



H8705L CARBON BIKE DUAL



PRODUCENT:

**BH FITNESS
EXERCYCLE S.L.
P.O. BOX 195
01080 Vitoria Spain
www.bhfitness.com**

DYSTRYBUTOR:

**DEL SPORT Sp. z o.o.
ul. Warszawska 33
05-082 Blizne Łaszczyńskiego (Warszawa)
www.delsport.pl delsport@delsport.pl
Tel.: 022/3509420-23 Fax 022/3509424
SERWIS: serwis@delsport.pl**

Fig 1

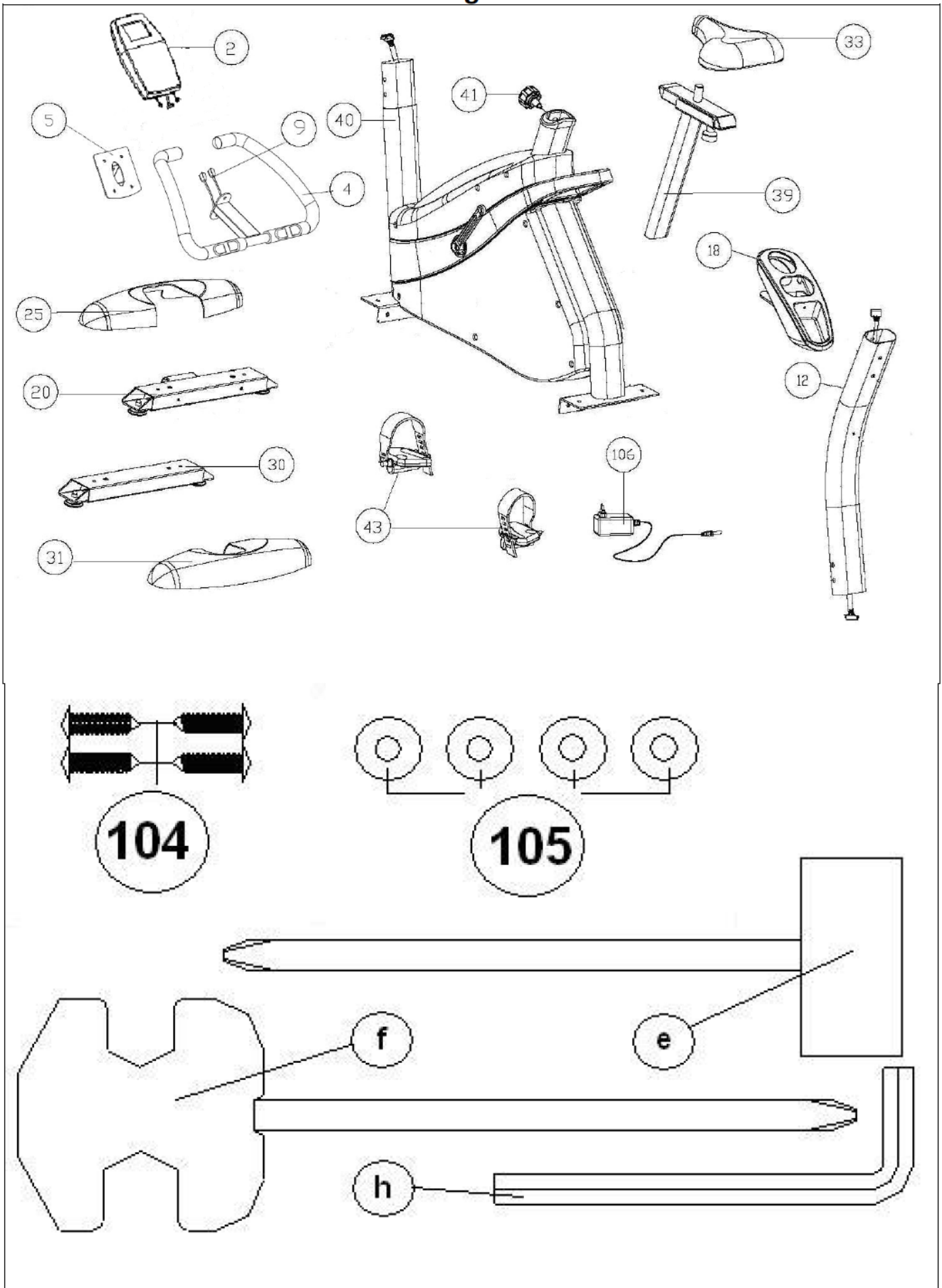


Fig 2

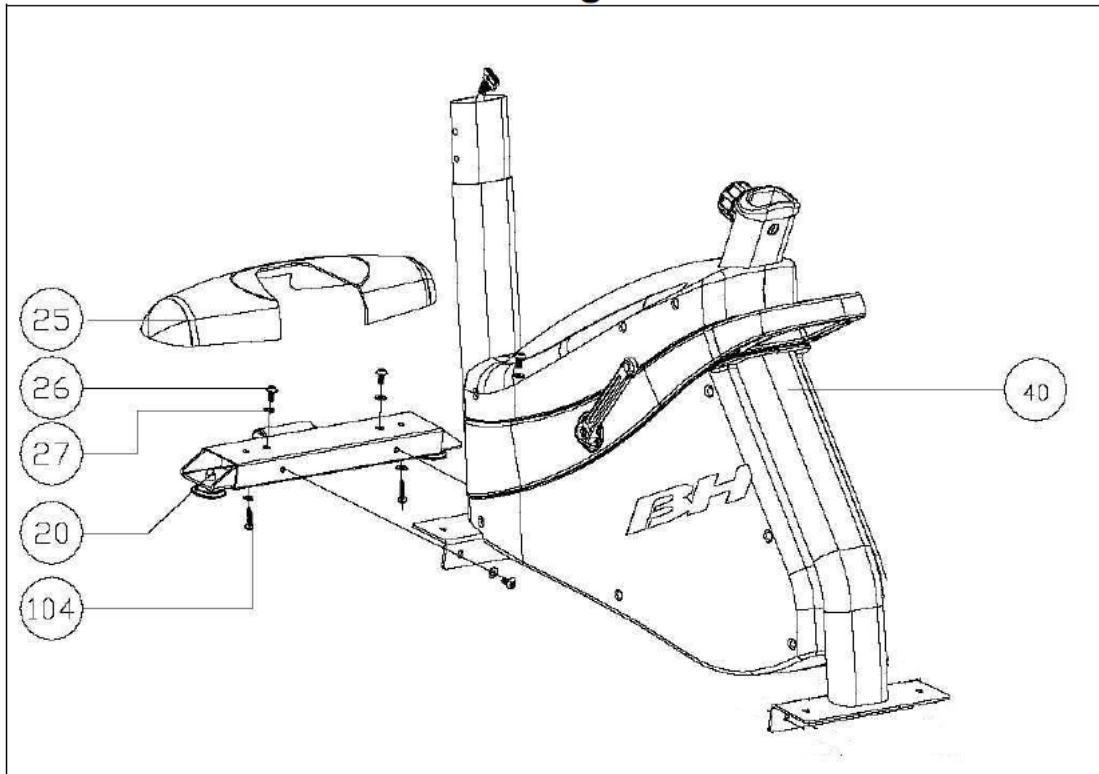


Fig 3

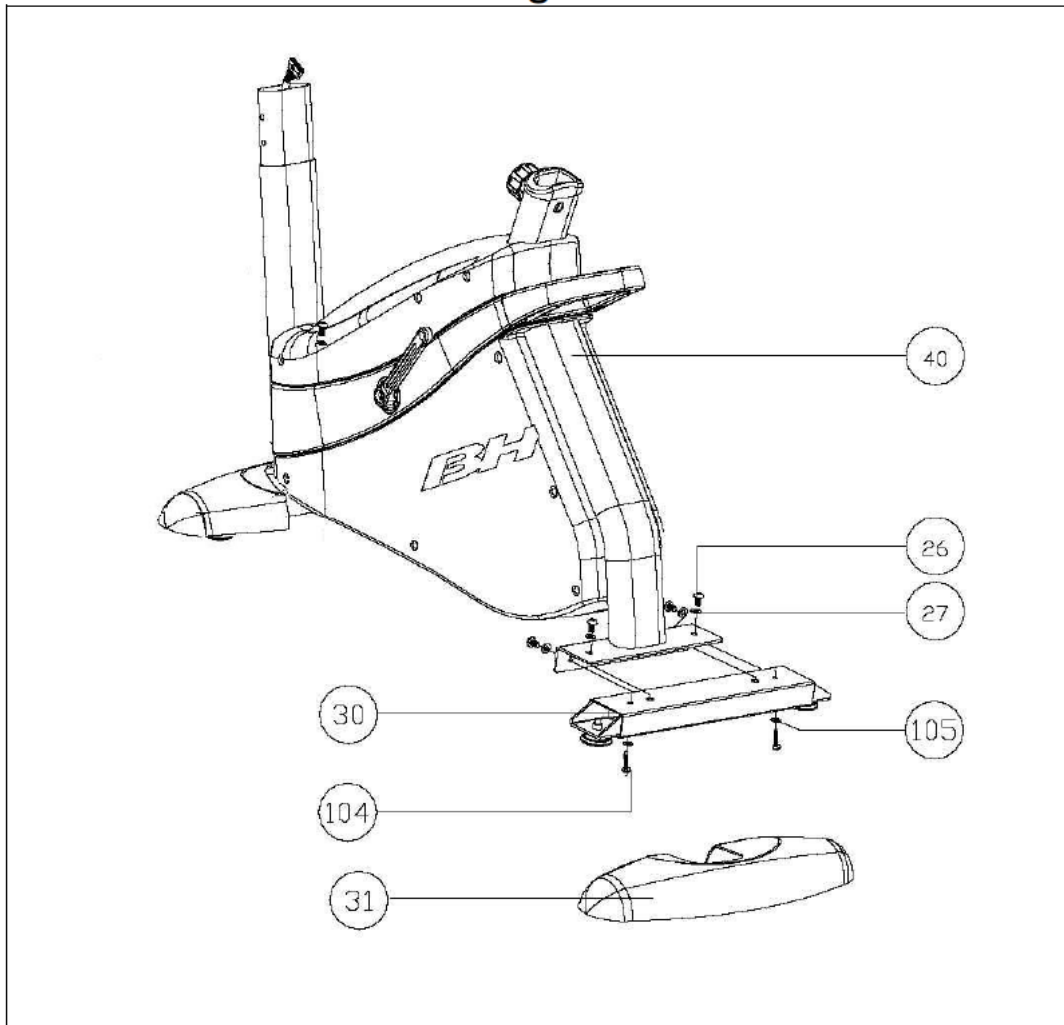


Fig 4

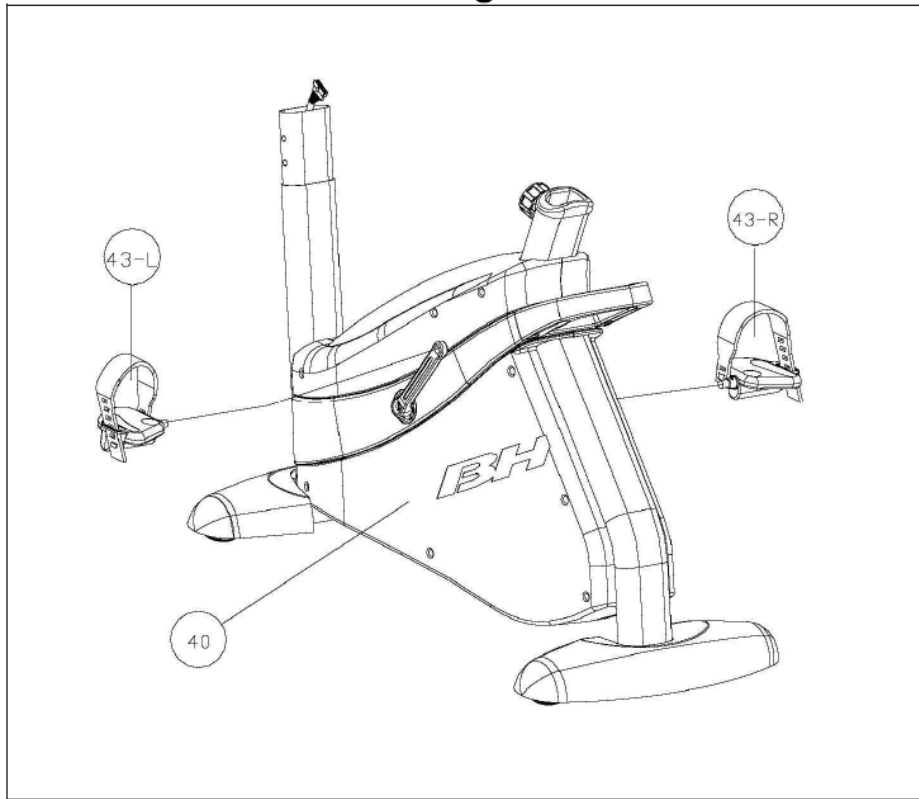


Fig 5

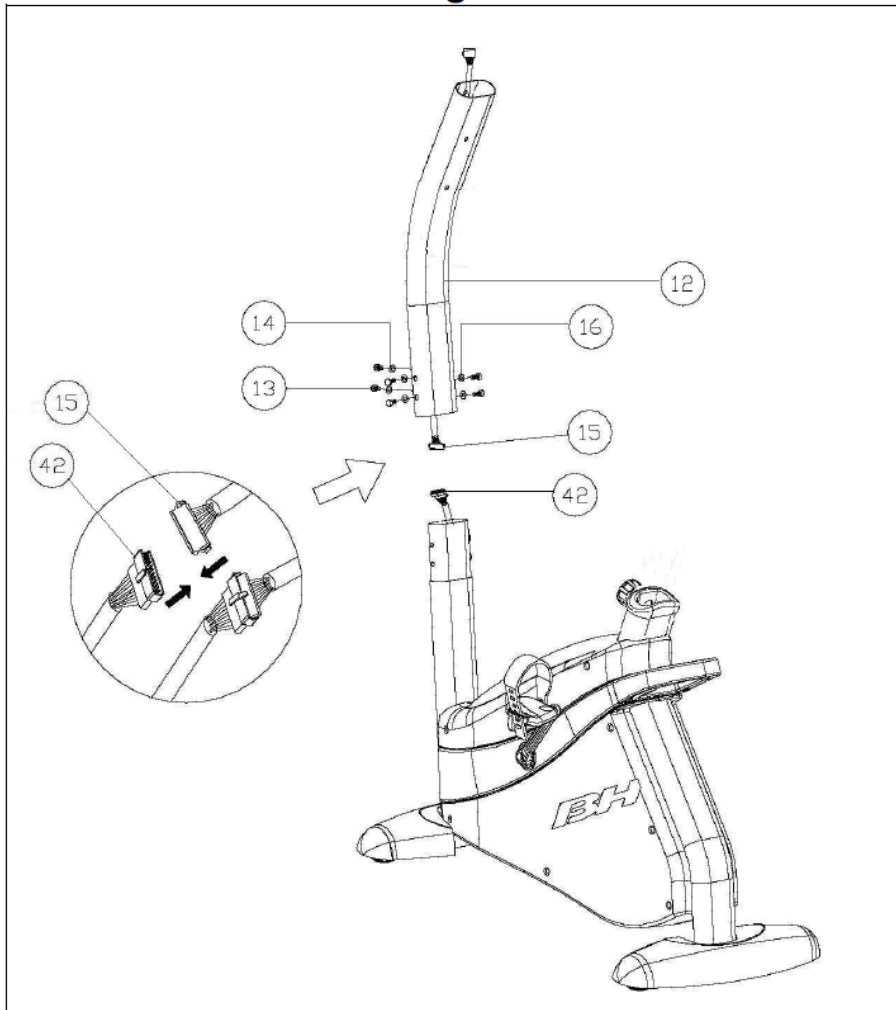


Fig 6

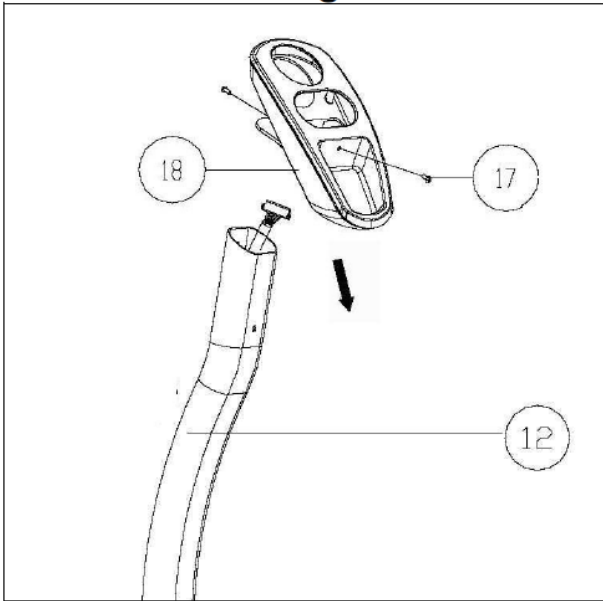


Fig 7

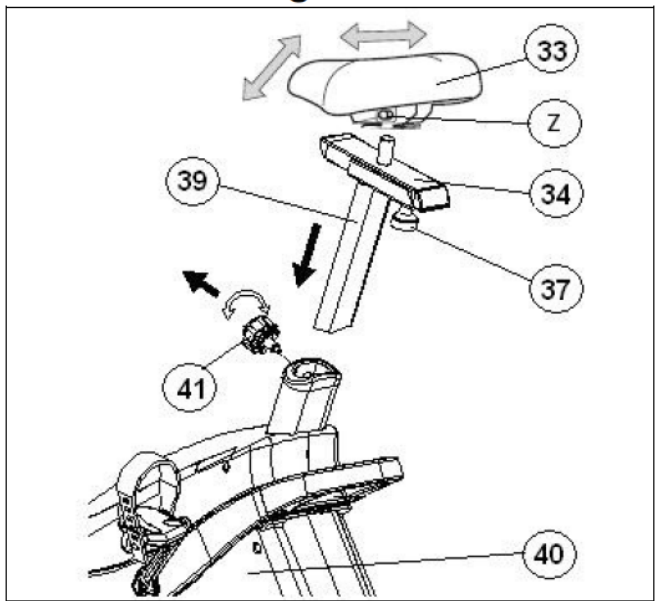


Fig 8

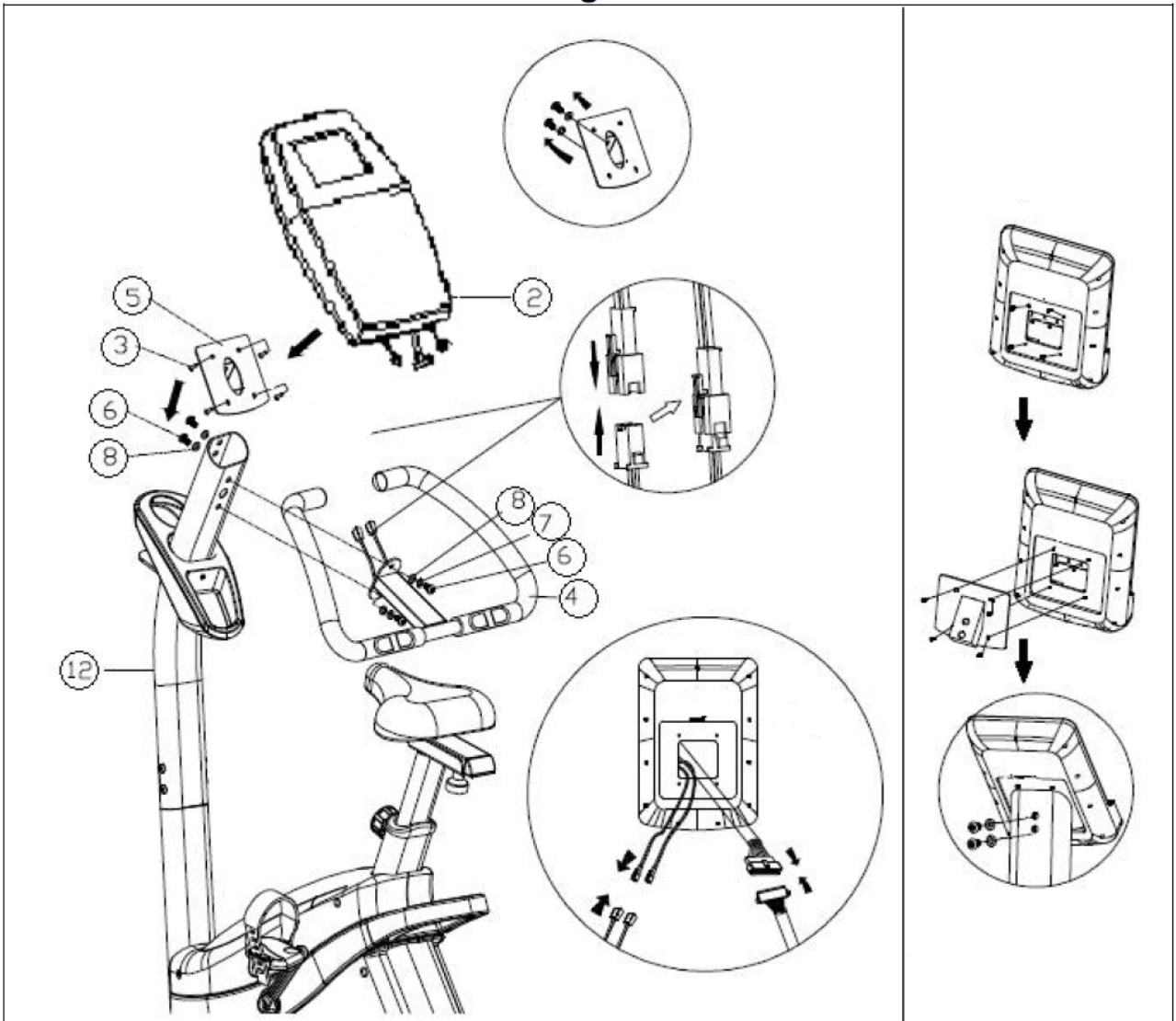


Fig 9

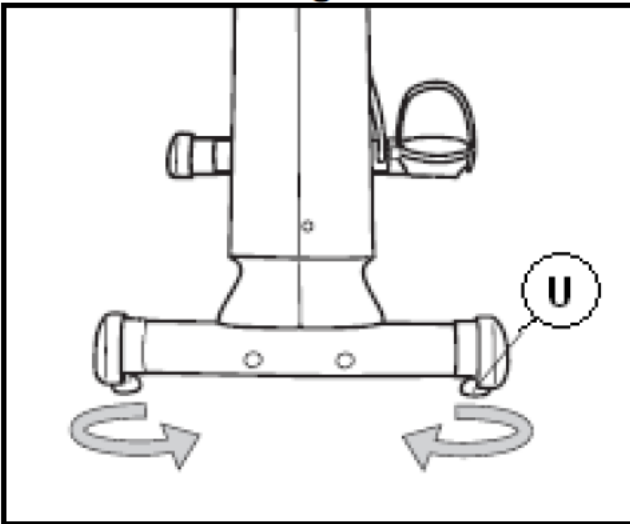


Fig 10

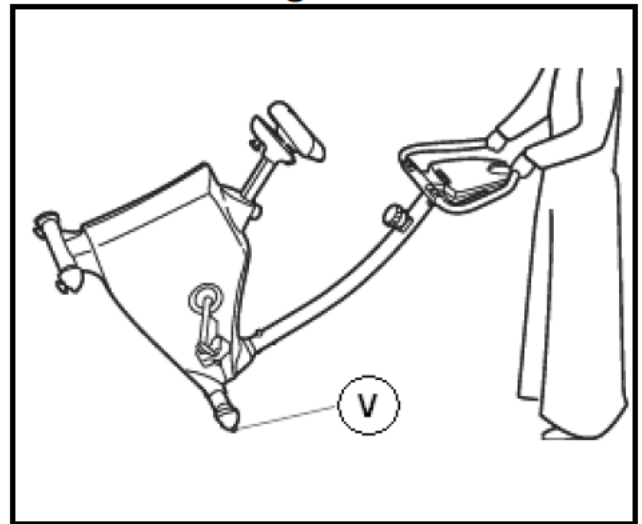
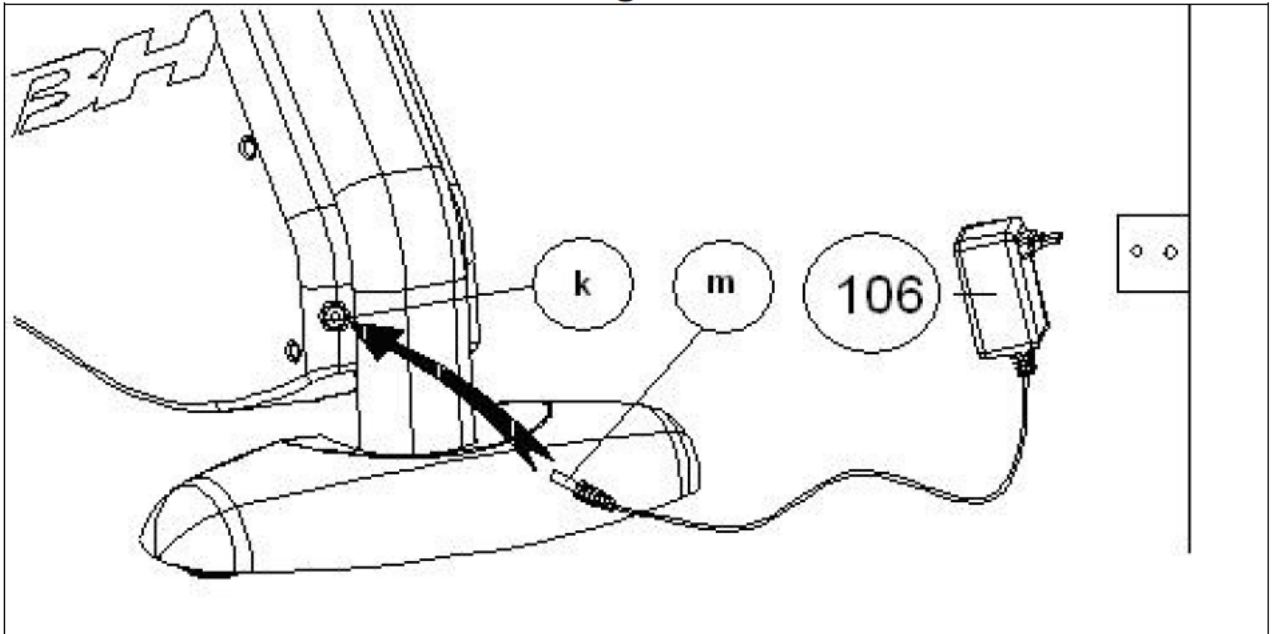


Fig 11



Przeczytaj uważnie instrukcję obsługi. Zawiera ważne wskazówki dotyczące bezpieczeństwa, użytkowania i konserwacji urządzenia.

UWAGA! Zanim rozpoczniesz jakiegokolwiek działania związane z instalacją, bądź konserwacją upewnij się, czy urządzenie zostało odłączone od gniazdka elektrycznego.

1. Rodzice oraz inne osoby odpowiedzialne za opiekę nad dziećmi powinny mieć na względzie ich naturalną ciekawość i to, że może ona doprowadzić do niebezpiecznych sytuacji. Dlatego też dzieci powinny zawsze pozostawać pod opieką. To urządzenie w żadnym wypadku nie może służyć jako dziecięca zabawka.
2. Z urządzenia może jednocześnie korzystać tylko jedna osoba.
3. Jeśli poczujesz nagły ból w klatce piersiowej, nudności, ból – natychmiast zejdz z roweru i skonsultuj się z lekarzem.
4. Urządzenie powinno być ustawione na płaskiej i równej powierzchni. Nie korzystaj z roweru na zewnątrz i w pobliżu zbiorników z wodą.
5. Nie zbliżaj rąk do ruchomych elementów roweru.
6. Używaj odpowiedniego obuwia i stroju. Upewnij się czy dobrze zawiązałeś sznurówki.
7. Korzystaj z roweru treningowego tylko zgodnie z poniższą instrukcją obsługi. Nie stosuj akcesoriów nie rekomendowanych przez producenta.
8. Nie kładź ostrych narzędzi w pobliżu roweru.
9. Osoby niepełnosprawne powinny korzystać z roweru tylko w obecności wykwalifikowanego personelu lub lekarza.
10. Zanim rozpoczniesz trening przeprowadź rozgrzewkę.
11. Nie korzystaj z roweru, który może być uszkodzony bądź wadliwy.

Zanim rozpoczniesz trening skonsultuj się z lekarzem .

12. Z roweru mogą korzystać osoby, których waga nie przekracza 150kg. Rower treningowy spełnia wymogi normy EN957 w klasie H.B.

13. Rodzice oraz inne osoby odpowiedzialne za opiekę nad dziećmi powinny mieć na względzie ich naturalną ciekawość i to, że może ona doprowadzić do niebezpiecznych sytuacji. Dlatego też dzieci powinny zawsze pozostawać pod opieką. To urządzenie w żadnym wypadku nie może służyć jako dziecięca zabawka.

14. Obowiązkiem właściciela urządzenia jest poinstruowanie i poinformowanie użytkownika o wszystkich niebezpieczeństwach związanych z ćwiczeniem na rowerze treningowym.

MONTAŻ:

1. Wyjmij urządzenie z kartonu i sprawdź czy nie brakuje żadnej części fig.1: (40) Korpus urządzenia, (12) kolumna kierownicy, (30) Podstawa z nóżkami regulującymi, (20) Podstawa z kółkami, (2) Wyświetlacz z uchwytem, (25 i 31) Osłony, (33) Siodło, (43L/R) Pedał prawy/lewy, (41) Pokrętło regulacji wysokości siodła, (106) Transformator, (104) Śruba ST4.0x14, (105) Podkładka płaska M4x16, (e) Klucz heksagonalny, (f) Klucz, (h) Klucz ampulowy 6mm.

2. Montaż podstaw: Oprzyj korpus urządzenia, tak jak zostało to pokazane na fig.2. Odkręć śruby (12) z podkładkami w podstawie przedniej z kółkami (20). Ustaw podstawę, tak by czerwone punkty (X) nakładały się na siebie. Dokręć śruby (12) z podkładkami. Następnie nałóż na podstawę osłonę (25) i przymocuj do podstawy śrubami (104) z podkładkami (105). Ustaw korpus roweru na podstawie, tak jak zostało to pokazane na fig.2. Odkręć śruby (12) z podkładkami w podstawie tylnej z nóżkami regulującymi (30). Ustaw podstawę, tak by czerwone punkty (X) nakładały się na siebie. Dokręć śruby (12) z podkładkami. Następnie nałóż na podstawę osłonę (31) i przymocuj do podstawy śrubami (104) z podkładkami (105), tak jak zostało to pokazane na fig.3.

3. Montaż pedałów: Uwaga! Nieprawidłowe założenie pedałów może uszkodzić gwint lub korbę pedału. (Określenie kierunku prawy - lewy odnosi się do położenia osoby siedzącej na rowerze).

Przykręć zgodnie z ruchem wskazówek zegara pedał prawy (oznaczony literą R) do korpusu urządzenia na osi wychodzącej z prawej strony korpusu urządzenia. Natomiast pedał lewy (oznaczony literą L) należy przykręcić w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara (jest odwrotnie gwintowany) do korpusu urządzenia na osi wychodzącej z lewej strony korpusu urządzenia fig.4.

4. Montaż kolumny kierownicy: Połącz końcówkę przewodu (42 i 15), który wychodzi z kolumny kierownicy (12) z końcówką przewodu wychodzącego z korpusu urządzenia (40) fig.5. Następnie wprowadź kolumnę kierownicy (12) w otwór znajdujący się w korpusie urządzenia (40). Uważaj, by nie uszkodzić przewodów. Tak jak zostało to pokazane na fig.5 włoś śruby (13) z podkładkami, ale na razie nie dokręcaj ich. Ustaw równo kolumnę kierownicy.

5. Montaż uchwytu na bidon: Poluzuj śruby (17), które znajdują się na kolumnie kierownicy (12). Nałóż i zsuń uchwyt na bidon (18) po kolumnie kierownicy i dokręć śruby (17) fig.6.

6. Montaż siodła: Umieść siodło (33) na poziomej podporze siodła (18) i dokręć nakrętkę (Z), tak jak zostało to pokazane na fig. 7. **Regulacja wysokości siodła:** By zmienić wysokość siodła należy przekręcić pokrętło regulacji wysokości siodła (41) w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara, a następnie delikatnie je wyciągnąć fig.7. Po czym ustaw siodło na odpowiedniej wysokości i dokręć pokrętło regulacji siodła (41). **Pozioma regulacja siodła:** Poluzuj pokrętło regulacji poziomej siodła (37). Następnie ustaw siodło w odpowiedniej pozycji i dokręć ponownie pokrętło fig.7. **Ustawienie kąta nachylenia siodła:** Siodło można pochylić do przodu lub do tyłu. Poluzuj nakrętkę (Z) fig.7 znajdującą się od spodu siodła. Ustaw siodło w odpowiedniej pozycji i dokręć nakrętkę.

7. Montaż kierownicy: Ustaw wyświetlacz (4) na kolumnie kierownicy (12), tak jak zostało to pokazane na fig.8. Przełóż przewody przez wspornik, tak jak zostało to pokazane na fig.8. Przykręć śruby (6) z podkładkami (7 i 8). Dokręć pozostałe śruby, które w punkcie 4 zostały niedokręcone.

8. Montaż wyświetlacza: Odkręć śruby (3) fig.8 znajdujące się w tylnej części wyświetlacza. Następnie przymocuj wyświetlacz do wspornika (5) znajdującego się na szczycie kolumny fig.8. Schowaj przewody w kolumnie kierownicy. UWAGA! Podczas dokręcania śrub nie uszkodz przewodów. Dokręć śruby (3). Połącz przewody wychodzące z kolumny z przewodami wychodzącymi z tylnej części wyświetlacza fig.8.

9. Poziomowanie: Upewnij się czy urządzenie stoi równo na ziemi, jeśli tak nie jest podstawkami regulującymi (U), wypoziomuj urządzenie, tak by stało stabilnie fig.9.

10. Transport i przechowywanie: Urządzenie zostało wyposażone w kółka (V), które ułatwiają przemieszczanie urządzenia.

Kółka znajdują się w przedniej części urządzenia fig.10.

Urządzenie należy przechowywać w miejscu suchym i o niewielkich wahanach temperatur.

11. Podłączenie do sieci: Wprowadź wtyczkę transformatora (m) w gniazdko znajdujące się w korpusie urządzenia (dolna tylna część korpusu) i podłącz transformator (106) do sieci 220V fig.11.

LISTA CZĘŚCI ZAMIENNYCH

NO.	Description	Descripción	Code
2	M10DU Program monitor	M10DU Program monitor	0190610
4	Handlebar	Manillar	H8706004
10	Hand pulse with wire	Handgrip	0190162
11	End cap D1"(STR)	Tapón manillar D1"(STR)	H8705011
15	Cable upper 850L	Cable mástil 850L	0190156
18	Bottle holder Grey	Portabotellín Grey	H8705018
23	Transportation wheel Black	Rodillo transporte negro	H8705023
25	End cap front stabilizer	Tapa caballete delant	H8705025
28	Adjustable end cap	Patas ajustables Negro	H8705028
31	End cap rear stabilizer	Tapa caballete trasero Negro	H8705031
33	Saddle	Sillín	H8705R033
35	cap	Tapón tubo deslizante sillín	H8705035
37	Knob Black	Pomo regulador sillín Negro	H8705037
38	Sleeve ABS	Casquillo plást tija sillínABS	H8705038
41	Spring knob 707A M16xP1.5x27L	Pomo regulador tuja sillín	H8705041
42	Cable lower 750L	Cable sensor inferior 750L	0190158
43	Pedal FP-J008 E16(9/16")	Pedal (L+R) FP-J008 E16(9/16")	H8705043
44	Crank (9/16")6.5"	Biela (9/16")6.5"	H8705044
45R	Cover of chain cover Carbon (R)	Tapa pequeña cadena Carbon (R)	H8705045R
45L	Cover of chain cover Carbon (L)	Tapa pequeña cadena Carbon (L)	H8705045L
46R	Chain cover Grey (R)	Tapa cadena Gris (R)	H8705i046R
46L	Chain cover Grey (L)	Tapa cadena Gris (L)	H8705i046L

47	Cover holder upper Carbon	Asa posterior superior Carbon	H8705047
48	Cover holder lower Carbon	Asa posterior inferior Carbon	H8705048
64	Bearing 6203 (RS)	Rodamiento 6203 (RS)	H8705064
66	Axle OD17	Eje biela OD17	H8705066
68	Belt 440J6	Correa 440J6	H8705M068
106	Adaptor 6V	Adaptador 6V	0190174
109	Sensor box	Caja sensor	H8706109
110	Flywheel set	Set volante	H8705M110
111	Magnetic set	Set magneto	H8706111
125	Gear box set	Motor	0190219
127	Cable wire	Cable tensión	H8706127
128	DC wire	Cable DC	0190160
G02	Front stabilizer kit	Set caballete delantero	H8702G02
G03	Rear stabilizer kit	Set caballete trasero	H8702G03
G07	Idler set	Set Tensor	H8705MG07

DEKLARACJA ZGODNOŚCI



My, Exercycle, S.L. zarejestrowani pod adresem Zurrupitieta 22, Poligono Industrial Jundiz 01015 Vitoria-Gasteiz, Alava Hiszpania deklarujemy, że H8705L Jest zgodny z postanowieniami Dyrektywy 2009/125/CE, 2011/65/CE, 2004/108/CE, 2006/95/CE.

H8705L

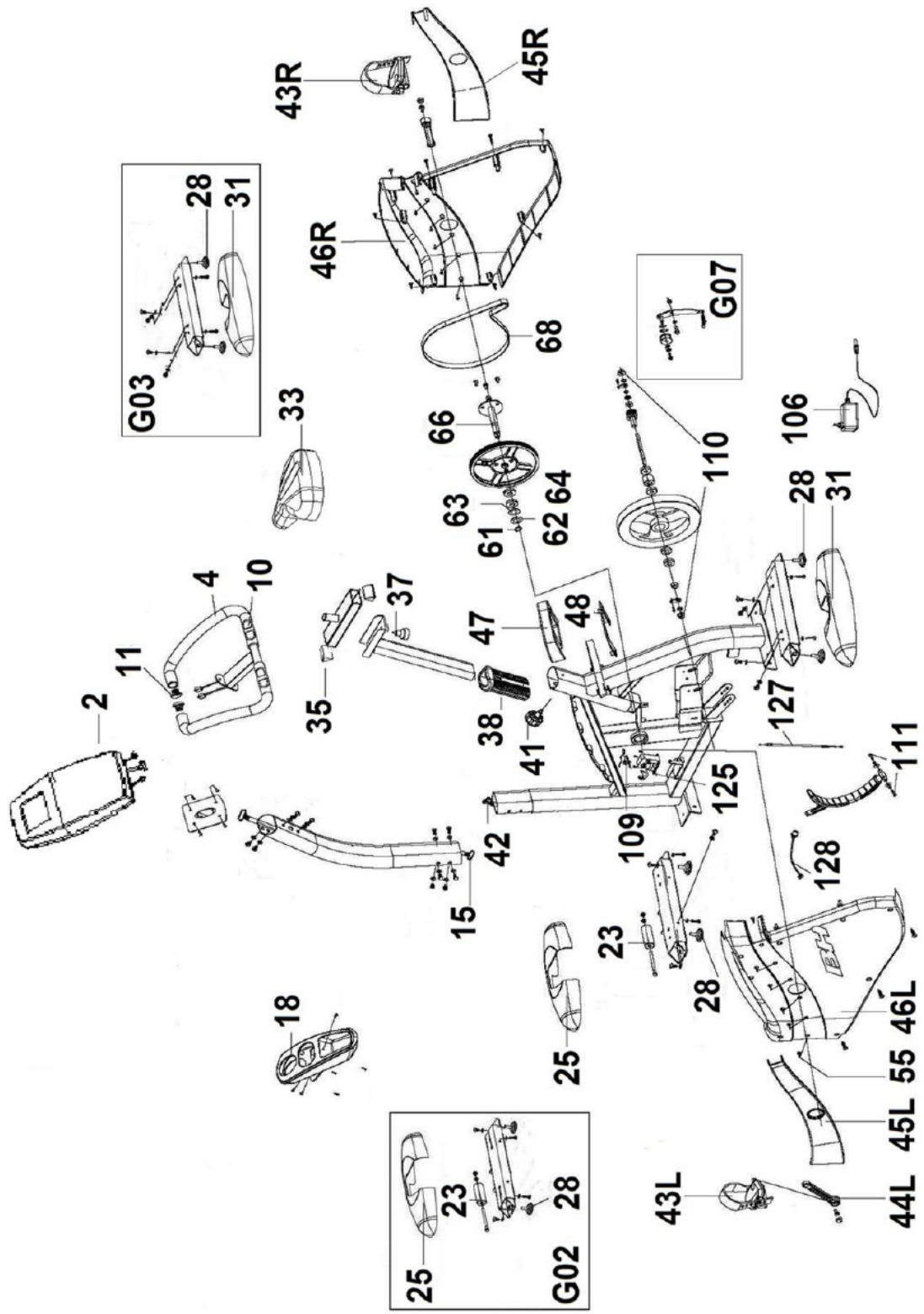




Fig. 1

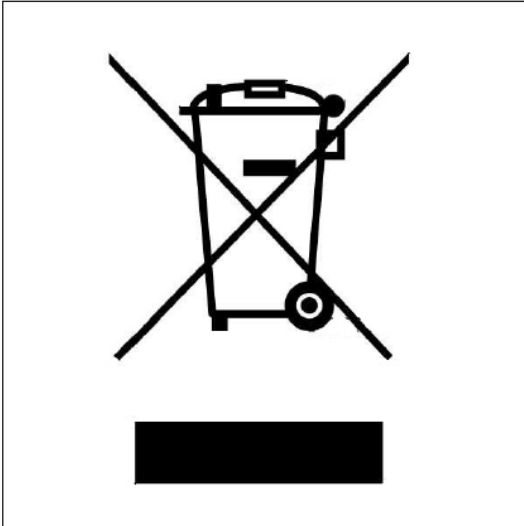


Fig. 2

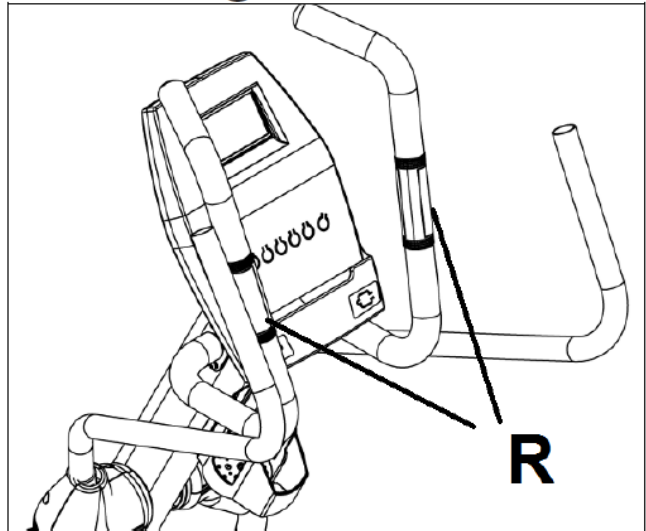


Fig. 3

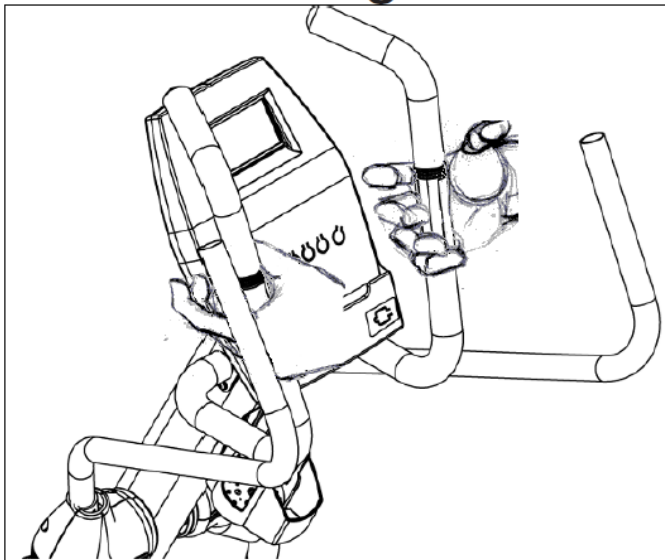


Fig. 4

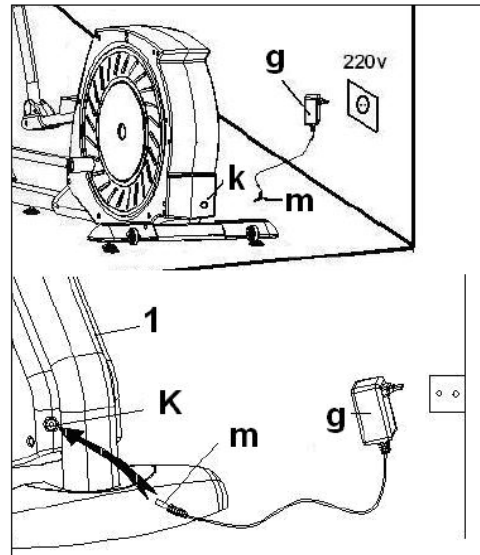
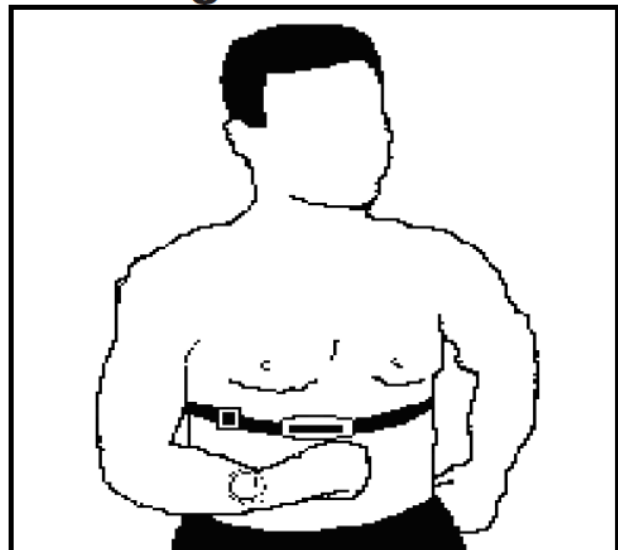


Fig. 5



Fig. 6



WŁĄCZANIE

Wprowadź wtyczkę transformatora do wejścia znajdującego się w korpusie urządzenia. Podłącz transformator do gniazdka elektrycznego 220V-240V fig.4 i 5. Wyświetlacz włączy się automatycznie po rozpoczęciu pedałowania w programie U0. Wybierz Użytkownika U0-U4 przyciskami ▲▼ . Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. Następnie na wyświetlaczu pojawi się sylwetka mężczyzny/kobiety. Wybierz płeć przyciskami ▲▼ . Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. Następnie na wyświetlaczu pojawi się wiek (AGE). Określ wiek (10-100) przyciskami ▲▼ . Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. Następnie na wyświetlaczu pojawi się wzrost (HEIGHT). Określ wzrost (90-210) przyciskami ▲▼ . Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. Następnie na wyświetlaczu pojawi się waga (WEIGHT). Określ wagę (10-150kg) przyciskami ▲▼ . Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. W trakcie ćwiczenia po naciśnięciu przycisku START/STOP wszystkie funkcje zostaną zatrzymane. Po ponownym naciśnięciu przycisku START/STOP wszystkie funkcje zostaną wznowione. Wyświetlacz wyłączy się automatycznie po upływie 4 minut od zatrzymania.

FUNKCJE

Na wyświetlaczu znajduje się 7 przycisków: UP ▲, DOWN ▼, QUICK START, START/STOP, ENTER, RECOVERY, RESET.

W środkowej części wyświetlacza wyświetlany jest poziom wybranego programu. W dolnej części wyświetlacza wskazywane są na przemian następujące funkcje: Prędkość/RPM, Czas, Dystans, Watt/Kalorie, Puls. Urządzenie wyposażone jest w : 1 Program Manual, 12 Programów treningowych, 1 Program Użytkownika, 1 Fitness Test, 1 Program Random, 4 Programy sterowane pulsem, 1 Program sterowany Watt. Funkcję Prędkość/RPM oraz Watt/Kalorie są wyświetlane na przemian co 5 sekund.

ZMIANA KM NA MILE

Po odłączeniu urządzenia od zasilania, naciśnij jednocześnie STOP i ENTER i podłącz jednocześnie urządzenie do zasilania. Naciśnij przycisk MODE, aż do chwili gdy na monitorze pokaże się napis F09. Przyciskami UP ▲, DOWN ▼ wybierz system metryczny METRIC/km lub brytyjski ENGLISH/Miles. Wybór zatwierdź przyciskiem MODE. Odłącz urządzenie od zasilania. Podłącz ponownie by rozpocząć ćwiczenie.

ZMIANA PROGRAMU

Po wyborze Użytkownika wyświetlone zostaną różne programy treningowe. Urządzenie dysponuje 7 trybami: Manual, Programy, Test Fitness (FITNESS), Watt (WATT), Użytkownika (PERSONAL), Puls (HRC), RANDOM. Aby zmienić program na inny należy naciśnąć START/STOP, aby zatrzymać urządzenie. Następnie naciśnij RESET i przyciskami UP ▲ DOWN ▼ wybierz nowy program. Naciśnij QUICK START by rozpocząć ćwiczenie w trybie Manual.

MANUAL

Przyciskami ▼ ▲ wybierz funkcję MANUAL. Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. Naciśnij START/STOP aby rozpocząć ćwiczenie. Przyciskami UP ▲ DOWN ▼ można regulować opór w skali od 1 do 24.

USTAWIENIE FUNKCJI CZAS (Time): Po wyborze funkcji MANUAL naciśnij ENTER. Zacznie migać okienko funkcji Czas (Time). Strzałkami ▼ ▲ ustaw czas trwania ćwiczenia od 5 do 99 minut. Naciśnij START/STOP i rozpocznij ćwiczenie. Czas będzie odliczany od ustawionej wartości do 0. Gdy upłynie zaprogramowany czas usłyszysz charakterystyczny dźwięk, który oznajmi zakończenie ćwiczenia.

USTAWIENIE FUNKCJI DYSTANS (Distance): Po wyborze funkcji MANUAL naciśnij ENTER dwa razy. Zacznie migać okienko funkcji Dystans. Strzałkami ▼ ▲ ustaw dystans jaki chcesz przebyć w trakcie ćwiczenia od 1 do 999km. Naciśnij START/STOP i rozpocznij ćwiczenie. Dystans będzie odliczany od ustawionej wartości do 0. Po przebyciu zaprogramowanego dystansu usłyszysz charakterystyczny dźwięk, który oznajmi zakończenie ćwiczenia.

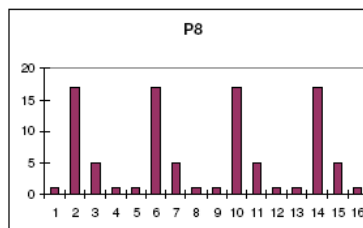
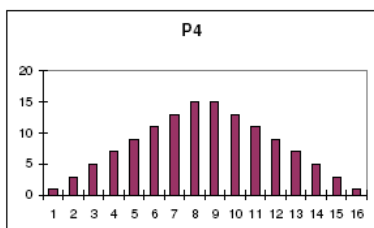
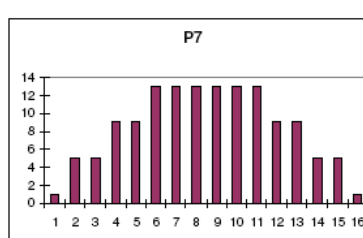
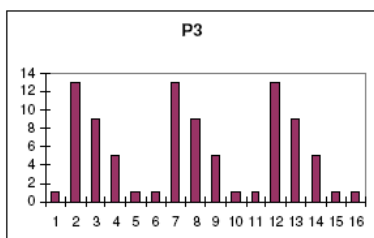
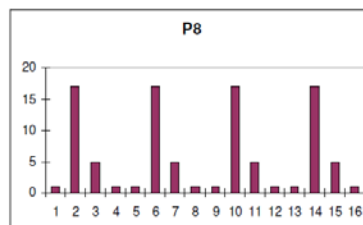
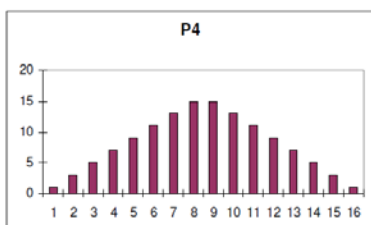
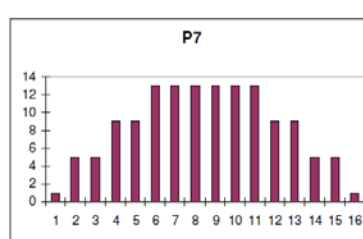
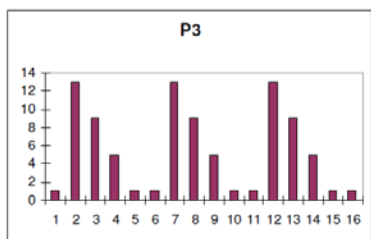
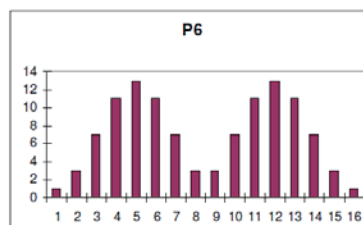
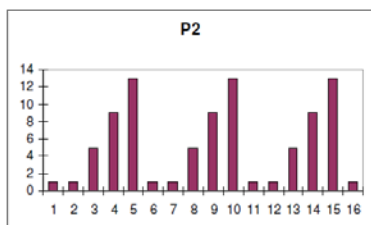
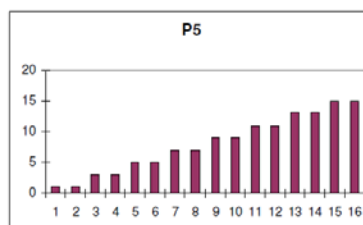
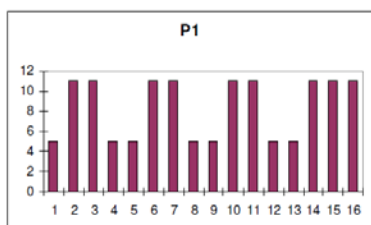
USTAWIENIE FUNKCJI KALORIE (Calories): Po wyborze funkcji MANUAL naciśnij ENTER trzy razy. Zacznie migać okienko funkcji Kalorie. Strzałkami ▼ ▲ ustaw ilość kalorii jakie chcesz spalić podczas ćwiczenia od 10 do 990Cal. Naciśnij START/STOP i rozpocznij ćwiczenie. Ilość będzie odliczany od ustawionej wartości do 0. Po spaleniu zaprogramowanej ilości kalorii usłyszysz charakterystyczny dźwięk, który oznajmi zakończenie ćwiczenia.

PROGRAMY

Przyciskami ▼ ▲ wybierz funkcję Program. Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. Przyciskami ▼ ▲ wybierz jeden z 12 programów. Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. Naciśnij START/STOP aby rozpocząć ćwiczenie. Czas trwania ćwiczenia to 16 minut, program podzielony jest na 16 minutowych segmentów.

Aby zmienić czas trwania ćwiczenia, ustawić dystans, kalorie należy: Po wyborze programu, ale przed naciśnięciem START/STOP naciśnij ENTER i ustaw czas przyciskami UP ▲ DOWN ▼ Program zostanie podzielony na 16 segmentów. Naciśnij ENTER by ustawić dystans, a następnie analogicznie ustaw kalorie. Naciśnij START/STOP aby rozpocząć ćwiczenie.

Po rozpoczęciu ćwiczenia można regulować opór przyciskami UP ▲ DOWN ▼



TEST FITNESS

Przyciskami ▼ ▲ wybierz program FITNESS. Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. Naciśnij START/STOP aby rozpocząć ćwiczenie. Użytkownik musi przebyć przez 8 minut jak największy dystans. Po upływie 8 minut urządzenie przeliczy wartości zgodnie z wytycznymi testu Cooper'a i poda wyniku testu w skali od F1 do F6 (gdzie F1 to najlepszy wynik, a F6 najgorszy).

PROGRAM WATT

Przyciskami ▼ ▲ wybierz program Watt. Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. Przyciskami ▼ ▲ określ poziom Watt od 50-280Watt. Naciśnij ENTER i ustaw czas przyciskami ▼ ▲. Naciśnij ENTER i ustaw dystans, a następnie analogicznie ustaw kalorie. Naciśnij START/STOP by rozpocząć ćwiczenie. Po rozpoczęciu ćwiczenia urządzenie będzie regulować opór w zależności od ustawionej wartości Watt przez użytkownika.

PROGRAM PERSONAL (UŻYTKOWNIKA)

W programie Użytkownik może stworzyć swój własny profil ćwiczenia.

Przyciskami ▼ ▲ wybierz program Użytkownika. Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. Przyciskami ▲ ▼ ustaw kolejno opór dla każdego segmentu treningu. Ustawienia zatwierdź przyciskiem ENTER. Po ustawieniu wszystkich 16 segmentów naciśnij START/STOP i rozpocznij ćwiczenie. Aby ustawić czas, dystans, kalorie należy: wybrać program, ale przed naciśnięciem przycisku START/STOP nacisnąć ENTER i ustawić czas przyciskami ▼ ▲. Czas trwania ćwiczenia zostanie podzielony na 16segmentów. Naciśnij ENTER i ustaw dystans, a następnie analogicznie ustaw kalorie.

PROGRAMY HRC (PROGRAM STEROWANY PULSEM)

Program sterowany pulsem. Urządzenie będzie automatycznie regulowało opór, tak aby puls Użytkownika utrzymał się na stałym poziomie. Jeśli puls ćwiczącego jest wyższy niż zaprogramowana wartość to urządzenie zmniejszy opór pedałowania. Jeśli puls ćwiczącego jest niższy niż zaprogramowana wartość to urządzenie zwiększy opór pedałowania.

W programach HRC został określony stały % maksymalnego pulsu (220 - wiek), przy którym można ćwiczyć. W kolejnych programach stanowi on 55% maksymalnego pulsu, 75% maksymalnego pulsu oraz 90% maksymalnego pulsu, a także THR. W trzech pierwszych przypadkach % pulsu został z góry określony, w opcji THR ręcznie podaje się puls docelowy przy którym chce się wykonywać ćwiczenie. W opcji THR strzałkami ▲ ▼ określ puls docelowy. Naciśnij ENTER. Naciśnij START/STOP by rozpocząć ćwiczenie. Opór będzie regulowany automatycznie w zależności od pulsu. Jeśli puls jest poniżej pulsu docelowego opór będzie zwiększany co 30 sekund aż do poziomu 24. Jeśli puls jest powyżej pulsu docelowego opór będzie zmniejszany co 30 sekund aż do poziomu 1. Jeśli Twój puls utrzymuje się powyżej pulsu docelowego pomimo zmniejszenia oporu do poziomu 1 to urządzenie się zatrzyma ze względów bezpieczeństwa.

Aby ustawić czas, dystans, kalorie należy: wybrać program, ale przed naciśnięciem przycisku START/STOP nacisnąć ENTER i ustawić czas przyciskami ▼ ▲. Naciśnij ENTER i ustaw dystans, a następnie analogicznie ustaw kalorie. Naciśnij START/STOP by rozpocząć ćwiczenie.

W programach HRC należy dokonać pomiaru pulsu za pomocą czujników pomiaru pulsu znajdujących się na uchwytach (R).

PROGRAM RANDOM

Przyciskami ▼ ▲ wybierz program RANDOM. Wybór zatwierdź przyciskiem ENTER. Naciśnij START/STOP aby rozpocząć ćwiczenie. Urządzenie będzie losowo ustawiało opór. Program trwa 16 minut, podzielonych na 16 minutowych segmentów. Aby ustawić czas, dystans, kalorie należy: wybrać program, ale przed naciśnięciem przycisku START/STOP nacisnąć ENTER i ustawić czas przyciskami ▼ ▲. Naciśnij ENTER i ustaw dystans, a następnie analogicznie ustaw kalorie. Naciśnij START/STOP by rozpocząć ćwiczenie. Po rozpoczęciu ćwiczenia możesz regulować opór przyciskami ▼ ▲.

TEST RECOVERY (TEST SPRAWDZAJĄCY KONDYCJĘ FIZYCZNĄ)

Jest to program sprawdzający jak szybko puls powraca do normalnego rytmu po zakończeniu ćwiczenia. Test należy wykonywać zaraz po zakończeniu ćwiczenia, naciskając RECOVERY TEST. Następnie należy położyć obie dłonie na czujnikach pomiaru pulsu. Po upływie ok. 1 minuty pojawi się wynik testu na wyświetlaczu. W trakcie testu będą działać jedynie funkcje czas oraz puls. Po ponownym naciśnięciu przycisku RECOVERY TEST powróci się do pierwotnych ustawień wyświetlacza.

Wynik testu podany jest w skali od F1 do F6, gdzie F1 jest najlepszym wynikiem, a F6 najgorszym. Funkcja ta pokazuje jak szybko puls powraca do normy po zakończeniu ćwiczenia i jak zwiększa się wydolność organizmu dzięki regularnemu ćwiczeniu. Jest to prosta metoda na sprawdzenie czy i w jakim tempie poprawia się kondycja fizyczna oraz wydolność organizmu. Po ponownym naciśnięciu przycisku RECOVERY powrócisz do programu w trakcie którego rozpocząłeś test.

Uwaga! Test nie zostanie również przeprowadzony jeśli dłonie nie będą prawidłowo ułożone na czujnikach pomiaru pulsu (R) (wyświetlony zostanie błąd F6) lub jeśli przerwie się wykonywanie ćwiczenia.

POMIAR PULSU

CZUJNIKI POMIARU PULSU:

By zmierzyć puls należy dłonie ułożyć na czujnikach (R), które znajdują się na kierownicy fig.2. Następnie na wyświetlaczu zacnie migotać symbol serca, a po upływie kilku sekund pojawi się wynik pomiaru.

Jeśli obie dłonie nie leżą prawidłowo na czujnikach, urządzenie nie dokona pomiaru pulsu. Jeśli na wyświetlaczu pojawi się „P” lub nie pojawi się symbol serca to upewnij się czy prawidłowo ułożyłeś dłonie na czujnikach pomiaru pulsu i czy przewody czujnika pomiaru pulsu zostały prawidłowo podłączone z tyłu wyświetlacza fig.3.

FAQ:

1. Gaśnie wyświetlacz, pojawia się jedynie funkcja czas.
 - Upewnij się czy przewód jest prawidłowo podłączony.
2. Nie włącza się wyświetlacz
 - upewnij się czy urządzenie jest podłączone do prądu
 - upewnij się czy przewody są prawidłowo podłączone
 - sprawdź czy gniazdko elektryczne nie jest uszkodzone

Jeśli powyższe wskazówki nie pomagają, skontaktuj się z najbliższym serwisem BH.

Unikaj bezpośredniego nasłonecznienia, gdyż może się w ten sposób uszkodzić wyświetlacz ciekło – krystaliczny. Również woda i wstrząsy mogą mieć wpływ na prawidłowe działanie urządzenia.

POŁĄCZENIE Z URZĄDZENIAMI iOS (iPhone/iPad)

Urządzenie wyposażone jest w moduł Bluetooth. Podłącz Dual Kit do urządzenia i pobierz aplikację Pafers ze Apple Store (sprawdź dostępne aplikacje na www.bhfitness.com). Aktywuj funkcję Bluetooth na iPod/iPhone/iPad i wyszukaj urządzenia w pobliżu. Wybierz urządzenie BH Fitness i sparuj urządzenia. Otwórz aplikację Pafers.

POŁĄCZENIE Z URZĄDZENIAMI Android

Urządzenie wyposażone jest w moduł Bluetooth. Podłącz Dual Kit do urządzenia i pobierz aplikację Pafers ze Google Play. Aktywuj funkcję Bluetooth na urządzeniu mobilnym z oprogramowaniem Android i wyszukaj urządzenia w pobliżu. Wybierz urządzenie BH Fitness i sparuj urządzenia. Otwórz aplikację i gdy na ekranie pojawi się komunikat sparuj urządzenia.



“Zgodnie z przepisami Ustawy z dnia 29 lipca 2005r. o ZSEiE zabronione jest umieszczanie łącznie z innymi odpadami zużytego sprzętu oznakowanego symbolem przekreślonego kosza. Użytkownik, chcąc pozbyć się sprzętu elektrycznego lub elektrycznego, jest obowiązany do oddania go do punktu zbierania zużytego sprzętu. Powyższe obowiązki ustawowe zostały wprowadzone w celu ograniczenia ilości odpadów powstałych ze zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego oraz zapewnienia odpowiedniego poziomu zbierania, odzysku i recyklingu. W sprzęcie nie znajdują się składniki niebezpieczne, które mają szczególnie negatywny wpływ na środowisko i zdrowie ludzi. Masa sprzętu: 53 kg