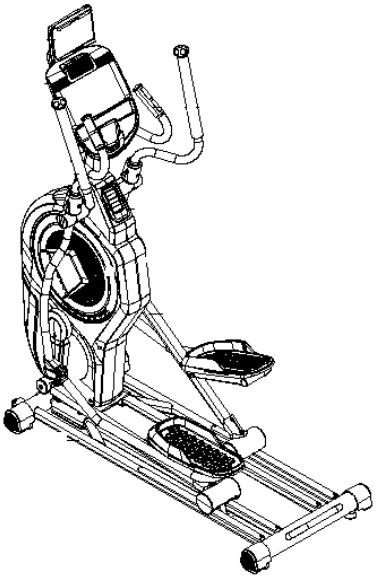
ORBITREK MAGNETYCZNO-POWIETRZNY - AIR-MAGNETIC ELLIPTICAL BIKE

H5815



INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA – MANUAL INSTRUCTION
NÁVOD K OBSLUZE – BEDIENUNGSANLEITUNG

PL

UWAGI DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

1. **Przed rozpoczęciem treningu skonsultuj się z lekarzem w celu stwierdzenia braku przeciwwskazań do korzystania ze sprzętu do ćwiczeń. Decyzja lekarza jest niezbędna w przypadku przyjmowania leków wpływających na pracę serca, ciśnienie krwi i poziom cholesterolu. Jest to także konieczne w przypadku osób w wieku powyżej 35 lat oraz osób mających kłopoty ze zdrowiem.**
2. Przed rozpoczęciem ćwiczeń zawsze wykonaj rozgrzewkę.
3. Zwracaj uwagę na niepokojące sygnały. Niewłaściwe lub nadmierne ćwiczenia są niebezpieczne dla zdrowia. Jeśli w czasie ćwiczeń pojawią się bóle lub zawroty głowy, ból w klatce piersiowej, nieregularny rytm serca lub inne niepokojące objawy, należy natychmiast przerwać ćwiczenia i skonsultować się z lekarzem
4. W czasie ćwiczeń i po zakończeniu treningu trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od sprzętu.
5. Urządzenie należy postawić na suchej i równej powierzchni w odległości 0,5m od ściany. Z bezpośredniego sąsiedztwa urządzenia należy usunąć wszystkie ostre przedmioty. Należy chronić je przed wilgocią, ewentualne nierówności podłoża należy wyrównać. Zalecane jest stosowanie specjalnego podkładu antypoślizgowego, który zapobiegnie przesuwaniu się urządzenia podczas wykonywania ćwiczeń.
6. Przed pierwszym użyciem, a później w regularnych odstępach czasu, należy sprawdzać mocowanie wszystkich śrub, bolców i pozostałych połączeń.
7. Przed rozpoczęciem ćwiczeń sprawdź umocowanie części i łączących je śrub. Trening można rozpocząć tylko wtedy, jeżeli urządzenie jest całkowicie sprawne.
8. Urządzenie powinno być regularnie sprawdzane pod względem zużycia i uszkodzeń tylko wtedy będzie ono spełniało warunki bezpieczeństwa. Szczególną uwagę należy zwrócić na pedały, regulator oporu i uchwyty piankowe, które ulegają najszybszemu zużyciu. Uszkodzone części należy natychmiast naprawić lub wymienić do tego czasu nie wolno używać urządzenia do treningu.
9. Nie wkładaj w otwory żadnych elementów.
10. Nie zaleca się pozostawiania wystających urządzeń regulacyjnych i innych elementów konstrukcyjnych, które mogłyby przeszkadzać w ruchu użytkownika.
11. Sprzęt wykorzystuj jedynie zgodnie z przeznaczeniem. Jeśli któraś z części ulegnie uszkodzeniu bądź zużyciu lub też usłyszysz niepokojące dźwięki podczas używania sprzętu, natychmiast przerwij ćwiczenia. Nie używaj sprzętu ponownie dopóki problem nie zostanie usunięty.

12. Ćwicz w wygodnym ubraniu i sportowym obuwiu. Unikaj luźnych ubrań, którymi można zahaczyć o wystające części sprzętu lub które mogłyby ograniczać swobodę ruchów.

13. **Sprzęt zaliczony został do klasy SB według normy EN ISO 20957-1 i jest przeznaczony do użytku domowego i komercyjnego. Nie może być używany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych.**

14. Podczas podnoszenia lub przenoszenia sprzętu zwracaj szczególną uwagę aby nie uszkodzić kręgosłupa.

15. Produkt jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych. Dzieci mogą z niego korzystać wyłącznie pod nadzorem dorosłych i na ich wyłączną odpowiedzialność.

16. Montując urządzenie należy ściśle stosować się do załączonej instrukcji i używać tylko części dołączonych do zestawu. Przed rozpoczęciem montażu, należy sprawdzić czy wszystkie części, które zawiera dołączona lista, znajdują się w zestawie.

OSTRZEŻENIE: PRZED UŻYCIEM SPRZĘTU FITNESS PRZECZYTAJ INSTRUKCJE. NIE PONOSIMY ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA KONTUZJE LUB USZKODZENIA PRZEDMIOTÓW, KTÓRE ZOSTAŁY SPOWODOWANE NIEWŁAŚCIWYM UŻYTKOWANIEM TEGO PRODUKTU.

DANE TECHNICZNE

Waga netto – 101,8 kg
Koło zamachowe – 8 kg
Rozmiar po rozłożeniu – 162 x 65 x 180 cm
Maksymalne obciążenie produktu – 150 kg

KONSERWACJA

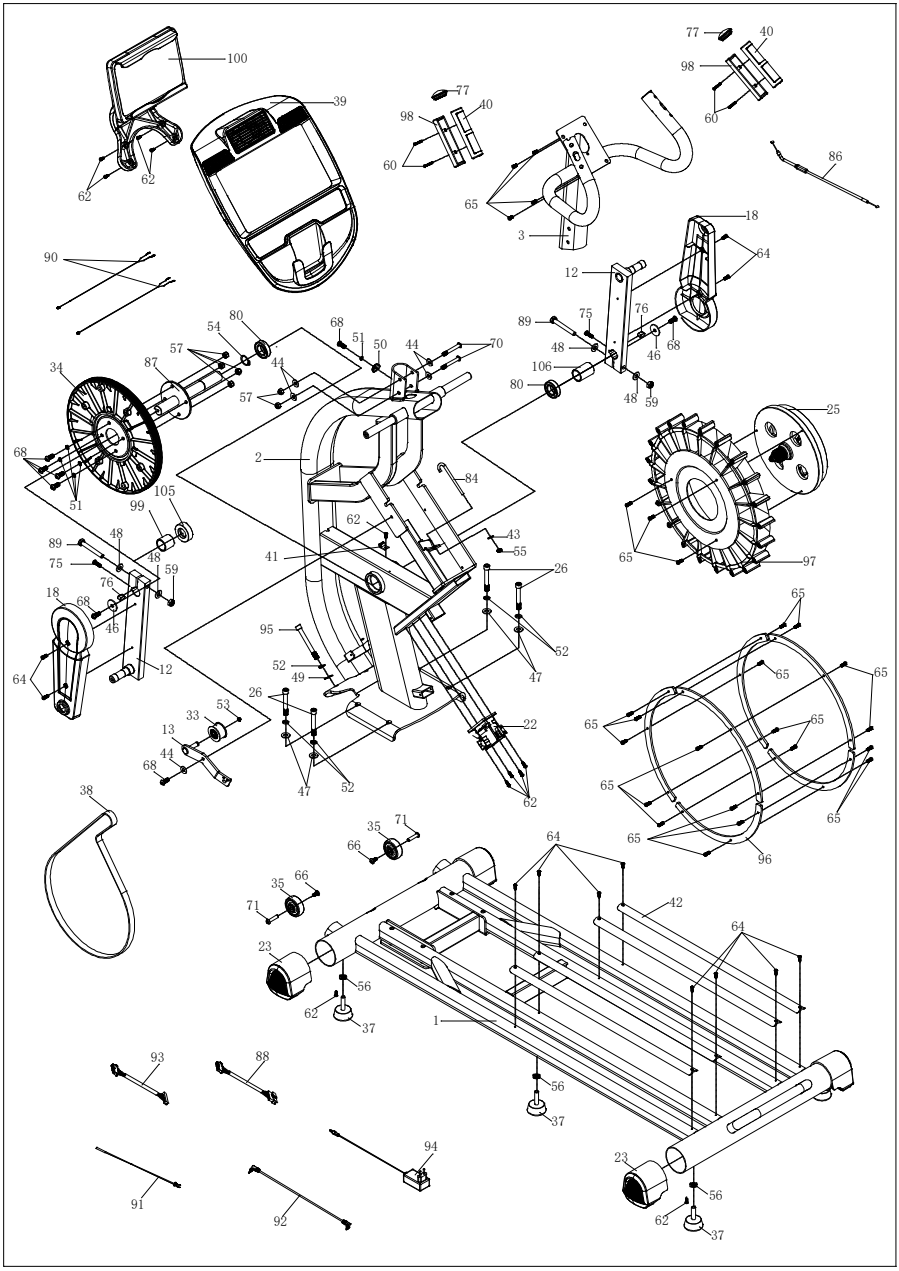
Urządzenie zostało zaprojektowany w sposób, aby wymagał minimalnej konserwacji ze strony użytkownika. Zalecane są nastepujące kroki:

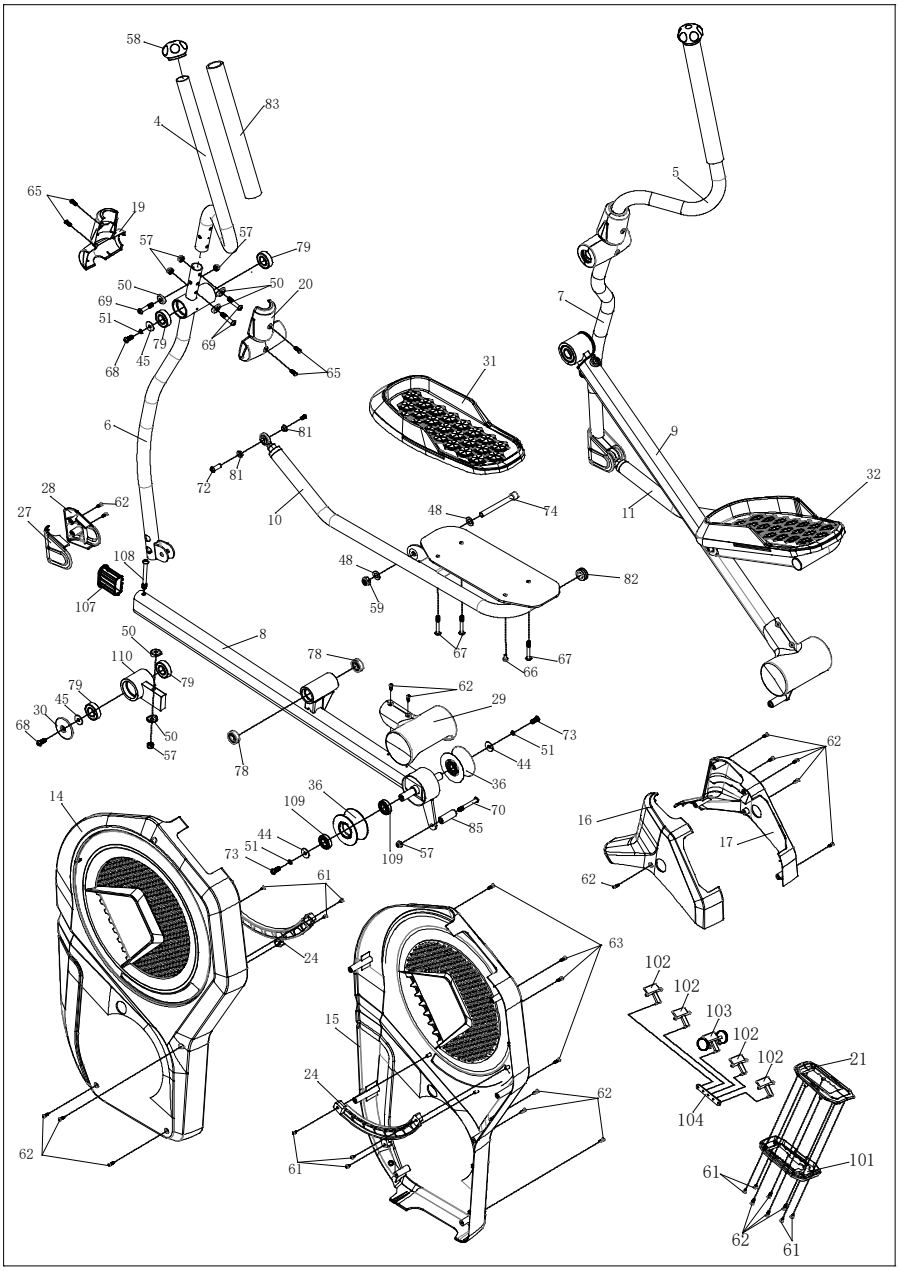
- Używaj miękkiej ściereczki do usuwania zabrudzeń i kurzu oraz wycieraj do sucha po każdym użyciu
- Regularnie sprawdzaj czy taśmy urządzenia nie są zużyte i w odpowiednim położeniu
- Regularnie sprawdzaj czy śruby i pokrętła są odpowiednio dokręcone

HAMOWANIE

Naciśnij pedał aby zatrzymać urządzenie. Orbitrek H5815 nie wymaga systemu hamującego ani awaryjnego hamulca.

SCHEMAT SZCZEGÓŁOWY:




58
83
4
5
65
19
57
57
79
50
50
20
69
51
79
69
45
68
65
7
31
6
81
81
72
9
32
28
62
27
10
48
74
11
108
48
82
107
59
8
67
67
66
50
110
78
79
62
79
45
29
30
68
50
73
57
51
44
78
36
62
14
36
109
70
16
85
44
51
17
73
109
57
61
62
24
63
102
102
103
15
102
102
21
24
62
104
62
61
101
61
62
61

LISTA CZĘŚCI:

Nr	Opis	Specyfikacja	Ilość	No.	Opis	Specifikacja	Ilość
1	Podstawa ramy		1	34	Koło pasowe		1
2	Rama główna		1	35	Koło		2
3	Rama mocująca komputer		1	36	Koło pasowe		4
4	Górne ramie wahacza - lewe		1	37	Wspornik na stopy		5
5	Górne ramie wahacza - prawe		1	38	Pas		1
6	Dolne ramie wahacza - lewe		1	39	Monitor		1
7	Dolne ramie wahacza - prawe		1	40	Osłona pulsometru		2
8	Komplet pedałów - lewy		1	41	Czujnik magnetyczny		1
9	Komplet pedałów - prawy		1	42	Prowadnica	670×29.5×11.2	4
10	Połączenie pedału - lewe		1	43	Płaska podkładka	Φ6×Φ20×t2.0	1
11	Połączenie pedału - prawe		1	44	Płaska podkładka	Φ8.5×Φ20×t1.5	9
12	Korba		2	45	Płaska podkładka	Φ8.2×Φ25×t2.0	4
13	Napinacz kół		1	46	Płaska podkładka	Φ32×Φ8.5×t2.0	2
14	Osłona lewa		1	47	Płaska podkładka	Φ10×Φ22×2.0	4
15	Osłona prawa		1	48	Płaska podkładka	Φ12.5×Φ22×t2.0	8
16	Górna osłona-lewa		1	49	Podkładka	Φ10.5×R100×t2.0	2
17	Górna osłona-prawa		1	50	Podkładka	Φ8.5×R25×t2.0	11
18	Osłona korby		2	51	Podkładka sprężynująca	Φ8	11
19	Osłona kierownicy 1		2	52	Podkładka sprężynująca	Φ10	6
20	Osłona kierownicy 2		2	53	Podkładka sprężynująca	Φ10	1
21	Osłona wylotu powietrza		1	54	Podkładka sprężynująca	Φ25	1
22	Silnik sterowany magnesem		1	55	Śruba z łbem sześciokątnym	M6	1
23	Zaślepka		4	56	Nakrętka imbusowa	M10	5

24	Out cover decoration strip		2	57	Nakrętka sześciokątna samozabezpieczająca	M8	16
25	Koło zamachowe magnetyczne		1	58	Zaślepka	Φ32×t2.0	2
26	Śruba z półgwintem	M10×70×20	4	59	Nakrętka sześciokątna samozabezpieczająca	M12	4
27	Dolna osłona ramienia wahacza - lewa		2	60	Wkręt samogwintujący z łbem stożkowym płaskim Philips	ST3×30	4
28	Dolna osłona ramienia wahacza -prawa		2	61	Samogwintująca śruba Philips C.S.K.	ST4×10	10
29	Osłona koła		2	62	Samogwintująca śruba Philips C.S.K.	ST4×16	35
30	Śruba osi korby		2	63	Samogwintująca śruba Philips C.S.K.	ST4×20	4
31	Pedał lewy		1	64	Śruba z pełnym gwintem Philips C.S.K	M5×10	8
32	Pedał prawy		1	65	Śruba z pełnym gwintem Philips C.S.K	M5×15	33
33	Koło napinające		1	66	Śruba imbusowa z pełnym gwintem	M6×12	4

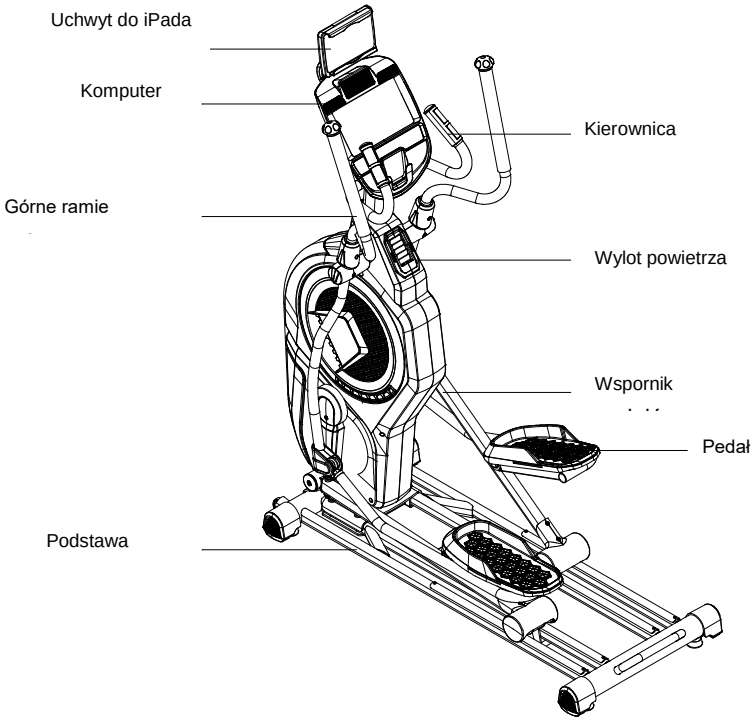
Nr	Opis	Specyfikacja	Ilość	Nr	Opis	Specyfikacja	Ilość
67	Śruba z półgwintem	M6×50×20	6	93	Przewód komunikacyjny	L-400mm	1
68	Śruba imbusowa z pełnym gwintem	M8×20	12	94	Zasilacz		1
69	Śruba z półgwintem	M8×40×20	6	95	Śruba z półgwintem	M10×90×20	2
70	Śruba z półgwintem	M8×60×20	4	96	Obciążenie koła zamachowego		6
71	Śruba imbusowa drążona C.K.S	Φ8×33×M6×15	2	97	Koło zamachowe	Φ450×62	1
72	Śruba imbusowa drążona C.K.S	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2	98	Dolna osłona pulsometru		2

73	Śruba z łbem sześciokątnym z pełnym gwintem	M8×15	4	99	Osłona korby 1	Φ30.5×29.1	1
74	Oś pedału	Φ17×105×M12×15	2	100	Uchwyt do iPada		1
75	Śruba imbusowa z pełnym gwintem	M6×20	2	101	Doln pokrywa wylotu powietrza		1
76	Klucz płaski	8×10×18	2	102	Zawias		4
77	Zaślepka okrągła	BLF82/Φ39×Φ30×27.5	2	103	Zawias koła przesuwnego		1
78	Łożysko kulkowe	6201-ZZ	4	104	Płytka do mocowania zawiasów		1
79	Łożysko kulkowe	6004-ZZ	8	105	Osłona korby 3	Φ45×14.3	1
80	Łożysko kulkowe	6005-ZZ	2	106	Osłona korby 2	Φ30.5×43.5	1
81	Tuleja	E12 /Φ16×Φ12×6.3	4	107	Tuleja łożyska		2
82	Zaślepka	Φ32×t1.5	2	108	Śruba imbusowa C.K.S.	M8×75	2
83	Piankowy uchwyt	Φ30×t3.0×350	2	109	Łożysko kulkowe	R10-ZZ	8
84	Hak	103×Φ26×M6×50	1	110	Tuleja łożyska		2
85	Ogranicznik pozycji rolki	Φ17×Φ8.5×47	2				
86	Przewód hamulca	L-450×Φ5×Φ1.2×M5	1				
87	Crank axle group	Φ25×220	1				
88	Przewód komunikacyjny	L-1300mm	1				
89	Śruba imbusowa z półgwintem	M12×75×20	2				
90	Przewód pulsometru	L-650mm	2				
91	Czujnik magnetyczny	L-300mm	1				
92	Przewód komunikacyjny MP3	L-400mm	1				

Lista części montażowych

Nr.	Opis	Specyfikacja	Ilość	Nr	Opis	Specyfikacja	Qty
1	Podstawa ramy		1	44	Płaska podkładka	Φ8.5×Φ20×t1.5	9
2	Rama główna		1	45	Płaska podkładka	Φ8.2×Φ25×t2.0	4
3	Rama mocująca komputer		1	47	Płaska podkładka	Φ10×Φ22×2.0	4
4	Górne ramie wahacza - lewe		1	49	Podkładka	Φ10.5×R100×t2.0	2
5	Górne ramie wahacza - prawe		1	50	Podkłądka	Φ8.5×R25×t2.0	7
6	Dolne ramie wahacza - lewe		1	51	Podkładka sprężynująca	Φ8	3
7	Dolne ramie wahacza - prawe		1	52	Podkładka sprężynująca	Φ10	6
8	Komplet pedałów - lewy		1	57	Nakrętka sześciokątna samozabezpieczająca	M8	10
9	Komplet pedałów - prawy		1	62	Samogwintująca śruba Philips C.S.K.	ST4×16	10
10	Połączenie pedału - lewe		1	65	Śruba z pełnym gwintem Philips C.S.K	M5×15	12
11	Połączenie pedału - prawe		1	68	Śruba imbusowa z pełnym gwintem	M8×20	5
16	Górna osłona-lewa		1	69	Śruba z półgwintem	M8×40×20	6
17	Górna osłona-prawa		1	70	Śruba z półgwintem	M8×60×20	4
19	Osłona kierownicy 1		2	72	Śruba imbusowa C.K.S.	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2
20	Osłona kierownicy 2		2	85	Ogranicznik pozycji rolki		2
21	Osłona wylotu powietrza		1	88	Przewód komunikacyjny	L-1300mm	1
26	Śruba z półgwintem	M10×70×20	4	90	Przewód pulsometru	L-650mm	2
27	Dolna osłona ramienia wahacza - lewa		2	95	Śruba z półgwintem	M10×90×20	2
28	Dolna osłona ramienia wahacza - prawa		2	100	Uchwyt do iPada		1
30	Śruba osi korby		2	62	Samogwintująca śruba Philips C.S.K.	ST4×16(optional)	4
39	Monitor		1				

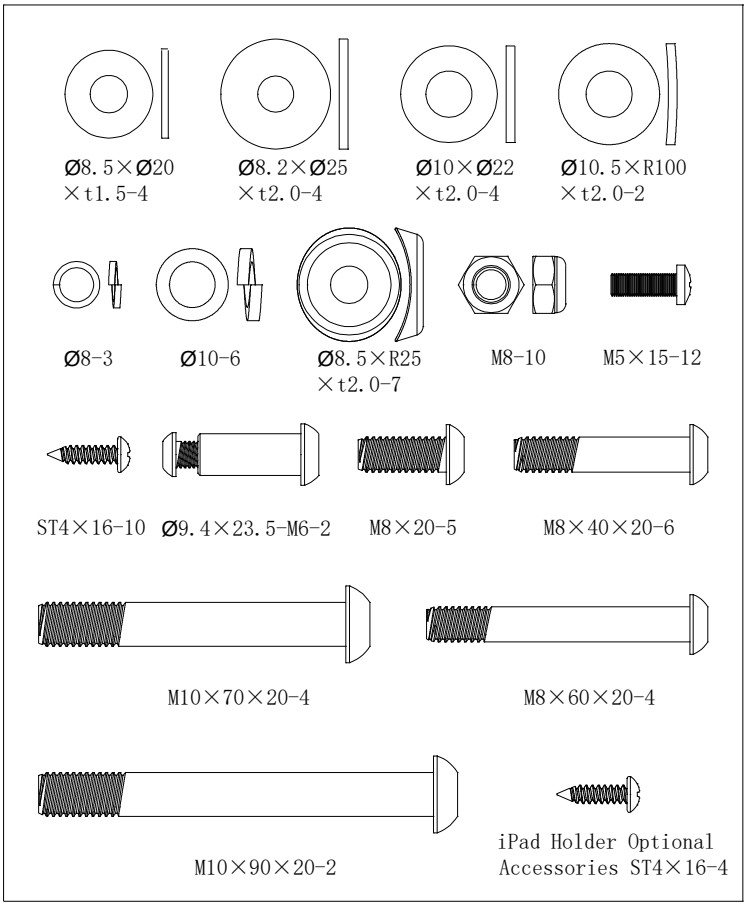
Instrukcja montażu



SPECYFIKACJA TECHNICZNA:

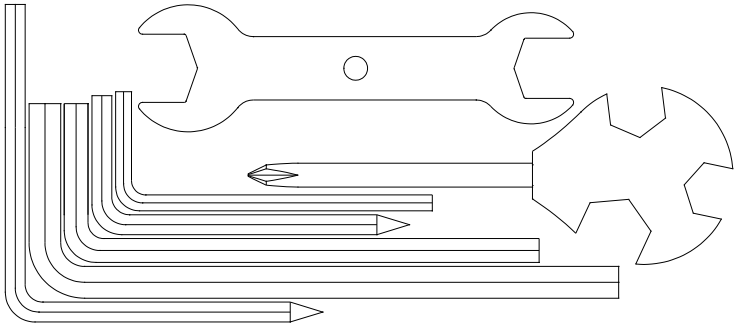
Wymiary:	Po rozłożeniu： 1620×650×1850mm
Zakres prędkości:	12
Koło zamachowe:	Magnes wewnętrzny, dwukierunkowy, Φ450/8kg
Poziom oporu:	1-24
Długość kroku:	520×240

ZASTRZEGAMY SOBIE PRAWO DO ZMIANY PRODUKTÓW BEZ WCZEŚNIEJSZEGO ZAWIADOMIENIA.



LISTA SPRZĘTU:

Nr	Opis	Specyfikacja	Ilość	Nr	Opis	Specyfikacja	Ilość
26	Śruba z półgwintem	M10×70×20	4	62	Samogwintująca śruba Philips C.S.K.	ST4×16	10
44	Płaska podkładka	Φ8.5×Φ20×t1.5	4	65	Śruba z pełnym gwintem Philips C.S.K	M5×15	12
45	Płaska podkładka	Φ8.2×Φ25×t2.0	4	68	Śruba z pełnym gwintem	M8×20	5
47	Płaska podkładka	Φ10×Φ22×2.0	4	69	Śruba z półgwintem	M8×40×20	6
49	Podkładka	Φ10.5×R100×t2.0	2	70	Śruba z półgwintem	M8×60×20	4
50	Podkładka	Φ8.5×R25×t2.0	7	72	Śruba imbusowa C.K.S.	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2
51	Podkładka sprężynująca	Φ8	3	95	Śruba z półgwintem	M10×90×20	2
52	Podkładka sprężynująca	Φ10	6	62	Samogwintująca śruba Philips C.S.K.	ST4×16(opcjonalnie)	4
57	Nakrętka sześciokątna samozabezpieczająca	M8	10				



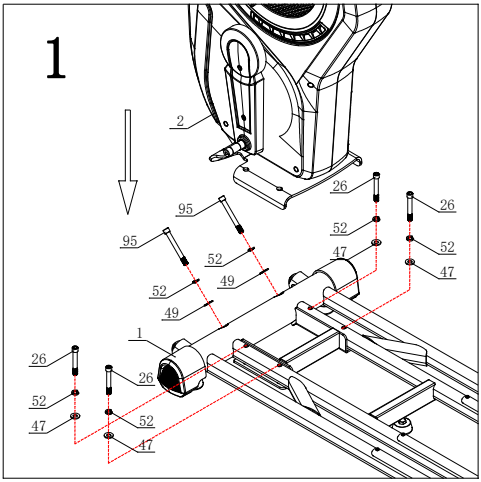
Lista narzędzi :

Opis	Specyfikacja	Ilość
Klucz typu L	4×30×80	1
Klucz typu L	5×80×80S	1
Klucz typu L	5×35×85S	1
Klucz typu L	6×40×120	1
Klucz płaski Phillips	14×17×75	1
Klucz płaski	15#&17#	1

Montaż

Krok 1 :

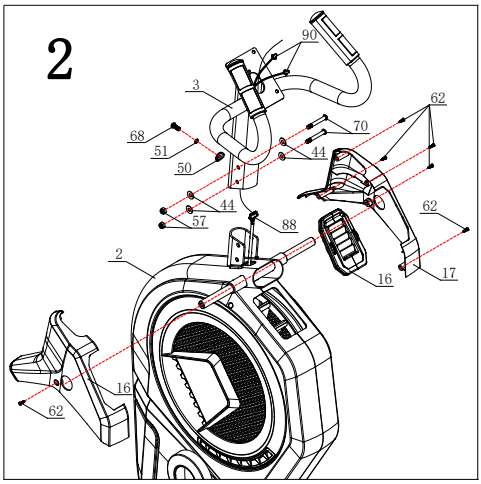
1. Umieść ramę główną (2) na podstawie ramy (1), przymocuj używając 2 śrub z półgwintem (95), 2 podkładek sprężynujących (52), 2 podkładek (49) oraz 4 śrub z półgwintem (26), 4 podkładek sprężynujących (52), 4 płaskich podkładek(47).



Krok 2:

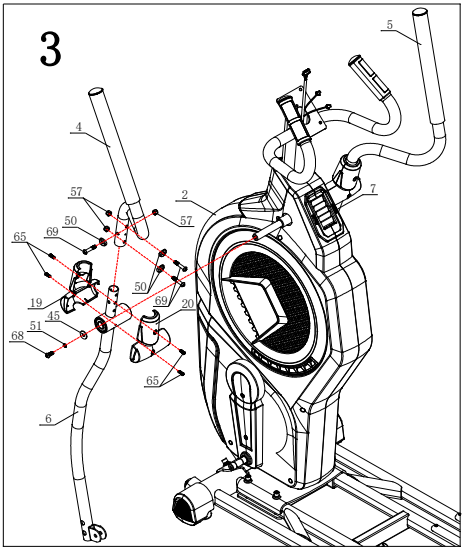
Wyciągnij przewód komunikacyjny (88) z otworu zestawu mocującego komputer (3).

2. Zamontuj zestaw mocujący komputer (3) na ramie głównej (2), zamocuj przy pomocy 1 podkładki (50), 1 podkładki sprężynującej (51), 1 śruby imbusowej z pełnym gwintem (68) oraz 4 płaskich podkładek (44), 2 nakrętek sześciokątnych samozabezpieczających (57), 2 śrub z półgwintem (70).
3.Przymocuj lewą górną osłonę (16), prawą górną osłonę (17) oraz osłonę wylotu powietrza (21), przykręć używając 6 samogwintujących śrub Philips C.K.S.(62).



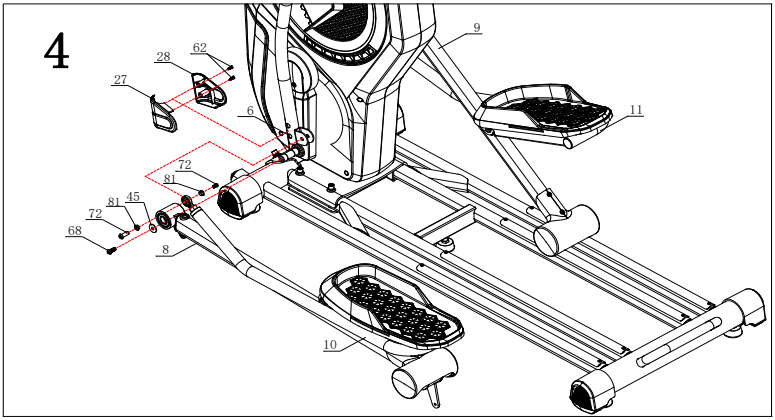
Krok 3:

1. Nałóż trochę smaru na oś ramy głównej. Przymocuj dolne ramię wahacza (6) do głównego korpusu, przykręć używając 1 śruby imbusowej z pełnym gwintem (68), 1 podkładki sprężynującej (51) oraz 1 płaskiej podkładki (45).
2. Przymocuj lewe górne ramie wahacza (4) do lewego dolnego ramienia wahacza (6), przykręć za pomocą 3 śrub z półgwintem (69), 3 podkładek (50) oraz 3 nakrętek sześciokątnych samozabezpieczających (57).
3. Zamocuj osłonę kierownicy 1 (19) oraz osłonę kierownicy 2 (20) w górnej/dolnej części połączenia ramienia za pomocą 4 śrub z pełnym gwintem Philips C.S.K (65)
4. Złóż prawą stronę w taki sam sposób jak wyżej.



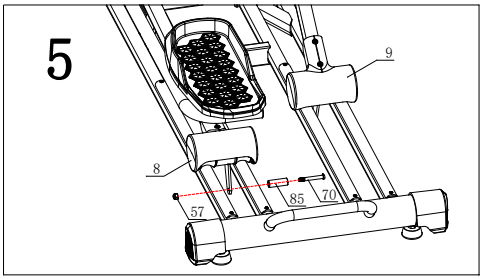
Krok 4 :

1. Nałóż trochę smaru na oś ramy głównej. Umieść komplet pedałów (lewych) (8) na torze, przymocuj je za pomocą 1 płaskiej podkładki (45), 1 śruby osi korby (30) oraz 1 śruby z pełnym gwintem (68) na osi.
2. Nanieś trochę smaru na śrubę imbusową C.K.S. (72). Połącz lewą nogę łączącą pedał (10) z lewym dolnym ramieniem wahacza (6), przykręć za pomocą 1 śruby imbusowej C.K.S. (72).
3. Przymocuj lewą dolną osłonę ramienia wahacza (27) oraz prawą dolną osłonę ramienia wahacza (28) na lewym wahaczu (6), przykręć za pomocą 2 samogwintujących śrub Philips C.K.S (62).
4. Złóż prawą stronę w taki sam sposób jak wyżej.



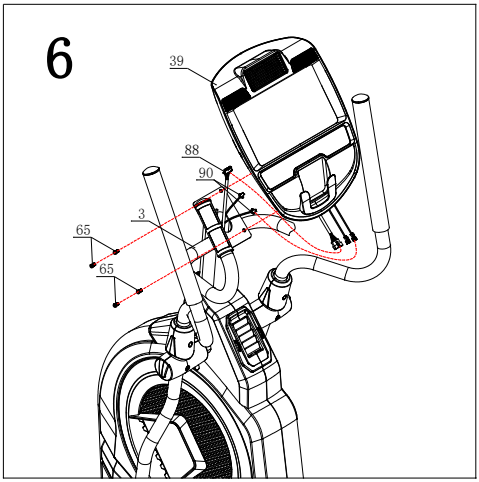
Krok 5 :

1. Zamocuj ogranicznik pozycji rolki(85) do kompletu pedałów (lewego) (8) za pomocą śruby z półgwintem (70) oraz nakrętki sześciokątną samozabezpieczającą (57)
2. Złóż prawą stronę w taki sam sposób jak wyżej
3. Nanieś trochę oleju na szyny przesuwne.



Krok 6 :

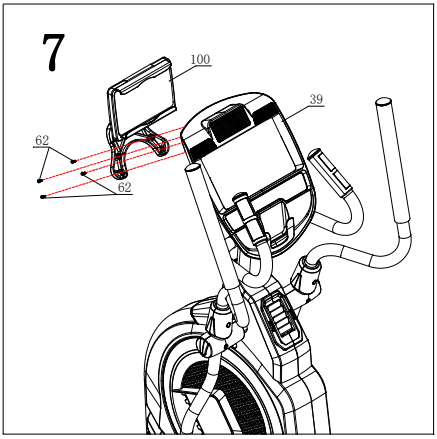
1. Podłącz przewód komunikacyjny (88) i przewód pulsometru (90) z przewodem komputera.
2. Zamocuj monitor (39) na ramie mocującej (3), przykręć za pomocą śrub z pełnym gwintem Philips C.K.S.(65).



Krok 7 :

1. Przymocuj uchwyt do iPada (100) do monitora (39) za pomocą 4 śrub samogwintujących Philips C.K.S. (62).

   Uwaga: Jeśli kupisz uchwyt do iPada, krok jest wymagany. W przeciwnym razie możesz go pominąć.



Instrukcja Obsługi Komputera

Konsola:

FUNKCJE PRZYCISKÓW

RECOVERY	-Aby sprawdzić status przywracania poziomu pulsu.
MODE	-W trybie STOP, naciśnij ten przycisk, aby wybrać funkcję lub potwierdzić wszystkie wartości ustawień.
PROGRAM	-Aby wybrać program treningowy.
BODY FAT	-Badanie zawartości tłuszczu w organizmie% (5,0% ~ 50%) i BMI (0 ~ 50)
+	-Aby ustawić poziom oporu w górę, należy wybrać program lub zwiększyć wartość.
-	-Aby ustawić poziom oporu w dół, należy wybrać program lub zmniejszyć wartość.
RESET	- W trybie STOP lub trybie ustawień naciśnij go, aby przejść do menu głównego. - Po naciśnięciu tego klawisza przez 2 sekundy monitor uruchomi się ponownie i rozpocznie pracę od ustawień początkowych tryb ustawień profilu
START/STOP	- Aby rozpocząć lub zakończyć trening. Gdy użytkownik przerwie trening naciskając przycisk START / STOP, komputer zapamięta wszystkie ustawienia.
FAN (opcjonalnie)	- Po włączeniu lub w trakcie treningu użytkownik może nacisnąć przycisk FAN, aby uruchomić funkcję wentylatora. Aby wyłączyć wentylator, należy ponownie nacisnąć przycisk.

FUNKCJE WYŚWIETLACZA

CZAS/TIME	-Count up – brak ustalonej wartości docelowej, czas będzie się liczył od 0:00. -Count down – z ustaloną wartością docelową, czas będzie się odliczał od ustalonej wartości do 0, następnie komputer się zatrzyma (STOP). Komputer wyda dźwięk 8 s z 4 sygnałami co sekundę -Zakres wyświetlania: 0:00~99:59; Zakres ustawień: 0:00~99:00
PRĘDKOŚĆ/SPEED	-W trybie STAR, jeśli jest reakcja, na ekranie wyświetli się prędkość treningu przez 3s; Jeśli przez 4.6s nie ma żadnej reakcji, wartość PRĘDKOŚĆ (SPEED) wynosi 0. -Zakres wyświetlania: 0.0 ~ maksimum 99.9 KM/H lub ML/H. - Wartości PRĘDKOŚĆ (SPEED) & OBROTY NA MINUTĘ (RPM) będą wyświetlać się po kolei co 6s.
OBROTY NA MINUTĘ/RPM	-W trybie START, jeśli jest reakcja, na ekranie wyświetli się ilość obrotów na minutę przez 3s; Jeśli przez 4.6s nie ma żadnej reakcji, wartość RPM wynosi 0. -Zakres wyświetlania: 0 ~ maksimum 999. -Wartości PRĘDKOŚĆ (SPEED) & OBROTY NA MINUTĘ (RPM) będą wyświetlać się po kolei co 6s.

KALORIE/CALORIES	-Count up – brak ustalonej wartości docelowej, kalorie będą się liczyć od 0.0. -Count down – z ustaloną wartością docelową, kalorie będą się odliczać od ustalonej wartości do 0, następnie komputer się zatrzyma (STOP).. Komputer wyda dźwięk 8s z 4 sygnałami co sekundę. -Zakres wyświetlania: 0~999CAL ; Zakres ustawień: 0~990CAL
DYSTANS/DISTANCE	-Count up – brak ustalonej wartości docelowej, dystans będzie się liczył od 0.0. -Count down – z ustaloną wartością docelową, dystans będą się odliczać od ustalonej wartości do to 0, następnie komputer się zatrzyma (STOP).. Komputer wyda dźwięk 8s z 4 sygnałami co sekundę.. -Zakres wyświetlania: 0.0~99.9km(ml); Zakres ustawień: 0.0~99.0km (ml)
PULS/PULSE	-Jeśli jest sygnał, wyświetli się poziom pulsu użytkownika przez 7.5s; jeśli nie ma sygnału pulsu, okno PULSE wyświetli 0 przez 6s. -po przekroczeniu ustalonej wartości, komputer wyda sygnał dźwiękowy. -Zakres wyświetlania: P-30~230; Zakres ustawień: 0-30~230
WATT	-Wyświetla poziom energii zużytej podczas treningu. Jeśli jest reakcja, pojawi się wartość WATT w ciągu 3s; przy braku reakcji, okno WATT wyświetli 0 w 4.6s. -Zakres wyświetlania: 0~999.
MANUALNA/MANUAL	-Trening w trybie manualnym.
PROGRAM	-Wybór obciążenia; Wybór spośród 12 programów (P1~P12).
UŻYTKOWNIK/USER	- Służy do stworzenia indywidualnego program użytkownika
H.R.C.	-Tryb Target HR (docelowego poziomu pulsu) -Do wyboru cztery tryby: 55%, 75%, 90%, TAG.
WATT CONSTANT	- WATT stały pomiar zużytej podczas ćwiczenia energii.

OPIS DZIAŁANIA:

1.Włączanie

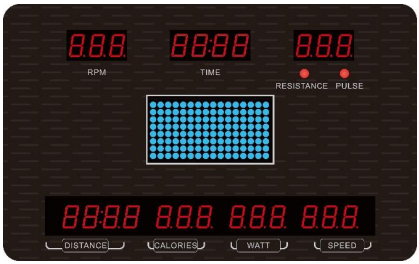
Po podłączeniu zasilania (wciśnij przycisk RESET przez 2s), pojawi się sygnał dźwiękowy trwający 1s, a dioda LED będzie się świecić przez 2s (**Rys. 1**), wyświetli się obrazek z wymiarami koła, KM (lub ML) na środku ekranu oraz “E” (lub “A”) na ekranie KALORIE (CALORIES) (**Rys. 2**). Wejdź w tryb ustawień użytkownika.

2. Ustawienia profilu użytkownika

2-1 Domyślna grupa użytkowników to U1(**Rys. 3**), wciśnij UP lub DOWN, aby wybrać U1~U4, wciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić wybór. Wciśnij przycisk “+” lub “-” aby wybrać PŁEĆ (SEX) (**Rys. 4**), WIEK (AGE) (**Rys. 5**), WZROST (HEIGHT) (**Rys. 6**), WAGĘ (WEIGHT) (**Rys. 7**) i potwierdź, wciskając MODE. Po dokonaniu wyboru, system przechodzi do głównego okna funkcji (**Rys. 8**).

2-2 PŁEĆ (SEX) - Kobieta/Mężczyzna; WIEK (AGE) - 1~99 (wartość domyślna jest ostatnią wartością wejściową); WZROST (HEIGHT) - 100~200CM

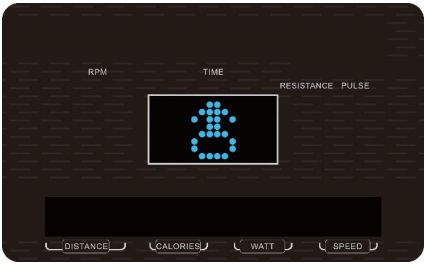
(wartość domyślna jest ostatnią wartością wejściową); WEIGHT- 20~150KG (wartość domyślna jest ostatnią wartością wejściową).



Rys.1

Rys. 2

Rys. 3

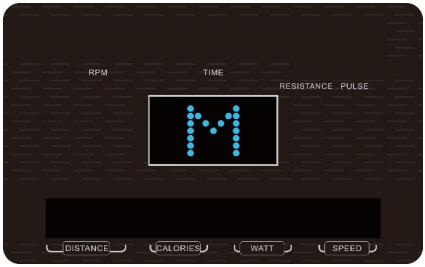


Rys. 4

Rys. 5

Rys. 6

Rys. 7



Rys. 8

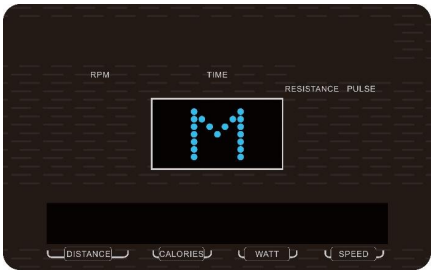
3. Wyłączanie/Power off

Jeśli nie ma informacji o ilości obrotów na minutę, monitor przejdzie w stan uśpienia (SLEEPING mode).

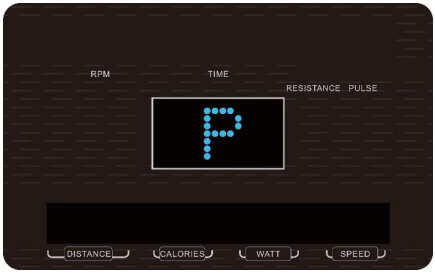
Bez przerywania zasilania, użytkownik może wcisnąć dowolny przycisk lub zacząć pedałować, aby go obudzić.

4. Wybór trybu treningu

Po ustawieniu danych użytkownika (USER DATA settings) następuje powrót do menu głównego, wciśnij "**P**"(PROGRAM) lub "+/-" aby wybrać: MANUAL -> PROGRAM ->USER -> H.R.C. ->WATT (**Rys. 9-13**), zaświeci się dioda LED na środku ekranu, wciśnij MODE, aby potwierdzić wybór.

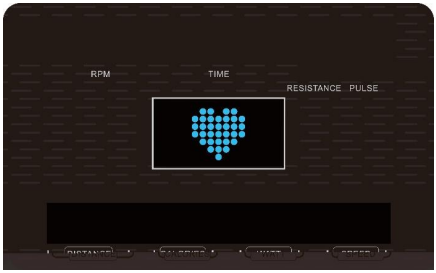


Rys. 9



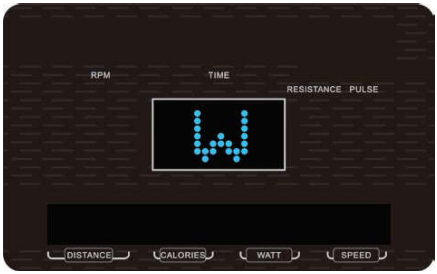
Rys. 10

Rys. 11



Rys. 12

W menu głównym użytkownik może również wcisnąć START/STOP, aby wejść bezpośrednio do Ręcznego trybu treningu (Manual workout mode).



Rys. 13

4-1 Tryb ręczny

W menu głównym wciśnij przycisk “**P**”(PROGRAM) lub wciśnij “+”/”-”, aby wybrać MANUAL, wciśnij MODE, aby przejść do trybu MANUAL.

Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy dostosować następujące wartości:

CZAS (TIME): miga (**Rys. 14**). Wciśnij przycisk“+” lub “-” aby ustawić czas treningu docelowego od 00:00 do 99:00. Wciśnij MODE, aby potwierdzić ustawienia.

DYSTANS (DISTANCE): miga (**Rys. 15**). Wciśnij przycisk “+” lub “-” aby ustawić dystans docelowy w zakresie 0.0~99.0. Wciśnij MODE, aby potwierdzić ustawienia.

KALORIE (CALORIES): miga (**Rys. 16**). Wciśnij przycisk “+” lub “-” aby ustawić docelowe kalorie w zakresie 0~990, wzrost/spadek wynosi 10. Wciśnij MODE, aby potwierdzić ustawienia.

PULS (PULSE): miga (**Rys. 17**). Wciśnij przycisk “+” lub “-” aby ustawić docelowy puls w zakresie 0-30~230. Wciśnij MODE, aby potwierdzić ustawienia. Monitor wykrywa poziom pulsu użytkownika, podczas ćwiczeń należy przytrzymać czujnik lub założyć pas telemetryczny.

Podczas dokonywania ustawień, CZAS(TIME)/ DYSTANS (DISTANCE)/ KALORIE (CALORIES), lampka zaświeci się, a wartość będzie migać z częstotliwością 1Hz i trzeba będzie ją ustawić. Wciśnij “+” lub “-”, aby ustawić wartość. Przytrzymaj przycisk “+” lub “-”, wartość zwiększy się/zmniejszy się. Podczas rozpoczęcia ćwiczeń, PULSE LED świeci się i pokazuje wartość pulsu; Kiedy nie ma sygnału pulsu, w oknie PULSE wyświetli się “P”.

Wciśnij przycisk START/STOP, aby rozpocząć trening.

Będąc w trybie treningu, użytkownik może również dostosować poziom oporu poprzez wciśnięcie przycisku “+” lub “-”. Podczas regulacji poziomu oporu, w oknie pokaże się wartość LEVEL przez 2 s, a następnie wartość PULS (PULSE).

Niebieska kolumna zaczyna migać co jeden i przełącza się na następną w ustawionym czasie z podziałem na 16. Po odliczeniu do 0 ustawionej wartości monitor wyłączy się automatycznie.

Użytkownik może również wcisnąć przycisk START/STOP, aby przerwać trening. Wciśnij RESET, aby powrócić do głównego menu.

Rys. 14

Rys. 15

Rys. 16

Rys. 17

4-2 Tryb Programu (Program mode)

Wciśnij przycisk RESET, aby przejść do głównego menu. Wciśnij przycisk “+” lub “-” i naciśnij MODE, aby wejść do trybu PROGRAMU (PROGRAM). W trybie Program jest 12 programów do wyboru (P1~P12) (**Rys. 18~29**). Wciśnij przycisk “+” lub “-”, aby wybrać program i wciśnij MODE, aby potwierdzić ustawienia. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy ustawić następującą wartość:

CZAS (TIME): miga (**Rys. 30**). Wciśnij przycisk “+” lub “-” aby ustawić czas treningu docelowego od 00:00 do 99:00 (**Rys. 31**).

DYSTANS (DISTANCE): miga. Wciśnij przycisk “+” lub “-” aby ustawić dystans docelowy w zakresie 0.0~99.0. Wciśnij MODE, aby potwierdzić ustawienia.

KALORIE (CALORIES): miga. Wciśnij przycisk “+” lub “-” aby ustawić docelowe kalorie w zakresie 0~990, przyrost/spadek wynosi 10. Wciśnij MODE, aby potwierdzić ustawienia.

PULS (PULSE) : miga. Wciśnij przycisk “+” lub “-” aby ustawić puls w zakresie from 0-30~230. Wciśnij MODE aby potwierdzić ustawienia.

Wciśnij przycisk START/STOP, aby rozpocząć trening.

Będąc w trybie treningu, użytkownik może również dostosować poziom oporu poprzez wciśnięcie przycisku “+” lub “-”. Podczas regulacji poziomu oporu, w oknie pokaże się wartość LEVEL przez 2 s, a następnie wartość PULSE.

Po odliczeniu do 0 zadanej wartości monitor wyłączy się automatycznie.

Użytkownik może również wcisnąć przycisk START/STOP, aby przerwać trening. Wciśnij RESET, aby powrócić do głównego menu.

Rys. 18

Rys. 19

Rys. 20

Rys. 21

Rys. 22

Rys. 23

Rys. 24

Rys. 25

Rys. 26

Rys. 27

Rys. 28

Rys. 29

Rys. 30

Rys. 31

4-3 Tryb Użytkownik (User (program)

Wciśnij przycisk RESET, aby powrócić do głównego menu. Wciśnij przyciski “+” lub “-” i wciśnij MODE, aby przejść do programu UŻYTKOWNIKA (USER program). Użytkownik może ustawić własny profil w tym trybie. Niebieska kropka profili zacznie migać, wciśnij przycisk “+” lub “-”, aby

dostosować poziom oporu każdej kolumny (**Rys. 32**), wciśnij MODE, aby potwierdzić. Kompletny profil posiada 16 kolumn ustawień. (Domyślna wartość = 1). Aby zakończyć lub przerwać ustawienia, przytrzymaj przycisk MODE przez 2s.

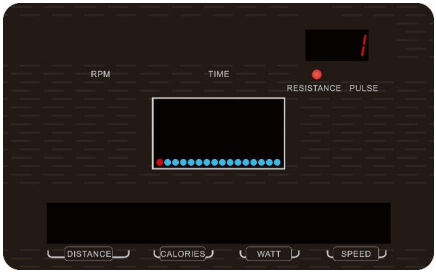
Następnie dostosuj następującą wartość:

CZAS (TIME): miga (**Rys. 33**). Możesz wcisnąć przycisk UP lub DOWN, aby ustawić docelowy czas treningu od 00:00 do 99:00.

Wciśnij przycisk START/STOP, aby rozpocząć trening.

Podczas trybu treningu użytkownik może również dostosować poziom oporu poprzez naciśnięcie “+” lub“-”.

Po odliczeniu do 0 zadanej wartości, monitor wyłączy się automatycznie. Wciśnij przycisk START/STOP, aby ponownie rozpocząć trening. Inne wstępnie ustawione wartości będą odliczać się od poprzednich danych. Będąc w trybie STOP, użytkownik może wcisnąć RESET, aby powrócić do głównego menu.



Rys. 32

Rys. 33

4-4 Tryb H.R.C.

Naciśnij klawisz RESET, aby przejść do głównego menu. Wciśnij przycisk “+” or “-” i wciśnij MODE, aby przejść do trybu H.R.C. W trybie H.R.C. wciśnij przycisk “+” lub “-”, aby wybrać: 55%, 75%, 90% lub TAG. LED będzie migać. Użytkownik może wybrać inny docelowy puls, wartość docelowa, obliczana na podstawie wprowadzonego wieku użytkownika (AGE), zostanie wyświetlona w okienku PULS (PULSE) (**Rys. 34~37**). Wciśnij MODE, aby potwierdzić wybór. Jeśli użytkownik wybierze H.R.C TAG, na monitorze wyświetli się wartość domyślna 100, wciśnij“+” lub “-” aby dostosować docelowy puls w zakresie 30~230. Wciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić wybór.

Następnie ustaw następującą wartość:

CZAS (TIME): miga. Wciśnij przycisk“+” lub “-”, aby ustawić docelowy czas treningu od:

00:00 do 99:00.(**Rys. 38**).

Wciśnij przycisk START/STOP, aby rozpocząć trening.

Podczas treningu poziom oporu dostosuje się automatycznie zgodnie z aktualnym poziomem pulsu.

Jeśli **sygnał pulsu nie** zostanie wykryty**,** dioda LED zaświeci się, tak jak zostało to pokazane na **Rys. 39**.

Wciśnij STOP, aby przerwać trening, wciśnij przycisk RESET, aby powrócić do głównego menu.

※H.R.C 55% - program Dieta (Diet); H.R.C 75% - program Zdrowie (Health); H.R.C 90% - program Sport (Sport).

Rys. 34

Rys. 35

Rys. 36

Rys. 37

Rys. 38

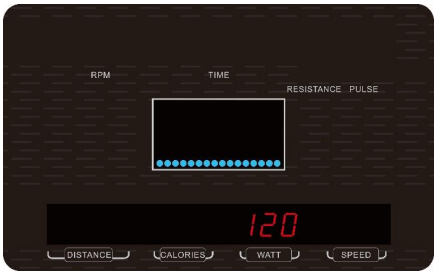
Rys. 39

4-5 Tryb WATT

Z dowolnego trybu wciśnij przycisk START/STOP, a następnie wciśnij RESET, aby przejść do menu głównego. Wciśnij przycisk “+” lub “-” oraz wciśnij MODE, aby przejść do trybu stałego pomiaru zużytej podczas treningu energii (WATT). Po wejściu do trybu WATT, wartość domyślna 120 miga (**Rys. 40**). Użytkownik może dostosować wartość WATT poprzez wciśnięcie przycisku “+” lub “-” w zakresie 10~350 ze wzrostem 5W i wcisnąć MODE, żeby potwierdzić wybór. Następnie należy ustawić następującą wartość:

CZAS (TIME): miga. Wciśnij przycisk “+” lub “-”, aby ustawić docelowy czas treningu od 00:00 do 99:00. (**Rys. 41**). Wciśnij przycisk START/STOP, aby rozpocząć trening.

System dostosuje automatycznie poziom WATT zgodnie z domyślnie ustawionymi danymi, bieżącą liczbę obrotów na minutę (RPM) oraz prędkość treningu. Jeśli prędkość treningu jest duża, poziom oporu się zmniejszy, jeśli nie – zwiększy się. Po zakończeniu treningu użytkownik może wcisnąć przycisk RESET, aby powrócić do głównego menu.



Rys. 40

Rys. 41

5.Tryb RECOVERY

Przy braku wartości pulsu na monitorze, nie można nacisnąć przycisku RECOVERY.

Kiedy wartość pulsu pojawi się na ekranie, wciśnij przycisk RECOVERY, aby rozpocząć pomiar. Trzymaj obie ręce na uchwytach (lub załóż pas telemetryczny). Wszystkie wyświetlane funkcje zatrzymają się za wyjątkiem „CZAS" ("TIME"), który zacznie odliczanie od 00:60 przez sekundę (**Rys. 42**), lampka PULSE świeci się na pozycji ON.

Opór zostanie zredukowany do poziomu 1.

Podczas gdy CZAS (TIME) odlicza do zera 00:00, na ekranie pojawi się Twój wynik.

"FX" (X=1,...6). (**Rys. 43**). F1 oznacza najlepszy wynik, F6 - najgorszy.

Wciśnij przycisk RECOVERY ponownie, aby przejść do poprzedniego statusu treningu.

Jeśli użytkownik wciśnie RECOVERY zanim CZAS (TIME) odliczy do 00:00, tryb RECOVERY zostanie wyłączony i monitor powróci do menu głównego.

Rys. 42

Rys. 43

6.Tryb BODY FAT

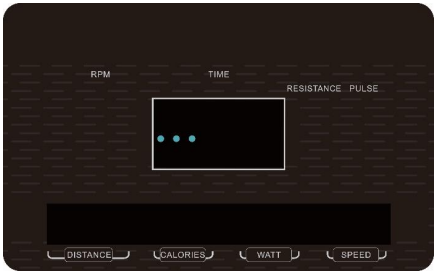
W trybie STOP wciśnij przycisk BODY FAT, aby rozpocząć pomiar tkanki tłuszczowej. Komputer rozpocznie pomiar. Podczas pomiaru należy trzymać obie ręce na uchwytach. Na ekranie będzie wyświetlać się obraz jak na rysunkach **Rys. 44~46**. Będzie on widoczny do zakończenia pomiaru. Po zakończeniu pomiaru na ekranie pojawi się procentowa zawartość tłuszczu (BODY FAT), BMI (Body Mass Index) oraz symbol FAT (**Rys. 47~48**).

Wciśnij przycisk BODY FAT ponownie, aby powrócić do poprzedniego statusu treningu.

※Kod błędu, który może pojawić się podczas pomiarów:

E-1--- użytkownik nie trzyma rąk na uchwytach w odpowiedni sposób (**Rys. 49**)

E-4--- % tkanki tłuszczowej (Body Fat) znajduje się poza zakresem ustawień (5.0%~ 50%).(**Rys. 50**)

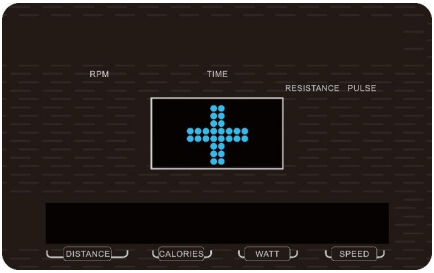


Rys. 44

Rys. 45

Rys. 46

Rys. 47



Rys. 48

Rys. 49

Rys. 50

UWAGA:

1. Jeśli użytkownik naciśnie przycisk RESET przez dwie sekundy w celu TOTAL RESET, monitor przejdzie w tryb START i rozlegnie się alarm dźwiękowy, wszystkie diody LED zaświecą się na 2 sekundy, a następnie wejdą w tryb ustawień. Poziom obciążenia wynosi 1

2. Ten komputer zawiera powiadomienie o alarmie:

1 Krótki sygnał - prawidłowy przycisk;

2 krótkie dźwięki - nieprawidłowy przycisk lub puls przekracza wartość docelową;

3 krótkie dźwięki na sekundę - WATT przekracza specyfikację;

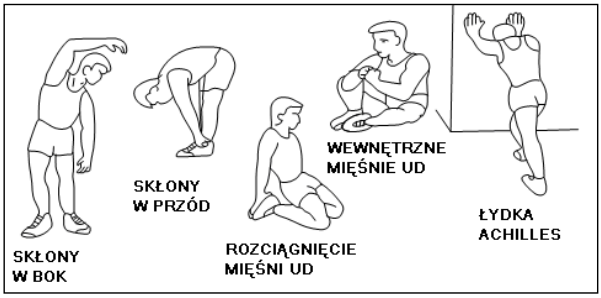
4 Krótkie dźwięki - wartość funkcji odlicza do 0;

6 Krótkie dźwięki - system kontroli siły HRC i WATT zatrzymuje się.

INSTRUKCJA TRENINGU

1. Rozgrzewka

Przed rozpoczęciem treningu sugerujemy wykonać ćwiczenia rozgrzewające przedstawione poniżej na rysunku. Każde ćwiczenie powinno być wykonywane, co najmniej przez 30 sekund. Rozgrzewka zmniejsza ryzyko kontuzji i skurczu mięśni i powoduję lepszą pracę mięśni.



Dział obsługi klienta: ABISAL Sp. z o.o.
ul. Św. Elżbiety 6
41–905 Bytom
serwis@abisal.pl
www.abisal.pl
www.hms-fitness.pl

Oznakowanie sprzętu symbolem przekreślonego kontenera na odpady informuje o zakazie umieszczania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami. Zgodnie z Dyrektywą WEE o sposobie gospodarowania zużytymi odpadami elektrycznymi i elektronicznymi, dla tego typu sprzętu należy stosować oddzielne sposoby utylizacji.

Użytkownik, który zamierza pozbyć się tego produktu, zobowiązany jest do oddania go do punktu zbierania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego, dzięki czemu przyczynia się do ponownego użycia, recyklingu, bądź odzysku, a tym samym do ochrony środowiska naturalnego. W tym celu należy skontaktować się z punktem w którym urządzenie zostało nabyte, lub z przedstawicielami władz lokalnych. Składniki niebezpieczne zawarte w sprzęcie elektronicznym mogą powodować długo utrzymujące się niekorzystne zmiany w środowisku naturalnym, jak również działać szkodliwie na zdrowie ludzi.

EN

IMPORTANT SAFETY INFORMATION

This product has been designed for home use only and built for optimum safety. Please note the following safety precautions:

1. Before starting any exercise program you should consult your doctor to determine if you have any physical or health conditions that could create a risk to your health and safety, or prevent you from using the equipment properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol level. This is especially important for persons over the age of 35, pregnant women, or those with pre-existing health problems or balance impairments.
2. Before using this equipment to exercise, always do stretching exercises to properly warm up.
3. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, feeling light headed, dizzy or nauseous. If you do experience any of these conditions you should consult your doctor before continuing with exercise program. Injuries to health may result from incorrect or excessive training.
4. During exercises and after keep children and pets away from the equipment.
5. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. Move all sharp objects.
6. Free area shall be not less than 0,6 m greater than the training area in the directions from which the equipment is accessed. Free area must also include the area for emergency dismount. Where equipment is positioned adjacent to each other the value of the free area may be shared.
7. Before each use, visually inspect the unit including hardware and resistance bends.
8. Before using the equipment, check if the nuts, bolts and other bends are securely tightened.
9. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components whilst assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noise coming from the equipment while using, stop. Do not use the equipment until the problem has been rectified.
10. Do not insert any object into any openings.
11. Be aware of all regulation and constructions parts which may disturb during exercises.
12. The safety level of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
13. Wear suitable clothing whilst using the equipment. Avoid wearing loose clothing which may get caught in the equipment or that may restrict or prevent movement.
14. **The equipment has been tested and certified according to EN ISO 20957-1 under class SB. It is not suitable for therapeutic use.**
15. Care must be taken when lifting or moving the equipment so as not to injure your back. Always use proper lifting techniques and/or use assistance.
16. The equipment is designed for adult use only. Keep unsupervised children away from the equipment.
17. Assemble this unit as described in this manual. Use only parts from the set. Check all parts with the part list.

WARNING: READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USING ANY FITNESS EQUIPMENT. WE ASSUME NO RESPONSIBILITY FOR PERSONAL INJURY OR PROPERTY DAMAGE CAUSED BY OR THROUGH THE USE OF THIS PRODUCT

SPECIFICATIONS

Weight – 101,8 kg

Flywheel – 8 kg

Dimensions – 162 x 65 x 180 cm

Maximum weight of user – 150 kg

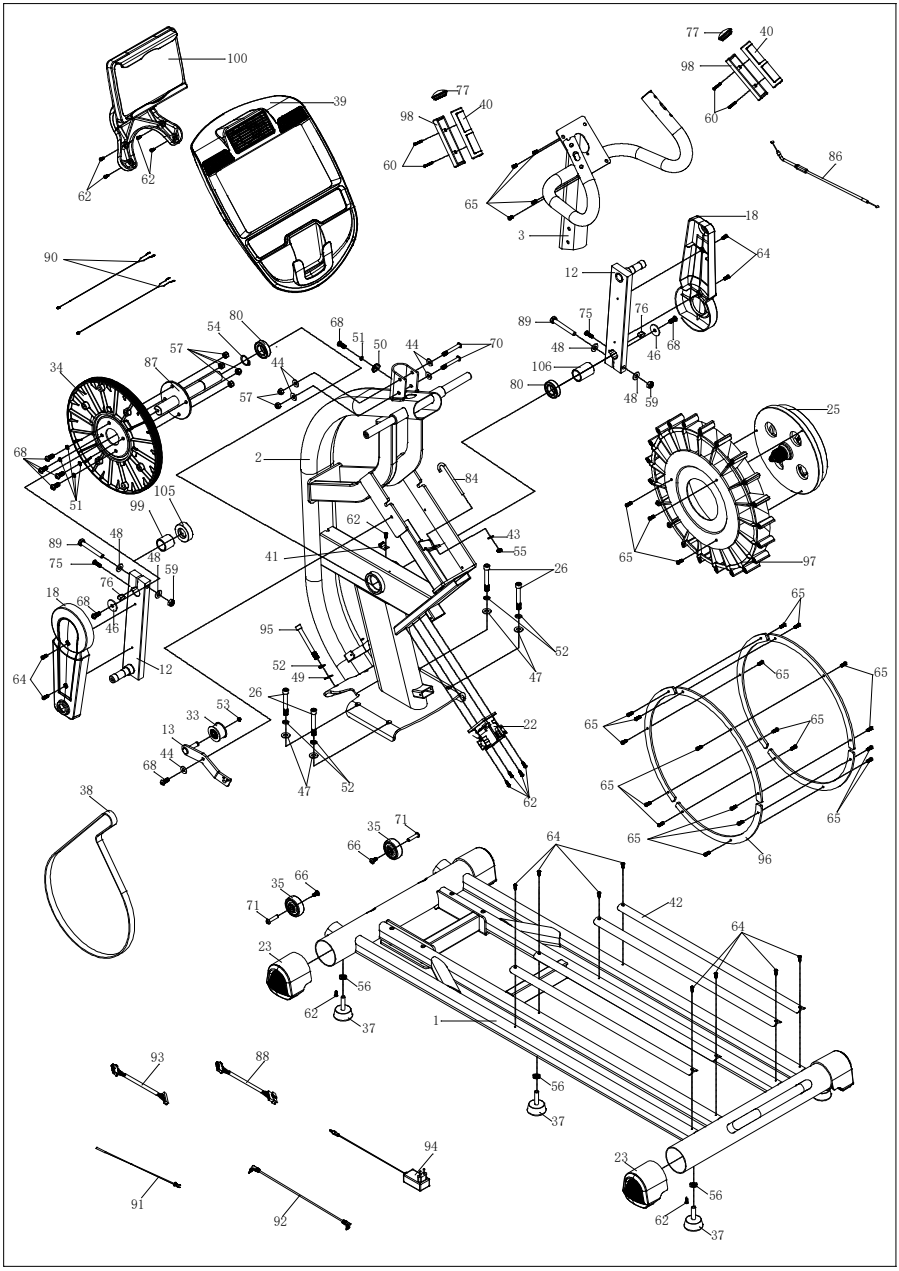
MAINTENANCE

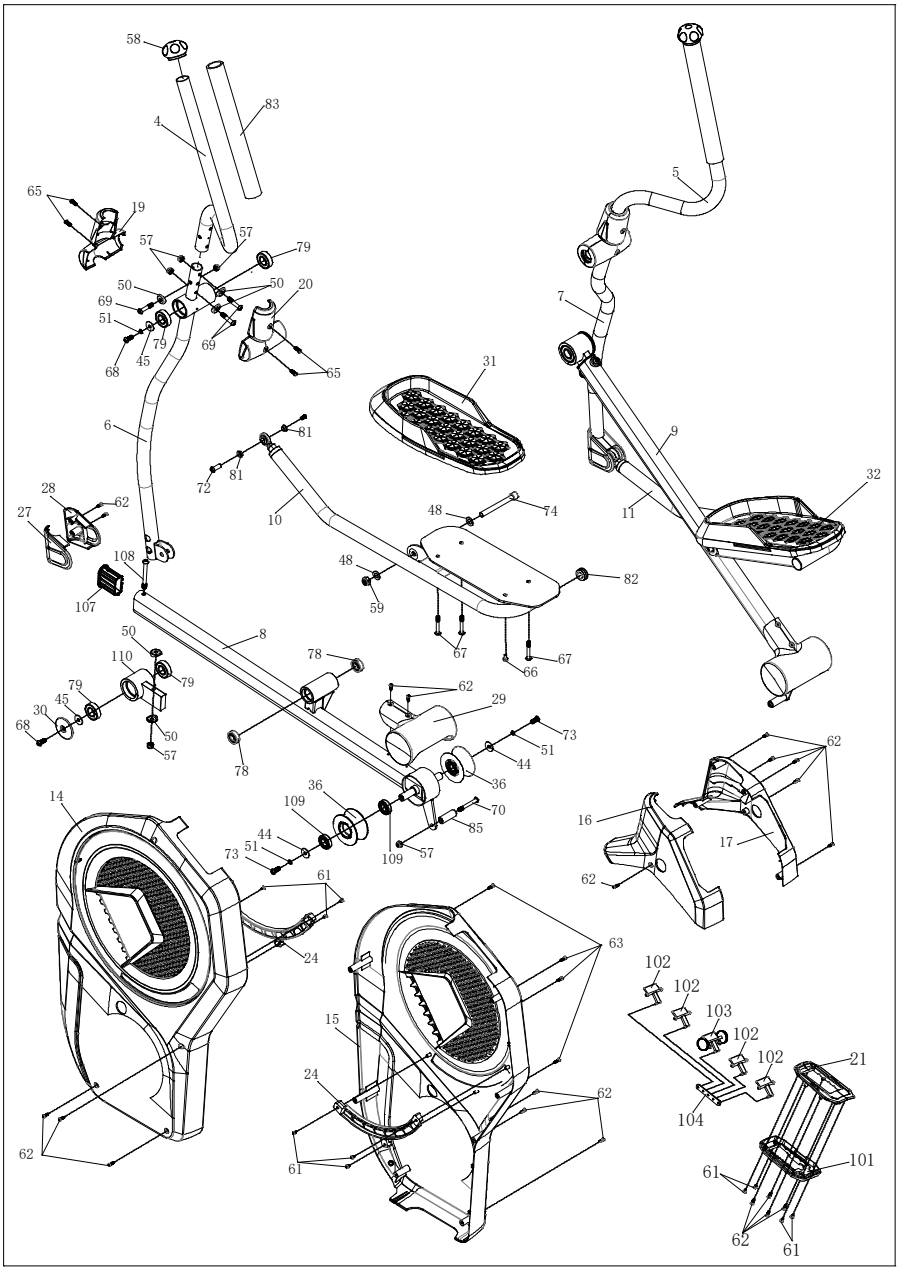
Your unit has been carefully designed to require minimum maintenance. To ensure this, we recommend that you do the following: keep your unit clean by wiping sweat, dust or other residue off with a soft, clean cloth after each use. Always make sure that the bands are secure and show no signs of wear. Regularly check the tightness of nuts and bolts.

BREAKING

Stop to pedal when you want stop the item. Elliptical bike H5815 does not acquire breaking system or emergency break

EXPLODED VIEW DRAWING:




58
83
4
5
65
19
57
57
79
50
50
20
69
51
79
69
45
68
65
7
31
6
81
81
72
9
32
28
62
27
10
48
74
11
108
48
82
107
59
8
67
67
66
50
110
78
79
62
79
45
29
30
68
50
73
57
51
44
78
36
62
14
36
109
70
16
85
44
17
51
73
109
57
61
62
24
63
102
102
103
15
102
102
21
24
62
104
62
61
101
61
62
61

EXPLODED PART LIST:

No.	Description	Specification	Qty	No.	Description	Specification	Qty
1	Basic frame		1	34	Belt pulley		1
2	Main frame		1	35	Wheel		2
3	Console fix frame		1	36	Pulley		4
4	Upper swing arm-left		1	37	Feet pad		5
5	Upper swing arm-right		1	38	Motor belt		1
6	Bottom swing arm-left		1	39	Console		1
7	Bottom swing arm-right		1	40	Hand pulse top cover		2
8	Pedal group-left		1	41	Magnet sensor fixer		1
9	Pedal group-right		1	42	Sliding rail aluminum sheet	670×29.5×11.2	4
10	Pedal connection leg-left		1	43	Flat washer	Φ6×Φ20×t2.0	1
11	Pedal connection leg-right		1	44	Flat washer	Φ8.5×Φ20×t1.5	9
12	Crank		2	45	Flat washer	Φ8.2×Φ25×t2.0	4
13	Tensioning wheel fixer		1	46	Flat washer	Φ32×Φ8.5×t2.0	2
14	Out cover-left		1	47	Flat washer	Φ10×Φ22×2.0	4
15	Out cover-right		1	48	Flat washer	Φ12.5×Φ22×t2.0	8
16	Top cover-left		1	49	Curved washer	Φ10.5×R100×t2.0	2
17	Top cover-right		1	50	Curved washer	Φ8.5×R25×t2.0	11
18	Crank cover		2	51	Spring washer	Φ8	11
19	Handlebar cover 1		2	52	Spring washer	Φ10	6
20	Handlebar cover 2		2	53	Spring washer	Φ10	1
21	Air outlet cover		1	54	Spring washer	Φ25	1
22	Magnet control motor		1	55	Hex Frank head screw	M6	1
23	Stabilizer end cap		4	56	Allen nut	M10	5
24	Out cover decoration strip		2	57	Hex self-locking nut	M8	16
25	Inside magnet flywheel		1	58	Pipe plug	Φ32×t2.0	2
26	Allen cylinder head half thread bolt	M10×70×20	4	59	Hex self-locking nut	M12	4
27	Bottom wing arm cover-left		2	60	Philips pan head self-tapping screw	ST3×30	4
28	Bottom wing arm cover-right		2	61	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×10	10
29	Wheel cover		2	62	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×16	35

30	Crank axle screw cover		2	63	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×20	4
31	Pedal-left		1	64	Philips C.K.S. full thread bolt	M5×10	8
32	Pedal-right		1	65	Philips C.K.S. full thread bolt	M5×15	33
33	Tensioning wheel		1	66	Allen pan head full thread bolt	M6×12	4

No.	Description	Specification	Qty	No.	Description	Specification	Qty
67	Allen Pan head half thread bolt	M6×50×20	6	93	Power communication wire	L-400mm	1
68	Allen Pan head full thread bolt	M8×20	12	94	Power adapter		1
69	Allen Pan head half thread bolt	M8×40×20	6	95	Allen cylinder head half thread bolt	M10×90×20	2
70	Allen Pan head half thread bolt	M8×60×20	4	96	Fly wheel weight stack		6
71	Allen C.K.S. hollow bolt	Φ8×33×M6×15	2	97	Fly wheel	Φ450×62	1
72	Allen C.K.S. hollow screw	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2	98	Hand pulse bottom cover		2
73	Allen column head full thread bolt	M8×15	4	99	Crank cover 1	Φ30.5×29.1	1
74	Pedal axis	Φ17×105×M12×15	2	100	I-Pad holder		1
75	Allen full thread bolt	M6×20	2	101	Air outlet bottom cover		1
76	Flat key	8×10×18	2	102	Hinge		4
77	Round end cap	BLF82/Φ39×Φ30×27.5	2	103	Sliding wheel hinge		1
78	Deep groove ball bearing	6201-ZZ	4	104	Hinge fix plate		1
79	Deep groove ball bearing	6004-ZZ	8	105	Crank cover 3	Φ45×14.3	1
80	Deep groove ball bearing	6005-ZZ	2	106	Crank cover 2	Φ30.5×43.5	1
81	Bushing	E12 /Φ16×Φ12×6.3	4	107	Pedal supporter bushing		2

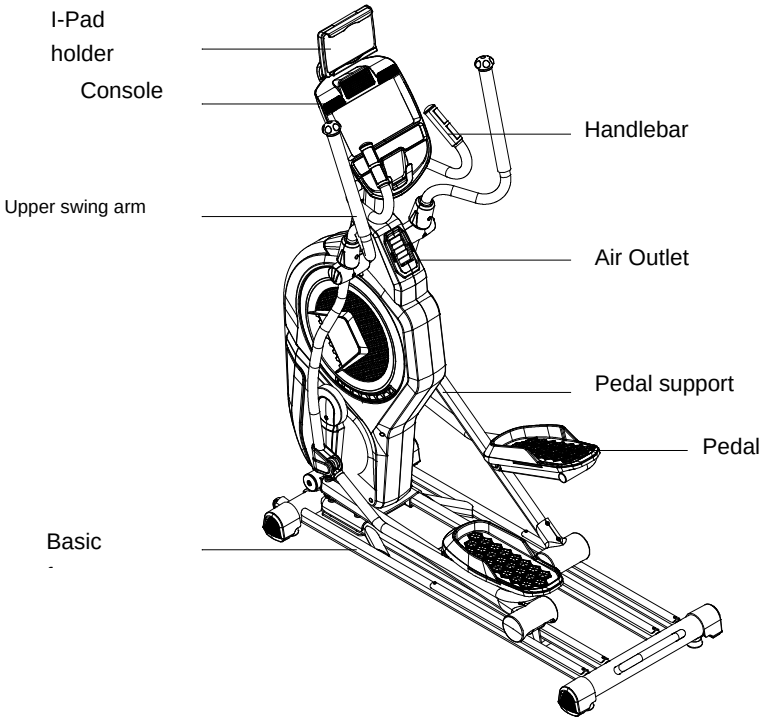
82	Tube cap	Φ32×t1.5	2	108	Allen C.K.S. screw	M8×75	2
83	Foam	Φ30×t3.0×350	2	109	Deep groove ball bearing	R10-ZZ	8
84	Hook	103×Φ26×M6×50	1	110	Pedal supporter bushing set		2
85	Roll wheel position stopper	Φ17×Φ8.5×47	2				
86	Brake wire	L-450×Φ5×Φ1.2×M5	1				
87	Crank axle group	Φ25×220	1				
88	Communication Wire	L-1300mm	1				
89	Allen half thread bolt	M12×75×20	2				
90	Hand pulse communication wire	L-650mm	2				
91	Magnet sensor	L-300mm	1				
92	MP3communication wire	L-400mm	1				

Assemble part list

No.	Description	Specification	Qty	No.	Description	Specification	Qty
1	Basic frame		1	44	Flat washer	Φ8.5×Φ20×t1.5	9
2	Main frame		1	45	Flat washer	Φ8.2×Φ25×t2.0	4
3	Console fix frame		1	47	Flat washer	Φ10×Φ22×2.0	4
4	Upper swing arm-left		1	49	Curved washer	Φ10.5×R100×t2.0	2
5	Upper swing arm-right		1	50	Curved washer	Φ8.5×R25×t2.0	7
6	Bottom swing arm-left		1	51	Spring washer	Φ8	3
7	Bottom swing arm-right		1	52	Spring washer	Φ10	6
8	Pedal group-left		1	57	Hex self-locking nut	M8	10
9	Pedal group-right		1	62	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×16	10
10	Pedal connection leg-left		1	65	Philips C.K.S. full thread bolt	M5×15	12

11	Pedal connection leg-right		1	68	Allen Pan head full thread bolt	M8×20	5
16	Top cover-left		1	69	Allen Pan head half thread bolt	M8×40×20	6
17	Top cover-right		1	70	Allen Pan head half thread bolt	M8×60×20	4
19	Handlebar cover 1		2	72	Allen C.K.S. hollow screw	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2
20	Handlebar cover 2		2	85	Roll wheel position stopper		2
21	Air outlet cover		1	88	Communication Wire	L-1300mm	1
26	Allen cylinder head half thread bolt	M10×70×20	4	90	Hand pulse communication wire	L-650mm	2
27	Bottom wing arm cover-left		2	95	Allen cylinder head half thread bolt	M10×90×20	2
28	Bottom wing arm cover-right		2	100	I-Pad holder		1
30	Crank axle screw cover		2	62	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×16(optional)	4
39	Console		1				

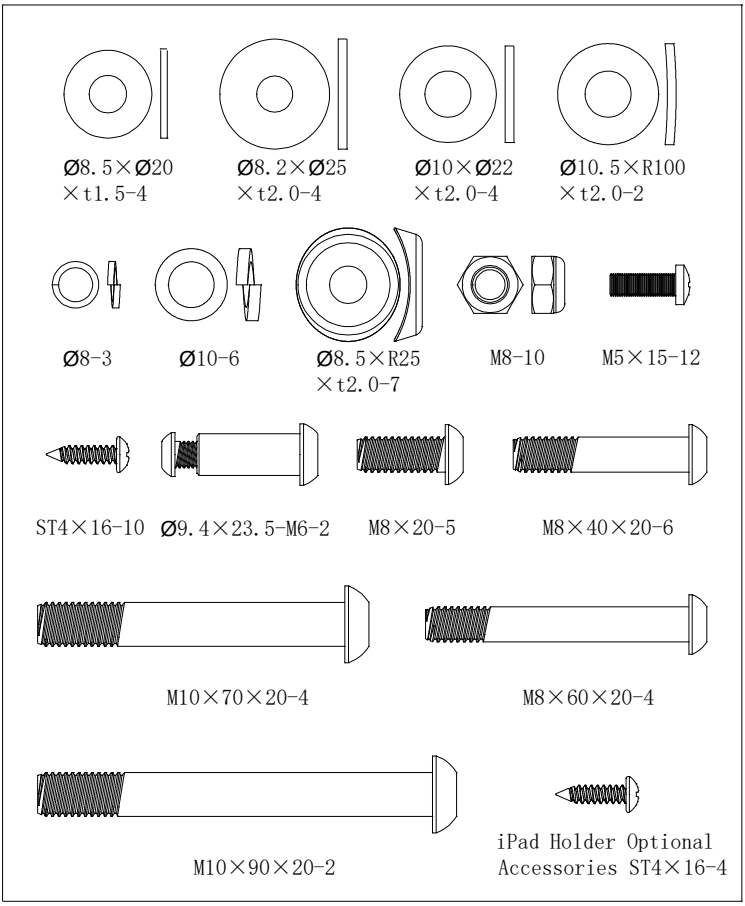
Production Instruction



Technical Specification：

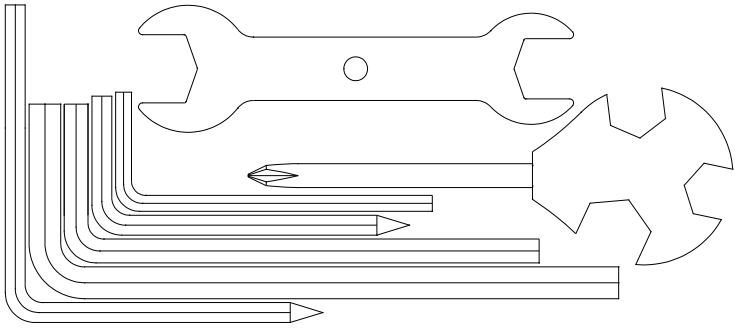
Dimension:	Unfold：1620×650×1850mm
Speed Ratio:	12
Flywheel:	Inside magnet，two-way， Φ450/8kg
Resistance Level:	1-24
Stride length:	520×240

WE RESERVE THE RIGHT TO AMEND THE PRODUCT WITHOUT PRIOR NOTICE.



HARDWARE PACK LIST

No.	Description	Specification	Qty	No.	Description	Specification	Qty
26	Allen cylinder head half thread bolt	M10×70×20	4	62	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×16	10
44	Flat washer	Φ8.5×Φ20×t1.5	4	65	Philips C.K.S. full thread bolt	M5×15	12
45	Flat washer	Φ8.2×Φ25×t2.0	4	68	Allen Pan head full thread bolt	M8×20	5
47	Flat washer	Φ10×Φ22×2.0	4	69	Allen Pan head half thread bolt	M8×40×20	6
49	Curved washer	Φ10.5×R100×t2.0	2	70	Allen Pan head half thread bolt	M8×60×20	4
50	Curved washer	Φ8.5×R25×t2.0	7	72	Allen C.K.S. hollow screw	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2
51	Spring washer	Φ8	3	95	Allen cylinder head half thread bolt	M10×90×20	2
52	Spring washer	Φ10	6	62	Philips C.K.S. self-tapping screw	ST4×16(optional)	4
57	Hex self-locking nut	M8	10				



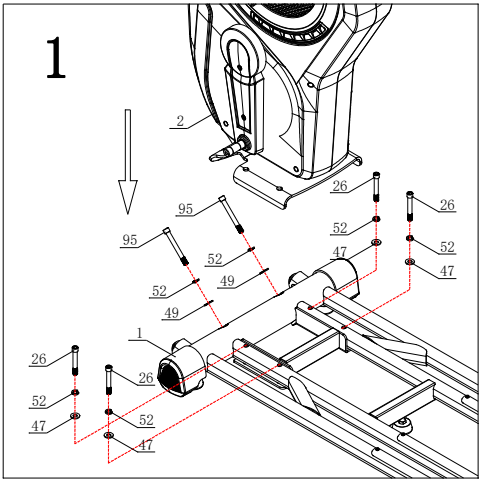
Tooling list :

Description	Specification	Qty
L Wrench	4×30×80	1
L Wrench	5×80×80S	1
L Wrench	5×35×85S	1
L Wrench	6×40×120	1
Phillips Open Wrench	14×17×75	1
Open end Wrench	15#&17#	1

Assembly instruction

Step 1 :

4. Place the main frame (2) on the basic frame (1), secure with 2 pcs allen cylinder head half thread screw (95), 2pcs spring washer (52), 2 pcs curved washer (49) and 4 pcs allen cylinder head half thread screw(26), 4 pcs spring washer (52), 4 pcs flat washer (47).

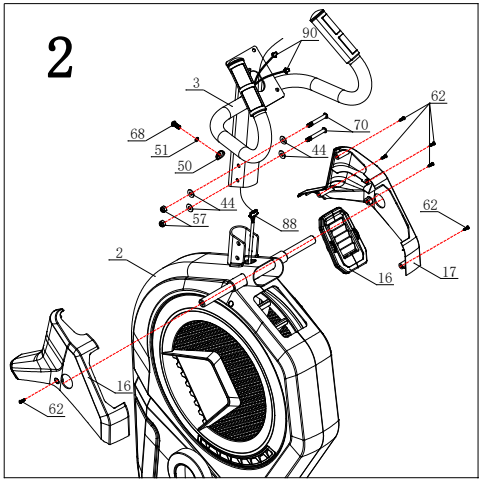


Step 2:

1. Pull out the communication line (88) from hole of console fix group (3).

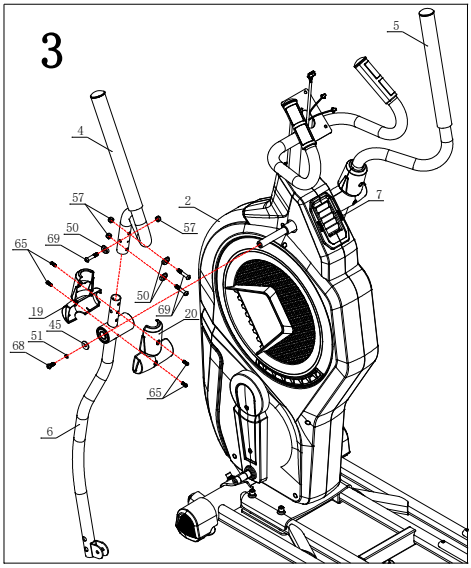
2. Assemble console fix group (3) on the main frame (2), secure with 1pc curved washer (50), 1pc spring washer (51), 1pc allen pan head full thread bolt (68), and 4pcs flat washer (44), 2pcs hex self-locking nut (57), 2pcs allen pan head half thread bolt (70).

3. Attach left top cover (16), right top cover (17) and air outlet cover (21), secure with 6pcs philips C.K.S. self-tapping screw (62).



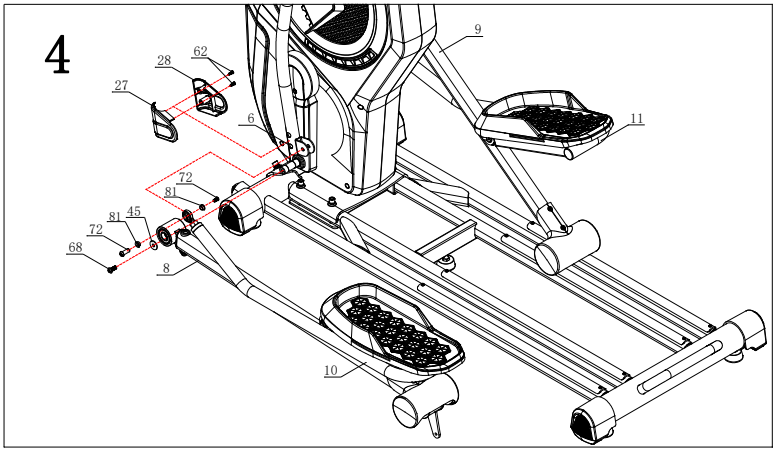
Step 3:

13. Add some of oil to the axle of the main frame. Assemble the bottom swing arm (6) on the main body, secure with 1pc allen pan head full thread bolt (68), 1 pc spring washer (51) and 1pc flat washer (45).
14. Assemble the top swing arm L (4) on the bottom swing arm L (6), secure with 3pcs allen pan head full thread bolt (69), 3pcs curved washer (50) and 3pcs hex self-locking nut (57).
15. Secure the handlebar cover 1 (19) and handlebar cover (20) at the top/bottom wing arm connection by 4pcs Philips C.K.S. full thread bolt (65)
16. Assemble the right side same as above steps.



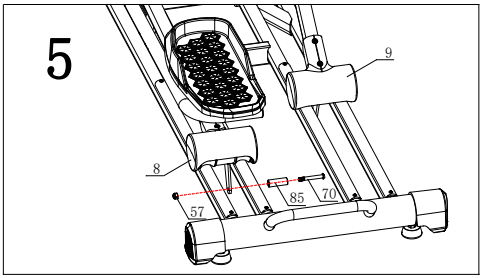
Step 4:

1. Add some oil to the axle of the main frame. Place the pedal group left (8) on the track, secure the pedal group left (8) by 1pc flat washer (45), 1pc crank axle screw cover(30) and 1pc allen pan head full thread bolt (68) on the axle.
2. Apply some of the grease to the axle of the Allen C.K.S. hollow screw (72). Connect left pedal connection leg (10) with bottom wing arm (6), secure with 1pc allen C.K.S. hollow screw (72).
3. Attached left bottom swing arm cover(27) and right bottom swing arm cover(28) on the left swing arm (6), secure with 2pcs philips C.K.S. self-tapping screw (62).
4. Assemble the right side same as above steps.



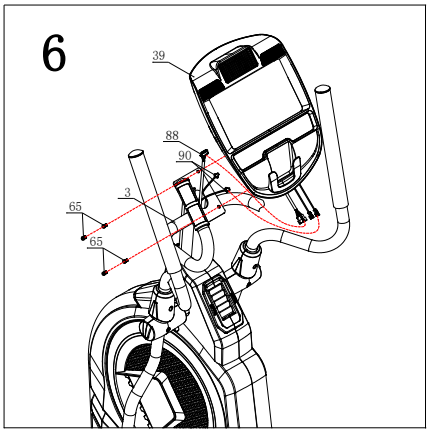
Step 5:

10. Install the Roll wheel position stopper(85) on Pedal group-left(8) with an Allen Pan head half thread bolt(70) and an Hex self-locking nut (57)
11. Assemble the right side same as above steps.
12. Add some oil on the sliding rail.



Step 6:

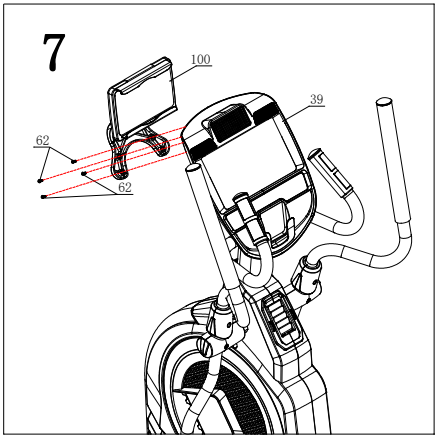
5. Connect the communication line (88), hand pulse communication line (90) with console communication line.
6. Assemble the console (39) on console fix frame (3), secure with 4 pcs Philips C.K.S. full thread bolt (65).



Step 7:

4. Attach the I-pad holder (100) to the console(39) with 4pcs Philips C.K.S. self-tapping screw (62).

Attention: If you buy I-pad holder, the step is needed. Otherwise, you can skip this step.



Console Operation Instruction

Schematic:

BUTTON FUNCTIONS

RECOVERY	-To test heart rate recovery status.
MODE	-In STOP mode, press this button to select function or confirm all setting values.
PROGRAM	-To select workout program.
BODY FAT	-To test the Body Fat% (5.0%~ 50%) and BMI (0~50).
+	-To make upward resistance level, select program or increase function value.
-	-To make downward resistance level, select program or decrease function value.

RESET	-In STOP mode or setting mode, press it to reverse to main menu. -Hold on pressing this key for 2 seconds, console will reboot and start from user profile setting mode.
START/STOP	-To start or stop training. When user stop training by pressing START/STOP key, the computer will remain all the setting values.
FAN（optional)	-When power-on or during workout, user can press FAN button to start fan function, press it again to close it.

DISPLAY FUNCTION

TIME	-Count up – no preset target, time will count up from 0:00. -Count down – with preset target, time will count down from preset to 0, then system STOP. And system alarm 8s with 4 sounds in every second. -Display range: 0:00~99:59; Setting range: 0:00~99:00
SPEED	-In START mode, with sensor input, screen display training speed in 3s; Without sensor input for 4.6s, the SPEED value is 0. -Display range: 0.0 ~ maximum 99.9 KM/H or ML/H. -SPEED & RPM value will display by turn in every 6s.
RPM	-In START mode, with sensor input, screen display training rotation per minute in 3s; Without sensor input for 4.6s, the RPM value is 0. -Display range: 0 ~ maximum 999. -SPEED & RPM value will display by turn in every 6s..
CALORIES	-Count up – no preset target, calories will count up from 0.0. -Count down – with preset target, calories will count down from preset to 0,then system STOP. And system alarm 8s with 4 sounds in every second. -Display range: 0~999CAL ; Setting range: 0~990CAL
DISTANCE	-Count up – no preset target, distance will count up from 0.0. -Count down – with preset target, distance will count down from preset to 0, then system STOP. And system alarm 8s with 4 sounds in every second. -Display range: 0.0~99.9km(ml); Setting range: 0.0~99.0km (ml)
PULSE	-With pulse signal input, it will display user heart rate in 7.5s; without pulse Input, PULSE window display 0 in 6s. -Pulse exceed the preset Target value, console will remind with Bi-bi sound. -Display range: P-30~230; Setting range: 0-30~230
WATT	-Display power consumption during training. With sensor input, it will display WATT value in 3s; without any signal input, WATT window display 0 in 4.6s. -Display range: 0~999.
MANUAL	-Manually adjust workout load level.

PROGRAM	-Self-select load level to workout; 12 profiles preset to be selected (P1~P12).
USER	-User create his own resistance level profile to workout.
H.R.C.	-Target HR training mode. -Four modes for selection: 55%, 75%, 90%, TAG.
WATT CONSTANT	-WATT constant training mode.

OPERATION PROCEDURE:

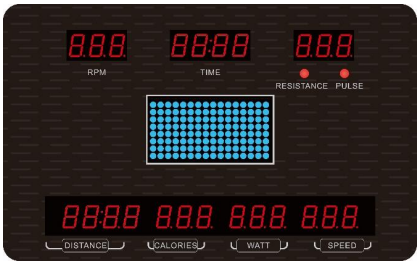
1.Power on

Connect power (press RESET key for 2s), buzzer sound for 1s and LED will full display 2s (**Drawing 1**), then display wheel diameter and KM (or ML)in middle window and “E” (or “A”) in CALORIE window (**Drawing 2**). Then go to user setting mode.

2.User profile setting

2-1 System default user group is U1(**Drawing 3**), press UP or DOWN to select U1~U4, press MODE button to confirm. Press “+” or “-” buttons to set SEX(**Drawing 4**), AGE(**Drawing 5**), HEIGHT(**Drawing 6**), WEIGHT(**Drawing 7**) and confirm by pressing MODE. When finish setting, system enter into function selection page (**Drawing 8**).

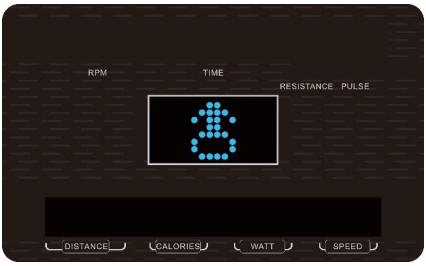
2-2 SEX- Female/Male; AGE- 1~99(default value is last input value); HEIGHT- 100~200CM (default value is last input value); WEIGHT- 20~150KG (default value is last input value).



Drawing 1

Drawing 2

Drawing 3

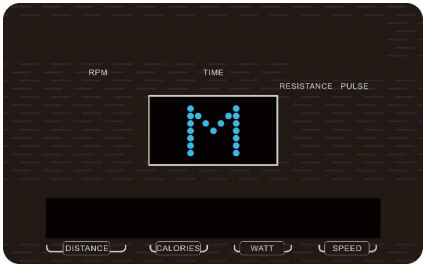


Drawing 4

Drawing 5

Drawing 6

Drawing 7



Drawing 8

3. Power off

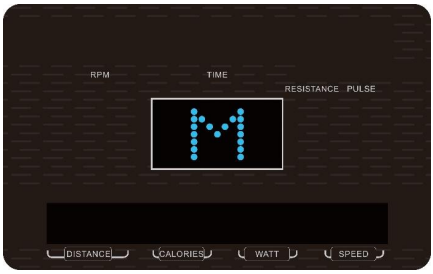
When there is no RPM signal input for 4 minutes, LED and console go to SLEEPING mode.

Without stop power supply, user can press any key or start pedaling to wake up it.

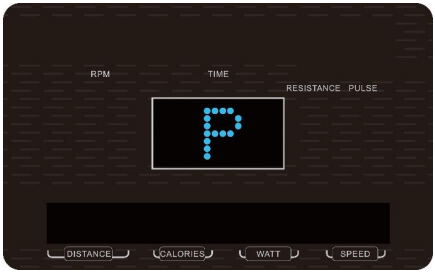
5. Training mode selection

After USER DATA setting, then come to main menu, user can press "**P**"(PROGRAM) or "+/-" to select: MANUAL -> PROGRAM ->USER -> H.R.C. ->WATT (**Drawing 9-13**), LED is lighting in centre window, press MODE to confirm.

In main menu, user can also press START/STOP to entering Manual workout mode directly.

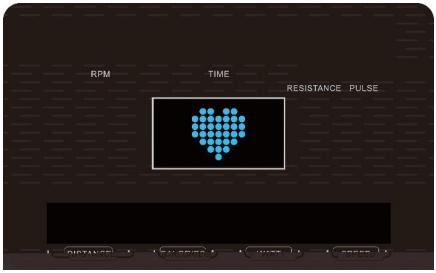


Drawing 9

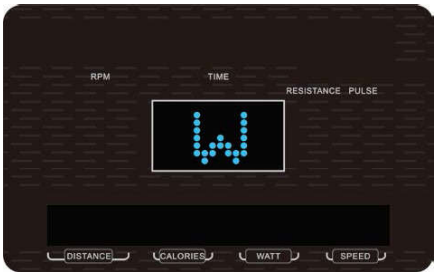


Drawing 10

Drawing 11



Drawing 12



Drawing 13

4-1 Manual mode

In main menu, press "**P**"(PROGRAM) key or press "+"/"-" to select MANUAL, press MODE to enter MANUAL mode.

Before exercising, user need to adjust following value:

TIME : is blinking (**Drawing 14**). User may press "+" or "-" button to set up target training time from 00:00 to 99:00. Press MODE to confirm setting.

DISTANCE: is blinking (**Drawing 15**). User may press "+" or "-" button to set up target distance from 0.0~99.0. Press MODE to confirm setting.

CALORIES : is blinking (**Drawing 16**). User may press "+" or "-" button to set up target calories from 0~990,the increment/decrement is 10. Press MODE to confirm setting.

PULSE : is blinking (**Drawing 17**). User may press "+" or "-" button to set up target pulse from 0-30~230. Press MODE to confirm setting. The console will detect user's heart Rate, please hold on hand grip sensor or wearing chest belt correctly when start exercise.

During setting, TIME/ DISTANCE/ CALORIES light will light up and the value is flashing in 1Hz to be adjusted. Pressing "+" or "-" to adjust value. Keep pressing on "+" or "-" button, the value will continue to increase/decrease. When exercise start, PULSE LED will light up and display pulse value; While if no pulse signal, PULSE window display "P".

Press START/STOP button to start training.

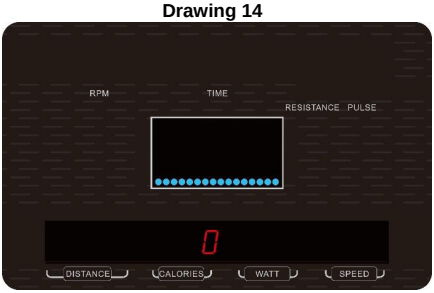
During training, user can adjust resistance level by pressing "+" or "-" button. When adjusting resistance level, RESISTANCE window will show LEVEL value for 2s then display PULSE value.

The blue column starts blinking one by one and switch to the next one per preset time divided into 16. Once the preset target data counting down to 0, the monitor will stop automatically.

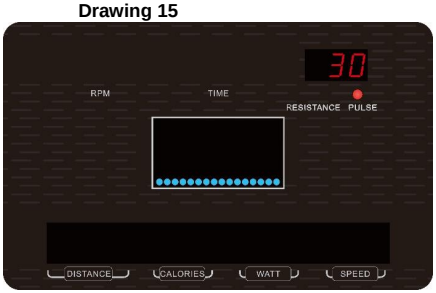
User may also press START/STOP button to stop training. Press RESET reverse to main menu.

Drawing 14

Drawing 15



Drawing 16



Drawing 17

4-2 Program mode

Press RESET key to go to main menu. Press “+” or “-” key and press MODE to enter PROGRAM mode. Entering Program mode, there are total 12 program profiles (P1~P12) (**Drawing 18~29**) for selection. Press “+” or “-” key button to select one profile you prefer and press MODE to confirm. Before exercising, user need to adjust following value:

TIME : is blinking (**Drawing 30**). User may press “+” or “-” key to set up target training time from 00:00 to 99:00 (**Drawing 31**).

DISTANCE: is blinking. User may press “+” or “-” button to set up target distance from 0.0~99.0. Press MODE to confirm setting.

CALORIES : is blinking . User may press “+” or “-” button to set up target calories from 0~990, the increment/decrement is 10. Press MODE to confirm setting.

PULSE : is blinking. User may press “+” or “-” button to set up target pulse from 0-30~230. Press MODE to confirm setting.

Press START/STOP button to start training.

During training mode, user can also adjust resistance level by pressing “+” or “-” button. When adjusting resistance level, LED big window will show LEVEL value for 2s then display PULSE value.

Once the preset target data counting down to 0, the monitor will stop automatically.

User may also press START/STOP button to stop training. Press RESET reverse to main menu.

Drawing 18

Drawing 19

Drawing 20

Drawing 21

Drawing 22

Drawing 23

Drawing 24

Drawing 25

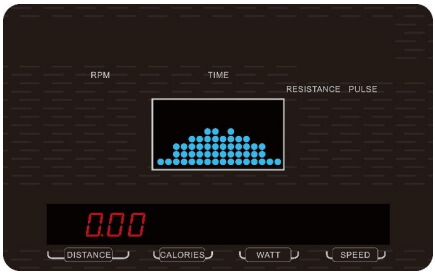
Drawing 26

Drawing 27

Drawing 28

Drawing 29

Drawing 30



Drawing 31

4-3 User (program) mode

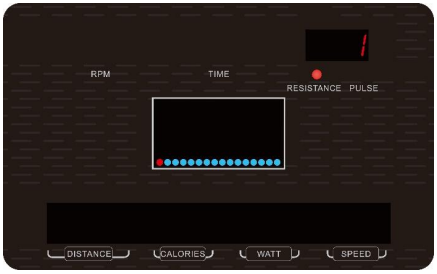
Press RESET key to go to main menu. Press “+” or “-” key and press MODE to enter USER program. User may create their own profile in this mode. The first blue dot of the profile will start blinking, then press “+” or “-” button to adjust resistance level of each column dot (**Drawing 32**), press MODE to confirm. A complete program profile will have 16 columns to be set.(Default value =1).To finishing or quit out setting, hold on MODE button for 2s. Then adjust following value:

TIME : is blinking (**Drawing 33**). You may press UP or DOWN button to set up target training time from 00:00 to 99:00.

Press START/STOP button to start training.

During training mode, user can also adjust resistance level by pressing “+” or “-” button.

Once the preset target data counting down to 0, the monitor will stop automatically. You may press START/STOP button to start training again. Other preset data will keep counting down from previous data. During STOP mode, user can press RESET button to reverse to main menu.



Drawing 32

Drawing 33

4-4 H.R.C. mode

Press RESET key to go to main menu. Press “+” or “-” button and press MODE to enter H.R.C. mode. In H.R.C. Mode, press “+” or “-” button to choose: 55%, 75%, 90% or TAG. The LED will be Blinking. User may choose different target heart, the preset value system self-calculated based on user input AGE will display in PULSE window (**Drawing 34~37**). Press MODE to confirm. If user select H.R.C TAG, screen will display the preset value 100, press “+” or “-” to adjust target pulse from 30~230. Press MODE button to enter.

Then adjust following value:

TIME : is blinking. You may press “+” or “-” button to set up target training time from 00:00 to 99:00.(**Drawing 38**).

Press START/STOP button to start training.

During training, the resistance level will adjust automatically according your current heart rate.

If **no pulse signal** detected, central LED will reminder by showing as **Drawing 39**.

Press STOP to pause workout, press RESET button to reverse to main menu.

※H.R.C 55% - Diet program; H.R.C 75% - Health program; H.R.C 90% - Sports program

Drawing 34

Drawing 35

Drawing 36

Drawing 37

Drawing 38

Drawing 39

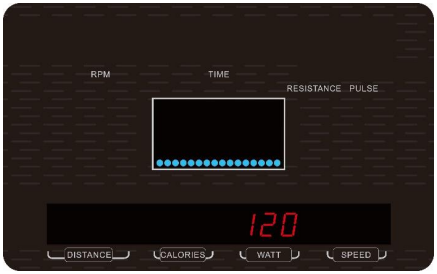
4-5 WATT control mode

When user in any mode, press START/STOP button then press RESET to go to main menu.

Press “+” or “-” button and press MODE to enter WATT constant training mode. Entering WATT mode, the preset value 120 is blinking (**Drawing 40**). User may adjust WATT value by pressing “+” or “-” button from 10~350 with 5W increment and press MODE to confirm. Then adjust following value:

TIME : is blinking. You may press “+” or “-” button to set up target training time from 00:00 to 99:00. (**Drawing 41**) Press START/STOP button to start training.

System will adjust WATT level automatically according to the preset target watt data, current RPM and training speed. If the training speed is quick, resistance level will decreased. Otherwise, it will increase. When stop training, user can press RESET button to reverse to main menu.



Drawing 40

Drawing 41

5.RECOVERY mode

If there is no pulse signal input to console, it is invalid to press RECOVERY button.

When pulse value appears on screen, press RECOVERY button to start test. Keep both hands hold on hand grips (or wear chest belt). All function display will stop except “TIME” starts counting down from 00:60 by second (**Drawing 42**) and PULSE light is ON.

System resistance will reduce to level 1.

While TIME counts down to 00:00, screen will display heart rate recovery status with “FX” (X=1,...6) (**Drawing 43**). F1 is the best, F6 is the worst.

Press RECOVERY button again to go to previous workout status.

If user press RECOVERY prior to TIME counting down to 00:00, RECOVERY mode will be disable and console go to main menu.

Drawing 42

Drawing 43

6.BODY FAT mode

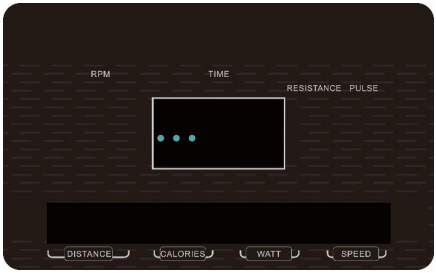
In STOP mode, press the BODY FAT button to start body fat measurement. System will start measuring. During measuring, user have to hold both hands on the hand grip. And the screen will display as **Drawing 44~46** until console finish measuring. After measuring, screen will display BODY FAT percentage and BMI (Body Mass Index) and FAT advice (**Drawing 47~48**).

Press BODY FAT button again to go back to previous workout status.

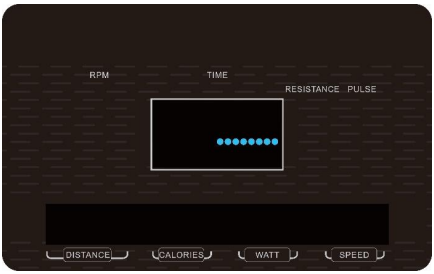
※Error code display during measurement:

E-1--- user not hold hand grips correctly (**Drawing 49**)

E-4--- Body Fat% exceed setting range (5.0%~ 50%).(**Drawing 50**)



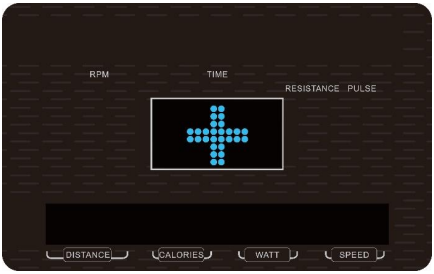
Drawing 44



Drawing 45

Drawing 46

Drawing 47



Drawing 48

Drawing 49

Drawing 50

NOTE:

2. When user press RESET button for 2 seconds for TOTAL RESET, console enter to START mode, buzzer alarm 1s,all LED display for 2s then go to setting mode. Load level is 1.

2. This system is built with ALARM reminder:

1 short beep - valid button

2 short beeps - invalid button or pulse exceed Target value

3 short beeps per second - WATT is over Spec

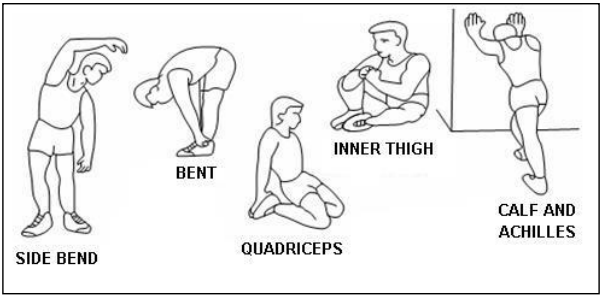
4 short beeps- function value counts down to 0

6 short beeps- H.R.C. & WATT control force system to stop

TRAINING INSTRUCTION

1. Warm-Up

To prevent injury and maximize performance we recommend that each workout period starts with a warm-up. We suggest you do the following exercise as the sketch map. Each exercise at least about 30 seconds.



Even though we go to great efforts to ensure the quality of each product we produce, occasional errors and /or omissions do occur. In any event should you find this product to has either a defective or a missing part, please contact us for a replacement.

Consumer service department: ABISAL Sp. z o. o.
ul. Św. Elżbiety 6
41–905 Bytom
serwis@abisal.pl
www.abisal.pl
www.hms-fitness.pl

The equipment label depicting a crossed-out wheeled bin symbol informs that it is forbidden to dispose of waste electrical and electronic equipment together with other types of waste. In accordance with the WEE directive on waste electrical and electronic equipment, separate waste management processes should be applied for this type of equipment. The user who intends to dispose of such a product is obliged to return it to an electronic equipment collection point thanks to which they can contribute to its re-use, recycling, and recovery and, in this way, protect the environment. To do this, contact the sales point where the equipment was purchased or a representative of the local authorities. Hazardous substances included in electronic equipment can have negative long-term influence on the natural environment and they can also have negative effect on human health.

CZ

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

RADY TÝKAJÍCÍ SE BEZPEČNOSTI

Tento výrobek je určen k domácímu i komerčnímu využití a byl navržen tak, aby byla zajištěna maximální bezpečnost. Měly by být dodržovány následující zásady:

1. Před započetím tréninku se poraďte s lékařem za účelem vyloučení překážek ve využívání tohoto cvičebního zařízení. Rozhodnutí lékaře je nezbytné v případě užívání léků majících vliv na činnost srdce, tlak krve a hladinu cholesterolu. Je to také nezbytné u osob starších 35 let a osob majících zdravotní potíže.
2. Před započetím tréninku proveďte vždy rozcvičku.
3. Všímejte si znepokojujících signálů. Nesprávné nebo nadměrné cvičení je nebezpečné pro zdraví. Pokud se v průběhu tréninku objeví bolesti hlavy nebo závratě, bolest na hrudníku, nepravidelný srdeční rytmus nebo jiné znepokojující projevy, je potřeba trénink okamžitě přerušit a poradit se s lékařem. Úrazy mohou být způsobené nepravidelným nebo příliš intenzivním tréninkem.
4. V průběhu tréninku a po jeho ukončení zajistěte, aby k zařízení neměly přístup děti a zvířata.
5. Zařízení je potřeba postavit na suchém a rovném povrchu. Z nejbližšího okolí zařízení je potřeba odstranit veškeré ostré předměty. Zařízení je potřeba chránit před vlhkostí a eventuální nerovnosti podlahy je potřeby vyrovnat. Je doporučeno používat speciální antiskluzový podklad, který zabrání posouvání se zařízení během tréninku.
6. Volný prostor kolem zařízení by neměl dosahovat do vzdálenosti menší než 0,6 m a větší než je dostupná tréninková plocha. Volný prostor musí také zahrnovat prostor pro bezpečné sestoupení ze zařízení. Tam, kde se nacházejí dvě tato zařízení vedle sebe, může dojít k podělení volného prostoru.
7. Před prvním použitím, a dále v pravidelných intervalech, je potřeba kontrolovat upevnění šroubů a ostatních spojů.
8. Před započetím tréninku zjistěte upevnění jednotlivých částí a šroubů, které je spojují. Trénink je možné započít pouze v případě, že je zařízení řádně sestaveno.
9. Zařízení by mělo být pravidelně kontrolováno z hlediska opotřebení a poškození, pouze tehdy budou splněny bezpečnostní podmínky. Zvláštní pozornost je potřeba věnovat potahu a pěnovkám, které podléhají opotřebení nejrychleji. Poškozené části je potřeba co nejrychleji opravit nebo vyměnit-do té doby není možno zařízení používat.
10. Do otvorů nevkládejte žádné předměty.
11. Dávejte pozor na čouhající regulační části a jiné konstrukční části, které by při tréninku mohly překážet.
12. Zařízení využívejte pouze v souladu s jeho určením. Jestliže bude některá část poškozena nebo opotřebena nebo se během tréninku objeví znepokojující zvuky, okamžitě přerušte trénink. Nepoužívejte zařízení, dokud nebude závada odstraněna.
13. Cvičte v pohodlném oblečení a sportovní obuvi. Vyhýbejte se volnému oblečení, které by se mohlo o vyčnívající části zachytit, nebo by mohly omezovat volnost pohybu.
14. **Zařízení spadá do kategorie SB a tudíž je možno jej používat i ke komerčním účelům.**
15. Během zvedání nebo přenášení tohoto zařízení je potřeba mít správné držení těla, aby nedošlo k poškození páteře.
16. Zařízení je určeno pouze pro osoby dospělé. Děti bez dozoru udržujte v bezpečné vzdálenosti od zařízení.
17. Při montáži zařízení je potřeba přesně dodržovat návod a používat pouze části, které patří k zařízení. Před započetím montáže je potřeby zkontrolovat, zda všechny části, které jsou v seznamu, byly dodány.

UPOZORNĚNÍ: PŘED POUŽITÍM FITNESS ZAŘÍZENÍ JE POTŘEBA SI PŘEČÍST NÁVOD. NENESEME ZODPOVĚDNOST ZA ÚRAZY NEBO POŠKOZENÍ PŘEDMĚTŮ ZPŮSOBENÉ NESPRÁVNÝM POUŽÍVÁNÍM TOHOTO VÝROBKU.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Hmotnost netto – 101,8 kg
Kotoučový setrvačník – 8 kg
Rozměry po rozložení – 162 x 65 x 180 cm
Maximální zatížení výrobku – 150 kg

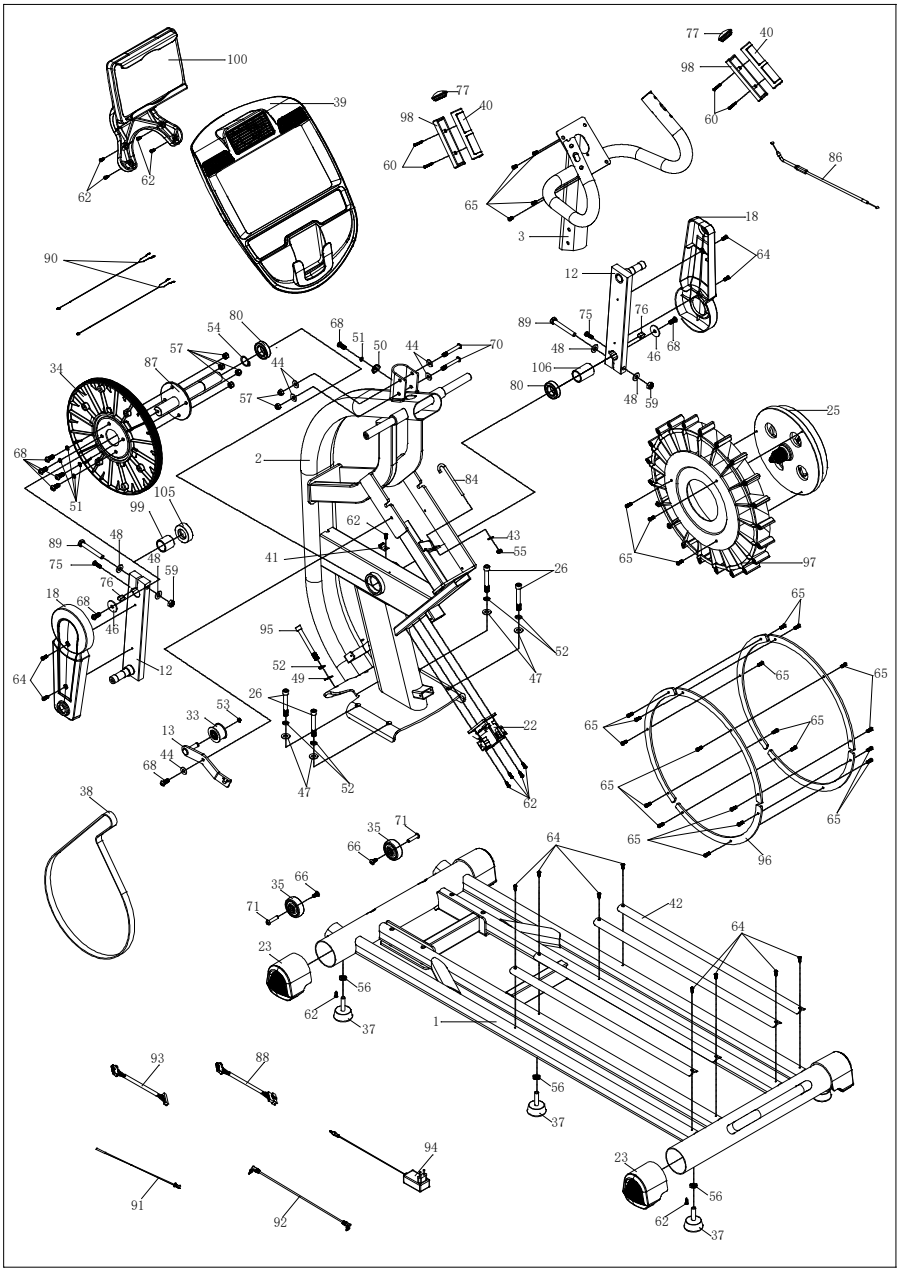
ÚDRŽBA

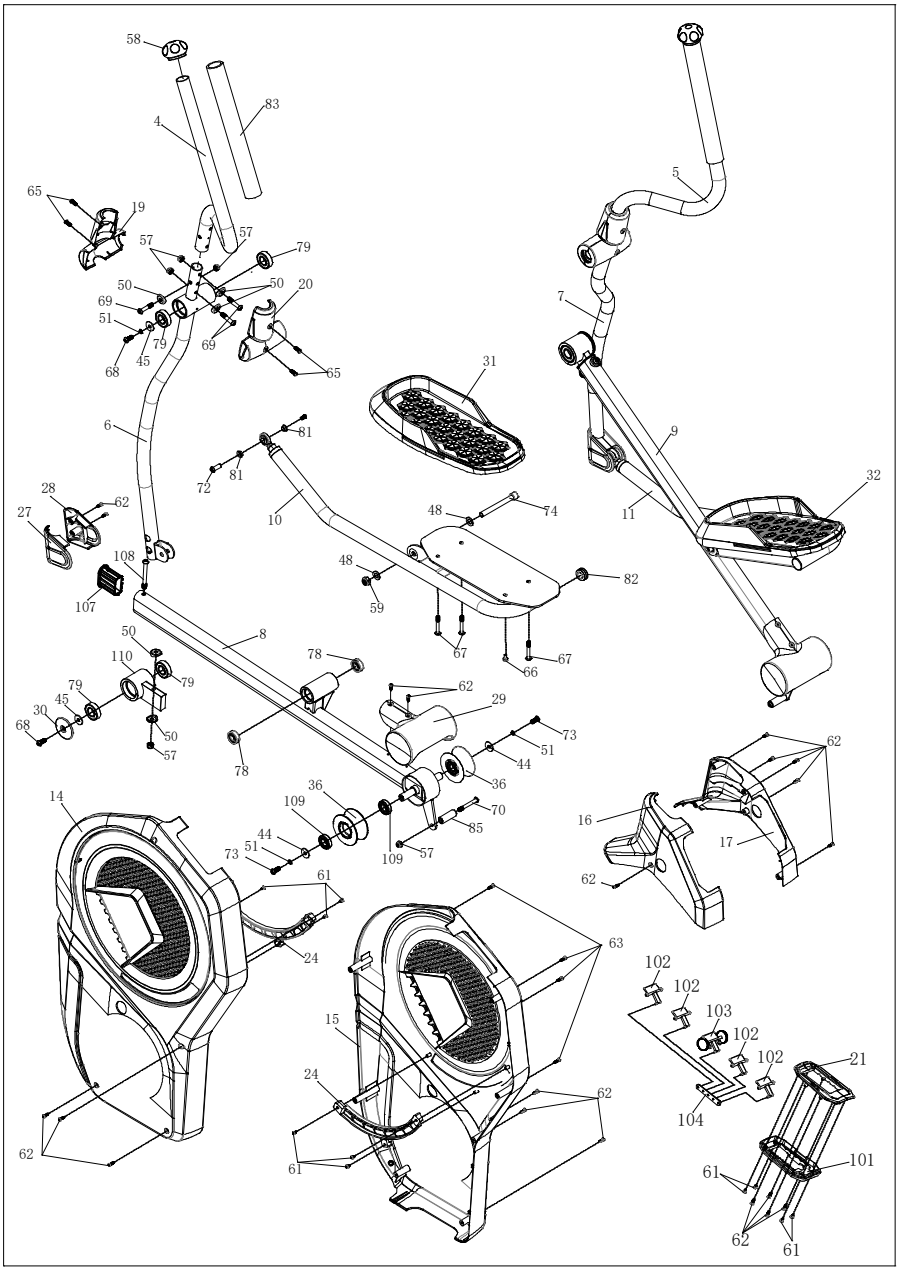
K čištění zařízení není vhodné používat agresivní čisticí prostředky. Používejte měkký, vlhký hadřík na odstraňování špíny a prachu. Odstraňujte stopy potu, neboť kyselá reakce může poškodit potah. Zařízení je potřeba přechovávat na suchém místě, aby bylo chráněno před vlhkostí a korozí.

ZPŮSOB BRŽDĚNÍ

Pro zastavení rotopedu je potřeba přestat šlapat. Orbitrek H5815 není vybaven blokačním systémem a nemá bezpečnostní brzdu.

Schéma součástí:




58
83
4
5
65
19
57
57
79
50
50
20
69
51
79
69
68
45
65
7
31
6
81
9
72
81
32
28
62
27
10
48
74
11
108
48
82
107
59
8
50
67
67
110
78
66
79
62
79
29
45
30
73
68
50
51
57
44
78
36
62
14
36
109
70
16
85
44
51
17
73
109
57
61
62
24
63
102
102
103
15
102
102
21
24
62
104
62
61
101
61
62
61

Seznam součástí:gde

Č.	Název	Specifikace	Ks	Č.	Název	Specifikace	Ks
1	Základní rám		1	34	Řemenice		1
2	Hlavní rám		1	35	Kolečko		2
3	Sloupek s madly		1	36	Váleček		4
4	Pohyblivé madlo - levé		1	37	Nožička		5
5	Pohyblivé madlo - pravé		1	38	Řemen		1
6	Pohyblivý sloupek - levý		1	39	Konzole		1
7	Pohyblivý sloupek - pravý		1	40	Kryt elektrod - horní		2
8	Nosník s válečky - levý		1	41	Držák čidla		1
9	Nosník s válečky - pravý		1	42	Hliníkový kryt kolejnice	670×29.5×11.2	4
10	Nosník nášlapu - levý		1	43	Plochá podložka	Φ6×Φ20×t2.0	1
11	Nosník nášlapu - pravý		1	44	Plochá podložka	Φ8.5×Φ20×t1.5	9
12	Klika		2	45	Plochá podložka	Φ8.2×Φ25×t2.0	4
13	Stabilizátor		1	46	Plochá podložka	Φ32×Φ8.5×t2.0	2
14	Vnější kryt - levý		1	47	Plochá podložka	Φ10×Φ22×2.0	4
15	Vnější kryt - pravý		1	48	Plochá podložka	Φ12.5×Φ22×t2.0	8
16	Vrchní kryt - levý		1	49	Prohnutá podložka	Φ10.5×R100×t2.0	2
17	Vrchní kryt - pravý		1	50	Prohnutá podložka	Φ8.5×R25×t2.0	11
18	Kryt kliky		2	51	Pružinová podložka	Φ8	11
19	Kryt kloubu řídítek 1		2	52	Pružinová podložka	Φ10	6
20	Kryt kloubu řídítek 2		2	53	Pružinová podložka	Φ10	1
21	Kryt výdechu		1	54	Pružinová podložka	Φ25	1
22	Motor regulace zátěže		1	55	Šroub	M6	1
23	Krytka stabilizátoru		4	56	Imbusový šroub	M10	5
24	Dekorační pásek		2	57	Nylonová matice	M8	16
25	Zátěžové kolo		1	58	Ozdobná krytka madel	Φ32×t2.0	2
26	Imbusový šroub	M10×70×20	4	59	Nylonová matice	M12	4
27	Kryt spodního kloubu - levý		2	60	Samořezný šroub	ST3×30	4
28	Kryt spodního kloubu - pravý		2	61	Samořezný šroub	ST4×10	10
29	Kryt pojezdových válečků		2	62	Samořezný šroub	ST4×16	35
30	Kryt šroubu kliky		2	63	Samořezný šroub	ST4×20	4
31	Nášlap - levý		1	64	Křížový šroub	M5×10	8

32	Nášlap - pravý		1	65	Křížový šroub	M5×15	33
33	Napínací kladka		1	66	Imbusový šroub	M6×12	4

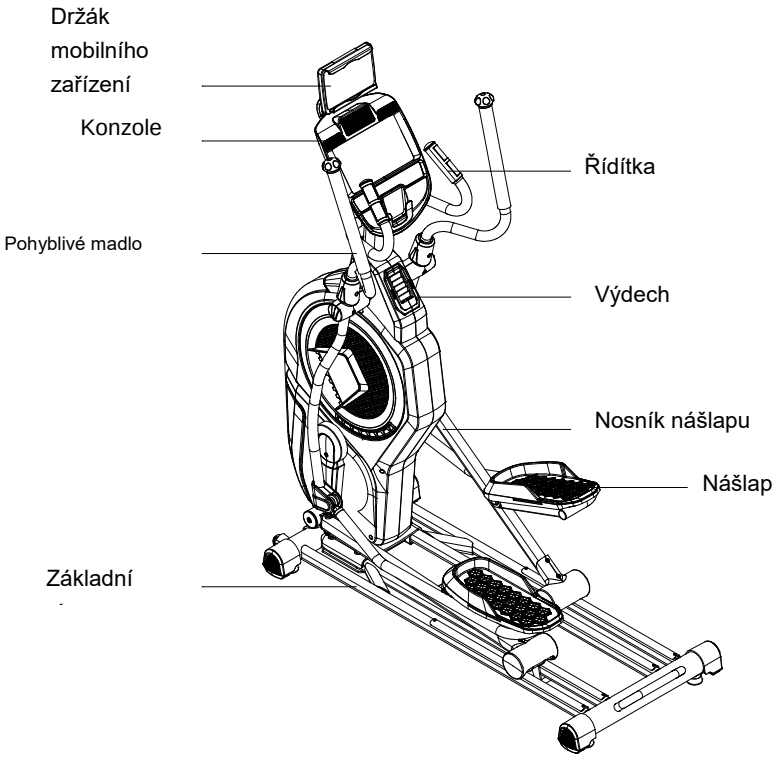
Č.	Název	Specifikace	Ks	Č.	Název	Specifikace	Ks
67	Imbusový šroub	M6×50×20	6	93	Napájecí vodič	L-400mm	1
68	Imbusový šroub	M8×20	12	94	Napájecí adaptér		1
69	Imbusový šroub	M8×40×20	6	95	Imbusový šroub	M10×90×20	2
70	Imbusový šroub	M8×60×20	4	96	Závaží zátěžového kola		6
71	Imbusový šroub	Φ8×33×M6×15	2	97	Zátěžové kolo	Φ450×62	1
72	Imbusový šroub	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2	98	Kryt elektrod - dolní		2
73	Imbusový šroub	M8×15	4	99	Kryt kliky 1	Φ30.5×29.1	1
74	Osa nosníků	Φ17×105×M12×15	2	100	Držák mobilního zařízení		1
75	Imbusový šroub	M6×20	2	101	Spodní kryt výdechu		1
76	Plochá matice	8×10×18	2	102	Závěs		4
77	Kulatá záslepka	BLF82/Φ39×Φ30×27.5	2	103	Závěs pojezdového kola		1
78	Ložisko	6201-ZZ	4	104	Destička		1
79	Ložisko	6004-ZZ	8	105	Kryt kliky 3	Φ45×14.3	1
80	Ložisko	6005-ZZ	2	106	Kryt kliky 2	Φ30.5×43.5	1
81	Distanční váleček	E12 /Φ16×Φ12×6.3	4	107	Vložka		2
82	Koncovka	Φ32×t1.5	2	108	Imbusobý šroub	M8×75	2
83	Pěnový návlek	Φ30×t3.0×350	2	109	Ložisko	R10-ZZ	8
84	Hák	103×Φ26×M6×50	1	110	Vložka		2
85	Zarážka	Φ17×Φ8.5×47	2				
86	Brzdové lanko	L-450×Φ5×Φ1.2×M5	1				
87	Osa s přírubou	Φ25×220	1				
88	Signální vodič	L-1300mm	1				
89	Imbusový šroub	M12×75×20	2				
90	Signální vodič měření tepové frekvence	L-650mm	2				
91	Signální vodič čidla	L-300mm	1				

92	Vodič MP3	L-400mm	1				

Seznam montážních dílů:

Č.	Název	Specifikace	Ks	Č.	Název	Specifikace	Ks
1	Základní rám		1	44	Plochá podložka	Φ8.5×Φ20×t1.5	9
2	Hlavní rám		1	45	Plochá podložka	Φ8.2×Φ25×t2.0	4
3	Sloupek s madly		1	47	Plochá podložka	Φ10×Φ22×2.0	4
4	Pohyblivé madlo - levé		1	49	Prohnutá podložka	Φ10.5×R100×t2.0	2
5	Pohyblivé madlo - pravé		1	50	Prohnutá podložka	Φ8.5×R25×t2.0	11
6	Pohyblivý sloupek - levý		1	51	Pružinová podložka	Φ8	3
7	Pohyblivý sloupek - pravý		1	52	Pružinová podložka	Φ10	6
8	Nosník s válečky - levý		1	57	Nylonová matice	M8	10
9	Nosník s válečky - pravý		1	62	Samořezný šroub	ST4×16	10
10	Nosník nášlapu - levý		1	65	Křížový šroub	M5×15	12
11	Nosník nášlapu - pravý		1	68	Imbusový šroub	M8×20	5
16	Vrchní kryt - levý		1	69	Imbusový šroub	M8×40×20	6
17	Vrchní kryt - pravý		1	70	Imbusový šroub	M8×60×20	4
19	Kryt kloubu řídítek 1		2	72	Imbusový šroub	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2
20	Kryt kloubu řídítek 2		2	85	Zarážka		2
21	Kryt výdechu		1	88	Signální vodič	L-1300mm	1
26	Imbusový šroub	M10×70×20	4	90	Signální vodič měření tepové frekvence	L-650mm	2
27	Kryt spodního kloubu - levý		2	95	Imbusový šroub	M10×90×20	2
28	Kryt spodního kloubu - pravý		2	100	Držák mobilního zařízení		1
30	Kryt šroubu kliky		2	62	Samořezný šroub	ST4×16(optional)	4
39	Konzole		1				

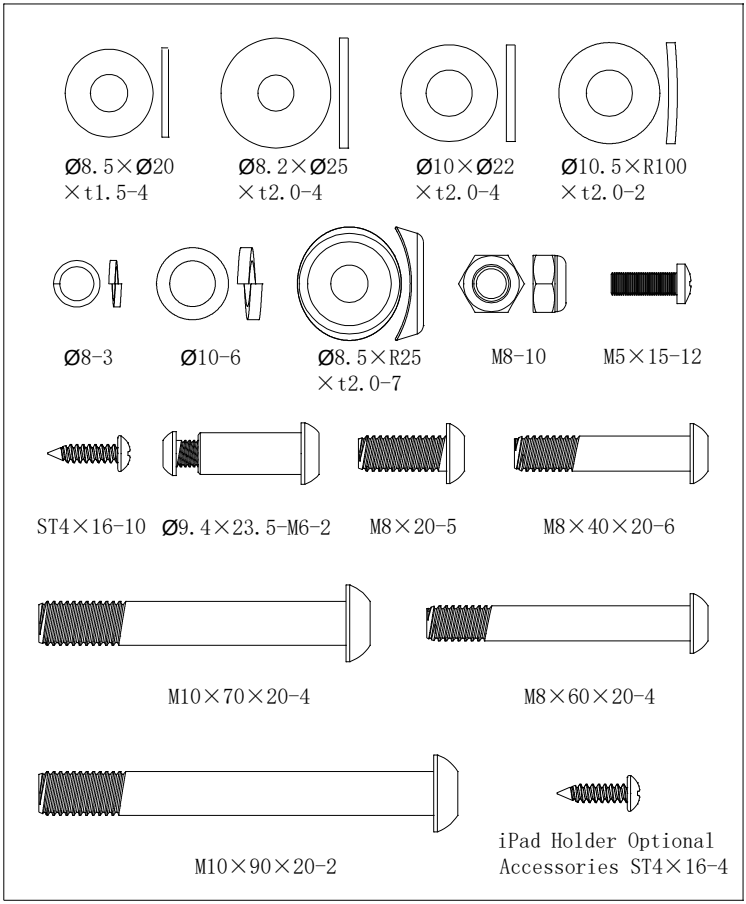
Popis:



Technické specifikace :

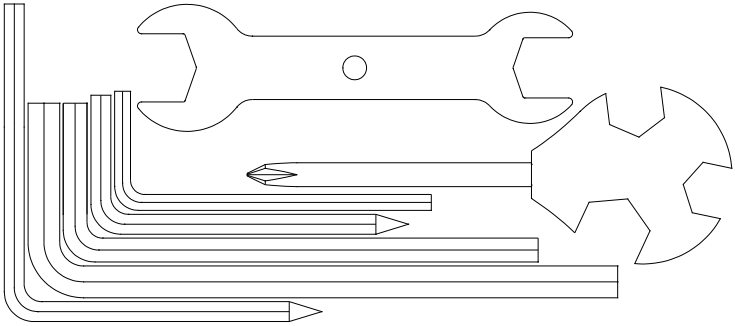
Rozměry:	1620×650×1850mm
Max. rychlost:	12 km/h
Zátěžové kolo:	Vnitřní magnetická brzda , obousměrné , Φ450/8kg
Nastavení zátěže:	1-24
Parametry kroku:	520×240 mm

VYHRAZUJEME SI PRÁVO NA ZMĚNU PRODUKTU BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.



Seznam montážního materiálu :

Č.	Název	Specifikace	Ks	Č.	Název	Specifikace	Ks
26	Imbusový šroub	M10×70×20	4	62	Samořezný šroub	ST4×16	10
44	Plochá podložka	Φ8.5×Φ20×t1.5	4	65	Samořezný šroub	M5×15	12
45	Plochá podložka	Φ8.2×Φ25×t2.0	4	68	Imbusový šroub	M8×20	5
47	Plochá podložka	Φ10×Φ22×2.0	4	69	Imbusový šroub	M8×40×20	6
49	Prohnutá podložka	Φ10.5×R100×t2.0	2	70	Imbusový šroub	M8×60×20	4
50	Prohnutá podložka	Φ8.5×R25×t2.0	7	72	Imbusový šroub	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2
51	Pružinová podložka	Φ8	3	95	Imbusový šroub	M10×90×20	2
52	Spring washer	Φ10	6	62	Samořezný šroub	ST4×16	4
57	Hex self-locking nut	M8	10				



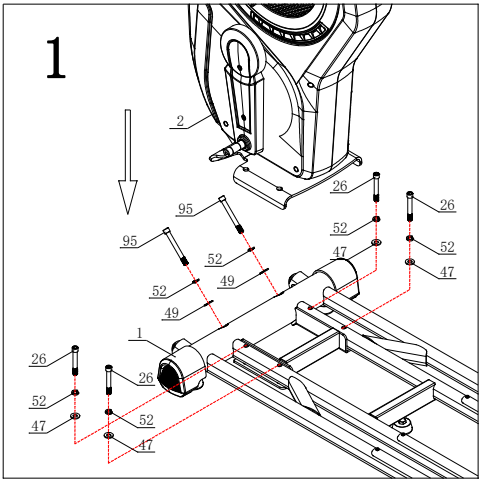
Seznam nářadí :

Název	Specifikace	Ks
Imbusový klíč	4×30×80	1
Imbusový klíč	5×80×80S	1
Imbusový klíč	5×35×85S	1
Imbusový klíč	6×40×120	1
Otevřený klíč	14×17×75	1
Otevřený klíč	15#&17#	1

Postup montáže

Krok 1 :

2. Hlavní rám (2) položte na základní rám (1) a připevněte jej pomocí 2 imbusových šroubů (95), 2 pružinovýchh podložek (52), 2 prohnutých podložek (49) a 4 imbusových šroubů (26), 4 pružinových podložek (52), 4 plochých podložek (47).



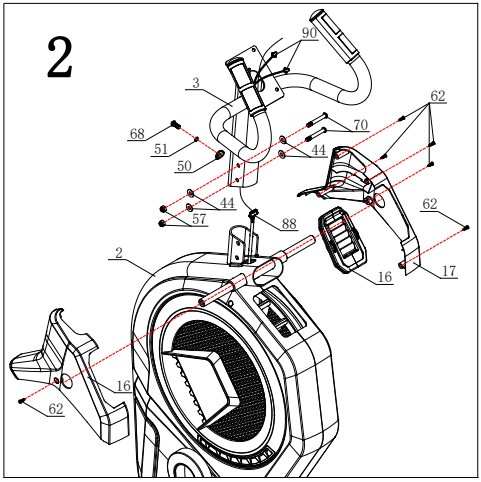
Kr

1. Signální vodič (88) vytáhněte ze sloupku s madly (3).

2. Sloupek s madly (3) nasuňte na hlavní rám (2), připevněte ho pomocí prohnuté podložky (50), pružinové podložky (51), imbusového šroubu (68) a 4 podložek (44), 2 nylonových matic (57), 2 imbusových šroubů (70).

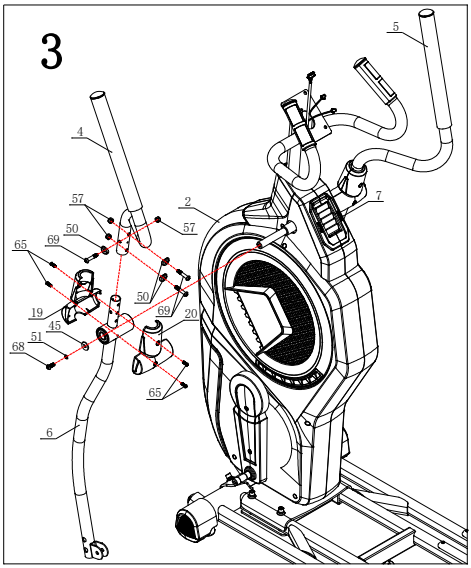
3. Levý vrchní kryt (16) a parvý vrchní kryt (17) spolu s krytem výdechu (21) připevněte pomocí 6 imbusových šroubů (62).

Pozor: po spojení včech vodičů je vložte do sloupku tak, aby nedošlo k jejich poškození během nasunutí madel.



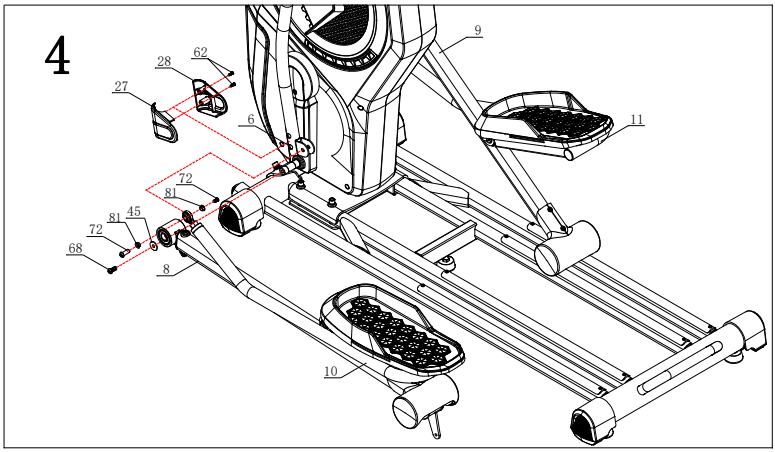
Krok 3:

5. Osu hlavního rámu namaste silikonovým olejem. Levý pohyblivý sloupek (6) nasaďte na osu hlavního rámu a zajistěte imbusovým šroubem (68), pružinovou podložkou (51) a plochou podložkou (45).
6. Levé pohyblivé madlo (4) nasaďte na levy pohyblivý sloupek (6), připevněte pomocí 3 imbusových šroubů (69), 3 prohnutých podložek (50) a 3 nylonových matic (57).
7. Kryty kloubu (19) a (20) nasaďte na kloub levého pohyblivého sloupku a připevněte pomocí 4 samořezných šroubů (65)
8. Pravou stranu složte podle stejného postupu.



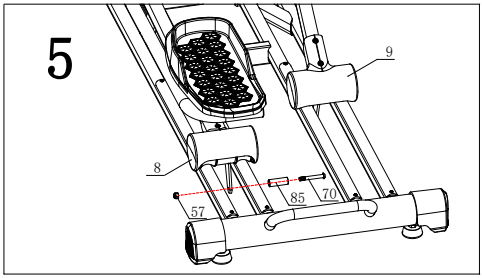
Krok 4 :

1. Osu kliky namažte silikonovým olejem. Levý nosník s válečky (8) nasuňte na osu kliky a připevněte pomocí ploché podložky (45) a imbusového šroubu (68).
2. Na imbusový šroub (72) naneste mazivo. Na levý nosník s válečky (10) nasuňte pohyblivý sloupek (6) a připevněte jej pomocí imbusového šroubu (72).
3. Kryty (27) a (28) připevněte k pohyblivému sloupku (6) pomocí 2 samořezných šroubů (62).
4. Pravou stranu složte podle stejného postupu.



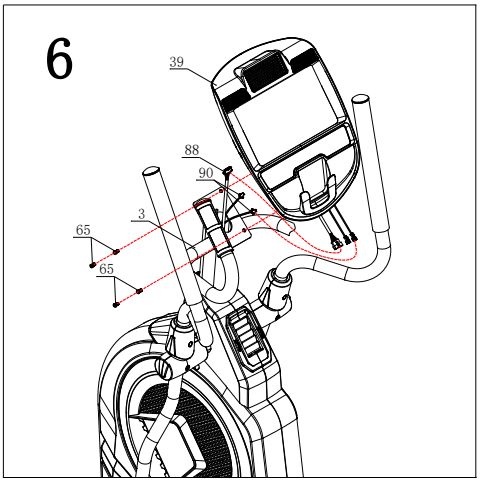
Krok 5 :

4. Zarážku (85) připevněte ke krytu válečků (8) pomocí imbusového šroubu (70) a nylonové matice (57)
5. Pravou stranu složte podle stejného postupu.
6. Kolejnice lehce namaste silikonovým olejem.



Krok 6 :

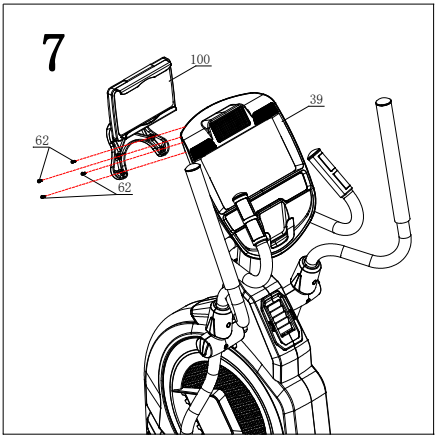
3. Komunikační vodiče (88) a (90) spojte s vodiči konzole.
4. Konzoli (39) připevněte ke sloupku s madly (3) pomocí 4 křížových šroubů (65).



Krok 7 :

2. Držák mobilního zařízení (100) připevněte ke konzoli (39) pomocí 4 samořezných šroubů (62).

Pokud jste si držák mobilního zařízení nezakoupili, můžete krok 7 přeskoč



Návod k obsluze

Konzole:

FUNKCE TLAČÍTEK

RECOVERY	- Měření tělesné kondice na základě tepové frekvence po tréninku.
MODE	- Volba zobrazených údajů, nebo k potvrzení nastavení.
PROGRAM	- Volba tréninkového programu.
BODY FAT	- Odečet hodnoty tělesného tuku v % (5.0%~ 50%) nebo BMI (0~50).
+	- Zvýšení požadované zátěže, změna programu, nebo zvýšení zadávané hodnoty.
-	- Snížení požadované zátěže, změna programu, nebo snížení zadávané hodnoty.
RESET	- Pro návrat do hlavní nabídky z režimu nastavení, nebo režimu „STOP“.. - Přidržením tlačítka po dobu 2 vteřin dojde k restartování konzole do továrního nastavení.
START/STOP	- Zahájení, nebo ukončení tréninkového programu.

	Pokud stiskneme „STOP“ během tréninku, tak na počítači zůstanou dříve nastavené hodnoty.
FAN	- Zapnutí, nebo vypnutí ventilátoru během tréninku.

FUNKCE DISPLEJE

TIME	- Program bez nastaveného cíle, počítá od 0:00. - Odčítání – program odečítá čas od nastavené hodnoty do 0, poté se zastaví a PC bude pípat po dobu 8 vteřin. - Rozsah zobrazení: 0:00 ~ 99:59; Rozsah nastavení: 0:00 ~ 99:00
SPEED	- Zobrazuje aktuální rychlost. - Rozsah zobrazení: 0.0 ~ 99.9 KM/H nebo ML/H. - Hodnota SPEED a RPM se zobrazují střídavě v intervalu 6 vteřin.
RPM	- Zobrazuje aktuální počet otáček . - Rozsah zobrazení: 0 ~ 999. - Hodnota SPEED a RPM se zobrazují střídavě v intervalu 6 vteřin.
CALORIES	- Program bez nastaveného cíle, počítá od 0.0. - Odčítání – program odečítá kalorie od nastavené hodnoty do 0, poté se zastaví a PC bude pípat po dobu 8 vteřin. - Rozsah zobrazení: 0 ~ 999 CAL ; Rozsah nastavení: 0 ~ 990 CAL
DISTANCE	- Program bez nastaveného cíle počítá od 0.0. - Odčítání – program odečítá vzdálenost od nastavené hodnoty do 0, poté se zastaví a PC bude pípat po dobu 8 vteřin. - Rozsah zobrazení: 0.0 ~ 99.9 km (ml); Rozsah nastavení: 0.0 ~ 99.0 km (ml)
PULSE	- Pokud je přiveden signál tepové frekvence, pak se zobrazí po 8 vteřinách hodnota tepové frekvence, v opačném případě se zobrazuje „0“. - Pokud dojde k překročení nastavené hodnoty, pak konzole vydá dvě krátká pípnutí. - Rozsah zobrazení: P-30 ~ 230; Rozsah nastavení: 0-30 ~ 230
WATT	- Pokud je přiveden signál tepové frekvence, pak se zobrazí po 3 vteřinách aktuální výdej energie (výkon). - Rozsah zobrazení: 0 ~ 999 W.
MANUAL	- Program s manuální regulací zátěže.
PROGRAM	- Během volby programu se v grafu zobrazí průběh automaticky regulované zátěže. Programů je 12 (P1 – P12).
USER	- Uživatelem definovaný program.
H.R.C.	- Program vycházející ze zvolené tepové frekvence. - Možnost volby ze čtyř režimů: 55%, 75%, 90%, TAG.
WATT CONSTANT	- Program vycházející z nastavené spotřeby energie.

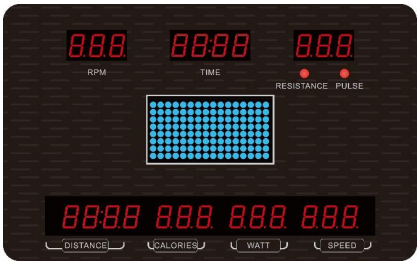
FUNKCE POČÍTAČE:

1. **První zapnutí**

   Přiveďte napájení (stiskněte tlačítko „RESET“ na 2 vteřiny), konzole dlouze pípne a displej se rozsvítí na 2 vteřiny (**Obr. 1**) poté se zobrazí KM (nebo ML), obvod zátěžového kola a hodnota “E” (nebo “A”) v okně „CALORIES“ (**Obr. 2**). Zobrazení pak přejde do uživatelského nastavení.

2. **Nastavení uživatele**

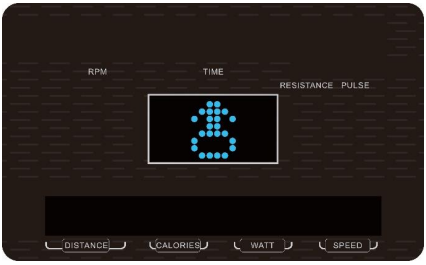
   Displej zobrazuje „U1“ - uživatele číslo 1 (**Obr. 3**), klávesami „+“ a „-“ vyberte konkrétního uživatele U1 až U4, a potvrďte tlačítkem „MODE“. Klávesami “+” nebo “-” nastavte pohlaví (**Obr. 4**), věk (**Obr. 5**), výšku (**Obr. 6**) a váhu (**Obr. 7**), hodnotu vždy potvrďte tlačítkem „MODE“. Po nastavení uživatele se konzole přepne do režimu výběru programu (**Obr. 8**).



Obr. 1

Obr. 2

Obr. 3

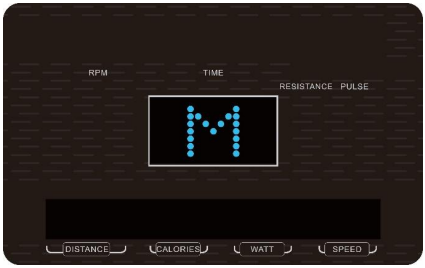


Obr. 4

Obr. 5

Obr. 6

Obr. 7



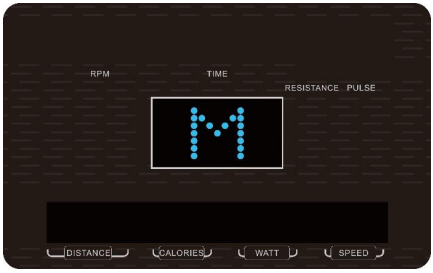
Obr. 8

3. Vypnutí

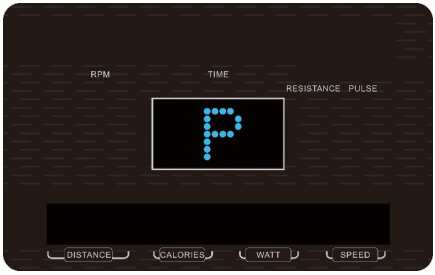
Pokud konzole neobdrží signál o pohybu a nebo pokud není po dobu 4 minut stlačeno žádné tlačítko, tak přejde do režimu spánku. Pokud neodpojíte napájení, tak lze konzoli probudit stiskem libovolného tlačítka a nebo zahájením tréninku.

6. Výběr tréninkového režimu

V hlavním menu si můžete vybrat “**P**” (PROGRAM) nebo tlačítky “+/-” můžete procházet režimy: MANUAL -> PROGRAM ->USER -> H.R.C. ->WATT (**Obr. 9-13**), požadovaný režim potvrdíte tlačítkem „MODE“.

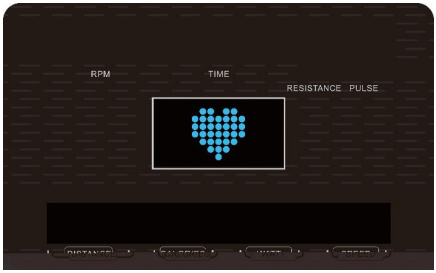


Obr. 9

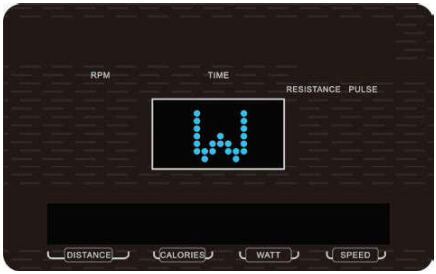


Obr. 10

Obr. 11



Obr. 12



Obr. 13

4-1 Manuální režim

V hlavním menu stiskněte tlačítko “**P**”(PROGRAM) nebo “+”/”-” zvolte „MANUAL“, stiskněte „MODE“.

Před tréninkem je potřeba nastavit následující hodnoty:

TIME: (**Obr. 14**) tlačítky “+” nebo “-” nastavte čas tréninku v rozsahu od 00:00 do 99:00. Potvrďte tlačítkem „MODE“.

DISTANCE: (**Obr. 15**) tlačítky “+” nebo “-” nastavte vzdálenost, kterou chcete ujet během tréninku v rozsahu 0.0~99.0. Potvrďte tlačítkem „MODE“.

CALORIES: (**Obr. 16**) tlačítky “+” nebo “-” nastavte počet kalorií, které chcete během tréninku spálit v rozsahu 0~990, hodnota se mění po 10 cal. Potvrďte tlačítkem „MODE“.

PULSE: (**Obr. 17**) tlačítky “+” nebo “-” nastavte cílovou tepovou frekvenci v rozsahu 0-30~230. Potvrďte tlačítkem „MODE“. Pro správný chod tohoto režimu je potřeba, aby konzole obdržela signál s hodnotou tepové frekvence. Položte dlaně na elektrody a nebo použijte hrudní pás.

Během nastavování hodnot TIME/ DISTANCE/ CALORIES číslice blikají a je možné je nastavit pomocí tlačítek “+” nebo “-”. Pokud tlačítko “+” nebo “-” přidržíte, tak se hodnoty budou měnit kontinuálně. Jakmile zahájíme trénink, tak se rozsvítí kontrolka PULSE a začne se zobrazovat tepová frekvence. Pokud konzole neobdrží signál, tak se zobrazuje „P“.

Stiskněte tlačítko „START/STOP“ pro zahájení tréninku..

Během tréninku můžete regulovat zátěž pomocí tlačítek „+“ a „-“, jakmile změníte zátěž, kontrolka PULSE se přepne na RESISTANCE a na 2 vteřiny se zobrazí aktuální stupeň zátěže, hodnota se poté vrátí zpět na PULSE. Na displeji začne blikat první modrá tečka, která se bude posouvat postupně vpravo v intervalu nastaveného času vyděleného 16-ti (počet modrých sloupců). Jakmile uběhne nastavený, časový úsek, konzole se automaticky zastaví. Trénink je také možno přerušit tlačítkem „START/STOP“. Stiskem tlačítka „RESET“ se vrátíte do hlavní nabídky.

Obr. 14

Obr. 15

Obr. 16

Obr. 17

4-2 Vestavěné programy

Stiskněte „RESET“ pro návrat do hlavní nabídky. Tlačítky „+“ a „-“ zvolte režim „P“ (**Obr. 10**) a stiskněte „MODE“. V nabídce naleznete celkem 12 vestavěných programů (P1~P12) (**Obr. 18~29**).

Průběhy jednotlivých programů zastupuje graf, který zobrazuje změnu zátěže v čase.

Před tréninkem je potřeba nastavit následující hodnoty:

TIME: (**Obr. 14**) tlačítky “+” nebo “-” nastavte čas tréninku v rozsahu od 00:00 do 99:00. Potvrďte tlačítkem „MODE“.

DISTANCE: (**Obr. 15**) tlačítky “+” nebo “-” nastavte vzdálenost, kterou chcete ujet během tréninku v rozsahu 0.0~99.0. Potvrďte tlačítkem „MODE“.

CALORIES: (**Obr. 16**) tlačítky “+” nebo “-” nastavte počet kalorií, které chcete během tréninku spálit v rozsahu 0~990, hodnota se mění po 10 cal. Potvrďte tlačítkem „MODE“.

PULSE: (**Obr. 17**) tlačítky “+” nebo “-” nastavte cílovou tepovou frekvenci v rozsahu 0-30~230. Potvrďte tlačítkem „MODE“.

Stiskněte tlačítko „START/STOP“ pro zahájení tréninku..

Během tréninku můžete regulovat zátěž pomocí tlačítek „+“ a „-“, jakmile změníte zátěž, kontrolka PULSE se přepne na RESISTANCE a na 2 vteřiny se zobrazí aktuální stupeň zátěže, hodnota se poté vrátí zpět na PULSE. Jakmile uběhne nastavený údaj do „0", konzole se automaticky zastaví. Trénink je také možno přerušit tlačítkem „START/STOP“. Stiskem tlačítka „RESET“ se vrátíte do hlavní nabídky.

Obr. 18

Obr. 19

Obr. 20

Obr. 21

Obr. 22

Obr. 23

Obr. 24

Obr. 25

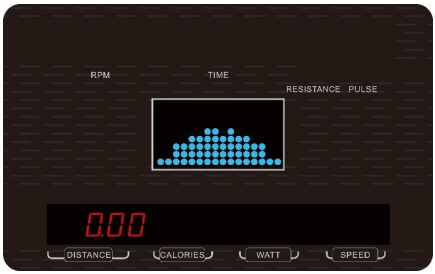
Obr. 26

Obr. 27

Obr. 28

Obr. 29

Obr. 30



Obr. 31

4-3 Uživatelský definovaný program

Stiskněte „RESET“ pro návrat do hlavní nabídky. Tlačítky „+“ a „-“ zvolte režim „U“ (**Obr. 11**) a stiskněte „MODE“. Uživatel si může nastavit vlastní průběh programu. Po vstupu do nastavení začne blikat první modrá tečka (**Obr. 32**), tlačítky „+“ a „-„ měníte počet teček, které představují zátěž v daném časovém úseku. Každou hodnotu potvrďte tlačítkem „MODE“. Těchto hodnot (sloupečků) je celkem 16. Pro uložení nastavení stiskněte tlačítko „MODE“ na 2 vteřiny.

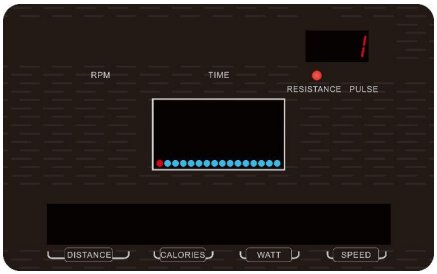
Poté nastavte následující hodnoty:

TIME: (**Obr. 33**) tlačítky „+“ a „-„ nastavte cílový čas tréninku v rozsahu od 00:00 do 99:00.

Stiskněte „START/STOP“ pro zahájení tréninku.

Během tréninku můžete měnit zátěž pomocí tlačítek „+“ a „-„.

Jakmile uběhne nastavený čas do „0", konzole se automaticky zastaví. Trénink je také možno přerušit tlačítkem „START/STOP“. Stiskem tlačítka „RESET“ se vrátíte do hlavní nabídky.



Obr. 32

Obr. 33

4-4 H.R.C. režim

Stiskněte „RESET“ pro návrat do hlavní nabídky. Tlačítky „+“ a „-“ zvolte režim H.R.C. (**Obr. 12**) a stiskněte „MODE“. V režimu H.R.C. si můžete tlačítky “+” nebo “-” zvolit cílovou hodnotu: 55%, 75%, 90% nebo TAG. Maximální hodnota tepové frekvence je počítána automaticky na základě nastavení uživatele při prvním spuštění. Konkrétní hodnota je zobrazena na displeji u položky „PULSE“ (**Obr. 34~37**). Volbu potvrďte tlačítkem „MODE“. Při volbě „TAG“ (**Obr. 37**) je možné hodnotu nastavit manuálně pomocí tlačítek „+“ a „-„ v rozmezí 30~230.

Then adjust following value:

Poté nastavte následující hodnoty:

TIME: (**Obr. 39**) tlačítky „+“ a „-„ nastavte cílový čas tréninku v rozsahu od 00:00 do 99:00.

Stiskněte „START/STOP“ pro zahájení tréninku.

Během tréninku se zátěž mění automaticky v závislosti na aktuální tepové frekvenci..

Pokud tepová frekvence **není změřena**, displej zobrazí „?“, jako na **Obr. 39**.

Stiskněte „START/STOP“ pro přerušení tréninku, „RESET“ pro návrat do hlavní nabídky.

H.R.C 55% - Hubnoucí program; H.R.C 75% - Kondiční program; H.R.C 90% - Sportovní program

Obr. 34

Obr. 35

Obr. 36

Obr. 37

Obr. 38

Obr. 39

4-5 WATT

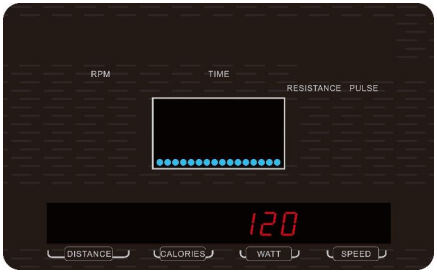
Stiskněte „RESET“ pro návrat do hlavní nabídky. Tlačítky „+“ a „-“ zvolte režim „W“ (**Obr. 13**) a stiskněte „MODE“. Po potvrzení se zobrazí hodnota 120 (**Obr. 40**). Uživatel si může nastavit cílovou hodnotu v rozsahu 10~350, změna se provádí po 5W, pro potvrzení stiskněte „MODE“ a nastavte následující hodnoty:

TIME: (**Obr. 41**) tlačítky „+“ a „-„ nastavte cílový čas tréninku v rozsahu od 00:00 do 99:00.

Stiskněte „START/STOP“ pro zahájení tréninku.

Počítač upravuje zátěž automaticky, aby byl udržován konstantní, nastavený výkon.

Stiskněte „START/STOP“ pro přerušení tréninku, „RESET“ pro návrat do hlavní nabídky.



Obr. 40

Obr. 41

5.RECOVERY režim

Pokud není zjištěna tepová frekvence, tak tlačítko „RECOVERY“ je bez funkce.

Pokud konzole zobrazuje tepovou frekvenci, tak po stisku tlačítka „REVOCERY“ se spustí test. Obě ruce mějte položeny na elektrodách. Na displeji zůstane zobrazena pouze tepová frekvence a odpočet od 0:60 (**Obr. 42**).

Zátěž se sníží na úroveň 1.

Během odpočtu do 00:00, zobrazuje displej hodnotu “FX” (X=1,...6) (**Obr. 43**). F1 je nejlepší, F6 nejhorší.

Stiskněte „RECOVERY“ pro návrat k předešlému tréninku.

Pokud stisknete „RECOVERY“ během odpočtu, tak se konzole vrátí do hlavní nabídky.

Obr. 42

Obr. 43

6.BODY FAT režim

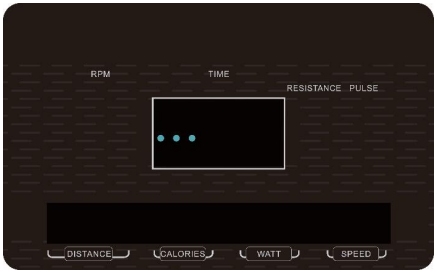
V klidovém režimu stiskněte tlačítko „BODY FAT“ pro měření tělesného tuku. Měření se ihned spustí a uživatel musí mít dlaně položeny na elektrodách. Na displeji se zobrazí animace **Obr. 44~46**. Jakmile je měření hotovo, tak se na displeji zobrazí hodnota tělesného tuku (%), hodnota BMI (Body Mass Index) a status měření (**Obr. 47~48**).

Stiskněte tlačítko „BODY FAT“ pro návrat k předešlému tréninku.

※Chybové kódy během měření:

E-1--- špatný kontakt elektrod s dlaněmi (**Obr. 49**)

E-4--- poměr tělesného tuku je mimo měřitelný rozsah (5.0%~ 50%).(**Obr. 50**)

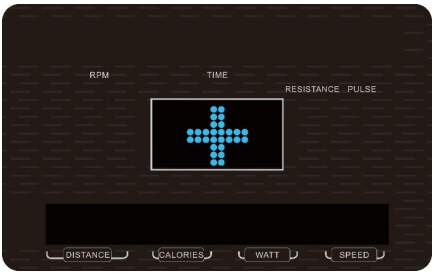


Obr. 44

Obr. 45

Obr. 46

Obr. 47



Obr. 48

Obr. 49

Obr. 50

POZNÁMKY:.

Konzole je vybavena zvukovým, varovným systémem:

1 krátké pípnutí – stisk funkčního tlačítka

2 krátká pípnutí – stisk nesprávného tlačítka, nebo překročení hraniční hodnoty tepové frekvence

3 krátká pípnutí – překročena nastavená hodnota WATT

4 krátká pípnutí – odpočet některé hodnoty skončil

6 krátkých pípnutí – systém automaticky ukončil režim WATT, nebo H.R.C.

NÁVOD K TRÉNINKU

1. Rozcvička

Před započetím tréninku doporučujeme provést zahřívací cviky dle obrázku. Každý cvik je potřeba vykonávat po dobu min. 30 sekund. Rozcvička snižuje riziko úrazu a svalových křečí a způsobuje lepší práci svalů.

Přesto, že děláme vše pro to, abychom zajistili maximální kvalitu našich výrobků, mohou se objevit jednotlivé vady nebo chyby. Pokud si všimnete závady nebo toho, že některá z částí chybí, kontaktujte nás, prosím.

Označení zařízení symbolem přeškrtnutého kontejneru na odpady informuje o zákazu likvidace použitého elektrického a elektronického zařízení společně s jinými odpady. Společně se Směrnicí WEE o způsobu nakládání s elektrickými a elektronickými odpady, je potřeba pro tento druh zařízení používat oddělené způsoby jejich likvidace.

Uživatel, který se chce tohoto zařízení zbavit, je povinen jej odevzdat ve sběrném dvoře pro elektrický a elektronický odpad, díky čemu se spolupodílí na jejich opětovném využití, recyklaci a tím i ochraně životního prostředí. Za tímto účelem kontaktujte místo, kde bylo zařízení koupeno nebo místní úřady. Nebezpečné složky obsažené v elektrickém a elektronickém zařízení mohou dlouhodobě negativně působit na životní prostředí a také zdraví lidí.

Oddělení péče o klienta:

ABISAL Sp. z o.o.

ul. Św. Elżbiety 6

41–905 Bytom

abisal@abisal.pl

www.abisal.pl

www.hms-fitness.pl

DE

Sicherheitsanmerkungen

1. Vor dem ersten Gebrauch sollte die unten stehende Bedienungsanleitung sorgfältig durchgelesen und für die Zukunft aufbewahrt werden.
2. Es sollten alle Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen sowie die einzelnen Montageschritte berücksichtigt werden. Nutzen Sie das Gerät nur gemäß seinem Verwendungszweck.
3. Um die eigene Sicherheit nicht zu gefährden, sollte das Produkt gemäß dieser Anleitung aufgebaut und verwendet werden. Alle anderen Anwender sollten über die Grundsätze der sicheren Verwendung informiert werden.
4. Das Gerät sollte vor dem Zugriff von Kindern und Tieren gesichert werden. Kinder sollten sich nicht ohne Aufsicht in der Nähe der Maschine aufhalten. Die Maschine kann durch eine Person aufgebaut und verwendet werden.
5. Vor dem Beginn eines Übungsprogramms sollte ein Arzt konsultiert werden. Dies ist vor allem bei Personen mit Gesundheitsproblemen oder Personen, die Arzneimittel einnehmen, welche die Herzfrequenz, den Blutdruck und den Cholesterinspiegel beeinflussen, notwendig.
6. Der eigene Körper sollte stets aufmerksam überwacht werden. Falls irgendein Gesundheitsproblem auftritt (z. B. Schmerz, Druckgefühl im Brustkorbbereich, ++Herzrhythmusstörungen, Atemstillstand, Übelkeit, Schwindel), sollte das Training unverzüglich unterbrochen werden. Die fehlerhafte Durchführung der Übungen kann zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen und zu Verletzungen führen.
7. Die Maschine sollte auf einer flachen, trockenen und sauberen Oberfläche gestellt werden. Aus Sicherheitsgründen sollte der Abstand zu anderen Gegenständen mindestens 0,6 m betragen.
8. Es sollten entsprechende Sportkleidung und -schuhe verwendet werden. Zu lockere Kleidungsstücke sollten vermieden werden.
9. Die Maschine darf nicht im Freien benutzt werden.
10. Das Gerät sollte vor jedem Training auf mögliche Beschädigungen oder Abnutzungserscheinungen überprüft werden.
11. Falls auf dem Gerät scharfe Kanten entstehen, sollte die Benutzung sofort beendet werden.
12. Falls die Maschine ungewöhnliche Geräusche von sich gibt, sollte die weitere Benutzung unterbrochen werden.
13. Keines der einstellbaren Teile darf hervorstehen und die Bewegungen des Benutzers behindern. Das Produkt ist nur zur Nutzung durch eine Person geeignet.
14. Die Bremsung hängt von der Geschwindigkeit nicht ab.

15. Die Maschine ist zu therapeutischen Zwecken nicht geeignet.
16. Beim Anheben oder beim Transport der Maschine sollte vorsichtig vorgegangen werden, um Schulterverletzungen zu vermeiden. Es sollten entsprechende Anhebe-techniken angewendet oder die Hilfe einer weiteren Person in Anspruch genommen werden.
17. Es dürfen keine Modifikationen am Produkt vorgenommen werden. Bei Bedarf sollte der technische Dienst kontaktiert werden.
18. **Das Gerät wurde zur Klasse SB laut DEN ISO 20957 Norm angerechnet. Es darf nicht zu therapeutischen und Rehabilitationszwecken verwendet werden.**

WARNUNG! Die Überwachung der Herzfrequenz kann ungenau sein. Eine Überlastung während der Übungen kann zu schweren Verletzungen und sogar zum Tod führen. Falls Sie sich schwach fühlen, unterbrechen Sie sofort die Übungen.

Technische Daten

Nettogewicht: 101,8kg

Schwungradgewicht: 8 kg

Abmessungen der Laufbahn: 162 x 65 x 180 cm

Höchstgewicht des Nutzers: 150 kg

WARTUNG

Das Gerät wurde so konzipiert, um minimale Wartung von einem Nutzer zu verlangen. Es sind folgende Maßnahmen dabei zu berücksichtigen:

- Benutzen Sie ein weiches Tuch zur Schmutz- und Staubbeseitigung. Danach reiben Sie das Gerät trocken.
- Achten Sie immer darauf, dass die Bänder sicher sind und keine Verschleißerscheinungen aufweisen.
- Achten Sie immer darauf, dass die Schrauben und Steckverbindungen korrekt festgeschraubt werden.

BREMSEN

Stoppen Sie das Pedal, um das Gerät anzuhalten. Der magnetische Liegeheimtrainer erfordert weder ein Bremssystem noch eine Notbremse.

Technische Daten

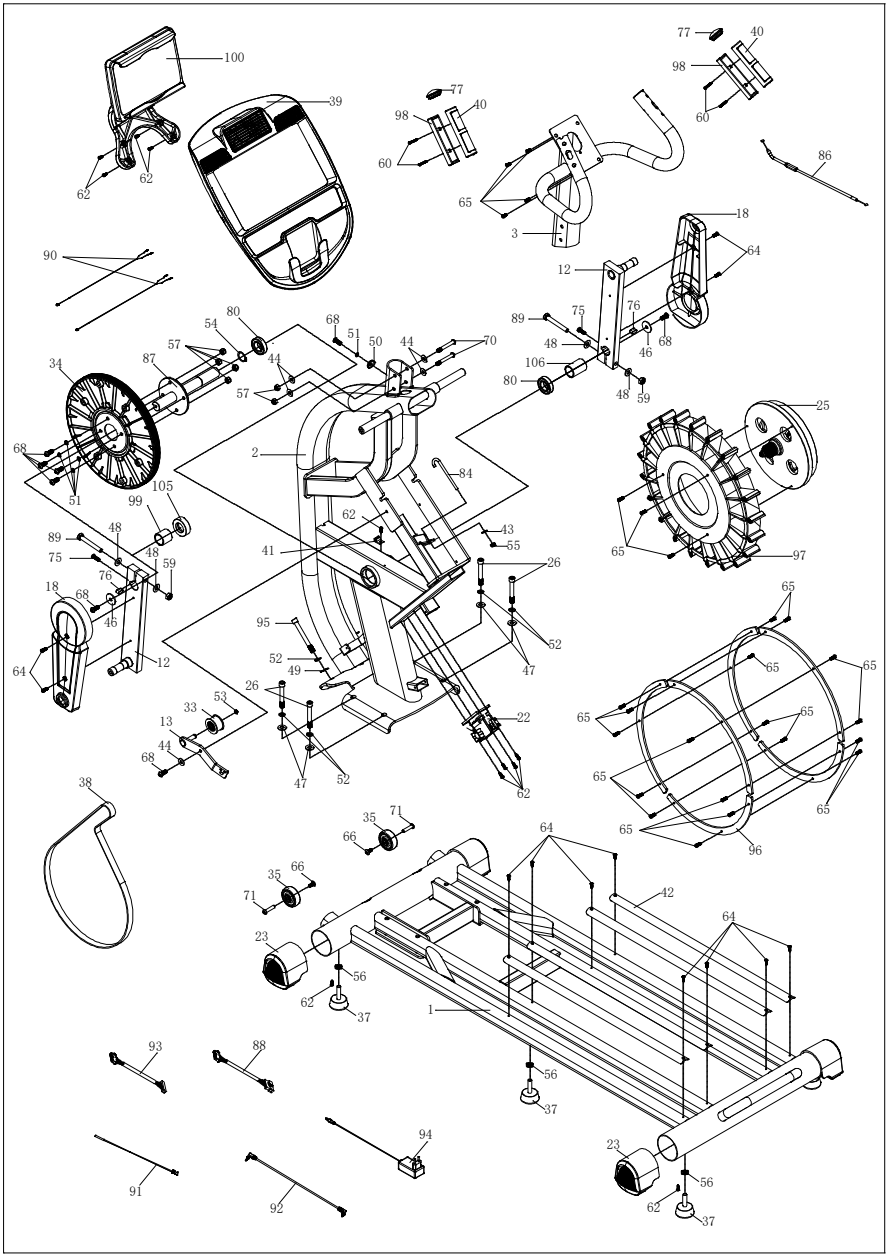
Nettogewicht: 101,8 kg

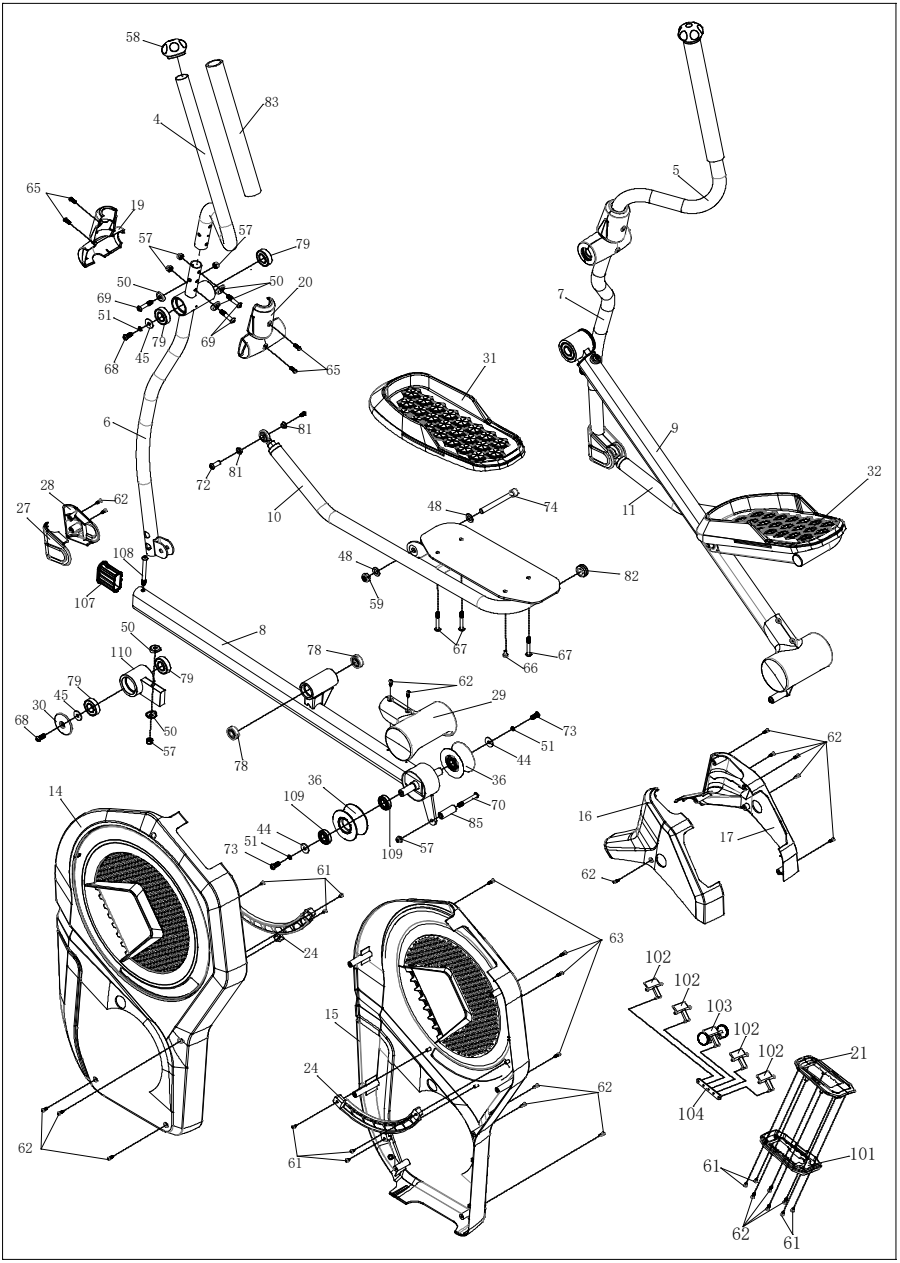
Schwungradgewicht: 8 kg

Abmessungen der Laufbahn: 162 x 65 x 180 cm

Höchstgewicht des Nutzers: 150 kg

DETAILLIERTE ZEICHNUNG:




58
83
4
5
65
19
57
57
79
50
50
20
69
51
79
69
68
45
65
7
31
6
81
81
72
9
32
28
62
27
10
48
74
11
108
48
82
107
59
67
67
66
50
8
110
78
79
62
79
45
29
30
68
50
73
57
51
44
78
36
62
14
36
109
70
85
16
17
44
51
73
109
57
61
62
24
63
102
102
103
102
102
21
15
24
62
104
62
61
101
61
62
61

LISTE DER TEILE:

Nr.	Beschreibung	Spezifikation	Menge	Nr.	Beschreibung	Spezifikation	Menge
1	Basis des Rahmens		1	34	Riemenscheibe		1
2	Hauptrahmen		1	35	Rad		2
3	Rahmen zur Befestigung des Computers		1	36	Rolle		4
4	Obere Armstange - links		1	37	Fußkappe		5
5	Obere Armstange - rechts		1	38	Riemen		1
6	Untere Armstange - links		1	39	Konsole		1
7	Untere Armstange - rechts		1	40	Abdeckung für Handpuls-Sensoren		2
8	Set von Pedalarmen - links		1	41	Magnetischer Sensor		1
9	Set von Pedalarmen - rechts		1	42	Gleitschiene	670×29.5×11.2	4
10	Verbindungselement für den Pedalarm - links		1	43	Flache Unterlegscheibe	Φ6×Φ20×t2.0	1
11	Verbindungselement für den Pedalarm - rechts		1	44	Flache Unterlegscheibe	Φ8.5×Φ20×t1.5	9
12	Kurbel		2	45	Flache Unterlegscheibe	Φ8.2×Φ25×t2.0	4
13	Radspanner		1	46	Flache Unterlegscheibe	Φ32×Φ8.5×t2.0	2
14	Außenabdeckung - links		1	47	Flache Unterlegscheibe	Φ10×Φ22×2.0	4
15	Außenabdeckung rechts		1	48	Flache Unterlegscheibe	Φ12.5×Φ22×t2.0	8
16	Obere Abdeckung - links		1	49	Unterlegscheibe	Φ10.5×R100×t2.0	2
17	Obere Abdeckung - rechts		1	50	Unterlegscheibe	Φ8.5×R25×t2.0	11
18	Abdeckung der Kurbel		2	51	Federring	Φ8	11
19	Abdeckung des Lenkers 1		2	52	Federring	Φ10	6

20	Abdeckung des Lenkers 2		2	53	Federring	Φ10	1
21	Abdeckung für die Luftauslassöffnung		1	54	Federring	Φ25	1
22	Motor, mit Magnet gesteuert		1	55	Sechskantschraube	M6	1
23	Endkappe		4	56	Innensechskantmutter	M10	5
24	dekorative Elemente für die Außenabdeckung		2	57	Selbstsichernde Sechskantmutter	M8	16
25	Magnetisches Schwungrad		1	58	Endkappe	Φ32×t2.0	2
26	Sechskantschraube mit Teilgewinde	M10×70×20	4	59	Selbstsichernde Sechskantmutter	M12	4
27	Untere Abdeckung der Armstange - links		2	60	Selbstschneidende Schraube mit flachem Senkkopf	ST3×30	4
28	Untere Abdeckung der Armstange - rechts		2	61	Selbstschneidende Senkschraube Philips	ST4×10	10
29	Abdeckung des Rads		2	62	Selbstschneidende Senkschraube Philips	ST4×16	35
30	Schraube für die Kurbelachse		2	63	Selbstschneidende Senkschraube Philips	ST4×20	4
31	Pedal links		1	64	Senkschraube mit Vollgewinde Philips	M5×10	8
32	Pedal rechts		1	65	Senkschraube mit Vollgewinde Philips	M5×15	33
33	Spannrolle		1	66	Innensechskantschraube mit Vollgewinde	M6×12	4

Nr.	Beschreibung	Spezifikation	Menge	Nr.	Beschreibung	Spezifikation	Menge
67	Schraube mit Teilgewinde	M6×50×20	6	93	Kommunikationskabel	L-400mm	1
68	Innensechskantschraube mit Vollgewinde	M8×20	12	94	Netzteil		1
69	Schraube mit Teilgewinde	M8×40×20	6	95	Schraube mit Teilgewinde	M10×90×20	2

70	Schraube mit Teilgewinde	M8×60×20	4	96	Element des Schwungrads für Gegengewicht		6
71	Hohlschraube mit Senkkopf (Innensechskant)	Φ8×33×M6×15	2	97	Schwungrad	Φ450×62	1
72	Hohlschraube mit Senkkopf, Innensechskant	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2	98	Untere Abdeckung für Tasten der Handpuls-Sensoren		2
73	Sechskantschraube mit Vollgewinde	M8×15	4	99	Abdeckung der Kurbel 1	Φ30.5×29.1	1
74	Achse des Pedalarms	Φ17×105×M12×15	2	100	Halterung für iPad		1
75	Innensechskantschraube mit Vollgewinde	M6×20	2	101	Untere Abdeckung für die Luftauslassöffnung		1
76	Schraubenschlüssel	8×10×18	2	102	Schranier		4
77	Endkappe, rund	BLF82/Φ39×Φ30×27.5	2	103	Schranier für Gleitrad		1
78	Kugellager	6201-ZZ	4	104	Platte zur Befestigung der Schranier		1
79	Kugellager	6004-ZZ	8	105	Abdeckung der Kurbel 3	Φ45×14.3	1
80	Kugellager	6005-ZZ	2	106	Abdeckung der Kurbel 2	Φ30.5×43.5	1
81	Hülse	E12 /Φ16×Φ12×6.3	4	107	Hülse des Lagers		2
82	Endkappe	Φ32×t1.5	2	108	Innensechskantschraube mit Senkkopf	M8×75	2
83	Griff aus Schaumstoff	Φ30×t3.0×350	2	109	Kugellager	R10-ZZ	8
84	Haken	103×Φ26×M6×50	1	110	Hülse des Lagers		2
85	Begrenzer für die Position der Rolle	Φ17×Φ8.5×47	2				
86	Bremsleitung	L-450×Φ5×Φ1.2×M5	1				
87	Kurbelachse	Φ25×220	1				
88	Kommunikationskabel	L-1300mm	1				

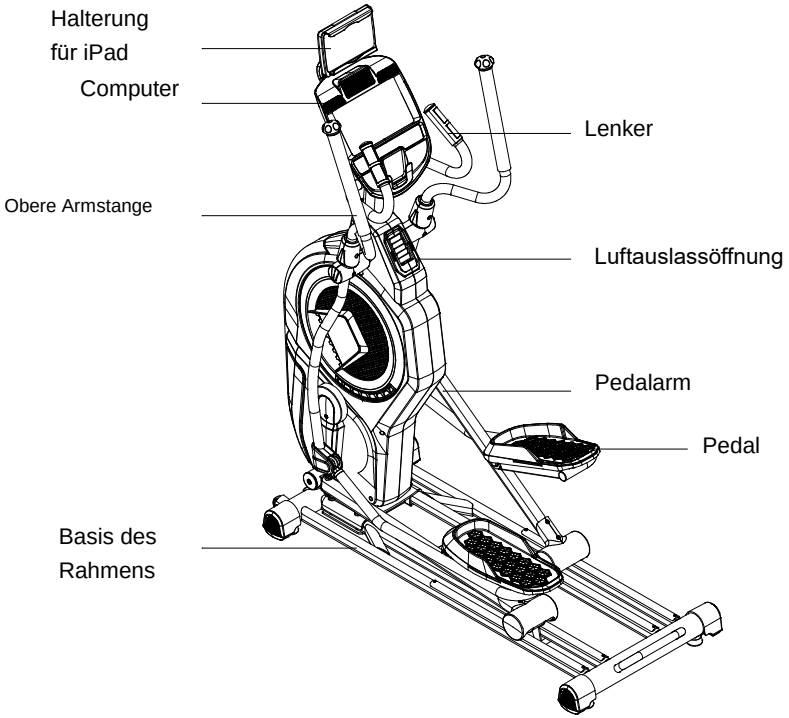
89	Innensechskantschraube mit Teilgewinde	M12×75×20	2				
90	Kabel für Handpuls-Sensoren	L-650mm	2				
91	Magnetischer Sensor	L-300mm	1				
92	Kommunikationskabel MP3	L-400mm	1				

Liste der Montageteile

Nr.	Beschreibung	Spezifikation	Menge	Nr.	Beschreibung	Spezifikation	Menge
1	Basis des Rahmens		1	44	Flache Unterlegscheibe	Φ8.5×Φ20×t1.5	9
2	Hauptrahmen		1	45	Flache Unterlegscheibe	Φ8.2×Φ25×t2.0	4
3	Rahmen zur Befestigung des Computers		1	47	Flache Unterlegscheibe	Φ10×Φ22×2.0	4
4	Obere Armstange - links		1	49	Unterlegscheibe	Φ10.5×R100×t2.0	2
5	Obere Armstange - rechts		1	50	Unterlegscheibe	Φ8.5×R25×t2.0	7
6	Untere Armstange - links		1	51	Federring	Φ8	3
7	Untere Armstange - rechts		1	52	Federring	Φ10	6
8	Set von Pedalarmen - links		1	57	Selbstsichernde Sechskantmutter	M8	10
9	Set von Pedalarmen - rechts		1	62	Selbstschneidende Senkschraube Philips	ST4×16	10
10	Verbindungselement für den Pedalarm - links		1	65	Senkschraube mit Vollgewinde Philips	M5×15	12
11	Verbindungselement für den Pedalarm - rechts		1	68	Innensechskantschraube mit Vollgewinde	M8×20	5
16	Obere Abdeckung - links		1	69	Schraube mit Teilgewinde	M8×40×20	6
17	Obere Abdeckung - rechts		1	70	Schraube mit Teilgewinde	M8×60×20	4

19	Abdeckung des Lenkers 1		2	72	Innensechskantschraube mit Senkkopf	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2
20	Abdeckung des Lenkers 2		2	85	Begrenzer für die Position der Rolle		2
21	Abdeckung für die Luftauslassöffnung		1	88	Kommunikationskabel	L-1300mm	1
26	Schraube mit Teilgewinde	M10×70×20	4	90	Kabel für Handpuls-Sensoren	L-650mm	2
27	Untere Abdeckung der Armstange - links		2	95	Schraube mit Teilgewinde	M10×90×20	2
28	Untere Abdeckung der Armstange - rechts		2	100	Halterung für iPad		1
30	Schraube für die Kurbelachse		2	62	Selbstschneidende Senkschraube Philips	ST4×16 (wahlweise)	4
39	Konsole		1				

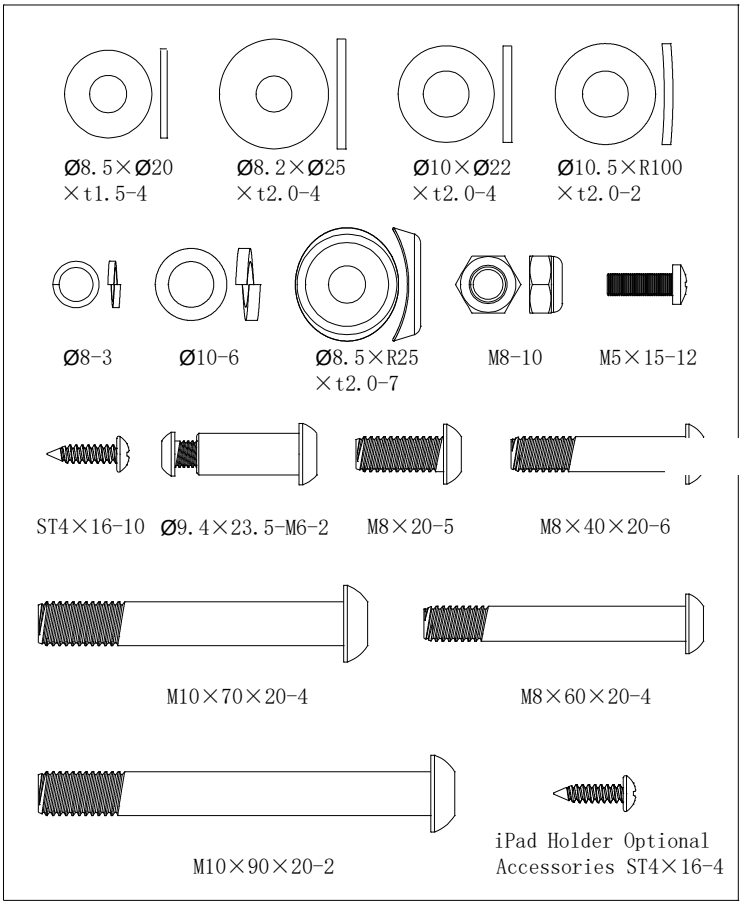
Übersicht



TECHNISCHE DATEN:

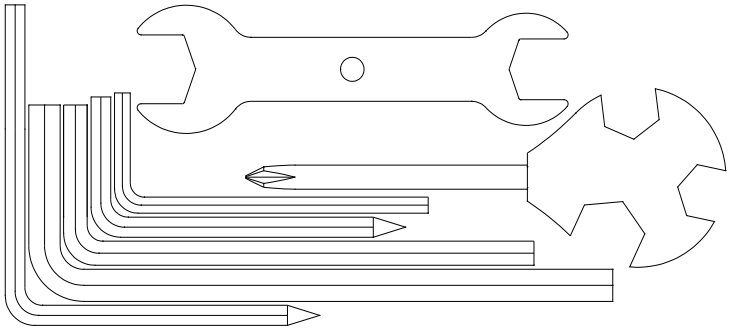
Abmessungen:	aufgeklappt: 1620×650×1850mm
Geschwindigkeitsbereich:	12
Schwungrad:	Innenmagnet, in beiden Richtungen, Φ450/8kg
Widerstandsstufen:	1-24
Schrittlänge:	520×240

WIR BEHALTEN UNS DAS RECHT VOR, DAS PRODUKT OHNE VORHERIGE MITTEILUNG ZU ÄNDERN.



LISTE DER SCHRAUBEN UND UNTERLEGSCHEIBEN:

Nr.	Beschreibung	Spezifikation	Menge	Nr.	Beschreibung	Spezifikation	Menge
26	Schraube mit Teilgewinde	M10×70×20	4	62	Selbstschneidende Senkschraube Philips	ST4×16	10
44	Flache Unterlegscheibe	Φ8.5×Φ20×t1.5	4	65	Senkschraube mit Vollgewinde Philips	M5×15	12
45	Flache Unterlegscheibe	Φ8.2×Φ25×t2.0	4	68	Schraube mit Vollgewinde	M8×20	5
47	Flache Unterlegscheibe	Φ10×Φ22×2.0	4	69	Schraube mit Teilgewinde	M8×40×20	6
49	Unterlegscheibe	Φ10.5×R100×t2.0	2	70	Schraube mit Teilgewinde	M8×60×20	4
50	Unterlegscheibe	Φ8.5×R25×t2.0	7	72	Innensechskantschraube mit Senkkopf	Φ9.4×23.5-M6/M6×12	2
51	Federring	Φ8	3	95	Schraube mit Teilgewinde	M10×90×20	2
52	Federring	Φ10	6	62	Selbstschneidende Senkschraube Philips	ST4×16 (wahlweise)	4
57	Selbstsichernde Sechskantmutter	M8	10				



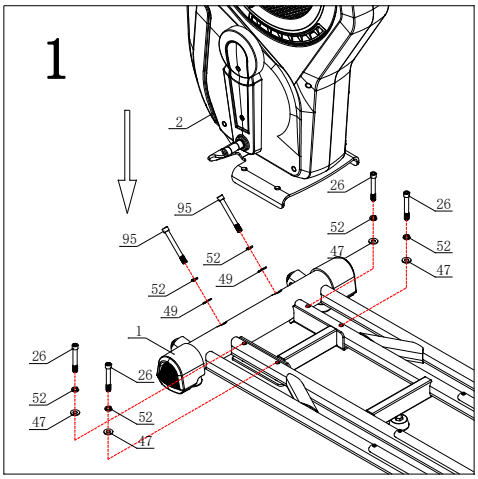
LISTE DER WERKZEUGE：

Beschreibung	Spezifikation	Menge
Innensechskant	4×30×80	1
Innensechskant	5×80×80S	1
Innensechskant	5×35×85S	1
Innensechskant	6×40×120	1
Schlüssel Phillips	14×17×75	1
Schraubenschlüssel	15#&17#	1

Montage

Schritt 1：

3. Setzen Sie den Hauptrahmen (2) auf die Basis des Rahmens (1). Befestigen Sie ihn mittels 2 Schrauben mit Teilgewinde (95), 2 Federringen (52), 2 Unterlegscheiben (49) und 4 Schrauben mit Teilgewinde (26), 4 Federringen (52), 4 flachen Unterlegscheiben (47).



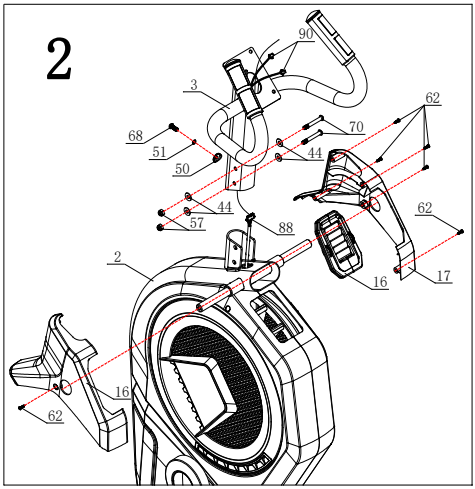
Schritt 2:

1. Ziehen Sie das Kommunikationskabel (88) aus der Öffnung für die Befestigung des Computers (3) heraus.

2. Montieren Sie den Rahmen zur Befestigung des Computers (3) auf dem Hauptrahmen (2). Befestigen Sie ihn mittels 1 Unterlegscheibe (50), 1 Federring (51), 1 Innensechskantschraube mit Vollgewinde (68) und 4 flachen Unterlegscheiben (44), 2 selbstsichernden Sechskantmuttern (57), 2 Schrauben mit Teilgewinde (70).

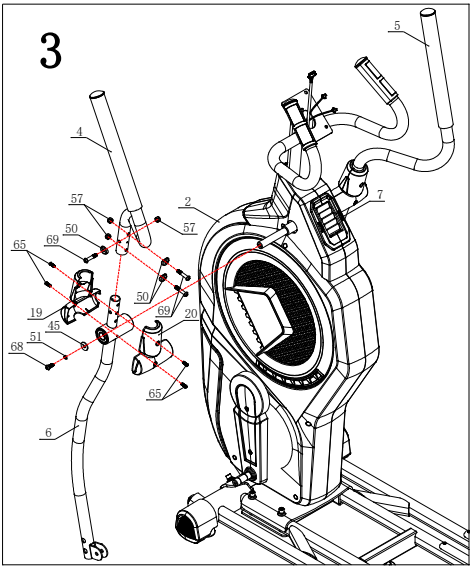
3. Befestigen Sie die linke obere Abdeckung (16), die rechte obere Abdeckung (17) und die Abdeckung für die Luftauslassöffnung (21) mittels 6 selbstschneidenden Senkschrauben Philips (62).

Vorsicht: Nach dem Anschließen des Kommunikationskabels sollten alle Kabel in der senkrechten Computerstange versteckt werden, um das Zusammendrücken der Kabel zu vermeiden.
Setzen Sie alle Schrauben und Unterlegscheiben auf die Rahmenöffnungen und ziehen Sie sie fest.



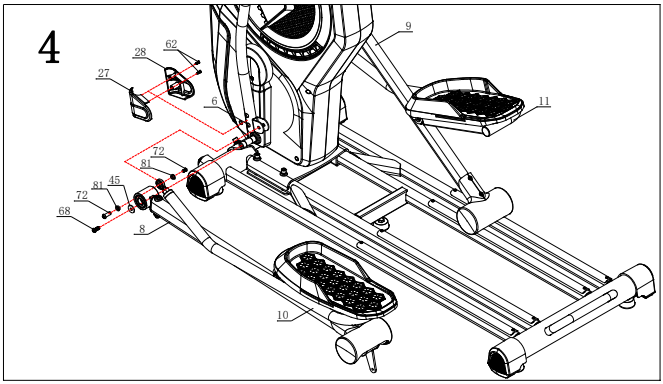
Schritt 3:

9. Tragen Sie etwas Schmiermittel auf die Achse des Hauptrahmens auf. Befestigen Sie die untere Armstange (6) am Hauptteil des Geräts mittels 1 Innensechskantschraube mit Vollgewinde (68), 1 Federring (51) und flacher Unterlegscheibe (45).
10. Befestigen Sie die obere linke Armstange (4) an der unteren linke Armstange (6) mittels 3 Schrauben mit Teilgewinde (69), 3 Unterlegscheiben (50) und 3 selbstsichernden Sechskantmuttern (57).
11. Befestigen Sie die Abdeckung des Lenkers 1 (19) und 2 (20) am oberen / unteren Verbindungsteil der Armstange mittels 4 Senkschrauben mit Vollgewinde Philips (65).
12. Montieren Sie die rechte Seite des Geräts auf die gleiche Art und Weise wie oben.



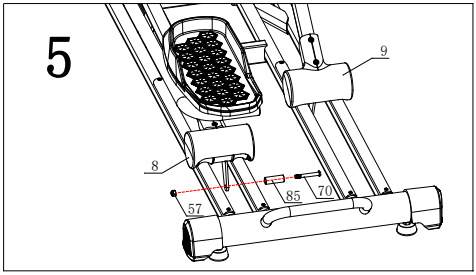
Schritt 4：

1. Tragen Sie etwas Schmiermittel auf die Achse des Hauptrahmens auf. Befestigen Sie das Set von linken Pedalarmen (8) an der Basis des Rahmens. Befestigen Sie es mittels flacher Unterlegscheibe (45), 1 Schraube für die Kurbelachse (30) und 1 Schraube mit Vollgewinde (68) an der Achse.
2. Tragen Sie etwas Schmiermittel auf die Innensechskantschraube mit Senkkopf auf (72). Verbinden Sie den linken Verbindungsteil des Pedals mit der unteren linken Armstange (6). Befestigen Sie sie mittels 1 Innensechskantschraube mit Senkkopf (72).
3. Befestigen Sie die linke untere Abdeckung der Armstange (27) und die rechte untere Abdeckung der Armstange (28) an der linken Armstange (6). Befestigen Sie sie mittels 2 selbstschneidenden Senkschrauben Philips (62).
4. Montieren Sie die rechte Seite des Geräts auf die gleiche Art und Weise wie oben.



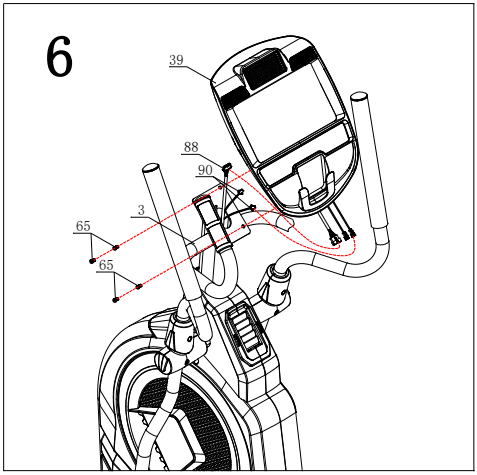
Schritt 5：

7. Befestigen Sie den Begrenzer für die Position der Rolle (85) am Set von linken Pedalarmen (8) mittels Schraube mit Teilgewinde (70) und selbstsichernder Sechskantmutter (57).
8. Montieren Sie die rechte Seite des Geräts auf die gleiche Art und Weise wie oben.
9. Tragen Sie etwas Schmiermittel auf die Gleitschienen auf.



Schritt 6：

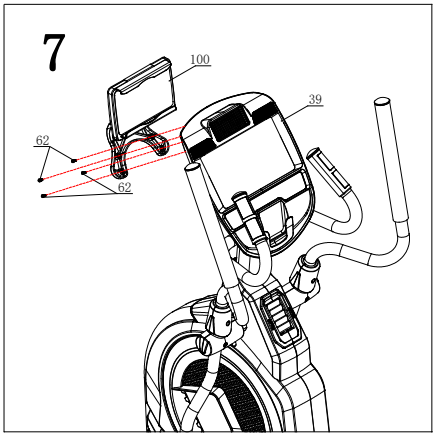
1. Verbinden Sie das Kommunikationskabel (88), das Kabel für Handpuls-Sensoren (90) mit dem Computerkabel.
2. Befestigen Sie die Konsole (39) am Rahmen zur Befestigung des Computers (3) mittels Senkschraube mit Vollgewinde Philips (65).



Schritt :

3. Befestigen Sie die Halterung für iPad (100) an der Konsole (39) mittels 4 selbstschneidenden Senkschrauben Philips (62.)

Vorsicht: Wenn Sie die Halterung für iPad kaufen, ist dieser Schritt erforderlich. Andernfalls können Sie ihn überspringen.



Bedienungsanleitung für Computer

Grafische Darstellung:

FUNKTIONEN DER TASTEN

RECOVERY	- Drücken Sie diese Taste, um die Erholungsherzfrequenz zu testen.
MODE	- Drücken Sie diese Taste im STOP-Modus, um eine gewünschte Funktion auszuwählen oder alle Einstellungswerte zu bestätigen.
PROGRAM	- Drücken Sie diese Taste, um das Trainingsprogramm auszuwählen.
BODY FAT	- Die Messung des Körperfettanteils in % (5,0% ~ 50%) und des BMI (0 ~ 50)
+	- Wählen Sie ein Programm aus oder erhöhen Sie den Wert, um den Widerstand einzustellen.
-	- Wählen Sie ein Programm aus oder verringern Sie den Wert, um den Widerstand einzustellen.

RESET	- Drücken Sie diese Taste im STOP-Modus oder im Einstellungsmodus, um ins Hauptmenü zu gelangen. - Halten Sie diese Taste 2 Sekunden lang gedrückt. Dann wird der Computer neu gestartet und startet vom Benutzer: Einstellungsmodus des Profils
START/STOP	- Drücken Sie diese Taste, um das Training zu beginnen oder es zu beenden. Wenn der Benutzer sein Training durch das Drücken der Taste START / STOP unterbricht, speichert der Computer alle Einstellungen.
FAN （wahlweise)	- Nach dem Einschalten oder während des Trainings können Sie die Taste FAN drücken, um die Funktion des Ventilators einzuschalten. Drücken Sie sie noch einmal, um sie auszuschalten.

FUNKTIONEN DER ANZEIGE

ZEIT/TIME	-Count up – kein eingestellter Zielwert; die Zeit wird von 0:00 gemessen. -Count down – mit dem eingestellten Zielwert; die Zeit wird vom eingestellten Wert auf 0 heruntergezählt, dann stoppt der Computer die Messung (STOP). Sie hören 4 Signale pro Sekunde 8 Sekunden lang. - Anzeigebereich: 0:00~99:59; Einstellungsbereich: 0:00~99:00
GESCHWINDIGKEIT/SPEED	- Im Start-Modus, wenn eine Reaktion erfolgt, wird die Geschwindigkeit innerhalb von 3 Sekunden angezeigt; Wenn 4,6 Sekunden lang keine Reaktion erfolgt, beträgt der Wert der GESCHWINDIGKEIT (SPEED) 0. - Anzeigebereich: 0.0 ~ maximal 99.9 KM/H oder ML/H. - Die Werte von GESCHWINDIGKEIT (SPEED) und UMDREHUNGEN PRO MINUTE (RPM) werden nacheinander alle 6 Sekunden angezeigt.
UMDREHUNGEN PRO MINUTE/RPM	- Im START-Modus, wenn eine Reaktion erfolgt, wird auf dem Bildschirm die Anzahl der Umdrehungen pro Minute innerhalb von 3 Sekunden angezeigt; Wenn 4,6 Sekunden lang keine Reaktion erfolgt, beträgt der Wert von RPM 0. - Anzeigebereich: 0 ~ maximal 999. - Die Werte von GESCHWINDIGKEIT (SPEED) und UMDREHUNGEN PRO MINUTE (RPM) werden nacheinander alle 6 Sekunden angezeigt.
KALORIENVERBRAUCH/CALORIES	-Count up – kein eingestellter Zielwert; der Kalorienverbrauch wird von 0.0 gemessen. -Count down – mit dem eingestellten Zielwert; der Kalorienverbrauch wird vom eingestellten Wert auf 0 heruntergezählt, dann stoppt der Computer die Messung (STOP). Sie hören dann 4 Signale pro Sekunde 8 Sekunden lang. - Anzeigebereich: 0~999 CAL; Einstellungsbereich: 0~990 CAL
DISTANZ/DISTANCE	- Count up – kein eingestellter Zielwert; der Distanzwert wird von 0.0 gemessen.

	- Count down – mit dem eingestellten Zielwert; der Distanzwert wird vom eingestellten Wert auf 0 heruntergezählt, dann stoppt der Computer die Messung (STOP). Sie hören dann 4 Signale pro Sekunde 8 Sekunden lang. - Anzeigebereich: 0.0~99.9km (ml); Einstellungsbereich: 0.0~99.0km (ml)
PULS/PULSE	- Wenn ein Signal erfolgt, wird der Herzfrequenz-Wert des Benutzers innerhalb von 7,5 Sekunden angezeigt; Wenn kein Signal des Pulses erfolgt, zeigt das PULSE-Fenster 0 innerhalb von 6 Sekunden an. - Wenn der Puls den eingestellten Wert überschreitet, ertönt ein Signal vom Computer. - Anzeigebereich: P-30~230; Einstellungsbereich: 0-30~230
WATT	- Es wird der während des Trainings verbrauchte Energiewert angezeigt. Wenn eine Reaktion erfolgt, wird der WATT-Wert innerhalb von 3 Sekunden angezeigt; wenn keine Reaktion erfolgt, zeigt das WATT-Fenster 0 innerhalb von 4,6 Sekunden an. - Anzeigebereich: 0~999.
MANUELL/MANUAL	- Training im manuellen Modus.
PROGRAM,	- Einstellung des Widerstandswerts; 12 Programme zur Auswahl (P1~P12).
BENUTZER/USER	- Diese Funktion dient zur Erstellung des individuellen Benutzerprogramms.
H.R.C.	- Target HR Modus (Zielwert des Pulses) - 4 Modi zur Auswahl: 55%, 75%, 90%, TAG.
WATT CONSTANT	- WATT - regelmäßige Messung der während des Trainings verbrauchten Energie.

BEDIENUNG:

1. Einschalten

Nach dem Anschluss der Stromversorgung (Halten Sie die Taste RESET 2 s lang gedrückt) ertönt ein Signal 1 s lang und die LED-Diode leuchtet 2 Sekunden lang (**Abb. 1**). Dann werden Raddurchmesser und KM (oder ML) im mittleren Teil des Displays und "E" (oder "A") in CALORIE-Fenster (**Abb. 2**) angezeigt. Gehen Sie dann in den Einstellungsmodus des Benutzers.

2. Einstellungen des Benutzer-Profils

2-1 Die voreingestellte Gruppe der Benutzer - U1(**Abb. 3**). Drücken Sie die Taste UP oder DOWN, um U1~U4 auszuwählen. Drücken Sie dann die Taste MODE, um die Einstellung zu bestätigen. Drücken Sie die Taste “+” oder “-”, um GESCHLECHT (SEX) (**Abb. 4**), ALTER (AGE) (**Abb. 5**), GRÖßE (HEIGHT) (**Abb. 6**), GEWICHT (WEIGHT) (**Abb. 7**) auszuwählen. Drücken Sie die Taste MODE, um die Einstellungen zu bestätigen. Nach der Bestätigung geht das System ins Hauptfenster der Funktionen (**Abb. 8**).

2-2 GESCHLECHT (SEX) - weiblich/männlich; ALTER (AGE) - 1~99 (Der voreingestellte Wert ist gleichzeitig der letzte Ausgangswert.); GRÖßE (HEIGHT) - 100~200CM (Der voreingestellte Wert ist gleichzeitig der letzte

Ausgangswert.); GEWICHT - 20~150KG (Der voreingestellte Wert ist gleichzeitig der letzte Ausgangswert.).

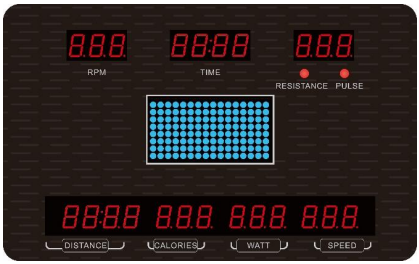


Abb. 1

Abb. 2

Abb.3

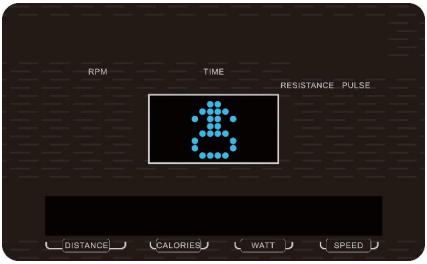


Abb. 4

Abb.5

Abb. 6

Abb.7

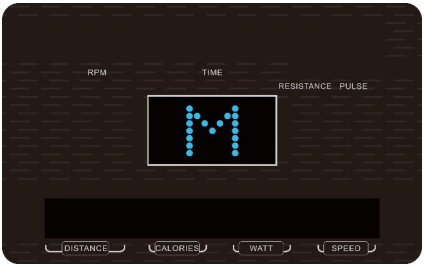


Abb. 8

3. Ausschalten

Wenn 4 Minuten lang kein RPM-Signal empfängt wird, geht der Computer in den Standby-Modus (SLEEPING-Modus).

Ohne Abschalten des Stromes kann der Benutzer eine beliebige Taste drücken oder in die Pedale treten, um der Computer zu starten.

7. Auswahl des Trainingsmodus

Nach den Einstellungen der Angaben zum Benutzer (USER DATA setting) gelangen Sie wieder ins Hauptmenü. Drücken Sie "**P**" (PROGRAMM) oder "+/-", um folgende Funktionen auszuwählen: MANUAL -> PROGRAM ->USER -> H.R.C. ->WATT (**Abb. 9-13**). Wenn die LED-Diode in der Mitte leuchtet, drücken Sie die Taste MODE, um die Einstellung zu bestätigen.

Im Hauptmenü kann der Benutzer auch die Taste START/STOP drücken, um direkt in den manuellen Trainingsmodus zu gehen (Manual workout mode).

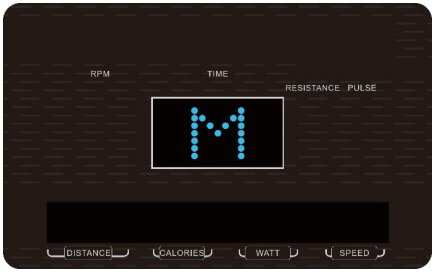


Abb. 9

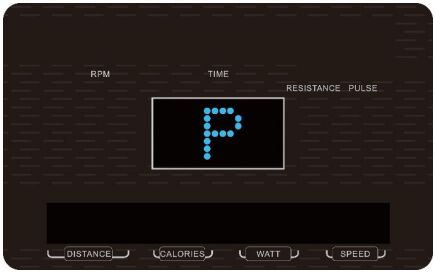


Abb. 10

Abb.11

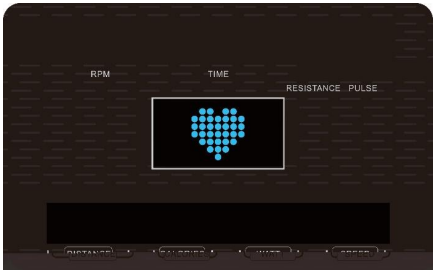


Abb. 12

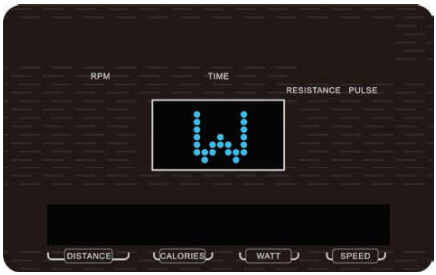


Abb. 13

4-1 Manueller Modus

Drücken Sie im Hauptmenü die Taste “**P**” (PROGRAMM) oder “+”/”-”, um MANUAL zu wählen. Drücken Sie MODE, um in den MANUAL-Modus zu gehen.

Vor dem Beginn Ihres Trainings sollten Sie folgende Werte einstellen:

ZEIT (TIME): blinkt (**Abb. 14**). Drücken Sie “+” oder “-”, um den Zielwert der Trainingszeit von 00:00 bis 99:00 einzustellen. Drücken Sie die Taste MODE, um die Einstellung zu bestätigen.

DISTANZ (DISTANCE): blinkt (**Abb. 15**). Drücken Sie “+” oder “-”, um den Zielwert der Distanz im Bereich von 0.0~99.0 einzustellen. Drücken Sie die Taste MODE, um die Einstellung zu bestätigen.

KALORIENVERBRAUCH (CALORIES): blinkt (**Abb. 16**). Drücken Sie “+” oder “-”, um den Zielwert des Kalorienverbrauchs im Bereich von 0~990 einzustellen. Die Erhöhung/ Verringerung beträgt 10. Drücken Sie die Taste MODE, um die Einstellung zu bestätigen.

PULS (PULSE): blinkt (**Abb. 17**). Drücken Sie “+” oder “-”, um den Zielwert des Pulses im Bereich von 0-30~230 einzustellen. Drücken Sie die Taste MODE, um die Einstellung zu bestätigen. Der Computer erkennt die Herzfrequenz des Benutzers. Halten Sie den Handpuls-Sensor fest oder ziehen Sie den Telemetriegürtel beim Start des Trainings an.

Während der Einstellung leuchtet das Fenster ZEIT (TIME) / DISTANZ (DISTANCE) / KALORIENVERBRAUCH (CALORIES) und der Wert blinkt mit einer Häufigkeit von 1 Hz. Er sollte eingestellt werden. Drücken Sie "+" oder "-", um den Wert einzustellen. Halten Sie die Taste "+" oder "-" gedrückt, um den Wert zu erhöhen oder zu verringern. Wenn Sie das Training beginnen, leuchtet das LED-Fenster PULSE und zeigt den Puls an; Wenn kein Pulssignal empfängt wird, wird im Fenster PULSE "P" angezeigt.

Drücken Sie die Taste START/STOP, um Ihr Training zu beginnen.

Im Trainingsmodus kann der Benutzer den Widerstandswert durch das Drücken der Taste "+"- oder "-" einstellen. Beim Einstellen des Widerstandswertes zeigt das Fenster WIDERSTAND den Wert LEVEL für 2 s und dann den Wert PULSE an.

Die blaue Spalte beginnt nacheinander zu blinken und wechselt zum nächsten Wert in der voreingestellten Zeit (unterteilt in 16). Nach dem Herunterzählen vom voreingestellten Zielwert auf 0 schaltet sich die Konsole automatisch aus.

Der Benutzer kann auch die Taste START/STOP drücken, um das Training zu beenden. Drücken Sie RESET, um ins Hauptmenü zurückzugehen.

Abb. 14

Abb. 15

Abb. 16

Abb. 17

4-2 Programm-Modus

Drücken Sie die Taste RESET, um ins Hauptmenü zu gehen. Drücken Sie “+” oder “-” und die Taste MODE, um ins PROGRAMM-Modus (PROGRAM) zu gehen. In diesem Modus haben Sie 12 Programme zur Auswahl (P1~P12) (**Abb. 18~29**). Drücken Sie die Taste “+” oder “-”, um den Programm auszuwählen und drücken Sie MODE, um die Einstellung zu bestätigen. Vor dem Beginn Ihres Trainings sollten Sie folgende Werte einstellen:

ZEIT (TIME): blinkt (**Abb. 30**). Drücken Sie “+” oder “-”, um den Zielwert der Trainingszeit von 00:00 bis 99:00 einzustellen (**Abb. 31**).

DISTANZ (DISTANCE): blinkt. Drücken Sie “+” oder “-”, um den Zielwert der Distanz im Bereich von 0.0~99.0 einzustellen. Drücken Sie die Taste MODE, um die Einstellung zu bestätigen.

KALORIENVERBRAUCH (CALORIES): blinkt. Drücken Sie “+” oder “-”, um den Zielwert des Kalorienverbrauchs im Bereich von 0~990 einzustellen. Die Erhöhung/ Verringerung beträgt 10. Drücken Sie die Taste MODE, um die Einstellung zu bestätigen.

PULS (PULSE): blinkt. Drücken Sie “+” oder “-”, um den Zielwert Pulses im Bereich von 0-30~230 einzustellen. Drücken Sie die Taste MODE, um die Einstellung zu bestätigen.

Drücken Sie die Taste START/STOP, um Ihr Training zu beginnen.

Im Trainingsmodus kann der Benutzer den Widerstandswert durch das Drücken der Taste "+"- oder "-" einstellen. Beim Einstellen des Widerstandswertes zeigt das Fenster den Wert LEVEL für 2 s und dann den Wert PULSE an.

Nach dem Herunterzählen auf 0 schaltet sich die Konsole automatisch aus.

Der Benutzer kann auch die Taste START/STOP drücken, um das Training zu beenden. Drücken Sie RESET, um ins Hauptmenü zurückzugehen.

Abb. 18

Abb. 19

Abb. 20

Abb. 21

Abb. 22

Abb. 23

Abb. 24

Abb. 25

Abb. 26

Abb. 27

Abb. 28

Abb. 29

Abb. 30

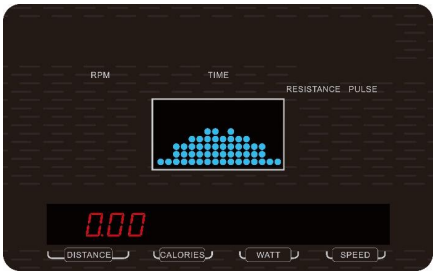


Abb. 31

4-3 Benutzerprogramm

Drücken Sie die Taste RESET, um ins Hauptmenü zu gehen. Drücken Sie die Taste “+” oder “-” und die Taste MODE, um ins Benutzerprogramm zu gehen (USER PROGRAM). Der Benutzer kann sein eigenes Profil in diesem Modus erstellen. Der blaue Punkt des Profils beginnt zu blicken. Drücken Sie dann die Taste "+" oder "-", um den Widerstandswert in jeder Spalte einzustellen (**Abb. 32**). Drücken Sie die Taste MODE, um die Einstellung zu bestätigen. Ein komplettes Programmprofil hat 16 Spalten, die eingestellt werden müssen (Standardwert = 1). Um die Einstellung zu beenden oder zu unterbrechen, halten Sie die Taste MODE 2 Sekunden lang gedrückt.

Danach sollten Sie den folgenden Wert einstellen:

ZEIT (TIME): blinkt (**Abb. 33**). Drücken Sie UP oder DOWN, um den Zielwert der Trainingszeit von 00:00 bis

99:00 einzustellen.

Drücken Sie die Taste START/STOP, um Ihr Training zu beginnen.

Im Trainingsmodus kann der Benutzer den Widerstandswert durch das Drücken der Taste "+"- oder "-" einstellen.

Nach dem Herunterzählen auf 0 schaltet sich die Konsole automatisch aus.

Drücken Sie die Taste START/STOP, um Ihr Training wieder zu beginnen. Andere voreingestellte Werte werden weiterhin heruntergezählt. Im STOP-Modus kann der Benutzer die Taste RESET drücken, um ins Hauptmenü zurückzukehren.

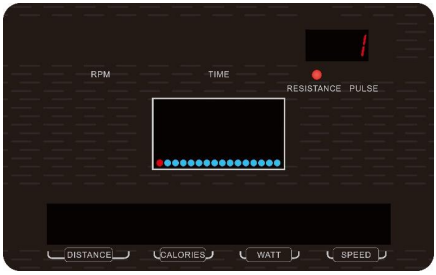


Abb. 32

Abb. 33

4-4 H.R.C.-Modus

Drücken Sie die Taste RESET, um ins Hauptmenü zu gehen. Drücken Sie die Taste “+” oder “-” und die Taste MODE, um ins H.R.C.-Modus zu gehen. Drücken Sie in diesem Modus die Taste “+” oder “-”, um die Programme: 55%, 75%, 90% oder TAG auszuwählen. Das LED-Display beginnt zu leuchten. Der Benutzer kann einen anderen Zielwert des Pulses einstellen. Der Zielwert wird aus dem eingegebenen Benutzeralter (AGE) berechnet. Er wird im PULS-Fenster angezeigt (**Abb. 34~37**). Drücken Sie MODE, um die Einstellung zu bestätigen. Wenn der Benutzer H.R.C. TAG auswählt, zeigt die Konsole den Standardwert 100 an. Drücken Sie "+" oder "-", um den Zielwert des Pulses im Bereich von 30~230 einzustellen. Drücken Sie die Taste MODE, um die Einstellung zu bestätigen.

Danach sollten Sie den folgenden Wert einstellen:

ZEIT (TIME): blinkt. Drücken Sie “+” oder “-”, um den Zielwert der Trainingszeit von 00:00 bis 99:00 einzustellen (**Abb. 38**).

Drücken Sie die Taste START/STOP, um Ihr Training zu beginnen.

Während des Trainings passt sich der Widerstandswert automatisch Ihrem aktuellen Puls an. Wenn **ein Pulssignal nicht** empfängt wird**,** leuchtet das LED-Display wie auf der **Abb. 39**.

Drücken Sie STOP, um das Training zu beenden. Drücken Sie die Taste RESET, um ins Hauptmenü zurückzugehen.

※H.R.C 55% - Diät-Programm (Diet); H.R.C 75% - Gesundheitsprogramm (Health); H.R.C 90% - Sport-Programm (Sport)

Abb. 34

Abb. 35

Abb. 36

Abb. 37

Abb. 38

Abb. 39

4-5 WATT-Modus

Drücken Sie die Taste START/STOP im beliebigen Modus und danach drücken Sie RESET, um ins Hauptmenü zu gehen.

Drücken Sie die Taste “+” oder “-” und die Taste MODE, um in den Modus der regelmäßigen Messung der verbrauchten Energie während des Trainings (WATT) zu gehen. Im WATT-Modus blinkt der Standardwert 120 (**Abb. 40**). Der Benutzer kann den WATT-Wert durch das Drücken der Taste “+” oder “-” im Bereich von 10~350 mit der Erhöhung von 5W einstellen. Drücken Sie MODE, um die Einstellung zu bestätigen.

Danach sollten Sie den folgenden Wert einstellen:

ZEIT (TIME): blinkt. Drücken Sie “+” oder “-”, um den Zielwert der Trainingszeit von 00:00 bis 99:00 einzustellen (**Abb. 41**). Drücken Sie die Taste START/STOP, um das Training z beginnen.

Das System passt automatisch den WATT-WERT, aktuelle Anzahl der Umdrehungen pro Minute (RPM) und die Geschwindigkeit nach den voreingestellten Daten an. Wenn die Geschwindigkeit zu hoch ist, verringert sich

der Widerstandswert und umgekehrt. Nach dem Training kann der Benutzer die Taste RESET drücken, um ins Hauptmenü zu gehen.

Abb. 40

Abb. 41

5. RECOVERY-Modus

Wenn kein Wert des Pulses auf der Konsole angezeigt wird, kann man die Taste RECOVERY nicht drücken.

Wenn der Wert des Pulses auf der Konsole angezeigt wird, drücken Sie die Taste RECOVERY, um die Pulsmessung zu beginnen. Halten Sie die Griffe mit beiden Händen (oder ziehen Sie den Telemetriegürtel an). Alle angezeigten Funktionen werden angehalten, außer „ZEIT" ("TIME"). Diese Funktion beginnt von 00:60 herunterzuzählen (**Abb. 42**). PULSE-Diode leuchtet und ist eingeschaltet.

Der Widerstand wird auf 1 verringert.

Während die Zeit-Funktion (TIME) bis 00:00 herunterzählt, wird auf der Konsole die Erholungsherzfrequenz mit "FX" (X=1,...6) angezeigt (**Abb. 43**). F1 ist der beste und F6 der schlechteste Wert.

Drücken Sie die Taste RECOVERY wieder, um zum vorherigen Trainingsstatus zu gelangen.

Wenn der Benutzer die Taste RECOVERY drückt, bevor die ZEIT bis 00:00 heruntergezählt wird, wird der RECOVERY-Modus ausgeschaltet und die Konsole geht dann ins Hauptmenü.

Abb.42

Abb. 43

6. BODY-FAT-Modus

Drücken Sie die Taste BODY FAT im STOP-Modus, um den Körperfettanteil zu messen. Der Computer beginnt dann die Messung. Während der Messung sollten Sie beide Händen an den Griffen halten. Auf der Konsole sieht das Bild so aus wie auf den **Abb. 44~46**. Es ist so lange sichtbar, bis die Messung abgeschlossen ist. Wenn die Messung abgeschlossen ist, erscheinen der Fettanteil in % (BODY FAT), BMI (Body Mass Index) und das FAT-Symbol (**Abb. 47~48**) auf der Konsole.

Drücken Sie die Taste BODY FAT wieder, um zum vorherigen Trainingsstatus zu gelangen.

※ Fehlercode, der während der Messung erscheinen kann:

E-1--- Der Benutzer hält nicht korrekt die Griffe (**Abb. 49**).

E-4--- % Fettanteil (Body Fat) überschreitet den Einstellungsbereich (5.0%~ 50%) (**Abb. 50**).

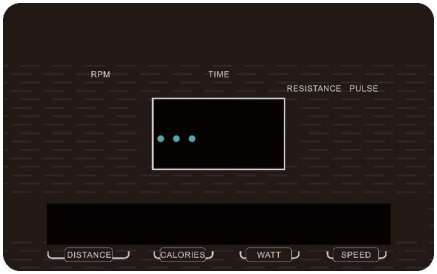


Abb. 44

Abb. 45

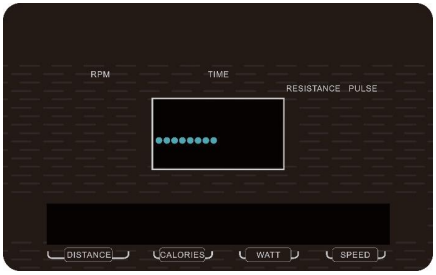


Abb. 46

Abb. 47

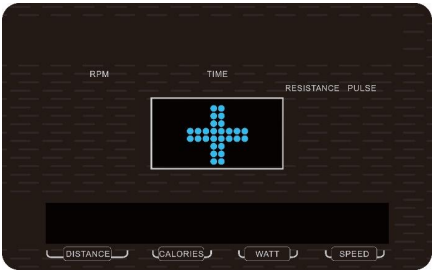


Abb. 48

Abb. 49

Abb. 50

BEMERKUNGEN:

3. Wenn der Benutzer die Taste RESET zwei Sekunden lang gedrückt hält, um der Computer zurückzusetzen (TOTAL RESET), geht der Computer in den Start-Modus. Es ertönt ein akustisches Signal, alle LED-Fenster leuchten für 2 Sekunden. Danach gelangen Sie in den Einstellungsmodus. Der Widerstandswert wird 1 betragen.

2. Dieser Computer ist mit einer ALARM-Erinnerung ausgestattet:

1 Kurzes Signal – richtige Taste;

2 Kurze Signaltöne – falsche Taste oder Puls überschreitet den Zielwert;

3 Kurze Signaltöne pro Sekunde - WATT überschreitet den Wert in der Spezifikation;

4 Kurze Signaltöne – Der Wert der Funktion wird auf 0 heruntergezählt;

6 Kurze Signaltöne – Das Kontrollsystem von HRC und WATT wird angehalten.

Die Kennzeichnung von Geräten mit einem durchgestrichenen Abfallbehälter weist darauf hin, dass das Produkt vom normalen Haushaltsabfall getrennt gesammelt und entsorgt werden muss. Nach der WEEE-Richtlinie über Elektro- und Elektronik-Altgeräte muss man diese Art der Geräte getrennt entsorgen.

Der Nutzer, der dieses Gerät entsorgen will, ist dazu verpflichtet, es an die Sammelstelle für Elektro- und Elektronik-Altgeräte zurückzugeben, was zur Wiederverwendung, zum Recycling oder zur Verwertung und damit zum Schutz der Umwelt beiträgt. Wenden Sie sich dazu bitte an Ihren Händler oder an die örtlichen Behörden. Gefährliche Komponenten in elektronischen Geräten können zu dauerhaften nachteiligen Veränderungen der Umwelt und zu schädlichen Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit führen

KARTA GWARANCYJNA

N Nazwaa artykułu: .....

K Kod EAN: .....

Data sprzedaży: .....

WARUNKI GWARANCJI

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium RP na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży/ **W PRZYPADKU SPRZEDAŻY I UŻYTKU TOWARU W CELACH KOMERCYJNYCH OKRES GWARANCJI JEST RÓWNY 12 MSC OD DATY SPRZEDAŻY**.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:

   - czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczątką sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy

   - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży / rachunku /

   - reklamowanego towaru
3. Ewentualne wady i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do sklepu lub serwisu.
4. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres gwarancji może się wydłużyć o czas niezbędny do jej sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 40 dni.
5. Gwarancją nie są objęte: - Uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,

   - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania,

   - niewłaściwy montaż i konserwacja,

   - uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska itp.
6. Gwarancja traci ważność w przypadku: - Upływu terminu ważności,

   - samodzielnych napraw,

   - nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji.
7. Duplikaty karty gwarancyjnej nie będą wydawane.
8. Produkt oddany do naprawy winien być kompletny i czysty. W przypadku stwierdzenia braków, serwis ma prawo odmówić przyjęcia sprzętu do naprawy. W przypadku dostarczenia brudnego produktu, serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
9. Gwarancją nie są objęte czynności związane z montażem i konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonywać we własnym zakresie.
10. Gwarant informuje, iż prowadzi serwis pogwarancyjny.
11. Towar powinien być w oryginalnym opakowaniu i zabezpieczony do wysyłki.

Gwarancja na sprzedany towar nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza uprawnień kupującego wynikających z niezgodności towaru z umową.

Adnotacje o przebiegu napraw

Lp.	Data zgłoszenia	Data wydania	Przebieg napraw	Podpis odbierającego (sklep, właściciel)

GUARANTEE CARD

Article name: ……..

EAN code: ……

Date of sale: ……..

GUARANTEE TERMS

1. The Seller provides guarantee on behalf of the Guarantor within the territory of the Republic of Poland for the period of 24 months from the date of sale.

I**n the case of sales and use product for the commercial purposes warranty period is equal 12 MSC from sales data**

2. The Guarantee will be recognised by the shop or service centre after the client provides:

- clearly and correctly filled-in guarantee card with the sale stamp and the seller's signature - valid purchase confirmation for the equipment including the date of sale / bill / - complained product.

3. Possible defects and damages revealed during the guarantee period shall be remedied free of charge within not more than 21 days from the delivery of the product to the shop or service.

4. Should it be necessary to import some components, the guarantee term can be extended by the period required to import such part, however such period shall not be longer than 40 days.

5. The guarantee does not cover:

- mechanical damages and subsequent defects,
- damages and defects resulting from incorrect storage and usage of the equipment against its purpose,- incorrect assembly and maintenance,
- damages and consumption of such elements as: cables, straps, rubber parts, pedals, sponge grips, wheels, bearings, etc.

6. The guarantee expires in the event of:

- expiry of the validity term,
- self-repairs,
- failure to follow the rules of correct operation.

7. No duplicates of the guarantee cards shall be issued.

8. The product handed over for repair should be complete and clean. If some parts are missing, the service is entitled to refuse to accept the product for repair. The service may refuse to accept a dirty product or clean in on the client's expense after the client's written permit.

9. The guarantee does not cover activities related to assembly, maintenance, which, according to the instruction, the user is obliged to perform themselves.

10. The Guarantor also informs that they offer post-guarantee service.

11. The product should be provided in its original packaging and should be secured for shipment.

The guarantee for sold goods is not exclusive, does not limit or suspend entitlements of the buyer resulting from the non-compliance of the product with the agreement.

Notes on the course of repairs

Item	Date of notificacion	Date of provision	Course of repairs	Signature of the recipient (shop, owner)

ZÁRUČNÍ LIST

Název produktu: .....

EAN kod: .....

Datum prodeje: .....

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY

1. Prodávající jménem Ručitele poskytuje záruku na území Polska po dobu 24 měsíců od data prodeje.

V PŘÍPADĚ PRODEJE A POUŽÍVÁNÍ ZBOŽÍ PRO KOMERČNÍ ÚČELY JE DOBA ZÁRUKY 12 MĚSÍCŮ OD DATA PRODEJE.

2. Záruka bude respektována obchodem nebo servisem po předložení zákazníkem:

- čitelně a správně vyplněného záručního listu s razítkem a podpisem prodávajícího
- platného doklad o koupi produktu s datem prodeje (účtu)
- reklamovaného produktu

3. Jakékoli závady a poškození odhalené během záruční doby budou opraveny bezplatně nejdéle do 21 dnů ode dne doručení do obchodu nebo servisu.

4. Je-li třeba produkt převézt z jiné země, může být záruční lhůta prodloužena o dobu nezbytnou k jeho vrácení, nejdéle však o 40 dnů.

5. Záruka se nevztahuje na:

- mechanické poškození a vady způsobené nimi
- poškození a vady vyplývající z nesprávného použití a skladování- špatnou montáž a údržbu
- poškození a opotřebení součástí které podléhají zkáze, jako jsou kabely, pásy, pryžové prvky, pedály, držáky na houby, kola, ložiska atd.

6. Záruka zaniká, pokud:

- vyprší její platnost
- bylo do produktu neodborně zasaženo- nebyla dodržena pravidla řádné údržby **7.** Duplikáty záručního listu nebudou vydány.

8. Produkt dodaný do opravy by měl být kompletní a čistý, v opačném případě má servis právo odmítnout přijetí produktu do opravy. V případě dodání špinavého produktu může servis odmítnout jeho přijetí do opravy, nebo na náklady zákazníka stroj vyčistit s jeho písemným svolením k čištění.

9. Záruka se nevztahuje na činnosti související s montáží a údržbou, které musí podle uživatelské příručky provádět sám uživatel.

10. Ručitel také informuje, že provozuje pozáruční servis.

11. Výrobek by měl být v původním obalu a zajištěn pro přepravy.

Záruka na prodané zboží nevylučuje, neomezuje nebo nezavazuje práva kupujícího vyplývající z nedodržení záručních podmínek.

Upozornění o opravě

Č.	Datum nahlášení	Datum vydání	Průběh oprav	Podpis příjemce (obchod, majitel)

GARANTIEKARTE

Artikelname:	
EAN-Code:	
Verkaufsdatum:	

GARANTIEBEDINGUNGE

1. Der Verkäufer gewährt im Namen des Garanten eine Garantie für 24 Monate nach dem Verkaufsdatum auf dem Hoheitsgebiet der Republik Polen. WENN DIE WAREN VERKAUFT UND GEWERBLICH VERWENDET WERDEN, IST DER GARANTIEZEITRAUM AB VERKAUFSDATUM 12 MSC
2. Die Garantie wird von dem Laden oder dem Service nach Vorlage:

- der leserlich und korrekt ausgefüllten Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers
- eines gültigen Kaufnachweises für das Gerät mit dem Verkaufsdatum / Rechnung/
- der beanstandeten Ware

durch den Kunden respektiert

3. Während der Garantiezeit festgestellte Mängel und Schäden werden innerhalb von 21 Tagen nach dem Datum der Lieferung an den Laden oder den Service kostenlos repariert.
4. Falls es erforderlich ist, importierte Ersatzteile einzuführen, kann die Gewährleistungsfrist um die Zeit, die erforderlich ist, um den Import durchzuführen, jedoch nicht länger als 40 Tage verlängert werden.
5. Die Garantie umfasst nicht: - mechanische Schäden und die durch Schäden verursachten Mängel,

- Schäden und Mängel infolge unsachgemäßer Verwendung und Lagerung,
- falsche Montage und Wartung,
- Beschädigung und Verschleiß von Elementen wie: Kabeln, Riemen, Gummielementen, Pedalen, Schwammhaltern, Rädern, Lagern usw.

6. Die Garantie erlischt: - nach Ablauf der Haltbarkeit,

- bei freiwilligen Reparaturen,
- Nichteinhaltung der Regeln für den ordnungsgemäßen Betrieb.

7. Duplikate der Garantiekarte werden nicht ausgestellt.
8. Das zu reparierende Produkt sollte vollständig und sauber sein. Bei Feststellung von Mängeln ist der Service, die Annahme zur Reparatur zu verweigern. Im Falle der Lieferung eines verschmutzten Produkts kann der Service die Annahme verweigern oder auf Kosten des Kunden mit seiner schriftlichen Genehmigung die Reinigung durchführen
9. Die Garantie erstreckt sich nicht auf Tätigkeiten im Zusammenhang mit Montage und Wartung, zu deren Durchführung der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung selbst verpflichtet ist
10. Der Garant teilt ferner mit, dass er einen Nachgarantieservice durchführt.
11. Das Produkt sollte sich in der Originalverpackung befinden und für den Versand gesichert sein.

Die Garantie für die verkaufte Ware schließt die Rechte des Käufers aus der Nichtübereinstimmung der Ware mit dem Vertrag nicht aus,

schränkt sie nicht ein und setzt sie nicht aus.

DAS GERÄT IST NICHT ZUR VERWENDUNG ZUR REHABILITATION UND THERAPEUTISCHEN ZWECKEN BESTIMMT

VERMERKE ÜBER DEN VERLAUF DER REPARATUREN

Lfd. Nr.	Datum der Anmeldung	Datum der Ausgabe	Verlauf der Reparaturen	Unterschrift des Empfängers (Laden, Eigentümer)

IMPORTER: **ABISAL SP. .Z.O.O.,** ul. Świętej Elżbiety 6, 41-905 Bytom

Service: Pyskowicka 14, 41- 807 Zabrze

abisal@abisal.pl www.abisal.pl