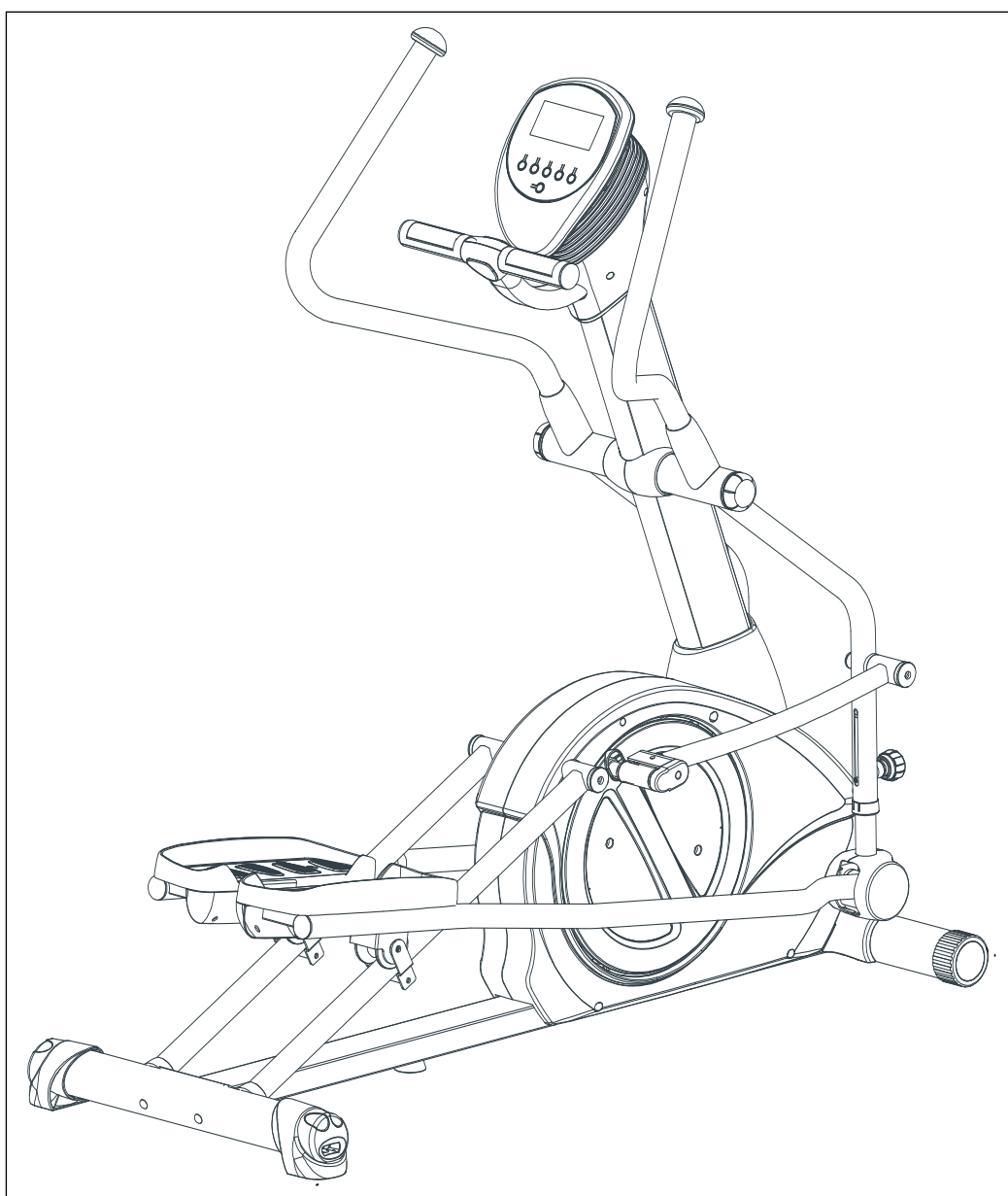




Návod na použitie
IN 6447 Climber inSPORTline SM-3276



Výrobok sa môže odlišovať od obrázku.

VYROBENÉ V TAIWANE

Cvičenie môže niekedy znamenať zdravotný risk. Konzultujte so svojim lekárom pred začiatkom cvičebného programu na tomto zariadení.

Ak pociťujete nevoľnosť alebo závrate okamžite prestaňte s cvičením na tomto zariadení. Vážne zranenia môžu nastať ak zariadenie nie je správne zmontované alebo používané. Vážne zranenia môžu taktiež nastať, ak nebudete dodržiavať nasledovné inštrukcie.

Udržujte ostatné osoby a domáce zvieratá mimo dosahu zariadenia počas jeho používania. Vždy sa presvedčte, že sú všetky skrutky riadne pritiahnuté pred každým použitím. Dodržujte všetky bezpečnostné inštrukcie v tomto návode.

UPOZORNENIE: VÁHA UŽÍVATEĽA NA TOMTO ZARIADENÍ BY NEMALA PRESIAHNUŤ 136 Kg / 300 LBS.

“BEZPEČNOSTNÉ INŠTRUKCIE”



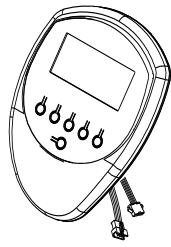
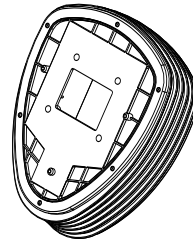
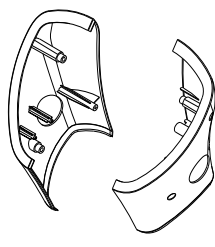
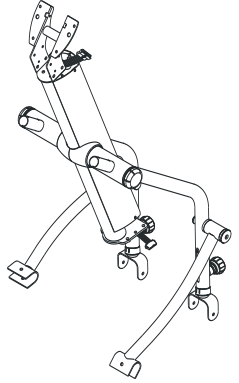
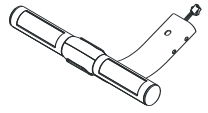
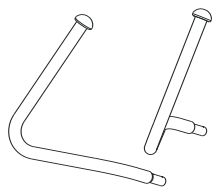

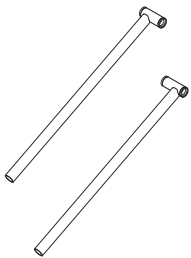
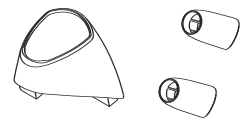
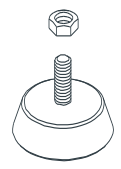
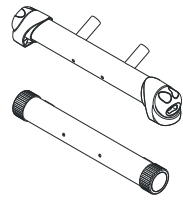
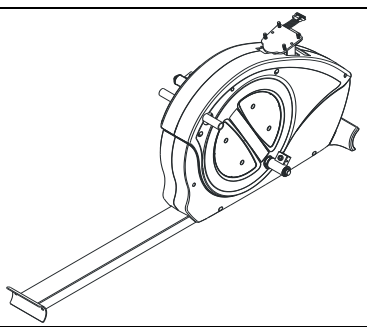
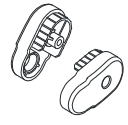
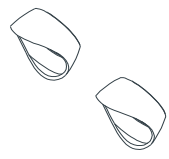

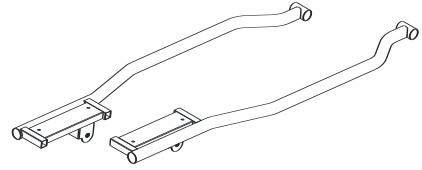
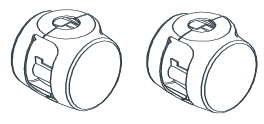
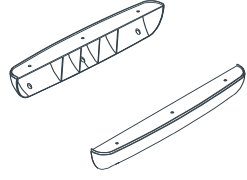
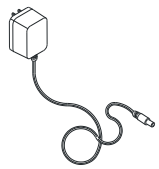
Upozornenie : Pre zníženie riziku z vážneho zranenia, prečítajte si nasledujúce bezpečnostné inštrukcie pred začatím používania zariadenia Climber

1. Prečítajte si všetky upozornenia umiestnené na zariadení
2. Prečítajte si užívateľský návod a postupujte podľa inštrukcií pred použitím zariadenia . Presvedčte sa, že je zariadenie správne zmontované a pritiahnuté súčiastky pred jeho použitím.
3. Odporúčame dve osoby pri montáži zariadenia.
4. Udržujte deti a domáce zvieratá mimo dosahu zariadenia. Nedovoľte deťom používať alebo hrať sa so zariadením.
5. Odporúča sa postaviť zariadenie na ochrannú podložku.
6. Postavte a používajte zariadenie na pevnom a rovnom povrchu. Nepokladajte zariadenie na voľné podložky alebo na nerovný povrch.
7. Skontrolujte zariadenie pre opotrebované alebo uvoľnené komponenty pred jeho použitím.
8. Pritiahnite vymeňte akékoľvek uvoľnené alebo opotrebované komponenty pred použitím zariadenia.
9. Konzultujte so svojim lekárom pred zostavením cvičiaceho plánu. Ak kedykoľvek počas cvičenia budete pociťovať nevoľnosť alebo závrate, prestaňte s cvičením a konzultujte situáciu s lekárom.
10. Postupujte podľa odporúčaní vášho lekára pri zostavovaní vášho osobného fitness programu.
11. Vždy si zvolte cvičenie, ktoré najviac vhodné pre vašu fyzickú kondíciu a úroveň flexibility. Poznajte svoje limity a trénujte v ich rozmedzí. Vždy používajte zdravý rozum pri cvičení.
12. Pred použitím tohto zariadenia, konzultujte prosím vášho lekára pre kompletnú zdravotnú prehliadku.
13. Nepoužívajte príliš voľné oblečenie počas používania zariadenia.
14. Nikdy necvičte iba v ponožkách alebo bosými nohami, vždy používajte vhodnú obuv, ako sú napríklad bežiacie tenisky a podobne.
15. Buďte opatrní pri dodržiavaní vašej rovnováhy počas používania, montovania, demontáže alebo údržby zariadenia, strata rovnováhy môže viesť k vážnym zraneniam.
16. Udržujte obe chodidlá pevne na pedáloch počas cvičenia
17. Zariadenie by nemalo byť používané osobou s osobnou váhou nad 136 kg/300 libier
18. Zariadenie môže byť používané iba jednou osobou počas cvičenia.
19. Zariadenie je určené pre stredne náročné komerčné používanie a pre ľahké komerčné a domáce používanie
20. Údržba: Okamžite vymeňte poškodené časti zariadenia alebo zariadenie nepoužívajte až do pokiaľ nie je opravené.
21. Presvedčte sa, že je okolo zariadenia dostatočne voľný priestor, udržujte minimálnu vzdialenosť 1 metra od akýchkoľvek objektov počas používania zariadenia

UPOZORNENIE: Pred začiatkom akéhokoľvek cvičenia alebo kondičného programu by ste mali konzultovať vášho osobného lekára aby ste vedeli, či spĺňate podmienky pre toto náročné fyzické cvičenie a nepotrebuje kompletné fyzické vyšetrenie. Toto je špeciálne dôležité, ak máte vek nad 35, nikdy pred tým ste necvičili, ste tehotná, alebo trpíte bežnými ochoreniami. **PREČÍTAJTE A POSTUPOJTE PODĽA BEZPEČNOSTNÝCH INFORMÁCIÍ. NEDODRŽIAVANIE TÝCHTO INŠTRUKCIÍ MÔŽE VIESŤ K VÁŽNEMU ZRANENIU.**

“MONTÁŽNE SÚČIASKY”

Odbaľte zariadenie na čistom mieste. Postupujte podľa **Zoznamu montážnych súčiastok** uvedeného nižšie a skontrolujte, či sú montážne súčiastky v dobrej kondícii. Nevyhadzujte baliaci materiál až dokedy nie je ukončená montáž. Súčasťou balenia sú nástroje a diely potrebné pre montáž zariadenia.

Horný kryt počítača	Spodný kryt počítača	Objímka počítača	Oporný stĺp montáže
			
Pevná rukoväť	Horná rukoväť	Pedál	Posuvné tyče
			
Objímky rukoväte	Matica & nastavovač	Predný & Zadný stabilizátor	Hlavný rám
			
Krytka	Objímka tyče	Poistný uzáver	Rameno pedálov
			
Kryt rukovätí	Pedálový spodný kryt	Adaptér	
			

“TABUĽKA SPOJOVACIEHO MATERIÁLU”

Odbaľte krabicu na čistom povrchu. Postupujte podľa nižšie uvedenej tabuľky. Táto tabuľka vám slúži pre ľahšiu identifikáciu spojovacieho materiálu ktorý je potrebný pre montáž. Položte podložky, konce matíc alebo skrutiek na krúžky pre určenie správnej veľkosti. Použite malú mierku pre kontrolu dĺžky skrutiek. Neodhadzujte baliaci materiál až dokiaľ nie je ukončená celá montáž.

Poznámka: Dĺžka všetkých skrutiek a až na tie s plochou hlavou je meraná od spodnej časti hlavice až po koniec tela skrutky.

Skrutky s plochou hlavou sú merané od vrchu hlavy až po koniec skrutky.

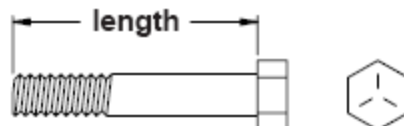
Po odbalení zariadenia, **si všimnite, že balenie obsahuje 3 balíčky spojovacieho materiálu (materiál A, materiál B a materiál C).**

Montážne **Kroky 1, 2, 3, 7, 8:** Použite materiál **A**

Montážne **Kroky 9, 10, 11:** Použite materiál **B**

Poznámka:

- Pozrite si prosím nižšie uvedenú tabuľku pre obsah jednotlivých balíčkov (A a B)
- Niektoré malé súčiastky môžu byť pred-montované pre jednoduchšiu dopravu. Ak súčiastku nenájdete v balíčku, skontrolujte či nie je medzi pred-montovanými súčiastkami



Materiál A	Číslo výrobku a popis	Množ
	79 Podložka (M8)	6 ks
	80 Podložka (8x16x2.0t)	2 ks
	93 Skrutka (M6xp1.0x25mm)	2 ks
	94 Skrutka (M8xp1.25x16mm)	4 ks
	101 Skrutka (M8xp1.25x90mm)	2 ks
	106 Skrutka (M8xp1.25x90mm)	2 ks
	109 Skrutka (M8xp1.25x90mm)	2 ks
Materiál A	Číslo výrobku a popis	Množ
	112 Nylónová matica (M8xp1.25)	4 ks
	131 Samozeráviacia skrutka (M4x10mm)	6 ks
Materiál B	Číslo výrobku a popis	Množ
	79 Podložka (M8)	1 ks
	80 Podložka (8x16x2.0t)	1 ks
	88 Samozeráviacia skrutka (M4x16mm)	4 ks
	90 Skrutka (M5xp0.8x25mm)	4 ks
	91 Skrutka (M5xp0.8x15mm)	4 ks
	98 Skrutka (M6xp1.0x15mm)	4 ks
	99 Skrutka (M6xp1.0x35mm)	4 ks
	100 Skrutka (M8xp1.25x45mm)	1 ks



110 Nylónová matica (M6xp1.0)

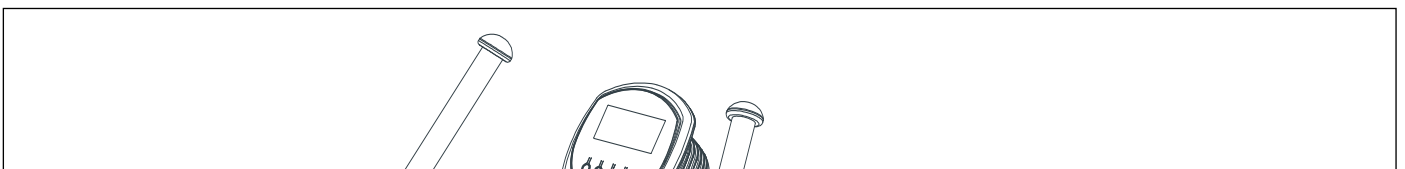
4 ks

PRED TÝM AKO ZAČNETE

Ďakujeme vám za zakúpenie zariadenia **Climber**. Sme nesmierne hrdí, že vám môžeme predstaviť tento kvalitný výrobok a dúfame, že vám prinesie hodiny kvalitného cvičenia ktoré vám pomôže cítiť sa lepšie, vyzerat' lepšie a užívať si život plným priehrdím. Je to potvrdený fakt, že pravidelné cvičenie vám pomôže zlepšiť fyzickú a psychickú kondíciu.

Príliš často náš rýchly životný štýl obmedzuje možnosti pre cvičenie. **Climber** zabezpečuje pohodlnú a jednoduchú metódu pre začiatok útoku na vašu postavu a pre dosiahnutie šťastnejšieho a zdravšieho životného štýlu.

Pred čítaním ďalších riadkov, pozrite si prosím tento výkres aby ste sa oboznámili s jednotlivými časťami zariadenia. Prečítajte si tento návod pozorne pred použitím zariadenia **Climber**.



Počítač
 Horná rukoväť
 Senzor pulzu

Pre ľahšiu montáž zásuvnej tyče ku zadnému stabilizátoru, nepriťahujte skrutky až po krok 2

Hlavný rám

Pedál

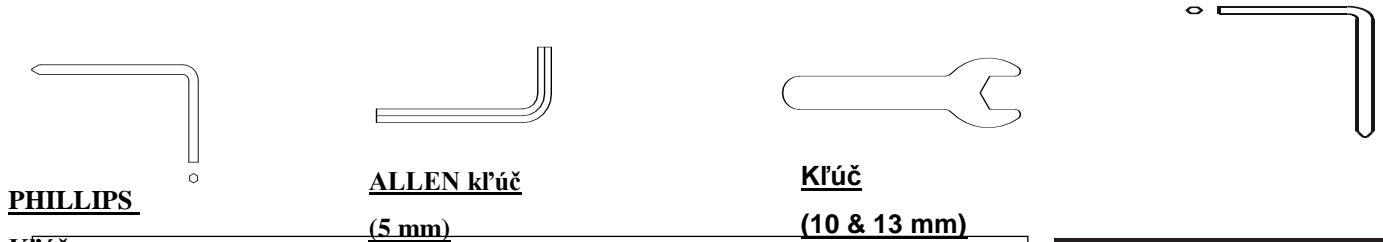
Gombík

Pedálová tyč

Posuvný valec

Nastaviteľná koncovka zadného stabilizátora

NASLEDUJÚCE NÁSTROJE SÚ SÚČASŤOU BALENIA PRE MONTÁŽ:



PHILLIPS

ALLEN kľúč

Kľúč

Kľúč

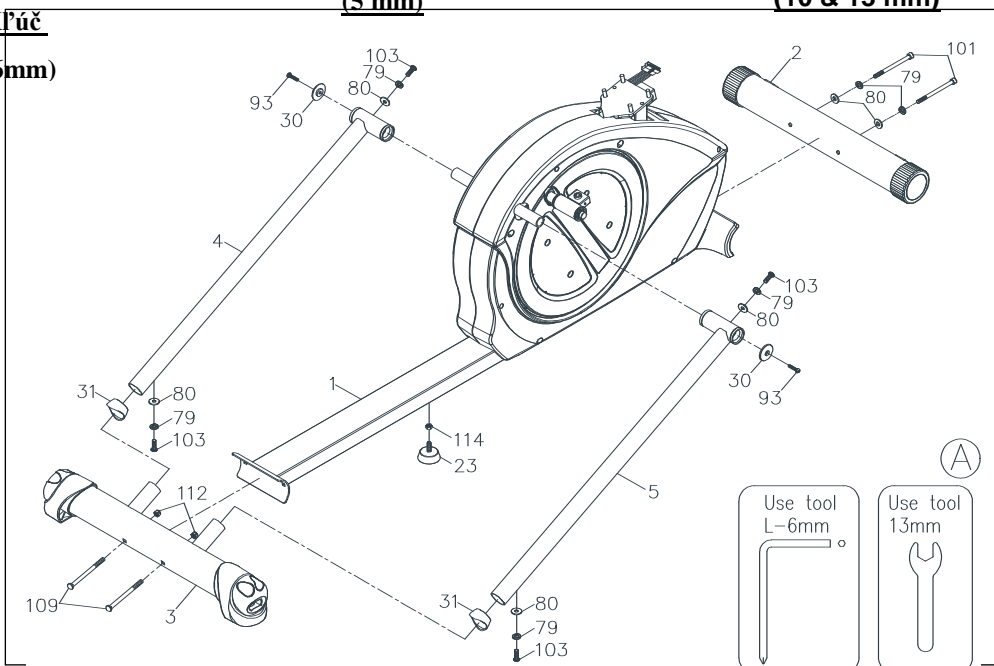
(5 mm)

(10 & 13 mm)

(6mm)

Montážne inštrukcie

Krok 1 – Montáž predného stabilizátora



Use tool L=6mm

Use tool L=13mm

(A)

a. Pripojte **Predný stabilizátor (2)** ku **Hlavnému rámu (1)**.

b. Plne priskrutkujte dve **Podložky (8x16x2.0t)(80)**, a dve **Podložky (M8)(79)** s dvomi **Skrutkami (M8xp1.25x90mm)(101)** ktoré pripoja **Predný stabilizátor (2)** ku **Hlavnému Rámu (1)**.

POZNÁMKA: Priložte skrutky a k montovaným častiam pre porovnanie pred tým ako ich zmontujete”

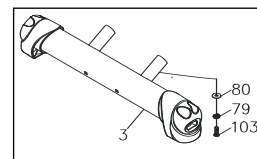
Pre montáž **Predného stabilizátora (2)** k **Hlavnému rámu (1)** efektívnejším a jednoduchším spôsobom, Vám odporúčame Vám priložiť dve **Podložky (M8)(79)**, dve **Podložky (8x16x2.0t)(80)** a dve **Skrutky (M8xp1.25x90mm)(105)** na **Predný stabilizátor (2)** a **Hlavný rám (1)** pred zložením a utiahnutím.

****Prosíme Vás nezačahujte**

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

Krok 2 – montáž posuvnej tyče

Poznámka: Pre prepravné účely sú 1 ks **Podložka (8x16x2.0t)(80)** 1

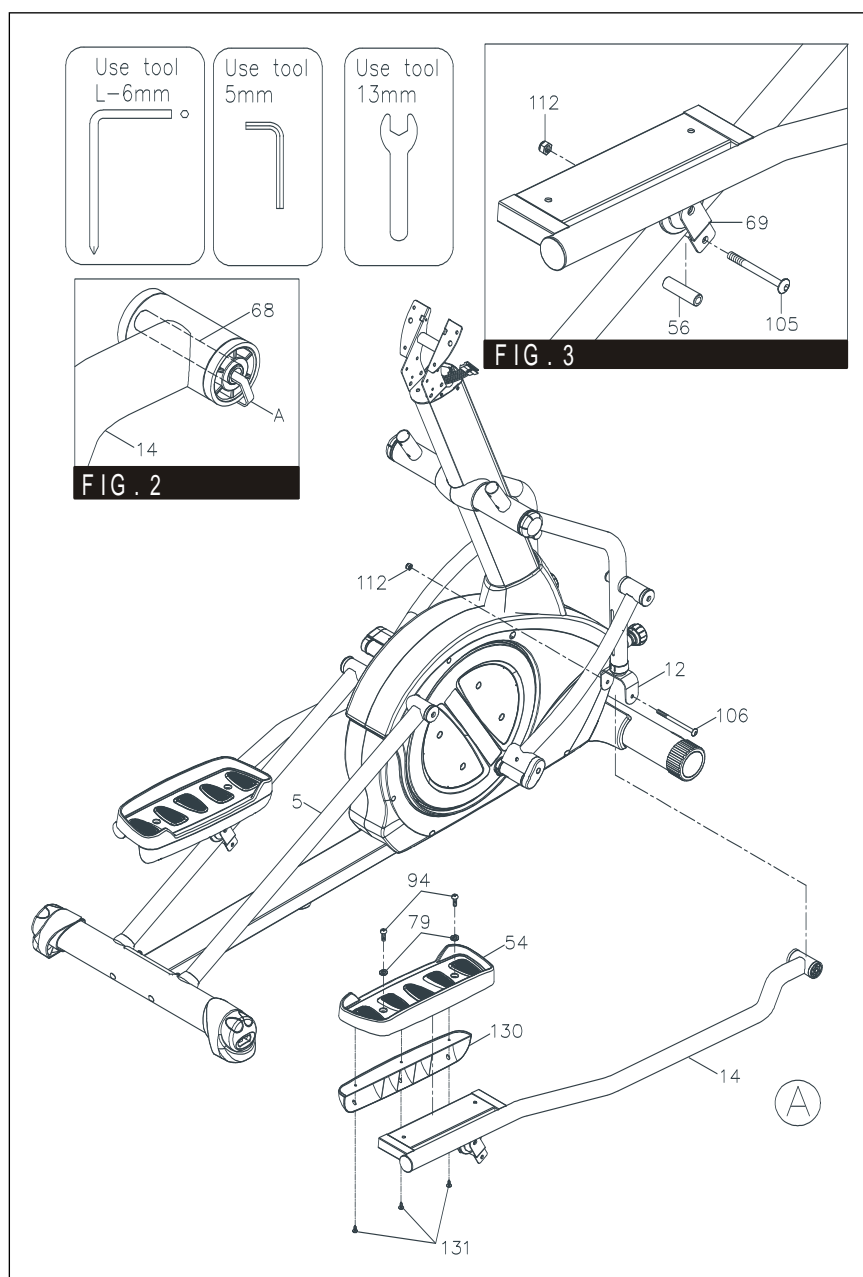


Poznámka: Pre prepravu

Krok 6 – Montáž spojov a zásuvky

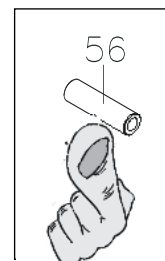
Poznámka: Pre prepravné účely 1 ks Skrutka (M8 x p1.25 x 50 mm)(104), 1 ks Nylónová matica (M8xp1.25)(112) a 1 ks Skrutka (M5xp0.8x25mm)(92) sú pripevnené ku Konektoru pedálového ramena (16) ako je zobrazené na výkrese v pravo.

- a. Odoberte 1 ks Skrutka (M8 x p1.25 x50 mm)(104), 1 ks Nylónová matica (M8xp1.25)(112) a 1 ks Skrutka (M5xp0.8x25mm)(92) z Konektora pedálového ramena (16).
- b. Postupujte podľa **FIG 1** pre pripojenie Pravého spoja (15) ku Pravému ramenu pedála (16) pritiahnutím s 1 ks Skrutka (M8 p1.25 x50 mm)(104), 1 ks Nylónová matica (M8xp1.25)(112).
Poznámka: Aby sa mohol spoj (15) otáčať hladko, po utiahnutí skrutiek (104) a matic (112), prosím povoľte maticu (112) iba o 1/8 otáčky v smere hodinových ručičiek.
- c. Pripojte Pravý spoj (58) ku Pravému ramenu pedála (16) a pritiahnite s 1 ks Skrutka (M5xp0.8x25mm)(92).
- d. Opakujte vyššie uvedený proces pre ľavú stranu.



výkrese vpravo.

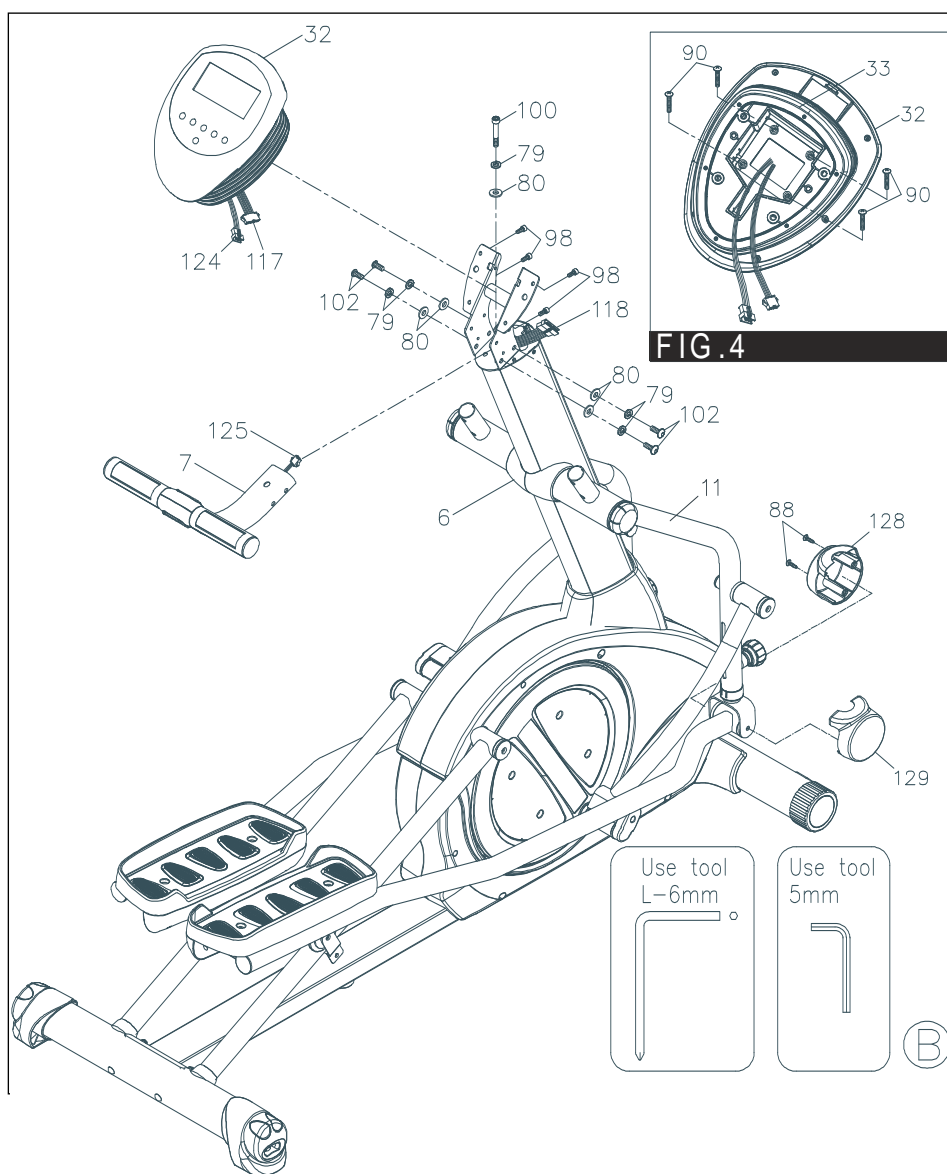
- c. Odoberte 1 ks Valca (56), 1 ks Skrutka (M8xp1.25x65mm)(105), 1 ks Nylónová matica (M8xp1.25)(112) z Pravého držiaka valca (69).
- d. Pozrite si FIG 3. Položte valec pod Pravý držiak pedálu (14) na Pravú nasúvnu tyč (5).
- e. Potom položte Valec (56) pod Pravú posuvnú tyč (5), pritiahnite s 1 ks Skrutka (M8xp1.25x65mm)(105) cez Valec (56) s 1 ks Nylónovej matice (M8xp1.25)(112). **Poznámka:** Presvedčte sa prosím, že ste príliš neutiahli Skrutky (105) a Maticu (112), po pritiahnutí sa presvedčte, že Valec (56) sa stále môže voľne otáčať použitím prsta otočte Valec (56). Ak sa Valec (56) nemôže voľne otáčať, nebude sa môcť valec nasunúť na posuvnú tyč.
- f. Opakujte rovnaký proces aj pre ľavú stranu.



Krok 8 – Montáž pedálov

- a. Pripojte Spodný kryt pedálov (130) ku Pravému pedálu (54) a pritiahnite s 3 ks Samorezných skrutiek (M4x10mm) (131).
- b. Pripojte Pravý pedál (54) ku vrchnej Pedálovej platni umiestnenej na zadnej strane Pravej opornej tyče pedálov (14) a pritiahnite s 2 ks Podložka (M8)(79) a 2 ks Skrutka (M8xp1.25x16mm)(94).
- c. Opakujte rovnaký postup aj pre ľavú stranu.

“Montážne inštrukcie”

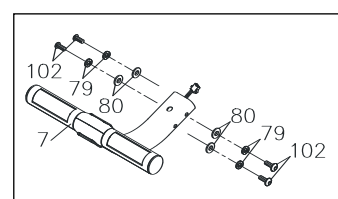


Krok 9 – Montáž základnej krytky počítača

Pre montáž Krytiiek základnej rukoväte (42, 43), položte ľavú krytku rukoväte (128) na vnútornú stranu Pravej strednej rukoväte (11). Položte Pravú krytku rukoväte (129) na vonkajšiu stranu Pravej strednej rukoväte (11). Priskrutkujte Krytku rukoväte (128, 129) s 2 ks Samo rezných skrutiek (M4x16mm)(88). Opakujte vyššie uvedený montážny proces na ľavú stranu.

STEP 10 – Montáž pevnej rukoväte

Poznámka: 4 ks Podložka (8x16x2.0t)(80), 4 ks Podložka (M8)(79) a 4 ks Skrutiek (M8xp1.25x16mm)(102) budú už pripravené a zasadené do dvoch strán Pevnej rukoväte (7).



- a. Vyberte 4 ks

(M8xp1.25x16mm)(102) z Pevnej rukoväte (7).

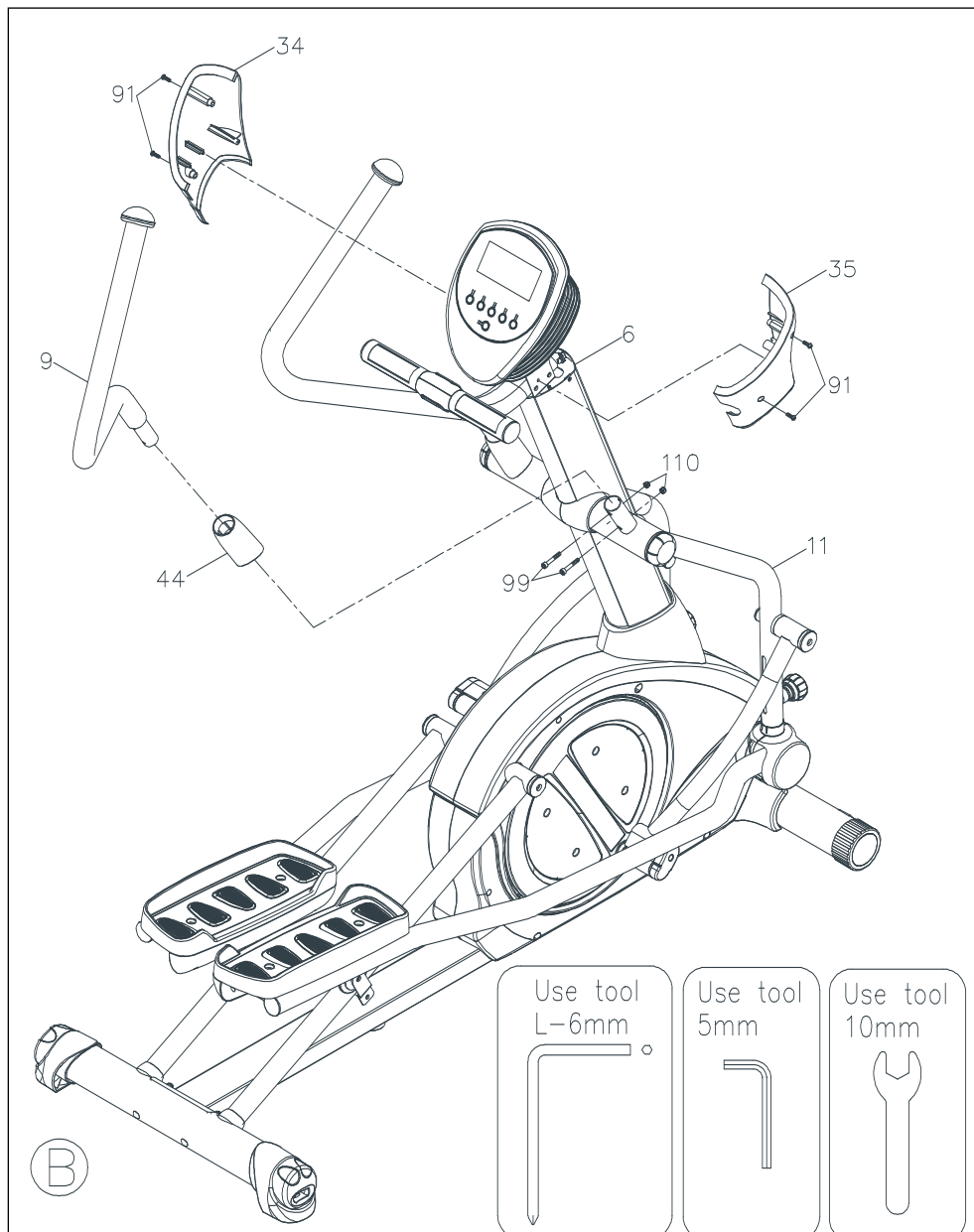
- b. Vložte Pevnú rukoväť (7) na miesto cez Oporný stĺpik (6) a pritiahnite s 5 ks Podložka (8x16x2.0t)(80), 5 ks Podložka

(M8)(79) a 4 ks Skrutka (M8xp1.25x16mm)(102) a 1 ks Skrutka (M8xp1.25x45mm)(100) **Poznámka:** 1 ks Podložka (8x16x2.0t)(80), 1 ks Podložka (M8)(79), 1 ks Skrutka (M8xp1.25x45mm)(100) ktoré sú balené v **Spojovací materiál B.**

Krok 11 – Počítač a pripojenie kábla

- Postupujte podľa **Obr.4** pripojte **Spodnú krytku počítača (33)** ku **Počítaču (32)** a pritiahnite so 4 ks **Skrutka (M5xp0.8x25mm)(90)**.
- Položte a pritiahnite e **Počítač (32, 33)** na kovovú platňu **Oporného stĺpika (6)** použite 4 ks **Skrutky (M6xp1.0x15mm)(98)**.
- Pripojte **Predný spojovací kábel (117)** ku **Strednému spojovaciemu káblu (118)**. **Buďte opatrní a nepoškodíte káble**
- Pripojte **Predný pulzový kábel senzoru (124)** ku **Zadnému káblu senzora (125)**. **Buďte opatrní a nepoškodíte káble**

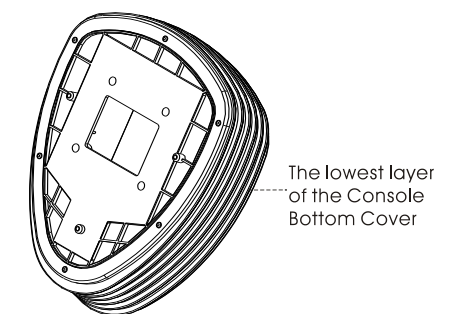
“Montážne inštrukcie”



Krok 12 – Počítač Objímka, Objímka Rukoväte & montáž hornej rukoväte

- Pripojte **Pravú krytku počítača (35)** a **Ľavú krytku počítača (34)** ku **Opornému stĺpiku (6)**. Priskrutkujte **Krytku počítača (34, 35)** so 4 ks **Skrutiek (M5xp0.8x15mm)(91)**.

Poznámka: Presvedčte sa, že **Pravá objímka počítača (35)** a **Ľavá objímka počítača (34)** zakrývajú **Oporný stĺpik až po najnižšiu vrstvu Spodnej krytky počítača (33)** ako je **zobrazené na ilustrácii.**



- Vsuňte **Pravú objímku rukoväte (44)** na **Pravú Hornú rukoväť (9)**.

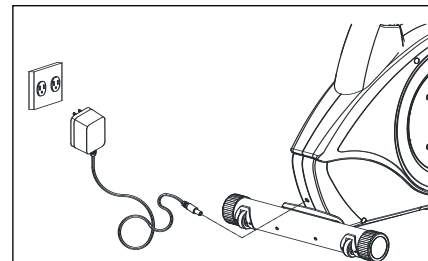
- Pripojte **Pravú hornú rukoväť (9)** na **Pravú strednú rukoväť (11)** a pritiahnite s 2 **Skrutkami (M6xp1.0x35mm)(99)** a 2 ks

Nylónových matic (M6xp1.0)(110).

- d. Vsuňte **pravú objímku rukoväte (44)** dole až pokiaľ nedočiahne strednú časť rukoväte.
- e. Opakujte rovnaký proces na ľavú stranu.
- f. Ukončíte montáž, presvedčte sa, že sú všetky časti riadne pritiahnuté pred tým ako začnete používať zariadenie.

Krok 13 – AC Adaptér

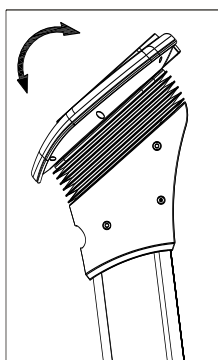
- a. Pripojte **Adaptér** ku konektoru ktorý je umiestnený na prednej strane **Hlavného rámu (1)**.
- b. Pripojte **Adaptér** ku elektrickému zdroju a počítač sa rozsvieti.



“Inštrukcie pre ovládanie”

Ako nastaviť koncovku pre nastavenie zadného stabilizátora

- a. Po uložení zariadenia na určené miesto použitia, skontrolujte stabilitu zariadenia
- b. Pre dosiahnutie stability slúži **Nastaviteľná koncovka (27)** na konci **Zadného Stabilizátora (3)** pri nesprávnom nastavení môže spôsobovať jemné kolísanie zariadenia. Pre vyrovnanie zariadenia otočte oboma **Nastaviteľnými koncovkami (27)** v smere alebo protismere hodinových ručičiek až pokiaľ nebude zariadenie stáť pevne na podlahe bez kolísania



Ako nastaviť uhol počítača

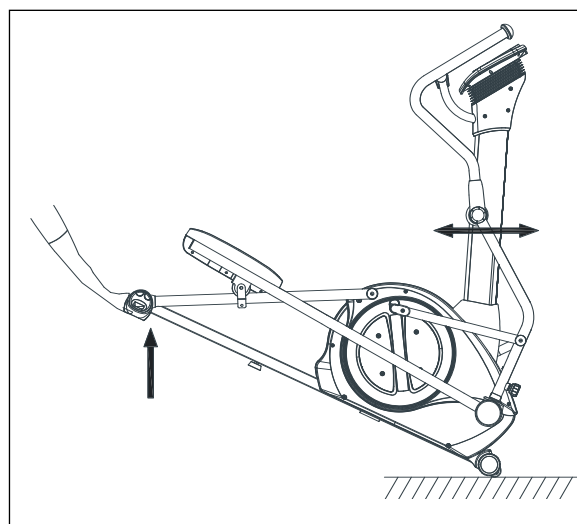
Pre dosiahnutie najlepšieho uhla počítača, položte obe ruky na horný a dolný koniec počítača a jemne nastavte požadovaný uhol počítača

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 (23)** je vyrovnanie zariadenia a získanie väčšej opory rámu. Po ukončení celého procesu montáže, položte zariadenie na rovný povrch. Nastavte vyrovnávač

opory

(23) až pokiaľ nebude zariadenie stáť pevne na podlahe bez kolísania, potom pritiahnite **Maticu(114)** bezpečne ku **Hlavnému rámu**

(1).

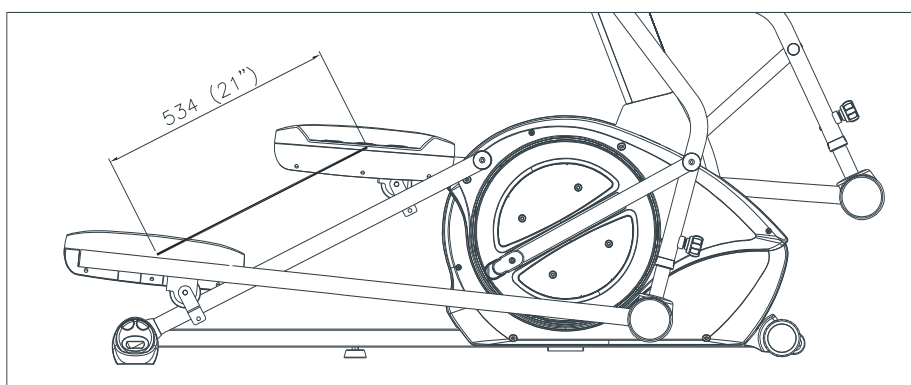
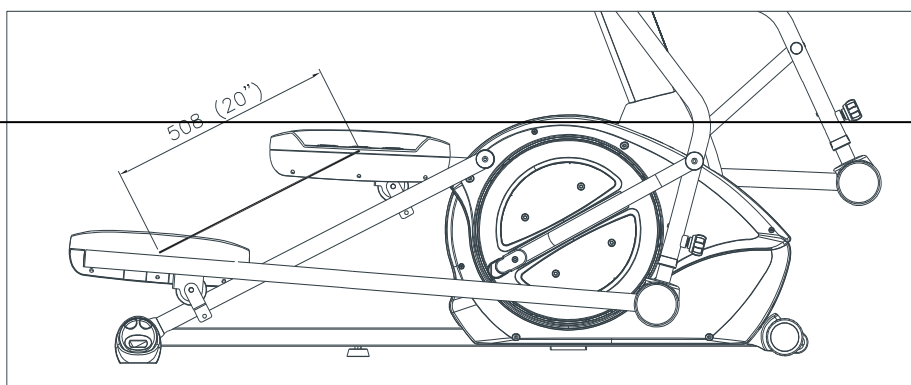
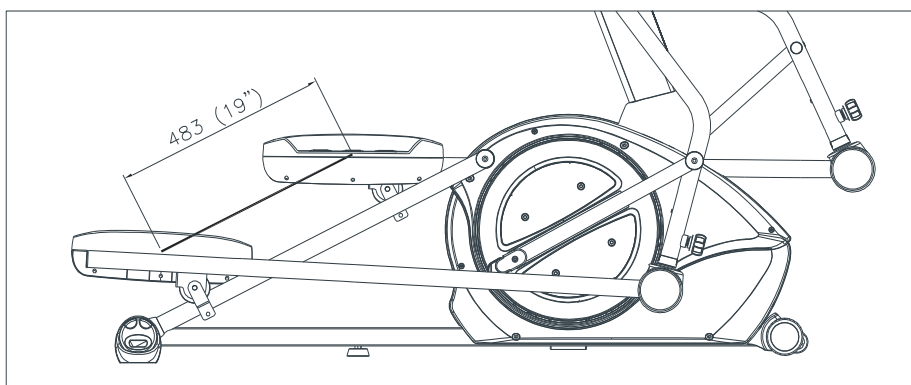
“Inštrukcie pre ovládanie”

Ako si nastaviť dĺžku kroku

Climber je vybavený s nastaviteľnou dĺžkou kroku od 19” (483 mm) do 22” (539 mm)

- Pre nastavenie dĺžky kroku, povoľte a potiahnite **Gombík (48)**. Posuňte **Otočné rameno (12)** do požadovanej pozície
- Uvoľnite **gombík (48)** a presvedčte sa, že kolík na gombíku zapadne správne do otvoru na **Otočnom ramene (12)**.
- Opakujte vyššie uvedený proces pre nastavenie dĺžky kroku na ľavej strane

1.
Pravé
2.
& ľavý



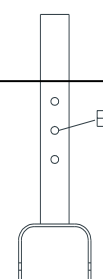
Poznámka:

Vždy nastavte
& Ľavé otáčacie
rameno (12) do
rovnakej výšky.

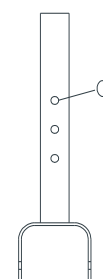
Bezpečne
pritiahnite **Pravý**
gombík (48) pred
začiatkom
cvičenia



Position A

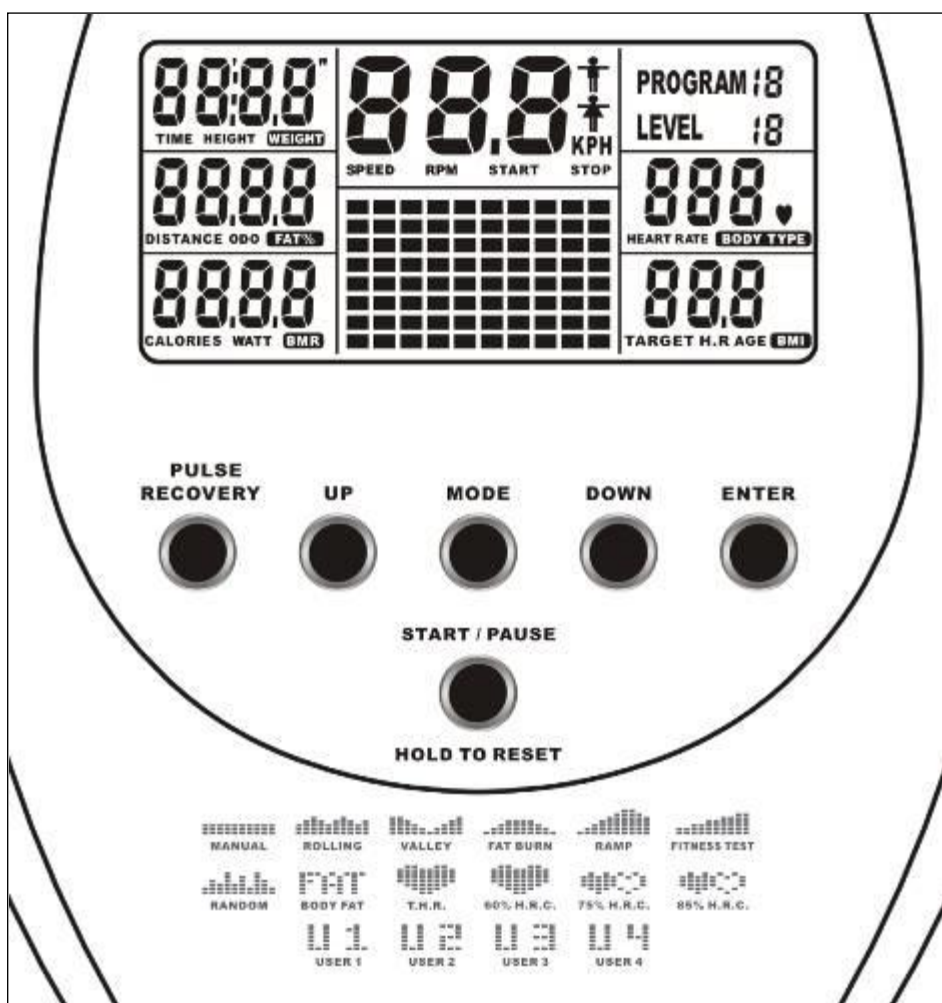


Position B



Position C

“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.



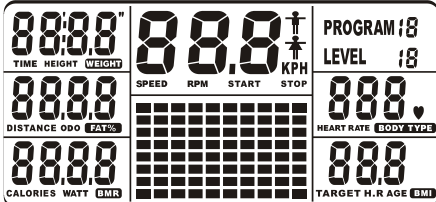

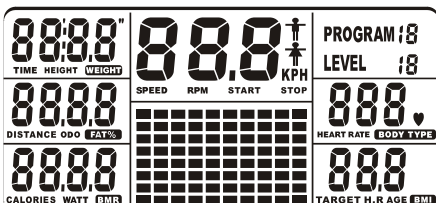

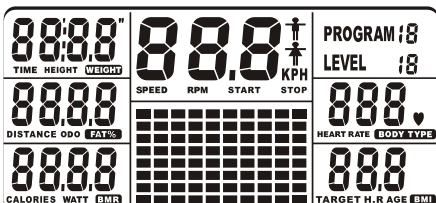
Zoznam programov



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	P16 UŽÍVATEĽ 4 ÚROVEŇ PROGRAM

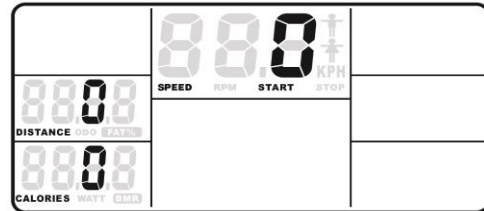
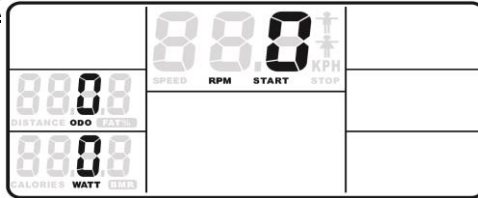
“Inštrukcie pre počítač – tlačidlá počítača”

Tlačidlá počítača

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

“Inštrukcie pre počítač – tlačidlá počítača ”

Počas cvičenia (po stlačení **START/PAUSE**), môže užívateľ stlačiť **MODE** pre zvolenie **RÝCHLOSTI SPEED, VZDIALENOSTI DISTANCE** a **KALÓRIÍ CALORIES**, alebo **RPM, ODO (Odometer)** a **W.**



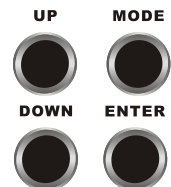
RPM, ODO, WATT sa zobrazia v rovnakom čase **SPEED, DISTANCE, CAL.** sa zobrazia v rovnakom čase

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** 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 nastaví pre resetovanie na nulovú hodnotu



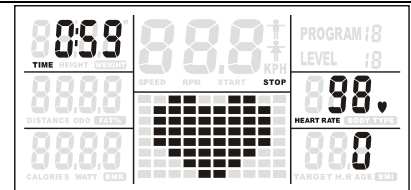
MODE



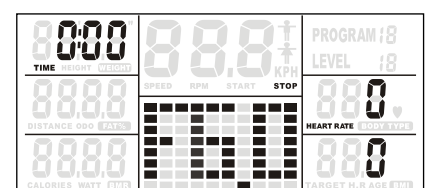
- PULZ REGENERÁCIA** tlačidlo meria, ako rýchlo sa váš pulz navráti do kľudu po ukončení cvičenia. Môžete to využívať pre meranie vášho zlepšenia kondície.
- Konzola monitoruje váš pulz počas 60 sekúnd a kalkuluje hodnoty **ÚROVNE SRDCOVEJ REGENERÁCIE** od F1.0 do F6.0. F1.0 je najlepší; F6.0 je najhorší (Iba informatívne)
- 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.
- 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**











PULSE RECOVERY



REGENERÁCIA tlačidlo znovu a presvedčte sa že držíte správne **SENZOR SRDCOVÉHO TEPU** na rukovätiach s oboma rukami.



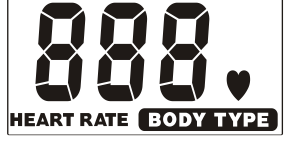
“Inštrukcie pre počítač – funkcie počítača”

Funkcie počítača

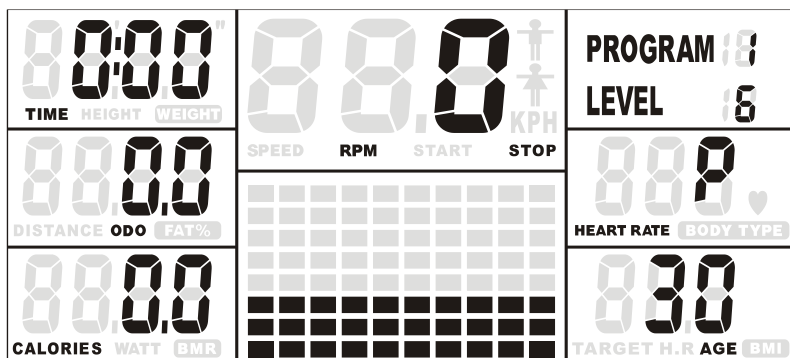
	<p>PROGRAM:</p> <ul style="list-style-type: none">● Konzola obsahuje 16 predvolených programov● Zobrazuje programy pre zvolenie počas nastavenie, od P1 ~ P16● Zobrazuje navolený program počas cvičenia <p>ÚROVEŇ:</p> <ul style="list-style-type: none">● Zobrazuje úroveň odporu navoleného programu, od 1 do 16 úroveň odporu;
	<p>ČAS:</p> <ul style="list-style-type: none">● 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 <p>VÝŠKA:</p> <ul style="list-style-type: none">● Zobrazí rozpätie: 110 ~ 250 cm; 0.5 cm prírastok / 3'08" ~ 8' 00"; 1 inch prírastok; výrobok nie je vhodný pre deti. <p>VÁHA:</p> <ul style="list-style-type: none">● Zobrazí rozpätie: 10 ~ 200 Kg; 0.2 Kg prírastok / 23 ~ 440 LBS; 0.5 LBS prírastok; výrobok nie je vhodný pre deti.
	<p>VZDIALENOSŤ:</p> <ul style="list-style-type: none">● 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)
	<p>ODO:</p> <ul style="list-style-type: none">● Funkcie ODO a VZDIALENOSTI sú podobné a zhromažďujú celkovú vzdialenosť ubehnutú počas cvičenia. <p>ROZDIELNE RESETOVÉ INFO. VZDIALENOSTI & ODO:</p> <ul style="list-style-type: none">● 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 <p>TUK%:</p> <ul style="list-style-type: none">● Počas TESTOVANIA TELESNÉHO TUKU, sa zobrazí výsledok v percentách podiel telesného tuku PROGRAM TELESNÝ TUK BODY FAT PROGRAM (P8) <div style="text-align: right;"><p>UP MODE</p>  DOWN ENTER</div>  

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

“Inštrukcie pre počítač – funkcie počítača”

	<p>KALÓRIE:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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 <p>BMR:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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 <p>WATT:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Zobrazuje aktuálnu hodnotu Watt počas cvičenia
	<p>CIEĽ H.R.:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Zobrazuje rozpätie: <u>60 ~ 220 BPM (údery za minútu) ; 1 BPM prírastok</u> <p>VEK:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Zobrazuje rozpätie: <u>10 ~ 99 rokov; 1 rok-prírastok</u> <p>POZNÁMKA: Aj keď konzola povoľuje zadať vek od 10 rokov, neodporúča sa výrobok používať deťom</p> <p>BMI:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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.
	<p>SRDCOVÝ TEP:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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. <p>TELESNÝ TYP:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Počas TESTU NA TELESNÝ TUK, výsledok zobrazí hodnotu pre TELESNÝ TYP v PROGRAME TELESNÉHO TUKU (P8)

“Inštrukcie pre počítač – Manuálny program (P1)”



Informácie: Pre zapnutie počítača 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.

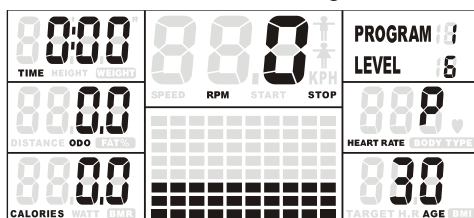
“2” Informácie: “PODRŽTE RESET” tlačidlo, jednoduchá cesta ako resetovať a zadať východziu pozíciu pri štarte

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** pozícii



POWER ON status

“3” 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

UP alebo **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 – 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 alebo DOWN 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)**

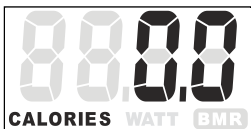
POZNÁMKA pre VZDIALENOSŤ:

- 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 – 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**

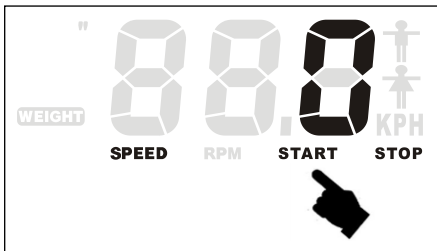
b. Použite **UP** alebo **DOWN** tlačidlá pre nastavenie vášho **VEKU (10 DO 99 ROKOV; 1 ROK PRÍRASTOK)**

POZNÁMKA pre VEK:

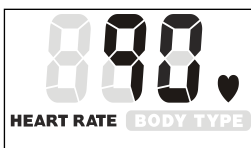
POZNÁMKA: Aj keď konzola povoľuje zadať vek od 10 rokov, neodporúča sa výrobok používať deťom

“D. ZAČIATOK CVIČENIA”

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

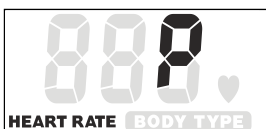


“E. POČAS CVIČENIA, VŽDY MONITORUJTE VÁŠ AKTUÁLNY SRDCOVÝ TEP”



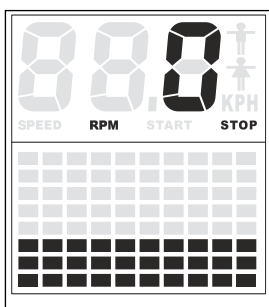
POZNÁMKA pre SRDCOVÝ TEP:

- Musíte umiestniť obe ruky na **Senzory pulzu** ktoré sú umiestnené na **Rukoväti**. 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 – Manuálny program (P1)”

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



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

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



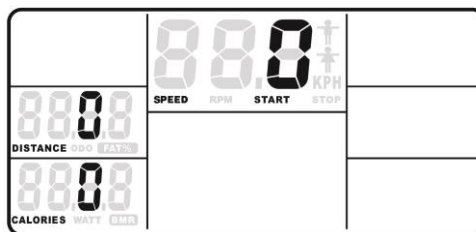
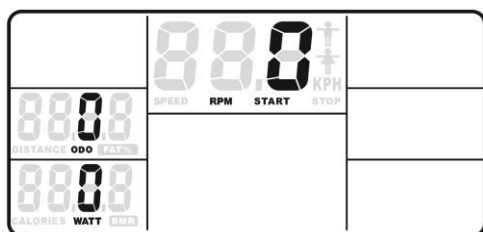
- Pre zlepšenie vašej kardiovaskulárnej kondície, počas zadávania vášho veku, konzola zakalkuluje vhodnú **CIEĽOVÚ HODNOTU SRDCOVÉHO TEPU** automaticky pre vás
- **Kalkulácia CIEĽOVEJ HODNOTY SRDCOVÉHO TEPU** je založená na 85% maximálneho srdcového tepu. Napríklad: pre vek 30 rokov , je maximálna hodnota 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 mate spomaliť alebo znížiť úroveň napätia krútiaceho momentu ak je hodnota vášho pulzu vyššia ako CIEĽOVÝ SRDCOVÝ TEP

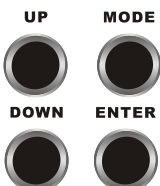
H. POČAS CVIČENIA, AKO SI ZOBRAZIŤ RÝCHLOSŤ, VZDIALENOSŤ, KALÓRIE, RPM, ODO (ODOMETER) A WATT”

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

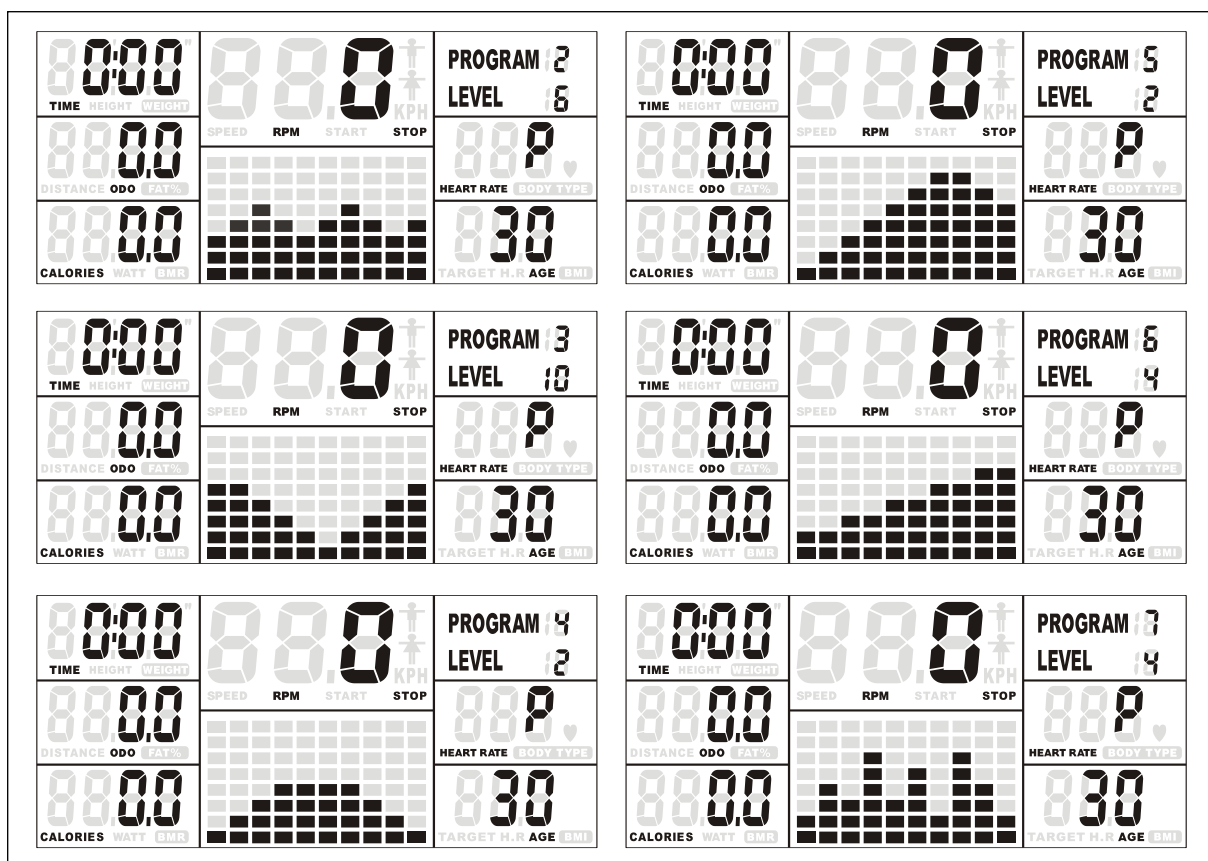


RPM, ODO, WATT sa zobrazia v rovnaký čas **RÝCHLOSŤ, VZDIALENOSŤ, KALÓRIE**. sa zobrazia v rovnaký čas

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

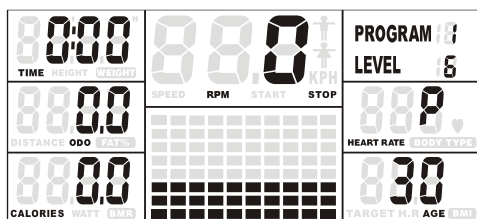
“2” Informácie: “PODRŽTE PRE RESET” tlačidlo, jednoduchá cesta pre resetovanie a zadajte POWER ON stav

START / PAUSE



HOLD TO RESET

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



POWER ON status

“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/mile
- 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**:



- Stlačte **ENTER** pre potvrdenie **ČASU** or **VZDIALENOSTI** hodnôt a zadajte úroveň pre nastavenie **KALÓRIÍ**
- 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** :



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

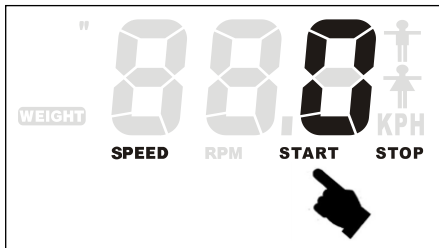
PRÍRASTOK)

POZNÁMKA PRE KALÓRIE:

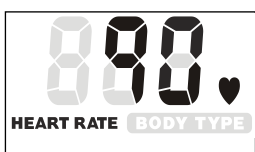
POZNÁMKA: Aj keď konzola povoľuje zadať vek od 10 rokov, neodporúča sa výrobok používať deťom

“D. ZAČIATOK CVIČENIA”

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



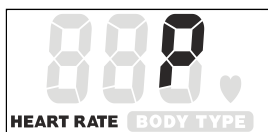
“E. POČAS CVIČENIA, VŽDY MONITORUJTE VÁŠ AKTUÁLNY SRDCOVÝ TEP”



POZNÁMKA PRE SRDCOVÝ TEP:

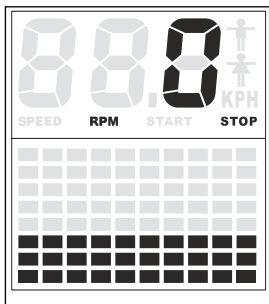
- Musíte položiť obe ruky na **Senzory pulzu** ktoré sú umiestnené na **Rukoväti**. Váš pulz sa zobrazí po pár sekundách po symbole “♥”

• Ak nepoložíte správne vaše ruky na senzory, a prejde par sekúnd bez pulzového impulzu, konzola vypne pulzový obch. 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)”

“E. POČAS CVIČENIA SA DÁ ODPOROVÁ ÚROVEŇ JEDNODUCHO KEDYKOLIEK 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”



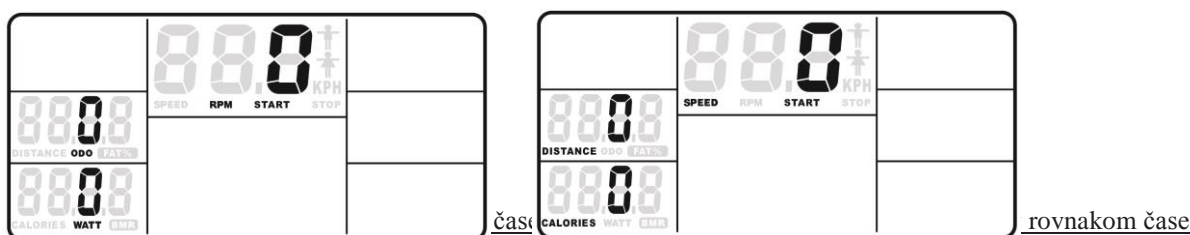
- Pre zlepšenie vašej kardiovaskulárnej kondície, počas zadávania vášho veku pri nastavení, konzola vám automaticky vypočíta vhodnú **Cieľovú HODNOTU VÁŠHO SRDCOVÉHO TEPU**

• 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 mate spomaliť alebo znížiť odpor, ak je hodnota vášho pulzu vyššia ako **CIEĽOVÝ SRDCOVÝ**

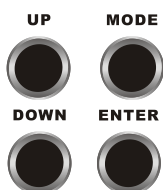
H. POČAS CVIČENIA, AKO SI POZRIEŤ RÝCHLOSŤ, VZDIALENOSŤ, KALÓRIE, RPM, ODO (ODOMETER) A WATT”

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

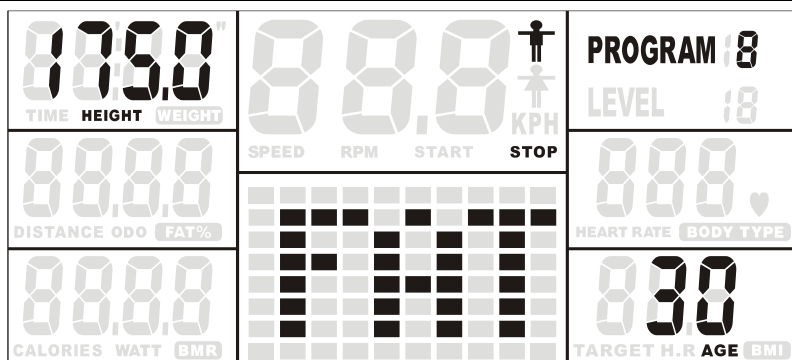


časť rovnakom čase

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 telesného tuku (P8)”



1 Predchádzajúca informácia: Stlačte ktorékoľvek tlačidlo na počítači alebo začnite pedálovať pre zapnutie počítača d. Presvedčte sa, že je kábel správne pripojený v elektrickej zásuvke.

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

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

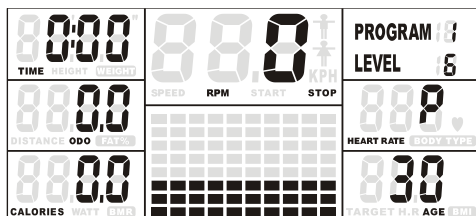
2 Predchádzajúca informácia: "HOLD TO RESET"- podržte pre zresetovanie tlačidlo, jednoduchá cesta ako zresetovať a počítač a uviesť ho opäť do zapnutého režimu

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- režim zapnutý

3 Normálny spôsob ako ovládať program telesného tuku (P8)

A. Zadajte program telesného tuku (P8)

a. START/PAUSE tlačidlo:

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

b. UP- hore alebo DOWN- dole tlačidlo:

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

c. ENTER tlačidlo:


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

Inštrukcie pre počítač – Program telesného tuku (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 ~ 250CM; 0.5**

CM nárast /

3'08" ~ 8' 00"; 1 INCH nárast)

Poznámka pre výšku:

Poznámka: Tento výrobok nie je určený pre používanie deťmi

3. 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 váhu:

Poznámka: Tento výrobok nie je určený pre používanie deťmi

4. 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:

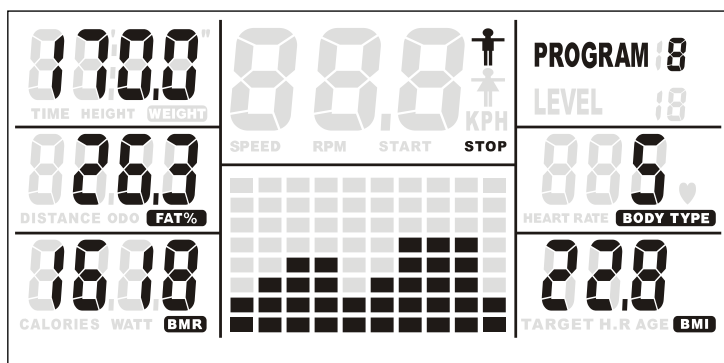
Poznámka: Aj keď povoľuje počítač nastavenie veku od 10 rokov, tento výrobok nie je vhodný pre používanie deťmi

“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 telesného tuku (P8)”

D. Výsledné informácie pre meranie telesného tuku”



Ilustrácia na ľavej strane je len príkladom pre zobrazenie ako bude vyzerat' výsledok, každá osoba má rozličný stav telesného tuku ktorý záleži od užívateľovej telesnej kondície zdravotného stavu v danom čase

1. BMI (Index telesnej hmotnosti):

Index telesnej hmotnosti **BMI = hmotnosť v kg : (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
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

BMI výsledok je závislý aj od pohlavia. V tabuľke je všeobecný prehľad pre váhový status založený na BMI

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.

“Inštrukcie počítacza – program telesného tuku (P8)”

“D. Výsledné informácie pre meranie telesného tuku”

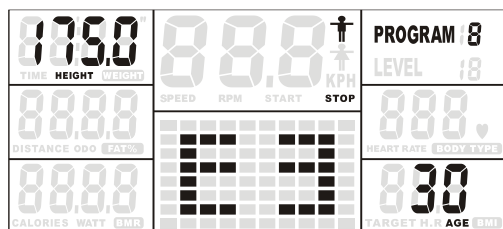
4. Telesný typ:

Pozrite si nasledujúcu tabuľku pre porovnanie aký je typ vašej telesnej kondície:

Typ 1	5% ~ 9% (tuk %)	Podváha	Typ 2	10% ~ 14% (tuk %)	Chudý Trieda 1
-------	--------------------	---------	-------	----------------------	----------------

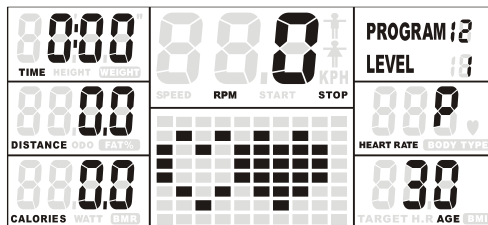
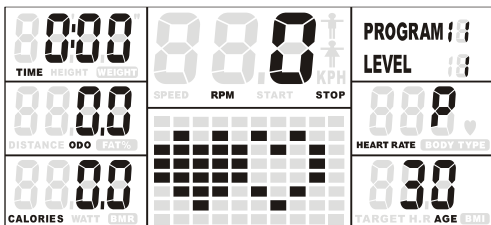
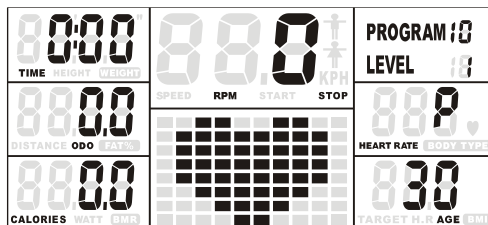
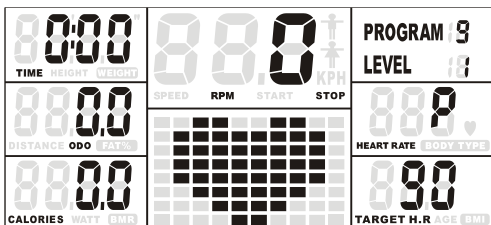
[Grid of 10 columns, 10 rows of empty boxes]										[Grid of 10 columns, 10 rows of empty boxes]									
Typ 3			15% ~ 19% (tuk %)				Chudý Trieda 2			Typ 4			20% ~ 24% (tuk %)				Chudý Trieda 3		
[Grid of 10 columns, 10 rows of empty boxes]										[Grid of 10 columns, 10 rows of empty boxes]									
Typ 5			25% ~ 29% (tuk %)				Štandard			Typ 6			30% ~ 34% (tuk %)				Nadváha		
[Grid of 10 columns, 10 rows of empty boxes]										[Grid of 10 columns, 10 rows of empty boxes]									
Typ 7			35% ~ 39% (tuk %)				Obezita Trieda 1			Typ 8			40% ~ 44% (tuk %)				Obezita Trieda 2		
[Grid of 10 columns, 10 rows of empty boxes]										[Grid of 10 columns, 10 rows of empty boxes]									
Typ 9			45% ~ 50% (tuk %)				Extrémna obezita												
[Grid of 10 columns, 10 rows of empty boxes]																			

5. Informácie chyby:



V prípade, že nepoložíte vaše ruky správne na **Pulzové senzory**, tieto nebudú schopné prijímať žiaden signál. Počítač zobrazí chybu ako "E3". Pre znovu testovanie, položte obe ruky správne na Pulzové senzory

"Inštrukcie počítača – program – H. R. C. (P9 ~ P12)"
T.H.R. 60% H.R.C.



75% H.R.C.

85% H.R.C.

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

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

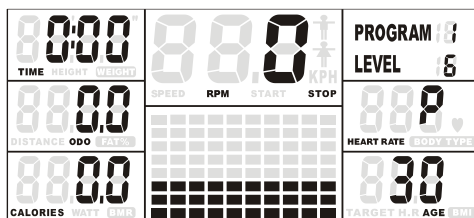
2 Predchádzajúca informácia: "HOLD TO RESET"- podržte pre zresetovanie tlačidlo, jednoduchá cesta ako zresetovať a počítač a uviesť ho opäť do zapnutého režimu

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 – zapnutý režim

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 počítača – program – H. R. C. (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 zablíkajú "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 zablíkajú "0:00".
- Stlačte ENTER tlačidlo znovu, vzdialenosť funkcia sa zobrazí na displeji a zablíkajú "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
- 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 spaľené kalórie počas cvičenia
- Odpočítavanie: Ak ste si zadali požadovanú hodnotu kalórií, počítač začne odpočítavanie od zadanej hodnoty až po 0

“Inštrukcie počítača – program – H. R. C. (P9 ~ P12)”

D. Nastavenie cieľovej hodnoty srdcového tepu a vášho veku”

V prípade, že ste si zvolili PROGRAM 9, zvolte si cieľový srdcový tep:

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



- ☞ kalórií a pre vstup do režimu cieľový srdcový tep
- ☞ Použite UP - hore alebo DOWN - dole tlačidlá pre zadanie požadovanej hodnoty cieľový srdcový tep (60 ~ 220 BPM (úderý/minútu) ; 1 BPM nárast)

Ak ste si zvolili program 10~12, zadajte váš vek:

ENTER tlačidlo a potom UP alebo DOWN tlačidlo



- Stlačte ENTER tlačidlo pre potvrdenie hodnoty kalórií a zadajte váš vek
- 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:

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

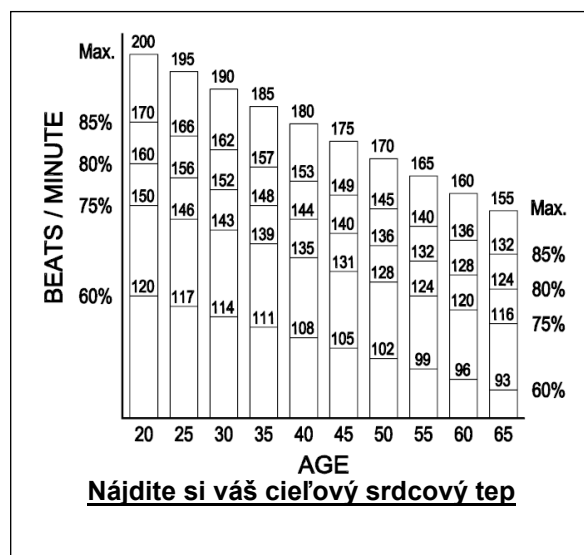
Cvičiacci: 75% maximálneho srdcového tepu; 75% z (220 – váš vek)

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 udržuje váš pulz vo vašej **cieľovej zóne srdcového tepu**.
- Ak je váš **aktuálny pulz >** (ako hodnota **cieľového srdcového pulzu ± 5**), počítač **zníži** záťaž o jednu úroveň automaticky
- Ak je váš **aktuálny pulz <** (ako hodnota **cieľového srdcového tepu ± 5**), počítač **zvýši** záťaž o jednu úroveň automaticky

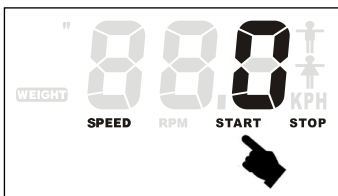
Napríklad: ak je váš vek 30, 60% z vášho max. srdcového tepu je 114. Pre určenie vašej **zóny srdcového tepu**, je minimálne číslo vo vašej zóne 109 (114 – 5) a vaše maximum. Číslo vo vašej zóne je 119 (114 + 5), takže vaša **cieľová zóna srdcového tepu** je napríklad od 109 do 119. Program bude monitorovať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



“Inštrukcie počítáča – program – H. R. C. (P9 ~ P12)”

F. Začiatok cvičenia”

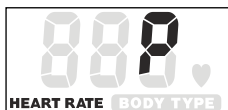
START/ PAUSE tlačidlo: Stlačte **START/ PAUSE** pre začiatok cvičenia. “**START**” sa zobrazí na displeji



“ G. Počas cvičenia vždy monitorujte váš aktuálny srdcový tep”

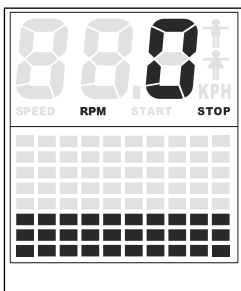
Poznámka pre srdcový tep:

- 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 záťaž”

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

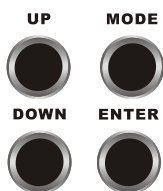


I. Počas cvičenia, ako si prezrieť hodnoty rýchlosti, vzdialenosti, kalórií, RPM, ODO (ODOMETER) a WATT

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

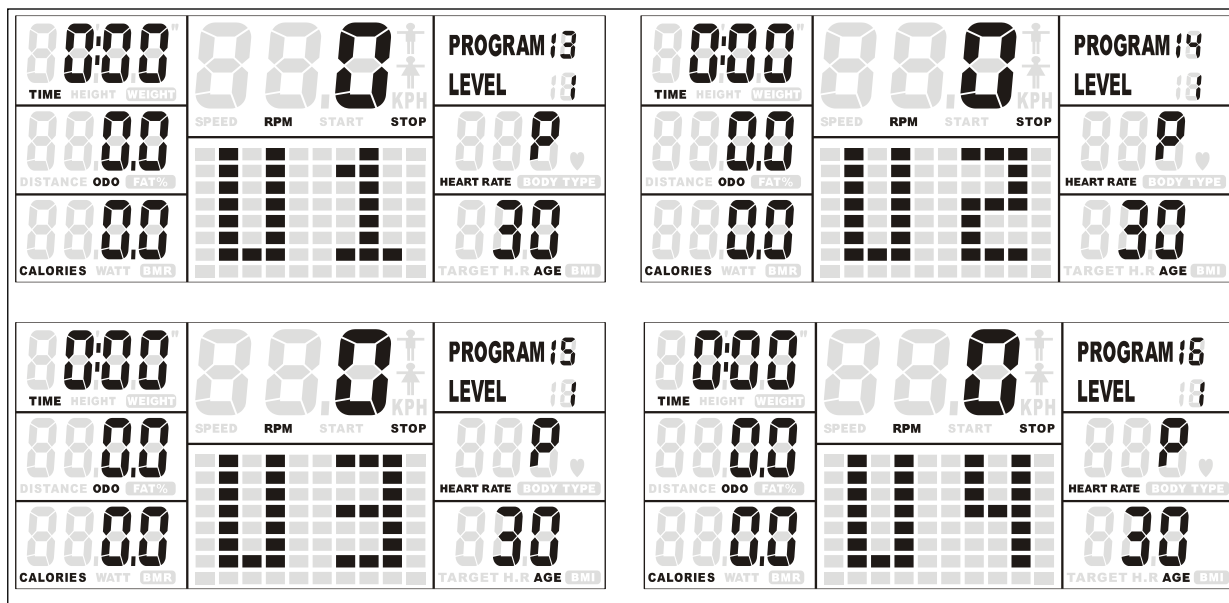


RPM, ODO, WATT sa zobrazia v rovnakom čase **Rýchlosť, vzdialenosť, kal.** Sa zobrazia v rovnaký čas



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

“Inštrukcie počítáča – Užívateľské nastavenia PROGRAM (P13 ~ P16)”



“1” Predchádzajúca informácia: Stlačte ktorékoľvek tlačidlo na počítáči alebo začnite pedálovať pre zapnutie počítáča

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

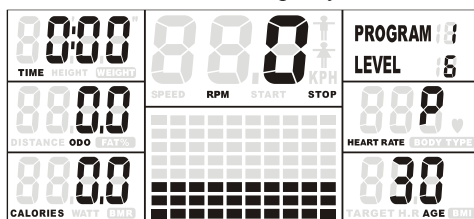
“2” Predchádzajúca informácia: ”HOLD TO RESET”- podržte pre zresetovanie tlačidlo, jednoduchá cesta ako zresetovať a počítáč a uviesť ho opäť do zapnutého režimu

START / PAUSE



HOLD TO RESET

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



Režim zapnutý

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

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

- START/PAUSE** tlačidlo:
Ak ste si zvolil iný program (P1 ~ P12), stlačte **START/PAUSE** tlačidlo pre pauzu aktuálneho programu
- UP** alebo **DOWN** tlačidlo:
Stlačte **UP** alebo **DOWN** tlačidlo pre zvolenie užívateľského nastaviteľného programu (P13 ~ P16)
- ENTER** tlačidlo:
Stlačte **ENTER** tlačidlo pre potvrdenie a zadanie užívateľského nastaviteľného programu (P13 ~ P16)

“Inštrukcie počítáča – 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:



- Po stlačení **ENTER** tlačidla vstúpite do užívateľského nastaviteľného programu (**P13 ~ P16**), **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 užívateľského nastaviteľného programu (**P13 ~ 16**), **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 alebo vášho veku”

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



- Stlačte **ENTER** tlačidlo pre potvrdenie času alebo vzdialenosti hodnôt a zadajte úroveň pre voľbu kalórií
- 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 spaľené 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:



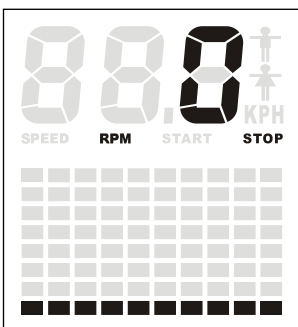
- Stlačte **ENTER** tlačidlo pre potvrdenie kalórií a pre zadanie úrovne nastavenia veku
- Použite **UP - hore** alebo **DOWN - dole** tlačidlá pre nastavenie vášho veku (10 do 99 rokov; 1 rok nárast)

Poznámka pre kalórie:

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

“E. Nastavenie úrovne záťaže”

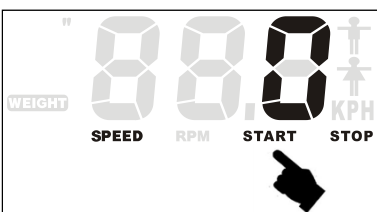
ENTER tlačidlo a potom **UP - hore** alebo **DOWN -dole** tlačidlo:



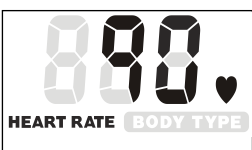
- Užívateľský nastaviteľný program dovoľuje užívateľovi manuálne nastaviť úroveň záťaže, počítač rozloží čas na 10 intervalov. Užívateľ si môže podľa vlastných preferencií nastaviť požadovanú záťaž kedykoľvek počas časového intervalu
- Stlačte **ENTER** tlačidlo pre potvrdenie hodnoty veku a zadajte režim pre nastavenie každého časového intervalu záťaže (1 do 16 záťažových úrovní; 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



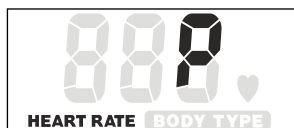
“G. Počas cvičenia vždy monitorujte váš aktuálny srdcový tep”



Poznámka pre srdcový tep:

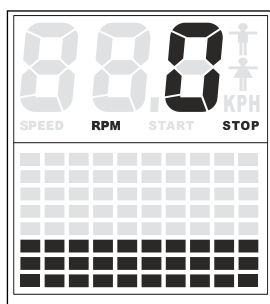
- Musíte položiť obe ruky na **Pulzové senzory** ktoré sú umiestnené na rukoväti. Váš pulz sa zobrazí zhruba po piatich sekundách po zobrazení symbolu “♥”
- Ak nepoložíte vaše ruky správne a prejde pár sekúnd bez impulzu tepu, počítač automaticky vypne okruh monitorovania srdcového tepu. Počítač zobrazí chybu symbolom “P”.

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



“Inštrukcie počítáča – 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””



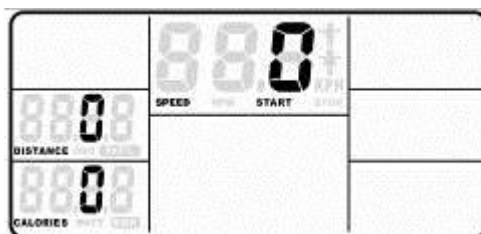
- Pre zlepšenie vášho kardiovaskulárnej kondície, pri zadaní vášho osobného veku počas režimu nastavenia, počítáč bude kalkulovať vhodný **cieľový srdcový tep** pre vás automaticky
- **Cieľový srdcový tep a jeho kalkulácia** je založená na 85% maximálneho srdcového tepu.

Napríklad : pre 30- ročného užívateľa, max. úroveň srdcového tepu by mala byť $161 = (220-30) \times 85\%$

- Počítáč bude monitorovať váš pulz a porovnávať ho s vašim **cieľovým srdcovým tepom**. Hodnota srdcového tepu sa zobrazí a bude preblikávať aby vás upozornila že mate spomaliť alebo znížiť úroveň záťaže pretože je váš pulz je vyšší ako vaša cieľová hodnota pulzu

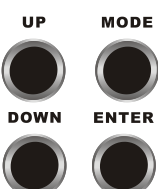
J. Počas cvičenia, ako si prezrieť hodnoty rýchlosti, vzdialenosti, kalórií, RPM, ODO (ODOMETER) a WATT ”

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 problém 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 systém. 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 Sensory správne, a počítač znovu načíta váš pulz	
E5	Motor sa nevie vrátiť do počiatkovej 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 senzoch pulzu	
		Vyčistite ručné senzory pulzu a presvedčte sa, že je kontakt medzi senzory a vašim telom správny	
		V prípade, že problém pretrváva, vymeňte senzory pulzu	
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 problém počítača“

Problém	Možná príčina	Riešenie
Displej zobrazí “O”	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 vytratí, 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 udržovať okružný panel pevne priskrutkovaný , pri pocítení veľkej odolnosti prestaňte so priťahovaním
	Porucha počítača	Výmena počítača

“POKYNY KU CVIČENIU”

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.

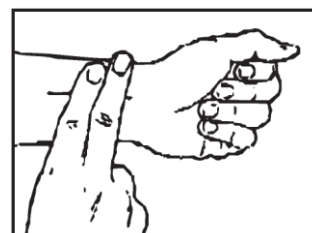
INTENZITA CVIČENIA

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



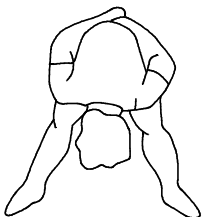
a položte dva prsty na vaše zápästie. Počítajte počet úderov za 6 sekúnd a potom výsledok vynásobte desiatimi, takto získate váš srdcový tep. Napríklad, ak je vaše meranie za 6 sekúnd 14, váš srdcový tep bude 140 úderov za minútu. (Šesť sekundové počítanie sa používa preto, lebo váš srdcový tep rapídne 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 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



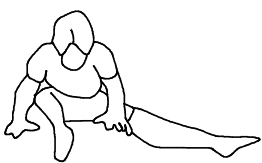
Strečing spodnej časti

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.



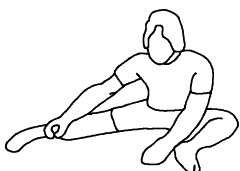
Podlahový strečing

Počas sedenia na podlahe, roziahnite 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

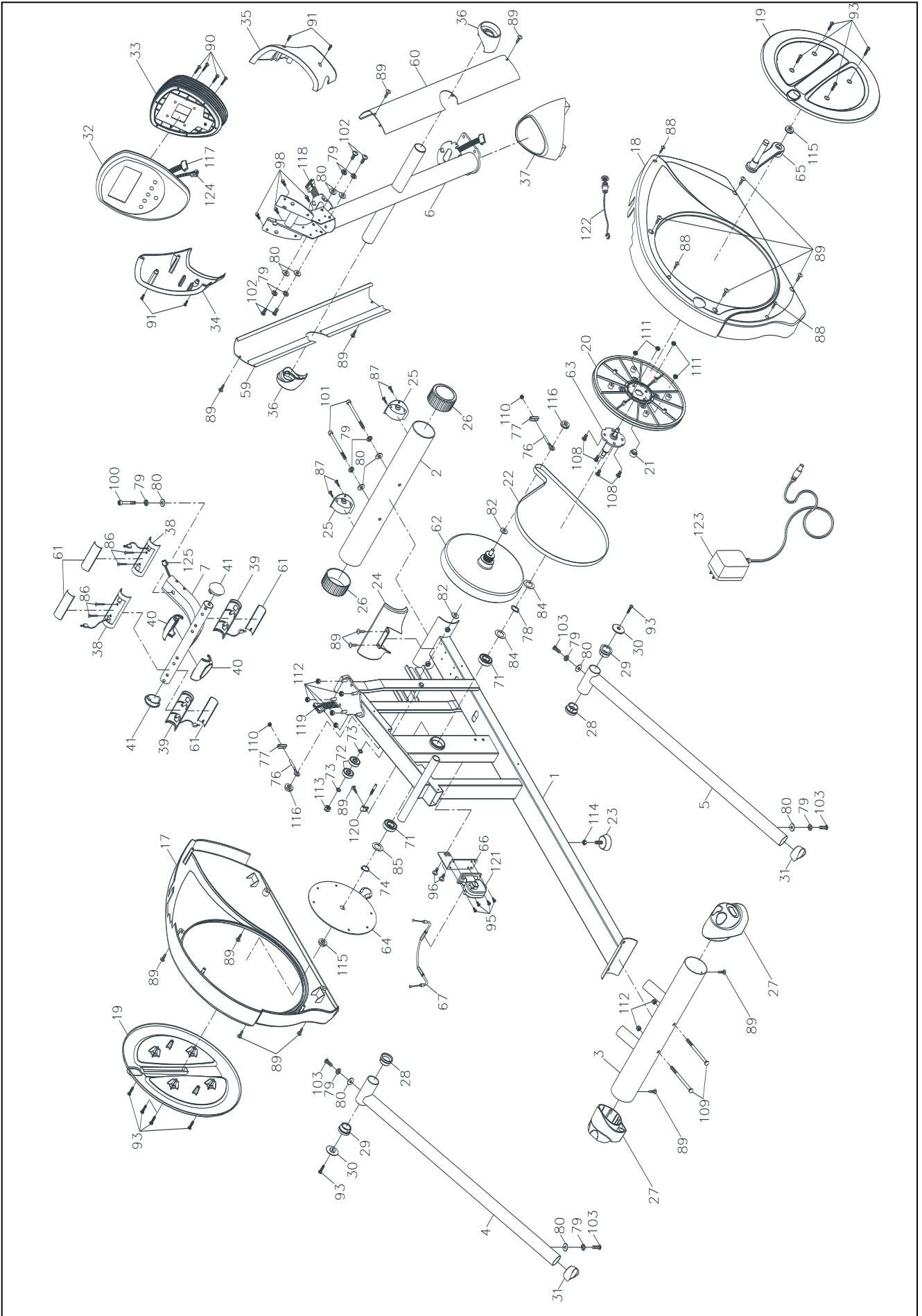
Postavte sa nohy od seba na šírku ramien a predkloňte sa. Použití ramien sa predkloňte smerom k pravej nohe. Hlavu zakloňte. Neskáčte. Udržujte pozíciu minimálne 10 sekúnd. Zopakujte na ľavú stranu. Cvičenie niekoľko krát opakujte.

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

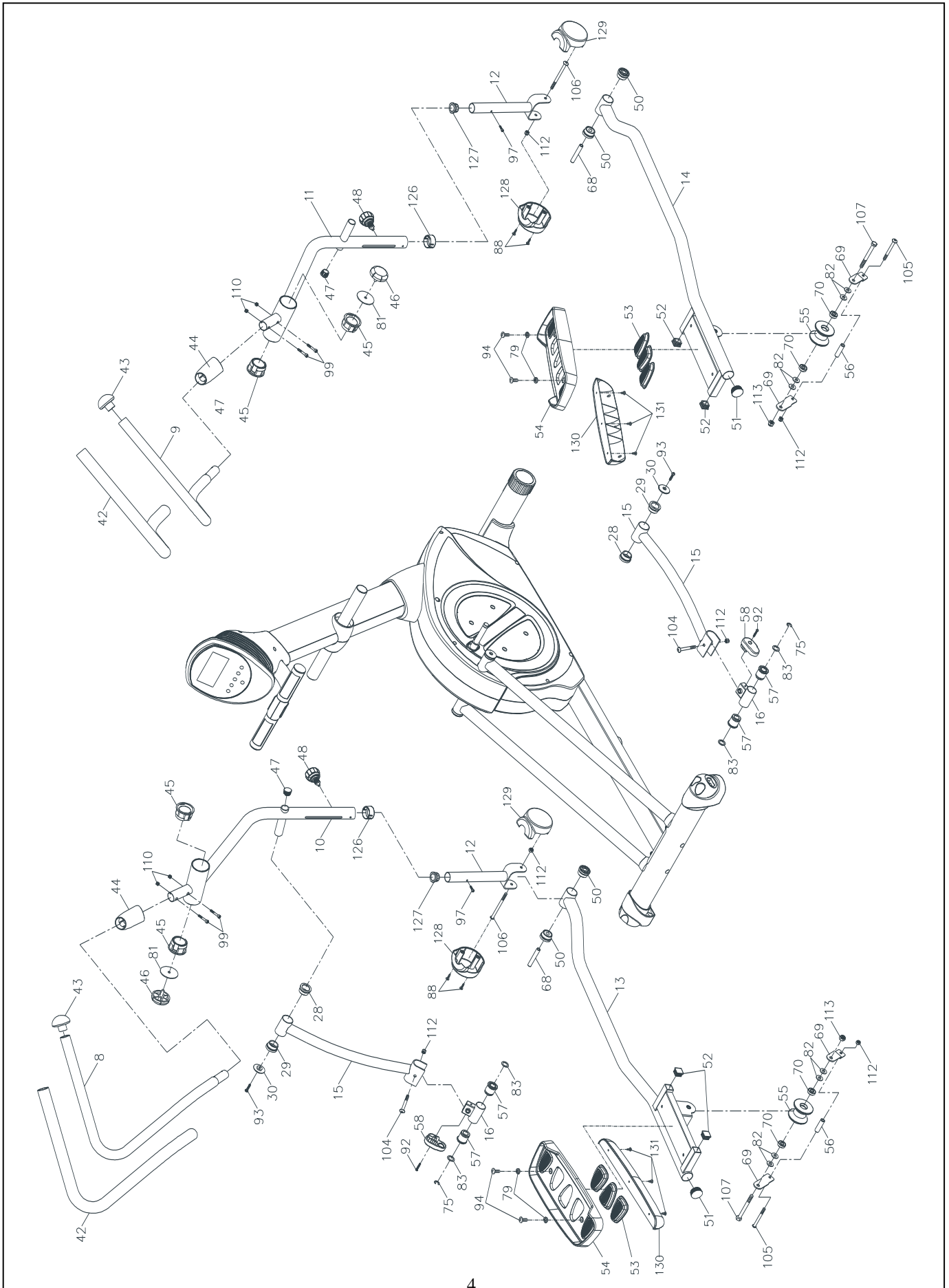
Ochladzovacie cvičenia Cieľom ochladzovacích cvičení je navrátenie tela do normálu, alebo aspoň blízko normálneho stavu na konci každého cvičiaceho tréningu. Správne ochladzovacie cvičenia pomáhajú znížiť srdcový tep a vrátiť krv späť do srdca.

Vaše ochladzovacie cvičenia by mali zahŕňať vyššie uvedené cvičenia a mali by byť vykonávané po každom cvičení.

“VÝKRES VÝROBKU (A)”



VÝKRES VÝROBKU (B)



“ZOZNAM SÚČIASTOK”

Č.	Názov	Množ
1	Hlavný rám	1
2	Predný stabilizátor	1
3	Zadný stabilizátor	1
4	Ľavá posuvná tyč	1
5	Pravá posuvná tyč	1
6	Oporný stĺpik	1
7	Pevná rukoväť	1
8	Ľavá horná rukoväť	1
9	Pravá horná rukoväť	1
10	Ľavá stredná rukoväť	1
11	Pravá stredná rukoväť	1
12	Otáčavé rameno	2
13	Ľavé oporné rameno pedála	1
14	Pravé oporné rameno pedála	1
15	Spoj	2
16	Konektor pedálového ramena	2
17	Ľavá krytka reťaze	1
18	Pravá krytka reťaze	1
19	Krytka kľuky	2
20	Remenica	1
21	Magnet	1
22	Remeň (1168 J6)	1
23	Vyrovnávač	1
24	Krytka pre stabilizátor	1
25	Transportné koliesko	2
26	Koncovka	2
27	Nastavovacia koncovka pre zadný stabilizátor	2
28	Objímka	4
29	Objímka (plochá)	4
30	Zabezpečovací uzáver (38.1 mm)	4
31	Objímka tyče	2
32	Počítač	1
33	Spodná krytka počítača	1
34	Ľavá objímka počítača	1

35	Pravá objímka počítača	1
Č.	Názov	Množ
36	Manžeta rotátora	2
37	Objímka stĺpika	1
38	Horná krytka ručného pulzu	2
39	Spodná krytka ručného pulzu	2
40	Okrasná krytka rukoväte	2
41	Okrúhla zásuvka	2
42	Penová rukoväť	2
43	Ručná zásuvka	2
44	Objímka rukoväte	2
45	Stredná objímka rukoväte	4
46	Poistný uzáver ($\psi 60$)	2
47	Okrúhla zásuvka (25.4 mm)	2
48	Otočný gombík	2
50	Puzdro (12×38 mm)	4
51	Okrúhla zásuvka (38.1 mm)	2
52	Štvorcová zásuvka (25.4 mm)	4
53	Protišmyková podložka	6
54	Krytka vrchného pedálu	2
55	Zasúvací medzerník	2
56	Kolieskový medzerník	2
57	Objímka (17×33.4 mm)	4
58	Spojovací kolík	2
59	Krytka ľavého oporného stĺpika	1
60	Krytka pravého oporného stĺpika	1
61	Kryt pulzového senzora	4
62	Zotrvačník	1
63	Os	1
64	Ľavá kľuka	1
65	Pravá kľuka	1
66	Fixačný tanier pre motor	1
67	Kábel	1
68	Objímka rukoväte	2
69	Krytka valca	4

70	Ložisko (6000)	4
----	----------------	---

71	Ložisko (6004)	2
----	----------------	---

„ZOZNAM SÚČIASTOK”

Č.	Názov	Množ
72	Ložisko (6300)	2
73	Medzerník (10×14×2 mm)	2
74	C- Krúžok	1
75	E- Krúžok	2
76	Skrutka	2
77	Napínacia konzola	2
78	Podložka	1
79	Podložka	15
80	Podložka (8×16×2.0t)	11
81	Podložka (8×60×2.0t)	2
82	Podložka (10×23×2.0t)	10
83	Podložka (17×33.4×0.5t)	4
84	Podložka (21×30×0.5t)	2
85	Podložka (21×30×1.0t)	1
86	Skrutka (M3 ×25 mm)	4
87	Skrutka (M4×16 mm)	4
88	Skrutka (M4×16 mm)	7
89	Skrutka (M5×18 mm)	17
90	Skrutka (M5 ×p0.8×25 mm)	4
91	Skrutka (M5 ×p0.8×15 mm)	4
92	Skrutka (M5 ×p0.8×25 mm)	2
93	Skrutka (M6 ×p1.0×25 mm)	12
94	Skrutka (M8 ×p1.25×16 mm)	4
95	Skrutka (M5 ×p0.8×12 mm)	4
96	Skrutka (M8 ×p1.25×15 mm)	2
97	Skrutka (M5 ×p0.8×15 mm)	2
98	Skrutka (M6 ×p1.0×15 mm)	4
99	Skrutka (M6 ×p1.0×35 mm)	4
100	Skrutka (M8 ×p1.25×45 mm)	1
101	Skrutka (M8 ×p1.25×90 mm)	2
102	Skrutka (M8 ×p1.25×16 mm)	4

Č.	Názov	Množ
103	Skrutka (M8 ×p1.25×20 mm)	4
104	Skrutka (M8 ×p1.25×50 mm)	2
105	Skrutka (M8 ×p1.25×65 mm)	2
106	Skrutka (M8 ×p1.25×90 mm)	2
107	Skrutka (M10 ×p1.5×85 mm)	2
108	Skrutka (M8 ×p1.25×16 mm)	4
109	Skrutka (M8 ×p1.25×90 mm)	2
110	Nylónová podložka (M6×p1.0)	6
111	Tenká Nylónová matica (M8 ×p1.25)	4
112	Nylónová matica (M8×p1.25)	13
113	Nylónová matica (M10×p1.5)	3
114	Matica (M8 ×p1.25)	1
115	Matica (M10)	2
116	Lemovacia matica - čierna (M10)	2
117	Horný spojovací kábel	1
118	Stredný spojovací kábel	1
119	Spodný spojovací kábel	1
120	Kábel senzoru a podstavec	1
121	Motor	1
122	Spojovací kábel adaptéra	1
123	Adaptér	1
124	Horný sensorový kábel	1
125	Spodný sensorový kábel	1
126	Stredná spojovacia zásuvka rukoväte	2
127	Spojovacia zásuvka otáčavého ramena	2
128	Krytka ľavej rukoväte	2
129	Krytka pravej rukoväte	2
130	Spodná základňa pedálov	2
131	Skrutka (M4 ×10 mm)	6

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 Bratislavská 36, 911 05 Trenčín, IČO 36311723, zapísaná v obchodnom registri Okresného súdu Trenčín v odd Sro, vložka č. 11888/R.

Adresa predajní:

- inSPORTline s.r.o., Šoltésovej 1995, 911 05 Trenčín (Sihot'), +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 zmluve 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:

- a) 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.
- b) záruka na riadiacu jednotku a elektrozariadenie pre prvého majiteľa je 24 mesiacov odo dňa predaja zákazníkovi.
- c) 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 utiahnutím nášlapov 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:

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

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

3) záruka sa uplatňuje u výrobcu: inSPORTline, s.r.o. Bratislavská 36, 911 05 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.

Bořivojova 35/878 130 00 Praha 3, ČR IČO: 268 47 264, DIČ: CZ26847264
Objednávky: +420 556 300 970, objednavky@insportline.cz
Reklamácie: +420 556 770 190, mobil: +420 604 853 019, reklamace@insportline.cz
Servis: +420 556 770 190, mobil: +420 604 853 019, servis@insportline.cz
Fax: +420 556 770 192, (servis +420 556 770 191)
Web: www.insportline.cz, www.worker.cz, www.worker-moto.cz



Zastoupení pro Slovensko:

INSPORTLINE, s.r.o., Bratislavská 36, 911 05 Trenčín, IČO: 36311723, DIČ: SK2020177082
Objednávky: +421(0)326 526 701, +421(0)917 649 192, objednavky@insportline.sk
Reklamácie: +421(0)326 526 701, +421(0)918 408 519, reklamacie@insportline.sk
Fax: +421(0)326 526 705
Web: www.insportline.sk, www.worker.sk, www.worker-moto.sk

Dátum predaja :

razítko a podpis predajcu

dodávateľ:

inSPORTline, s.r.o.
Bratislavská 36, 911 05 Trenčín
reklamácie a servis: +421 918 809 163, +421 917 954 415,
reklamacie@insportline.sk, servis@insportline.sk
www.inSPORTline.sk, www.Worker.sk, www.Worker-Moto.sk