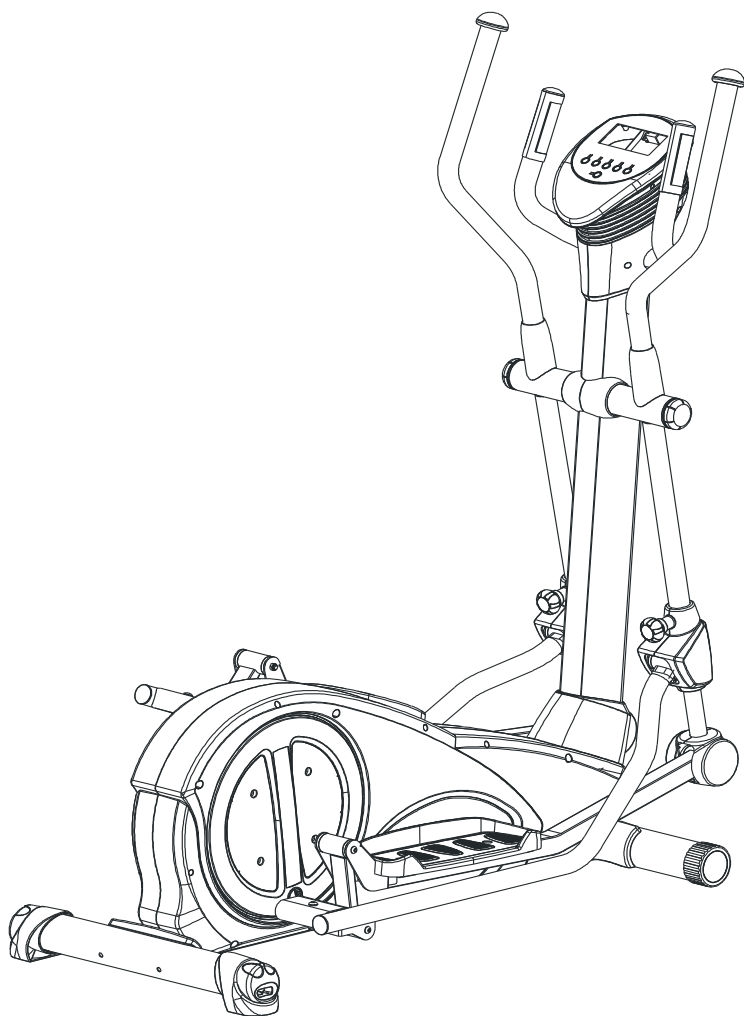




Návod na použitie - SK

IN 7468 Eliptický trenažer inSPORTline SEG EM-3231



BEZPEČNOSTNÉ INŠTRUKCIE

Cvičenie môže spôsobiť zdravotný risk. Konzultujte preto svojho lekára pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu s týmto zariadením.

Ak pociťujete únavu alebo závrate, okamžite ukončite využívanie zariadenia. Môžete si spôsobiť vážne poranenia, v prípade, že zariadenie nie je riadne zmontované a správne používané. Vážne zranenie si môžete tak isto spôsobiť, pokiaľ ste nedodrжали všetky inštrukcie.

Udržujte deti a domáce zvieratá mimo dosah tohto zariadenia v prípade prevádzky. Vždy sa presvedčte že všetky skrutky riadne pripevnené k základu pred každým použitím. Držte sa inštrukcií, ktoré sú popísané v tomto návode.

Upozornenie: pre zníženie risku závažného zranenia, pozorne si prečítajte nasledujúce inštrukcie pred tým, ako začnete používať eliptický trenažér

1. Vždy si prečítajte upozornenia umiestnené na zariadení
2. Prečítajte si užívateľský manuál a postupujte opatrne pred použitím zariadenia. Presvedčte sa, že je správne zložené a upevnené pred jeho použitím
3. Odporúčame Vám pre montáž tohto produktu dvoch ľudí.
4. Udržujte deti a domáce zvieratá mimo dosah tohto zariadenia. Nedovoľte deťom ani zvieratám používanie alebo hranie sa so zariadením. Vždy udržiavajte deti a domáce zvieratá mimo dosahu zariadenia počas jeho prevádzky.
5. Odporúča sa aby ste tento cvičebný nástroj umiestnili na cvičebný matrac.
6. Nastavte a používajte zariadenie na pevnom povrchu. Nepokladajte zariadenie na nestabilný povrch. Nepokladajte zariadenie na nezabezpečené podložky alebo povrchy.
7. Skontrolujte zariadenie kvôli uvoľneným častiam pred každým použitím.
8. Pritiahnite / vymeňte uvoľnený komponent pred použitím zariadenia.
9. Konzultujte u svojho lekára pred zahájením cvičebného programu. Ak sa kedykoľvek počas cvičenia budete cítiť slabosť, alebo malátnosť alebo pociťte bolesť, prestaňte a konzultujte svojho lekára.
10. Dodržiavajte odporúčania Vášho lekára pri zostavovaní Vášho osobného cvičebného programu.
11. Vždy si zvolte cvičebný program, ktorý najlepšie spĺňa Vaše fyzické sily a flexibilitu. Vždy používajte zdravý úsudok pri cvičení.
12. Pred použitím tohto výrobku, prosím konzultujte svojho lekára pre zostavenie kompletného cvičebného plánu.
13. Nepoužívajte príliš voľné oblečenie počas používania tohto zariadenia.
14. Nikdy necvičte s nahými chodidlami alebo bez ponožiek, vždy si obujte vhodnú obuv, ako napríklad bežiacu chodiacu alebo turistickú obuv.
15. Buďte opatrný pri dodržiavaní vašej rovnováhy pri používaní, montovaní, rozmontovaní alebo samotnej montáži tohto zariadenia, nakoľko strata rovnováhy môže spôsobiť vážne poranenia
16. Udržujte obe nohy pevne na pedáloch počas cvičenia.

17. Zariadenie by nemalo byť používané osobou nad 135 kg
18. Zariadenie by malo byť využívané počas cvičenia iba jednou osobou.
19. Kategória HC (EN957), zariadenie je určené pre klubové aj domáce využitie
20. Údržba: Vymeňte porušené komponenty okamžite a /udržujte zariadenie mimo prevádzky pokiaľ nie je uskutočnená kompletná oprava.
21. Presvedčte sa, že je zabezpečený dostatočný priestor pre nastupovanie a vystupovanie na zariadenie a okolo zariadenia, dodržujte vzdialenosť minimálne 1 metra od akýchkoľvek objektov počas využívania zariadenia.

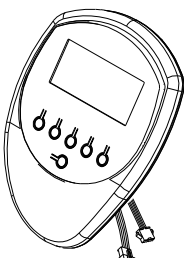
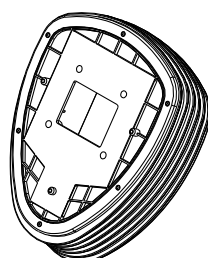
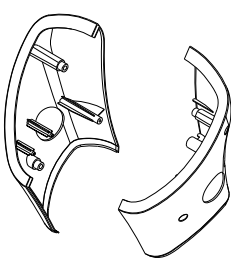
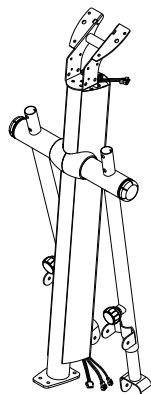
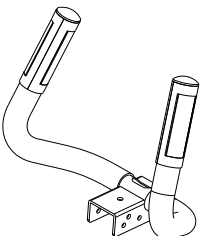
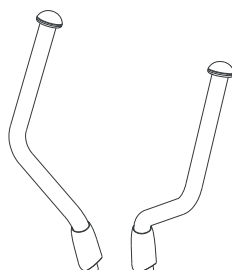
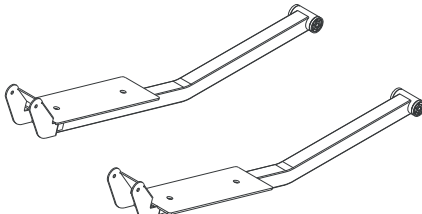
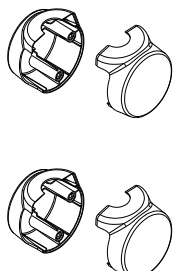
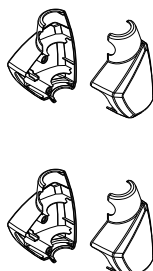
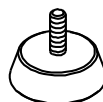
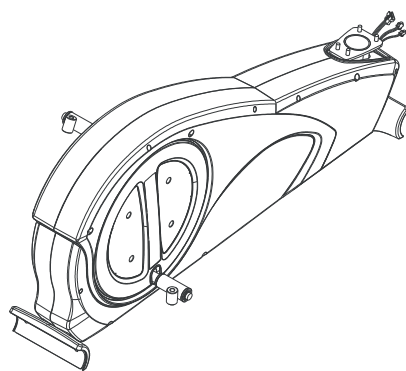
UPOZORNENIE: Pred začiatkom cvičenia alebo kondičného programu, by ste mali konzultovať Vášho lekára, aby ste vedeli či spĺňate kompletný fyzický program. Toto platí špeciálne ak máte vek nad 35, nikdy pred tým ste necvičili, ste tehotná, alebo trpíte nejakým ochorením.

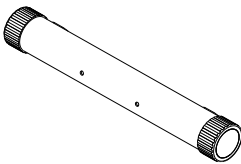
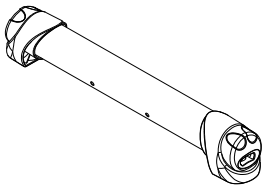
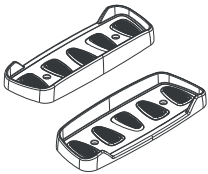
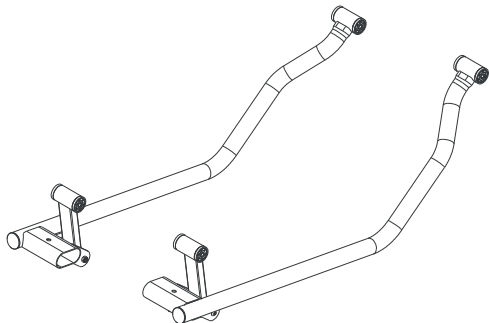
VAROVANIE! Systém na monitorovanie tepovej frekvencie nemusí byť presný. Pretiažovanie pri tréningu môže zaviniť vážne zranenie alebo smrť. Ak pociťujete nevoľnosť, okamžite ukončite cvičenie!

Prečítajte si a postupujte podľa nasledujúcich bezpečnostných upozornení. Nedodržanie týchto inštrukcií môže viesť k vážnym zraneniam.

MONTÁŽNE ČASTI

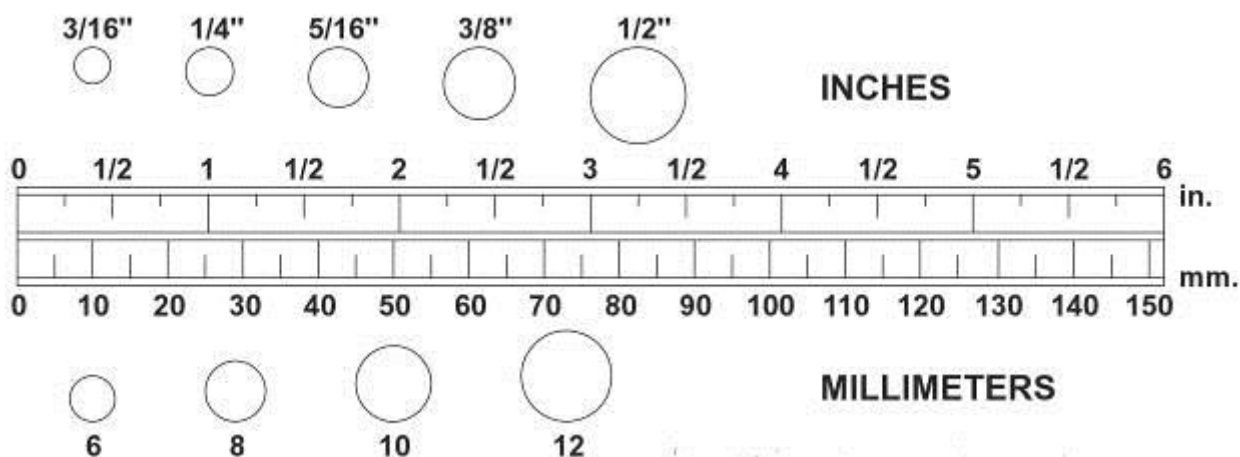
Odbalte krabicu v čistom priestore. Postupujte podľa Zoznamu montážnych častí, skontrolujte si ich a presvedčte sa, že všetky montážne komponenty sú pribalené a vyhovujúce. Nevyhadzujte žiadne časti baliaceho materiálu, dokiaľ nie je ukončená montáž zariadenia. Montážne nástroje a náradie sú pribalené.

Vrchný kryt panela	Spodný kryt panela	Objímky panela	Horná základňa zariadenia
			
Predná malá rukoväť	Vrchná rukoväť	Vrchná objímka	Opory pedálov
			
Krytka rukoväte	Krytka otáčavej časti rukoväte	Stojan	Montáž hlavného rámu
			

Predný stabilizátor	Zadný stabilizátor	Montáž pedálov	Pedálové tyče
			

IDENTIFIKÁCIA SPOJOVACIEHO MATERIÁLU

Odbal'te krabicu v čistom prostredí. Postupujte podľa **Zoznamu spojovacieho materiálu, dolu nižšie**. Táto tabuľka je určená pre pomoc identifikácie spojovacieho materiálu, ktorý bude použitý pre montáž. Umiestnite podložky, konce závitov alebo skrutiek na kruhy, pre zistenie správneho rozmeru. Použite menšiu mierku pre overenie dĺžky skrutiek. Nevyhadzujte nič z priloženého materiálu, pokiaľ nie je ukončená montáž.



POZNÁMKA: Dĺžka skrutiek okrem skrutiek s plochou hlavou je meraná od spodku hlavy po koniec skrutky. Skrutky s plochou hlavou sa merajú od vrchu hlavy až po koniec skrutky.

Po odbalení zariadenia si všimnite, že balenie obsahuje 3 sáčky so spojovacím materiálom (spojovací materiál A, B a spojovací materiál C).

Pre montážny krok 1: použite sadu spojovacieho materiálu A

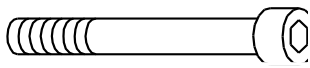
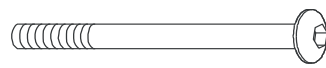
Pre montážny krok 3,4,5,6: použite sadu spojovacieho materiálu B

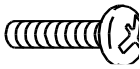
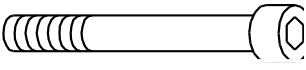
Pre montážny krok 7,8,9,10: použite sadu spojovacieho materiálu C

Poznámka:

a. Prosím prezrite si nižšie uvedený zoznam jednotlivých pre lepšiu orientáciu (A, B a C)

b. Niektoré menšie súčiastky boli pred-montované kvôli preprave. Ak niektorá súčiastka nie je v balíku spojovacieho materiálu, skontrolujte či nie na zariadení.

Sada spojovacieho materiálu A	Číslo súčiastky a popis	Množ.
	79 Podložka (M8)	4 ks
	80 Podložka (8x16x2.0t)	4 ks
	105 Skrutka (M8x1.25x90 mm)	4 ks
Sada spojovacieho materiálu B	Číslo súčiastky a popis	Množ.
	79 Podložka (M8)	4 ks
Sada spojovacieho materiálu B	Číslo súčiastky a popis	Množ.
	83 Skrutka (M10x1.25x50 mm)	2 ks
	88 Samozarezávacia skrutka (M4x16 mm)	8 ks
	93 Skrutka (M8x1.25x16 mm)	4 ks
	98 Skrutka (M8x1.25x90 mm)	6 ks
	109 Matica (M8)	6 ks
	111 Matica (M10)	2 ks
Sada spojovacieho materiálu C	Číslo súčiastky a popis	Množ.
	79 Podložka (M8)	1 ks
	80 Podložka (8x16x2.0t)	1 ks
	90 Skrutka (M5x0.8x25 mm)	4 ks

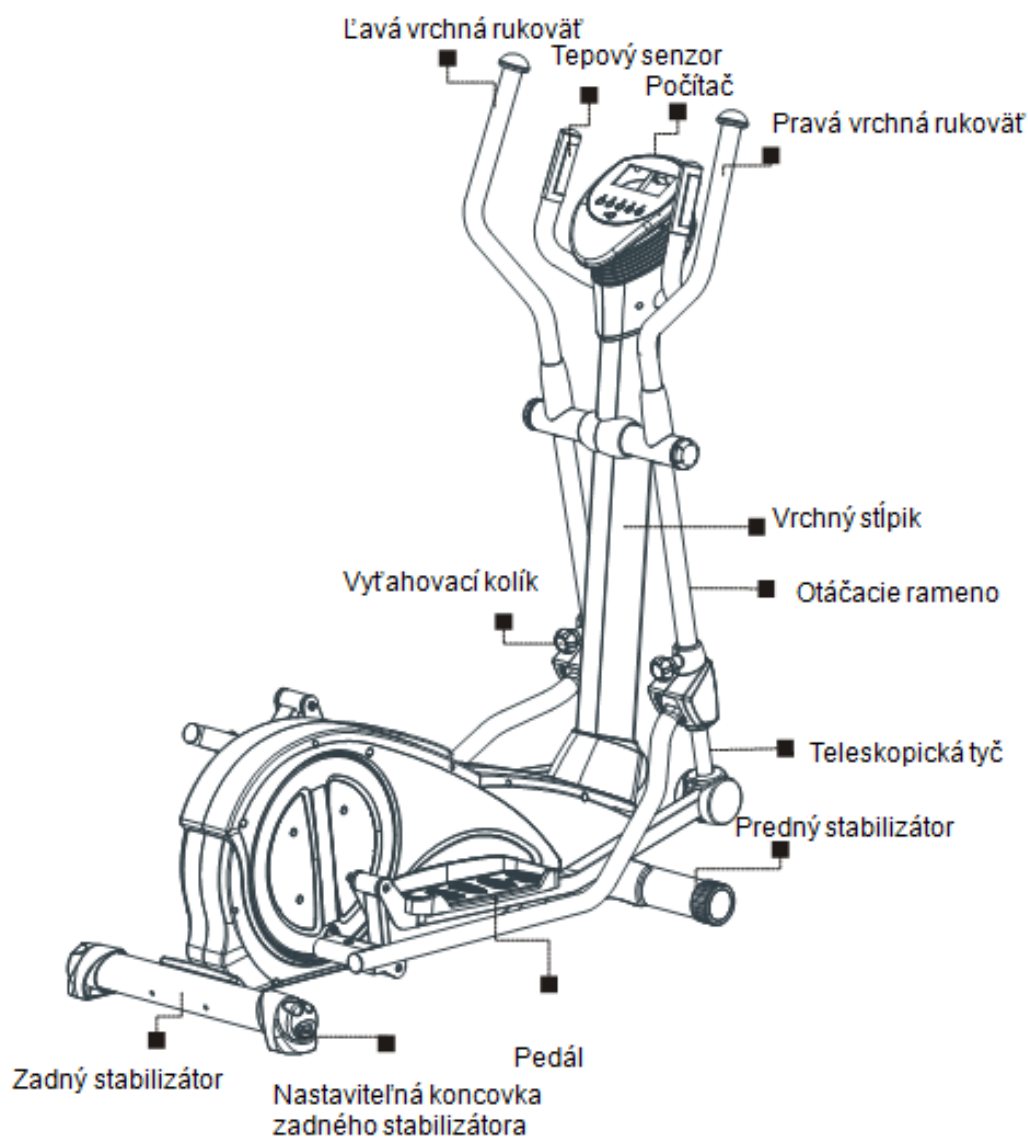
	91 Skrutka (M5xp0.8x15 mm)	4 ks
	101 Skrutka (M6xp1.0x15 mm) 102 Skrutka (M6xp1.0x35 mm) 104 Skrutka (M8xp1.25x55 mm)	4 ks 4 ks 1 ks
	108 Matica (M6)	4 ks

PREDTÝM AKO ZAČNETE

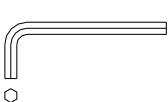
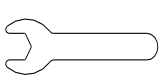
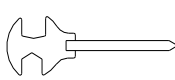
Ďakujeme, že ste si vybrali **Eliptický Trenažér**. Sme nesmierne potešení, že vám môžeme predstaviť tento kvalitný výrobok, a dúfame, že vám zabezpečí veľa hodín kvalitného cvičenia aby ste sa cítili lepšie, vyzerali lepšie a žili plnším životom.

Je dokázané, že pravidelné cvičenie môže viesť k zlepšeniu Vášho fyzického a psychického zdravia. Príliš často náš rýchly životný štýl limituje čas a možnosti pre cvičenie. Zariadenie ponúka pohodlnú a jednoduchú metódu pre začiatok šťastnejšieho a zdravšieho životného štýlu a upravenie postavy.

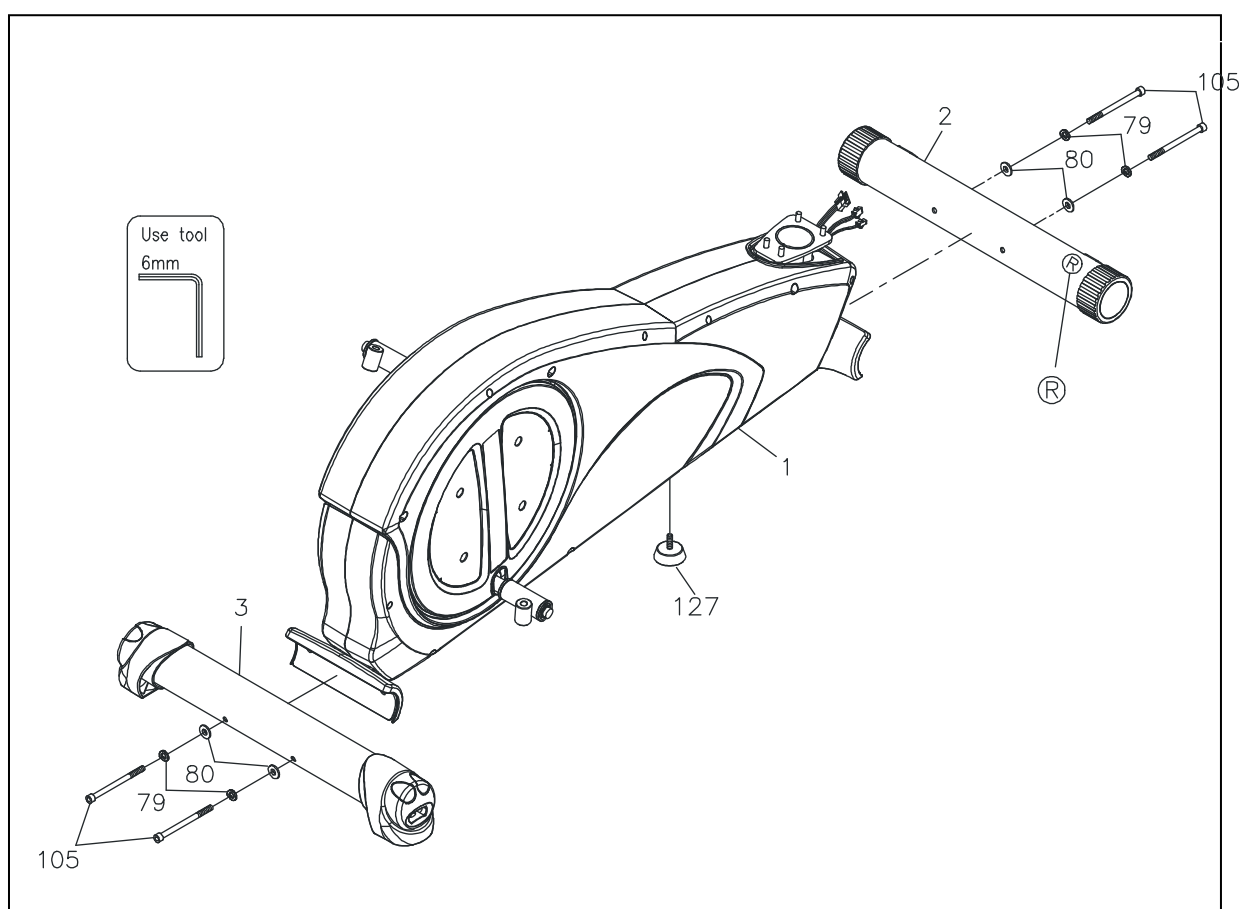
Pred tým ako začnete čítať ďalej, pozrite si výkres dolu nižšie, pre oboznámenie s časťami, ktoré sú označené. Prečítajte si návod pozorne, pre použitím zariadenia.



Nasledujúce nástroje sú priložené pre montáž:

				
<u>Skrutkovač (13 mm)</u>	<u>PHILLIPS Skrutkovač (6 mm)</u>	<u>Alénový skrutkovač (5 mm)</u>	<u>Kľúč (10 & 17 mm)</u>	<u>Kombinovaný kľúč H</u>

MONTÁŽNE INŠTRUKCIE



Použite sadu Spojovacieho materiálu A

Krok 1 – Montáž stojanu a stabilizátora

- Pripevnite podstavec (127) do stredu hlavného rámu. (1). V tomto kroku, pripevnite Podstavec (127) až pokiaľ nezasadne do hlavného rámu. POZNÁMKA: Cieľom upevnenia Podstavca je pozdvihnutie zariadenia a získanie väčšej opory hlavného rámu. Po ukončení celého montážneho procesu, postavte zariadenie na hladký povrch. Vyrovnajte Podstavec (127) dokiaľ nebude zariadenie stáť na ploche bez kolísania.

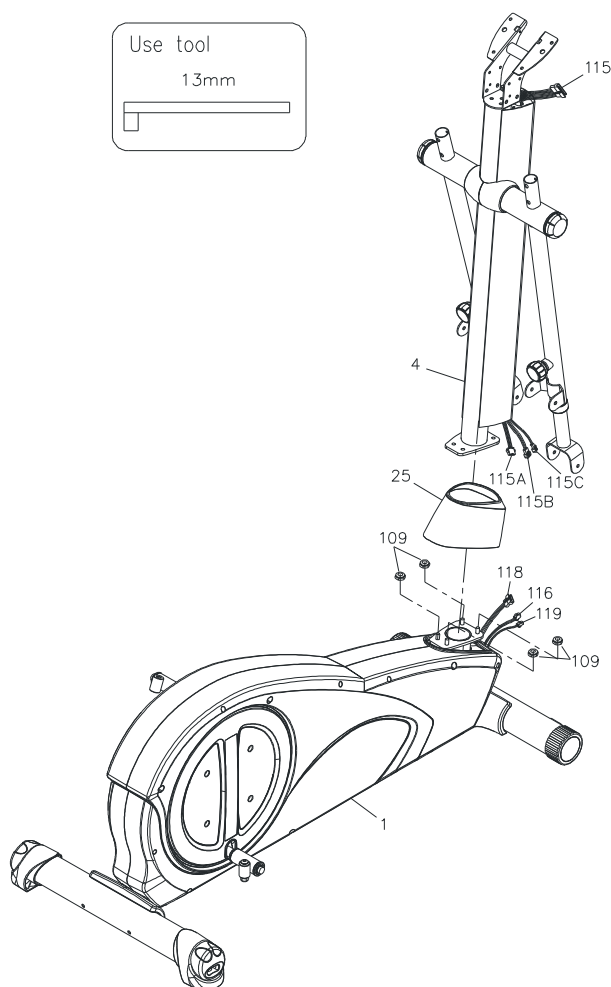
- b. Určite správnu polohu Predného stabilizátora (2), na pravej strane je označenie "R"
- c. Upevnite Predný stabilizátor (2) do hlavného rámu (1)
- d. Utiahnite dve Podložky (M8)(79), dve Podložky (8x16x2.0t)(80) a dve Skrutky (M8xp1.25x90mm)(105) ktoré sa uťahujú k Prednému stabilizátoru (2) a k Hlavnému rámu (1)
- e. Nasledujte krok b. pre upevnenie Zadnej časti stabilizátora (3) k hlavnému rámu (1) s dvoma podložkami (8x16x2.0t)(80) a dvoma Svorníkovými skrutkami (M8xp1.25x90mm)(105)

POZNÁMKA: "Malý" Tip: Priložte skrutky a k montovaným častiam pre porovnanie pred tým ako ich zmontujete"

Pre montáž Predného stabilizátora (2) k Hlavnému rámu (1) efektívnejším a jednoduchším spôsobom, Vám odporúčame Vám priložiť dve Podložky (M8)(79), dve Podložky (8x16x2.0t)(80) a dve Skrutky (M8xp1.25x90mm)(105) na Predný stabilizátor (2) a Hlavný rám (1) pred zložením a utiahnutím.

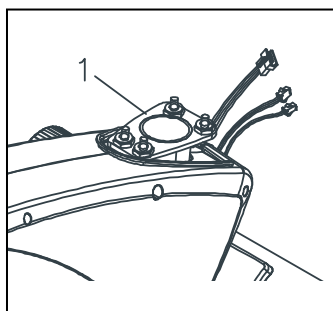
***Prosíme Vás nezaťahujte skrutky pred tým ako ste si istý že všetky skrutky pasujú do otvorov predného stabilizátora a hlavného rámu. ***

MONTÁŽNE INŠTRUKCIE



**Prosím
neuťahujte matice
(M8) (109) pred
krokom 4
(Strana 9)**

KROK 2 – Montáž horného stĺpika



Poznámka: Pre účely prepravy sú štyri ks matíc (M8) (109) pripojené na vrchnú časť hlavného rámu (1) ako je zobrazené na obrázku vľavo.

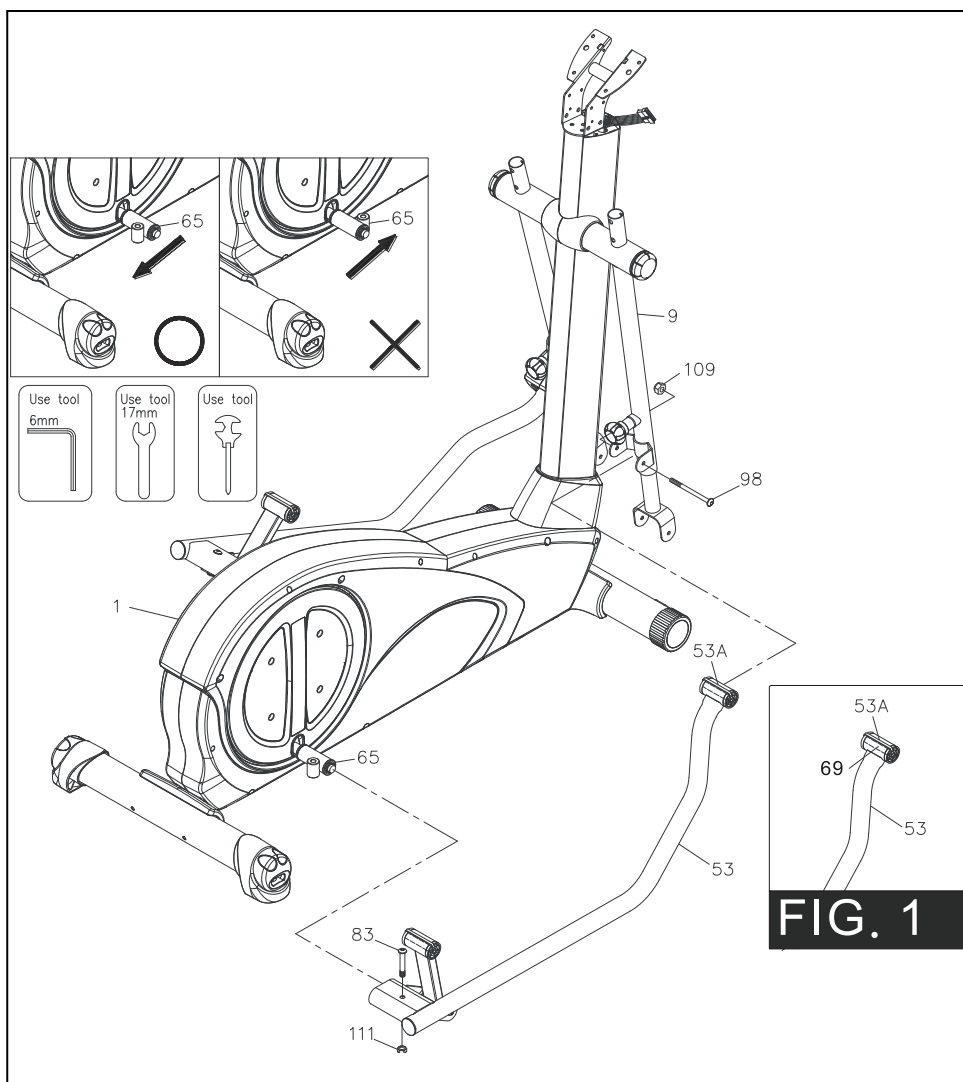
- Odoberte štyri ks matíc (M8) (109) z vrchnej časti Hlavného rámu (1) a umiestnite ich na bezpečné miesto kým ich nebudete potrebovať pri ďalšom montážnom procese.
- Nasuňte Vrchnú objímku (25) na Montáž vrchného stĺpiku (4) Bud'te opatrní aby ste neporušili káble.
- Opatrne pripojte Montáž vrchného stĺpika (4) ku Hlavnému rámu (1) a jemne pritiahnite so štyrmi ks Matíc (M8)(109). Poznámka: Prosím neuťahujte skrutky (M8) (109) až do ukončenia kroku 4 (str. 9).
- Pripojte zadný spojovací kábel (115A) ku Káblu motora (118) Bud'te opatrní aby ste neporušili

káble.

- e. Pripojte zadný spojovací kábel (115B) ku Spojovaciemu káblu adaptéra (116). Bud'te opatrní aby ste neporušili káble.
- f. Pripojte zadný spojovací kábel (115C) ku káblu senzora (119). Bud'te opatrní aby ste neporušili káble.

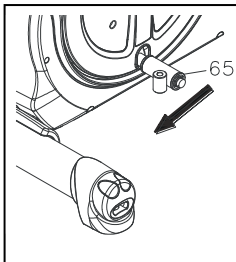
POZNÁMKA: Po zapojení káblov, jemne a opatrne spojte obe strany káblov na otestovanie a presvedčte sa, že sú tieto správne zapojené.

Montážne inštrukcie



Neodstrihujte povrázok (53A) až po ukončenie bodu b. Kroku 3

Presvedčte sa prosím, že skrutka (98) prešla cez Hriadeľovú objímku (69) vo vnútri pravej pedálovej tyče (53) a Praveho otáčacieho ramena (9) počas montáže

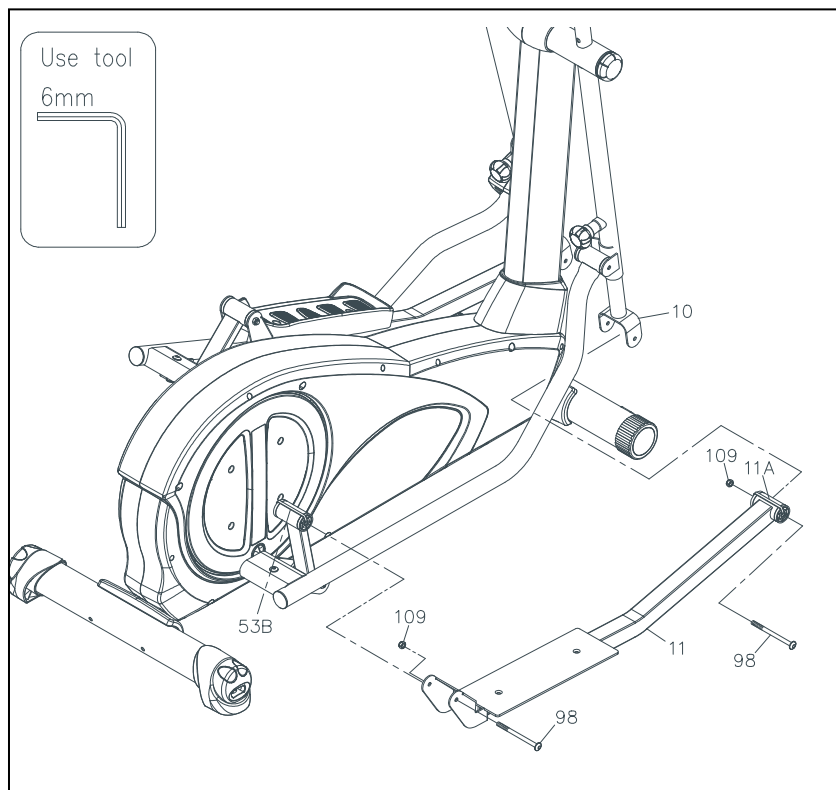


- b. Pripojte zadnú koncovku Pravej spojovacej pedálovej tyče (53) na vrchnú časť Prvého pedálového oporného stojanu (65) a opatrne priskrutkujte s jednou Skrutkou (M10xp1.25x50 mm)(83) a jednou Maticou (M10)(111). Poznámka: Prosím neuťahujte skrutka a maticu (83) & (111) a počkajte až do ukončenia kroku 3 k úplnému utiahnutiu a taktiež si všimnite, že pravý oporný stoja pedála (65) by mal smerovať dozadu tak ako je to zobrazené

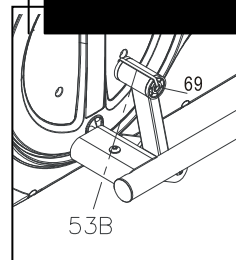
na obrázku vľavo.

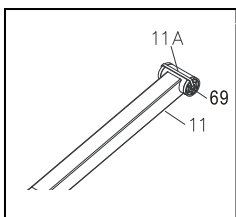
- c. Pozrite si výkres č..1, pre odstrihnutie povrázku (53A). Poznámka: Presvedčte sa prosím, že hriadeľová objímka (69) nevypadla von z prednej spojovacej pedálovej tyče (53).
- d. Pripojte predný koniec pravej pedálovej tyče (53) ku pravému otočnému ramenu (9) a priskrutkujte s jednou skrutkou (M8xp1.25x90 mm)(98) a jednou maticou (M8)(109). Poznámka: Presvedčte sa, že skrutka (98) prešla cez objímku (69) vo vnútri predného konca pravej pedálovej tyče (53) počas montáže.
- e. Vráťte sa ku kroku a. a pritiahnite skrutku (83) a maticu (111).
- f. Zopakujte vyššie uvedený montážny proces pre ľavú stranu.

Montážne inštrukcie



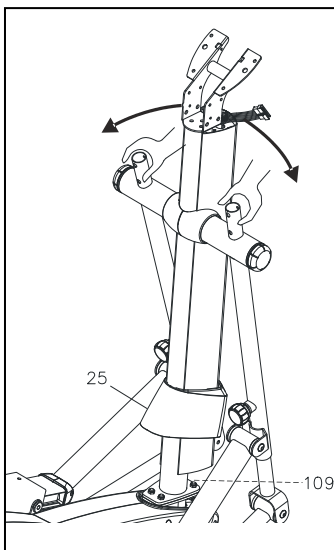
Prosím neuťahujte úplne skrutku (98) a maticu (109), počkajte až do bodu v kroku 4, potom plne pritiahnite skrutka aj maticu.





d. Pozrite si výkres na ľavej strane pre odrezanie povrázku (11A). Poznámka: Presvedčte sa prosím, že je hriadeľová objímka (69) na mieste na prednej strane pravého oporného pedálového ramena (11).

e. Pripojte prednú stranu pravého oporného pedálového ramena (11) ku pravej teleskopickej tyči (10) a opatrne pripojte s jednou skrutkou (M8xp1.25x90mm)(98) a jednou maticou (M8)(109). Neutahujte prosím skrutku (98) a maticu (109), až po bod kroku 4. až po jeho ukončení pritiahnite skrutku aj maticu. Poznámka: Presvedčte sa prosím, že skrutka (98) prešla cez hriadeľovú objímku (69) vo vnútornom konci pravého oporného pedálového ramena (11) počas montáže.



f. Pozrite si výkres na pravej strane pre odrezanie povrázku (53B). Poznámka: Presvedčte sa prosím, že hriadeľová objímka (69) nevypadne.

g. Pripojte koniec pravého oporného ramena pedálu (11) ku koncu pravej pedálovej tyče (53) a pevne priskrutkujte s jednou skrutkou (M8xp1.25x90 mm)(98) a jednej matice (M8)(109).Poznámka: Presvedčte sa prosím, že skrutka (98) prešla cez hriadeľovú objímku (69) vo vnútornom prednom konci pravého pedálového oporného ramena (11) počas montáže.

h. Vráťte sa ku bodu v kroku 4. a pritiahnite skrutku (98) a maticu (109).

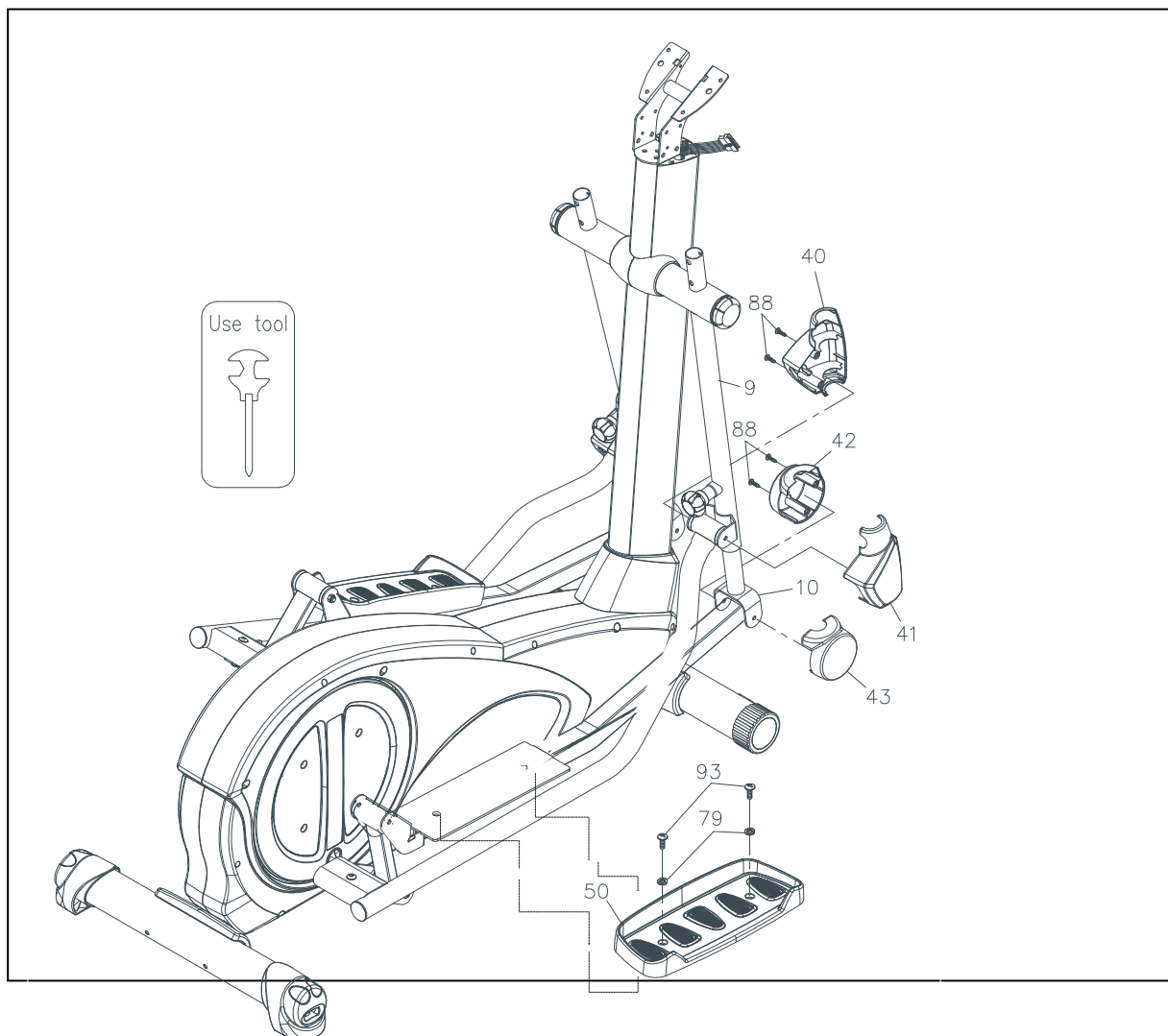
i. Zopakujte vyššie uvedený proces pre ľavú stranu.

j. Prezrite si obrázok na ľavej strane pred tým ako pritiahnete štyri matice (M8)(109) ktoré sú pripojené k stĺpiku (4) a hlavnému rámu (1), jemne nastavte smer stĺpika (4) až pokiaľ nie je vzdialenosť medzi hlavným rámom (1) a oboma vnútorymi ramenami pedálovej opory (11) nie je rovnaká.

k. Potom priskrutkujte štyri kusy matíc (M8)(109) ktoré sú pripevnené ku stĺpiku (4) a hlavnému rámu (1).

l. Nasuňte objímku stĺpika (25) dole až kým sa nestretne s hlavným rámom (1).

Montážne inštrukcie

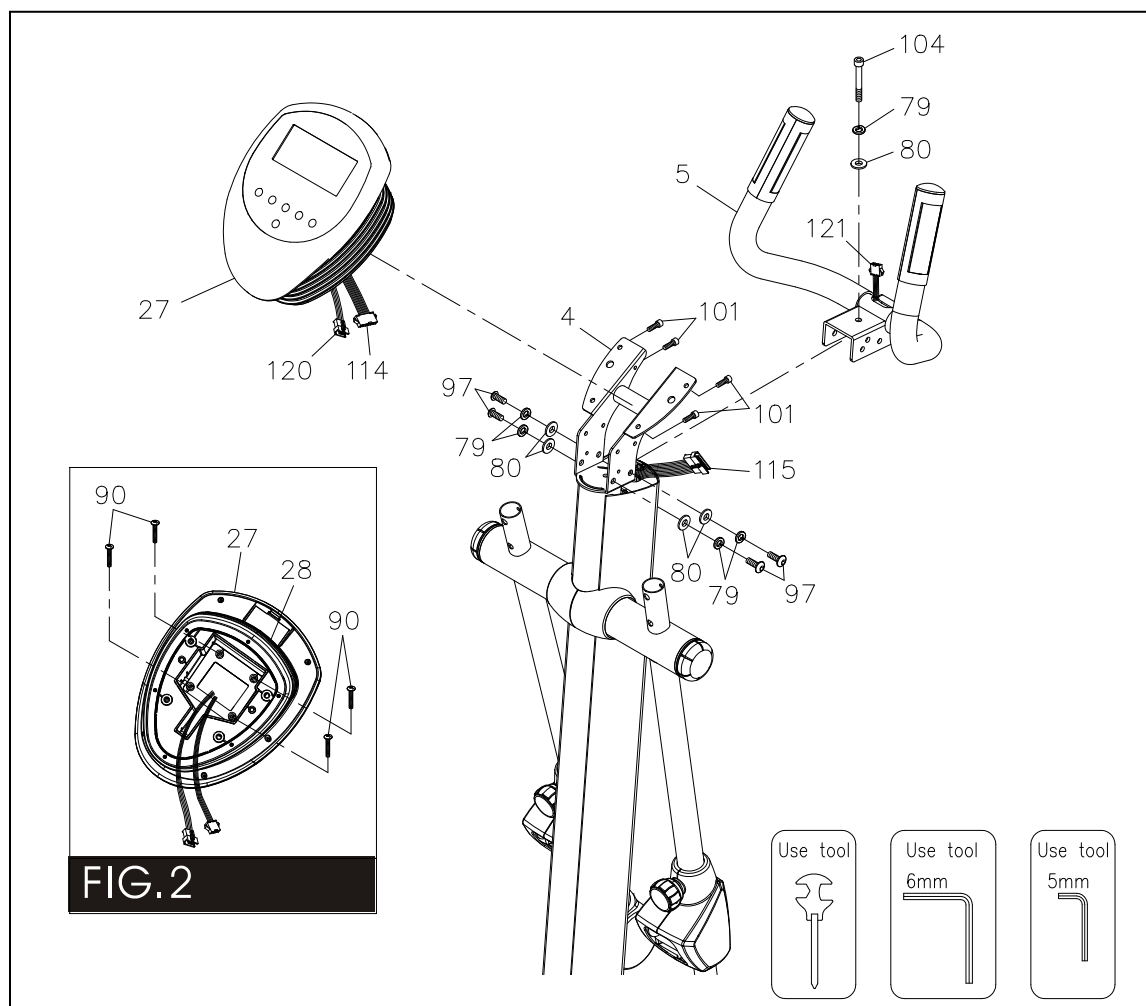


- a. Pre montáž krytky otáčacieho ramena (40, 41), položte krytku ľavého otáčacieho ramena (40) do vnútornej strany otáčacieho ramena (9). Položte krytku pravého otáčacieho ramena (41) na vnútornú stranu otáčacieho ramena (9). Priskrutkujte krytku otáčacieho ramena (40, 41) s dvomi samozarezávacími skrutkami (M4x16mm)(88).
- b. Pre montáž krytky základne rukoväte (42, 43), položte krytku ľavej základne rukoväte (42) na vnútornú stranu teleskopickej tyče (10). Položte krytku pravej rukoväte (43) na vonkajšiu stranu teleskopickej tyče (10). Priskrutkujte základnú krytku (42, 43) s dvomi samozarezávacími skrutkami (M4x16 mm)(88). Zopakujte vyššie uvedený proces pre ľavú stranu.

Krok 6 – montáž pedálov

- a. Položte montáž pravého pedálu (50R) na rameno pedálov ktoré je umiestnené na vrchnej strane oporného pravého ramena pedálov (11) a priskrutkujte s dvomi podložkami (M8)(79) a dvomi skrutkami (M8xp1.25x16mm)(93).
- b. Zopakujte vyššie uvedený montážny proces na ľavú stranu.

MONTÁŽNE INŠTRUKCIE



Použite sadu spojovacieho materiálu C

Krok 7 – Montáž malej prednej rukoväte

- Poznámka: Štyri podložky (8x16x2.0t)(80), štyri podložky (M8)(79) a štyri skrutky (M8xp1.25x16mm)(97) sú už pripevnené ku strane prednej malej rukoväte (5).
- Odoberte štyri podložky (8x16x2.0t)(80), štyri podložky (M8)(79) a štyri skrutky (M8xp1.25x16mm)(97) z prednej malej rukoväte (5)
- Umiestnite prednú malú rukoväť (5) na miesto cez stĺpik (4) a pritiahnite s piatimi podložkami (8x16x2.0t)(80), piatimi podložkami (M8)(79) a štyrmi skrutkami (M8xp1.25x16mm)(97) a jednou skrutkou (M8xp1.25x55mm)(104). Poznámka: Jedna podložka (8x16x2.0t)(80), a jedna podložka (M8)(79), jedna skrutka (M8xp1.25x55mm)(104) sú pri balení v sade spojovacieho materiálu C

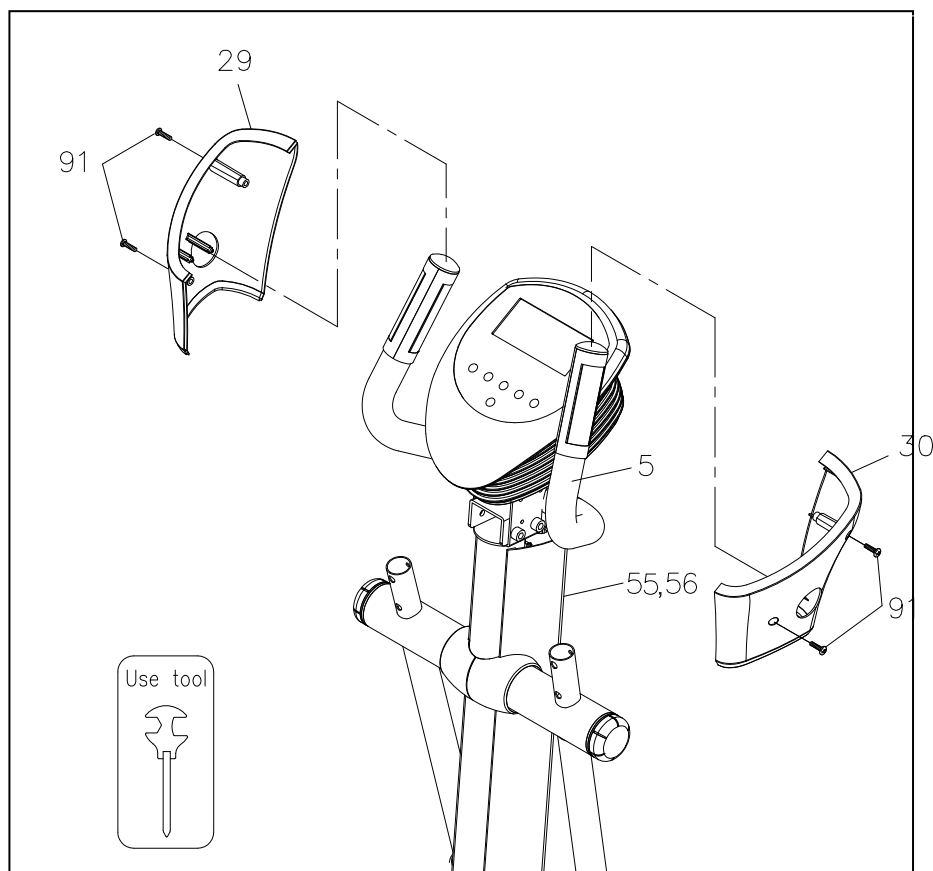
Krok 8 – Montáž počítača

- Postupujte podľa obr. 2 pre pripojenie spodnej krytky počítača (28) ku vrchnej krytke počítača (27) a pritiahnite so štyrmi skrutkami (M5xp0.8x25mm)(90)
- Umiestnite a pritiahnite montáž počítača (27, 28) na oceľový tanier montáže stĺpika (4) použitím

štyroch skrutiek (M6xp1.0x15mm)(101)

- c. Pripojte predný spojovací kábel (114) ku zadnému spojovaciemu káblu (115). Bud'te opatrní, aby ste nepoškodili káble
- d. Pripojte predný pulzový senzorový kábel (120) ku zadnému pulzovému senzorovému káblu (121). Bud'te opatrní, aby ste nepoškodili káble

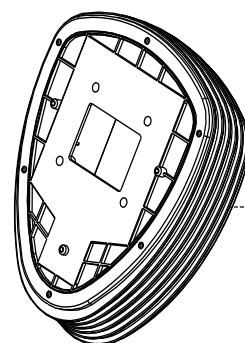
MONTÁŽNE INŠTRUKCIE



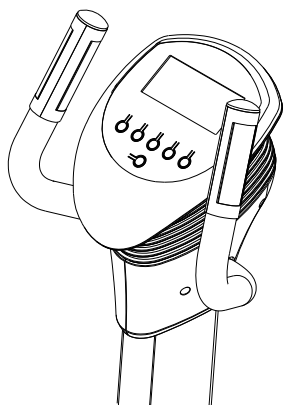
Krok 9 – Montáž krytky počítača

Použite sadu spojovacieho materiálu C

- Nasuňte pravú krytku počítača (30) do pravej strany prednej malej rukoväte (5)
- Nasuňte ľavú krytku počítača (29) do ľavej strany prednej malej rukoväte (5)
- Potom pripojte pravú objímku počítača (30) a ľavú objímku počítača (29) ku montáži stĺpika (4). Priskrutkujte objímku počítača (29, 30) so štyrmi skrutkami (M5xp0.8x15mm)(91)

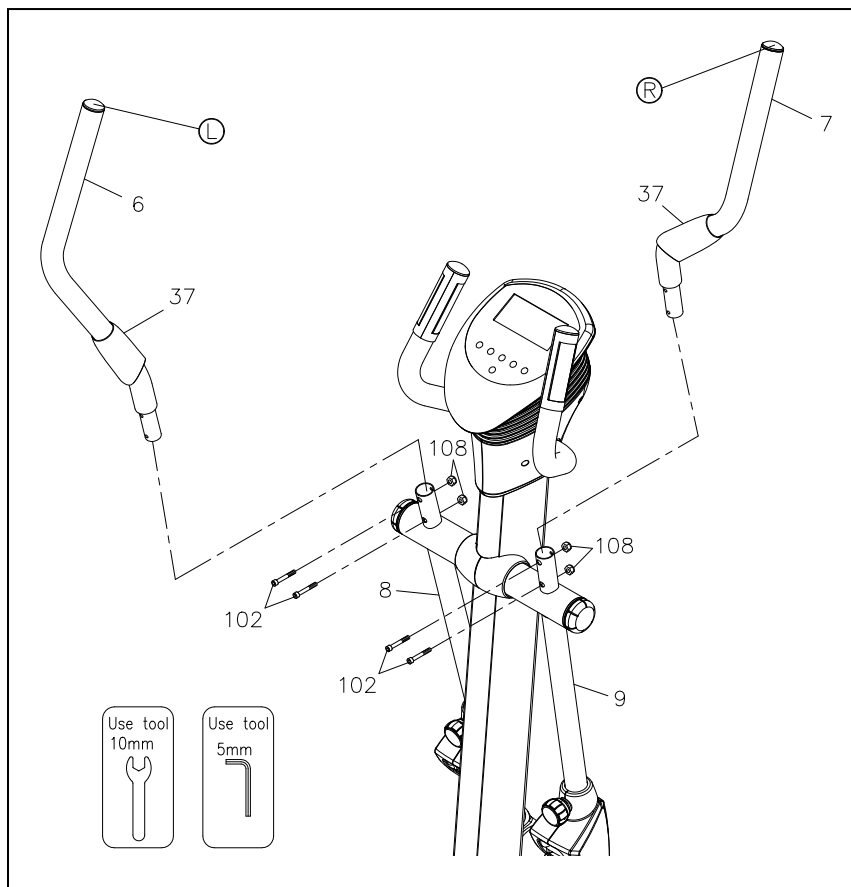


The lowest layer
of the Console
Bottom Cover



Poznámka: Presvedčte sa, že pravá objímka počítača (30) a ľavá objímka počítača (29) prikryjú krytku stĺpika (55, 56) a najnižšiu vrstvu pre spodnú krytku počítača (28) tak ako je to zobrazené na ilustrácii na ľavej strane

MONTÁŽNE INŠTRUKCIE



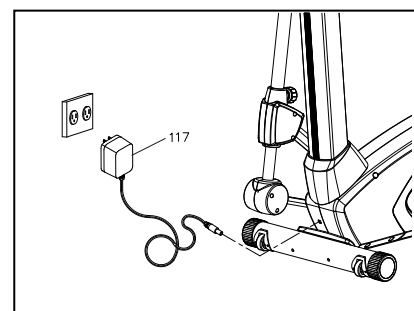
Použite sadu spojovacieho materiálu C

Krok 10 – Montáž vrchnej rukoväte

- Na ľavej vrchnej rukoväti nájdete znak "L" (6), a "R" znak je umiestnený na pravej hornej rukoväti (7)
- Vložte pravú rukoväť (7) do pravého otáčacieho ramena (9) a pritiahnite s dvomi skrutkami (M6xp1.0x35mm)(102) a dvomi maticami (M6)(108)
- Poznámka: a. Objímka rukoväte (37) je predmontovaná na ľavú a pravú rukoväť (6,7)
b. Dbajte na to, aby boli skrutky (102) namontované v smere ako je zobrazené na ilustrácii a zabráňte tomu, aby ste skrutky úplne pritiahli
- Nasuňte objímku rukoväte (37) dole aby ste prikryli skrutky na pravej rukoväti (7)
- Zopakujte vyššie uvedený proces montáže aj na ľavú stranu
- Ukončíte montáž, presvedčte sa, že sú všetky skrutky riadne utiahnuté pred tým, ako začnete používať cvičiace zariadenie

Krok 11 – AC Adaptér

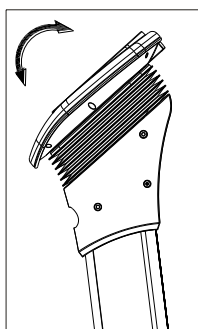
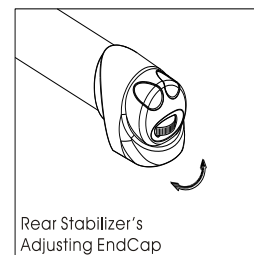
- Pripojte adaptér (117) ku spojovaču, ktorý je umiestnený na prednej strane hlavného rámu (1)
- Pripojte adaptér (117) do elektrickej zásuvky a počítač sa zapne a rozsvieti



OVLÁDACIE INŠTRUKCIE

Ako nastaviť koncovku pre nastavenie zadného stabilizátora

- Po uložení zariadenia na určené miesto použitia, skontrolujte stabilitu zariadenia
- Pre dosiahnutie stability slúži Nastaviteľná koncovka (24) na konci Zadného Stabilizátora (3) pri nesprávnom nastavení môže spôsobovať jemné kolísanie zariadenia. Pre vyrovnanie zariadenia otočte oboma Nastaviteľnými koncovkami (24) v smere alebo protismere hodinových ručičiek až pokiaľ nebude zariadenie stáť pevne na podlahe bez kolísania



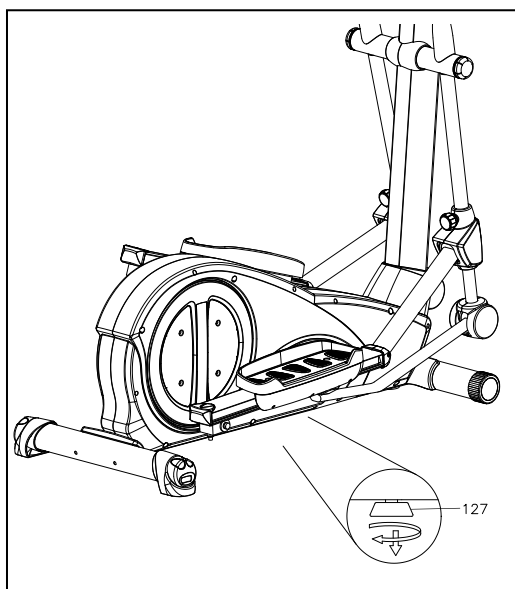
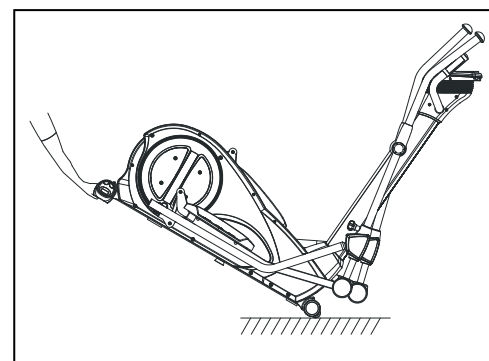
Ako nastaviť uhol počítača

Pre dosiahnutie najlepšieho uhla počítača, položte obe ruky na horný a dolný koniec počítača a jemne nastavte požadovaný uhol počítača

Ako bezpečne prepravovať zariadenie

Zdvihnite Zadný stabilizátor (3) ,použite obe ruky a opatrne potiahnite zariadenie na požadované miesto

- ◆ Presvedčte sa, že je podlaha čistá bez prekážok pred presúvaním zariadenia



Ako nastaviť podstavec v strede hlavného rámu

Poznámka: Hlavným účelom pre Vyrovnávača (127) je vyrovnanie zariadenia a získanie väčšej opory pre základňu Hlavného rámu. Po ukončení celého procesu montáže, položte zariadenie na rovný povrch. Nastavte vyrovnávač (127) až pokiaľ nebude zariadenie stáť pevne na podlahe bez kolísania.

OVLÁDACIE INŠTRUKCIE

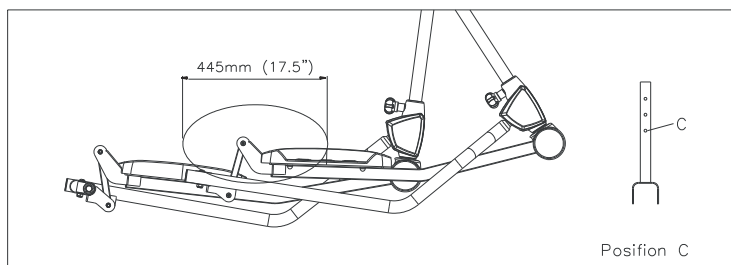
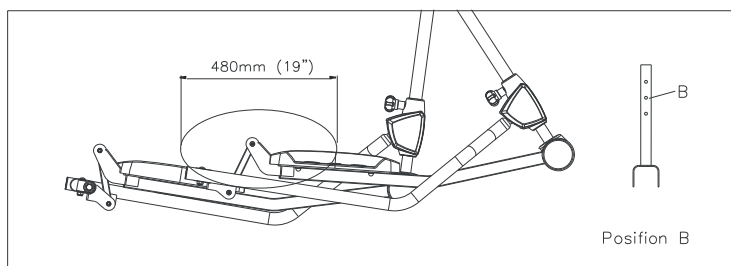
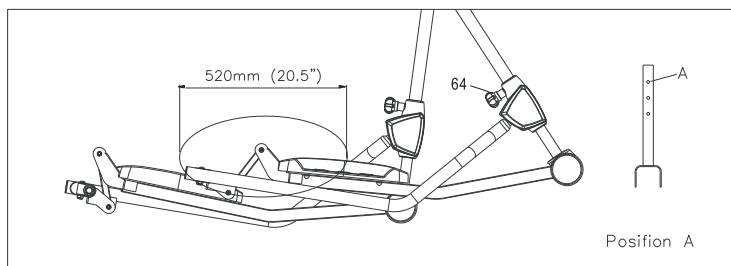
Ako si nastaviť dĺžku kroku

Eliptický tréner je vybavený s tromi nastaviteľnými dĺžkami od 17.5" (445 mm) do 20.5" (520 mm)

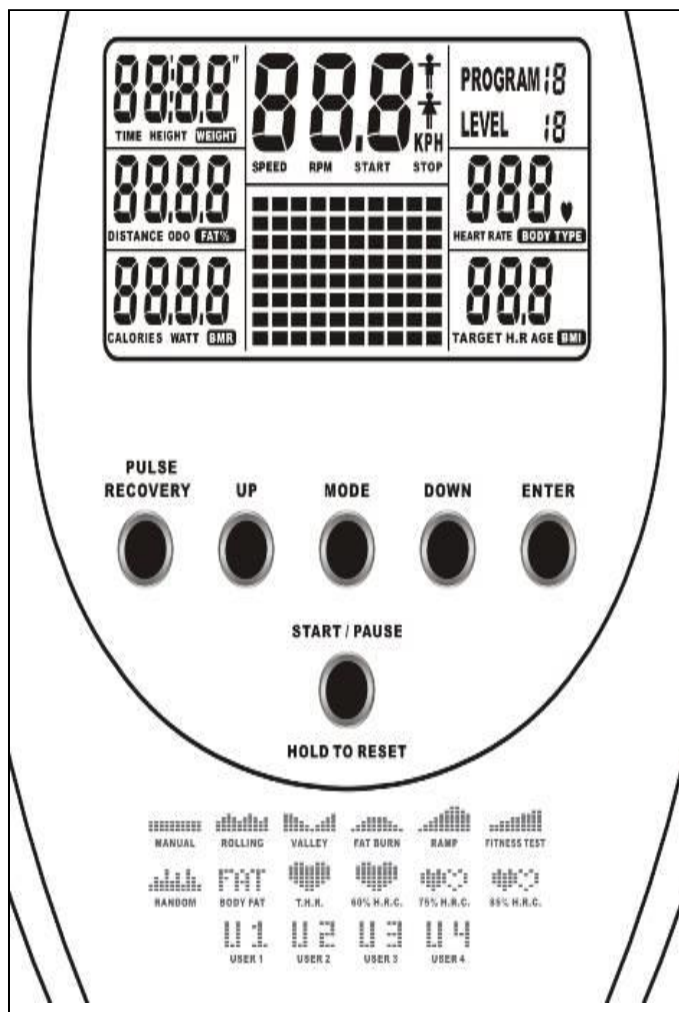
- a. Pre nastavenie dĺžky kroku, povoľte a potiahnite Kolík (64). Pohnite pravú teleskopickú tyč (10) do správnej požadovanej pozície.
- b. Uvoľnite pravý kolík (64) a presvedčte sa, že je kolík gombíka sa dostane do nastavovacieho otvoru v pravej teleskopickej tyči (10)
- c. Zopakujte vyššie uvedený proces pre nastavenie dĺžky na ľavej strane

Poznámka:

1. Vždy nastavujte pravú a ľavú teleskopickú tyč (10) v rovnakej výške
2. Bezpečne pritiahnite pravý a ľavý kolík (64) pred začiatkom cvičenia



INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ



- Nechajte si zopár minút na oboznámenie sa rozloženie jednotlivých funkcií na konzole. Dolu sú umiestnené funkcie konzoly.
- Odporúčame vám používanie konzoly pre lepšie využitie a viacero variácií vášho cvičenia, a na udržanie a zameranie sa na váš konečný cieľ voči fyzickej kondícii. Počítač je dôležitým zdrojom pre motiváciu a záujem ktorý vám pomôže na vašej ceste

Zapnutie

- Presvedčte sa, že je adaptér riadne zapnutý v zástrčke
- Pedálovaním alebo stlačením ktoréhokoľvek tlačidla aktivujete konzolu. Displej konzoly sa rozsvieti zaznie krátke pípnutie, ktoré indikuje že konzola je pripravená na použitie.

Vypnutie

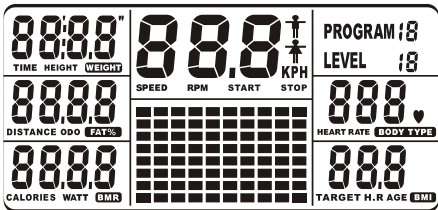
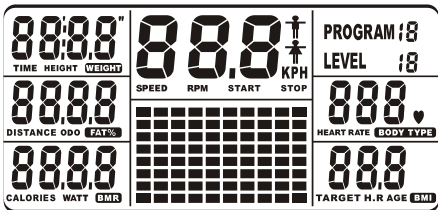
Konzola sa vypne automaticky, pokiaľ je zariadenie viac ako 4 minúty bez aktivity.

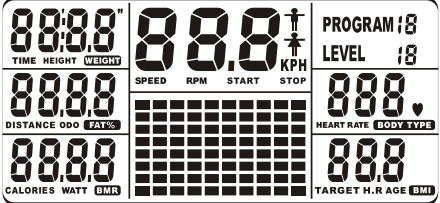
Zoznam programov



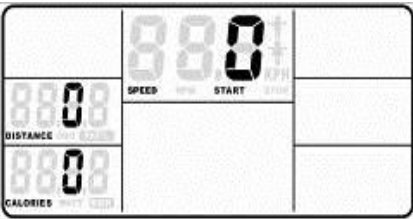
P1	MANUÁL PROGRAM	P2	JAZDNÝ ODPOR PROGRAM	P3	TURISTICKÝ PROGRAM	P4	SPAĽOVANIE KALÓRIÍ PROGRAM
P5	STUPŇUJÚCI PROGRAM	P6	FITNES TEST PROGRAM	P7	NEPRAVIDELNÝ PROGRAM	P8	TELESNÝ TUK PROGRAM
P9	CIEĽ SRDCOVÝ TEP H.R.C. PROGRAM	P10	60% H.R.C. PROGRAM	P11	75% H.R.C. PROGRAM	P12	85% H.R.C. PROGRAM
P13	UŽÍVATEĽ 1 ÚROVEŇ PROGRAM	P14	UŽÍVATEĽ 2 ÚROVEŇ PROGRAM	P15	UŽÍVATEĽ 3 ÚROVEŇ PROGRAM	P16	UŽÍVATEĽ 4 ÚROVEŇ PROGRAM

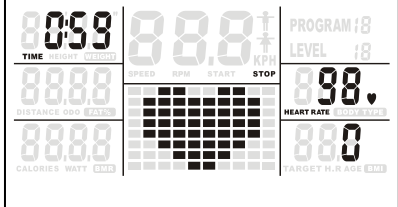
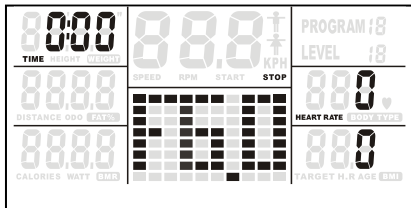
INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – FUNKCIE TLAČIDIEL

START / PAUSE  HOLD TO RESET	a. Stlačte START/PAUSE pre začiatok vášho cvičenia b. Stlačte START/PAUSE znovu pre zastavenie alebo prerušenie všetkých funkcií počas cvičebného programu. Všetky údaje na displeji zamrznú. c. Stlačte START/PAUSE znovu pre pokračovanie v programe a všetky údaje budú znovu pokračovať dokiaľ navolený program neskončí. d. PODRŽTE RESET funkciu: Pokračujte stlačením START/PAUSE, všetky údaje sa vrátia na 0 a konzola sa vráti do úrovne ŠTARTU.
ENTER 	Stlačte ENTER pre potvrdenie funkcie programu (PROGRAM, ČAS, VÝŠKA, VÁHA, VZDIALENOSŤ, KALÓRIE, VEK, POHLAVIE, CIEĽ SRDCOVÝ TEP a ÚROVEŇ ODPORU pre každý časový interval) 
UP 	Stlačte HORE (UP) pre zvýšenie hodnôt funkcií programu (PROGRAM, ČAS, VÝŠKA, VÁHA, VZDIALENOSŤ, KALÓRIE, VEK, POHLAVIE, CIEĽ SRDCOVÝ TEP a ÚROVEŇ ODPORU pre každý časový interval) 

DOWN 	Stlačte DOLE (DOWN) pre zníženie hodnôt funkcií programu (PROGRAM, ČAS, VÝŠKA, VÁHA, VZDIALENOSŤ, KALÓRIE, VEK, POHLAVIE, CIEĽ SRDCOVÝ TEP a ÚROVEŇ ODPORU pre každý časový interval) 
--	--

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – FUNKCIE TLAČIDIEL

MODE 	Počas cvičenia (po stlačení START/PAUSE), môže užívateľ stlačiť MODE pre zvolenie RÝCHLOSTI SPEED, VZDIALENOSTI DISTANCE a KALÓRIÍ CALORIES, alebo RPM, ODO (Odometer) a WATT.   RPM, ODO, WATT sa zobrazia v rovnakom čase rýchlosť, kalórie, vzdialenosť sa zobrazia v rovnakom čase VZDIALENOSŤ a ODO (ODOMETER) informácie: - VZDIALENOSŤ: - Meria celkovú vzdialenosť od 0 do 999 km/Míle. - Po stlačení START/PAUSE, sa začne VZDIALENOSŤ započítavať. Stlačte START/PAUSE znovu, pre pauzu všetkých funkcií a VZDIALENOSTI hodnôt počas cvičenia. - Stlačte START/PAUSE znovu pre pokračovanie v programe a hodnoty VZDIALENOSTI budú pokračovať v počítaní od posledného prerušenia programu - Konzola sa automaticky vypne po 4 minútach neaktivity na zariadení. Hodnoty VZDIALENOSTI sa reštartujú na nulu po začatí pedálovania alebo po stlačení ktoréhokoľvek tlačidla na konzole. - ODO (ODOMETER): Funkcie ODO a VZDIALENOSTI UP MODE   DOWN ENTER  
--	---

	sú podobné a zhromažďujú celkovú vzdialenosť ubehnutú na zariadení počas cvičenia. Ak potrebujete resetovanie hodnôt vzdialenosti ODO , stlačte UP, MODE, DOWN a ENTER v rovnakom čase, pre dovedenie motoru automaticky sa nastaviť pre resetovanie na nulovú hodnotu
PULSE RECOVERY 	a. PULZ REGENERÁCIA tlačidlo meria, ako rýchlo sa váš pulz navráti do kľudu po ukončení cvičenia. Môžete to využívať pre meranie vášho zlepšenia kondície. b. Konzola monitoruje váš pulz počas 60 sekúnd a kalkuluje hodnoty ÚROVNE SRDCOVEJ REGENERÁCIE od F1.0 do F6.0. F1.0 je najlepší; F6.0 je najhorší (iba informatívne) c. Údaje by mali byť využívané iba ako porovnanie medzi cvičeniami. Odporúča sa jeho využitie po cvičení. Prestaňte s cvičením pred tým ako začnete zadávať funkcie . d. Váš pulz sa zobrazí zhruba 5 sekúnd po tom ako sa zobrazí symbol “♥” POZNÁMKA: Ak nebudete držať SENZOR SRDCOVÉHO TEPU na rukoväti oboma rukami správne, na konzole sa hodnota SRDCOVÉHO PULZU zobrazí na “0” a hlavný displej zobrazí “F6.0” potom sa hodnoty vrátia na nulu, čo znamená že SENZOR SRDCOVÉHO TEPU nie je schopný prijímať signál. Stlačte ktorékoľvek tlačidlo pre zastavenie dlhého pípania, potom stlačte PULZ REGENERÁCIA tlačidlo znovu a presvedčte sa že držíte správne SENZOR SRDCOVÉHO TEPU na rukovätiach s oboma rukami. .  

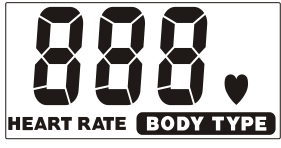
INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – FUNKCIE TLAČIDIEL

	• Konzola obsahuje 16 predvolených programov • Zobrazuje programy pre zvolenie počas nastavenie, od P1 ~ P16 • Zobrazuje navolený program počas cvičenia • ÚROVEŇ: • Zobrazuje úroveň odporu navoleného programu, od 1 do 16 úroveň odporu;
---	---

	ČAS: - Napočítavanie : Ak nebol navolený cieľový čas, ČAS TIME začne odpočítavať od 0:00 do maxima 99:59 minút - Odpočítavanie: Ak ste si navolili cieľový čas, konzola začne odpočítavať od zvoleného času až do 0:00 VÝŠKA: - Zobrazí rozpätie: 110 ~ 250 cm; 0.5 cm prírastok / 3'08" ~ 8' 00"; 1 inch prírastok; výrobok nie je vhodný pre deti. VÁHA: - Zobrazí rozpätie: 10 ~ 200 Kg; 0.2 Kg prírastok / 23 ~ 440 LBS; 0.5 LBS prírastok; výrobok nie je vhodný pre deti.
	VZDIALENOSŤ: - Napočítavanie: Ak nebola navolená cieľová vzdialenosť, konzola začne odpočítavať celkovú vzdialenosť od 0:00 do 999 km/míle - Odpočítavanie: Ak ste si navolili cieľovú vzdialenosť, konzola začne odpočítavať od zvolenej vzdialenosti až do 0 - Počas cvičenia (po stlačení START/PAUSE), môže užívateľ stlačiť MODE tlačidlo pre zvolenie VZDIALENOSTI, alebo ODO (Odometer)
	ODO: - Funkcie ODO a VZDIALENOSTI sú podobné a zhromažďujú celkovú vzdialenosť ubehnutú počas cvičenia. ROZDIELNE RESETOVÉ INFO. VZDIALENOSTI & ODO: RESET INFO. VZDIALENOSTI: Konzola sa automaticky vypne po 4 minútach kedy je zariadenie neaktívne. Hodnoty VZDIALENOSTI sa reštartujú na nulu , po zatlačení pedálov alebo ktoréhokoľvek tlačidla na konzole. RESET INFO. ODO: Pre reset ODO hodnoty vzdialenosti, stlačte UP, MODE, DOWN a ENTER v rovnakom čase aby ste dovolili motoru automatický reset ODO hodnôt na nulu UP DOWN MODE ENTER TUK%: - Počas TESTOVANIA TELESNÉHO TUKU, sa zobrazí výsledok v percentách podiel telesného tuku PROGRAM TELESNÝ TUK BODY FAT PROGRAM (P8)

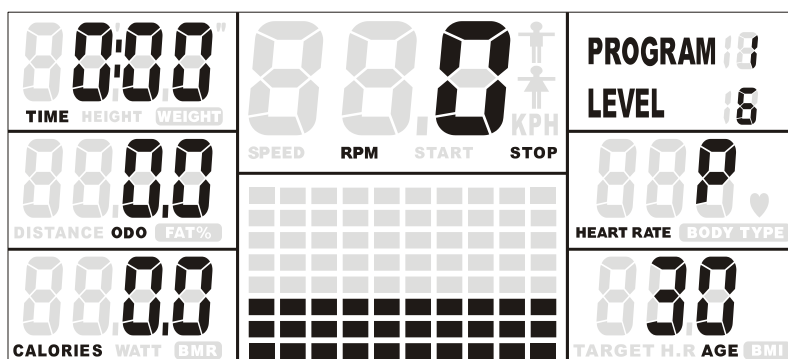
	● Percentá telesného tuku je jednoducho percento tuku ktoré vaše telo obsahuje
--	--

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – FUNKCIE TLAČIDIEL

	KALÓRIE: ● Napočítavanie: Ak nie je navolený cieľ kalórií, konzola počíta všetky spálené kalórie počas cvičenia. ● Odpočítavanie: Ak ste si navolili hodnotu kalórií, konzola bude odpočítavať od navolenej hodnoty až po 0 BMR: ● Počas TESTU TELESNÉHO TUKU, výsledok zobrazí hodnotu BMR v PROGRAME TELESNÉHO TUKU (P8) ● BMR (základná metabolická úroveň) je úroveň v ktorej telo spaľuje kalórie pri zachovaní normálnych telesných funkcií počas oddychu WATT: ● Zobrazuje aktuálnu hodnotu Watt počas cvičenia
	CIEĽ H.R.: ● Zobrazuje rozpätie: 60 ~ 220 BPM (údery za minútu) ; 1 BPM prírastok VEK: ● Zobrazuje rozpätie: 10 ~ 99 rokov; 1 rok-prírastok POZNÁMKA: Aj keď konzola povoľuje zadať vek od 10 rokov, neodporúča sa výrobok používať deťom BMI: ● Počas TESTU TELESNÉHO TUKU, displej zobrazí výslednú hodnotu BMI v PROGRAME TELESNÉHO TUKU (P8) ● BMI (INDEX TELESNEJ HMOTNOSTI) je vzorec výška/váha. Z hodnoty vášho BMI, môžete vidieť či ste podvyživený, alebo máte normálnu váhu, nadváhu alebo ste obézny.
	● SRDCOVÝ TEP: ● Musíte umiestniť obe ruky na Senzory Pulzu na Rukovätiach. Váš pulz sa zobrazí zhruba za 5 sekúnd po symbole "♥" ● Ak nepoložíte vaše ruky správne a prejde 5 sekúnd bez signálu pulzu, konzola vypne snímanie pulzu. Položte obe ruky na Senzory

	pulzu správne a pulz sa začne znovu načítavať a zobrazí sa. • • TELESNÝ TYP: • Počas TESTU NA TELESNÝ TUK, výsledok zobrazí hodnotu pre TELESNÝ TYP v PROGRAME TELESNÉHO TUKU (P8)
--	---

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – FUNKCIE TLAČIDIEL



Informácie: Pre zapnutie počítateľa stlačte akékoľvek tlačidlo alebo začnite pedálovať

- Presvedčte sa, že je zdrojový kábel riadne zapojený do zástrčky.
- Konzola sa vypne automaticky po 4 minútach bez akejkoľvek aktivity.
- Pre zapnutie konzoly stlačte ktorékoľvek tlačidlo alebo začnite pedálovať. Po pár sekundách sa konzola rozsvieti a zaznie krátke pípnutie, ktoré udáva, že konzola je pripravená pre použitie.

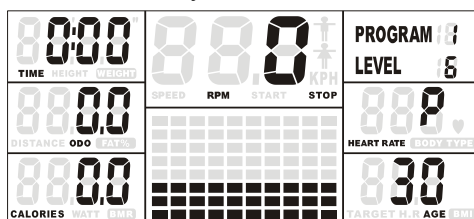
Informácie: "PODRŽTE RESET" tlačidlo, jednoduchá cesta ako resetovať a zadať východziu pozíciu pri štarte

START / PAUSE



HOLD TO RESET

Pokračujte stlačením START/PAUSE pár sekúnd, všetky údaje sa resetnú na počiatočné hodnoty a konzola sa vráti k POWER ON(zapnuté) pozícii



POWER ON status

Ako obsluhovať MANUÁLNY PROGRAM (P1)

"A." ZADAJTE MANUÁLNY PROGRAM (P1)"

ENTER tlačidlo:

Keď je zariadenie zapnuté, môže byť zvolený manuálny program (P1), stlačením ENTER tlačidla potvrdíte a zadáte MANUÁLNY PROGRAM (P1)

alebo

- START/PAUSE tlačidlo: Pokiaľ chcete zvoliť iný program (P2~P16), stlačte START/PAUSE tlačidlo pre zastavenie aktuálneho programu
- HOPE UP alebo DOLE DOWN tlačidlo: Stlačte UP alebo DOWN tlačidlo pre zvolenie MANUÁLNEHO PROGRAM (P1)
- ENTER tlačidlo: Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie a zadajte MANUÁLNY PROGRAM (P1)

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – FUNKCIE TLAČIDIEL MANUÁLNY PROGRAM (P1)

“B. ZADAJTE POŽADOVANÝ ČAS ALEBO VZDIALENOSŤ

Aby sa predišlo zmätku zo strany užívateľa je možné v jednom programe zadať iba čas alebo iba vzdialenosť, podľa priority ktorú si užívateľ zvolí, alebo oboje. ČAS alebo VZDIALENOSŤ však musia byť zadávané v jednom programe postupne, nie naraz.

Pokiaľ si želáte nastaviť ČAS, nie VZDIALENOSŤ:

UP-hore alebo DOWN-dole tlačidlo:



- Po stlačení ENTER tlačidla zadajte do MANUÁLNEHO PROGRAMU (P1), ČAS úroveň funkcií sa zobrazí na displeji blikajúc “0:00”.
- Použite UP alebo DOWN tlačidlá pre nastavenie požadovaného ČASU (1:00 DO 99:00; 1 MINÚTA PRÍRASTOK)

POZNÁMKA pre ČAS:

- Napočítavanie: Ak nie je cieľový čas navolený, ČAS sa začne odpočítavať od 0:00 do maxima 99:59 minút
- Odpočítavanie: Pokiaľ ste si navolili cieľový čas, konzola začne odpočítavať od nastaveného času až po 0:00

Pokiaľ si želáte nastaviť VZDIALENOSŤ, nie ČAS:

ENTER tlačidlo a potom UP alebo DOWN tlačidlo:



- Po stlačení ENTER tlačidla zadajte do MANUÁLNEHO PROGRAMU (P1), ČAS úroveň funkcií sa zobrazí na displeji blikajúc “0:00”.
- Stlačte ENTER tlačidlo znova, VZDIALENOSŤ úroveň funkcií sa zobrazí na displeji blikajúce “0.0”
- Použite UP alebo DOWN tlačidlá pre nastavenie požadovanej VZDIALENOSTI (1 DO 999 Km/MÍLE; 1 KM/MÍLE PRÍRASTOK)

POZNÁMKA pre VZDIALENOSŤ:

- Napočítavanie: Ak nebola zvolená požadovaná vzdialenosť, začne sa táto odpočítavať celkovú vzdialenosť od 0:00 do 999 km/míle
- Odpočítavanie: Pokiaľ ste si nastavili cieľovú vzdialenosť, konzola začne odpočítavať od zvolenej vzdialenosti po 0

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – FUNKCIE TLAČIDIEL MANUÁLNY PROGRAM (P1)

C. NASTAVENIE POŽADOVANÝCH KALÓRIÍ a VÁŠ VEK

1. ENTER tlačidlo a potom UP alebo DOWN tlačidlo:



a. Stlačte ENTER pre potvrdenie ČASU alebo VZDIALENOSTI zadajte úroveň pre nastavenie KALÓRIÍ

b. Použite UP alebo DOWN pre nastavenie požadovaných KALÓRIÍ (10 DO 9990 KCAL; 10 KCL

PRÍRASTOK)

POZNÁMKA pre KALÓRIE:

- Napočítavanie: Ak nie je zadaná cieľová hodnota kalórií, budú sa napočítavať celkové spálené kalórie počas cvičenia.
- Odpočítavanie: Ak je predvolená hodnota kalórií, konzola začne odpočítavať od predvolenej hodnoty až po 0

2. ENTER tlačidlo a potom UP alebo DOWN tlačidlo:



a. Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie hodnoty KALÓRIÍ a zadajte úroveň pre nastavenie VEKU

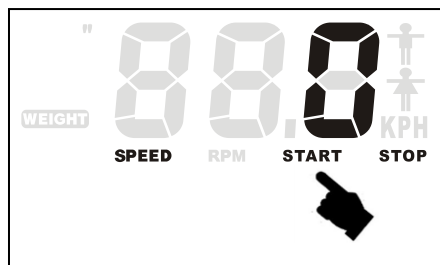
b. Použite UP alebo DOWN tlačidlá pre nastavenie vášho VEKU (10 DO 99 ROKOV; 1 ROK PRÍRASTOK)

POZNÁMKA pre VEK:

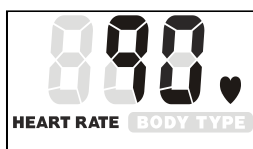
POZNÁMKA: Aj keď konzola povoľuje zadať vek od 10 rokov, neodporúča sa výrobok používať deťom

“D. ZAČIATOK CVIČENIA”

START/ PAUSE : Stlačte START/ PAUSE pre začiatok cvičenia. “START” sa zobrazí na displeji

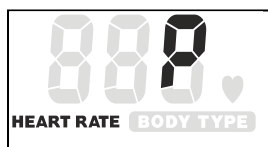


E. POČAS CVIČENIA, VŽDY MONITORUJTE VÁŠ AKTUÁLNY SRDCOVÝ TEP”



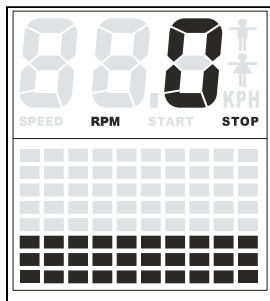
POZNÁMKA pre SRDCOVÝ TEP:

- Musíte umiestniť obe ruky na Senzory pulzu ktoré sú umiestnené na Rukováti. Váš pulz sa zobrazí za pár sekúnd po symbole “♥”
- Ak nepoložíte vaše ruky správne a prejde pár sekúnd bez zobrazenia pulzu, konzola vypne pulzový okruh. Potom konzola zobrazí na displeji poruchu “P”. Položte obe ruky späť na Pulzové Senzory správne, začne sa nové načítavanie pulzu.



INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – FUNKCIE TLAČIDIEL MANUÁLNY PROGRAM (P1)

“F. POČAS CVIČENIA, Napätie KRÚTIACEHO MOMENTU JE MOŽNÉ ĽAHKÉ ZMENIŤ KEDYKOĽVEK”



UP alebo DOWN : Môžete zmeniť úroveň napätia krútiaceho momentu (od 1 do 16 úrovní) kedykoľvek počas cvičenia stlačením UP alebo DOWN

G. POČAS CVIČENIA, VŽDY KONTROLUJTE SRDCOVÝ TEP – JEDNODUCHÁ CESTA AKO SI POSILNIŤ VAŠE KARDIOVASKULÁRNE CVIČENIE”



- Pre zlepšenie vašej kardiovaskulárnej kondície, počas zadávania vášho veku, konzola zakalkuluje vhodnú CIEĽOVÚ HODNOTU SRDCOVÉHO TEPU automaticky pre vás

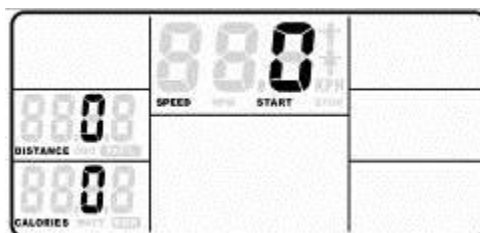
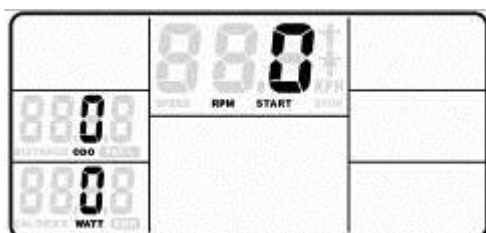
- Kalkulácia CIEĽOVEJ HODNOTY SRDCOVÉHO TEPU je založená na

85% maximálneho srdcového tepu. Napríklad: pre vek 30 rokov , je maximálna hodnota srdcového tepu $161 = (220 - 30) \times 85\%$

- Konzola bude monitorovať váš pulz a porovnávať jeho hodnotu s CIEĽOVÝM SRDCOVÝM TEPOM. Hodnota SRDCOVÉHO TEPU zostane preblikávať preto aby vás varovala že máte spomaliť alebo znížiť úroveň napätia krútiaceho momentu ak je hodnota vášho pulzu vyššia ako CIEĽOVÝ SRDCOVÝ TEP

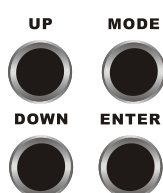
H. POČAS CVIČENIA, AKO SI ZOBRAZIŤ RÝCHLOSŤ, VZDIALENOSŤ, KALÓRIE, RPM, ODO (ODOMETER) A WATT”

Počas cvičenia (po stlačení START/PAUSE), užívateľ stlačí MODE pre zvolenie RÝCHLOSTI, VZDIALENOSTI a KALÓRIÍ, alebo RPM, ODO (Odometer) a WATT

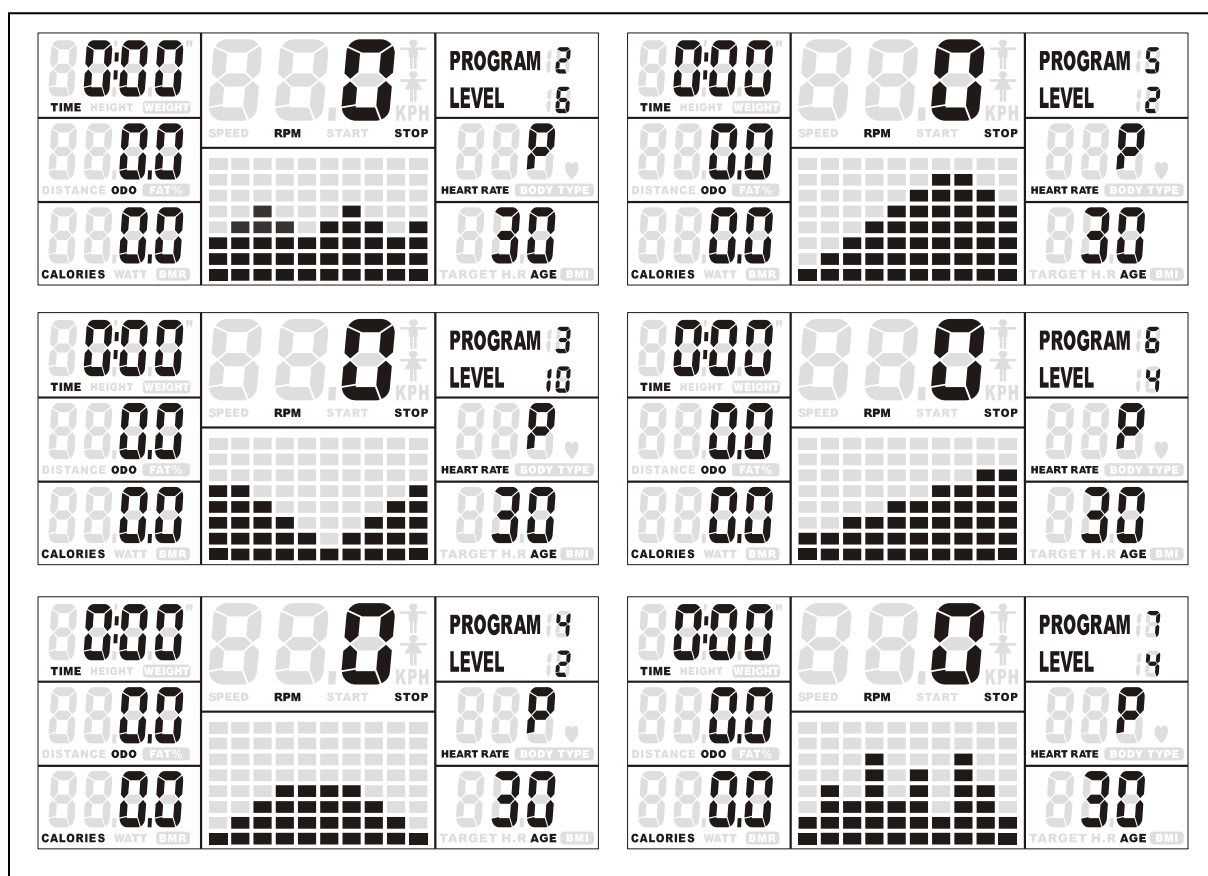


RPM, ODO, WATT sa zobrazia v rovnaký čas RÝCHLOSŤ, VZDIALENOSŤ, KALÓRIE. sa zobrazia v rovnaký čas

ODO (odometer), funkcie sú podobné VZDIALENOSTI, napočítavajú celkovú vzdialenosť ubehnutú počas cvičenia. Ak je akákoľvek potreba pre resetovanie ODO' hodnoty vzdialenosti, stlačte UP, MODE, DOWN a ENTER v rovnakom čase pre to aby ste umožnili motoru automaticky resetovať ODO hodnotu na nulu



INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – PROGRAM (P2 ~ P7)”



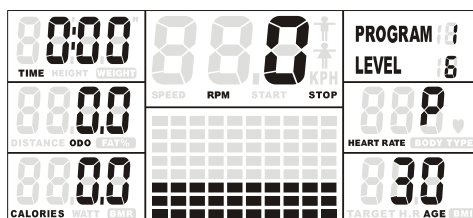
- “1” Informácie: Stlačte ktorékoľvek tlačidlo na konzole alebo začnite pedálovať pre zapnutie konzoly
- Presvedčte sa, že je zdrojový kábel riadne zapnutý v zástrčke
 - Konzola sa automaticky vypne po 4 min. bez aktivity
 - Stlačte ktorékoľvek tlačidlo alebo začnite pedálovať pre zapnutie konzoly. Po pár sekundách, sa konzola rozsvieti a zaznie krátke pípnutie, čo znamená, že konzola je naštartovaná
- “2” Informácie: “PODRŽTE PRE RESET” tlačidlo, jednoduchá cesta pre resetovanie a zadajte POWER ON stav

START / PAUSE



HOLD TO RESET

Pokračujte stlačením START/PAUSE , všetky údaje sa resetnú k počiatočnej hodnote a konzola sa vráti do začiatočného stavu



Režim zapnuté

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – PROGRAM (P2 ~ P7)”

3” Ako správne obsluhovať PROGRAM (P2~P7)

“A.” ZADAJTE MANUÁLNY PROGRAM (P2~P7)”

a. START/PAUSE tlačidlo:

Ak ste si zvolili iný program ako (P1 or P8 ~ P16), stlačte START/PAUSE pre pauzu aktuálneho programu

b. UP alebo DOWN :

Stlačte UP alebo DOWN pre nastavenie PROGRAM (P2 ~ P7)

c. ENTER tlačidlo:

Stlačte ENTER pre potvrdenie a zadajte PROGRAM (P2 ~ P7)

"B. NASTAVTE POŽADOVANÝ ČAS A VZDIALENOSŤ

Aby sa predišlo zmätku zo strany užívateľa je možné v jednom programe zadať iba čas alebo iba vzdialenosť, podľa priority ktorú si užívateľ zvolí, alebo oboje. ČAS alebo VZDIALENOSŤ však musia byť zadávané v jednom programe postupne, nie naraz.

Ak si želáte nastaviť ČAS bez VZDIALENOSTI:

UP alebo DOWN :



- Po stlačení ENTER zadajte do PROGRAM (P2 ~ P7), ČAS úroveň funkcií sa zobrazí na displeji blikajúc "0:00"
- Použite UP alebo DOWN tlačidlá pre nastavenie požadovaného ČASU (1:00 DO 99:00; 1 MINÚTA PRÍRASTOK)
-
- POZNÁMKA PRE ČAS:
- Napočítavanie: Ak nebol zvolený cieľový čas, ČAS začne napočítavať od 0:00 do maxima 99:59 minút
- Odpočítavanie: Ak ste si navolili cieľový čas, konzola začne odpočítavať od zvoleného času až po 0:00

Ak si želáte nastaviť VZDIALENOSŤ bez ČASU:

ENTER a potom UP alebo DOWN :



- Po stlačení ENTER zadajte do PROGRAM (P2 ~ P7), TIME úroveň funkcií, na displeji sa zobrazí blikajúc "0:00".
- Znovu stlačte ENTER , VZDIALENOSŤ zobrazia sa úrovne funkcií na displeji blikajúc "0.0"
- Použite UP alebo DOWN pre nastavenie požadovanej VZDIALENOSTI (1 DO 999 Km/MÍLE; 1 KM/MÍLE PRÍRASTOK)
-
- POZNÁMKA PRE VZDIALENOSŤ:
- Napočítavanie: Ak nie je zvolená cieľová vzdialenosť, vzdialenosť sa začne napočítavať od 0:00 do 999 km/míle
- Odpočítavanie: Ak ste si navolili cieľovú vzdialenosť, konzola začne odpočítavať od navolenej hodnoty až po 0

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – PROGRAM (P2 ~ P7)"

"C. ZADAJTE POŽADOVANÉ KALÓRIE A VÁŠ VEK"

1. ENTER tlačidlo a potom UP alebo DOWN:



- a. Stlačte ENTER pre potvrdenie ČASU or VZDIALENOSTI hodnôt a zadajte úroveň pre nastavenie KALÓRIÍ
- b. Použite UP alebo DOWN pre nastavenie požadovaných KALÓRIÍ (10 DO 9990 KCAL; 10 KCAL PRÍRASTOK)

POZNÁMKA PRE KALÓRIE:

- Napočítavanie: Ak nie je zadaná cieľová hodnota pre kalórie, napočítavať sa budú kalórie spálené počas cvičenia.
- Odpočítavanie: Ak ste si navolili po cieľovú hodnotu kalórií, konzola začne odpočítavať od zadanej hodnoty až po 0

2. ENTER a potom UP alebo DOWN :



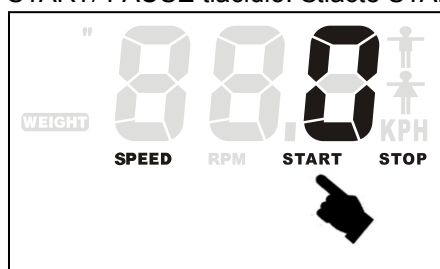
- a. Stlačte ENTER pre potvrdenie zadaných KALÓRIÍ a zadajte úroveň pre VEK
- b. Použite UP alebo DOWN tlačidlá pre nastavenie vášho VEKU (10 DO 99 ROKOV; 1 ROK PRÍRASTOK)

POZNÁMKA PRE KALÓRIE:

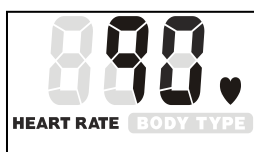
POZNÁMKA: Aj keď konzola povoľuje zadať vek od 10 rokov, neodporúča sa výrobok používať deťom

“D. ZAČIATOK CVIČENIA”

START/ PAUSE tlačidlo: Stlačte START/ PAUSE pre začiatok cvičenia. “START” sa zobrazí na displeji

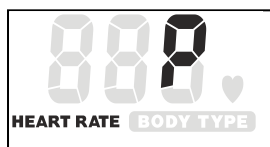


“ E. POČAS CVIČENIA, VŽDY MONITORUJTE VÁŠ AKTUÁLNY SRDCOVÝ TEP”



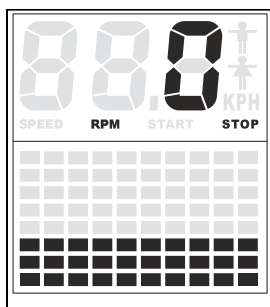
POZNÁMKA PRE SRDCOVÝ TEP:

- Musíte položiť obe ruky na Senzory pulzu ktoré sú umiestnené na Rukováti. Váš pulz sa zobrazí po pár sekundách po symbole “♥”
- Ak nepoložíte správne vaše ruky na senzory, a prejde par sekúnd bez pulzového impulzu, konzola vypne pulzový obeh. Konzola potom zobrazí odkaz na chybu “P”. Položte obe vaše ruky na Senzory pulzu správne, ten sa začne znovu načítavať



INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – PROGRAM (P2 ~ P7)”

“F. POČAS CVIČENIA SA DÁ ODPOROVÁ ÚROVEŇ JEDNODUCHO KEDYKOL'VEK ZMENIŤ”



UP alebo DOWN : Môžete zmeniť úroveň odporu (od 1 do 16 úrovní) kedykoľvek počas cvičenia, stlačením UP alebo DOWN tlačidiel

G. POČAS CVIČENIA SI VŽDY VŠÍMAJTE VÁŠ SRDCOVÝ TEP, JE TO JEDNODUCHÁ CESTA AKO SI NASTAVIŤ CIEĽ PRE ZLEPŠENIE KARDIOVASKULÁRNEHO CVIČENIA”



- Pre zlepšenie vašej kardiovaskulárnej kondície, počas zadávania vášho veku pri nastavení, konzola vám automaticky vypočíta vhodnú Cieľovú HODNOTU VÁŠHO SRDCOVÉHO TEPU
- Výpočet CIEĽOVEJ HODNOTY SRDCOVÉHO TEPU TARGET je založený na 85% z maximálneho srdcového tepu. Napríklad: Pre 30-ročného užívateľa, maximálny srdcový tep by mal byť $161 = (220 - 30) \times 85\%$
- Konzola monitoruje váš pulz a porovnáva ho s hodnotami CIEĽOVÉHO SRDCOVÉHO TEPU. Hodnota SRDCOVÉHO TEPU zostane blikať aby vás varovala, že máte spomaliť alebo znížiť odpor, ak je hodnota vášho pulzu vyššia ako CIEĽOVÝ SRDCOVÝ

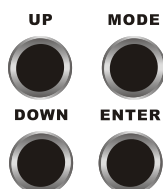
H. POČAS CVIČENIA, AKO SI POZRIEŤ RÝCHLOSŤ, VZDIALENOSŤ, KALÓRIE, RPM, ODO (ODOMETER) A WATT”

- Počas cvičenia (po stlačení START/PAUSE), môže užívateľ stlačiť MODE pre nastavenie RÝCHLOSTI, VZDIALENOSTI a KALÓRIE, alebo RPM, ODO (Odometer) a WATT

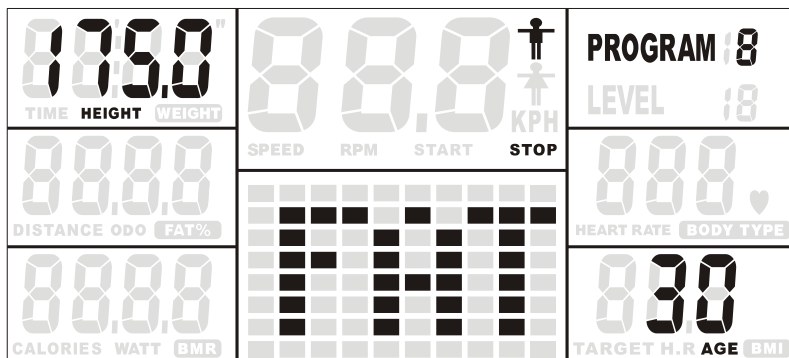


RPM, ODO, WATT sa zobrazia v rovnakom čase Rýchlosť, vzdialenosť, kalórie sa zobrazia v rovnakom čase

O ODO (odometer), funkcie sú porovnateľné so VZDIALENOSŤOU, napočítavajú celkovú vzdialenosť ubehnutú počas cvičenia. Ak je potreba resetnúť ODO hodnoty vzdialenosti, stlačte UP, MODE, DOWN a ENTER v rovnakom čase aby ste dovolili motoru automaticky resetnúť ODO hodnoty na nulu



INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – PROGRAM (P8)



Predchádzajúca informácia: Stlačte ktorékoľvek tlačidlo na počítaní alebo začnite pedálovať pre zapnutie počítania

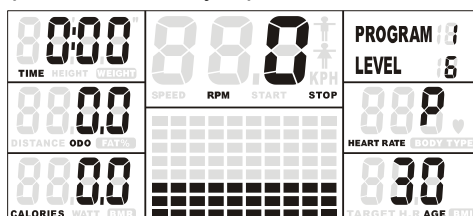
- Presvedčte sa, že je kábel správne pripojený v elektrickej zásuvke.
- Počítač sa automaticky vypne po 4 min. žiadnej aktivity
- c. Stlačte akékoľvek tlačidlo alebo začnite pedálovať pre zapnutie počítania. Po niekoľkých sekundách sa počítač rozsvieti a zaznie krátke pípnutie, indikujúce že je počítač pripravený k používaniu.
- f. Predchádzajúca informácia: "HOLD TO RESET"- podržte pre zresetovanie tlačidlo, jednoduchá cesta ako zresetovať a počítač a uviesť ho opäť do zapnutého režimu

START / PAUSE



HOLD TO RESET

Pokračujte v stláčaní START/PAUSE na pár sekúnd, všetky údaje sa zresetujú na pôvodné hodnoty a počítač sa vráti do režimu zapnutý - POWER ON



POWER ON status- režim zapnutý

Normálny spôsob ako ovládať program telesného tuku (P8)

"A." Zadajte program telesného tuku (P8)"

- START/PAUSE tlačidlo:

V prípade, že ste si zvolili iný program (P1 ~ P7, P9 ~ P16), stlačením START/PAUSE tlačidla dáte pauzu na aktuálny program

- UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlo:

Stlačte UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlo pre zvolenie programu telesného tuku (P8)

- ENTER tlačidlo:

Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie a zadanie programu telesného tuku (P8)

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – PROGRAM (P8)

“B. Zadanie osobných údajov (pohlavie, výška a vek)”

1. UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlo:



Po stlačení ENTER tlačidla, sa zobrazí funkcia pohlavie a preblikne symbol “”. Použite tlačidlá UP- hore alebo DOWN- dole pre zadanie vášho pohlavia

2. ENTER tlačidlo a potom UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlo:



- a. Stlačte ENTER pre potvrdenie vášho pohlavia a vstúpte do režimu pre nastavenie vašej výšky
- b. Použite UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlá pre nastavenie vašej výšky (110 ~ 250 cm; 0.5 cm nárast / 3'08" ~ 8' 00"; 1 INCH nárast)

Poznámka pre výšku:

Poznámka: Tento výrobok nie je určený pre používanie deťmi

ENTER tlačidlo a potom UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlo:



- a. Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie hodnoty vašej výšky a pre vstup do režimu na zadanie vašej váhy
- b. Použite UP - hore alebo DOWN - dole tlačidiel pre nastavenie vašej váhy (10 ~ 200 Kg; 0.2 Kg nárast / 23 ~ 440 LBS; 0.5 LBS nárast)

Poznámka pre výšku:

Poznámka: Tento výrobok nie je určený pre používanie deťmi

3. ENTER tlačidlo a potom UP - hore alebo DOWN - dole:



- a. Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie hodnoty vašej váhy a pre vstup do režimu veku
- b. Použite UP - hore alebo DOWN- dole tlačidlá pre nastavenie vášho veku (10 do 99 rokov; 1 rok nárast)

Poznámka pre vek:

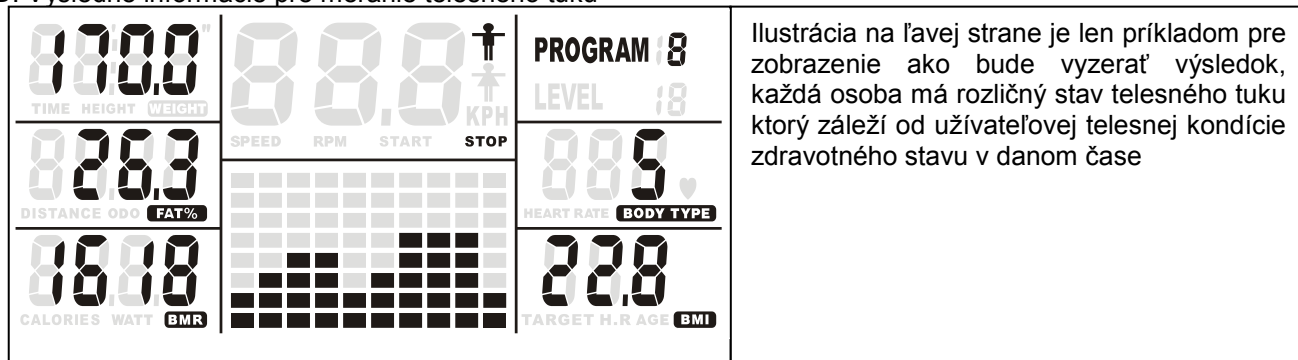
Poznámka: Aj keď povoľuje počítač nastavenie veku od 10 rokov, tento výrobok nie je vhodný pre používanie deťmi

“C. Začiatok testovania vášho telesného tuku”

START/ PAUSE tlačidlo: Stlačte START/ PAUSE pre začiatok testovania vášho telesného tuku. Testovací čas je okolo 10 sekúnd, pozrite si prosím nasledujúcu stránku pre pochopenie merania a jeho výsledkov

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – PROGRAM (P8)

D. Výsledné informácie pre meranie telesného tuku



1. BMI (Index telesnej hmotnosti):

Index telesnej hmotnosti $BMI = \text{hmotnosť v kg} : (\text{telesná výška v m})^2$ je vzorec používaný zdravotníkmi a váhovými profesionálmi v celom svete pre určenie osobnej váhy, meria úroveň obezity u individuálnej osoby. Na základe čísla vášho indexu telesnej hmotnosti môžete vidieť či máte podváhu, normálnu váhu, nadváhu alebo trpíte obezitou

VÝSLEDOK	HODNOTA BMI	BMI výsledok je závislý aj od pohlavia. V tabuľke je všeobecný prehľad pre váhový status založený na BMI
Podváha	Pod 20 (19 pre ženy)	
Normálna váha	Medzi 20 a 24.99	
Nadváha	Medzi 25 a 29.99	
Obezita 1	Medzi 30 a 34.99	
Obezita 2	Medzi 35 a 39.99	
Extrémna obezita	40 a vyššie	

2. BMR (Základná metabolická intenzita):

Základná metabolická intenzita je úroveň pri ktorej telo spaľuje kalórie pri udržiavaní normálnych telesných funkcií počas oddychu. BMR je najväčší faktor ktorý určuje celkovú metabolickú intenzitu a koľko kalórií budete potrebovať udržať pre úbytok alebo prírastok váhy.

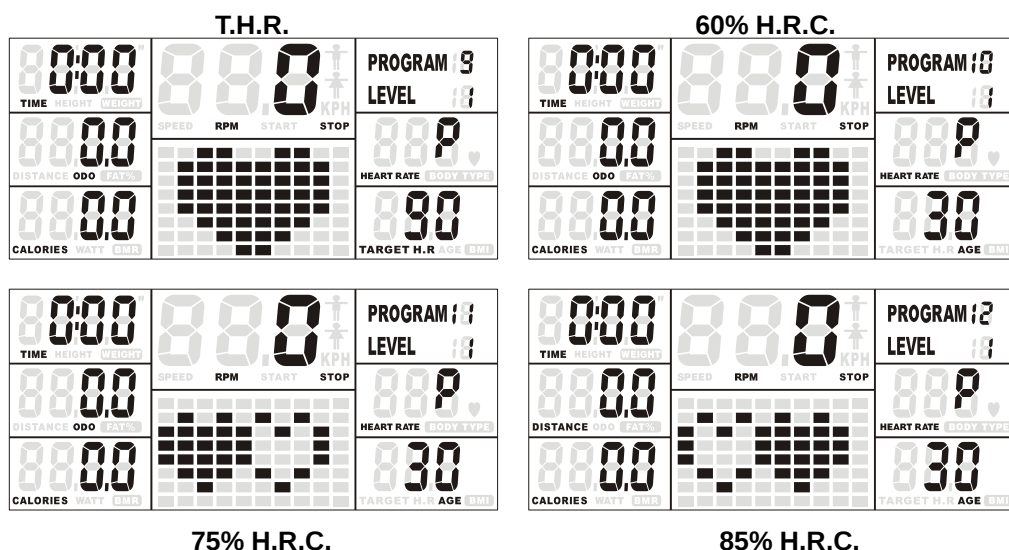
Pri úbytku váhy by ste sa mali pokúsiť prijímať menej kalórií v jedle ako ste boli zvyknutý doposiaľ. Pre chudnutie je dôležité nielen kontrolovať prísun kalórií ale aj dodržiavať vitálne cvičenie, ktoré je veľmi dôležité.

3. Telesný tuk %:

Percentá telesného tuku sú jednoducho percentami tuku ktorý obsahuje vaše telo. Ak vážite napríklad 150 libier a 10% tuku, to znamená, že vaše telo obsahuje 15 libier tuku a 135 libier telesnej hmoty ako sú kosti, svaly, orgány a všetko ostatné.

Počítač zobrazí chybu ako "E3". Pre znovu testovanie , položte obe ruky správne na Pulzové senzory

Inštrukcie pre počítač – H. R. C. program (P9 ~ P12)"



"1" Predchádzajúca informácia: Stlačte ktorékoľvek tlačidlo na počítači alebo začnite pedálovať pre zapnutie počítača

g. Presvedčte sa, že je kábel správne pripojený v elektrickej zásuvke.

h. Počítač sa automaticky vypne po 4 min. žiadnej aktivity

a. Stlačte akékoľvek tlačidlo alebo začnite pedálovať pre zapnutie počítača. Po niekoľkých sekundách sa počítač rozsvieti a zaznie krátke pípnutie, indikujúc že je počítač pripravený k používaniu.

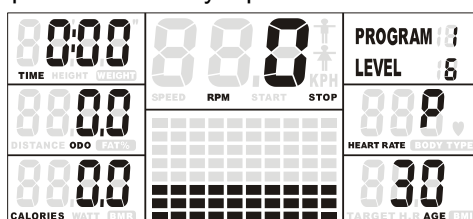
"2" Predchádzajúca informácia: "HOLD TO RESET"- podržte pre zresetovanie tlačidlo, jednoduchá cesta ako zresetovať a počítač a uviesť ho opäť do zapnutého režimu

START / PAUSE



HOLD TO RESET

Pokračujte v stláčaní START/PAUSE na pár sekúnd, všetky údaje sa zresetujú na pôvodné hodnoty a počítač sa vráti do režimu zapnutý - POWER ON



POWER ON status

"3" Štandardný spôsob ako ovládať program H.R.C. (P9~P12)

"A." Zadanie H.R.C. programu (P9~P12)"

a. START/PAUSE tlačidlo:

Ak ste si zvolili iný program (P1 ~ P8 or P13 ~ P16), stlačte START/PAUSE tlačidlo pre pauzu aktuálneho programu

b. UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlo:

Stlačte UP – hore alebo DOWN - dole tlačidlo pre zvolenie H.R.C. programu (P9 ~ P12)

c. ENTER tlačidlo:

Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie a zadanie H.R.C. programu (P9 ~ P12)

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – H. R. C. PROGRAM (P9 ~ P12)”

■“B. Nastavenie požadovaného času alebo požadovanej vzdialenosti

Pre zabránenie používateľovi zvoliť ČAS alebo VZDIALENOSŤ v tom istom programe aby sa nemusel rozhodovať pre prioritu (čas alebo vzdialenosť) je možné nastaviť v tom istom programe iba čas, alebo iba vzdialenosť

Ak si chcete zvoliť čas - TIME hodnotu, nie hodnotu pre vzdialenosť- DISTANCE:

UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlo:



- Po stlačení ENTER tlačidla vstúpite do programu H.R.C. (P9 ~ P12), TIME- čas funkcia sa zobrazí na displeji a zabliká “0:00”
- Použite UP- hore alebo DOWN – dole tlačidlá pre zadanie požadovaného času (1:00 do 99:00; 1 minúta nárast)

Poznámka pre čas:

Napočítavanie: Ak nie je zvolený cieľový čas, čas sa bude napočítavať od 0:00 do maxima 99:59 minút

Odpočítavanie: Ak máte zvolený cieľový čas, bude počítač odpočítavať od tejto hodnoty až po 0:00

Ak si chcete zvoliť vzdialenosť- DISTANCE hodnotu, nie hodnotu pre čas - TIME :

ENTER tlačidlo a potom UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlo:



- Po stlačení ENTER tlačidla vstúpite do programu H.R.C. (P9 ~ 12), TIME - čas funkcia sa zobrazí na displeji a zabliká “0:00”.
- Stlačte ENTER tlačidlo znovu, vzdialenosť funkcia sa zobrazí na displeji a zabliká “0.0”
- Použite UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlá pre zvolenie požadovanej vzdialenosti (1 do 999 Km/MÍLE; 1 Km/MÍLE nárast)

Poznámka pre vzdialenosť:

Napočítavanie: Ak nie je zadaná požadovaná hodnota vzdialenosti, bude sa napočítavať celková vzdialenosť od 0:00 do 999 km/míle

Odpočítavanie: Ak nie je zadaná cieľová vzdialenosť, začne počítač odpočítavať od navoleného času až do 0

“C. Nastavenie požadovaných kalórií”

ENTER tlačidlo a potom UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlo:

- Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie hodnoty času alebo vzdialenosti a pre zadanie úrovne nastavenia kalórií



b. Použite UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlá pre nastavenie požadovanej hodnoty kalórie (10 do 9990 KCAL; 10 KCAL nárast)

Poznámka pre kalórie:

Napočítavanie: Ak nebola zadaná hodnota požadovaných kalórií, počítač bude merať všetky spálené kalórie počas cvičenia

Odpočítavanie: Ak ste si zadali požadovanú hodnotu kalórií, počítač začne odpočítavanie od zadanej hodnoty až po 0

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – H. R. C. PROGRAM (P9 ~ P12)”

D. Nastavenie cieľovej hodnoty srdcového tepu a vášho veku”

V prípade, že ste si zvolili PROGRAM 9, zvolíte si cieľový srdcový tep: ENTER tlačidlo a potom UP - hore alebo DOWN – dole tlačidlo:  a. kalórií a pre vstup do režimu cieľový srdcový tep b. Použite UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlá pre zadanie požadovanej hodnoty cieľový srdcový tep (60 ~ 220 BPM (úder/minútu) ; 1 BPM nárast)	Ak ste si zvolili program 10~12, zadajte váš vek: ENTER tlačidlo a potom UP alebo DOWN tlačidlo  a. Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie hodnoty kalórií a zadajte váš vek b. Použite UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlá pre zadanie vášho veku (10 do 99 rokov; 1 ročný nárast) Poznámka pre vek: Poznámka: Aj keď povoľuje počítač nastavenie veku od 10 rokov, tento výrobok nie je vhodný pre používanie deťmi
--	--

“ E. Informácie ktoré musíte vedieť o programe srdcového tepu.

a. Jednoduchý vzorec - náhľad:

Začiatočník: 60% maximálneho srdcového tepu; 60% z (220 – váš vek)

Cvičiaci: 75% maximálneho srdcového tepu; 75% z (220 – váš vek)

Aktívny cvičiaci: 85% maximálneho srdcového tepu; 85% z (220 – váš vek)

b. Počítač monitoruje váš aktuálny pulz

Počítač monitoruje váš aktuálny pulz a nastavenú záťaž ktorej úroveň automaticky udržiava váš pulz vo vašej cieľovej zóne srdcového tepu.

Ak je váš aktuálny pulz > (ako hodnota cieľového srdcového pulzu $\pm$ 5), počítač zníži záťaž o jednu úroveň automaticky

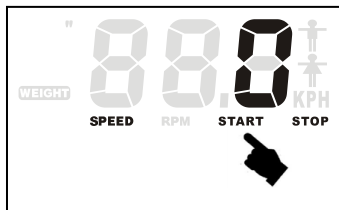
Ak je váš aktuálny pulz < (ako hodnota cieľového srdcového tepu $\pm$ 5), počítač zvýši záťaž o jednu úroveň automaticky

Například: ak je váš vek 30, 60% z vášho max. srdcového tepu je 114. Pre určenie vašej zóny srdcového tepu, je minimálne číslo vo vašej zóne 109 (114 – 5) a vaše maximum. Číslo vo vašej zóne je 119 (114 + 5), takže vaša cieľová zóna srdcového tepu je napríklad od 109 do 119. Program bude monitorovať váš pulz a nastavenie vašej záťaže a automaticky udržiavať váš pulz v úrovni zóny srdcového tepu (109 – 119) počas cvičenia

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – H. R. C. PROGRAM (P9 ~ P12)”

F. Začiatok cvičenia”

START/ PAUSE tlačidlo: Stlačte START/ PAUSE pre začiatok cvičenia. “START” sa zobrazí na displeji



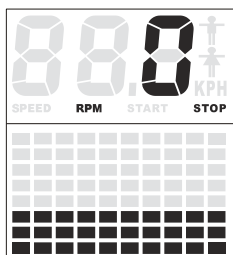
G. Počas cvičenia vždy monitorujte váš aktuálny srdcový tep”

Poznámka pre srdcový tep:

- Musíte položiť obe ruky na Pulzové senzory ktoré sú umiestnené na rukoväti. Váš pulz sa zobrazí zhruba po piatich sekundách po zobrazení symbolu “♥”

Ak nepoložíte vaše ruky správne a prejde pár sekúnd bez impulzu tepu, počítač automaticky vypne okruh monitorovania srdcového tepu. Počítač zobrazí chybu symbolom “P”. Položte vaše ruky späť na Pulzové Senzory správne, a počítač znovu načíta váš pulz

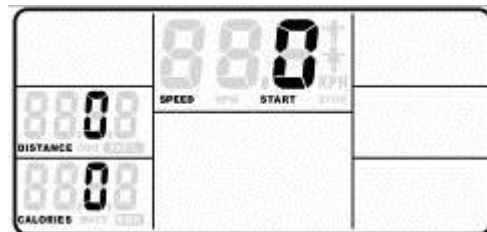
“H . Počas cvičenia môžete kedykoľvek jednoducho zmeniť úroveň záťaže ””



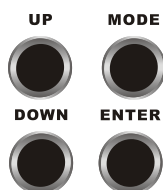
UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlo: Môžete zmeniť úroveň záťaže (od 1 do 16 režimov) kedykoľvek počas cvičenia stlačením UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlom

1. Počas cvičenia, ako si prezrieť hodnoty rýchlosti, vzdialenosti, kalórií, RPM, ODO (ODOMETER) a WATT

Počas cvičenia (po stlačení START/PAUSE), môže užívateľ stlačiť MODE –režim pre zvolenie rýchlosti, vzdialenosti a kalórií, alebo RPM, ODO (Odometer) a WATT

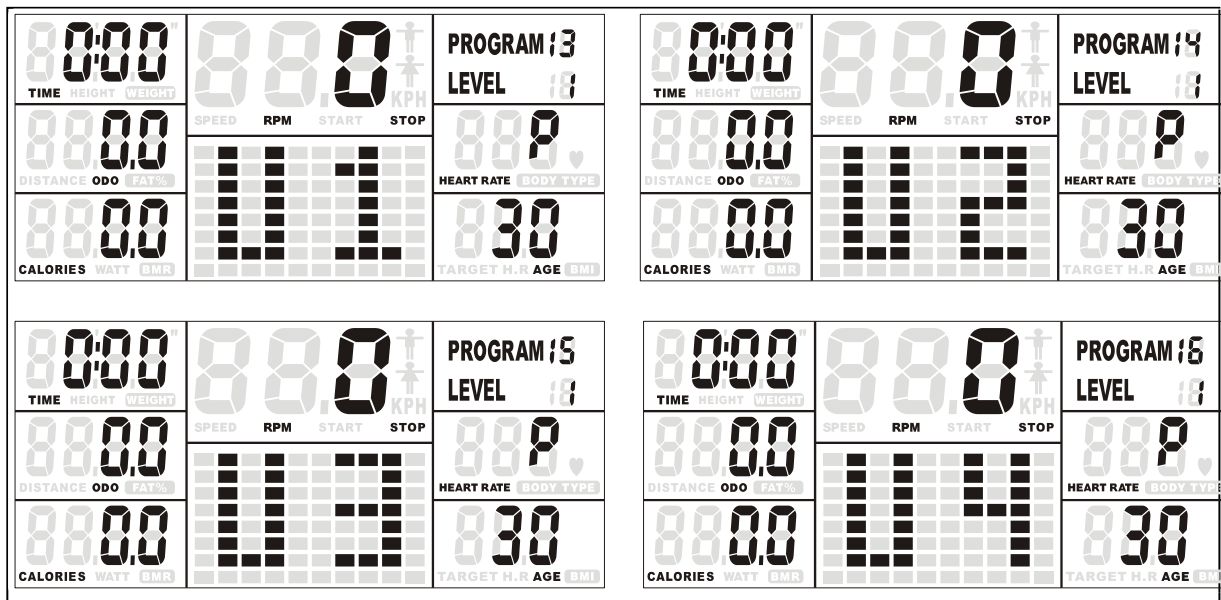


PM, ODO, WATT sa zobrazia v rovnakom čase Rýchlosť, vzdialenosť, kal. Sa zobrazia v rovnaký čas



ODO (odometer), funkcie sú podobné ako pri vzdialenosti, budú kumulovať celkovú vzdialenosť ubehnutú počas cvičenia. Ak je potrebné zresetovať ODO hodnoty vzdialenosti, stlačte UP- hore, MODE, DOWN- dole a ENTER naraz aby ste umožnili motoru automaticky skalibrovať a zresetovať ODO hodnotu na nulu

INŠTRUKCIE PRE POČÍTAČ – UŽÍVATEĽSKÉ NASTAVENIE PROGRAM (P3 ~ P16)



“1” Predchádzajúca informácia: Stlačte ktorékoľvek tlačidlo na počítači alebo začnite pedálovať pre zapnutie počítača

- i. Presvedčte sa, že je kábel správne pripojený v elektrickej zásuvke.
- j. Počítač sa automaticky vypne po 4 min. žiadnej aktivity
- a. c. Stlačte akékoľvek tlačidlo alebo začnite pedálovať pre zapnutie počítača. Po niekoľkých sekundách sa počítač rozsvieti a zaznie krátke pípnutie, indikujúc že je počítač pripravený k používaniu

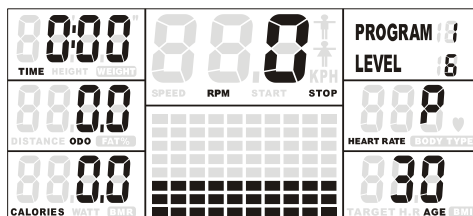
“2” Predchádzajúca informácia: “HOLD TO RESET”- podržte pre zresetovanie tlačidlo, jednoduchá cesta ako zresetovať a počítač sa vráti do zapnutého režimu

START / PAUSE



HOLD TO RESET

Pokračujte v stláčaní START/PAUSE na pár sekúnd, všetky údaje sa zresetujú na pôvodné hodnoty a počítač sa vráti do režimu zapnutý - POWER ON



Režim - zapnutý

“3” Štandardný spôsob ako ovládať program užívateľský nastaviteľný program (P13~P16)

“A.” Zadajte užívateľský nastaviteľný program (P13~P16)”

- a. START/PAUSE tlačidlo:

Ak ste si zvolil iný program (P1 ~ P12), stlačte START/PAUSE tlačidlo pre pauzu aktuálneho programu

b. UP alebo DOWN tlačidlo:

Stlačte UP alebo DOWN tlačidlo pre zvolenie užívateľského nastaviteľného programu (P13 ~ P16)

c. ENTER tlačidlo:

Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie a zadanie užívateľského nastaviteľného programu(P13 ~ P16)“

“INŠTRUKCIE POČÍTAČA – UŽÍVATEĽSKÉ NASTAVENIA PROGRAM (P13 ~ P16)”

“B. Nastavenie požadovaného času a požadovanej vzdialenosti

Pre zabránenie používateľovi zvoliť ČAS alebo VZDIALENOSŤ v tom istom programe aby sa nemusel rozhodovať pre prioritu (čas alebo vzdialenosť) je možné nastaviť v tom istom programe iba čas, alebo iba vzdialenosť

Ak si chcete zvoliť čas - TIME hodnotu, nie hodnotu pre vzdialenosť- DISTANCE: UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlo:  a. Po stlačení ENTER tlačidla vstúpite do užívateľského nastaviteľného programu (P13 ~ P16), TIME- čas funkcia sa zobrazí na displeji a zabliká “0:00” b. Použite UP- hore alebo DOWN – dole tlačidlá pre zadanie požadovaného času (1:00 do 99:00; 1 minúta nárast) Poznámka pre čas: Napočítavanie: Ak nie je zvolený cieľový čas, čas sa bude napočítavať od 0:00 do maxima 99:59 minút Odpočítavanie: Ak máte zvolený cieľový čas,	Ak si chcete zvoliť vzdialenosť- DISTANCE hodnotu, nie hodnotu pre čas - TIME : ENTER tlačidlo a potom UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlo:  a. Po stlačení ENTER tlačidla vstúpite do užívateľského nastaviteľného programu (P13 ~ 16), TIME - čas funkcia sa zobrazí na displeji a zabliká “0:00”. b. Stlačte ENTER tlačidlo znovu, vzdialenosť funkcia sa zobrazí na displeji a zabliká “0.0” c. Použite UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlá pre zvolenie požadovanej vzdialenosti (1 do 999 Km/míle; 1 Km/míle nárast) Poznámka pre vzdialenosť: Napočítavanie: Ak nie je zadaná požadovaná hodnota vzdialenosti, bude sa napočítavať celková vzdialenosť od 0:00 do 999 km/míle Odpočítavanie: Ak nie je zadaná cieľová vzdialenosť, začne počítač odpočítavať od navoleného času až do 0
--	--

bude počítač odpočítavať od tejto hodnoty až po 0:00

“C. Nastavenie požadovaných kalórií alebo vášho veku”

ENTER tlačidlo a potom UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlo:



a. Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie času alebo vzdialenosti hodnôt a zadajte úroveň pre voľbu kalórií

b. Použite UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlá pre nastavenie požadovanej hodnoty kalórie (10 do 9990 KCAL; 10 KCAL nárast)

Poznámka pre kalórie:

Napočítavanie: Ak nebola zadaná hodnota požadovaných kalórií, počítač bude merať všetky spálené kalórie počas cvičenia

Odpočítavanie: Ak ste si zadali požadovanú hodnotu kalórií, počítač začne odpočítavanie od zadanej hodnoty až po 0

“INŠTRUKCIE POČÍTAČA – UŽÍVATEĽSKÉ NASTAVENIA PROGRAM (P13 ~ P16)”

“D. Nastavenie požadovaných kalórií a veku”

ENTER tlačidlo a potom UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlo:



a. Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie kalórií a pre zadanie úrovne nastavenia veku

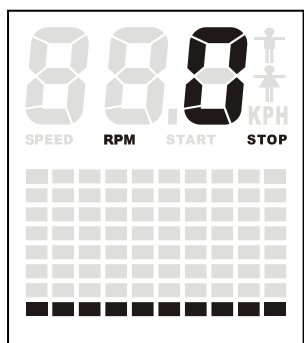
b. Použite UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlá pre nastavenie vášho veku (10 do 99 rokov; 1 rok nárast)

Poznámka pre kalórie:

Aj keď počítač umožňuje zadať vek od 10 rokov, neodporúčame aby bol výrobok používaný deťmi

“E. Nastavenie úrovne záťaže”

ENTER tlačidlo a potom UP - hore alebo DOWN -dole tlačidlo:



Užívateľský nastaviteľný program dovoľuje užívateľovi manuálne nastaviť úroveň záťaže, počítač rozloží čas na 10 intervalov. Užívateľ si môže podľa vlastných preferencií nastaviť požadovanú záťaž kedykoľvek počas časového intervalu

Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie hodnoty veku a zadajte režim pre nastavenie každého časového intervalu záťaže (1 do 16 záťažová úroveň; 1 úroveň nárast), potom stlačte ENTER

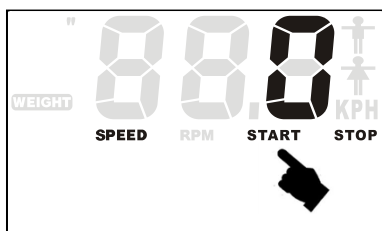
Pokračujte s vyššie uvedeným procesom pre ukončenie vašich preferencií Úroveň záťaže v 10 časových intervaloch. Programový profil bude uložený

v pamäti

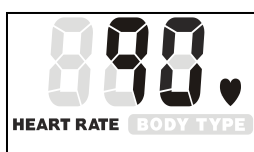
počítača po jeho nastavení. Môžete si upraviť váš program kedykoľvek počas cvičenia v STOP režime

“F. Začiatok cvičenia”

START/ PAUSE tlačidlo: Stlačte START/ PAUSE pre začiatok cvičenia. “START” sa zobrazí na displeji



G. Počas cvičenia vždy monitorujte váš aktuálny srdcový tep”



Poznámka pre srdcový tep:

Musíte položiť obe ruky na Pulzové senzory ktoré sú umiestnené na rukoväti. Váš pulz sa zobrazí zhruba po piatich sekundách po zobrazení symbolu “♥”

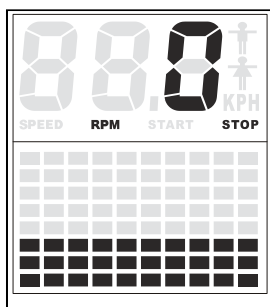
Ak nepoložíte vaše ruky správne a prejde pár sekúnd bez impulzu tepu, počítač automaticky vypne okruh monitorovania srdcového tepu. Počítač zobrazí chybu symbolom “P”.

Položte vaše ruky späť na Pulzové Senzory správne, a počítač znovu načíta váš pulz.



“Inštrukcie počítača – Užívateľské nastavenia PROGRAM (P13 ~ P16)

“H. Počas cvičenia môžete kedykoľvek jednoducho zmeniť úroveň záťaže



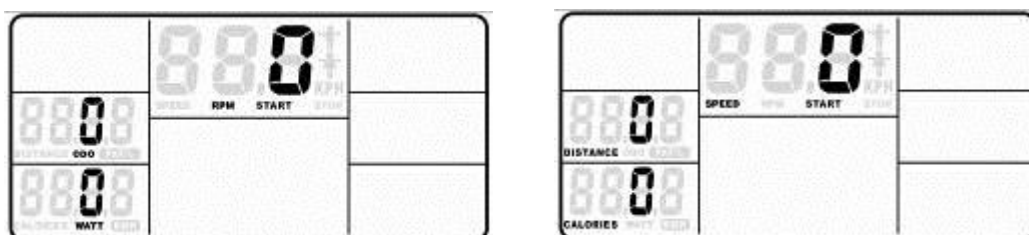
UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlo: Môžete zmeniť úroveň záťaže (od 1 do 16 režimov) kedykoľvek počas cvičenia stlačením UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlom

I. Počas cvičenia, vždy monitorujte váš srdcový tep – jednoduchá cesta ako si nastaviť cieľ pre posilnenie vášho kardiovaskulárneho cvičenia”



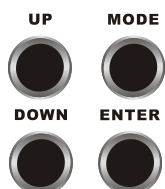
- Pre zlepšenie vášho kardiovaskulárnej kondície, pri zadaní vášho osobného veku počas režimu nastavenia, počítač bude kalkulovať vhodný cieľový srdcový tep pre vás automaticky

- Cieľový srdcový tep a jeho kalkúlia je založená na 85% maximálneho srdcového tepu. Napríklad : pre 30- ročného užívateľa, max. úroveň srdcového tepu by mala byť $161 = (220-30) \times 85\%$
- Počítač bude monitorovať váš pulz a porovnávať ho s vašim cieľovým srdcovým tepom. Hodnota srdcového tepu sa zobrazí a bude preblikávať aby vás upozornila že máte spomaliť alebo znížiť úroveň záťaže pretože je váš pulz vyšší ako vaša cieľová hodnota pulzu
- J. Počas cvičenia, ako si prezrieť hodnoty rýchlosti, vzdialenosti, kalórií, RPM, ODO (ODOMETER) a WATT "
- Počas cvičenia (po stlačení START/PAUSE), môže užívateľ stlačiť MODE –režim pre zvolenie rýchlosti, vzdialenosti a kalórií , alebo RPM, ODO (Odometer) a WATT



RPM, ODO, WATT sa zobrazia v rovnakom čase Rýchlosť, vzdialenosť, kal.sa zobrazia v rovnaký čas

ODO (odometer), funkcie sú podobné ako pri vzdialenosti, budú kumulovať celkovú vzdialenosť ubehnutú počas cvičenia. Ak je potrebné zresetovať ODO hodnoty vzdialenosti, stlačte UP- hore, MODE, DOWN- dole a ENTER naraz aby ste umožnili motoru automaticky skalibrovať a zresetovať ODO hodnotu na nulu



Návod pre riešenie problémov počítača

Problém	Možná príčina	Riešenie	
E1	Nie je signál motora	1. Porucha motora	Výmena motora
		2. Porucha magnetického systému alebo jeho uviaznutie	Výmena magnet. systému/zotrvačníka
		3. Spojovacie káble nie sú správne pripojené alebo sú poškodené	Skontrolujte, či sú káble správne zapojené alebo vymeňte poškodené káble za nové
		4. Porucha počítača	Výmena počítača
E2	Počítač nemá kontakt s IC čipom	1. Odpojte adaptér alebo batérie. Znovu pripojte adaptér alebo batérie pre znovu reštartovanie systému. Počkajte dve minúty a overte si , že systém pracuje správne	

		2 Ak čip nie je správne zmontovaný. Odoberte a znovu nainštalujte IC čip	
		3. Ak vyššie uvedené riešenie nevyriešilo problém, vymeňte IC čip za nový	
E3	Nie je signál srdcového tepu po testovaní na telesný tuk v programe telesný tuk (P8)	Ak nepoložíte vaše ruky správne a prejde pár sekúnd bez impulzu tepu, počítač automaticky vypne okruh monitorovania srdcového tepu. Počítač zobrazí chybu symbolom "E3". Položte vaše ruky späť na Pulzové Senzory správne, a počítač znovu načíta váš pulz	
E5	Motor sa nevie vrátiť do počiatočnej pozície/nulový bod	1. Skontrolujte či sú káble správne zapojené alebo nie sú poškodené	Vymeňte poškodené káble za nové alebo znovu pripojte káble
		2. Skontrolujte či nie je motor porušený (nedá sa nastaviť záťaž a vydáva abnormálny hluk)	Vymeňte motor
			Vymeňte magnetický systém
Nie je signál pulzu alebo je nesprávny signál pulzu	Počítač nedostáva pulzový signál	Presvedčte sa, že je kábel pulzového senzoru správne a pevne pripojený	
	Počítač dostáva slabý alebo žiadny signál pulzu	Ručné senzory pulzu nebudú správne pracovať, ak sú vaše ruky príliš suché. Namočte si vaše ruky s trochou vody a skúste to znovu.	
		Uchopte jemne ručné senzory pulzu a zabráňte pohybu vašich rúk počas cvičenia. Počítač bude potrebovať niekoľko sekúnd pre detegovanie a zobrazenie vášho správneho pulzu. V prípade, že ani toto nefunguje, uvoľnite váš stisk na senzoroch pulzu	
		Vyčistite ručné senzory pulzu a presvedčte sa, že je kontakt medzi senzory a vašim telom správny	
LCD displej nezobrazuje žiadne údaje	1. Adaptér nie je pripojený 2. Batérie sú vybité	1. Skontrolujte či je adaptér správne zapojený k elektrickej zásuvke a v zástrčke zariadenia 2. Vymeňte batérie	
	Porucha počítača	Vymeňte počítač	

NÁVOD PRE RIEŠENIE PROBLÉMOV POČÍTAČA

Problém	Možná príčina	Riešenie
Displej zobrazí "0"	Počítač nedostáva signál zo senzora rýchlosti?	Skontrolujte medzeru medzi senzorom rýchlosti a magnetom mal by byť 5mm alebo menej
		Skontrolujte, že je kábel správne a pevne pripojený a nie je poškodený
		Skontrolujte že je magnetický senzor správne nainštalovaný
	Porucha senzora	Vymeňte senzor rýchlosti
	Porucha počítača	Vymeňte počítač

LCD displej zobrazuje iba čiastočne	1. Pripojenie medzi okružným panelom a LCD membránou je slabé. 2. Jemne zatlačte na dole na LCD displej ak sa čiastočný displej vytráti, je to problém pripojenia	Skontrolujte, či je okružný panel správne a pevne pripojený na počítačovú základňu. Pritiahnite skrutky. Buďte opatrní, aby ste skrutky nepretočili nakoľko toto môže poškodiť okružný panel. Potrebujete, aby bol okružný panel pevne pripojený, prestaňte s uťahovaním skrutiek ak pocítite veľkú odolnosť.
	Gumené membrány medzi okružným panelom a LCD displejom sú porušené /nie v tej istej línii. Možno budete vidieť, že je LCD displej viditeľný pod určitým uhlom a nie je rovnobežný s krytkou počítača	1. Otvorte konzolu. 2. Odskrutkujte okružný panel, jemne ho vyberte, nanovo nainštalujte LCD monitor a gumené membrány. 3. Nanovo namontujte okružný panel a dajte pozor, aby ste nepoškodili gumené membrány. Potrebujete udržiavať okružný panel pevne priskrutkovaný, pri pocítení veľkej odolnosti prestaňte so priťahovaním
	Porucha počítača	Výmena počítača

POKYNY PRE CVIČENIE

Pri zahájení akéhokoľvek cvičiaceho programu berte ohľad na váš fyzický stav. Ak ste niekoľko rokov necvičili, alebo trpíte nadváhou, musíte začínať pomaly a pri pravidelnom cvičení zvyšovať tempo a intenzitu cvičenia postupne.

Na začiatku budete môcť cvičiť iba pár minút vo vašej cieľovej zóne, akokoľvek, vaša aerobiková kondícia sa bude postupne zlepšovať nasledujúcich šiestich až ôsmich týždňov. Nevzdávajte sa, ak to potrvá dlhšie. Je dôležité aby ste cvičili iba v rámci svojich možností. Po čase budete môcť cvičiť plynule po dobu 30 minút. Čím lepšia bude vaša kondícia, tým ťažšie budete musieť cvičiť aby ste zostali vo vašej cieľovej zóne. Prosím majte na pamäti tieto zásady:

- O priebehu cvičenia a diétného programu sa poraďte so svojim lekárom.
- Začnite s cvičiacim programom s realistickými cieľmi ktoré ste odkonzultovali s vaším lekárom.
- Monitorujte pravidelne váš pulz. Stanovte si váš cieľový srdcový tep s ohľadom na váš vek a kondíciu.
- Postavte zariadenie na rovný a pevný povrch minimálne jeden meter od stien a nábytku.

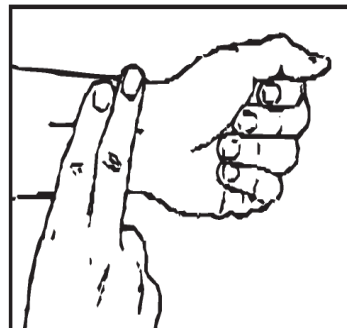
INTENZITA CVIČENIA

Pre dosiahnutie maximálnych výsledkov je dôležité, aby ste si zvolili správnu intenzitu cvičenia. Správnu úroveň intenzity môžete dosiahnuť tak, že použijete vašu srdcovú frekvenciu ako vodítko. Pre

efektívne cvičenie, by mala vaša srdcová frekvencia zostať v úrovni medzi 70% a 85% vašej maximálnej srdcovej úrovne počas cvičenia. Toto sa nazýva vaša srdcová cieľová zóna. Nižšie v tabuľke môžete nájsť vašu srdcovú zónu. Cieľové zóny uvedené nižšie sú platné pre ľudí s kondíciou aj bez kondície podľa veku.

Vek	Cieľová srdcová zóna (55% ~ 90% max. srdcovej frekvencie)	Priemerná max. srdcová frekvencia 100%
20	110-180 úderov za minútu	200 úderov za minútu
25	107-175 úderov za minútu	195 úderov za minútu
30	105-171 úderov za minútu	190 úderov za minútu
35	102-166 úderov za minútu	185 úderov za minútu
40	99-162 úderov za minútu	180 úderov za minútu
45	97-157 úderov za minútu	175 úderov za minútu
50	94-153 úderov za minútu	170 úderov za minútu
55	91-148 úderov za minútu	165 úderov za minútu
60	88-144 úderov za minútu	160 úderov za minútu
65	85-139 úderov za minútu	155 úderov za minútu
70	83-135 úderov za minútu	150 úderov za minútu

Počas prvých mesiacov cvičenia, udržiajte vašu srdcovú frekvenciu na spodnej hranici cieľovej zóny. Počas nasledujúcich mesiacov, bude vaša srdcová frekvencia postupne stúpať až kým nedosiahne strednú hodnotu vašej srdcovej cieľovej zóny.

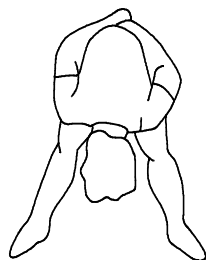


Pre meranie vášho srdcového tepu manuálne, prestaňte cvičiť ale pokračujte v pohybe vašich nôh

alebo kráčajte a položte dva prsty na vaše zápästie. Počítajte počet úderov za 6 sekúnd a potom výsledok vynásobte desiatimi, takto získate váš srdcový tep. Napríklad, ak je vaše meranie za 6 sekúnd 14, váš srdcový tep bude 140 úderov za minútu. (Šesť sekundové počítanie sa používa preto, lebo váš srdcový tep rapídne klesne po ukončení cvičenia.) Nastavte si intenzitu cvičenia až pokiaľ nebude úroveň vášho srdcového tepu na správnej frekvencii.

ZAHRIEVACIE A OCHLADZOVACIE CVIČENIA

Zahrievacie cvičenia: Účelom zahrievacích cvičení je pripraviť vaše telo na cvičenie a minimalizovať možné zranenia. Zahrievacie cvičenia by mali trvať od dvoch do piatich minút pred strečingom alebo



Strečing spodnej časti

Nohy dajte od seba na vzdialenosť pliec a predkloňte sa. Udržujte pozíciu po dobu 30 sekúnd, využívajte telo ako prirodzenú váhu pre strečing chrbta a nôh. Neskáčte!

Ak sa zmenší záťaž na nohy a chrbát môžete vyskúšať nižšiu pozíciu.



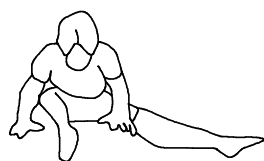
Podlahový strečing

Počas sedenia na podlahe, rozťahnite naširoko nohy. Natiahnite vrchnú časť tela smerom ku kolenu na pravej nohe použitím vašej ruky a pritiahnite hrudník ku stehnu. Zostaňte v tejto pozícii po dobu 10 až 30 sekúnd.

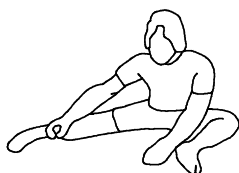
Neskáčte!

Opakujte toto cvičenie 10 krát.

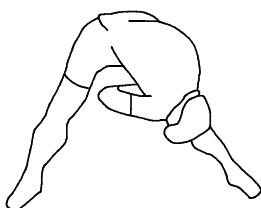
Zopakujte cvičenie na ľavej nohe.



Strečing trupu



Sadnite si na podlahu, nohy roznožte, jedna vystretá, druhá pokrčená v kolene. Predkloňte sa, hrudník sa dotýka stehna nohy ktorá je pokrčená a otočte sa v páse. Zostaňte v tejto pozícii po dobu 10 sekúnd. Zopakujte 10 krát na každej strane.



Predklon strečing

Postavte sa nohy od seba na šírku ramien a predkloňte sa. Použití ramien sa predkloňte smerom k pravej nohe. Hlavu zakloňte. Neskáčte. Udržujte pozíciu minimálne 10 sekúnd. Zopakujte na ľavú stranu. Cvičenie niekoľko krát opakujte.

aerobik cvičeniami. Precvičujte také cviky, ktoré zvýšia váš srdcový tep a zahrejú vaše svalstvo. Aktivity môžu zahŕňať, jemnú chôdzu, džoging, skákanie a beh na mieste.

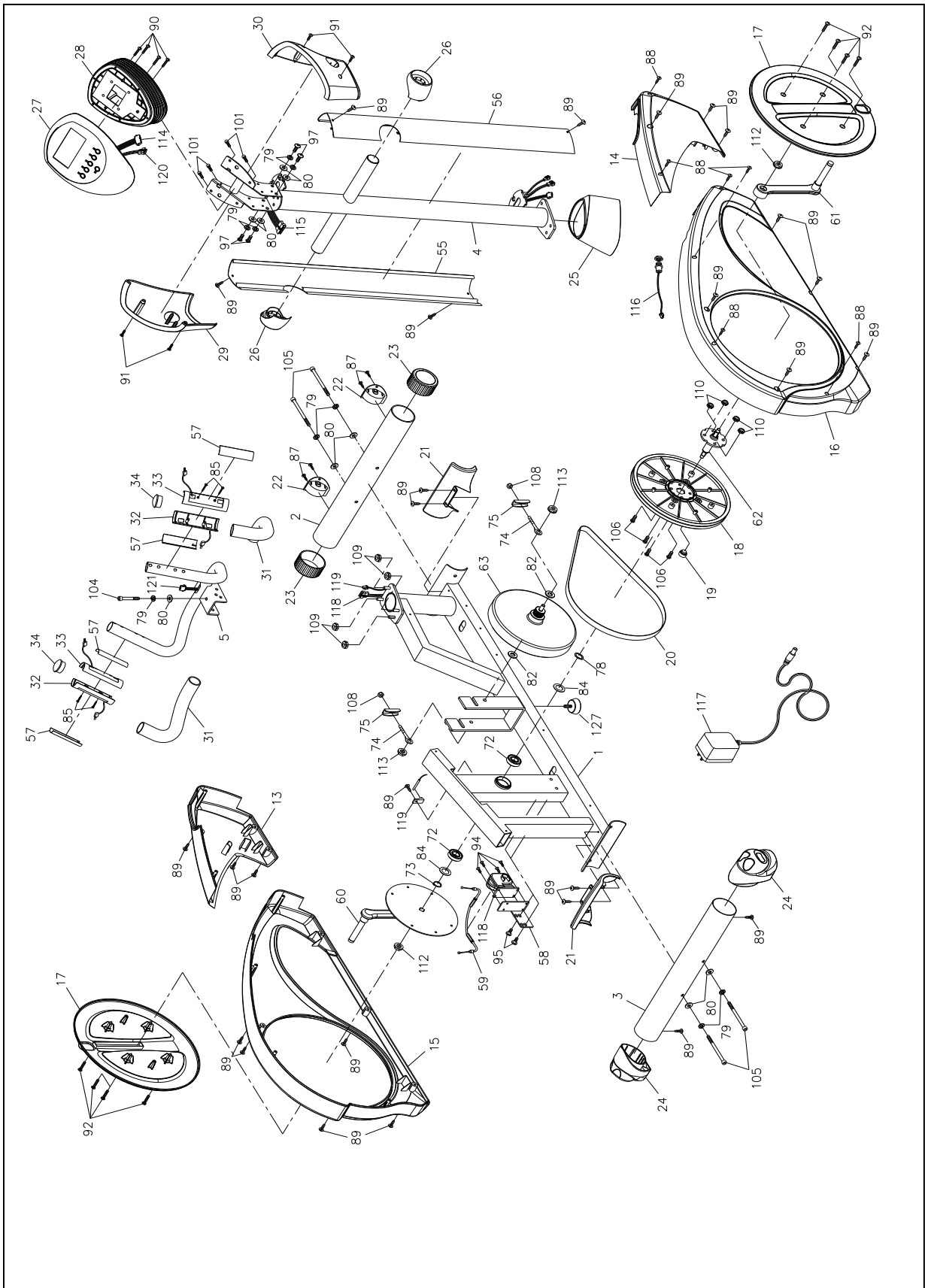
Strečing: Strečing vykonávajte vtedy, keď sú vaše svaly ešte zahriate po správnom zahrievacom cvičení alebo po aerobiku. Svaly sa takto naťahujú omnoho jednoduchšie, čo samozrejme znižuje možnosť zranenia. Naťahovacie cvičenia by mali trvať od 15 do 30 sekúnd. Neskáčte.

Odporúčané strečingové cvičenia

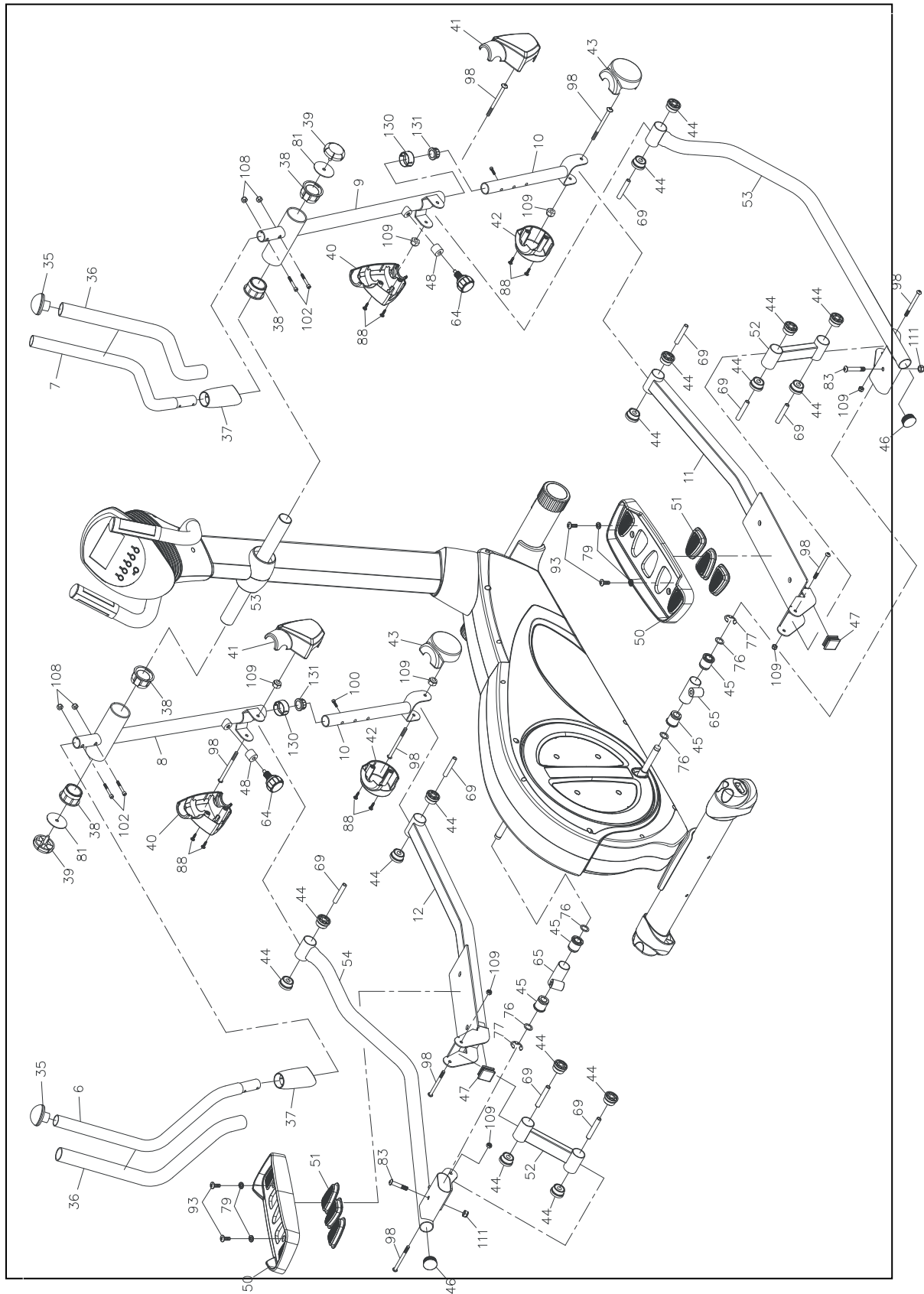
Pamätajte, že by ste mali každý cvičiaci program konzultovať s vaším lekárom.

Ochladzovacie cvičenia Cieľom ochladzovacích cvičení je navrátenie tela do normálu, alebo aspoň blízko normálneho stavu na konci každého cvičiaceho tréningu. Správne ochladzovacie cvičenia pomáhajú znížiť srdcový tep a vrátiť krv späť do srdca. Vaše ochladzovacie cvičenia by mali zahŕňať vyššie uvedené cvičenia a mali by byť vykonávané po každom cvičení.

Výkres A



Výkres B



ZOZNAM SÚČIASTOK

Č.	Názov	Množ
1	Hlavný rám	1
2	Predný stabilizátor	1
3	Zadný stabilizátor	1
4	Stĺpik	1
5	Predná malá rukoväť	1
6	Ľavá vrchná rukoväť	1
7	Pravá vrchná rukoväť	1
8	Ľavé otáčacie rameno	1
9	Ľavé otáčacie rameno	1
10	Teleskopická tyč	2
11	Pravé oporné rameno pedálu	1
12	Ľavé oporné rameno pedálu	1
13	Predná ľavá krytka	1
14	Predná pravá krytka	1
15	Zadná ľavá krytka	1
16	Zadná pravá krytka	1
17	Krytka reťaze	2
18	Kladka	1
19	Magnet	1
20	Remeň (1244 mm J6)	1
21	Dekoračný krytka pre stabilizátor	2
22	Prepravné koliesko (L&R)	2
23	Koncovka predného stabilizátora	2
24	Nastaviteľná koncovka zadného stabilizátora	2
25	Vrchná objímka	1
26	Rotačné otočné rameno	2
27	Vrchná krytka počítača	1
28	Spodná krytka počítača	1
29	Ľavá objímka počítača	1
30	Pravá objímka počítača	1
31	Penová rúčka pre malú rukoväť	2
32	Vrchná krytka ručného pulzu	2
33	Spodná krytka ručného pulzu	2
34	Okrúhla krytka (31.8 mm)	2
35	Krytka	2
36	Penová rúčka pre vrchnú rukoväť	2

37	Objímka rukoväte	2
38	Objímka otočného ramena ($\varnothing 60$ mm)	4
39	Bezpečnostná koncovka ($\varnothing 60$ mm)	2
40	Krytka ľavého otočného ramena	2
41	Krytka pravého otočného ramena	2
42	Krytka ľavej rukoväte	2
43	Krytka pravej rukoväte	2
44	Oporná objímka ($\varnothing 12.1 \times \varnothing 38$ mm)	16
45	Oporná objímka ($\varnothing 33.4 \times \varnothing 17$ mm)	4
46	Štvorcová koncovka	2
47	Okrúhla koncovka	2
48	Penový gombík	2
50	Vrchný kryt pedálu	2
51	Protišmyková podložka	6
52	Pedálová tyč	2
53	Pravá pedálová tyč	1
54L	Ľavá pedálová tyč	1
54R	Pravý spojovač	1
55	Ľavá krytka vrchného stĺpika	1
56	Pravá krytka vrchného stĺpika	1
57	Objímka pulzového senzoru w/ Senzorový tanier	4
58	Fixačná krytka pre motor	1
59	Motorový kábel	1
60	Ľavá kľuka	1
61	Pravá kľuka	1
62	Kľuková os	1
63	Zotrvačník	1
64	Kolík	2
65	Pedálový stojan	2
69	Hriadeľová objímka	8
72	Ložisko (6004Z)	2
73	C-Krúžok (20 mm)	1
74	Skrutka	2
75	Napínacia krytka x0.5t)	4

ZOZNAM SÚČIASTOK

Č.	Názov	Množ
76	Podložka (17x33.4	8
77	E-Krúžok	2
78	Podložka	1
79	Podložka (M8)	13
80	Podložka(8x16x2.0t)	9
81	Podložka (8x60x2.0t)	2
82	Podložka (10x23x2.0t)	2
83	Skrutka (M10xp1.25x50 mm)	2
84	Podložka (21x30x1.0t)	2
85	Samozarezávacia skrutka (M3x25 mm)	4
87	Samozarezávacia skrutka(M4x16 mm)	4
88	Samozarezávacia skrutka(M4x16 mm)	18
89	Samozarezávacia skrutka (M5x18 mm)	27
90	Skrutka (M5xp0.8x25 mm)	4
91	Skrutka (M5xp0.8x15 mm)	4
92	Skrutka (M6xp1.0x15 mm)	8
93	Skrutka (M8xp1.25x16 mm)	4
94	Skrutka (M5xp0.8x12 mm)	4
95	Skrutka (M8xp1.25x15 mm)	2
97	Skrutka (M8xp1.25x16 mm)	4
98	Skrutka (M8xp1.25x90 mm)	8
100	Skrutka (M5xp0.8x15 mm)	2
101	Skrutka (M6xp1.0x15 mm)	4
102	Skrutka (M6xp1.0x35 mm)	4
104	Skrutka (M8xp1.25x55mm)	1
105	Skrutka (M8xp1.25x90mm)	4
106	Skrutka (Tenká) (M8xp1.25x16 mm)	4
108	Matica (M6)	6
109	Matica (M8)	12
110	Tenká nylónová matica (M8)	4
111	Matica (M10)	2
112	Obrubová matica (M10)	2
113	Obrubová matica – Čierna (M10)	2

114	Predný spojovací kábel	1
115	Zadný spojovací kábel	1
116	Adaptér spojovací kábel	1
117	Adaptér	1
118	Motorový w/ kábel	1
119	Senzorový kábel w/Stojan	1
120	Predný pulzový senzorový kábel	1
121	Zadný pulzový senzorový kábel	1
127	Stojan	1
130	Stredná spojovacia krytka rukoväte	2
131	Krytka otočného spojovacieho ramena	2

ZÁRUČNÉ PODMIENKY, REKLAMÁCIE

Všeobecné ustanovenia a vymedzenie pojmov

Tieto záručné podmienky a reklamačný poriadok upravujú podmienky a rozsah záruky poskytované predávajúcim na tovar dodávaný kupujúcemu, takisto aj postup pri vybavovaní reklamačných nárokov uplatnených kupujúcim na dodaný tovar. Záručné podmienky a reklamačný poriadok sa riadia príslušnými ustanoveniami zákona č. 250/2007 Z.z., Občiansky zákonník č. 40/1964 Zb. v znení neskorších predpisov, podľa § 422 až § 442 zákona č. 513/1991 Zb. Obchodný zákonník v platnom znení, a Zákona o ochrane spotrebiteľa č. 250/2007 Z.z. v znení neskorších predpisov, a to aj vo veciach týmito záručnými podmienkami a reklamačným poriadkom nespomenutých.

Predávajúcim je spoločnosť inSPORTline s.r.o. so sídlom Elektičná 6471, 911 01 Trenčín, IČO 36311723, zapísaná v obchodnom registri Okresného súdu Trenčín v odd Sro, vložka č. 11888/R.

Adresa predajní:

inSPORTline s.r.o., Elektičná 6471, 911 01 Trenčín , +421 917 864 593, predajnatn@insportline.sk

Stores inSPORTline SK s.r.o., Račianska 184/B, 831 54 Bratislava (Rača), +421 917 866 623, predajnaba@insportline.sk

Stores inSPORTline SK s.r.o., Trieda generála Ludvíka Svobodu 6/A, 040 22 Košice (Furča), +421 917 866 622, predajnake@insportline.sk

Vzhľadom k platnej právnej úprave sa rozlišuje kupujúci, ktorý je spotrebiteľom a kupujúci, ktorý spotrebiteľom nie je.

„Kupujúci spotrebiteľ“ alebo len „spotrebiteľ“ je osoba, ktorá pri uzatváraní a plnení zmluvy nejedná v rámci svojej obchodnej alebo inej podnikateľskej činnosti.

„Kupujúci, ktorý nie je „spotrebiteľ“, je podnikateľ, ktorý nakupuje výrobky alebo užíva služby za účelom svojho podnikania s týmito výrobkami alebo službami. Tento kupujúci sa riadi rámcovou kúpnu zmluvou a obchodnými podmienkami v rozsahu, ktoré sa ho týkajú a obchodným zákonníkom.

Tieto záručné podmienky a reklamačný poriadok sú nevyhnutnou súčasťou každej kúpnej zmluvy uzatvorenej medzi predávajúcim a kupujúcim. Záručné podmienky a reklamačný poriadok sú platné a záväzné, pokiaľ v kúpnej zmluve alebo v dodatku v tejto zmluvy alebo inej písomnej dohode nebude stranami dohodnuté inak.

Záručné podmienky a záručná doba

Predávajúci poskytuje kupujúcemu záruku na tovar v dĺžke 24 mesiacov, u označených fitness modelov s kúpnu hodnotou vyššou ako 159,60 EUR bude poskytovaná záručná lehota 60 mesiacov na rám a na ostatné komponenty 24 mesiacov. Zákonná dĺžka záruky poskytovaná spotrebiteľovi nie je týmto dotknutá.

Zárukou za akosť preberá predávajúci záväzok, že dodaný tovar bude po určitú dobu spôsobilý pre použitie k obvyklému, príp. zmluvnému účelu a že si zachová obvyklé, príp. zmluvné vlastnosti.

Predávajúci poskytuje na tento výrobok nasledujúcu záruku:

záruka fitness zariadenie na rám vyrobený z ocele pre prvého majiteľa je 60 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi s kúpnu hodnotou vyššou ako 159,60 EUR s DPH.

záruka na riadiacu jednotku a elektrozariadenie pre prvého majiteľa je 24 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi.

záruka na ostatné diely je 24 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi.

Záručné podmienky sa nevzťahujú na závady vzniknuté:

zavinením používateľa t.j. poškodenie výrobku, nedostatočným zasunutím sedlovej tyče do rámu, nedostatočným utiahnutím pedálov v kľukách a kľúk k stredovej osi

nesprávnou montážou

neodbornou repasiou

nesprávnou údržbou

mechanickým poškodením

opotrebením dielov pri bežnom používaní (napr. gumové a plastové časti, pohyblivé mechanizmy, atď.)

neodvratnou udalosťou, živelnou pohromou

neodbornými zásahmi

nesprávnym zaobchádzaním alebo nevhodným umiestnením, vplyvom nízkej alebo vysokej teploty, pôsobením vody, neúmerným tlakom a nárazmi, úmyselne pozmeneným designom, tvarom alebo rozmermi.

nesprávnym použitím tovaru, ktorý je v rozpore s kategorizáciou produktu (HC, HA – na domáce použitie; SC, S – na komerčné použitie)

Upozornenie:

v dobe záruky budú odstránené všetky poruchy výrobku spôsobené výrobnou závadou alebo chybným materiálom výrobku tak, aby vec mohla byť riadne používaná.

reklamácia sa uplatňuje zásadne písomne s presným popisom o chybe a potvrdeným dokladom o zakúpení.

záruka sa uplatňuje u výrobcu: inSPORTline s.r.o., Elektičná 6471, 911 01 Trenčín, v predajni v ktorej ste tovar zakúpili alebo u organizácie, v ktorej bol výrobok zakúpený.

Reklamačný poriadok – reklamácia tovaru

Kupujúci je povinný tovar, dodaný predávajúcim skontrolovať čo najskôr po prechode nebezpečia škody na tovar, resp. po jeho dodaní. Prehliadku musí kupujúci vykonať tak, aby zistil všetky závady, ktoré je možné pri primeranej odbornej prehliadke zistiť.

Pri reklamacii tovaru je kupujúci povinný na žiadosť predávajúceho preukázať nákup a oprávnenosť reklamácie faktúrou alebo dodacím listom s uvedeným výrobným (sériovým) číslom, prípadne tými istými dokladmi bez sériového čísla. Ak nepreukáže kupujúci oprávnenosť reklamácie týmito dokladmi, má predávajúci právo reklamáciu odmietnuť.

Pokiaľ kupujúci oznámi závalu, na ktorú sa nevzťahuje záruka (napr. neboli splnené podmienky záruky, závala bola nahlásená omylom apod.), je predávajúci oprávnený požadovať plnú úhradu nákladov, ktoré vznikli v súvislosti s odstraňovaním závady takto oznámenej kupujúci. Kalkulácia servisného zásahu bude v tomto prípade vychádzať z platného cenníku pracovných výkonov a nákladov na dopravu.

Pokiaľ predávajúci zistí (testovaním), že reklamovaný výrobok nie je vadný, považuje sa reklamácia za neoprávnenú. Predávajúci si vyhradzuje právo požadovať úhradu nákladov, ktoré vznikli v súvislosti s neoprávnenou reklamáciou.

V prípade, že kupujúci reklamuje závady tovaru, na ktoré sa vzťahuje záruka podľa platných záručných podmienok predávajúceho, vykoná predávajúci odstránenie závady formou opravy, prípadne výmeny vadného dielu alebo zariadenia za bezporuchové. Predávajúci je so súhlasom kupujúceho oprávnený dodať výmenou za vadný tovar iný tovar plne funkčne kompatibilný, ale minimálne rovnakých alebo lepších technických parametrov. Voľba ohľadne spôsobu vybavenia reklamácie podľa tohto odstavca náleží predávajúcemu.

Predávajúci vybaví reklamáciu najneskôr do 30 kalendárnych dní od doručení vadného tovaru, pokiaľ nebude dohodnutá dlhšia lehota. Za deň vybavenia sa považuje deň, kedy bol opravený alebo vymenený tovar prebraný kupujúcim. Ak nie je predávajúci s ohľadom na charakter vady schopný vybaviť reklamáciu v uvedenej lehote, dohodne s kupujúcim náhradné riešenie. Pokiaľ k takej dohode nedôjde, je predávajúci povinný poskytnúť kupujúcemu finančnú náhradu formou dobropisu.



SEVEN SPORT s.r.o.

Sídlo:	Bořivojova 35/878, 130 00, Praha 3, ČR
Centrála:	Dělnická 957, 749 01 Vítkov
Reklamace a servis:	Čermenská 486, 749 01 Vítkov
IČO:	26847264
DIČ:	CZ26847264
Telefon:	+420 556 300 970
Mail:	eshop@insportline.cz reklamace@insportline.cz servis@insportline.cz
Web:	www.insportline.cz

SK

inSPORTline s.r.o.

Centrála, reklamácie, servis: Električná 6471, 911 01 Trenčín, SK

IČO:	36311723
DIČ:	SK2020177082
Telefón:	+421(0)326 526 701
Mail:	objednavky@insportline.sk reklamacie@insportline.sk servis@insportline.sk
Web:	www.insportline.sk

Dátum predaja :

razítko a podpis predajcu: