST.-

Ide o kondičný test, ktorý je založený na hodnote VO2 MAX. Je jedným z faktorov, ktoré ukazujú fyzickú vytrvalosť športovca.

VO2 Max, alebo tiež maximálny príjem kyslíka,

Obrazovka 1

Na obrazovke 1 stlačte **PHYSICAL TEST** a zobrazí sa obrazovka 10. Nastavte požadované parametre pomocou čísel v dolnej časti obrazovky a potom kliknite na ✓. Potom stlačením zelenej šípky spustíte test. Počas programu môžete pomocou tlačidiel +/- nastaviť úroveň rýchlosti a sklonu.



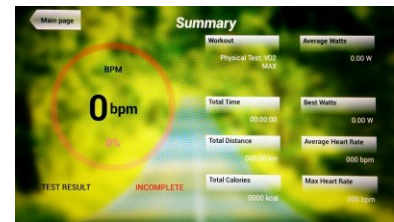
Obrazovka 10



Obrazovka 11

Po dokončení cvičenia alebo po stlačení tlačidla **STOP** sa zobrazí obrazovka 11, na ktorej súhrn všetkých dôležitých hodnôt cvičenia.

Stlačte **previous** tlačidlo alebo počkajte 2 minúty a počítač sa vráti na úvodnú obrazovku.



MULTIMEDIA.-

Počítač má tri multimediálne funkcie: TV, HUDBA a INTERNET. K obrazovke 1 sa môžete pripojiť kliknutím na MULTIMEDIA. Potom sa zobrazí obrazovka 12, kde môžete vybrať, ktoré médiá chcete pripojiť.

Obrazovka 1



Obrazovka 12



TV.-

Na obrazovke 1 kliknite na MULTIMEDIA a zobrazí sa ponuka - pozri obrázok 12. Pripojiť sa je možné aj počas cvičenia kliknutím na TV v pravom dolnom rohu obrazovky.

Obrazovka 1



Obrazovka 12



Televízor sa zobrazí uprostred obrazovky a vy môžete vybrať kanál a zmeniť hlasitosť. Ak chcete počas cvičenia nastaviť televíziu na celú obrazovku, dvakrát ťuknite na obrazovku TV. Opätovným dvojitém ťuknutím na obrazovku vrátite televízor do pôvodnej veľkosti.

LADENIE KANÁLOV.-

Automatické ladenie kanálov sa nachádza v časti BACKOFFICE. Postupujte podľa pokynov, ako vstúpiť do BACKOFFICE v časti konfigurácie.

Poznámka - na sledovanie kanálov môžete potrebovať satelit od káblovej spoločnosti. Signál môže byť zakódovaný a vyžaduje dekódovanie.

Po zadaní BACKOFFICE stlačte tlačidlo **TV**. Na pravej strane obrazovky nájdete tlačidlo menu, ktoré vás presmeruje do ponuky. **Pomocou tlačidiel** ↑ **Ch** / **Ch** ↓ vyberte položku **Auto Tune (Automatické ladenie)** stlačte tlačidlo **OK** na potvrdenie. Ponuka na obrazovke sa zmení a zobrazia sa krajiny, pre ktoré môžete vybrať položku Auto Tune (Automatické ladenie).

Pomocou tlačidiel ↑ **Ch** / **Ch** ↓ vyberte svoju krajinu a stlačte tlačidlo **OK**. Teraz sa spustí automatické ladenie. Môže to trvať niekoľko minút.

Po úspešnom automatickom ladení postupujte podľa pokynov na ukončenie programu BACKOFFICE. Ak chcete spustiť TV, na prvej obrazovke kliknite na MULTIMEDIA a na ďalšej obrazovke na TV.

Poznámka: Výberom možnosti **Auto Tune** sa vymažú všetky predchádzajúce kanály.

VYMAZANIE NEŽIADUCICH KANÁLOV.-

Podľa pokynov zadajte BACKOFFICE.

Keď ste v backoffice, kliknite na položku **TV**. Vpravo nájdete menu, exit, čísla a options. Kliknutím na **Menu** spustíte ďalšiu obrazovku. Pomocou tlačidiel so šípkami **↑ Ch / Ch ↓** vyberte položku **Edit Programme**.

Po výbere tejto možnosti sa ponuka zmení a zobrazí sa všetky naladené kanály. Pomocou tlačidiel so šípkami **↑ Ch / Ch ↓** vyberte kanál, ktorý chcete odstrániť. Stlačením tlačidla **2** ho odstránite. Pomocou tlačidiel **↑ Ch / Ch ↓** prejdite na ďalší program, ktorý môžete v prípade potreby aj odstrániť.

Po odstránení požadovaných kanálov môžete opustiť ponuku backoffice - pozrite si pokyny.

ZMENA POZÍCIE KANÁLOV.-

Postupujte podľa pokynov pre vstup do BACKOFFICE.

Keď ste v backoffice, kliknite na položku **TV**. Vpravo nájdete menu, exit, čísla a a options. Kliknutím na **Menu** spustíte ďalšiu obrazovku. Pomocou tlačidiel **↑ Ch / Ch ↓** kliknite na položku **Upraviť program**. Potom sa zobrazia všetky naladené kanály. Pomocou tlačidiel so šípkami **Ch** **↑ / ↓ Ch** vyberte kanál, ktorý chcete , a stlačte tlačidlo **8**. Pomocou tlačidiel **↑ Ch / Ch ↓** potom presuňte kanál na vybranú pozíciu a potvrdte stlačením tlačidla **OK**. Pomocou tlačidiel **↑ Ch / Ch ↓** môžete presúvať ďalšie kanály.

Po odstránení požadovaných kanálov môžete opustiť ponuku backoffice - pozrite si pokyny.

HUDBA.-

Obrazovka 1

Obrazovka 12

Na domovskej obrazovke 1 stlačením tlačidla **Multimédia** prejdite na obrazovku 18. Na tejto obrazovke stlačte **MUSIC**. Pri cvičení je hudba prístupná prostredníctvom lišty s ponukou v spodnej časti obrazovky.

Po výbere položky **MUSIC**, pripojte zariadenie (android) k portu USB a vyberte skladbu, ktorú chcete počúvať počas cvičenia



INTERNET.-

Obrazovka 1

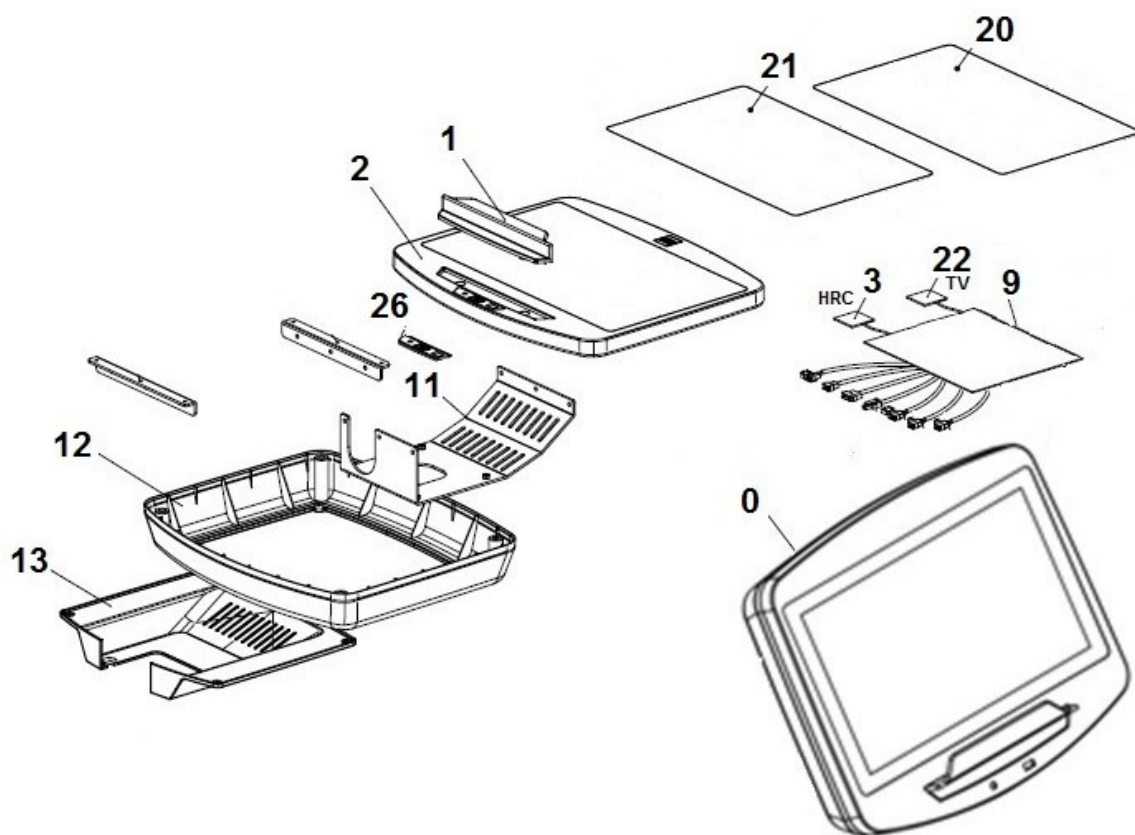
Obrazovka 12

Na domovskej obrazovke 1 stlačením tlačidla **Multimédia** prejdite na obrazovku 18. Na tejto obrazovke vyberte položku **INTERNET**. Počas cvičenia môžete tiež získať prístup k na možnosť **INTERNET** pomocou lišty v dolnej časti obrazovky. Keď sa nachádzate v tejto karte, vyberte ďalšie kroky.

V prípade akýchkoľvek problémov sa neváhajte obrátiť na dodávateľa stroja - pozri poslednú stranu tohto návodu.



BH FITNESS SI VYHRADZUJE PRÁVO ZMENIŤ ŠPECIFIKÁCIE SVOJICH PRODUKTOV BEZ PREDCHÁDZAJÚCEHO UPOZORNENIA.



N°	Popis	Descripción	Kód
0	Kompletná konzola	Monitor completo SF2500TR	0190798
1	Držiak na Ipad	Soporte ipad	0190419
2	Predný obal	Tapa delantera	0190439
3	Polárny impulzný prijímač	Tarjeta pulz	0190440
5	bezpečnostný kľúč na káble	Kábel slave seguridad	0190568
9	Hlavná doska monitora TFT	TFT monitor pre Android	0190551
12	Zadný kryt	Sledovací kolík	0190430
13	Koncový zadný kryt	Konečný kolík sledovača	0190431
20	Dotykový displej 15,6	Panel táctil 15.6	0190553
21	TFT 15,6"	TFT 15,6"	0190554
22	DTV pcb	Tarifa DTV	0190745
23	Fitness konzola PCB	Fitness konzola Tarjeta	0190555
26	Audio PCB	Tarjeta Audio	0190556
33	PCB USB	Ciel'ové USB	0190562

DOVOZCE:

Trinteco spol. s r.o.

Na Strži 2102/61a

140 00 Praha 4 - Krč

IČ: 052 54 175

DIČ: CZ05254175

