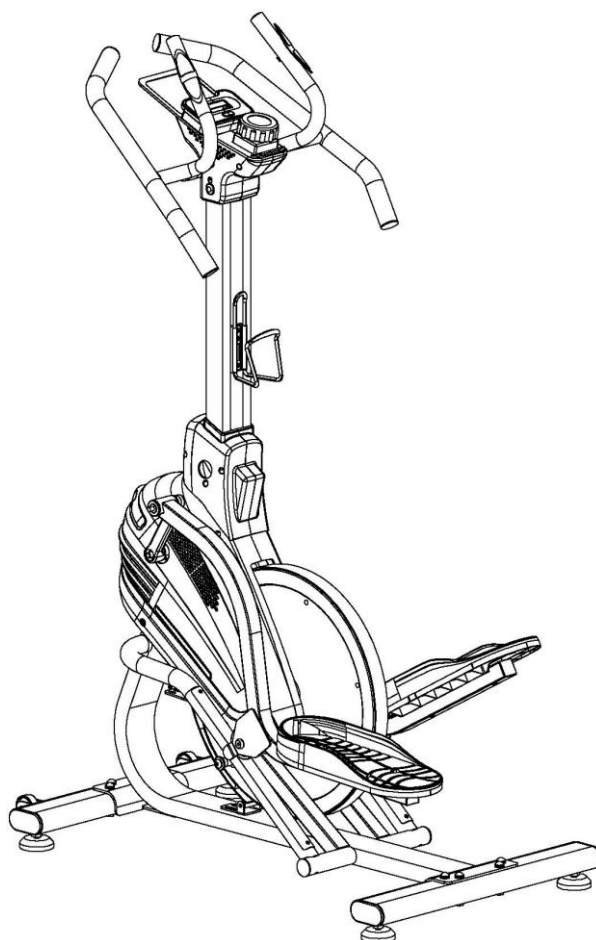


ZIPRO

Climber

PL Urządzenie wielofunkcyjne
EN Multifunction device
DE Multifunktionsgerät
RU Многофункциональное устройство
RO Dispozitiv multifuncțional
LT Daugiafunkcis įrenginys
FR Appareil multifonctions
IT Dispositivo multifunzione
ES Dispositivo multifunción



PL Producent - Morele.net sp. z o.o. ul. Fabryczna 20 A, 31-553 Kraków, Poland
EN Manufacturer - Morele.net sp. z o.o. ul. Fabryczna 20 A, 31-553 Kraków, Poland
DE Hersteller - Morele.net sp. z o.o. ul. Fabryczna 20 A, 31-553 Kraków, Poland
RU Производитель - ООО Morele.net, ул. Фабрычна, 20А, 31-553 Краков, Польша
RO Producător - Morele.net sp. z o.o. ul. Fabryczna 20 A, 31-553 Kraków, Poland
LT Gamintojas - Morele.net sp. z o.o. ul. Fabryczna 20 A, 31-553 Kraków, Lenkija
FR Fabricant : Morele.net sp. z o.o. ul. Fabryczna 20A, 31-553 Cracovie, Pologne
IT Fabbicante Morele.net sp. z o.o. ul. Fabryczna 20 A, 31-553 Cracovia, Polonia
ES Fabricante - Morele.net sp. z o.o. (S.L) c/ Fabryczna 20 A, 31-553 Cracovia, Polonia

PL	Podręcznik użytkownika Zachowaj podręcznik użytkownika.	Str. 3
EN	User Manual Keep the User Manual for future use.	Page 17
DE	Bedienungsanleitung Bewahren Sie die Bedienungsanleitung auf.	S. 31
RU	Руководство к пользованию Сохраните руководство к пользованию.	Стр. 45
RO	Manual de utilizare Păstrați manualul de utilizare.	Pag 59
LT	Naudotojo vadovas Naudotojo vadovo neišmeskite.	Pyl. 73
FR	Manuel d'utilisation Conservez ce manuel.	Pag. 86
IT	Manuale d'uso Si consiglia di conservare questo manuale.	Pag. 100
ES	Manual de uso Guardar el manual de uso	Pag 114

Użytkowniku,

Zapoznaj się z poniższą instrukcją przed rozpoczęciem montażu i pierwszym użyciem urządzenia. Instrukcja ta zawiera ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa użytkownika i konserwacji sprzętu. Zachowaj ją w celu możliwości skorzystania z informacji dotyczących konserwacji lub zamawiania części zamiennych.

DANE TECHNICZNE

Zasilanie	Baterie 2xAAA
Waga	35 kg
Temperatura użytkowania	0°C do +40°C
Temperatura przechowywania	-10°C do +60°C
Maksymalna waga użytkownika	120 kg
Klasa zastosowania	Klasa H
Klasa dokładności	Klasa C
Prędkość	0,0-99,9 km/h
Norma wyrobu (główna)	EN 20957-1:2013
Przeznaczenie	Urządzenie wielofunkcyjne do użytku domowego

BEZPIECZEŃSTWO

UWAGA! Z urządzenia można korzystać wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem, czyli do treningu przez osoby dorosłe. Każde inne zastosowanie urządzenia może być niebezpieczne. Producent nie może być pociągany do odpowiedzialności za szkody, które zostały spowodowane nieprawidłowym użytkowaniem urządzenia.

- Urządzenie zostało zaprojektowane i skonstruowane w oparciu o najnowszą wiedzę z zakresu bezpieczeństwa. Elementy niebezpieczne, które potencjalnie mogą być stanowić zagrożenie odniesienia obrażeń zostały wyeliminowane lub względnie zabezpieczone.
- Nie dopuszcza się napraw i zmian na własną rękę.
- Raz na jeden lub dwa miesiące sprawdź poprawność dokręcenia śrub, wkrętów i nakrętek.
- W celu trwałego zapewnienia bezpieczeństwa regularnie (czyli jeden raz w roku) sprawdzaj i konserwuj sprzęt w specjalistycznej placówce handlowej.
- Wszystkie zmiany na urządzeniu, które nie zostały opisane w niniejszej instrukcji mogą stanowić przyczynę uszkodzeń lub bezpośrednio zagrażać zdrowiu i życiu osoby ćwiczącej. Zmian na urządzeniu mogą dokonywać wyłącznie pracownicy serwisu producenta lub osoby przeszkolone przez nie w tym zakresie.
- Wszystkie urządzenia podlegają stałym działaniom innowacyjnym w celu zapewnienia wysokiej jakości. Z tego powodu producent zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian technicznych.
- Wszelkie pytania lub wątpliwości związane ze sprzętem kieruj do specjalistycznej placówki handlowej.

UWAGA! Osoby przebywające w pobliżu w trakcie użytkowania sprzętu należy uprzedzić o ewentualnych zagrożeniach. Zachowaj szczególną ostrożność w obecności dzieci.

UWAGA! Przed przystąpieniem do ćwiczeń skonsultuj się z lekarzem w celu upewnienia się, czy nie masz żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do prowadzenia treningów na urządzeniu. W oparciu o opinię specjalisty możesz opracować swój plan treningowy. Nieprawidłowo dobrany program lub nadmierne ćwiczenia mogą być niebezpieczne dla Twojego zdrowia i życia.

OSTRZEŻENIE! Systemy monitorowania tętna mogą być niedokładne. Przemęczenie podczas ćwiczeń może skutkować poważnymi obrażeniami lub śmiercią. Jeśli czujesz się słabo, natychmiast przestań ćwiczyć.

UWAGA! Bezwzględnie przestrzegaj uwag dotyczących prowadzenia treningu zawartych w niniejszej instrukcji.

- Wybierając miejsce do prowadzenia treningu uwzględnij zapewnienie sobie bezpiecznych odległości od możliwych przeszkód. Nie ustawiaj sprzętu w pobliżu ciągów komunikacyjnych (dróg, bram, przejść itp.).
- Zabrania się użytkowania sprzętu w bliskiej odległości od ściany. Strefa bezpieczeństwa wynosi 2000 mm i co najmniej takiej szerokości jak urządzenie.

UWAGA! W trakcie montażu urządzenia zachowaj ostrożność i nie pozwalaj przebywać w pobliżu dzieciom. Podczas montażu używane są drobne części (nakrętki, śruby itp.), które mogą zostać przez nie połknięte.

RYZIKO RESZTKOWE

- Po ograniczeniu ryzyka tylko 13 z ponad 230 przyczyn należy do „powszechnie akceptowanych”.
- W sytuacji, gdy zabezpieczenie przed upadkiem nie zostanie zastosowane lub zostanie, ale nieprawidłowo, istnieje ryzyko resztkowe, czyli upadek osoby powodujący otarcia skóry, siniaki, złamania lub, w najgorszym przypadku, śmierć.
- Istnieje ryzyko resztkowe niezamierzonego przeciążenia osoby ćwiczącej spowodowanego nieprawidłową obsługą lub niewłaściwą oceną, a także nieprawidłowym przestaniem danych (z powodu zakłóceń elektromagnetycznych, błędu oprogramowania itp.). Nawet najlepsze zabezpieczenie oprogramowania i sprzętu nie wyklucza błędu oprogramowania czy sprzętu i może teoretycznie spowodować przeciążenie osoby ćwiczącej.
- Produkt jest urządzeniem elektrycznym, dlatego nie można wykluczyć porażenia prądem, które może doprowadzić do śmierci.
- Nie można wykluczyć ryzyka resztkowego uduszenia.
- Ryzyko można ograniczyć, stosując się do informacji o bezpieczeństwie zawartych w instrukcji obsługi.
- Nie można wykluczyć, że niezamierzone lub niedozwolone użycie spowoduje inne, nieuwzględnione ryzyko, a uwzględnione ryzyko zostało oszacowane nieprawidłowo.

W analizie ryzyka oceny dokonano na podstawie „stanu obecnego urządzenia”. Z przeprowadzonej oceny i kontroli produktu wynika, że prawdopodobieństwo wystąpienia niedopuszczalnego ryzyka jest bardzo niskie. Urządzenie (jego budowa, sposób działania oraz zastosowanie) nie powoduje — w normalnych warunkach — nieuzasadnionego ryzyka dla osoby ćwiczącej ani osób trzecich.

ZNAKI MANIPULACYJNE NA OPAKOWANIACH TRANSPORTOWYCH



Tą stroną w górę. Nie przewracać.



Ostrożnie, kruche. Możliwość uszkodzenia. Zachować ostrożność.



Chronić przed upadkiem.



Chronić przed wilgocią.



Opakowanie nadające się do recyklingu.



Uwaga ciężki produkt.

OBSŁUGA

Przed rozpoczęciem treningu upewnij się, że urządzenie zostało prawidłowo zamontowane.

- Przed rozpoczęciem pierwszego treningu zapoznaj się ze wszystkimi funkcjami i możliwościami regulacji urządzenia.
- Urządzenie posiada elementy, które mogą być narażone na korozję. Z tego powodu nie zaleca się, aby pozostawało w wilgotnym pomieszczeniu. Należy również dbać o to, aby sprzęt (szczególnie jego elementy wewnętrzne oraz elektroniczne) nie był narażony na kontakt z wodą, napojami, potem itp.
- Urządzenie jest przeznaczone tylko do prowadzenia treningu tylko przez osoby dorosłe i absolutnie nie jest zabawką dla dzieci. Jeśli na własną odpowiedzialność pozwolisz z niego korzystać dzieciom, bezwzględnie poinstruuuj je o prawidłowym korzystaniu i stale nadzoruj.
- Sprzęt nie nadaje się do przeznaczenia terapeutycznego.
- Podczas pracy urządzenia mogą występować ciche szумы przy ruchu bezwładnym masy zamachowej pasa biegowego, które wynikają z rodzaju konstrukcji. Nie mają one żadnego wpływu na działanie sprzętu.
- Emisja hałasu podczas obciążenia jest większa niż bez obciążenia.
- Przed rozpoczęciem każdego treningu sprawdź prawidłowość zabezpieczeń oraz połączeń śrubowych i wtykowych.
- W czasie treningu na urządzeniu pamiętaj o odpowiednim obuwiu (buty sportowe).

MONTAŻ

Montaż urządzenia musi zostać przeprowadzony starannie przez osobę dorosłą. W przypadku wątpliwości poproś o pomoc kogoś z większym doświadczeniem w tej dziedzinie.

- Przed rozpoczęciem montażu upewnij się, czy zestaw z urządzeniem zawiera wszystkie elementy z listy części oraz czy jakieś elementy nie uległy zniszczeniu podczas transportu. W przypadku braku elementów lub zastrzeżeń skontaktuj się ze sprzedawcą.
- Zapoznaj się z rysunkami oraz objaśnieniami i dokonuj montażu zgodnie z kolejnością zawartą w instrukcji montażu.
- Zachowaj ostrożność podczas montażu. W trakcie korzystania z narzędzi i elementów istnieje ryzyko skaleczenia się.
- Pamiętaj o zachowaniu bezpiecznego otoczenia. Nie rozkładaj chaotycznie narzędzi i elementów montażowych. Pamiętaj, że folie i torby z tworzywa sztucznego stanowią zagrożenie uduszeniem się przez dzieci.
- Elementy montażowe potrzebne do wykonania danego kroku instrukcji montażu zostały przedstawione na rysunkach i objaśnieniach. Korzystaj z elementów wskazanych w instrukcji montażu.
- W pierwszych fazach montażu nie dokręcaj części do oporu. Zrób to po umieszczeniu wszystkich i upewnieniu się, że są prawidłowo osadzone.
- Producent zastrzega sobie prawo do wstępnego montażu niektórych elementów.

WYMIANA BATERII

Słabo widoczne informacje na wyświetlaczu komputera lub ich brak oznaczają konieczność wymiany baterii.

Zdejmij osłonę baterii i wymień stare na dwie nowe. Umieszczając je w pojemniku na baterie przestrzegaj oznaczeń „+” oraz „-”. Jeśli po ponownym uruchomieniu wyświetlacz nie działa prawidłowo, wyjmij na kilka minut baterie, a następnie ponownie je włóż.



UWAGA! Zużyte baterie nie podlegają gwarancji. Zawierają szkodliwe substancje (jak np. kadm, rtęć, czy ołów), dlatego nie wyrzucaj ich do domowego pojemnika na śmieci. Zanieś je do odpowiedniego punktu na zużyte baterie.

ŚRODOWISKO



Urządzenie jest dostarczane w opakowaniu w celu ochrony przed ewentualnymi uszkodzeniami w czasie transportu. Opakowania są surowcami nieprzetworzonymi i mogą być recyklingowane. Wyrzucaj te materiały do odpowiednich kolorowych pojemników przeznaczonych do selektywnej zbiórki.

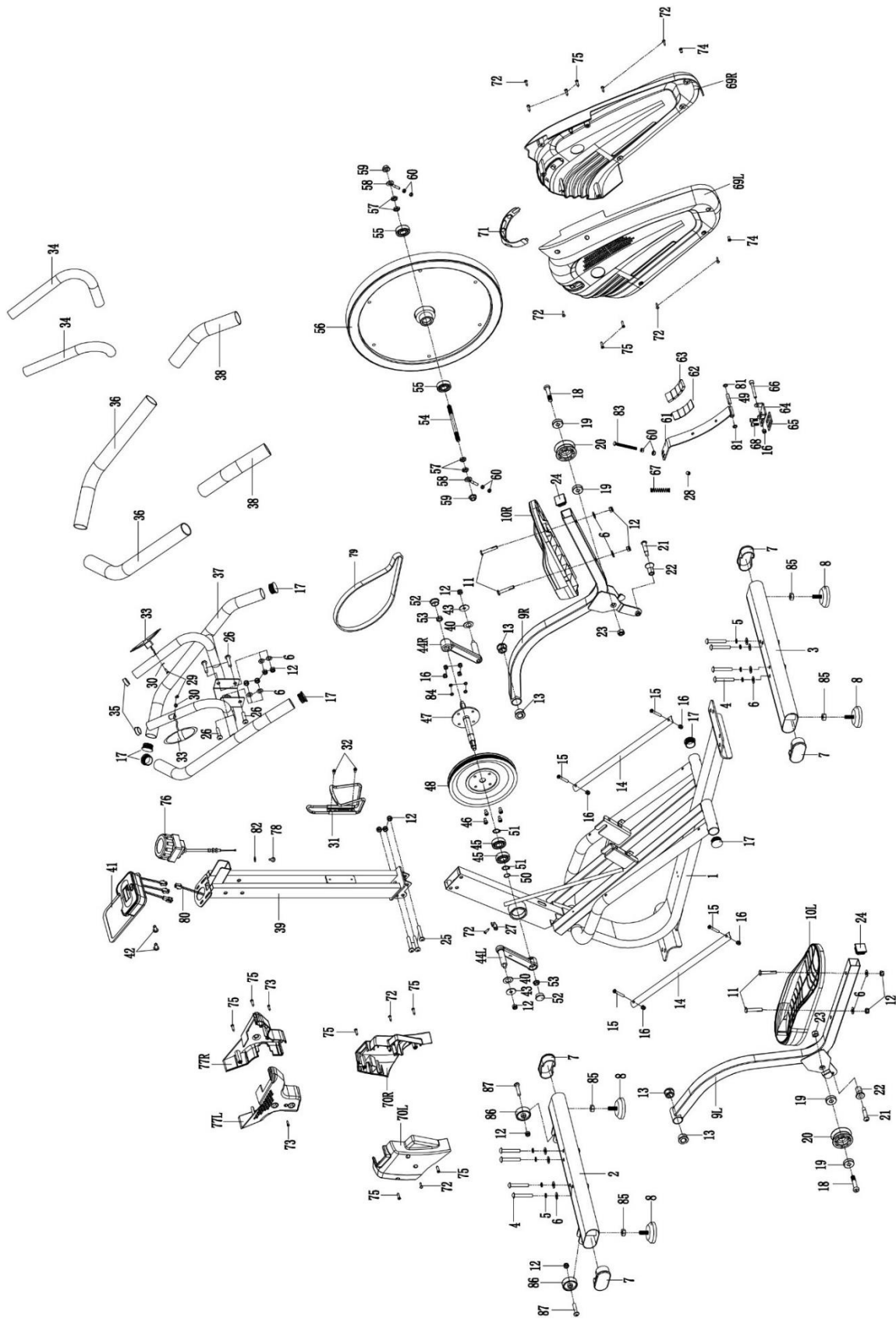


Chroń środowisko i nie wyrzucaj zużytych baterii do domowego kosza na śmieci. Oddawaj je w miejscu zakupu lub przekazuj do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych.

Zużyte urządzenie elektryczne (w tym licznik, zasilacz) są surowcami wtórnymi – nie wyrzucaj ich do pojemników na odpady domowe, ponieważ mogą one zawierać substancje niebezpieczne dla zdrowia i środowiska. Prosimy o aktywną pomoc w oszczędnym gospodarowaniu zasobami naturalnymi i ochronie środowiska naturalnego przez przekazanie zużytego urządzenia do punktu składowania surowców wtórnych – zużytych urządzeń elektrycznych.

SCHEMAT MONTAŻOWY

UWAGA! Zabrania się używania części pochodzących z innych źródeł niż od producenta.



LISTA CZĘŚCI

Nr	Opis	Ilość
1	Rama główna	1
2	Przednia podstawa	1
3	Tylnia podstawa	1
4	Wkręt M8*55	8
5	Podkładka sprężysta D8	8
6	Podkładka D8	16
7	Nakładka na stopkę	4
8	Nakładka na regulację stopki	4
9L/R	Wspornik pedału L/R	2
10L/R	Pedał L/R	2
11	Śruba M8*50	4
12	Nakrętka nylonowa M8	15
13	Nakładka osi	4
14	Belka jezdna	2
15	Wkręt M6*45	4
16	Nakrętka nylonowa M6	9
17	Okrągła nasadka tuby	6
18	Wkręt M10*50	2
19	Oś 6200RS	4
20	Koło jezdne	2
21	Śruba M8*12*Φ10*32	2
22	Koło podrzędne	2
23	Nakrętka nylonowa M10	2
24	Nakładka kwadratowa	2
25	Wkręt M8*48	3
26	Wkręt M8*35	4
27	Gniazdo czujnika	1
28	Nasadka anty-tubowa	1
29	Wkręt 4.2*18	2
30	Podkładka płaska D5	2
31	Uchwyt na bidon	1
32	Wkręt M5*10	2
33	Czujnik pulsu	2
34	Pianka	2
35	Nasadka na rurkę uchwytu	2
36	Pianka	2
37	Kierownica	1
38	Pianka	2
39	Sztyca kierownicy	1
40	Podkładka D16	2
41	Monitor	1
42	Wkręt M5*10	2
43	Podkładka D8*Φ28*2	2
44L/R	Korba L/R	2

Nr	Opis	Ilość
45	Oś 6203ZZ	2
46	Wkręt M6*15	4
47	Środkowa oś	1
48	Koło pasowe	1
49	Wewnętrzna rura hamulca	1
50	Podkładka Φ21*Φ17.5*0.3	1
51	Pierścień zatrzaskowy D17	2
52	Nakładka na korbę	2
53	Nakrętka M10*1.25	2
54	Oś koła zamachowego	1
55	Oś 6000RS	2
56	Koło zamachowe	1
57	Nakrętka M10	4
58	Śruba łańcucha	2
59	Nakrętka M10*1	2
60	Nakrętka M6	6
61	Wspornik hamulca	1
62	Metalowa płytka magnetyczna	1
63	Magnes	4
64	Mocowanie hamulca	1
65	Podkładka amortyzująca hamulca	1
66	Wkręt M6*50	1
67	Sprężyna	1
68	Wkręt M5*12	2
69L/R	Ośłona łańcucha L/R	2
70L/R	Dolna pokrywa L/R	2
71	Pasek dekoracyjny	1
72	Wkręt ST4.2*20	9
73	Wkręt M4*10	2
74	Wkręt M5*10	2
75	Wkręt ST4.2*20	11
76	Regulacja oporu	1
77L/R	Górna pokrywa L/R	2
78	Wkręt M5*20	1
79	Pas	1
80	Czujnik obrotów	1
81	Podkładka Washer Φ8.5*Φ19*2	2
82	Podkładka D5	1
83	Śruba M6*70	1
84	Podkładka sprężysta D6	4
85	Nakładka M10	4
86	Kółko transportowe	2
87	Wkręt M8*38	2

INSTRUKCJA MONTAŻU

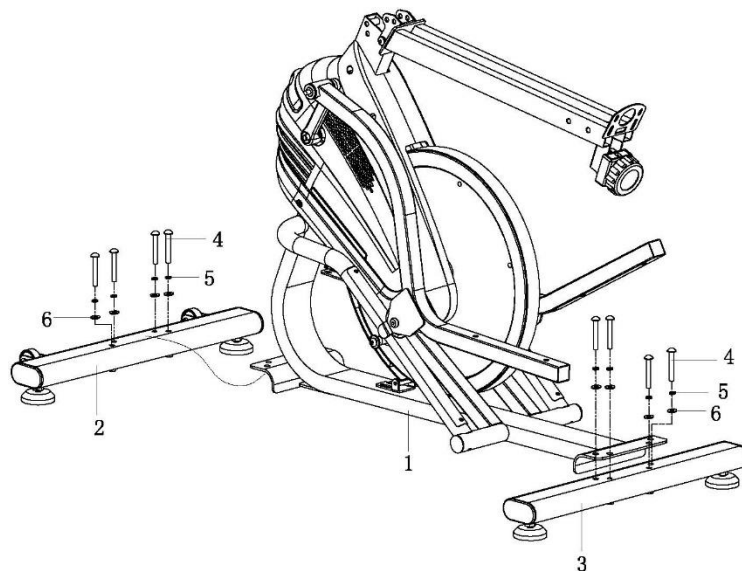
UWAGA! W trakcie montażu przestrzegaj poniższych kroków i korzystaj z narzędzi dołączonych do produktu.

Przygotuj odpowiednio dużo wolnego miejsca do montażu urządzenia.

Ze względu na dużą wagę niektórych elementów zaleca się montaż w dwie osoby.

1. Zainstaluj przednią i tylną podstawę

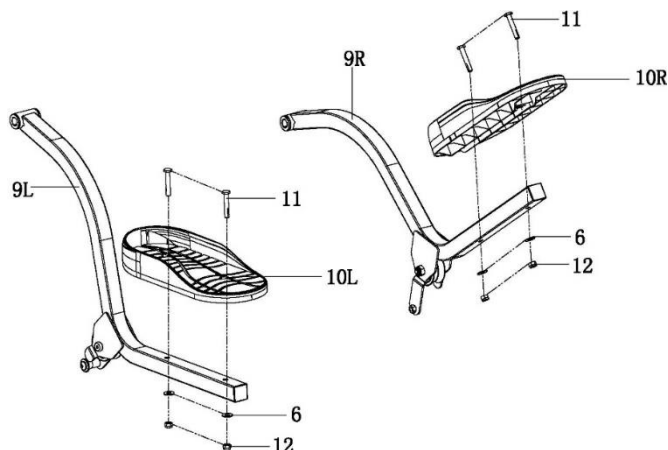
Zamontuj przednią podstawę (2) oraz tylną (3) do ramy głównej (1) używając wkrętów (4), podkładek sprężystych (5) oraz podkładek (6).



2. Zainstaluj prawy i lewy pedał

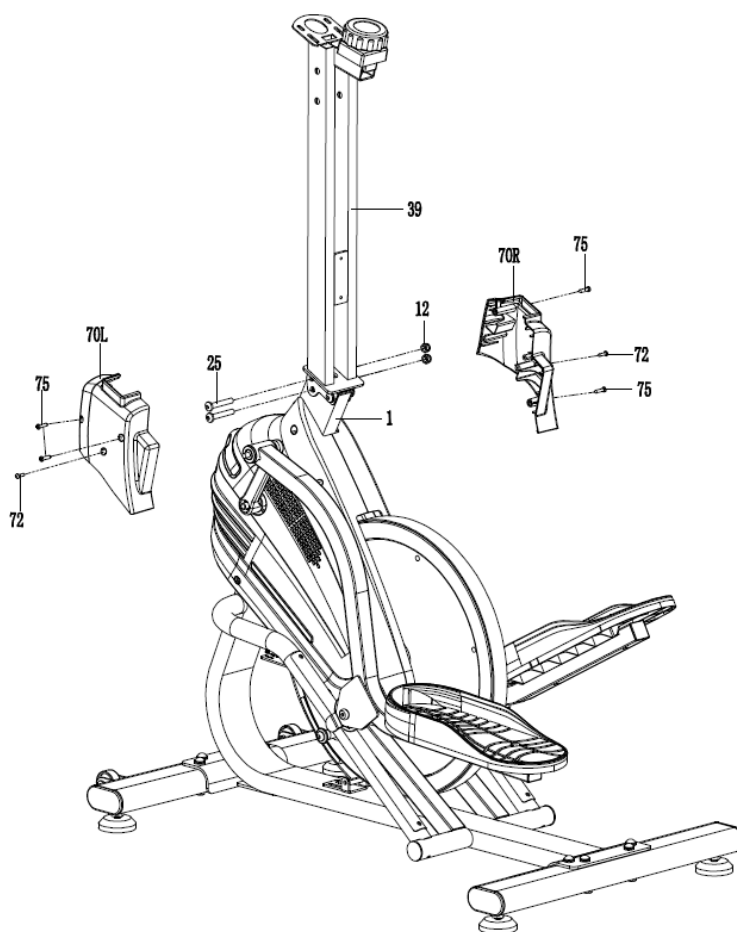
Przykręć lewy i prawy pedał (10L/R) do lewego i prawego wspornika pedału (9L/R) używając śrub (11), podkładek (6) oraz nakrętek nylonowych (12).

UWAGA! Lewy i prawy pedał są oznaczone naklejkami "R" dla prawego i "L" dla lewego.



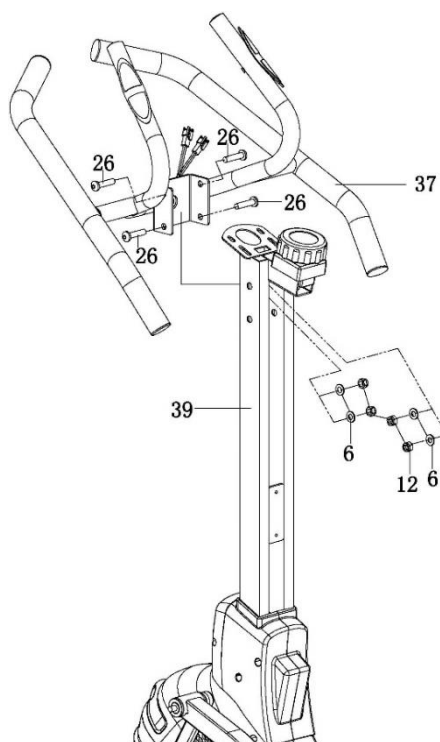
3. Zainstaluj sztycę kierownicy

Przykręć sztycę kierownicy (39) do ramy głównej (1) używając wkrętów (25), podkładek (6) oraz nakrętek nylonowych (12). Następnie przykręć lewą i prawą dolną pokrywę (70L/R) do ramy głównej (1) używając wkrętów (72) oraz wkrętów (75) zgodnie ze schematem obok.



4. Zamontuj kierownicę

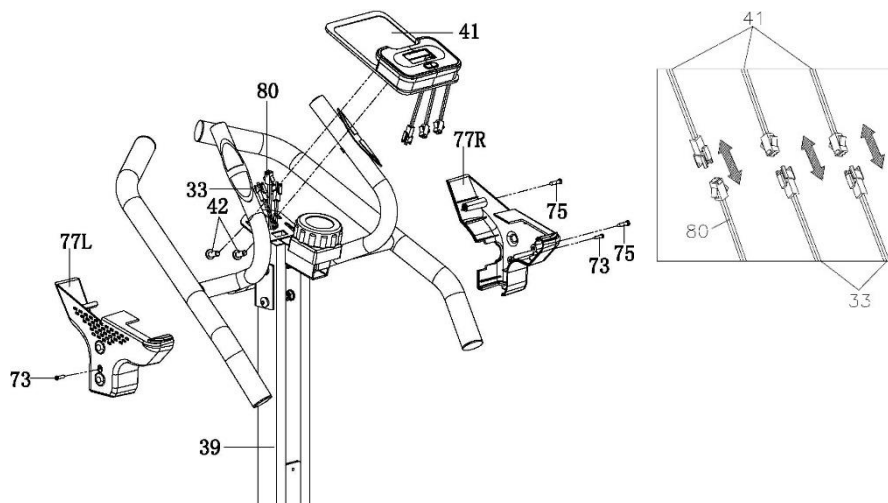
Przykręć kierownicę (37) do sztycy kierownicy (39) używając wkrętów (26), podkładek (6) oraz nakrętek nylonowych (12).



5. Zainstaluj komputer

Połącz kabel czujnika obrotów (80) oraz dwa kable czujników pulsu (33) z kablami monitora (41). Przykręć monitor (41) do gniazda monitora na sztycy kierownicy (39) za pomocą wkrętów (42).

Następnie przykręć lewą i prawą górną pokrywę (77L/R) do sztycy kierownicy (39) używając wkrętów (73) i wkrętów (75) zgodnie ze schematem na rysunku obok.



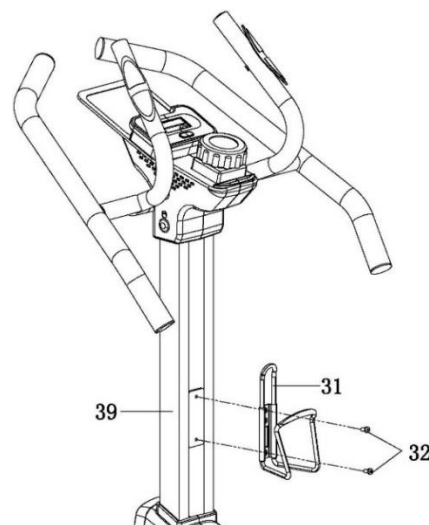
6. Zamontuj uchwyt na bidon

Przykręć uchwyt na bidon (31) do sztycy kierownicy (39) za pomocą wkrętów (32).

Gratulacje!

Montaż urządzenia wielofunkcyjnego jest zakończony!

Zanim skorzystasz z urządzenia, przeczytaj uważnie instrukcję.



REGULACJE

Regulacja oporu

Aby zwiększyć opór, przekręć pokrętło regulacji oporu w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara. Aby zmniejszyć opór, przekręć pokrętło regulacji naciągu w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara.

KONSERWACJA SPRZĘTU

Regularnie dokonuj konserwacji urządzenia. Poniższe czynności przeprowadzaj nie rzadziej niż co 20 godzin jego pracy.

- Kontroluj ruchome części urządzenia. Jeśli nie są dostatecznie nasmarowane, użyj smaru do łożysk rowerowych.
- Kontroluj stan elementów takich jak śruby i nakrętki. Dbaj o to, by były dobrze dokręcone.
- Po każdym treningu wytrzyj pot z urządzenia. Zwróć uwagę na to, aby monitor nie miał kontaktu z wodą ani wilgocią.
- Do czyszczenia urządzenia używaj wyłącznie wody z mydłem. Nie stosuj środków czyszczących.
- Przechowuj urządzenie w suchym i ciepłym miejscu.
- Nie wystawiaj urządzenia na działanie promieni słonecznych.

TRENING I FAZY ĆWICZEŃ

Korzystanie z urządzenia dostarczy Ci wiele korzyści. Przede wszystkim poprawi Twoją kondycję, wzmocni mięśnie, a w połączeniu z odpowiednią dietą pozwoli spalić zbędną tkankę tłuszczową.

1. ROZGRZEWKA

To faza, która poprawia krążenie krwi w całym ciele oraz przygotowuje mięśnie do wzmożonego wysiłku. Zmniejsza również ryzyko powstania skurczów oraz odniesienia kontuzji. Wskazane jest, aby wykonać kilka ćwiczeń rozciągających tak jak pokazano poniżej. Jeśli czujesz ból, przestań ćwiczyć lub zmniejsz zakres wykonywanego ruchu.

ĆWICZENIA ROZCIĄGAJĄCE:

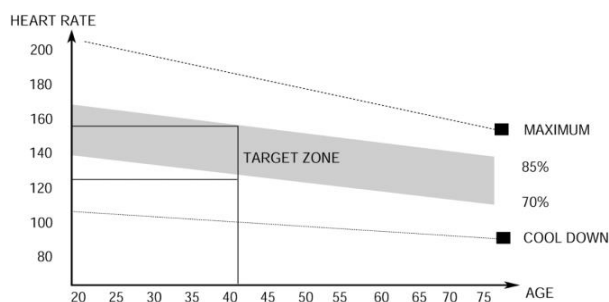
- ROZCIĄGANIE WEWNĘTRZNYCH MIĘŚNI UD**
 Usiądź na płaskim podłożu ze zgiętymi nogami i kolanami skierowanymi na zewnątrz. Złącz podeszwy stóp i zbliż je do siebie tak blisko jak to możliwe. Delikatnie naciśnij kolana kierując je w kierunku podłoża i wytrzymaj w tej pozycji przez 15 sekund.
- ROZCIĄGANIE UD**
 Usiądź na płaskim podłożu. Wyprostuj prawą nogę, a podeszwę lewej stopy przyłóż do prawego uda. Wyciągnij prawą rękę w kierunku palców prawej nogi tak daleko jak to możliwe. Wytrzymaj przez 15 sekund. Powtórz czynność z lewą nogą.
- SKRĘTY GŁOWY**
 Trzymaj głowę prosto patrząc przed siebie. Nie ruszając ramionami obróć ją w prawo i wyprostuj, a potem obróć w lewo i wyprostuj.
- UNOSZENIE RAMION**
 Podnieś możliwie wysoko do góry lewą rękę i wytrzymaj przez kilka sekund. Powtórz czynność z prawą ręką.
- ROZCIĄGANIE ŚCIĘGIEN ACHILLESA**
 Stań twarzą do ściany, lewą nogę wysuń do przodu i lekko ugnij w kolanie. Prawą trzymaj z tyłu – wyprostowaną, z piętą położoną płasko na podłożu. Trzymaj obie pięty płasko na podłożu i przyciskaj biodra w kierunku ściany. Utrzymuj tę pozycję przez 30 sekund. Powtórz czynność z wysuniętą prawą nogą. Pamiętaj, aby podczas ćwiczenia nie wyginać pleców w łuk.
- SKŁONY**
 Stań w nogami złączonymi razem. Wykonaj skłon w przód starając się jak najbardziej zbliżyć klatkę piersiową do kolan. Wytrzymaj przez 15 sekund. Pamiętaj, aby nie zginać kolan.

2. FAZA ĆWICZEŃ

To właściwa faza treningu. Ćwicz we własnym tempie tak, aby osiągnąć adekwatne tętno do swojego wieku jak przedstawiono na wykresie.

3. FAZA ODPRĘŻENIA

Faza ta pozwala uspokoić krążenie i odprężyć mięśnie. Jest to powtórka ćwiczeń rozgrzewających. Należy pamiętać o tym, aby nie nadwyręzać mięśni.



INSTRUKCJA OBSŁUGI KOMPUTERA INSTRUKCJA OBSŁUGI KOMPUTERA

Przed użyciem proszę usunąć folię zabezpieczającą z ekranu komputera.

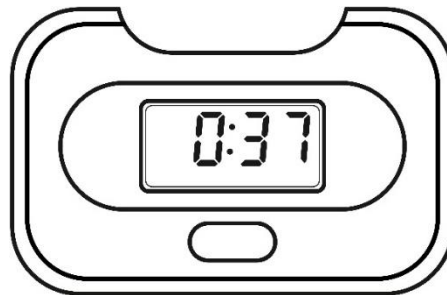
KOMPUTER (MODEL)

MMS01-GRN

AUTO ON/OFF

Komputer włączy się, gdy koło zamachowe zostanie wprowadzone w ruch lub wciśnięty zostanie przycisk. Na monitorze wyświetli się strzałka z górę.

Komputer wyłączy się automatycznie po 4 minutach bezczynności.

**OPIS POSZCZEGÓLNYCH PRZYCISKÓW**

- **MODE/SET** - umożliwia dokonanie wyboru programu.
Przytrzymaj przycisk przez 3 sekundy aby zresetować wszystkie naliczone wartości (reset całkowity).

FUNKCJE (SPECYFIKACJA)

SCAN	Wyświetla kolejno na ekranie wszystkie mierzone parametry treningu.	co 6 sekundy
TIME	Liczy łączny czas ćwiczeń od ich rozpoczęcia do zakończenia.	00:00-99:59 min
SPEED	Wyświetla aktualną prędkość.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Liczy łączny dystans od rozpoczęcia do zakończenia ćwiczeń.	0,0-99,99 km
CALORIES	Liczy łączną liczbę spalonych kalorii od rozpoczęcia do zakończenia ćwiczeń. (Pomiar jest przybliżony w celu porównania różnych sesji ćwiczeń, nie może być stosowany w leczeniu).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Liczy łączny dystans od zainstalowania baterii.	0-999,9 km
PULSE	Wyświetla aktualny puls.	40-240 BPM

SCAN

Naciśnij przycisk **MODE** i przytrzymaj dopóki SCAN nie wyświetli się na ekranie. Na monitorze będą wyświetlane kolejno funkcje: czas, prędkość, dystans, kalorie, całkowity dystans (ODO), puls.

PULSE RATE

UWAGA! Pomiar tętna tylko do celów sportowych (wyklucza się zastosowanie medyczne).

- Naciskaj przycisk **MODE** aż na ekranie wyświetli się PULSE.
- Połóż obie dłonie na czujnikach pulsu na kierownicy. W trakcie dokonywania pomiaru komputer wyświetli ikonę w kształcie serca.
- Po upływie 3 do 4 sekund komputer wyświetli aktualny puls.

MOŻLIWE USZKODZENIA I TECHNIKI NAPRAWY

UWAGA! Otwarcie obudowy urządzenia bez wcześniejszego skontaktowania się z serwisem producenta powoduje utratę gwarancji. W przypadku podejrzenia wystąpienia usterki wymagającej otwarcia obudowy skontaktuj się z serwisem producenta.

Opis błędu	Możliwe przyczyny	Rozwiązanie
Urządzenie kołysze się	Urządzenia ustawione zostało na nierównej powierzchni. Pod podstawą urządzenia znajduje się przedmiot zakłócający równowagę.	Ustaw urządzenie na równej powierzchni. Usuń przedmiot zakłócający równowagę.
	Podstawy nie zostały poprawnie zamontowane.	Zamontuj poprawnie podstawy urządzenia. Wypoziomuj nakładki na tylnej podstawie.
	Nakładki na podstawie nie zostały poprawnie zamontowane i wypoziomowane.	Zamontuj poprawnie podstawę tylną urządzenia. Wypoziomuj nakładki na tylnej podstawie.
Siodełko lub kierownica kołyszą się	Śruby i pokrętła sztycy siodełka lub kierownicy nie zostały dokręcone.	Dokręć śruby i pokrętło sztycy siodełka lub kierownicy.
Hałas podczas użytkowania	Niewłaściwie dokręcone elementy.	Skontaktuj się z serwisem producenta.
	Podczas pracy urządzenia mogą występować ciche szумы przy ruchu bezwładnym masy zamachowej, które wynikają z rodzaju konstrukcji. Nie mają one żadnego wpływu na działanie sprzętu. Potencjalne szумы słyszalne podczas kręcenia pedałami w przeciwnym kierunku są uwarunkowane technicznie i nie powodują żadnych negatywnych konsekwencji.	
Hałas i brak płynności pracy	Uszkodzone łożyska.	Skontaktuj się z serwisem producenta.
Brak odpowiedniego oporu podczas treningu	Nieprawidłowo podłączony przewód do regulacji oporu.	Połącz przewód poprawnie zgodnie z instrukcją montażu.
	Poluzowany pas napędowy.	Skontaktuj się z serwisem producenta.
	Wzrósł odstęp pomiędzy kołem zamachowym a magnesami.	Skontaktuj się z serwisem producenta.
	Regulator napięcia został uszkodzony.	Skontaktuj się z obsługą klienta serwisu producenta.

GWARANCJA

Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży. Gwarancja na sprzedany towar nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza uprawnień Kupującego wynikających z Ustawy o prawach konsumenta.

WARUNKI GWARANCJI

1. Reklamacji i gwarancji podlegają wyłącznie wady ukryte powstałe z winy producenta.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
 - ważnej czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczętką sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy,
 - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży,
 - reklamowanego towaru lub wadliwej części.W przypadku zakupu na odległość, karta gwarancyjna jest ważna wyłącznie na podstawie dokumentu zakupu (paragon / faktura).
3. Reklamacja zostanie rozpatrzona w terminie do 14 dni od momentu zgłoszenia wady przez Klienta.
4. Wady fabryczne i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do sklepu lub serwisu.
5. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres realizacji naprawy gwarancyjnej może się wydłużyć o czas niezbędny do jej sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 40 dni.
6. Gwarancją nie są objęte:
 - uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
 - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania, niewłaściwego montażu i konserwacji,
 - uszkodzenia i zużycie elementów eksploatacyjnych takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska, tapicerka.
 - czynności związane z montażem, konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
7. Gwarancja nie ma zastosowania w następujących przypadkach:
 - upływu terminu ważności,
 - dokonania przez klienta samodzielnych napraw i modyfikacji z użyciem nieoryginalnych części,
 - gdy powstała wada wynika z nieprawidłowej instalacji lub na skutek nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji opisanych w instrukcji obsługi,
 - użytkowania innego niż użytkowanie domowe,
 - uszkodzeń powstałych w transporcie.
8. Duplikaty karty gwarancyjnej nie będą wydawane.
9. W ramach gwarancji klient ma prawo żądać następujących rodzajów świadczonego bezpłatnie zadośćuczynienia:
 - naprawy produktu,
 - wymiany produktu,
 - obniżenia ceny,
 - rozwiązania umowy i pełnego zwrotu poniesionych kosztów.
10. W celu zgłoszenia reklamacji należy:
 - a) Przedstawić produkt lub jego część, której dotyczy gwarancja.
 - b) Dowód zakupu określający nazwę i adres sprzedającego, datę i miejsce zakupu, rodzaj produktu lub ważną kartę gwarancyjną z pieczętką sklepu.
 - c) W przypadku dostarczenia brudnego produktu serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
11. W przypadku pozytywnego rozpatrzenia reklamacji sprzęt zostanie naprawiony lub wymieniony na nowy lub zostaną klientowi zwrócone pieniądze. Koszty transportu towaru do klienta pokrywa serwis producenta.
12. W przypadku odrzucenia reklamacji gwarancyjnej, klient otrzyma szczegółowe uzasadnienie podjętej decyzji oraz w terminie do 14 dni od momentu przekazania decyzji, sprzęt zostanie odesłany do klienta na jego koszt.

KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu	
Kod EAN	
Data sprzedaży	

(Pieczęć i podpis sprzedawcy)
(Nie dotyczy w przypadku zakupu na odległość. Patrz Warunki gwarancji pkt.2)

Informacja dotycząca zakupionego sprzętu wprowadzonego na terytorium kraju przez Morele.net Sp. z o.o., Kraków, Fabryczna 20A.

Masa sprzętu umieszczona jest na opakowaniu. Przekazanie zużytego sprzętu do punktu zbierania odpadów zapobiega potencjalnym złym wpływom na środowisko oraz zdrowie ludzi, jakie mogą następować w przypadku niewłaściwego gospodarowania odpadami.



Sprzęt przeznaczony jest do użytku domowego.
Komputer posiada certyfikaty CE oraz RoHS.
Komputer spełnia normę EN957.

SPRZĘT NIE JEST PRZEZNACZONY DO UŻYTKOWANIA KOMERCYJNEGO ANI DO CELÓW WYCZYNOWYCH. UŻYTKOWANIE NIEZGODNE Z PRZEZNACZENIEM PRODUKTU ORAZ WARUNKAMI GWARANCJI POWODUJE JEJ UTRATĘ.



Produkt dostarczany jest w opakowaniu. Opakowania są surowcami nieprzetworzonymi i mogą być poddane recyklingowi. Segreguj materiały i wyrzucaj je odpowiednio wg rodzaju. Dbajmy razem o środowisko!

CENTRUM SERWISOWE

Wiejska 166, 41-216 Sosnowiec

PRODUCENT

Morele.net Sp. z o.o.
Fabryczna 20A, 31-553 Kraków
NIP: 9451972201, KRS: 0000390511
Wyprodukowano w Chinach

Dear user,
please, read the manual before assembling and using the device for the first time. The manual contains important safety, operational, and maintenance information. Keep it for future reference related to the maintenance or ordering spare parts.

TECHNICAL DATA

Power	2 AAA batteries
Weight	35 kg
Operating temperature	0°C to +40°C
Storage temperature	-10°C to +60°C
Maximum user weight	120 kg
Class	H
Accuracy class	C
Speed	0,0-99,9 km/h
Product standard (primary)	EN 20957-1:2013
Intended use	Multifunction device for home use

SAFETY

CAUTION! The device may be used solely for its intended purpose that is as a training device for adults.

Any other use may be dangerous. The manufacturer accepts no liability for any damage caused by the misuse of the device.

- The device has been designed and produced using the latest safety findings. Hazardous elements that can potentially cause injury were eliminated or secured.
- Do not attempt to repair or modify the product yourself.
- Check bolt, screw, and nut tightness once every month or two months.
- To ensure long-term safety, have the device checked and serviced regularly (once a year) by a professional point of sale.
- Any modifications not described in the manual may cause damage or pose a direct threat to the health and life of the user. The device may be modified solely by employees of manufacturer's technical service or persons trained by the service.
- All devices are part of our innovative development process in order to guarantee high quality. The manufacturer reserves the right to introduce technical modifications.
- Any questions or doubts regarding the device can be handled by an expert point of sale.

CAUTION! Inform any bystanders about the hazards occurring when the device is used. Be extremely cautious when children are around.

CAUTION! Before starting a training consult a doctor to make sure it will be safe for you to use the device. You can develop a training plan with an expert. Inappropriate training programme or excessive exercise may pose a hazard to your health and life.

WARNING! Heart rate monitoring systems may be inaccurate. Over-exercising may result in serious injury or death. If you feel faint, stop exercising immediately.

CAUTION! Strictly follow the training recommendations in the manual.

- When choosing the training location take into account safe distances to any potential obstacles. Do not place the device near paths or traffic (roads, gates, passages, etc.).

- Do not use the product close to a wall. The safety zone is 2000 mm long and not narrower than the device.

CAUTION! Be careful during the assembly and do not let children near the assembly area. They may ingest small parts used during the assembly (nuts, bolts, etc.).

RESIDUAL RISK

- Only 13 out of over 230 causes are ‘generally acceptable’ following risk controls.
- If no fall safeguard is applied or it is applied incorrectly, there is a residual risk of falling resulting in skin abrasions, bruises, bone fractures, or even death.
- There is a residual risk of unintended over-exercising caused by incorrect operation or judgement, and also incorrect communication (due to electromagnetic interference, software error, etc.). Even the best software and equipment safeguards cannot prevent software or equipment errors, which can, in theory, cause over-exercise.
- The product is an electric device. Therefore, electric shock, potentially leading to death, is possible.
- The residual risk of suffocation cannot be prevented.
- It can be mitigated by following safety information in the operating manual.
- Unintended or prohibited use may cause other risks not specified here. The specified risk may have been estimated incorrectly.

The risk analysis assessment has been performed on the device ‘as is’. The product assessment and control intricate that the probability of unacceptable risk is very low. The device (its design, operation, and use) does not cause unreasonable risk for the user or third parties under normal circumstances.

TRANSPORT PACKAGING HANDLING MARKS

	This side up. Do not tip over.
	Fragile. Prone to damage. Proceed with caution.
	Handle with care.
	Protect from humidity.
	Recyclable packaging.
	Attention, heavy product.

OPERATION

Make sure the device has been assembled correctly before starting the training.

- Before your first training, get familiar with all the functions and adjustments available for the device.
- Some parts of the device may corrode. It is, therefore, inadvisable to leave the device in a room with a high moisture content. Take care not to allow the device (in particular internal and electronic components) to be exposed to water, beverages, sweat, etc.
- The device is intended for adult training and is NOT a toy. If you allow children to use it at your own discretion, you must provide them with instructions of appropriate use and ensure constant supervision.
- This is not a therapeutic device.
- Slight humming noise may be heard during operation due to the inertial movement of the flywheel caused by the structure. It does not affect the operation of the device. For exercise bikes and elliptical trainers, any possible humming noises heard when rotating the pedals backwards occur for technical reasons and have no negative consequences.
- Noise emissions are greater when loaded.
- Before each training, make sure the protective devices are operational and bolt and plug connections are tight.
- Wear appropriate (sports) shoes during the training.

ASSEMBLY

The device must be assembled carefully by an adult. In case of doubt, ask a more experienced person for help.

- Prior to the assembly, make sure the set contains all the listed elements and whether none of the parts was damaged during transport. If any parts are missing or you have any other reservations, contact the seller.
- Have a look at the drawings and explanations and follow the assembly manual when assembling the device.
- Be careful during the assembly. There is a risk of injury when using the tools and parts.
- Remember to keep your surroundings safe. Do not let tools and parts lie around in chaos. Remember that plastic foil and bags pose a suffocation risk to small children.
- Assembly parts necessary for a specific step in the assembly manual are shown in pictures and included in instructions. Use the elements indicated in the assembly manual.
- Do not tighten parts completely during the first stages of the assembly. Tighten connections after all parts are placed and fitted properly.
- The manufacturer may have assembled some parts.

CAUTION! Use of spare parts other than those produced by the manufacturer voids the warranty. Parts from other suppliers may be used for repairs after the warranty period.

REPLACING BATTERIES

Poor display view or no information displayed at all means the batteries need to be replaced.

Remove the battery cover and replace the old batteries with two new ones. When replacing the batteries, respect the '+' and '-' polarities. If the display does not operate correctly after a restart, remove the batteries for a few minutes and insert them back.



CAUTION! Used batteries are out of the scope of the warranty. They contain harmful substances (such as cadmium, mercury, or lead) and should not be thrown away with household waste. Dispose of them in an appropriate battery recycling centre.

ENVIRONMENT

The device is delivered in a package to protect it against any possible transport damage. The packaging is made from non-processed material and can be recycled. Throw the materials to appropriate colour containers for selective waste collection.

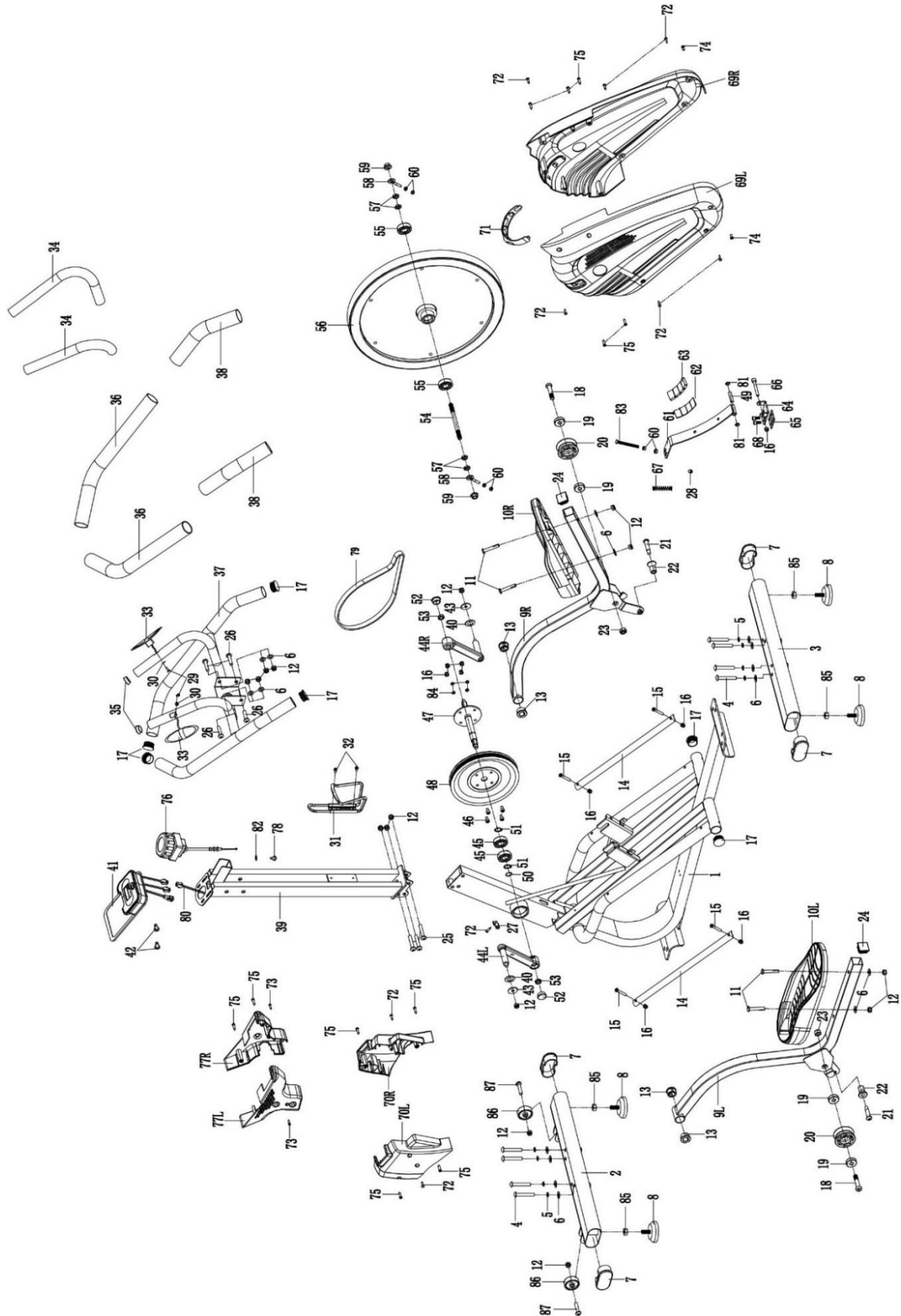


Protect the environment and do not throw used batteries into household wastes. Return them to the point of sale or a special recycling centre.

Used electrical equipment (including the computer and power supply) are recyclable. Do not throw them out with household waste as they may contain substances dangerous to the health and environment. You can actively contribute to sustainable use of natural resources and the protection of the natural environment by handing the used device to a recycling centre for used electrical devices.

ASSEMBLY DIAGRAM

ATTENTION! Do not use parts other than those provided by the manufacturer.



PARTS LIST

No.	Description	Quantity
1	Main frame	1
2	Front base	1
3	Rear base	1
4	Screw M8*55	8
5	Spring washer D8	8
6	Washer D8	16
7	Foot cap	4
8	Foot adjustment cap	4
9L/R	L/R pedal bracket	2
10L/R	L/R pedal	2
11	Bolt M8*50	4
12	Nylon nut M8	15
13	Axle cover	4
14	Handling beam	2
15	Screw M6*45	4
16	Nylon nut M6	9
17	Round tube cap	6
18	Screw M10*50	2
19	Axle 6200RS	4
20	Handling wheel	2
21	Bolt M8*12*Φ10*32	2
22	Secondary wheel	2
23	Nylon nut M10	2
24	Square cap	2
25	Screw M8*48	3
26	Screw M8*35	4
27	Sensor socket	1
28	Anti-tube cap	1
29	Screw 4.2*18	2
30	Flat washer D5	2
31	Bottle holder	1
32	Screw M5*10	2
33	Heart rate sensor	2
34	Foam	2
35	Grip tube cap	2
36	Foam	2
37	Handlebar	1
38	Foam	2
39	Handlebar bracket	1
40	Washer D16	2
41	Display	1
42	Screw M5*10	2
43	Washer D8*Φ28*2	2
44L/R	L/R chainset	2

No.	Description	Quantity
45	Axle 6203ZZ	2
46	Screw M6*15	4
47	Central axle	1
48	Pulley	1
49	Internal brake tube	1
50	Washer Φ21*Φ17.5*0.3	1
51	Snap ting D17	2
52	Chainset cover	2
53	Nut M10*1.25	2
54	Flywheel axle	1
55	Axle 6000RS	2
56	Flywheel	1
57	Nut M10	4
58	Chain bolt	2
59	Nut M10*1	2
60	Nut M6	6
61	Brake support	1
62	Metal magnetic plate	1
63	Magnet	4
64	Brake mount	1
65	Brake damper washer	1
66	Screw M6*50	1
67	Spring	1
68	Screw M5*12	2
69L/R	L/R chain cover	2
70L/R	L/R lower cover	2
71	Trim	1
72	Screw ST4.2*20	9
73	Screw M410	2
74	Screw M5*10	2
75	Screw ST4.2*20	11
76	Resistance adjustment	1
77L/R	L/R upper cover	2
78	Screw M5*20	1
79	Belt	1
80	RPM sensor	1
81	Washer Φ8.5*Φ19*2	2
82	Washer D5	1
83	Bolt M6*70	1
84	Spring washer D6	4
85	Cap M10	4
86	Handling wheel	2
87	Screw M8*38	2

ASSEMBLY MANUAL

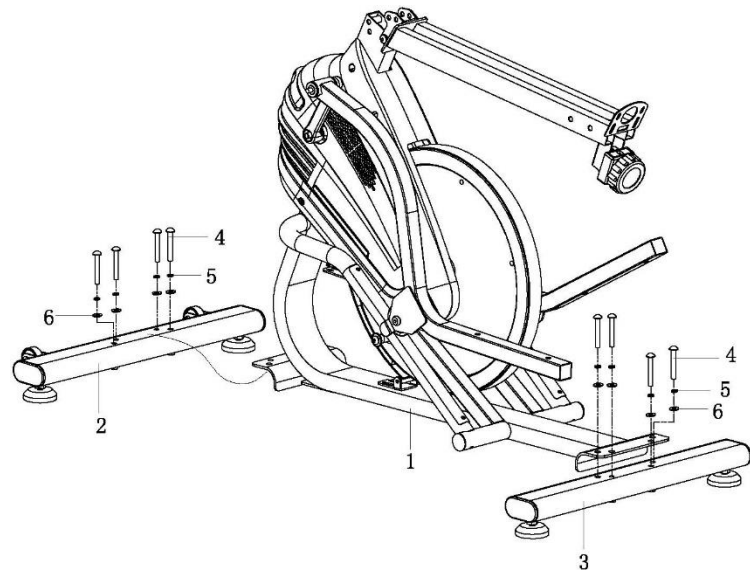
CAUTION! Follow the steps below during the assembly and use tools supplied with the product.

Prepare sufficient space for the assembly operation.

It is advisable to assemble the product with another person because of the weight of some elements.

1. Install the front and rear base

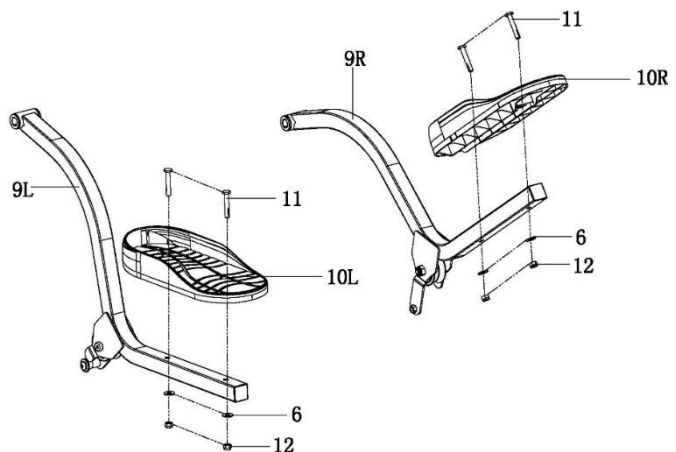
Fix the front (2) and rear base (3) to the main frame (1) using screws (4), spring washers (5), and washers (6).



2. Install the right and left pedal

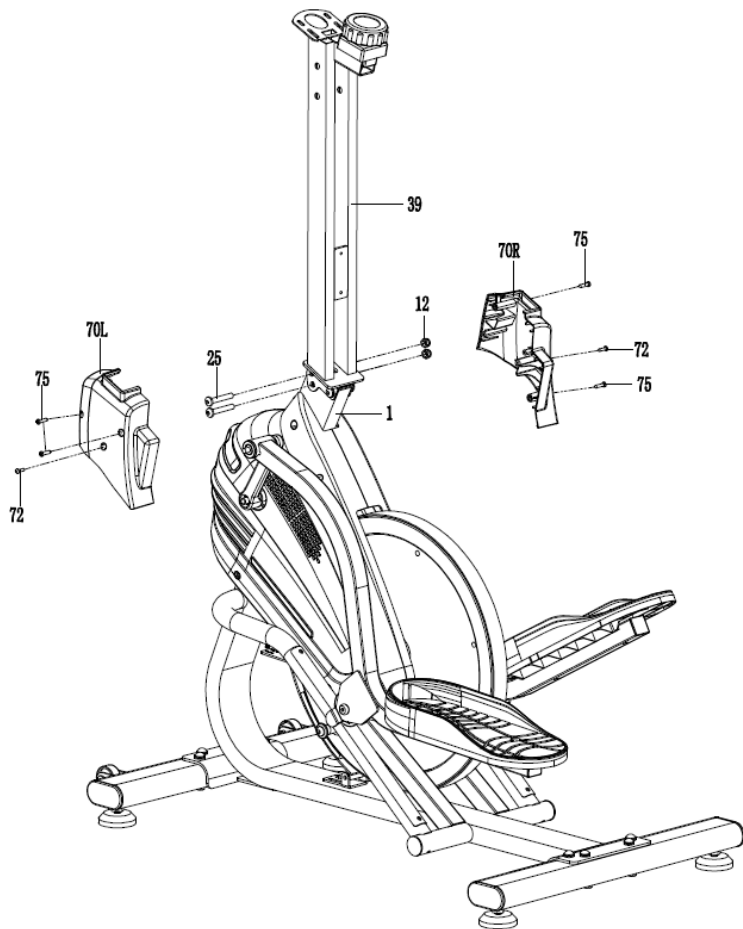
Screw the left and right pedal (10L/R) to the left and right pedal bracket, respectively (9L/R) with bolts (11), washers (6), and nylon nuts (12).

NOTE! The left pedal is marked 'L', and the right pedal is marked 'R'.



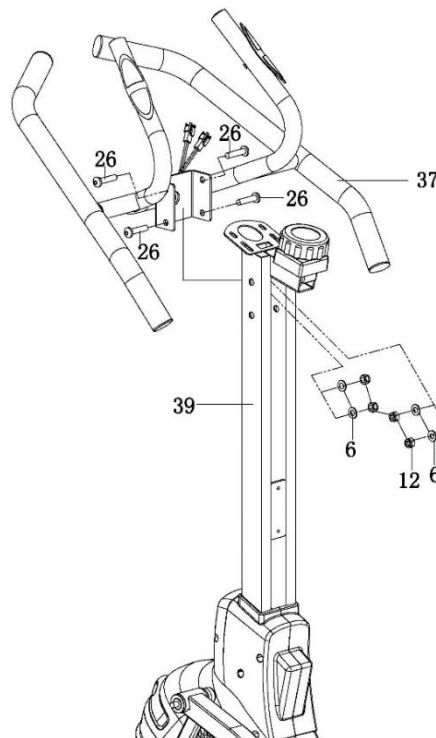
3. Install the handlebar bracket

Fix the handlebar bracket (39) to the main frame (1) with screws (25), washers (6), and nylon nuts (12). Then fix the left and right lower cover (70L/R) to the main frame (1) with screws (72) and screws (75) as shown.



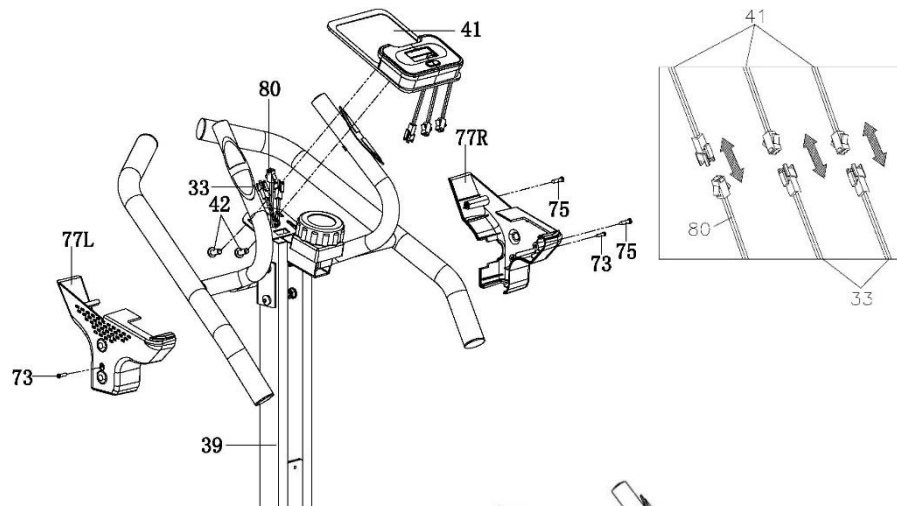
4. Install the handlebar

Fix the handlebar (37) to the handlebar bracket (39) with screws (26), washers (6), and nylon nuts (12).



5. Install the computer

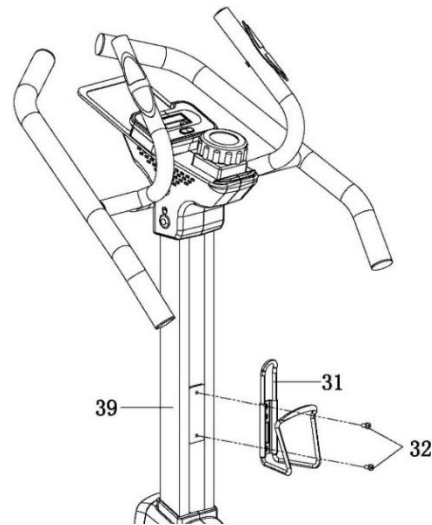
Connect the RPM sensor cable (80) and two heart rate sensor cables (33) to the display cables (41). Fix the display (41) to the display socket on the handlebar bracket (39) with screws (42).



Next, fix the left and right upper cover (77L/R) to the handlebar bracket (39) with screws (73) and screws (75) as shown.

6. Install the bottle holder

Fix the bottle holder (31) to the handlebar bracket (39) with screws (32).



Congratulations!

You have assembled multifunction device!

Read the manual carefully before using the device.

ADJUSTMENTS

Resistance adjustment

In order to increase the resistance, turn the resistance knob clockwise. In order to decrease the resistance, turn the resistance knob counterclockwise.

MAINTENANCE

Carry out maintenance activities at regular intervals. The tasks listed below should be carried out at least every 20 hours of operation.

- Check moving parts of the device. If they need lubrication, use a bicycle bearing grease.
- Check the conditions of such parts as bolts and nuts. Make sure they are tight.
- Wipe the sweat off the device after each training. Make sure the display does not come in contact with water or moisture.
- Clean the product with soapy water only. Do not use cleaning agents.
- Store the device in a dry and warm place.
- Do not expose the device to direct sunlight.

TRAINING AND PHASES

The use of the device is very beneficial. It will improve your physical condition, strengthen your muscles, and when combined with the right diet, it will help burn excess fat tissue.

1. WARM-UP

This phase improves blood circulation in the whole body and prepares the muscles for intensive work. It reduces the risk of cramps and injuries. It is advisable to do some stretching exercises as shown below. If you feel pain, stop exercising or reduce the extent of the move.

STRETCHING EXERCISES:

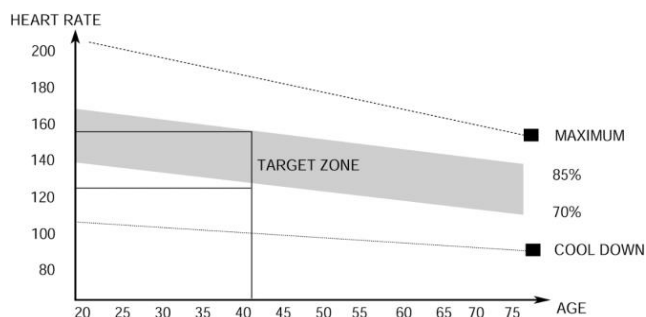
- **STRETCHING INNER THIGH MUSCLES**
Sit on a flat surface with your legs bent and knees pointing outwards. Put feet soles together and get them as close to you as possible. Slightly push the knees downwards and hold for 15 seconds.
- **THIGH STRETCHING**
Sit on a flat surface. Straighten the right leg and press the sole of the left foot against the thigh. Stretch your right arm towards the toes of the right leg as far as possible. Hold for 15 seconds. Repeat for the left leg.
- **HEAD SIDE-TO-SIDE**
Keep your head straight looking forwards. Keep your shoulders still, and rotate the head right. Return your head so that you are looking straight. Next, rotate it left and back to the starting point.
- **SHOULDERS UP-AND-DOWN**
Lift the left hand as high as possible and hold for a few seconds. Repeat for the right hand.
- **ACHILLES TENDON STRETCHING**
Stand facing a wall. Extend the left foot forward and bend the knee a little. Keep your right leg straight and back, with the heel on the ground. Keep both heels flat on the ground and push your hips towards the wall. Hold for 30 seconds. Repeat with the right leg extended. Remember not to arch your back during the exercise.
- **BENDS**
Stand up with your legs together. Bend forwards trying to get your chest as close to the knees as possible. Hold for 15 seconds. Remember not to bend the knees.

2. EXERCISE PHASE

This is the exercise proper. Maintain your own pace to reach the heart rate appropriate for your age as shown in the chart below.

3. RELAXATION PHASE

This phase helps steady the circulation and relax the muscles. It is identical to the warm-up phase. Remember not to strain your muscles.



COMPUTER MANUAL

Remove the safety film from the display before use.

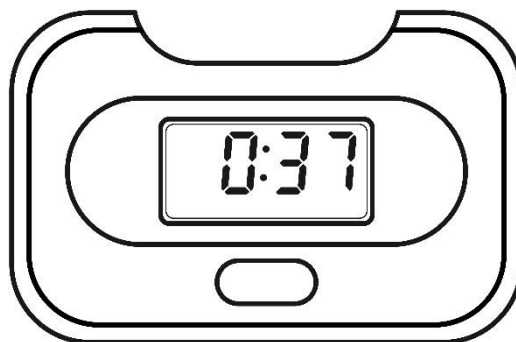
COMPUTER (MODEL)

MMS01-GRN

AUTO ON/OFF

The computer is switched on when the flywheel moves or any button is pressed. The display shows an up arrow.

The computer is switched off after four minutes of inactivity.



BUTTONS

- **MODE/SET** – selects a programme.
Keep it down for 3 seconds to reset all values (total reset).

FUNCTIONS (SPECIFICATION)

SCAN	Displays all measured training parameters in a cycle.	every 6 seconds
TIME	Total exercise duration, from the start to the end.	00:00-99:59 min
SPEED	Displays the current speed.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Total distance from the start to the end of the exercise.	0,0-99,99 km
CALORIES	Total calories burnt from the start to the end of the exercise. (The measurement is an approximation for comparing training sessions. Do not use for medical purposes).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Total distance from battery installation.	0-999,9 km
PULSE	Displays the current heart rate.	40-240 BPM

SCAN

Press and hold **MODE** until SCAN is displayed. The display shows time, speed, distance, calories, total distance (ODO), and heart rate in a cycle.

PULSE RATE

ATTENTION! The heart rate is measured for sports purposes only (not for medical use).

- Press **MODE** until the display shows PULSE.
- Put both your hands on the heart rate sensors on the handlebar. During the measurement, the computer displays a heart icon.
- The computer displays the current heart rate after three to four seconds.

TROUBLESHOOTING

CAUTION! Opening the housing of the device without a prior contact with a manufacturer's service voids the warranty. If you suspect a failure that requires the housing to be opened, contact manufacturer's service.

Error description	Possible causes	Solution
The device rocks to sides	The device was placed on an uneven surface. There is an object disrupting the balance under the base of the device.	Place the device on an even surface. Remove the object that upsets the balance.
	The bases have not be assembled correctly.	Assembly the bases correctly. Level the caps on the rear base.
	Caps on the base have not been installed and levelled correctly.	Assembly the rear base correctly. Level the caps on the rear base.
The handlebar sway	Bolts of handlebar post have not been tightened.	Tighten the bolts of the handlebar post.
Noise during use	Incorrectly tightened elements.	Contact the manufacturer's service.
	Slight humming noise may be heard during operation due to the inertial movement of the flywheel caused by the nature of the structure. It does not affect the operation of the device. Any possible humming noises heard when rotating the pedals backwards occur for technical reasons and have no negative consequences.	
Noise and uneven operation	Bearings damaged.	Contact the manufacturer's service.
Lack of appropriate resistance during training	Resistance adjustment cable connected incorrectly.	Connect the cable correctly as per the assembly manual.
	Drive belt loose.	Contact the manufacturer's service.
	The distance between the flywheel and the magnets increased.	Contact the manufacturer's service.
	Voltage regulator damaged.	Contact the customer service of the manufacturer's service.

WARRANTY

On behalf of the Warrantor, the seller grants a 24-month warranty in the territory of the Republic of Poland starting on the date of sale. The warranty for the product does not exclude, limit, or suspend any rights of the Buyer under the Consumer Rights Act.

WARRANTY TERMS AND CONDITIONS

1. The warranty covers only latent defects attributable to the manufacturer.
2. The claim shall be processed by the point of sale or technical service under the warranty if the customer produces:
 - a valid and clear warranty card filled in properly with a sale stamp and signature of the seller,
 - a valid proof of purchase with the date of sale,
 - the reported product or defective part.In the case of a remote purchase, the warranty card is valid solely with a proof of purchase (receipt/invoice).
3. The claim is resolved within 14 days of the report by the Customer.
4. Manufacturing defects identified in the warranty period shall be repaired free of charge within 21 days following the delivery of the product to the point of sale or technical service.
5. If it is necessary to import parts for the repair, the warranty repair period may be extended by the time necessary to import the part, not longer than by 40 days.
6. Warranty exclusions:
 - mechanical damage and related defects,
 - damage and defects resulting from misuse and inappropriate storage, assembly, and maintenance,
 - damage and wear of such consumable elements as cables, belts, rubber elements, pedals, foam grips, wheels, bearings, and upholstery,
 - activities related to the assembly or maintenance that are user's obligation in accordance with the manual.
7. The warranty shall not apply when:
 - it is past its validity period,
 - the customer had repaired or modified the product using non-genuine parts,
 - the defect resulted from incorrect installation or a failure to follow the rules of correct operation in accordance with the manual,
 - the product is used for purposes other than household use,
 - damage occurred during transport.
8. No duplicates of the warranty card are issued.
9. The customer is entitled to the following compensation free of charge:
 - product repair,
 - product replacement,
 - reduced price,
 - termination of a contract and full cost compensation.
10. To report a claim:
 - a) Present the product or its reported part.
 - b) Present the proof of purchase with the name and address of the seller, date and place of purchase, type of product, or a valid warranty card with a stamp of the point of sale.
 - c) If the product is delivered dirty, the technical service may refuse to accept it or clean it at customer's cost following their written approval.
11. If the claim is accepted, the device is repaired or replaced with a new one, or the customer is reimbursed. Transport cost from the service to the customer is covered by a manufacturer's service.
12. If the claim is rejected, the customer is provided with a detailed justification for the decision and the equipment is sent to them at their cost within 14 days following the provision of the decision.

WARRANTY CARD

Product name	
EAN code	
Date of sale	

(Stamp and signature of the seller)
 (Not applicable to remote purchases. See Warranty Terms and Conditions, section 2)

Information about the purchased equipment imported by Morele.net Sp. z o.o., Kraków, Fabryczna 20A.

Equipment weight on the package. Bring the used equipment to the recycling centre to prevent potential adverse environmental and health effect of incorrect waste management.



Household use only.
 The computer is CE- and RoHS-certified.
 The computer conforms to the EN957 standard.

THE EQUIPMENT IS NOT INTENDED FOR COMMERCIAL OR COMPETITIVE USE. ANY USE AT VARIANCE WITH THE INTENDED USE AND TERMS AND CONDITIONS OF WARRANTY VOID THE WARRANTY.



The product is delivered in a package. The packaging is made from non-processed material and can be recycled.
 Segregate the materials and throw them into appropriate containers.
 Let's protect the environment together!

TECHNICAL SERVICE CENTRE

Wiejska 166, 41-216 Sosnowiec,
 Poland

MANUFACTURER

Morele.net Sp. z o.o.
 Fabryczna 20A, 31-553 Kraków
 TAX ID: 9451972201, National Court Register:
 0000390511
 Made in China

Lieber Nutzer,

lesen Sie bitte vor Beginn der Montage und der ersten Nutzung des Geräts diese Bedienungsanleitung. Diese Bedienungsanleitung enthält wichtige Informationen zu der Sicherheit des Nutzers und der Wartung des Trainingsgeräts. Bewahren Sie sie auf, um auf die Informationen zur der Wartung zurückgreifen zu können oder Ersatzteile zu bestellen.

TECHNISCHE DATEN

Stromversorgung	2 AAA-Batterien
Gewicht	35 kg
Betriebstemperatur	0 °C bis +40 °C
Lagertemperatur	-10 °C bis +60 °C
Maximales Benutzergewicht	120 kg
Anwendungsklasse	Klasse H
Genauigkeitsklasse	Klasse C
Geschwindigkeit	0,0-99,9 km/h
Produktnorm (Hauptnorm)	EN 20957-1:2013
Verwendungszweck	Multifunktionsgerät für den Heimgebrauch

SICHERHEIT

ACHTUNG! Das Trainingsgerät darf nur für den gestimmungsgemäßen Gebrauch verwendet werden, d. h. für das Training von erwachsenen Personen. Jegliche anderen Verwendung des Geräts können zu Gefahren führen. Der Hersteller kann nicht für Schäden haftbar gemacht werden, die durch den unsachgemäßen Gebrauch des Geräts verursacht wurden.

- Das Gerät wurde nach den neuesten Erkenntnissen auf dem Gebiet der Sicherheit entwickelt und konstruiert. Gefährliche Komponenten, die möglicherweise eine Gefahr für Verletzungen darstellen können, wurden beseitigt oder verhältnismäßig geschützt.
- Eigenständig vorgenommene Reparaturen und Änderungen sind unzulässig.
- Überprüfen Sie alle ein oder zwei Monate den korrekten Halt der Befestigungsschrauben, Schrauben und Muttern.
- Um die Sicherheit dauerhaft zu gewährleisten, muss das Gerät regelmäßig (d. h. einmal pro Jahr) in einem Fachhandel überprüft und gewartet werden.
- Alle Änderungen am Gerät, die nicht in diesem Handbuch beschrieben sind, können Schäden verursachen oder unmittelbar die Gesundheit und das Leben des Trainierenden gefährden. Änderungen am Gerät dürfen nur durch das Servicepersonal des Herstellers oder Personen vorgenommen werden, die durch den Hersteller in diesem Bereich geschult worden sind.
- Alle Trainingsgeräte werden stetig weiterentwickelt, um Ihnen eine hohe Qualität gewährleisten zu können. Aus diesem Grund behält sich der Hersteller das Recht vor, technische Änderungen vorzunehmen.
- Bei Fragen oder Zweifel in Bezug auf das Gerät wenden Sie sich bitte an einen Fachhandel.

ACHTUNG! Personen, die sich während der Nutzung des Geräts in der Nähe aufhalten, müssen vor den möglichen Gefahren gewarnt werden. Seien Sie besonders vorsichtig in Gegenwart von Kindern.

ACHTUNG! Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen, um sicherzustellen, dass keine medizinischen Kontraindikationen für das Training auf dem Gerät vorhanden sind. Basierend auf der Bewertung eines Experten können Sie Ihren Trainingsplan aufstellen. Ein falsch ausgewähltes Trainingsprogramm sowie eine übermäßige Belastung des Körpers können für Ihre Gesundheit und Ihr Leben gefährlich sein.

WARNUNG! Puls-Überwachungssysteme sind möglicherweise ungenau. Eine Übermüdung während des Trainings kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tode führen. Wenn Sie sich schwach fühlen, sollten Sie das Training sofort abbrechen.

ACHTUNG! Befolgen Sie stets die Trainingsanweisungen, die in dieser Bedienungsanleitung enthalten sind.

- Berücksichtigen Sie bei der Auswahl des Trainingsortes die Sicherheitsabstände von möglichen Hindernissen. Stellen Sie das Gerät nicht in der Nähe von Verkehrswegen (Straßen, Tore, Passagen usw.) auf.
- Es ist verboten, das Gerät in naher Entfernung zu Wänden zu benutzen. Die Sicherheitszone beträgt 2000 mm und mindestens die Breite des Geräts.

ACHTUNG! Gehen Sie bei der Montage des Geräts mit Vorsicht vor und achten Sie darauf, dass sich keine Kinder in der Nähe aufhalten. Bei der Montage werden kleine Teile (Muttern, Schrauben usw.) verwendet, die von ihnen verschluckt werden können.

RESTRISIKO

- Nach der Einschränkung des Risikos gehören nur 13 von über 230 Ursachen zu den „allgemein akzeptierten“.
- In der Situation, wenn der Schutz gegen Sturz nicht angewandt oder unsachgemäß angewandt wird, besteht ein Restrisiko, also der Sturz der Person, der zu Schürfwunden auf der Haut, Blutergüssen, Knochenbrüchen oder im schlimmsten Fall zum Tode führen kann.
- Es besteht das Restrisiko der unbeabsichtigten Überlastung der trainierenden Person, verursacht durch die unsachgemäße Bedienung oder falsche Einschätzung, sowie falsche Datenübertragung (aufgrund von elektromagnetischen Störungen, Softwarefehler usw.). Sogar der beste Schutz der Software und des Geräts schließt Fehler von Software oder Gerät nicht aus, und kann theoretisch zu einer Überlastung der trainierenden Person führen.
- Das Produkt ist ein elektrisches Gerät, deshalb kann ein Stromschlag, der zum Tode führen kann, nicht ausgeschlossen werden.
- Das Restrisiko des Erstickens kann nicht ausgeschlossen werden.
- Das Risiko kann beschränkt werden, durch die Einhaltung der in der Bedienungsanleitung enthaltenen Sicherheitshinweise.
- Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass ein unbeabsichtigter oder unzulässiger Gebrauch zu einem anderen, nicht berücksichtigten Risiko führt, und ein berücksichtigtes Risiko falsch eingeschätzt wurde.

Bei der Risikoanalyse wurde die Bewertung auf Grundlage des „derzeitigen Gerätezustands“ vorgenommen. Aus der durchgeführten Bewertung und Kontrolle des Geräts folgt, dass die Wahrscheinlichkeit für das Auftreten eines unzulässigen Risikos sehr niedrig ist. Das Gerät (sein Aufbau, seine Funktionsweise und Anwendung) führen — unter normalen Bedingungen — zu keinem unbegründeten Risiko für die trainierende Person oder Dritte.

HANDHABUNGS-SYMBOLS AUF TRANSPORTVERPACKUNGEN



Diese Seite nach oben. Nicht umdrehen.



Achtung, zerbrechlich. Beschädigung möglich. Vorsicht ist geboten.



Vor Sturz schützen.



Vor Feuchtigkeit schützen.



Zum Recycling geeignete Verpackung.



Achtung schweres Produkt.

BEDIENUNG

Vergewissern Sie sich, bevor Sie mit dem Training beginnen, dass das Gerät ordnungsgemäß montiert ist.

- Machen Sie sich vor Beginn des ersten Trainings mit allen Funktionen und Einstellmöglichkeiten des Gerätes vertraut.
- Das Gerät verfügt über Bauteile, die anfällig gegen Korrosion sein können. Aus diesem Grund ist es nicht empfehlenswert, das Trainingsgerät in einem feuchten Raum aufzubewahren. Es sollte ebenfalls sichergestellt werden, dass das Gerät (insbesondere die internen und elektronischen Bauteile) nicht in Kontakt mit Wasser, Getränken, Schweiß usw. kommen.
- Das Gerät ist nur für das Training von erwachsenen Personen bestimmt und stellt absolut kein Spielzeug für Kinder dar. Falls Sie auf eigene Gefahr hin Kindern jedoch erlauben sollten, das Gerät zu benutzen, müssen sie unbedingt angewiesen werden, wie sie das Trainingsgerät richtig verwenden. Außerdem müssen Sie ununterbrochen beaufsichtigt werden.
- Das Gerät ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet.
- Während des Betriebs des Geräts kann es bei der Bewegung des Schwungrads zu einem leisen Rauschen kommen, was aus der Konstruktionsart resultiert. Diese Geräusche beeinträchtigen die Funktion des Gerätes jedoch nicht. Im Fall von Heimtrainern und Crosstrainern sind mögliche Geräusche, die beim Treten der Pedale entgegen dem Uhrzeigersinn zu hören sind, technisch bedingt und verursachen keine negativen Folgen.
- Die Lärmemission während der Belastung ist höher als ohne Belastung.
- Überprüfen Sie vor jedem Training die korrekte Einstellung der Sicherheitseinrichtungen sowie den festen Sitz der Schraub- und Steckverbindungen.
- Achten Sie darauf, dass Sie während des Trainings auf dem Gerät das richtige Schuhwerk (Sportschuhe) tragen.

MONTAGE

Die Montage des Geräts muss auf sorgfältige Weise durch einen Erwachsenen durchgeführt werden.

Falls Sie Zweifel haben, dann bitten Sie jemanden mit mehr Erfahrung in diesem Bereich um Hilfe.

- Stellen Sie vor Beginn der Montage sicher, dass der Gerätesatz alle Elemente aus der Stückliste enthält und dass keine Elemente während des Transports beschädigt wurden. Falls Artikel nicht vorhanden sind oder Sie Vorbehalte haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Händler.
- Machen Sie sich mit den Zeichnungen und Erläuterungen vertraut und führen Sie die Montage gemäß der in der Montageanleitung enthaltenen Schritte vor.
- Gehen Sie während der Montage mit Vorsicht vor. Bei der Nutzung von Werkzeugen und Bauteilen besteht eine Verletzungsgefahr.
- Denken Sie daran, eine sichere Umgebung zu bewahren. Achten Sie darauf, Werkzeuge und Montageteile nicht ungeordnet liegen zu lassen. Denken Sie daran, dass Kunststofffolien und -beutel eine Erstickungsgefahr für Kinder darstellen.
- Die Montageelemente, die benötigt werden, um den gegebenen Schritt der Montageanleitung auszuführen, sind in den Abbildungen und Erläuterungen dargestellt. Verwenden Sie die in der Montageanleitung angegebenen Teile.
- Ziehen Sie in den ersten Montagephasen die Teile nicht fest. Ziehen Sie sie fest, nachdem Sie alle eingesetzt haben und sicherstellen haben, dass sie richtig sitzen.
- Der Hersteller behält sich das Recht vor, einige Elemente vorzumontieren.

ACHTUNG! Die Montage von Ersatzteilen, die aus einer anderen Quelle bezogen wurden als dem Hersteller, führt zum Erlöschen der Garantie. Die Montage von Ersatzteilen, die aus einer anderen Quelle bezogen wurden, ist nach dem Ablauf der Gewährleistungsfrist zulässig.

BATTERIEWECHSEL

Falls die Informationen auf dem Trainingscomputer schlecht sichtbar sind oder nicht mehr angezeigt werden, bedeutet das, dass die Batterien ausgewechselt werden müssen.

Entfernen Sie die Batterieabdeckung und ersetzen Sie die alten durch zwei neue. Beachten Sie beim Einlegen in einen Batteriebehälter die Zeichen „+“ und „-“. Wenn der Trainingscomputer nach dem Neustart weiterhin nicht ordnungsgemäß funktioniert, entnehmen Sie die Batterien für einige Minuten und setzen Sie sie danach wieder ein.



ACHTUNG! Altbatterien fallen nicht unter die Garantie. Sie enthalten schädliche Substanzen (wie Cadmium, Quecksilber oder Blei) und dürfen daher nicht im Haushaltsabfall entsorgt werden. Entsorgen Sie sie an einen entsprechenden Sammelpunkt für Altbatterien.

UMWELT



Das Trainingsgerät wird zwecks Schutz vor eventuellen Beschädigungen während des Transports in einer Verpackung geliefert. Das Verpackungsmaterial besteht unverarbeiteten Rohstoffen und kann recycelt werden. Entsorgen Sie diese Materialien in den entsprechenden, farbigen Behältern zur getrennten Müllsammlung.

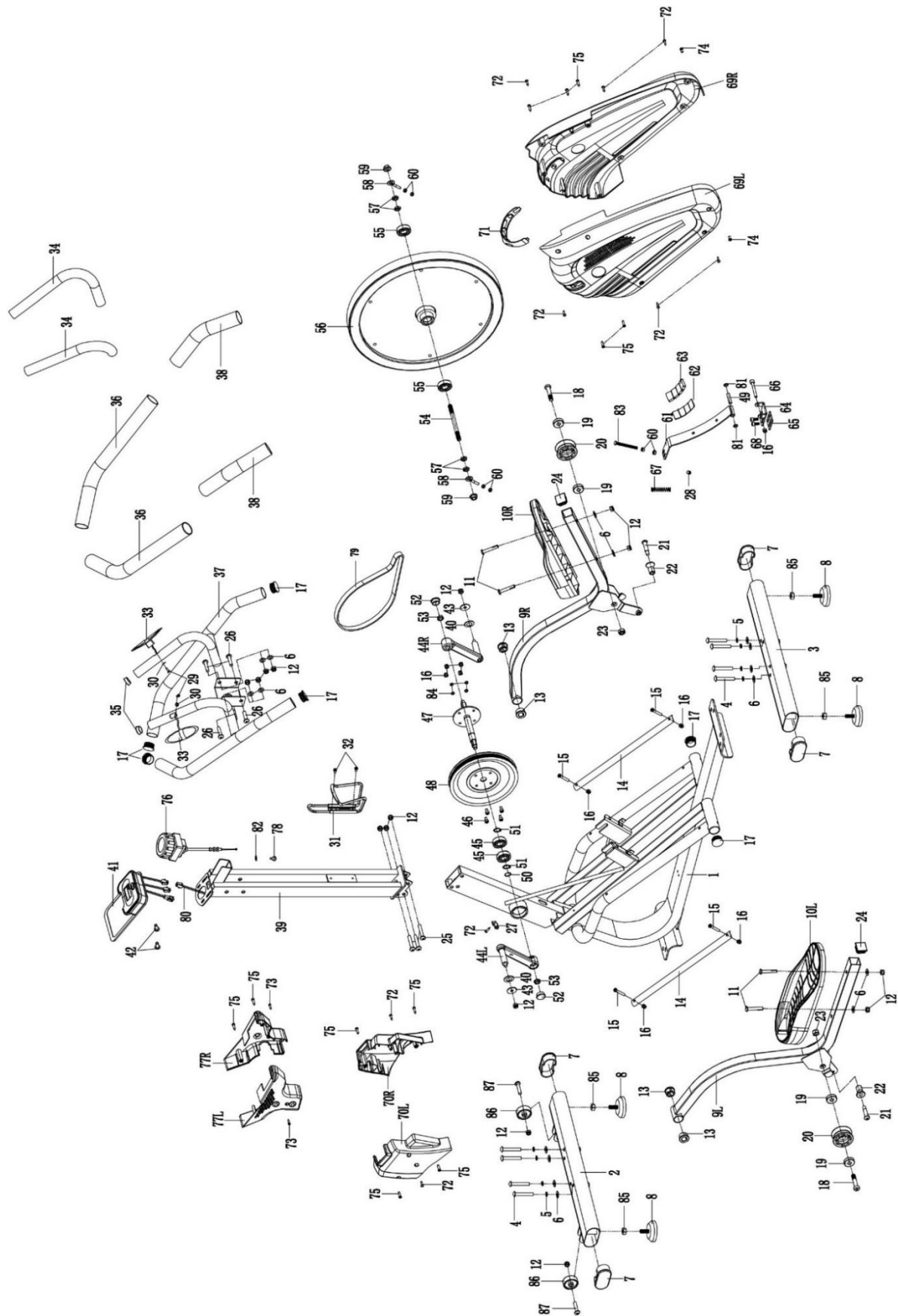


Schützen Sie die Umwelt und entsorgen Sie verbrauchte Batterien nicht im Hausmüll. Bringen Sie sie zum Kaufort zurück oder entsorgen Sie sie an einen separaten Sammelpunkt.

Elektroaltgeräte (einschließlich Zähler, Stromversorgung) sind sekundäre Rohstoffe - entsorgen Sie sie nicht im Hausmüll, da sie gesundheits- und umweltgefährdende Stoffe enthalten können. Wir bitten Sie um eine aktive Mithilfe beim sparsamen Umgang mit natürlichen Ressourcen und dem Schutz der natürlichen Umwelt, indem Sie das Altgerät zu einem Lagerpunkt für sekundäre Rohstoffe – Elektroaltgeräte bringen.

MONTAGESCHEMA

ACHTUNG! Es ist verboten, Teile zu verwenden, die aus anderen Quellen als vom Hersteller stammen.



TEILLISTE

Nr.	Beschreibung	Menge
1	Haupttrahmen	1
2	Vorderes Gestell	1
3	Hinteres Gestell	1
4	Schraube M8*55	8
5	Federscheibe D8	8
6	Unterlegscheibe D8	16
7	Fußaufsatz	4
8	Fußversteller-Aufsatz	4
9L/R	Pedalhalterung L/R	2
10L/R	Pedal L/R	2
11	Schraube M8*50	4
12	Nylonmutter M8	15
13	Achskappe	4
14	Fahrbalken	2
15	Schraube M6*45	4
16	Nylonmutter M6	9
17	Runder Rohraufsatz	6
18	Schraube M10*50	2
19	Achse 6200RS	4
20	Antriebsrad	2
21	Schraube M8*12*Φ10*32	2
22	Untergeordnetes Rad	2
23	Nylonmutter M10	2
24	Quadratischer Aufsatz	2
49	Inneres Bremsrohr	1
50	Unterlegscheibe Φ21*Φ17.5*0.3	1
51	Einrastring D17	2
52	Kurbelaufsatz	2
53	Mutter M10*1.25	2
54	Schwungradachse	1
55	Achse 6000RS	2
56	Schwungrad	1
57	Mutter M10	4
58	Kettenschraube	2
59	Mutter M10*1	2
60	Mutter M6	6
61	Bremshalterung	1
62	Magnetplatte aus Metall	1
63	Magnet	4
64	Bremshalterung	1
65	Bremsen-Stoßdämpfer-Unterlage	1
66	Schraube M6*50	1
67	Feder	1
68	Schraube M5*12	2

Nr.	Beschreibung	Menge
25	Schraube M8*48	3
26	Schraube M8*35	4
27	Sensorbuchse	1
28	Anti-Rohr-Kappe	1
29	Schraube 4.2*18	2
30	Flache Unterlegscheibe D5	2
31	Flaschenhalter	1
32	Schraube M5*10	2
33	Puls-Sensor	2
34	Schaumstoff	2
35	Aufsatz für das Griffrohr	2
36	Schaumstoff	2
37	Lenker	1
38	Schaumstoff	2
39	Lenkerstütze	1
40	Unterlegscheibe D16	2
41	Monitor	1
42	Schraube M5*10	2
43	Unterlegscheibe D8*Φ28*2	2
44L/R	Kurbel L/R	2
45	Achse 6203ZZ	2
46	Schraube M6*15	4
47	Mittelachse	1
48	Riemenscheibe	1
69L/R	Kettenschutz L/R	2
70L/R	Untere Abdeckung L/R	2
71	Zierstreifen	1
72	Schraube ST4.2*20	9
73	Schraube M4*10	2
74	Schraube M5*10	2
75	Schraube ST4.2*20	11
76	Widerstandsanpassung	1
77L/R	Obere Abdeckung L/R	2
78	Schraube M5*20	1
79	Riemen	1
80	Drehzahlsensor	1
81	Washer Unterlegscheibe Φ8.5*Φ19*2	2
82	Unterlegscheibe D5	1
83	Schraube M6*70	1
84	Federscheibe D6	4
85	Kappe M10	4
86	Transportrad	2
87	Schraube M8*38	2

MONTAGEANLEITUNG

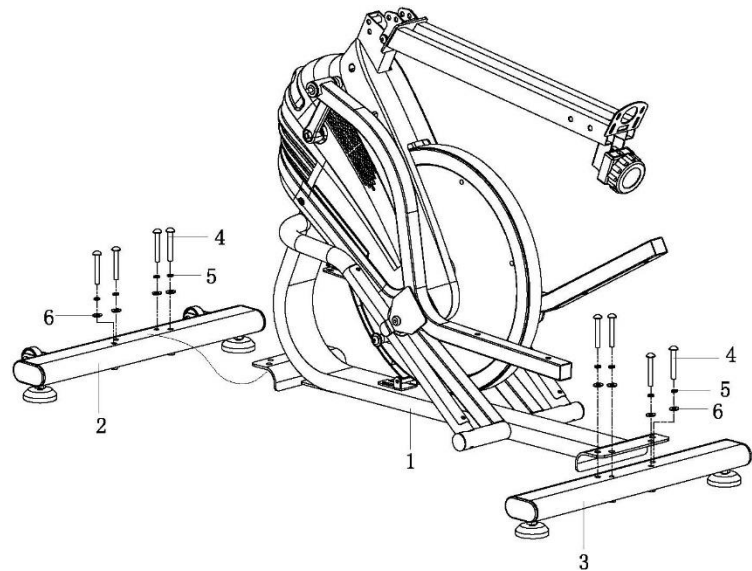
ACHTUNG! Befolgen Sie bei der Montage die unten angegebenen Schritte und verwenden Sie die dem Gerät beigelegten Werkzeuge.

Bereiten Sie genügend Platz für die Montage des Geräts vor.

Aufgrund des hohen Gewichts einiger Elemente wird empfohlen, die Montage mit zwei Personen durchzuführen.

1. Installieren Sie das vordere und hintere Gestell

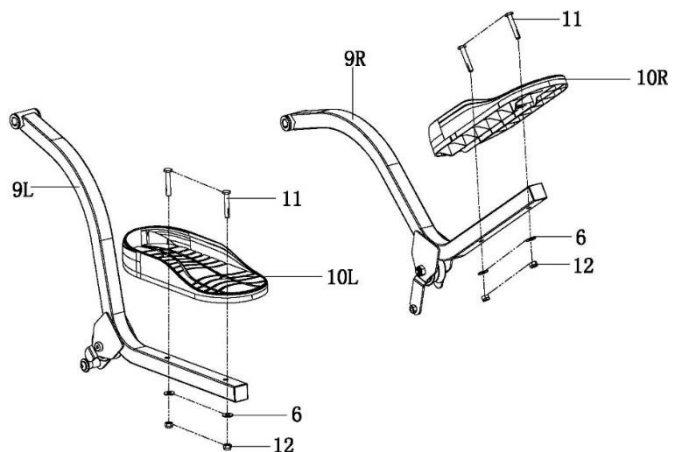
Das vordere (2) und hintere Gestell (3) mit den Schrauben (4), Federscheiben (5) und Unterlegscheiben (6) am Haupttrahmen (1) befestigen.



2. Installieren Sie das rechte und das linke Pedal

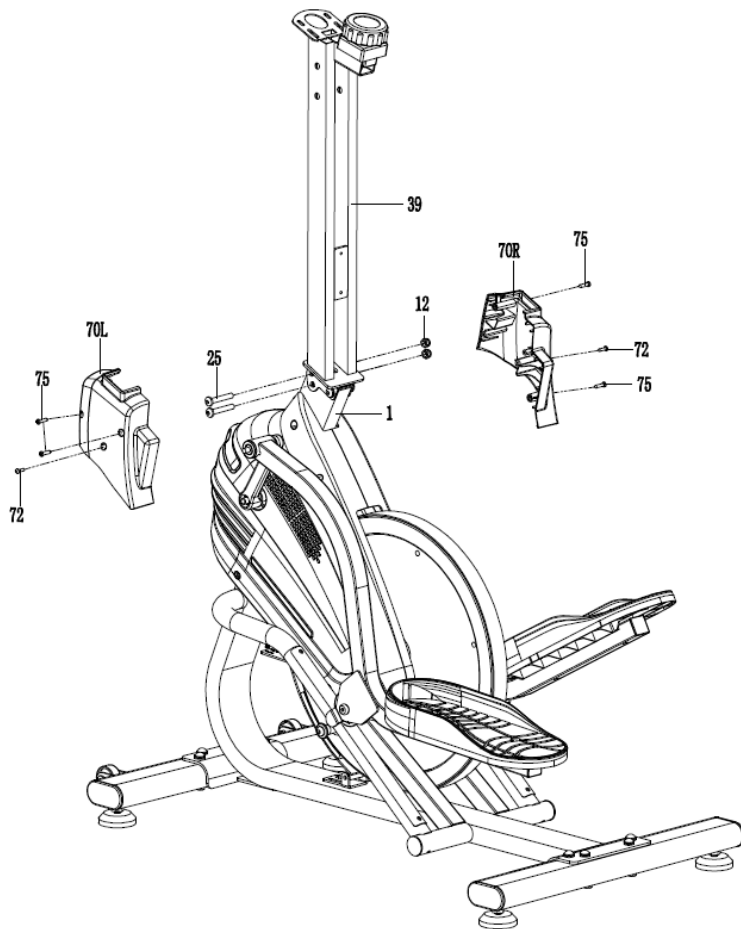
Schrauben Sie das linke und rechte Pedal (10L/R) mit den Schrauben (11), Unterlegscheiben (6) und Nylonmutter (12) an der linken und rechten Pedalhalterung (9L/R) fest.

ACHTUNG! Das linke und das rechte Pedal sind mit "R" für rechts und "L" für links gekennzeichnet.

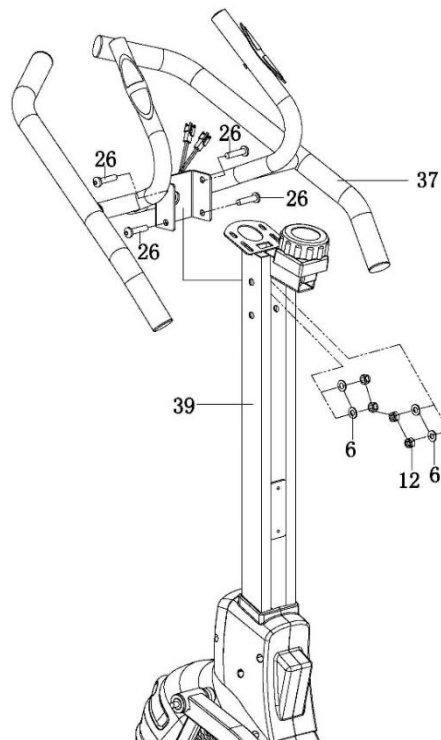


3. Installieren Sie die Lenkerhalterung

Schrauben Sie die Lenkerhalterung (39) mit Schrauben (25), Unterlegscheiben (6) und Nylonmutter (12) am Hauptrahmen (1) fest. Schrauben Sie dann die linke und rechte untere Abdeckung (70L/R) mit den Schrauben (72) und den Schrauben (75) gemäß der Abbildung am Hauptrahmen (1) fest.

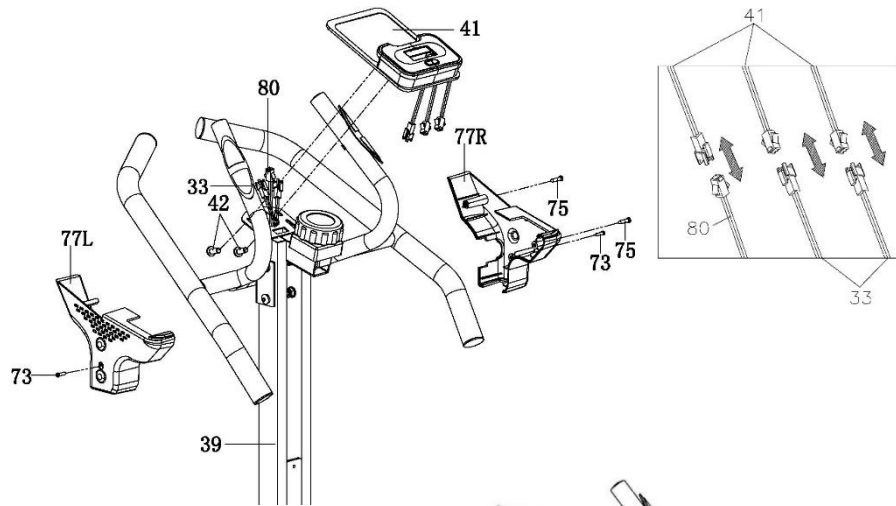


4. Montieren Sie das Lenkrad montieren Schrauben Sie den Lenker (37) mit Schrauben (26), Unterlegscheiben (6) und Nylonmutter (12) an der Lenkerhalterung (39) fest.



5. Installieren Sie den Computer

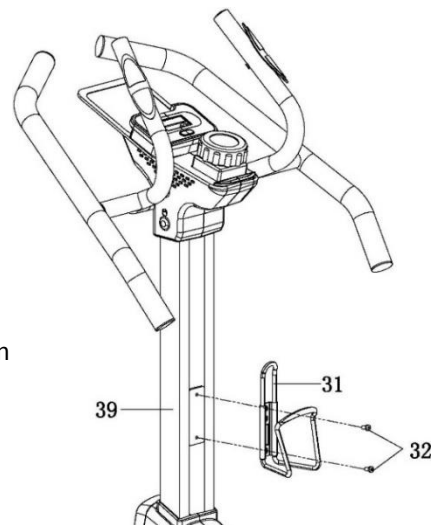
Verbinden Sie das Drehzahlsensorkabel (80) und zwei Pulssensorkabel (33) mit den Monitorkabeln (41). Schrauben Sie den Monitor (41) mit den Schrauben (42) in die Monitorbuchse an der Lenkerhalterung (39).



Schrauben Sie dann die linke und rechte obere Abdeckung (77L/R) mit den Schrauben (73) und den Schrauben (75) an der Lenkerhalterung (39) fest, wie in der nebenstehenden Abbildung dargestellt.

6. Montieren Sie den Flaschenhalter

Schrauben Sie den Wasserflaschenhalter (31) mit den Schrauben (32) an der Lenkerhalterung (39) fest.



Glückwunsch!

Die Installation des Multifunktionsgeräts ist abgeschlossen!

Lesen Sie, bevor Sie das Gerät verwenden, die Bedienungsanleitung.

EINSTELLUNG

Einstellung der Widerstandsstufe

Um den Widerstand zu erhöhen, müssen Sie den Widerstandsdrehknopf im Uhrzeigersinn drehen. Um den Widerstand zu reduzieren, müssen Sie den Widerstandsdrehknopf entgegen dem Uhrzeigersinn drehen.

WARTUNG DES TRAININGSGERÄTS

Führen Sie regelmäßig eine Wartung des Geräts aus. Führen Sie die unten beschriebenen Tätigkeiten nicht seltener als nach je 20 Arbeitsstunden des Geräts aus.

- Überprüfen Sie die beweglichen Teile des Geräts. Falls diese nicht ausreichend geschmiert sind, verwenden Sie ein Schmiermittel für Fahrradlager.
- Kontrollieren Sie den Zustand von Komponenten wie Schrauben und Muttern. Stellen Sie sicher, dass diese gut festgezogen sind.
- Wischen Sie nach jedem Training den Schweiß vom Gerät ab. Achten Sie darauf, dass der Bildschirm nicht mit Wasser oder Feuchtigkeit in Berührung kommt.
- Verwenden Sie nur Seifenwasser für die Reinigung des Geräts. Verwenden Sie keine Reinigungsmittel.
- Lagern Sie das Gerät an einem trockenen und warmen Ort.

- Setzen Sie das Gerät keiner direkten Sonneneinstrahlung aus.

TRAINING UND TRAININGSPHASEN

Die Nutzung des Trainingsgeräts bietet Ihnen viele Vorteile. Zuallererst wird es Ihre Kondition verbessern, Ihre Muskeln stärken und in Kombination mit der richtigen Ernährung unnötiges Fett verbrennen.

1. AUFWÄRMEN

Diese Phase verbessert die Blutzirkulation im ganzen Körper und bereitet die Muskeln für eine höhere Anstrengung vor. Es reduziert außerdem das Risiko von Krämpfen und Verletzungen. Es ist ratsam, mehrere Dehnübungen, wie unten gezeigt, durchzuführen. Wenn Sie Schmerzen verspüren, beenden Sie das Training oder reduzieren Sie die Intensität der Bewegung.

DEHNÜBUNGEN:

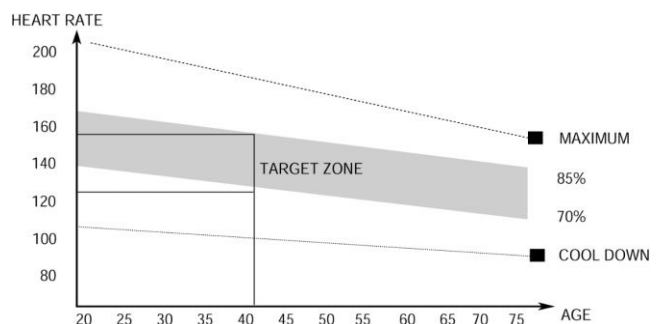
- **DEHNUNG DER INNEREN OBERSCHENKELMUSKELN**
Setzen Sie sich mit gebeugten Beinen und Knien, die nach außen gerichtet sind, auf eine flache Oberfläche. Verbinden Sie die Fußsohlen und bringen Sie sie so nah wie möglich zusammen. Drücken Sie die Knie sanft auf den Boden und halten Sie diese Position für 15 Sekunden.
- **DEHNUNG DER OBERSCHENKEL**
Setzen Sie sich auf eine flache Oberfläche. Strecken Sie das rechte Bein und lege Sie die Sohle Ihres linken Fußes auf den rechten Oberschenkel. Strecken Sie Ihre rechte Hand so weit wie möglich zu den Zehen des rechten Beines. Halten Sie diese Position für 15 Sekunden. Wiederholen Sie die Übung für das linke Bein.
- **KOPFDREHUNGEN**
Halten Sie den Kopf gerade und schauen Sie nach vorne. Drehen Sie den Kopf nach rechts, ohne dabei die Schultern zu bewegen, drehen Sie den Kopf wieder nach vorne und drehen Sie ihn dann nach links und danach nach vorne.
- **ANHEBEN DER SCHULTERN**
Heben Sie die linke Hand so weit wie möglich und halten Sie sie für einige Sekunden in dieser Position. Wiederholen Sie die Übung mit der rechten Hand.
- **DEHNUNG DER ACHILLESSEHNEN**
Stehen Sie Gesicht zur Wand, bewegen Sie das linke Bein nach vorne und beugen Sie es leicht im Knie. Halten Sie das rechte Bein hinten - gerade, mit der Ferse flach auf dem Boden liegend. Halten Sie beide Füße flach auf dem Boden und drücken Sie das Becken in Richtung der Wand. Halten Sie diese Position für 30 Sekunden. Wiederholen Sie die Übung mit dem rechten Bein nach vorne. Achten Sie darauf, den Rücken während der Übung nicht bogenförmig zu wölben.
- **RUMPFBEUGEN**
Stellen Sie sich mit beiden Beinen zusammengestellt hin. Beugen Sie sich nach vorne und versuchen Sie den Brustkorb so nah wie möglich an die Knie zu bringen. Halten Sie diese Position für 15 Sekunden. Achten Sie darauf, dass Sie die Beine nicht beugen.

2. TRAININGSPHASE

Das ist die Phase des eigentlichen Trainings. Trainieren Sie in Ihrem eigenen Tempo, um einen angemessenen Puls für Ihr Alter zu erreichen, der in der Tabelle unten gezeigt wird.

3. ABKÜHLUNGSPHASE

Diese Phase ermöglicht, dass die Blutzirkulation beruhigt wird und die Muskeln sich entspannen. Es handelt sich hierbei um eine Wiederholung der Aufwärmübungen. Achten Sie darauf, Ihre Muskeln nicht zu überstrapazieren.



BEDIENUNGSANLEITUNG FÜR DEN TRAININGSCOMPUTER

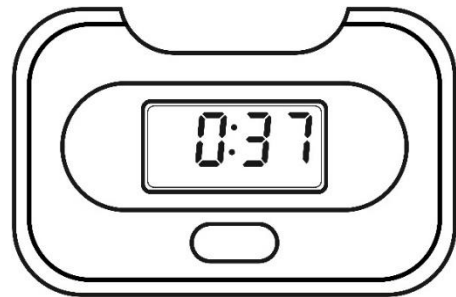
Nehmen Sie vor dem Gebrauch die Schutzfolie vom Computerbildschirm ab.

KOMPUTER (MODELL)

MMS01-GRN

AUTO ON/OFF

Der Computer schaltet sich ein, wenn das Schwungrad gedreht oder eine beliebige Taste gedrückt wird. Auf dem Bildschirm wird ein Aufwärtspfeil angezeigt. Der Computer schaltet sich nach 4 Minuten der Inaktivität automatisch aus.



BESCHREIBUNG DER EINZELNEN TASTEN

- **MODE/SET** - ermöglicht die Programmauswahl.
Halten Sie die Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um alle aufgelaufenen Werte zurückzusetzen (Komplett-Neustart).

FUNKTIONEN (SPEZIFIKATION)

SCAN	Alle gemessenen Trainingsparameter werden nacheinander auf dem Bildschirm angezeigt.	je 4 Sekunden
TIME	Zeigt die Gesamtzeit des Trainings von dessen Beginn bis zum Abschluss an.	00:00-99:59 min
SPEED	Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit an.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Zeigt die gesamte Distanz von dem Beginn des Trainings bis zu dessen Abschluss an.	0,0-99,99 km
CALORIES	Zeigt den gesamten Kalorienverbrauch von dem Beginn des Trainings bis zu dessen Abschluss an. (Es handelt sich um eine annähernde Messung, die zum Vergleich verschiedener Trainingseinheiten dient, aber nicht für Behandlungszwecke verwendet werden darf.)	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Zeigt die Gesamtdistanz ab dem einsetzen der Batterie an.	0-999,9 km
PULSE	Zeigt den aktuellen Puls an.	40-240 BPM

SCAN

Betätigen Sie die Taste **MODE** und halten Sie sie gedrückt, bis auf dem Bildschirm SCAN angezeigt wird. Auf dem Bildschirm werden nacheinander folgende Funktionen angezeigt: Zeit, Geschwindigkeit, Distanz, Kalorien, Gesamtdistanz (ODO), Puls.

PULSE RATE

ACHTUNG! Die Puls-Messung dient ausschließlich zu sportlichen Zwecken (eine medizinische Anwendung wird ausgeschlossen).

- Drücken Sie die **MODE**-Taste, bis PULSE auf dem Bildschirm angezeigt wird.
- Legen Sie beide Hände auf die Pulssensoren des Lenkers. Der Computer zeigt während einer Messung ein herzförmiges Symbol an.
- Nach 3 bis 4 Sekunden zeigt der Computer den aktuellen Puls an.

MÖGLICHE SCHÄDEN UND REPARATURTECHNIKEN

ACHTUNG! Das Öffnen des Gehäuses des Geräts ohne vorherige Kontaktaufnahme mit dem Herstellerservice führt zum Erlöschen der Garantie. Wenn ein Fehler auftritt, der das Öffnen des Gehäuses erfordert, wenden Sie sich bitte an die Serviceabteilung des Herstellers.

Fehlerbeschreibung	Mögliche Ursachen	Lösungen
Das Gerät schwenkt	Das Gerät wurde auf einer unebenen Oberfläche aufgestellt. Unter dem Gerät befindet sich ein Gegenstand, der das Gleichgewicht des Geräts stört.	Stellen Sie das Gerät auf eine ebene Oberfläche. Entfernen Sie den Gegenstand, der das Gleichgewicht stört.
	Die Füße wurden nicht ordnungsgemäß montiert.	Montieren Sie die Füße des Geräts ordnungsgemäß. Bringen Sie die Auflagen auf dem hinteren Fuß in Waage.
	Die Auflagen auf dem Fuß wurden nicht ordnungsgemäß montiert und in Waage gebracht.	Montieren Sie den hinteren Fuß des Geräts ordnungsgemäß. Bringen Sie die Auflagen auf dem hinteren Fuß in Waage.
Der Lenker schwenken	Die Schrauben der Lenkerkolumne sind nicht festgezogen.	Ziehen Sie die Schrauben der Lenkerkolumne fest.
Lärm während der Nutzung	Unsachgemäß angezogene Komponenten.	Kontaktieren Sie die Serviceabteilung des Herstellers.
	Während des Betriebs des Geräts kann es bei der Bewegung des Schwungrads zu einem leisen Rauschen kommen, was aus der Konstruktionsart resultiert. Diese Geräusche beeinträchtigen die Funktion des Gerätes jedoch nicht. Mögliche Geräusche, die beim Treten der Pedale entgegen dem Uhrzeigersinn zu hören sind, sind technisch bedingt und verursachen keine negativen Folgen.	
Lärm und mangelnde Laufruhe	Beschädigte Lager.	Kontaktieren Sie die Serviceabteilung des Herstellers.
Adäquater Widerstand während des Trainings ist nicht vorhanden	Falscher Anschluss der Leitung an die Widerstandsregulierung.	Schließen Sie die Leitung gemäß der Montageanleitung richtig an.
	Looser Antriebsriemen.	Kontaktieren Sie die Serviceabteilung des Herstellers.
	Der Abstand zwischen dem Schwungrad und den Magneten hat sich vergrößert.	Kontaktieren Sie die Serviceabteilung des Herstellers.
	Der Spannungsregler wurde beschädigt.	Kontaktieren Sie den Kundendienst des Herstellers.

GARANTIE

Der Verkäufer gewährt im Namen des Garantiegebers eine Garantie auf dem Gebiet der Republik Polen für einen Zeitraum von 24 Monaten ab dem Verkaufsdatum. Die Garantie für die verkauften Waren schließt die Rechte des Käufers gemäß dem Gesetz über Verbraucherrechte nicht aus, beschränkt diese nicht und setzt sie nicht aus.

GARANTIEBEDINGUNGEN

1. Der Reklamation und Garantie unterliegen lediglich versteckte Mängel, die auf Verschulden des Herstellers beruhen.
2. Die Garantie wird vom Geschäft oder Service anerkannt, wenn der Kunde folgendes vorlegt:
 - gültige, lesbar und korrekt ausgefüllte Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers;
 - gültiger Kaufnachweis mit Kaufdatum;
 - reklamiertes Gerät oder defektes Teil.
 Beim Fernkauf ist die Garantiekarte nur auf Basis des Kaufbelegs (Quittung / Rechnung) gültig.
3. Die Reklamation wird innerhalb von 14 Tagen ab dem Datum der Reklamationsmeldung durch den Kunden berücksichtigt geprüft.
4. Fabrikmäängel und Schäden, die während der Garantiezeit festgestellt werden, werden innerhalb von 21 Tagen ab dem Datum der Lieferung an das Geschäft oder die Servicestelle kostenlos repariert.
5. Wenn ein Teil importiert werden muss, kann sich hierdurch eine Verlängerung der für die Ausführung der Garantiereparatur notwendigen Zeit ergeben, jedoch nicht länger als um 40 Tage.
6. Folgendes ist nicht durch die Garantie umfasst:
 - mechanische Schäden und durch diese verursachte Defekte;
 - Schäden und Mängel, die auf unsachgemäße Verwendung und Lagerung, unsachgemäße Montage und Wartung zurückzuführen sind;
 - Beschädigung und Verschleiß von Verschleißteilen, wie: Kabel, Gurte, Gummielemente, Pedale, Schaumstoffgriffe, Räder, Lager, Polster;
 - Tätigkeiten im Zusammenhang mit der Montage und Wartung, die der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung eigenständig durchführen muss.
7. Die Garantie gilt in den folgenden Fällen nicht:
 - Ablauf des Garantiezeitraums;
 - Eigenständige Reparaturen und Modifikationen mit nicht originalen Teilen, die durch den Kunden durchgeführt wurden;
 - wenn ein Defekt aufgrund einer unsachgemäßen Installation oder aufgrund der Nichteinhaltung der in der Bedienungsanleitung beschriebenen Richtlinien für die sachgemäße Nutzung auftritt;
 - einer anderen Verwendung als für den häuslichen Gebrauch;
 - Transportschäden.
8. Duplikate der Garantiekarte werden nicht ausgestellt.
9. Im Rahmen der Garantie hat der Kunde das Recht, folgende kostenlose Nachbesserungsleistungen zu verlangen:
 - Reparatur des Produkts;
 - Auswechseln des Produkts;
 - Preisreduktion;
 - Kündigung des Vertrages und volle Erstattung der entstandenen Kosten.
10. Um eine Reklamation anzumelden, müssen Sie folgendes tun:
 - d) Das Produkt oder den Teil, den die Garantie betrifft, vorlegen.
 - e) Kaufnachweis mit Angabe von Name und Adresse des Verkäufers, Datum und Ort des Kaufs, Art des Produkts oder eine gültige Garantiekarte mit dem Stempel des Geschäfts.
 - f) Im Falle der Lieferung eines schmutzigen Produkts kann die Servicestelle die Annahme verweigern oder das Gerät auf Kosten des Kunden mit seiner schriftlichen Genehmigung reinigen.
11. Bei positivem Ergebnis der Prüfung der Reklamation wird das Gerät repariert oder gegen ein neues ausgetauscht oder dem Kunden wird das Geld zurückerstattet. Die Kosten für Transport des Produkts zum Kunden werden vom Service des Herstellers gedeckt.
12. Wird der Garantieantrag abgelehnt, erhält der Kunde eine detaillierte Begründung der getroffenen Entscheidung und das Gerät wird dem Kunden innerhalb von 14 Tagen nach der Entscheidung auf Kosten des Kunden zurückgesendet.

GARANTIEKARTE

Artikelname	
EAN-Code	
Datum des Verkaufs	

(Stempel und Unterschrift des Verkäufers)
 (Nicht anwendbar im Fall des Fernkaufs. Siehe Garantiebedingungen Punkt 2)

Informationen über erworbenes Gerät, das von Morele.net Sp. z o.o., Krakau, Polen, Fabryczna 20A, in das polnische Staatsgebiet importiert wurde.

Das Gewicht des Geräts wird auf der Verpackung angegeben. Die Entsorgung von Altgeräten auf Müllsammelstelle verhindert die möglichen negativen Auswirkungen auf die Umwelt und die menschliche Gesundheit, die im Falle einer unsachgemäßen Abfallentsorgung auftreten können.



Das Gerät ist für den häuslichen Gebrauch bestimmt.
 Der Computer verfügt über CE- und RoHS-Zertifikate.
 Der Computer erfüllt die Anforderungen der Norm EN957.

DAS GERÄT IST NICHT FÜR DIE GEWERBLICHE ODER PROFESSIONELLE NUTZUNG BESTIMMT. DIE NUTZUNG DES PRODUKTS ENTGEGEN DEN NUTZUNGSBESTIMMUNGEN UND ENTGEGEN DEN GARANTIEBEDINGUNGEN FÜHRT ZUM VERLUST DER GARANTIE.



Das Produkt wird in einer Verpackung geliefert. Das Verpackungsmaterial besteht unverarbeiteten Rohstoffen und kann recycelt werden.
 Sortieren Sie die Materialien und entsorgen Sie sie entsprechend der Art.
 Lassen Sie uns gemeinsam auf die Umwelt achten!

SERVICECENTRUM

Wiejska 166, 41-216 Sosnowiec,
 Polen

HERSTELLER

Morele.net Sp. z o.o.
 Fabryczna 20A, 31-553 Krakau, Polen
 Steuernummer: 9451972201, Gerichtsregister KRS:
 0000390511
 Hergestellt in China

Уважаемый пользователь,

Ознакомьтесь с нижеследующим руководством перед началом сборки и первым использованием устройства. Настоящее руководство содержит важную информацию о безопасности, эксплуатации и техническом обслуживании устройства. Сохраните его, чтобы иметь возможность воспользоваться информацией относительно технического обслуживания или заказа сменных запчастей.

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Питание	2 батареи AAA
Вес	35 кг
Рабочая температура	от 0°C до +40°C
Температура хранения	от -10°C до +60°C
Максимальный вес пользователя	120 кг
Класс эксплуатации	Класс Н
Класс точности	Класс С
Скорость	0,0-99,9 км/ч
Стандарт продукции (основной)	EN 20957-1:2013
Назначение	Многофункциональное устройство для домашнего использования

БЕЗОПАСНОСТЬ

ВНИМАНИЕ! Устройство может использоваться исключительно по назначению, т. е. как тренажер для взрослых. Любое другое использование устройства может быть опасным. Производитель не может нести ответственность за ущерб, вызванный неправильным использованием устройства.

- Устройство спроектировано и сконструировано на основе новейших знаний в области безопасности. Опасные элементы, которые потенциально могут представлять угрозу травмирования, устранены или относительно защищены.
- Самостоятельный ремонт и изменения не допускаются.
- Ежемесячно или каждые два месяца необходимо проверять правильность затяжки болтов, винтов и гаек.
- С целью надежного обеспечения безопасности следует регулярно (т.е. один раз в год) проверять и обслуживать устройство в специализированном торговом центре.
- Все изменения, внесенные в устройство, которые не описаны в этом руководстве, могут быть причиной повреждений или непосредственно угрожать здоровью и жизни упражняющегося лица. Изменения в устройство могут вноситься только работниками сервисного центра производителя или подготовленными для этого лицами.
- Все устройства постоянно совершенствуются с целью обеспечения высокого качества. По этой причине производитель оставляет за собой право вносить технические изменения.
- Любые вопросы или сомнения, связанные с оборудованием, должны направляться в специализированный торговый центр.

ВНИМАНИЕ! Лица, находящиеся поблизости в ходе использования оборудования, должны быть предупреждены о возможных опасностях. Будьте особенно осторожны в присутствии детей.

ВНИМАНИЕ! Прежде чем начать выполнять упражнения проконсультируйтесь с врачом, чтобы убедиться, что у вас нет каких-либо медицинских противопоказаний для выполнения тренировок на устройстве. Основываясь на заключении специалиста, можете разработать свой план тренировок. Неправильно выбранная программа или чрезмерные упражнения могут быть опасны для Вашего здоровья и жизни.

ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ! Системы мониторинга сердечного ритма могут быть неточными. Переутомление во время тренировок может привести к серьезным травмам или смерти. Если вы почувствовали слабость, немедленно прекратите тренировку.

ВНИМАНИЕ! Обязательно следуйте инструкциям по выполнению тренинга, содержащихся в настоящем руководстве.

- Выбирать место для проведения тренинга необходимо таким образом, чтобы обеспечить безопасное расстояние от возможных препятствий. Не устанавливайте устройство вблизи путей сообщения (дорог, ворот, проходов и т. п.).
- Запрещается использовать оборудование в непосредственной близости от стены. Зона безопасности составляет 2000 мм и шириной не меньше ширины беговой устройства.

ВНИМАНИЕ! Будьте осторожны при сборке устройства и не позволяйте детям быть рядом. Во время сборки используются мелкие детали (гайки, винты и т. п.), которые могут быть проглочены ими.

ОСТАТОЧНЫЕ РИСКИ

- После снижения риска только 13 из более чем 230 причин являются "общеприемлемыми".
- В ситуации, когда защита от падения не применяется или применяется неправильно, существует остаточный риск, например, падение человека, приводящее к ссадинам, синякам, переломам или, в самом худшем случае, к смерти.
- Существует остаточный риск непреднамеренной перегрузки тренирующегося лица, вызванной неправильной эксплуатацией или неправильной оценкой, а также неправильной передачей данных (из-за электромагнитных помех, ошибки программного обеспечения и т. п.). Даже самая лучшая защита программного обеспечения и оборудования не исключает ошибки программного обеспечения или аппаратных ошибок и теоретически могут привести к чрезмерным нагрузкам у тренирующегося.
- Изделие является электрическим устройством, поэтому нельзя исключать поражение электрическим током, которое может привести к смерти.
- Нельзя исключить остаточный риск удушья.
- Риск можно ограничить, следуя рекомендациям по безопасности, содержащимся в инструкции по эксплуатации.
- Нельзя исключить, что непреднамеренное или несанкционированное использование создаст другие непредвиденные риски, а учтенные риски были оценены неправильно.

При анализе рисков оценка проведена на основе "текущего состояния устройства". Из проведенной оценки и проверки изделия следует, что вероятность возникновения неприемлемого риска очень мала. Устройство (его строение, способ действия и применение) не создает (при нормальных условиях) необоснованного риска для тренирующегося лица или третьих лиц.

ЗНАКИ НА ТРАНСПОРТНОЙ УПАКОВКЕ, КАСАЮЩИЕСЯ СПОСОБА ОБРАЩЕНИЯ С ГРУЗОМ



Этой стороной вверх. Не кантовать.



Осторожно, хрупкое. Угроза повреждения. Соблюдайте осторожность.



Не допускать падения.



Предохранять от попадания влаги.



Упаковка пригодна для вторичной переработки.



Внимание, большой вес.

ЭКСПЛУАТАЦИЯ

Прежде чем начать тренинг, убедитесь, что устройство правильно собрано.

- Перед началом первого тренинга ознакомьтесь со всеми функциями и возможностями регулировки устройства.
- Устройство имеет элементы, которые могут подвергаться коррозии. По этой причине не рекомендуется оставлять его в сыром помещении. Также необходимо следить за тем, чтобы устройство (особенно его внутренние и электронные элементы) не контактировало с водой, напитками, потом и т. п.
- Устройство предназначено только для выполнения тренинга только взрослыми лицами и не является игрушкой для детей. Если вы на собственную ответственность разрешаете детям использовать его, обязательно проинструктируйте их о правильном его использовании и постоянно присматривайте за ними.
- Устройство не предназначено для терапевтического использования.
- Во время работы устройства могут возникать слабые шумы при инерциальном движении маховика, которые связаны с типом конструкции. Потенциальные шумы, слышимые при вращении педалей велотренажеров и орбитреков в противоположном направлении, связаны с техническими особенностями и не приводят к каким-либо негативным последствиям.
- Уровень шума при нагрузке больше, чем без нагрузки.
- Перед началом тренинга проверьте правильность предохранительных устройств, а также винтовые и штифтовые соединения.
- Во время тренинга на устройстве помните о соответствующей обуви (спортивные кроссовки).

СБОРКА

Собирать устройство должен взрослый и делать это тщательно. Если возникли сомнения, попросите помощь кого-нибудь, у кого больше опыта в этом.

- Перед началом сборки убедитесь, что комплект содержит все элементы из списка деталей и не повреждены ли они при транспортировке. В случае отсутствия элементов или возникновения замечаний, обратитесь к продавцу.
- Ознакомьтесь с рисунками и пояснениями и выполните сборку в порядке, указанном в инструкции по сборке.
- Соблюдайте осторожность при сборке. При использовании инструментов и элементов существует опасность ранения.
- Следует помнить о поддержании безопасной среды. Не раскладывайте хаотично инструменты и элементы сборки. Помните, что пластиковые пленки и кульки представляют опасность удушья для детей.
- Элементы сборки, необходимые для выполнения данного шага инструкции по сборке, представлены на рисунках и пояснениях. Используйте элементы, указанные в инструкции по сборке.

- На первых этапах сборки не затягивайте детали до упора. Сделайте это после установки всех деталей и убедитесь, что они правильно установлены.
- Производитель оставляет за собой право на предварительный монтаж некоторых элементов.

ВНИМАНИЕ! Монтаж запасных частей других производителей приводит к потере гарантии. Монтаж деталей других производители разрешен в случае истечения гарантийного срока.

ЗАМЕНА БАТАРЕЙКИ

Плохо видимая информация на дисплее компьютера или ее отсутствие означает, что батарею необходимо заменить.

Снимите крышку батарейного отсека и замените старые на две новые. При размещении их в батарейном отсеке следуйте указателям "+" и "-". Если после перезапуска дисплей не работает должным образом, выньте батарейки на несколько минут, а затем снова вставьте их.



ВНИМАНИЕ! Гарантия не распространяется на использованные батарейки. Они содержат вредные вещества (такие как кадмий, ртуть или свинец), поэтому не выбрасывайте их в контейнер для бытовых отходов. Отнесите их в соответствующий пункт приема использованных батареек.

ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА



Устройство поставляется в упаковке, чтобы предотвратить возможное повреждение во время транспортировки. Упаковка - это необработанное сырье, которое может быть переработано. Выбрасывайте эти материалы в соответствующие цветные контейнеры для раздельного сбора.

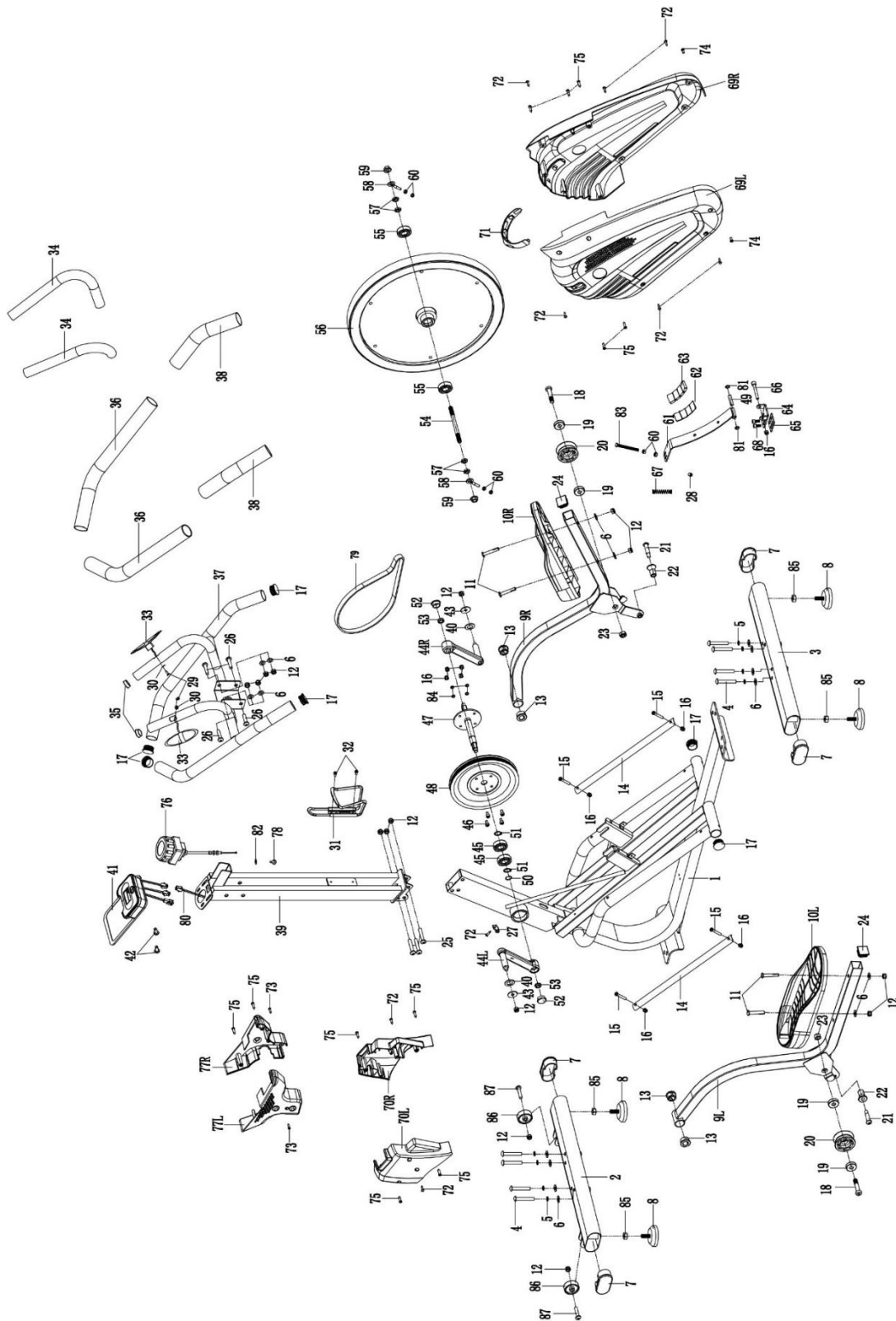


Охраняйте окружающую среду и не выбрасывайте использованные батареи в корзину для бытовых отходов. Возвращайте их по месту покупки или сдавайте в специальные пункты сбора вторичного сырья.

Использованное электрооборудование (в т.ч. счетчик, источник питания) является вторичным сырьем. Не выбрасывайте его в контейнеры для бытовых отходов, так как они могут содержать вещества, опасные для здоровья и окружающей среды. Мы просим оказывать активную помощь в экономном обращении с природными ресурсами и в защите окружающей среды путем сдачи использованного устройства в пункт хранения вторичного сырья - использованного электрооборудования.

МОНТАЖНАЯ СХЕМА

ВНИМАНИЕ! Запрещается использовать детали из других источников, кроме как от производителя.



СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

№	Описание	Количество
1	Рама главная	1
2	Переднее основание	1
3	Заднее основание	1
4	Винт М8*55	8
5	Пружинная шайба D8	8
6	Шайба D8	16
7	Накладка на опорную ногу	4
8	Накладка на регулятор опорной ноги	4
9L/R	Кронштейна педали L/R	2
10L/R	Педаля L/R	2
11	Винт М8*50	4
12	Нейлоновая гайка М8	15
13	Накладка на ось	4
14	Ездовая балка	2
15	Винт М6*45	4
16	Нейлоновая гайка М6	9
17	Круглая насадка трубки	6
18	Винт М10*50	2
19	Ось 6200RS	4
20	Ходовое колесо	2
21	Болт М8*12*Ф10*32	2
22	Ведомое колесо	2
23	Нейлоновая гайка М10	2
24	Квадратная накладка	2
25	Винт М8*48	3
26	Винт М8*35	4
27	Гнездо монитора	1
28	Противотрубная насадка	1
29	Винт 4.2*18	2
30	Плоская шайба D5	2
31	Держатель для напитков	1
32	Винт М5*10	2
33	Датчик пульса	2
34	Пеноматериал	2
35	Насадка на трубку ручки	2
36	Пеноматериал	2
37	Руль	1
38	Пеноматериал	2
39	Стойка руля	1
40	Шайба D16	2
41	Монитор	1
42	Винт М5*10	2
43	Шайба D8*Ф28*2	2
44L/R	Шатун L/R	2

№	Описание	Количество
45	Ось 6203ZZ	2
46	Винт М6*15	4
47	Центральная ось	1
48	Ременный шкив	1
49	Внутренняя труба тормоза	1
50	Шайба Ф21*Ф17.5*0.3	1
51	Стопорное кольцо D17	2
52	Накладка на шатун	2
53	Гайка М10*1.25	2
54	Ось маховика	1
55	Ось 6000RS	2
56	Маховик	1
57	Гайка М10	4
58	Болт цепи	2
59	Гайка М10*1	2
60	Гайка М6	6
61	Кронштейн тормоза	1
62	Металлическая магнитная пластина	1
63	Магнит	4
64	Крепление тормоза	1
65	Смягчающая шайба тормоза	1
66	Винт М6*50	1
67	Пружина	1
68	Винт М5*12	2
69L/R	Кожух цепи L/R	2
70L/R	Нижняя крышка L/R	2
71	Декоративный ремешок	1
72	Винт ST4.2*20	9
73	Винт М4*10	2
74	Винт М5*10	2
75	Винт ST4.2*20	11
76	Регулировка сопротивления	1
77L/R	Верхняя крышка L/R	2
78	Винт М5*20	1
79	Ремень	1
80	Датчик оборотов	1
81	Шайба Washer Ф8.5*Ф19*2	2
82	Шайба D5	1
83	Болт М6*70	1
84	Пружинная шайба D6	4
85	Гайка М10	4
86	Транспортное колесико	2
87	Винт М8*38	2

ИНСТРУЦИЯ ПО СБОРКЕ

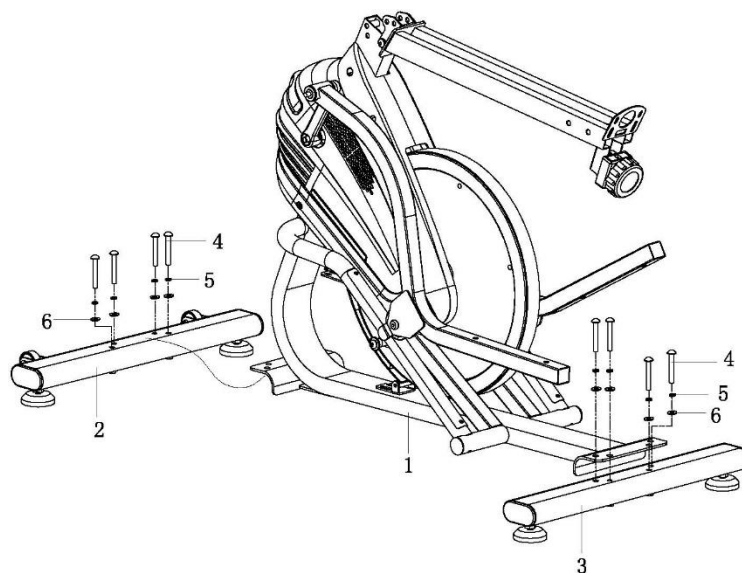
ВНИМАНИЕ! Во время сборки выполняйте следующие шаги и используйте инструменты, входящие в комплект поставки продукта.

Подготовьте достаточно места для сборки устройства.

Из-за большого веса некоторых элементов рекомендуется выполнять сборку двумя лицами.

1. Установите переднее и заднее основания

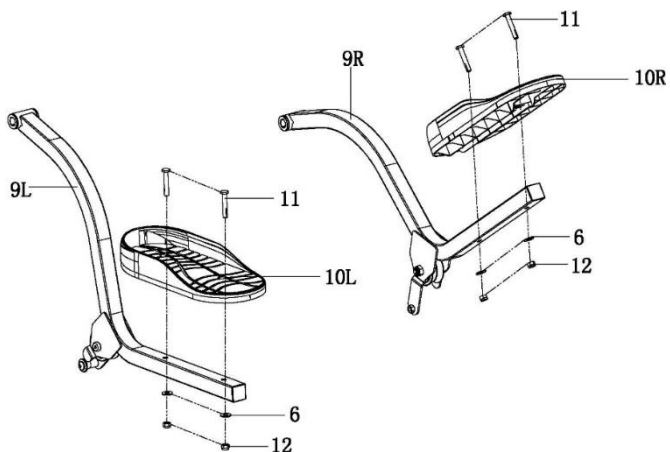
Прикрепите переднее (2) и заднее (3) основание к главной раме (1) с помощью винтов (4), пружинных шайб (5) и шайб (6).



2. Установите правую и левую педали

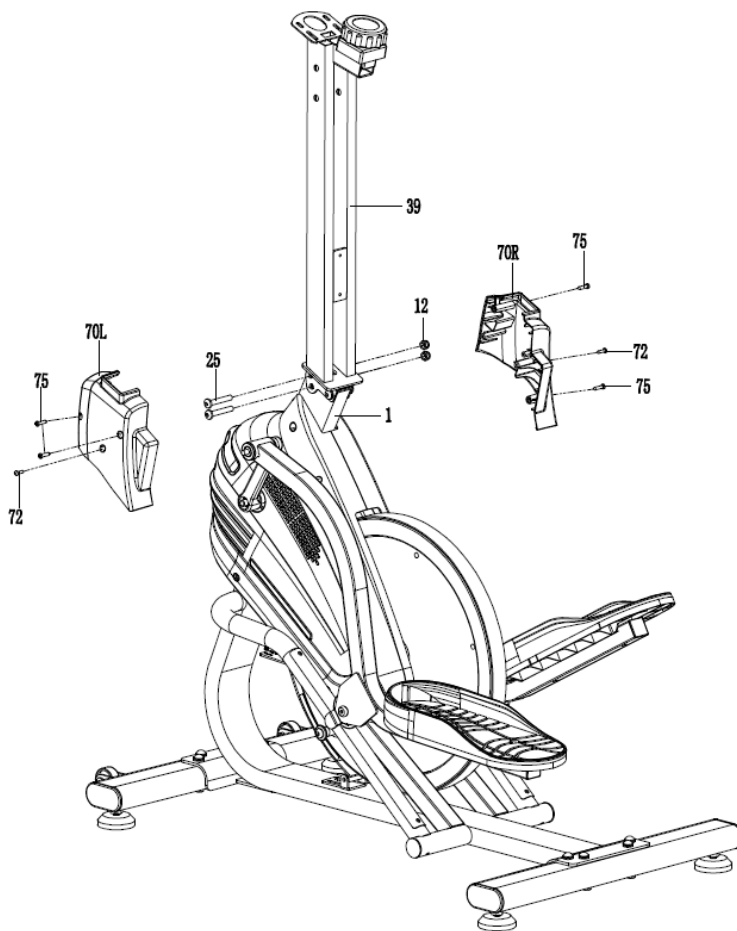
Привинтите педали (10L/R) к правому и левому кронштейнам педалей (9L/R) при помощи болтов (11), шайб (6) и нейлоновых гаек (12).

ВНИМАНИЕ! Правая и левая педали обозначены наклейками как "R" для правой и "L" для левой.



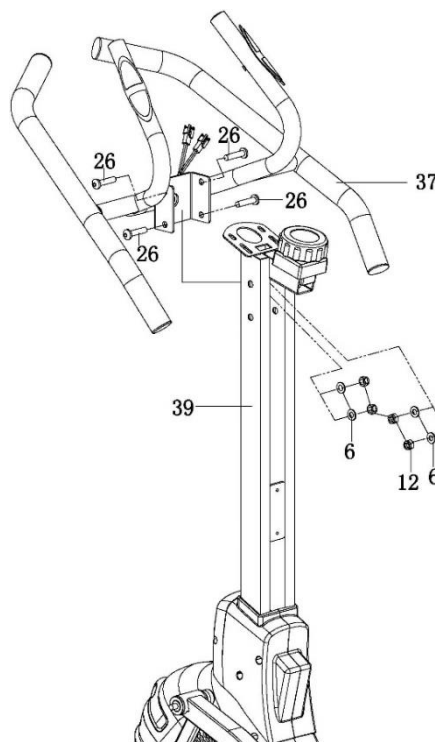
3. Установите рулевую стойку

Привинтите рулевую стойку (39) к главной раме (1) при помощи винтов (25), шайб (6) и нейлоновых гаек (12). Затем привинтите левую и правую нижние крышки (70L/R) к главной раме (1), используя винты (72) и (75), как показано на схеме.



4. Установите руль

Привинтите руль (37) к рулевой стойке (39) при помощи винтов (26), шайб (6) и нейлоновых гаек (12).

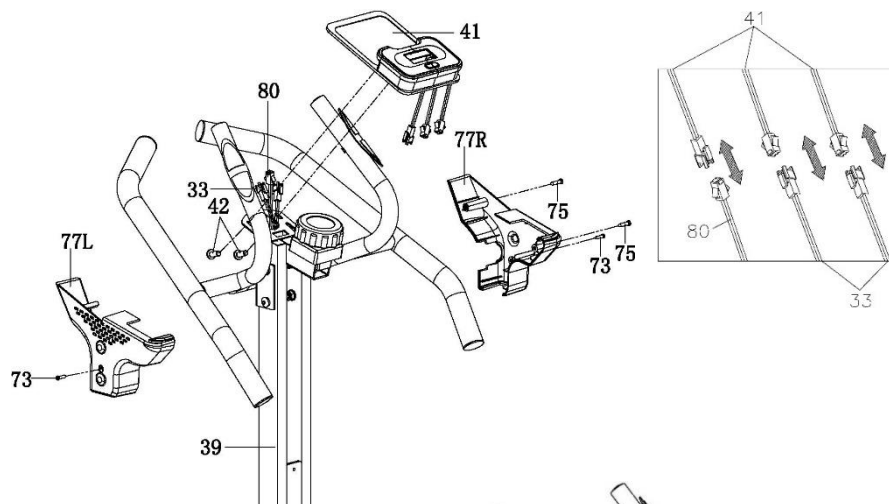


5. Установите компьютер

Соедините провод датчика частоты вращения (80) и два провода датчиков пульса (33) с кабелями монитора (41).

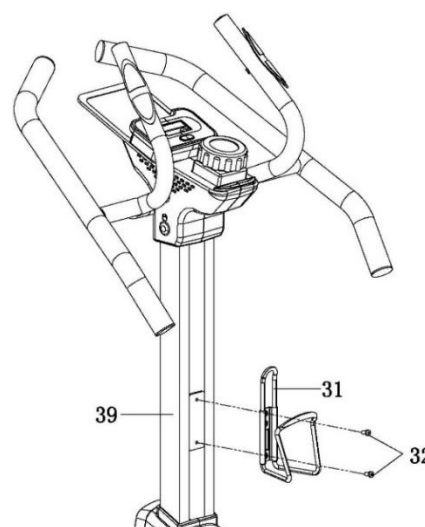
Привинтите монитор (41) к гнезду на кронштейне руля (39) с помощью винтов (42).

Затем привинтите левую и правую верхние крышки (77L/R) к кронштейну руля (39), используя винты (73) и (75), как показано на рисунке.



6. Прикрепите держатель для напитков

Привинтите держатель для напитков (31) к кронштейну руля (39) при помощи винтов (32).



Поздравляем!

Сборка многофункционального устройства завершена!

Перед тем как пользоваться устройством внимательно прочитайте инструкцию.

РЕГУЛИРОВКИ

Регулировка сопротивления

Чтобы увеличить сопротивление, поверните ручку регулировки сопротивления по часовой стрелке. Чтобы уменьшить сопротивление, поверните ручку регулировки сопротивления против часовой стрелки.

УХОД ЗА УСТРОЙСТВОМ

Регулярно выполняйте техническое обслуживание устройства. Приведенные ниже действия выполняйте не реже чем через каждые 20 часов работы.

- Контролируйте движущиеся части устройства. Используйте смазку для подшипников велотренажера, если они недостаточно смазаны.
- Контролируйте состояние таких элементов, как винты и гайки. Следите за тем, чтобы они были хорошо затянуты.
- После каждого тренинга вытирайте пот с устройства. Следите за тем, чтобы монитор не имел контакта с водой или влагой.
- Для чистки устройства используйте только воду с мылом. Не используйте чистящих средств.

- Храните устройство в сухом и теплом месте.
- Не подвергайте устройство воздействию солнечных лучей.

ТРЕНИНГ И ЭТАПЫ УПРАЖНЕНИЙ

Использование устройства принесет Вам много пользы. Прежде всего, оно улучшит Вашу форму, укрепит мышцы и в сочетании с правильной диетой позволит сжечь ненужную жировую ткань.

1. РАЗМИНКА

Это этап, который улучшает кровообращение во всем теле и подготавливает мышцы к интенсивным усилиям. Она также снижает риск возникновения судорог и получения ушибов. Рекомендуется выполнение нескольких упражнений на растяжку, как показано ниже. Если Вы чувствуете боль, прекратите упражнение или уменьшите диапазон выполняемого движения.

РАСТЯГИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ:

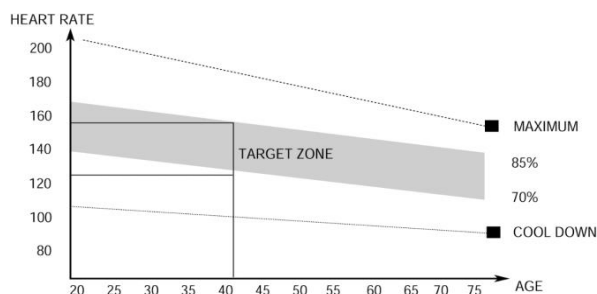
- **РАСТЯГИВАНИЕ ВНУТРЕННИХ МЫШЦ БЕДРА**
Сядьте на ровный пол с согнутыми ногами и коленями, направленными наружу. Соедините подошвы ног и придвиньте их к себе как можно ближе. Слегка нажмите на колени, прижимая их к полу, и удерживайте их в этом положении в течение 15 секунд.
- **РАСТЯГИВАНИЕ МЫШЦ БЕДЕР**
Сядьте на ровный пол. Выпрямьте правую ногу, а подошву левой ноги приложите к правому бедру. Вытяните правую руку в направлении пальцев правой ноги, насколько это возможно. Подержите так в течение 15 секунд. Повторите действие с левой ногой.
- **ПОВОРОТЫ ГОЛОВЫ**
Держите голову прямо, смотрите перед собой. Не двигая руками, поверните ее вправо и выпрямите, затем поверните влево и выпрямите.
- **ПОДНИМАНИЕ РУК**
Поднимите левую руку как можно выше вверх и удерживайте ее в течение нескольких секунд. Повторите действие с правой рукой.
- **РАСТЯГИВАНИЕ АХИЛЕСОВЫХ СУХОЖИЛИЙ**
Станьте лицом к стене, левую ногу выставьте вперед и слегка согните ее в колене. Правую держите сзади – прямо, с пяткой, находящейся на полу. Удерживайте обе пятки ровно на полу и прижимайте бедра в направлении стены. Сохраняйте это положение в течение 30 секунд. Повторите действие с выставленной вперед правой ногой. Помните, во время выполнения упражнения нельзя сгибать спину.
- **НАКЛОНЫ**
Станьте прямо, ноги вместе. Выполните наклон вперед, стараясь как можно сильнее приблизить грудную клетку к коленям. Удерживайтесь в этом положении в течение 15 секунд. Помните, что нельзя сгибать колени.

2. ЭТАП УПРАЖНЕНИЙ

Это собственно этап тренировки. Упражняйтесь в своем собственном темпе, чтобы достичь пульса, соответствующего вашему возрасту, как показано на графике ниже.

3. ЭТАП РАССЛАБЛЕНИЯ

Этот этап позволяет успокоить кровообращение и расслабить мышцы. Это повторение упражнений на разогрев. Необходимо следить за тем, чтобы не надорвать мышцы.



ИНСТРУКЦИЯ ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ КОМПЬЮТЕРА

Удалите защитную пленку с экрана компьютера перед использованием.

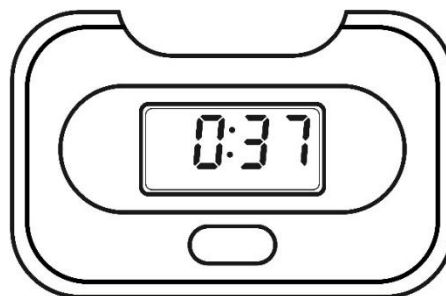
КОМПЬЮТЕР (МОДЕЛЬ)

MMS01-GRN

AUTO ON/OFF

Компьютер включится, когда маховик будет приведен в движение либо после нажатия любой кнопки. На экране отобразится стрелка вверх.

Компьютер автоматически отключится через 4 минуты работы в режиме ожидания.



ОПИСАНИЕ ОТДЕЛЬНЫХ КНОПОК

- **MODE/SET** - позволяет выбрать программу. Удерживайте кнопку в течение 3 секунд, чтобы сбросить все накопленные значения (общий сброс).

ФУНКЦИИ (СПЕЦИФИКАЦИЯ)

SCAN	Отображает на экране поочередно все измеряемые параметры тренировки.	каждые 4 секунды
TIME	Подсчитывает общее время от начала до конца упражнений.	00:00-99:59 мин
SPEED	Отображает текущую скорость.	0,0-99,9 км/ч
DISTANCE	Подсчитывает общее расстояние от начала до конца упражнений.	0,0-99,99 км
CALORIES	Подсчитывает общее количество сожженных калорий от начала до конца упражнений. (Измерение является приблизительным для сравнения различных режимов тренировок, его нельзя использовать для лечения).	0,0-9999 ккал
TOTAL DISTANCE (ODO)	Подсчитывает общее расстояние с момента установки батареи.	0-999,9 км
PULSE	Показывает текущий пульс.	40-240 BPM

SCAN

Нажмите кнопку MODE и удерживайте ее, пока на экране не отобразится SCAN. На мониторе будут последовательно отображаться следующие функции: время, скорость, расстояние, калории, общее расстояние (ODO), пульс.

PULSE RATE

ВНИМАНИЕ! Измерение пульса производится только для спортивных целей (использование в медицинских целях не допускается).

- Нажимайте кнопку **MODE**, пока на экране не отобразится PULSE.
- Положите обе ладони на датчиках пульса на руле. В ходе измерения компьютер отобразит иконку в форме сердца.
- Через 3-4 секунды компьютер отобразит текущий пульс.

ВОЗМОЖНЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ И МЕТОДЫ РЕМОНТА

ВНИМАНИЕ! Открытие корпуса устройства без предварительного обращения в сервисный центр производителя приводит к потере гарантии. В случае подозрения в возникновении ошибки, требующей открытия корпуса, обратитесь в сервисный центр производителя.

Описание ошибки	Возможные причины	Решение
Устройство качается	Устройство установлено на неровной поверхности. Под основанием устройства находится предмет, нарушающий равновесие.	Установите устройство на ровную поверхность. Устраните предмет, нарушающий равновесие.
	Основания собраны неправильно.	Правильно соберите основания устройства. Нивелируйте накладку на заднем основании.
	Накладки на основании собраны и нивелированы неправильно.	Правильно соберите заднее основание устройства. Нивелируйте накладку на заднем основании.
Руль качаются	Винты седла не затянуты.	Затяните винты руля.
Шум при использовании	Неправильно затянутые элементы.	Обратитесь в сервисный центр производителя.
	Во время работы устройства могут возникать слабые шумы при инерциальном движении маховика, которые связаны с типом конструкции. Они никак не влияют на работу устройства. Потенциальные шумы, слышимые при вращении педалей в противоположном направлении, связаны с техническими особенностями и не имеют никаких негативных последствий.	
Шум и отсутствие гладкости работы	Повреждены подшипники.	Обратитесь в сервисный центр производителя.
Отсутствие соответствующего сопротивления во время тренинга	Неправильно присоединен провод для регулировки сопротивления.	Правильно подключите провод, согласно инструкции по сборке.
	Ослаблен приводной ремень.	Обратитесь в сервисный центр производителя.
	Увеличился зазор между маховиком и магнитами.	Обратитесь в сервисный центр производителя.
	Поврежден регулятор напряжения.	Обратитесь в отдел по обслуживанию покупателей сервисной службы производителя.

ГАРАНТИЯ

Продавец от имени Гаранта предоставляет гарантию на территории Республики Польша на 24 месяца со дня продажи. Гарантия на проданный товар не исключает, не ограничивает и не приостанавливает действия прав покупателя, вытекающих из закона о правах потребителя.

ГАРАНТИЙНЫЕ УСЛОВИЯ

1. Рекламации и гарантии распространяются исключительно на скрытые дефекты, возникшие по вине производителя.
2. Гарантия будет подтверждена магазином или сервисным центром после предъявления клиентом:
 - действительного разборчивого и правильно заполненного гарантийного талона с печатью о продаже и подписью продавца,
 - действительного доказательства покупки оборудования с датой продажи,
 - товара, подлежащего рекламации, или дефектной детали.В случае дистанционной покупки гарантийный талон действителен только на основании документа о покупке (квитанция / счет-фактура).
3. Рекламация будет рассмотрена в течение 14 дней с момента сообщения покупателем о дефекте.
4. Заводские дефекты и повреждения, выявленные в течение гарантийного срока, будут отремонтированы бесплатно в течение не более 21 дней со дня доставки товара в магазин или сервисный центр.
5. В случае возникновения необходимости в импортировании детали, срок гарантийного ремонта может быть продлен на время, необходимое для ее получения, однако, не более чем на 40 дней.
6. Гарантия не распространяется на:
 - механические повреждения и вызванные ими дефекты,
 - повреждения и дефекты, возникающие в результате неправильного использования и хранения, неправильной сборки и технического обслуживания,
 - повреждения и износ эксплуатируемых элементов, таких как: тросы, ремни, резиновые элементы, педали, ручки из губки, колесики, подшипники, обивка.
 - операции, связанная со сборкой, техническим обслуживанием, которое, согласно руководству по эксплуатации пользователь обязан выполнять самостоятельно.
7. Гарантия не применяется в следующих случаях:
 - истечение срока действия,
 - выполнение покупателем самостоятельных ремонтов и модификаций с использованием неоригинальных деталей,
 - когда дефект возникает из-за неправильной установки или в результате несоблюдения правил эксплуатации, описанных в инструкции по эксплуатации,
 - иное использование, кроме домашнего использования,
 - повреждения, возникшие во время транспортировки.
8. Дубликаты гарантийной карты не выдаются.
9. Согласно гарантии, покупатель имеет право требовать следующие виды бесплатной компенсации:
 - ремонта продукта,
 - замены продукта,
 - снижение цены,
 - расторжения договора и полного возмещения понесенных расходов.
10. Для внесения рекламации необходимо:
 - a) Предоставить продукт или его часть, на которую распространяется гарантия.
 - b) Доказательство покупки с указанием наименования и адреса продавца, даты и места покупки, типа продукта или действующей гарантийной карты с печатью магазина.
 - c) В случае доставки грязного продукта сервисная служба может отказаться принять его либо за счет клиента, с его письменного согласия провести чистку.
11. В случае положительного рассмотрения рекламации устройство будет отремонтировано или заменено новым, либо покупателю будут возвращены деньги. Затраты на доставку товара покупателю покрываются за счет сервисной службы производителя.
12. В случае если гарантийная рекламация будет отклонена, покупатель получит подробное обоснование принятого решения, и в течение 14 дней с момента сообщения решения, установка будет отправлена покупателю за его счет.

ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

Наименование продукта	
Код EAN	
Дата продажи	

(Печать и подпись продавца)

(Не относится к случаю дистанционной покупки. См. Гарантийные условия п.2)

Информация о приобретенном оборудовании, ввезенном в страну компанией ООО Morele.net, Краков, Фабрычна, 20А.

Вес оборудования указан на упаковке. Сдача использованного оборудования в пункт сбора отходов предотвращает потенциальное негативное влияние на окружающую среду и здоровье человека, которое может произойти в случае неправильного обращения с отходами.



Оборудование предназначено для домашнего использования.
Компьютер имеет сертификаты CE и RoHS.
Компьютер соответствует стандарту EN957.

ОБОРУДОВАНИЕ НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНО ДЛЯ КОММЕРЧЕСКОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИЛИ ДЛЯ СОСЯЗАТЕЛЬНЫХ ЦЕЛЕЙ. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОДУКТА НЕ ПО НАЗНАЧЕНИЮ И НЕ В СООТВЕТСТВИИ С ГАРАНТИЙНЫМИ УСЛОВИЯМИ ПРИВОДИТ К ПОТЕРЕ ГАРАНТИИ.



Продукт поставляется в упаковке. Упаковка является необработанным сырьем, которое может быть переработано.
Сортируйте материалы и утилизируйте их согласно типу.
Давайте вместе заботиться об окружающей среде!

СЕРВИСНЫЙ ЦЕНТР

Wiejska 166, 41-216 Sosnowiec,
Польша

ПРОИЗВОДИТЕЛЬ

ООО Morele.net
Фабрычна, 20А, 31-553 Краков
ИНН: 9451972201, ГСР: 0000390511
Сделано в Китае

Stimate utilizator,

Trebuie să citiți aceste instrucțiuni înainte de a începe să montați și să utilizați prima oară aparatul. Aceste instrucțiuni conțin informații importante privind siguranța de utilizare și de mentenanță a aparatului. Vă rugăm să le păstrați pentru a putea folosi informațiile privind mentenanța sau comandarea pieselor de schimb.

DATE TEHNICE

Alimentare	2 baterii AAA
Greutate	35 kg
Temperatura de utilizare	0°C până la +40°C
Temperatura de depozitare	-10°C până la +60°C
Greutatea maximă a utilizatorului	120 kg
Clasa de aplicare	Clasa H
Clasa de precizie	Clasa C
Viteză	0,0-99,9 km/h
Standardul produsului (principal)	EN 20957-1:2013
Destinație	Dispozitiv multifuncțional pentru uz casnic

SIGURANȚĂ

ATENȚIE! Aparatul poate fi utilizat doar în conformitate cu destinația acestuia, respectiv pentru antrenament de către persoane adulte. Orice altă utilizare a aparatului poate fi periculoasă. Producătorul nu poate fi tras la răspundere pentru daunele cauzate de utilizarea necorespunzătoare a aparatului.

- Aparatul a fost proiectat și construit în baza celor mai noi cunoștințe privind siguranța. Piese periculoase care ar putea duce la apariția riscului de rănire au fost eliminate, respectiv protejate.
- Nu sunt permise reparații și modificări pe cont propriu.
- O dată sau de două ori pe lună trebuie să verificați dacă șuruburile, șaibele și piulițele sunt înfiletate corect.
- Pentru a asigura siguranța verificați și asigurați mentenanța în mod regulat (respectiv o dată pe an) a aparatului într-un punct comercial specializat.
- Toate modificările aparatului care nu au fost descrise în aceste instrucțiuni pot constitui pericol de defectare sau pot pune în pericol sănătatea și viața utilizatorului. Modificările aparatului pot fi efectuate doar de către angajații service-ului sau de persoane instruite de către acestea în acest scop.
- Toate aparatele sunt obiectul activităților de inovare pentru a asigura cea mai înaltă calitate a produselor. Din acest motiv producătorul își rezervă dreptul de a introduce modificări tehnice.
- Vă rugăm să adresați întrebările sau dubiile privitoare la echipament către agentul comercial specializat.

ATENȚIE! Persoanele care se află în apropiere pe durata utilizării echipamentului trebuie să fie informate despre eventualele pericole. Fiți prudenți în special în prezența copiilor.

ATENȚIE! Înainte de a începe exercițiile consultați un medic pentru a vă asigura că nu aveți contraindicații de sănătate pentru efectuarea de exerciții pe aparat. Bazându-vă pe opinia unui specialist puteți stabili planul dumneavoastră de antrenament. Planul incorect adaptat sau exercițiile excesive pot fi periculoase pentru sănătatea și viața dumneavoastră.

AVERTIZARE! Sistemele de monitorizare a ritmului cardiac pot fi inexacte. Epuizarea în timpul exercițiului poate duce la vătămări grave sau la deces. Dacă vă simțiți rău, încetați imediat să exersați.

ATENȚIE! Respectați cu strictețe observațiile privind antrenamentele din aceste instrucțiuni.

- Atunci când selectați locul pentru efectuarea exercițiilor trebuie să vă asigurați că ați lăsat distanțe de siguranță față de piedicile posibile. Nu amplasați echipamentul în apropierea căilor de transport (drumuri, porți, treceri etc.).
- Este interzisă utilizarea echipamentului în imediata apropiere a peretelui. Zona de siguranță este de 2000 mm și cel puțin tot atât de lată ca echipamentul.







ATENȚIE! Pe durata montajului trebuie să fiți precauți și să nu permiteți prezența copiilor în apropiere. Pe durata montajului se folosesc piese mici (piulițe, șuruburi etc.), care pot fi înghițite de aceștia.

RISC REZIDUAL

- După ce riscul a fost atenuat, doar 13 din cele peste 230 de cauze sunt „acceptate pe scară largă”.
- Atunci când protecția împotriva căderii nu este utilizată sau este utilizată incorect, există un risc rezidual, și anume căderea unei persoane care duce la formarea de abraziuni, vânătăi, fracturi sau, în cel mai rău caz, deces.
- Există un risc rezidual de supraîncărcare accidentală a persoanei care face exerciții cauzată de funcționarea necorespunzătoare sau evaluarea necorespunzătoare, precum și a transmiterii incorecte a datelor (din cauza interferențelor electromagnetice, a erorilor software etc.). Chiar și cea mai bună protecție software și hardware nu exclude erorile software sau hardware și poate suprasolicita teoretic persoana care exersează.
- Produsul este un dispozitiv electric și, prin urmare, nu poate fi exclus scurtcircuitul, care poate duce la deces.
- Nu poate fi exclus riscul rezidual de sufocare.
- Riscul poate fi redus respectând informațiile de siguranță din instrucțiunile de utilizare.
- Nu se poate exclude faptul că orice utilizare neintenționată sau neautorizată va avea ca rezultat un risc diferit, nedeclarat, iar riscul luat în considerare a fost estimat incorect.

În analiza riscurilor, evaluarea a fost făcută pe baza „stării actuale a dispozitivului”. Evaluarea și controlul produsului efectuate, arată că probabilitatea unui risc inacceptabil este foarte mică. Dispozitivul (construcția sa, metoda de funcționare și aplicare) nu cauzează - în condiții normale - risc nejustificat pentru persoana care exersează sau pentru terți.

SEMNE DE MANIPULARE PE AMBALAJELE DE TRANSPORTARE

	Această parte în sus. Nu răsturnați.
	Cu atenție, fragil. Posibile daune. Atenție.
	Protejați împotriva căderii.
	Protejați împotriva umezelii.
	Ambalaje reciclabile.
	Atentie produs cu greutate mare.

OPERARE

Înainte de a începe antrenamentul asigurați-vă că ați montat în mod corespunzător aparatul.

- Înainte de a începe primul antrenament luați la cunoștință toate funcțiile și posibilitățile de ajustare ale aparatului.
- Aparatul este prevăzut cu piese care pot fi expuse la coroziune. Din acest motiv nu se recomandă ca acesta să rămână într-o încăpere umedă. Aveți grijă ca echipamentul (în special piesele interne sau electronice) să nu fie expuse la contactul cu apa, băuturile, transpirația etc.
- Aparatul este destinat doar pentru antrenamente de către persoane adulte și, în niciun caz, nu este o jucărie pentru copii. În cazul în care, pe răspundere proprie, permiteți copiilor să folosească aparatul, este obligatoriu să-i instruiți în ceea ce privește modul corect de utilizare și supravegheați-i în permanență.
- Echipamentul nu este potrivit pentru scopuri terapeutice.
- Pe durata utilizării aparatului pot apărea zgomote reduse în caz de mișcare inerțială a roții de deplasare care decurg din tipul de construcție. Acestea nu au niciun impact asupra funcționării echipamentului. În cazul bicicletelor de antrenament și a bicicletelor eliptice, zgomotul potențial care poate fi auzit la rotirea pedalelor în direcția opusă este determinat tehnic și nu are consecințe negative.
- Emisia de zgomot în timpul suprasolicitării este mai mare decât fără suprasolicitare.
- Înainte de a începe orice antrenament verificați dacă protecțiile sunt corecte, precum și conexiunile cu șuruburi și mufe.
- Pe durata antrenamentelor pe aparat trebuie să purtați încălțăminte corespunzătoare (pantofi sport).

MONTAJ

Montajul aparatului trebuie efectuat cu grijă de către o persoană adultă. În cazul în care aveți dubii solicitați ajutorul unei persoane care are experiență mai îndelungată în acest domeniu.

- Înainte de a începe montajul trebuie să vă asigurați că setul cu aparatul conține toate piesele din listă și că nicio piesă nu s-a defectat pe durata transportului. În cazul în care lipsesc piese sau aveți obiecții luați legătura cu comerciantul.
- Luați la cunoștință desenele și explicațiile și efectuați montajul în conformitate cu ordinea inclusă în instrucțiunile de montaj.
- Fiți precauți pe durata montajului. Atunci când utilizați unelte și piese există riscul de rănire.
- Aveți grijă să păstrați un mediu sigur. Nu împrăștiți haotic uneltele și piesele de montaj. Aveți în vedere faptul că foliile și pungile din material plastic constituie pericol de sufocare pentru copii.
- Piesele de montaj necesare pentru efectuarea unui anumit pas din instrucțiunile de montaj au fost prezentate pe ilustrații și explicații. Folosiți piesele indicate în instrucțiunile de montaj.
- În primele faze de montaj nu înfiletați piesele până la capăt. Efectuați acest lucru după ce ați amplasat toate piesele și v-ați asigurat că au fost poziționate corect.
- Producătorul își rezervă dreptul de a efectua montajul inițial al anumitor piese.

ATENȚIE! Montajul pieselor de schimb care provin din altă sursă decât de la producător duce la pierderea garanției. Montajul pieselor care provin din alte surse este permis în cazul reparațiilor efectuate după scurgerea perioadei de garanție.

SCHIMBARE BATERII

În cazul în care informațiile sunt puțin vizibile pe afișaj sau nu se afișează deloc înseamnă că trebuie să schimbați bateriile.

Dați jos capacul compartimentului pentru baterii și înlocuiți bateriile cu două baterii noi. Introduceți bateriile în compartimentul pentru baterii respectând marcajul „+” și „-”. În cazul în care după ce porniți din nou afișajul nu funcționează, scoateți bateriile pentru câteva minute și apoi introduceți-le din nou.



ATENȚIE! Pentru bateriile uzate nu se acordă garanție. Conțin substanțe nocive (precum de ex. cadmiu, mercur, sau plumb), de aceea nu le aruncați în containerul pentru deșeuri casnice. Transmiteți-le către un punct corespunzător pentru baterii uzate.

MEDIU



Aparatul este livrat în ambalaj pentru a asigura protecția împotriva defecțiunilor eventuale pe durata transportului. Ambalajele sunt materiale neprelucrate și pot fi reciclate. Aruncați aceste materiale în containerele cu culorile corespunzătoare pentru colectarea selectivă a deșeurilor.

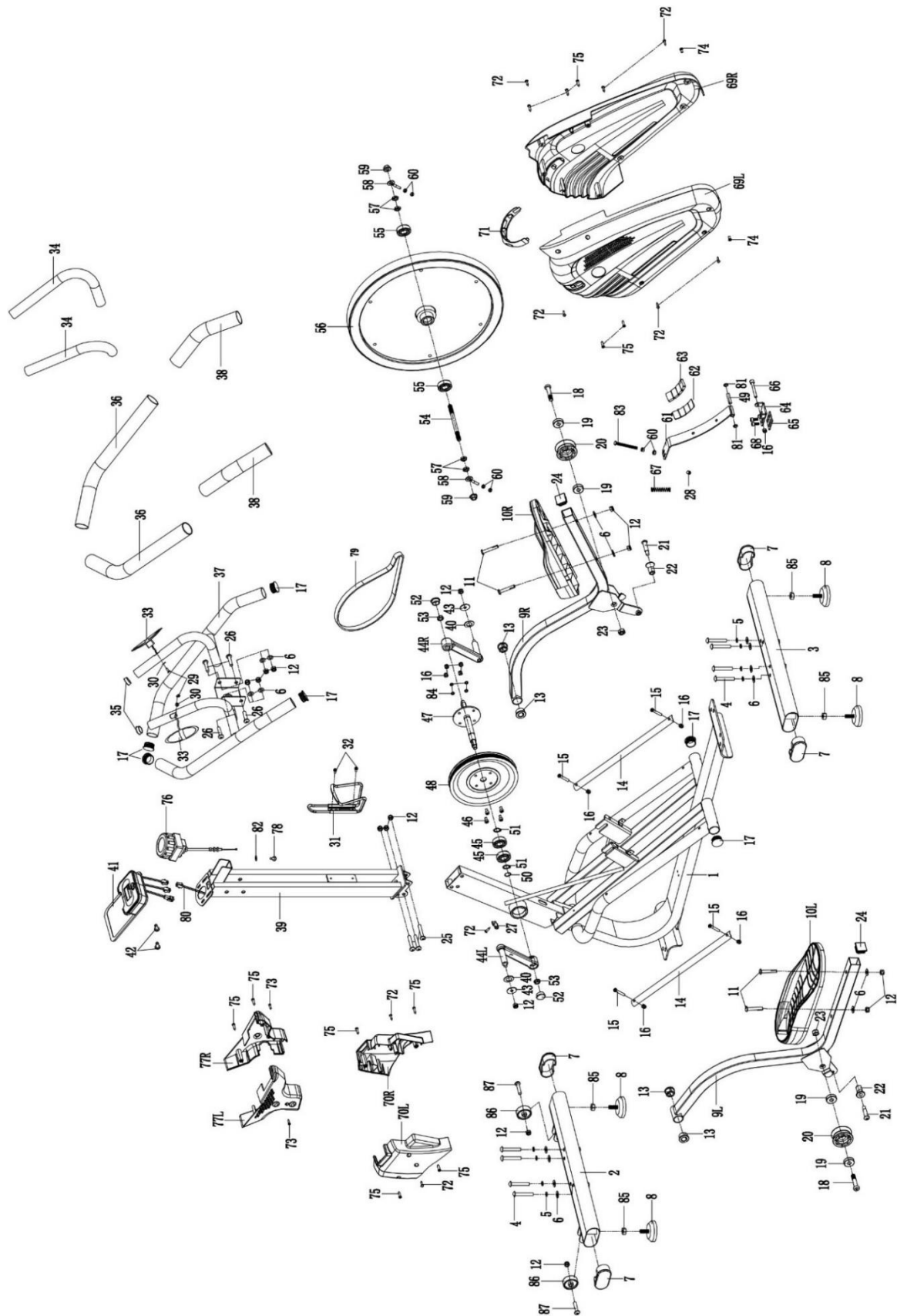


Protejați mediul și nu aruncați bateriile uzate în coșul pentru deșeuri casnice. Transmiteți-le în locul de achiziție sau la un punct specializat de depozitare a materiilor prime reciclate.

Aparatele electrice uzate (inclusiv kilometrajul, alimentatorul) sunt materii prime reciclabile – nu le aruncați în recipientele pentru deșeuri casnice deoarece pot conține substanțe periculoase pentru sănătate și mediu. Vă rugăm să contribuiți în mod activ la gospodărirea resurselor naturale și protecția mediului natural prin transmiterea dispozitivelor uzate la punctul de depozitare a materiilor prime reciclabile – aparatelor electrice uzate.

SCHEMĂ DE MONTAJ

NOTĂ! Este interzisă utilizarea pieselor din alte surse decât cele de la producător.



LISTA DE PIESE

Nr	Descriere	Cantitate
1	Cadru principal	1
2	Baza frontală	1
3	Baza din spate	1
4	Holț-șurub M8*55	8
5	Șaibă elastică D8	8
6	Șaibă D8	16
7	Eclisă de îmbinare pentru picior	4
8	Eclisă de îmbinare pentru reglare picior	4
9L/R	Suport pedală L/R	2
10L/R	PedalăL/R	2
11	Șurub M8*50	4
12	Piuliță nailon M8	15
13	Eclisă de îmbinare ax	4
14	Grindă mobilă	2
15	Holț-șurub M6*45	4
16	Piuliță nailon M6	9
17	Inel rotund pentru tub	6
18	Holț-șurub M10*50	2
19	Ax 6200RS	4
20	Roată mobilă	2
21	Șurub M8*12*Φ10*32	2
22	Roată secundară	2
23	Piuliță nailon M10	2
24	Eclisă de îmbinare pătrată	2
25	Holț-șurub M8*48	3
26	Holț-șurub M8*35	4
27	Priză senzor	1
28	Inel anti-tub	1
29	Holț-șurub 4.2*18	2
30	Șaibă plată D5	2
31	Suport pentru bidon	1
32	Holț-șurub M5*10	2
33	Senzor puls	2
34	Spumă	2
35	Inel pt. țeavă suport	2
36	Spumă	2
37	Ghidon	1
38	Spumă	2
39	Suport ghidon	1
40	Șaibă D16	2
41	Monitor	1
42	Holț-șurub M5*10	2
43	Șaibă D8*Φ28*2	2
44L/R	Manivelă L/R	2

Nr	Descriere	Cantitate
45	Ax 6203ZZ	2
46	Holț-șurub M6*15	4
47	Ax de mijloc	1
48	Scripete	1
49	Țeavă nteriorară frână	1
50	Șaibă Φ21*Φ17.5*0.3	1
51	Inel de fixare D17	2
52	Eclisă de îmbinare manivelă	2
53	Piuliță M10*1.25	2
54	Ax kota zamachowego	1
55	Ax 6000RS	2
56	Volant	1
57	Piuliță M10	4
58	Șurub lanț	2
59	Piuliță M10*1	2
60	Piuliță M6	6
61	Suport frână	1
62	Placă magnetică din metal	1
63	Magnet	4
64	Fixare frână	1
65	Șaibă de amortizare frână	1
66	Holț-șurub M6*50	1
67	Arc	1
68	Holț-șurub M5*12	2
69L/R	Element protector lanț L/R	2
70L/R	Capac inferior L/R	2
71	Curea decorativă	1
72	Holț-șurub ST4.2*20	9
73	Holț-șurub M4*10	2
74	Holț-șurub M5*10	2
75	Holț-șurub ST4.2*20	11
76	Reglare rezistență	1
77L/R	Capac superior L/R	2
78	Holț-șurub M5*20	1
79	Curea	1
80	Senzor rotații	1
81	Șaibă Washer Φ8.5*Φ19*2	2
82	Șaibă D5	1
83	Șurub M6*70	1
84	Șaibă elastică D6	4
85	Eclisă de îmbinare M10	4
86	Roată transportare	2
87	Holț-șurub M8*38	2

INSTRUCȚIUNI DE MONTAJ

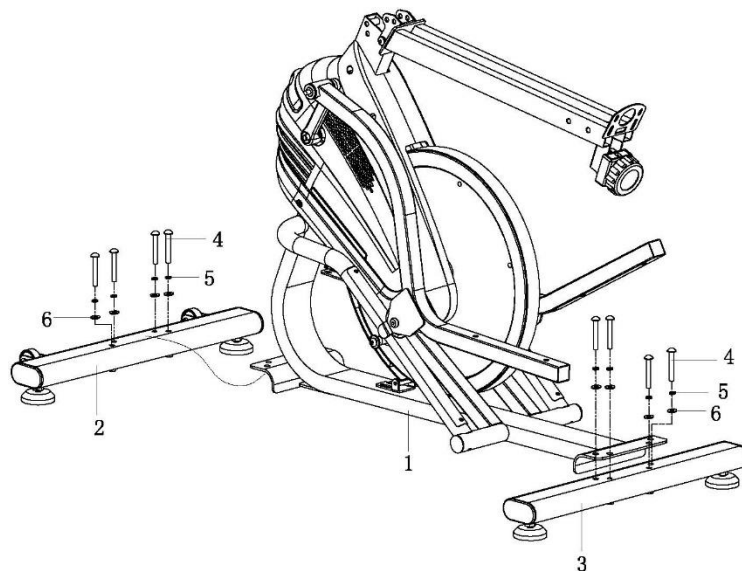
ATENȚIE! Pe durata montajului respectați pașii de mai jos și folosiți uneltele livrate împreună cu produsul.

Pregătiți suficient de mult spațiu liber pentru a monta aparatul.

Având în vedere masa mare a anumitor piese vă recomandăm ca montajul să fie efectuat în două persoane.

1. Instalați baza frontală și pe cea din spate

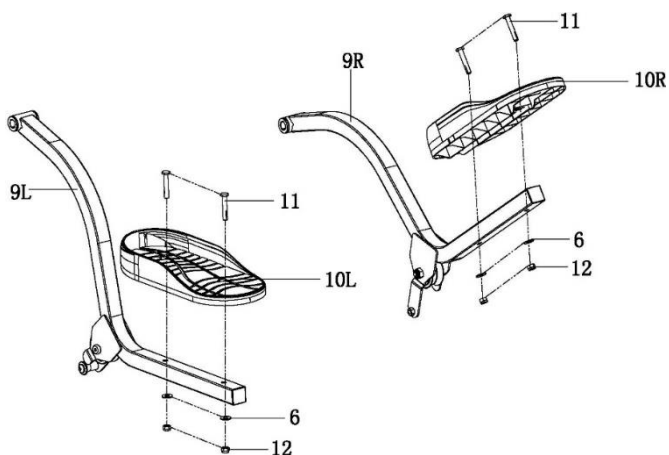
Montați baza frontală (2) și pe cea din spate (3) pe cadrul principal (1) cu ajutorul holț-șuruburilor (4), șaiabelor cu arc (5) și șaiabelor (6).



2. Montați pedala dreaptă și pe cea stângă

Înșurubați pedala din dreapta și din stânga (10L/R) în suportul pentru pedale drept și stâng (9L/R) utilizând șuruburile (11), șaibele (6) și piulițele nailon (12).

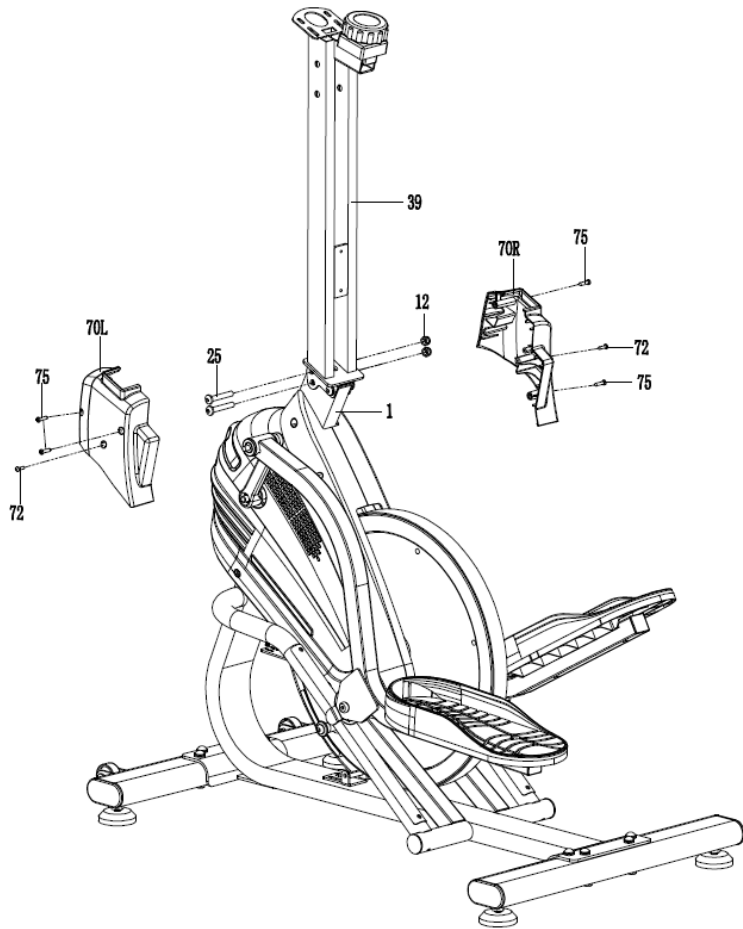
NOTĂ! Pedalele din stânga și din dreapta sunt marcate cu "R" pentru dreapta și "L" pentru stânga.



3. Montați suportul pentru ghidon

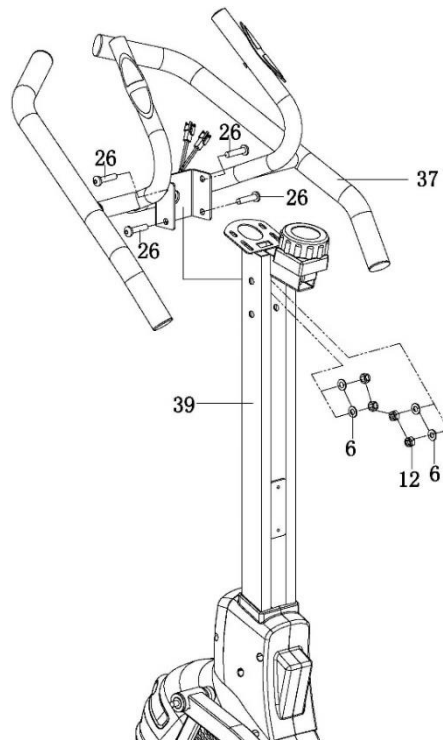
Înșurubați suportul ghidonului (39) pe cadrul principal (1) cu ajutorul holț-șuruburilor (25), șaibelor (6) și piulițelor nailon (12).

Apoi înșurubați capacele inferioare din stânga și dreapta (70L / R) la cadrul principal (1) folosind holț-șuruburile (72) și holț-șuruburile (75) conform diagramei de pe figura de alături.



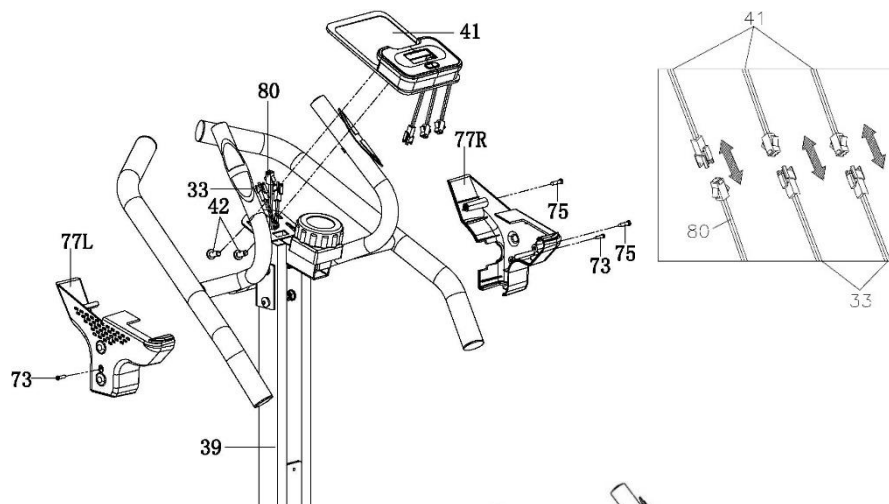
4. Montați ghidonul

Înșurubați ghidonul (37) pe suportul ghidonului (39) cu ajutorul holț-șuruburilor (26), șaibelor (6) și piulițelor nailon (12).

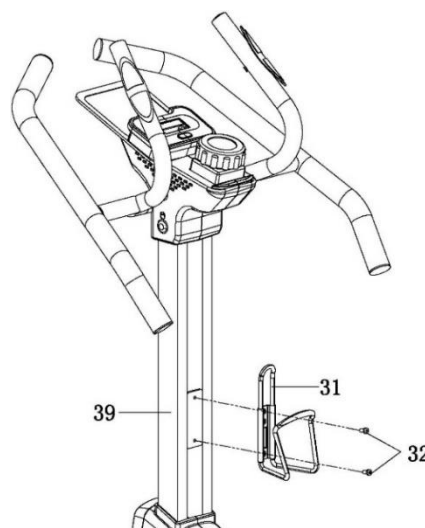


5. Montați computerul

Conectați cablul senzorului de rotații (80) și două cabluri ale senzorului de puls (33) la cablurile monitorului (41). Înșurubați monitorul (41) la priza monitorului de pe suportul ghidonului (39) cu ajutorul holț-șuruburilor (42).

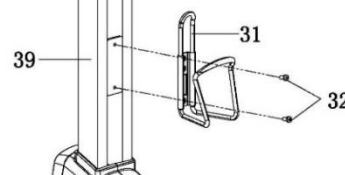


Apoi înșurubați capacul superior de stânga și dreapta (77L / R) la suportul ghidonului (39) folosind holț-șuruburile (73) și holț-șuruburile (75), în conformitate cu diagrama de pe figura de alături.



6. Montați suportul pentru bidon

Înșurubați suportul pentru bidon (31) pe suportul ghidonului (39) cu ajutorul holț-șuruburilor (32).



Felicitări! Montajul dispozitiv multifuncționala luat sfârșit!

Înainte de a începe să utilizați dispozitivul citiți cu atenție instrucțiunile.

AJUSTĂRI

Reglare rezistență

Pentru a mări rezistența, rotiți butonul de reglare a rezistenței în sensul acelor de ceasornic. Pentru a reduce rezistența, rotiți butonul de reglare a gradului de tensionare în sens invers acelor de ceasornic.

ÎNTREȚINEREA ECHIPAMENTULUI

Efectuați în mod regulat mentenanța aparatului. Efectuați activitățile de mai jos după cel puțin 20 de ore de funcționare.

- Controlați piesele mobile ale aparatului. În cazul în care nu sunt lubrifiate suficient folosiți lubrifianți pentru rulmenți de bicicletă.
- Verificați starea șuruburilor și piulițelor. Aveți grijă să fie bine înfiletate.
- După fiecare utilizare ștergeți transpirația de pe aparat. Aveți grijă ca afișajul să nu intre în contact cu apa și umiditatea.
- Pentru a curăța aparatul folosiți doar apă cu săpun. Nu folosiți detergenți.
- Depozitați aparatul într-un loc uscat și întunecat.
- Nu expuneți niciodată aparatul la acțiunea razelor solare.

ANTRENAMENT ȘI FAZE EXERCIȚII

Utilizarea aparatului vă oferă multe beneficii. În primul rând condiția dumneavoastră se va îmbunătăți, se vor întări mușchii, iar împreună cu o dietă corespunzătoare veți putea arde țesutul adipos în exces.

1. ÎNCĂLZIRE

Este faza care îmbunătățește circulația sângelui în întreg corpul și pregătește mușchii la un efort intens. Reduce riscul de apariție a crampelor și de leziuni. Este indicat să efectuați câteva exerciții de întindere cum este indicat mai jos. În cazul în care simțiți dureri încetați să faceți exerciții sau reduceți amplitudinea mișcării efectuate.

EXERCIȚII DE ÎNTINDERE:

- **ÎNTINDERE MUȘCHI INTERNI COAPSE**

Așezați-vă pe o suprafață plată cu picioarele îndoite și genunchii îndreptați în exterior. Împreunați tălpile picioarelor și apropiați-le atât de tare cât este posibil. Apăsați ușor genunchii înspre podea și mențineți în această poziție timp de 15 secunde.

- **ÎNTINDERE COAPSE**

Așezați-vă pe o suprafață plată. Îndreptați piciorul drept și așezați talpa piciorului stâng pe coapsa dreaptă. Trageți mâna dreaptă în direcția degetelor piciorului drept atât de departe pe cât posibil. Rezistați timp de 15 secunde. Repetați activitatea cu piciorul stâng.

- **ROTIRE CAP**

Țineți capul drept privind înainte. Fără a mișca brațele rotiți-l la dreapta și reveniți, iar apoi rotiți la stânga și reveniți.

- **RIDICARE BRAȚE**

Ridicați mâna stângă cât mai sus posibil și țineți câteva secunde. Repetați activitatea cu mâna dreaptă.

- **ÎNTINDERE TENDOANELE LUI AHILE**

Stați cu fața la perete întindeți piciorul stâng în față și îndoiti ușor genunchiul. Țineți piciorul drept în spate – îndreptat cu călcâiul plat pe podea. Țineți ambele călcâie plat pe podea și împingeți șoldul înspre perete. Mențineți această poziție timp de 30 secunde. Repetați activitatea cu piciorul drept întins. Rețineți că nu trebuie să arcuiți spatele pe durata exercițiului.

- **EXTENSII**

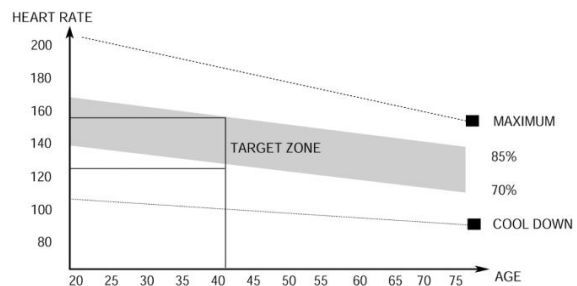
Stați cu picioarele apropiate. Aplecați-vă în față încercând să apropiați cât mai tare posibil cutia toracică de genunchi. Rezistați timp de 15 secunde. Rețineți că nu trebuie să îndoiti genunchii.

2. FAZĂ EXERCIȚII

Aceasta este faza propriu-zisă a antrenamentului. Antrenați-vă în propriul ritm astfel încât să atingeți pulsul adecvat pentru vârsta dumneavoastră cum este indicat în diagrama de mai jos.

3. FAZĂ RELAX

Această fază vă permite să liniștiți circulația și să relaxați mușchii. Constă în repetarea exercițiilor de încălzire. Trebuie să aveți grijă să nu suprasolicitați mușchii.



INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE COMPUTER

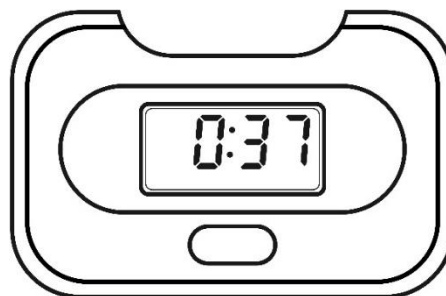
Înainte de utilizare vă rugăm să dați la o parte folia de protecție de pe ecranul computerului.

COMPUTER (MODEL)

MMS01-GRN

AUTO ON/OFF

Computerul pornește atunci când este activat volantul sau este apăsat oricare buton. Pe ecran va fi afișată seata îndreptată în sus. Computerul se va opri automat după 4 minute de inactivitate.



DESCRIEREA BUTOANELOR

- **MODE/SET** - vă permite să alegeți un program. Țineți apăsat butonul timp de 3 secunde pentru a reseta toate valorile acumulate (resetare totală).

FUNCȚII (SPECIFICAȚIE)

SCAN	Afișează pe rând pe ecran toți parametrii de antrenament măsurați.	la fiecare 4 secunde
TIME	Calculează durata totală a exercițiilor de la începutul până la sfârșitul acestora.	00:00-99:59 min
SPEED	Afișează viteza actuală.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Calculează distanța totală de la începutul până la sfârșitul exercițiilor.	0,0-99,99 km
CALORIES	Calculează numărul total de calorii arse de la începutul până la sfârșitul exercițiilor. (Măsurarea este aproximativă pentru a compara diferite sesiuni de exerciții, nu poate fi utilizată pentru tratament).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Calculează distanța totală de la instalarea bateriei.	0-999,9 km
PULSE	Afișează pulsul actual.	40-240 BPM

SCAN

Apăsați butonul **MODE** și țineți apăsat până când pe ecran nu se afișează SCAN. Pe ecran vor fi afișate pe rând funcțiile: durată, viteză, distanță, calorii, distanță totală (ODO), puls.

PULSE RATE

ATENȚIE! Măsurarea ritmului cardiac numai în scop sportiv (este exclusă utilizarea medicală a măsurării).

- Apăsați butonul **MODE** până când pe ecran este afișat PULSE.
- Așezați ambele mâini pe senzorii de impulsuri de pe ghidon. În timpul realizării măsurării computerul va afișa o pictogramă în formă de inimă.
- După 3 până la 4 secunde, computerul va afișa ritmul cardiac curent.

DEFECȚIUNI POSIBILE ȘI TEHNICI DE REPARARE

ATENȚIE! Deschiderea carcasei aparatului fără a contacta în prealabil service-ul producătorului duce la pierderea garanției. În cazul în care suspectați apariția unei defecțiuni care necesită deschiderea carcasei contactați service-ul producătorului.

Descriere eroare	Cauze posibile	Soluție
Aparatul se clatină	Aparatul a fost amplasat pe o suprafață denivelată. Sub suportul aparatului se află un obiect care perturbază echilibrul.	Amplasați aparatul pe o suprafață plată. Îndepărtați obiectul care perturbază echilibrul.
	Suporturile nu au fost montate corect.	Montați corect suporturile aparatului. Nivelați șaibele de pe suportul posterior.
	Șaibele de pe suport nu au fost montate și nivelate corect.	Montați corect suportul posterior al aparatului. Nivelați șaibele de pe suportul posterior.
Ghidonul se clatină	Șuruburile ghidonului nu au fost înfiletate.	Înfiletați șuruburile ghidonului.
Zgomot pe durata utilizării	Piese înfiletate în mod necorespunzător.	Contactați service-ul producătorului.
	Pe durata utilizării aparatului pot apărea zgomote reduse în caz de mișcare inertială a roții de deplasare care decurg din tipul de construcție. Acestea nu au niciun impact asupra funcționării echipamentului. Zgomotele potențiale care apar atunci când învârtiți pedalele în direcția opusă sunt cauzate de condiții tehnice și nu provoacă nicio consecință negativă.	
Zgomot și funcționare neuniformă	Rulmenți defecti.	Contactați service-ul producătorului.
Lipsă rezistență corespunzătoare pe durata antrenamentului	Cablu pentru ajustarea rezistenței conectat incorect.	Conectați cablul în mod corect în conformitate cu instrucțiunile de montaj.
	Cureaua de transmisie joacă.	Contactați service-ul producătorului.
	A crescut distanța dintre roata motoare și magneți.	Contactați service-ul producătorului.
	Regulatorul de tensiune este defect.	Contactați serviciile pentru clienți de la service-ul producătorului.

GARANȚIE

Comerciantul în numele Garantului acordă garanție pe teritoriul Republicii Polone pe o perioadă de 24 de luni de la data vânzării. Garanția pentru marfa vândută nu exclude, nu limitează și nu suspendă drepturile Cumpărătorului care decurg din Legea privind drepturile consumatorului.

CONDIȚII DE GARANȚIE

1. Pot fi reclamate și se poate acorda garanția doar pentru defectele ascunse provocate din vina producătorului.
2. Garanția va fi onorată de către magazin sau service atunci când clientul prezintă:
 - fișa de garanție valabilă completată lizibil și corect cu ștampila comerciantului și semnătura vânzătorului,
 - document valabil de achiziție a echipamentului cu data vânzării,
 - produsul reclamat sau piesa defectă.În caz de achiziție la distanță, fișa de garanție rămâne valabilă doar în baza documentului de achiziție (bon fiscal / factură).
3. Reclamația va fi soluționată în termen de 14 zile de la momentul notificării defectului de către Client.
4. Defectele din fabrică și defecțiunile descoperite în perioada de garanție vor fi reparate gratuit într-un termen de maxim 21 de zile de la data livrării produsului la magazin sau service.
5. În cazul în care este necesară importarea unei piese pentru a realiza reparația necesară, perioada de realizare a reparației în termenul de garanție se poate prelungi cu durata necesară pentru importarea acesteia, dar nu mai mult decât cu 40 de zile.
6. Garanția nu include:
 - defecțiunile mecanice și defectele cauzate de acestea,
 - defecțiunile și defectele cauzate de utilizarea în mod necorespunzător cu destinația de utilizare și depozitare, montajul și mentenanța necorespunzătoare,
 - defecțiunile și uzura pieselor de exploatare precum: funii, curele, piese din cauciuc, pedale, suporturi din burete, roți, rulmenți, tapițerie.
 - activitățile legate de montaj, mentenanță pe care, în conformitate cu instrucțiunile de utilizare, utilizatorul trebuie să le efectueze pe cont propriu.
7. Garanția nu se va aplica în următoarele cazuri:
 - expirarea termenului de valabilitate,
 - efectuarea de către client de reparații pe cont propriu și modificările realizate fără piese originale,
 - atunci când defectul apărut rezultă din instalarea necorespunzătoare sau este cauzat de nerespectarea regulilor de exploatare corectă descrise în instrucțiunile de utilizare,
 - în caz de alt tip de utilizare decât utilizarea în scopuri casnice,
 - defecțiunile apărute pe durata transportului.
8. Nu se vor emite duplicate ale fișelor de garanție.
9. În cadrul garanției clientul are dreptul de a solicita următoarele tipuri de recompense gratuite:
 - repararea produsului,
 - înlocuirea produsului,
 - reducere de preț,
 - desfacerea contractului și rambursarea integrală a costurilor suportate.
10. Pentru a opri notifica reclamația trebuie:
 - d) Să prezentați produsul sau o parte din acesta la care se referă garanția.
 - e) Documentul de achiziție care specifică numele și adresa vânzătorului, data și locul achiziției, tipul de produs sau o fișă de garanție valabilă cu ștampila magazinului.
 - f) În cazul în care produsul livrat este murdar, service-ul poate refuza primirea acestuia, sau poate, pe cheltuiala și cu acordul scris al clientului, curăța produsul.
11. În caz de soluționare pozitivă a reclamației echipamentul va fi reparat sau înlocuit cu unul nou sau clientului îi vor fi rambursați banii. Costurile de transportare a mărfii către client vor fi acoperite de către service-ul producătorului.
12. În caz de respingere a reclamației în perioada de garanție, clientul va primi justificarea detaliată a deciziei luate și, în termen de 14 zile de la transmiterea deciziei, echipamentul va fi transmis clientului pe cheltuiala acestuia.

FIȘĂ DE GARANȚIE

Numele produsului	
Cod EAN	
Data vânzării	

(Data și semnătura comerciantului)
(Nu se aplică în caz de achiziție la distanță. Vezi Condiții de garanție pct.2)

Informația privitoare la echipamentul cumpărat introdus pe piața națională de către Morele.net Sp. z o.o., Kraków, Fabryczna 20A.

Masa echipamentului este specificată pe ambalaj. Transmiterea echipamentului uzat la un punct de colectare a deșeurilor previne impactul negativ asupra mediului și sănătății oamenilor care poate avea loc în caz de gestionare necorespunzătoare a deșeurilor.



Echipamentul este destinat doar pentru uz casnic.
Computerul posedă certificate CE și RoHS.
Computerul îndeplinește cerințele standardului EN957.

ECHIPAMENTUL NU ESTE DESTINAT PENTRU UZ COMERCIAL SAU PENTRU UTILIZARE DE ANDURANȚĂ.
Utilizarea în mod neconform cu destinația produsului și a prevederilor garanției duce la pierderea garanției.



Produsul este livrat ambalat. Ambalajele sunt materiale neprelucrate și pot fi reciclate.
Colectați materialele separat și aruncați-le în mod corespunzător după tipul de deșeu.
Să apreciem mediul împreună!

CENTRU SERVICE

Wiejska 166, 41-216 Sosnowiec,
Polonia

PRODUCĂTOR

Morele.net Sp. z o.o.
Fabryczna 20A, 31-553 Kraków
NIP(CUI): 9451972201, KRS: 0000390511
Fabricat în China

Gerbiamieji,
prieš pradėdami montuoti ir naudoti įrenginiu, perskaitykite šią instrukciją. Joje pateikta svarbi saugų bėgimo takelio naudojimą ir priežiūrą liečianti informacija. Instrukcijos neišmeskite tam, kad vėliau galėtumėte dar kartą perskaityti informaciją apie įrenginio priežiūrą arba užsakyti atsargines dalis.

TECHNINIAI DUOMENYS

Galia	2 AAA baterijos
Svoris	35 kg
Naudojimo temperatūra	nuo 0°C iki +40°C
Laikymo temperatūra	nuo -10°C iki +60°C
Didžiausias vartotojo svoris	120 kg
Taikymo klasė	H klasė
Tikslumo klasė	C klasė
Greitis	0,0-99,9 km/h
Produkto standartas (pagrindinis)	EN 20957-1:2013
Paskirtis	Daugiafunkcis įrenginys, skirtas naudoti namuose

SAUGA

DĖMESIO! Įrenginį galima naudoti tik pagal jo paskirtį, t.y. ant jo treniruotis gali suaugę asmenys.

Kitoks įrenginio naudojimas gali būti pavojingas. Gamintojas neatsako už žalą, atsiradusią dėl netinkamo įrenginio naudojimo.

- Prietaisas suprojektuotas ir pagamintas, taikant naujausią saugą liečiančią mokslinę informaciją. Pašalinti arba uždengti pavojingi, sužalojimų grėsmę keliantys elementai.
- Netaisykite ir nekeiskite patys.
- Kartą per mėnesį arba du patikrinkite, ar veržlės, varžtai ir sriegiai yra gerai prisukti.
- Siekdami užtikrinti saugą per visą įrenginio naudojimo laiką, reguliariai (t.y. kartą per metus) įrenginį patikrinti ir priežiūros darbus atlikti turi specializuotos prekybos įstaigos darbuotojas.
- Visi šiame vadove nenurodyti įrenginio pakeitimai gali jį sugadinti arba tiesiogiai kelti grėsmę juo besinaudojančio asmens sveikatai ir gyvybei. Įrenginio pakeitimus gali atlikti tik gamintojo serviso darbuotojai arba atitinkamai apmokyti asmenys.
- Siekdamas užtikrinti aukštą kokybę, gamintojas savo įrenginiuose nuolat diegia inovacijas, todėl jis pasilieka sau teisę daryti įrenginio techninius pakeitimus.
- Kilus su įranga susijusių klausimų ar abejonių, kreipkitės į specializuotą prekybos įstaigą.

DĖMESIO! Apie galimą grėsmę būtina informuoti asmenis, esančius netoli naudojamo įrenginio. Būkite ypač atsargūs, jeigu netoli įrenginio yra vaikai.

DĖMESIO! Prieš pradėdami sportuoti, pasitarkite su gydytoju ir įsitikinkite, kad nėra jokių medicininių kontraindikacijų, neleidžiančių Jums naudotis įrenginiu. Remdamiesi eksperto patarimais, galite parengti savo treniruočių planą. Netinkama programa arba pernelyg intensyvios treniruotės gali būti pavojingos Jūsų sveikatai ir gyvybei.

ĮSPĖJIMAS! Širdies ritmo stebėjimo sistemos gali būti netikslios. Išsekus nuo didelio fizinio krūvio, galima rimtai susižeisti ar net mirti. Jei jaučiate silpnumą, nedelsdami nutraukite treniruotę.

DĖMESIO! Būtinai laikykitės šioje instrukcijoje pateiktų treniruotes liečiančių pastabų.

- Rinkdamiesi vietą treniruotėms, įsitikinkite, ar išlaikytas saugus atstumas nuo kitų daiktų. Įrenginio nestatykite tokiose vietose, kuriose yra galimas žmonių srautas (pvz., vartai, praėjimas ir pan.).

- Draudžiama naudoti įrangą arti sienos. Saugos zona - 2000 mm ir ne siauresnė nei prietaisą.

DĖMESIO! Montuodami įrenginį, būkite atsargūs. Šių darbų metu neleiskite netoliese būti vaikams. Montavimui naudojamoms smulkios detalės (veržlės, varžtai ir pan.), kuriuos vaikai gali praryti.

LIKUTINĖ RIZIKA

- Apribojus riziką, tik 13 iš daugiau nei 230 priežasčių yra „plačiai pripažintos“.
- Jei netaikoma arba netinkamai taikoma apsauga nuo kritimo, išlieka likutinė rizika, t.y. asmuo gali nukristi ir dėl to gali atsirasti įbrėžimų, mėlynių, lūžių arba, blogiausiu atveju, nukritęs asmuo gali mirti.
- Išlieka likutinė sportuojančiojo asmens netyčinės perkrovos rizika; perkrova gali atsirasti dėl neteisingo įrenginio naudojimo ar klaidingo savo galimybių vertinimo, taip pat jos priežastis gali būti neteisingas duomenų perdavimas (dėl elektromagnetinių trukdžių, programinės įrangos klaidos ir kt.) Net geriausia programinės įrangos ir įrenginio apsauga nesaugo nuo programinės įrangos ar įrenginio klaidų ir teoriškai gali sukelti sportuojančiojo perkrovą.
- Šis gaminytis yra elektros prietaisas, todėl negalima atmesti mirtino elektros smūgio rizikos.
- Negalima atmesti likutinės uždusimo rizikos.
- Riziką galima sumažinti, laikantis naudojimo instrukcijoje nurodytų taisyklių.
- Negalima atmesti galimybės, kad dėl bet kokio netyčinio ar netinkamo įrenginio naudojimo atsirastų kitokia, čia nenurodyta rizika, arba nurodyta rizika gali būti neteisingai įvertinta.

Rizikos analizė atlikta, vertinant „dabartinę įrenginio būklę“. Produkto įvertinimas ir patikrinimas rodo, kad nepriimtinos rizikos tikimybė yra labai maža. Įrenginys (jo konstrukcija, veikimo būdas ir paskirtis) įprastomis sąlygomis nesukelia nepagrįstos rizikos sportuojančiam asmeniui ar tretiesiems asmenims.

ANT TRANSPORTAVIMO PAKUOTĖS ESANTIS ŽENKLINIMAS



Ta puse į viršų. Neapversti.



Atsargiai, dūžtantis produktas. Galima sugadinti. Būkite atsargūs.



Saugoti, kad nenukristų.



Saugoti nuo drėgmės.



Pakuotę galima perdirbti.



Dėmesio! Sunkus produktas.

NAUDOJIMAS

Prieš pradėdami treniruotę, patikrinkite, ar įrenginys yra tinkamai sumontuotas.

- Prieš pirmąją treniruotę, susipažinkite su visomis įrenginio funkcijomis ir jo reguliavimu.
- Įrenginyje yra komponentų, kuriuos gali paveikti korozija, todėl rekomenduojama jo nelaikyti drėgnoje patalpoje. Taip pat saugokite, kad įrenginio (ypač jo vidinių ir elektroninių komponentų) neveiktų vanduo, gėrimai, prakaitas ir pan.
- Prietaisas skirtas tik suaugusiųjų asmenų treniruotėms. Juo negali žaisti vaikai. Jei savo rizika leisite įrenginiu naudotis vaikams, būtinai išmokykite juos tinkamai naudotis bėgimo takeliu. Nepalikite vaikų be priežiūros.
- Ši įranga nėra skirta gydymo tikslams.
- Dviračių ir elipsinių treniruoklių atveju priešinga kryptimi sukant pedalus girdimas triukšmas atsiranda dėl techninės įrenginio konstrukcijos ir neturi jokių neigiamų pasekmių. Eksploatavimo metu gali atsirasti tylus smagračio inertinio judėjimo sukeltas garsas, atsiradęs dėl įrenginio konstrukcijos. Jis nedaro jokio poveikio įrenginio darbui.
- Triukšmo emisija apkrovos metu yra didesnė nei treniruokliui veikiant tuščiąja eiga.
- Prieš kiekvieną treniruotę patikrinkite saugos elementus, varžtus ir kištukines jungtis.
- Treniruotės metu avėkite tinkamą (sportinę) avalynę.

MONTAVIMAS

Įrenginio montavimą turi kruopščiai atlikti suaugęs asmuo. Kilus abejonių, kreipkitės į labiau patyrusį šioje srityje asmenį.

- Prieš montavimo darbų pradžią patikrinkite, ar pristatytos visos dalys ir ar elementai transportavimo metu nebuvo sugadinti. Jeigu pastebėsite, kad trūksta elementų, kreipkitės į pardavėją.
- Susipažinkite su brėžiniais ir informacija. Montavimo darbus atlikite, laikydamiesi instrukcijoje nurodytos tvarkos.
- Montavimo metu būkite atsargūs. Naudodamiesi įrankiais ir komponentais, galite susižaloti.
- Nepamirškite darbo vietą išlaikyti saugią. Įrankių ir montuojamų elementų nemėtykite chaotiškai. Nepamirškite, kad plastikiniai maišeliai ir plėvelė kelia uždusimo pavojų vaikams.
- Konkrečiam montavimo etapui būtini elementai nurodyti brėžiniuose ir informacijoje. Naudokite montavimo instrukcijoje nurodytus elementus.
- Pirmųjų montavimo etapų metu neprisukite elementų iki galo. Iki galo juos prisukite tik tuomet, kuomet pritvirtinsite visas dalis ir įsitikinsite, kad jos yra sumontuotos teisingai.
- Gamintojas pasilieka teisę kai kuriuos komponentus surinkti iš anksto.

DĖMESIO! Panaudojus gamintojo netiekiamas atsargines dalis, garantija nebus taikoma. Kitų gamintojų tiekiamų dalių montavimas galimas, tik remontuojant įrenginį, pasibaigus jo garantiniam laikotarpiui.

BATERIJŲ PAKEITIMAS

Jeigu informacija kompiuterio ekrane yra blogai arba visiškai nematoma, pakeiskite baterijas.

Nuimkite baterijų dėklo dangtelį ir pakeiskite išsiekvojusias baterijas dvejomis naujomis. Įdėdami naujas baterijas, nepamirškite poliškumo ženklų „+“ ir „-“. Jeigu įrenginį įjungus, ekranas neveikia tinkamai, išimkite baterijas kelioms minutėms ir vėl jas įdėkite.



DĖMESIO! Išsiekvojusiomis baterijoms garantija netaikoma. Baterijose yra kenksmingų medžiagų (tokių kaip kadmis, gyvsidabris ar švinas), todėl nemeskite jų kartu su buitinėmis atliekomis. Baterijas atiduokite į išsiekvojusių baterijų surinkimo punktą.

APLINKOS APSAUGA



Įrenginys pristatomas jį transporto metu saugančiojo pakuotėje. Pakuotė gali būti perdirbama. Jos atliekas išmeskite į spalvotus, rūšiuotoms atliekomis skirtus konteinerius.

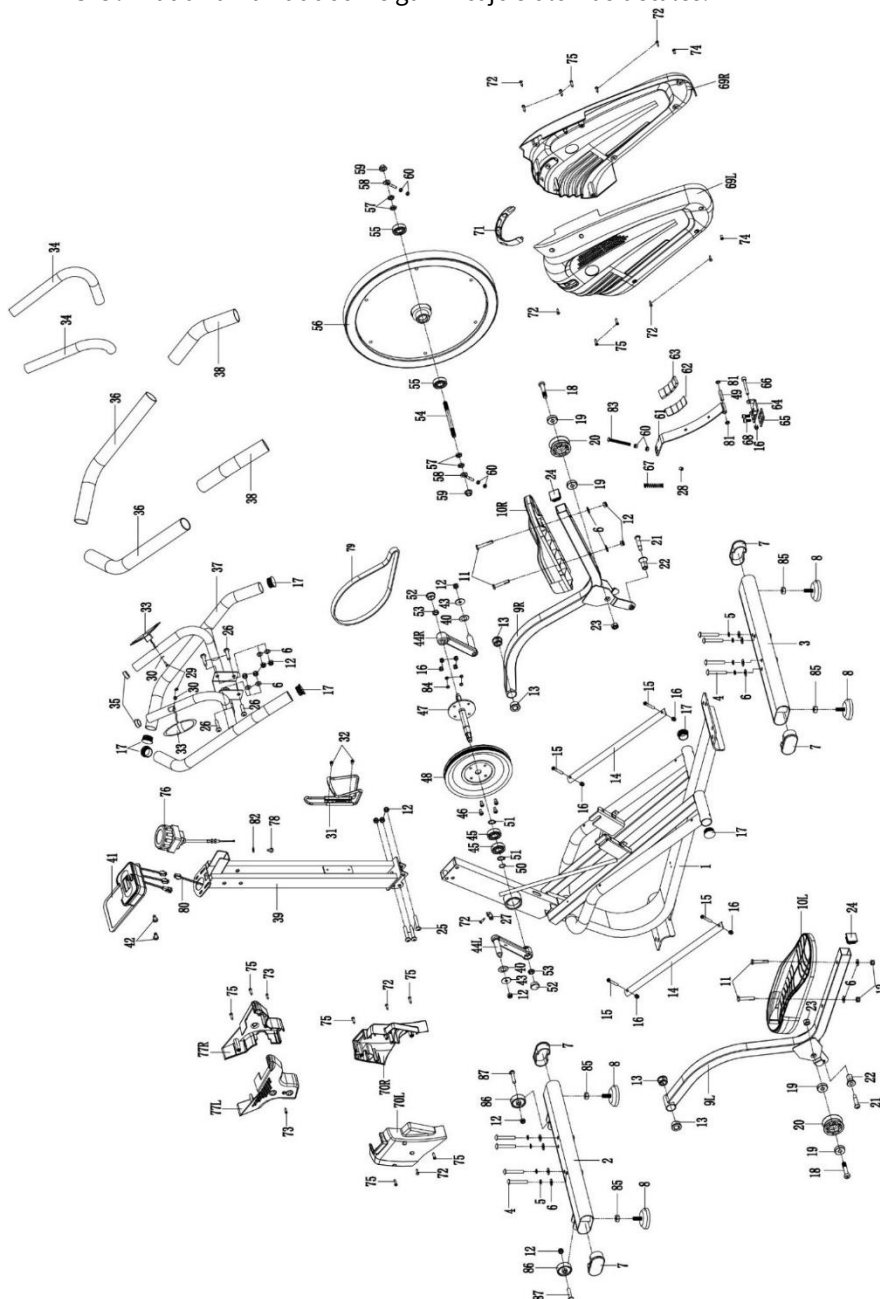


Saugokite aplinką ir išsikrovusių baterijų nemeskite kartu su buitėmis šiukšlėmis. Atiduokite jas specialiuose baterijų arba antrinių žaliavų surinkimo punktuose.

Panaudota elektros įranga (taip pat ir skaitikliai, įkrovėjai) laikomi antrinėmis žaliavomis, todėl jų nemeskite kartu su buitėmis atliekomis. Juose gali būti žmonių sveikatai ir aplinkai kenksmingų medžiagų. Padėkite tausoti gamtinius išteklius ir saugoti aplinką – panaudotą įrangą atiduokite antrinių žaliavų surinkimo punktuose (panaudotos įrangos surinkimo centruose).

MONTAVIMO SCHEMA

DĖMESIO! Draudžiama naudoti ne gamintojo siūlomas detales.



DALIŲ SĄRAŠAS

Nr.	Aprašymas	Kiekis
1	Pagrindinis rėmas	1
2	Priekinis pagrindas	1
3	Galinis pagrindas	1
4	Varžtas M8*55	8
5	Elastinga poveržlė D8	8
6	Poveržlė D8	16
7	Kojelės dangtelis	4
8	Kojelės reguliavimo dangtelis	4
9L/R	Pedalo laikiklis L/R	2
10L/R	Pedalas L/R	2
11	Varžtas M8*50	4
12	Nailoninė veržlė M8	15
13	Ašies dangtelis	4
14	Sija	2
15	Varžtas M6*45	4
16	Nailoninė veržlė M6	9
17	Apvalus vamzdžio dangtelis	6
18	Varžtas M10*50	2
19	Ašis 6200RS	4
20	Varomasis ratas	2
21	Varžtas M8*12*Φ10*32	2
22	Priekinis ratas	2
23	Nailoninė veržlė M10	2
24	Kvadratinė veržlė	2
25	Varžtas M8*48	3
26	Varžtas M8*35	4
27	Jutiklio lizdas	1
28	Antvamzdinis dangtelis	1
29	Varžtas 4.2*18	2
30	Plokščia poveržlė D5	2
31	Gertuvės laikiklis	1
32	Varžtas M5*10	2
33	Pulso jutiklis	2
34	Putplastis	2
35	Laikiklio vamzdžio dangtelis	2
36	Putplastis	2
37	Vairas	1
38	Putplastis	2
39	Vairo laikiklis	1
40	Poveržlė D16	2
41	Monitorius	1
42	Varžtas M5*10	2
43	Poveržlė D8*Φ28*2	2
44L/R	Skriėjikas L/R	2

Nr.	Aprašymas	Kiekis
45	Ašis 6203ZZ	2
46	Varžtas M6*15	4
47	Vidurinė ašis	1
48	Skriemulys	1
49	Vidinis stabdžio vamzdis	1
50	Poveržlė Φ21*Φ17.5*0.3	1
51	Užspaudžiantysis žiedas D17	2
52	Skriėjiko dangtelis	2
53	Veržlė M10*1.25	2
54	Smagračio ašis	1
55	Ašis 6000RS	2
56	Smagratis	1
57	Veržlė M10	4
58	Grandinės varžtas	2
59	Veržlė M10*1	2
60	Veržlė M6	6
61	Stabdžio laikiklis	1
62	Metalinė magnetinė plokštelė	1
63	Magnetas	4
64	Stabdžio tvirtinimo elementas	1
65	Amortizuojanti stabdžio poveržlė	1
66	Varžtas M6*50	1
67	Spyruoklė	1
68	Varžtas M5*12	2
69L/R	Grandinės dangtis L/R	2
70L/R	Apatinis dangtis L/R	2
71	Dekoratyvinis dirželis	1
72	Varžtas ST4.2*20	9
73	Varžtas M4*10	2
74	Varžtas M5*10	2
75	Varžtas ST4.2*20	11
76	Apkrovos reguliavimas	1
77L/R	Viršutinis dangtis L/R	2
78	Varžtas M5*20	1
79	Dirželis	1
80	Apsukų jutiklis	1
81	Poveržlė Φ8.5*Φ19*2	2
82	Poveržlė D5	1
83	Varžtas M6*70	1
84	Elastinga poveržlė D6	4
85	Gaubtas M10	4
86	Transportavimo ratukai	2
87	Varžtas M8*38	2

MONTAVIMO INSTRUKCIJA

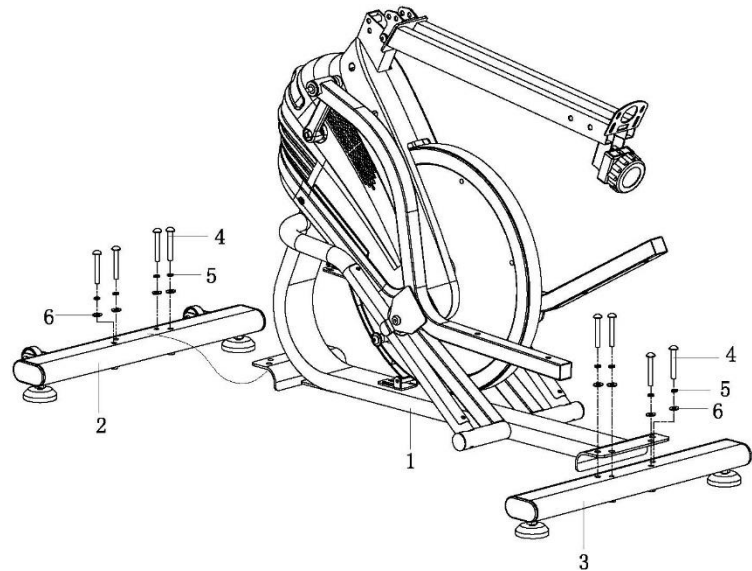
DĖMESIO! Montavimo metu laikykitės toliau nurodytos eilės tvarkos ir naudokite kartu su įrenginiu pristatytus įrankius.

Įsitikinkite, ar įrenginio montavimui turite pakankamai vietos.

Kai kurie elementai yra labai sunkūs, todėl rekomenduojame, kad įrenginį montuotų du asmenys.

1. Pritvirtinkite priekinį ir galinį pagrindą.

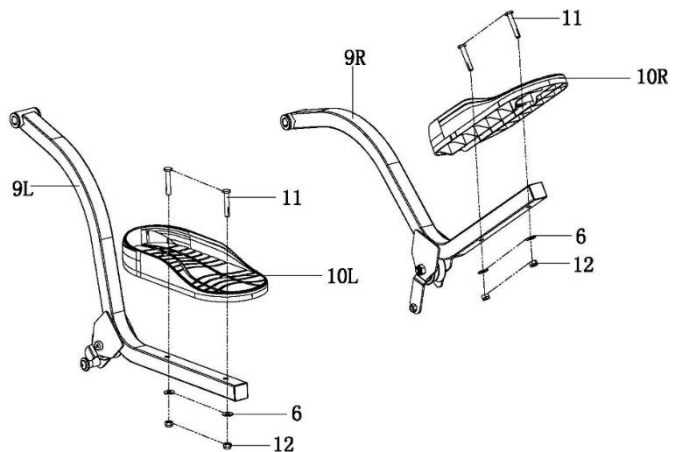
Varžtais (4), elastingomis poveržlėmis (5) bei poveržlėmis (6) prie pagrindinio rėmo (1) pritvirtinkite priekinį (2) ir galinį (3) pagrindą.



2. Pritvirtinkite kairįjį ir dešinįjį pedalą.

Varžtais (11), poveržlėmis (6) ir nailoninėmis veržlėmis (12) prie kairiojo ir dešiniojo pedalo laikiklio (9 L/R) prisukite kairįjį ir dešinįjį pedalą (10 L/R).

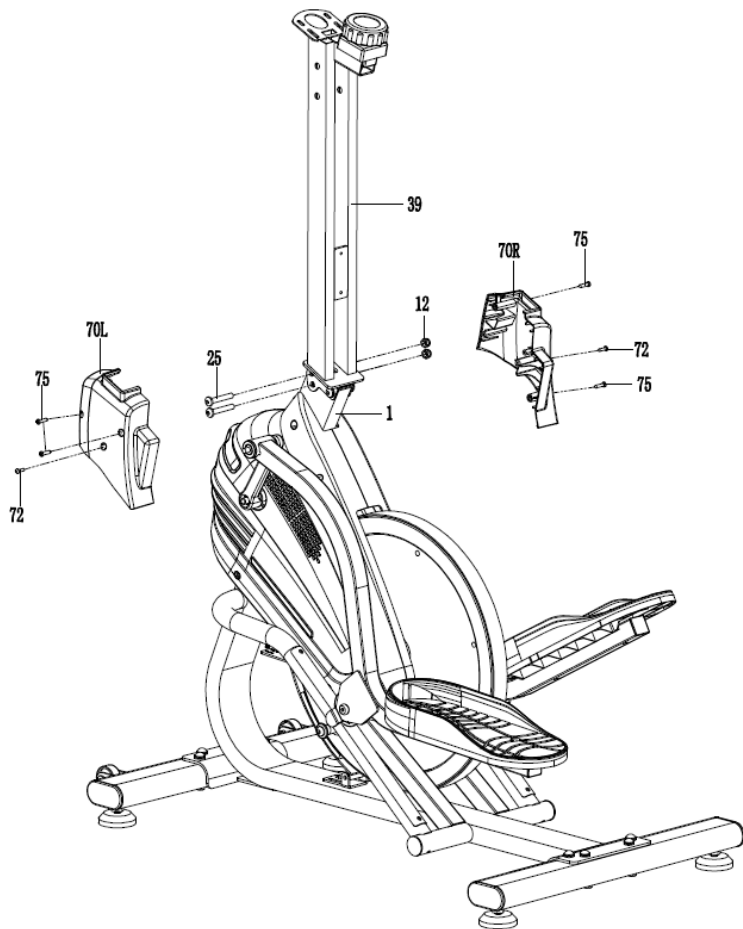
DĖMESIO! Kairysis ir dešinysis pedalai yra pažymėti lipdukais („R“ – dešinysis, „L“ - kairysis).



3. Pritvirtinkite vairo laikiklį.

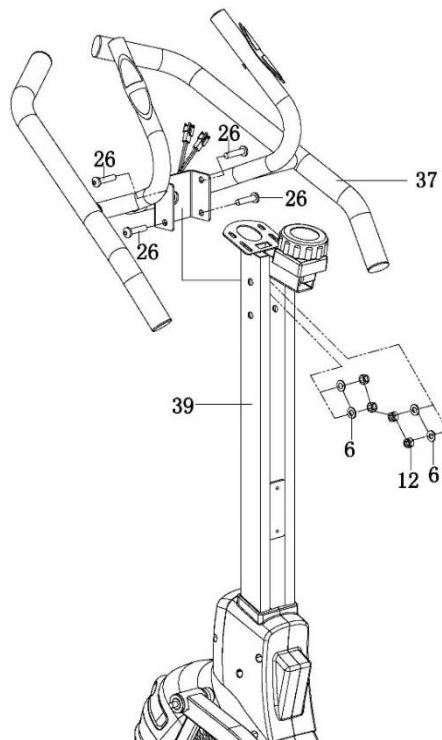
Varžtais (25), poveržlėmis (6) ir nailoninėmis veržlėmis (12) prie pagrindinio rėmo (1) prisukite vairo laikiklį (39).

Tuomet, laikydamiesi čia pateiktos schemos, prie pagrindinio rėmo (1) varžtais (75) prisukite kairįjį ir dešinįjį apatinį dangtį (70L/R).



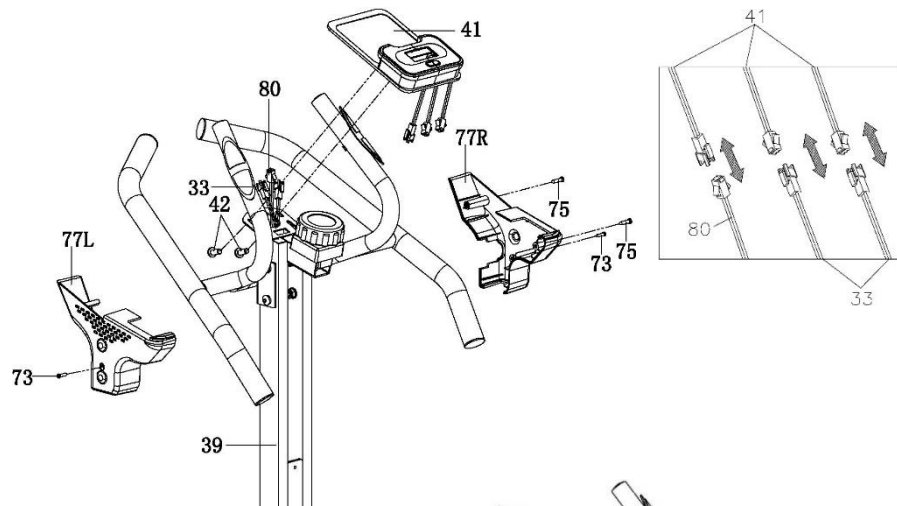
4. Pritvirtinkite vairą.

Varžtais (26), poveržlėmis (6) bei nailoninėmis veržlėmis (12) prisukite vairą (37) prie vairo laikiklio (39).



5. Pritvirtinkite kompiuterį.

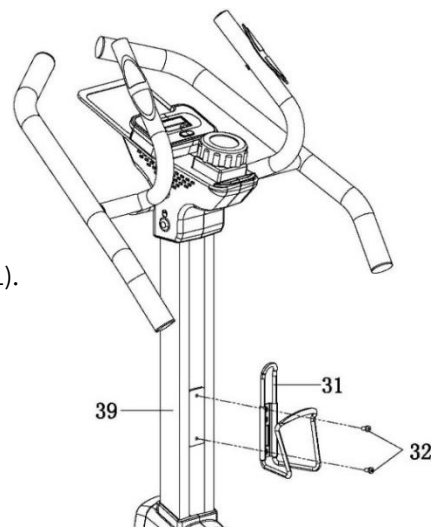
Apsukų jutiklio (80) bei du pulso jutiklio (33) laidus sujunkite su monitoriaus (41) laidais. Varžtais (42) prie ant vairo laikiklio (39) esančio monitoriaus lizdo prisukite monitorių (41).



Tuomet, laikydamiesi čia pateiktos schemos, varžtais (73) ir (75) prie vairo laikiklio (39) prisukite kairįjį ir dešinįjį viršutinį dangtį (77 L/R).

6. Pritvirtinkite gertuvės laikiklį.

Varžtais (32) prie vairo laikiklio (39) prisukite gertuvės laikiklį (31).



Sveikiname!

Daugiafunkcinio prietaiso montavimas baigtas!

Prieš pradėdami naudotis prietaisu, atidžiai perskaitykite instrukciją.

REGULIAVIMAS

Pasipriešinimo reguliavimas

Norėdami padidinti pasipriešinimo jėgą, pasukite pasipriešinimo reguliavimo rankenėlę laikrodžio rodyklės kryptimi. Norėdami sumažinti pasipriešinimo jėgą, pasukite įtempimo reguliavimo rankenėlę priešinga laikrodžio rodyklei kryptimi.

ĮRENGINIO PRIEŽIŪRA

Reguliariai atlikite įrenginio priežiūros darbus. Toliau nurodytus veiksmus būtina atlikti ne rečiau nei kas 20 įrenginio darbo valandų.

- Patikrinkite judančiąsias įrenginio dalis. Jeigu jos nėra pakankamai suteptos, sutepkite jas dviračių guoliams skirtu tepalu.
- Patikrinkite varžtus ir veržles. Šios dalys turi būti gerai prisuktos.
- Po kiekvienos treniruotės nuo įrenginio nuvalykite prakaitą. Atkreipkite dėmesį į tai, kad monitorius nesušlaptų ir nesudrėktų.
- Įrenginio valymui naudokite tik vandenį su muilu. Nenaudokite valiklių.
- Įrenginį laikykite sausoje ir šiltoje vietoje.
- Saugokite įrenginį nuo tiesioginių saulės spindulių.

TRENIRUOTĖS IR PRATIMŲ ETAPAI

Šis įrenginys duos Jums daug naudos. Visų pirma, pagerės Jūsų fizinė būklė, sustiprės raumenys, o jeigu kartu laikysitės atitinkamos mitybos, sudeginsite nereikalingą riebalinį sluoksnį.

1. APŠILIMAS

Šis pratimų etapas pagerina kraujo apytaką visame kūne ir paruošia raumenis didesniai krūviui. Tokiu būdu sumažėja mėšlungio ir sužeidimų pavojus. Patartina atlikti kelis toliau nurodytus tempimo pratimus. Jei jaučiate skausmą, baikite sportuoti arba sumažinkite judesio diapazoną.

TEMPIMO PRATIMAI

- **VIDINĖS ŠLAUNŲ PUSĖS RAUMENŲ TEMPIMAS**

Atsisėskite ant lygaus paviršiaus. Kojos sulenktos, keliai nukreipti į išorę. Sujunkite pėdas ir pritraukite jas kiek galite arčiau savęs. Švelniai spauskite kelius pagrindo kryptimi ir išbūkite tokioje padėtyje 15 sekundžių.

- **ŠLAUNŲ RAUMENŲ TEMPIMAS**

Atsisėskite ant lygaus paviršiaus. Ištieskite dešinę koją, o kairę pėdą pritraukite prie dešinėsios šlaunies. Dešinę ranką ištieskite dešinės pėdos pirštų link kaip galima toliau. Išbūkite tokioje padėtyje 15 sekundžių. Pakartokite šiuos pratimus kaire koja.

- **POSŪKIAI GALVA**

Laikykite galvą tiesiai ir žiūrėkite prieš save. Nejudindami pečių, pasukite galvą į dešinę ir grįžkite į pradinę padėtį. Pasukite į kairę ir grįžkite į pradinę padėtį.

- **RANKŲ KĖLIMAS**

Kairę ranką pakelkite kiek galite aukščiau ir išbūkite tokioje padėtyje kelias sekundes. Pakartokite pratimą dešine ranka.

- **ACHILO SAUSGYSLĖS TEMPIMAS**

Atsistokite veidu į sieną. Kairę koją ištraukite į priekį ir šiek tiek sulenkite per kelį. Dešinę koją laikykite ištiesią atgal, pėdą laikykite priglaustą ant grindų. Abi pėdas laikydami priglaustas prie grindų, spauskite klubus sienos link. Išlaikykite tokioje padėtyje 30 sekundžių. Pakartokite pratimą su ištraukta į priekį dešine koja. Stebėkite, kad pratimo metu pečiai nebūtų palenkti į priekį.

- **PASILENKIMAI**

Atsistokite. Kojos suglaustos. Pasilenkite į priekį, stengdamiesi krūtinę kuo arčiau priartinti prie kelių. Išbūkite tokioje padėtyje 15 sekundžių. Nelenkite kelių.

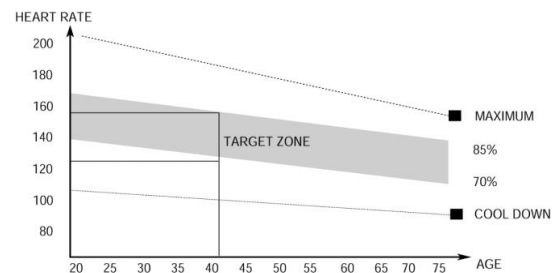
2. TIKRASIS TRENIRUOTĖS ETAPAS

Tai pagrindinė treniruotės dalis. Pasirinkite savo tempą taip, kad būtų pasiektas Jūsų amžių atitinkantis pulsas (žr. toliau pateiktą iliustraciją).

3. ATSIPALIAIDAVIMO ETAPAS

Šis etapas leidžia sulėtinti kraujo apytaką ir atpalaiduoti raumenis. Kartojami apšilimo pratimai.

Nepamirškite, kad raumenys negali būti per daug įtempti.



KOMPIUTERIO NAUDOJIMO INSTRUKCIJA

Prieš naudojimą nuo kompiuterio ekrano nuimkite apsauginę plėvelę.

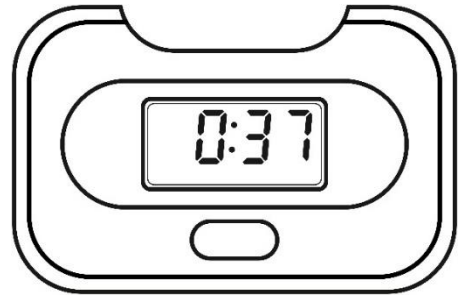
KOMPIUTERIS (MODELIS)

MMS01-GRN

AUTO ON/OFF

Kompiuteris įsijungs, pasukus smagratį arba paspaudus bet kurį mygtuką. Ekrane pasirodys aukštyn nukreipta rodyklė.

Kompiuteris automatiškai išsijungs, jeigu per 4 minutes nebus atlikta jokių veiksmų.



MYGTUKŲ APRAŠYMAS

- **MODE/SET** – leidžia pasirinkti norimą programą. Norėdami ištrinti visas vertes, 3 sekundes prilaikykite nuspaustą mygtuką (visiškas pradinės padėties atkūrimas).

FUNKCIJOS (TECHNINĖ SPECIFIKACIJA)

SCAN	Ekrane iš eilės rodomi visi matuojami treniruotės parametrai.	kas 4 sekundes
TIME	Skaičiuoja visą treniruotės laiką.	00:00-99:59 min
SPEED	Rodo esamą greitį.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Skaičiuoja visą atstumą nuo treniruotės pradžios iki pabaigos.	0,0-99,99 km
CALORIES	Skaičiuoja visas treniruotės metu sudegintas kalorijas. (Apskaičiavimas yra apytikslis. Juo siekiama palyginti skirtingų treniruočių rezultatus. Negalima naudoti gydymo tikslams).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Skaičiuoja visą atstumą, nuo baterijų pakeitimo.	0-999,9 km
PULSE	Rodo esamą pulsą.	40-240 BPM

SCAN

Paspauskite mygtuką **MODE** ir prilaikykite jį tol, kol ekrane pamatysite užrašą **SCAN**. Ekrane matysite funkcijas tokia eilės tvarka: laikas, greitis, atstumas, kalorijos, visas atstumas (ODO), pulsas.

PULSO MATAVIMAS

DĖMESIO! Širdies ritmo matavimas tik sporto tikslais (netaikomas medicininiais tikslams).

- Nuspauskite mygtuką **MODE** tol, kol ekrane pamatysite **PULSE**.
- Abu delnus padėkite ant vaire esančių pulso jutiklių. Pulso matavimo metu ekrane pamatysite širdies piktogramą.
- Po 3 - 4 sekundžių kompiuteris parodys esamą pulsą.

GALIMI GEDIMAI IR JŲ TAISYMAS

DĖMESIO! Garantija negalios, jeigu įrenginio korpusas bus atidarytas be išankstinės konsultacijos su gamintojo servisu. Jeigu įtariate, kad atsirado gedimas, kurio taisymui būtina atidaryti įrenginio korpusą, kreipkitės į gamintojo servisą.

Gedimas	Galimos priežastys	Šalinimas
Įrenginys siūbuoja.	Įrenginys pastatytas ant nelygaus paviršiaus. Po įrenginio atrama yra įrenginio pusiausvyrą trikdančias daiktas.	Pastatykite įrenginį ant lygaus paviršiaus. Ištraukite po įrenginio atrama esantį daiktą.
	Netinkamai sumontuotos atramos.	Tinkamai sumontuokite įrenginio atramas. Sureguliuokite galinės atramos antgalius.
	Atramos antgaliai uždėti netinkamai ir neišlyginta horizontali padėtis.	Tinkamai sumontuokite galinę įrenginio atramą. Sureguliuokite galinės atramos antgalius.
Vairas juda.	Vairo iškyšos varžtai ir rankenėlės neprisukti iki galo.	Prisukite vairo iškyšos varžtus ir rankenėles.
Triukšmas naudojimo metu.	Netinkamai prisukti elementai.	Kreipkitės į gamintojo servisą.
	Įrenginio darbo metu gali būti girdimas nedidelis triukšmas, atsiradęs dėl inertinio smagračio judėjimo (įrenginio konstrukcijos savybė). Toks triukšmas neturi įtakos įrenginio darbui. Triukšmas, girdimas sukant pedalus priešinga kryptimi, atsiranda dėl techninių įrenginio savybių ir neturi jokių neigiamų pasekmių įrenginio darbui.	
Triukšmas ir nesklandus darbas.	Sugadinti guoliai.	Kreipkitės į gamintojo servisą.
Treniruotės metu nejaučiamas tinkamas pasipriešinimas.	Neteisingai prijungtas pasipriešinimo reguliavimo laidas.	Teisingai prijunkite laidą (laikydami instrukcijos nurodymų).
	Per laisvas pavaros diržas.	Kreipkitės į gamintojo servisą.
	Padidėjo atstumas tarp smagračio ir magnetų.	Kreipkitės į gamintojo servisą.
	Sugadintas įtempimo reguliatorius.	Kreipkitės į gamintojo serviso klientų aptarnavimo skyrių.

GARANTIJA

Lenkijos Respublikos teritorijoje pardavėjas Garanto vardu suteikia įrenginiui 24 mėnesių nuo pardavimo datos garantiją. Parduotoms prekėms suteikta garantija neatmeta, neriboja ir nesustabdo Pirkėjo teisių pagal Vartotojų teisių aktą.

GARANTIJOS SĄLYGOS

1. Garantija apima tik paslėptus, dėl gamintojo kaltės atsiradusius defektus.
2. Parduotuvė arba servisas pripažins garantiją, jeigu klientas pateiks:
 - galiojančią ir teisingai užpildytą garantijos kortelę, patvirtintą pardavėjo antspaudu ir parašu;
 - galiojantį įrenginio įsigijimo dokumentą, kuriame nurodyta pardavimo data;
 - skundą liečiantį įrenginį arba jo dalį.Jeigu įrenginys bus įsigytas internetinėje parduotuvėje, garantinė kortelė galios, tik pateikus įrenginio įsigijimą patvirtinantį dokumentą (kasos kvitą arba sąskaitą - faktūrą).
3. Skundas bus išnagrinėtas per 14 dienų nuo jo pateikimo dienos laikotarpį.
4. Garantijos galiojimo metu išaiškėję gamykliniai defektai ir gedimai bus nemokamai taisomi per ne ilgesnį nei 21 diena laikotarpį, skaičiuojamą nuo įrenginio pristatymo į parduotuvę ar servisą dienos.
5. Prireikus importuoti atsargines dalis, garantinio remonto laikas gali būti pratęstas, pridendant dalių importavimui reikalingą laikotarpį, tačiau ne daugiau nei 40 dienų.
6. Garantija neapima:
 - mechaninių pažeidimų ir dėl jų atsiradusių defektų,
 - gedimų ir defektų, atsiradusių dėl įrenginio naudojimo ne pagal paskirtį, netinkamo laikymo, montavimo ir priežiūros,
 - eksploatacinių elementų (virvelių, dirželių, guminių elementų, pedalų, putplasčio rankenų, ratukų, guolių, apmušalų) gedimų ir susidėvėjimo,
 - montavimo ir priežiūros darbų, kuriuos pagal naudojimo instrukciją klientas privalo atlikti pats.
7. Garantija netaikoma tokiais atvejais:
 - jeigu pasibaigs galiojimo terminas,
 - jeigu klientas savarankiškai atliks remontą ar įrenginio konstrukcijos modifikavimą, naudodamas neoriginalias dalis,
 - jeigu defektas atsiras dėl netinkamo montavimo arba teisingos eksploatacijos taisyklių, nurodytų naudojimo instrukcijoje, nesilaikymo,
 - jeigu įrenginys bus naudojamas kitiems nei būtina tikslams,
 - jeigu gedimai atsiras transportavimo metu.
8. Garantijos kortelės dublikatai nebus išduodami.
9. Garantinio laikotarpio metu klientas turi teisę pareikalauti:
 - nemokamai pataisyti produktą,
 - pakeisti produktą,
 - sumažinti kainą,
 - nutraukti sutartį ir grąžinti visą sumokėtą sumą.
10. Norėdami pateikti skundą:
 - a) pateikite skunde nurodytą produktą arba jo dalį,
 - b) pateikite įrenginio įsigijimo įrodymą, kuriame nurodytas pardavėjo pavadinimas ir adresas, pirkimo data ir vieta, produkto tipas, arba galiojančią garantijos kortelę, patvirtintą parduotuvės antspaudu.Jeigu įrenginys bus pristatytas nešvarus, servisas gali jo nepriimti arba, klientui davus raštišką sutikimą, jį išvalyti kliento sąskaita.
11. Jeigu skundas bus pripažintas pagrįstu, įrenginys bus pataisytas, pakeistas į naują arba klientui bus grąžinti pinigai. Įrenginio transporto klientui išlaidas padengia gamintojo servisas.
12. Jeigu skundas bus pripažintas nepagrįstu, klientas gaus išsamų tokio sprendimo pagrindimą bei per 14 dienų laikotarpį nuo sprendimo įteikimo dienos įrenginys bus išsiųstas klientui. Transporto išlaidas padengia klientas.

GARANTIJOS KORTELĖ

Gaminio pavadinimas	
EAN kodas	
Pardavimo data	

(Pardavėjo antspaudas ir parašas)
(Netaikoma, jeigu įrenginys įsigytas internetinėje parduotuvėje. Žr. „Garantijos sąlygos“, 2 pkt.)

Informacija liečia įrenginį, kurį į šalies rinką įvedė bendrovė „Morele.net Sp. z o.o.“, įsikūrusi adresu Fabryczna 20A, Kraków (Krokuva).

Įrenginio svoris nurodytas ant pakuotės. Panaudotą įrangą atiduodami į atliekų surinkimo punktą, saugote aplinką ir žmonių sveikatą nuo galimo neigiamo poveikio, kurį gali sukelti netinkamas atliekų tvarkymas.



Įrenginys skirtas buitiniam naudojimui.
Kompiuteris turi CE ir RoHS sertifikatą.
Kompiuteris atitinka EN957 standarto reikalavimus.

**ĮRENGINYS NĖRA PRITAIKYTAS KOMERCINIAMS TIKSLAMS ARBA PROFESIONALIAM SPORTUI.
GARANTIJA NEBUS TAIKOMA, JEIGU GAMINYS BUS NAUDOJAMAS NE PAGAL PASKIRTĮ ARBA
NESILAIKANT GARANTIJOS SĄLYGŲ.**



Gaminys pristatomas supakuotas. Pakuotė gali būti perdirbama. Rūšiuokite atliekas ir išmeskite, atsižvelgdami į jų tipą.
Saugokime aplinką kartu!

SERVISAS

Wiejska 166, 41-216 Sosnowiec,
Lenkija

GAMINTOJAS

Morele.net Sp. z o.o.
Fabryczna 20A, 31-553 Kraków
NIP: 9451972201, KRS: 0000390511
Pagaminta Kinijoje.

Utilisateur,

Veillez lire toutes les précautions et instructions contenues dans ce manuel avant d'utiliser l'équipement. Ce manuel contient des informations importantes sur l'utilisation et l'entretien de l'équipement en toute sécurité. Conservez ce manuel pour pouvoir vous y référer ultérieurement pour obtenir des informations sur l'entretien ou commander des pièces de rechange.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Alimentation	Piles 2xAAA
Poids	35 kg
Température de fonctionnement	de 0°C à +40°C
Température de stockage	de -10°C à +60°C
Poids maximal de l'utilisateur	120 kg
Classe d'application	Classe H
Classe de précision	Classe C
Vitesse	0,0-99,9 km/h
Norme de produit (principale)	EN 20957-1:2013
Destination	Appareil multifonction à usage à domicile

SÉCURITÉ

ATTENTION ! L'appareil ne doit être utilisé que pour l'usage auquel il est destiné, c'est-à-dire l'entraînement par des adultes. Toute autre utilisation peut être dangereuse. Le fabricant ne peut être tenu responsable des dommages causés par une utilisation incorrecte de l'appareil.

- L'appareil a été conçu et construit sur la base des dernières connaissances en matière de sécurité. Les pièces dangereuses qui pourraient présenter un risque de blessure ont été éliminées ou relativement protégées.
- N'effectuez aucune réparation ou modification par vous-même.
- Vérifiez le serrage des vis, des boulons et des écrous tous les un ou deux mois.
- Afin d'assurer une sécurité permanente, vérifiez et maintenez régulièrement (c'est-à-dire une fois par an) l'appareil chez un revendeur spécialisé.
- Toute modification de l'équipement qui n'est pas décrite dans ce manuel peut causer des dommages ou mettre directement en danger la santé et la vie de la personne qui s'entraîne. Les modifications de l'appareil ne peuvent être effectuées que par le personnel de service du fabricant ou par des personnes formées par lui.
- Tous les dispositifs sont soumis à des activités d'innovation constantes afin de garantir une qualité élevée. Pour cette raison, le fabricant se réserve le droit d'apporter des modifications techniques.
- Toute question ou préoccupation concernant l'équipement doit être adressée à un revendeur spécialisé.

ATTENTION ! Les personnes se trouvant à proximité lors de l'utilisation de l'équipement doivent être averties des dangers possibles. Faites particulièrement attention en présence d'enfants.

ATTENTION ! Avant de commencer à faire de l'exercice, consultez votre médecin pour vous assurer que vous n'avez pas de contre-indications de santé pour vous entraîner sur l'équipement. Sur la base de l'avis de votre spécialiste, vous pouvez élaborer votre plan d'entraînement. Un programme inadapté ou l'exercice excessif peut être dangereux pour votre santé et votre vie.

AVERTISSEMENT ! Les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être imprécis. L'épuisement pendant l'exercice peut entraîner des blessures graves ou la mort. Si vous vous sentez faible, arrêtez immédiatement l'exercice.

ATTENTION ! Suivez strictement les instructions d'entraînement contenues dans ce manuel.

- Lorsque vous choisissez un endroit pour vous entraîner, veillez à garder une distance de sécurité par rapport aux obstacles éventuels. Ne pas placer l'équipement à proximité de voies de circulation (routes, portes, passages, etc.).
- N'utilisez pas l'appareil à proximité d'un mur. La zone de sécurité est de 2000 mm et au moins aussi large que l'appareil.

ATTENTION ! Soyez prudent lors du montage de l'appareil et ne laissez pas les enfants s'en approcher. De petites pièces (écrous, vis, etc.) sont utilisées lors du montage et peuvent être avalées par les enfants.

RISQUE RESIDUEL

- Après atténuation des risques, seules 13 des plus de 230 causes entrent dans la catégorie "communément admise".
- Si la protection antichute n'est pas appliquée ou n'est pas appliquée correctement, il existe un risque résiduel, c'est-à-dire une chute d'une personne entraînant des écorchures, des contusions, des fractures ou, dans le pire des cas, la mort.
- Il existe un risque résiduel de surcharge involontaire de la personne exerçant l'activité en raison d'une manipulation ou d'une évaluation incorrecte, ainsi que d'une transmission incorrecte des données (en raison d'interférences électromagnétiques, d'erreurs logicielles, etc.). Même la meilleure protection logicielle et matérielle n'exclut pas une erreur logicielle ou matérielle et peut théoriquement provoquer une surcharge de la personne qui s'entraîne.
- Le produit est un appareil électrique, par conséquent un choc électrique pouvant entraîner la mort ne peut être exclu.
- Le risque d'asphyxie résiduelle ne peut être exclu.
- Les risques peuvent être réduits en suivant les précautions contenues dans le manuel d'utilisation.
- Il ne peut être exclu que toute utilisation non intentionnelle ou non autorisée entraîne un risque différent, non comptabilisé et que le risque pris en compte ait été mal estimé.

Dans l'analyse des risques, l'évaluation a été faite sur la base de "l'état actuel du dispositif". Sur la base de l'évaluation et de l'inspection du produit, la probabilité qu'un risque inacceptable se produise est très faible. L'appareil (sa structure, son mode de fonctionnement et son utilisation) ne comporte pas - dans des circonstances normales - de risques déraisonnables pour la personne qui l'utilise ou pour des tiers.

LES MARQUES DE MANUTENTION SUR LES EMBALLAGES DE TRANSPORT



Ce côté vers le haut. Ne pas renverser.



Attention, fragile. Dommages possibles. Manipuler avec précaution.



Protéger contre les chutes.



Protéger de l'humidité.



Emballage recyclable.



Attention : produit lourd.

UTILISATION

Assurez-vous que l'appareil est correctement assemblé avant de commencer votre séance d'entraînement.

- Avant de commencer votre première séance d'entraînement, familiarisez-vous avec toutes les fonctions et les possibilités de réglage de l'appareil.
- L'équipement possède des composants qui peuvent être sujets à la corrosion. C'est pourquoi il n'est pas recommandé de le laisser dans un environnement humide. Vous devez également vous assurer que l'équipement (en particulier ses composants internes et électroniques) n'est pas exposé à l'eau, aux boissons, à la sueur, etc
- L'appareil est destiné uniquement à l'entraînement des adultes et n'est absolument pas un jouet pour les enfants. Si, à vos risques et périls, vous permettez aux enfants de l'utiliser, vous devez absolument leur montrer comment le faire correctement et les surveiller à tout moment.
- Le vélo n'est pas un appareil médical.
- Pendant le fonctionnement de l'appareil, il peut y avoir des bruits silencieux avec le mouvement d'inertie de la masse du volant d'inertie de la courroie, qui résultent du type de construction. Ils n'ont aucun effet sur le fonctionnement de l'équipement.
- Les émissions de bruit pendant la charge sont plus élevées que sans charge.
- Avant de commencer chaque entraînement, vérifiez que les protections et les assemblages boulonnées et des fiches sont corrects.
- Lors de l'entraînement sur l'appareil, n'oubliez pas de porter des chaussures appropriées (chaussures de sport).

ASSEMBLAGE

L'assemblage de l'appareil doit être effectué avec soin par un adulte. En cas de doute, demandez l'aide d'une personne plus expérimentée dans ce domaine.

- Avant de commencer le montage, assurez-vous que le kit contient tous les éléments de la liste de pièces et qu'aucun élément n'a été endommagé pendant le transport. En cas d'éléments manquants ou d'objections, veuillez contacter le vendeur.
- Consultez les dessins et les explications et effectuez l'assemblage dans l'ordre prévu par les instructions de montage.
- Faites attention lors de l'installation. Il existe un risque de blessure lors de l'utilisation d'outils et de composants.
- N'oubliez pas de maintenir un environnement sûr. Ne disposez pas les outils et les composants de manière chaotique. N'oubliez pas que les films et les sacs en plastique présentent un risque d'étouffement pour les enfants.
- Les pièces nécessaires à chaque étape des instructions de montage sont indiquées dans les illustrations et les explications. Utilisez les composants indiqués dans les instructions de montage.
- Au cours des premières étapes de l'assemblage, ne serrez pas les pièces au maximum. Faites-le après les avoir toutes placées et vous être assuré qu'elles sont correctement positionnées.
- Le fabricant se réserve le droit de pré-assembler certaines pièces.

REPLACEMENT DES PILES

Si les instructions à l'écran sont illisibles ou qu'elles nes'affichent que partiellement, il faut remplacer les piles.

Retirez le couvercle des piles et remplacez les piles usagées par deux nouvelles. Insérez-les dans le compartiment en respectant la polarité +/- . Si l'écran ne fonctionne pas correctement après le redémarrage, retirez les piles pendant quelques minutes, puis remettez-les en place.



ATTENTION ! Les piles usagées ne sont pas couvertes par la garantie. Elles contiennent des substances nocives (par exemple du cadmium, du mercure, du plomb), ne les jetez donc pas avec vos déchets ménagers.

Apportez-les au point de collecte approprié pour les piles usagées.

ENVIRONNEMENT



L'appareil est expédié dans un emballage qui le protège des dommages éventuels pendant le transport. L'emballage est une matière première et peut être recyclé. Jetez ces matériaux dans des conteneurs colorés destinés à la collecte sélective.



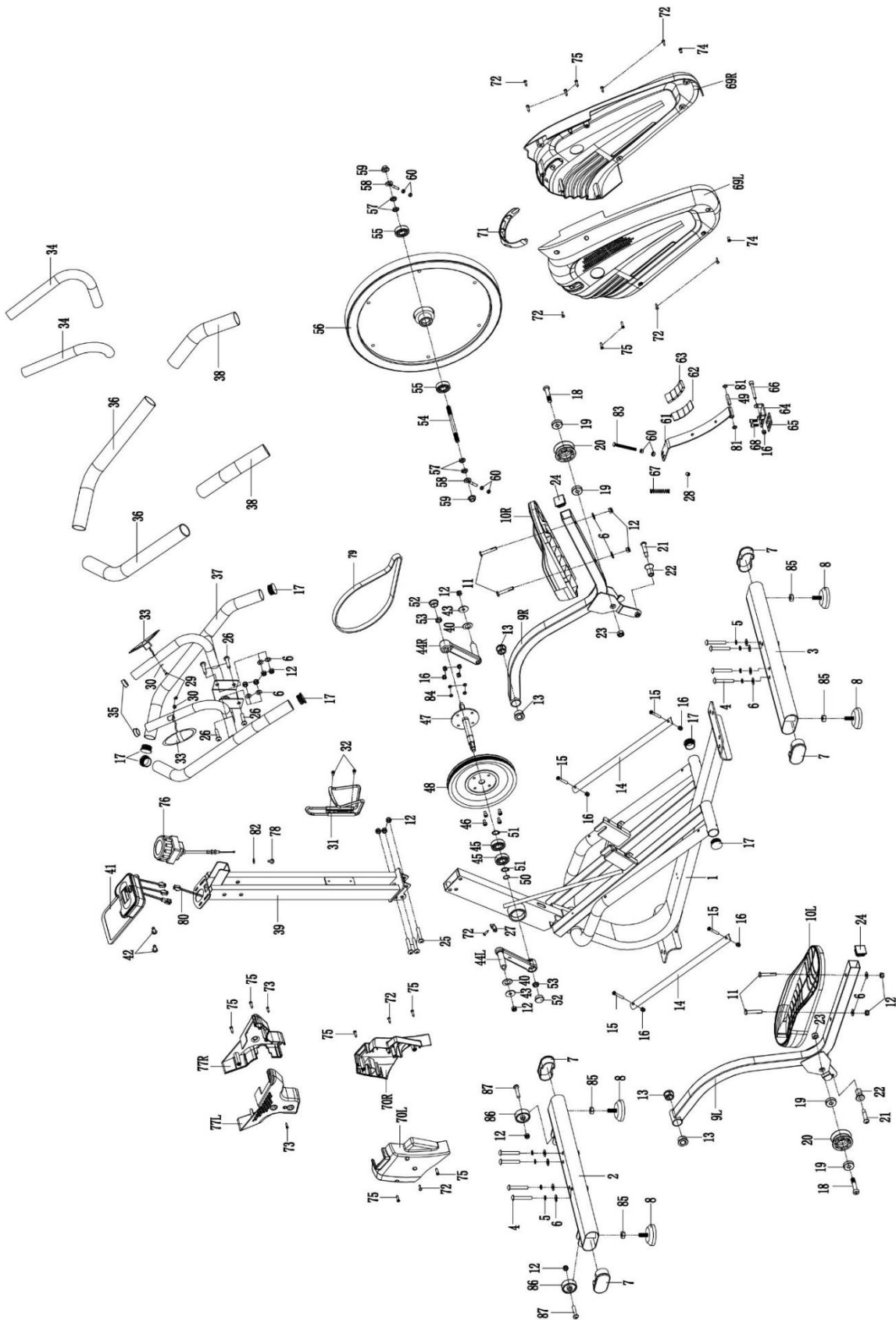
Protégez l'environnement et ne jetez pas les piles usagées dans les ordures ménagères.

Retournez-les au lieu d'achat ou apportez-les à un point de collecte sélective pour les matériaux recyclables.

Les équipements électriques usagés (y compris le compteur et les bloc d'alimentation) sont recyclables - ne les jetez pas avec vos déchets ménagers car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour votre santé et l'environnement. Veuillez contribuer activement à la gestion économique des ressources naturelles et protéger l'environnement en remettant l'appareil usagé à un organisme de recyclage habilité à collecter ce type de déchet - les appareils électriques usagés.

SCHÉMA DE MONTAGE

ATTENTION ! Il est interdit d'utiliser des pièces provenant de sources autres que le fabricant.



LISTE DES PIÈCES

No	Description	Quantité
1	Cadre principal	1
2	Stabilisateur avant	1
3	Stabilisateur arrière	1
4	Vis M8*55	8
5	Rondelle élastique D8	8
6	Rondelle D8	16
7	Embout de stabilisateur	4
8	Embout de pied de réglage	4
9L/R	Support de pédale L / R	2
10L/R	Pédale L / R	2
11	Vis M8*50	4
12	Écrou en nylon M8	15
13	Embout d'essieu	4
14	Barre de traction	2
15	Vis M6*45	4
16	Écrou en nylon	9
17	Bouchon de tube rond	6
18	Vis M10*50	2
19	Essieu 6200RS	4
20	Roue motrice	2
21	Vis M8*12*Φ10*32	2
22	Roue secondaire	2
23	Écrou en nylon M10	2
24	Embout carré	2
25	Vis M8*48	3
26	Vis M8*35	4
27	Prise de capteur	1
28	Embout anti-tube	1
29	Vis 4.2*18	2
30	Rondelle plate D5	2
31	Porte-gourde	1
32	Vis M5*10	2
33	Capteur de poulis	2
34	Mousse	2
35	Bouchon pour le tube de poignée	2
36	Mousse	2
37	Guidon	1
38	Mousse	2
39	Potence de guidon	1
40	Rondelle D16	2
41	Écran	1
42	Vis M5*10	2
43	Rondelle D8*Φ28*2	2
44L/R	Manivelle L / R	2

No	Description	Quantité
45	Essieu 6203ZZ	2
46	Vis M6*15	4
47	Essieu central	1
48	Poulie	1
49	Tube de frein intérieur	1
50	Rondelle Φ21*Φ17.5*0.3	1
51	Rondelle fendue D17	2
52	Embout de manivelle	2
53	Rondelle M10*1,25	2
54	Essieu de volant d'inertie	1
55	Essieu 6000RS	2
56	Volant d'inertie	1
57	Rondelle M10	4
58	Boulon de chaîne	2
59	Rondelle M10*1	2
60	Rondelle M6	6
61	Support de frein	1
62	Plaque magnétique en métal	1
63	Aimant	4
64	Support de frein	1
65	Rondelle amortisseur de frein	1
66	Vis M6*50	1
67	Ressort	1
68	Vis M5*12	2
69L/R	Protège-chaîne L/R	2
70L/R	Couvercle inférieur L/R	2
71	Enjoliveur	1
72	Vis ST4.2*20	9
73	Vis M4*10	2
74	Vis M5*10	2
75	Vis ST4.2*20	11
76	Réglage de la résistance	1
77L/R	Couvercle supérieur L/R	2
78	Vis M5*20	1
79	Courroie	1
80	Capteur de rotation	1
81	Rondelle Washer Φ8.5*Φ19*2	2
82	Rondelle D5	1
83	Vis M6*70	1
84	Rondelle élastique D6	4
85	Embout M10	4
86	Roulettes de transport	2
87	Vis M8*38	2

INSTRUCTIONS DE MONTAGE

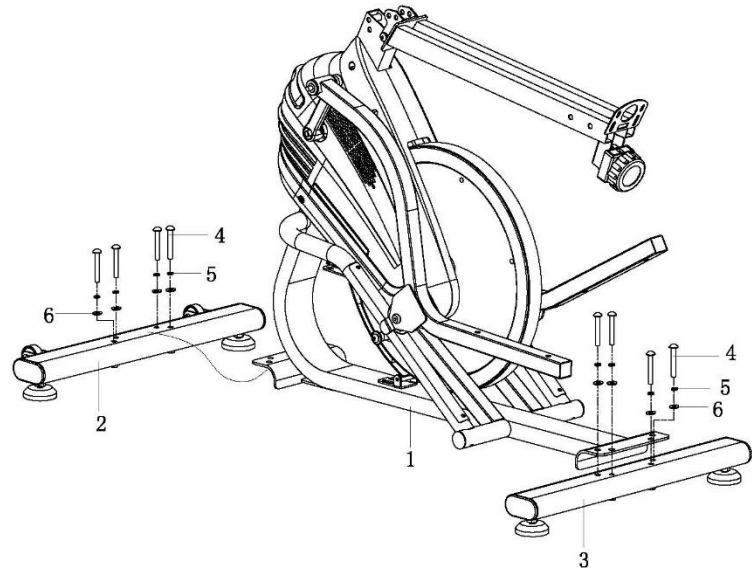
ATTENTION ! Pendant l'installation, suivez les étapes ci-dessous et utilisez les outils fournis.

Préparez un espace libre suffisant pour monter l'appareil.

En raison du poids élevé de certains composants, il est recommandé d'être deux pour le montage.

1. Installez le stabilisateur avant et arrière

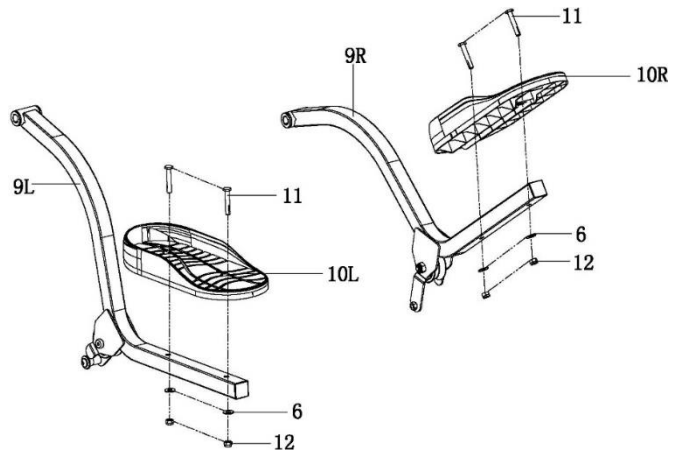
Montez le stabilisateur avant (2) et le stabilisateur arrière (3) sur le cadre principal (1) à l'aide des vis (4), des rondelles élastiques (5) et des rondelles (6).



2. Installez la pédale droite et la pédale gauche

Vissez les pédales gauche et droite (10L/R) aux supports de pédales gauche et droite (9L/R) à l'aide des vis (11), des rondelles (6) et des écrous en nylon (12).

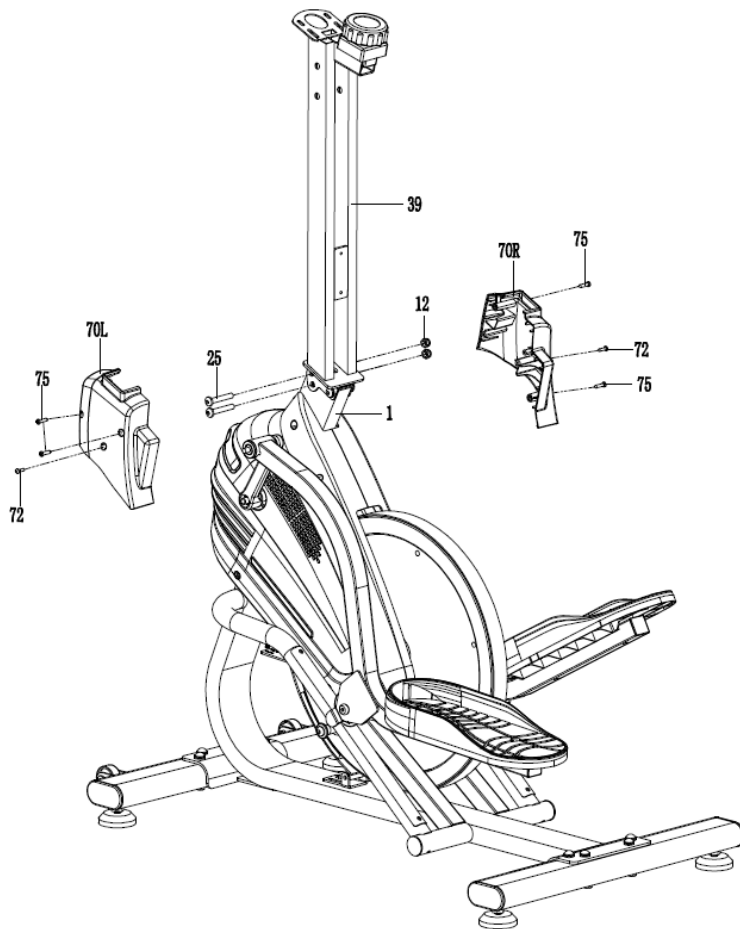
ATTENTION ! Les pédales de gauche et de droite portent les étiquettes « R » pour celle de droite et « L » pour celle de gauche.



3. Installez la potence du guidon

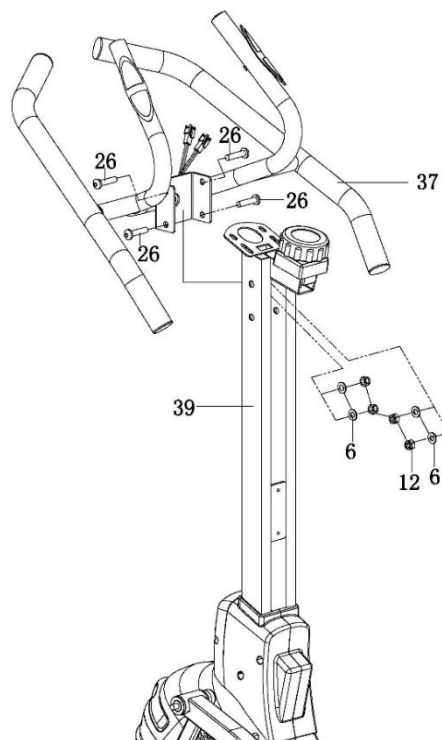
Vissez la potence du guidon (39) au cadre principal (1) à l'aide des vis (25), des rondelles (6) et des écrous en nylon (12).

Vissez ensuite les couvercles inférieurs gauche et droit (70L/R) au cadre principal (1) à l'aide des vis (72) et des vis (75) comme indiqué sur le schéma ci-contre.



4. Installez le guidon

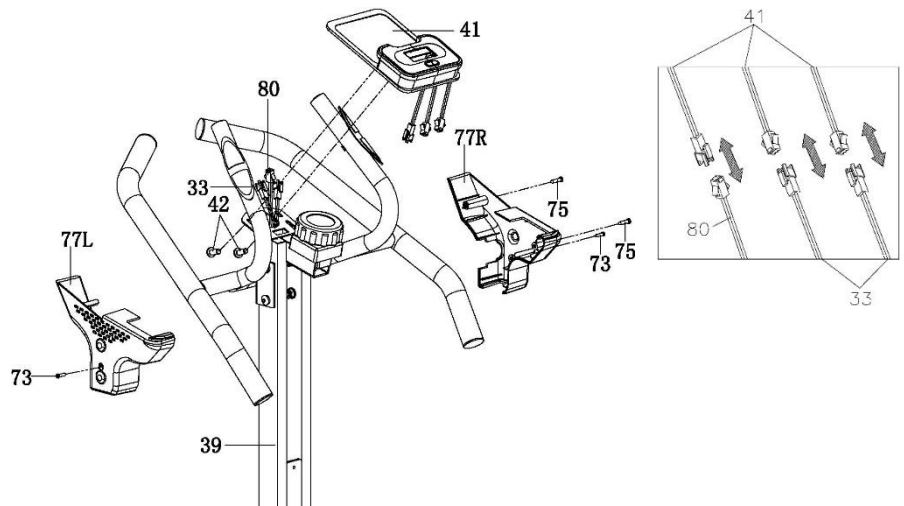
Vissez le guidon (37) à la potence du guidon (39) à l'aide des vis (26), des rondelles (6) et des écrous en nylon (12).



5. Installez la console

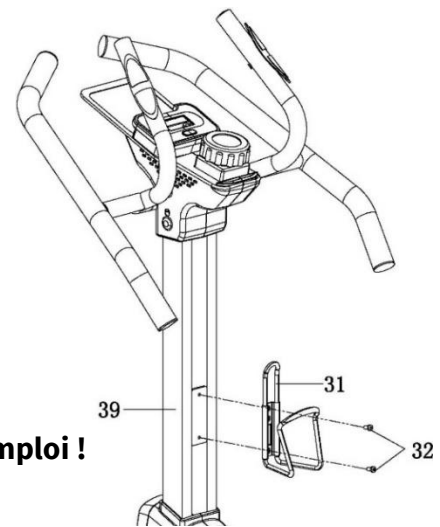
Connectez le câble du capteur de vitesse (80) et les deux câbles du capteur de pouls (33) aux câbles de l'écran (41). Vissez l'écran (41) au support de l'écran sur la potence du guidon (39) avec les vis (42).

Vissez ensuite les couvercles supérieurs gauche et droit (77L/R) à la potence du guidon (39) à l'aide des vis (73) et des vis (75) comme indiqué sur le schéma ci-contre.



6. Montez le porte-gourde

Vissez le porte-gourde (31) à la potence du guidon (39) avec les vis (32).



Félicitations !

Votre appareil multifonctions est maintenant prêt à l'emploi !

Avant d'utiliser le vélo, lisez attentivement les instructions.

RÉGLAGES

Réglage de la résistance

Pour augmenter la résistance, tournez le bouton de réglage de la résistance dans le sens des aiguilles d'une montre. Pour diminuer la résistance, tournez le bouton de réglage de la tension dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

MAINTENANCE DE L'ÉQUIPEMENT

N'oubliez pas la maintenance régulière de votre équipement. Effectuez les opérations suivantes au moins toutes les 20 heures de fonctionnement.

- Contrôlez les parties mobiles de votre appareil. S'ils ne sont pas suffisamment lubrifiés, utilisez de la graisse pour des roulements à vélo.
- Vérifiez l'état des pièces telles que les écrous et les boulons. Assurez-vous qu'ils sont bien serrés.
- Essuyez la sueur sur la machine après chaque séance d'entraînement. Veillez à ce que le moniteur n'entre pas en contact avec de l'eau ou de l'humidité.
- Utilisez uniquement de l'eau et du savon pour nettoyer l'appareil. N'utilisez pas de produits de nettoyage.
- Conservez l'appareil dans un endroit sec et chaud.
- N'exposez pas l'appareil à la lumière directe du soleil.

ENTRAÎNEMENT ET PHASES D'EXERCICE

L'utilisation du vélo vous apportera de nombreux avantages. Tout d'abord, il améliorera votre condition physique, renforcera vos muscles et, associé à un régime alimentaire approprié, il vous permettra de brûler les graisses corporelles superflues.

1. ÉCHAUFFEMENT

Cette phase améliore la circulation sanguine dans tout le corps et prépare les muscles à un exercice plus intense. Il réduit également le risque de crampes et de lésions. Il est conseillé de faire quelques exercices d'étirement comme indiqué ci-dessous. Si vous ressentez une douleur, arrêtez de faire des exercices ou réduisez l'amplitude des mouvements.

ÉTIREMENTS :

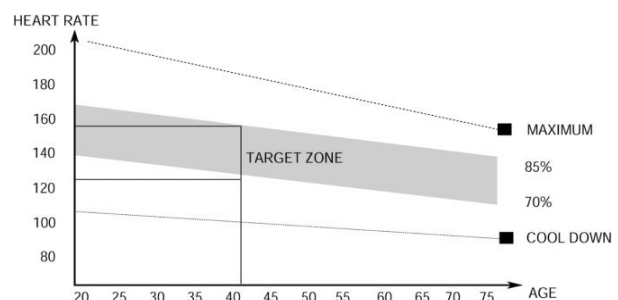
- DE L'INTÉRIEUR DES CUISSES**
 En position assise, joignez la plante de vos pieds en écartant les genoux. Tirez vos pieds le plus loin possible vers l'intérieur. Appuyez doucement vos genoux vers le sol et maintenez cette position pendant 15 secondes.
- ÉTIREMENT DES CUISSES**
 Asseyez-vous sur une surface plane. Étendez la jambe droite et plaquez la plante du pied gauche sur l'intérieur de la cuisse de la jambe tendue. Étirez-vous le plus loin possible pour aller toucher votre orteil droit. Comptez jusqu'à 15, puis relâchez. Répétez cet exercice avec la jambe gauche.
- TOURNER LA TÊTE**
 Gardez la tête droite en regardant droit devant vous. Sans bouger les bras, tournez la tête vers la droite et revenez à la position initiale et ensuite tournez la tête vers la gauche et revenez à la position initiale.
- LEVER LES BRAS**
 Levez votre bras gauche aussi haut que possible et maintenez-le pendant plusieurs secondes. Répétez l'exercice avec votre bras droit.
- ÉTIREMENT DU TENDON D'ACHILLE**
 Tournez vers un mur, le pied gauche devant l'autre. Pliez légèrement la jambe avant. Maintenez votre jambe droite tendue et votre pied droit bien à plat au sol. Gardez les deux pieds à plat sur le sol et avancez les hanches vers le mur. Comptez jusqu'à 30, puis relâchez. Répétez l'exercice avec votre jambe droite avant. Ne cambrez pas le dos pendant l'exercice.
- FLEXIONS**
 Tenez-vous debout, les pieds joints. Penchez la partie supérieure de votre corps en avant, essayez de rapprocher le plus possible la poitrine des genoux. Comptez jusqu'à 15, puis relâchez. Ne pliez pas les genoux.

2. PHASE D'EXERCICE

C'est la phase d'entraînement proprement dite. Faites de l'exercice à votre propre rythme pour atteindre la fréquence cardiaque appropriée pour votre âge, comme indiqué dans le diagramme.

3. PHASE DE DÉTENTE

Cette phase permet de calmer la circulation et de détendre les muscles. C'est une répétition des exercices de l'échauffement. N'oubliez pas de ne pas forcer les muscles.



MODE D'EMPLOI DE LA CONSOLE

Veillez retirer le film protecteur de l'écran de la console avant utilisation.

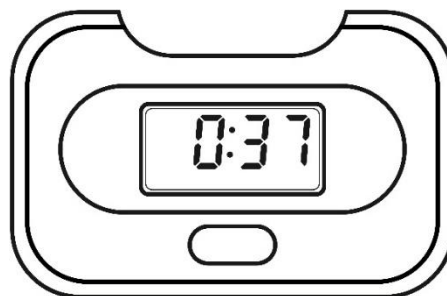
CONSOLE (MODÈLE)

MMS01-GRN

AUTO ON/OFF

La console s'allume lorsque le volant d'inertie est mis en mouvement ou lorsqu'une touche est pressée. Une flèche vers le haut s'affiche à l'écran.

Au bout de 4 minutes sans activité, la console s'éteindra automatiquement.



DESCRIPTION DES DIFFÉRENTES TOUCHES

- **MODE/ SET** - permet de sélectionner le programme. Maintenez enfoncé la touche pendant 3 secondes pour réinitialiser toutes les valeurs comptées (réinitialisation totale).

FONCTIONS (SPÉCIFICATIONS)

SCAN	Tous les paramètres mesures sont affichés à l'écran en boucle	pendant 4 secondes
TIME	Compte le temps total des exercices du début à la fin	00:00-99:59 min
SPEED	Affiche la vitesse actuelle.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Compte la distance totale du début à la fin de l'exercice.	0,0-9999 km
CALORIES	Compte le nombre total de calories brûlées du début à la fin de l'exercice. (La mesure est approximative pour comparer différentes séances d'exercice, ne peut pas être utilisée pendant le traitement).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Compte la distance totale depuis l'installation de la pile.	0-9999 km
PULSE	Affiche le pouls actuel.	40-240 BPM

SCAN

Appuyez sur le bouton **MODE** et maintenez-le enfoncé jusqu'à ce que SCAN s'affiche à l'écran. Les fonctions suivantes seront affichées sur le moniteur : temps, vitesse, distance, calories, distance totale (ODO), pouls.

PULSE RATE

ATTENTION ! Mesure de la fréquence cardiaque à des fins sportives uniquement (usage médical exclu).

- Appuyez sur le bouton **MODE** jusqu'à ce que PULSE apparaisse à l'écran.
- Placez vos deux mains sur les capteurs de pouls situés sur le guidon. Pendant la mesure, l'ordinateur affiche une icône en forme de cœur.
- Après 3 à 4 secondes, l'ordinateur affiche le pouls actuel.

DOMMAGES ÉVENTUELS ET TECHNIQUES DE RÉPARATION

ATTENTION ! L'ouverture du boîtier de l'appareil sans contact préalable avec le service du fabricant annule la garantie. En cas de suspicion d'un défaut nécessitant l'ouverture du boîtier, veuillez contacter le service après-vente du fabricant.

Description de l'erreur	Causes possibles	Solution
L'appareil est instable	L'appareil a été placé sur une surface irrégulière. Il y a un objet dérangeant l'équilibre sous le stabilisateur de l'appareil.	Placez l'appareil sur une surface plane. Retirez l'objet dérangeant l'équilibre.
	Les stabilisateurs de l'appareil n'ont pas été installés correctement.	Installez correctement les stabilisateurs de l'appareil. Nivelez les embouts sur le stabilisateur arrière.
	Les embouts sur le stabilisateur ne sont pas installés et nivelés correctement.	Installez correctement le stabilisateur arrière de l'appareil. Nivelez les embouts sur le stabilisateur arrière.
La selle ou le guidon vacille	Les boulons et boutons de la tige de selle ou de la potence du guidon n'ont pas été serrés.	Serrez les vis et le bouton sur la tige de selle ou de la potence du guidon.
Un bruit pendant l'utilisation	Des composants mal serrés.	Contactez le service après-vente du fabricant.
	Lorsque l'appareil fonctionne, il est possible que le mouvement inertiel de la masse du volant d'inertie produise des bruits discrets en raison de la nature de sa structure. Ils n'ont aucun effet sur le fonctionnement de l'équipement. Le bruit potentiel entendu lors de la rotation des pédales dans le sens inverse est techniquement déterminé et n'entraîne aucune conséquence négative.	
Un bruit et manque de fluidité	Des roulements endommagés.	Contactez le service après-vente du fabricant.
Pas de résistance adéquate pendant l'entraînement	Le fil de tension est connecté de manière incorrecte.	Connectez le fil correctement en suivant les instructions d'installation.
	La courroie d'entraînement est desserrée.	Contactez le service après-vente du fabricant.
	La distance entre le volant d'inertie et les aimants a augmenté.	Contactez le service après-vente du fabricant.
	Le régulateur de tension a été endommagé.	Contactez le service clientèle du fabricant.

GARANTIE

Le vendeur, au nom du garant, accorde une garantie sur le territoire de la République de Pologne pour une période de 24 mois à compter de la date de la vente. La garantie sur les biens vendus n'exclut, ne limite ou ne suspend pas de droits de l'Acheteur en vertu de la loi sur les droits des consommateurs.

CONDITIONS DE GARANTIE

1. Seuls les défauts cachés causés par la faute du fabricant peuvent faire l'objet d'une réclamation et d'une garantie.
2. Le magasin ou le service respecte la garantie quand le client présente :
 - une carte de garantie valide, lisible et correctement remplie avec un cachet de vente et la signature du vendeur,
 - une preuve valable de l'achat de l'équipement avec la date de la vente,
 - la marchandise réclamée ou une pièce défectueuse.En cas d'achat à distance, la carte de garantie n'est valable que sur la base de la preuve d'achat (reçu / facture).
3. La réclamation sera traitée dans les 14 jours suivant la notification des défauts par le Client.
4. Les défauts d'usine et les dommages révélés pendant la période de garantie seront réparés gratuitement dans un délai n'excédant pas 21 jours à compter de la date de livraison des marchandises au magasin ou au service.
5. En cas de nécessité d'importer des pièces, la période de réparation sous garantie peut être prolongée du temps nécessaire pour les importer, mais pas plus de 40 jours.
6. La garantie ne couvre pas :
 - des dommages mécaniques et défauts causés par ceux-ci,
 - des dommages et défauts résultant d'une utilisation et d'un stockage inappropriés, d'un montage et d'un entretien inappropriés,
 - des dommages et l'usure des éléments consommables tels que : fils, sangles, éléments en caoutchouc, pédales, poignées en mousse, roues, roulements, rembourrage.
 - des opérations d'assemblage et de maintenance, que l'utilisateur est tenu d'effectuer lui-même conformément au mode d'emploi.
7. La garantie ne s'applique pas dans les cas suivants :
 - l'expiration de la période de validité,
 - les réparations et modifications effectuées par le client lui-même en utilisant des pièces non originales,
 - lorsque le défaut résulte d'une installation incorrecte ou du non-respect des principes de bon fonctionnement décrits dans le mode d'emploi,
 - une utilisation autre qu'à domicile,
 - des dommages causés par le transport.
8. Aucun duplicata de la carte de garantie ne sera délivré.
9. Dans le cadre de la garantie, le client a le droit de demander les types de remèdes suivants, fournis gratuitement :
 - la réparation du produit,
 - le remplacement du produit,
 - la réduction de prix,
 - la résiliation du contrat et le remboursement intégral des frais encourus.
10. Pour déposer une réclamation, veuillez :
 - a) Présentez le produit ou sa partie auquel s'applique la garantie.
 - b) Preuve d'achat indiquant le nom et l'adresse du vendeur, la date et le lieu d'achat, le type de produit ou une carte de garantie valide portant le cachet du magasin.
 - c) Si le produit est livré sale, le centre de service peut refuser de l'accepter ou le nettoyer aux frais du client avec son accord écrit.
11. En cas de résolution positive de la plainte, l'équipement sera réparé ou remplacé par un nouveau ou le client sera remboursé. Le coût du transport du produit au client est couvert par le service du fabricant.
12. Si la demande de garantie est rejetée, le client recevra une justification détaillée de la décision et, dans les 14 jours suivant la date de notification de la décision, l'équipement sera renvoyé au client à ses frais.

CARTE DE GARANTIE

Nom de l'article	
Code EAN	
Date de vente	

(Cachet et signature du vendeur)
(Non applicable en cas d'achat à distance. Voir les Conditions de garantie, point 2)

Informations sur l'équipement acheté et introduit dans le pays par Morele.net Sp. z o.o., Cracovie, rue Fabryczna 20A.

Le poids de l'équipement est indiqué sur l'emballage. Le transfert des équipements usagés vers un point de collecte des déchets permet d'éviter les effets négatifs potentiels sur l'environnement et la santé humaine, qui peuvent se produire en cas de gestion inappropriée des déchets.



L'équipement est destiné à usage à domicile.
La console a des certificats CE et RoHS.
La console est conforme à la norme EN957.

CET ÉQUIPEMENT N'EST PAS DESTINÉ À UNE UTILISATION COMMERCIALE OU PROFESSIONNELLE. TOUTE UTILISATION CONTRAIRE À L'USAGE PRÉVU DU PRODUIT ET AUX CONDITIONS DE LA GARANTIE ENTRAÎNE L'ANNULATION DE CETTE DERNIÈRE.



Le produit est fourni dans l'emballage. L'emballage est une matière première et peut être recyclé.
Trier les matériaux et les éliminer de manière appropriée par type.
Prenons soin de l'environnement ensemble !

CENTRE DE SERVICE

Wiejska 166, 41-216 Sosnowiec

FABRICANT

Morele.net Sp. z o.o.
Fabryczna 20A, 31-553 Cracovie
P. IVA : 9451972201, KRS [RCS]: 0000390511
Fabriqué en Chine

Caro Utente,

Prima di iniziare l'installazione e l'utilizzo del prodotto, leggere attentamente le istruzioni riportate in questo manuale. Questo manuale contiene le importanti informazioni sull'uso sicuro e la manutenzione dell'apparecchiatura. Si consiglia di conservare questo manuale per ogni eventuale necessità di consultazione futura sulla manutenzione o per ordinare i pezzi di ricambio.

DATI TECNICI

Alimentazione	Batterie 2xAAA
Peso	35 kg
Temperatura di funzionamento	0°C fino a +40°C
Temperatura di stoccaggio	-10°C fino a +60°C
Peso massimo dell'utente	120 kg
Classe di applicazione	Classe H
Classe di precisione	Classe C
Velocità	0,0-99,9 km/h
Norma del prodotto (principale)	EN 20957-1:2013
Uso previsto	Dispositivo multifunzione per uso domestico

SICUREZZA

AVVERTENZE! Questo prodotto è stato realizzato per essere usato solamente dagli adulti in conformità con il suo uso previsto. Qualsiasi altro uso può essere pericoloso. Il produttore non può essere ritenuto responsabile dei danni causati da un uso scorretto del dispositivo.

- Il dispositivo è stato progettato e costruito sulla base delle ultime conoscenze in materia di sicurezza. Le parti pericolose che potrebbero potenzialmente rappresentare un rischio di lesioni sono state eliminate o relativamente protette.
- Non sono consentite riparazioni e modifiche fatte senza autorizzazione.
- Controllare il serraggio di viti, bulloni e dadi una volta ogni mese o ogni due mesi.
- Al fine di garantire la sicurezza permanente, controllare e mantenere regolarmente (cioè una volta all'anno) l'attrezzo in un punto vendita specializzato.
- Qualsiasi modifica all'attrezzo che non sia descritta in questo manuale può causare danni o mettere direttamente in pericolo la salute e la vita della persona che si esercita. Le modifiche al dispositivo possono essere effettuate solo dal personale di servizio del produttore o da persone addestrate da quest'ultimo.
- Tutti i dispositivi sono soggetti a una costante attività di innovazione per garantire un'alta qualità. Per questo motivo, il produttore si riserva il diritto di apportare le modifiche tecniche.
- Tutte le domande o i dubbi relativi all'attrezzo devono essere rivolti a un rivenditore specializzato.

AVVERTENZA! Le persone che si trovano nelle vicinanze durante l'utilizzo dell'apparecchiatura devono essere avvertite dei possibili pericoli. Fare particolare attenzione in presenza di bambini.

ATTENZIONE! Prima di iniziare l'esercizio, consultare il medico per assicurarsi di non avere controindicazioni di salute all'allenamento sul dispositivo. Sulla base del parere dello specialista, si può sviluppare il proprio piano di allenamento. Un programma inadatto o esercizio eccessivo può essere pericoloso per la salute e la vita.

AVVERTENZA! I sistemi di monitoraggio della frequenza cardiaca possono essere imprecisi. L'esaurimento durante l'esercizio può provocare lesioni gravi o la morte. Se si sente debole, smetta immediatamente di fare esercizio.

AVVERTENZE! Seguire rigorosamente le istruzioni di formazione contenute in questo manuale

- Quando si sceglie un posto per allenarsi, assicurarsi di mantenere una distanza di sicurezza da possibili ostacoli. Non posizionare l'attrezzo vicino a vie di circolazione (strade, cancelli, passaggi, ecc.).
- Non utilizzare l'attrezzo in prossimità di un muro. La zona di sicurezza è di 2000 mm e larga almeno quanto l'attrezzo

AVVERTENZE! Fare attenzione durante l'installazione dell'unità e non permettere ai bambini di avvicinarsi. Le piccole parti (dadi, bulloni, ecc.) sono utilizzate durante il montaggio e possono essere ingerite da loro.

RISCHIO RESIDUO

- Dopo l'attenuazione del rischio, solo 13 delle oltre 230 cause rientrano nella categoria "comunemente accettata".
- Quando la protezione anticaduta non viene utilizzata, o viene utilizzata ma in modo non corretto, c'è un rischio residuo, cioè una caduta di una persona con conseguenti abrasioni, contusioni, fratture o, nel peggiore dei casi, la morte.
- Esiste un rischio residuo di sovraccarico involontario della persona che si esercita a causa di una manipolazione o valutazione errata, così come una trasmissione errata dei dati (a causa di interferenze elettromagnetiche, errori di software, ecc.) Anche la migliore protezione software e hardware non esclude un errore software o hardware e può teoricamente causare un sovraccarico dell'esercitatore.
- Il prodotto è un apparecchio elettrico, quindi non si può escludere una scossa elettrica che può portare alla morte.
- Non si può escludere un rischio residuo di soffocamento.
- I rischi possono essere ridotti seguendo le informazioni sulla sicurezza contenute nelle istruzioni per l'uso.
- Non si può escludere che l'uso non intenzionale o non autorizzato comporti altri rischi non contabilizzati, e che i rischi contabilizzati siano stati stimati in modo errato.

Nell'analisi dei rischi, la valutazione è stata fatta sulla base dello "stato attuale del dispositivo". Sulla base della valutazione e dell'ispezione del prodotto, la probabilità che si verifichi un rischio inaccettabile è molto bassa. Il dispositivo (la sua struttura, il modo di funzionamento e l'uso) non comporta - in condizioni normali - rischi ingiustificati per l'esercitante o per terzi.

SEGNI DI MANIPOLAZIONE SULL'IMBALLAGGIO PER IL TRASPORTO



Questo lato in alto. Non rovesciare.



Attenzione, fragile. Possibili danni. Maneggiare con cura.



Proteggere dalle cadute.



Riparare dalla pioggia e dall'umidità.



Imballaggio riciclabile.



Attenzione: prodotto pesante

UTILIZZO

Prima di iniziare l'allenamento assicurarsi che il dispositivo sia installato correttamente.

- Prima di iniziare il primo allenamento si raccomanda di familiarizzare con tutte le caratteristiche e le possibilità di regolazione del dispositivo.
- L'attrezzo ha i componenti che possono essere soggetti a corrosione. Per questo motivo non si raccomanda di lasciarlo in un ambiente umido. L'attrezzo (specialmente i componenti interni ed elettronici) non deve entrare in contatto con acqua, bevande, sudore ecc.
- Il dispositivo è destinato esclusivamente all'allenamento di adulti e non è assolutamente un giocattolo per bambini. Se si permette ai bambini, al proprio rischio, di usare il dispositivo è indispensabile di istruirli nell'uso corretto e di sorvegliarli in ogni momento.
- Questo prodotto non è adatto ad un uso terapeutico.
- Durante il funzionamento del dispositivo si possono sentire i rumori deboli con il movimento inerziale della massa volante della cinghia di trasmissione, che derivano dal tipo di costruzione. Non hanno alcun effetto sul funzionamento dell'attrezzo.
- Le emissioni di rumore con il carico sono più alte che senza carico.
- Prima di iniziare ogni sessione di formazione, verificare la correttezza delle protezioni e dei collegamenti a vite o a spina.
- Durante l'allenamento sul dispositivo, ricordarsi di indossare le calzature adeguate (scarpe sportive).

MONTAGGIO

L'unità deve essere installata con cura da un adulto. In caso di dubbio, chiedere l'assistenza di qualcuno con più esperienza in questo campo.

- Prima di iniziare l'installazione, assicurarsi che il kit con il dispositivo contenga tutti i componenti dell'elenco delle parti e che gli eventuali elementi non siano stati danneggiati durante il trasporto. Contattare il rivenditore se mancano delle parti o se ci sono delle contestazioni.
- Consultare i disegni e le spiegazioni e procedere all'installazione nell'ordine indicato nelle istruzioni di installazione.
- Fare attenzione durante il montaggio. Esiste il rischio di lesioni durante l'utilizzo di strumenti e componenti.
- È utile ricordarsi di mantenere un ambiente sicuro. Non disporre gli strumenti ed i componenti in modo caotico. Bisogna ricordarsi che le pellicole e i sacchetti di plastica rappresentano un rischio di soffocamento per i bambini.
- Le parti di montaggio necessarie per un determinato passo delle istruzioni di montaggio sono mostrate nei disegni e nelle spiegazioni. Utilizzare le parti indicate nelle istruzioni di montaggio.
- Durante le prime fasi del montaggio, non serrare le parti al massimo. Farlo dopo averli posizionati tutti e dopo essersi assicurato che siano posizionati correttamente.
- Il produttore si riserva il diritto di preassemblare alcune parti.

SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE

Quando sul display le informazioni vengono visualizzati chiare o non ci saranno, occorre sostituire le batterie.

Rimuovere il coperchio delle batterie sostituire quelle esaurite con due nuove. Mettendole nel vano rispettare la polarità, “+” e “-”. Se il display non funziona correttamente dopo il riavvio, rimuovere le batterie per alcuni minuti e poi reinsertarle.



ATTENZIONE! Le batterie usate non sono coperte dalla garanzia. Contengono sostanze nocive (ad esempio cadmio, mercurio, piombo), allora non gettare le batterie esaurite insieme agli altri rifiuti domestici. Provvedere allo smaltimento differenziato negli appositi raccoglitori per batterie

AMBIENTE



Il dispositivo viene spedito in un imballaggio per proteggerlo da possibili danni durante la spedizione. L'imballaggio è materia prima non lavorata e può essere riciclato. Smaltire questi materiali negli appositi contenitori colorati per la raccolta differenziata.

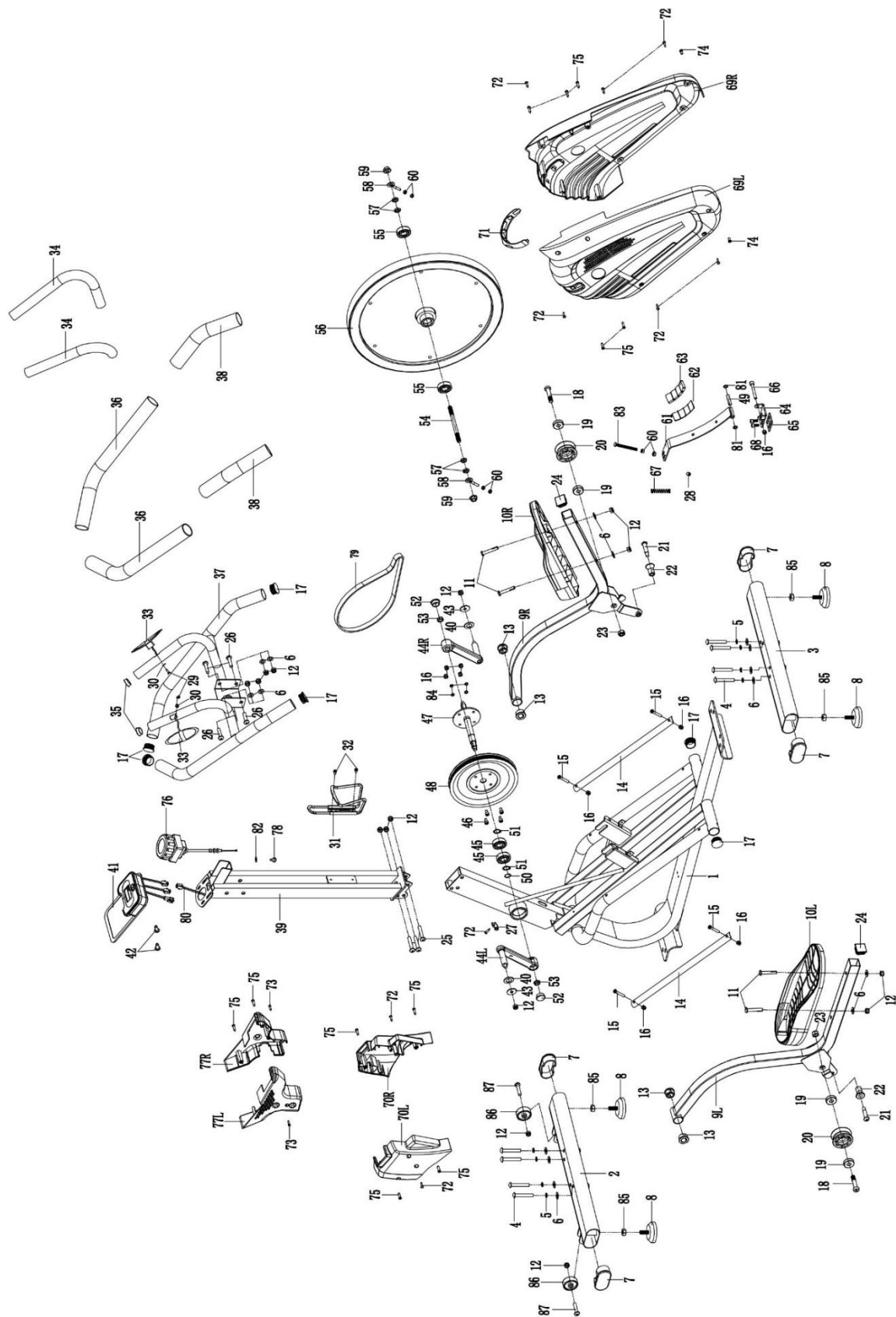


Proteggere l'ambiente e non smaltire le batterie usate con gli altri rifiuti domestici. Restituirli al punto vendita o portarli in un punto di riciclaggio dedicato.

Le apparecchiature elettriche usate (compresi i contatori e gli alimentatori) sono riciclabili - non smaltirle tra i rifiuti domestici perché possono contenere sostanze pericolose per la salute e per l'ambiente. Si prega di aiutare attivamente nella gestione economica delle risorse naturali e proteggere l'ambiente consegnando il dispositivo usato a un punto di raccolta dei materiali riciclabili - i dispositivi elettrici usati.

SCHEMA DI MONTAGGIO

ATTENZIONE! È vietato utilizzare le parti provenienti da fonti diverse dal produttore.



ELENCO DELLE PARTI

N.	Descrizione	Quantità
1	Telaio principale	1
2	Stabilizzatore anteriore	1
3	Stabilizzatore posteriore	1
4	Vite M8*55	8
5	Appoggio flessibile D8	8
6	Rondella D8	16
7	Tappo sul piedino	4
8	Cappuccio per il dispositivo di regolazione del piedino	4
9L/R	Supporto del pedale L/R	2
10L/R	Pedale L/R	2
11	Vite M8*50	4
12	Dado di nylon M8	15
13	Tappo dell'asse	4
14	Barra di scorrimento	2
15	Vite M6*45	4
16	Dado di nylon M6	9
17	Tappo rotondo del tubo	6
18	Vite M10*50	2
19	Asse 6200RS	4
20	Ruota portante	2
21	Vite M8*12*Φ10*32	2
22	Ruota ausiliare	2
23	Dado di nylon M10	2
24	Tappo quadrato	2
25	Vite M8*48	3
26	Vite M8*35	4
27	Sede del sensore	1
28	Tappo anti-tubo	1
29	Vite 4.2*18	2
30	Rondella piatta D5	2
31	Portaborracce	1
32	Vite M5*10	2
33	Sensore del polso	2
34	Schiuma	2
35	Tappo per il tubo del manubrio	2
36	Schiuma	2
37	Manubrio	1
38	Schiuma	2
39	Supporto del manubrio	1
40	Rondella D16	2
41	Display	1
42	Vite M5*10	2
43	Rondella D8*Φ28*2	2
44L/R	Pedivella L/R	2

N.	Descrizione	Quantità
45	Asse 6203ZZ	2
46	Vite M6*15	4
47	Asse centrale	1
48	Puleggia	1
49	Tubo interno del freno	1
50	Rondella Φ21*Φ17.5*0.3	1
51	Anello a pressione D17	2
52	Tappo per la pedivella	2
53	Dado M10*1.25	2
54	Asse del volano	1
55	Asse 6000RS	2
56	Volano	1
57	Dado M10	4
58	Bullone della catena1	2
59	Dado M10*1	2
60	Dado M6	6
61	Supporto del freno	1
62	Piastrella magnetica in metallo	1
63	Magnete	4
64	Fissaggio del freno	1
65	Rondella paraurti del freno	1
66	Vite M6*50	1
67	Molla	1
68	Vite M5*12	2
69L/R	Copricatena L/R	2
70L/R	Coperchio inferiore L/R	2
71	Striscia decorativa	1
72	Vite ST4.2*20	9
73	Vite M4*10	2
74	Vite M5*10	2
75	Vite ST4.2*20	11
76	Regolazione della resistenza	1
77L/R	Coperchio superiore L/R	2
78	Vite M5*20	1
79	Cinghia	1
80	Sensore dei giri	1
81	Rondella Washer Φ8.5*Φ19*2	2
82	Rondella D5	1
83	Vite M6*70	1
84	Appoggio flessibile D6	4
85	Tappo M10	4
86	Ruota di trasporto	2
87	Vite M8*38	2

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

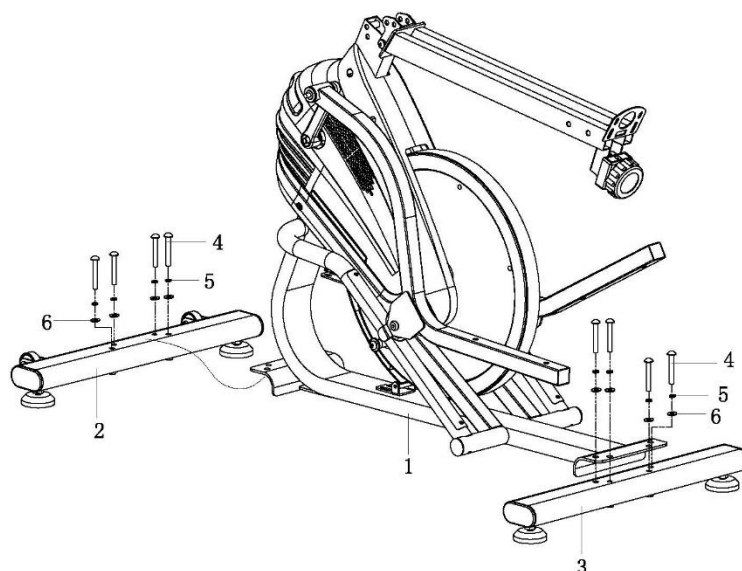
ATTENZIONE! Durante l'installazione, seguire i passi seguenti e usare gli strumenti forniti con il prodotto.

Preparare uno spazio libero sufficiente per montare l'attrezzo.

A causa del peso elevato di alcuni componenti, due persone sono raccomandate per il montaggio.

1. Installare lo stabilizzatore anteriore e posteriore

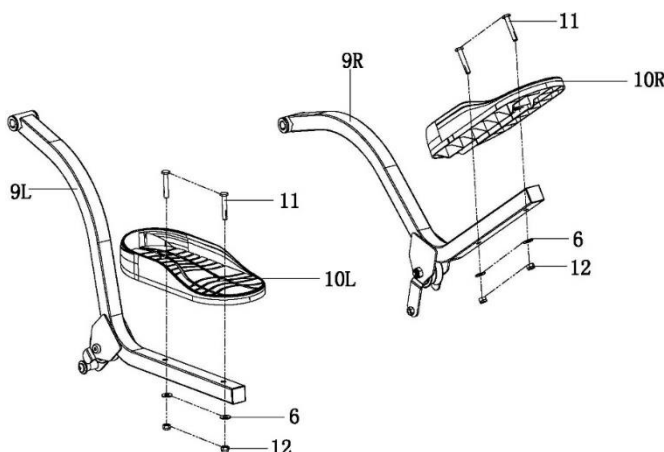
Assemblare lo stabilizzatore anteriore (2) e lo stabilizzatore posteriore (3) sul telaio principale (1) utilizzando le viti (4), le rondelle elastiche (5) e le rondelle (6).



2. Installare il pedale destro e sinistro

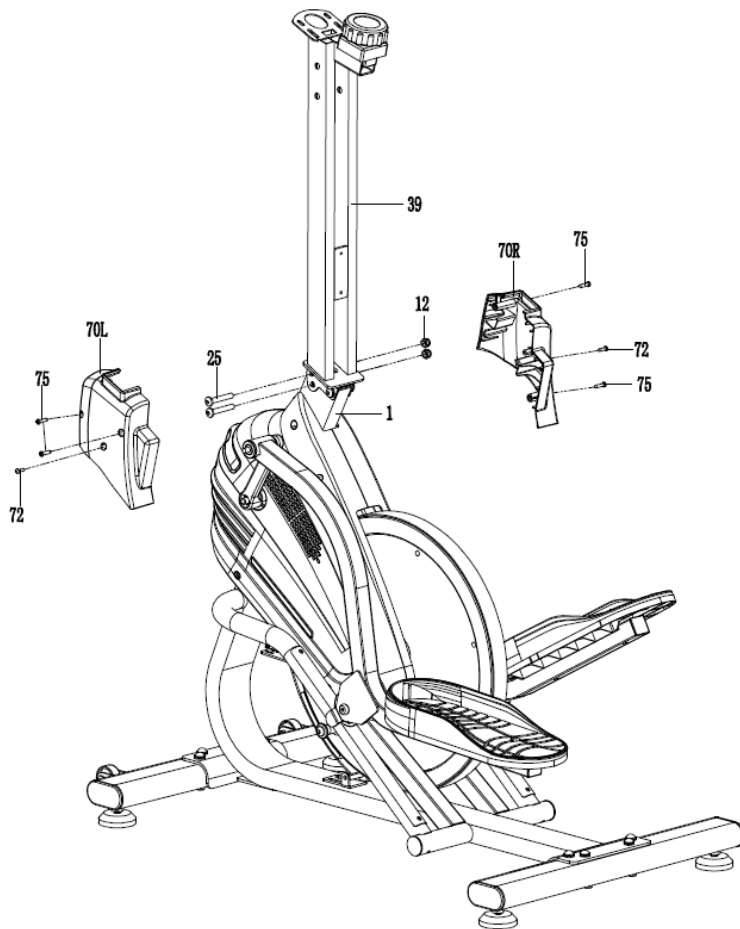
Fissare i pedali, sinistro e destro (10L/R) ai supporti dei pedali, sinistro e destro (9L/R) utilizzando le viti (11), le rondelle (6) ed i dadi di nylon (12).

ATTENZIONE! I pedali destro e sinistro sono contrassegnati "R" per il destro e "L" per il sinistro.



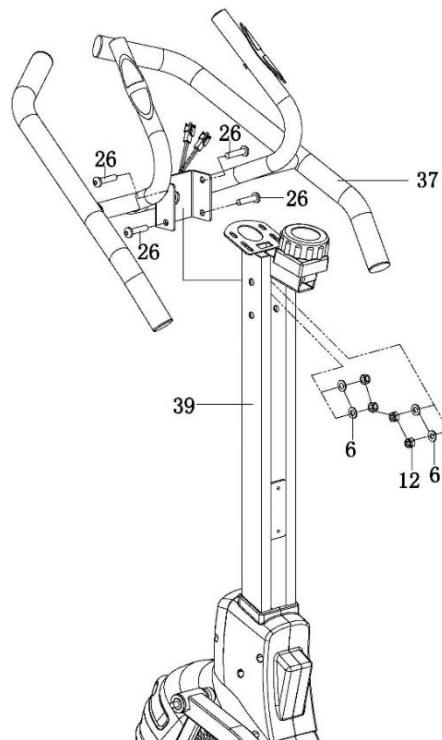
3. Installare il supporto del manubrio

Avvitare il supporto del manubrio (39) al telaio principale (1) con le viti (25), le rondelle (6) e i dadi di nylon (12). Quindi avvitare il coperchio inferiore sinistro e destro (70L/R) al telaio principale (1) utilizzando le viti (72) e le viti (75) come mostrato sullo schema a fianco.



4. Installare il manubrio

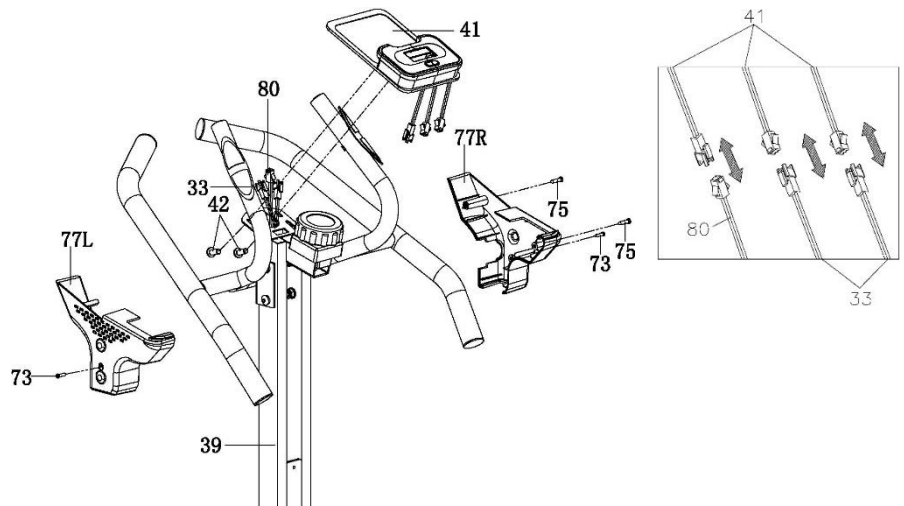
Fissare il manubrio (37) al supporto del manubrio (39) utilizzando le viti (26), le rondelle (6) e i dadi di nylon (12).



5. Installare il computer

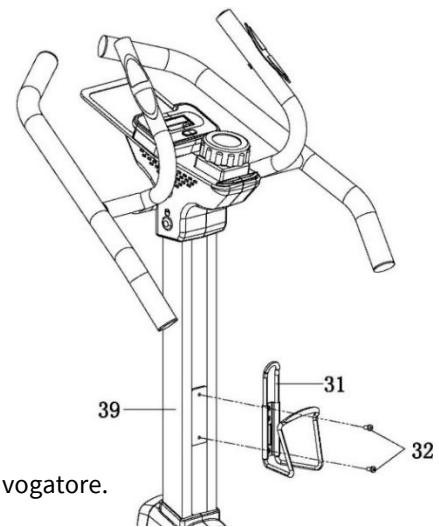
Collegare il cavo del sensore dei giri (80) ed i due cavi del sensore del polso (33) ai cavi del display (41). Avvitare il monitor (41) alla sede del monitor sul supporto del manubrio (39) con le viti (42).

Quindi avvitare il coperchio superiore sinistro e destro (77L/R) al supporto del manubrio (39) utilizzando le viti (73) e le viti (75) come mostrato sullo schema a fianco.



6. Installare il portaborracce

Fissare il portaborracce (31) al supporto del manubrio (39) con le viti (32).



Congratulazioni!

Il montaggio del dispositivo multifunzione è completo!

Si prega di leggere attentamente queste istruzioni prima di utilizzare il vogatore.

IMPOSTAZIONI

Regolazione della resistenza

Per aumentare la resistenza, ruotare la manopola di regolazione della resistenza in senso orario. Per diminuire la resistenza, ruotare la manopola di regolazione della resistenza in senso antiorario.

MANUTENZIONE DEL DISPOSITIVO

Mantenere il dispositivo regolarmente. Eseguire le seguenti operazioni almeno ogni 20 ore di funzionamento.

- Controllare le parti mobili del dispositivo. Se non sono sufficientemente lubrificati, usare del grasso per cuscinetti di bicicletta.
- Controllare le condizioni delle parti come dadi e viti. Assicurarsi che siano ben serrate.
- Asciugare il sudore dalla macchina dopo ogni allenamento. Assicurarsi che il monitor non entri in contatto con acqua o umidità.
- Usare solo acqua e sapone per pulire il dispositivo. Non usare detersivi.
- Conservare il dispositivo in un luogo asciutto e caldo.
- Non esporre il dispositivo alla luce diretta del sole.

ALLENAMENTO E LE FASI DI ESERCIZI

L'uso della macchina vi fornirà molti benefici. Prima di tutto, migliorerà la tua condizione, rafforzerà i tuoi muscoli e, combinato con una dieta adeguata, ti permetterà di bruciare il grasso corporeo in eccesso.

1. RISCALDAMENTO

Questa fase migliora la circolazione del sangue in tutto il corpo e prepara i muscoli per un maggiore esercizio. Riduce anche il rischio di sviluppare crampi e di lesioni. Si consiglia di fare alcuni esercizi di stretching come indicato di seguito. Se senti dolore, smetto di esercitarti o riduci la gamma di movimento.

ESERCIZI DI STRETCHING:

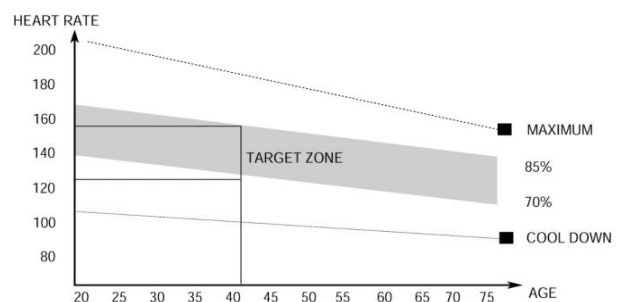
- ALLUNGARE I MUSCOLI INTERNI DELLA COSCIA**
 Siediti su una superficie piana con le gambe piegate e le ginocchia rivolte verso l'esterno. Avvicina le piante dei piedi e portale il più vicino possibile. Premi delicatamente le ginocchia, puntandole verso il suolo e mantieni questa posizione per 15 secondi
- ALLUNGARE LE COSCE**
 Siediti su una superficie piana. Raddrizza la gamba destra e metti la pianta del piede sinistro sulla coscia destra. Estendi la mano destra verso le dita della gamba destra il più possibile. Mantieni questa posizione per 15 secondi. Ripeti con la gamba sinistra.
- ROTAZIONI DEL CAPO**
 Tieni la testa dritta, guardando dritto davanti a te. Senza muovere le braccia, gira la testa a destra e raddrizzala, e poi gira la testa a sinistra e raddrizzala.
- SOLLEVAMENTI DELLE BRACCIA**
 Alza il braccio sinistro il più in alto possibile e tienilo così per alcuni secondi. Ripeti l'esercizio con il braccio destro.
- ALLUNGAMENTO DEL TENDINE D'ACHILLE**
 In piedi di fronte al muro, stendi la gamba sinistra in avanti e piegala leggermente al ginocchio. Tieni la gamba destra dietro di te, dritta, con il tallone sul pavimento. Tieni entrambi i talloni sul pavimento e premi i fianchi contro il muro. Mantieni questa posizione per 15 secondi. Ripeti l'esercizio con la gamba destra estesa. Ricordati di non inarcare la schiena durante l'esercizio.
- PIEGAMENTI IN AVANTI IN PIEDI**
 Stai con i piedi uniti. Fai un piegamento in avanti, cercando di avvicinare il più possibile il petto alle ginocchia. Mantieni questa posizione per 15 secondi. Ricordati di non piegare le ginocchia

2. FASE DI ALLENAMENTO

Questa è la propria fase dell'allenamento. Esercitati al proprio ritmo per raggiungere la frequenza cardiaca appropriata per la tua età come indicato nella tabella.

3. FASE DI RILASSAMENTO

Questa fase permette di calmare la circolazione e a rilassare i muscoli. È una ripetizione dei esercizi di riscaldamento. È importante ricordare di non sforzare i muscoli.



ISTRUZIONI PER IL COMPUTER ISTRUZIONI PER IL COMPUTER

Si prega di rimuovere la pellicola protettiva dallo schermo del computer prima dell'uso.

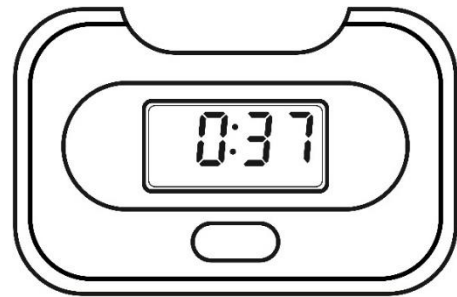
COMPUTER (MODELLO)

MMS01-GRN

AUTO ON/OFF

Per accendere il computer, fare muovere il volano o premere un pulsante. Sullo schermo apparirà una freccia in su.

Il computer si spegne automaticamente in assenza di segnali di input per 4 minuti.



DESCRIZIONE DEI SINGOLI PULSANTI

- **MODE/SET**- consente di selezionare un programma. Tenere premuto per 3 secondi per azzerare tutti i valori conteggiati (reset totale).

FUNZIONI (SPECIFICAZIONE)

SCAN	Tutti i parametri di allenamento misurati vengono visualizzati in sequenza sullo schermo	ogni 4 secondi
TIME	Conteggia il tempo di esercizio dall'inizio alla fine.	00:00-99:59 min
SPEED	Visualizza la velocità di pedalata.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Misura la distanza totale percorsa durante l'esercizio.	0,00-9999 km
CALORIES	Visualizza la stima delle calorie bruciate durante l'esercizio. (La misurazione è approssimativa per confrontare diverse sessioni di allenamento, non può essere utilizzata nel trattamento medico).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Misura la distanza totale dall'installazione delle batterie.	0-9999 km
PULSE	Visualizza la frequenza cardiaca attuale.	40-240 BPM

SCAN

Premere il pulsante MODE e tenerlo premuto finché sullo schermo non viene visualizzato SCAN. Sul monitor verranno visualizzate le seguenti funzioni: tempo, velocità, distanza, calorie, distanza totale (ODO), pulsazioni.

PULSE RATE

ATTENZIONE! La misurazione della frequenza cardiaca solo per scopi sportivi (escluso l'uso medico).

- Premere il pulsante **MODE** fino a che nel display non indica PULSE.
- Posizionate entrambi i palmi delle mani nei sensori presenti sul manubrio. Il computer visualizzerà un'icona a forma di cuore durante la misurazione.
- Dopo 3-4 secondi il monitor visualizzerà il valore attuale del vostro battito cardiaco.

POSSIBILI DANNI E TECNICHE DI RIPARAZIONE

ATTENZIONE! L'apertura dell'involucro del dispositivo senza il previo contatto con il servizio di assistenza del fabbricante invaliderà la garanzia. In caso di sospetto guasto che richieda l'apertura dell'involucro, contattare il servizio di assistenza del fabbricante.

Descrizione dell'errore	Possibili cause	Soluzione
Il dispositivo traballa	Il dispositivo è stato posto su una superficie irregolare. C'è un oggetto che disturba l'equilibrio sotto lo stabilizzatore del dispositivo.	Posizionare il dispositivo su una superficie piana. Rimuovere l'oggetto che disturba l'equilibrio.
	Gli stabilizzatori non sono stati installati correttamente.	Installare correttamente gli stabilizzatori del dispositivo. Livellare i compensatori sullo stabilizzatore posteriore.
	I compensatori sullo stabilizzatore non sono installati e livellati correttamente.	Installare correttamente lo stabilizzatore posteriore del dispositivo. Livellare i compensatori sullo stabilizzatore posteriore.
La sella o il manubrio traballano	Le viti e le manopole del supporto del sedile o del manubrio non sono stati serrati.	Serrare le viti e la manopola del supporto del sedile o del manubrio.
Il rumore durante l'uso	I componenti non correttamente serrati.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
	Durante il funzionamento del dispositivo si possono sentire i rumori deboli con il movimento inerziale della massa volante, che derivano dal tipo di costruzione. Non hanno alcun effetto sul funzionamento dell'attrezzatura. Il potenziale rumore che si sente quando si girano i pedali nella direzione opposta è tecnicamente determinato e non causa alcuna conseguenza negativa.	
Il rumore e mancanza di fluidità	I cuscinetti danneggiati.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
Mancanza di un'adeguata resistenza durante l'allenamento	Il cavo di regolazione della resistenza collegato in modo errato.	Collegare il cavo correttamente secondo le istruzioni di installazione.
	La cinghia di trasmissione è allentata.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
	La distanza tra il volano e i magneti è aumentata.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
	Il regolatore di tensione è stato danneggiato.	Contattare il servizio clienti del produttore.

GARANZIA

Il Venditore per conto del Garante concede una garanzia sul territorio della Repubblica di Polonia per un periodo di 24 mesi dalla data di vendita. La garanzia per la merce venduta non esclude, limita o sospende i diritti dell'Acquirente ai sensi della Legge sui diritti dei consumatori.

CONDIZIONI DI GARANZIA

1. Solo i difetti nascosti causati dalla colpa del produttore sono soggetti a reclamo e garanzia.
2. La garanzia sarà rispettata dal negozio o dal servizio dopo che il cliente avrà presentato:
 - una scheda di garanzia valida, leggibile e correttamente compilata con un timbro di vendita e la firma del venditore,
 - prova valida di acquisto dell'attrezzo con la data di vendita,
 - la merce contestata o una parte difettosaIn caso di acquisto a distanza, la scheda di garanzia è valida solo sulla base della prova d'acquisto (scontrino / fattura).
3. Il reclamo sarà preso in considerazione entro 14 giorni dal momento della denuncia del difetto da parte del Cliente.
4. I difetti di fabbricazione e i danni rilevati durante il periodo di garanzia saranno riparati gratuitamente entro un periodo non superiore a 21 giorni dalla data di consegna della merce al negozio o al servizio.
5. In caso di necessità di importare parti, il periodo di riparazione in garanzia può essere esteso del tempo necessario per importarle, ma non più di 40 giorni.
6. Garanzia non comprende:
 - danni meccanici e difetti causati da essi,
 - danni e difetti derivanti da un uso e uno stoccaggio improprioe uno stoccaggio, un montaggio e una manutenzione impropri,
 - danni e usura dei materiali di consumo come: corde, cinghie, elementi in gomma, pedali, maniglie in spugna, ruote, cuscinetti, tappezzeria.
 - attività di installazione e manutenzione che, secondo il manuale d'uso, l'utente è obbligato a svolgere da solo.
7. La garanzia è esclusa nei casi seguenti:
 - dopo la data di scadenza,
 - riparazioni e modifiche effettuate dal cliente con l'uso di parti non originali,
 - quando il difetto deriva da un'installazione errata o dall'inosservanza dei principi di funzionamento corretto descritti nelle istruzioni per l'uso,
 - uso non domestico del prodotto,
 - danni causati durante il trasporto.
8. Non verranno rilasciati duplicati della scheda di garanzia.
9. In base alla garanzia, il cliente ha il diritto di richiedere i seguenti tipi di rimedi forniti gratuitamente:
 - riparazione del prodotto,
 - sostituzione del prodotto,
 - riduzione di prezzo,
 - risoluzione del contratto e rimborso completo dei costi sostenuti.
10. Per fare un reclamo, è necessario:
 - a) Presentare il prodotto o la sua parte a cui si applica la garanzia.
 - b) Una prova di acquisto che indichi il nome e l'indirizzo del venditore, la data e il luogo di acquisto, il tipo di prodotto o una scheda di garanzia valida con il timbro del negozio.
 - c) In caso di consegna di un prodotto sporco, il servizio di assistenza può rifiutare di accettarlo, a spese del cliente e con il suo consenso scritto, effettuare la pulizia.
11. Se il reclamo viene accettato, l'attrezzo sarà riparato o sostituito con uno nuovo, o il cliente sarà rimborsato. Il costo del trasporto della merce al cliente è coperto dal servizio del produttore.
12. Se la richiesta di garanzia viene respinta, il cliente riceverà una giustificazione dettagliata della decisione presa e l'attrezzo verrà restituito al cliente a sue spese entro 14 giorni dalla comunicazione della decisione.

SCHEDA DI GARANZIA

Nome dell'articolo	
Codice EAN	
Data di vendita	

(Timbro e firma del venditore)

(Non applicabile in caso di acquisto a distanza. Vedi le Condizioni di garanzia punto 2)

Informazioni riguardanti le attrezzature acquistate introdotte nel territorio del paese da Morele.net Sp. z o.o., Cracovia, Fabryczna 20A.

Il peso del materiale è indicato sull'imballaggio. Consegnare le attrezzature usate a un punto di raccolta dei rifiuti impedisce le potenziali conseguenze negative per l'ambiente e la salute umana, che possono verificarsi nel caso di una gestione inappropriata dei rifiuti.



L'attrezzatura è destinata all'uso domestico.

Il computer è certificato CE e RoHS.

Il computer è conforme alla norma EN957.

QUESTO APPARECCHIO NON È DESTINATO AD UN USO COMMERCIALE O PROFESSIONALE. QUALSIASI USO CONTRARIO ALL'USO PREVISTO DEL PRODOTTO E AI TERMINI DELLA GARANZIA ANNULLA LA GARANZIA.



Il prodotto è fornito in imballaggio. L'imballaggio è materia prima e può essere riciclato.

Selezionare i materiali e smaltirli in modo appropriato per tipo.

Prendiamoci cura dell'ambiente insieme!

CENTRO SERVIZI

Wiejska 166, 41-216 Sosnowiec

FABBRICANTE

Morele.net Sp. z o.o.

Fabryczna 20A, 31-553 Cracovia

P. IVA: 9451972201, KRS: 0000390511

Fatto in Cina

Estimado Usuario,

Lee este manual antes de iniciar el montaje y el primer uso del dispositivo. Este manual contiene importantes informaciones relativas al uso seguro y mantenimiento del dispositivo. Guarda el manual, para poder consultar las informaciones de mantenimiento o pedir repuestos.

DATOS TÉCNICOS

Alimentación	Pilas 2xAAA
Peso	35 kg
Temperatura de uso	0°C hasta +40°C
Temperatura de almacenamiento	-10°C hasta +60°C
Peso máximo del usuario	120 kg
Clase de uso	Clase H
Clase de precisión	Clase C
Velocidad	0,0-99,9 km/h
Norma del producto (principal)	EN 20957-1:2013
Uso previsto	Dispositivo multifuncional para uso doméstico

SEGURIDAD

¡ATENCIÓN! Este dispositivo puede ser utilizado solamente para fines previstos, esto es para **entrenamiento físico de personas adultas**. Cualquier otro uso puede ser peligroso. El fabricante no se hace responsable de los daños ocasionados por un uso indebido del dispositivo.

- El dispositivo ha sido diseñado y construido, en base a los conocimientos de seguridad más recientes. Los elementos peligrosos que potencialmente pueden causar riesgo de lesiones, han sido eliminado o protegidos.
- No se permite realizar reparaciones o modificaciones por cuenta propia.
- Una vez al mes o dos meses, comprobar que los tornillos, tirafondos y tuercas están bien apretadas.
- Para garantizar la seguridad plena, realizar regularmente (una vez al año) las tareas de mantenimiento en un centro técnico especializado.
- Todos los cambios del dispositivo no descritos en este manual pueden ser causa de defectos y peligro para la salud y vida del usuario. Solamente el personal autorizado de un taller técnico del fabricante o personas adiestradas por el fabricante, pueden modificar el dispositivo.
- Todos los dispositivos están sujetos a innovaciones, con el fin de garantizar la máxima calidad. Por ello, el fabricante se reserva el derecho de implementar modificaciones técnicas.
- Todas las preguntas o dudas relacionadas con este dispositivo deben dirigirse a la entidad comercial especializada.

¡ATENCIÓN! Hay que advertir a las personas que permanecen cerca del dispositivo, durante su uso, de posibles riesgos. Guardar especial atención en presencia de niños.

¡ATENCIÓN! Antes de empezar a hacer ejercicio, consultar con un médico para constatar que el uso del dispositivo no resulta contraindicado por motivos de salud. Preparar un plan de entrenamiento, basado en la opinión de un especialista. Un programa de ejercicios incorrecto puede ser peligroso para tu salud o vida.

¡ADVERTENCIA! El sistema de control de ritmo cardíaco no es preciso. El esfuerzo o cansancio excesivos pueden ocasionar lesiones e incluso la muerte. Si no te sientes bien, interrumpe inmediatamente el ejercicio.

¡ATENCIÓN! Atenerse estrictamente a las advertencias relativas al entrenamiento, recogidas en este manual.

- Elegir un lugar seguro para realizar el entrenamiento, a una distancia segura de posibles obstáculos. No colocar el equipo en pasillos, corredores, entradas, puertas, etc.
- Queda prohibido usar el equipo a poca distancia de la pared. La zona de seguridad es de 2000 mm y ese el ancho mínimo del dispositivo.

¡ATENCIÓN! Evitar la presencia de niños y procede con extrema cautela, durante el montaje del dispositivo. Durante el montaje, se utilizan piezas pequeñas (tornillos, tuercas, etc.) que los niños pueden tragar.

RIESGO RESIDUAL

- Una vez limitado el riesgo, solo 13 de más de 230 causas de riesgo resultan "normalmente aceptables".
- Si no se toman medidas protectoras frente a la caída o bien esas medidas son incorrectas, existe riesgo residual de que la caída de la persona cause roces de piel, moratones, roturas o bien, en el peor de los casos, la muerte.
- Existe un riesgo residual de posible sobrecarga del usuario, por un uso incorrecto del dispositivo, estimación incorrecta de capacidad física o transmisión incorrecta de datos (debido a transferencias electromagnéticas, error de software, etc.). Incluso las mejores protecciones de software y equipo no pueden eliminar posible error de software o fallo del equipo que pueden causar una sobrecarga física al usuario.
- El producto es un dispositivo eléctrico, por ello existe riesgo residual de posible descarga eléctrica que pueda causar la muerte.
- No se puede excluir un riesgo residual de asfixia.
- Es posible limitar el riesgo, ateniéndose a las instrucciones de seguridad recogidas en este manual.
- No se puede excluir que el uso incorrecto o indebido genere riesgos no tenidos en cuenta o bien no valorados previamente.

El análisis de riesgo se aplica al "estado actual del dispositivo". La valoración y control del producto indican que la probabilidad de aparición de riesgo inadmisibles es muy reducida. El dispositivo (su estructura, forma de funcionamiento y uso) no genera riesgo innecesario para el usuario o terceros, en condiciones normales.

SÍMBOLOS DE MANEJO EN ENVOLTORIOS DE TRANSPORTE



Este lado hacia arriba. No volcar.



Cuidado, frágil. Posibilidad de daños. Proceder con cautela.



Proteger de impactos.



Proteger de la humedad.



Envase reciclable.



Atención: producto pesado.

MANEJO

Antes de iniciar el entrenamiento, asegurarse que el dispositivo ha sido montado correctamente.

- Antes de iniciar el primer entrenamiento, conocer todas las funciones y posibilidades de ajuste del dispositivo.
- El dispositivo tiene elementos que pueden ser expuesto a la corrosión. Por ello, no se recomienda que el dispositivo permanezca en zona con elevada humedad relativa. Evitar que el dispositivo tenga contacto con agua, bebidas, sudor, etc. (particularmente sus componentes externos y electrónicos).
- El dispositivo está destinado para entrenamiento de adultos. No es un juguete para niños. Si permites que los niños usen el dispositivo lo haces por tu cuenta y con plena responsabilidad. Procura instruir a los menores acerca de su funcionamiento y mantén siempre vigilados a los niños.
- El equipo no es apto para fines terapéuticos.
- El funcionamiento del dispositivo puede generar ruidos de baja intensidad, debido al movimiento de la correa y volante inercia. Estos ruidos no afectan el funcionamiento del equipo.
- El nivel de ruido puede ser mayor, si aumenta la intensidad de carga.
- Antes de iniciar el entrenamiento, comprueba el funcionamiento correcto de elementos de seguridad y uniones atornilladas y acoples.
- Usar calzado adecuado, durante el entrenamiento (calzado deportivo).

MONTAJE

El dispositivo debe ser montado con cuidado y por un adulto. En caso de dudas, recurrir a la ayuda de una persona con experiencia en este campo.

- Antes de iniciar el montaje, asegurarse de que el conjunto incluye todos los elementos indicados en la lista, comprobar que los elementos no han sufrido daños durante el transporte. Si faltan elementos o tienes alguna reserva, ponte en contacto con el vendedor.
- Leer el manual, familiarizarse con las imágenes y aclaraciones, realizar el montaje siguiendo el orden indicado en el manual.
- Proceder con cautela, durante el montaje. Existe riesgo de sufrir lesiones o heridas, durante el uso de herramientas y elementos.
- Crear un entorno seguro, para realizar el montaje. No esparcir caóticamente las herramientas y elementos de montaje. Recuerda que las películas plásticas y las bolsas de plástico generan riesgo de asfixia para los niños.
- Los elementos de montaje necesarios para realizar cada paso del manual se presentan en imágenes y aclaraciones. Usar los elementos indicados en el manual de montaje.
- Durante las primeras etapas de montaje, no enroscar tornillos a tope. Apretar todos los elementos y tornillos, una vez constatado tu montaje correcto.
- El fabricante se reserva el derecho a realizar un montaje preliminar de algunos elementos.

SUSTITUCIÓN DE PILAS

Es necesario reemplazar las pilas, si los mensajes presentados en la pantalla resultan poco visibles o no se ven en absoluto.

Desmontar la tapa de pilas y reemplazar las pilas viejas por dos nuevas. Colocar las pilas en su compartimento, orientado correctamente los polos "+" y "-". Si la pantalla no funciona correctamente, después de volver a conectar, sacar las pilas durante unos minutos y volver a colocarlos.



¡ATENCIÓN! Las pilas gastadas no están incluidas en la garantía. Las pilas contienen sustancias nocivas (por ej.: cadmio, mercurio o plomo) y por ello no deben desecharse con basura de hogar. Las pilas deben reciclarse siguiendo la normativa local aplicable.

MEDIO AMBIENTE



El dispositivo se suministra en embalaje que lo protege de eventuales daños durante el transporte. Los materiales de embalaje pueden reciclarse. Desechar estos materiales en los recipientes correspondientes a la recogida selectiva de basura.

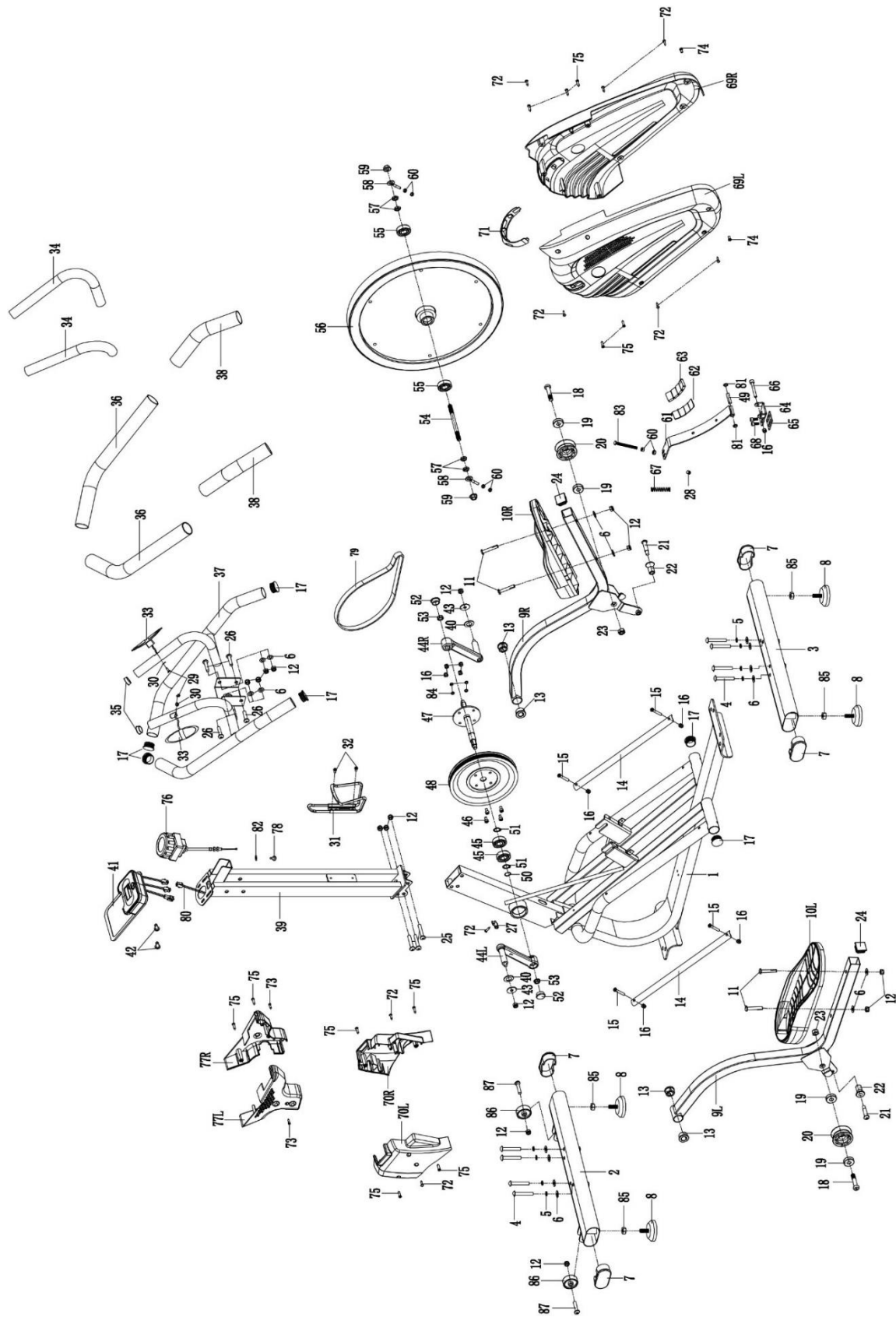


Protege el medio ambiente y no tires las pilas gastadas al cubo de basura en tu casa. Entrega las pilas en el lugar de compra o al punto de recogida selectiva de basuras.

Los equipos eléctricos desgastados (incluyendo fuente de alimentación, ordenador, pantalla) pueden ser fuente de recursos obtenidos del reciclaje - no se pueden desechar junto con desperdicios comunes, ya que pueden contener sustancias peligrosas para el ser humano o medio ambiente. Por favor, contribuye activamente en la gestión responsable y sostenible de los recursos y ayuda a proteger el medio ambiente, entregando los equipos eléctricos y electrónicos obsoletos en los puntos de recogida selectiva, según la normativa local aplicable.

ESQUEMA DE MONTAJE

¡ATENCIÓN! Queda prohibido usar repuestos diferentes a aquellos ofrecidos por el fabricante.



LISTA DE COMPONENTES

Núm.	Descripción	Cantidad
1	Cuadro principal	1
2	Soporte frontal	1
3	Soporte posterior	1
4	Tirafondo M8*55	8
5	Arandela de resorte D8	8
6	Arandela D8	16
7	Placa para pata	4
8	Placa para ajuste de pata	4
9L/R	Soporte del pedal L/R	2
10L/R	Pedal L/R	2
11	Tornillo M8*50	4
12	Tuerca de nailon M8	15
13	Placa de eje	4
14	Viga de desplazamiento	2
15	Tirafondo M6*45	4
16	Tuerca de nailon M6	9
17	Tapón redondo de tubo	6
18	Tirafondo M10*50	2
19	Eje 6200RS	4
20	Rueda	2
21	Tornillo M8*12*Φ10*32	2
22	Rueda subordinada	2
23	Tuerca de nailon M10	2
24	Placa cuadrada	2
25	Tirafondo M8*48	3
26	Tirafondo M8*35	4
27	Enchufe del sensor	1
28	Tapa anti-tubo	1
29	Tirafondo 4.2*18	2
30	Arandela plana D5	2
31	Soporte para bidón	1
32	Tirafondo M5*10	2
33	Sensor de ritmo cardiaco	2
34	Espuma	2
35	Tapa para tubo agarre	2
36	Espuma	2
37	Volante	1
38	Espuma	2
39	Telescopio de manillar	1
40	Arandela D16	2
41	Pantalla	1
42	Tirafondo M5*10	2
43	Arandela D8*Φ28*2	2
44L/R	Biela L/R	2

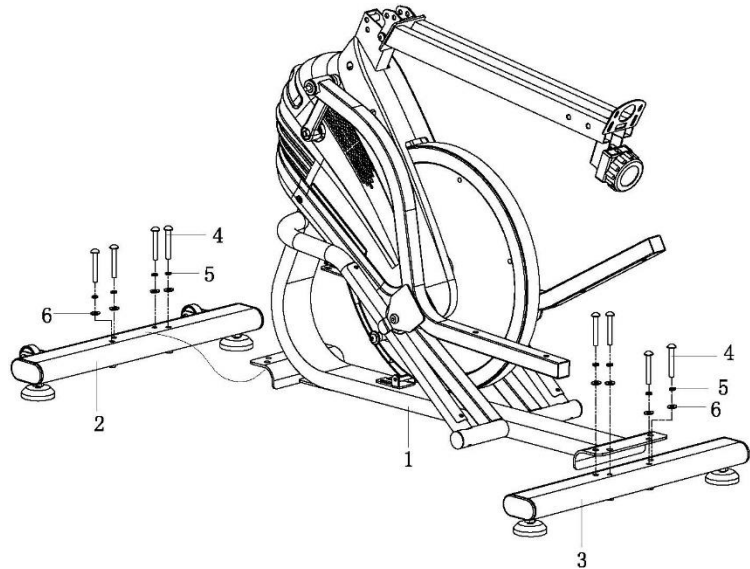
Núm.	Descripción	Cantidad
45	Eje 6203ZZ	2
46	Tirafondo M6*15	4
47	Eje central	1
48	Polea	1
49	Tubo interior de freno	1
50	Arandela Φ21*Φ17.5*0.3	1
51	Anillo de cierre D17	2
52	Placa para biela	2
53	Tuerca M10*1.25	2
54	Eje del volante de inercia	1
55	Eje 6000RS	2
56	Volante de inercia	1
57	Tuerca M10	4
58	Tornillo de cadena	2
59	Tuerca M10*1	2
60	Tuerca M6	6
61	Soporte del freno	1
62	Placa magnética metálica	1
63	Imán	4
64	Fijación del freno	1
65	Placa amortiguadora de freno	1
66	Tirafondo M6*50	1
67	Muelle	1
68	Tirafondo M5*12	2
69L/R	Revestimiento de cadena L/R	2
70L/R	Tapa inferior L/R	2
71	Cinta decorativa	1
72	Tirafondo ST4.2*20	9
73	Tirafondo M4*10	2
74	Tirafondo M5*10	2
75	Tirafondo ST4.2*20	11
76	Ajuste de resistencia.	1
77L/R	Tapa superior L/R	2
78	Tirafondo M5*20	1
79	Correa	1
80	Sensor de revoluciones	1
81	Arandela Φ8.5*Φ19*2	2
82	Arandela D5	1
83	Tornillo M6*70	1
84	Arandela de resorte D6	4
85	Placa M10	4
86	Rueda de transporte	2
87	Tirafondo M8*38	2

MANUAL DE MONTAJE

¡ATENCIÓN! Durante el montaje, seguir los pasos indicados y usar herramientas incluidas en el conjunto.

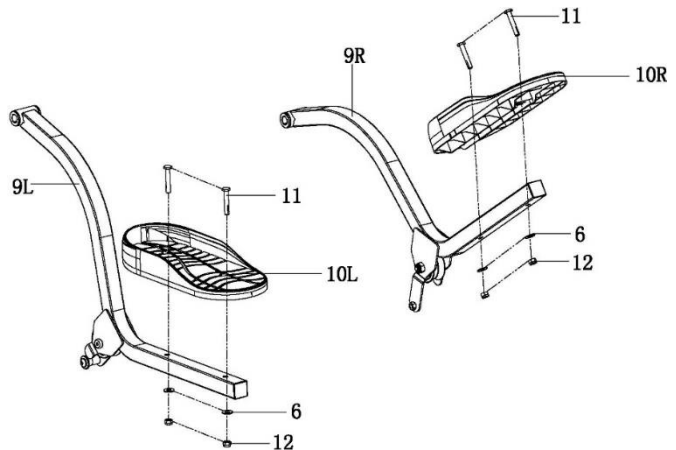
Preparar espacio libre suficiente para montaje del dispositivo. Teniendo en cuenta el peso de algunos elementos, se recomienda que el montaje sea realizado por dos personas.

1. Montar soporte frontal y posterior. Montar el soporte frontal (2) y posterior (3) al cuadro principal (1), usando tornillos (4), arandelas de resorte (5), arandelas (6).



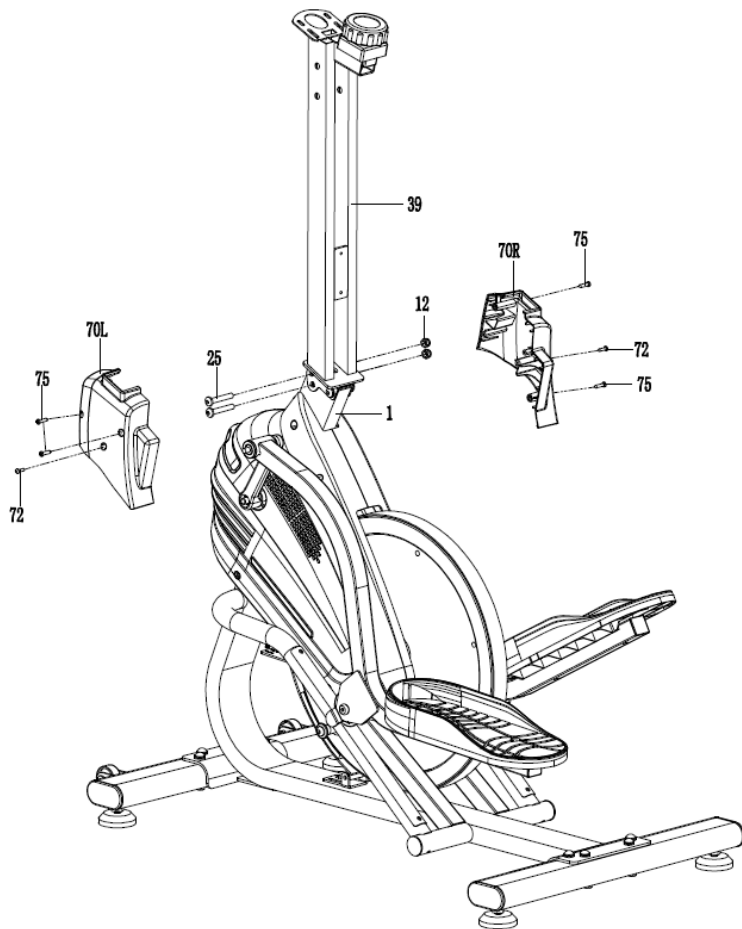
2. Montar pedal derecho e izquierdo. Enroscar pedal izquierdo y derecho (10L/R) al soporte izquierdo y derecho del pedal (9L/R) con tornillos (11), arandelas (6) y tuercas de nailon (12).

¡ATENCIÓN! El pedal derecho e izquierdo están marcados con pegatinas "R" - derecho y "L" - izquierdo.



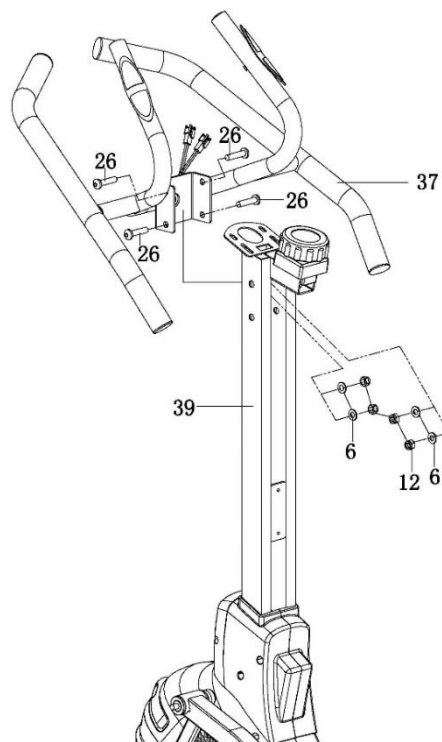
3. Montar telescopio del manillar

Fijar telescopio del manillar (39) al cuadro principal (1), usando tirafondos (25), arandelas (6) y tuercas de nailon (12). Seguidamente, enroscar tapa inferior izquierda y derecha (70 L/R) al cuadro principal (1), usando tirafondos (72) y tirafondos (75), según esquema mostrado a continuación.



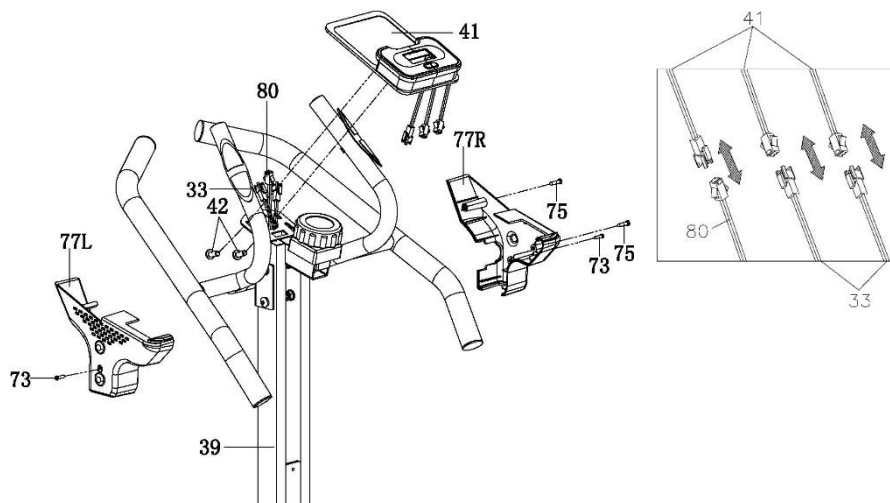
4. Montar manillar

Montar el manillar (37) en telescopio del manillar (39) usando tirafondos (26), arandelas (6) y tuercas de nailon (12).



5. Montar ordenador

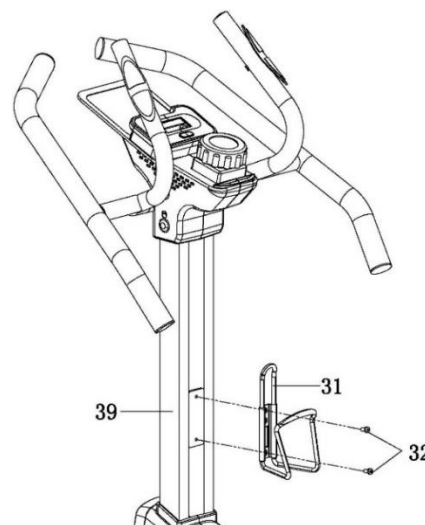
Conector cable del sensor de revoluciones (80) y dos cables del sensor de ritmo cardiaco (33) con cables de la pantalla (41). Montar la pantalla (41) en soporte de pantalla fijado al telescopio del manillar (39) usando tirafondos (42).



Seguidamente, enroscar tapa inferior izquierda y derecha (77 L/R) al telescopio del manillar (39), usando tirafondos (73) y tirafondos (75), según esquema mostrado a continuación.

6. Montar soporte de bidón

Fijar el agarre del bidón (31) al telescopio de manillar (39) usando tirafondos (32).



¡Enhorabuena!

¡El montaje del dispositivo multifunción ha finalizado!

Antes de empezar a usar este dispositivo, lee atentamente el manual.

AJUSTES

Ajuste de resistencia

Para incrementar resistencia, girar la perilla de ajuste de resistencia en sentido de agujas del reloj. Para reducir resistencia, girar la perilla de ajuste de resistencia en sentido contrario a las agujas del reloj.

MANTENIMIENTO DEL EQUIPO

Realizar regularmente las tareas de mantenimiento del equipo. Realizar las tareas descritas a continuación, al menos cada 20 horas de trabajo del equipo.

- Controlar los elementos móviles del dispositivo. Si es necesario lubricarlos, usa grasa para rodamientos de bicicleta.
- Controlar estado de tornillos y tuercas. Deben estar bien apretadas.
- Limpia el sudor del dispositivo, después de cada entrenamiento. Evitar que la pantalla tenga contacto con agua o humedad.
- Limpiar el dispositivo solamente con agua y jabón. No usar productos de limpieza.
- Guardar el dispositivo en lugar seco y con temperatura estable.
- No exponer directamente a la luz solar.

ENTRENAMIENTO Y ETAPAS DE EJERCICIOS

El uso de este dispositivo resultará muy ventajoso para ti. Ante todo, mejorará tu estado físico, reforzará los músculos y permitirá quemar el exceso de grasa, si implementas también una dieta adecuada.

1. PRECALENTAMIENTO

Esta etapa mejora la circulación sanguínea en tu cuerpo y prepara los músculos para un ejercicio intenso. Reduce el riesgo de tirones y lesiones. Se recomienda realizar también unos ejercicios de estiramiento, según se indica a continuación. Si sientes dolor, deja de hacer ejercicio o reduce el rango del movimiento realizado.

EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO

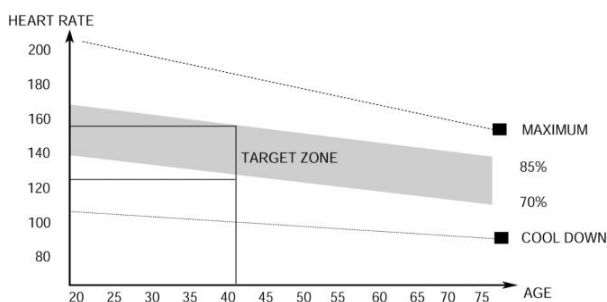
- ESTIRAMIENTO DE MÚSCULOS INTERNOS DE MUSLOS.**
 Siéntate en superficie plana, con piernas dobladas y rodillas hacia afuera. Une las plantas de los pies y acércalos al cuerpo todo lo posible. Presiona suavemente las rodillas hacia el suelo y mantén en esta posición durante 15 segundos.
- ESTIRAMIENTO DE MUSLOS.**
 Siéntate en superficie plana. Estira la pierna derecha y coloca la planta del pie izquierdo junto al muslo derecho. Estira el brazo derecho hacia los dedos de la pierna derecha. Procura llegar lo más lejos que puedas. Aguanta durante 15 segundos. Repetir esta acción con la pierna izquierda.
- GIROS DE CABEZA.**
 Mira de frente. No muevas los hombros y gira la cabeza a la derecha e izquierda. Vuelve a posición inicial.
- ELEVACIÓN DE HOMBROS.**
 Estira el brazo izquierdo hacia arriba al máximo y mantenlo en esta posición unos segundos. Repetir esta acción con brazo derecho.
- ESTIRAMIENTO DE TENDÓN DE AQUILES.**
 Ponte de cara a la pared, desplaza la pierna izquierda hacia adelante y dobla ligeramente la rodilla. Mantener la pierna derecha atrás - estirada, con talón apoyado en el suelo. Mantener ambos talones en el suelo, presionar la cadera hacia la pared. Mantener esta posición durante 30 segundos. Repetir esta acción con la pierna derecha adelantada. No doblar la espalda en arco, al hacer este ejercicio.
- INCLINACIONES.**
 Estando de pie, junta las piernas. Haz una inclinación hacia adelante, tratando de acercar el pecho hacia las rodillas. Aguanta durante 15 segundos. No dobles las rodillas.

2. ETAPA DE EJERCICIOS

La etapa más intensa del entrenamiento. Haz ejercicio a tu ritmo, para alcanzar el ritmo adecuado a tu edad, indicado en el gráfico.

3. ETAPA DE RELACIÓN

Esta etapa permite calmar la circulación y relajar los músculos. Es una repetición de los ejercicios de precalentamiento. No esforzar excesivamente los músculos.



MANUAL DE USO DEL ORDENADOR

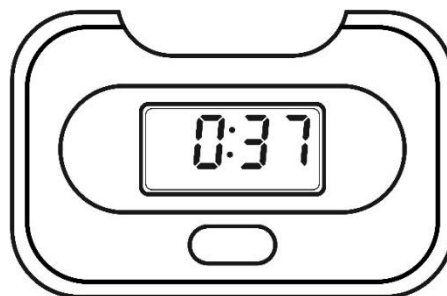
Antes de usar, quitar el plástico protector de la pantalla.

ORDENADOR (MODELO)

MMS01-GRN

AUTO ON/OFF

El ordenador se activa, cuando se pone en marcha el volante de inercia o bien, cuando se pulsa el botón correspondiente. En la pantalla aparecerá una flecha hacia arriba. El ordenador se apagará automáticamente, después de 4 minutos de inactividad.



DESCRIPCIÓN DE BOTONES:

- **MODE/SET** - permite elegir programa. Mantener pulsado el botón durante 3 segundos, para resetear todos los valores calculados (reseteo total).

FUNCIONES (ESPECIFICACIÓN)

SCAN	Presenta siguientes pantallas con parámetros de entrenamiento medidos.	Cada 4 segundos.
TIME	Cuenta el tiempo total de ejercicios, desde su inicio hasta el final	00:00-99:59 min
SPEED	Muestra la velocidad actual.	0,0-99.9 km/h
DISTANCE	Cuenta la distancia recorrida desde el inicio hasta el final de ejercicios.	0,0-9999 km
CALORIES	Cuenta la cantidad total de calorías quemadas desde el inicio hasta el final de ejercicios. (La medición es aproximada, para comprar diferentes sesiones de ejercicios y no puede ser utilizada en terapias).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Cuenta la distancia total recorrida, desde el montaje de baterías.	0-9999 km
PULSE	Muestras las pulsaciones actuales.	40-240 PPM

SCAN

Presione el botón MODE y manténgalo presionado hasta que aparezca SCAN en la pantalla. Las siguientes funciones se mostrarán en el monitor: tiempo, velocidad, distancia, calorías, distancia total (ODO), pulso.

PULSE RATE (RITMO CARDIACO)

¡ATENCIÓN! La medición de ritmo cardiaco se usa solamente con fines deportivos (se excluye uso médico).

- Pulsar botón **MODE** hasta que en pantalla aparezca PULSE.
- Colocar ambas manos en los sensores del manillar. Durante la medición, el ordenador mostrará el icono del corazón.
- Transcurridos 3 a 4 segundos, el ordenador mostrará el ritmo cardiaco actual.

POSIBLES DEFECTOS Y TÉCNICAS DE REPARACIÓN

¡ATENCIÓN! La apertura de la carcasa del dispositivo, sin consulta previa con el centro técnico del fabricante causará la pérdida de derechos de garantía. Si se sospecha o constata un defecto que requiera abrir la carcasa, ponerse en contacto con el centro técnico del fabricante.

Descripción del error	Posible causa	Solución
El dispositivo se balancea.	El dispositivo está colocado sobre superficie desigual. Hay un objeto bajo el soporte que altera el equilibrio.	Colocar el dispositivo sobre superficie plana. Eliminar objeto que altera el equilibrio.
	Los soportes no han sido montados correctamente.	Montar correctamente los soportes de dispositivo. Nivelar el dispositivo con placas en soporte posterior.
	Las placas en soporte no han sido montadas correctamente y niveladas.	Montar correctamente el soporte posterior del dispositivo. Nivelar el dispositivo con placas en soporte posterior.
El sillín o manillar se mueven.	Los tornillos y perillas del sillín y manillar no están apretados a tope.	Apretar tornillos y perilla del tubo de sillín o telescopio del manillar.
Ruido durante el uso.	Elementos apretados de forma incorrecta.	Ponerse en contacto con el servicio técnico del fabricante.
	El funcionamiento del dispositivo puede generar ruidos de baja intensidad, debido al movimiento de la correa y volante inercia. Estos ruidos no afectan el funcionamiento del equipo. Los ruidos potenciales que se oyen al pedalear en sentido contrario se deben a la construcción técnica y no tienen efectos negativos.	
Ruido y trabajo no fluido.	Rodamientos defectuosos	Ponerse en contacto con el servicio técnico del fabricante.
No hay resistencia adecuada durante el entrenamiento.	Cable de ajuste de resistencia conectado incorrectamente.	Conectar correctamente el cable, según manual de montaje.
	Correa propulsora floja.	Ponerse en contacto con el servicio técnico del fabricante.
	Aumentó la distancia entre volante de inercia e imanes.	Ponerse en contacto con el servicio técnico del fabricante.
	El regulador de tensión ha sido dañado.	Ponerse en contacto con departamento de atención al cliente del fabricante.

GARANTÍA

El Vendedor, actuando en nombre del Garante, otorga una garantía en el territorio de la República de Polonia, por un periodo de 24 meses desde la fecha de compra. La garantía que abarca la mercancía vendida no excluye, limita o suspende los derechos del Comprador indicados en la Ley de derechos del consumidor.

CONDICIONES DE GARANTÍA

1. Solamente los defectos ocultos, debidos al fabricante están sujetos a reclamaciones y cubiertos por la garantía.
2. La garantía será respetada por la tienda o taller técnico, si el cliente presenta:
 - una hoja de garantía correcta y claramente cumplimentada, con sello de venta y firma de vendedor,
 - comprobante de compra válido, con fecha de compra,
 - mercancía reclamada o componente defectuoso.En caso de compra a distancia, la hoja de garantía será válida solamente en base al documento de compra (ticket de caja / factura).
3. Las reclamaciones serán gestionadas en un periodo de 14 días, desde la notificación de defecto por el Cliente.
4. Los defectos de fábrica y daños constatados en periodo de garantía, serán reparados de forma gratuita, en un periodo no superior a 21 días desde la fecha de entrega de mercancía a la tienda o taller técnico.
5. Si fuese necesario importar algún componente, el periodo de reparación en garantía puede prorrogarse el tiempo necesario para importar el componente, pero no más de 40 días.
6. La garantía no abarca:
 - fallos mecánicos y sus consecuencias,
 - defectos y fallos ocasionados por un uso indebido, almacenamiento incorrecto, montaje o mantenimiento incorrectos del dispositivo,
 - desgaste y consumo de elementos tales como: correas, cables, elementos de goma, pedales, agarres de espuma, rodamientos, ruedas, tapicería,
 - tareas de montaje o mantenimiento que el usuario debe realizar por su propia cuenta, según indica el manual de uso.
7. La garantía no se aplicará en siguientes casos:
 - una vez finalizado el periodo de vigencia,
 - si el cliente realiza reparaciones o modificaciones por su propia cuenta, usando componentes no originales,
 - el defecto ocurrido se debe al montaje incorrecto o bien, al incumplimiento de las normas de uso correcto indicadas en el manual de uso,
 - uso diferente al doméstico,
 - defectos ocasionados durante el transporte.
8. No se entregarán copias de la hoja de garantía.
9. Haciendo valer sus derechos de garantía, el cliente puede reclamar que siguientes acciones se realicen de forma gratuita:
 - se repare el producto,
 - se reemplace el producto,
 - se reduzca su precio,
 - se rescinda el contrato y se reintegren los costes.
10. Para notificar la reclamación, hay que:
 - a) Presentar el producto o componente reclamado.
 - b) Presentar el comprobante de compra que indique nombre y dirección del establecimiento vendedor, fecha y lugar de compra, tipo de producto u hoja de garantía válida con sello de la tienda.
 - c) Si el producto se entrega sucio, el taller puede negarse a recibirlo o bien, limpiar el producto repercutiendo los costes al cliente, previo consentimiento por escrito.
11. Si la reclamación se gestiona de forma positiva, el equipo será reparado o sustituido por nuevo o bien, el cliente recibirá el reintegro del dinero. El coste de transporte de la mercancía al cliente será liquidado por el taller técnico.
12. Si la reclamación en garantía resulte rechazada, el cliente recibirá los fundamentos detallados de tal decisión y en un periodo de 14 días desde la entrega de la decisión, el equipo será enviado al cliente por su cuenta.

HOJA DE GARANTÍA

Nombre de producto	
Código EAN	
Fecha de venta	

(Sello y firma del vendedor) (No aplica en caso de compra remota). Ver Condiciones de garantía pto. 2)

Información relativa al equipo comprado, importado al territorio nacional por Morele.net Sp. z o.o. (S.L) Cracovia, c/Fabryczna 20A.

El peso del equipo se indica en empaque. La entrega del equipo obsoleto en un punto de recogida selectiva autorizado permite reducir el impacto negativo sobre el medio ambiente y salud de las personas que pueden aparecer, en caso de una gestión incorrecta de los residuos.



Equipo destinado para uso doméstico.
El ordenador cuenta con certificados CE y RoHS.
El ordenador cumple con la norma EN957.

EL EQUIPO NO ESTÁ DESTINADO PARA USO COMERCIAL O PROFESIONAL. EL USO INCORRECTO, INDEBIDO O CONTRARIO CON LA FINALIDAD PREVISTA O CONDICIONES DE GARANTÍA ANULA LA VIGENCIA DE LA MISMA.



El producto se suministra embalado. Los materiales de embalaje pueden reciclarse.
Elimina los residuos de forma selectiva.
¡Cuidemos juntos el medio ambiente!

CENTRO TÉCNICO

c/Wiejska 166, 41-216 Sosnowiec

FABRICANTE

Morele.net sp. z o.o. (S.L)
c/Fabryczna 20 A, 31-553 Cracovia, Polonia
NIF: 9451972201, número estadístico KRS:
0000390511
Fabricado en China