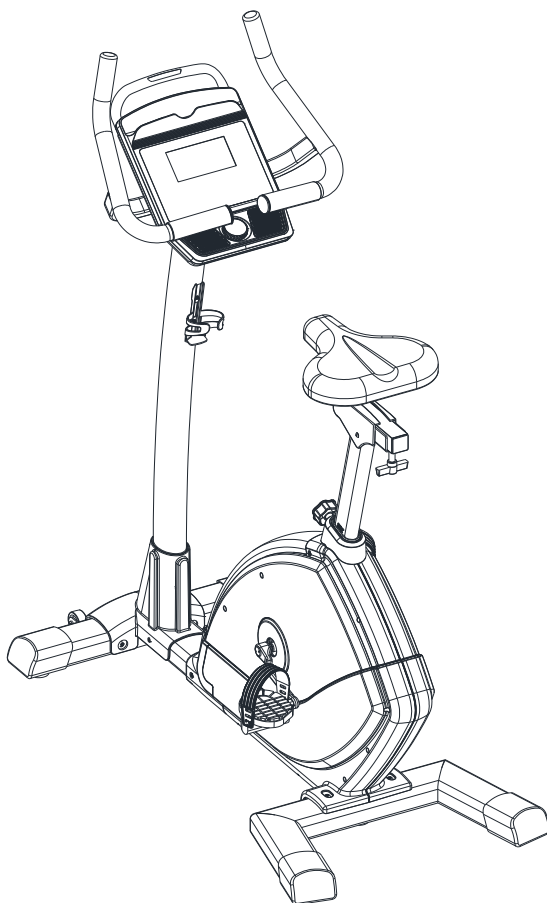


BHFITNESS



Návod k obsluze

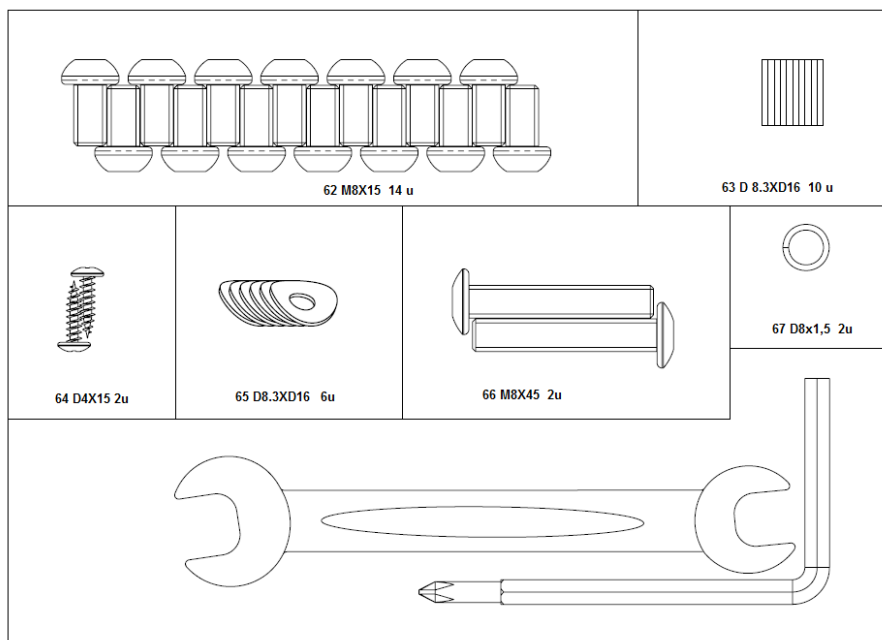
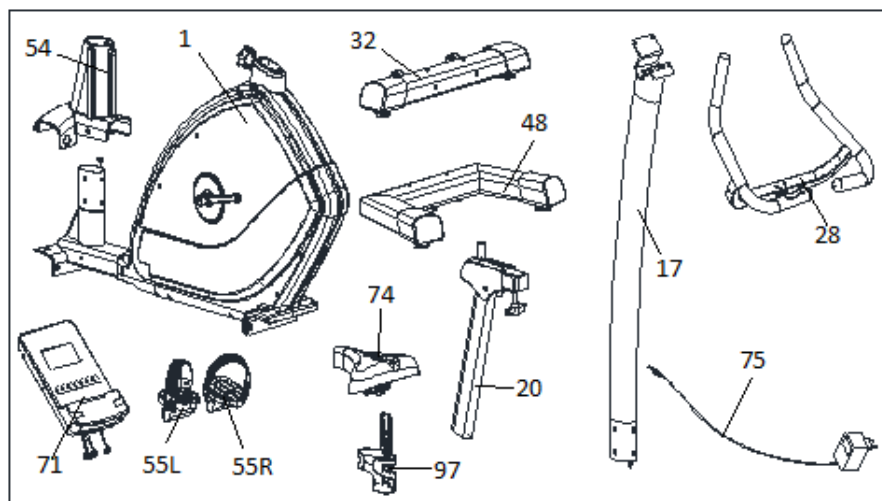


Rotoped BH Fitness TFB Multimedia

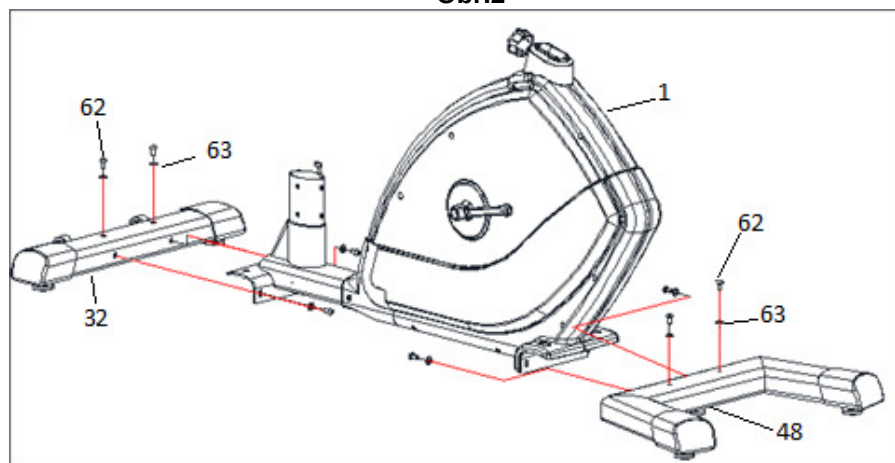
Návod k obsluze

Cz

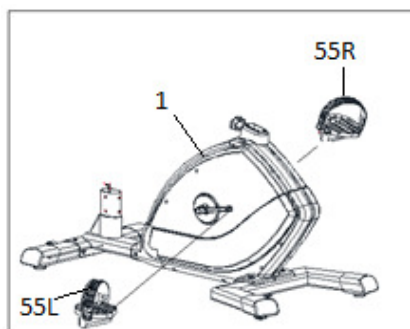
Obr.1



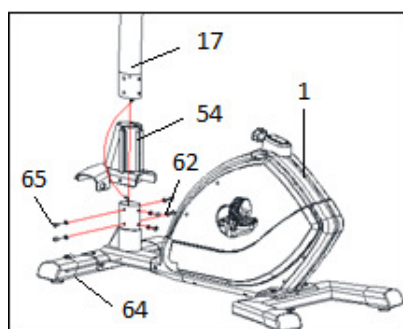
Obr.2



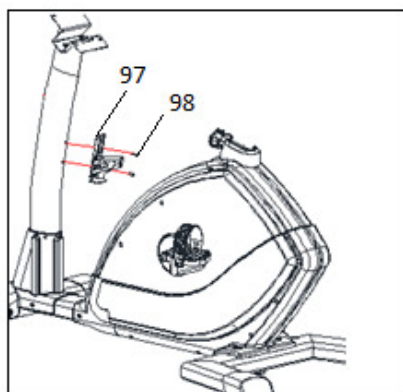
Obr.3



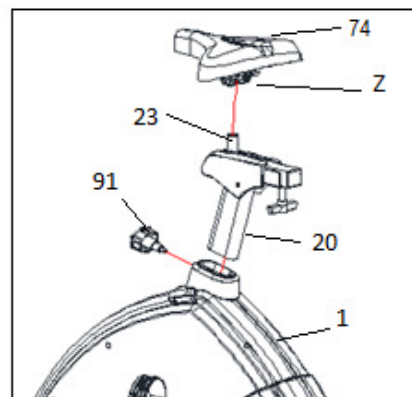
Obr.4



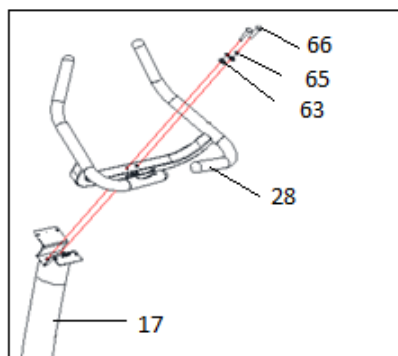
Obr.5



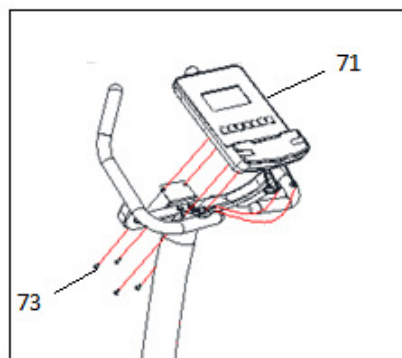
Obr.6



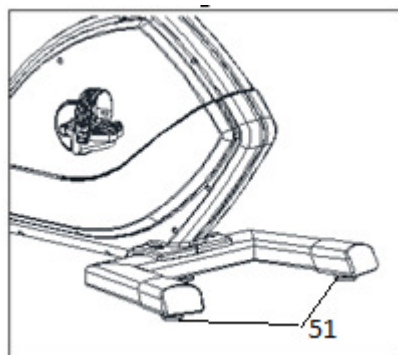
Obr.7



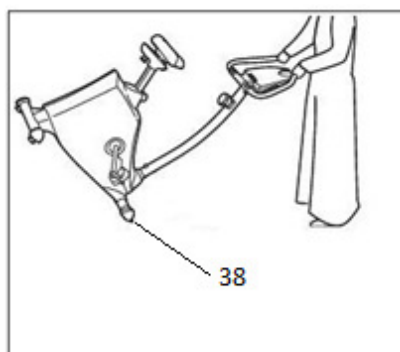
Obr.8



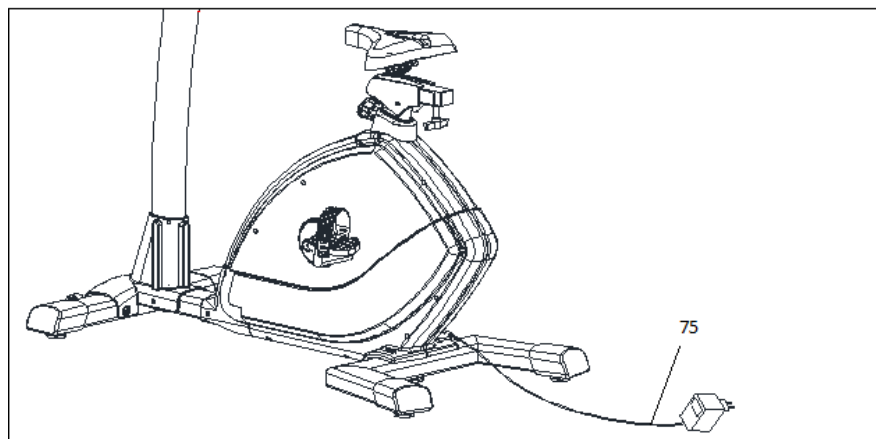
Obr.9



Obr.10



Obr.11



DŮLEŽITÉ: BEZEČNOSTNÍ OPATŘENÍ

Toto kolo bylo navrženo a vyrobeno tak, aby poskytovalo maximální bezpečnost. Při cvičení na stroji byste však měli přijmout určitá bezpečnostní opatření. Před montáží kola si přečtěte celý tento návod. Dodržujte následující bezpečnostní opatření:

1 Nedovolte dětem, aby se nacházeli v blízkosti tohoto zařízení. Nenechávejte je bez dozoru v místnosti, kde máte kolo uloženo.

2 Na kole může cvičit vždy jen jedna osoba.

3 Pokud se při cvičení na kole objeví závrať, nevolnost, bolest na hrudi nebo jakékoli další příznaky, okamžitě přestaňte cvičit. **VYHLEDEJTE LÉKAŘSKOU POMOC!**

4 Kolo mějte na rovné a pevném povrchu. **NEPOUŽÍVEJTE** ho venku nebo v blízkosti vody.

5 Nedotýkejte se žádných pohyblivých částí.

6 Noste oblečení, které je vhodné pro cvičení. Nepoužívejte příliš volné oblečení, které by se mohlo zachytit do pohyblivých částí stroje. Při cvičení vždy noste běžecké boty nebo boty na cvičení.

7 Tento stroj může být používán pouze k účelům, které jsou popsány v tomto návodu. **NEPOUŽÍVEJTE** příslušenství, které není doporučeno výrobcem.

8 Do blízkosti stroje neumísťujte žádné ostré předměty.

9 Osoby se zdravotním postižením by měly stroj používat pouze za přítomnosti lékaře nebo kvalifikované osoby.

10 Před cvičením se vždy zahřejte vhodným cvičením.

11 Pokud kolo nefunguje správně, pak ho nepoužívejte.

Upozornění: Před cvičením se poradte se svým lékařem. Toto je obzvláště důležité pro osoby starší 35 let nebo osoby mající zdravotní potíže. Před použitím jakéhokoli vybavení si přečtěte všechny pokyny. Návod si uschovejte pro případné použití v budoucnu.

Upozornění: Před cvičením konzultujte svůj zdravotní stav s lékařem. Tato rada je obzvláště důležitá pro osoby starší 35 let nebo osoby, které trpí zdravotními problémy. Před použitím jakéhokoli vybavení si přečtěte návod k použití. Tento manuál uschovejte pro pozdější využití.

VŠEOBECNÉ POKYNY

1 Kolo je navrženo pro používání v domácnosti. Hmotnost uživatele nesmí překročit 130 kg.

2 Rodiče či opatrovníci jsou odpovědní za své děti a měli by vzít v úvahu jejich vrozenou zvědavost, která může vést k nebezpečným situacím, či dokonce k nehodám. Proto nenechávejte děti nikdy bez dozoru. Kolo v žádném případě nesmí být nikdy použito jako hračka.

3 Majitel odpovídá za to, že každý, kdo na stroji cvičí, je řádně informován o nezbytných bezpečnostních opatřeních.

4 Používejte vhodný oděv a obuv. Ujistěte se, že jsou všechny tkaničky a šňůrky řádně uvázány.

1. POKYNY K MONTÁŽI

Vyjměte stroj z krabice a ujistěte se, že žádná kus nechybí.

Doporučujeme, aby montáž stroje prováděly dvě osoby.

(1) Hlavní tělo stroje; (17) Tyč na řídítka; (32) Stabilizátor s kolečky; (48) Stabilizátor s vyrovnávači; (71) Monitor s řídítka (28); (54) Sedlovka; (74) Sedlo; (20) Sloupek pod sedlo; (55L) Levý pedál; (55R) Pravý pedál; (75) Adaptér; Sáček se šrouby, který obsahuje: (62) Imbusové šrouby M8x15; (63) Ploché podložky M8; (64) Philips automatické šrouby Ø4x15; (65) Zakřivené podložky Ø8; (66) Imbusové šrouby M8x45; (67) Pružinové podložky Ø8; klíče

2. MONTÁŽ STABILIZÁTORŮ

Položte hlavní tělo stroje na podlahu tak, jak je vidět na obr.2. Uchopte přední stabilizátor s kolečky (32). Odstraňte šrouby (62) a jejich podložky (63), připevněte stabilizátor k tělu a šrouby opět namontujte (62). Vše pevně utáhněte.

Vezměte zadní stabilizátor (48) s vyrovnávači nerovností a umístěte jej na zadní stranu stroje, zasuněte šrouby (62) s plochými podložkami a maticemi, vše pevně utáhněte obr.2.

3. MONTÁŽ PEDÁLŮ

Dejte pozor, abyste pedály namontovali na správnou stranu - vždy zkontrolujte, jaké písmeno je na pedálu. Pokud je namontujete špatně, můžete poškodit závit šroubu. Pokyny "vpravo a vlevo" se vztahují k poloze, kterou uživatel zaujímá, když sedí na sedle a cvičí.

Pravý pedál (55R), který je označen písmenem (R), přišroubujte na pravou kliku, která je také označena písmenem (R), a to po směru hodinových ručiček. Pevně utáhněte obr.3.

Levý pedál(44L), který je označen písmenem (L), našroubujte na levou kliku, která je také označena písmenem (L), a to protisměru hodinových ručiček. Pevně utáhněte obr.3.

4. MONTÁŽ ŘIDÍTEK

Vložte tyč řídítek (17) na druhou část (54), která je na hlavním těle stroje a dbejte na to, aby nedošlo k zachycení kabelů. Připojte kabely z tyče (17) ke kabelům v hlavním těle stroje (1).

Namontujte šrouby (62) se zakřivenými podložkami (65) tak, jak znázorňuje obr.4, vyrovnejte řídítka a rukou utáhněte.

Namontujte šrouby (64) podle obr.4 a utáhněte je rukou.

5. MONTÁŽ DRŽADLA NA LÁHEV

Uvolněte šrouby (98) a umístěte držák na láhev (97) na řídítka (17), a upevněte ho pomocí uvolněných šroubů.

6. POKYNY PRO MONTÁŽ SEDLA

Vezměte vodorovnou trubku pro sedlo (23) a připevněte k ní sedlo (74) viz, obr.6, utáhněte matice (Z).

VERTIKÁLNÍ NASTAVENÍ

Pro zvýšení nebo snížení sedla nejprve uvolněte ovládací knoflík (91) na sedlovce a trochu ho pootočte proti

směru hodinových ručiček, zatáhněte za něj směrem dozadu a nepouštějte ho. Pak posuňte sloupek sedla nahoru nebo dolů obr.6. Když je ve výšce, která vám vyhovuje, uvolněte knoflík a vložte ho do otvoru na sloupku. Utáhněte ho otočením po směru hodinových ručiček.

HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ

Chcete-li sedlo nastavit vodorovně, uvolněte ovládací knoflík na vodorovné liště sedla a posuňte sedlo spolu s lištou do požadované polohy, poté zasuňte knoflík zpět a utáhněte, obr.6.

NAKLONĚNÍ SEDLA

Sedlo rotopedu lze naklonit dozadu nebo dopředu. Uvolněte matici (Z) jako na obr.6, která se nachází pod sedlem, sedlo nakloňte do požadované polohy a matici znovu pevně dotáhněte.

Pokud na sedle stále sedíte, neupravujte jeho náклон!

7.MONTÁŽ MONITORU

Připevněte řídítka (28) do držáku na sloupku a poté pevně upevněte rukojeť imbusovým šroubem (66), plochou podložkou (65) a pružinovou podložkou (63).

Přiblížte monitor (71) ke sloupku od řidítek (17) obr.8, propojte dva kabely, které vycházejí z řidítek (17) a monitoru (71), obr.8.

Vložte monitor (71) na dřík řidítek (13), jako na obr.8, a zajistěte, aby nedošlo k zachycení žádných kabelů. Připevněte šrouby (73) a ujistěte se,

že jsou řídítka správně zarovnaná, bezpečně dotáhněte všechny šrouby na sloupku řidítek, včetně všech dalších šroubů, které nebyly v bodě 4 pevně utaženy.

VYROVNÁNÍ

Jakmile je jednotka sestavena ujistěte se, že dobře sedí na podlaze. Rotoped můžete vyrovnat pomocí vyrovnávačů, které jsou umístěny na zadním stabilizátoru (46), viz obr. 9.

POHYB A SKLADOVÁNÍ

Rotoped je vybaven kolečky (38).

Kola jsou umístěna v přední části a usnadňují přesun na jiné místo. Stačí lehce nadzvednout zadní část jednotky a zatlačením, viz. obr. 10, stroj přesunout.

Skládujte rotoped na suchém místě a pokud je to možné, nevystavujte ho výkyvům teplot.

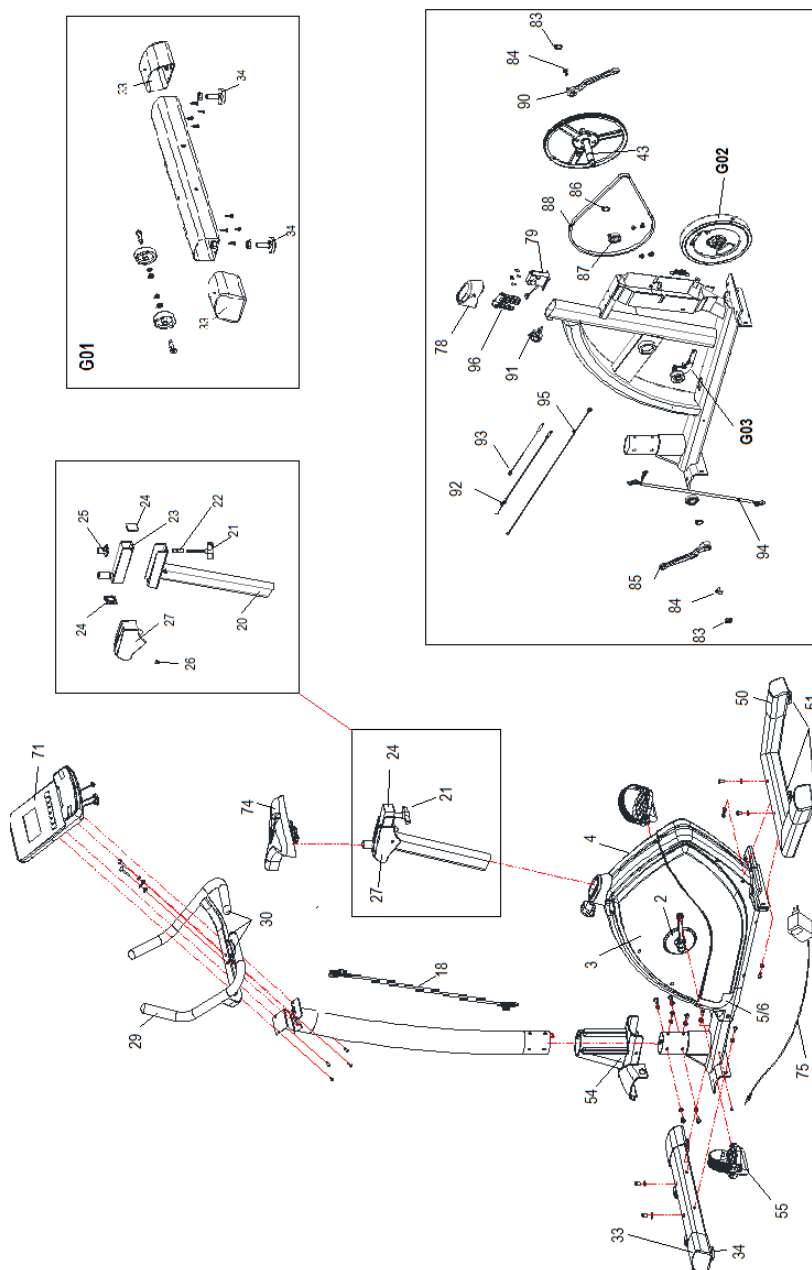
PŘIPOJENÍ

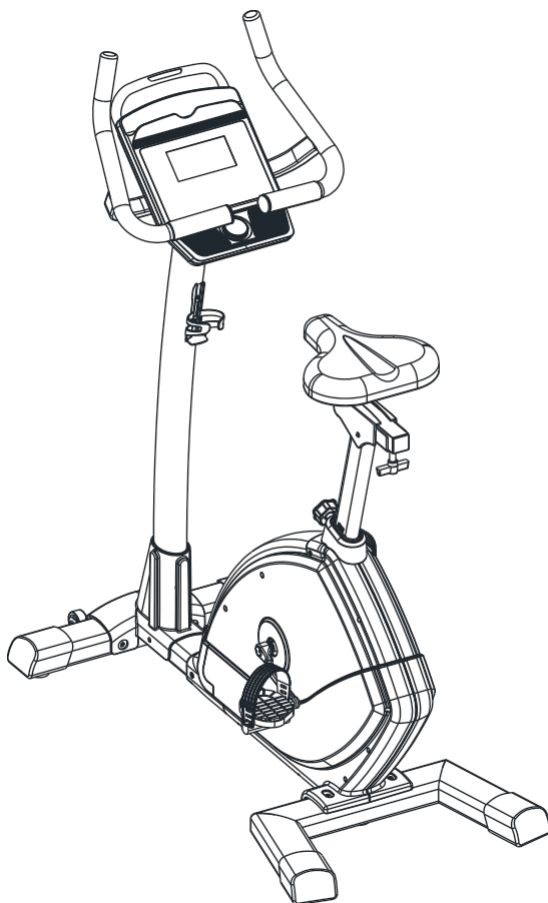
Vložte jack (m) do adaptéru (75), a to celé připojte do otvoru, která je v zadní části hlavního těla stroje (1) (spodní, zadní část) a poté vložte adaptér do zásuvky, která má napětí 230V obr.11.

Pokud máte jakékoli dotazy, neváhejte se obrátit na technickou podporu a svého dodavatele (kontakt na poslední stránce tohoto manuálu).

BH FITNESS SI VYHRÁZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ PRODUKTŮ, A TO BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

H863TFTFD



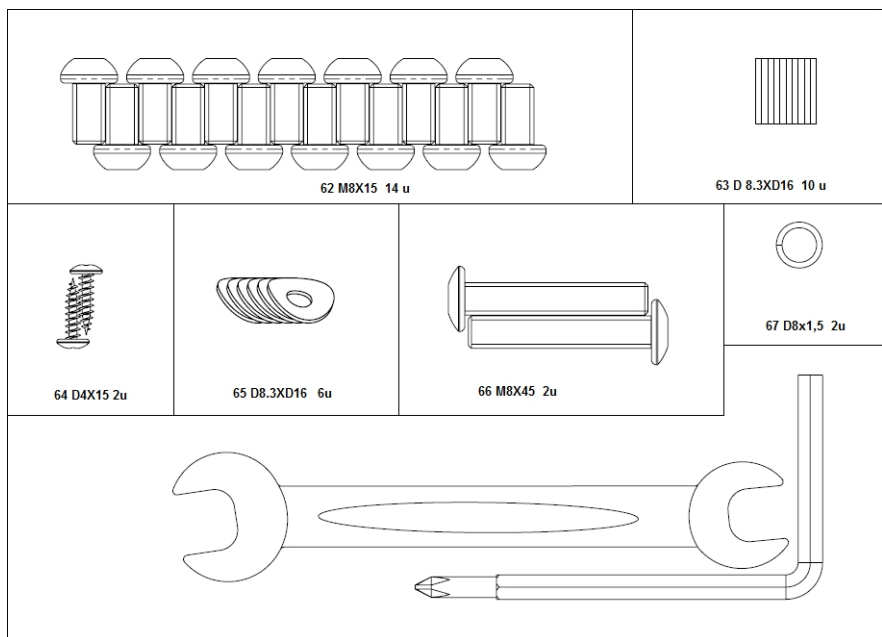
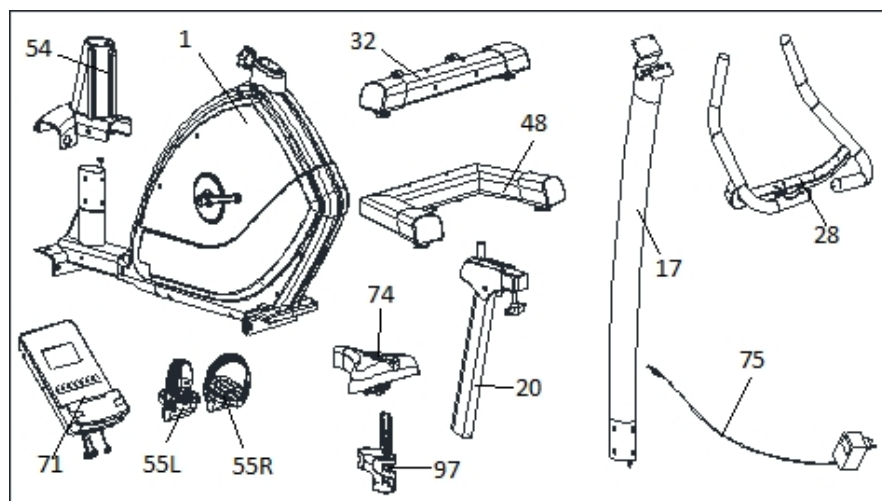


Rotoped BH Fitness TFB Multimedia

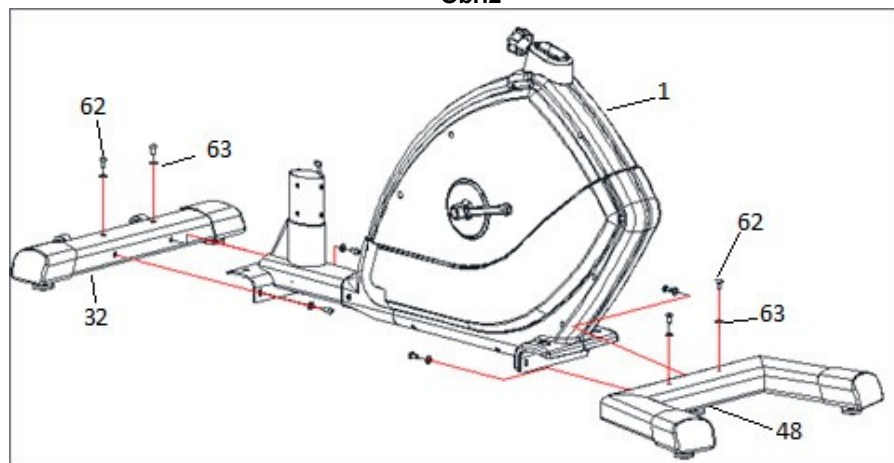
Návod na obsluhu

SK

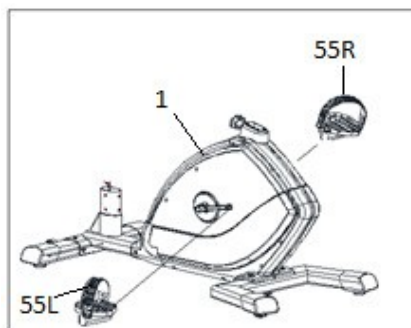
Obr.1



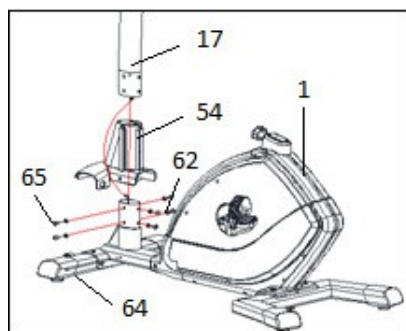
Obr.2



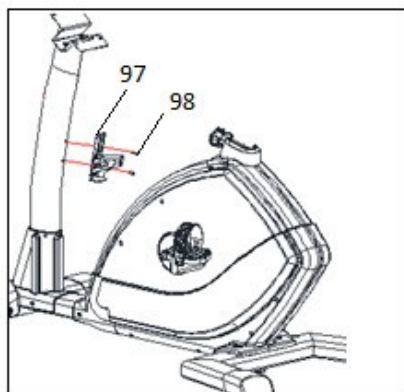
Obr.3



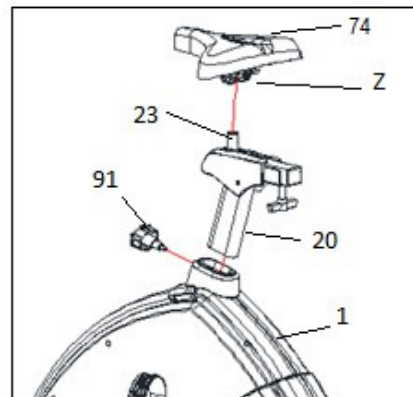
Obr.4



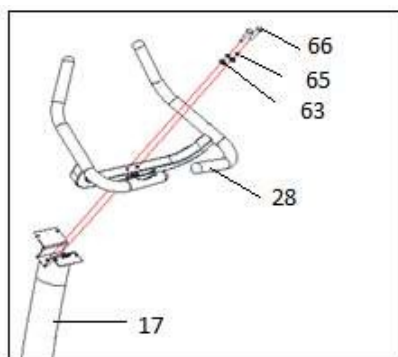
Obr.5



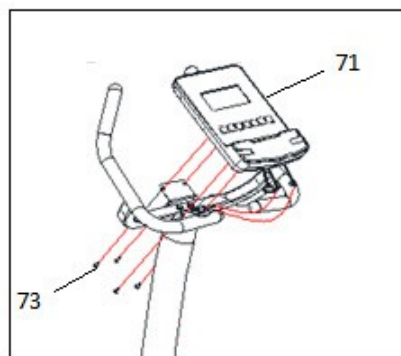
Obr.6



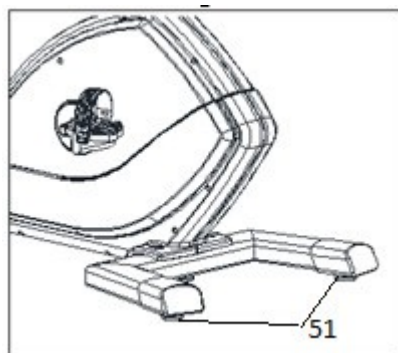
Obr.7



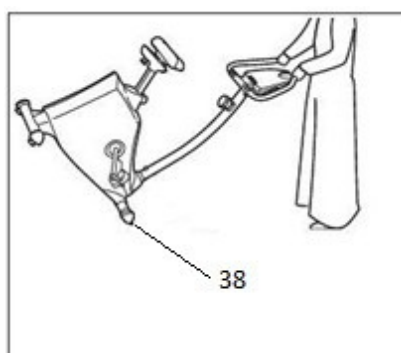
Obr.8



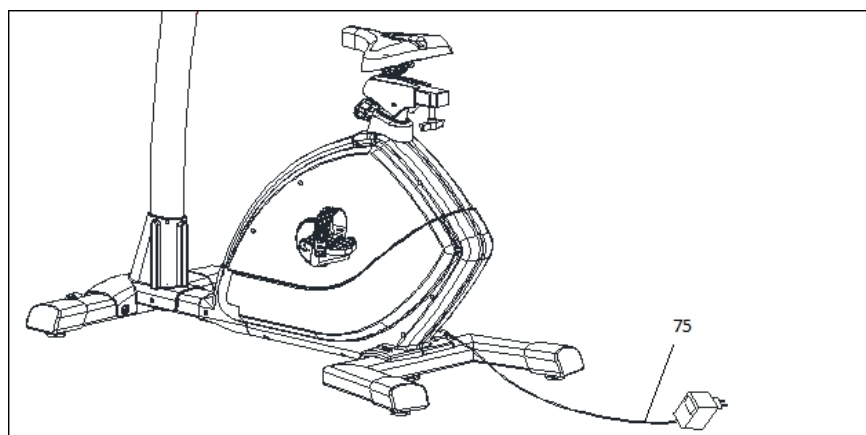
Obr.9



Obr.10



Obr.11



DÔLEŽITÉ: BEZPEČNOSTNÉ OPATRENIA

Tento bicykel bol navrhnutý a vyrobený na zaistenie maximálnej bezpečnosti. Pri cvičení na stroji by ste však mali dodržiavať určité bezpečnostné opatrenia. Pred zostavením bicykla si prečítajte celú túto príručku. Dodržiavajte nasledujúce bezpečnostné opatrenia:

1 Nedovoľte deťom, aby sa nachádzali v blízkosti tohto zariadenia. Nenechávajte ich bez dozoru v miestnosti, kde máte bicykel uložený.

2 Na bicykli môže naraz cvičiť len jedna osoba.

3 Pokiaľ sa pri cvičení na bicykli objavia závraty, nevoľnosť, bolesť na hrudi alebo akékoľvek ďalšie príznaky, okamžite prestaňte cvičiť. **VYHLADAJTE LEKÁRSKU POMOC!**

4 Bicykel majte na rovnej a pevnom povrchu. **NEPOUŽÍVAJTE** ho vonku alebo v blízkosti vody.

5 Nedotýkajte sa žiadnych pohyblivých častí.

6 Oblečte si oblečenie, ktoré je vhodné na cvičenie. Nenoste príliš voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť o pohyblivé časti stroja. Pri cvičení vždy noste bežeckú alebo cvičebnú obuv.

7 Tento stroj možno použiť len na účely opísané v týchto pokynoch. **NEPOUŽÍVAJTE** príslušenstvo, ktoré nie je odporúčané výrobcom.

8 Do blízkosti stroja neumiestňujte žiadne ostré predmety.

9 Osoby so zdravotným postihnutím by mali prístroj používať len v prítomnosti lekára alebo kvalifikovanej osoby.

10 Pred cvičením sa vždy zahrejte s vhodným cvičením.

11 Pokiaľ koleso nefunguje správne, potom ho nepoužívajte.

Upozornenie: Pred cvičením sa poraďte so svojim lekárom. Je to dôležité najmä pre osoby staršie ako 35 rokov alebo osoby so zdravotným stavom. Pred použitím akéhokoľvek zariadenia si prečítajte všetky pokyny. Pokyny si uschovajte pre budúce použitie.

Varovanie:

Pred cvičením sa poraďte so svojim lekárom. Táto rada je obzvlášť dôležitá pre ľudí starších ako 35 rokov alebo ľudí, ktorí majú zdravotné problémy. Pred použitím akéhokoľvek zariadenia si prečítajte návod na použitie. Túto príručku si ponechajte pre neskoršie použitie.

VŠEOBECNÉ POKYNY

1 Bicykel je určený na používanie v domácnosti. Hmotnosť používateľa nesmie presiahnuť 130 kg.

2 Rodičia alebo opatrovníci sú zodpovední za svoje deti a mali by zohľadniť ich vrodenú zvedavosť, ktorá môže viesť k nebezpečným situáciám alebo dokonca k nehodám. Preto nikdy nenechávajte deti bez dozoru. Bicykel by sa v žiadnom prípade nemal používať ako hračka.

3 Za každú z nich je zodpovedný vlastník, kto sa na stroji vzdeláva, je riadne informovaný o potrebných bezpečnostných opatreniach.

4 Noste vhodné oblečenie a obuv.

Uistite sa, že sú všetky šnúrkys a šnúrkys správne zaviazané.

1. POKYNY K MONTÁŽI

Vyberte zariadenie z krabice a skontrolujte, či nechýba žiadna časť.

Odporúčame, aby stroj montovali dve osoby.

(1) Hlavné telo stroja; (17) Tyč pre riadidlá; (32) Stabilizér s kolesami; (48) Stabilizátor s puframi; (71) Monitor s riadidlami (28); (54) Sedlová taška; (74) Sedlo; (20) Sedlovka; (55L)

Ľavý pedál; (55R) Pravý pedál; (75)

Adaptér; vrečko na skrutky obsahujúce: (62) imbusové skrutky M8x15; (63) ploché podložky M8; (64) automatické skrutky Philips Ø4x15;

(65) zakrivené podložky Ø8; (66) imbusové skrutky M8x45; (67) kruhové podložky Ø8; kľúče

2. MONTÁŽ STABILIZÁTOROV

Hlavné telo stroja položte na podlahu, ako je znázornené na obrázku 2. Uchopte predný stabilizátor s kolieskami (32). Odstráňte skrutky (62) a ich podložky (63), pripevnite stabilizátor ku karosérii a znovu nasadte skrutky (62). Všetko pevne utiahnite.

Vyberte zadný stabilizátor (48) s vyrovnávač nerovností a umiestnite ho na zadnú stranu stroja, vložte skrutky (62) s plochými podložkami a maticami, všetko pevne utiahnite Obr.2.

3. MONTÁŽ PEDÁLOV

Dávajte pozor, aby ste pedále namontovali na správnu stranu - skontrolujte písmeno na pedáli. Ak ich namontujete nesprávne, môžete poškodiť závit skrutky. Pokyny "vpravo a vľavo" sa vzťahujú na polohu, ktorú používateľ zaujme, keď sedí na sedle a cvičí.

Skrutkujte pravý pedál (55R) ktorý je označený (R), na . pravú rukoväť, ktorá je tiež označená písmenom (R), v smere . Pevne utiahnite Obr. 3.

Na ľavý kľuku naskrutkujte ľavý pedál (44L), ktorý je označený písmenom (L), , ktorý je tiež označený . Písmená na (L), a na v opačnom smere v smere hodinových ručičiek. Pevne utiahnite Obr.3.

4. MONTÁŽ ŘIDÍTKO

Vložte tyč riadidiel (17) na druhú časť (54), ktorý sa nachádza na hlavnom telese stroja, a dávajte pozor, aby ste nezachytili káble. Pripojte káble od tyče (17) k káblu v hlavnom telese stroja (1).

Nainštalujte skrutky (62) so zakrivenými podložkami (65), ako je znázornené na obrázku 4, vyrovajte riadidlá a ručne utiahnite. Namontujte skrutky (64) podľa obr. 4 a utiahnite ich ručne.

5. MONTÁŽ DRŽIAKA NA FĽAŠE

Uvoľnite skrutky (98) a umiestnite držiak fľaše (97) na riadidlách (17) a upevnite ho uvoľnenými skrutkami.

6. NÁVOD NA MONTÁŽ SEDLA

Vezmite si vodorovnú rúru pre sedlo (23) a pripevnite k nemu sedlo (74), pozri obr. 6, utiahnite matice (Z).

VERTIKÁLNE NASTAVENIE

Ak chcete zdvihnúť alebo znížiť sedlo, najprv uvoľnite ovládacie gombík (91) na sedlovke a mierne ním otočte proti

v smere hodinových ručičiek, potiahnite ho dozadu a nepúšťajte ho. Potom posuňte stĺpik sedadla nahor alebo nadol Obr. 6. Keď je vo výške, ktorý vám vyhovuje, uvoľnite gombík a zasuňte ho do otvoru na stĺpiku. Uťahnite ho otáčaním v smere hodinových ručičiek.

HORIZONTÁLNE NASTAVENIE

Ak chcete sedlo nastaviť horizontálne, uvoľnite ovládací gombík na horizontálnej sedlovej tyči a posuňte sedlo a tyč do správnej polohy, potom gombík zatlačte späť a utiahnite, obr. 6.

NAKLONĚNÍ SEDLA

Sedlo rotopedu sa dá nakloniť dozadu alebo dopredu. Uvoľnite maticu (Z) podľa obr. 6, ktorá sa nachádza pod sedlom, nakloniť sedlo do požadovanej polohy a pevne dotiahnuť maticu.

Ak stále sedíte na sedle, neupravujte jeho sklon!

7. MONTÁŽ MONITORA

Pripevnite rukoväť 28 Å k držiaku na stĺpiku a potom rukoväť pevne zaistíte imbusovou skrutkou (66), plochá podložka (65) a pružná podložka (63).

Priblížte monitor (71) k stĺpu z riadidiel (17) obr.8, pripojte dva káble vychádzajúce z riadidiel (17) a monitora (71), obr.8.

Vložte monitor (71) na stopku riadidiel. (13), ako na obrázku 8, a uistite sa, že nie sú zachytené žiadne káble. Upevnite skrutky (73) a uistite sa, že,

že sú riadidlá správne zarovnané, bezpečne dotiahnite všetky skrutky na stĺpiku riadidiel, vrátane všetkých ďalších skrutiek, ktoré neboli v bode 4 pevne utiahnuté.

VYROVNÁVANIE

Akonáhle je jednotka zostavená uistite sa, že dobre sedí na podlahe. Rotoped môžete vyrovnať pomocou vyrovnávačov, ktoré sú umiestnené na zadnom stabilizátore (46), vid' obr. 9.

POHYB A SKLADOVANIE

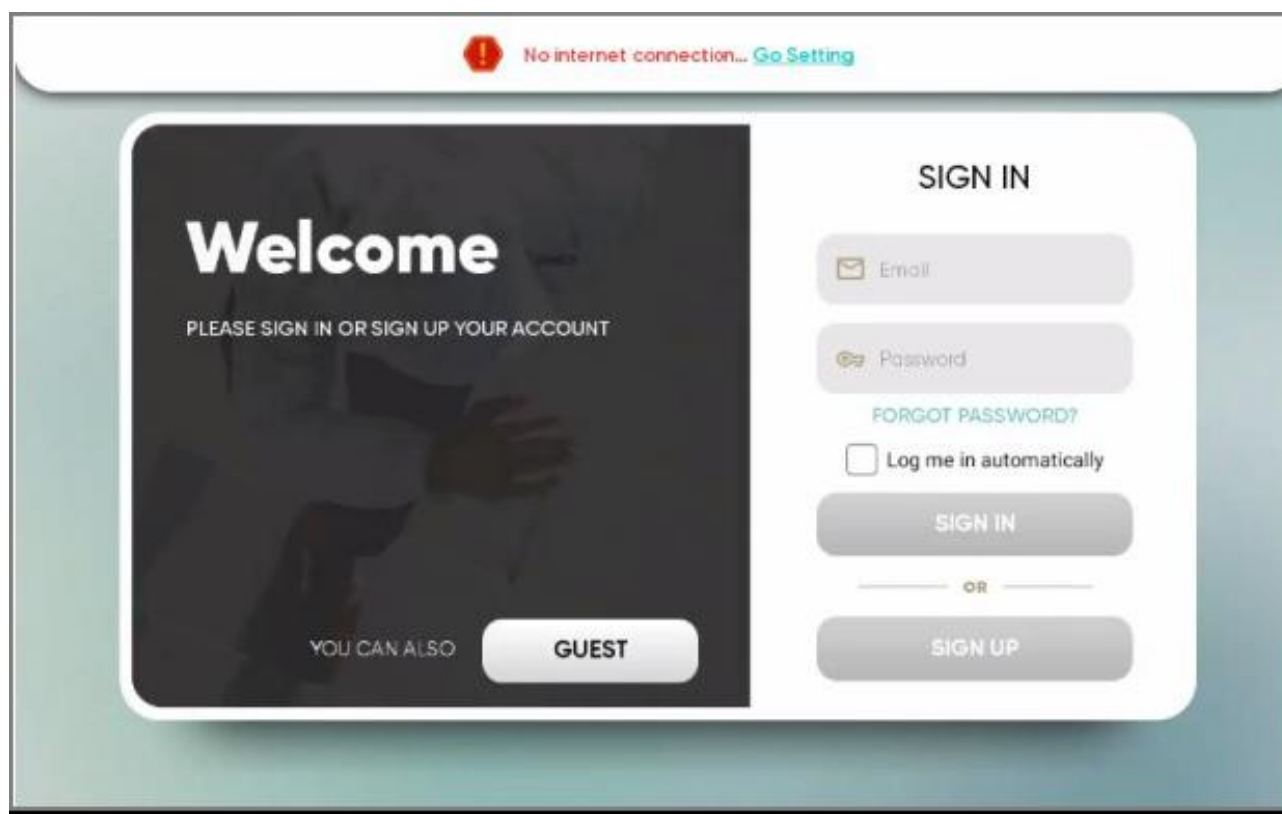
Rotoped je vybavený kolieskami (38). Kolieska sú umiestnené vpredu a uľahčujú premiestňovanie na iné miesto. Stačí ich zľahka zdvihnúť stránku . zadnú časť zadnú časť zariadenia a zatlačte ju, pozri Obrázok 10, aby ste zariadenie premiestnili. Cvičebný bicykel skladujte na suchom mieste a podľa možnosti ho nevystavujte teplotným výkyvom.

PRIPOJENIE

Vložte konektor (m) do adaptéra (75) a celý ho zasuňte do otvoru, ktorý je v zadnej časti hlavného telesa stroja (1) (dole, zadná) a potom vložte adaptér do zásuvky s napätím 230 V Obr.11.

V prípade akýchkoľvek otázok sa neváhajte obrátiť na technickú podporu a svojho dodávateľa (kontaktné údaje sú uvedené na poslednej strane tejto príručky).

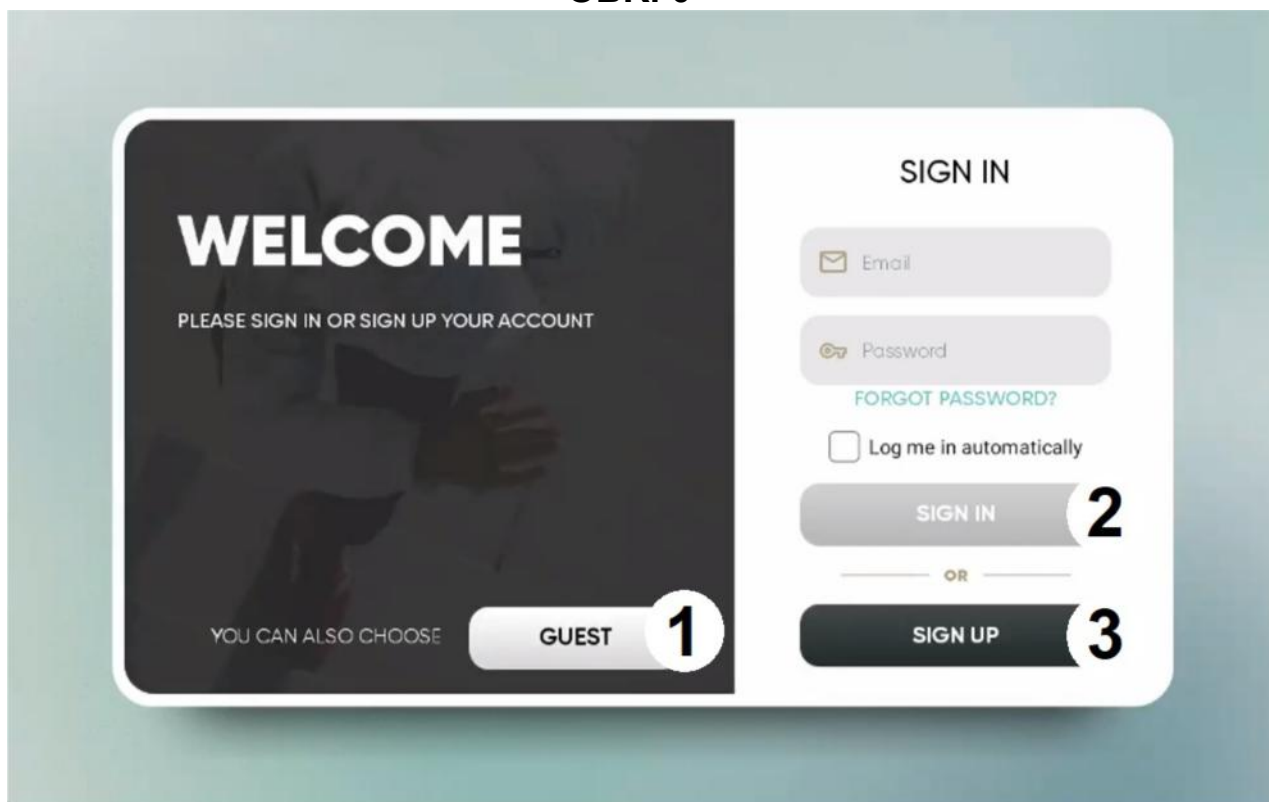
BH FITNESS SI VYHRADZUJE PRÁVO NA ZMENU ŠPECIFIKÁCIÍ PRODUKTU BEZ PREDCHÁDZAJÚCEHO UPOZORNENIA.



ELEKTRONICKÝ DISPLEJ

ZAPNUTÍ

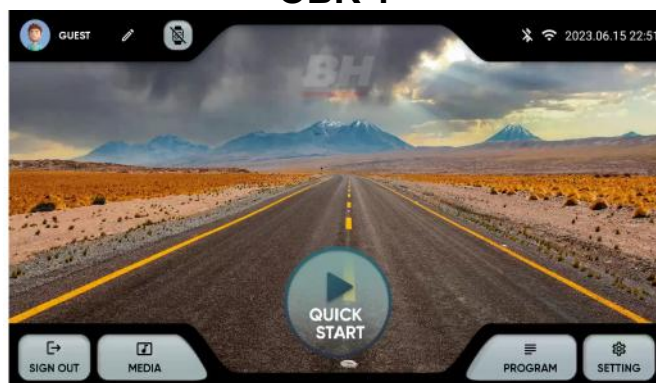
OBR. 0



Jakmile je stroj zapojen a zapnut, uvidíte úvodní obrazovku, Obrazovku 0. Pro výběr možnosti stiskněte:

1. **GUEST.** Pro přihlášení jako host a vstup do hlavního menu, Obrazovka 1. Data nebudou nahrána na váš účet, pokud nejste přihlášení jako registrovaný uživatel.

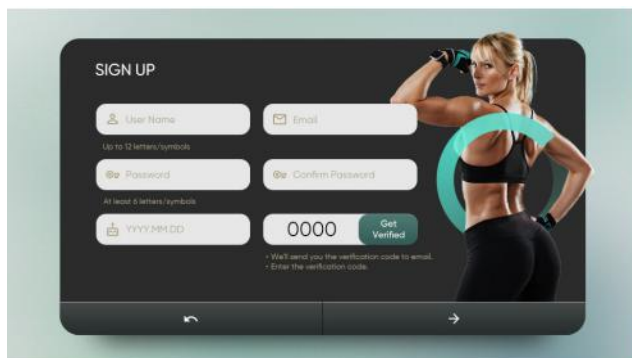
OBR 1



2. **LOG IN** Pro přihlášení jako registrovaný uživatel a vstup do hlavního menu, Obrazovka 1. Uživatel musí mít účet na platformě BH fitness. Uživatel může být identifikován pomocí e-mailové adresy a hesla. Zaškrtněte políčko pro zapamatování zadaných údajů.

3. SIGN UP. Pro vytvoření nového účtu na platformě BH Fitness. Uživatel musí vytvořit účet s názvem o délce až 12 znaků, e-mailovou adresou, heslem a datem narození. Na váš e-mail obdržíte ověřovací kód, který budete muset zadat pro aktivaci účtu. Uživatel bude muset zadat výšku, pohlaví, váhu a vybrat avatar. Obrazovka 3 a Obrazovka 4. Zadané údaje můžete upravit v levém horním rohu hlavního menu. Obrazovka 5.

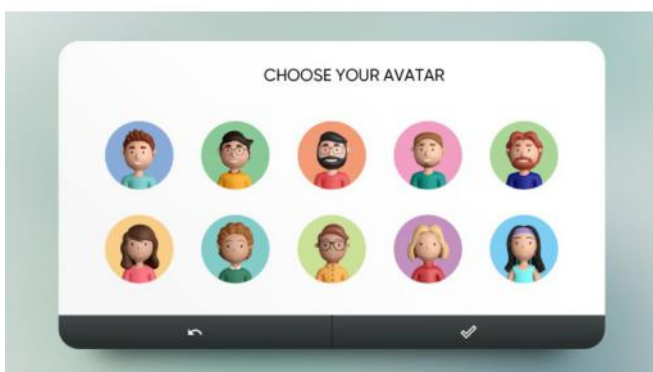
OBR. 2



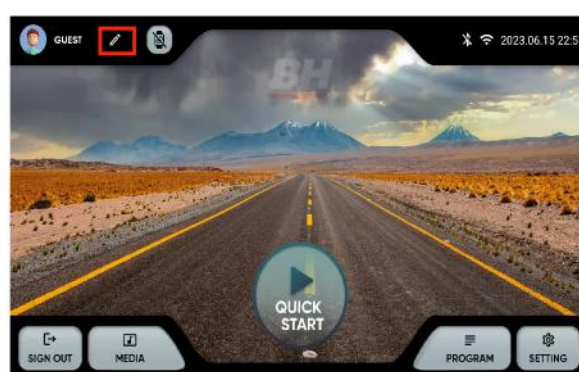
OBR. 3



OBR. 4

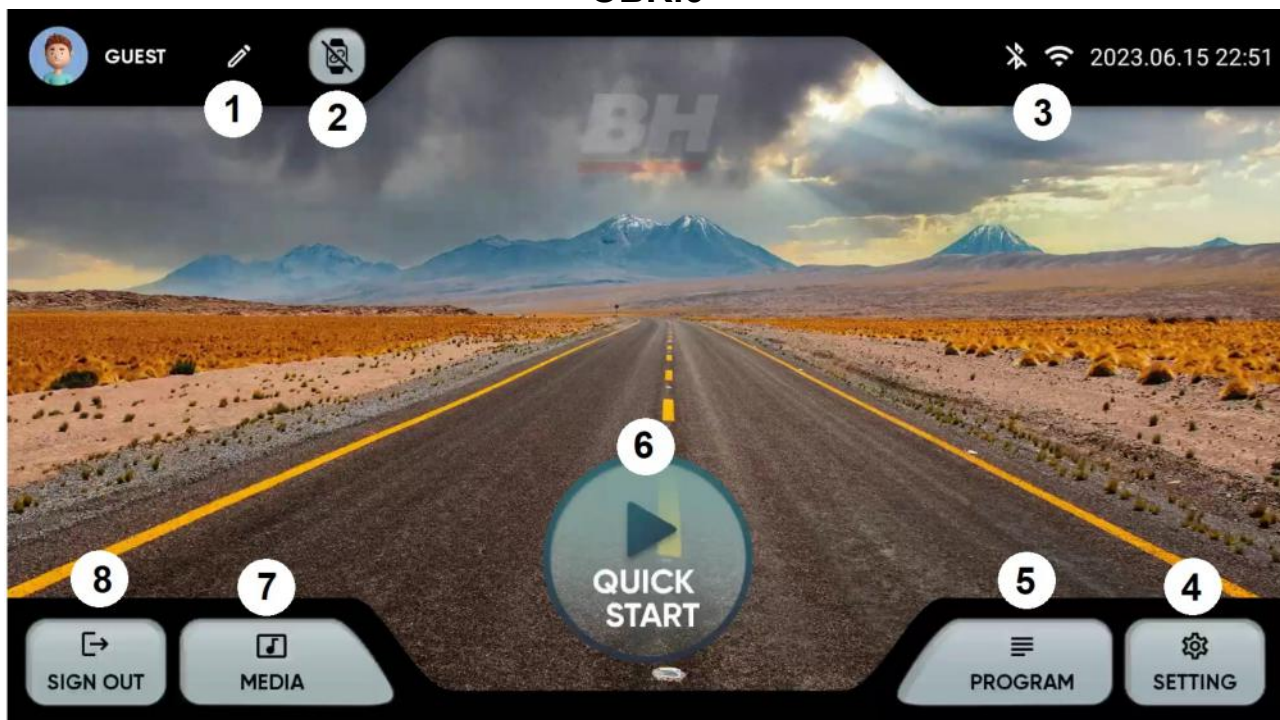


OBR. 5



POKYNY K OVLÁDÁNÍ

OBR.6



Z hlavního menu, Obrázovka 6, vyberte požadovanou možnost:

1. Edit profile - Umožňuje upravit údaje uživatele.
2. Devices - Umožňuje připojit bluetooth pulzní senzory.
3. BT Connection / wifi - Bluetooth a Wifi připojení.
4. Settings - Parametry konfigurace stroje.
5. Programs - Programy s konkrétními a programovatelnými profily.
6. Quick start - Začít cvičení přímo bez nastavení parametrů.
7. Media - Integrované aplikace a zrcadlení telefonu
8. Sign out - Vráť zpět na úvodní obrazovku.

NASTAVENÍ

OBR. 7



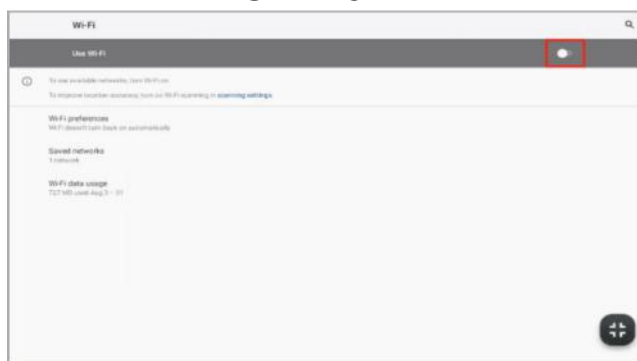
Z hlavní obrazovky stiskněte klávesu nastavení v pravém dolním rohu (1), abyste zobrazili různé možnosti:

2. Connectivity setting: Wifi or Bluetooth.

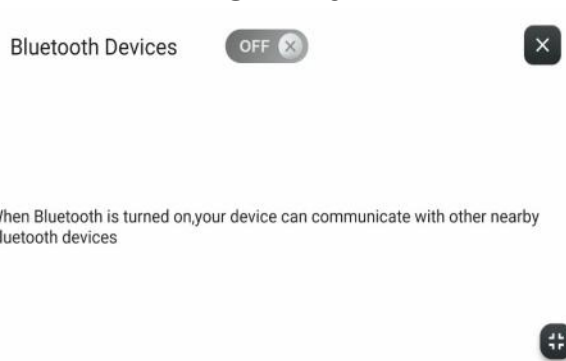
Wifi - Klepněte v pravém horním rohu Obrazovky 7 pro zapnutí Wi-Fi. Pro připojení k Wi-Fi síti vyberte síť a zadejte heslo.

Bluetooth - Klepněte v horní části Obrazovky 8 pro zapnutí Bluetooth a vyberte kompatibilní audio zařízení.

OBR. 8



OBR. 9



3. Machine configuration: Z této obrazovky můžete konfigurovat následující možnosti: Datum, Čas, Jas, Hlasitost, Jazyk, Displej, Režim spánku, Automatické přihlášení, Dětská pojistka a Pípání zapnuto/vypnuto. Obrazovka 10. Obrazovka 11 se zobrazí v dětské pojistce, když odstraníte bezpečnostní klíč. Stiskněte levý horní roh pro návrat do hlavního menu.

OBR. 10



OBR. 11



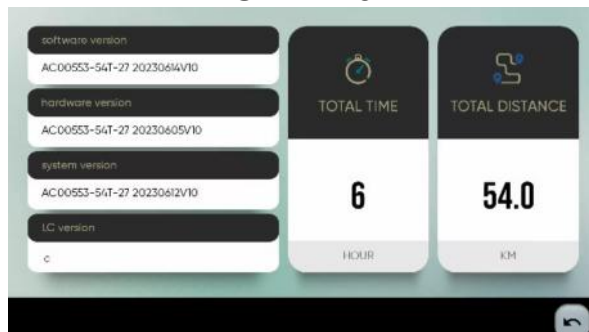
4. App updates: Ujistěte se, že máte nainstalovanou nejnovější verzi aplikací. Tlačítko pro obnovení se rozsvítí, pokud existuje aktualizovaná aplikace.

OBR. 12



5. Information: Verze softwaru a celkový čas a vzdálenost ujetá.

OBR. 13



MÉDIA

OBR. 14



Z hlavního menu klikněte na možnost MÉDIA ve spodní části (1), aby se zobrazily možnosti:

2. Applications: Přístup k integrovaným aplikacím kliknutím na ikonu. Obrázek 15. Pravidelně kontrolujte, zda jsou vaše aplikace aktuální. Obrázek 12

Poznámka: Nemůžete nainstalovat nové aplikace, které nejsou zahrnuty v seznamu předinstalovaných aplikací.

OBR. 15



3. Mirror: Vyberte operační systém vašeho zařízení. Obrázek 16. Ujistěte se, že JE stroj připojen k Wi-Fi.

iOS: Zapněte zrcadlení na vašem zařízení. Obrázek 17.

Android: Stáhněte si aplikaci ANPLUS Screen Mirroring a postupujte podle kroků. Obrázek 18.

OBR. 16



OBR. 17



OBR. 18



PROGRAMY

Z hlavního menu, **Obrazovka 6**, vyberte **PROGRAM** a monitor zobrazí **Obrazovku 19**.
Můžete si vybrat ze seznamu programů různých typů.

OBR. 19



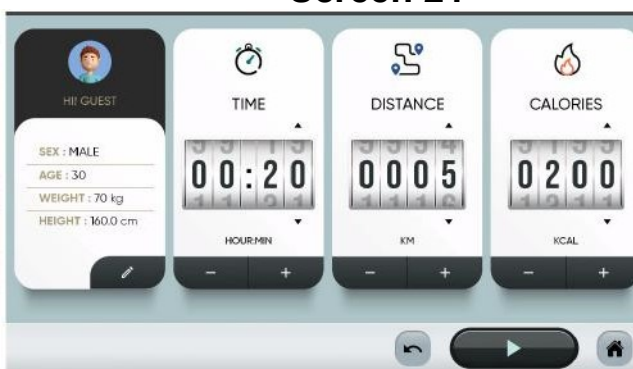
Tento monitor má následující programy:

1. QUICK START: Začněte cvičení přímo bez specifikování parametrů.
2. CLASSICS: GOAL, HILL, RANDOM INCLINE, PLATEAU, CONSTANT WATTS.
Vyberte program a zadejte parametry pomocí kláves + a -. Stiskněte tlačítko přehrávání ve spodní části pro zahájení, Obrazovka 21.

Screen 20



Screen 21



3. INTERVALS: KLASIK, HIIT, VLASTNÍ. Vyberte program a zadejte parametry pomocí kláves + a –.

Stiskněte tlačítko přehrávání ve spodní části pro zahájení, Obrázek 23.

OBR. 22



OBR. 23



4. CUSTOM PROGRAM: Vyberte program. Můžete si vybrat předchozí profil (1) nebo vytvořit nový (2). Zadejte požadovaný sklon a profil rychlosti a stiskněte (3) pro zahájení

OBR. 24



5. VISION RUN : TROPICKÉ, PLÁŽE, LESY, HORY. Vyberte program a zadejte parametry pomocí kláves + a –.

Stiskněte tlačítko přehrávání ve spodní části pro zahájení, Obrázek 26.

OBR. 25



OBR. 26

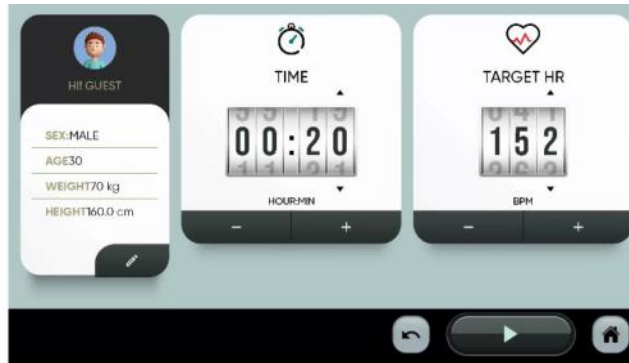


6. H.R.C: 60%, 70%, 80%. Vyberte maximální puls vypočítaný jako 220 mínus věk, a poté vyberte parametry pomocí kláves + a –. Klepněte na levý dolní roh pro zahájení, Obrázek 28.

OBR. 27



OBR. 28



7. FITNESS TEST : YMCA Fyzický test.

Klepněte na levý dolní roh pro zahájení, Obrázek 30.

Na konci získáte výsledek, který vám ukáže stav kondice. Tabulka na Obrázku 31 poskytuje základní hodnoty na základě VO2 max.

OBR. 29



OBR. 30



OBR. 31

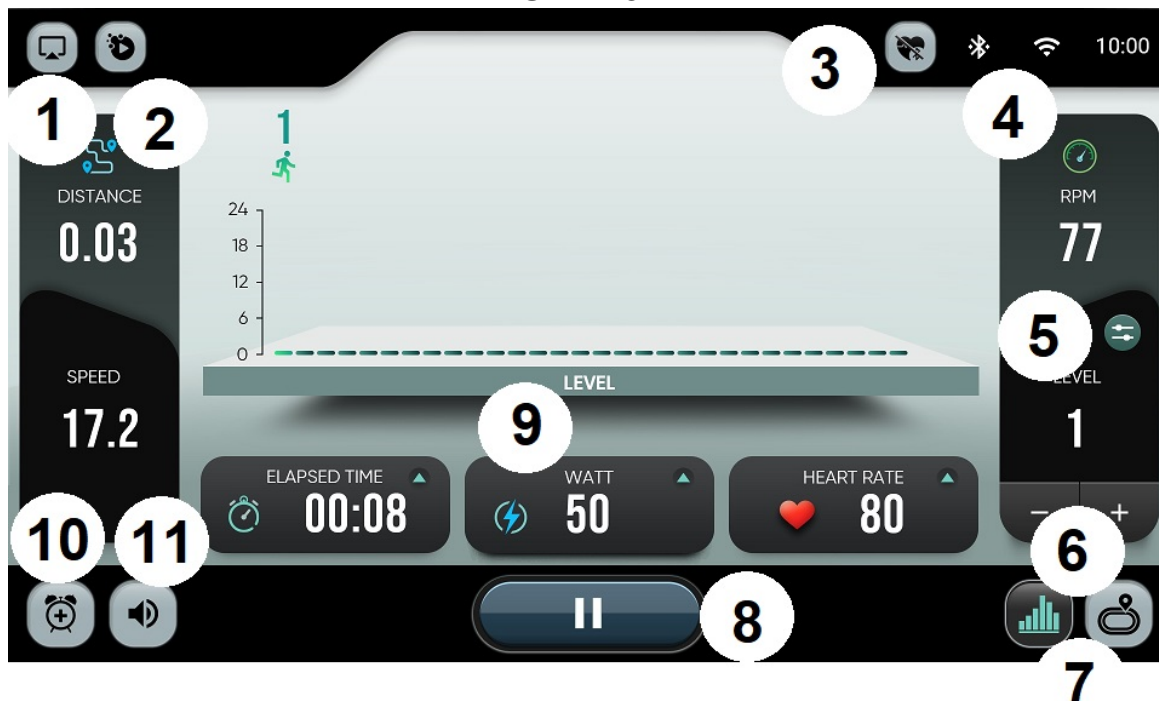
VO2 MAX Chart for males and very fit females

AGE	VeryPoor	Poor	Below Average	Average	Above Average	Good	Excellent
18-25	< 30	30-36	37-41	42-46	47-51	52-60	> 60
26-35	< 30	30-34	35-39	40-42	43-48	49-56	> 56
36-45	< 26	26-30	31-34	35-38	39-42	43-51	> 51
46-55	< 25	25-28	29-31	32-35	35-38	39-45	> 45
56-65	< 22	22-25	26-29	30-31	32-35	34-41	> 41
65+	< 20	20-21	22-25	26-28	29-32	33-37	> 37

TRÉNINK

Po výběru cvičení začne odpočet a zobrazí se následující obrazovka:

OBR. 32

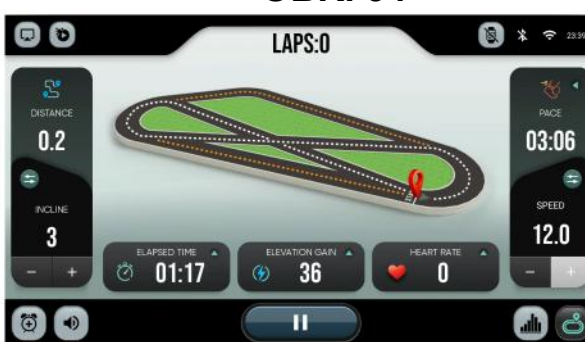


1. Zrcadlení
2. Aplikace
3. Nositelná zařízení
4. Bluetooth/Wifi připojení
5. Rychlá tlačítka pro úroveň
6. ZVÝŠIT ÚROVEŇ / SNIŽIT ÚROVEŇ. Použijte šipky pro zvýšení nebo snížení úrovně po krocích 1.
7. Zobrazení. Přepíná zobrazení mezi pohledem na profil odporu a okruhem.

OBR. 33

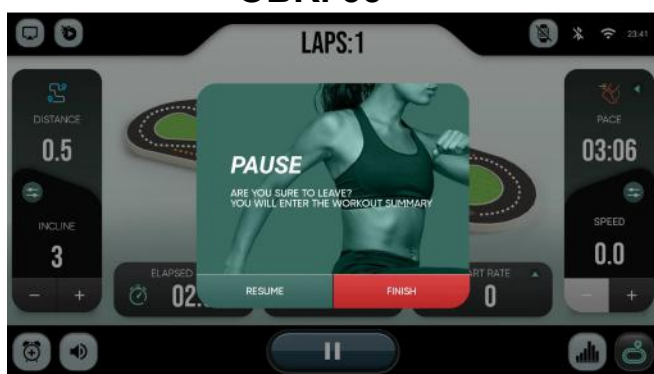


OBR. 34



8. Pauza: Na chvíli zastaví cvičení. Po dokončení cvičení se zobrazí shrnutí. Data budou nahrána do cloudu, pokud je uživatel přihlášen

OBR. 35



OBR. 36



1. Profil úrovně
2. Hlasitost
3. Alarm

BH SI RESERVUJE PRÁVO NA ZMĚNU SPECIFIKACÍ SVÝCH PRODUKTŮ BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.



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