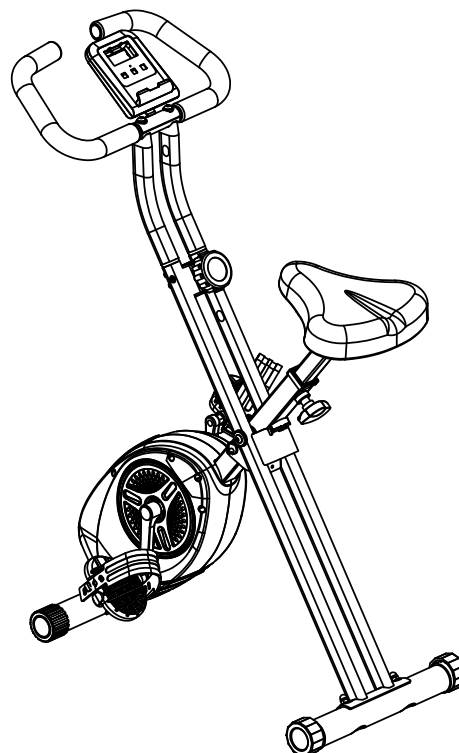


ZIPRO

Eclipse X

PL Rower magnetyczny składany
 EN Foldable magnetic bike
 DE Klappbares magnetisches Fahrrad
 RU Складной магнитный велосипед
 RO Bicicletă magnetică pliantă
 LT Sulankstomas magnetinis dviratis
 CZ Skládací magnetický rotoped
 SK Skladací magnetický bicykel
 HU Összecsukható mágneses kerékpár
 BG Съваем магнитен велосипед
 FR Vélo magnétique pliable
 IT Bicicletta magnetica pieghevole
 ES Bicicleta magnética plegable
 NL Opvouwbare magnetische fiets
 PT Bicicleta magnética dobrável
 LV Saliekamais magnētiskais velosipēds
 EE Kokkupandav magnetiline jalgratas
 FI Taitettava magneettipyörä
 SL Zložitivo magnetno kolo
 HR Sklopivi magnetski bicikl
 GR Πτυσσόμενο μαγνητικό ποδήλατο
 TR Katlanabilir manyetik bisiklet
 DA Sammenklappelig magnetisk cykel



PL Podręcznik użytkownika	7
EN User manual	11
DE Bedienungsanleitung	15
RU Руководство пользователя	20
RO Manual de utilizare	24
LT Naudojimo vadovas	28
CZ Návod k použití	33
SK Príručka na používanie	37
HU Használati útmutató	41
BG Ръководство за употреба	45
FR Manuel d'utilisation	50
IT Manuale d'uso	54
ES Manual de usuario	58
NL Gebruikershandleiding	63
PT Manual de utilização	67
LV Lietošanas pamācība	72
EE Kasutusjuhend	76
FI Käyttöohje	80
SL Navodila za uporabo	84
HR Upute za uporabu	88
GR Εγχειρίδιο χρήσης	92
TR Kullanım kılavuzu	97
DA Betjeningsvejledning	101

PL Producent - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Polska
 EN Manufacturer - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracow, Poland
 DE Hersteller - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakau, Polen
 RU Производитель - ООО Morele.net, д/р. Яна Павла II 43б, 31-864 Краков, Польша
 RO Producător - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovia, Polonia
 LT Gamintojas - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krokova, Lenkija
 CZ Výrobce - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Polsko
 SK Výrobca - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Poľsko
 HU Gyártó - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakkó, Lengyelország
 BG Производител - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Краков, Полша
 FR Fabricant - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovie, Pologne
 IT Fabbricante - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracovia, Polonia
 ES Fabricante - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864, Cracovia, Polonia
 NL Fabrikant - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakau, Polen
 PT Fabricante - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Polónia
 LV Ražotājs - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakova, Polija
 ET Tootja - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Poola
 FI Valmistaja - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakova, Puola
 SL Proizvajalec - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Poljska
 HR Proizvođač - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Krakov, Poljska
 GR Κατασκευαστής - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracow, Poland
 TR Üretici - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Cracow, Poland
 DA Producent - Morele.net sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Polen



25.05.0

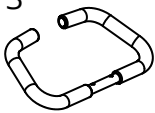
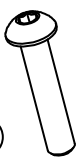
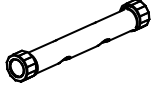
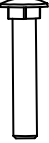
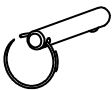
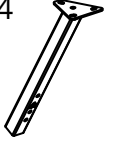
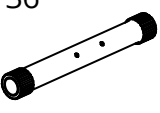
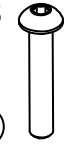


www.zipro.store

PL LISTA CZĘŚCI
EN ASSEMBLY DIAGRAM
DE MONTAGESCHEMA
RU МОНТАЖНАЯ СХЕМА
RO SCHEMĂ DE MONTAJ
LT MONTAVIMO SCHEMA
CZ MONTÁŽNÍ SCHÉMA
SK MONTÁŽNA SCHÉMA

HU ÖSSZESZERELÉSI SÉMA
BG МОНТАЖЕН ЧЕРТЕЖ
FR SCHÉMA DE MONTAGE
IT SCHEMA DI MONTAGGIO
ES ESQUEMA DE MONTAJE
NL INSTALLATIESCHEMA
PT LISTA DE PEÇAS
LV REZERVES DAĻU SARAKSTS

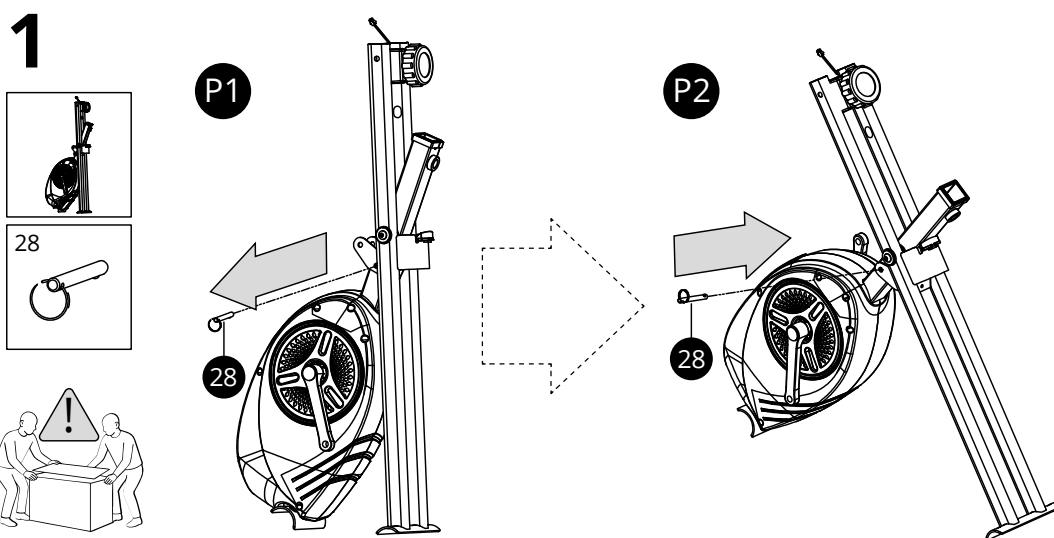
EE VARUOSADE LOETELU
FI OSALUETTELO
SL SEZNAM DELOV
HR POPIS DIJELOVA
GR ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΑΝΤΑΓΜΑΤΙΚΩΝ
TR PARÇA LİSTESİ
DA DELELISTE

	1 	2  (x4)	3 	5 	6  (x2)	7  (x4)
8  (x2)	10 	13  (x6)	14  (x2)	22  (x2)	23  (x2)	24 
26  (x2)	27L/R 	28 	29 	32  (x4)	33  (x3)	34 
35 	36 	38  (x2)	57  (x3)	A 	B 	C 

PL INSTRUKCJA MONTAŻU
EN ASSEMBLY MANUAL
DE MONTAGEANLEITUNG
RU ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ
RO INSTRUCȚIUNI DE MONTAJ
LT MONTAVIMO INSTRUKCIJA
CZ NÁVOD NA MONTÁŽ
SK NÁVOD NA MONTÁŽ

HU ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ
BG ИНСТРУКЦИЯ ЗА МОНТАЖ
FR INSTRUCTIONS DE MONTAGE
IT ISTRUZIONI DI MONTAGGIO
ES MANUAL DE MONTAJE
NL MONTAGEHANDLEIDING
LV MONTĀŽAS ROKASGRĀMATA
ET KOOSTAMISJUHEND

FI ASENNUSOHJE
SL NAVODILA ZA SESTAVLJANJE
HR UPUTE ZA SASTAVLJANJE
GR ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ
TR MONTAJ KILAVUZU
DA SAMLEVEJLEDN



7

(x2)

22

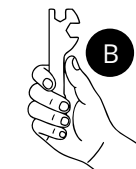
(x2)

23

(x2)

26

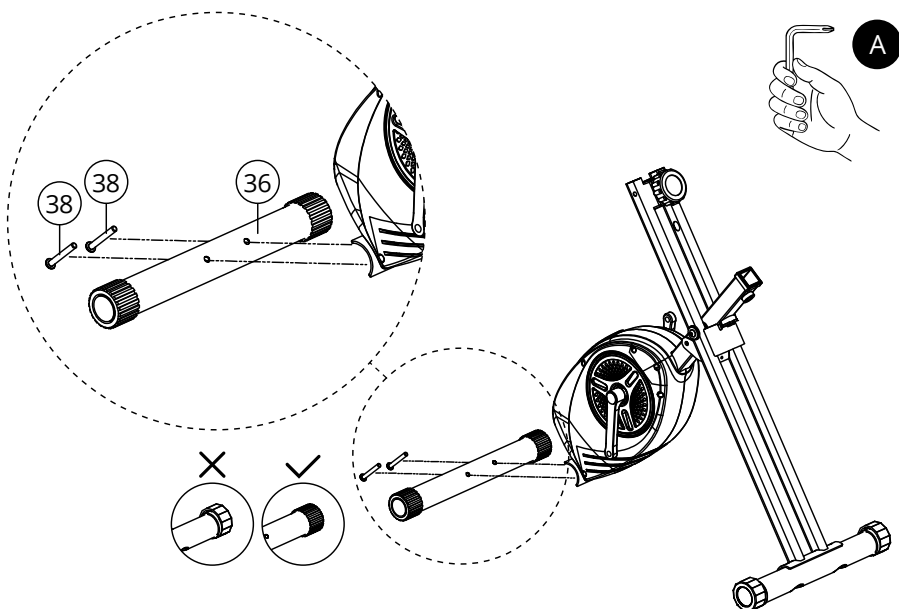
(x2)



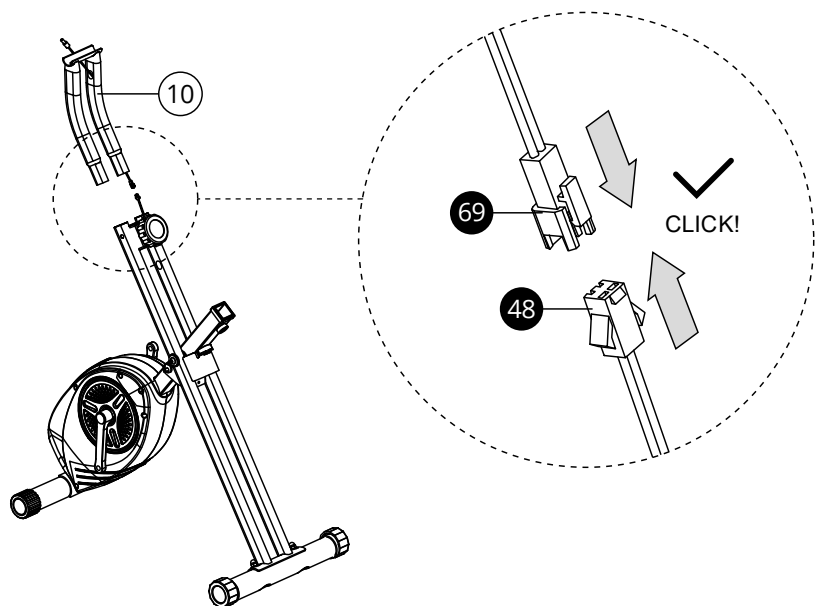
36

38

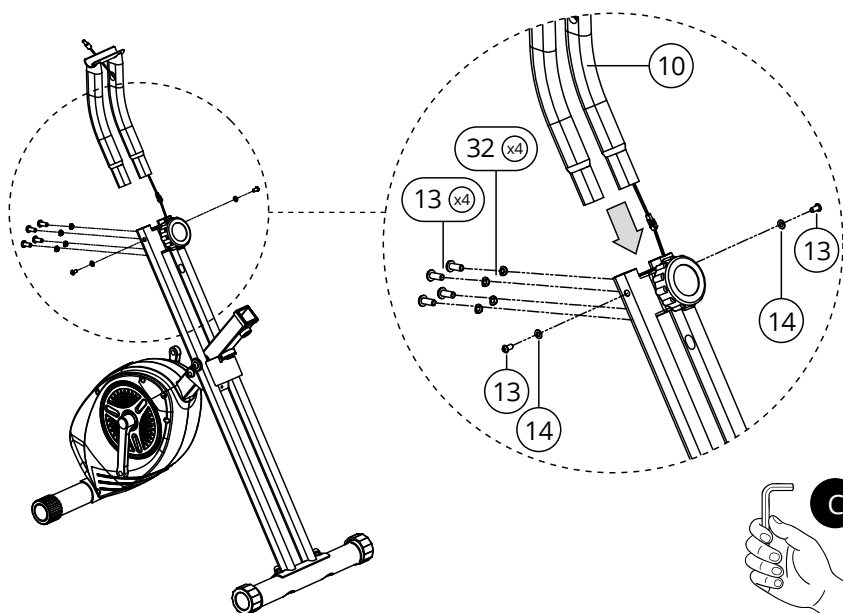
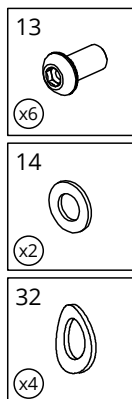
(x2)



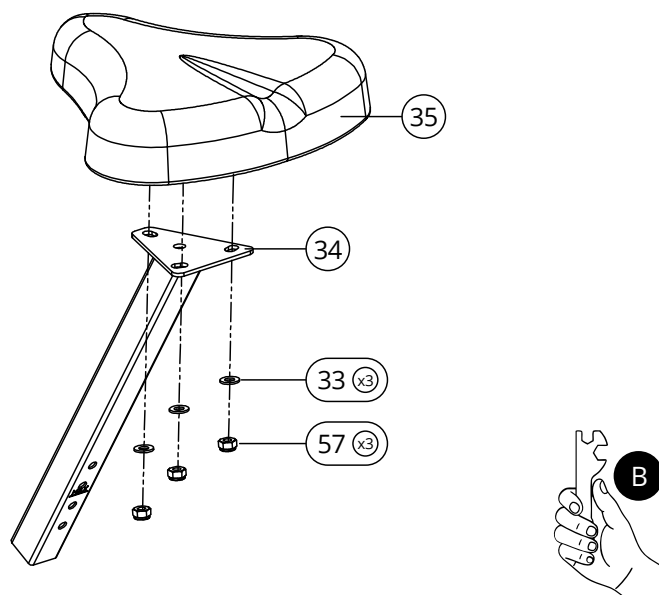
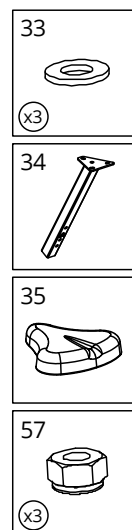
10



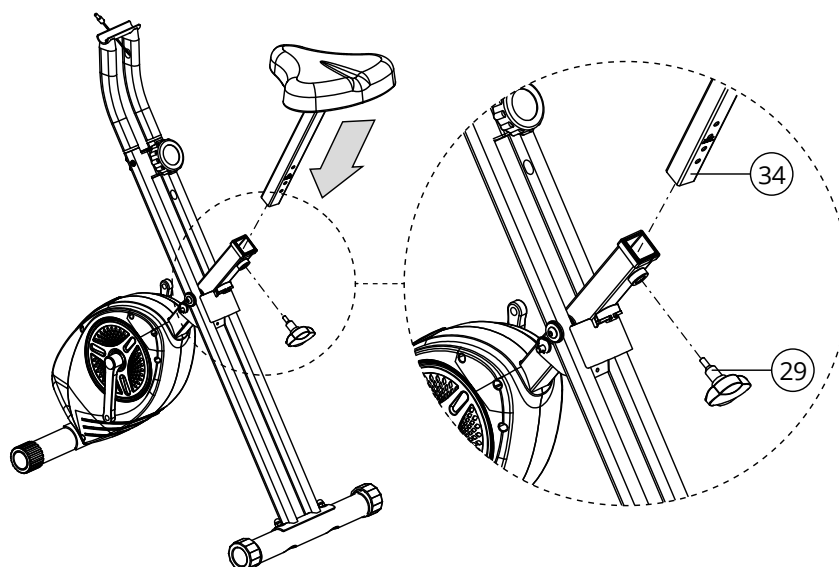
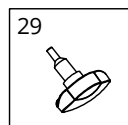
5



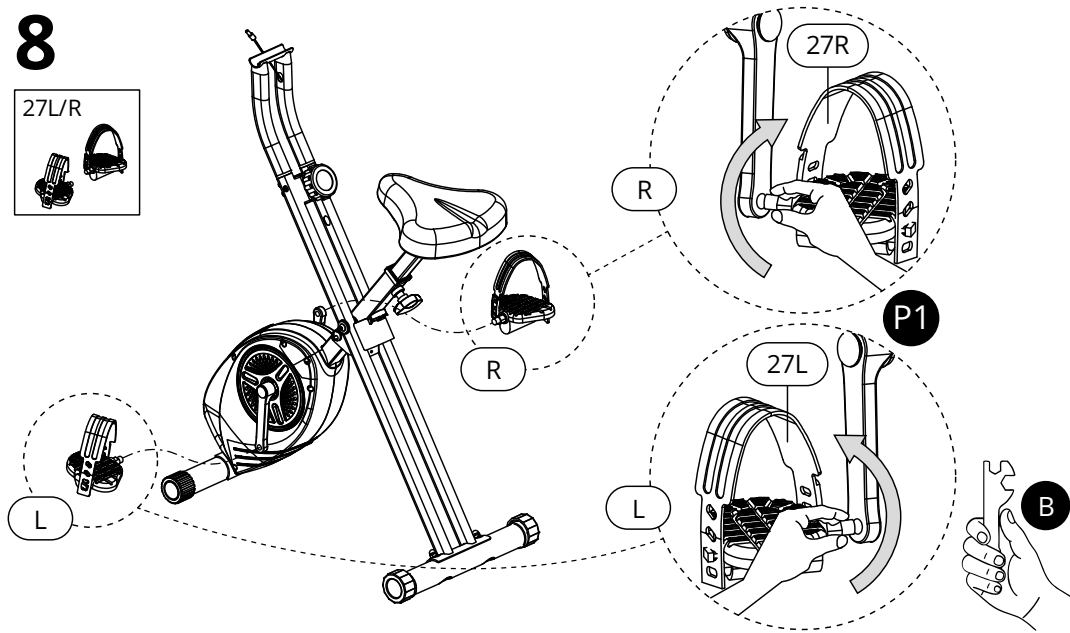
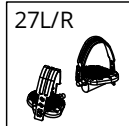
6



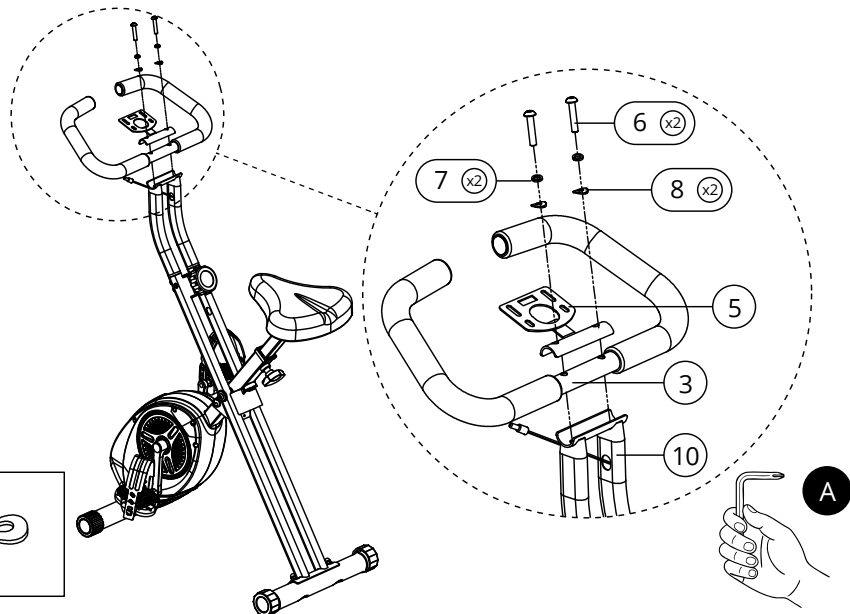
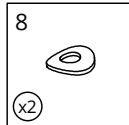
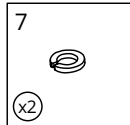
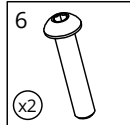
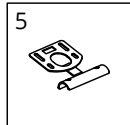
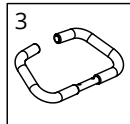
7



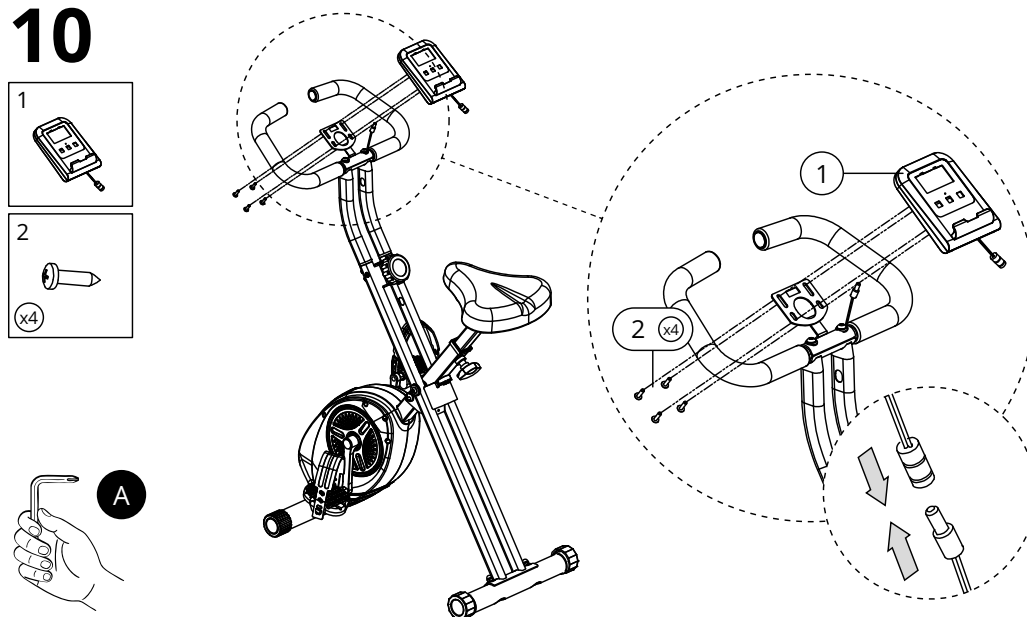
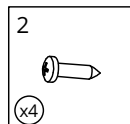
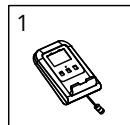
8

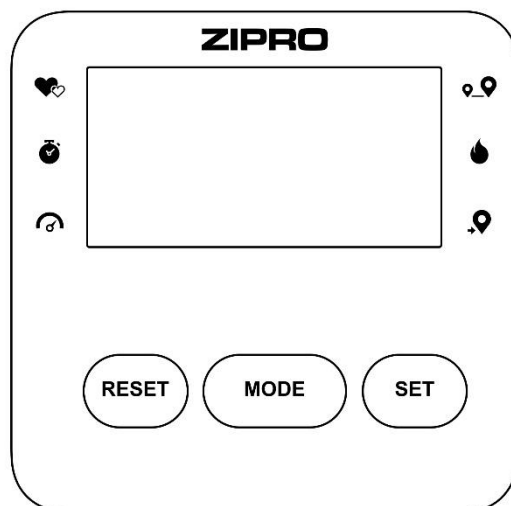


9



10





INSTRUKCJA OBSŁUGI KOMPUTERA	9
COMPUTER OPERATION INSTRUCTIONS.....	13
BEDIENUNGSANLEITUNG COMPUTER.....	18
ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ КОМПЬЮТЕРА.....	22
INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE A COMPUTERULUI	27
KOMPIUTERIO NAUDOJIMO INSTRUKCIJA	31
NÁVOD K OBSLUZE POČÍTAČE	35
NÁVOD NA OBSLUHU POČÍTAČA.....	39
A COMPUTER HASZNÁLATI UTASÍTÁSA	43
ИНСТРУКЦИЯ ЗА ЕКСПЛОАТАЦИЯ НА КОМПЮТЪРА	48
MODE D'EMPLOI DE L'ORDINATEUR	52
ISTRUZIONI PER L'USO DEL COMPUTER	57
MANUAL DE INSTRUCCIONES DE LA COMPUTADORA	61
HANDLEIDING COMPUTER.....	65
INSTRUÇÕES DE OPERAÇÃO DO COMPUTADOR	70
DATORA LIETOŠANAS INSTRUKCIJA.....	74
ARVUTI KASUTUSJUHEND	78
TIETOKONEEN KÄYTTÖOHJEET.....	82
NAVODILA ZA UPORABO RAČUNALNIKA	86
UPUTE ZA UPORABU RAČUNALA	90
ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ.....	95
BİLGİSAYAR KULLANIM KILAVUZU	99
COMPUTER BRUGSANVISNING	103

PL Podręcznik użytkownika

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

DANE TECHNICZNE

Zasilanie	Komputer zasilany bateriami 2×AAA Carbon Zinc. Brak w zestawie.
Waga	14,4 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 ISO 20957-5:2028
Przeznaczenie	Rower magnetyczny 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 potknięte.

RYZKO RESZTKOWE

- 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 błędów 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.



Chronić przed upadkiem.



Opakowanie nadające się do recyklingu.



Elektroodpady. Konieczne oddanie zużytego sprzętu do punktu recyklingu.



Ostrożnie, kruche. Możliwość uszkodzenia. Zachować ostrożność.



Chronić przed wilgocią.



Uwaga ciężki produkt.



Składować maksymalnie w 5 warstwach.

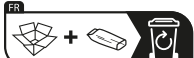


Produkt zawiera instrukcję obsługi.



DO NOT USE BLADE TO OPEN

Nie otwierać z użyciem noża.



Points de collecte sur www.quefairemesdechets.fr

Opakowanie wykonane z tektury i tworzyw sztucznych. Prosimy o segregowanie odpadów zgodnie z lokalnymi zasadami.



Opakowanie wykonane z tektury i tworzyw sztucznych. Prosimy o segregowanie odpadów zgodnie z lokalnymi zasadami.



Opakownie wykonane z tektury.



Opakowanie zostało wyprodukowane z uwzględnieniem odpowiedzialności za środowisko i recykling. Prosimy o segregowanie odpadów zgodnie z lokalnymi zasadami.

OBŚŁUGA

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 poinstruuje o prawidłowym korzystaniu i stałe nadzoruj.
- Sprzęt nie nadaje się do przeznaczenia terapeutycznego.
- Podczas pracy urządzenia mogą występować ciche szumy przy ruchu bezwładnym masy zamachowej, 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).

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.

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.

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 skażenia 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.

SCHEMAT MONTAŻOWY (→ Patrz strona 2)

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

LISTA CZĘŚCI

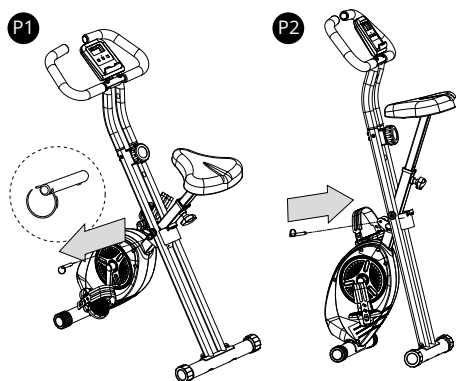
NR	OPIS	ILOŚĆ
1	Monitor	1
2	Śruba M5*10	4
3	Kierownica	1
5	Wspornik pyty monitora	1
6	Śruba M8*40X20	2
7	Podkładka sprężysta D8	4
8	Uszczelka wygięta D8*1.5*φ20 R15	2
10	Wspornik uchwytu spawany	1
13	Śruba M6*12*S4	6
14	Podkładka płaska φ6xφ12x1.5	2
22	Zaślepka Nakrętka M8*S13	2
23	Zakrzywiona Podkładka D8*1.5*φ20 R28	2
24	Tylna dolna rura	1
26	Śruba M8*60	2
27(L/R)	Pedał	2
28	Wtyczka	1
29	Pokrętko w kształcie serca	1
32	Uszczelka łukowa D6*1.5*φ12	4
33	Podkładka płaska D8	3
34	Spawanie rury siodełka	1
35	Siodełko	1
36	Przednia dolna rura	1
38	Śruba M8*55	2
57	Nylonowa Nakrętka M8	5
A	Klucz S5	1
B	Klucz płaski S13, 15, 19	1
C	Klucz S4	1

INSTRUKCJA MONTAŻU (→ Patrz strona 2)

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.

Gdy nie jest używany, najpierw wyciągnij zawleczkę pierścienia, jak pokazano na rysunku P1; złóż spaw wspornika i ramę główną; następnie wyrównaj otwory na spodzie części w kształcie litery U ramy głównej i spaw wspornika, a na koniec włóż zawleczkę pierścienia, aby ją zamocować, jak pokazano na rysunku P2.

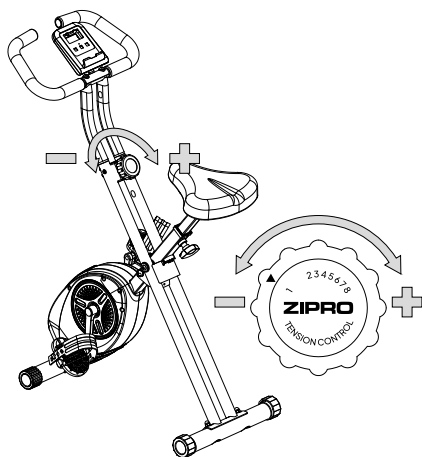


REGULACJE

Regulacja oporu

Aby zwiększyć opór, przekręć pokrętkę regulacji oporu w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara.

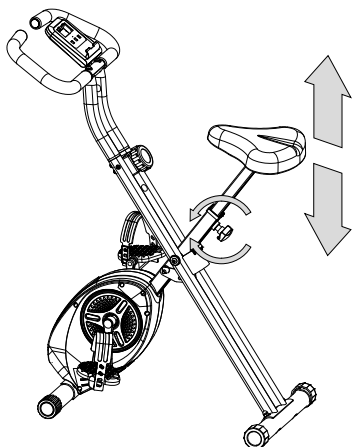
Aby zmniejszyć opór, przekręć pokrętkę regulacji naciągu w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara.



Wysokość siodełka

Poluzuj pokrętkę wspornika siodełka, ustaw siodełko na pożądanej wysokości i dokręć pokrętkę. Upewnij się, że siodełko jest nieruchome. Prawidłowa wysokość siodełka zwiększa efektywność ćwiczeń i zmniejsza ryzyko kontuzji.

Ustaw pedały w pozycji pionowej (jeden pedał na dole, drugi na górze). Wsiądź na rower i umieść stopy na pedałach. Upewnij się, że noga umieszczona na dolnym pedale jest ułożona komfortowo. Jeżeli jest zbyt zgięta, podnieś siodełko. Jeżeli nie możesz dosięgnąć pedału, lub twoja noga jest w przeproście, opuść siodełko.



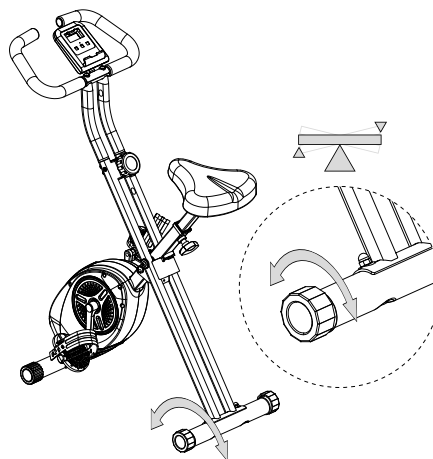
Regulacja pasków pedałów

Do wewnętrznej części pedału, zaczepek gumowy pasek stroną z trzema otworami. Drugi koniec zaczepek o jeden z otworów regulacyjnych, tak aby stopa była nieruchoma podczas jazdy i dało się ją łatwo wyjąć. Wykonaj tą czynność dla obu pedałów.

Poziomowanie urządzenia

Wypoziomuj urządzenie przekręcając nakładki poziomujące znajdujące się na tylnej podstawie. Nakładki mają formę wielokąta,

każdy ich bok ma inną wysokość, znajdź właściwy bok, aby urządzenie stało stabilnie.



INSTRUKCJA OBSŁUGI KOMPUTERA

KOMPUTER (MODEL) MRMS06-GRN

Przed użyciem proszę usunąć folię zabezpieczającą z ekranu komputera.

AUTO ON/OFF

Komputer włączy się, gdy koło zamachowe zostanie wprowadzone w ruch lub wciśnięty zostanie dowolny przycisk. Komputer wyłączy się automatycznie po 4 minutach bezczynności.

OPIS POSZCZEGÓLNYCH PRZYCISKÓW

MODE - umożliwia dokonanie wyboru parametru.

SET - służy do ustawienia wartości parametrów.

RESET - służy do natychmiastowego zresetowania czasu, dystansu oraz kalorii.

FUNKCJE (SPECYFIKACJA)

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.	0,0-9999 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.	0-9999 km
PULSE	Wyświetla aktualny puls. UWAGA! Pomiar tętna tylko do celów sportowych (wyklucza się zastosowanie medyczne).	40-240 BPM

USTAWIENIE WARTOŚCI DO ODLICZANIA

- Naciskając **MODE** ustaw na monitorze parametr, którego wartość chcesz osiągnąć podczas treningu: czas, dystans, ilość kalorii, puls.
- Wielokrotnie naciskając przycisk **SET**, ustaw odpowiednią wartość. Odliczanie rozpocznie się po rozpoczęciu pedałowania. Na monitorze wyświetli się strzałka w dół. Zakończenie odliczania, lub przekroczenie ustawionej wartości pulsu sygnalizuje dźwięk.

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.

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 wzmoczonego 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.

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 przytóż 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 ŚCIEGIEN ACHILLESA

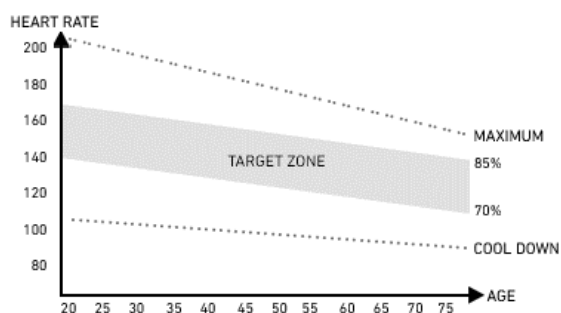
Stań twarzą do ściany, lewą nogę wysuń do przodu i lekko ugnij w kolanie. Prawą trzymaj z tyłu – wyprostowaną, z piętą położoną płasko na podłożu. Trzymaj obie pięty płasko na podłożu i przyciskaj biodra w kierunku ściany. Utrzymuj tę pozycję przez 30 sekund. Powtórz czynność z wysuniętą prawą nogą. 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.

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	Ustaw urządzenie na równej powierzchni.

	znajduje się przedmiot zakłócający równowagę.	Usuń przedmiot zakłócający równowagę.
	Podstawy nie zostały poprawnie zamontowane.	Zamontuj poprawnie podstawy urządzenia.
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.
	Wzrost odstęp między 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.

Karta gwarancyjna znajduje się na ostatniej stronie.

WARUNKI GWARANCJI

- Reklamacji i gwarancji podlegają wyłącznie wady ukryte powstałe z winy producenta.
- Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
 - ważnej czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczęcią 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).
- Reklamacja zostanie rozpatrzona w terminie do 14 dni od momentu zgłoszenia wady przez Klienta.
- 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.
- 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.
- Gwarancją nie są objęte:
 - uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,

- b. uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania, niewłaściwego montażu i konserwacji,
 - c. uszkodzenia i zużycie elementów eksploatacyjnych takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska, tapicerka.
 - d. 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:
 - a. upływu terminu ważności,
 - b. dokonania przez klienta samodzielnych napraw i modyfikacji z użyciem nieoryginalnych części,
 - c. gdy powstała wada wynika z nieprawidłowej instalacji lub na skutek nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji opisanych w instrukcji obsługi,
 - d. użytkowania innego niż użytkowanie domowe,
 - e. uszkodzeń powstałych w transporcie.
8. Duplikaty karty gwarancyjnej nie będą wydawane.
9. W ramach gwarancji klient ma prawo żądać następujących rodzajów świadczonego bezpłatnie zadośćuczynienia:
 - a. naprawy produktu,
 - b. wymiany produktu,
 - c. obniżenia ceny,
 - d. 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 pieczęcią 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.

EN User manual

Dear User,
Please read the following instructions before starting assembly and first use of the device. This manual contains important information regarding the safety of use and maintenance of the equipment. Keep it for future reference regarding maintenance or ordering spare parts.

TECHNICAL DATA

Power supply	Computer powered by 2×AAA Carbon Zinc batteries. Not included.
Weight	14.4 kg
Operating temperature	0°C to +40°C
Storage temperature	-10°C to +60°C
Maximum user weight	120 kg
Application class	Class H
Accuracy class	Class C
Speed	0.0-99.9 km/h
Product standard (main)	EN ISO 20957-5:2028
Intended use	Bike magnetic for home use

SAFETY

ATTENTION! The device can only be used for its intended purpose, i.e. for training by adults. Any other use of the device may be dangerous. The manufacturer cannot be held liable for damage caused by improper use of the device.

- The device has been designed and constructed based on the latest knowledge in the field of safety. Dangerous elements that could potentially pose a risk of injury have been eliminated or relatively secured.
- Repairs and modifications on your own are not permitted.
- Once every one or two months, check that the screws, bolts and nuts are properly tightened.
- In order to ensure lasting safety, regularly (i.e. once a year) check and maintain the equipment at a specialist store.
- Any modifications to the device that are not described in this manual may cause damage or directly endanger the health and life of the exercising person. Modifications to the device may only be carried out by the manufacturer's service personnel or persons trained by them in this regard.
- All devices are subject to constant innovation to ensure high quality. For this reason, the manufacturer reserves the right to make technical changes.
- Direct any questions or concerns related to the equipment to a specialist retail outlet.

ATTENTION! Persons in the vicinity during equipment use should be warned of potential hazards. Exercise particular caution in the presence of children.

ATTENTION! Consult a doctor before starting exercise to make sure you do not have any health contraindications to training on the device. Based on the specialist's opinion, you can develop your training plan. An incorrectly selected program or excessive exercise can be dangerous to your health and life.

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

ATTENTION! Strictly follow the training instructions contained in this manual.

- When choosing a place to train, take into account ensuring safe distances from possible obstacles. Do not place the equipment near communication routes (roads, gates, passages, etc.).
- It is forbidden to use the equipment in close proximity from the wall. The safety zone is 2000 mm and at least as wide as the device.

ATTENTION! Be careful when assembling the device and do not allow children to be nearby. Small parts (nuts, screws, etc.) are used during assembly, which may be swallowed by them.

RESIDUAL RISK

- In a situation where fall protection is not used or is used but incorrectly, there is a residual risk, i.e. a person falling, causing abrasions, bruises, fractures or, in the worst case, death.
- There is a residual risk of unintended overload of the exercising person caused by improper operation or incorrect assessment, as well as incorrect data transmission (due to electromagnetic interference, software error, etc.). Even the best software and hardware protection does not exclude software or hardware errors and may theoretically cause overload of the exercising person.
- The product is an electrical device, therefore electric shock, which can lead to death, cannot be ruled out.
- The residual risk of suffocation cannot be ruled out.
- The risk can be reduced by following the information on safety contained in the operating manual.
- It cannot be ruled out that unintended or unauthorized use will result in other, unconsidered risks, and the risk considered has been incorrectly estimated.

In the risk analysis, the assessment was made based on the "current state of the device". The product assessment and control show that the probability of unacceptable risk occurring is very low. The device (its construction, method of operation and application) does not - under normal conditions - pose an unjustified risk to the exercising person or third parties.

HANDLING MARKS ON TRANSPORT PACKAGING



This side up. Do not overturn.



Protect from falling.



Packaging suitable for recycling.



E-waste. It is necessary to return used equipment to a recycling point.



Handle with care, fragile.
Possibility of damage. Handle with care.



Protect from moisture.



Attention heavy product.



Store maximum in 5 layers.



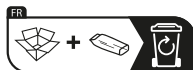
The product includes an instruction manual.



DO NOT USE BLADE TO OPEN



Do not open with a knife.



Packaging made of cardboard and plastics. Please sort waste according to local regulations.



Packaging made of cardboard and plastics. Please sort waste according to local regulations.



Packaging made of cardboard.



The packaging was produced with environmental responsibility and recycling in mind. Please sort waste according to local regulations.

OPERATION

Before starting training, make sure the device is properly assembled.

- Before starting your first workout, familiarize yourself with all the functions and adjustment options of the device.
- The device has elements that may be exposed to corrosion. For this reason, it is not recommended to be left in a humid room. You should also make sure that the equipment (especially its internal and electronic components) is not exposed to water, drinks, sweat, etc.
- The device is intended only for training by adults and is absolutely not a toy for children. If you allow children to use it at your own risk, be sure to instruct them on proper use and supervise them constantly.
- The equipment is not suitable for therapeutic purposes.
- During the operation of the device, there may be quiet noises during the inertial movement of the flywheel mass, which result from the type of construction. They have no impact on the operation of the equipment.
- Noise emission during load is greater than without load.
- Before starting each workout, check the correctness of the protections and screw and plug connections.
- When training on the device, remember to wear appropriate footwear (sports shoes).

EQUIPMENT MAINTENANCE

Perform regular maintenance of the device. Perform the following activities no less than every 20 hours of operation.

- Check the moving parts of the device. If they are not sufficiently lubricated, use bicycle bearing grease.
- Check the condition of elements such as screws and nuts. Make sure they are well tightened.
- After each workout, wipe the sweat off the device. Pay attention to ensure that the monitor does not come into contact with water or moisture.
- Use only water and soap to clean the device. Do not use cleaning agents.
- Store the device in a dry and warm place.

- Do not expose the device to direct sunlight.

BATTERY REPLACEMENT

Poorly visible information on the computer display or its absence means that the batteries need to be replaced.

Remove the battery cover and replace the old ones with two new ones. When placing them

in the battery compartment, follow the "+" and "-" markings.

If the display does not work properly after restarting, remove the batteries for a few minutes and then reinsert them.

ATTENTION! Used batteries are not covered by the warranty. They contain harmful substances (such as cadmium, mercury, or lead), so do not throw them into the household waste container. Take them to the appropriate collection point for used batteries.

ENVIRONMENT

The device is delivered in packaging to protect it from possible damage during transport. Packaging is unprocessed raw material and can be recycled. Dispose of these materials in the appropriate colored containers intended for selective collection.



Protect the environment and do not throw used batteries into the household waste bin. Return them to the point of purchase or hand them over to a separate storage point for recyclable materials.

Used electrical equipment (including the meter, power supply) are recyclable materials - do not throw them into household waste containers, as they may contain substances dangerous to health and the environment. We ask for your active help in economical management of natural resources and the protection of the natural environment by handing over the used device to a storage point for recyclable materials - used electrical equipment.

ASSEMBLY

The device assembly must be carried out carefully by an adult. If in doubt, ask someone with more experience in this field for assistance.

- Before starting assembly, make sure that the kit with the device contains all the elements from the parts list and if any parts have been damaged during transport. If any parts are missing or you have any concerns, please contact the dealer.
- Familiarize yourself with the drawings and explanations and assemble in the order contained in the assembly instructions.
- Be careful during assembly. When using tools and components, there is a risk of injury.
- Remember to maintain a safe environment.
Do not scatter tools and assembly elements chaotically.
Remember that plastic films and bags pose a risk of suffocation for children.
- Assembly elements needed to perform a given step of the assembly instructions are shown in the drawings and explanations. Use the elements indicated in the assembly instructions.
- In the early stages of assembly, do not tighten the parts completely. Do this after placing all the parts and making sure they are properly seated.
- The manufacturer reserves the right to pre-assemble some components.

ASSEMBLY DIAGRAM (-> See page 2)

ATTENTION! It is forbidden to use parts from sources other than the manufacturer.

PARTS LIST

NO.	DESCRIPTION	QUANTITY
1	Monitor	1
2	Screw M5*10	4
3	Handlebar	1
5	Support plate monitor	1
6	Screw M8*40X20	2
7	Spring washer D8	4
8	Curved washer D8*1.5*φ20 R15	2
10	Welded bracket	1
13	Screw M6*12*S4	6
14	Flat washer φ6xφ12x1.5	2
22	End cap Nut M8*S13	2
23	Curved Washer D8*1.5*φ20 R28	2
24	Rear lower tube	1
26	Screw M8*60	2
27(L/R)	Pedal	2
28	Plug	1
29	Heart-shaped knob	1
32	Arc seal D6*1.5*φ12	4
33	Flat washer D8	3

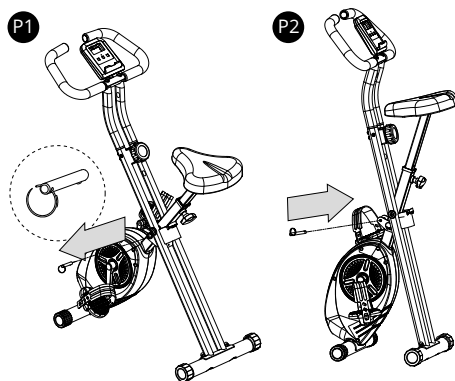
34	Seat tube welding	1
35	Saddle	1
36	Front down tube	1
38	Screw M8*55	2
57	Nylon Nut M8	5
A	Wrench S5	1
B	Open-end wrench S13, 15, 19	1
C	Wrench S4	1

ASSEMBLY INSTRUCTIONS (→ See page 2)

NOTE! During assembly, follow the steps below and use the tools included with the product.

Prepare enough free space to assemble the device. Due to the heavy weight of some components, assembly by two people is recommended.

When not in use, first pull out the ring pin as shown in figure P1; assemble the bracket weldment and the main frame; then align the holes on the bottom of the U-shaped part of the main frame and the bracket weldment, and finally insert the ring pin to secure it, as shown in figure P2.

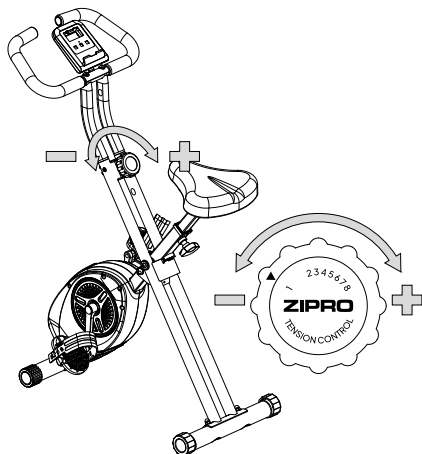


ADJUSTMENTS

Resistance adjustment

To increase the resistance, turn the resistance adjustment knob clockwise.

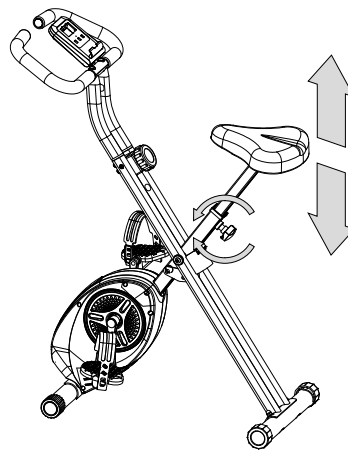
To decrease the resistance, turn the tension adjustment knob counterclockwise.



Seat height

Loosen the seat bracket knob, adjust the seat to the desired height and tighten the knob. Make sure the seat is stationary. Correct seat height increases exercise efficiency and reduces the risk of injury.

Set the pedals in a vertical position (one pedal at the bottom, the other at the top). Get on the bike and place your feet on the pedals. Make sure the leg placed on the bottom pedal is positioned comfortably. If it is too bent, raise the seat. If you cannot reach the pedal, or your leg is hyperextended, lower the seat.

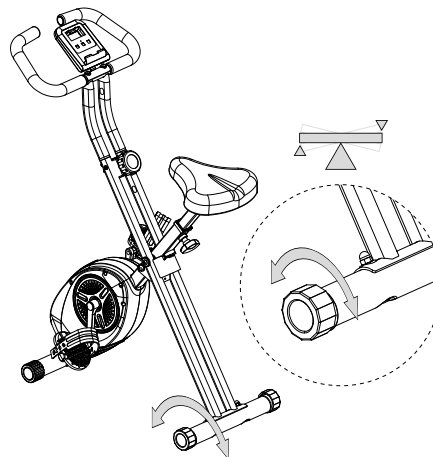


Pedal strap adjustment

Attach the rubber strap to the inside of the pedal with the side with three holes. Attach the other end to one of the adjustment holes so that the foot is stationary while riding and can be easily removed. Perform this action for both pedals.

Leveling the device

Level the device by turning the leveling caps located on the rear base. The caps are polygonal in shape, each side has a different height, find the right side to make the device stand stable.



COMPUTER OPERATION INSTRUCTIONS

COMPUTER (MODEL) MRMS06-GRN

Please remove the protective film from the computer screen before use.

AUTO ON/OFF

The computer will turn on when the flywheel is set in motion or any button is pressed. The computer will turn off automatically after 4 minutes of inactivity.

DESCRIPTION OF INDIVIDUAL BUTTONS

MODE - allows you to select a parameter.

SET - used to set parameter values.

RESET - used to immediately reset time, distance and calories.

FUNCTIONS (SPECIFICATION)

TIME	Counts the total exercise time from start to finish.	00:00-99:59 min
SPEED	Displays the current speed.	0.0-99.9 km/h
DISTANCE	Counts the total distance from start to finish of exercise.	0.0-9999 km
CALORIES	Counts the total number of calories burned from the start to the end of exercise. (The measurement is approximate for comparing different exercise sessions and cannot be used for treatment).	0.0-9999 kcal

TOTAL DISTANCE (ODO)	Counts the total distance since the battery was installed.	0-9999 km
PULSE	Displays the current pulse. NOTE! Heart rate measurement for sports purposes only (medical use is excluded).	40-240 BPM

SETTING A VALUE FOR COUNTDOWN

- Pressing **MODE** set on the monitor the parameter whose value you want to achieve during training: time, distance, calories, heart rate.
- Pressing the **SET**, set the appropriate value.
The countdown will start once you start pedaling. A down arrow will appear on the monitor.
The end of the countdown, or exceeding the set heart rate value, is signaled by a sound.

PULSE RATE

ATTENTION! Heart rate measurement for sports purposes only (medical use is excluded).

- Press the **MODE** until PULSE appears on the screen.
Place both hands on the pulse sensors on the handlebars.
During the measurement, the computer will display a heart-shaped icon.
After 3 to 4 seconds, the computer will display the current heart rate.

TRAINING AND EXERCISE PHASES

Using the device will provide you with many benefits. First of all, it will improve your condition, strengthen muscles, and in combination with a proper diet, it will allow you to burn unnecessary body fat.

1. WARM-UP

This is a phase that improves blood circulation throughout the body and prepares muscles for increased effort. It also reduces the risk of cramps and injuries. It is advisable to perform some stretching exercises as shown below.

If you feel pain, stop exercising or reduce the range of motion.

INNER THIGH STRETCH

Sit on a flat surface with your legs bent and your knees pointing outwards. Join the soles of your feet and bring them as close together as possible. Gently press your knees towards the ground and hold this position for 15 seconds.

THIGH STRETCH

Sit on a flat surface. Straighten your right leg and place the sole of your left foot against your right thigh. Extend your right arm towards the toes of your right foot as far as possible. Hold for 15 seconds. Repeat with your left leg.

HEAD TWISTS

Keep your head straight looking forward. Without moving your arms, turn it to the right and straighten, then turn to the left and straighten.

ARM RAISES

Raise your left hand as high as possible and hold for a few seconds. Repeat with your right hand.

ACHILLES TENDON STRETCH

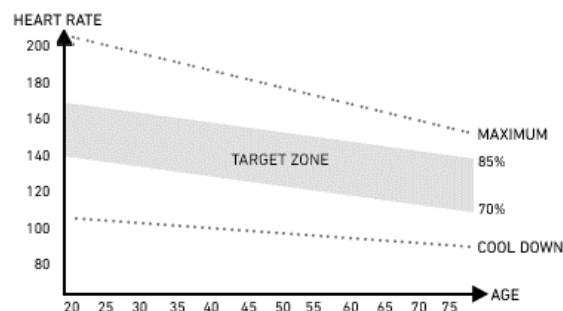
Stand facing a wall, extend your left leg forward and bend slightly at the knee. Keep your right leg behind you - straight, with your heel flat on the ground. Keep both heels flat on the ground and press your hips towards the wall. Hold this position for 30 seconds. Repeat with your right leg extended. Remember not to arch your back during the exercise.

BENDS

Stand with your feet together. Bend forward trying to bring your chest as close to your knees as possible. Hold for 15 seconds. Remember not to bend your knees.

2. EXERCISE PHASE

This is the proper training phase. Exercise at your own pace to achieve an adequate heart rate for your age as shown in the chart.



3. RELAXATION PHASE

This phase allows you to calm circulation and relax muscles. It is a repetition of warm-up exercises. Remember that not to strain your muscles.

POSSIBLE DAMAGES AND REPAIR TECHNIQUES

ATTENTION! Opening the device casing without prior contact with the manufacturer's service will void the warranty.

If you suspect a defect requiring opening the casing, contact the manufacturer's service.

ERROR DESCRIPTION	POSSIBLE CAUSES	SOLUTION
The device wobbles	The device is placed on an uneven surface. Under the base of the device there is an object disrupting the balance.	Place the device on an even surface. Remove the object disrupting the balance.
	The bases have not been installed correctly.	Install the device bases correctly.
The saddle or handlebars wobble	The bolts and knobs of the seatpost or handlebars have not been tightened.	Tighten the bolts and knob of the seatpost or handlebars.
Noise during use	Improperly tightened elements.	Contact the manufacturer's service.
	During operation, quiet noises may occur during the inertial movement of the flywheel mass, which result from the type of construction. They have no effect on the operation of the equipment. Potential noises heard while pedaling in the opposite direction are technically conditioned and do not cause any negative consequences.	
Noise and lack of smooth operation	Damaged bearings.	Contact the manufacturer's service.
Lack of adequate resistance during training	Incorrectly connected cable for resistance adjustment.	Connect the cable correctly according to the assembly instructions.
	Loosened drive belt.	Contact the manufacturer's service.
	The gap between the flywheel and the magnets has increased.	Contact the manufacturer's service.
	The voltage regulator is damaged.	Contact the manufacturer's service customer support.

WARRANTY

The seller, on behalf of the Guarantor, provides a warranty in the territory of Republic of Poland for a period of 24 months from the date of sale. The warranty for the sold goods does not exclude, limit, or suspend the rights of the Buyer arising from the Consumer Rights Act.

The warranty card is on the last page.

WARRANTY CONDITIONS

1. Only hidden defects caused by the manufacturer are subject to complaint and warranty.
2. The warranty will be honored by the store or service after the customer presents:
 - a. a valid, clearly and correctly completed warranty card with a sales stamp and the seller's signature,
 - b. a valid proof of purchase of the equipment with the date of sale,
 - c. the claimed goods or defective part.
 In the case of distance purchase, the warranty card is valid only on the basis of the purchase document (receipt / invoice).
3. The complaint will be processed within 14 days from the moment the defect is reported by the Customer.
4. Manufacturing defects and damage revealed during the warranty period will be repaired free of charge within a period not longer than 21 days from the date of delivery of the goods to the store or service.
5. If it is necessary to import parts, the warranty repair period may be extended by the time necessary to import them, but not longer than 40 days.
6. The warranty does not cover:
 - a. mechanical damage and defects caused by them,
 - b. damage and defects resulting from improper use and storage, improper assembly and maintenance,
 - c. damage and wear of consumables such as: cables, belts, rubber elements, pedals, foam grips, wheels, bearings, upholstery.
 - d. activities related to assembly, maintenance, which according to the user manual the user is obliged to perform on their own.
7. The warranty does not apply in the following cases:
 - a. expiry of the validity period,
 - b. the customer's own repairs and modifications using non-original parts,
 - c. if the defect is due to incorrect installation or failure to comply with the rules of proper operation described in the user manual,
 - d. use other than domestic use,
 - e. damage occurring during transport.
8. Duplicates of the warranty card will not be issued.
9. Under the warranty, the customer has the right to demand the following types of free compensation:
 - a. product repair,
 - b. product replacement,
 - c. price reduction,
 - d. termination of the contract and full reimbursement of costs incurred.
10. To make a complaint, you must:
 - a. Present the product or part thereof to which the warranty applies.
 - b. Proof of purchase specifying the name and address of the seller, date and place of purchase, type of product or valid warranty card with the store's stamp.
 - c. If a dirty product is delivered, the service center may refuse to accept it or, at the customer's expense with their written consent, clean it.
11. If the complaint is accepted, the equipment will be repaired or replaced with a new one, or the customer will be refunded. The costs of transporting the goods to the customer are covered by the manufacturer's service.
12. In the event of rejection of the warranty claim, the customer will receive a detailed justification of the decision taken, and within 14 days from the date of the decision, the equipment will be sent back to the customer at their expense.

DE Bedienungsanleitung

Benutzer,
Lesen Sie die folgende Anweisungen vor der Montage und dem ersten Gebrauch des Geräts. Diese Anleitung enthält wichtige Informationen zur sicheren Verwendung und Wartung des Geräts. Bewahren Sie sie auf, um auf Informationen zur Wartung zuzugreifen oder Ersatzteile zu bestellen.

TECHNISCHE DATEN

Stromversorgung	Computer mit 2×AAA Carbon Zinc Batterien betrieben. Nicht im Lieferumfang enthalten.
Gewicht	14,4 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 (hauptsächlich)	EN ISO 20957-5:2028
Zweck	Fahrrad magnetisch für den Heimgebrauch

SICHERHEIT

ACHTUNG! Das Gerät darf nur für seinen bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden, d. h. für das Training durch Erwachsene. Jede andere Verwendung des Geräts kann gefährlich sein. Der Hersteller kann nicht für Schäden haftbar gemacht werden, die durch unsachgemäße Verwendung des Geräts verursacht wurden.

- Das Gerät wurde entworfen und konstruiert auf der Grundlage des neuesten Stands der Sicherheitstechnik. Gefährliche Elemente, die potenziell eine Verletzungsgefahr darstellen könnten, wurden beseitigt oder relativ gesichert.
- Reparaturen und Änderungen auf eigene Faust sind nicht zulässig.
- Überprüfen Sie einmal im Monat oder alle zwei Monate, ob die Schrauben, Muttern und Bolzen fest angezogen sind.

- Um die Sicherheit dauerhaft zu gewährleisten, überprüfen und warten Sie das Gerät regelmäßig (d. h. einmal jährlich) in einem Fachgeschäft.
- Alle Änderungen am Gerät, die nicht beschrieben wurden in dieser Anleitung können zu Schäden führen oder die Gesundheit und das Leben des Trainierenden direkt gefährden. Änderungen am Gerät dürfen nur von Servicemitarbeitern des Herstellers oder von Personen vorgenommen werden, die von diesen in diesem Bereich geschult wurden.
- Alle Geräte unterliegen ständigen Innovationsmaßnahmen, um eine hohe Qualität zu gewährleisten. Aus diesem Grund behält sich der Hersteller das Recht vor, technische Änderungen vorzunehmen.
- Bei Fragen oder Bedenken bezüglich des Geräts wenden Sie sich bitte an ein Fachgeschäft.

ACHTUNG! Personen, die sich während der Benutzung des Geräts in der Nähe aufhalten, sind auf mögliche Gefahren hinzuweisen. Seien Sie besonders vorsichtig in Gegenwart von Kindern.

ACHTUNG! Konsultieren Sie vor Beginn der Übungen einen Arzt, um sicherzustellen, dass keine gesundheitlichen Gegenanzeigen für das Training mit dem Gerät vorliegen. Basierend auf der Meinung eines Spezialisten können Sie Ihren Trainingsplan erstellen. Ein falsch gewähltes Programm oder übermäßige Übungen können gefährlich für Ihre Gesundheit und Ihr Leben sein.

WARNUNG! Herzfrequenz-Überwachungssysteme können ungenau sein. Überanstrengung während des Trainings kann zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen. Wenn Sie sich schwach fühlen, hören Sie sofort auf zu trainieren.

ACHTUNG! Beachten Sie unbedingt die Hinweise zur Durchführung des Trainings in dieser Anleitung.

- Achten Sie bei der Wahl des Trainingsortes auf einen sicheren Abstand zu möglichen Hindernissen. Stellen Sie das Gerät nicht in der Nähe von Verkehrswegen (Straßen, Toren, Durchgängen usw.) auf.
- Es ist verboten, das Gerät in unmittelbarer Nähe einer Wand zu benutzen. Die Sicherheitszone beträgt 2000 mm und mindestens die gleiche Breite wie das Gerät.

ACHTUNG! Seien Sie bei der Montage des Geräts vorsichtig und lassen Sie keine Kinder in der Nähe. Bei der Montage werden Kleinteile

(Muttern, Schrauben usw.) verwendet, die von ihnen verschluckt werden können.

RESTRISIKO

- Wenn der Fallschutz nicht angebracht wird oder zwar angebracht wird, aber fehlerhaft, besteht ein Restrisiko, nämlich der Sturz einer Person, der zu Hautabschürfungen, Prellungen, Knochenbrüchen oder im schlimmsten Fall zum Tod führt.
- Es besteht ein Restrisiko einer unbeabsichtigten Überlastung des Trainierenden aufgrund von Fehlbedienung oder falscher Einschätzung sowie fehlerhafter Datenübertragung (aufgrund elektromagnetischer Störungen, Softwarefehler usw.). Selbst die beste Software- und Hardwareabsicherung schließt Software- oder Hardwarefehler nicht aus und kann theoretisch zu einer Überlastung des Trainierenden führen.
- Das Produkt ist ein elektrisches Gerät, daher kann ein Stromschlag, der zum Tod führen kann, nicht ausgeschlossen werden.
- Ein Restrisiko des Erstickens kann nicht ausgeschlossen werden.
- Das Risiko kann durch Beachtung der Informationen zur Sicherheit in der Bedienungsanleitung reduziert werden.
- Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass eine unbeabsichtigte oder unzulässige Verwendung andere, nicht berücksichtigte Risiken verursacht, und die berücksichtigten Risiken falsch eingeschätzt wurden.

In der Risikoanalyse wurde die Bewertung auf der Grundlage des „aktuellen Zustands des Geräts“ vorgenommen. Die durchgeführte Bewertung und Kontrolle des Produkts zeigt, dass die Wahrscheinlichkeit des Auftretens eines unzulässigen Risikos sehr gering ist. Das Gerät (seine Konstruktion, Funktionsweise und Anwendung) verursacht unter normalen Bedingungen kein unzumutbares Risiko für den Trainierenden oder Dritte.

HANDHABUNGSHINWEISE AUF TRANSPORTVERPACKUNGEN

-  Diese Seite nach oben. Nicht umkippen.
-  Vor Stürzen schützen.
-  Verpackung zum Recyceln geeignet.
-  Elektroschrott. Altgeräte müssen an einer Recyclingstelle abgegeben werden.
-  Vorsicht, zerbrechlich. Beschädigungsgefahr. Vorsicht walten lassen.
-  Vor Feuchtigkeit schützen.
-  Achtung, schweres Produkt.
-  Lagern maximal in 5 Schichten.

Das Produkt enthält eine Bedienungsanleitung.

 **DO NOT USE BLADE TO OPEN** 
Nicht mit einem Messer öffnen.



Die Verpackung besteht aus Pappe und Kunststoffen. Bitte entsorgen Sie die Abfälle gemäß den örtlichen Bestimmungen.

  Die Verpackung besteht aus Pappe und Kunststoffen. Bitte entsorgen Sie die Abfälle gemäß den örtlichen Bestimmungen.

 Die Verpackung besteht aus Pappe.



Die Verpackung wurde unter Berücksichtigung der Umweltverantwortung und des Recyclings hergestellt. Bitte entsorgen Sie die Abfälle gemäß den örtlichen Bestimmungen.

BEDIENUNG

Stellen Sie vor dem Trainingsbeginn sicher, dass das Gerät ordnungsgemäß montiert wurde.

- Machen Sie sich vor dem ersten Training mit allen Funktionen und Einstellmöglichkeiten des Geräts vertraut.
- Das Gerät verfügt über Elemente, die anfällig sein können für Korrosion. Aus diesem Grund wird empfohlen, dass es nicht in einem feuchten Raum gelagert wird. Es ist auch darauf zu achten, dass das Gerät (insbesondere seine inneren und elektronischen Elemente) nicht mit Wasser, Getränken, Schweiß usw. in Berührung kommt.
- Das Gerät ist nur für das Training durch Erwachsene bestimmt und absolut kein Spielzeug für Kinder. Wenn Sie Kindern die Benutzung auf eigene Verantwortung gestatten, weisen Sie sie unbedingt in die korrekte Verwendung ein und beaufsichtigen Sie sie ständig.
- Das Gerät ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet.
- Während des Betriebs des Geräts können bei der Trägheitsbewegung der Schwungmasse leise Geräusche auftreten, die auf die Art der Konstruktion zurückzuführen sind. Sie haben keinen Einfluss auf den Betrieb des Geräts.
- Die Geräuschemission unter Last ist höher als ohne Last.
- Überprüfen Sie vor jedem Trainingsbeginn die ordnungsgemäße Funktion der Sicherungen sowie der Schraub- und Steckverbindungen.
- Achten Sie beim Training auf dem Gerät auf geeignetes Schuhwerk (Sportschuhe).

GERÄTEWARTUNG

Führen Sie regelmäßige Wartungsarbeiten am Gerät durch. Führen Sie die folgenden Tätigkeiten mindestens alle 20 Betriebsstunden durch.

- Überprüfen Sie die beweglichen Teile des Geräts. Wenn sie nicht ausreichend geschmiert sind, verwenden Sie Fahrradlagerfett.
- Überprüfen Sie den Zustand von Elementen wie Schrauben und Muttern. Achten Sie darauf, dass sie gut angezogen sind.
- Wischen Sie nach jedem Training den Schweiß vom Gerät ab. Beachten Sie, dass der Monitor nicht mit Wasser oder Feuchtigkeit in Berührung kommt.
- Verwenden Sie zur Reinigung des Geräts nur Wasser mit Seife. Verwenden Sie keine Reinigungsmittel.
- Lagern Sie das Gerät an einem trockenen und warmen Ort.
- Setzen Sie das Gerät keiner direkten Sonneneinstrahlung aus.

BATTERIEWECHSEL

Schlecht sichtbare Informationen auf dem Computerdisplay oder deren Fehlen bedeuten, dass die Batterien ausgetauscht werden müssen.

Nehmen Sie die Batterieabdeckung ab und ersetzen Sie die alten durch zwei neue. Platzieren Sie sie im Batteriefach und beachten Sie die Markierungen „+“ und „-“. Wenn das Display nach dem Neustart nicht ordnungsgemäß funktioniert, nehmen Sie die Batterien einige Minuten lang heraus und setzen Sie sie dann wieder ein.

ACHTUNG! Verbrauchte Batterien fallen nicht unter die Garantie. Sie enthalten schädliche Substanzen (wie z. B. Cadmium, Quecksilber oder Blei). Werfen Sie sie daher nicht in den Hausmüll. Bringen Sie sie zu einer geeigneten Sammelstelle für Altbatterien.

UMWELT

Das Gerät wird in einer Verpackung geliefert, um es vor möglichen Transportschäden zu schützen. Die Verpackungen sind Rohstoffe und können recycelt werden. Entsorgen Sie diese Materialien in den entsprechenden farbigen Behältern für die getrennte Sammlung.

 Schützen Sie die Umwelt und werfen Sie gebrauchte Batterien nicht in den Hausmüll. Geben Sie sie am Kaufort ab oder bringen Sie sie zu einer separaten Sammelstelle für Wertstoffe.

Elektroaltgeräte (einschließlich Zähler, Netzteil) sind Wertstoffe - werfen Sie sie nicht in den Hausmüll, da sie gesundheits- und umweltschädliche Stoffe enthalten können. Wir bitten um aktive Mithilfe bei der sparsamen Verwendung natürlicher Ressourcen und dem Schutz der natürlichen Umwelt durch die Übergabe des Altgeräts an eine Sammelstelle für Wertstoffe - Elektroaltgeräte.

MONTAGE

Der Aufbau des Geräts muss sorgfältig von einer erwachsenen Person durchgeführt werden. Bitte Sie im Zweifelsfall jemanden um Hilfe, mit mehr Erfahrung auf diesem Gebiet.

- Stellen Sie vor Beginn der Montage sicher, dass der Satz mit dem Gerät alle Elemente aus der Teileliste enthält und ob irgendwelche Elemente während des Transports beschädigt wurden. Wenden Sie sich bei fehlenden Elementen oder Beanstandungen an den Händler.
- Machen Sie sich mit den Zeichnungen und Erklärungen vertraut und führen Sie die Montage gemäß der in der Montageanleitung enthaltenen Reihenfolge durch.
- Seien Sie bei der Montage vorsichtig. Während der Nutzung von Werkzeugen und Elementen besteht Verletzungsgefahr.
- Denken Sie daran, eine sichere Umgebung zu gewährleisten. Legen Sie Werkzeuge und Montageelemente nicht chaotisch aus. Denken Sie daran, dass Folien und Tüten aus Kunststoff eine Erstickungsgefahr für Kinder darstellen.
- Die für die Ausführung eines bestimmten Schritts erforderlichen Montageelemente der Montageanleitung sind in den Zeichnungen dargestellt und Erklärungen. Verwenden Sie die in der Montageanleitung angegebenen Elemente.
- Ziehen Sie die Teile in den ersten Phasen der Montage nicht vollständig fest. Tun Sie dies, nachdem alle platziert wurden und Sie sichergestellt haben, dass sie richtig sitzen.
- Der Hersteller behält sich das Recht vor, bestimmte Elemente vorab zu montieren.

MONTAGEPLAN (→ Siehe Seite 2)

ACHTUNG! Es ist untersagt, Teile aus anderen Quellen als dem Hersteller zu verwenden.

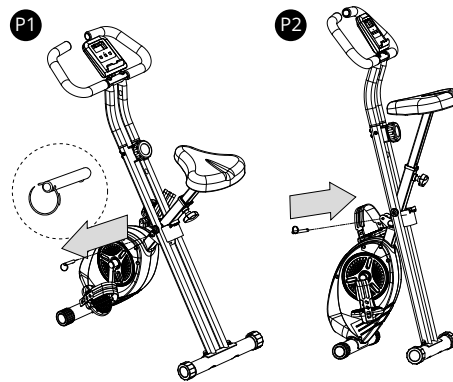
TEILELISTE

NR.	BEZEICHNUNG	MENGE
1	Monitor	1
2	Schraube M5*10	4
3	Lenkstange	1
5	Halter des Monitor Halters	1
6	Äschraube M8*40X20	2
7	Federring D8	4
8	Gebogener Dichtring D8×1.5×φ20 R15	2
10	Geschweißte Halterung	1
13	Äschraube M6×12*S4	6
14	Unterlegscheibe φ6xφ12x1.5	2
22	Endkappe Mutter M8*S13	2
23	Gekrümmte Unterlegscheibe D8×1.5×φ20 R28	2
24	Hinteres Unterrohr	1
26	Äschraube M8*60	2
27(L/R)	Pedal	2
28	Stecker	1
29	Herzförmiger Knopf	1
32	Gebogene Dichtung D6×1.5×φ12	4
33	Unterlegscheibe D8	3
34	Schweißen des Sattelrohrs	1
35	Sattel	1
36	Vorderes Unterrohr	1
38	Schraube M8*55	2
57	Nylon- Nmutter M8	5
A	Schlüssel S5	1
B	Maulschlüssel S13, 15, 19	1
C	Schlüssel S4	1

MONTAGEANLEITUNG (→ Siehe Seite 2)

ACHTUNG! Beachten Sie bei der Montage die folgenden Schritte und verwenden Sie die im Produkt enthaltenen Werkzeuge. Stellen Sie ausreichend Freiraum für die Installation des Geräts bereit. Aufgrund des hohen Gewichts einiger Elemente wird die Montage zu zweit empfohlen.

Wenn er nicht verwendet wird, ziehen Sie zuerst den Ringstift heraus, wie in Abbildung P1 gezeigt; montieren Sie die Halterungsschweißung und den Hauptrahmen; richten Sie dann die Löcher an der Unterseite des U-förmigen Teils des Hauptrahmens und die Halterungsschweißung aus, und setzen Sie schließlich den Ringstift ein, um ihn zu befestigen, wie in Abbildung P2 gezeigt.

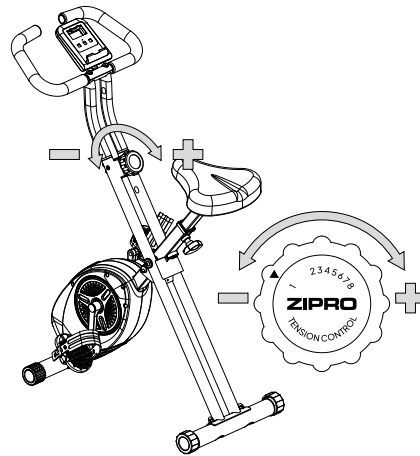


EINSTELLUNGEN

Widerstandseinstellung

Um den Widerstand zu erhöhen, drehen Sie den Widerstandsknopf im Uhrzeigersinn.

Um den Widerstand zu verringern, drehen Sie den Spannungsknopf gegen den Uhrzeigersinn.

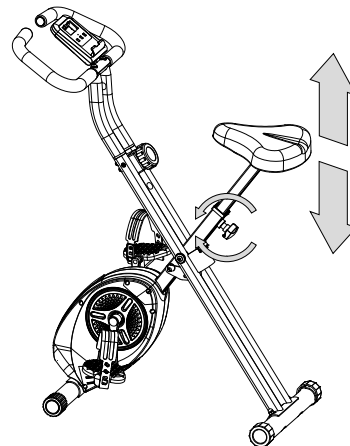


Sattelhöhe

Lösen Sie den Sattelstützenknopf, stellen Sie den Sattel auf die gewünschte Höhe ein und ziehen Sie den Knopf fest. Stellen Sie sicher, dass der Sattel fest sitzt.

Die richtige Sattelhöhe erhöht die Trainingseffizienz und verringert das Verletzungsrisiko.

Stellen Sie die Pedale in eine vertikale Position (ein Pedal unten, das andere oben). Steigen Sie auf das Fahrrad und stellen Sie Ihre Füße auf die Pedale. Stellen Sie sicher, dass das Bein auf dem unteren Pedal bequem positioniert ist. Wenn es zu stark gebeugt ist, heben Sie den Sattel an. Wenn Sie das Pedal nicht erreichen können oder Ihr Bein überstreckt ist, senken Sie den Sattel ab.

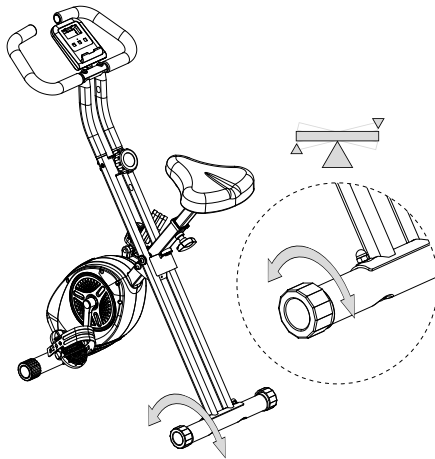


Einstellung der Pedalriemen

Befestigen Sie den Gummiriemen mit der Seite mit drei Löchern an der Innenseite des Pedals. Befestigen Sie das andere Ende an einem der Einstelllöcher, damit der Fuß während der Fahrt ruhig ist und leicht entfernt werden kann. Führen Sie diesen Vorgang für beide Pedale durch.

Nivellierung des Geräts

Nivellieren Sie das Gerät, indem Sie die Nivellierkappen an der Rückseite drehen. Die Kappen haben die Form eines Polygons, jede Seite hat eine andere Höhe. Finden Sie die richtige Seite, damit das Gerät stabil steht.



BEDIENUNGSANLEITUNG COMPUTER

COMPUTER (MODELL) MRMS06-GRN

Bitte entfernen Sie vor Gebrauch die Schutzfolie vom Computerbildschirm.

AUTO EIN/AUS

Der Computer schaltet sich ein, wenn das Schwungrad in Bewegung gesetzt wird oder eine beliebige Taste gedrückt wird. Der Computer schaltet sich nach 4 Minuten Inaktivität automatisch aus.

BESCHREIBUNG DER EINZELNEN TASTEN

MODE - ermöglicht die Auswahl des Parameters.

SET - dient zum Einstellen der Parameterwerte.

RESET - dient zum sofortigen Zurücksetzen von Zeit, Distanz und Kalorien.

FUNKTIONEN (SPEZIFIKATION)

ZEIT	Zählt die Gesamtübungszeit vom Beginn bis zum Ende.	00:00-99:59 min
GESCHWINDIGKEIT	Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit an.	0,0-99,9 km/h
DISTANZ	Zählt die Gesamtstrecke vom Beginn bis zum Ende der Übungen.	0,0-9999 km
KALORIEN	Zählt die Gesamtzahl der verbrannten Kalorien vom Beginn bis zum Ende der Übungen. (Die Messung ist ein Näherungswert zum Vergleichen verschiedener Trainingseinheiten und darf nicht für Behandlungszwecke verwendet werden).	0,0-9999 kcal
GESAMTSTRECKE (ODO)	Zählt die Gesamtstrecke seit dem Einlegen der Batterie.	0-9999 km
PULS	Zeigt den aktuellen Puls an. ACHTUNG! Pulsmessung nur für Sportzwecke (medizinische Anwendung ausgeschlossen).	40-240 BPM

EINSTELLEN DES WERTES FÜR DEN COUNTDOWN

- Durch Drücken von **MODE** stellen Sie auf dem Monitor den Parameter ein, dessen Wert Sie während des Trainings erreichen möchten: Zeit, Distanz, Kalorienanzahl, Puls.
- Drücken Sie wiederholt die Taste **SET**, um den entsprechenden Wert einzustellen.
Der Countdown beginnt, sobald Sie mit dem Treten beginnen. Auf dem Monitor wird ein Abwärts Pfeil angezeigt.
Das Ende des Countdowns oder das Überschreiten des eingestellten Pulswertes wird durch ein Geräusch signalisiert.

PULS

ACHTUNG! Pulsmessung nur für Sportzwecke (medizinische Anwendung ausgeschlossen).

- Drücken Sie die Taste **MODE** bis PULSE auf dem Bildschirm angezeigt wird.
Legen Sie beide Hände auf die Pulssensoren am Lenker.
Während der Messung zeigt der Computer ein herzförmiges Symbol an.
Nach 3 bis 4 Sekunden zeigt der Computer den aktuellen Puls an.

TRAINING UND ÜBUNGSPHASEN

Die Verwendung des Geräts bringt Ihnen viele Vorteile. Vor allem verbessert es Ihre Kondition, stärkt Ihre Muskeln und in Kombination mit einer entsprechenden Ernährung können Sie überschüssiges Fettgewebe verbrennen.

1. AUFWÄRMEN

Dies ist eine Phase, die die Durchblutung im ganzen Körper verbessert und die Muskeln auf intensive Anstrengung vorbereitet. Es reduziert auch das Risiko von Krämpfen und Verletzungen. Es ist ratsam, einige Dehnübungen wie unten gezeigt durchzuführen.

Wenn Sie Schmerzen verspüren, hören Sie auf zu trainieren oder reduzieren Sie den Bewegungsumfang.

DEHNUNG DER INNEREN OBERSCHENKELMUSKULATUR

Setzen Sie sich mit gebeugten Beinen und nach außen gerichteten Knien auf eine ebene Fläche. Legen Sie die Fußsohlen zusammen und bringen Sie sie so nah wie möglich zueinander. Drücken Sie die Knie vorsichtig in Richtung Boden und halten Sie diese Position 15 Sekunden lang.

DEHNUNG DER OBERSCHENKEL

Setzen Sie sich auf eine ebene Fläche. Strecken Sie das rechte Bein aus und legen Sie die Sohle des linken Fußes an den rechten Oberschenkel. Strecken Sie die rechte Hand so weit wie möglich in Richtung der Zehen des rechten Beins. Halten Sie dies 15 Sekunden lang. Wiederholen Sie den Vorgang mit dem linken Bein.

KOPFDREHUNGEN

Halten Sie den Kopf gerade und schauen Sie nach vorne. Ohne die Arme zu bewegen, drehen Sie ihn nach rechts und strecken Sie ihn, dann drehen Sie ihn nach links und strecken Sie ihn.

ARMHEBEN

Heben Sie den linken Arm so hoch wie möglich und halten Sie ihn einige Sekunden lang. Wiederholen Sie den Vorgang mit dem rechten Arm.

DEHNUNG DER ACHILLESSEHNE

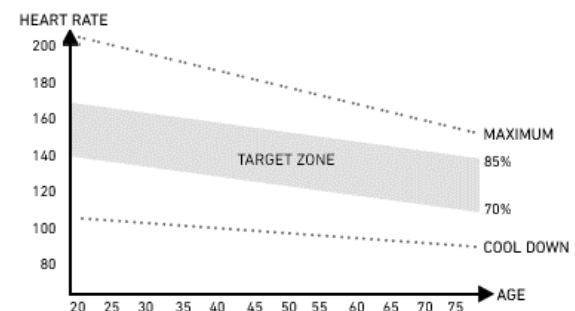
Stellen Sie sich mit dem Gesicht zur Wand, schieben Sie das linke Bein nach vorne und beugen Sie es leicht im Knie. Halten Sie das rechte Bein hinten – gestreckt, mit der Ferse flach auf dem Boden. Halten Sie beide Fersen flach auf dem Boden und drücken Sie die Hüften in Richtung Wand. Halten Sie diese Position 30 Sekunden lang. Wiederholen Sie den Vorgang mit dem ausgestreckten rechten Bein. Achten Sie darauf, den Rücken während der Übung nicht zu krümmen.

BEUGEN

Stellen Sie sich mit zusammenliegenden Beinen hin. Beugen Sie sich nach vorne und versuchen Sie, die Brust so nah wie möglich an die Knie zu bringen. Halten Sie dies 15 Sekunden lang. Achten Sie darauf, die Knie nicht zu beugen.

2. ÜBUNGSPHASE

Dies ist die eigentliche Trainingsphase. Trainieren Sie in Ihrem eigenen Tempo, um die Ihrem Alter entsprechende Herzfrequenz zu erreichen, wie in der Grafik dargestellt.



3. ENTSPANNUNGSPHASE

Diese Phase ermöglicht es, den Kreislauf zu beruhigen und die Muskeln zu entspannen. Es ist eine Wiederholung der Aufwärmübungen. Es ist wichtig, daran zu denken, die Muskeln nicht zu überanstrengen.

MÖGLICHE SCHÄDEN UND REPARATURTECHNIKEN

ACHTUNG! Das Öffnen des Gerätegehäuses ohne vorherige Kontaktaufnahme mit dem Kundendienst des Herstellers führt zum Verlust der Garantie.

Wenn Sie einen Defekt vermuten, der das Öffnen des Gehäuses erfordert, wenden Sie sich bitte an den Kundendienst des Herstellers.

FEHLERBESCHREIBUNG	MÖGLICHE URSACHEN	LÖSUNG
Das Gerät wackelt	Das Gerät wurde auf einer unebenen Fläche aufgestellt. Unter dem Gerätefuß befindet sich ein Gegenstand, der das Gleichgewicht stört.	Stellen Sie das Gerät auf eine ebene Fläche. Entfernen Sie den Gegenstand, der das Gleichgewicht stört.
	Die Füße wurden nicht korrekt montiert.	Montieren Sie die Gerätefüße korrekt.
Sattel oder Lenker wackeln	Die Schrauben und Knöpfe der Sattel- oder Lenkerstange wurden nicht festgezogen.	Ziehen Sie die Schrauben und den Knopf der Sattel- oder Lenkerstange fest.
Geräusche während des Gebrauchs	Falsch angezogene Elemente.	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Während des Betriebs des Geräts können leise Geräusche bei der Trägheitsbewegung der Schwungmasse auftreten, die auf die Art der Konstruktion zurückzuführen sind. Diese haben keinen Einfluss auf den Betrieb des Geräts. Potentielle Geräusche, die beim Treten der Pedale in die entgegengesetzte Richtung zu hören sind, sind technisch bedingt und haben keine negativen Folgen.	
Geräusche und mangelnde Laufruhe	Beschädigte Lager.	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
Fehlender richtiger Widerstand während des Trainings	Das Kabel zur Widerstandseinstellung ist nicht richtig angeschlossen.	Schließen Sie das Kabel gemäß der Montageanleitung korrekt an.
	Gelöster Antriebsriemen.	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Der Abstand zwischen Schwungrad und Magneten hat sich vergrößert.	Wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
	Der Spannungsregler ist defekt.	Wenden Sie sich an den Kundenservice 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 Verkaufsdatum. Die Garantie für die verkaufte Ware schließt die Rechte des Käufers aus dem Verbraucherrechtsgesetz nicht aus, beschränkt oder setzt sie nicht aus.

Die Garantiekarte befindet sich auf der letzten Seite.

GARANTIEBEDINGUNGEN

- Ausschließlich versteckte Mängel, die vom Hersteller verschuldet wurden, unterliegen der Reklamation und Garantie.
- Die Garantie wird vom Geschäft oder Servicecenter anerkannt, nachdem der Kunde Folgendes vorgelegt hat:
 - eine gültige, leserliche und korrekt ausgefüllte Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers,
 - einen gültigen Kaufbeleg des Geräts mit Verkaufsdatum,
 - die reklamierte Ware oder das defekte Teil. Beim Fernabsatz ist die Garantiekarte nur auf der Grundlage des Kaufbelegs (Quittung / Rechnung) gültig.
- Die Reklamation wird innerhalb von 14 Tagen ab dem Zeitpunkt der Meldung des Mangels durch den Kunden bearbeitet.
- Fabrikationsfehler und Schäden, die während der Garantiezeit auftreten, werden innerhalb von maximal 21 Tagen ab dem Datum der Lieferung der Ware an das Geschäft oder Servicecenter kostenlos behoben.
- Wenn es notwendig ist, Teile aus dem Ausland zu importieren, kann sich die Bearbeitungszeit für die Garantiereparatur um die Zeit verlängern, die für den Import erforderlich ist, jedoch nicht länger als um 40 Tage.
- Die Garantie umfasst nicht:
 - mechanische Beschädigungen und die dadurch verursachten Mängel,
 - Schäden und Mängel, die durch nicht bestimmungsgemäßen Gebrauch und Lagerung, unsachgemäße Montage und Wartung entstehen,
 - Beschädigungen und Verschleiß von Verschleißteilen wie: Seile, Riemen, Gummiteile, Pedale, Schaumstoffgriffe, Räder, Lager, Polsterung.
 - Tätigkeiten im Zusammenhang mit Montage, Wartung, die der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung in Eigenregie durchführen muss.
- Die Garantie gilt nicht in folgenden Fällen:
 - Ablauf der Gültigkeitsdauer,
 - Durchführung von eigenständigen Reparaturen und Modifikationen durch den Kunden unter Verwendung von nicht originalen Teilen,
 - wenn der Defekt auf eine unsachgemäße Installation oder auf die Nichteinhaltung der in der Bedienungsanleitung beschriebenen ordnungsgemäßen Betriebsregeln zurückzuführen ist,
 - Nutzung für andere als private Zwecke,
 - Transportschäden.
- Duplikate der Garantiekarte werden nicht ausgestellt.
- Im Rahmen der Garantie hat der Kunde Anspruch auf folgende Arten von kostenloser Entschädigung:
 - Reparatur des Produkts,
 - Austausch des Produkts,
 - Preisminderung,
 - Auflösung des Vertrags und vollständige Erstattung der entstandenen Kosten.
- Zur Geltendmachung einer Reklamation sind folgende Schritte erforderlich:
 - Vorlage des Produkts oder eines Teils davon, auf das sich die Garantie bezieht.
 - Kaufbeleg mit Angabe des Namens und der Adresse des Verkäufers, des Kaufdatums und -orts, der Art des Produkts oder eine gültige Garantiekarte mit Händlerstempel.
 - Bei Anlieferung eines verschmutzten Produkts kann der Service dessen Annahme verweigern oder es auf Kosten des Kunden mit dessen schriftlicher Zustimmung reinigen.
- Im Falle einer positiven Entscheidung über die Reklamation wird das Gerät repariert oder gegen ein neues ausgetauscht oder dem Kunden wird das Geld zurückerstattet. Die Transportkosten der Ware zum Kunden trägt der Herstellerservice.
- Im Falle der Ablehnung einer Garantiereklamation erhält der Kunde eine detaillierte Begründung der getroffenen Entscheidung, und innerhalb von 14 Tagen ab dem Zeitpunkt der Entscheidungsübermittlung wird das Gerät auf seine Kosten an den Kunden zurückgesandt.

RU Руководство пользователя

Пользователь,
Ознакомьтесь со следующими инструкциями перед началом сборки и первым использованием устройства. Эта инструкция содержит важную информацию о безопасности использования и техническом обслуживании оборудования. Сохраните его, чтобы иметь возможность использовать информацию об обслуживании или заказе запасных частей.

ТЕХНИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ

Источник питания	Компьютер питается от батареек 2 × AAA Carbon Zinc. В комплект не входят.
Вес	14,4 кг
Температура использования	0°C до +40°C
Температура хранения	-10°C до +60°C
Максимальный вес пользователя	120 кг
Класс применения	Класс H
Класс точности	Класс C
Скорость	0,0-99,9 км/ч
Стандарт изделия (основной)	EN ISO 20957-5:2028
Предназначение	Велосипед магнитный для домашнего использования

БЕЗОПАСНОСТЬ

ВНИМАНИЕ! Устройство можно использовать только по назначению, то есть для тренировок взрослыми. Любое другое использование устройства может быть опасным. Производитель не несет ответственности за ущерб, возникший в результате неправильного использования устройства.

- Устройство было разработано и сконструировано на основе новейших знаний в области безопасности. Опасные элементы, которые потенциально могут представлять опасность получения травм, были устранены или относительно защищены.
- Не допускается ремонт и изменение своими руками.
- Раз в один или два месяца проверяйте правильность затяжки винтов, шурупов и гаек.
- В целях постоянного обеспечения безопасности регулярно (то есть один раз в год) проверяйте и обслуживайте оборудование в специализированном торговом центре.
- Все изменения в устройстве, не описанные в настоящей инструкции, могут привести к повреждению или напрямую угрожать здоровью и жизни пользователя. Внесение изменений в устройство разрешается только сотрудникам сервисной службы производителя или лицам, прошедшим у них соответствующее обучение.
- Все устройства постоянно подвергаются инновационным доработкам для обеспечения высокого качества. В связи с этим производитель оставляет за собой право вносить технические изменения.
- Все вопросы или сомнения, касающиеся оборудования, следует направлять в специализированный торговый пункт.

ВНИМАНИЕ! Люди, находящиеся поблизости во время использования оборудования, должны быть предупреждены о возможных рисках. Проявляйте особую осторожность в присутствии детей.

ВНИМАНИЕ! Перед началом тренировок проконсультируйтесь с врачом, чтобы убедиться в отсутствии противопоказаний к занятиям на данном устройстве. Основываясь на мнении специалиста, вы можете составить свой тренировочный план. Неправильно подобранная программа или чрезмерные нагрузки могут быть опасны для вашего здоровья и жизни.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!

Системы контроля сердечного ритма могут быть неточными. Переутомление во время упражнений может привести к серьезным травмам или смерти. Если почувствуете слабость — немедленно прекратите тренировку.

ВНИМАНИЕ! Строго соблюдайте рекомендации по проведению тренировок, указанные в данной инструкции.

- При выборе места для занятий обеспечьте безопасное расстояние от возможных препятствий. Не размещайте

оборудование рядом с проходами (дорогами, воротами, переходами и т.п.).

- Запрещается использовать оборудование в непосредственной близости от стены. Зона безопасности должна составлять 2000 мм в глубину и не менее ширины устройства.

ВНИМАНИЕ! Во время сборки устройства проявляйте осторожность и не допускайте детей к рабочей зоне. В процессе сборки используются мелкие детали (гайки, винты и пр.), которые дети могут проглотить.

ОСТАТОЧНЫЕ РИСКИ

Если система защиты от падений не будет применена или будет применена неправильно, существует остаточный риск падения, который может привести к ссадинам, ушибам, переломам или, в худшем случае, к смерти.

- Существует риск непреднамеренной перегрузки пользователя, вызванной неправильной эксплуатацией, ошибочной оценкой или неправильной передачей данных (из-за электромагнитных помех, сбоя ПО и т.п.). Даже самые современные программные и аппаратные средства не исключают полностью возможность ошибки, что теоретически может привести к перегрузке.
- Так как продукт является электрическим устройством, нельзя исключить риск поражения электрическим током, который может привести к смерти.
- Также нельзя исключить риск удущья.
- Риски можно минимизировать, соблюдая меры безопасности, указанные в руководстве пользователя.
- Нельзя исключить, что непреднамеренное или запрещенное использование устройства может повлечь за собой иные, неучтенные риски, либо что существующие риски были неправильно оценены. Риск-анализ был основан на «текущем состоянии устройства». Проведенная оценка и проверка продукта показывают, что вероятность возникновения недопустимого риска крайне мала. Конструкция, принцип действия и использование устройства в нормальных условиях не создают неоправданного риска ни для пользователя, ни для третьих лиц.

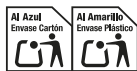
МАРКИРОВКА НА ТРАНСПОРТНОЙ УПАКОВКЕ

-  Этой стороной вверх. Не переворачивать.
-  Беречь от падений..
-  Упаковка пригодна для переработки.
-  Электронные отходы. Необходимо сдавать использованное оборудование в пункт переработки.
-  Осторожно, хрупкое. Возможно повреждение. Соблюдайте осторожность.
-  Беречь от влаги.
-  Внимание — тяжёлый продукт.
-  Склаживать максимально в 5 слоев.
-  Продукт содержит инструкцию по эксплуатации.

 **DO NOT USE BLADE TO OPEN** 
Не открывать ножом.



Упаковка изготовлена из картона и пластмасс. Пожалуйста, сортируйте отходы в соответствии с местными правилами.



Упаковка изготовлена из картона и пластмасс. Пожалуйста, сортируйте отходы в соответствии с местными правилами.



Упаковка изготовлена из картона.



Упаковка была произведена с учетом ответственности за окружающую среду и переработку. Пожалуйста, сортируйте отходы в соответствии с местными правилами.

ОБСЛУЖИВАНИЕ

Перед началом тренировки убедитесь, что устройство правильно собрано.

- Перед началом первой тренировки ознакомьтесь со всеми функциями и возможностями регулировки устройства.
- Устройство имеет элементы, которые могут быть подвержены коррозии. По этой причине не рекомендуется, чтобы оно оставалось во влажном помещении. Также следует следить за тем, чтобы оборудование (особенно его внутренние и электронные компоненты) не подвергалось контакту с водой, напитками, потом и т.п.
- Устройство предназначено только для тренировок только взрослыми и абсолютно не является игрушкой для детей. Если на свою ответственность вы разрешите детям пользоваться им, обязательно проинструктируйте их о правильном использовании и постоянно контролируйте.
- Оборудование не подходит для терапевтического использования.
- Во время работы устройства могут возникать тихие шумы при инерционном движении маховика, которые обусловлены типом конструкции. Они не оказывают никакого влияния на работу оборудования.
- Уровень шума при нагрузке выше, чем без нагрузки.
- Перед началом каждой тренировки проверяйте правильность предохранителей, винтовых и штекерных соединений.
- Во время тренировки на устройстве не забывайте о подходящей обуви (спортивной).

ОБСЛУЖИВАНИЕ ОБОРУДОВАНИЯ

Регулярно проводите техническое обслуживание устройства. Следующие действия выполняйте не реже чем каждые 20 часов его работы.

- Контролируйте подвижные части устройства. Если они недостаточно смазаны, используйте смазку для велосипедных подшипников.
- Контролируйте состояние элементов, таких как винты и гайки. Следите за тем, чтобы они были хорошо затянуты.
- После каждой тренировки вытирайте пот с устройства. Обратите внимание на то, чтобы монитор не контактировал с водой или влагой.
- Для чистки устройства используйте только воду с мылом. Не используйте чистящие средства.
- Храните устройство в сухом и теплом месте.
- Не подвергайте устройство воздействию солнечных лучей.

ЗАМЕНА БАТАРЕИ

Плохо видимая информация на дисплее компьютера или ее отсутствие означают необходимость замены батареи. Снимите крышку батареи и замените старые на две новые. Помещая их

в батарейный отсек, соблюдайте обозначения «+» и «-». Если после перезапуска дисплей не работает должным образом, выньте батареи на несколько минут, а затем снова вставьте их.

ВНИМАНИЕ! Использованные батареи не подлежат гарантии. Они содержат вредные вещества (такие как кадмий, ртуть или свинец), поэтому не выбрасывайте их в домашний мусорный контейнер. Отнесите их в соответствующий пункт приема использованных батарей.

ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА

Устройство поставляется в упаковке для защиты от возможных повреждений во время транспортировки. Упаковка является необработанным сырьем и может быть переработана. Выбрасывайте эти материалы в соответствующие цветные контейнеры, предназначенные для раздельного сбора.



Защищайте окружающую среду и не выбрасывайте использованные батареи в бытовой мусорный контейнер. Сдавайте их в месте покупки или передавайте в выделенный пункт складирования вторичного сырья.

Использованное электрическое устройство (включая счетчик, источник питания) является вторичным сырьем - не выбрасывайте их в контейнеры для бытовых отходов, так как они могут содержать вещества, опасные для здоровья и окружающей среды. Просим об активной помощи в экономном использовании природных ресурсов и защите окружающей среды путем передачи использованного устройства в пункт складирования вторичного сырья - использованных электрических устройств.

СБОРКА

Сборка устройства должна быть тщательно выполнена взрослым. В случае сомнений обратитесь за помощью к кому-нибудь с большим опытом в этой области.

- Перед началом сборки убедитесь, что комплект с устройством содержит все элементы из списка деталей и не были ли какие-либо элементы повреждены во время транспортировки. В случае отсутствия элементов или возражений свяжитесь с продавцом.
- Ознакомьтесь с рисунками и пояснениями и производите сборку в соответствии с порядком, указанным в инструкции по сборке.
- Соблюдайте осторожность во время сборки. Во время использования инструментов и элементов есть риск порезаться.
- Помните о безопасном окружении. Не раскладывайте хаотично инструменты и монтажные элементы. Помните, что пленки и пакеты из пластика представляют опасность удушья для детей.
- Монтажные элементы, 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 размещения всех и убедившись, что они правильно установлены.
- Производитель оставляет за собой право на предварительную сборку некоторых элементов.

СХЕМА СБОРКИ (→ См. страницу 2)

UWAGA! Запрещается использование деталей, полученных из других источников, кроме производителя.

СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

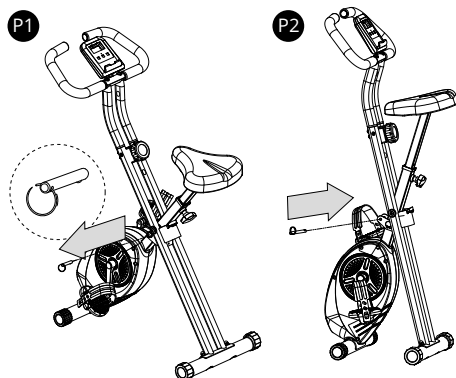
НОМЕР	ОПИСАНИЕ	КОЛИЧЕСТВО
1	Монитор	1
2	Винт M5*10	4
3	Руль	1
5	WПорт монитор руту	1
6	Винт M8x40X20	2
7	Пружинная шайба D8	4
8	Изогнутая шайба D8x1.5xф20 R15	2
10	Сварной кронштейн ручки	1
13	Винт M6x12*S4	6
14	Плоская шайба ф6xф12x1.5	2
22	Заглушка Гайка M8*S13	2
23	Изогнутая Шайба D8x1.5xф20 R28	2
24	Задняя нижняя труба	1
26	Винта M8*60	2
27(L/R)	Педаль	2
28	Штекер	1
29	Ручка в форме сердца	1
32	Дугообразная прокладка D6x1.5xф12	4
33	Плоская шайба D8	3
34	Сварка трубы сиденья	1
35	Седло	1
36	Передняя нижняя труба	1
38	Винт M8*55	2
57	Нейлоновая Гайка M8	5
A	Ключ S5	1
B	Гаечный ключ S13, 15, 19	1
C	Ключ S4	1

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ (→ См. страницу 2)

UWAGA! Во время сборки соблюдайте следующие шаги и используйте инструменты, прилагаемые к продукту.

Подготовьте достаточно свободного места для сборки устройства. Из-за большого веса некоторых элементов рекомендуется сборка двумя людьми.

Когда он не используется, сначала вытащите стопорное кольцо, как показано на рисунке P1; сложите сварку кронштейна и основную раму; затем выровняйте отверстия на нижней части U-образной детали основной рамы и сварку кронштейна, и, наконец, вставьте стопорное кольцо, чтобы закрепить его, как показано на рисунке P2.

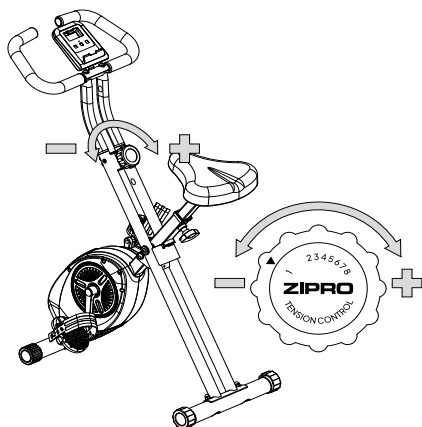


РЕГУЛИРОВКИ

Регулировка сопротивления

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

Чтобы уменьшить сопротивление, поверните ручку регулировки натяжения против часовой стрелки.

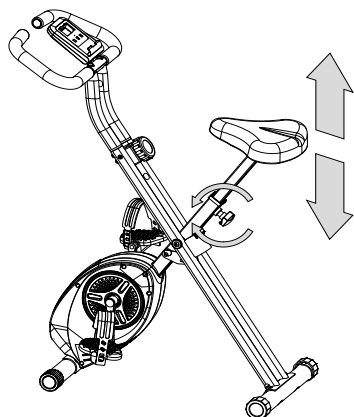


Высота сиденья

Ослабьте ручку подседельного штыря, установите сиденье на нужную высоту и затяните ручку. Убедитесь, что сиденье неподвижно.

Правильная высота сиденья повышает эффективность упражнений и снижает риск травм.

Установите педали в вертикальном положении (одна педаль внизу, другая вверх). Садитесь на велосипед и поставьте ноги на педали. Убедитесь, что нога, расположенная на нижней педали, находится в удобном положении. Если она слишком согнута, поднимите сиденье. Если вы не можете дотянуться до педали или ваша нога находится в перерастяжении, опустите сиденье.

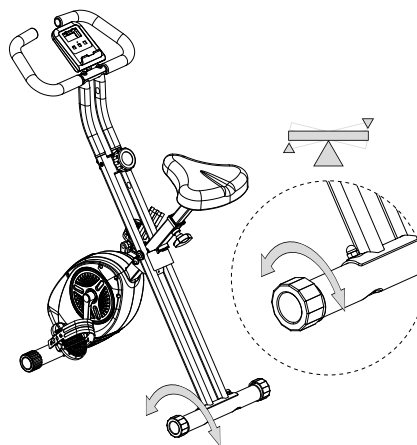


Регулировка ремней педалей

К внутренней части педали прикрепите резиновый ремешок стороной с тремя отверстиями. Другой конец прикрепите к одному из регулировочных отверстий, чтобы стопа была неподвижной во время езды и ее можно было легко вынуть. Выполните это действие для обеих педалей.

Выравнивание устройства

Выровняйте устройство, повернув выравнивающие накладки, расположенные на заднем основании. Накладки имеют форму многоугольника, каждая их сторона имеет разную высоту, найдите подходящую сторону, чтобы устройство стояло устойчиво.



ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ КОМПЬЮТЕРА

КОМПЬЮТЕР (МОДЕЛЬ) MRMS06-GRN

Перед использованием снимите защитную пленку с экрана компьютера.

AUTO ON/OFF

Компьютер включится, когда маховик будет приведен в движение или будет нажата любая кнопка. Компьютер автоматически выключится через 4 минуты бездействия.

ОПИСАНИЕ ОТДЕЛЬНЫХ КНОПОК

MODE - позволяет сделать выбор параметра.

SET - используется для установки значений параметров.

RESET - используется для немедленного сброса времени, расстояния и калорий.

ФУНКЦИИ (СПЕЦИФИКАЦИЯ)

TIME	Считает общее время упражнений от начала до конца.	00:00-99:59 мин
SPEED	Отображает текущую скорость.	0,0-99,9 км/ч
DISTANCE	Считает общее расстояние от начала до конца упражнений.	0,0-9999 км
CALORIES	Считает общее количество сожженных калорий от начала до конца упражнений. (Измерение является приблизительным для сравнения различных сессий упражнений, не может быть использовано в лечении).	0,0-9999 ккал
TOTAL DISTANCE (ODO)	Считает общее расстояние от установки батареи.	0-9999 км
PULSE	Отображает текущий пульс. ВНИМАНИЕ! Измерение пульса только для спортивных целей (исключается медицинское применение).	40-240 BPM

УСТАНОВКА ЗНАЧЕНИЯ ДЛЯ ОБРАТНОГО ОТСЧЕТА

- Нажимая **MODE**, установите на мониторе параметр, значение которого хотите достичь во время тренировки: время, расстояние, количество калорий, пульс.
- Множественно нажимая кнопку **SET**, установите соответствующее значение. Обратный отсчет начнется после начала вращения

педаль. На мониторе отобразится стрелка вниз. Завершение обратного отсчета или превышение установленного значения пульса сигнализирует звук.

PULSE RATE

UWAGA! Измерение пульса только для спортивных целей (исключается медицинское применение).

- Нажимайте кнопку **MODE** до тех пор, пока на экране не отобразится PULSE. Положите обе руки на датчики пульса на руле. Во время измерения компьютер отобразит значок в форме сердца. Через 3-4 секунды компьютер отобразит текущий пульс.

ТРЕНИНГ И ФАЗЫ УПРАЖНЕНИЙ

Использование устройства принесет вам много пользы. Прежде всего, улучшит ваше состояние, укрепит мышцы, а в сочетании с соответствующей диетой позволит сжечь излишнюю жировую ткань.

1. РАЗМИНКА

Это фаза, которая улучшает кровообращение во всем теле и подготавливает мышцы к усиленной нагрузке. Также уменьшает риск возникновения судорог и получения травм. Рекомендуется выполнить несколько упражнений на растяжку, как показано ниже.

Если вы чувствуете боль, прекратите тренировку или уменьшите диапазон выполняемого движения.

РАСТЯЖКА ВНУТРЕННИХ МЫШЦ БЕДРА

Сядьте на плоскую поверхность согнутыми ногами и коленями, направленными наружу. Соедините подошвы стоп и приблизьте их друг к другу как можно ближе. Осторожно надавите на колени, направляя их к полу, и выдержите в этой позиции в течение 15 секунд.

РАСТЯЖКА БЕДЕР

Сядьте на плоскую поверхность. Выпрямите правую ногу, а подошву левой стопы приложите к правому бедру. Вытяните правую руку в направлении пальцев правой ноги так далеко, как это возможно. Выдержите в течение 15 секунд. Повторите действие с левой ногой.

ПОВОРОТЫ ГОЛОВЫ

Держите голову прямо, глядя перед собой. Не двигая плечами, поверните ее вправо и выпрямите, а затем поверните влево и выпрямите.

ПОДНЯТИЕ РУК

Поднимите как можно выше левую руку и выдержите в течение нескольких секунд. Повторите действие с правой рукой.

РАСТЯЖКА АХИЛЛЕСОВЫХ СУХОЖИЛИЙ

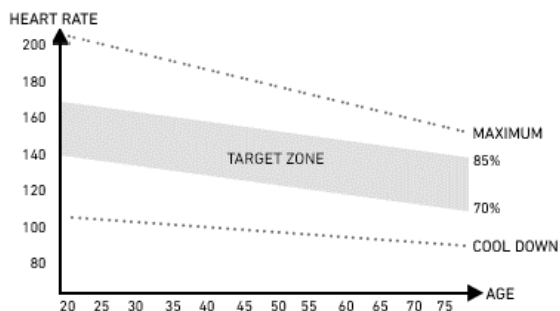
Встаньте лицом к стене, левую ногу выдвиньте вперед и слегка согните в колене. Правую держите сзади – выпрямленной, с пяткой, расположенной плоско на полу. Держите обе пятки плоско на полу и прижимайте бедра в направлении стены. Удерживайте эту позицию в течение 30 секунд. Повторите действие с выдвинутой правой ногой. Помните, чтобы во время упражнения не выгибать спину в дугу.

НАКЛОНЫ

Встаньте, соединив ноги вместе. Выполните наклон вперед, стараясь как можно больше приблизить грудную клетку к коленям. Выдержите в течение 15 секунд. Помните, чтобы не сгибать колени.

2. ФАЗА УПРАЖНЕНИЙ

Это правильная фаза тренировки. Тренируйтесь в своем темпе так, чтобы достичь адекватного пульса для своего возраста, как показано на графике.



3. ФАЗА РАССЛАБЛЕНИЯ

Эта фаза позволяет успокоить кровообращение и расслабить мышцы. Это повторение упражнений разминки. Следует помнить о том, чтобы не перенапрягать мышцы.

ВОЗМОЖНЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ И ТЕХНИКИ РЕМОНТА

UWAGA! Вскрытие корпуса устройства без предварительной консультации с сервисной службой производителя приводит к потере гарантии.

В случае подозрения на неисправность, требующую вскрытия корпуса, свяжитесь с сервисной службой производителя.

ОПИСАНИЕ ОШИБКИ	ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ	РЕШЕНИЕ
Устройство качается	Устройство установлено на неровной поверхности. Под основанием устройства находится предмет, нарушающий равновесие.	Установите устройство на ровной поверхности. Удалите предмет, нарушающий равновесие.
	Основания установлены неправильно.	Установите основания устройства правильно.
Седло или руль качаются	Винты и ручки подседельного штыря или руля не затянуты.	Затяните винты и ручку подседельного штыря или руля.
Шум во время использования	Неправильно затянутые элементы.	Свяжитесь с сервисной службой производителя.
	Во время работы устройства могут возникать тихие шумы при инерционном движении маховика, которые обусловлены типом конструкции. Они не оказывают никакого влияния на работу оборудования. Потенциальные шумы, слышимые при вращении педалей в обратном направлении, обусловлены технически и не вызывают никаких негативных последствий.	
Шум и отсутствие плавности работы	Поврежденные подшипники.	Свяжитесь с сервисной службой производителя.
Отсутствие надлежащего сопротивления во время тренировки	Неправильно подключен провод к регулировке сопротивления.	Подключите провод правильно в соответствии с инструкцией по установке.
	Ослабленный приводной ремень.	Свяжитесь с сервисной службой производителя.
	Увеличился зазор между маховиком и магнитами.	Свяжитесь с сервисной службой производителя.
	Регулятор напряжения поврежден.	Свяжитесь со службой поддержки клиентов сервисной службы производителя.

ГАРАНТИЯ

Продавец от имени Гаранта предоставляет гарантию на территории Российской Федерации на срок 24 месяца с даты продажи. Гарантия на проданный товар не исключает, не

ограничивает и не приостанавливает права Покупателя, вытекающие из Закона о защите прав потребителей.

Гарантийный талон находится на последней странице.

УСЛОВИЯ ГАРАНТИИ

1. Рекламации и гарантии подлежат только скрытые дефекты, возникшие по вине производителя.
2. Гарантия будет соблюдаться магазином или сервисной службой после предъявления клиентом:
 - a. действующего, четко и правильно заполненного гарантийного талона с печатью продавца и подписью продавца,
 - b. действующего доказательства покупки оборудования с датой продажи,
 - c. рекламируемого товара или дефектной части.
 В случае покупки дистанционно гарантийный талон действителен только на основании документа о покупке (чек / счет-фактура).
3. Рекламация будет рассмотрена в течение 14 дней с момента уведомления о дефекте Клиентом.
4. Заводские дефекты и повреждения, выявленные в течение гарантийного периода, будут устранены бесплатно в течение не более 21 дня с даты доставки товара в магазин или сервисный центр.
5. В случае необходимости импорта деталей срок выполнения гарантийного ремонта может быть продлен на время, необходимое для их импорта, но не более чем на 40 дней.
6. Гарантия не распространяется на:
 - a. механические повреждения и вызванные ими дефекты,
 - b. повреждения и дефекты, возникшие в результате неправильного использования и хранения, неправильной установки и обслуживания,
 - c. повреждения и износ расходных материалов, таких как: тросы, ремни, резиновые элементы, педали, ручки из губки, колеса, подшипники, обивка.
 - d. действия, связанные с монтажом, техническим обслуживанием, которые, согласно инструкции по эксплуатации, пользователь обязан выполнять самостоятельно.

7. Гарантия не распространяется на следующие случаи:
 - a. истечения срока действия,
 - b. выполнения клиентом самостоятельного ремонта и модификаций с использованием неоригинальных деталей,
 - c. если дефект возник из-за неправильной установки или в результате несоблюдения правил правильной эксплуатации, описанных в инструкции по эксплуатации,
 - d. использования иного, чем домашнее использование,
 - e. повреждений, возникших при транспортировке.
8. Дубликаты гарантийного талона не выдаются.
9. В рамках гарантии клиент имеет право требовать следующие виды бесплатного удовлетворения:
 - a. ремонта изделия,
 - b. замены изделия,
 - c. снижения цены,
 - d. расторжения договора и полного возмещения понесенных затрат.
10. Для подачи рекламации необходимо:
 - a. Представить продукт или его часть, на которую распространяется гарантия.
 - b. Доказательство покупки, определяющее название и адрес продавца, дату и место покупки, тип продукта или действующий гарантийный талон с печатью магазина.
 - c. В случае доставки грязного продукта сервисный центр может отказать в его приемке или за счет клиента с его письменного согласия произвести чистку.
11. В случае положительного рассмотрения рекламации оборудование будет отремонтировано или заменено на новое, или клиенту будут возвращены деньги. Расходы по транспортировке товара до клиента покрывает сервисный центр производителя.
12. В случае отклонения гарантийной рекламации клиент получит подробное обоснование принятого решения, и в течение 14 дней с момента передачи решения оборудование будет отправлено клиенту за его счет.

RO Manual de utilizare

Utilizatorul, Vă rugăm să citiți cu atenție următoarele instrucțiuni înainte de a începe asamblarea și de a utiliza aparatul pentru prima dată. Acest manual conține informații importante privind siguranța utilizării și întreținerea echipamentului. Păstrați-l pentru a putea accesa informații despre întreținere sau pentru a comanda piese de schimb.

DATE TEHNICE

Alimentare	Calculatorul este alimentat de baterii 2xAAA Carbon Zinc. Nu sunt incluse.
Greutate	14,4 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 ISO 20957-5:2028
Destinație	Bicicletă magnetică pentru uz casnic

SIGURANȚĂ

ATENȚIE! Aparatul poate fi utilizat numai în conformitate cu scopul său, adică pentru antrenament de către adulți. Orice altă utilizare a dispozitivului poate fi periculoasă. Producătorul nu poate fi tras la răspundere pentru daunele cauzate de utilizarea necorespunzătoare a dispozitivului.

- Dispozitivul a fost proiectat și construit pe baza celor mai recente cunoștințe în domeniul siguranței.

Elementele periculoase care ar putea reprezenta o potențială amenințare de rănire au fost eliminate sau protejate relativ.

- Reparațiile și modificările pe cont propriu nu sunt permise.
- Verificați o dată la una sau două luni dacă șuruburile, șuruburile și piulițele sunt strânse corect.
- Pentru a asigura siguranța permanentă, verificați și întrețineți regulat echipamentul (adică o dată pe an) într-un centru comercial specializat.
- Orice modificare adusă dispozitivului care nu este descrisă în ninieșzei instrucții 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.
- Toate dispozitivele sunt supuse unor activități inovatoare constante pentru a asigura o calitate înaltă. Din acest motiv, producătorul își rezervă dreptul de a efectua modificări tehnice.
- Pentru orice întrebări sau nelămuriri legate de echipament, vă rugăm să vă adresați unui punct de vânzare specializat.

ATENȚIE! Persoanele aflate în apropiere în timpul utilizării echipamentului trebuie avertizate cu privire la posibilele pericole. Acordați o atenție deosebită în prezența copiilor.

ATENȚIE! Înainte de a începe exercițiile, consultați un medic pentru a vă asigura că nu aveți contraindicații medicale pentru a efectua antrenamente pe dispozitiv. Pe baza opinia unui specialist, puteți dezvolta planul dvs. de antrenament. Un program selectat incorect sau exercițiile excesive pot fi periculoase pentru sănătatea și viața dumneavoastră.

AVERTISMENT! Sistemele de monitorizare a ritmului cardiac pot fi inexacte. Suprasolicitarea în timpul exercițiilor fizice poate duce la vătămări grave sau deces. Dacă vă simțiți slăbit, opriți imediat exercițiile fizice.

ATENȚIE! Respectați cu strictețe instrucțiunile privind efectuarea antrenamentului conținute în aceste instrucțiuni.

- Când alegeți un loc pentru a efectua antrenamentul, asigurați-vă că mențineți distanțe sigure față de posibile obstacole. Nu așezați echipamentul în apropierea căilor de comunicație (drumuri, porți, treceri etc.).
- Este interzisă utilizarea echipamentului în imediata apropiere de perete. Zona de siguranță este de 2000 mm și cel puțin lățimea dispozitivului.

ATENȚIE! În timpul asamblării dispozitivului, aveți grijă și nu permiteți copiilor să stea în apropiere. În timpul asamblării, se folosesc piese mici (piulițe, șuruburi etc.) care pot fi înghițite de aceștia.

RISC REZIDUAL

- În situația în care protecția împotriva căderii nu este utilizată sau este utilizată, dar incorect, există un risc rezidual, adică căderea unei persoane care cauzează abraziuni ale pielii, vânătăi, fracturi sau, în cel mai rău caz, deces.
- Există un risc rezidual de suprasolicitare neintenționată a persoanei care se antrenează, cauzată de manipularea incorectă sau de o evaluare incorectă, precum și de transmiterea incorectă a datelor (din cauza interferențelor electromagnetice, erorilor de software etc.). Chiar și cea mai bună protecție software și hardware nu exclude o eroare de software sau hardware și, teoretic, poate provoca suprasolicitarea persoanei care se antrenează.
- Produsul este un dispozitiv electric, prin urmare nu se poate exclude electrocutarea, care poate duce la deces.
- Nu se poate exclude riscul rezidual de sufocare.
- Riscul poate fi redus prin respectarea informațiilor de siguranță conținute în manualul de utilizare.
- Nu se poate exclude ca utilizarea neintenționată sau neautorizată să provoace alte riscuri neconsiderate, iar riscul luat în considerare a fost estimat incorect.

În analiza de risc, evaluarea a fost făcută pe baza "stării actuale a dispozitivului". Din evaluarea și controlul efectuat asupra produsului rezultă că probabilitatea apariției unui risc inacceptabil este foarte scăzută. Dispozitivul (construcția, modul de funcționare și utilizarea acestuia) nu cauzează - în condiții normale - un risc nejustificat pentru persoana care se antrenează sau pentru terți.

MARCAJE DE MANIPULARE PE AMBALAJELE DE TRANSPORT



Acesta parte în sus. Nu răsturnați.



A se proteja de cădere.



Ambalaj reciclabil.



Deșeuri electrice. Este necesară returnarea echipamentului uzat la un punct de reciclare.



Atenție, fragil.
Posibilitate de deteriorare. Aveți grijă.



A se proteja de umiditate.



Atenție, produs greu.



A se depozita maxim în 5 straturi.



Produsul conține instrucțiuni de utilizare.

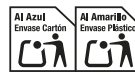


DO NOT USE BLADE TO OPEN

A nu se deschide cu un cuțit.



Ambalajul este fabricat din carton și materiale plastice. Vă rugăm să sortați deșeurile conform reglementărilor locale.



Ambalajul este fabricat din carton și materiale plastice. Vă rugăm să sortați deșeurile conform reglementărilor locale.



Ambalajul este fabricat din carton.



Ambalajul a fost fabricat ținând cont de responsabilitatea pentru mediu și reciclare. Vă rugăm să sortați deșeurile conform reglementărilor locale.

UTILIZARE

Înainte de a începe antrenamentul, asigurați-vă că dispozitivul a fost asamblat corect.

- Înainte de a începe primul antrenament, familiarizați-vă cu toate funcțiile și posibilitățile de reglare ale dispozitivului.
- Dispozitivul are elemente care pot fi expuse la coroziune. Din acest motiv, nu se recomandă să fie lăsat într-o cameră umedă. De asemenea, trebuie să aveți grijă ca echipamentul (în special componentele sale interne și electronice) să nu fie expus la contactul cu apă, băuturi, transpirație etc.
- Dispozitivul este destinat doar antrenamentului adulților și absolut nu este o jucărie pentru copii. Dacă permiteți copiilor să-l folosească pe propria răspundere, instruiți-i neapărat cu privire la utilizarea corectă și supravegheați-i constant.
- Echipamentul nu este potrivit pentru utilizare terapeutică.
- În timpul funcționării dispozitivului, pot apărea zgomote ușoare în timpul mișcării inerțiale a masei volante, care rezultă din tipul de construcție. Acestea nu au nicio influență asupra funcționării echipamentului.
- Emisia de zgomot în timpul încărcării este mai mare decât fără încărcare.
- Înainte de a începe fiecare antrenament, verificați corectitudinea siguranțelor și a conexiunilor cu șuruburi și prize.
- În timpul antrenamentului pe dispozitiv, nu uitați de încălțăminte adecvată (încălțăminte sport).

ÎNȚEȚINEREA ECHIPAMENTULUI

Efectuați în mod regulat întreținerea dispozitivului. Efectuați următoarele operațiuni cel puțin o dată la 20 de ore de funcționare.

- Verificați părțile mobile ale dispozitivului. Dacă nu sunt suficient de lubrificate, utilizați unsoare pentru rulmenți de bicicletă.
- Verificați starea elementelor precum șuruburile și piulițele. Asigurați-vă că sunt bine strânse.
- După fiecare antrenament, ștergeți transpirația de pe dispozitiv. Acordați atenție faptului că monitorul nu trebuie să intre în contact cu apa sau umezeala.
- Pentru curățarea dispozitivului, utilizați numai apă cu săpun. Nu utilizați agenți de curățare.
- Depozitați dispozitivul într-un loc uscat și cald.
- Nu expuneți dispozitivul la lumina directă a soarelui.

ÎNLOCUIREA BATERIEI

Informațiile slab vizibile de pe ecranul computerului sau lipsa acestora indică necesitatea înlocuirii bateriei. Scoateți capacul bateriei și înlocuiți-le pe cele vechi cu două noi. Așezându-le

în compartimentul bateriei, respectați marcasele „+” și „-”.

Dacă ecranul nu funcționează corect după repornire, scoateți bateriile timp de câteva minute și apoi reintroduceți-le.

ATENȚIE! Bateriile uzate nu sunt acoperite de garanție. Acestea conțin substanțe nocive (cum ar fi cadmiu, mercur sau plumb), prin urmare, nu le aruncați în coșul de gunoi menajer. Duceți-le la un punct adecvat pentru bateriile uzate.

MEDIUL ÎNCONJURĂTOR

Dispozitivul este livrat într-un ambalaj pentru a proteja împotriva eventualelor deteriorări în timpul transportului. Ambalajele sunt materii prime neprelucrate și pot fi reciclate. Aruncați aceste materiale în recipientele colorate corespunzătoare, destinate colectării selective.



Protejați mediul și nu aruncați bateriile uzate în coșul de gunoi menajer. Returnați-le la locul de cumpărare sau predați-le la un punct separat de depozitare a materiilor prime secundare.

Dispozitivele electrice uzate (inclusiv contorul, sursa de alimentare) sunt materii prime secundare - nu le aruncați în recipientele pentru deșeuri menajere, deoarece pot conține substanțe periculoase pentru sănătate și mediu. Vă rugăm să ne ajutați activ să economisim gestionarea resurselor naturale și

protejarea mediului natural prin predarea dispozitivului uzat la un punct de depozitare a materiilor prime secundare - dispozitive electrice uzate.

MONTAREA

Montarea dispozitivului trebuie efectuată cu atenție de către un adult. În caz de dubii, cereți ajutorul cuiva cu mai multă experiență în domeniu.

- Înainte de a începe montarea, asigurați-vă că setul cu dispozitivul conține toate elementele din lista de piese și dacă anumite elemente nu au fost deteriorate în timpul transportului. În cazul lipsei elementelor sau a obiecțiilor, contactați vânzătorul.
- Familiarizați-vă cu desenele și explicațiile și efectuați montarea în conformitate cu ordinea conținută în instrucțiunile de montare.
- Fiți atenți în timpul montării. În timpul utilizării uneltelor și elementelor există riscul de rănire.
- Nu uitați să mențineți un mediu sigur. Nu împrăștiți haotic uneltele și elementele de montaj. Rețineți că foliile și pungile din plastic reprezintă un pericol de sufocare pentru copii.
- Elementele de montaj necesare pentru efectuarea unui anumit pas din instrucțiunile de montare au fost prezentate în desene și explicații. Utilizați elementele indicate în instrucțiunile de montare.
- În primele faze ale montării, nu strângeți piesele la maximum. Faceți acest lucru după ce le-ați așezat pe toate și v-ați asigurat că sunt așezate corect.
- Producătorul își rezervă dreptul de a monta preliminar anumite elemente.

SCHIȚA DE MONTARE (→ Vezi pagina 2)

ATENȚIE! Este interzisă utilizarea pieselor provenite din alte surse decât de la producător.

LISTA DE PIESE

NR.	DESCRIERE	CANTITATE
1	Monitor	1
2	Șurub M5*10	4
3	Ghidon	1
5	Support ecranului monitorului	1
6	Șurub M8*40X20	2
7	Șaibă elastică D8	4
8	Garnitură curbă D8*1.5*φ20 R15	2
10	Support mâner sudat	1
13	Șurub M6*12*S4	6
14	Șaibă plată φ6xφ12x1.5	2
22	Capac Nucă M8*S13	2
23	Curbată Șaibă D8*1.5*φ20 R28	2
24	Țeavă inferioară spate	1
26	Șurub M8*60	2
27(L/R)	Pedală	2
28	Ștecher	1
29	Buton în formă de inimă	1
32	Garnitură arcuită D6*1.5*φ12	4
33	Șaibă plată D8	3
34	Sudarea țevii de șa	1
35	Șa	1
36	Tubul inferior frontal	1
38	Șurub M8*55	2
57	De nailon Nucă M8	5
A	Cheie S5	1
B	Cheie fixă S13, 15, 19	1
C	Cheie S4	1

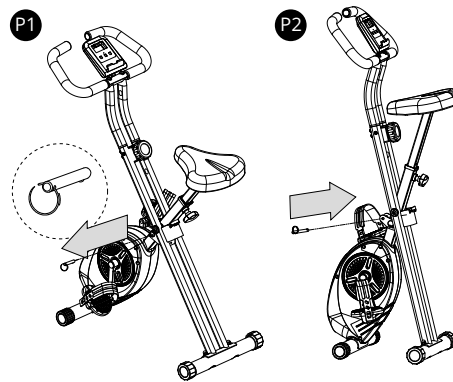
INSTRUCȚIUNI DE MONTARE (→ Vezi pagina 2)

ATENȚIE! În timpul asamblării, respectați pașii de mai jos și utilizați instrumentele incluse cu produsul.

Pregătiți suficient spațiu liber pentru asamblarea dispozitivului.

Datorită greutății mari a unor elemente, se recomandă asamblarea de către două persoane.

Când nu este utilizat, scoateți mai întâi știftul inelului, așa cum se arată în figura P1; asamblați sudura suportului și cadrul principal; apoi aliniați găurile de pe partea inferioară a părții în formă de U a cadrului principal și sudura suportului, și în cele din urmă introduceți știftul inelului pentru a-l fixa, așa cum se arată în figura P2.

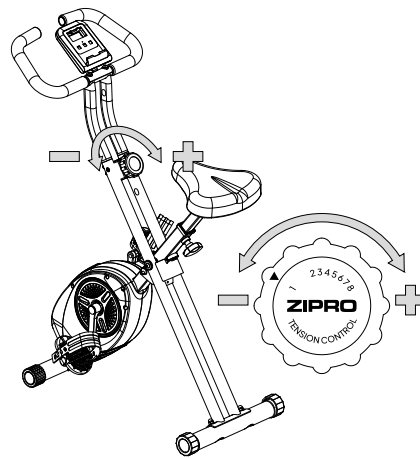


REGLAJE

Reglarea rezistenței

Pentru a crește rezistența, rotiți butonul de reglare a rezistenței în sensul acelor de ceasornic.

Pentru a reduce rezistența, rotiți butonul de reglare a tensiunii în sens invers acelor de ceasornic.

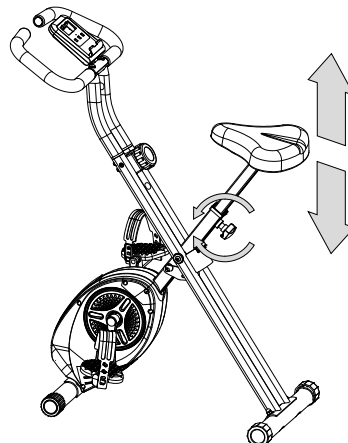


Înălțimea șeii

Slăbiți butonul suportului șeii, reglați șaua la înălțimea dorită și strângeți butonul. Asigurați-vă că șaua este fixă.

Înălțimea corectă a șeii crește eficiența exercițiilor și reduce riscul de rănire.

Așezați pedalele în poziție verticală (o pedală jos, cealaltă sus). Urcați-vă pe bicicletă și așezați picioarele pe pedale. Asigurați-vă că piciorul așezat pe pedala de jos este poziționat confortabil. Dacă este prea înalt, ridicați șaua. Dacă nu puteți ajunge la pedală sau piciorul dvs. este în hiperextensie, coborâți șaua.



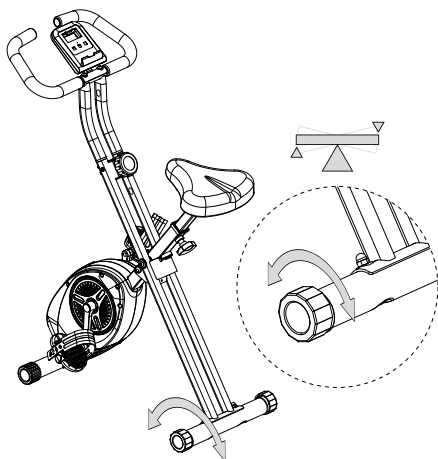
Reglarea curelelor pedalelor

De partea interioară a pedalei, prindeți curea de cauciuc cu partea cu trei găuri. Prindeți celălalt capăt de una dintre găurile de reglare, astfel încât piciorul să fie fix în timpul mersului și să poată fi scos cu ușurință. Efectuați această acțiune pentru ambele pedale.

Nivelarea dispozitivului

Nivelați dispozitivul rotind capacele de nivelare situate pe baza din spate. Capacele au forma unui poligon, fiecare latură a lor are o

înălțime diferită, găsiți latura potrivită pentru ca dispozitivul să stea stabil.



INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE A COMPUTERULUI COMPUTER (MODEL) MRMS06-GRN

Înainte de utilizare, vă rugăm să îndepărtați folia de protecție de pe ecranul computerului.

AUTO ON/OFF

Computerul se va porni când volanta este pusă în mișcare sau când este apăsat orice buton. Computerul se va opri automat după 4 minute de inactivitate.

DESCRIEREA BUTOANELOR INDIVIDUALE

MODE - permite selectarea parametrului.

SET - servește la setarea valorilor parametrilor.

RESET - servește la resetarea imediată a timpului, distanței și calorilor.

FUNCȚII (SPECIFICAȚIE)

TIME	Calculează timpul total de exerciții de la început până la sfârșit.	00:00-99:59 min
SPEED	Afișează viteza curentă.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Calculează distanța totală de la începutul până la sfârșitul exercițiilor.	0,0-9999 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 în tratament).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Calculează distanța totală de la instalarea bateriei.	0-9999 km
PULSE	Afișează pulsul curent. ATENȚIE! Măsurarea pulsului doar în scopuri sportive (se exclude utilizarea medicală).	40-240 BPM

SETAREA VALORII PENTRU NUMĂRĂTOARE INVERSĂ

- Apăsând **MODE** setați pe monitor parametrul a cărui valoare doriți să o atingeți în timpul antrenamentului: timp, distanță, număr de calorii, puls.
- Apăsând în mod repetat butonul **SET**, setați valoarea corespunzătoare. Numărătoarea inversă va începe după ce începeți să pedalați. Pe monitor va apărea o săgeată în jos. Finalizarea numărării inverse sau depășirea valorii setate a pulsului este semnalată de un sunet.

PULSE RATE

ATENȚIE! Măsurarea ritmului cardiac doar în scopuri sportive (exclusiv uz medical).

- Apăsând butonul **MODE** până când pe ecran apare PULSE. Așezați ambele mâini pe senzorii de puls de pe ghidon. În timpul măsurării, computerul va afișa o pictogramă în formă

de inimă.

După 3 până la 4 secunde, computerul va afișa pulsul curent.

TRENING ȘI FAZELE EXERCITIILOR

Utilizarea dispozitivului vă va oferi multe beneficii. În primul rând, vă va îmbunătăți condiția fizică, vă va întări mușchii și, în combinație cu o dietă adecvată, vă va permite să ardeți țesutul adipos inutil.

1. ÎNCĂLZIREA

Aceasta este o fază care îmbunătățește circulația sângelui în întregul corp și pregătește mușchii pentru un efort sporit. De asemenea, reduce riscul de apariție a crampelor și de accidentare. Se recomandă efectuarea câtorva exerciții de întindere, așa cum se arată mai jos. Dacă simțiți durere, opriți exercițiul sau reduceți amplitudinea mișcării.

ÎNTINDEREA MUȘCHILOR INTERIORI AI COAPSELOR

Așezați-vă pe o suprafață plană, cu picioarele îndoite și genunchii îndreptați spre exterior. Uniți tălpile picioarelor și apropiați-le cât mai mult posibil. Apăsăți ușor genunchii, îndreptându-i spre podea și mențineți această poziție timp de 15 secunde.

ÎNTINDEREA COAPSELOR

Așezați-vă pe o suprafață plană. Întindeți piciorul drept și așezați talpa piciorului stâng pe coapsa dreaptă. Întindeți mâna dreaptă spre degetele piciorului drept cât mai mult posibil. Mențineți timp de 15 secunde. Repetați cu piciorul stâng.

ROTIRI ALE CAPULUI

Țineți capul drept, uitându-vă înainte. Fără a mișca umerii, rotiți-l spre dreapta și îndreptați-l, apoi rotiți-l spre stânga și îndreptați-l.

RIDICAREA BRAȚELOR

Ridicați brațul stâng cât mai sus posibil și mențineți timp de câteva secunde. Repetați cu brațul drept.

ÎNTINDEREA TENDOANELOR LUI ACHILE

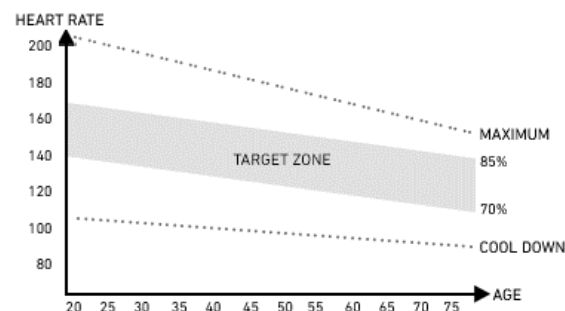
Stați cu fața la perete, scoateți piciorul stâng în față și îndoiti-l ușor de la genunchi. Țineți-l pe cel drept în spate – întins, cu călcâiul așezat plat pe sol. Țineți ambii călcâie plat pe sol și apăsați șoldurile spre perete. Mențineți această poziție timp de 30 de secunde. Repetați cu piciorul drept scos în față. Amintiți-vă să nu vă arcuiți spatele în timpul exercițiului.

ÎNDOIRI

Stați cu picioarele unite. Efectuați o îndoire înainte, încercând să vă apropiați cât mai mult pieptul de genunchi. Mențineți timp de 15 secunde. Nu uitați să nu vă îndoiti genunchii.

2. FAZA EXERCITIILOR

Aceasta este faza adecvată a antrenamentului. Exersați în ritmul dumneavoastră, astfel încât să atingeți un ritm cardiac adecvat vârstei dumneavoastră, așa cum se arată în grafic.



3. FAZA DE RELAXARE

Această fază vă permite să calmați circulația și să vă relaxați mușchii. Aceasta este o repetare a exercițiilor de încălzire. Trebuie să vă amintiți că, pentru a nu suprasolicita mușchii.

POSIBILE DETERIORĂRI ȘI TEHNICI DE REPARARE

ATENȚIE! Deschiderea carcasei dispozitivului fără a contacta în prealabil service-ul producătorului duce la pierderea garanției. În cazul suspiciunii apariției unei defecțiuni care necesită deschiderea carcasei, contactați service-ul producătorului.

DESCRIEREA ERORII	CAUZE POSIBILE	SOLUȚIE
----------------------	----------------	---------

Dispozitivul se clatină	Dispozitivul a fost așezat pe o suprafață neuniformă. Sub baza dispozitivului se află un obiect care perturbă echilibrul.	Așezați dispozitivul pe o suprafață uniformă. Îndepărtați obiectul care perturbă echilibrul.
	Bazele nu au fost montate corect.	Montați corect bazele dispozitivului.
Șaia sau ghidonul se clatină	Șuruburile și butoanele tijei șei sau ghidonului nu au fost strânse.	Strângeți șuruburile și butonul tijei șei sau ghidonului.
Zgomot în timpul utilizării	Elemente strânse incorect.	Contactați service-ul producătorului.
	În timpul funcționării dispozitivului, pot apărea zgomote slabe la mișcarea inertă a masei volante, care rezultă din tipul de construcție. Acestea nu au niciun impact asupra funcționării echipamentului. Zgomotele potențiale audibile la pedalarea în direcția opusă sunt determinate tehnic și nu cauzează consecințe negative.	
Zgomot și lipsă de fluiditate în funcționare	Rulmenți deteriorați.	Contactați service-ul producătorului.
Lipsa rezistenței adecvate în timpul antrenamentului	Cablu conectat incorect la reglarea rezistenței.	Conectați corect cablul conform instrucțiunilor de asamblare.
	Curea de transmisie slăbită.	Contactați service-ul producătorului.
	A crescut distanța dintre volant și magneți.	Contactați service-ul producătorului.
	Regulatorul de tensiune a fost deteriorat.	Contactați serviciul de asistență clienți al producătorului.

GARANȚIE

Vânzătorul, în numele Garantului, acordă garanție pe teritoriul României pentru o perioadă de 24 de luni de la data vânzării. Garanția pentru bunurile vândute nu exclude, nu limitează și nu suspendă drepturile Cumpărătorului care decurg din Legea privind drepturile consumatorilor.

Certificatul de garanție se află pe ultima pagină.

CONDIȚIILE GARANȚIEI

- Reclamațiile și garanția se aplică numai defectelor ascunse apărute din vina producătorului.
- Garanția va fi respectată de magazin sau de service după prezentarea de către client a:

- unui certificat de garanție valabil, lizibil și completat corect, cu ștampila de vânzare și semnătura vânzătorului,
 - unei dovezi de achiziție valabile a echipamentului cu data vânzării,
 - produsului reclamat sau a piesei defecte.
- În cazul achizițiilor la distanță, certificatul de garanție este valabil numai pe baza documentului de achiziție (bon fiscal / factură).
- Reclamația va fi examinată în termen de până la 14 zile de la data raportării defectului de către Client.
 - Defectele de fabricație și daunele descoperite în perioada de garanție vor fi reparate gratuit în termen de cel mult 21 de zile de la data livrării produsului la magazin sau la service.
 - În cazul în care este necesară importarea pieselor, perioada de reparație în garanție se poate prelungi cu timpul necesar pentru importul acestora, dar nu mai mult de 40 de zile.
 - Garanția nu acoperă:
 - daunele mecanice și defectele cauzate de acestea,
 - daunele și defectele rezultate din utilizarea și depozitarea necorespunzătoare, asamblarea și întreținerea necorespunzătoare,
 - deteriorarea și uzura consumabilelor, cum ar fi: cabluri, curele, elemente de cauciuc, pedale, mânere de spumă, roți, rulmenți, tapițerie.
 - activități legate de asamblare, întreținere, pe care, conform instrucțiunilor de utilizare, utilizatorul este obligat să le efectueze pe cont propriu.
 - Garanția nu se aplică în următoarele cazuri:
 - expirarea perioadei de valabilitate,
 - efectuarea de către client a reparațiilor și modificărilor independente cu utilizarea de piese neoriginale,
 - când defectul a apărut din cauza instalării incorecte sau ca urmare a nerespectării regulilor de exploatare corectă descrise în manualul de utilizare,
 - utilizarea diferită de utilizarea casnică,
 - daune cauzate în timpul transportului.
 - Duplicate ale certificatului de garanție nu vor fi emise.
 - În cadrul garanției, clientul are dreptul de a solicita următoarele tipuri de despăgubiri gratuite:
 - repararea produsului,
 - înlocuirea produsului,
 - reducerea prețului,
 - rezilierea contractului și rambursarea integrală a costurilor suportate.
 - Pentru a depune o reclamație, trebuie să:
 - Prezentați produsul sau partea acestuia care este acoperită de garanție.
 - Dovada achiziției care specifică numele și adresa vânzătorului, data și locul achiziției, tipul produsului sau un certificat de garanție valabil cu ștampila magazinului.
 - În cazul livrării unui produs murdar, service-ul poate refuza acceptarea acestuia sau poate efectua curățarea pe cheltuiala clientului cu acordul său scris.
 - În cazul unei soluționări pozitive a reclamației, echipamentul va fi reparat sau înlocuit cu unul nou sau clientului i se vor returna banii. Costurile de transport al mărfii către client sunt acoperite de service-ul producătorului.
 - În cazul respingerii reclamației de garanție, clientul va primi o justificare detaliată a deciziei luate și, în termen de 14 zile de la data comunicării deciziei, echipamentul va fi returnat clientului pe cheltuiala sa.

LT Naudojimo vadovas

Gerb. naudotojai,
Prieš pradėdami montuoti, perskaitykite šias instrukcijas ir prieš pirmą kartą naudodami prietaisą. Ši instrukcija apima svarbią informaciją apie prietaiso naudojimo saugumą ir priežiūrą. Išsaugokite ją, kad galėtumėte pasinaudoti informacija apie priežiūrą arba užsakyti atsargines dalis.

TECHNINIAI DUOMENYS

Maitinimas	Kompiuteris maitinamas 2 x AAA Carbon Zinc baterijomis. Į komplektą neįeina.
Svoris	14,4 kg

Naudojimo temperatūra	0°C iki +40°C
Laikymo temperatūra	-10°C iki +60°C
Maksimalus naudotojo svoris	120 kg
Naudojimo klasė	Klasė H
Tikslumo klasė	Klasė C
Greitis	0,0-99,9 km/val.
Gaminio standartas (pagrindinis)	EN ISO 20957-5:2028
Paskirtis	Dviratis magnetinis skirtas naudoti namuose

SAUGUMAS

DĖMESIO! Prietaisą galima naudoti tik pagal paskirtį, t. y. treniruotis suaugusiems. Bet koks kitas prietaiso naudojimas gali būti pavojingas. Gamintojas negali būti laikomas atsakingu už žalą, atsiradusią dėl netinkamo prietaiso naudojimo.

- Prietaisas buvo suprojektuotas ir pagamintas remiantis naujausiomis saugos žiniomis. Pavojingi elementai, kurie gali kelti sužalojimo pavojų, buvo pašalinti arba atitinkamai apsaugoti.
- Draudžiama savarankiškai atlikti remontą ir keitimus.
- Kartą per vieną ar du mėnesius patikrinkite, ar tinkamai priveržti varžtai, sraigčiai ir veržlės.
- Norėdami užtikrinti ilgalaikį saugumą, reguliariai (t. y. kartą per metus) patikrinkite ir prižiūrėkite įrangą specializuotoje prekybos vietoje.
- Visi įrenginio pakeitimai, kurie neaprašyti šioje instrukcijoje, gali sukelti gedimus arba tiesiogiai kelti pavojų besitreniruojančio asmens sveikatai ir gyvybei. Įrenginio pakeitimus gali atlikti tik gamintojo serviso darbuotojai arba asmenys, apmokyti gamintojo.
- Visi įrenginiai nuolat tobulinami, siekiant užtikrinti aukštą kokybę. Dėl šios priežasties gamintojas pasilieka teisę atlikti techninius pakeitimus.
- Visus klausimus ar abejones, susijusias su įranga, kreipkite į specializuotą prekybos vietą.

DĖMESIO! Asmenys, esantys šalia naudojamos įrangos, turi būti įspėti apie galimus pavojus. Būkite ypač atsargūs šalia vaikų.

DĖMESIO! Prieš pradėdami mankštintis, pasikonsultuokite su gydytoju norėdami įsitikinti, ar neturite jokių sveikatos kontraindikacijų treniruotis su įranga. Remiantis specialisto nuomone, galite susidaryti savo treniruočių planą. Netinkamai parinkta programa arba per didelis krūvis gali būti pavojingas jūsų sveikatai ir gyvybei.

ĮSPĖJIMAS! Širdies ritmo stebėjimo sistemos gali būti netikslios. Persitępimas treniruotės metu gali sukelti rimtus sužalojimus arba mirtį. Jei jaučiatės silpnai, nedelsdami nustokite mankštintis.

DĖMESIO! Būtinai laikykitės šioje instrukcijoje pateiktų pastabų dėl treniruočių.

- Pasirinkdami vietą treniruotėms, įsitikinkite, kad esate saugiu atstumu nuo galimų kliūčių. Nestatykite įrangos šalia komunikacijos linijų (kelių, vartų, perėjų ir pan.).
- Draudžiama naudoti įrangą arti sienos. Saugos zona yra 2000 mm ir bent jau tokio pat pločio, kaip įrenginys.

DĖMESIO! Montuodami įrenginį būkite atsargūs ir neleiskite vaikams būti šalia. Montuojant naudojamos smulkios dalys (veržlės, varžtai ir kt.), kurias jie gali praryti.

LIKUTINĖ RIZIKA

- Jei apsauga nuo kritimo nenaudojama arba naudojama, bet netinkamai, yra likutinė rizika, t. y. asmuo gali nukristi ir susižaloti odą, sumušimus, lūžius arba blogiausiu atveju mirtį.
- Yra likutinė rizika, kad besitreniruojantis asmuo bus netyčia perkrautas dėl netinkamo naudojimo arba netinkamo įvertinimo, taip pat dėl netinkamo duomenų perdavimo (dėl elektromagnetinių trukdžių, programinės įrangos klaidos ir pan.).
- Net ir geriausia programinės įrangos ir aparatinės įrangos apsauga neatmeta programinės įrangos ar aparatinės įrangos klaidos ir teoriškai gali perkrauti besitreniruojantį asmenį.
- Produktas yra elektrinis prietaisas, todėl negalima atmesti elektros smūgio, kuris gali sukelti mirtį, rizikos.
- Negalima atmesti likutinės uždusimo rizikos.
- Riziką galima sumažinti vadovaujantis informacija apie saugumą, pateikta naudojimo instrukcijoje.
- Negalima atmesti, kad netyčinis ar neteisėtas naudojimas sukels kitą, neįvertintą riziką, o įvertinta rizika buvo įvertinta neteisingai.

Atliekant rizikos analizę, vertinimas buvo atliktas remiantis „dabartine įrenginio būkle“. Atlikus produkto vertinimą ir patikrinimą, paaiškėjo, kad neleistinos rizikos tikimybė yra labai maža. Įrenginys (jo konstrukcija, veikimo būdas ir taikymas) normaliomis sąlygomis nekelia nepagrįstos rizikos besitreniruojančiam asmeniui ar tretiesiems asmenims.

MANIPULIACINIAI ŽENKLAI ANT TRANSPORTO PAKUOČIŲ

Šia puse į viršų. Neapverskite.



Saugoti nuo kritimo.



Pakuotė tinkama perdirbti.



Elektros atliekos. Būtina atiduoti panaudotą įrangą į perdirbimo punktą.



Atsargiai, trapu. Galima sugadinti. Būkite atsargūs.



Saugoti nuo drėgmės.



Atsargiai, sunkus produktas.



Laikyti daugiausia 5 sluoksniuose.



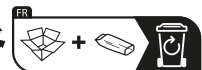
Produkte yra naudojimo instrukcija.



DO NOT USE BLADE TO OPEN



Neatidarykite peiliu.



Pakuotė pagaminta iš kartono ir plastiko. Prašome rūšiuoti atliekas pagal vietines taisykles.



Pakuotė pagaminta iš kartono ir plastiko. Prašome rūšiuoti atliekas pagal vietines taisykles.



Pakuotė pagaminta iš kartono.



Pakuotė pagaminta atsižvelgiant į atsakomybę už aplinką ir perdirbimą. Prašome rūšiuoti atliekas pagal vietines taisykles.

APTARNAVIMAS

Prieš pradėdami treniruotę, įsitikinkite, kad prietaisas tinkamai sumontuotas.

- Prieš pradėdami pirmąją treniruotę, susipažinkite su visomis prietaiso funkcijomis ir reguliavimo galimybėmis.
- Prietaise yra elementų, kurie gali būti veikiami korozijos. Dėl šios priežasties nerekomenduojama jo laikyti drėgnoje patalpoje. Taip pat reikia pasirūpinti, kad įranga (ypač jos vidiniai ir elektroniniai elementai) nebūtų veikiami vandens, gėrimų, prakaito ir pan.
- Prietaisas skirtas treniruotis tik suaugusiems ir jokių būdu nėra žaislas vaikams. Jei savo atsakomybe leisite vaikams juo naudotis, būtinai instruktukite juos, kaip tinkamai naudotis, ir nuolat prižiūrėkite.
- Įranga netinka terapiniams tikslams.
- Prietaisui veikiant, inertiško smagračio masės judėjimo metu gali atsirasti tylus triukšmas, kuris atsiranda dėl konstrukcijos tipo. Tai neturi jokios įtakos įrangos veikimui.
- Triukšmo lygis apkrovos metu yra didesnis nei be apkrovos.
- Prieš pradėdami kiekvieną treniruotę, patikrinkite apsaugos priemonių, varžtų ir kištukų jungčių teisingumą.
- Treniruodamiesi su prietaisu, nepamirškite tinkamos avalynės (sportinių batelių).

ĮRANGOS PRIŽIŪRA

Reguliariai prižiūrėkite prietaisą. Toliau nurodytus veiksmus atlikite ne rečiau kaip kas 20 valandų.

- Patikrinkite judančias prietaiso dalis. Jei jos nepakankamai suteptos, naudokite dviračių guolių tepalą.
- Patikrinkite tokių elementų, kaip varžtai ir veržlės, būklę. Pasirūpinkite, kad jie būtų gerai priveržti.

- Po kiekvienos treniruotės nuvalykite prakitą nuo prietaiso. Atkreipkite dėmesį į tai, kad monitorius nesiliestų su vandeniu ar drėgme.
- Prietaisui valyti naudokite tik vandenį su muilu. Nenaudokite valymo priemonių.
- Laikykite prietaisą sausoje ir šiltoje vietoje.
- Nelaikykite prietaiso saulės spinduliuose.

BATERIJŲ KEITIMAS

Silpnai matoma informacija kompiuterio ekrane arba jos nebuvimas rodo, kad reikia pakeisti baterijas.

Nuimkite baterijų dangtelį ir pakeiskite senas dviem naujomis. Įdėdami jas

į baterijų skyrių, laikykitės ženklų „+“ ir „-“.

Jei po pakartotinio paleidimo ekranas neveikia tinkamai, išimkite baterijas kelioms minutėms, tada vėl įdėkite.

DĖMESIO! Išsikrovusioms baterijoms garantija netaikoma. Jose yra kenksmingų medžiagų (pvz., kadmio, gyvsidabrio ar švino), todėl nemeskite jų į buitinių atliekų konteinerį. Nuneškite jas į atitinkamą išsikrovusių baterijų surinkimo punktą.

APLINKA

Prietaisai tiekiami pakuotėje, kad būtų apsaugotas nuo galimų pažeidimų transportavimo metu. Pakuotės yra neapdorotos žaliavos ir gali būti perdirtamos. Išmeskite šias medžiagas į atitinkamus spalvotus konteinerius, skirtus selektyviam surinkimui.



Saugokite aplinką ir nemeskite išsikrovusių baterijų į buitinių atliekų konteinerį. Grąžinkite jas įsigijimo vietoje arba perduokite į atskirą antrinių žaliavų saugojimo punktą.

Išnaudoti elektros prietaisai (įskaitant skaitiklį, maitinimo šaltinį) yra antrinės žaliavos – nemeskite jų į

buitinių atliekų konteinerius, nes juose gali būti sveikatai ir aplinkai pavojingų medžiagų. Prašome aktyviai padėti taupiai naudoti gamtos išteklius ir saugoti natūralią aplinką, perduodant išnaudotą prietaisą į antrinių žaliavų – išnaudotų elektros prietaisų – saugojimo punktą.

MONTAVIMAS

Įrenginio montavimą turi kruopščiai atlikti suaugęs žmogus. Jei abejojate, paprašykite pagalbos turinčio daugiau patirties šioje srityje.

- Prieš pradėdami montuoti, įsitikinkite, ar rinkinyje su įrenginiu yra visi elementai iš detalių sąrašo ir ar transportavimo metu nebuvo pažeisti jokie elementai. Jei trūksta elementų arba turite pastabų, susisieki su pardavėju.
- Susipažinkite su brėžiniais ir paaiškinimais ir montuokite pagal tvarką, nurodytą montavimo instrukcijoje.
- Būkite atsargūs montuodami. Naudojant įrankius ir elementus, yra susižalojimo pavojus.
- Nepamirškite pasirūpinti saugia aplinka. Nedėliokite įrankių ir montavimo elementų bet kaip. Atminkite, kad plastikinės plėvelės ir maišeliai kelia pavojų vaikams uždusti.
- Montavimo elementai, reikalingi atlikti tam tikrą žingsnį montavimo instrukcijoje yra pateikti brėžiniuose ir paaiškinimuose. Naudokite elementus, nurodytus montavimo instrukcijoje.
- Pradinėse montavimo fazėse neprivėžkite dalių iki galo. Padarykite tai įdėję visas dalis ir įsitikinę, kad jos tinkamai įstatytos.
- Gamintojas pasilieka teisę iš anksto sumontuoti kai kuriuos elementus.

MONTAVIMO SCHEMA (→ Žr. puslapį 2)

DĖMESIO! Draudžiama naudoti dalis, gautas iš kitų šaltinių nei iš gamintojo.

DETALIŲ SĄRAŠAS

NR.	APRAŠYMAS	KIEKIS
1	Monitorius	1
2	Varžtas M5*10	4
3	Vairas	1
5	Wstovas monitoriaus plokštė	1
6	Žraigtas M8x40x20	2
7	Spyruoklinė poveržlė D8	4
8	Išlenkta tarpinė D8x1.5xφ20 R15	2
10	Suvirintas rankenos laikiklis	1
13	Žraigtas M6x12*S4	6
14	Ploščia poveržlė φ6xφ12x1.5	2
22	Kamštelis VeržlėM8*S13	2
23	Išlenkta Poveržlė D8x1.5xφ20 R28	2
24	Galinis apatinis vamzdis	1
26	Žraigtas M8*60	2

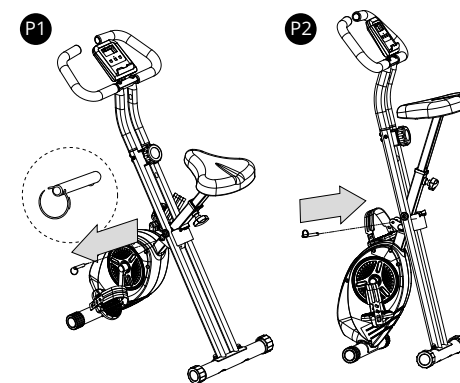
27(K/D)	Pedalas	2
28	Kištukas	1
29	Širdelės formos rankenėlė	1
32	Arkinis sandariklis D6x1.5xφ12	4
33	Poveržlė D8	3
34	Balnelio vamzdžio suvirinimas	1
35	Balnas	1
36	Priekinis apatinis vamzdis	1
38	Vžtas M8*55	2
57	Nailoninė Nut M8	5
A	Raktas S5	1
B	Veržliaraktis S13, 15, 19	1
C	Raktas S4	1

SURINKIMO INSTRUKCIJA (→ Žr. puslapį 2)

DĖMESIO! Surinkdami laikykitės toliau nurodytų veiksmų ir naudokite gaminiui pridėtus įrankius.

Paruoškite pakankamai laisvos vietos įrenginiui surinkti. Dėl didelio kai kurių elementų svorio rekomenduojama surinkti dviem asmenimis.

Kai nenaudojamas, pirmiausia ištraukite žiedinę kaištį, kaip parodyta P1 paveikslėlyje; surinkite atraminį suvirinimą ir pagrindinį rėmą; tada sulygiuokite pagrindinio rėmo U formos dalies ir atraminio suvirinimo apačioje esančias skyles ir galiausiai įkiškite žiedinę kaištį, kad ją pritvirtintumėte, kaip parodyta P2 paveikslėlyje.

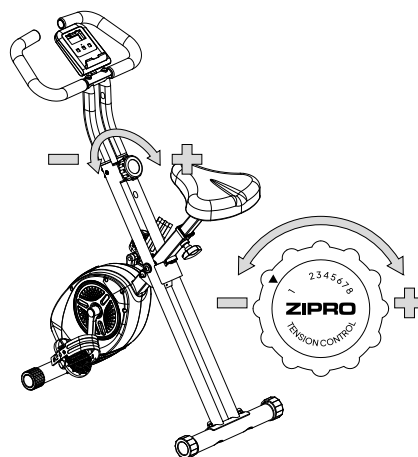


REGULIAVIMAI

Pasipriešinimo reguliavimas

Norėdami padidinti pasipriešinimą, pasukite pasipriešinimo reguliavimo rankenėlę pagal laikrodžio rodyklę.

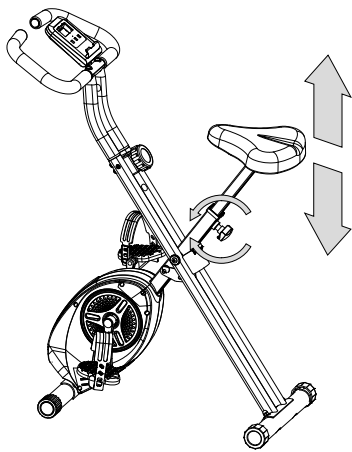
Norėdami sumažinti pasipriešinimą, pasukite įtempimo reguliavimo rankenėlę prieš laikrodžio rodyklę.



Sėdynės aukštis

Atsukite sėdynės atramos rankenėlę, nustatykite sėdynę į norimą aukštį ir privėžkite rankenėlę. Įsitikinkite, kad sėdynė nejuda. Tinkamas sėdynės aukštis padidina treniruotčių efektyvumą ir sumažina traumų riziką.

Nustatykite pedalus vertikaliajoje padėtyje (vienas pedalas apačioje, kitas viršuje). Atsisėskite ant dviračio ir padėkite kojas ant pedalo. Įsitikinkite, kad koja, esanti ant apatinio pedalo, yra patogiai ištiesta. Jei ji per daug sulenкта, pakelkite sėdynę. Jei negalite pasiekti pedalo arba jūsų koja yra per daug ištiesta, nuleiskite sėdynę.

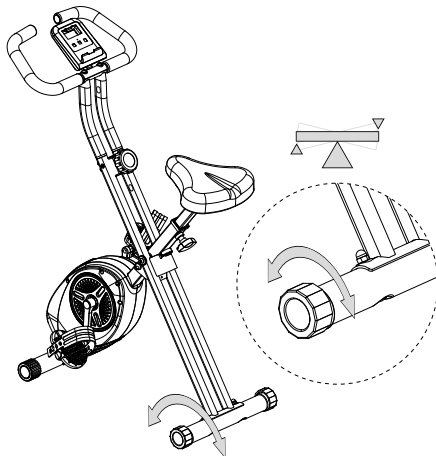


Pedalų dirželių reguliavimas

Prie vidinės pedalo dalies pritvirtinkite guminį dirželį puse su trimis skylėmis. Kitą galą pritvirtinkite prie vienos iš reguliavimo skylių, kad pėda būtų nejudanti važiuojant ir ją būtų lengva išimti. Atlikite šį veiksmą abiem pedalams.

Įrenginio išlyginimas

Išlyginkite įrenginį pasukdami išlyginimo dangtelius, esančius ant galinio pagrindo. Dangteliai yra daugiakampio formos, kiekviena jų pusė yra skirtingo aukščio, raskite tinkamą pusę, kad įrenginys stovėtų stabiliai.



KOMPIUTERIO NAUDOJIMO INSTRUKCIJA KOMPIUTERIS (MODELIS) MRMS06-GRN

Prieš naudodami nuimkite apsauginę plėvelę nuo kompiuterio ekrano.

AUTO ĮJUNGIMAS/IŠJUNGIMAS

Kompiuteris įsijungs, kai smagratis pradės judėti arba bus paspaustas bet kuris mygtukas. Kompiuteris automatiškai išsijungs po 4 minučių neveikimo.

ATSKIRŲ MYGTUKŲ APRAŠYMAS

MODE - leidis pasirinkti parametą.

SET - naudojamas parametru reikšmėms nustatyti.

RESET - naudojamas norint nedelsiant atstatyti laiką, atstumą ir kalorijas.

FUNKCIJOS (SPECIFIKACIJA)

TIME	Skaičiuoja bendrą treniruočių laiką nuo jų pradžios iki pabaigos.	00:00-99:59 min
SPEED	Rodo dabartinį greitį.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Skaičiuoja bendrą atstumą nuo treniruočių pradžios iki pabaigos.	0,0-9999 km
CALORIES	Skaičiuoja bendrą sudegintų kalorijų skaičių nuo treniruočių pradžios iki pabaigos. (Matavimas yra apytikslis, skirtas palyginti skirtingas treniruotes, negali būti naudojamas gydymui).	0,0-9999 kcal

TOTAL DISTANCE (ODO)	Skaičiuoja bendrą atstumą nuo baterijų įdėjimo.	0-9999 km
PULSE	Rodo dabartinį pulsą. DĖMESIO! Pulso matavimas skirtas tik sporto tikslams (medicininis naudojimas neįmanomas).	40-240 BPM

ATGALINIO SKAIČIAVIMO VERČIŲ NUSTATYMAS

- Paspaudus **MODE**, monitoriuje nustatykite parametą, kurio vertę norite pasiekti treniruotės metu: laiką, atstumą, kalorijų kiekį, pulsą.
- Keliais paspaudimais mygtuką **SET**, nustatykite atitinkamą vertę. Atgalinis skaičiavimas prasidės pradėjus minti pedalus. Monitoriuje bus rodoma rodyklė žemyn. Atgalinio skaičiavimo pabaigą arba nustatytos pulso vertės viršijimą signalizuoja garsas.

PULSO DAŽNIS

DĖMESIO! Širdies ritmo matavimas skirtas tik sporto tikslams (medicininis naudojimas neįtraukiamas).

- Spauskite mygtuką **MODE**, kol ekrane pasirodys PULSAS. Padėkite abi rankas ant pulso jutiklių ant vairo. Matavimo metu kompiuteris parodys širdies formos piktogramą. Po 3–4 sekundžių kompiuteris parodys dabartinį pulsą.

TRENIRUOTĖ IR PRATIMŲ FAZĖS

Naudojant įrenginį gausite daug naudos. Visų pirma, tai pagerins jūsų būklę, sustiprins raumenis ir kartu su tinkama dieta padės sudeginti nereikalingus riebalus.

1. APŠILIMAS

Tai fazė, kuri pagerina kraujotaką visame kūne ir paruošia raumenis didesniai krūviui. Tai taip pat sumažina riziką atsirasti mėšlungiui ir susižeisti. Patartina atlikti keletą tempimo pratimų, kaip parodyta toliau.

Jei jaučiate skausmą, nustokite mankštintis arba sumažinkite judesio amplitudę.

VIDINIŲ ŠLAUNIES RAUMENŲ TEMIMAS

Atsisėskite ant plokščio paviršiaus sulenktomis kojomis ir keliais į išorę. Sujunkite pėdų padus ir pritraukite juos kuo arčiau vienas kito. Švelniai paspauskite kelius žemės link ir išlaikykite šią poziciją 15 sekundžių.

ŠLAUNIES TEMIMAS

Atsisėskite ant plokščio paviršiaus. Ištieskite dešinę koją, o kairės pėdos padą uždėkite ant dešinės šlaunies. Ištieskite dešinę ranką link dešinės kojos pirštų kiek įmanoma toliau. Išlaikykite 15 sekundžių. Pakartokite su kaire koja.

GALVOS SUKIMAS

Laikykite galvą tiesiai, žiūrėdami į priekį. Nejudindami pečių, pasukite jį į dešinę ir ištiesinkite, tada pasukite į kairę ir ištiesinkite.

RANKŲ KĖLIMAS

Pakelkite kairę ranką kuo aukščiau ir išlaikykite kelias sekundes. Pakartokite su dešine ranka.

ACHILO SAUSGYSLĖS TEMIMAS

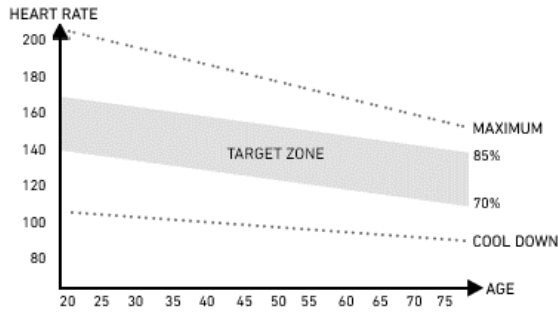
Atsistokite veidu į sieną, ištieskite kairę koją į priekį ir šiek tiek sulenkite per kelį. Dešinę laikykite gale – ištiesintą, kulnas plokščiai ant žemės. Laikykite abu kulnus plokščiai ant žemės ir spauskite klubus sienos link. Išlaikykite šią poziciją 30 sekundžių. Pakartokite veiksmą ištiesę dešinę koją. Atminkite, kad mankštos metu nelenktumėte nugaros lanku.

PASILENKIMAI

Atsistokite kojomis kartu. Pasilenkite į priekį stengdamiesi kuo labiau pritraukti krūtinę prie kelių. Išlaikykite 15 sekundžių. Atminkite, kad nesulenktumėte kelių.

2. PRATIMŲ FAZĖ

Tai tinkama treniruotės fazė. Mankštinkitės savo tempu, kad pasiektumėte tinkamą širdies ritmą pagal savo amžių, kaip parodyta diagramoje.



3. ATSIPALDAVIMO FAZĖ

Ši fazė leidžia nuraminti kraujotaką ir atpalaiduoti raumenis. Tai apšilimo pratimų pakartojimas. Reikėtų prisiminti, kad nepertemptumėte raumenų.

GALIMI PAŽEIDIMAI IR TAISYMO TECHNIKOS

DĖMESIO! Prietaiso korpuso atidarymas, prieš tai nesusisiekus su gamintojo aptarnavimo centru, panaikina garantiją. Jei įtariate gedimą, kuriam reikia atidaryti korpusą, susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru.

KLAIDOS APRAŠYMAS	GALIMOS PRIEŽASTYS	SPRENDIMAS
Prietaisas svyruoja	Prietaisas pastatytas ant nelygaus paviršiaus. Po prietaiso pagrindu yra daiktas, trukdantis išlaikyti pusiausvyrą. Pagrindai sumontuoti netinkamai.	Pastatykite prietaisą ant lygaus paviršiaus. Pašalinkite daiktą, trukdantį išlaikyti pusiausvyrą. Tinkamai sumontuokite prietaiso pagrindus.
Balnelis arba vairo svyruoja	Balnelio arba vairo stiebo varžtai ir rankenėlės neužveržti.	Priveržkite balnelio arba vairo stiebo varžtus ir rankenėles.
Triukšmas naudojant	Netinkamai priveržtos dalys. Prietaisui veikiant, gali būti girdimas tylus triukšmas, kai smagračio masė juda inertiškai, o tai priklauso nuo konstrukcijos tipo. Tai neturi jokios įtakos įrangos veikimui. Galimas triukšmas, girdimas minant pedalus priešinga kryptimi, yra techniškai sąlygotas ir nesukelia jokių neigiamų pasekmių.	Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru.
Triukšmas ir darbo trūkumas	Pažeisti guoliai.	Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru.
Nėra tinkamo pasipriešinimo treniruotės metu	Netinkamai prijungtas laidas pasipriešinimo reguliavimui. Atsilaisvinęs pavaros diržas. Padidėjo tarpas tarp smagračio ir magnetų. Įtampas reguliatorius pažeistas.	Prijunkite laidą tinkamai pagal surinkimo instrukcijas. Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru. Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru. Susisiekite su gamintojo aptarnavimo centru.

klientų
aptarnavimo
skyriumi.

GARANTIJĄ

Pardavėjas Garantuotojo vardu suteikia garantiją Lenkijos Respublikos teritorijoje 24 mėnesiams nuo pardavimo datos. Parduotai prekei suteikta garantija nepanaikina, neapriboja ir nesustabdo Pirkėjo teisių, kylančių iš Vartotojų teisių įstatymo.

Garantijos kortelė yra paskutiniame puslapyje.

GARANTIJOS SĄLYGOS

- Skundai ir garantijos taikomos tik paslėptiems defektams, atsiradusiems dėl gamintojo kaltės.
- Garantija bus gerbiama parduotuvės arba aptarnavimo centro, kai klientas pateiks:
 - galiojančią, įskaitomą ir tinkamai užpildytą garantijos kortelę su pardavimo antspaudu ir pardavėjo parašu,
 - galiojantį įrangos pirkimo įrodymą su pardavimo data,
 - pretenziją dėl prekės arba sugedusios dalies.
Perkant nuotoliniu būdu, garantijos kortelę galioja tik remiantis pirkimo dokumentu (čekiu / sąskaita faktūra).
- Skundas bus išnagrinėtas per 14 dienų nuo tos dienos, kai Klientas pranešė apie defektą.
- Gamykliniai defektai ir pažeidimai, nustatyti garantiniu laikotarpiu, bus pašalinti nemokamai per 21 dieną nuo prekės pristatymo į parduotuvę arba aptarnavimo centrą datos.
- Jei reikia importuoti dalis, garantinio remonto laikotarpis gali būti pratęstas tiek laiko, kiek reikia joms importuoti, bet ne ilgiau kaip 40 dienų.
- Garantija netaikoma:
 - mechaniniams pažeidimams ir jų sukeltiems defektams,
 - pažeidimams ir defektams, atsiradusiems dėl netinkamo naudojimo ir laikymo, netinkamo surinkimo ir priežiūros,
 - pažeidimai ir eksploatacinių elementų, tokių kaip: trosai, diržai, guminiai elementai, pedalai, putplasčio rankenos, ratukai, guoliai, apmušalai, susidėvėjimas.
 - veiksmai, susiję su surinkimu, priežiūra, kuriuos, pagal naudojimo instrukciją, vartotojas privalo atlikti savo lėšomis.
- Garantija netaikoma šiais atvejais:
 - pasibaigus galiojimo laikui,
 - jei klientas savarankiškai atliko remontą ir modifikacijas naudodamas neoriginalias dalis,
 - jei defektas atsirado dėl netinkamo įrengimo arba nesilaikant tinkamo naudojimo taisyklių, aprašytų naudojimo instrukcijoje,
 - naudojant ne buityje,
 - pažeidimų, atsiradusių transportuojant.
- Garantinio talono dublikatai neišduodami.
- Pagal garantiją klientas turi teisę reikalauti šių nemokamai teikiamo atlyginimo rūšių:
 - produkto remontas,
 - produkto pakeitimas,
 - kainos sumažinimas,
 - sutarties nutraukimas ir visiškai patirtų išlaidų grąžinimas.
- Norint pateikti pretenziją, reikia:
 - Pateikti gaminį arba jo dalį, kuriai taikoma garantija.
 - Pirkimo įrodymas, nurodantis pardavėjo pavadinimą ir adresą, pirkimo datą ir vietą, produkto tipą arba galiojantį garantinį taloną su parduotuvės antspaudu.
 - Pristačius nešvarų gaminį, aptarnavimo centras gali atsisakyti jį priimti arba kliento sąskaita, gavęs raštišką jo sutikimą, atlikti valymą.
- Jei pretenzija patenkinama, įranga bus suremontuota arba pakeista nauja, arba klientui bus grąžinti pinigai. Prekės transportavimo klientui išlaidas apmoka gamintojo servisas.
- Atsisakymo atveju klientas gauss išsamų priimto sprendimo paaiškinimą, o per 14 dienų nuo sprendimo perdavimo įranga bus išsiųsta klientui jo sąskaita.

CZ Návod k použití

Uživatelé,
Seznamte se s následujícími pokyny před zahájením montáže a prvním použitím zařízení. Tento návod obsahuje důležité informace týkající se bezpečnosti používání a údržby zařízení. Uložte jej pro možnost využití informací týkajících se údržby nebo objednávání náhradních dílů.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Napájení	Počítač napájen bateriemi 2×AAA Carbon Zinc. Není součástí balení.
Hmotnost	14,4 kg
Provozní teplota	0°C do +40°C
Skladovací teplota	-10°C do +60°C
Maximální hmotnost uživatele	120 kg
Třída použití	Třída H
Třída přesnosti	Třída C
Rychlost	0,0-99,9 km/h
Norma výrobku (hlavní)	EN ISO 20957-5:2028
Určení	Kolo magnetické pro domácí použití

BEZPEČNOST

POZOR! Zařízení lze používat pouze v souladu s jeho určením, tj. k tréninku dospělými osobami. Jakékoli jiné použití zařízení může být nebezpečné. Výrobce nemůže být činný odpovědným za škody způsobené nesprávným používáním zařízení.

- Zařízení bylo navrženo a zkonstruováno na základě nejnovějších poznatků z oblasti bezpečnosti. Nebezpečné prvky, které by mohly potenciálně představovat riziko zranění, byly eliminovány nebo relativně zabezpečeny.
- Opravy a úpravy na vlastní pěst jsou nepřipustné.
- Jednou za jeden nebo dva měsíce zkontrolujte správnost utažení šroubů, vrutů a matic.
- Pro trvalé zajištění bezpečnosti pravidelně (tj. jednou ročně) kontrolujte a udržujte zařízení ve specializované prodejně.
- Veškeré změny na zařízení, které nejsou popsány v niniejszej instrukcji mogą stanowić przyczynę uszkodzeń lub bezpośredniego zagrożenia dla zdrowia i życia osoby ćwiczącej. Zmian na urządzeniu mogą dokonywać wyłącznie pracownicy serwisu producenta lub osoby przeszkolone przez nie w tym zakresie.
- Všechna zařízení podléhají neustálým inovacím, aby byla zajištěna vysoká kvalita. Z tohoto důvodu si výrobce vyhrazuje právo provádět technické změny.
- Veškeré dotazy nebo pochybnosti týkající se zařízení směřujte na specializované obchodní místo.

POZOR! Osoby združující se v blízkosti během používání zařízení je třeba upozornit na případná nebezpečí. Zvláštní opatření je třeba dbát v přítomnosti dětí.

POZOR! Před zahájením cvičení se poraďte s lékařem, w celu upewnienia się, czy nie masz żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do prowadzenia treningów na urządzeniu. W oparciu na základě odborného posudku si můžete vypracovat svůj tréninkový plán. Nesprávně zvolený program nebo nadměrné cvičení mohou být nebezpečné pro vaše zdraví a život.

VAROVÁNÍ! Systémy monitorování tepové frekvence mohou být nepřesné. Přemáhání se během cvičení může vést k vážným zraněním nebo smrti. Pokud se necítíte dobře, okamžitě přestaňte cvičit.

POZOR! Bezpodmínečně dodržujte pokyny týkající se vedení tréninku obsažené v tomto návodu.

- Při výběru místa pro trénink zvažte zajištění bezpečných vzdáleností od možných překážek. Neumisťujte zařízení v blízkosti komunikačních tras (silnic, bran, průchodů atd.).
- Je zakázáno používat zařízení v blízké vzdálenosti od stěny. Bezpečnostní zóna je 2000 mm a minimálně takové šířky jako zařízení.

POZOR! Během montáže zařízení buďte opatrní a nedovolte dětem, aby se zdržovaly v blízkosti. Během montáže se používají drobné díly (matice, šrouby atd.), které mohou spolknout.

ZBYTKOVÉ RIZIKO

- V situaci, kdy není použita ochrana proti pádu nebo je použita nesprávně, existuje zbytkové riziko, tj. pád osoby způsobující odřeniny kůže, modřiny, zlomeniny nebo, v nejhorším případě, smrt.
- Existuje zbytkové riziko neúmyslného přetížení cvičící osoby způsobeného nesprávnou obsluhou nebo nesprávným odhadem, a také nesprávným přenosem dat (z důvodu elektromagnetického rušení, chyby softwaru atd.). Ani nejlepší zabezpečení softwaru a hardwaru nevylučuje chybu softwaru či hardwaru a může teoreticky způsobit přetížení cvičící osoby.
- Produkt je elektrické zařízení, proto nelze vyloučit úraz elektrickým proudem, který může vést ke smrti.
- Nelze vyloučit zbytkové riziko udušení.
- Riziko lze omezit dodržováním informací o bezpečnosti obsažených v návodu k obsluze.
- Nelze vyloučit, že neúmyslné nebo nepovolené použití způsobí jiná, nezohledněná rizika, a zohledněná rizika byla odhadnuta nesprávně.

V analýze rizik bylo hodnocení provedeno na základě „současného stavu zařízení“. Z provedeného posouzení a kontroly produktu vyplývá, že pravděpodobnost výskytu nepřipustného rizika je velmi nízká. Zařízení (jeho konstrukce, způsob fungování a použití) nezpůsobuje - za normálních podmínek - neodůvodněné riziko pro cvičící osobu ani třetí osoby.

MANIPULAČNÍ ZNAČKY NA PŘEPRAVNÍCH OBALECH

	Touto stranou nahoru. Nepřevracet.
	Chraňte před pádem.
	Obal vhodný k recyklaci.
	Elektroodpad. Nutné odevzdat použité zařízení do recyklačního střediska.
	Opatrně, křehké. Možnost poškození. Zachovejte opatrnost.
	Chraňte před vlhkostí.
	Pozor těžký produkt.
	Skladovat maximálně v 5 vrstvách.



Produkt obsahuje návod k obsluze.

DO NOT USE BLADE TO OPEN
Neotvírejte nožem.



Obal je vyroben z lepenky a plastů. Třídění odpadu provádějte v souladu s místními předpisy.



Obal je vyroben z lepenky a plastů. Třídění odpadu provádějte v souladu s místními předpisy.



Obal je vyroben z lepenky.



Obal byl vyroben s ohledem na odpovědnost za životní prostředí a recyklaci. Třídění odpadu provádějte v souladu s místními předpisy.

OBSLUHA

Před zahájením tréninku se ujistěte, že je zařízení správně namontováno.

- Před zahájením prvního tréninku se seznamte se všemi funkcemi a možnostmi nastavení zařízení.

- Zařízení má prvky, které mohou být vystaveny korozi. Z tohoto důvodu se nedoporučuje, aby zůstávalo ve vlhkém prostředí. Je také třeba dbát na to, aby zařízení (zejména jeho vnitřní a elektronické části) nebylo vystaveno kontaktu s vodou, nápoji, potem atd.
- Zařízení je určeno pouze pro trénink dospělých a v žádném případě není hračkou pro děti. Pokud na vlastní odpovědnost dovolíte dětem používat toto zařízení, bezpodmínečně je poučte o správném používání a neustále je dohlížejte.
- Zařízení není vhodné pro terapeutické účely.
- Během provozu zařízení se mohou vyskytnout tiché šумы při setrvačném pohybu setrvačnicku, které jsou způsobeny konstrukcí. Nemají žádný vliv na fungování zařízení.
- Emise hluku při zatížení je větší než bez zatížení.
- Před zahájením každého tréninku zkontrolujte správnost zabezpečení a šroubových a zásuvných spojů.
- Během tréninku na zařízení nezapomeňte na vhodnou obuv (sportovní obuv).

ÚDRŽBA ZAŘÍZENÍ

Pravidelně provádějte údržbu zařízení. Následující činnosti provádějte nejméně každých 20 hodin provozu.

- Kontrolujte pohyblivé části zařízení. Pokud nejsou dostatečně promazány, použijte mazivo na ložiska jízdních kol.
- Kontrolujte stav prvků, jako jsou šrouby a matice. Ujistěte se, že jsou dobře utaženy.
- Po každém tréninku otřete pot ze zařízení. Věnujte pozornost tomu, aby monitor nepřišel do kontaktu s vodou nebo vlhkostí.
- K čištění zařízení používejte pouze vodu s mýdlem. Nepoužívejte čisticí prostředky.
- Skladujte zařízení na suchém a teplém místě.
- Nevystavujte zařízení slunečnímu záření.

VÝMĚNA BATERIE

Špatné viditelné informace na displeji počítače nebo jejich absence znamenají nutnost výměny baterie.

Sejměte kryt baterie a vyměňte staré za dvě nové. Při vkládání do pouzdra na baterie dodržujte označení „+“ a „-“.

Pokud displej po restartu nefunguje správně, vyjměte baterie na několik minut a poté je znovu vložte.

POZOR! Použité baterie nepodléhají záruce. Obsahují škodlivé látky (jako např. kadmium, rtuť nebo olovo), proto je nevhazujte do domácího odpadkového koše. Odnesete je do příslušného sběrného místa pro použité baterie.

ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

Zařízení je dodáváno v obalu, který je chrání před případným poškozením během přepravy. Obaly jsou nepracované suroviny a lze je recyklovat. Vyhadzujte tyto materiály do příslušných barevných kontejnerů určených pro selektivní sběr.



Chraňte životní prostředí a nevhazujte použité baterie do domácího odpadkového koše. Odevzdávejte je v místě nákupu nebo je předejte do vyhrazeného sběrného místa pro druhotné suroviny. Použité elektrické zařízení (včetně měřiče, napájecího zdroje) jsou druhotné suroviny – nevhazujte je do nádob na domovní odpad, protože mohou obsahovat látky nebezpečné pro zdraví a životní prostředí. Žádáme Vás o aktivní pomoc při šetrném hospodaření s přírodními zdroji a ochraně životního prostředí tím, že odevzdáte použité zařízení do sběrného místa pro druhotné suroviny – použitých elektrických zařízení.

MONTÁŽ

Montáž zařízení musí být provedena pečlivě dospělou osobou. V případě pochybností požádejte o pomoc někoho se zkušenostmi v této oblasti.

- Před zahájením montáže se ujistěte, zda sada se zařízením obsahuje všechny prvky z seznamu dílů a zda nedošlo k poškození některých prvků během přepravy. V případě chybějících prvků nebo výhrad kontaktujte prodejce.
- Seznamte se s výkresy a vysvětlivkami a provádějte montáž v souladu s pořadím uvedeným v montážním návodu.
- Během montáže buďte opatrní. Při používání nástrojů a prvků hrozí poranění.
- Pamatujte na udržování bezpečného prostředí. Nerozkládejte chaoticky nástroje a montážní prvky. Nezapomeňte, že fólie a plastové sáčky představují nebezpečí udušení dětí.
- Montážní prvky potřebné k provedení daného kroku montážního návodu jsou znázorněny na obrázcích a vysvětlivkách. Používejte prvky uvedené v montážním návodu.

- V prvních fázích montáže nedotahujte díly úplně. Udělejte to až po umístění všech a ujistěte se, že jsou správně usazeny.
- Výrobce si vyhrazuje právo na předběžnou montáž některých prvků.

MONTÁŽNÍ SCHÉMA (→ Viz strana 2)

POZOR! Je zakázáno používat díly pocházející z jiných zdrojů než od výrobce.

SEZNAM DÍLŮ

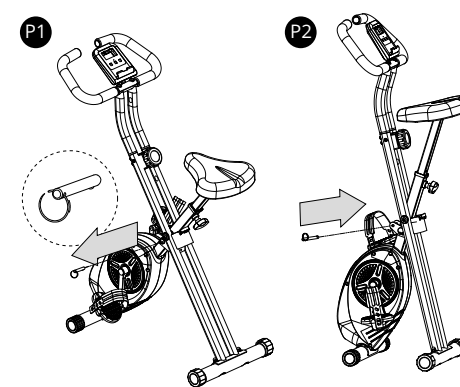
Č.	POPIS	MNOŽSTVÍ
1	Monitor	1
2	Šroub M5*10	4
3	Řídítka	1
5	Vzpěra monitorové desky	1
6	Šroub M8×40X20	2
7	Pružná podložka D8	4
8	Prohnutá podložka D8×1.5×φ20 R15	2
10	Svařovaná konzola držáku	1
13	Šroub M6×12*S4	6
14	Plochá podložka φ6×φ12x1.5	2
22	Záslepka Matka M8*S13	2
23	Zakřivená Podložka D8×1.5×φ20 R28	2
24	Zadní spodní trubka	1
26	Šrouba M8*60	2
27(L/P)	Pedál	2
28	Zátka	1
29	Knoflík ve tvaru srdce	1
32	Obloukové těsnění D6×1.5×φ12	4
33	Plochá podložka D8	3
34	Svařování trubky sedla	1
35	Sedlo	1
36	Přední spodní trubka	1
38	Šroub M8*55	2
57	Nylonová Natice M8	5
A	Klíč S5	1
B	Plochy klíč S13, 15, 19	1
C	Klíč S4	1

NÁVOD K MONTÁŽI (→ Viz strana 2)

POZOR! Během montáže dodržujte následující kroky a používejte nástroje dodané s produktem.

Připravte si dostatek volného místa pro montáž zařízení. Vzhledem k velké hmotnosti některých prvků se doporučuje montáž ve dvou osobách.

Pokud se nepoužívá, nejprve vytáhněte závlačku kroužku, jak je znázorněno na obrázku P1; sestavte svar držáku a hlavní rám; poté vyrovnejte otvory na spodní straně dílu ve tvaru písmene U hlavního rámu a svaru držáku a nakonec vložte závlačku kroužku, abyste jej upevnili, jak je znázorněno na obrázku P2.

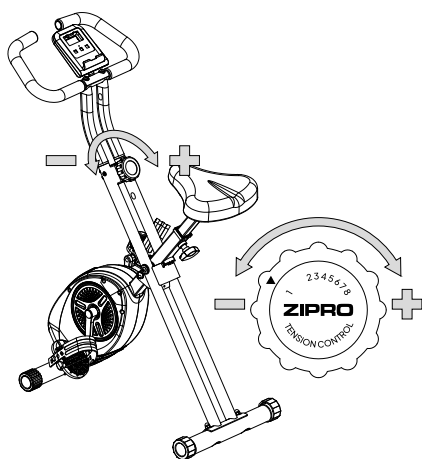


NASTAVENÍ

Nastavení odporu

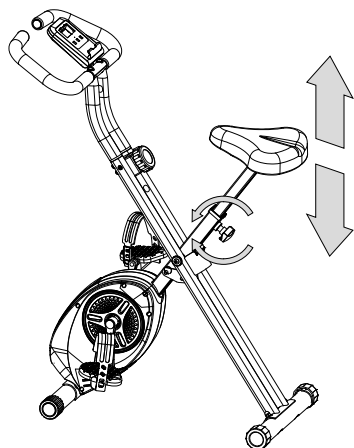
Pro zvýšení odporu otočte knoflíkem nastavení odporu ve směru hodinových ručiček.

Pro snížení odporu otočte knoflíkem nastavení odporu proti směru hodinových ručiček.



Výška sedla

Povolte knoflík držáku sedla, nastavte sedlo do požadované výšky a utáhněte knoflík. Ujistěte se, že je sedlo nehybné. Správná výška sedla zvyšuje efektivitu cvičení a snižuje riziko zranění. Nastavte pedály do svislé polohy (jeden pedál dole, druhý nahoře). Nasedněte na kolo a umístěte nohy na pedály. Ujistěte se, že je noha umístěná na dolním pedálu pohodlně usazená. Pokud je příliš ohnutá, zvedněte sedlo. Pokud na pedál nedosáhnete, nebo je vaše noha v přepětí, snižte sedlo.

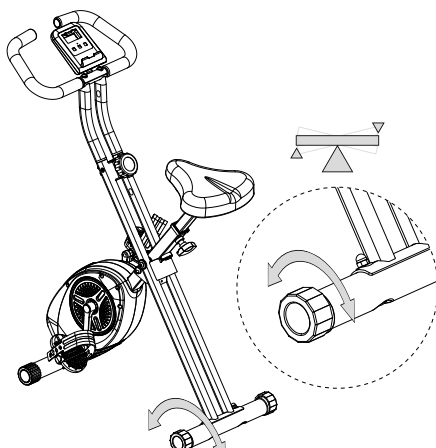


Nastavení popruhů pedálů

K vnitřní části pedálu připevněte gumový popruh stranou se třemi otvory. Druhý konec připevněte k jednomu z regulačních otvorů, aby byla noha během jízdy nehybná a dalo se ji snadno vyjmout. Proveďte tuto činnost pro oba pedály.

Vyrovnání zařízení

Vyrovnejte zařízení otáčením vyrovnávacích podložek umístěných na zadní základně. Podložky mají tvar mnohoúhelníku, každá jejich strana má jinou výšku, najděte správnou stranu, aby zařízení stálo stabilně.



NÁVOD K OBSLUZE POČÍTAČE

POČÍTAČ (MODEL) MRMS06-GRN

Před použitím odstraňte ochrannou fólii z obrazovky počítače.

AUTO ON/OFF

Počítač se zapne, když se setrvačnicka uvede do pohybu nebo stisknete libovolné tlačítko. Počítač se automaticky vypne po 4 minutách nečinnosti.

POPIS JEDNOTLIVÝCH TLAČÍTEK

MODE - umožňuje provést výběr parametru.

SET - slouží k nastavení hodnot parametrů.

RESET - slouží k okamžitému resetování času, vzdálenosti a kalorií.

FUNKCE (SPECIFIKACE)

TIME	Počítá celkový čas cvičení od jeho zahájení do ukončení.	00:00-99:59 min
SPEED	Zobrazuje aktuální rychlost.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Počítá celkovou vzdálenost od zahájení do ukončení cvičení.	0,0-9999 km
CALORIES	Počítá celkový počet spálených kalorií od zahájení do ukončení cvičení. (Měření je přibližné pro porovnání různých cvičebních sezení, nemůže být použito k léčbě).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Počítá celkovou vzdálenost od instalace baterie.	0-9999 km
PULSE	Zobrazuje aktuální puls. POZOR! Měření tepu pouze pro sportovní účely (vylučuje se lékařské použití).	40-240 BPM

NASTAVENÍ HODNOTY PRO ODPOČÍTÁVÁNÍ

- Stisknutím **MODE** nastavte na monitoru parametr, jehož hodnotu chcete během tréninku dosáhnout: čas, vzdálenost, množství kalorií, puls.
- Opakovaným stisknutím tlačítka **SET**, nastavte odpovídající hodnotu. Odpočítávání se spustí po zahájení šlapání. Na monitoru se zobrazí šipka dolů. Ukončení odpočítávání nebo překročení nastavené hodnoty pulsu signalizuje zvuk.

PULSE RATE

POZOR! Měření tepové frekvence pouze pro sportovní účely (vylučuje se lékařské použití).

- Stiskněte tlačítko **MODE** dokud se na obrazovce nezobrazí PULSE. Položte obě dlaně na snímače pulsu na řídicích. Během měření počítač zobrazí ikonu ve tvaru srdce. Po uplynutí 3 až 4 sekund počítač zobrazí aktuální puls.

TRÉNOVÁNÍ A FÁZE CVIČENÍ

Používání zařízení vám přinese mnoho výhod. Především zlepší vaši kondici, posílí svaly a v kombinaci s vhodnou stravou vám umožní spálit zbytečnou tukovou tkáň.

1. ROZCVÍČKA

Toto je fáze, která zlepšuje krevní oběh v celém těle a připravuje svaly na zvýšenou námahu. Snižuje také riziko vzniku křečí a zranění. Doporučuje se provést několik protahovacích cvičení, jak je uvedeno níže. Pokud cítíte bolest, přestaňte cvičit nebo snižte rozsah prováděného pohybu.

PROTAHOVÁNÍ VNITŘNÍCH SVALŮ STEHEN

Posadte se na rovnou podložku s pokrčenými nohama a kolena směřujícími ven. Spojte chodidla a přiblížte je k sobě co nejblíže. Jemně zatlačte na kolena směřující k podložce a vydržte v této poloze 15 sekund.

PROTAHOVÁNÍ STEHEN

Posadte se na rovnou podložku. Narovnejte pravou nohu a chodidlo levé nohy přiložte k pravému stehnu. Natáhněte pravou ruku směrem k prstům pravé nohy tak daleko, jak je to možné. Vydržte 15 sekund. Opakujte s levou nohou.

OTOČENÍ HLAVY

Držte hlavu rovně a dívejte se před sebe. Aniž byste hýbali rameny, otočte ji doprava a narovnejte, a poté ji otočte doleva a narovnejte.

ZVEDÁNÍ RAMEN

Zvedněte co nejvýše levou ruku a vydržte několik sekund. Opakujte s pravou rukou.

PROTAHOVÁNÍ ACHILLOVÝCH ŠLACH

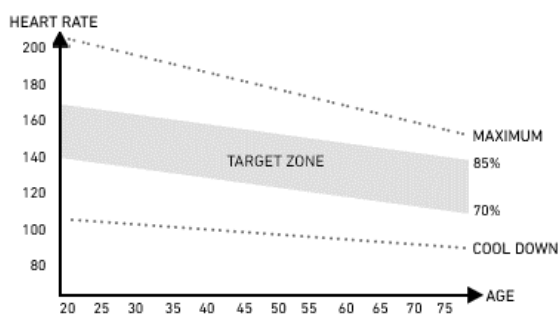
Postavte se čelem ke zdi, levou nohu vysuňte dopředu a lehce pokrčte v koleni. Pravou držte vzadu – narovnanou, s patou položenou naplocho na podložce. Držte obě paty naplocho na podložce a tlačte boky směrem ke zdi. Udržujte tuto pozici po dobu 30 sekund. Opakujte s vysunutou pravou nohou. Pamatujte, abyste při cvičení neprohýbali záda do oblouku.

PŘEDKLONY

Postavte se s nohama spojenýma dohromady. Proveďte předklon a snažte se co nejvíce přiblížit hrudník ke kolenům. Vydržte 15 sekund. Pamatujte, abyste neohýbali kolena.

2. FÁZE CVIČENÍ

Toto je správná fáze tréninku. Cvičte vlastním tempem tak, abyste dosáhli adekvátní tepové frekvence pro svůj věk, jak je uvedeno v grafu.

**3. FÁZE UVOLNĚNÍ**

Tato fáze umožňuje zklidnit oběh a uvolnit svaly. Jedná se o opakování zahřívacích cvičení. Mějte na paměti, abyste nepřetěžovali svaly.

MOŽNÉ PORUCHY A TECHNIKY OPRAVY

POZOR! Otevření krytu zařízení bez předchozí konzultace se servisem výrobce vede ke ztrátě záruky.

V případě podezření na poruchu vyžadující otevření krytu kontaktujte servis výrobce.

POPIS CHYBY	MOŽNÉ PŘÍČINY	ŘEŠENÍ
Zařízení se kýve	Zařízení je umístěno na nerovném povrchu. Pod základnou zařízení se nachází předmět narušující rovnováhu.	Umístěte zařízení na rovném povrchu. Odstraňte předmět narušující rovnováhu.
	Základny nebyly správně namontovány.	Namontujte správně základny zařízení.
Sedlo nebo řídítka se kývají	Šrouby a knoflíky sedlovky nebo řídítek nebyly utaženy.	Utáhněte šrouby a knoflík sedlovky nebo řídítek.
Hluk během používání	Nesprávně utažené prvky.	Kontaktujte servis výrobce.
	Během provozu zařízení se mohou vyskytovat tiché šumy při setrvačném pohybu setrvačnicku, které vyplývají z typu konstrukce. Nemají žádný vliv na funkci zařízení. Potenciální šumy slyšitelné při otáčení pedálů v opačném směru jsou podmíněny technicky a nezpůsobují žádné negativní důsledky.	
Hluk a nedostatek plynulosti práce	Poškozená ložiska.	Kontaktujte servis výrobce.

Nedostatek vhodného odporu během tréninku	Nesprávně připojený kabel k regulaci odporu.	Připojte kabel správně podle návodu k montáži.
	Uvolněný hnací řemen.	Kontaktujte servis výrobce.
	Zvětšila se mezera mezi setrvačnickem a magnety.	Kontaktujte servis výrobce.
	Regulátor napětí byl poškozen.	Kontaktujte zákaznický servis výrobce.

ZÁRUKA

Prodávající jménem Ručitele poskytuje záruku na území České republiky na dobu 24 měsíců od data prodeje. Záruka na prodané zboží nevylučuje, neomezuje ani nepozastavuje práva Kupujícího vyplývající ze Zákona o právech spotřebitele.

Záruční list se nachází na poslední straně.**ZÁRUKNÍ PODMÍNKY**

- Reklamací a záruce podléhají výhradně skryté vady vzniklé vinou výrobce.
- Záruka bude respektována prodejnou nebo servisem po předložení klientem:
 - platného čitelně a správně vyplněného záručního listu s razítkem prodeje a podpisem prodávajícího,
 - platného dokladu o koupi zařízení s datem prodeje,
 - reklamovaného zboží nebo vadné části.
 V případě nákupu na dálku je záruční list platný výhradně na základě dokladu o koupi (účtenka / faktura).
- Reklamacie bude vyřízena do 14 dnů od okamžiku nahlášení vady Klientem.
- Výrobní vady a poškození zjištěné v záruční době budou opraveny zdarma v termínu ne delším než 21 dnů od data doručení zboží do prodejny nebo servisu.
- V případě nutnosti dovozu dílů ze zahraničí se může doba realizace záruční opravy prodloužit o dobu nezbytnou k jejím dovozu, avšak nejdéle o 40 dní.
- Záruka se nevztahuje na:
 - mechanické poškození a vady jím způsobené,
 - poškození a vady vzniklé v důsledku nesprávného používání a skladování, nesprávné montáže a údržby,
 - poškození a opotřebení spotřebních dílů, jako jsou: lanka, řemeny, gumové prvky, pedály, pěnové rukojeti, kolečka, ložiska, čalounění.
 - činnosti související s montáží, údržbou, které je uživatel povinen provádět na vlastní náklady v souladu s návodem k obsluze.
- Záruka se nevztahuje na následující případy:
 - uplynutí doby platnosti,
 - provedení oprav a úprav zákazníkem svépomocí s použitím neoriginálních dílů,
 - pokud vzniklá vada vyplývá z nesprávné instalace nebo v důsledku nedodržení zásad správného používání popsaných v návodu k obsluze,
 - používání jiným způsobem než pro domácí použití,
 - poškození vzniklých při přepravě.
- Duplikáty záručního listu nebudou vydávány.
- V rámci záruky má zákazník právo požadovat následující druhy bezplatného odškodnění:
 - opravy produktu,
 - výměny produktu,
 - snížení ceny,
 - odstoupení od smlouvy a plné vrácení vynaložených nákladů.
- Pro uplatnění reklamace je nutné:
 - Předložit produkt nebo jeho část, které se záruka týká.
 - Doklad o koupi s uvedením názvu a adresy prodejce, data a místa nákupu, typu produktu nebo platný záruční list s razítkem obchodu.
 - V případě dodání znečištěného produktu může servis odmítnout jeho přijetí nebo na náklady zákazníka s jeho písemným souhlasem provést čištění.
- V případě kladného vyřízení reklamace bude zařízení opraveno nebo vyměněno za nové, nebo budou zákazníkovi vráceny peníze. Náklady na dopravu zboží k zákazníkovi hradí servis výrobce.

12. V prípade zamítnutí záručnej reklamácie obdrží zákazník podrobné zdôvodnenie prijatej rozhodnutí a v lehote do 14

dnů od okamžiku předání rozhodnutí bude zařízení odesláno zpět zákazníkovi na jeho náklady.

SK Príručka na používanie

Používateľu, Oboznámte sa s nasledujúcimi pokynmi pred začatím montáže a prvým použitím zariadenia. Táto príručka obsahuje dôležité informácie týkajúce sa bezpečnosti používania a údržby zariadenia. Uschovajte ju, aby ste ju mohli použiť na informácie týkajúce sa údržby alebo objednávanie náhradných dielov.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Napájanie	Počítač napájaný batériami 2xAAA Carbon Zinc. Nie sú súčasťou balenia.
Hmotnosť	14,4 kg
Prevádzková teplota	0°C až +40°C
Skladovacia teplota	-10°C až +60°C
Maximálna hmotnosť používateľa	120 kg
Trieda použitia	Trieda H
Trieda presnosti	Trieda C
Rýchlosť	0,0-99,9 km/h
Norma výroby (hlavná)	EN ISO 20957-5:2028
Určenie	Bicykel magnetický na domáce použitie

BEZPEČNOSŤ

POZOR! Zariadenie sa smie používať iba v súlade s jeho určením, t. j. na tréning dospelých osôb. Akékoľvek iné použitie zariadenia môže byť nebezpečné. Výrobca nemôže byť braný na zodpovednosť za škody spôsobené nesprávnym používaním zariadenia.

- Zariadenie bolo navrhnuté a skonštruované na základe najnovších poznatkov z oblasti bezpečnosti. Nebezpečné prvky, ktoré by mohli potenciálne predstavovať riziko poranenia, boli odstránené alebo relatívne zabezpečené.
- Opravy a zmeny na vlastnú päsť sú neprípustné.
- Raz za jeden alebo dva mesiace skontrolujte správnosť dotiahnutia skrutiek, závitov a matíc.
- V záujme trvalého zaistenia bezpečnosti pravidelne (t. j. jeden raz ročne) kontrolujte a udržiavajte zariadenie v špecializovanom obchode.
- Všetky zmeny na zariadení, ktoré nie sú popísané v niniejšej instrukcii môžu stanoviť pryczynę 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.
- Všetky zariadenia podliehajú neustálym inováciám s cieľom zabezpečiť vysokú kvalitu. Z tohto dôvodu si výrobca vyhradzuje právo do wprowadzania zmian technicznych.
- Akékoľvek otázky alebo pochybnosti týkajúce sa zariadenia smerujte na špecializované obchodné miesto.

POZOR! Osoby, ktoré sa nachádzajú v blízkosti počas používania zariadenia, je potrebné upozorniť na prípadné nebezpečenstvá. Zachovajte zvýšenú opatrnosť v prítomnosti detí.

POZOR! Pred začatím cvičenia sa poraďte s lekárom s cieľom uistiť sa, že nemáte žiadne zdravotné kontraindikácie na vykonávanie tréningov na zariadení. Na základe odborného posudku si môžete vypracovať svoj tréningový plán. Nesprávne zvolený program alebo nadmerné cvičenie môžu byť nebezpečné pre vaše zdravie a život.

VÝSTRAHA! Systémy monitorovania tepu môžu byť nepresné. Preťaženie počas cvičenia môže viesť k vážnym zraneniam alebo smrti. Ak sa cítite slabý, okamžite prestaňte cvičiť.

POZOR! Bezpodmienečne dodržiavajte pokyny týkajúce sa vedenia tréningu uvedené v tomto návode.

- Pri výbere miesta na tréning zohľadnite zabezpečenie bezpečných vzdialeností od možných prekážok. Neumiestňujte zariadenie v blízkosti komunikačných trás (ciest, brán, priechodov atď.).

- Je zakázané používať zariadenie v tesnej blízkosti od stien. Stred bezpečnosti vynosi 2000 mm i co najmniej takiej szerokości jak zariadenie.

POZOR! Počas montáže zariadenia buďte opatrní a nedovoľte deťom, aby sa zdržiavali v blízkosti. Počas montáže sa používajú drobné časti (matice, skrutky atď.), ktoré môžu prehltnúť.

REZIDUÁLNE RIZIKO

- V situácii, keď sa nepoužije ochrana pred pádom alebo sa použije, ale nesprávne, existuje reziduálne riziko, t. j. pád osoby spôsobujúci odreniny kože, modriny, zlomeniny alebo v najhoršom prípade smrť.
- Existuje reziduálne riziko neúmyselného preťaženia cvičiacej osoby spôsobeného nesprávnou obsluhou alebo nesprávnym posúdením, ako aj nesprávnym prenosom údajov (z dôvodu elektromagnetického rušenia, chyby softvéru atď.). Ani najlepšie zabezpečenie softvéru a hardvéru nevylučuje chybu softvéru alebo hardvéru a môže teoreticky spôsobiť preťaženie cvičiacej osoby.
- Produkt je elektrické zariadenie, preto nemožno vylúčiť úraz elektrickým prúdom, ktorý môže viesť k smrti.
- Nemožno vylúčiť reziduálne riziko udusení.
- Riziko je možné obmedziť dodržiavaním informácií o bezpieczeństwie zawartych w instrukcji obsługi.
- Nemožno vylúčiť, že neúmyselné alebo nedovolené použitie spôsobí iné, nezaobchádzajúce riziko, a uwzględnione ryzyko zostało oszacowane nieprawidłowo.

V analýze rizika sa hodnotenie uskutočnilo na základe „aktuálneho stavu zariadenia“. Z vykonaného hodnotenia a kontroly produktu vyplýva, že pravdepodobnosť výskytu neprípustného rizika je veľmi nízka. Zariadenie (jeho konštrukcia, spôsob fungovania a použitie) nespôsobuje – za normálnych podmienok – neopodstatnené riziko pre cvičiaceho ani tretie osoby.

MANIPULAČNÉ ZNAČKY NA PREPRAVNÝCH OBALOCH

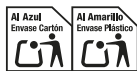
	Touto stranou nahor. Neprevracat.
	Chrániť pred pádom.
	Obal vhodný na recykláciu.
	Elektroodpad. Potrebne odovzdat pouzite zariadenie do zberneho dvora.
	Opatrne, krehké. Možnosť poškodenia. Zachovať opatrnosť.
	Chrániť pred vlhkosťou.
	Pozor ťažký produkt.
	Skladovať maximálne v 5 vrstvách.
	Produkt obsahuje návod na obsluhu.

DO NOT USE BLADE TO OPEN

Neotvárajte pomocou noža.



Obal je vyrobený z lepenky a plastov. Prosíme, aby ste odpad triedili v súlade s miestnymi predpismi.



Obal je vyrobený z lepenky a plastov. Prosíme, aby ste odpad triedili v súlade s miestnymi predpismi.



Obal je vyrobený z lepenky.



Obal bol vyrobený s ohľadom na zodpovednosť voči životnému prostrediu a recyklácii. Prosíme, aby ste odpad triedili v súlade s miestnymi predpismi.

OBSLUHA

Pred začatím tréningu sa uistite, že je zariadenie správne namontované.

- Pred začatím prvého tréningu sa oboznámte so všetkými funkciami a možnosťami nastavenia zariadenia.
- Zariadenie má prvky, ktoré môžu byť vystavené korózii. Z tohto dôvodu sa neodporúča, aby zostávalo vo vlhkej miestnosti. Je tiež potrebné dbať na to, aby zariadenie (najmä jeho vnútorné a elektronické časti) nebolo vystavené kontaktu s vodou, nápojmi, potom atď.
- Zariadenie je určené len na tréning dospelých a v žiadnom prípade nie je hračkou pre deti. Ak na vlastnú zodpovednosť dovoľíte deťom používať ho, bezpodmienečne ich poučte o správnom používaní a neustále ich dohliadajte.
- Zariadenie nie je vhodné na terapeutické účely.
- Počas prevádzky zariadenia sa môžu vyskytnúť tiché šumy pri zotrvačnom pohybe zotrvačníka, ktoré vyplývajú z typu konštrukcie. Nemajú žiadny vplyv na fungovanie zariadenia.
- Emisia hluku počas zaťaženia je vyššia ako bez zaťaženia.
- Pred začatím každého tréningu skontrolujte správnosť zabezpečenia a skrutkových a zásuvných spojov.
- Počas tréningu na zariadení nezabudnite na vhodnú obuv (športová obuv).

ÚDRŽBA ZARIADENIA

Pravidelne vykonávajte údržbu zariadenia. Nasledujúce činnosti vykonávajte najmenej každých 20 hodín jeho prevádzky.

- Kontrolujte pohyblivé časti zariadenia. Ak nie sú dostatočne namazané, použite mazivo na ložiská bicyklov.
- Kontrolujte stav prvkov, ako sú skrutky a matice. Dbajte na to, aby boli dobre dotiahnuté.
- Po každom tréningu utrite pot zo zariadenia. Venujte pozornosť tomu, aby monitor neprišiel do kontaktu s vodou alebo vlhkosťou.
- Na čistenie zariadenia používajte výlučne vodu s mydlom. Nepoužívajte čistiace prostriedky.
- Skladujte zariadenie na suchom a teplom mieste.
- Nevystavujte zariadenie priamemu slnečnému žiareniu.

VÝMENA BATÉRIE

Slabo viditeľné informácie na displeji počítača alebo ich absencia znamenajú potrebu výmeny batérie.

Odstráňte kryt batérie a vymeňte staré za dve nové. Umiestňujte ich v priehradke na batérie dodržujte označenia „+“ a „-“.

Ak po opätovnom spustení displej nefunguje správne, vyberte batérie na niekoľko minút a potom ich znova vložte.

POZOR! Použité batérie nepodliehajú záruke. Obsahujú škodlivé látky (ako napr. kadmium, ortuť alebo olovo), preto ich nevyhadzujte do domáceho odpadkového koša. Zanešte ich do príslušného zberného miesta pre použité batérie.

ŽIVOTNÉ PROSTREDIE

Zariadenie sa dodáva v obale na ochranu pred prípadným poškodením počas prepravy. Obaly sú nespracované suroviny a môžu sa recyklovať. Vyhadzujte tieto materiály do príslušných farebných nádob určených na selektívny zber.



Chráňte životné prostredie a nevyhadzujte použité batérie do domáceho odpadkového koša. Odovzdávajte ich v mieste zakúpenia alebo ich odovzdajte do vyhradeného zberného miesta pre druhotné suroviny. Použité elektrické zariadenie (vrátane merača, napájacieho zdroja) sú druhotné suroviny – nevyhadzujte ich do nádob na domový odpad, pretože môžu obsahovať látky nebezpečné pre zdravie a životné prostredie. Prosíme o aktívnu pomoc pri šetrnom hospodárení s prírodnými zdrojmi a ochrane životného prostredia odovzdaním použitého zariadenia do zberného miesta pre druhotné suroviny – použitých elektrických zariadení.

MONTÁŽ

Montáž zariadenia musí byť starostlivo vykonaná dospelou osobou. V prípade pochybností požiadajte o pomoc niekoho s väčšími skúsenosťami v tejto oblasti.

- Pred začatím montáže sa uistite, či súprava so zariadením obsahuje všetky prvky z zoznamu dielov a či nedošlo k poškodeniu niektorých prvkov počas prepravy. V prípade chýbajúcich prvkov alebo výhrad kontaktujte predajcu.
- Oboznámte sa s nákresemi a vysvetlivkami a vykonávajte montáž v súlade s poradím uvedeným v návode na montáž.
- Buďte opatrní počas montáže. Počas používania náradia a prvkov existuje riziko porezania.
- Nezabúdajte na udržiavanie bezpečného prostredia. Nerozkladajte chaoticky náradie a montážne prvky. Nezabúdajte, že fólie a vrecká z plastu predstavujú riziko udusení pre deti.
- Montážne prvky potrebné na vykonanie daného kroku návodu na montáž boli zobrazené na nákresoch a vysvetlivkách. Používajte prvky uvedené v návode na montáž.
- V prvých fázach montáže nedotahujte časti úplne. Urobte to po umiestnení všetkých a uistení sa, že sú správne osadené.
- Výrobca si vyhradzuje právo na predbežnú montáž niektorých prvkov.

MONTÁŽNA SCHÉMA (→ Pozri stranu 2)

POZOR! Je zakázané používať diely pochádzajúce z iných zdrojov ako od výrobcu.

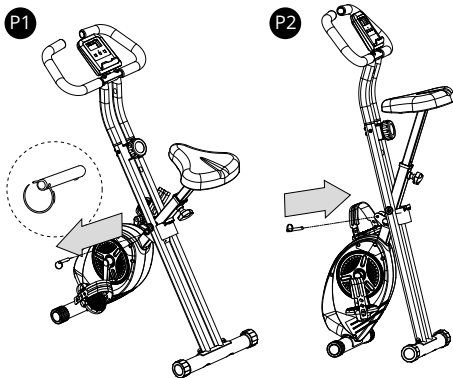
ZOZNAM DIELOV

Č.	POPIS	POČET
1	Monitor	1
2	Skrutka M5*10	4
3	Riadidlá	1
5	Vzávora pyty monitora	1
6	Šróba M8×40X20	2
7	Pružná podložka D8	4
8	Ohnuté tesnenie D8×1,5×φ20 R15	2
10	Zváraná konzola rukoväte	1
13	Šróba M6×12*S4	6
14	Plochá podložka φ6xφ12x1,5	2
22	Záslepka Skrutka M8*S13	2
23	Zakrivená Podložka D8×1,5×φ20 R28	2
24	Zadná spodná rúra	1
26	Šróba M8*60	2
27(L/P)	Pedál	2
28	Zásuvka	1
29	Gombík v tvare srdca	1
32	Oblúkové tesnenie D6×1,5×φ12	4
33	Plochá podložka D8	3
34	Zváranie rúrky sedadla	1
35	Sedlo	1
36	Predná spodná rúrka	1
38	Skrutka M8*55	2
57	Nylonová Nmatica M8	5
A	Kľúč S5	1
B	Plochý kľúč S13, 15, 19	1
C	Kľúč S4	1

NÁVOD NA MONTÁŽ (→ Pozri strana 2)

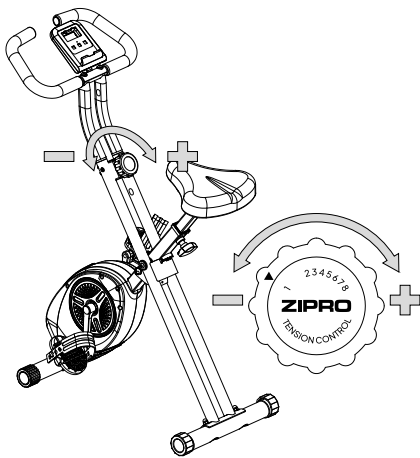
POZOR! Počas montáže dodržiavajte nasledujúce kroky a používajte nástroje, ktoré sú súčasťou produktu. Pripravte si dostatok voľného priestoru na montáž zariadenia. Vzhľadom na vysokú hmotnosť niektorých prvkov sa odporúča montáž dvoma osobami.

Keď sa nepoužíva, najprv vytiahnite závlačku krúžku, ako je znázornené na obrázku P1; zložte zvar konzoly a hlavný rám; potom zarovnajtie otvory na spodnej strane časti v tvare písmena U hlavného rámu a zvar konzoly a nakoniec vložte závlačku krúžku, aby ste ju zaistili, ako je znázornené na obrázku P2.

**NASTAVENIA****Nastavenie odporu**

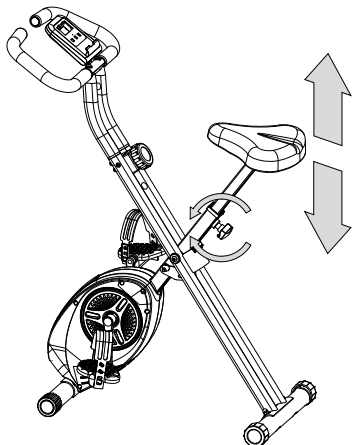
Pre zvýšenie odporu otočte gombík nastavenia odporu v smere hodinových ručičiek.

Pre zníženie odporu otočte gombík nastavenia odporu proti smeru hodinových ručičiek.

**Výška sedadla**

Uvoľnite gombík držiaka sedadla, nastavte sedadlo do požadovanej výšky a utiahnite gombík. Uistite sa, že je sedadlo nehybné. Správna výška sedadla zvyšuje efektivitu cvičenia a znižuje riziko zranenia.

Nastavte pedále do zvislej polohy (jeden pedál dole, druhý hore). Nasadnite na bicykel a umiestnite nohy na pedále. Uistite sa, že noha umiestnená na spodnom pedáli je uložená pohodlne. Ak je príliš ohnutá, zdvihnite sedadlo. Ak nedosiahnete na pedál, alebo je vaša noha v preprnutí, spustite sedadlo.

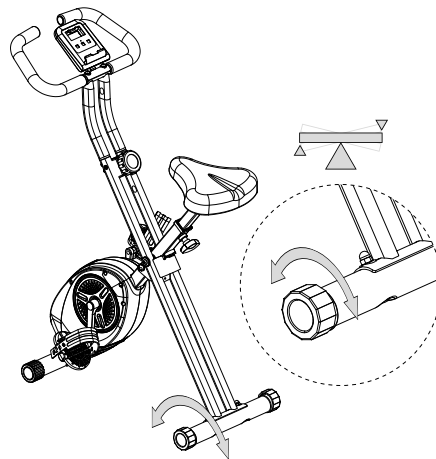
**Nastavenie popruhov pedálov**

V vnútornej časti pedála, pripevnite gumený popruh stranou s tromi otvormi. Druhý koniec pripevnite o jeden z regulačných otvorov, tak aby bola noha nehybná počas jazdy a dalo sa ju ľahko vybrať. Vykonajte túto činnosť pre oba pedále.

Vyrovnanie zariadenia

Vyrovnajte zariadenie otáčaním vyrovnávacích podložiek nachádzajúcich sa na zadnej základni. Podložky majú formu

mnohouholníka, každá ich strana má inú výšku, nájdite správnu stranu, aby zariadenie stálo stabilne.

**NÁVOD NA OBSLUHU POČÍTAČA****POČÍTAČ (MODEL) MRMS06-GRN**

Pred použitím odstráňte ochrannú fóliu z obrazovky počítača.

AUTO ON/OFF

Počítač sa zapne, keď sa zotrvačník uvedie do pohybu alebo sa stlačí ľubovoľné tlačidlo. Počítač sa automaticky vypne po 4 minútach nečinnosti.

POPIS JEDNOTLIVÝCH TLAČIDIEL

MODE - umožňuje vykonať výber parametra.

SET - slúži na nastavenie hodnôt parametrov.

RESET - slúži na okamžité resetovanie času, vzdialenosti a kalórií.

FUNKCIE (ŠPECIFIKÁCIA)

TIME	Počíta celkový čas cvičenia od jeho začiatku do ukončenia.	00:00-99:59 min
SPEED	Zobrazuje aktuálnu rýchlosť.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Počíta celkovú vzdialenosť od začiatku do ukončenia cvičenia.	0,0-9999 km
CALORIES	Počíta celkový počet spaľených kalórií od začiatku do ukončenia cvičenia. (Meranie je približné na porovnanie rôznych cvičebných sedení, nemôže sa používať na liečbu).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Počíta celkovú vzdialenosť od nainštalovania batérie.	0-9999 km
PULSE	Zobrazuje aktuálny pulz. POZOR! Meranie tepu len na športové účely (vylučuje sa lekárske použitie).	40-240 BPM

NASTAVENIE HODNOTY PRE ODPOČÍTAVANIE

- Stlačením **MODE** nastavte na monitore parameter, ktorého hodnotu chcete dosiahnuť počas tréningu: čas, vzdialenosť, množstvo kalórií, pulz.
- Opakovane stláčajte tlačidlo **SET**, nastavte príslušnú hodnotu. Odpočítavanie sa spustí po začatí pedálovania. Na monitore sa zobrazí šípka nadol. Ukončenie odpočítavania alebo prekročenie nastavenej hodnoty pulzu signalizuje zvuk.

PULSE RATE

POZOR! Meranie pulzu je len na športové účely (vylučuje sa lekárske použitie).

- Stlačte tlačidlo **MODE**, kým sa na obrazovke nezobrazí PULSE. Položte obe ruky na snímače pulzu na riadidlách. Počas merania počítač zobrazí ikonu v tvare srdca. Po uplynutí 3 až 4 sekúnd počítač zobrazí aktuálny pulz.

TRÉNING A FÁZY CVIČENIA

Používanie zariadenia vám prinesie mnoho výhod. Predovšetkým zlepšiť vašu kondíciu, posilní svaly a v kombinácii s vhodnou diétou vám umožní spaľiť zbytočné tukové tkanivo.

1. ROZCVIČKA

Je to fáza, ktorá zlepšuje cirkuláciu krvi v celom tele a pripravuje svaly na zvýšenú námahu. Znižuje tiež riziko vzniku kŕčov a utrpenia zranení. Odporúča sa vykonať niekoľko strečingových cvičení, ako je uvedené nižšie. Ak cítite bolesť, prestaňte cvičiť alebo znížte rozsah vykonávaného pohybu.

PREŤAHOVANIE VNÚTORÝCH SVALOV STEHIEN

Sadnite si na rovnú zem so zohnutými nohami a kolenami smerujúcimi von. Spojte chodidlá a približte ich k sebe čo najbližšie. Jemne zatlačte na kolená smerom k zemi a vydržte v tejto polohe 15 sekúnd.

PREŤAHOVANIE STEHIEN

Sadnite si na rovnú zem. Narovnajete pravú nohu a chodidlo ľavej nohy priložte k pravému stehnu. Natiahnite pravú ruku smerom k prstom pravej nohy čo najďalej. Vydržte 15 sekúnd. Opakujte s ľavou nohou.

OTOČENIE HLAVY

Držte hlavu rovno a pozerajte sa dopredu. Bez pohybu ramien ju otočte doprava a narovnajete, potom ju otočte doľava a narovnajete.

ZDVIHANIE RAMIEN

Zdvihnite ľavú ruku čo najvyššie a vydržte niekoľko sekúnd. Opakujte s pravou rukou.

PREŤAHOVANIE ACHILOVEJ ŠLACHY

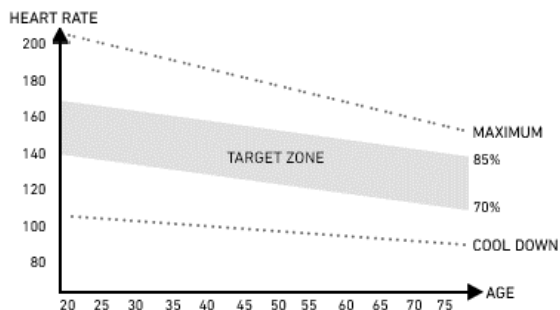
Postavte sa tvárou k stene, ľavú nohu vysuňte dopredu a mierne ohnite v kolene. Pravú držte vzadu – narovnanú, s pätou položenou plocho na zemi. Držte obe päty plocho na zemi a tlačte boky smerom k stene. Vydržte v tejto polohe 30 sekúnd. Opakujte s vysunutou pravou nohou. Pamätajte, aby ste počas cvičenia neohýbali chrbát do oblúka.

PREDKLONY

Postavte sa s nohami spojenými k sebe. Urobte predklon a snažte sa čo najviac priblížiť hrudník ku kolenám. Vydržte 15 sekúnd. Pamätajte, aby ste neohýbali kolená.

2. FÁZA CVIČENIA

Je to správna fáza tréningu. Cvičte vlastným tempom tak, aby ste dosiahli adekvátny pulz pre svoj vek, ako je znázornené na grafe.

**3. FÁZA UVOĽNENIA**

Táto fáza umožňuje upokojiť cirkuláciu a uvoľniť svaly. Je to opakovanie rozcvičovacích cvičení. Treba na to pamätať, aby ste nenamáhalí svaly.

MOŽNÉ POŠKODENIA A TECHNIKY OPRAVY

POZOR! Otvorenie krytu zariadenia bez predchádzajúceho kontaktovania servisu výrobcu vedie k strate záruky.

V prípade podozrenia na poruchu vyžadujúcu otvorenie krytu kontaktujte servis výrobcu.

POPIS CHYBY	MOŽNÉ PRÍČINY	RIEŠENIE
Zariadenie sa kýve	Zariadenie je umiestnené na nerovnom povrchu. Pod základňou zariadenia sa nachádza predmet, ktorý narušuje rovnováhu.	Umiestnite zariadenie na rovný povrch. Odstráňte predmet, ktorý narušuje rovnováhu.
	Základne neboli správne namontované.	Namontujte správne základne zariadenia.
Sedlo alebo riadidlá sa kývajú	Skrutky a gombíky tyče sedla alebo riadidiel neboli dotiahnuté.	Dotiahnite skrutky a gombíky tyče

	sedla alebo riadidiel.	
Hluk počas používania	Nesprávne dotiahnuté prvky.	Kontaktujte servis výrobcu.
	Počas prevádzky zariadenia sa môžu vyskytovať tiché šumy pri zotrvačnom pohybe zotrvačníka, ktoré vyplývajú z typu konštrukcie. Nemajú žiadny vplyv na fungovanie zariadenia. Potenciálne šumy počuteľné pri otáčaní pedálov v opačnom smere sú podmienené technicky a nespôsobujú žiadne negatívne dôsledky.	
Hluk a nedostatok plynulosti práce	Poškodené ložiská.	Kontaktujte servis výrobcu.
Nedostatok vhodného odporu počas tréningu	Nesprávne pripojený kábel na reguláciu odporu.	Pripojte kábel správne podľa návodu na montáž.
	Uvoľnený hnací remeň.	Kontaktujte servis výrobcu.
	Zväčšila sa vzdialenosť medzi zotrvačníkom a magnetmi.	Kontaktujte servis výrobcu.
	Regulátor napätia bol poškodený.	Kontaktujte zákaznícky servis výrobcu.

ZÁRUKA

Predávajúci v mene Ručiteľa poskytuje záruku na území Slovenskej republiky na obdobie 24 mesiacov od dátumu predaja. Záruka na predaný tovar nevylučuje, neobmedzuje ani nepozastavuje práva Kupujúceho vyplývajúce zo Zákona o ochrane spotrebiteľa.

Záručný list sa nachádza na poslednej strane.**ZÁRUČNÉ PODMIENKY**

- Reklamácií a záruke podliehajú výlučne skryté vady vzniknuté vinou výrobcu.
- Záruka bude rešpektovaná obchodom alebo servisom po predložení klientom:
 - platného, čitateľne a správne vyplneného záručného listu s pečiatkou predaja a podpisom predávajúceho,
 - platného dokladu o kúpe zariadenia s dátumom predaja,
 - reklamovaného tovaru alebo chybného časti.
 V prípade nákupu na diaľku je záručný list platný výlučne na základe dokladu o kúpe (pokladničný doklad / faktúra).
- Reklamácia bude posúdená v lehote do 14 dní od momentu nahlásenia chyby Klientom.
- Výrobné chyby a poškodenia zistené v záručnej dobe budú bezplatne opravené v lehote nie dlhšej ako 21 dní od dátumu doručenia tovaru do obchodu alebo servisu.
- V prípade potreby dovozu dielov zo zahraničia sa môže doba realizácie záručnej opravy predĺžiť o čas potrebný na ich dovoz, najviac však o 40 dní.
- Záruka sa nevzťahuje na:
 - mechanické poškodenia a nimi spôsobené vady,
 - poškodenia a vady vzniknuté v dôsledku nesprávneho používania a skladovania, nesprávnej montáže a údržby,
 - poškodenia a opotrebenie spotrebných dielov, ako sú: lanká, remene, gumové prvky, pedále, penové rukoväte, kolieska, ložiská, čalúnenie.
 - činnosti spojené s montážou, údržbou, ktoré je používateľ povinný vykonať vo vlastnej réžii v súlade s návodom na obsluhu.
- Záruka sa nevzťahuje na nasledujúce prípady:
 - uplynutie doby platnosti,
 - vykonania svojpomocných oprav a úprav zákazníkom s použitím neoriginálnych dielov,
 - ak vzniknutá chyba vyplýva z nesprávnej inštalácie alebo v dôsledku nedodržania zásad správnej prevádzky popísaných v návode na obsluhu,
 - používania iného, ako domáceho použitia,
 - poškodenia vzniknuté pri preprave.
- Duplikáty záručného listu sa nevydávajú.

9. V rámci záruky má zákazník právo požadovať nasledujúce druhy bezplatného odškodnenia:
 - a. opravy produktu,
 - b. výmeny produktu,
 - c. zníženia ceny,
 - d. odstúpenia od zmluvy a úplného vrátenia vynaložených nákladov.
10. Na uplatnenie reklamácie je potrebné:
 - a. Predložiť produkt alebo jeho časť, na ktorú sa vzťahuje záruka.
 - b. Doklad o kúpe s uvedením názvu a adresy predávajúceho, dátumu a miesta kúpy, druhu produktu

alebo platný záručný list
s pečiatkou obchodu.

- c. V prípade doručenia znečisteného produktu môže servis odmietnuť jeho prijatie alebo na náklady zákazníka s jeho písomným súhlasom vykonať čistenie.
11. V prípade kladného vybavenia reklamácie bude zariadenie opravené alebo vymenené za nové alebo budú zákazníkovi vrátené peniaze. Náklady na prepravu tovaru k zákazníkovi hradí servis výrobcu.
12. V prípade zamietnutia záručnej reklamácie zákazník obdrží podrobné odôvodnenie prijatého rozhodnutia a v lehote do 14 dní od momentu odovzdania rozhodnutia bude zariadenie zaslané zákazníkovi na jeho náklady.

HU Használati útmutató

Felhasználó,

A szerelés megkezdése előtt olvassa el az alábbi utasításokat és a készülék első használata előtt. Ez az útmutató fontos információkat tartalmaz a berendezés biztonságos használatáról és karbantartásáról. Őrizze meg, hogy hozzáférhessen a karbantartásra vagy alkatrészek rendelésére vonatkozó információkhoz.

MŰSZAKI ADATOK

Tápellátás	A számítógép 2×AAA Carbon Zinc elemekkel működik. Nem tartozék.
Súly	14,4 kg
Üzemi hőmérséklet	0°C és +40°C
Tárolási hőmérséklet	-10°C és +60°C
Maximális felhasználói súly	12.0 kg
Alkalmazási osztály	H osztály
Pontossági osztály	C osztály
Sebesség	0,0-99,9 km/h
Termékszabvány (fő)	EN ISO 20957-5:2028
Rendeltetés	Kerékpár mágneses otthoni használata

BIZTONSÁG

FIGYELEM! A készülék kizárólag a rendeltetésének megfelelően használható, azaz felnőttek általi edzésre. Bármilyen más felhasználás veszélyes lehet. A gyártó nem tehető felelőssé a készülék helytelen használatából eredő károkért.

- A készüléket a biztonság legújabb ismeretei alapján tervezték és építették. A veszélyes elemeket, amelyek potenciálisan sérülésveszélyt jelenthetnek, eltávolították vagy megfelelően rögzítették.
- Szigorúan tilos a javítás és a saját kezű módosítás.
- Havonta egyszer vagy kétszer ellenőrizze a csavarok, csavarok és anyák megfelelő meghúzását.
- A biztonság tartós biztosítása érdekében rendszeresen (azaz évente egyszer) ellenőrizze és karbantartsa a berendezést egy szaküzletben.
- A készülék végzett minden olyan változtatás, amelyet a jelen 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.
- Minden berendezés folyamatos innovációs tevékenység tárgya a magas minőség biztosítása érdekében. Emiatt a gyártó fenntartja a jogot a műszaki változtatások bevezetésére.
- A berendezéssel kapcsolatos kérdéseivel vagy kétségeivel forduljon szakkereskedéshez.

FIGYELEM! A közelben tartózkodó személyeket a berendezés használata közben tájékoztatni kell az esetleges veszélyekről. Különös óvatossággal járjon el gyermekek jelenlétében.

FIGYELEM! A gyakorlatok megkezdése előtt konzultáljon orvosával w celu upewnienia się, czy nie masz żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do prowadzenia treningów na urządzeniu. W oparciu o szakember véleménye alapján kidolgozhatja edzéstervét. A helytelenül megválasztott program vagy a túlzott edzés veszélyes lehet az egészségre és az életére.

FIGYELMEZTETÉS! A pulzuszámoló rendszerek pontatlanok lehetnek. A gyakorlatok során fellépő túlzott fáradtság súlyos sérülésekhez vagy halálhoz vezethet. Ha gyengének érzi magát, azonnal hagyja abba a gyakorlást.

FIGYELEM! Feltétlenül tartsa be a jelen használati utasításban található, az edzés vezetésére vonatkozó megjegyzéseket.

- Az edzés helyének kiválasztásakor vegye figyelembe a lehetséges akadályoktól való biztonságos távolságok biztosítását. Ne helyezze a berendezést a közlekedési útvonalak (utak, kapuk, ájtárók stb.) közelébe.
- Tilos a berendezést a fal közelében használni a faltól. A biztonsági zóna 2000 mm, és legalább olyan széles, mint a berendezés.

FIGYELEM! A berendezés összeszerelése során legyen óvatos, és ne engedje, hogy gyermekek a közelben tartózkodjanak. Az összeszerelés során apró alkatrészeket (anyákat, csavarokat stb.) használhatnak, amelyeket lenyelhetnek.

MARADÉKVESZÉLY

- Abban az esetben, ha az esés elleni védelem nem kerül alkalmazásra, vagy alkalmazásra kerül, de helytelenül, maradékveszély áll fenn, azaz a személy elesése, amely bősérüléseket, zúzódásokat, töréseket vagy a legrosszabb esetben halált okoz.
- Fennáll a maradékveszélye a gyakorló személy véletlen túlterhelésének, amelyet helytelen kezelés vagy helytelen értékelés, valamint helytelen adatátvitel okoz (elektromágneses interferencia, szoftverhiba stb. miatt). A szoftver és a hardver legjobb védelme sem zárja ki a szoftver- vagy hardverhibát, és elméletileg a gyakorló személy túlterhelését okozhatja.
- A termék elektromos berendezés, ezért nem zárható ki az áramütés, amely halálhoz vezethet.
- A maradékfulladás kockázata nem zárható ki.
- A kockázat csökkenthető a következő információk betartásával a használati útmutatóban található biztonsági előírásokról.
- Nem zárható ki, hogy a véletlen vagy nem megengedett használat más, nem figyelembe vett kockázatot okoz, és a figyelembe vett kockázatot helytelenül becsülték fel.

A kockázatelemzés során az értékelés a „berendezés jelenlegi állapota” alapján történt. A termék elvégzett értékelése és ellenőrzése azt mutatja, hogy a megengedhetetlen kockázat bekövetkezésének valószínűsége nagyon alacsony. A berendezés (szerkezete, működése és alkalmazása) normál körülmények között nem okoz indokolatlan kockázatot a gyakorló személy vagy harmadik felek számára.

KEZELÉSI JELZÉSEK A SZÁLLÍTÁSI CSOMAGOLÁSON



Ezzel az oldallal felfelé. Ne fordítsa fel.



Óvja az eséstől.



Újrahasznosítható csomagolás.



Elektromos hulladék. A használt berendezést újrahasznosítási pontra kell vinni.



Óvatosan, törékeny.
Sérülés veszélye. Legyen óvatos.



Óvja a nedvességtől.



Figyelem, nehéz termék.



Tárolja legfeljebb 5 rétegben.



A termék használati utasítást tartalmaz.



DO NOT USE BLADE TO OPEN

Ne nyissa ki késsel.



A csomagolás kartonból és műanyagból készült. Kérjük, a hulladékot a helyi előírásoknak megfelelően válogassa szét.



A csomagolás kartonból és műanyagból készült. Kérjük, a hulladékot a helyi előírásoknak megfelelően válogassa szét.



A csomagolás kartonból készült.



A csomagolás a környezeti felelősség és az újrahasznosítás figyelembevételével készült. Kérjük, a hulladékot a helyi előírásoknak megfelelően válogassa szét.

HASZNÁLAT

A trening megkezdése előtt győződjön meg arról, hogy a berendezés megfelelően van felszerelve.

- Az első edzés megkezdése előtt ismerkedjen meg a berendezés összes funkciójával és beállítási lehetőségével.
- A berendezés olyan alkatrészeket tartalmaz, amelyek ki lehetnek téve korrózióknak. Ezért nem ajánlott, hogy nedves helyiségben maradjon. Ügyeljen arra is, hogy a berendezés (különösen a belső és elektronikus alkatrészei) ne kerüljön érintkezésbe vízzel, italokkal, izzadsággal stb.
- A berendezés kizárólag felnőttek általi edzésre szolgál, és semmiképpen sem gyermekjáték. Ha saját felelősségére megengedi a gyermekeknek a használatát, feltétlenül tájékoztassa őket a helyes használatról, és folyamatosan felügyelje őket.
- A berendezés nem alkalmas terápiás célokra.
- A berendezés működése közben a lendkerék tehetetlen mozgásakor halk zajok léphetnek fel, amelyek a szerkezet típusából adódnak. Ezeknek nincs semmilyen hatása a berendezés működésére.
- A zajkibocsátás terhelés alatt nagyobb, mint terhelés nélkül.
- Minden edzés megkezdése előtt ellenőrizze a biztonsági berendezéseket, valamint a csavaros és dugaszolható csatlakozásokat.
- A berendezésen végzett edzés során ne feledkezzen meg a megfelelő cipőről (sportcipő).

A BERENDEZÉS KARBANTARTÁSA

Rendszeresen végezze el a berendezés karbantartását. Az alábbi műveleteket legalább 20 óránként végezze el.

- Ellenőrizze a berendezés mozgó alkatrészeit. Ha nincsenek megfelelően kenve, használjon kerékpáros csapágszirt.
- Ellenőrizze az olyan elemek állapotát, mint a csavarok és anyák. Ügyeljen arra, hogy megfelelően legyenek meghúzva.
- Minden edzés után törölje le a berendezésről az izzadságot. Ügyeljen arra, hogy a monitor ne érintkezzen vízzel vagy nedvességgel.
- A berendezés tisztításához csak vizet használjon szappannal. Ne használjon tisztítószerket.
- Tárolja a berendezést száraz és meleg helyen.
- Ne tegye ki a berendezést napsugárzásnak.

AKKUMULÁTOR CSERÉJE

A számítógép kijelzőjén lévő alig látható információk vagy azok hiánya az akkumulátor cseréjét jelenti.

Vegye le az akkumulátor fedelét, és cserélje ki a régieket két újra. Helyezze őket

az akkumulátortartóba, ügyelve a "+" és a "-" jelölésekre.

Ha az újraindítás után a kijelző nem működik megfelelően, vegye ki az elemeket néhány percre, majd helyezze vissza.

FIGYELEM! A használt elemekre nem vonatkozik a garancia. Káros anyagokat (például kadmiumot, higanyt vagy ólmot) tartalmaznak, ezért ne dobja őket a háztartási hulladékgyűjtőbe. Vigye őket a használt elemek megfelelő gyűjtőhelyére.

KÖRNYEZETVÉDELME

A berendezést csomagolásban szállítjuk a szállítás közbeni esetleges sérülések elkerülése érdekében. A csomagolások feldolgozatlan nyersanyagok, és újrahasznosíthatók. Ezeket az anyagokat a szelektív gyűjtésre kijelölt megfelelő színű tartályokba dobja.



Óvja a környezetet, és ne dobja a használt elemeket a háztartási szemétkébe. Adja le őket a vásárlás helyén, vagy adja át a másodlagos nyersanyagok elkülönített tárolóhelyén.

A használt elektromos berendezések (beleértve a számlát, a tápegységet) másodlagos nyersanyagok –

ne dobja őket a háztartási hulladékgyűjtőbe, mert az egészségre és a környezetre veszélyes anyagokat tartalmazhatnak. Kérjük, aktívan segítse a takarékos és természeti erőforrásokkal való gazdálkodást és a természeti környezet védelmét azáltal, hogy a használt berendezéseket a másodlagos nyersanyagok – használt elektromos berendezések – tárolóhelyére adja le.

ÖSSZESZERELÉS

A készülék összeszerelését gondosan, felnőtt személy végezze. Ha kétségei vannak, kérjen segítséget valakitől, aki nagyobb tapasztalattal rendelkezik ezen a területen.

- Az összeszerelés megkezdése előtt ellenőrizze, hogy a készlet a készülékkel együtt tartalmazza-e az összes elemet a alkatrészlistáról, valamint hogy valamelyik elem nem sérült-e meg szállítás közben. Ha hiányoznak alkatrészek, vagy kifogása van, lépjen kapcsolatba az eladóval.
- Ismerkedjen meg a rajzokkal és a magyarázatokkal, és az összeszerelést a következőkben található sorrend szerint végezze el összeszerelési útmutatóban.
- Legyen óvatos az összeszerelés során. Használat közben a szerszámok és elemek használata során fennáll a sérülés veszélye.
- Ne feledkezzen meg a biztonságos környezet megőrzéséről. Ne szórja szét rendezetlenül a szerszámokat és az összeszereléshez szükséges elemeket. Ne feledje, hogy a fóliák és a műanyag zacskók fulladásveszélyt jelentenek a gyermekek számára.
- Az adott lépés elvégzéséhez szükséges összeszerelési elemek összeszerelési útmutatóban a rajzokon vannak bemutatva, és magyarázatokban. Használja az az összeszerelési útmutatóban feltüntetett elemeket.
- Az összeszerelés első fázisaiban ne húzza meg teljesen az alkatrészeket. Ezt csak azután tegye meg, miután mindet elhelyezte, és megbizonyosodott arról, hogy megfelelően vannak beillesztve.
- A gyártó fenntartja a jogot, hogy bizonyos elemeket előre összeszereljen.

ÖSSZESZERELÉSI VÁZLAT (→ Lásd a 2.)

FIGYELEM! Tilos a gyártótól eltérő forrásból származó alkatrészek használata.

ALKATRÉSZEK LISTÁJA

SZ.	LEÍRÁS	MENNYISÉG
1	Monitor	1
2	Csavar M5*10	4
3	Kormány	1
5	Támaszték monitorhoz	1
6	Csavar M8*40X20	2
7	Rugós alátét D8	4
8	Hajlított tömítőgyűrű D8*1.5*φ20 R15	2
10	Hegesztett tartókonzol	1
13	Csavar M6*12*S4	6
14	Lapos alátét φ6xφ12x1.5	2
22	Végzőrő Nyak M8*S13	2
23	Ívelt Alátét D8*1.5*φ20 R28	2
24	Hátsó alsó cső	1
26	Csavar M8*60	2
27(B/J)	Pedál	2
28	Dugó	1
29	Szív alakú gomb	1
32	Íves tömítés D6*1.5*φ12	4
33	Lapos alátét D8	3
34	Nyeregcső hegesztése	1

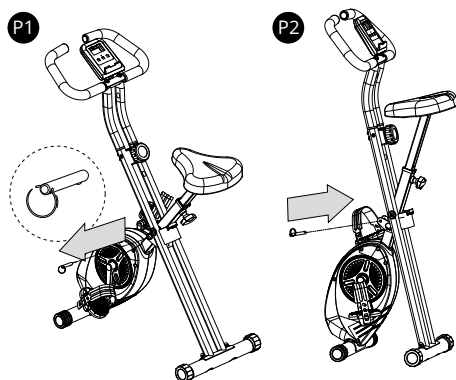
35	Nyereg	1
36	Első alsó cső	1
38	Csavar M8*55	2
57	Nylon Nyom M8	5
A	Kulcs S5	1
B	Villáskulcs S13, 15, 19	1
C	Kulcs S4	1

ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ (→ Lásd a 2)

FIGYELEM! A szerelés során tartsa be az alábbi lépéseket, és használja a termékhez mellékelte szerszámokat.

Készítsen elő megfelelő mennyiségű szabad helyet a készülék összeszereléséhez. Egyes elemek nagy súlya miatt javasolt a szerelést két személynek végeznie.

Használaton kívül először húzza ki a gyűrűs reteszt, ahogy az a P1 ábrán látható; szerelje össze a tartóhegesztést és a fővázat; majd igazítsa egy vonalba a főváz U alakú részének alján lévő lyukakat és a tartóhegesztést, végül helyezze be a gyűrűs reteszt a rögzítéshez, ahogy az a P2 ábrán látható.

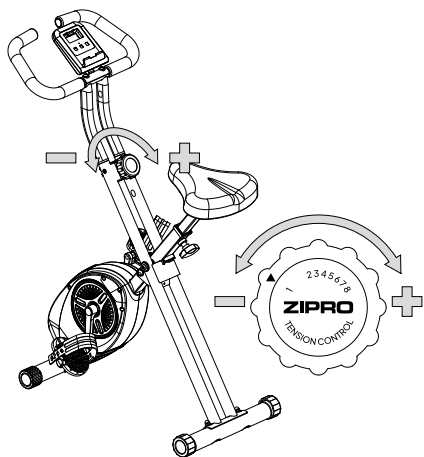


BEÁLLÍTÁSOK

Ellenállás beállítása

Az ellenállás növeléséhez forgassa az ellenállás-szabályozó gombot az óramutató járásával megegyező irányba.

Az ellenállás csökkentéséhez forgassa az ellenállás-szabályozó gombot az óramutató járásával ellentétes irányba.

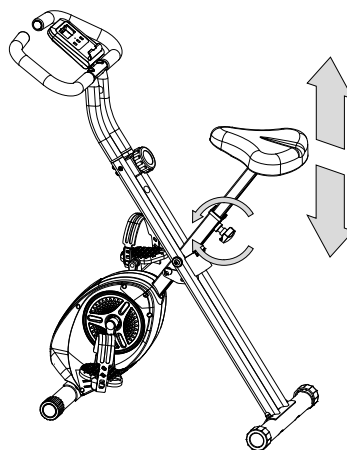


Ülésmagasság

Lazítsa meg az ülés alatti rögzítőgombot, állítsa az ülést a kívánt magasságba, majd húzza meg a gombot. Győződjön meg arról, hogy az ülés stabilan rögzítve van.

A megfelelő ülésmagasság növeli az edzés hatékonyságát és csökkenti a sérülés kockázatát.

Állítsa a pedálokat függőleges helyzetbe (egyik pedál lent, másik fent). Üljön fel a kerékpárra, és helyezze a lábát a pedálokra. Győződjön meg arról, hogy az alsó pedálon lévő lába kényelmesen helyezkedik el. Ha túlságosan be van hajlítva, emelje fel az ülést. Ha nem éri el a pedált, vagy a lába túlságosan ki van nyújtva, engedje le az ülést.

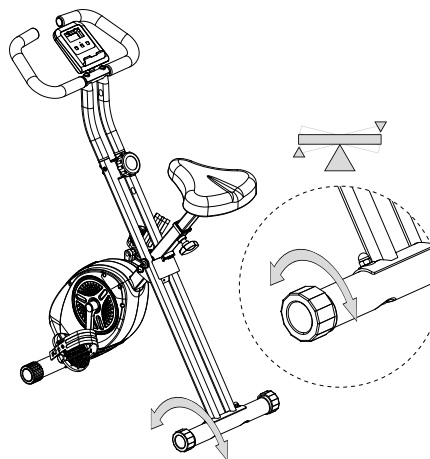


Pedálszíjak beállítása

A pedál belső részére akassza a gumisíjat a három lyukkal ellátott oldallal. A másik végét akassza be az egyik beállító lyukba úgy, hogy a láb mozdulatlan legyen vezetés közben, és könnyen ki lehessen venni. Végezze el ezt a műveletet mindkét pedálnál.

A készülék szintezése

Szintezze a készüléket a hátsó talpon található szintező kupakok elforgatásával. A kupakok sokszög alakúak, mindegyik oldaluk különböző magasságú, keresse meg a megfelelő oldalt, hogy a készülék stabilan álljon.



A COMPUTER HASZNÁLATI UTASÍTÁSA

COMPUTER (MODEL) MRMS06-GRN

Használat előtt távolítsa el a védőfóliát a számítógép képernyőjéről.

AUTO ON/OFF

A számítógép bekapcsol, amikor a lendkereket mozgásba hozzák, vagy bármelyik gombot megnyomják. A számítógép automatikusan kikapcsol 4 perc inaktivitás után.

AZ EGYES GOMBOK LEÍRÁSA

MODE - lehetővé teszi a paraméter kiválasztását.

SET - arrazsolgál, hogy beállítsa a paraméterek értékeit.

RESET - szolgál az idő, a távolság és a kalóriák azonnali visszaállítására.

FUNKCIÓK (SPECIFIKÁCIÓ)

TIME	Számolja az edzés teljes időtartamát a kezdéstől a befejezésig.	00:00-99:59 perc
SPEED	Megjeleníti az aktuális sebességet.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Számolja a teljes távolságot az edzés kezdetétől a befejezéséig.	0,0-9999 km
CALORIES	Számolja az elégetett kalóriák teljes számát az edzés kezdetétől a befejezéséig. (A mérés hozzávetőleges a különböző edzéssorozatok összehasonlításához, nem használható kezelésre).	0,0-9999 kcal

TOTAL DISTANCE (ODO)	Számolja a teljes távolságot az akkumulátor behelyezése óta.	0-9999 km
PULSE	Megjeleníti az aktuális pulzust. FIGYELEM! A pulzuszámolás csak sportolási célokra szolgál (orvosi felhasználás kizárva).	40-240 BPM

ÉRTÉK BEÁLLÍTÁSA A VISSZASZÁMLÁLÁSHOZ

- Nyomja meg a **MODE** gombot, állítsa be a monitoron azt a paramétert, amelynek az értékét el szeretné érni edzés közben: idő, távolság, kalóriák száma, pulzus.
- Nyomja meg többször a **SET** gombot a megfelelő érték beállításához.
A visszaszámlálás a pedálozás megkezdése után indul. A monitoron egy lefelé mutató nyíl jelenik meg.
A visszaszámlálás befejezése vagy a beállított pulzusérték túllépése hangjelzéssel történik.

PULZUSSZÁM

FIGYELEM! A pulzuszámolás csak sportolási célokra szolgál (orvosi alkalmazás kizárt).

- Nyomja meg a **MODE** gombot, amíg a PULSE meg nem jelenik a képernyőn.
Helyezze mindkét kezét a kormányon lévő pulzusérzékelőkre. A mérés során a számítógép egy szív alakú ikont jelenít meg. 3-4 másodperc elteltével a számítógép megjeleníti az aktuális pulzust.

TRENING ÉS GYAKORLATI FÁZISOK

A készülék használata számos előnnyel jár. Mindenekelőtt javítja a kondíciót, erősíti az izmokat, és kombinálva a megfelelő étrenddel segít elégetni a felesleges zsírszövetet.

1. BEEMELEGÍTÉS

Ez az a szakasz, amely javítja a vérkeringést az egész testben, és felkészíti az izmokat a fokozott erőfeszítésre. Csökkenti a kockázatot is a görcsök kialakulásának és a sérüléseknek. Javasolt néhány nyújtó gyakorlatot végezni az alábbiak szerint.
Ha fájdalmat érez, hagyja abba a gyakorlást, vagy csökkentse a mozgástartományt.

A BELSŐ COMBIZMOK NYÚJTÁSA

Üljön le egy sík felületre behajlított lábakkal és kifelé mutató térdekkel. Érintse össze a talpakat, és húzza őket minél közelebb egymáshoz. Finoman nyomja a térdet a talaj felé, és tartsa meg ezt a pozíciót 15 másodpercig.

COMB NYÚJTÁSA

Üljön le egy sík felületre. Nyújtsa ki a jobb lábát, és helyezze a bal láb talpát a jobb combjára. Nyújtsa ki a jobb kezét a jobb láb ujjai felé, amilyen messzire csak lehet. Tartsa meg 15 másodpercig. Ismétlje meg a műveletet a bal lábbal.

FEJFORDÍTÁSOK

Tartsa egyenesen a fejét, és nézzen előre. A vállak mozgatása nélkül fordítsa jobbra, majd egyenesítse ki, majd fordítsa balra, és egyenesítse ki.

KAR EMELESE

Emelje fel a bal karját a lehető legmagasabbra, és tartsa meg néhány másodpercig. Ismétlje meg a műveletet a jobb karral.

ACHILLES-ÍN NYÚJTÁSA

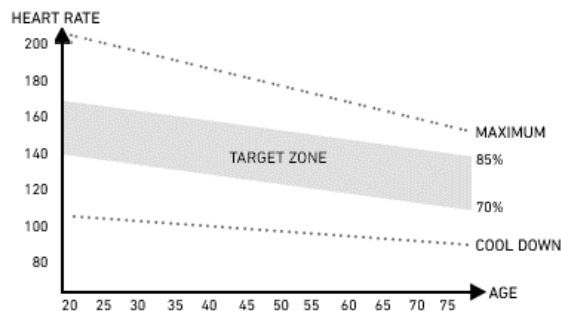
Álljon szemben a fallal, a bal lábát tolja előre, és enyhén hajlítsa be a térdét. A jobbat tartsa hátul – kinyújtva, a sarokkal a talajon laposan. Tartsa mindkét sarkát laposan a talajon, és nyomja a csípőjét a fal felé. Tartsa meg ezt a pozíciót 30 másodpercig. Ismétlje meg a műveletet a kinyújtott jobb lábbal. Ne felejtse el, hogy a gyakorlat során ne görbítse a hátát.

HAJLÁSOK

Álljon összecsört lábakkal. Hajoljon előre, és próbálja mellkasát a lehető legközelebb vinni a térdeihez. Tartsa meg 15 másodpercig. Ne felejtse el, hogy ne hajlítsa be a térdeit.

2. GYAKORLATI FÁZIS

Ez az edzés megfelelő szakasza. Gyakoroljon a saját tempójában úgy, hogy a grafikonon látható életkorának megfelelő pulzusszámot érje el.



3. RELAXÁCIÓS FÁZIS

Ez a fázis lehetővé teszi a keringés megnyugtató és az izmok ellazítását. Ez a bemelegítő gyakorlatok ismétlése. Ne feledje, hogy ne terhelje túl az izmokat.

LEHETSÉGES KÁROK ÉS JAVÍTÁSI TECHNIKÁK

FIGYELEM! A készülék burkolatának felnyitása a gyártó szervizének előzetes értesítése nélkül a garancia elvesztéséhez vezet.

Ha olyan hibára gyanakszik, amely a burkolat felnyitását teszi szükségessé, forduljon a gyártó szervizéhez.

HIBA LEÍRÁSA	LEHETSÉGES OKOK	MEGOLDÁS
A készülék billeg	A készülék egyenetlen felületre lett állítva. A készülék alapja alatt egyensúlyzavart okozó tárgy található.	Állítsa a készüléket egy egyenes felületre. Távolítsa el az egyensúlyzavart okozó tárgyat.
	Az alapok nincsenek megfelelően felszerelve.	Szerelje fel megfelelően a készülék alapjait.
Az ülés vagy a kormány billeg	Az ülésszlop vagy a kormány csavarjai és gombjai nincsenek meghúzva.	Húzza meg az ülésszlop vagy a kormány csavarjait és gombjait.
Zaj a használat során	Helytelenül meghúzott elemek.	Forduljon a gyártó szervizéhez.
	A készülék működése közben a lendkerék tömegének tehetetlenségi mozgása miatt halk zajok léphetnek fel, amelyek a szerkezet típusából adódnak. Ezek nincsenek hatással a berendezés működésére. A pedálok ellenkező irányba forgatásakor hallható potenciális zajok műszakilag meghatározottak, és nem okoznak negatív következményeket.	
Zaj és a működés hiánya	Sérült csapágycsok.	Forduljon a gyártó szervizéhez.
Nem megfelelő ellenállás edzés közben	Helytelenül csatlakoztatott vezeték az ellenállás szabályozásához.	Csatlakoztassa a vezetéket megfelelően a szerelési útmutató szerint.
	Meglazult hajtószíj.	Forduljon a gyártó szervizéhez.
	Megnövekedett a távolság a lendkerék és a mágnesek között.	Forduljon a gyártó szervizéhez.
	A feszültség szabályozó megsérült.	Forduljon a gyártó szervizének ügyfélszolgálatához.

GARANCIA

A Garanciát vállaló fél nevében az eladó 24 hónap garanciát vállal a Lengyel Köztársaság területén a vásárlás napjától számítva. Az eladott termékre vonatkozó garancia nem zárja ki, nem korlátozza és nem függeszti fel a Vevő fogyasztói jogokról szóló törvényből eredő jogait.

A garancialevél az utolsó oldalon található.

GARANCIA FELTÉTELEI

1. A reklamáció és a garancia kizárólag a gyártó hibájából eredő rejtett hibákra vonatkozik.
2. A garanciát az üzlet vagy a szerviz tiszteletben tartja, ha az ügyfél bemutatja:
 - a. a megfelelően kitöltött, olvasható és érvényes garancialevelet az eladás bélyegzőjével és az eladó aláírásával ellátva,
 - b. a berendezés érvényes vásárlási bizonylatát az eladás dátumával,
 - c. a reklamált árut vagy a hibás alkatrészt. Távvásárlás esetén a garancialevél csak a vásárlási bizonylat (nyugta / számla) alapján érvényes.
3. A reklamációt a Vevő általi hibabejelentéstől számított 14 napon belül bírálják el.
4. A jótállási időszakban feltárt gyártási hibákat és sérüléseket ingyenesen kijavítják, legfeljebb 21 napon belül attól a naptól számítva, amikor az árut az üzletbe vagy a szervizbe szállították.
5. Ha alkatrészt kell importálni, a jótállási javítási időszak meghosszabbodhat az importáláshoz szükséges idővel, de legfeljebb 40 nappal.
6. A garancia nem vonatkozik a következőkre:
 - a. mechanikai sérülések és az azok által okozott hibák,
 - b. a nem rendeltetésszerű használatból és tárolásból, a helytelen összeszerelésből és karbantartásból eredő sérülések és hibák,
 - c. a kopó alkatrészek károsodása és elhasználódása, mint például: huzalok, szíjak, gumielemekek, pedálok, szivacsfogantyúk, kerekek, csapágyak, kárpit.
 - d. a szereléssel, karbantartással kapcsolatos tevékenységek, amelyeket a felhasználó a használati utasítás szerint köteles saját hatáskörben elvégezni.
7. A jótállás a következő esetekben nem érvényes:
 - a. a jótállási idő lejártá,
 - b. ha az ügyfél saját maga végez javításokat és módosításokat nem eredeti alkatrészek felhasználásával,
 - c. ha a hiba helytelen telepítésből vagy a használati útmutatóban leírt helyes használati elvek be nem tartásából ered,
 - d. a termék nem háztartási használata,
 - e. szállítás közben keletkezett sérülések.
8. A jótállási jegy másodlatát nem állítjuk ki.
9. A jótállás keretében az ügyfél a következő ingyenes jogorvoslatokra jogosult:
 - a. a termék javítása,
 - b. a termék cseréje,
 - c. árleszállítás,
 - d. a szerződés felbontása és a felmerült költségek teljes visszatérítése.
10. A reklamáció bejelentéséhez szükséges:
 - a. Bemutatni a terméket vagy annak a részét, amelyre a garancia vonatkozik.
 - b. A vásárlást igazoló bizonylat, amely tartalmazza az eladó nevét és címét, a vásárlás dátumát és helyét, a termék típusát vagy érvényes jótállási jegyet az üzlet bélyegzőjével.
 - c. Piszkos termék szállítása esetén a szerviz megtagadhatja a termék átvételét, vagy az ügyfél költségére, annak írásbeli beleegyezésével elvégezheti a tisztítást.
11. A reklamáció pozitív elbírálása esetén a berendezést megjavítják vagy újra cserélik, vagy az ügyfél pénzét visszatérítik. A termék ügyfélhez történő szállításának költségeit a gyártó szervize fedezi.
12. A garanciális igény elutasítása esetén az ügyfél részletes indoklást kap a meghozott döntésről, és a döntés közlésétől számított 14 napon belül a berendezést az ügyfél költségére visszaküldik.

ВГ Ръководство за употреба

Уважаеми потребителю,
Запознайте се със следната инструкция преди да започнете монтажа и първата употреба на уреда. Тази инструкция съдържа важна информация относно безопасността на употреба и поддръжката на оборудването. Запазете я, за да можете да използвате информацията относно поддръжката или да поръчате резервни части.

ТЕХНИЧЕСКИ ДАННИ

Захранване	Компютърът се захранва от батерии 2×AAA Carbon Zinc. Не са включени.
Тегло	14,4 kg
Температура на употреба	0°C до +40°C
Температура на съхранение	-10°C до +60°C
Максимално тегло на потребителя	120 kg
Клас на приложение	Клас H
Клас на точност	Клас C
Скорост	0,0-99,9 km/h
Стандарт на продукта (основен)	EN ISO 20957-5:2028
Предназначение	Велосипед магнитен за домашна употреба

БЕЗОПАСНОСТ

ВНИМАНИЕ! Устройството може да се използва само по предназначение, т.е. за тренировки от възрастни. Всяка друга употреба на устройството може да бъде опасна. Производителят не носи отговорност за щети, причинени от неправилна употреба на устройството.

- Устройството е проектирано и конструирано въз основа на най-новите познания в областта на безопасността. Опасните елементи, които потенциално могат да представляват риск от нараняване, са елиминирани или относително обезопасени.

- Не се допускат ремонти и промени на своя отговорност.
- Веднъж на един или два месеца проверявайте правилното затягане на винтовете, болтовете и гайките.
- За да се осигури трайна безопасност, редовно (т.е. веднъж годишно) проверявайте и поддържайте оборудването в специализиран търговски обект.
- Всички промени по устройството, които не са описани в тази инструкция, могат да причинят повреди или пряко да застрашат здравето и живота на трениращия. Промени по устройството могат да бъдат извършвани само от сервизни служители на производителя или лица, обучени от тях в тази област.
- Всички устройства подлежат на постоянни иновативни дейности, за да се гарантира високо качество. Поради тази причина производителят си запазва правото да прави технически промени.
- Всички въпроси или съмнения, свързани с оборудването, трябва да бъдат насочвани към специализиран търговски обект.

ВНИМАНИЕ! Лицата, намиращи се в близост по време на употреба на оборудването, трябва да бъдат предупредени за възможни опасности. Бъдете особено внимателни в присъствието на деца.

ВНИМАНИЕ! Преди да започнете упражнения, консултирайте се с лекар за да се уверите, че нямате здравословни противопоказания за тренировки на устройството. Въз основа на мнението на специалист, можете да разработите своя тренировъчен план. Неправилно подбрана програма или прекомерните упражнения могат да бъдат опасни за вашето здраве и живот.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! Системите за мониторинг на сърдечната честота може да са неточни. Преумората по време на тренировка може да доведе до сериозни наранявания или смърт. Ако се чувствате слаби, незабавно спрете да тренирате.

ВНИМАНИЕ! Задължително спазвайте забележките относно провеждането на тренировката, съдържащи се в тази инструкция.

- Когато избирате място за тренировка, осигурете си безопасни разстояния от възможни препятствия. Не

поставяйте оборудването в близост до комуникационни пътища (пътища, порти, проходи и др.).

- Забранено е използването на оборудването в близост до стена. Зоната на безопасност е 2000 mm и поне толкова широка, колкото устройството.

ВНИМАНИЕ! По време на монтажа на устройството бъдете внимателни и не позволявайте на деца да бъдат наблизо. По време на монтажа се използват малки части (гайки, винтове и др.), които могат да бъдат поглънати от тях.

ОСТАТЪЧЕН РИСК

- В случай че защитата от падане не е приложена или е приложена, но неправилно, съществува остатъчен риск, т.е. падане на човек, причиняващо ожулвания, синини, фрактури или, в най-лошия случай, смърт.
- Съществува остатъчен риск от непреднамерено претоварване на трениращия, причинено от неправилна работа или неправилна оценка, както и неправилно предаване на данни (поради електромагнитни смущения, софтуерна грешка и др.).
Дори най-добрата защита на софтуера и хардуера не изключва грешка в софтуера или хардуера и теоретично може да причини претоварване на трениращия.
- Продуктът е електрическо устройство, поради което не може да се изключи токов удар, който може да доведе до смърт.
- Не може да се изключи остатъчен риск от задушаване.
- Рискът може да бъде намален чрез спазване на информацията за безопасност, съдържаща се в ръководството за експлоатация.
- Не може да се изключи, че непреднамерена или неразрешена употреба ще доведе до други, невключени рискове, а включеният риск е оценен неправилно.

В анализа на риска оценката е направена въз основа на „текущото състояние на устройството“. От извършената оценка и контрол на продукта следва, че вероятността от възникване на недопустим риск е много ниска. Устройството (неговата конструкция, начин на работа и приложение) не представлява - при нормални условия - неоправдан риск за трениращия или трети лица.

МАНИПУЛАЦИОННИ ЗНАЦИ ВЪРХУ ТРАНСПОРТНИ ОПАКОВКИ

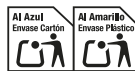
	С тази страна нагоре. Да не се обръща.
	Да се пази от падане.
	Опаковка, подходяща за рециклиране.
	Електрически отпадъци. Необходимо е предаване на използваното оборудване в пункт за рециклиране.
	Внимание, чупливо. Възможност за повреда. Бъдете внимателни.
	Да се пази от влага.
	Внимание, тежък продукт.
	Съхранявайте максимум в 5 слоя.
	Продуктът съдържа инструкция за експлоатация.

DO NOT USE BLADE TO OPEN

Не отваряйте с нож.



Опаковката е направена от картон и пластмаса. Моля, сортирайте отпадъците в съответствие с местните правила.



Опаковката е направена от картон и пластмаса. Моля, сортирайте отпадъците в съответствие с местните правила.



Опаковката е изработена от картон.



Опаковката е произведена с оглед отговорността към околната среда и рециклирането. Моля, сортирайте отпадъците в съответствие с местните правила.

ОБСЛУЖВАНЕ

Преди да започнете тренировка, уверете се, че уредът е монтиран правилно.

- Преди да започнете първата си тренировка, прочетете всички функции и възможности за регулиране на уреда.
- Уредът има елементи, които могат да бъдат изложени на корозия. Поради тази причина не се препоръчва да остава в влажно помещение. Също така трябва да се внимава, оборудването (особено неговите вътрешни и електронни компоненти) да не е изложено на контакт с вода, напитки, пот и др.
- Уредът е предназначен само за тренировки от възрастни и абсолютно не е играчка за деца. Ако на своя отговорност позволите на деца да го използват, непременно ги инструктирайте за правилната употреба и ги наблюдавайте постоянно.
- Оборудването не е подходящо за терапевтични цели.
- По време на работа на уреда може да има тихи шумове при инерционното движение на маховика, които са резултат от вида на конструкцията. Те нямат никакво влияние върху работата на уреда.
- Емисията на шум при натоварване е по-висока, отколкото без натоварване.
- Преди да започнете всяка тренировка, проверете правилното функциониране на защитите и винтовете и щепселните връзки.
- По време на тренировка на уреда не забравяйте да носите подходящи обувки (спортни обувки).

ПОДДРЪЖКА НА ОБОРУДВАНЕТО

Редовно извършвайте поддръжка на уреда. Извършвайте следните дейности не по-рядко от всеки 20 часа работа.

- Проверявайте движещите се части на уреда. Ако не са достатъчно смазани, използвайте грес за велосипедни лагери.
- Проверявайте състоянието на елементи като винтове и гайки. Уверете се, че са добре затегнати.
- След всяка тренировка избърсвайте потта от уреда. Обърнете внимание: мониторът да не влиза в контакт с вода или влага.
- За почистване на уреда използвайте само вода със сапун. Не използвайте почистващи препарати.
- Съхранявайте уреда на сухо и топло място.
- Не излагайте уреда на пряка слънчева светлина.

СМЯНА НА БАТЕРИИТЕ

Слабо видимата информация на дисплея на компютъра или липсата на такава означава, че е необходимо да смените батериите.

Свалете капака на батериите и сменете старите с две нови. Поставайки ги

в отделието за батерии спазвайте маркировките „+“ и „-“.

Ако след рестартиране дисплеят не работи правилно, извадете батериите за няколко минути и след това ги поставете отново.

ВНИМАНИЕ! Използваните батерии не подлежат на гаранция. Те съдържат вредни вещества (като кадмий, живак или олово), така че не ги изхвърляйте в контейнера за битови отпадъци. Занесете ги в подходящ пункт за използвани батерии.

ОКОЛНА СРЕДА

Уредът се доставя опакован, за да се предпази от евентуални повреди по време на транспортиране. Опаковките са необработени суровини и могат да бъдат рециклирани. Изхвърляйте тези материали в подходящите цветни контейнери, предназначени за разделно събиране.



Защитете околната среда и не изхвърляйте използваните батерии в контейнера за битови отпадъци. Върнете ги на мястото на покупката или ги предайте в отделен пункт за съхранение на вторични суровини.

Използваното електрическо оборудване (включително брояч, захранващ блок) е вторична суровина – не

го изхвърляйте в контейнерите за битови отпадъци, тъй като може да съдържа вещества, опасни за здравето и околната среда. Молим за активна помощ в икономичното управление на природните ресурси и опазване на околната среда чрез предаване на използвания уред в пункт за съхранение на вторични суровини – използвано електрическо оборудване.

МОНТАЖ

Монтажът на устройството трябва да бъде извършен внимателно от възрастен. В случай на съмнения, помолете за помощ някого с повече опит в тази област.

- Преди да започнете монтажа, се уверете, че комплектът с устройството съдържа всички елементи от списъка с части и дали някои елементи не са били повредени по време на транспортирането. В случай на липсващи елементи или резерви, свържете се с продавача.
- Запознайте се с чертежите и обясненията и извършете монтажа в съответствие с реда, съдържащ се в инструкциите за монтаж.
- Бъдете внимателни по време на монтажа. По време на използването на инструменти и елементи има риск от нараняване.
- Не забравяйте да поддържате безопасна среда. Не разпределяйте хаотично инструменти и монтажни елементи. Не забравяйте, че фолиата и пластмасовите торби представляват риск от задушаване за деца.
- Монтажните елементи, необходими за изпълнение на дадена стъпка от инструкциите за монтаж са представени на чертежите и обясненията. Използвайте елементите, посочени в инструкциите за монтаж.
- В първите фази на монтажа не затягвайте частите до упор. Направете това, след като поставите всички и се уверите, че са правилно поставени.
- Производителят си запазва правото да извърши предварителен монтаж на някои елементи.

МОНТАЖНА СХЕМА (→ Вижте страница 2)

ВНИМАНИЕ! Забранява се използването на части, произхождащи от други източници, освен от производителя.

СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ

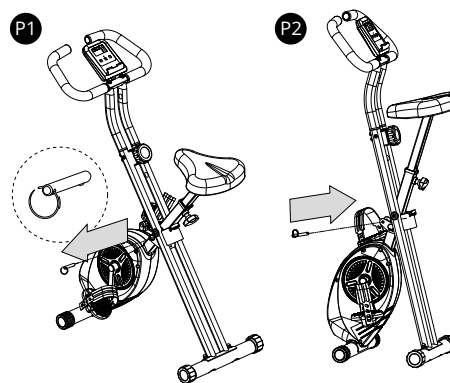
№	ОПИСАНИЕ	КОЛИЧЕСТВО
1	Монитор	1
2	Винт M5*10	4
3	Кормило	1
5	Вопора на плочата на монитора	1
6	Винт M8×40X20	2
7	Пружинна шайба D8	4
8	Извита уплътнителна шайба D8×1.5×ф20 R15	2
10	Заварена скоба за дръжка	1
13	Винт M6×12*54	6
14	Плоска шайба ф6х12х1.5	2
22	Заглушка Гайка M8*S13	2
23	Извита Шайба D8×1.5×ф20 R28	2
24	Задна долна тръба	1
26	Винта M8*60	2
27(L/R)	Педал	2
28	Щепсел	1
29	Кръгла дръжка във формата на сърце	1
32	Дъгообразно уплътнение D6×1.5×ф12	4
33	Плоска шайба D8	3
34	Заваряване на тръбата на седалката	1
35	Седалка	1
36	Предна долна тръба	1
38	Винт M8*55	2
57	Найлонова Найлонова гайка M8	5
A	Ключ S5	1
B	Гаечен ключ S13, 15, 19	1
C	Ключ S4	1

ИНСТРУКЦИЯ ЗА МОНТАЖ (→ Вижте страница 2)

ВНИМАНИЕ! По време на монтажа следвайте стъпките по-долу и използвайте инструментите, включени в продукта. Осигурете достатъчно свободно пространство за сглобяване на устройството. Поради голямото тегло на някои елементи се препоръчва сглобяване от двама души.

Когато не се използва, първо издърпайте щифта на пръстена, както е показано на фигура P1; сгънете заварката на скобата и основната рамка; след това подравнете отворите на дъното на U-

образната част на основната рамка и заварката на скобата и накрая поставете щифта на пръстена, за да го фиксирате, както е показано на фигура P2.

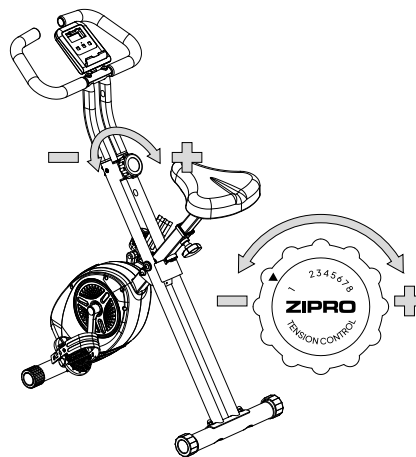


РЕГУЛИРАНЕ

Регулиране на съпротивлението

За да увеличите съпротивлението, завъртете копчето за регулиране на съпротивлението по посока на часовниковата стрелка.

За да намалите съпротивлението, завъртете копчето за регулиране на напрежението обратно на часовниковата стрелка.

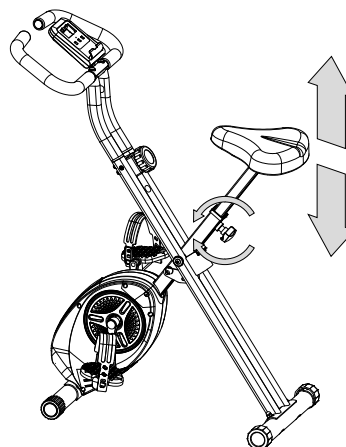


Височина на седалката

Разхлабете копчето на конзолата на седалката, настройте седалката на желаната височина и затегнете копчето. Уверете се, че седалката е неподвижна.

Правилната височина на седалката повишава ефективността на упражненията и намалява риска от нараняване.

Поставете педалите във вертикално положение (един педал отдолу, другият отгоре). Качете се на велосипеда и поставете краката си на педалите. Уверете се, че кракът, поставен на долния педал, е разположен удобно. Ако е прекалено свит, повдигнете седалката. Ако не можете да достигнете педала или кракът ви е преразтегнат, спуснете седалката.



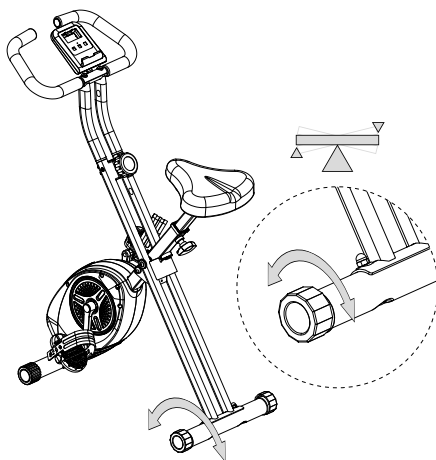
Регулиране на лентите на педалите

Към вътрешната част на педала, закачете гумената лента от страната с трите отвора. Закачете другия край в един от отворите

за регулиране, така че кракът да е неподвижен по време на каране и да може лесно да се извади. Извършете тази операция и за двата педала.

Нивелиране на уреда

Нивелирайте уреда, като завъртите нивелиращите подложки, разположени на задната основа. Подложките са във формата на многоъгълник, всяка страна има различна височина, намерете правилната страна, така че уредът да стои стабилно.



ИНСТРУКЦИЯ ЗА ЕКСПЛУАТАЦИЯ НА КОМПЮТЪРА КОМПЮТЪР (МОДЕЛ) MRMS06-GRN

Преди употреба, моля, отстранете защитното фолио от екрана на компютъра.

AUTO ON/OFF

Компютърът ще се включи, когато маховикът бъде приведен в движение или бъде натиснат произволен бутон. Компютърът ще се изключи автоматично след 4 минути бездействие.

ОПИСАНИЕ НА ОТДЕЛНИТЕ БУТОНИ

MODE - позволява избор на параметър.

SET - служи за настройка на стойностите на параметрите.

RESET - служи за незабавно нулиране на времето, разстоянието и калориите.

ФУНКЦИИ (СПЕЦИФИКАЦИЯ)

TIME	Изчислява общото време на упражненията от началото до края им.	00:00-99:59 мин
SPEED	Показва текущата скорост.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Изчислява общото разстояние от началото до края на упражненията.	0,0-9999 km
CALORIES	Изчислява общия брой изгорени калории от началото до края на упражненията. (Измерването е приблизително за сравняване на различни тренировки, не може да се използва за лечение).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Изчислява общото разстояние от инсталирането на батерията.	0-9999 km
PULSE	Показва текущия пулс. ВНИМАНИЕ! Измерването на пулса е само за спортни цели (изключва се медицинска употреба).	40-240 BPM

НАСТРОЙВАНЕ НА СТОЙНОСТИ ЗА ОТБОРЯВАНЕ

- Натискайки **MODE** настройте на монитора параметъра, чиято стойност искате да постигнете по време на тренировка: време, разстояние, количество калории, пулс.
 - Многократно натискане на бутона **SET**, задайте съответната стойност.
- Отбояването ще започне след започване на въртенето на педалите. На монитора ще се покаже стрелка надолу. Край на отбояването или превишаване на зададената стойност на пулса се сигнализира със звук.

PULSE RATE

ВНИМАНИЕ! Измерването на пулса е само за спортни цели (медицинската употреба е изключена).

- Натиснете бутона **MODE** докато на екрана не се покаже PULSE.
- Поставете двете си ръце върху сензорите за пулс на кормилото. По време на измерването компютърът ще покаже икона във формата на сърце.
- След 3 до 4 секунди компютърът ще покаже текущия пулс.

ТРЕНИНГ И ФАЗИ НА УПРАЖНЕНИЯ

Използването на устройството ще ви донесе много ползи. Преди всичко ще подобри физическото ви състояние, ще укрепите мускулите ви и в комбинация с подходяща диета ще ви позволи да изгорите ненужните мазнини.

1. ЗАГРЯВКА

Това е фаза, която подобрява кръвообращението в цялото тяло и подготвя мускулите за повишено натоварване. Също така намалява риска от появата на крампи и наранявания. Препоръчително е да направите няколко упражнения за разтягане, както е показано по-долу. Ако почувствате болка, спрете да тренирате или намалете обхвата на движение.

РАЗТЯГАНЕ НА ВЪТРЕШНИТЕ МУСКУЛИ НА БЕДРАТА

Седнете на равна повърхност със свити крака и колене, насочени навън. Съберете стъпалата си и ги приближете възможно най-близо едно до друго. Внимателно натиснете коленете, насочвайки ги към земята, и задръжте в това положение за 15 секунди.

РАЗТЯГАНЕ НА БЕДРАТА

Седнете на равна повърхност. Изправете десния крак и поставете стъпалото на левия крак върху дясното бедро. Протегнете дясната ръка към пръстите на десния крак колкото е възможно по-далеч. Задръжте за 15 секунди. Повторете с левия крак.

ЗАВЪРТАНИЯ НА ГЛАВАТА

Дръжте главата си изправена, гледайки напред. Без да движите раменете си, завъртете я надясно и изправете, след това завъртете наляво и изправете.

ПОВДИГАНЕ НА РАМЕНЕТЕ

Повдигнете лявата си ръка възможно най-високо и задръжте за няколко секунди. Повторете с дясната ръка.

РАЗТЯГАНЕ НА АХИЛЕСОВИТЕ СУХОЖИЛИЯ

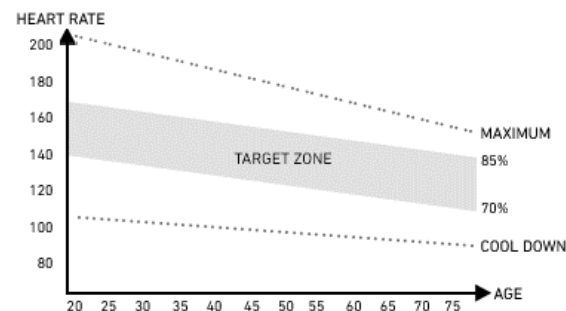
Застанете с лице към стената, изнесете левия крак напред и леко го свийте в коляното. Дръжте десния крак отзад - изправен, с пета, поставена плоско на земята. Дръжте двете пети плоски на земята и притискайте бедрата към стената. Задръжте тази позиция за 30 секунди. Повторете с изнесения десен крак. Не забравяйте да не извивате гърба си по време на упражнението.

НАВЕЖДАНЯ

Застанете със събрани крака. Наведете се напред, опитвайки се да приближите гърдите си възможно най-близо до коленете. Задръжте за 15 секунди. Не забравяйте да не свивате коленете.

2. ФАЗА НА УПРАЖНЕНИЯ

Това е правилната фаза на тренировка. Тренирайте със собствено темпо, за да постигнете подходящ пулс за вашата възраст, както е показано на графиката.



3. ФАЗА НА ОТПУСКАНЕ

Тази фаза ви позволява да успокоите кръвообращението и да отпуснете мускулите. Това е повторение на упражненията за

загриване. Трябва да се помни, че да не пренатоварвате мускулите си.

ВЪЗМОЖНИ ПОВРЕДИ И ТЕХНИКИ ЗА РЕМОТ

ВНИМАНИЕ! Отварянето на корпуса на устройството без предварително да се свържете със сервиза на производителя води до загуба на гаранцията. В случай на съмнение за възникване на повреда, изискваща отваряне на корпуса, се свържете със сервиза на производителя.

ОПИСАНИЕ НА ГРЕШКАТА	ВЪЗМОЖНИ ПРИЧИНИ	РЕШЕНИЕ
Устройството се клати	Устройството е поставено на неравна повърхност. Под основата на устройството има предмет, нарушаващ равновесието.	Поставете устройството на равна повърхност. Отстранете предмета, нарушаващ равновесието.
	Основите не са монтирани правилно.	Монтирайте правилно основите на устройството.
Седалката или кормилото се клатят	Винтовете и копчетата на колчето на седалката или кормилото не са затегнати.	Затегнете винтовете и копчето на колчето на седалката или кормилото.
Шум по време на употреба	Неправилно затегнати елементи.	Свържете се със сервиза на производителя.
	По време на работа на устройството могат да се появят тихи шумове при инерционното движение на маховика, които се дължат на вида на конструкцията. Те не оказват никакво влияние върху работата на оборудването. Потенциалните шумове, които се чуват при въртене на педалите в обратна посока, са технически обусловени и не причиняват никакви отрицателни последици.	
Шум и липса на плавност на работа	Повредени лагери.	Свържете се със сервиза на производителя.
Липса на подходяща съпротива по време на тренировка	Неправилно свързан кабел за регулиране на съпротивлението.	Свържете кабела правилно в съответствие с инструкцията за монтаж.
	Разхлабен задвижващ ремък.	Свържете се със сервиза на производителя.
	Увеличи се разстоянието между маховика и магнитите.	Свържете се със сервиза на производителя.
	Регулаторът на напрежението е повреден.	Свържете се с отдела за обслужване на клиенти на производителя.

ГАРАНЦИЯ

Продавачът от името на Гаранта предоставя гаранция на територията на Република България за период от 24 месеца от датата на продажба. Гаранцията за продадената стока не изключва, не ограничава или не спира правата на Купувача, произтичащи от Закона за защита на потребителите.

Гаранционната карта се намира на последната страница.

ГАРАНЦИОННИ УСЛОВИЯ

- Рекламации и гаранции подлежат само скрити дефекти, възникнали по вина на производителя.
- Гаранцията ще бъде уважена от магазина или сервиза след представяне от страна на клиента на:
 - валидна, четливо и правилно попълнена гаранционна карта с печат за продажба и подпис на продавача,
 - валиден документ за покупка на оборудването с дата на продажба,
 - рекламираната стока или дефектната част.
 В случай на покупка от разстояние, гаранционната карта е валидна само въз основа на документ за покупка (касова бележка / фактура).
- Рекламацията ще бъде разгледана в срок до 14 дни от момента на съобщаване на дефекта от Клиента.
- Фабричните дефекти и повреди, установени през гаранционния период, ще бъдат отстранени безплатно в срок не по-дълъг от 21 дни от датата на доставяне на стоката в магазина или сервиза.
- В случай на необходимост от внасяне на части от внос, срокът за извършване на гаранционния ремонт може да се удължи с времето, необходимо за доставката им, но не повече от 40 дни.
- Гаранцията не покрива:
 - механични повреди и дефекти, причинени от тях,
 - повреди и дефекти, причинени от неправилна употреба и съхранение, неправилен монтаж и поддръжка,
 - повреди и износване на консумативи като: въжета, ремъци, гумени елементи, педали, дръжки от гъба, колела, лагери, тапицерия.
 - дейности, свързани с монтаж, поддръжка, които съгласно инструкцията за експлоатация потребителят е длъжен да извърши сам.
- Гаранцията не се прилага в следните случаи:
 - изтичане на срока на валидност,
 - извършване на самостоятелни ремонти и модификации от клиента с използване на неоригинални части,
 - когато дефектът е възникнал в резултат на неправилен монтаж или поради неспазване на правилата за правилна експлоатация, описани в инструкцията за експлоатация,
 - използване, различно от домашно използване,
 - повреди, възникнали при транспортиране.
- Не се издават дубликати на гаранционната карта.
- В рамките на гаранцията клиентът има право да поиска следните видове безплатни обезщетения:
 - ремонт на продукта,
 - замяна на продукта,
 - намаляване на цената,
 - разваляне на договора и пълно възстановяване на понесените разходи.
- За да подадете рекламация, трябва:
 - Да представите продукта или частта му, за която се отнася гаранцията.
 - Документ за покупка, определящ името и адреса на продавача, датата и мястото на покупката, вида на продукта или валидна гаранционна карта с печат на магазина.
 - В случай на доставка на мръсен продукт, сервизът може да откаже приемането му или да го почисти за сметка на клиента с неговото писмено съгласие.
- В случай на положително разглеждане на рекламацията, оборудването ще бъде поправено или заменено с ново, или на клиента ще бъдат възстановени парите. Разходите за транспортиране на стоката до клиента се покриват от сервиза на производителя.
- В случай на отхвърляне на гаранционната рекламация, клиентът ще получи подробно обяснение на взетото решение и в срок до 14 дни от момента на предаване на решението, оборудването ще бъде изпратено обратно на клиента за негова сметка.

FR Manuel d'utilisation

Utilisateur,
Veuillez lire attentivement les instructions suivantes avant de commencer le montage et la première utilisation de l'appareil. Ce manuel contient des informations importantes concernant la sécurité d'utilisation et l'entretien de l'équipement. Conservez-le pour pouvoir consulter les informations relatives à l'entretien ou à la commande de pièces de rechange.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Alimentation	L'ordinateur est alimenté par des piles 2×AAA Carbon Zinc. Non inclus.
Poids	14,4 kg
Température d'utilisation	0°C à +40°C
Température de stockage	-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 du produit (principale)	EN ISO 20957-5:2028
Destination	Vélo magnétique à usage domestique

SÉCURITÉ

ATTENTION ! L'appareil ne peut être utilisé que conformément à sa destination, c'est-à-dire pour l'entraînement par des adultes. Toute autre utilisation de l'appareil 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 éléments dangereux qui pourraient potentiellement constituer un risque de blessure ont été éliminés ou relativement sécurisés.
- Les réparations et modifications non autorisées sont interdites.
- Une fois tous les un ou deux mois, vérifiez que les vis, boulons et écrous sont correctement serrés.
- Afin d'assurer une sécurité durable, vérifiez et entretenez régulièrement (c'est-à-dire une fois par an) l'équipement dans un établissement commercial spécialisé.
- Toute modification de l'appareil non décrite dans le présent manuel peut entraîner des dommages ou représenter un danger direct pour la santé et la vie de l'utilisateur. Les modifications de l'appareil ne doivent être effectuées que par le personnel du service après-vente du fabricant ou par des personnes formées à cet effet.
- Tous les appareils sont soumis à des activités d'innovation constantes afin de garantir une haute qualité. Pour cette raison, le fabricant se réserve le droit d'apporter des modifications techniques.
- Pour toute question ou doute concernant l'équipement, veuillez vous adresser à un point de vente spécialisé.

ATTENTION ! Les personnes se trouvant à proximité pendant l'utilisation de l'appareil doivent être informées des dangers potentiels. Soyez particulièrement prudent en présence d'enfants.

ATTENTION ! Avant de commencer les exercices, consultez un médecin afin de vous assurer que vous n'avez aucune contre-indication médicale à l'entraînement sur l'appareil. Sur la base de l'avis d'un spécialiste, vous pouvez élaborer votre plan d'entraînement. Un programme mal adapté ou des exercices excessifs peuvent être dangereux pour votre santé et votre vie.

AVERTISSEMENT ! Les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être inexacts. La fatigue excessive pendant l'exercice peut entraîner des blessures graves ou la mort. Si vous vous sentez faible, arrêtez immédiatement de faire de l'exercice.

ATTENTION ! Respectez impérativement les remarques concernant la réalisation de l'entraînement contenues dans ce manuel.

- Lors du choix d'un lieu pour l'entraînement, veillez à maintenir des distances de sécurité par rapport aux obstacles possibles. Ne placez pas l'équipement à proximité des voies de communication (routes, portails, passages, etc.).
- Il est interdit d'utiliser l'équipement à proximité d'un mur. La zone de sécurité est de 2000 mm et au moins aussi large que l'appareil.

ATTENTION ! Lors de l'assemblage de l'appareil, soyez prudent et ne laissez pas les enfants s'approcher. De petites pièces (écrous, vis, etc.) sont utilisées pendant l'assemblage et peuvent être avalées.

RISQUE RÉSIDUEL

- Dans le cas où la protection contre les chutes n'est pas utilisée ou est utilisée de manière incorrecte, il existe un risque résiduel, c'est-à-dire la 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 l'utilisateur due à une manipulation incorrecte ou à une évaluation incorrecte, ainsi qu'à 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 entraîner une surcharge de l'utilisateur.
- Le produit est un appareil électrique, il est donc impossible d'exclure le risque de choc électrique, qui peut entraîner la mort.
- Il est impossible d'exclure le risque résiduel d'étouffement.
- Le risque peut être limité en suivant les informations de sécurité contenues dans le manuel d'utilisation.
- Il est impossible d'exclure qu'une utilisation involontaire ou non autorisée entraîne d'autres risques non pris en compte, et que les risques pris en compte ont été mal évalués.

Dans l'analyse des risques, l'évaluation a été effectuée sur la base de "l'état actuel de l'appareil". L'évaluation et le contrôle du produit ont révélé que la probabilité qu'un risque inacceptable se produise est très faible. L'appareil (sa construction, son fonctionnement et son application) ne présente pas - dans des conditions normales - de risque injustifié pour l'utilisateur ou les tiers.

SYMBOLES DE MANUTENTION SUR LES EMBALLAGES DE TRANSPORT



Ce côté vers le haut. Ne pas renverser.



Protéger de la chute.



Emballage recyclable.



Déchets électriques et électroniques. Il est nécessaire de rapporter les équipements usagés à un point de recyclage.



Attention, fragile. Possibilité de dommages. Soyez prudent.



Protéger de l'humidité.



Attention, produit lourd.



Stocker au maximum en 5 couches.



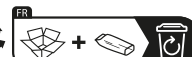
Le produit contient un manuel d'instructions.



DO NOT USE BLADE TO OPEN



Ne pas ouvrir avec un couteau.



Points de collecte sur www.quefairedesdechets.fr

Emballage en carton et en plastique. Veuillez trier les déchets conformément aux réglementations locales.



Emballage en carton et en plastique. Veuillez trier les déchets conformément aux réglementations locales.



Emballage en carton.



L'emballage a été fabriqué dans le respect de l'environnement et du recyclage. Veuillez trier les déchets conformément aux réglementations locales.

UTILISATION

Avant de commencer l'entraînement, assurez-vous que l'appareil a été correctement installé.

- Avant de commencer votre premier entraînement, familiarisez-vous avec toutes les fonctions et possibilités de réglage de l'appareil.
- L'appareil contient des éléments susceptibles d'être exposés à la corrosion. Pour cette raison, il n'est pas recommandé de le laisser dans une pièce humide. Il faut également veiller à ce que l'équipement (en particulier ses éléments internes et électroniques) ne soit pas exposé au contact de l'eau, des boissons, de la transpiration, etc.
- L'appareil est destiné uniquement à l'entraînement des adultes et n'est absolument pas un jouet pour enfants. Si vous autorisez des enfants à l'utiliser sous votre propre responsabilité, instruisez-les impérativement sur son utilisation correcte et surveillez-les en permanence.
- L'équipement n'est pas adapté à des fins thérapeutiques.
- Pendant le fonctionnement de l'appareil, de faibles bruits peuvent se produire lors du mouvement inertiel de la masse d'inertie, en raison du type de construction. Ils n'ont aucune influence sur le fonctionnement de l'équipement.
- L'émission de bruit pendant la charge est plus élevée que sans charge.
- Avant de commencer chaque entraînement, vérifiez l'exactitude des protections et des connexions vissées et enfichables.
- Pendant l'entraînement sur l'appareil, n'oubliez pas de porter des chaussures appropriées (chaussures de sport).

ENTRETIEN DE L'ÉQUIPEMENT

Effectuez régulièrement l'entretien de l'appareil. Effectuez les opérations suivantes au moins toutes les 20 heures de fonctionnement.

- Contrôlez les pièces mobiles de l'appareil. Si elles ne sont pas suffisamment lubrifiées, utilisez de la graisse pour roulements de vélo.
- Contrôlez l'état des éléments tels que les vis et les écrous. Veillez à ce qu'ils soient bien serrés.
- Après chaque entraînement, essuyez la sueur de l'appareil. Faites attention à ce que le moniteur n'entre pas en contact avec de l'eau ou de l'humidité.
- Pour nettoyer l'appareil, utilisez uniquement de l'eau savonneuse. N'utilisez pas de produits de nettoyage.
- Rangez l'appareil dans un endroit sec et chaud.
- N'exposez pas l'appareil aux rayons du soleil.

REMPLACEMENT DES PILES

Des informations faiblement visibles sur l'écran de l'ordinateur ou leur absence indiquent la nécessité de remplacer les piles.

Retirez le couvercle des piles et remplacez les anciennes par deux nouvelles. En les plaçant dans le compartiment à piles, respectez les marquages "+" et "-". 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 (comme le cadmium, le mercure ou le plomb), ne les jetez donc pas dans la poubelle domestique. Apportez-les à un point de collecte approprié pour les piles usagées.

ENVIRONNEMENT

L'appareil est livré dans un emballage afin de le protéger contre d'éventuels dommages pendant le transport. Les emballages sont des matières premières non transformées et peuvent être recyclés. Jetez ces matériaux dans les conteneurs colorés appropriés destinés à la collecte sélective.



Protégez l'environnement et ne jetez pas les piles usagées dans la poubelle domestique. Déposez-les au point de vente ou dans un point de collecte séparé pour les matières premières secondaires.

Les appareils électriques usagés (y compris le compteur, l'alimentation) sont des matières premières secondaires

- ne les jetez pas dans les conteneurs de déchets ménagers, car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour la santé et l'environnement. Nous vous demandons de contribuer activement à une utilisation économique gdes ressources naturelles et à la protection de l'environnement en remettant l'appareil usagé à un point de collecte des matières premières secondaires - appareils électriques usagés.

ASSEMBLAGE

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

- Avant de commencer l'assemblage, assurez-vous que le kit avec l'appareil contient tous les éléments de la liste des pièces et qu'aucun élément n'ait été endommagé pendant le transport. En cas d'éléments manquants ou de réserves, contactez le vendeur.
- Familiarisez-vous avec les dessins et les explications et effectuez l'assemblage dans l'ordre indiqué dans le manuel d'assemblage.
- Soyez prudent lors de l'assemblage. Pendant l'utilisation d'outils et d'éléments, il existe un risque de blessure.
- N'oubliez pas de maintenir un environnement sûr. Ne disposez pas les outils et les éléments de montage de manière chaotique. N'oubliez pas que les films et les sacs en plastique présentent un risque d'étouffement pour les enfants.
- Les éléments de montage nécessaires pour effectuer une étape donnée du manuel d'assemblage sont présentés sur les dessins et les explications. Utilisez les éléments indiqués dans le manuel d'assemblage.
- Dans les premières phases de l'assemblage, ne serrez pas les pièces à fond. Faites-le après avoir placé toutes les pièces et vous être assuré qu'elles sont correctement insérées.
- Le fabricant se réserve le droit d'assembler préalablement certains éléments.

SCHÉMA D'ASSEMBLAGE (→ Voir page 2)

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

LISTE DES PIÈCES

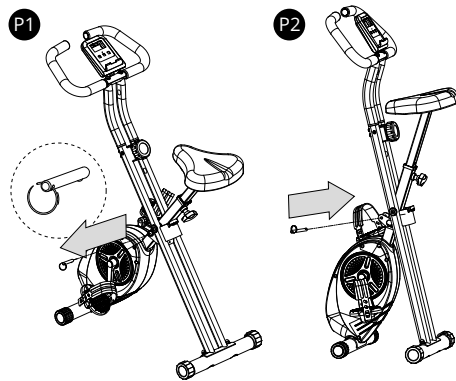
N°	DESCRIPTION	QUANTITÉ
1	Moniteur	1
2	Vis M5*10	4
3	Volant	1
5	Support plaque du moniteur	1
6	Écrou M8×40X20	2
7	Rondelle élastique D8	4
8	Joint courbé D8×1.5×φ20 R15	2
10	Support de poignée soudé	1
13	Écrou M6×12*S4	6
14	Rondelle plate φ6xφ12x1.5	2
22	Capuchon Écrou M8*S13	2
23	Incurvée Rondelle D8×1.5×φ20 R28	2
24	Tube inférieur arrière	1
26	Écrou M8*60	2
27(G/D)	Pédale	2
28	Fiche	1
29	Bouton en forme de cœur	1
32	Joint d'étanchéité arqué D6×1.5×φ12	4
33	Rondelle plate D8	3
34	Soudure du tube de selle	1
35	Selle	1
36	Tube inférieur avant	1
38	Vis M8*55	2
57	Nylon Écrou M8	5
A	Clé S5	1
B	Clé plate S13, 15, 19	1
C	Clé S4	1

INSTRUCTIONS DE MONTAGE (→ Voir page 2)

ATTENTION ! Pendant le montage, respectez les étapes suivantes et utilisez les outils fournis avec le produit.

Préparez suffisamment d'espace libre pour l'installation de l'appareil. En raison du poids élevé de certains éléments, il est recommandé de procéder au montage à deux personnes.

Lorsqu'il n'est pas utilisé, retirez d'abord la goupille de l'anneau, comme indiqué sur la figure P1 ; assemblez la soudure du support et le cadre principal ; alignez ensuite les trous sur le dessous de la partie en forme de U du cadre principal et la soudure du support, et enfin insérez la goupille de l'anneau pour la fixer, comme indiqué sur la figure P2.

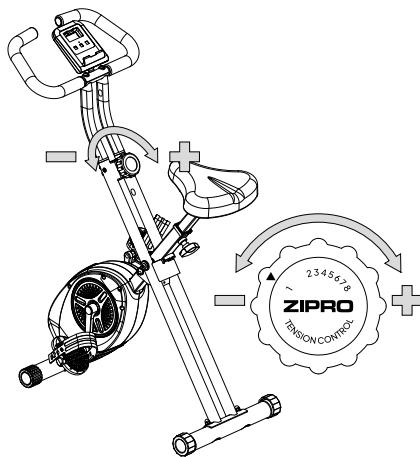


RÉGLAGES

Réglage de la résistance

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

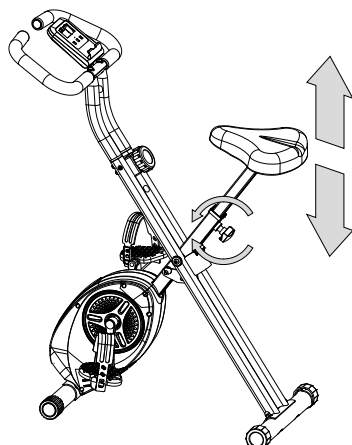
Pour diminuer la résistance, tournez le bouton de réglage de la tension dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.



Hauteur de la selle

Desserrez le bouton du support de selle, réglez la selle à la hauteur souhaitée et serrez le bouton. Assurez-vous que la selle est immobile. Une hauteur de selle correcte améliore l'efficacité de l'exercice et réduit le risque de blessure.

Placez les pédales en position verticale (une pédale en bas, l'autre en haut). Montez sur le vélo et placez vos pieds sur les pédales. Assurez-vous que la jambe placée sur la pédale inférieure est confortablement positionnée. Si elle est trop pliée, montez la selle. Si vous ne pouvez pas atteindre la pédale, ou si votre jambe est en hyperextension, baissez la selle.

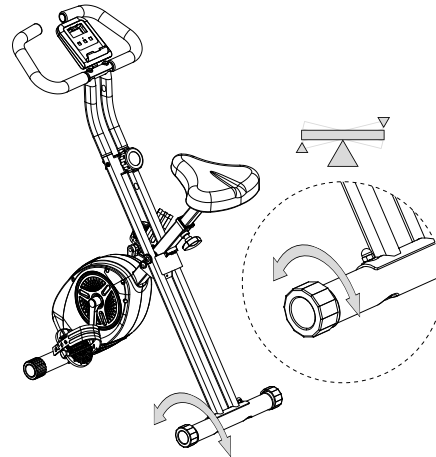


Réglage des sangles de pédales

Sur la partie intérieure de la pédale, fixez la sangle en caoutchouc du côté avec trois trous. Fixez l'autre extrémité à l'un des trous de réglage, de sorte que le pied soit immobile pendant la conduite et qu'il puisse être facilement retiré. Effectuez cette opération pour les deux pédales.

Nivellement de l'appareil

Nivelez l'appareil en tournant les capuchons de nivellement situés sur la base arrière. Les capuchons ont la forme d'un polygone, chaque côté ayant une hauteur différente, trouvez le bon côté pour que l'appareil soit stable.



MODE D'EMPLOI DE L'ORDINATEUR

ORDINATEUR (MODÈLE) MRMS06-GRN

Avant utilisation, veuillez retirer le film protecteur de l'écran de l'ordinateur.

AUTO ON/OFF

L'ordinateur s'allume lorsque le volant d'inertie est mis en mouvement ou lorsqu'un bouton est enfoncé. L'ordinateur s'éteint automatiquement après 4 minutes d'inactivité.

DESCRIPTION DES DIFFÉRENTS BOUTONS

MODE - permet de sélectionner un paramètre.

SET - sert à régler les valeurs des paramètres.

RESET - sert à réinitialiser instantanément le temps, la distance et les calories.

FONCTIONS (SPÉCIFICATIONS)

TEMPS	Calcule la durée totale de l'exercice, du début à la fin.	00:00-99:59 min
VITESSE	Affiche la vitesse actuelle.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Calcule la distance totale parcourue du début à la fin de l'exercice.	0,0-9999 km
CALORIES	Calcule le nombre total de calories brûlées du début à la fin de l'exercice. (La mesure est approximative afin de comparer différentes sessions d'entraînement, elle ne peut pas être utilisée à des fins médicales).	0,0-9999 kcal
DISTANCE TOTALE (ODO)	Calcule la distance totale parcourue depuis l'installation de la batterie.	0-9999 km
PULSATIONS	Affiche le pouls actuel. ATTENTION ! La mesure du pouls est uniquement destinée à des fins sportives (l'utilisation médicale est exclue).	40-240 BPM

RÉGLAGE DE LA VALEUR POUR LE COMPTE À REBOURS

- En appuyant sur **MODE**, réglez sur l'écran le paramètre dont vous souhaitez atteindre la valeur pendant l'entraînement : temps, distance, nombre de calories, pouls.
- En appuyant plusieurs fois sur le bouton **SET**, réglez la valeur appropriée.
Le compte à rebours commencera lorsque vous commencerez à pédaler. Une flèche vers le bas s'affichera sur le moniteur.

La fin du compte à rebours ou le dépassement de la valeur de pouls définie est signalée par un son.

FRÉQUENCE CARDIAQUE

REMARQUE ! La mesure du pouls est uniquement destinée à des fins sportives (l'application médicale est exclue).

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

ENTRAÎNEMENT ET PHASES D'EXERCICE

L'utilisation de l'appareil vous apportera de nombreux avantages. Tout d'abord, il améliorera votre condition physique, renforcera vos muscles et, en combinaison avec une alimentation appropriée, vous permettra de brûler les graisses inutiles.

1. ÉCHAUFFEMENT

C'est une phase qui améliore la circulation sanguine dans tout le corps et prépare les muscles à un effort accru. Cela réduit également le risque de crampes et de blessures. Il est conseillé de faire quelques exercices d'étirement comme indiqué ci-dessous.

Si vous ressentez de la douleur, arrêtez de faire de l'exercice ou réduisez l'amplitude du mouvement.

ÉTIREMENT DES MUSCLES INTÉRIEURS DES CUISSES

Asseyez-vous sur une surface plane avec les jambes pliées et les genoux pointés vers l'extérieur. Joignez les plantes des pieds et rapprochez-les le plus possible. Appuyez doucement sur les genoux en les dirigeant vers le sol et maintenez cette position pendant 15 secondes.

ÉTIREMENT DES CUISSES

Asseyez-vous sur une surface plane. Étendez la jambe droite et placez la plante du pied gauche contre la cuisse droite. Étendez la main droite vers les orteils du pied droit aussi loin que possible. Maintenez pendant 15 secondes. Répétez l'opération avec la jambe gauche.

ROTATIONS DE LA TÊTE

Gardez la tête droite en regardant devant vous. Sans bouger les épaules, tournez-la vers la droite et redressez-la, puis tournez-la vers la gauche et redressez-la.

LEVÉES DE BRAS

Levez le bras gauche aussi haut que possible et maintenez pendant quelques secondes. Répétez l'opération avec le bras droit.

ÉTIREMENT DES TENDONS D'ACHILLE

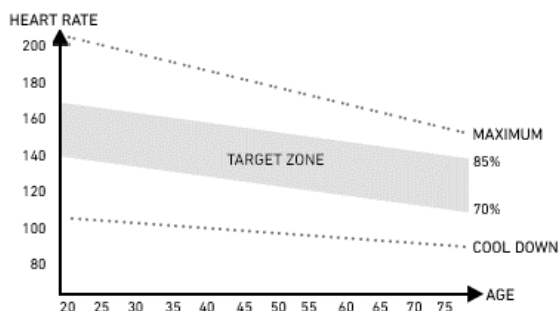
Tenez-vous face au mur, avancez la jambe gauche et pliez-la légèrement au genou. Gardez la jambe droite derrière - droite, avec le talon à plat sur le sol. Gardez les deux talons à plat sur le sol et appuyez sur vos hanches vers le mur. Maintenez cette position pendant 30 secondes. Répétez l'opération avec la jambe droite tendue. N'oubliez pas de ne pas cambrer le dos pendant l'exercice.

FLEXIONS

Tenez-vous debout avec les pieds joints. Penchez-vous en avant en essayant de rapprocher au maximum votre poitrine de vos genoux. Maintenez pendant 15 secondes. N'oubliez pas de ne pas plier les genoux.

2. PHASE D'EXERCICE

C'est la phase d'entraînement appropriée. Faites de l'exercice à votre propre rythme afin d'atteindre une fréquence cardiaque adaptée à votre âge, comme indiqué dans le graphique.



3. PHASE DE RELAXATION

Cette phase permet de calmer la circulation et de détendre les muscles. C'est une répétition des exercices d'échauffement. Il faut s'en souvenir, pour ne pas surmener les muscles.

DOMMAGES POSSIBLES ET TECHNIQUES DE RÉPARATION

REMARQUE ! L'ouverture du boîtier de l'appareil sans avoir préalablement contacté le service après-vente du fabricant entraîne l'annulation de la garantie.

En cas de suspicion de défaut nécessitant l'ouverture du boîtier, veuillez contacter le service après-vente du fabricant.

DESCRIPTION DU DÉFAUT	CAUSES POSSIBLES	SOLUTION
L'appareil vacille	L'appareil a été placé sur une surface irrégulière. Sous la base de l'appareil se trouve un objet qui perturbe l'équilibre.	Placez l'appareil sur une surface plane. Retirez l'objet qui perturbe l'équilibre.
	Les bases n'ont pas été correctement montées.	Montez correctement les bases de l'appareil.
La selle ou le guidon vacille	Les vis et les boutons de la tige de selle ou du guidon n'ont pas été serrés.	Serrez les vis et le bouton de la tige de selle ou du guidon.
Bruit pendant l'utilisation	Éléments mal serrés.	Contactez le service après-vente du fabricant.
	Pendant le fonctionnement de l'appareil, de légers bruits peuvent survenir lors du mouvement d'inertie de la masse du volant d'inertie, qui sont dus au type de construction. Ils n'ont aucun impact sur le fonctionnement de l'équipement. Les bruits potentiels audibles lors du pédalage dans le sens inverse sont techniquement conditionnés et n'entraînent aucune conséquence négative.	
Bruit et manque de fluidité de fonctionnement	Roulements endommagés.	Contactez le service après-vente du fabricant.
Manque de résistance pendant l'entraînement	Câble de réglage de la résistance mal branché.	Branchez correctement le câble conformément aux instructions de montage.
	Courroie d'entraînement desserrée.	Contactez le service après-vente du fabricant.
	L'écart entre le volant d'inertie et les aimants a augmenté.	Contactez le service après-vente du fabricant.
	Le régulateur de tension est 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 vente. La garantie sur les marchandises vendues n'exclut, ne limite ni ne suspend les droits de l'Acheteur découlant de la loi sur les droits des consommateurs.

La carte de garantie se trouve sur la dernière page.

CONDITIONS DE GARANTIE

- Seuls les défauts cachés résultant de la faute du fabricant sont couverts par la réclamation et la garantie.
- La garantie sera respectée par le magasin ou le service après-vente après présentation par le client de :

- a. une carte de garantie valide, lisible et correctement remplie avec le cachet de vente et la signature du vendeur,
 - b. une preuve d'achat valide de l'équipement avec la date de vente,
 - c. la marchandise réclamée ou la pièce défectueuse. En cas d'achat à distance, la carte de garantie n'est valable que sur la base du document d'achat (ticket de caisse / facture).
3. La réclamation sera traitée dans un délai de 14 jours à compter de la date de signalement du défaut par le Client.
 4. Les défauts de fabrication 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 de la marchandise au magasin ou au service après-vente.
 5. S'il est nécessaire d'importer des pièces, la période de réparation sous garantie peut être prolongée du temps nécessaire à leur importation, mais pas plus de 40 jours.
 6. La garantie ne couvre pas :
 - a. les dommages mécaniques et les défauts qui en résultent,
 - b. les dommages et défauts résultant d'une utilisation et d'un stockage inappropriés, d'un montage et d'un entretien incorrects,
 - c. dommages et usure des consommables tels que : câbles, courroies, éléments en caoutchouc, pédales, poignées en mousse, roulettes, roulements, sellerie.
 - d. les opérations d'assemblage et d'entretien que l'utilisateur est tenu d'effectuer lui-même conformément au manuel d'instructions.
 7. La garantie ne s'applique pas dans les cas suivants :
 - a. expiration du délai de garantie,
 - b. réparations et modifications indépendantes effectuées par le client à l'aide de pièces non d'origine,
 - c. si le défaut résulte d'une installation incorrecte ou du non-respect des règles d'utilisation correcte décrites dans le manuel d'instructions,
 - d. utilisation autre qu'une utilisation domestique,
 - e. dommages survenus pendant 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 d'exiger les types de compensation gratuite suivants :
 - a. réparation du produit,
 - b. remplacement du produit,
 - c. réduction du prix,
 - d. résiliation du contrat et remboursement intégral des frais engagés.
 10. Afin de soumettre une réclamation, vous devez :
 - a. Présenter le produit ou la partie de celui-ci concernée par la garantie.
 - b. La 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 avec le cachet du magasin.
 - c. Si le produit est livré sale, le service après-vente peut refuser de l'accepter ou, aux frais du client et avec son accord écrit, procéder à son nettoyage.
 11. En cas d'acceptation de la réclamation, l'équipement sera réparé ou remplacé par un équipement neuf, ou le client sera remboursé. Les frais de transport des marchandises au client sont à la charge du service après-vente du fabricant.
 12. En cas de rejet de la réclamation de garantie, le client recevra une justification détaillée de la décision prise et, dans un délai de 14 jours à compter de la date de communication de la décision, l'équipement sera renvoyé au client à ses frais.

IT Manuale d'uso

Utente,
Si prega di leggere attentamente le seguenti istruzioni prima di iniziare il montaggio e il primo utilizzo del dispositivo. Questo manuale contiene importanti informazioni sulla sicurezza d'uso e la manutenzione dell'attrezzatura. Conservarlo per consultare le informazioni sulla manutenzione o per ordinare pezzi di ricambio.

DATI TECNICI

Alimentazione	Computer alimentato da batterie 2xAAA Carbon Zinc. Non incluso.
Peso	14,4 kg
Temperatura di esercizio	0°C a +40°C
Temperatura di stoccaggio	-10°C 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 ISO 20957-5:2028
Destinazione d'uso	Bicicletta magnetica per uso domestico

SICUREZZA

ATTENZIONE! Il dispositivo può essere utilizzato esclusivamente per lo scopo previsto, ovvero per l'allenamento da parte di adulti. Qualsiasi altro utilizzo del dispositivo può essere pericoloso. Il produttore non può essere ritenuto responsabile per danni causati da un uso improprio del dispositivo.

- Il dispositivo è stato progettato e costruito sulla base delle più recenti conoscenze in materia di sicurezza. Gli elementi pericolosi che potrebbero potenzialmente rappresentare un rischio di lesioni sono stati eliminati o adeguatamente protetti.
- Non sono ammesse riparazioni e modifiche fai-da-te.
- Una volta ogni uno o due mesi, controllare che viti, bulloni e dadi siano serrati correttamente.

- Al fine di garantire la sicurezza a lungo termine, controllare e mantenere regolarmente (cioè una volta all'anno) l'attrezzatura presso un rivenditore specializzato.
- Tutte le modifiche all'apparecchio non descritte in 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.
- Tutti i dispositivi sono soggetti a costanti attività di innovazione al fine di garantire un'elevata qualità. Per questo motivo, il produttore si riserva il diritto di apportare modifiche tecniche.
- Per qualsiasi domanda o dubbio relativo all'attrezzatura, rivolgersi a un punto vendita specializzato.

ATTENZIONE! Le persone che si trovano nelle vicinanze durante l'utilizzo dell'attrezzatura devono essere avvertite di eventuali pericoli. Prestare particolare attenzione in presenza di bambini.

ATTENZIONE! Prima di iniziare l'allenamento, consultare un medico per assicurarsi di non avere controindicazioni mediche all'allenamento con l'apparecchio. Sulla base del parere di uno specialista, è possibile sviluppare il proprio piano di allenamento. Un programma scelto in modo errato o un esercizio eccessivo possono essere pericolosi per la salute e la vita.

AVVERTENZA! I sistemi di monitoraggio della frequenza cardiaca possono essere imprecisi. L'affaticamento durante l'esercizio fisico può causare gravi lesioni o la morte. Se ti senti debole, smetti immediatamente di allenarti.

ATTENZIONE! Rispettare rigorosamente le istruzioni relative all'esecuzione dell'allenamento contenute nel presente manuale.

- Quando si sceglie un luogo per l'allenamento, assicurarsi di mantenere distanze di sicurezza da possibili ostacoli. Non posizionare l'attrezzatura vicino a vie di comunicazione (strade, cancelli, passaggi, ecc.).
- È vietato utilizzare l'apparecchio a distanza ravvicinata dalla parete. L'area di sicurezza è di 2000 mm e almeno della stessa larghezza dell'apparecchio.

ATTENZIONE! Durante il montaggio dell'apparecchio, prestare attenzione e non permettere ai bambini di stare nelle vicinanze. Durante il montaggio vengono utilizzate piccole parti (dadi, viti, ecc.) che potrebbero essere ingerite.

RISCHIO RESIDUO

- Nel caso in cui la protezione anticaduta non venga utilizzata o venga utilizzata in modo errato, sussiste un rischio residuo, ovvero la caduta di una persona che causa abrasioni cutanee, lividi, fratture o, nel peggiore dei casi, la morte.
- Sussiste il rischio residuo di un sovraccarico involontario dell'utente causato da un utilizzo improprio o da una valutazione errata, nonché da una trasmissione errata dei dati (a causa di interferenze elettromagnetiche, errori software, ecc.). Anche la migliore protezione software e hardware non esclude errori software o hardware e può teoricamente causare un sovraccarico all'utente.
- Il prodotto è un dispositivo elettrico, pertanto non è possibile escludere il rischio di scosse elettriche, che possono portare alla morte.
- Non è possibile escludere il rischio residuo di soffocamento.
- Il rischio può essere ridotto seguendo le informazioni sulla sicurezza contenute nel manuale d'uso.
- Non è possibile escludere che un uso involontario o non autorizzato possa causare altri rischi non considerati, e che i rischi considerati siano stati stimati in modo errato.

Nell'analisi dei rischi, la valutazione è stata effettuata sulla base dello "stato attuale dell'apparecchio". Dalla valutazione e dal controllo del prodotto effettuati risulta che la probabilità di un rischio inaccettabile è molto bassa. L'apparecchio (la sua costruzione, il suo funzionamento e la sua applicazione) non comporta - in condizioni normali - un rischio ingiustificato per l'utente o per terzi.

SIMBOLI DI MOVIMENTAZIONE SUI COLLI DI TRASPORTO

Questo lato verso l'alto. Non capovolgere.



Proteggere dalla caduta.



Imballaggio riciclabile.



RAEE. È necessario conferire l'apparecchio usato a un punto di riciclaggio.



Attenzione, fragile. Possibilità di danni. Prestare attenzione.



Proteggere dall'umidità.



Attenzione prodotto pesante.



Conservare massimo in 5 strati.



Il prodotto contiene il manuale di istruzioni.



Imballaggio in cartone e plastica. Si prega di smaltire i rifiuti secondo le normative locali.



Imballaggio in cartone e plastica. Si prega di smaltire i rifiuti secondo le normative locali.



Imballaggio in cartone.



L'imballaggio è stato prodotto tenendo conto della responsabilità per l'ambiente e il riciclaggio. Si prega di smaltire i rifiuti secondo le normative locali.

UTILIZZO

Prima di iniziare l'allenamento, assicurarsi che il dispositivo sia stato montato correttamente.

- Prima di iniziare il primo allenamento, familiarizzare con tutte le funzioni e le possibilità di regolazione del dispositivo.
- Il dispositivo ha elementi che possono essere esposti alla corrosione. Per questo motivo, si sconsiglia di lasciarlo in un ambiente umido. Si dovrebbe anche fare attenzione a che l'attrezzatura (soprattutto i suoi elementi interni ed elettronici) non sia esposta al contatto con acqua, bevande, sudore, ecc.
- Il dispositivo è destinato esclusivamente all'allenamento da parte di adulti e non è assolutamente un giocattolo per bambini. Se permetti ai bambini di usarlo sotto la tua responsabilità, istruiscili assolutamente sull'uso corretto e sorvegliarli costantemente.
- L'attrezzatura non è adatta per scopi terapeutici.
- Durante il funzionamento del dispositivo, possono verificarsi rumori silenziosi durante il movimento inerziale della massa volante, che derivano dal tipo di costruzione. Non hanno alcuna influenza sul funzionamento dell'attrezzatura.
- L'emissione di rumore durante il carico è maggiore rispetto a quella senza carico.
- Prima di iniziare ogni allenamento, controllare la corretta protezione e i collegamenti a vite e a spina.
- Durante l'allenamento sul dispositivo, ricordarsi di indossare calzature adeguate (scarpe sportive).

MANUTENZIONE DELL'ATTREZZATURA

Eseguire regolarmente la manutenzione del dispositivo. Eseguire le seguenti operazioni non meno di ogni 20 ore di funzionamento.

- Controllare le parti mobili del dispositivo. Se non sono sufficientemente lubrificate, utilizzare grasso per cuscinetti per biciclette.
- Controllare lo stato di elementi come viti e dadi. Assicurarsi che siano ben serrati.
- Dopo ogni allenamento, asciugare il sudore dal dispositivo. Prestare attenzione al fatto che il monitor non entri in contatto con acqua o umidità.
- Per pulire il dispositivo, utilizzare solo acqua e sapone. Non utilizzare detergenti.
- Conservare il dispositivo in un luogo asciutto e caldo.
- Non esporre il dispositivo alla luce solare diretta.

SOSTITUZIONE DELLA BATTERIA

Informazioni scarsamente visibili sul display del computer o la loro assenza indicano la necessità di sostituire le batterie.

Rimuovere il coperchio della batteria e sostituire quelle vecchie con due nuove. Posizionandole nel vano batteria, rispettare i segni "+" e "-".

Se il display non funziona correttamente dopo il riavvio, rimuovere le batterie per alcuni minuti, quindi reinserirle.

ATTENZIONE! Le batterie usate non sono coperte da garanzia. Contengono sostanze nocive (come cadmio, mercurio o piombo), quindi non gettarle nel contenitore dei rifiuti domestici. Portarle in un punto di raccolta appropriato per batterie usate.

AMBIENTE

Il dispositivo viene fornito in un imballaggio per proteggerlo da eventuali danni durante il trasporto. Gli imballaggi sono materie prime non trasformate e possono essere riciclati. Smaltire questi materiali negli appositi contenitori colorati destinati alla raccolta differenziata.



Proteggere l'ambiente e non gettare le batterie usate nei rifiuti domestici. Restituirle nel luogo di acquisto o consegnarle a un punto di raccolta differenziata.

Le apparecchiature elettriche usate (compresi contatore, alimentatore) sono materie prime secondarie - non gettarle nei contenitori dei rifiuti domestici, in

quanto possono contenere sostanze pericolose per la salute e l'ambiente. Chiediamo un aiuto attivo per l'economico gestione delle risorse naturali e la protezione dell'ambiente naturale consegnando il dispositivo usato a un punto di raccolta differenziata - apparecchiature elettriche usate.

MONTAGGIO

Il montaggio del dispositivo deve essere eseguito con cura da un adulto. In caso di dubbi, chiedi aiuto a qualcuno con maggiore esperienza in questo campo.

- Prima di iniziare il montaggio, assicurati che il set con il dispositivo contenga tutti gli elementi dell'elenco delle parti e se qualche elemento non sia stato danneggiato durante il

trasporto. In caso di mancanza di elementi o reclami, contatta il rivenditore.

- Leggi i disegni e le spiegazioni ed esegui il montaggio secondo l'ordine contenuto nel manuale di montaggio.
- Presta attenzione durante il montaggio. Durante l'utilizzo di utensili ed elementi esiste il rischio di lesioni.
- Ricorda di mantenere un ambiente sicuro. Non disporre in modo caotico utensili ed elementi di montaggio. Ricorda che pellicole e sacchetti di plastica rappresentano un rischio di soffocamento per i bambini.
- Gli elementi di montaggio necessari per eseguire un determinato passaggio del manuale di montaggio sono presentati nei disegni e nelle spiegazioni. Utilizza gli elementi indicati nel manuale di montaggio.
- Nelle prime fasi del montaggio, non serrare completamente le parti. Fallo dopo aver posizionato tutti gli elementi e aver verificato che siano correttamente inseriti.
- Il produttore si riserva il diritto di preassemblare alcuni elementi.

SCHEMA DI MONTAGGIO (→ Vedi pagina 2)

ATTENZIONE! È vietato l'uso di parti provenienti da fonti diverse dal produttore.

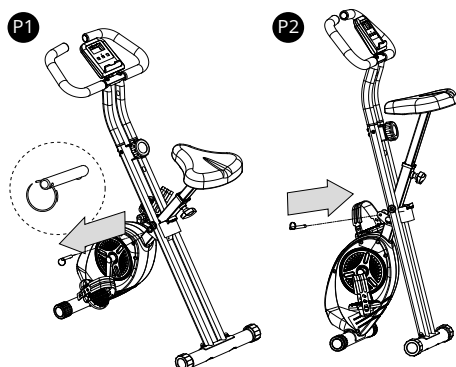
LISTA DEI COMPONENTI

NR	DESCRIZIONE	QUANTITÀ
1	Monitor	1
2	Vite M5*10	4
3	Manubrio	1
5	Supporto del monitor	1
6	Vite M8*40X20	2
7	Rondella elastica D8	4
8	Guarnizione piegata D8x1.5xφ20 R15	2
10	Supporto maniglia saldato	1
13	Vite M6x12*S4	6
14	Rondella piana φ6xφ12x1.5	2
22	Tappo Dado M8*S13	2
23	Curvata Rondella D8x1.5xφ20 R28	2
24	Tubo posteriore inferiore	1
26	Vitea M8*60	2
27(L/R)	Pedale	2
28	Spina	1
29	Manopola a forma di cuore	1
32	Guarnizione ad arco D6x1.5xφ12	4
33	Rondella piana D8	3
34	Saldatura del tubo sella	1
35	Sella	1
36	Tubo inferiore anteriore	1
38	Vite M8*55	2
57	In nylon Dado M8	5
A	Chiave S5	1
B	Chiave inglese S13, 15, 19	1
C	Chiave S4	1

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO (→ Vedi pagina 2)

ATTENZIONE! Durante il montaggio, seguire i passaggi seguenti e utilizzare gli strumenti inclusi nel prodotto. Preparare sufficiente spazio libero per l'installazione del dispositivo. A causa del peso elevato di alcuni elementi, si consiglia l'installazione da parte di due persone.

Quando non viene utilizzato, estrarre prima la coppia dell'anello, come mostrato nella figura P1; assemblare la saldatura della staffa e il telaio principale; quindi allineare i fori sul fondo della parte a forma di U del telaio principale e la saldatura della staffa e infine inserire la coppia dell'anello per fissarla, come mostrato nella figura P2.

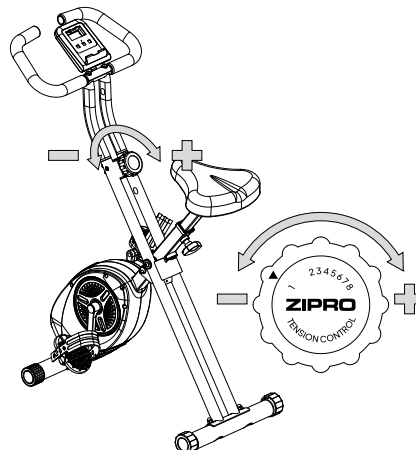


REGOLAZIONI

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 tensione in senso antiorario.

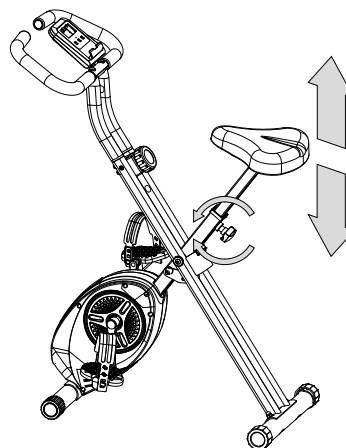


Altezza del sellino

Allentare la manopola del supporto del sellino, impostare il sellino all'altezza desiderata e serrare la manopola. Assicurarsi che il sellino sia immobile.

L'altezza corretta del sellino aumenta l'efficacia degli esercizi e riduce il rischio di infortuni.

Impostare i pedali in posizione verticale (un pedale in basso, l'altro in alto). Salire sulla bicicletta e posizionare i piedi sui pedali. Assicurarsi che la gamba posizionata sul pedale inferiore sia posizionata comodamente. Se è troppo piegata, sollevare il sellino. Se non si riesce a raggiungere il pedale o la gamba è in iperestensione, abbassare il sellino.

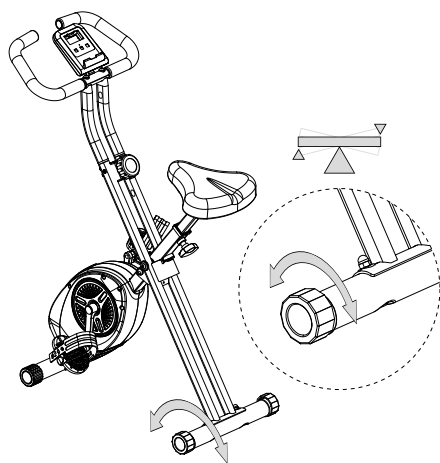


Regolazione delle cinghie dei pedali

Alla parte interna del pedale, agganciare la cinghia di gomma con il lato a tre fori. Agganciare l'altra estremità a uno dei fori di regolazione, in modo che il piede sia immobile durante la guida e possa essere facilmente rimosso. Eseguire questa operazione per entrambi i pedali.

Livellamento del dispositivo

Livellare il dispositivo ruotando le protezioni di livellamento situate sulla base posteriore. Le protezioni hanno la forma di un poligono, ogni lato ha un'altezza diversa, trovare il lato giusto affinché il dispositivo sia stabile.



ISTRUZIONI PER L'USO DEL COMPUTER

COMPUTER (MODELLO) MRMS06-GRN

Prima dell'uso, rimuovere la pellicola protettiva dallo schermo del computer.

AUTO ON/OFF

Il computer si accenderà quando il volano viene messo in movimento o si preme un qualsiasi pulsante. Il computer si spegnerà automaticamente dopo 4 minuti di inattività.

DESCRIZIONE DEI SINGOLI PULSANTI

MODE - consente di selezionare il parametro.

SET - serve per impostare i valori dei parametri.

RESET - serve per resettare immediatamente tempo, distanza e calorie.

FUNZIONI (SPECIFICHE)

TIME	Calcola il tempo totale di allenamento dall'inizio alla fine.	00:00-99:59 min
SPEED	Visualizza la velocità attuale.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Calcola la distanza totale dall'inizio alla fine dell'allenamento.	0,0-9999 km
CALORIES	Calcola il numero totale di calorie bruciate dall'inizio alla fine dell'allenamento. (La misurazione è approssimativa al fine di confrontare diverse sessioni di allenamento, non può essere utilizzata per scopi medici).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Calcola la distanza totale dall'installazione della batteria.	0-9999 km
PULSE	Visualizza la frequenza cardiaca attuale. ATTENZIONE! Misurazione della frequenza cardiaca solo per scopi sportivi (escluso l'uso medico).	40-240 BPM

IMPOSTAZIONE DEL VALORE PER IL CONTEGGIO

- Premendo **MODE** impostare sul monitor il parametro il cui valore si desidera raggiungere durante l'allenamento: tempo, distanza, calorie, frequenza cardiaca.
- Premendo ripetutamente il pulsante **SET**, impostare il valore appropriato.
Il conto alla rovescia inizierà quando si inizia a pedalare. Sul monitor verrà visualizzata una freccia verso il basso. Il completamento del conto alla rovescia o il superamento del valore di impulso impostato è segnalato da un suono.

FREQUENZA CARDIACA

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

- Premere il pulsante **MODE** fino a quando non viene visualizzato PULSE sullo schermo.
Appoggiare entrambe le mani sui sensori di impulsi sul manubrio. Durante la misurazione, il computer visualizzerà un'icona a forma di cuore.
Dopo 3-4 secondi, il computer visualizzerà l'impulso attuale.

TRENING E FASI DI ESERCIZIO

L'utilizzo del dispositivo vi darà molti benefici. Prima di tutto, migliorerà la vostra condizione fisica, rafforzerà i muscoli e, in combinazione con una dieta adeguata, vi permetterà di bruciare il grasso corporeo in eccesso.

1. RISCALDAMENTO

Questa è la fase che migliora la circolazione sanguigna in tutto il corpo e prepara i muscoli per uno sforzo maggiore. Riduce anche il rischio di crampi e lesioni. Si consiglia di eseguire alcuni esercizi di stretching come mostrato di seguito.

Se si sente dolore, smettere di fare esercizio o ridurre la gamma di movimento.

STRETCHING DEI MUSCOLI INTERNI DELLA COSCIA

Sedersi su una superficie piana con le gambe piegate e le ginocchia rivolte verso l'esterno. Unire le piante dei piedi e avvicinarle il più possibile. Premere delicatamente le ginocchia verso il basso e mantenere questa posizione per 15 secondi.

STRETCHING DELLA COSCIA

Sedersi su una superficie piana. Raddrizzare la gamba destra e appoggiare la pianta del piede sinistro alla coscia destra. Allungare il braccio destro verso le dita del piede destro il più lontano possibile. Mantenere la posizione per 15 secondi. Ripetere con la gamba sinistra.

GIRI DELLA TESTA

Tenere la testa dritta guardando avanti. Senza muovere le spalle, ruotare la testa a destra e raddrizzarla, poi ruotarla a sinistra e raddrizzarla.

SOLLEVAMENTO DELLE BRACCIA

Sollevare il braccio sinistro il più in alto possibile e tenere premuto per alcuni secondi. Ripetere con il braccio destro.

STRETCHING DEL TENDINE DI ACHILLE

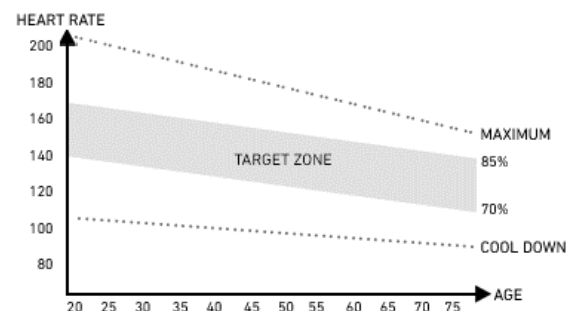
Stare di fronte a un muro, portare la gamba sinistra in avanti e piegare leggermente il ginocchio. Tenere la destra dietro - raddrizzata, con il tallone appoggiato sul pavimento. Tenere entrambi i talloni appoggiati sul pavimento e premere i fianchi verso il muro. Mantenere questa posizione per 30 secondi. Ripetere con la gamba destra estesa. Ricordarsi di non arcuare la schiena durante l'esercizio.

FLESSIONI

Stare con i piedi uniti. Eseguire una flessione in avanti cercando di avvicinare il più possibile il petto alle ginocchia. Mantenere la posizione per 15 secondi. Ricordarsi di non piegare le ginocchia.

2. FASE DI ESERCIZIO

Questa è la fase di allenamento appropriata. Esercitarsi al proprio ritmo per raggiungere una frequenza cardiaca adeguata alla propria età, come mostrato nel grafico.



3. FASE DI RILASSAMENTO

Questa fase permette di calmare la circolazione e rilassare i muscoli. È una ripetizione degli esercizi di riscaldamento. Bisogna ricordarsi che, di non sforzare i muscoli.

POSSIBILI DANNI E TECNICHE DI RIPARAZIONE

ATTENZIONE! L'apertura dell'alloggiamento del dispositivo senza aver prima contattato il servizio di assistenza del produttore comporta l'annullamento della garanzia.
In caso di sospetto guasto che richieda l'apertura dell'alloggiamento, contattare il servizio di assistenza del produttore.

DESCRIZIONE DELL'ERRORE	POSSIBILI CAUSE	SOLUZIONE
-------------------------	-----------------	-----------

Il dispositivo oscilla	Il dispositivo è stato posizionato su una superficie irregolare. Sotto la base del dispositivo è presente un oggetto che disturba l'equilibrio.	Posizionare il dispositivo su una superficie piana. Rimuovere l'oggetto che disturba l'equilibrio.
	Le basi non sono state montate correttamente.	Montare correttamente le basi del dispositivo.
La sella o il manubrio oscillano	Le viti e le manopole del reggisella o del manubrio non sono state strette.	Stringere le viti e la manopola del reggisella o del manubrio.
Rumore durante l'utilizzo	Elementi serrati in modo improprio.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
	Durante il funzionamento del dispositivo, possono verificarsi lievi rumori durante il movimento inerziale della massa volante, che derivano dal tipo di costruzione. Questi non hanno alcun impatto sul funzionamento dell'apparecchiatura. Eventuali rumori udibili durante la pedalata nella direzione opposta sono tecnicamente condizionati e non causano conseguenze negative.	
Rumore e mancanza di fluidità nel funzionamento	Cuscinetti danneggiati.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
Mancanza di adeguata resistenza durante l'allenamento	Cavo di regolazione della resistenza collegato in modo errato.	Collegare correttamente il cavo secondo le istruzioni di montaggio.
	Cinghia di trasmissione allentata.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
	È aumentata la distanza tra il volano e i magneti.	Contattare il servizio di assistenza del produttore.
	Il regolatore di tensione è danneggiato.	Contattare l'assistenza clienti del servizio di assistenza del produttore.

GARANZIA

Il venditore, a nome del Garante, concede una garanzia sul territorio della Repubblica di Polonia per un periodo di 24 mesi dalla data di vendita. La garanzia sulla merce venduta non esclude, limita o sospende i diritti dell'Acquirente derivanti dalla Legge sui diritti del consumatore.

Il certificato di garanzia si trova nell'ultima pagina.

CONDIZIONI DI GARANZIA

- Sono soggetti a reclamo e garanzia solo i difetti nascosti derivanti da colpa del produttore.

ES Manual de usuario

Usuario,
Lea las siguientes instrucciones antes de comenzar el montaje y el primer uso del dispositivo. Estas instrucciones contienen información importante sobre la seguridad del uso y el mantenimiento del equipo. Consérvelo para poder utilizar la información relativa al mantenimiento o al pedido de piezas de repuesto.

- La garanzia sarà rispettata dal negozio o dal servizio di assistenza previa presentazione da parte del cliente di:
 - un certificato di garanzia valido, leggibile e compilato correttamente con timbro di vendita e firma del venditore,
 - una prova d'acquisto valida dell'apparecchiatura con la data di vendita,
 - della merce reclamata o della parte difettosa.
 In caso di acquisto a distanza, il certificato di garanzia è valido solo sulla base del documento di acquisto (scontrino / fattura).
- Il reclamo sarà esaminato entro 14 giorni dalla segnalazione del difetto da parte del Cliente.
- I difetti di fabbricazione e i danni riscontrati durante il periodo di garanzia saranno riparati gratuitamente entro un termine non superiore a 21 giorni dalla data di consegna della merce al negozio o al servizio di assistenza.
- In caso di necessità di importare parti, il periodo di riparazione in garanzia può essere esteso del tempo necessario per la loro importazione, ma non superiore a 40 giorni.
- La garanzia non copre:
 - danni meccanici e difetti da essi causati,
 - danni e difetti derivanti da un uso e conservazione non conformi allo scopo, montaggio e manutenzione impropri,
 - danni e usura di elementi soggetti a usura come: cavi, cinghie, elementi in gomma, pedali, impugnature in spugna, ruote, cuscinetti, rivestimenti.
 - attività relative all'assemblaggio e alla manutenzione che, secondo il manuale d'uso, l'utente è tenuto a eseguire autonomamente.
- La garanzia non si applica nei seguenti casi:
 - scadenza del termine di validità,
 - esecuzione da parte del cliente di riparazioni e modifiche autonome con l'uso di parti non originali,
 - quando il difetto è causato da un'installazione errata o dal mancato rispetto delle norme di corretto utilizzo descritte nel manuale d'uso,
 - uso diverso dall'uso domestico,
 - danni verificatisi durante il trasporto.
- Non saranno rilasciati duplicati del certificato di garanzia.
- Nell'ambito della garanzia, il cliente ha il diritto di richiedere i seguenti tipi di risarcimento forniti gratuitamente:
 - riparazione del prodotto,
 - sostituzione del prodotto,
 - riduzione del prezzo,
 - risoluzione del contratto e rimborso completo dei costi sostenuti.
- Per presentare un reclamo è necessario:
 - Presentare il prodotto o la parte di esso coperta dalla garanzia.
 - Prova d'acquisto che specifichi il nome e l'indirizzo del venditore, la data e il luogo di acquisto, il tipo di prodotto o un certificato di garanzia valido con il timbro del negozio.
 - In caso di consegna di un prodotto sporco, il servizio di assistenza può rifiutare l'accettazione oppure, a spese del cliente e con il suo consenso scritto, provvedere alla pulizia.
- In caso di esito positivo del reclamo, l'apparecchiatura sarà riparata o sostituita con una nuova oppure al cliente sarà rimborsato l'importo speso. I costi di trasporto della merce al cliente sono a carico del servizio di assistenza del produttore.
- In caso di rifiuto del reclamo in garanzia, il cliente riceverà una motivazione dettagliata della decisione presa e, entro 14 giorni dal momento della comunicazione della decisione, l'apparecchiatura sarà rispedita al cliente a sue spese.

DATOS TÉCNICOS

Alimentación	Ordenador alimentado por pilas 2×AAA Carbon Zinc. No incluido.
Peso	14,4 kg
Temperatura de uso	0°C a +40°C
Temperatura de almacenamiento	-10°C a +60°C
Peso máximo del usuario	120 kg
Clase de aplicación	Clase H

Clase de precisión	Clase C
Velocidad	0,0-99,9 km/h
Norma del producto (principal)	EN ISO 20957-5:2028
Destino	Bicicleta magnética para uso doméstico

SEGURIDAD

¡ATENCIÓN! El dispositivo sólo puede utilizarse de acuerdo con su finalidad prevista, es decir, para el entrenamiento de adultos. Cualquier otro uso del dispositivo puede ser peligroso. El fabricante no se hace responsable de los daños causados por un uso incorrecto del dispositivo.

- El dispositivo ha sido diseñado y construido sobre la base de los últimos conocimientos en materia de seguridad. Los elementos peligrosos que podrían suponer un riesgo de lesiones se han eliminado o protegido relativamente.
- No se permiten reparaciones ni modificaciones por cuenta propia.
- Una vez cada uno o dos meses, compruebe que los tornillos, pernos y tuercas están bien apretados.
- Para garantizar la seguridad de forma duradera, revise y mantenga el equipo regularmente (es decir, una vez al año) en un establecimiento comercial especializado.
- Cualquier modificación en el aparato que no esté descrita en el presente manual puede causar daños o representar un peligro directo para la salud y la vida del usuario. Las modificaciones del aparato solo deben ser realizadas por el personal del servicio técnico del fabricante o por personas capacitadas por ellos para tal fin.
- Todos los dispositivos están sujetos a procesos continuos de innovación con el fin de garantizar una alta calidad. Por este motivo, el fabricante se reserva el derecho de introducir cambios técnicos.
- Cualquier pregunta o duda relacionada con el equipo debe dirigirse a un establecimiento especializado.

¡ATENCIÓN! Debe advertirse a las personas que se encuentren cerca durante el uso del equipo sobre los posibles peligros. Tenga especial cuidado en presencia de niños.

¡ATENCIÓN! Antes de comenzar cualquier ejercicio, consulte a un médico para asegurarse de que no tiene contraindicaciones de salud para entrenar en el aparato. Basándose en la opinión del especialista, podrá elaborar su propio plan de entrenamiento. Un programa mal seleccionado o ejercicios excesivos pueden ser peligrosos para su salud y su vida.

ADVERTENCIA! Los sistemas de monitoreo de la frecuencia cardíaca pueden no ser precisos. El sobreesfuerzo durante el ejercicio puede provocar lesiones graves o incluso la muerte. Si se siente débil, detenga el ejercicio inmediatamente.

¡ATENCIÓN! Cumpla estrictamente con las recomendaciones relativas al entrenamiento contenidas en este manual.

- Al elegir el lugar para realizar el entrenamiento, asegúrese de mantener una distancia segura con respecto a posibles obstáculos. No coloque el equipo cerca de vías de paso (calles, portones, pasillos, etc.).
- Está prohibido utilizar el equipo cerca de una pared. La zona de seguridad debe tener una profundidad de 2000 mm y una anchura al menos igual a la del equipo.

¡ATENCIÓN! Durante el montaje del dispositivo, actúe con precaución y no permita que los niños se acerquen. Durante el montaje se utilizan piezas pequeñas (tuercas, tornillos, etc.) que podrían ser ingeridas por ellos.

RIESGOS RESIDUALES

- Si no se utiliza adecuadamente la protección contra caídas, o se utiliza de forma incorrecta, existe un riesgo residual de caída que puede provocar abrasiones, hematomas, fracturas o, en el peor de los casos, la muerte.
- Existe un riesgo residual de sobrecarga involuntaria del usuario debido a un uso incorrecto o una evaluación inadecuada, así como a una transmisión errónea de datos (debido a interferencias electromagnéticas, fallos de software, etc.). Incluso la mejor protección de software y hardware no elimina la posibilidad de error y, teóricamente, puede provocar una sobrecarga del usuario.
- Este producto es un dispositivo eléctrico, por lo que no se puede excluir el riesgo de electrocución, que podría resultar mortal.

- Tampoco se puede excluir el riesgo residual de asfixia.
- El riesgo puede reducirse siguiendo la información de seguridad contenida en el manual de instrucciones.
- No se puede descartar que el uso involuntario o indebido del dispositivo cause otros riesgos no contemplados, o que los riesgos contemplados hayan sido evaluados incorrectamente.

El análisis de riesgos se ha realizado sobre la base del “estado actual del dispositivo”. La evaluación y control del producto muestran que la probabilidad de un riesgo inaceptable es muy baja. El equipo (su construcción, modo de funcionamiento y aplicación) no representa —en condiciones normales— un riesgo injustificado para el usuario ni para terceros.

MARCADO DE MANIPULACIÓN EN LOS EMBALAJES DE TRANSPORTE



Este lado hacia arriba. No volcar..



Proteger contra caídas.



Embalaje reciclable.



Residuos electrónicos. Es necesario entregar el equipo usado en un punto de reciclaje.



Frágil, manipular con cuidado. Existe riesgo de daño. Tenga cuidado.



Proteger contra la humedad.



Atención: producto pesado.



Almacenar como máximo en 5 capas.

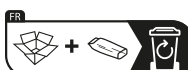


El producto contiene el manual de instrucciones.



DO NOT USE BLADE TO OPEN

No abrir con un cuchillo.



El embalaje está hecho de cartón y plástico. Por favor, clasifique los residuos de acuerdo con las regulaciones locales.



El embalaje está hecho de cartón y plástico. Por favor, clasifique los residuos de acuerdo con las regulaciones locales.



El embalaje está hecho de cartón.



El embalaje ha sido fabricado teniendo en cuenta la responsabilidad por el medio ambiente y el reciclaje. Por favor, clasifique los residuos de acuerdo con las regulaciones locales.

MANEJO

Antes de comenzar el entrenamiento, asegúrese de que el dispositivo esté correctamente montado.

- Antes de comenzar el primer entrenamiento, familiarícese con todas las funciones y posibilidades de ajuste del dispositivo.
- El dispositivo tiene elementos que pueden estar expuestos a la corrosión. Por esta razón, no se recomienda que permanezca en una habitación húmeda. También debe asegurarse de que el equipo (especialmente sus elementos internos y electrónicos) no esté expuesto al contacto con agua, bebidas, sudor, etc.
- El dispositivo está diseñado solo para el entrenamiento de adultos y no es un juguete para niños. Si permite que los niños lo usen bajo su propia responsabilidad, instrúyalos sobre el uso correcto y supérvelos constantemente.

- El equipo no es adecuado para fines terapéuticos.
- Durante el funcionamiento del dispositivo, puede haber ruidos silenciosos durante el movimiento inercial de la masa del volante, que resultan del tipo de construcción. No tienen ninguna influencia en el funcionamiento del equipo.
- La emisión de ruido durante la carga es mayor que sin carga.
- Antes de comenzar cada entrenamiento, verifique la corrección de las protecciones y las conexiones atornilladas y enchufables.
- Durante el entrenamiento en el dispositivo, recuerde usar el calzado adecuado (zapatos deportivos).

MANTENIMIENTO DEL EQUIPO

Realice el mantenimiento del dispositivo con regularidad. Realice las siguientes acciones al menos cada 20 horas de su funcionamiento.

- Controle las partes móviles del dispositivo. Si no están suficientemente lubricadas, utilice grasa para rodamientos de bicicletas.
- Controle el estado de elementos como tornillos y tuercas. Asegúrese de que estén bien apretados.
- Después de cada entrenamiento, limpie el sudor del dispositivo. Presta atención a que el monitor no entre en contacto con agua o humedad.
- Para limpiar el dispositivo, utilice únicamente agua con jabón. No utilice productos de limpieza.
- Guarde el dispositivo en un lugar seco y cálido.
- No exponga el dispositivo a la luz solar.

REEMPLAZO DE LA BATERÍA

La información apenas visible en la pantalla de la computadora o su ausencia indica la necesidad de reemplazar la batería. Retire la cubierta de la batería y reemplace las viejas por dos nuevas. Colocándolas

en el compartimento de la batería, respete las marcas "+" y "-".

Si la pantalla no funciona correctamente después de reiniciar, retire las baterías durante unos minutos y luego vuelva a colocarlas.

¡ATENCIÓN! Las baterías usadas no están cubiertas por la garantía. Contienen sustancias nocivas (como cadmio, mercurio o plomo), por lo que no las tire al contenedor de basura doméstico. Llévelas a un punto adecuado para baterías usadas.

MEDIO AMBIENTE

El dispositivo se entrega en un embalaje para protegerlo contra posibles daños durante el transporte. Los embalajes son materias primas no procesadas y pueden ser recicladas. Deseche estos materiales en los contenedores de colores adecuados designados para la recolección selectiva.



Proteja el medio ambiente y no tire las baterías usadas a la basura doméstica. Entréguelas en el lugar de compra o entréguelas a un punto de almacenamiento separado de materias primas secundarias.

Los aparatos eléctricos usados (incluido el contador, la fuente de alimentación) son materias primas

secundarias; no los tire a los contenedores de residuos domésticos, ya que pueden contener sustancias peligrosas para la salud y el medio ambiente. Solicitamos ayuda activa en el ahorro gestión de los recursos naturales y la protección del medio ambiente natural entregando el dispositivo usado a un punto de almacenamiento de materias primas secundarias: aparatos eléctricos usados.

MONTAJE

El montaje del dispositivo debe ser realizado cuidadosamente por un adulto. En caso de duda, pide ayuda a alguien con más experiencia en este campo.

- Antes de comenzar el montaje, asegúrate de que el kit con el dispositivo contiene todos los elementos de la lista de piezas y de que ningún elemento se haya dañado durante el transporte. En caso de falta de elementos o reservas, ponte en contacto con el vendedor.
- Familiarízate con los dibujos y las explicaciones y realiza el montaje según el orden indicado en la instrucciones de montaje.
- Ten cuidado durante el montaje. Al usar herramientas y elementos, existe riesgo de cortarse.
- Recuerda mantener un entorno seguro. No dispongas las herramientas y los elementos de montaje de forma caótica. Recuerda que las láminas y bolsas de plástico representan un peligro de asfixia para los niños.
- Los elementos de montaje necesarios para realizar un paso determinado de las instrucciones de montaje se han presentado en los dibujos

y las explicaciones. Utiliza los elementos indicados en las instrucciones de montaje.

- En las primeras fases del montaje, no aprietes las piezas hasta el final. Hazlo después de colocar todas y asegurarte de que están correctamente asentadas.
- El fabricante se reserva el derecho de realizar el montaje previo de algunos elementos.

ESQUEMA DE MONTAJE (→ Ver página 2)

UWAGA! Se prohíbe el uso de piezas procedentes de fuentes distintas al fabricante.

LISTA DE PIEZAS

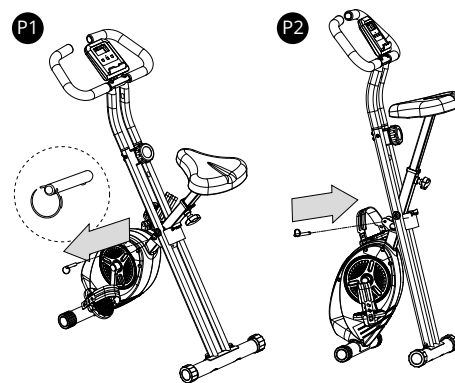
Nº	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD
1	Monitor	1
2	Tornillo M5*10	4
3	Volante	1
5	Soporte de la pletina del monitor	1
6	Ñruba M8×40X20	2
7	Arandela elástica D8	4
8	Arandela curvada D8×1.5×φ20 R15	2
10	Soporte de mango soldado	1
13	Ñtornillo M6×12* S4	6
14	Arandela plana φ6xφ12x1.5	2
22	Tapa ETuerca M8*S13	2
23	Curvada Arandela D8×1.5×φ20 R28	2
24	Tubo inferior trasero	1
26	Tornillo M8*60	2
27(I/D)	Pedal	2
28	Enchufe	1
29	Pomo en forma de corazón	1
32	Junta arqueada D6×1.5×φ12	4
33	Arandela plana D8	3
34	Soldadura del tubo del sillín	1
35	Sillín	1
36	Tubo inferior delantero	1
38	Tornillo M8*55	2
57	De nylon Nuerca M8	5
A	Lave S5	1
B	Lave plana S13, 15, 19	1
C	Lave S4	1

INSTRUCCIONES DE MONTAJE (→ Véase la página 2)

UWAGA! Durante el montaje, siga los siguientes pasos y utilice las herramientas incluidas con el producto.

Prepare suficiente espacio libre para montar el dispositivo. Debido al gran peso de algunos elementos, se recomienda el montaje entre dos personas.

Cuando no esté en uso, primero retire el pasador del anillo, como se muestra en la figura P1; monte la soldadura del soporte y el bastidor principal; luego, alinee los orificios en la parte inferior de la pieza en forma de U del bastidor principal y la soldadura del soporte, y finalmente inserte el pasador del anillo para fijarlo, como se muestra en la figura P2.

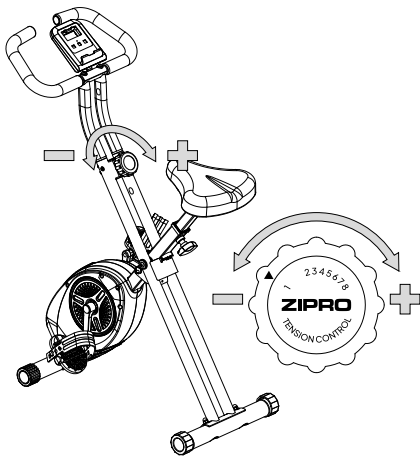


AJUSTES

Ajuste de resistencia

Para aumentar la resistencia, gire la perilla de ajuste de resistencia en el sentido de las agujas del reloj.

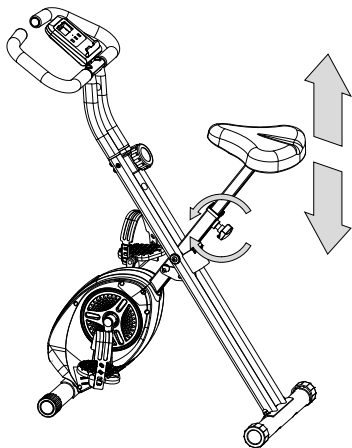
Para disminuir la resistencia, gire la perilla de ajuste de tensión en el sentido contrario a las agujas del reloj.



Altura del sillín

Afloje la perilla del soporte del sillín, ajuste el sillín a la altura deseada y apriete la perilla. Asegúrese de que el sillín esté fijo. La altura correcta del sillín aumenta la eficiencia del ejercicio y reduce el riesgo de lesiones.

Coloque los pedales en posición vertical (un pedal en la parte inferior, el otro en la parte superior). Suba a la bicicleta y coloque los pies en los pedales. Asegúrese de que la pierna colocada en el pedal inferior esté colocada cómodamente. Si está demasiado doblada, levante el sillín. Si no puede alcanzar el pedal, o su pierna está en hiperextensión, baje el sillín.

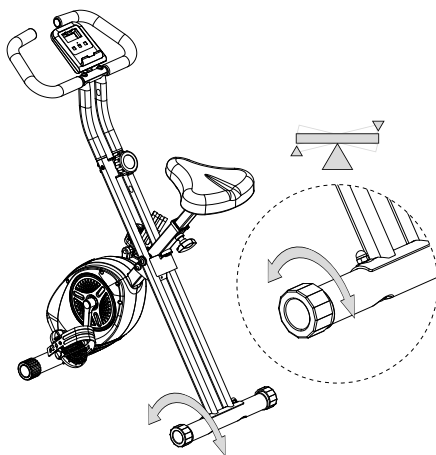


Ajuste de las correas de los pedales

A la parte interior del pedal, enganche la correa de goma por el lado con tres orificios. Enganche el otro extremo a uno de los orificios de ajuste, de modo que el pie esté fijo durante la conducción y sea fácil de quitar. Realice esta acción para ambos pedales.

Nivelación del dispositivo

Nivele el dispositivo girando las tapas niveladoras ubicadas en la base trasera. Las tapas tienen forma de polígono, cada uno de sus lados tiene una altura diferente, encuentre el lado correcto para que el dispositivo quede estable.



MANUAL DE INSTRUCCIONES DE LA COMPUTADORA COMPUTADORA (MODELO) MRMS06-GRN

Antes de usar, retire la película protectora de la pantalla de la computadora.

AUTO ON/OFF

La computadora se encenderá cuando el volante se ponga en movimiento o se presione cualquier botón. La computadora se apagará automáticamente después de 4 minutos de inactividad.

DESCRIPCIÓN DE LOS BOTONES INDIVIDUALES

MODE - permite seleccionar un parámetro.

SET - sirve para ajustar los valores de los parámetros.

RESET - sirve para restablecer inmediatamente el tiempo, la distancia y las calorías.

FUNCIONES (ESPECIFICACIONES)

TIEMPO	Cuenta el tiempo total de ejercicio desde el inicio hasta el final.	00:00-99:59 min
VELOCIDAD	Muestra la velocidad actual.	0,0-99,9 km/h
DISTANCIA	Cuenta la distancia total desde el inicio hasta el final del ejercicio.	0,0-9999 km
CALORÍAS	Cuenta el número total de calorías quemadas desde el inicio hasta el final del ejercicio. (La medición es aproximada para comparar diferentes sesiones de ejercicio, no se puede utilizar en el tratamiento).	0,0-9999 kcal
DISTANCIA TOTAL (ODO)	Cuenta la distancia total desde la instalación de la batería.	0-9999 km
PULSO	Muestra el pulso actual. ¡ATENCIÓN! Medición del pulso solo para fines deportivos (se excluye el uso médico).	40-240 BPM

AJUSTE DEL VALOR PARA LA CUENTA REGRESIVA

- Pulsando **MODE** ajuste en el monitor el parámetro cuyo valor desea alcanzar durante el entrenamiento: tiempo, distancia, calorías, pulso.
- Pulsando repetidamente el botón **SET**, ajuste el valor apropiado.
La cuenta atrás comenzará cuando empiece a pedalear. Aparecerá una flecha hacia abajo en el monitor. El final de la cuenta atrás o la superación del valor de pulso establecido se señala con un sonido.

RITMO CARDÍACO

UWAGA! La medición del pulso es solo para fines deportivos (se excluye el uso médico).

- Pulse el botón **MODE** hasta que aparezca PULSE en la pantalla. Coloque ambas manos sobre los sensores de pulso del manillar. Mientras se realiza la medición, el ordenador mostrará un icono en forma de corazón. Después de 3 a 4 segundos, el ordenador mostrará el pulso actual.

ENTRENAMIENTO Y FASES DE EJERCICIO

El uso del aparato le proporcionará muchos beneficios. En primer lugar, mejorará su condición física, fortalecerá sus músculos y, en combinación con una dieta adecuada, le permitirá quemar el exceso de grasa.

1. CALENTAMIENTO

Esta es una fase que mejora la circulación sanguínea en todo el cuerpo y prepara los músculos para un esfuerzo intenso. También reduce el riesgo de que se produzcan calambres y lesiones. Se recomienda realizar algunos ejercicios de estiramiento como se muestra a continuación.

Si siente dolor, deje de hacer ejercicio o reduzca el rango de movimiento.

ESTIRAMIENTO DE LOS MÚSCULOS INTERNOS DEL MUSLO

Siéntese en una superficie plana con las piernas dobladas y las rodillas hacia afuera. Junte las plantas de los pies y acérquelas lo más posible. Presione suavemente las rodillas hacia el suelo y mantenga esta posición durante 15 segundos.

ESTIRAMIENTO DE MUSLOS

Siéntese en una superficie plana. Estire la pierna derecha y coloque la planta del pie izquierdo contra el muslo derecho. Estire la mano derecha hacia los dedos del pie derecho lo más lejos posible. Mantenga la posición durante 15 segundos. Repita con la pierna izquierda.

GIROS DE CABEZA

Mantenga la cabeza recta mirando hacia delante. Sin mover los hombros, gírela a la derecha y enderécela, luego gírela a la izquierda y enderécela.

ELEVACIÓN DE BRAZOS

Levante el brazo izquierdo lo más alto posible y manténgalo durante unos segundos. Repita con el brazo derecho.

ESTIRAMIENTO DE LOS TENDONES DE AQUILES

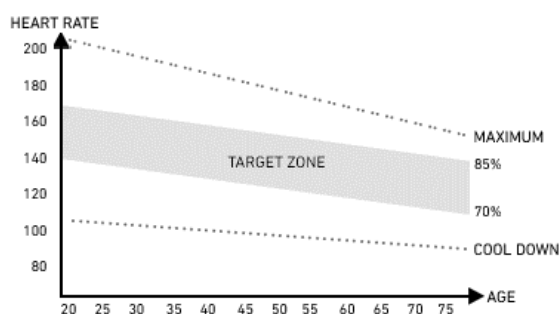
Póngase de cara a la pared, adelante la pierna izquierda y dóblela ligeramente por la rodilla. Mantenga la derecha atrás, estirada, con el talón apoyado en el suelo. Mantenga ambos talones apoyados en el suelo y presione las caderas hacia la pared. Mantenga esta posición durante 30 segundos. Repita con la pierna derecha adelantada. Recuerde no arquear la espalda durante el ejercicio.

FLEXIONES

Póngase de pie con las piernas juntas. Inclínese hacia delante intentando acercar el pecho a las rodillas lo más posible. Mantenga la posición durante 15 segundos. Recuerde no doblar las rodillas.

2. FASE DE EJERCICIO

Esta es la fase adecuada del entrenamiento. Haga ejercicio a su propio ritmo para alcanzar un ritmo cardíaco adecuado a su edad, como se muestra en el gráfico.



3. FASE DE RELAJACIÓN

Esta fase ayuda a calmar la circulación y relajar los músculos. Es una repetición de los ejercicios de calentamiento. Debe recordar que no debe esforzar los músculos.

POSIBLES DAÑOS Y TÉCNICAS DE REPARACIÓN

UWAGA! Abrir la carcasa del dispositivo sin contactar previamente con el servicio técnico del fabricante conlleva la pérdida de la garantía.

En caso de sospechar un fallo que requiera abrir la carcasa, póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.

DESCRIPCIÓN DEL FALLO	POSIBLES CAUSAS	SOLUCIÓN
El dispositivo se balancea	El dispositivo se ha colocado sobre una superficie irregular. Debajo de la base del dispositivo hay un objeto que perturba el equilibrio.	Coloque el dispositivo sobre una superficie nivelada. Retire el objeto que perturba el equilibrio.
	Las bases no se han montado correctamente.	Monte correctamente las bases del dispositivo.
El sillín o el manillar se balancean	Los tornillos y las perillas de la tija del sillín o del manillar no se han apretado.	Apriete los tornillos y la perilla de la tija del sillín o del manillar.
Ruido durante el uso	Elementos apretados incorrectamente.	Póngase en contacto con el

	servicio técnico del fabricante.	
	Durante el funcionamiento del dispositivo, pueden producirse ligeros ruidos al moverse la masa inercial del volante, debido al tipo de construcción. Estos ruidos no afectan en absoluto al funcionamiento del equipo. Los posibles ruidos que se escuchen al pedalear en dirección contraria son de naturaleza técnica y no tienen consecuencias negativas.	
Ruido y falta de suavidad en el funcionamiento	Rodamientos dañados.	Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
Falta de resistencia adecuada durante el entrenamiento	Cable de regulación de resistencia conectado incorrectamente.	Conecte el cable correctamente siguiendo las instrucciones de montaje.
	Correa de transmisión floja.	Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
	Ha aumentado la distancia entre el volante de inercia y los imanes.	Póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
	El regulador de tensión está dañado.	Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente del fabricante.

GARANTÍA

El vendedor, en nombre del Garante, concede una garantía en el territorio de la República de España por un período de 24 meses a partir de la fecha de venta. La garantía del producto vendido no excluye, restringe ni suspende los derechos del Comprador derivados de la Ley de Defensa de los Consumidores y Usuarios.

La tarjeta de garantía se encuentra en la última página.

CONDICIONES DE LA GARANTÍA

- Solo están sujetos a reclamación y garantía los defectos ocultos causados por culpa del fabricante.
- La garantía será respetada por la tienda o el servicio técnico previa presentación por parte del cliente de:
 - una tarjeta de garantía válida, legible y correctamente cumplimentada con el sello de venta y la firma del vendedor,
 - un comprobante de compra válido del equipo con la fecha de venta,
 - el producto reclamado o la pieza defectuosa.

En caso de compra a distancia, la tarjeta de garantía solo es válida en base al documento de compra (ticket / factura).
- La reclamación se tramitará en un plazo de hasta 14 días desde el momento en que el Cliente notifique el defecto.
- Los defectos de fabricación y los daños revelados durante el período de garantía se repararán de forma gratuita en un plazo no superior a 21 días a partir de la fecha de entrega del producto a la tienda o al servicio técnico.
- En caso de ser necesario importar piezas, el plazo de reparación en garantía podrá ampliarse por el tiempo necesario para su importación, pero no más de 40 días.
- La garantía no cubre:
 - daños mecánicos y los defectos causados por ellos,
 - daños y defectos resultantes de un uso y almacenamiento inadecuados para el propósito previsto, montaje y mantenimiento inadecuados, daños y desgaste de elementos consumibles como: cables, correas, elementos de goma, pedales, empuñaduras de espuma, ruedas, cojinetes, tapicería.
 - actividades relacionadas con el montaje y el mantenimiento, que el usuario está obligado a realizar por su cuenta según el manual de instrucciones.
- La garantía no se aplica en los siguientes casos:
 - expiración del período de validez,

- b. realización por parte del cliente de reparaciones y modificaciones independientes con el uso de piezas no originales,
 - c. cuando el defecto se debe a una instalación incorrecta o como resultado del incumplimiento de las normas de uso correcto descritas en el manual de instrucciones,
 - d. uso diferente al uso doméstico,
 - e. daños causados durante el transporte.
8. No se emitirán duplicados de la tarjeta de garantía.
 9. En el marco de la garantía, el cliente tiene derecho a exigir los siguientes tipos de compensación gratuita:
 - a. reparación del producto,
 - b. sustitución del producto,
 - c. reducción del precio,
 - d. rescisión del contrato y reembolso total de los costes incurridos.
 10. Para presentar una reclamación, es necesario:
 - a. Presentar el producto o la parte del mismo a la que se refiere la garantía.

- b. Comprobante de compra que especifique el nombre y la dirección del vendedor, la fecha y el lugar de compra, el tipo de producto o una tarjeta de garantía válida con el sello de la tienda.
 - c. En caso de entrega de un producto sucio, el servicio técnico puede rechazar su aceptación o realizar la limpieza a expensas del cliente con su consentimiento por escrito.
11. En caso de que la reclamación se resuelva positivamente, el equipo será reparado o sustituido por uno nuevo, o se reembolsará el dinero al cliente. Los gastos de transporte de la mercancía al cliente corren a cargo del servicio técnico del fabricante.
 12. En caso de rechazo de la reclamación de garantía, el cliente recibirá una justificación detallada de la decisión tomada y, en un plazo de 14 días desde la comunicación de la decisión, el equipo será devuelto al cliente a su cargo.

NL Gebruikershandleiding

Beste gebruiker,
Lees deze handleiding aandachtig door voordat u met de montage begint en het apparaat voor de eerste keer gebruikt. Deze handleiding bevat belangrijke informatie over de veiligheid van het gebruik en het onderhoud van het apparaat. Bewaar het zodat u de informatie kunt gebruiken voor onderhoud of het bestellen van reserveonderdelen.

TECHNISCHE GEGEVENS

Stroomvoorziening	Computer werkt op 2×AAA Carbon Zinc batterijen. Niet inbegrepen.
Gewicht	14,4 kg
Gebruikstemperatuur	0°C tot +40°C
Opslagtemperatuur	-10°C tot +60°C
Maximaal gebruikersgewicht	120 kg
Toepassingsklasse	Klasse H
Nauwkeurigheidsklasse	Klasse C
Snelheid	0,0-99,9 km/u
Productnorm (hoofd)	EN ISO 20957-5:2028
Bestemming	Fiets magnetisch voor thuisgebruik

VEILIGHEID

LET OP! Het apparaat mag uitsluitend worden gebruikt waarvoor het bedoeld is, d.w.z. voor training door volwassenen. Elk ander gebruik van het apparaat kan gevaarlijk zijn. De fabrikant kan niet aansprakelijk worden gesteld voor schade veroorzaakt door onjuist gebruik van het apparaat.

- Het apparaat is ontworpen en gebouwd op basis van de laatste kennis op het gebied van veiligheid. Gevaarlijke elementen die mogelijk een risico op letsel kunnen vormen, zijn geëlimineerd of relatief veilig gemaakt.
- Reparaties en wijzigingen op eigen initiatief zijn niet toegestaan.
- Controleer eenmaal per maand of twee maanden of de schroeven, bouten en moeren goed vastzitten.
- Om de veiligheid permanent te waarborgen, dient u de apparatuur regelmatig (d.w.z. eenmaal per jaar) te controleren en te onderhouden bij een gespecialiseerde dealer.
- Alle wijzigingen aan het apparaat die niet zijn beschreven in deze handleiding kunnen schade veroorzaken of een direct gevaar vormen voor de gezondheid en het leven van de gebruiker. Wijzigingen aan het apparaat mogen alleen worden uitgevoerd door servicepersoneel van de fabrikant of personen die door hen zijn opgeleid.
- Alle apparaten zijn onderhevig aan voortdurende innovatie om een hoge kwaliteit te waarborgen. Om deze reden behoudt de fabrikant zich het recht voor om technische wijzigingen aan te brengen.
- Met vragen of opmerkingen over de apparatuur kunt u terecht bij een gespecialiseerde winkel.

LET OP! Waarschuw personen in de buurt tijdens het gebruik van de apparatuur voor mogelijke gevaren. Wees extra voorzichtig in de buurt van kinderen.

LET OP! Raadpleeg een arts voordat u met de oefeningen begint om er zeker van te zijn dat er geen gezondheidsbelemmeringen zijn om met de training op het apparaat te beginnen. Op basis van de mening van een specialist kunt u uw trainingsplan opstellen. Een onjuist gekozen programma of overmatige oefening kan gevaarlijk zijn voor uw gezondheid en leven.

WAARSCHUWING! Hartslagbewakingssystemen zijn mogelijk onnauwkeurig. Overbelasting tijdens het sporten kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Als u zich zwak voelt, stop dan onmiddellijk met sporten.

LET OP! Neem absoluut de opmerkingen over het uitvoeren van de training in deze handleiding in acht.

- Houd bij het kiezen van een plaats voor de training rekening met veilige afstanden tot mogelijke obstakels. Plaats de apparatuur niet in de buurt van communicatieroutes (wegen, poorten, doorgangen, enz.).
- Het is verboden de apparatuur op korte afstand te gebruiken van de muur. De veiligheidszone is 2000 mm en minstens zo breed als het apparaat.

LET OP! Wees voorzichtig tijdens de installatie van het apparaat en laat geen kinderen in de buurt komen. Tijdens de montage worden kleine onderdelen (moeren, schroeven, enz.) gebruikt die kunnen worden ingeslikt.

RESIDUEEL RISICO

- In het geval dat de valbeveiliging niet wordt gebruikt of wel, maar onjuist, bestaat er een residueel risico, d.w.z. een val van een persoon die huidafrschuringen, blauwe plekken, breuken of, in het ergste geval, de dood veroorzaakt.
- Er bestaat een residueel risico op onbedoelde overbelasting van de gebruiker veroorzaakt door onjuiste bediening of onjuiste beoordeling, evenals onjuiste datatransmissie (vanwege elektromagnetische storingen, softwarefouten, enz.). Zelfs de beste software- en hardwarebeveiliging sluit software- of hardwarefouten niet uit en kan in theorie leiden tot overbelasting van de gebruiker.
- Het product is een elektrisch apparaat, daarom kan een elektrische schok die tot de dood kan leiden niet worden uitgesloten.
- Het residuele risico op verstikking kan niet worden uitgesloten.
- Het risico kan worden beperkt door de informatie te volgen over veiligheid in de gebruiksaanwijzing.
- Het kan niet worden uitgesloten dat onbedoeld of ongeoorloofd gebruik andere, niet-geïdentificeerde risico's veroorzaakt, en de geïdentificeerde risico's onjuist zijn ingeschat.

In de risicoanalyse is de beoordeling gebaseerd op de "huidige staat van het apparaat". Uit de uitgevoerde beoordeling en controle van het product blijkt dat de kans op onaangevaarbare risico's zeer klein is. Het apparaat (de constructie, de werking en de toepassing ervan) veroorzaakt onder normale omstandigheden geen onredelijke risico's voor de gebruiker of derden.

MANIPULATIEVE MARKERINGEN OP TRANSPORTVERPAKKINGEN



DO NOT USE BLADE TO OPEN
Niet openen met een mes.



Verpakking gemaakt van karton en kunststoffen. Gelieve afval te scheiden volgens de plaatselijke voorschriften.



Verpakking gemaakt van karton en kunststoffen. Gelieve afval te scheiden volgens de plaatselijke voorschriften.



Verpakking gemaakt van karton.



De verpakking is vervaardigd met inachtneming van de verantwoordelijkheid voor het milieu en recycling. Gelieve afval te scheiden volgens de plaatselijke voorschriften.

GEbruik

Zorg er voor de training begint voor dat het apparaat correct is gemonteerd.

- Lees voor de eerste training alle functies en instelmogelijkheden van het apparaat door.
- Het apparaat bevat elementen die blootgesteld kunnen worden aan corrosie. Daarom wordt het niet aanbevolen om het achter te laten in een vochtige ruimte. Zorg er ook voor dat de apparatuur (vooral de interne en elektronische componenten) niet in contact komt met water, dranken, zweet enz.
- Het apparaat is uitsluitend bedoeld voor training door volwassenen en is absoluut geen speelgoed voor kinderen. Als u op eigen risico kinderen toestaat het te gebruiken, instrueer hen dan absoluut over correct gebruik en houd voortdurend toezicht.
- De apparatuur is niet geschikt voor therapeutisch gebruik.
- Tijdens het gebruik van het apparaat kan er een zacht geluid optreden bij de inertiebeweging van de vliegwielmassa, wat te wijten is aan het type constructie. Deze hebben geen invloed op de werking van de apparatuur.
- De geluidsemissie tijdens belasting is hoger dan zonder belasting.
- Controleer voor elke training de correctheid van de beveiligingen en schroef- en stekkerverbindingen.
- Denk tijdens het trainen op het apparaat aan geschikt schoeisel (sportschoenen).

ONDERHOUD VAN DE APPARATUUR

Voer regelmatig onderhoud uit aan het apparaat. Voer de volgende activiteiten minstens om de 20 uur gebruik uit.

- Controleer de bewegende delen van het apparaat. Als ze niet voldoende gesmeerd zijn, gebruik dan vet voor fietslagers.
- Controleer de staat van elementen zoals schroeven en moeren. Zorg ervoor dat ze goed vastgedraaid zijn.
- Veeg na elke training het zweet van het apparaat. Let op dat de monitor niet in contact komt met water of vocht.
- Gebruik uitsluitend water om het apparaat te reinigen met zeep. Gebruik geen reinigingsmiddelen.
- Bewaar het apparaat op een droge en warme plaats.
- Stel het apparaat niet bloot aan direct zonlicht.

BATTERIJEN VERVANGEN

Slecht zichtbare informatie op het computerscherm of het ontbreken ervan duidt op de noodzaak om de batterijen te vervangen.

Verwijder het batterijklepje en vervang de oude batterijen door twee nieuwe. Plaats ze

in het batterijcompartiment met inachtneming van de "+" en "-" markeringen.

Als het scherm na het opnieuw opstarten niet correct werkt, verwijder dan de batterijen enkele minuten en plaats ze vervolgens terug.

LET OP! Gebruikte batterijen vallen niet onder de garantie. Ze bevatten schadelijke stoffen (zoals cadmium, kwik of lood) en mogen daarom niet bij het huisvuil worden gegooid. Breng ze naar een geschikt inzamelpunt voor gebruikte batterijen.

MILIEU

Het apparaat wordt in een verpakking geleverd om het te beschermen tegen mogelijke schade tijdens het transport. Verpakkingen zijn onbewerkte grondstoffen en kunnen worden gerecycled. Gooi deze materialen in de daarvoor bestemde gekleurde containers voor gescheiden inzameling.



Bescherm het milieu en gooi gebruikte batterijen niet bij het huisvuil. Lever ze in bij de plaats van aankoop of breng ze naar een afgescheiden inzamelpunt voor secundaire grondstoffen.

Afgedankte elektrische apparaten (inclusief teller, voeding) zijn secundaire grondstoffen - gooi ze niet bij het huisvuil, omdat ze stoffen kunnen bevatten die gevaarlijk zijn voor de gezondheid en het milieu. Wij vragen u om actief bij te dragen aan het zuinige beheer van natuurlijke hulpbronnen en de bescherming van het natuurlijke milieu door het afgedankte apparaat naar een inzamelpunt voor secundaire grondstoffen - afgedankte elektrische apparaten - te brengen.

MONTAGE

De montage van het apparaat moet zorgvuldig worden uitgevoerd door een volwassene. Vraag bij twijfel iemand om hulp met meer ervaring op dit gebied.

- Controleer voor aanvang van de montage of de set met het apparaat alle elementen van de onderdelenlijst bevat en of er geen onderdelen beschadigd zijn tijdens het transport. Neem bij ontbrekende onderdelen of bezwaren contact op met de verkoper.
- Maak uzelf vertrouwd met de tekeningen en uitleg en voer de montage uit in de volgorde die is opgenomen in de montagehandleiding.
- Wees voorzichtig tijdens de montage. Tijdens het gebruik van gereedschap en elementen bestaat het risico op letsel.
- Vergeet niet om een veilige omgeving te creëren. Leg gereedschap en montageonderdelen niet chaotisch neer. Denk eraan dat folies en plastic zakken een verstikkingsgevaar vormen voor kinderen.
- Montageonderdelen die nodig zijn om een bepaalde stap uit te voeren van de montagehandleiding worden weergegeven in de tekeningen en uitleg. Gebruik de elementen die zijn aangegeven in de montagehandleiding.
- Draai in de eerste fase van de montage de onderdelen niet volledig vast. Doe dit nadat alle onderdelen zijn geplaatst en u zeker weet dat ze correct zijn geplaatst.
- De fabrikant behoudt zich het recht voor om bepaalde onderdelen vooraf te monteren.

MONTAGESHEMA (→ Zie pagina 2)

LET OP! Het is verboden onderdelen te gebruiken die afkomstig zijn van andere bronnen dan de fabrikant.

ONDERDELENLIJST

NR	OMSCHRIJVING	AANTAL
1	Monitor	1
2	Schroef M5*10	4

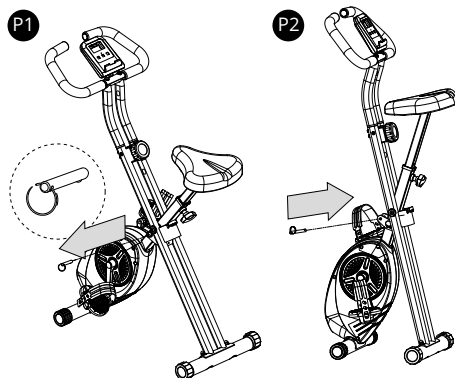
3	Stuur	1
5	Wspornik pyty monitora	1
6	Schroef M8×40X20	2
7	Veerring D8	4
8	Gebogen afdichting D8×1.5×φ20 R15	2
10	GELASTE handgreep beugel	1
13	Schroef M6×12×S4	6
14	Platte ring φ6×φ12×1.5	2
22	Afdekdop Neindstuk M8×S13	2
23	Gebogen ring D8×1.5×φ20 R28	2
24	Achterste onderbuis	1
26	Schroefa M8×60	2
27(L/R)	Pedaal	2
28	Plug	1
29	Hartvormige knop	1
32	Boogvormige afdichting D6×1.5×φ12	4
33	Platte ring D8	3
34	Zadelpenlassen	1
35	Zadel	1
36	Voorste onderbuis	1
38	Bout M8×55	2
57	Nylon Nmoer M8	5
A	Sleutel S5	1
B	Steeksleutel S13, 15, 19	1
C	Sleutel S4	1

MONTAGE-INSTRUCTIES (→ Zie pagina 2)

LET OP! Volg tijdens de montage de onderstaande stappen en gebruik het gereedschap dat bij het product is geleverd.

Zorg voor voldoende vrije ruimte om het apparaat te monteren. Vanwege het hoge gewicht van sommige onderdelen wordt aanbevolen de montage met twee personen uit te voeren.

Wanneer niet in gebruik, trek eerst de borgpen van de ring eruit, zoals weergegeven in afbeelding P1; monteer het laswerk van de beugel en het hoofdframe; lijn vervolgens de gaten aan de onderkant van het U-vormige deel van het hoofdframe en het laswerk van de beugel uit, en steek ten slotte de borgpen van de ring erin om deze vast te zetten, zoals weergegeven in afbeelding P2.

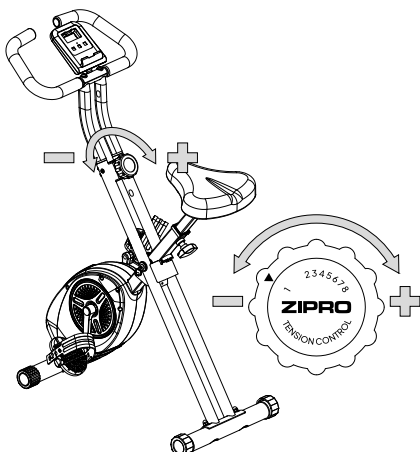


AANPASSINGEN

Weerstand aanpassen

Om de weerstand te verhogen, draait u de weerstandsknop met de klok mee.

Om de weerstand te verlagen, draait u de weerstandsknop tegen de klok in.



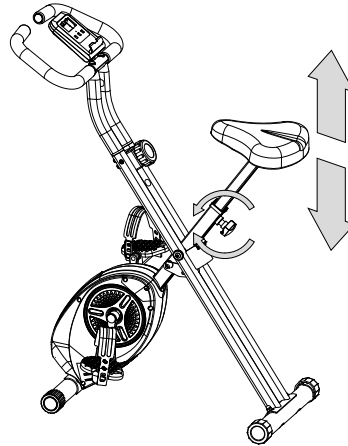
Zadelhoogte

Maak de zadelpenknop los, stel het zadel op de gewenste hoogte in en draai de knop vast. Zorg ervoor dat het zadel stevig vastzit.

De juiste zadelhoogte verhoogt de trainingsefficiëntie en vermindert het risico op blessures.

Zet de pedalen in een verticale positie (één pedaal onderaan, de andere bovenaan). Ga op de fiets zitten en plaats uw voeten op de pedalen. Zorg ervoor dat het been op het onderste pedaal comfortabel is geplaatst. Als het te gebogen is, verhoog dan het zadel.

Als u het pedaal niet kunt bereiken of uw been overstrekt is, verlaag dan het zadel.

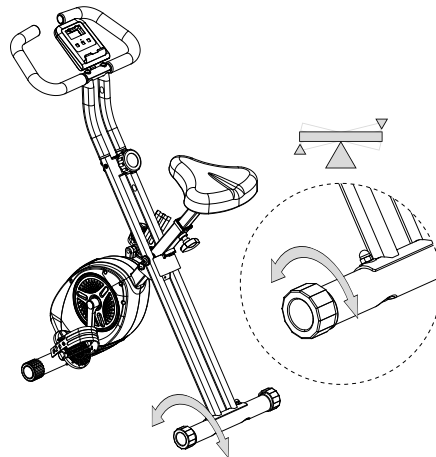


Pedalenbanden aanpassen

Bevestig de rubberen band met de zijde met drie gaten aan de binnenkant van het pedaal. Bevestig het andere uiteinde aan een van de verstelgaten, zodat de voet stilstaat tijdens het rijden en gemakkelijk kan worden verwijderd. Herhaal dit voor beide pedalen.

Apparaat waterpas zetten

Zet het apparaat waterpas door de stelvoeten aan de achterkant te draaien. De stelvoeten hebben de vorm van een veelhoek, elke zijde heeft een andere hoogte, zoek de juiste zijde om het apparaat stabiel te laten staan.



HANDLEIDING COMPUTER

COMPUTER (MODEL) MRMS06-GRN

Verwijder voor gebruik de beschermfolie van het computerscherm.

AUTO AAN/UIT

De computer wordt ingeschakeld wanneer het vlieg wiel in beweging wordt gezet of wanneer een willekeurige knop wordt ingedrukt. De computer wordt automatisch uitgeschakeld na 4 minuten inactiviteit.

BESCHRIJVING VAN DE AFZONDERLIJKE KNOPPEN

MODE - selecteert de parameter.

SET - wordt gebruikt om de parameterwaarden in te stellen.

RESET - wordt gebruikt om direct de tijd, afstand en calorieën te resetten.

FUNCTIES (SPECIFICATIE)

TIJD	Telt de totale trainingstijd van begin tot eind.	00:00-99:59 min
------	--	-----------------

SNELHEID	Geeft de huidige snelheid weer.	0,0-99,9 km/u
AFSTAND	Telt de totale afstand van begin tot eind van de training.	0,0-9999 km
CALORIEËN	Telt het totale aantal verbrande calorieën van begin tot eind van de training. (De meting is een benadering om verschillende trainingssessies te vergelijken en mag niet voor medische behandelingen worden gebruikt).	0,0-9999 kcal
TOTALE AFSTAND (ODO)	Telt de totale afstand sinds het plaatsen van de batterijen.	0-9999 km
POLSSLAG	Geeft de huidige polsslag weer. LET OP! Hartslagmeting alleen voor sportieve doeleinden (medisch gebruik is uitgesloten).	40-240 BPM

WAARDE INSTELLEN OM AF TE TELLEN

- Door op **MODE** te drukken, stelt u op de monitor de parameter in die u tijdens de training wilt bereiken: tijd, afstand, aantal calorieën, hartslag.
- Door herhaaldelijk op de **SET** knop te drukken, stelt u de juiste waarde in.
Het aftellen begint wanneer u begint met trappen. Een pijl omlaag verschijnt op de monitor.
Het einde van het aftellen of het overschrijden van de ingestelde hartslagwaarde wordt aangegeven door een geluid.

HARTSLAG

LET OP! Hartslagmeting alleen voor sportdoeleinden (medische toepassing is uitgesloten).

- Druk op de **MODE** knop totdat PULSE op het scherm verschijnt. Plaats beide handen op de hartslagsensoren op het stuur. Tijdens de meting toont de computer een hartvormig icoon. Na 3 tot 4 seconden toont de computer de huidige hartslag.

TRAINING EN OEFENFASSEN

Het gebruik van het apparaat levert u vele voordelen op. Het verbetert vooral uw conditie, versterkt uw spieren en in combinatie met een juist dieet kunt u overtollig vet verbranden.

1. WARMING-UP

Dit is een fase die de bloedcirculatie door het hele lichaam verbetert en de spieren voorbereidt op verhoogde inspanning. Het vermindert ook het risico op krampen en blessures. Het is raadzaam om een aantal rekoefeningen te doen zoals hieronder weergegeven. Als u pijn voelt, stop dan met de oefening of verminder de bewegingsuitslag.

REKKEN VAN DE BINNENKANT VAN DE DIJEN

Ga op een vlakke ondergrond zitten met gebogen benen en de knieën naar buiten gericht. Breng de voetzolen samen en breng ze zo dicht mogelijk bij elkaar. Druk de knieën voorzichtig naar de grond en houd deze positie 15 seconden vast.

REKKEN VAN DE DIJEN

Ga op een vlakke ondergrond zitten. Strek uw rechterbeen en plaats de zool van uw linkervoet tegen uw rechterdij. Strek uw rechterhand uit richting de tenen van uw rechterbeen, zo ver als u kunt. Houd 15 seconden vast. Herhaal met uw linkerbeen.

HOOFD DRAAIEN

Houd uw hoofd recht vooruit. Draai het naar rechts zonder uw schouders te bewegen en strek het, draai het dan naar links en strek het.

ARMEN HEFFEN

Hef uw linkerarm zo hoog mogelijk op en houd enkele seconden vast. Herhaal met uw rechterarm.

REKKEN VAN DE ACHILLESPEZEN

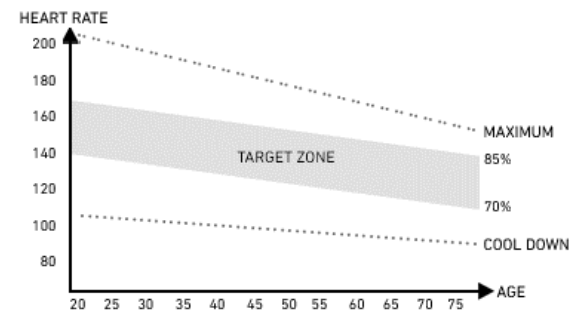
Ga met uw gezicht naar de muur staan, steek uw linkerbeen naar voren en buig lichtjes door uw knie. Houd uw rechterbeen naar achteren - recht, met uw hiel plat op de grond. Houd beide hielen plat op de grond en duw uw heupen naar de muur. Houd deze positie 30 seconden vast. Herhaal met uw rechterbeen naar voren. Denk eraan om uw rug niet te buigen tijdens het sporten.

VOOROVERBUIGINGEN

Ga staan met uw voeten tegen elkaar. Buig voorover en probeer uw borst zo dicht mogelijk bij uw knieën te brengen. Houd 15 seconden vast. Denk eraan om uw knieën niet te buigen.

2. OEFENFASE

Dit is de eigenlijke trainingsfase. Oefen in uw eigen tempo om een adequate hartslag voor uw leeftijd te bereiken, zoals weergegeven in de grafiek.



3. ONTSPANNINGSFASE

Deze fase helpt de bloedsomloop te kalmeren en de spieren te ontspannen. Het is een herhaling van warming-up oefeningen. Het is belangrijk om te onthouden dat u uw spieren niet overbelast.

MOGELIJKE SCHADE EN REPARATIETECHNIKEN

LET OP! Het openen van de behuizing van het apparaat zonder vooraf contact op te nemen met de service van de fabrikant leidt tot verlies van de garantie.

Neem bij een vermoeden van een defect dat het openen van de behuizing vereist, contact op met de service van de fabrikant.

FOOTBESCHRIJVING	MOGELIJKE OORZAKEN	OPLOSSING
Het apparaat wiebelt	Het apparaat is op een oneffen oppervlak geplaatst. Onder de basis van het apparaat bevindt zich een object dat het evenwicht verstoort.	Plaats het apparaat op een vlakke ondergrond. Verwijder het object dat het evenwicht verstoort.
	De bases zijn niet correct gemonteerd.	Monteer de bases van het apparaat correct.
Het zadel of stuur wiebelt	De schroeven en knoppen van de zadelpen of het stuur zijn niet vastgedraaid.	Draai de schroeven en knoppen van de zadelpen of het stuur vast.
Geluid tijdens gebruik	Onderdelen zijn niet goed vastgedraaid.	Neem contact op met de service van de fabrikant.
	Tijdens het gebruik van het apparaat kunnen er stille geluiden optreden bij de inertiebeweging van de massa van het vliegwiel, die het gevolg zijn van het type constructie. Deze hebben geen invloed op de werking van de apparatuur. Potentiële geluiden die hoorbaar zijn bij het trappen in de tegenovergestelde richting zijn technisch bepaald en veroorzaken geen negatieve gevolgen.	
Geluid en gebrek aan soepele werking	Beschadigde lagers.	Neem contact op met de service van de fabrikant.
Geen adequate weerstand tijdens de training	De kabel voor het aanpassen van de weerstand is niet correct aangesloten.	Sluit de kabel correct aan volgens de

	montage-instructies.
Losse aandrijfriem.	Neem contact op met de service van de fabrikant.
De afstand tussen het vliegwiël en de magneten is toegenomen.	Neem contact op met de service van de fabrikant.
De spanningsregelaar is beschadigd.	Neem contact op met de klantenservice van de fabrikant.

GARANTIE

De verkoper verleent namens de Garant op het grondgebied van Republiek Polen een garantie voor een periode van 24 maanden vanaf de datum van verkoop. De garantie op de verkochte goederen sluit de rechten van de Koper voortvloeiend uit de Wet Consumentenrechten niet uit, beperkt of schort deze niet op.

De garantietaal bevindt zich op de laatste pagina.

GARANTIEVOORWAARDEN

- Alleen verborgen gebreken die te wijten zijn aan de fabrikant vallen onder de garantie en reclamatie.
- De garantie wordt door de winkel of service gerespecteerd na overlegging door de klant van:
 - een geldige, leesbaar en correct ingevulde garantietaal met verkoopstempel en handtekening van de verkoper,
 - een geldig aankoopbewijs van de apparatuur met verkoopdatum,
 - het gereclameerde product of defecte onderdeel. In geval van aankoop op afstand is de garantietaal alleen geldig op basis van het aankoopdocument (kassabon / factuur).
- De klacht wordt binnen 14 dagen na de melding van het defect door de Klant in behandeling genomen.
- Fabrieksfouten en schade die tijdens de garantieperiode worden geconstateerd, worden kosteloos gerepareerd binnen een termijn van maximaal 21 dagen vanaf de datum van levering van de goederen aan de winkel of service.
- Indien het noodzakelijk is onderdelen uit het buitenland te importeren, kan de periode voor de uitvoering van de garantiereparatie worden verlengd met de tijd die nodig is om deze te importeren, maar niet langer dan 40 dagen.
- De garantie dekt niet:
 - mechanische schade en de daaruit voortvloeiende defecten,
 - schade en defecten als gevolg van oneigenlijk gebruik en opslag, onjuiste montage en onderhoud,
 - beschadiging en slijtage van verbruiksonderdelen zoals: kabels, riemen, rubberen onderdelen, pedalen, schuimrubber handgrepen, wielen, lagers, bekleding, werkzaamheden met betrekking tot montage, onderhoud, die de gebruiker volgens de handleiding op eigen kosten dient uit te voeren.
- De garantie is niet van toepassing in de volgende gevallen:
 - het verstrijken van de geldigheidsduur,
 - het uitvoeren van zelfstandige reparaties en wijzigingen door de klant met gebruik van niet-originele onderdelen,
 - indien het defect is ontstaan door een onjuiste installatie of door het niet naleven van de regels voor correct gebruik die in de handleiding worden beschreven,
 - gebruik anders dan huishoudelijk gebruik,
 - schade ontstaan tijdens transport.
- Duplicaten van de garantietaal worden niet afgegeven.
- In het kader van de garantie heeft de klant het recht om de volgende soorten kosteloze compensatie te eisen:
 - reparatie van het product,
 - vervanging van het product,
 - prijzverlaging,
 - ontbinding van de overeenkomst en volledige terugbetaling van de gemaakte kosten.
- Om een klacht in te dienen, dient u:
 - Het product of een onderdeel ervan waarop de garantie van toepassing is, te tonen.
 - Een aankoopbewijs met de naam en het adres van de verkoper, de datum en plaats van aankoop, het type product of een geldige garantietaal met de stempel van de winkel.
 - Indien een vuil product wordt geleverd, kan de service weigeren het te accepteren of, op kosten van de klant en met zijn schriftelijke toestemming, een reiniging uitvoeren.
- In geval van een positieve afhandeling van de klacht wordt het apparaat gerepareerd of vervangen door een nieuw apparaat of wordt het geld aan de klant terugbetaald. De transportkosten van de goederen naar de klant zijn voor rekening van de service van de fabrikant.
- In geval van afwijzing van de garantieclaim ontvangt de klant een gedetailleerde uitleg van de genomen beslissing en wordt het apparaat binnen 14 dagen na de datum van de beslissing op kosten van de klant naar de klant teruggestuurd.

PT Manual de utilização

Utilizador,

Leia as seguintes instruções antes de iniciar a montagem e da primeira utilização do aparelho. Estas instruções contêm informações importantes sobre a segurança de utilização e manutenção do equipamento. Guarde-as para poder consultar as informações sobre manutenção ou encomenda de peças de substituição.

DADOS TÉCNICOS

Alimentação	Computador alimentado por pilhas 2xAAA Carbon Zinc. Não incluídas.
Peso	14,4 kg
Temperatura de utilização	0°C até +40°C
Temperatura de armazenamento	-10°C até +60°C
Peso máximo do utilizador	120 kg
Classe de aplicação	Classe H
Classe de precisão	Classe C
Velocidade	0,0-99,9 km/h
Norma do produto (principal)	EN ISO 20957-5:2028

Finalidade	Bicicleta magnética para uso doméstico
------------	--

SEGURANÇA

ATENÇÃO! O aparelho só pode ser utilizado de acordo com a sua finalidade, ou seja, para treino por adultos. Qualquer outra utilização do aparelho pode ser perigosa. O fabricante não pode ser responsabilizado por danos causados pela utilização incorreta do aparelho.

- O aparelho foi projetado e construído com base nos mais recentes conhecimentos em matéria de segurança. Os elementos perigosos que possam representar um risco de lesões foram eliminados ou relativamente protegidos.
- Não são permitidas reparações e alterações por conta própria.
- Uma vez a cada um ou dois meses, verifique se os parafusos, cavilhas e porcas estão devidamente apertados.
- Para garantir a segurança de forma permanente, verifique e mantenha regularmente (ou seja, uma vez por ano) o equipamento num estabelecimento comercial especializado.
- Quaisquer alterações no equipamento que não estejam descritas neste manual podem causar danos ou representar um perigo direto para a saúde e a vida do utilizador. As alterações no equipamento só podem ser efetuadas por funcionários do serviço de assistência técnica do fabricante ou por pessoas por ele formadas.

- Todos os equipamentos estão sujeitos a atividades de inovação contínuas para garantir a alta qualidade. Por este motivo, o fabricante reserva-se o direito de introduzir alterações técnicas.
- Qualquer questão ou dúvida relacionada com o equipamento deve ser dirigida a um ponto de venda especializado.

ATENÇÃO! As pessoas que se encontrem nas proximidades durante a utilização do equipamento devem ser avisadas dos potenciais perigos. Tenha especial cuidado na presença de crianças.

ATENÇÃO! Antes de iniciar os exercícios, consulte um médico para se certificar de que não tem quaisquer contraindicações médicas para realizar treinos no equipamento. Com base na opinião de um especialista, pode desenvolver o seu plano de treino. Um programa incorretamente selecionado ou exercício excessivo podem ser perigosos para a sua saúde e vida.

AVISO! Os sistemas de monitorização da frequência cardíaca podem ser imprecisos. O excesso de esforço durante o exercício pode resultar em lesões graves ou morte. Se se sentir fraco, pare de se exercitar imediatamente.

ATENÇÃO! Cumpra rigorosamente as instruções relativas à realização do treino contidas neste manual.

- Ao escolher um local para treinar, certifique-se de manter distâncias seguras de possíveis obstáculos. Não coloque o equipamento perto de vias de comunicação (estradas, portões, passagens, etc.).
- É proibido utilizar o equipamento a uma distância curta da parede. A zona de segurança é de 2000 mm e tem, pelo menos, a largura do equipamento.

ATENÇÃO! Durante a montagem do equipamento, tenha cuidado e não permita que as crianças permaneçam nas proximidades. Durante a montagem, são utilizadas pequenas peças (porcas, parafusos, etc.) que podem ser engolidas pelas crianças.

RISCO RESIDUAL

- Na situação em que a proteção contra quedas não seja aplicada ou seja aplicada incorretamente, existe um risco residual, ou seja, uma queda da pessoa que causa abrasões na pele, hematomas, fraturas ou, no pior caso, a morte.
- Existe um risco residual de sobrecarga não intencional do utilizador causada por operação inadequada ou avaliação inadequada, bem como transmissão incorreta de dados (devido a interferência eletromagnética, erro de software, etc.). Mesmo a melhor proteção de software e hardware não exclui um erro de software ou hardware e pode, teoricamente, causar uma sobrecarga do utilizador.
- O produto é um dispositivo elétrico, pelo que não se pode excluir o choque elétrico, que pode levar à morte.
- Não se pode excluir o risco residual de asfixia.
- O risco pode ser reduzido seguindo as informações de segurança contidas no manual de instruções.
- Não se pode excluir que a utilização não intencional ou não autorizada cause outros riscos não considerados, e o risco considerado foi avaliado incorretamente.

Na análise de risco, a avaliação foi feita com base no "estado atual do equipamento". A avaliação e inspeção do produto revelam que a probabilidade de ocorrência de um risco inaceitável é muito baixa. O equipamento (a sua construção, funcionamento e aplicação) não causa - em condições normais - um risco injustificado para o utilizador ou terceiros.

SINAIS DE MANUSEAMENTO NAS EMBALAGENS DE TRANSPORTE



Este lado para cima. Não tombar.



Proteger contra quedas.



Embalagem reciclável.



Resíduos eletrônicos. É necessário entregar o equipamento usado num ponto de reciclagem.



Cuidado, frágil.
Possibilidade de danos. Tenha cuidado.



Proteger da humidade.



Atenção, produto pesado.



Armazenar no máximo em 5 camadas.



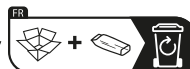
O produto contém um manual de instruções.



DO NOT USE BLADE TO OPEN



Não abrir com uma faca.



Embalagem feita de papelão e plástico. Por favor, separe o lixo de acordo com os regulamentos locais.



Embalagem feita de papelão e plástico. Por favor, separe o lixo de acordo com os regulamentos locais.



Embalagem feita de papelão.



A embalagem foi produzida tendo em conta a responsabilidade ambiental e a reciclagem. Por favor, separe o lixo de acordo com os regulamentos locais.

UTILIZAÇÃO

Antes de iniciar o treino, certifique-se de que o equipamento foi montado corretamente.

- Antes de começar o primeiro treino, familiarize-se com todas as funções e opções de ajuste do dispositivo.
- O dispositivo possui elementos que podem ser expostos à corrosão. Por esse motivo, não é recomendável deixá-lo em uma sala húmida. Também deve-se garantir que, o equipamento (especialmente os seus componentes internos e eletrônicos) não seja exposto ao contacto com água, bebidas, suor, etc.
- O dispositivo destina-se apenas ao treino por adultos e não é absolutamente um brinquedo para crianças. Se permitir que as crianças o utilizem por sua conta e risco, instrua-as sobre o uso correto e supervisione-as constantemente.
- O equipamento não é adequado para fins terapêuticos.
- Durante o funcionamento do dispositivo, pode haver ruídos baixos durante o movimento inercial da massa do volante, que resultam do tipo de construção. Eles não têm influência no funcionamento do equipamento.
- A emissão de ruído sob carga é maior do que sem carga.
- Antes de iniciar cada treino, verifique a correção das proteções e das conexões aparafusadas e de encaixe.
- Ao treinar no aparelho, lembre-se de usar calçado adequado (sapatos de desporto).

MANUTENÇÃO DO EQUIPAMENTO

Faça a manutenção do dispositivo regularmente. Execute as seguintes ações pelo menos a cada 20 horas de operação.

- Verifique as partes móveis do dispositivo. Se não estiverem suficientemente lubrificadas, use massa lubrificante para rolamentos de bicicleta.
- Verifique o estado de elementos como parafusos e porcas. Certifique-se de que estão bem apertados.
- Após cada treino, limpe o suor do aparelho. Preste atenção para que o monitor não entre em contato com água ou humidade.
- Use apenas água e sabão para limpar o dispositivo. Não use produtos de limpeza.
- Guarde o dispositivo em um local seco e quente.
- Não exponha o dispositivo à luz solar.

SUBSTITUIÇÃO DA BATERIA

Informações pouco visíveis no visor do computador ou a sua ausência indicam a necessidade de substituir a bateria.

Remova a tampa da bateria e substitua as antigas por duas novas. Ao colocá-las

no compartimento da bateria, siga as marcações "+" e "-".

Se o visor não funcionar corretamente após a reinicialização, remova as pilhas por alguns minutos e reinsira-as.

ATENÇÃO! As baterias gastas não são cobertas pela garantia. Elas contêm substâncias nocivas (como cádmio, mercúrio ou chumbo), por isso não as deite no contentor do lixo doméstico. Leve-as a um ponto de recolha de baterias usadas apropriado.

AMBIENTE

O dispositivo é fornecido embalado para proteção contra possíveis danos durante o transporte. As embalagens são matérias-primas não processadas e podem ser recicladas. Deite estes materiais nos contentores coloridos apropriados destinados à recolha seletiva.



Proteja o meio ambiente e não jogue as baterias usadas no lixo doméstico. Devolva-as no ponto de venda ou entregue-as num ponto de recolha de matérias-primas secundárias.

Os equipamentos elétricos usados (incluindo o contador, a fonte de alimentação) são matérias-primas secundárias – não os deite nos contentores de lixo doméstico, pois podem conter substâncias perigosas para a saúde e o ambiente. Solicitamos ajuda ativa na economia gna gestão de recursos naturais e na proteção do meio ambiente, entregando o equipamento usado num ponto de recolha de matérias-primas secundárias – equipamentos elétricos usados.

MONTAGEM

A montagem do dispositivo deve ser realizada cuidadosamente por um adulto. Em caso de dúvida, peça ajuda a alguém com mais experiência nesta área.

- Antes de iniciar a montagem, certifique-se de que o conjunto com o dispositivo contém todos os elementos da lista de peças e se algum elemento foi danificado durante o transporte. Em caso de falta de elementos ou objeções, entre em contato com o vendedor.
- Leia os desenhos e explicações e realize a montagem de acordo com a ordem contida no manual de montagem.
- Tenha cuidado durante a montagem. Durante o uso de ferramentas e elementos, existe o risco de ferimentos.
- Lembre-se de manter um ambiente seguro. Não espalhe ferramentas e elementos de montagem aleatoriamente. Lembre-se de que filmes e sacos de plástico representam um risco de asfixia para crianças.
- Os elementos de montagem necessários para realizar uma determinada etapa do manual de montagem foram apresentados nos desenhos e explicações. Use os elementos indicados no manual de montagem.
- Nas primeiras fases da montagem, não aperte as peças até o fim. Faça isso depois de colocar todas e certificar-se de que estão devidamente encaixadas.
- O fabricante reserva-se o direito de montar previamente alguns elementos.

ESQUEMA DE MONTAGEM (→ Ver página 2)

ATENÇÃO! É proibido usar peças de outras fontes que não o fabricante.

LISTA DE PEÇAS

Nº	DESCRIÇÃO	QUANTIDADE
1	Monitor	1
2	Parafuso M5*10	4
3	Guidão	1
5	Suporte da placa do monitor	1
6	Parfuso M8×40X20	2
7	Anilha de pressão D8	4
8	Arruela Curva D8×1.5×φ20 R15	2
10	Suporte de montagem soldado	1
13	Parafuso M6×12*S4	6
14	Arruela lisa φ6xφ12x1.5	2
22	Tampão Porca M8*S13	2
23	Curvada Arruela D8×1.5×φ20 R28	2
24	Tubo inferior traseiro	1
26	Parafuso M8*60	2
27(E/D)	Pedal	2
28	Plugue	1
29	Botão em forma de coração	1
32	Arruela de vedação em arco D6×1.5×φ12	4
33	Arruela plana D8	3
34	Soldadura do tubo do selim	1
35	Selim	1
36	Tubo inferior dianteiro	1
38	Parafuso M8*55	2
57	Nylon Porca M8	5
A	Chave S5	1

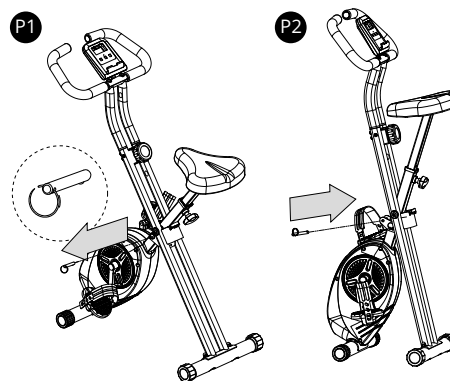
B	Chave de boca S13, 15, 19	1
C	Chave S4	1

INSTRUÇÕES DE MONTAGEM (→ Ver página 2)

ATENÇÃO! Durante a montagem, siga os passos abaixo e use as ferramentas fornecidas com o produto.

Prepare espaço livre suficiente para montar o dispositivo. Devido ao grande peso de alguns elementos, recomenda-se a montagem por duas pessoas.

Quando não estiver em uso, primeiro retire o pino do anel, conforme mostrado na figura P1; dobre a solda do suporte e a estrutura principal; em seguida, alinhe os orifícios na parte inferior da peça em forma de U da estrutura principal e a solda do suporte e, finalmente, insira o pino do anel para fixá-lo, conforme mostrado na figura P2.

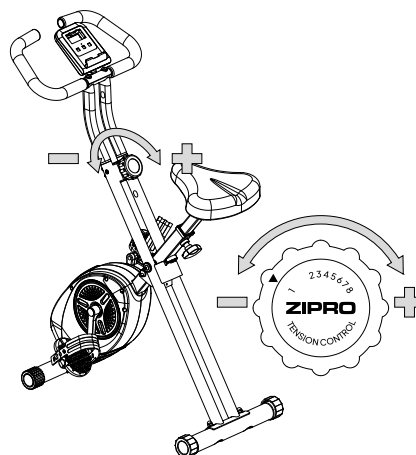


AJUSTES

Ajuste de resistência

Para aumentar a resistência, gire o botão de ajuste de resistência no sentido horário.

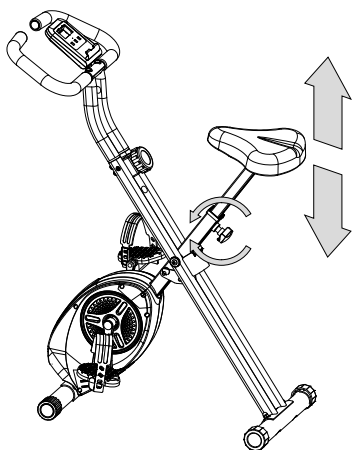
Para diminuir a resistência, gire o botão de ajuste de tensão no sentido anti-horário.



Altura do selim

Afrouxe o botão do suporte do selim, ajuste o selim para a altura desejada e aperte o botão. Certifique-se de que o selim esteja firme. A altura correta do selim aumenta a eficiência do exercício e reduz o risco de lesões.

Coloque os pedais na vertical (um pedal em baixo, o outro em cima). Suba na bicicleta e coloque os pés nos pedais. Certifique-se de que a perna colocada no pedal inferior esteja confortavelmente posicionada. Se estiver muito dobrada, levante o selim. Se não conseguir alcançar o pedal, ou se a sua perna estiver esticada demais, abaixe o selim.

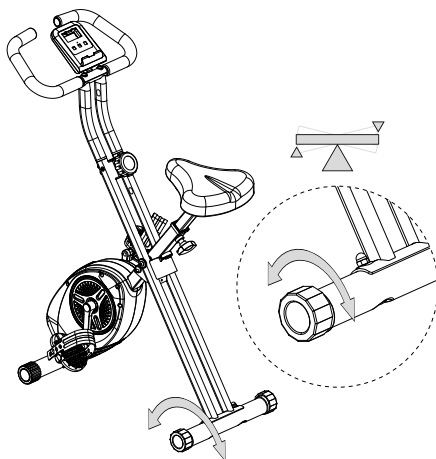


Ajuste das correias dos pedais

Na parte interna do pedal, prenda a correia de borracha com o lado de três orifícios. Prenda a outra extremidade num dos orifícios de ajuste para que o pé fique firme durante a condução e possa ser facilmente removido. Execute esta operação para ambos os pedais.

Nivelamento do dispositivo

Nivele o dispositivo girando as almofadas de nivelamento localizadas na base traseira. As almofadas têm a forma de um polígono, cada lado tem uma altura diferente, encontre o lado correto para que o dispositivo fique estável.



INSTRUÇÕES DE OPERAÇÃO DO COMPUTADOR COMPUTADOR (MODELO) MRMS06-GRN

Remova a película protetora da tela do computador antes de usar.

AUTO ON/OFF

O computador liga-se quando o volante é posto em movimento ou quando qualquer botão é premido. O computador desliga-se automaticamente após 4 minutos de inatividade.

DESCRIÇÃO DOS BOTÕES INDIVIDUAIS

MODE - permite selecionar um parâmetro.

SET - serve para definir os valores dos parâmetros.

RESET - serve para reiniciar imediatamente o tempo, a distância e as calorías.

FUNÇÕES (ESPECIFICAÇÃO)

TIME	Conta o tempo total de exercício desde o início até o fim.	00:00-99:59 min
SPEED	Exibe a velocidade atual.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Conta a distância total desde o início até o fim do exercício.	0,0-9999 km
CALORIES	Conta o número total de calorías queimadas desde o início até o fim do exercício. (A medição é aproximada para comparar diferentes sessões de exercício e não pode ser utilizada no tratamento).	0,0-9999 kcal

TOTAL DISTANCE (ODO)	Conta a distância total desde a instalação da bateria.	0-9999 km
PULSE	Exibe a pulsação atual. ATENÇÃO! Medição da frequência cardíaca apenas para fins desportivos (exclui-se o uso médico).	40-240 BPM

DEFINIÇÃO DO VALOR PARA A CONTAGEM DECRESCENTE

- Ao pressionar **MODE** defina no monitor o parâmetro cujo valor pretende atingir durante o treino: tempo, distância, número de calorías, pulso.
- Pressionando repetidamente o botão **SET**, defina o valor apropriado.
A contagem decrescente começará quando começar a pedalar. Uma seta para baixo será exibida no monitor.
O fim da contagem decrescente ou exceder o valor de pulso definido é sinalizado por um som.

PULSE RATE

ATENÇÃO! A medição da frequência cardíaca destina-se apenas a fins desportivos (exclui-se a utilização médica).

- Pressione o botão **MODE** até que PULSE seja exibido na tela. Coloque ambas as mãos nos sensores de pulso no guidador. Durante a medição, o computador exibirá um ícone em forma de coração.
Após 3 a 4 segundos, o computador exibirá o pulso atual.

TREINO E FASES DE EXERCÍCIO

Usar o dispositivo lhe dará muitos benefícios. Acima de tudo, melhorará sua condição física, fortalecerá seus músculos e, em combinação com uma dieta adequada, ajudará a queimar o excesso de gordura corporal.

1. AQUECIMENTO

Esta é uma fase que melhora a circulação sanguínea em todo o corpo e prepara os músculos para um esforço extenuante. Também reduz o risco de câibras e lesões. Recomenda-se realizar alguns exercícios de alongamento, conforme mostrado abaixo.

Se sentir dor, pare de se exercitar ou diminua a amplitude de movimento.

ALONGAMENTO DOS MÚSCULOS INTERNOS DA COXA

Sente-se em uma superfície plana com as pernas dobradas e os joelhos apontados para fora. Junte as solas dos pés e aproxime-as o máximo possível. Pressione suavemente os joelhos em direção ao chão e mantenha essa posição por 15 segundos.

ALONGAMENTO DA COXA

Sente-se em uma superfície plana. Estique a perna direita e coloque a sola do pé esquerdo na coxa direita. Estenda a mão direita em direção aos dedos do pé direito o mais longe possível. Mantenha por 15 segundos. Repita com a perna esquerda.

TORÇÕES DE CABEÇA

Mantenha a cabeça reta olhando para frente. Sem mover os braços, gire-a para a direita e endireite, depois gire-a para a esquerda e endireite.

LEVANTAMENTO DE BRAÇOS

Levante o braço esquerdo o mais alto possível e segure por alguns segundos. Repita com o braço direito.

ALONGAMENTO DO TENDÃO DE AQUILES

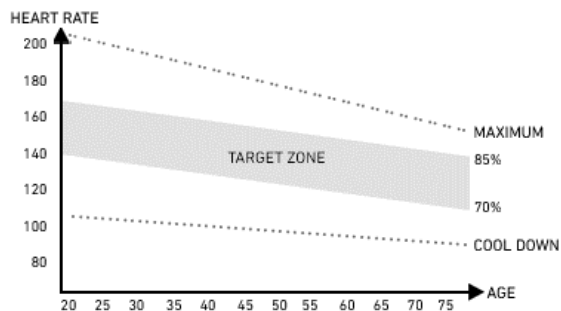
Fique de frente para a parede, estenda a perna esquerda para frente e dobre-a ligeiramente no joelho. Mantenha a direita atrás - reta, com o calcanhar apoiado no chão. Mantenha os dois calcanhares apoiados no chão e pressione os quadris em direção à parede. Mantenha esta posição por 30 segundos. Repita com a perna direita estendida. Lembre-se de não arquear as costas durante o exercício.

FLEXÕES

Fique de pé com os pés juntos. Dobre-se para frente tentando aproximar o máximo possível o peito dos joelhos. Mantenha por 15 segundos. Lembre-se de não dobrar os joelhos.

2. FASE DE EXERCÍCIO

Esta é a fase de treino adequada. Exercite-se no seu próprio ritmo para atingir uma frequência cardíaca adequada à sua idade, conforme mostrado no gráfico.



3. FASE DE RELAXAMENTO

Esta fase ajuda a acalmar a circulação e relaxar os músculos. É uma repetição dos exercícios de aquecimento. Lembre-se de não forçar os músculos.

POSSÍVEIS DANOS E TÉCNICAS DE REPARO

ATENÇÃO! A abertura da caixa do dispositivo sem contato prévio com o serviço de assistência técnica do fabricante resulta na perda da garantia.

Em caso de suspeita de uma avaria que exija a abertura da caixa, entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.

DESCRIÇÃO DO ERRO	CAUSAS POSSÍVEIS	SOLUÇÃO
O dispositivo balança	O dispositivo foi colocado em uma superfície irregular. Sob a base do dispositivo há um objeto que perturba o equilíbrio.	Coloque o dispositivo em uma superfície plana. Remova o objeto que perturba o equilíbrio.
	As bases não foram instaladas corretamente.	Instale corretamente as bases do dispositivo.
O selim ou o guidão ou o balançam	Os parafusos e botões do espigão do selim ou do guidão não foram apertados.	Aperte os parafusos e o botão do espigão do selim ou do guidão.
Ruído durante o uso	Elementos mal apertados.	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
	Durante o funcionamento do dispositivo, podem ocorrer ruídos baixos durante o movimento inercial da massa do volante, que resultam do tipo de construção. Eles não têm nenhum efeito no funcionamento do equipamento. Os potenciais ruídos audíveis ao pedalar na direção oposta são condicionados tecnicamente e não causam quaisquer consequências negativas.	
Ruído e falta de suavidade no funcionamento	Rolamentos danificados.	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
Falta de resistência adequada durante o treino	Cabo de ajuste de resistência conectado incorretamente.	Conecte o cabo corretamente de acordo com as instruções de montagem.
	Correia de transmissão solta.	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
	Aumentou a distância entre o volante e os ímãs.	Entre em contato com o serviço de assistência técnica do fabricante.
	O regulador de tensão foi danificado.	Entre em contato com o suporte ao

cliente do serviço de assistência técnica do fabricante.

GARANTIA

O vendedor, em nome do Garante, concede uma garantia no território de Portugal por um período de 24 meses a partir da data de venda. A garantia do produto vendido não exclui, limita ou suspende os direitos do Comprador decorrentes da Lei dos Direitos do Consumidor.

O cartão de garantia encontra-se na última página.

CONDIÇÕES DE GARANTIA

- Apenas os defeitos ocultos resultantes de culpa do fabricante estão sujeitos a reclamação e garantia.
- A garantia será respeitada pela loja ou serviço de assistência técnica após a apresentação pelo cliente de:
 - um cartão de garantia válido, legível e corretamente preenchido com o carimbo de venda e a assinatura do vendedor,
 - um comprovante de compra válido do equipamento com a data de venda,
 - o produto reclamado ou a peça defeituosa.
 Em caso de compra à distância, o cartão de garantia só é válido com base no documento de compra (recibo / fatura).
- A reclamação será analisada no prazo de 14 dias a partir do momento em que o defeito for comunicado pelo Cliente.
- Os defeitos de fabricação e danos revelados durante o período de garantia serão reparados gratuitamente no prazo máximo de 21 dias a partir da data de entrega do produto na loja ou no serviço de assistência técnica.
- Caso seja necessário importar peças, o período de reparo da garantia pode ser estendido pelo tempo necessário para a sua importação, mas não superior a 40 dias.
- A garantia não cobre:
 - danos mecânicos e defeitos causados por eles,
 - danos e defeitos resultantes do uso e armazenamento inadequados, montagem e manutenção inadequadas, danos e desgaste de elementos operacionais, tais como: cabos, correias, elementos de borracha, pedais, punhos de esponja, rodas, rolamentos, estofamento.
 - atividades relacionadas à montagem e manutenção que, de acordo com o manual de instruções, o usuário é obrigado a realizar por conta própria.
- A garantia não se aplica nos seguintes casos:
 - expiração do prazo de validade,
 - realização de reparos e modificações independentes pelo cliente com o uso de peças não originais,
 - quando o defeito resultante for decorrente de instalação incorreta ou de não cumprimento das regras de operação corretas descritas no manual de instruções,
 - uso diferente do uso doméstico,
 - danos ocorridos durante o transporte.
- Não serão emitidas cópias da apólice de garantia.
- Sob garantia, o cliente tem o direito de exigir os seguintes tipos de compensação gratuita:
 - reparo do produto,
 - substituição do produto,
 - redução de preço,
 - rescisão do contrato e reembolso total dos custos incorridos.
- Para registrar uma reclamação, você deve:
 - Apresente o produto ou parte dele que está coberto pela garantia.
 - Comprovante de compra especificando o nome e endereço do vendedor, data e local da compra, tipo de produto ou apólice de garantia válida com o carimbo da loja.
 - Se um produto sujo for entregue, o serviço pode se recusar a aceitá-lo ou, por conta do cliente e com seu consentimento por escrito, limpá-lo.
- Se a reclamação for considerada procedente, o equipamento será reparado ou substituído por um novo, ou o dinheiro será devolvido ao cliente. Os custos de transporte das mercadorias para o cliente são cobertos pelo serviço do fabricante.
- Se a reclamação de garantia for rejeitada, o cliente receberá uma justificativa detalhada para a decisão e, dentro de 14 dias a partir da data da decisão, o equipamento será devolvido ao cliente às suas custas.

LV Lietošanas pamācība

Lietotāj,
Pirms montāžas sākšanas iepazīstieties ar zemāk sniegto instrukciju un pirmo ierīces lietošanu. Šajā rokasgrāmatā ir sniegta svarīga informācija par iekārtas lietošanas drošību un apkopi. Saglabājiet to, lai varētu izmantot informāciju par apkopi vai rezerves daļu pasūtīšanu.

TEHNISKIE DATI

Barošana	Datoru darbina 2 x AAA Carbon Zinc baterijas. Nav iekļauts komplektā.
Svars	14,4 kg
Lietošanas temperatūra	0°C līdz +40°C
Uzglabāšanas temperatūra	-10°C līdz +60°C
Maksimālais lietotāja svars	120 kg
Pielietojuma klase	Klase H
Precizitātes klase	Klase C
Ātrums	0,0-99,9 km/h
Izstrādājuma standarts (galvenais)	EN ISO 20957-5:2028
Mērķis	Velosipēds magnētisks lietošanai mājās

DROŠĪBA

UZMANĪBU! Ierīci drīkst izmantot tikai atbilstoši tās paredzētajam mērķim, t.i., treniņiem pieaugušajiem. Jebkura cita ierīces izmantošana var būt bīstama. Ražotājs nevar tikt saukts pie atbildības par bojājumiem, kas radušies ierīces nepareizas lietošanas rezultātā.

- Ierīce ir projektēta un konstruēta pamatojoties uz jaunākajām zināšanām drošības jomā. Bīstamie elementi, kas varētu apdraudēt savainojumus, ir novērsti vai relatīvi aizsargāti.
- Nav atļauts veikt remontu un izmaiņas pašrocīgi.
- Reizi vienā vai divos mēnešos pārbaudiet skrūvju, skrūvju un uzgriežņu pievilkšanas pareizību.
- Lai pastāvīgi nodrošinātu drošību, regulāri (t.i., reizi gadā) pārbaudiet un apkopiet aprīkojumu specializētā tirdzniecības vietā.
- Visas ierīces izmaiņas, kas nav aprakstītas šajā rokasgrāmatā var izraisīt bojājumus vai tieši apdraudēt treniņiera veselību un dzīvību. Ierīces izmaiņas drīkst veikt tikai ražotāja servisa darbinieki vai personas, kuras viņi apmācījuši.
- Visas ierīces tiek pastāvīgi pilnveidotas, lai nodrošinātu augstu kvalitāti. Šī iemesla dēļ ražotājs patur tiesības veikt tehniskas izmaiņas.
- Visus jautājumus vai šaubas par aprīkojumu sūtiet specializētam tirdzniecības centram.

UZMANĪBU! Personas, kas atrodas tuvumā aprīkojuma lietošanas laikā, jābrīdina par iespējamiem apdraudējumiem. Esiet īpaši piesardzīgs bērnu klātbūtnē.

UZMANĪBU! Pirms sākat vingrinājumus, konsultējieties ar ārstu lai pārliecinātos, vai jums nav nekādu veselības kontrindikāciju treniņiem ar ierīci. Pamatojoties uz pēc speciālista atzinuma varat izstrādāt savu treniņu plānu. Nepareizi izvēlēta programma vai pārmērīgi vingrinājumi var būt bīstami jūsu veselībai un dzīvībai.

BRĪDINĀJUMS! Sirds ritma monitorēšanas sistēmas var būt neprecīzas. Pārmērīgs nogurums vingrošanas laikā var izraisīt nopietnus savainojumus vai nāvi. Ja jūtaties vājš, nekavējoties pārtrauciet vingrošanu.

UZMANĪBU! Noteikti ievērojiet šajā rokasgrāmatā ietvertos norādījumus par apmācību.

- Izvēloties vietu treniņam, nodrošiniet drošu attālumu no iespējamiem šķēršļiem. Nenovietojiet aprīkojumu transporta ceļu (ceļu, vārtu, pāreju utt.) tuvumā.
- Aizliegts lietot iekārtu tuvu no sienas. Drošības zona ir 2000 mm un vismaz tikpat plata kā ierīce.

UZMANĪBU! Iekārtas montāžas laikā esiet piesardzīgs un neļaujiet bērniem atrasties tuvumā. Montāžas laikā tiek izmantotas sīkas detaļas (uzgriežņi, skrūves utt.), kuras viņi var norīt.

ATLIKUŠAIS RISKS

- Situācijā, kad netiek izmantota aizsardzība pret kritieniem vai tā tiek izmantota, bet nepareizi, pastāv atlikušais risks, tas ir, personas kritiens, kas izraisa ādas nobrāzumus, sasitumus, lūzumus vai, sliktākajā gadījumā, nāvi.
- Pastāv atlikušais risks, ka treniņieris tiek nejauci pārslogots nepareizas lietošanas vai nepareiza novērtējuma dēļ, kā arī nepareizas datu pārraides dēļ (elektromagnētisko traucējumu, programmatūras kļūdas utt. dēļ). Pat vislabākā programmatūras un aparatūras aizsardzība neizslēdz programmatūras vai aparatūras kļūdu un teorētiski var izraisīt treniņiera pārslodzi.
- Produkts ir elektriska ierīce, tāpēc nevar izslēgt elektriskās strāvas trieciena iespēju, kas var izraisīt nāvi.
- Nevar izslēgt atlikušo nosmakšanas risku.
- Risku var samazināt, ievērojot informāciju par drošību, kas ietverta lietošanas pamācībā.
- Nevar izslēgt, ka nejauša vai neatļauta lietošana izraisīs citus, ņemot vērā riskus, un ņemtie vērā riski ir novērtēti nepareizi.

Riska analizē vērtējums tika veikts, pamatojoties uz "pašreizējo ierīces stāvokli". No veiktā produkta novērtējuma un kontroles izriet, ka neatļauta riska rašanās varbūtība ir ļoti zema. Ierīce (tās konstrukcija, darbība un pielietojums) normālos apstākļos nerada nepamatotu risku treniņierim vai trešajām personām.

TRANSPORTA IEPAKOJUMA MANIPULĀCIJAS ZĪMES

-  Ar šo pusi uz augšu. Neapgāzt.
-  Aizsargāt no kritieniem.
-  Iepakojums ir piemērots pārstrādei.
-  Elektriskie atkritumi. Noliecotās iekārtas jāatdod pārstrādes punktā.
-  Uzmanību, trausls. Iespējami bojājumi. Esiet piesardzīgs.
-  Aizsargāt no mitruma.
-  Uzmanību, smags produkts.
-  Uzglabāt maksimāli 5 slāņos.



Produktam ir pievienota lietošanas pamācība.

 **DO NOT USE BLADE TO OPEN** 
Neatvērt ar nazi.



Iepakojums izgatavots no kartona un plastmasas. Lūdzam šķirot atkritumus saskaņā ar vietējiem noteikumiem.

Iepakojums izgatavots no kartona un plastmasas. Lūdzam šķirot atkritumus saskaņā ar vietējiem noteikumiem.



Iepakojums izgatavots no kartona.



Iepakojums ir ražots, ņemot vērā atbildību pret vidi un pārstrādi. Lūdzam šķirot atkritumus saskaņā ar vietējiem noteikumiem.

APKOPE

Pirms treniņa sākšanas pārliecinieties, vai ierīce ir pareizi samontēta.

- Pirms pirmā treniņa sākšanas iepazīstieties ar visām ierīces funkcijām un regulēšanas iespējām.
- Ierīcei ir elementi, kas var būt pakļauti korozijai. Šī iemesla dēļ nav ieteicams to atstāt mitrā telpā. Jāpārliecinās arī, ka iekārta (īpaši tās iekšējie un elektroniskie elementi) nav pakļauta saskarei ar ūdeni, dzērieniem, sviedriem utt.
- Ierīce ir paredzēta tikai pieaugušajiem treniņiem un noteikti nav rotaļlieta bērniem. Ja jūs uzņematies atbildību un ļaujat bērniem to lietot, noteikti instruējiet viņus par pareizu lietošanu un pastāvīgi uzraugiet viņus.
- Iekārta nav piemērota terapeitiskiem mērķiem.
- Ierīces darbības laikā spararata inerces kustības laikā var būt dzirdami klusi trokšņi, kas rodas konstrukcijas veida dēļ. Tiem nav nekādas ietekmes uz iekārtas darbību.
- Trokšņa līmenis slodzes laikā ir augstāks nekā bez slodzes.
- Pirms katra treniņa sākšanas pārbaudiet drošības ierīču, kā arī skrūvju un spraudņu savienojumu pareizību.
- Treniņa laikā uz ierīces atcerieties par atbilstošiem apaviem (sporta apaviem).

IEKĀRTAS APKOPE

Regulāri veiciet ierīces apkopi. Veiciet tālāk norādītās darbības vismaz reizi 20 darba stundās.

- Pārbaudiet ierīces kustīgās daļas. Ja tās nav pietiekami ieeļļotas, izmantojiet velosipēdu gultņu smēri.
- Pārbaudiet tādu elementu kā skrūvju un uzgriežņu stāvokli. Pārļieciniet, ka tie ir cieši pievilkti.
- Pēc katra treniņa noslaukiet sviedrus no ierīces. Pievērsiet uzmanību tam, lai monitors nesaskartos ar ūdeni vai mitrumu.
- Ierīces tīrīšanai izmantojiet tikai ūdeni ar ziepēm. Neizmantojiet tīrīšanas līdzekļus.
- Glabājiet ierīci sausā un siltā vietā.
- Nepakļaujiet ierīci saules stariem.

BATERIJU NOMAIŅA

Slikti redzama informācija datora displejā vai tās trūkums nozīmē, ka ir jānomaina baterijas.

Noņemiet akumulatora vāciņu un nomainiet vecās baterijas ar divām jaunām. Ievietojot tās bateriju nodalījumā, ievērojiet atzīmes "+" un "-".

Ja displejs nedarbojas pareizi pēc atkārtotas palaišanas, izņemiet baterijas uz dažām minūtēm un pēc tam ievietojiet tās atpakaļ.

UZMANĪBU! Nolietotām baterijām garantija neattiecas. Tās satur kaitīgas vielas (piemēram, kadmiju, dzīvsudrabu vai svinu), tāpēc nemetiet tās sadzīves atkritumu konteinerā. Nogādājiet tās atbilstošā nolietoto bateriju savākšanas punktā.

VIDE

Ierīce tiek piegādāta iepakojumā, lai aizsargātu to no iespējamiem bojājumiem transportēšanas laikā. Iepakojums ir neapstrādāts izejmateriāls, un to var pārstrādāt. Izmetiet šos materiālus atbilstošos krāsainos konteineros, kas paredzēti atkritumu šķirošanai.



Aizsargājiet vidi un nemetiet nolietotās baterijas sadzīves atkritumu tvertnē. Atgrieziet tās iegādes vietā vai nododiet atsevišķā atveidojuma uzglabāšanas punktā.

Nolietotas elektriskās ierīces (tostarp skaitītājs, barošanas bloks) ir atveidojuma izejvielas – nemetiet tās sadzīves atkritumu konteineros, jo tās var saturēt veselībai un videi bīstamas vielas. Mēs lūdzam aktīvi palīdzēt ekonomiski esamniekot ar dabas resursiem un aizsargāt dabisko vidi, nododot nolietoto ierīci atveidojuma izejvielu – nolietoto elektrisko ierīču – uzglabāšanas punktā.

MONTĀŽA

Ierīces montāža jāveic rūpīgi pieaugušajam. Šaubu gadījumā lūdziet palīdzību kādam ar lielāku pieredzi šajā jomā.

- Pirms montāžas sākšanas pārļieciniet, vai komplektā ar ierīci ir visi elementi no detaļu saraksta un vai transportēšanas laikā kādi elementi nav bojāti. Ja trūkst elementu vai ir iebildumi, sazinieties ar pārdevēju.
- Iepazīstieties ar zīmējumiem un paskaidrojumiem un veiciet montāžu saskaņā ar sešību, kas norādīta montāžas instrukcijā.
- Esiet piesardzīgs montāžas laikā. Lietojot instrumentus un elementus, pastāv savainošanās risks.
- Atcerieties par drošas vides uzturēšanu. Neizklājiet instrumentus un montāžas elementus haotiski. Atcerieties, ka folijas un plastmasas maisiņi rada nosmakšanas risku bērniem.
- Montāžas elementi, kas nepieciešami konkrēta soļa veikšanai montāžas instrukcijā ir parādīti zīmējumos

un paskaidrojumos. Izmantojiet elementus, kas norādīti montāžas instrukcijā.

- Montāžas pirmajās fāzēs nepieskrūvējiet detaļas līdz galam. Dariet to pēc visu detaļu novietošanas un pārļiecināšanās, ka tās ir pareizi ievietotas.
- Ražotājs patur tiesības veikt dažu elementu sākotnējo montāžu.

MONTĀŽAS SHĒMA (→ Skatīt lapu 2)

UZMANĪBU! Aizliegts izmantot detaļas, kas iegūtas no citiem avotiem, nevis no ražotāja.

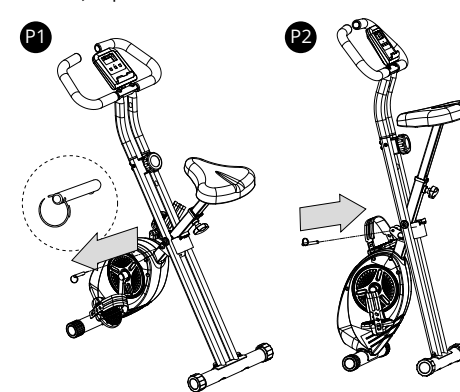
DETAĻU SARAKSTS

NR.	APRAKSTS	DAUDZUMS
1	Monitors	1
2	Skrūve M5*10	4
3	Stūre	1
5	Wbalsts monitora	1
6	Skrūvērūve M8×40X20	2
7	Atsperu paplāksne D8	4
8	Izliekta blīve D8×1.5×φ20 R15	2
10	Metināts roktura kronšteins	1
13	Skrūvērūve M6×12* S4	6
14	Plakana paplāksne φ6xφ12x1.5	2
22	Aizbāznis Ugrieznis M8*S13	2
23	Izliekta Paplāksne D8×1.5×φ20 R28	2
24	Aizmugurējā apakšējā caurule	1
26	Skrūvērūve M8*60	2
27	Pedālis(L/R)	2
28	Spraudnis	1
29	Sirds formas rokturis	1
32	Loka blīve D6×1.5×φ12	4
33	Plakana paplāksne D8	3
34	Sēdekļa caurulesetināšana	1
35	Sēdekļs	1
36	Priekšējā apakšējā caurule	1
38	Skrūve M8*55	2
57	Neilona Ugrieznis M8	5
A	AtslēgaS5	1
B	Uzgalis S13, 15, 19	1
C	AtslēgaS4	1

MONTĀŽAS INSTRUKCIJA (→ Skatīt lappusi 2)

UZMANĪBU! Montāžas laikā ievērojiet tālāk norādītās darbības un izmantojiet izstrādājumam pievienotos instrumentus. Saglabājiet pietiekami daudz brīvas vietas ierīces montāžai. Dažu elementu lielā svara dēļ ieteicams montēt diviem cilvēkiem.

Kad to neizmantojat, vispirms izvelciet gredzena tapu, kā parādīts attēlā P1; salieciet kronšteina metinājumu un galveno rāmi; pēc tam saskaņojiet atveres galvenā rāmja U formas daļas apakšā un kronšteina metinājumā un visbeidzot ievietojiet gredzena tapu, lai to nofiksētu, kā parādīts attēlā P2.

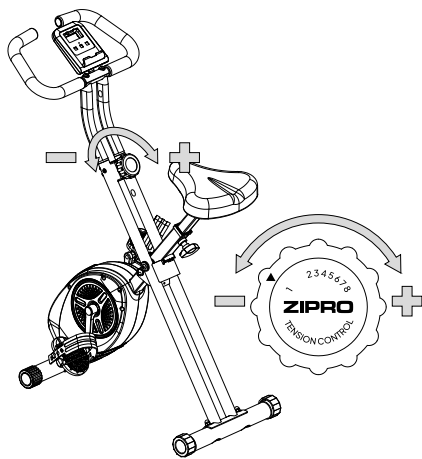


REGULĒŠANA

Pretestības regulēšana

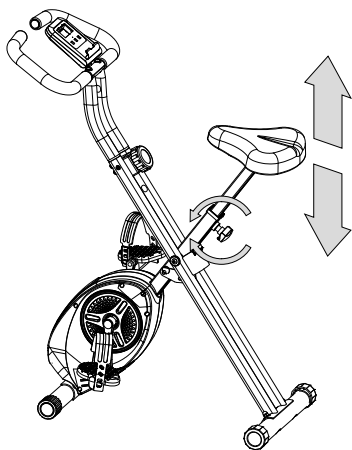
Lai palielinātu pretestību, pagrieziet pretestības regulēšanas rokturi pulksteņrādītāja virzienā.

Lai samazinātu pretestību, pagrieziet spriegojuma regulēšanas rokturi pretēji pulksteņrādītāja virzienam.



Sēdekļa augstums

Atskrūvējiet sēdekļa balsta rokturi, iestatiet sēdekli vēlamajā augstumā un pievelciet rokturi. Pārliecinieties, vai sēdekļis ir nekustīgs. Pareizs sēdekļa augstums palielina treniņu efektivitāti un samazina traumu risku. Novietojiet pedāļus vertikālā stāvoklī (viens pedālis apakšā, otrs augšā). Uzkāpiet uz velosipēda un novietojiet kājas uz pedāļiem. Pārliecinieties, vai kāja, kas novietota uz apakšējā pedāļa, ir ērtā stāvoklī. Ja tā ir pārāk saliekta, paceliet sēdekli. Ja nevarat aizsniegt pedāli vai kāja ir pārāk izstiepta, nolaidiet sēdekli.

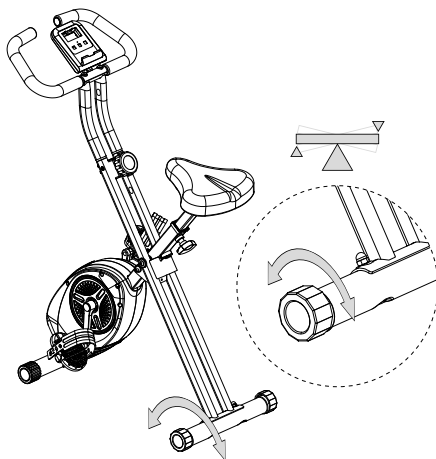


Pedāļu siksnu regulēšana

Pedāļa iekšpusē piestipriniet gumijas siksnu ar pusi ar trim atverēm. Otru galu piestipriniet pie viena no regulēšanas atverēm, lai pēda braukšanas laikā būtu nekustīga un to varētu viegli izņemt. Veiciet šo darbību abiem pedāļiem.

Ierīces līmeņošana

Nolīmeņojiet ierīci, pagriežot nolīmeņošanas uzlikas, kas atrodas uz aizmugurējā pamata. Uzlikām ir daudzstūra forma, katrai to pusei ir atšķirīgs augstums, atrodiet pareizo pusi, lai ierīce stāvētu stabili.



DATORA LIETOŠANAS INSTRUKCIJA

DATORS (MODELIS) MRMS06-GRN

Pirms lietošanas, lūdzu, noņemiet aizsargplēvi no datora ekrāna.

AUTO ON/OFF

Dators ieslēgsies, kad spararats tiks iekustināts vai tiks nospiesta jebkura poga. Dators automātiski izslēgsies pēc 4 minūtēm bezdarbības.

ATSEVIŠĶU POGU APRAKSTS

MODE - ļauj izvēlēties parametru.

SET - kalpo parametru vērtību iestatīšanai.

RESET - kalpo tūlītējai laika, distances un kaloriju atiestatīšanai.

FUNKCIJAS (SPECIFIKĀCIJA)

TIME	Skaita kopējo treniņu laiku no to sākuma līdz beigām.	00:00-99:59 min
SPEED	Parāda pašreizējo ātrumu.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Skaita kopējo distanci no treniņu sākuma līdz beigām.	0,0-9999 km
CALORIES	Skaita kopējo sadedzināto kaloriju skaitu no treniņu sākuma līdz beigām. (Mērījums ir aptuvenš dažādu treniņu sesiju salīdzināšanai, to nedrīkst izmantot ārstēšanā).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Skaita kopējo distanci no akumulatora uzstādīšanas brīža.	0-9999 km
PULSE	Parāda pašreizējo pulsu. UZMANĪBU! Pulsa mērīšana tikai sporta mērķiem (medicīniska izmantošana ir izslēgta).	40-240 BPM

ATSKAIŠANAS VĒRTĪBAS IESTATĪŠANA

- Nospiežot **MODE**, monitorā iestatiet parametru, kura vērtību vēlaties sasniegt treniņa laikā: laiks, distance, kaloriju daudzums, pulss.
- Vairākas reizes nospiežot pogu **SET**, iestatiet atbilstošo vērtību. Atskaitīšana sāksies, kad sāksiet mīties. Monitorā parādīsies bultiņa uz leju. Atskaitīšanas beigas vai iestatītās pulsa vērtības pārsniegšana tiek signalizēta ar skaņu.

PULSS

UZMANĪBU! Pulsa mērīšana tikai sportiskiem mērķiem (medicīniska izmantošana ir izslēgta).

- Nospiediet pogu **MODE** līdz ekrānā parādās PULSE. Novietojiet abas rokas uz pulsa sensoriem uz stūres. Mērīšanas laikā dators parādīs sirds ikonu. Pēc 3 līdz 4 sekundēm dators parādīs pašreizējo pulsu.

TRENIŅŠ UN VINGRINĀJUMU FĀZES

Ierīces lietošana sniegs jums daudz priekšrocību. Pirmkārt, tas uzlabos jūsu stāvokli, stiprinās muskuļus un kombinācijā ar atbilstošu uzturu palīdzēs sadedzināt liekos taukus.

1. IESILDĪŠANĀS

Šī ir fāze, kas uzlabo asinsriti visā ķermenī un sagatavo muskuļus intensīvai slodzei. Tas arī samazina risku krampju rašanās un traumu gūšana. Ieteicams veikt dažus stiepšanās vingrinājumus, kā parādīts zemāk.

Ja jūtat sāpes, pārtrauciet vingrot vai samaziniet kustību diapazonu.

AUGŠSTILBU IEKŠĒJO MUSKUĻU STIEPŠANA

Sēdieties uz līdzenas virsmas ar saliektām kājām un ceļgaliem, kas vērsti uz āru. Savienojiet pēdu zoles un pietuviniet tās viena otrai pēc iespējas tuvāk. Viegli nospiediet ceļgalus, virzot tos grīdas virzienā, un noturiet šo pozīciju 15 sekundes.

AUGŠSTILBA STIEPŠANA

Sēdieties uz līdzenas virsmas. Iztaisnojiet labo kāju un pielieciet kreisās pēdas zoli pie labā augšstilba. Izstiepiet labo roku labās kājas pirkstu virzienā pēc iespējas tālāk. Noturiet 15 sekundes. Atkārtējiet darbību ar kreiso kāju.

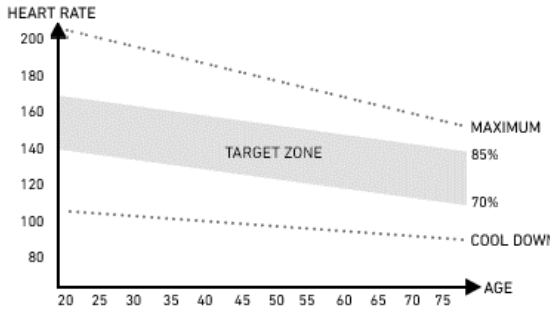
GALVAS ROTĀCIJAS
Turiet galvu taisni, skatoties uz priekšu. Nekustinot plecus, pagrieziet to pa labi un iztaisnojiet, pēc tam pagrieziet pa kreisi un iztaisnojiet.
ROKU PACELŠANA
Paceliet kreiso roku pēc iespējas augstāk un noturiet dažas sekundes. Atkārtojiet darbību ar labo roku.

AHILEJA CĪPSLU STIEPŠANA
Stāviet ar seju pret sienu, izvirziet kreiso kāju uz priekšu un viegli salieciet cēlgaļi. Turiet labo kāju aizmugurē – iztaisnotu, ar papēdi, kas atrodas līdzīni uz zemes. Turiet abus papēžus līdzīni uz zemes un piespiediet gurns sienas virzienā. Noturiet šo pozīciju 30 sekundes. Atkārtojiet darbību ar izvirzītu labo kāju. Atcerieties, ka vingrinājuma laikā nedrīkst izlikt muguru.

NOLIEKŠANĀS
Stāviet ar kājām kopā. Noliecieties uz priekšu, cenšoties pēc iespējas vairāk pietuvināt krūtīs cēlgaļiem. Noturiet 15 sekundes. Atcerieties, ka nedrīkst saliekt cēlgaļus.

2. VINGRINĀJUMU FĀZE

Šī ir pareizā treniņa fāze. Vingrojiet savā tempā, lai sasniegtu savam vecumam atbilstošu pulsu, kā parādīts diagrammā.



3. RELAKSĀCIJAS FĀZE

Šī fāze palīdz nomierināt asinsriti un atslābināt muskuļus. Šis ir iesildīšanās vingrinājumu atkārtojums. Jāatceras, ka nevajadzētu pārpūlēt muskuļus.

IESPĒJAMIE BOJĀJUMI UN REMONTA METODES

UZMANĪBU! Ierīces korpusa atvēršana, iepriekš nesazinoties ar ražotāja servisu, anulē garantiju.
Ja rodas aizdomas par defektu, kas prasa korpusa atvēršanu, sazinieties ar ražotāja servisu.

KĻŪDAS APRAKSTS	IESPĒJAMIE CĒĻŅI	RISINĀJUMS
Ierīce šūpojas	Ierīce ir novietota uz nelīdzenas virsmas. Zem ierīces pamatnes atrodas priekšmets, kas traucē līdzsvaru. Pamatnes nav pareizi uzstādītas.	Novietojiet ierīci uz līdzenas virsmas. Noņemiet priekšmetu, kas traucē līdzsvaru. Pareizi uzstādiet ierīces pamatnes.
Sēdekļis vai stūre šūpojas	Sēdekļa vai stūres stienņa skrūves un rokturi nav pievilkti.	Pievilkt sēdekļa vai stūres stienņa skrūves un rokturi.
Trokšņi lietošanas laikā	Nepareizi pievilkti elementi. Ierīces darbības laikā var rasties klusi trokšņi spararata inerces kustības laikā, kas rodas konstrukcijas veida dēļ. Tiem nav nekādas ietekmes uz iekārtas darbību. Potenciālie trokšņi, kas dzirdami, minot pedāļus pretējā virzienā, ir tehniski nosacīti un nerada nekādas negatīvas sekas.	Sazinieties ar ražotāja servisu.
Trokšņi un darba trūkums	Bojāti gultņi.	Sazinieties ar ražotāja servisu.
Nav atbilstošas pretestības treniņa laikā	Nepareizi pievienots vads pretestības regulēšanai.	Pievienojiet vadu pareizi saskaņā ar montāžas instrukcijām.

Atslābināta piedziņas sikсна.	Sazinieties ar ražotāja servisu.
Ir palielinājies attālumš starp spararatu un magnētiem.	Sazinieties ar ražotāja servisu.
Sprieguma regulators ir bojāts.	Sazinieties ar ražotāja servisa klientu apkalpošanas dienestu.

GARANTĪJA
Pārdevējs Galvotāja vārdā sniedz garantiju Polijas Republikas teritorijā uz 24 mēnešiem no pārdošanas datuma. Garantija pārdotajai precei neizslēdz, neierobežo un neapstur Pircēja tiesības, kas izriet no Patērētāju tiesību likuma.

Garantijas karte atrodas pēdējā lapā.

GARANTĪJAS NOSACĪJUMI

- Pretenzijām un garantijai pakļauti tikai slēpti defekti, kas radušies ražotāja vainas dēļ.
- Garantija tiks ievērota veikālā vai servisā pēc tam, kad klients būs iesniedzis:
 - derīgu, skaidri un pareizi aizpildītu garantijas karti ar pārdošanas zīmogu un pārdevēja parakstu,
 - derīgu iekārtas iegādes apliecinājumu ar pārdošanas datumu,
 - reklamēto preci vai bojāto daļu.Pērkot attālināti, garantijas karte ir derīga tikai uz iegādes dokumenta pamata (čeks/rēķins).
- Sūdzība tiks izskatīta 14 dienu laikā no brīža, kad Klients paziņojis par defektu.
- Ražošanas defekti un bojājumi, kas atklāti garantijas laikā, tiks novērsti bez maksas ne ilgāk kā 21 dienas laikā no preces piegādes dienas veikalam vai servisam.
- Ja nepieciešams importēt detaļas, garantijas remonta izpildes laiks var tikt pagarināts par laiku, kas nepieciešams, lai tās importētu, bet ne ilgāk kā par 40 dienām.
- Garantija neattiecas uz:
 - mehāniskiem bojājumiem un to izraisītiem defektiem,
 - bojājumiem un defektiem, kas radušies nepareizas lietošanas un uzglabāšanas, nepareizas montāžas un apkopes dēļ,
 - bojājumi un ekspluatācijas elementu, piemēram, trošu, sikсну, gumijas elementu, pedāļu, sūkļa rokturu, riteņu, gultņu, polsterējuma, nolietojums,
 - darbības, kas saistītas ar montāžu, apkopi, kas saskaņā ar lietošanas instrukciju lietotājam jāveic patstāvīgi.
- Garantija neattiecas uz šādiem gadījumiem:
 - derīguma termiņa beigšanās,
 - ja klients ir veicis patstāvīgu remontdarbus un modifikācijas, izmantojot neoriģinālas detaļas,
 - ja defekts radies nepareizas uzstādīšanas vai ekspluatācijas noteikumu neievērošanas dēļ, kas aprakstīti lietošanas instrukcijā,
 - izmantojot citam mērķim, nevis mājas lietošanai,
 - transportēšanas laikā radušos bojājumu.
- Garantijas kartes dublikāti netiks izdoti.
- Garantijas ietvaros klientam ir tiesības pieprasīt šādu bezmaksas kompensācijas veidus:
 - produkta remonta,
 - produkta nomaīņa,
 - cenās samazināšana,
 - līguma laušana un pilnīga radušos izmaksu atmaksa.
- Lai iesniegtu sūdzību, jums jā:
 - Uzrādīt produktu vai tā daļu, uz kuru attiecas garantija.
 - Pirkuma apliecinājums, kurā norādīts pārdevēja nosaukums un adrese, pirkuma datums un vieta, produkta veids vai derīga garantijas karte ar veikala zīmogu.
 - Ja produkts tiek piegādāts netīrs, serviss var atteikties to pieņemt vai arī par klienta rēķinu ar viņa rakstisku piekrišanu veikt tīrīšanu.
- Ja pretenzija tiks apmierināta, iekārta tiks salabota vai nomainīta pret jaunu, vai arī klientam tiks atmaksāta nauda. Preces transportēšanas izmaksas klientam sedz ražotāja serviss.
- Ja garantijas pretenzija tiek noraidīta, klients saņems detalizētu lēmuma pamatojumu un 14 dienu laikā no lēmuma pieņemšanas brīža iekārta tiks nosūtīta atpakaļ klientam par viņa rēķinu.

EE Kasutusjuhend

Kasutaja,
Enne kokkupaneku alustamist lugege allolev juhend läbi ja enne seadme esmakordset kasutamist. See juhend sisaldab olulist teavet seadme ohutu kasutamise ja hoolduse kohta. Hoidke see alles, et saaksite kasutada hooldusteavet või varuosade tellimist.

TEHNILISED ANDMED

Toide	Arvuti toiteallikaks on 2 × AAA Carbon Zinc patareid. Ei ole komplektis.
Kaal	14,4 kg
Kasutustemperatuur	0°C kuni +40°C
Säilitustemperatuur	-10°C kuni +60°C
Kasutaja maksimaalne kaal	120 kg
Kasutusklass	Klass H
Täpsusklass	Klass C
Kiirus	0,0-99,9 km/h
Toote standard (peamine)	EN ISO 20957-5:2028
Eesmärk	Jalgratas magnetiline koduseks kasutamiseks

OHUTUS

TÄHELEPANU! Seadet tohib kasutada ainult ettenähtud otstarbel, st täiskasvanute treenimiseks. Igasugune muu seadme kasutamine võib olla ohtlik. Tootjat ei saa vastutusele võtta kahjude eest, mis on põhjustatud seadme ebaõigest kasutamisest.

- Seade on projekteeritud ja konstrueeritud põhinedes uusimatele teadmiste ohutuse valdkonnas. Ohtlikud elemendid, mis võivad potentsiaalselt põhjustada vigastuste ohtu, on kõrvaldatud või suhteliselt kaitstud.
- Omalt käel remont ja muudatused pole lubatud.
- Kontrollige üks või kaks korda kuus kruvide, poltide ja mutrite õiget pingutamist.
- Ohutuse tagamiseks kontrollige ja hooldage seadmeid regulaarselt (st üks kord aastas) spetsialiseeritud kaupluses.
- Kõik seadme muudatused, mida pole kirjeldatud käesolevas juhendis, võivad põhjustada kahjustusi või otseselt ohustada treenija tervist ja elu. Seadme muudatusi võivad teha ainult tootja teenindustöötajad või selleks koolitatud isikud.
- Kõiki seadmeid arendatakse pidevalt, et tagada kõrge kvaliteet. Sel põhjusel jätab tootja endale õiguse teha tehnilisi muudatusi.
- Kõigi seadmetega seotud küsimuste või kahtluste korral pöörduge spetsialiseeritud müügipunkti.

ETTEVAATUST! Teavitage läheduses viibijaid seadme kasutamisel tekkida võivatest ohtudest. Olge laste juuresolekul eriti ettevaatlik.

ETTEVAATUST! Enne treeningu alustamist konsulteerige arstiga veendumaks, et teil pole seadmel treenimiseks mingeid meditsiinilisi vastunäidustusi. Lähtudes spetsialisti arvamusest saate välja töötada oma treeningplaani. Valesti valitud programm või liigne treenimine võib olla teie tervisele ja elule ohtlik.

HOIATUS! Südamelöögisageduse jälgimise süsteemid võivad olla ebatäpsed. Ületreenimine võib põhjustada tõsiseid vigastusi või surma. Kui tunnete end nõrgana, lõpetage kohe treenimine.

ETTEVAATUST! Järgige rangelt käesolevas juhendis sisalduvaid treeningjuhiseid.

- Treeningkoha valimisel arvestage võimalike takistustega ohutu kauguse tagamisega. Ärge paigaldage seadet sidekanalite (teed, väravad, ülekäigurajad jne) lähedusse.
- Seadme kasutamine seinale läheduses on keelatud seinast. Ohutusala on 2000 mm ja vähemalt sama lai kui seade.

ETTEVAATUST! Olge seadme kokkupanekul ettevaatlik ja ärge lubage lapsi lähedusse. Kokkupanekul kasutatakse väikseid osi (mutrid, poldid jne), mida nad võivad alla neelata.

JÄÄKRISK

- Kui kukkumiskaitset ei kasutata või kasutatakse, kuid valesti, on jääkrisk, st inimese kukkumine, mis põhjustab naha

marrastusi, verevalumeid, luumurde või kõige halvemal juhul surma.

- Eksisteerib jääkrisk treenija tahtmatu ülekoormuse tõttu, mis on põhjustatud valest käsitsemisest või valest hindamisest, aga ka andmete valest edastamisest (elektromagnetiliste häirete, tarkvaravea jms tõttu). Isegi parim tarkvara ja riistvara kaitse ei välista tarkvara või riistvara vigu ja võib teoreetiliselt põhjustada treenija ülekoormuse.
- Toode on elektriseade, seetõttu ei saa välistada elektrilöögi ohtu, mis võib põhjustada surma.
- Jääkriski lämbumisele ei saa välistada.
- Riski saab vähendada, järgides teavet kasutusjuhendis sisalduva ohutuse kohta.
- Ei saa välistada, et tahtmatu või lubamatu kasutamine põhjustab muid, arvesse võtmata riske ja arvesse võetud riski on valesti hinnatud.

Riski analüüsis tehti hinnang „seadme praeguse oleku” alusel. Läbiviidud toote hindamisest ja kontrollist selgub et vastuvõetamatu riski tekkimise tõenäosus on väga madal. Seade (selle konstruktsioon, tööpõhimõte ja kasutusala) ei põhjusta - normaalses tingimustes - põhjendamatu riski treenijale ega kolmandatele isikutele.

MANIPULATSIOONIMÄRGID TRANSPORTPAKENDIL

-  See pool üles. Mitte ümber pöörata.
-  Kaitsta kukkumise eest.
-  Taaskasutatav pakend.
-  Elektroonikaromud. Kasutatud seadmed tuleb viia taaskasutuspunkti.
-  Ettevaatust, habras. Kahjustuste oht. Olge ettevaatlik.
-  Kaitsta niiskuse eest.
-  Tähelepanu, raske toode.
-  Hoida maksimaalselt 5 kihis.
-  Toode sisaldab kasutusjuhendit.

DO NOT USE BLADE TO OPEN 
Mitte avada noaga.



Pakend on valmistatud papist ja plastist. Palun sorteerige jäätmed vastavalt kohalikele eeskirjadele.

  Pakend on valmistatud papist ja plastist. Palun sorteerige jäätmed vastavalt kohalikele eeskirjadele.

 Pakend on valmistatud papist.

 Pakend on toodetud keskkonnastõrget ja ringlussevõttu arvesse võttes. Palun sorteerige jäätmed vastavalt kohalikele eeskirjadele.

KASUTAMINE

Enne treeningu alustamist veenduge, et seade on õigesti paigaldatud.

- Enne esimese treeningu alustamist tutvuge kõigi seadme funktsioonide ja reguleerimisvõimalustega.
- Seadmel on osad, mis võivad olla vastuvõtlikud korrosioonile. Sel põhjusel ei ole soovitatav, et see jääks niiskesse ruumi. Samuti tuleb hoolitseda selle eest, et seade (eriti selle sisemised ja elektroonilised osad) ei puutuks kokku vee, jookide, higi jne.

- Seade on mõeldud ainult täiskasvanutele treenimiseks ja ei ole mingil juhul laste mänguasi. Kui lubate lastel seda omal vastutusel kasutada, juhendage neid kindlasti õigesti kasutama ja jälgige neid pidevalt.
- Seade ei sobi terapeutiliseks otstarbeks.
- Seadme töötamise ajal võib hooratta massi inertsiaalse liikumise korral esineda vaikseid helisid, mis on tingitud konstruktsiooni tüübist. Neil pole mingit mõju seadme tööle.
- Müra emissioon koormuse all on suurem kui ilma koormuseta.
- Enne iga treeningu alustamist kontrollige kaitsemeetmete ning kruvi- ja pistikühenduste korrektsust.
- Seadmel treenides pidage meeles sobivaid jalatseid (spordijalatsid).

SEADME HOOLDUS

Hooldage seadet regulaarselt. Tehke järgmisi toiminguid vähemalt iga 20 töötunni järel.

- Kontrollige seadme liikuvaid osi. Kui need pole piisavalt määratud, kasutage jalgratta laagrite jaoks mõeldud määrdeainet.
- Kontrollige selliste elementide nagu kruvid ja mutrid seisukorda. Veenduge, et need on korralikult kinni keeratud.
- Pühkige pärast iga treeningut seadmelt higi. Pöörake tähelepanu sellele, et monitor ei puutuks kokku vee ega niiskusega.
- Seadme puhastamiseks kasutage ainult vett seebiga. Ärge kasutage puhastusvahendeid.
- Hoidke seadet kuivas ja soojas kohas.
- Ärge jätke seadet päikesevalguse kätte.

PATAREIDE VAHETAMINE

Halvasti nähtav teave arvuti ekraanil või selle puudumine näitab vajadust patareide vahetamiseks.

Eemaldage patareipesa kaas ja asendage vanad kahe uuega. Asetades need

patareipesa järgige märgiseid "+" ja "-".

Kui ekraan ei tööta pärast taaskäivitamist korralikult, eemaldage patareid mõneks minutiks ja seejärel asetage need uuesti sisse.

TÄHELEPANU! Kasutatud patareidele garantii ei kehti. Need sisaldavad kahjulikke aineid (nagu kaadmium, elavhõbe või plii), seetõttu ärge visake neid olmeprügikonteinerisse. Viige need vastavasse kasutatud patareide kogumispunkti.

KESKKOND

Seade tarnitakse pakendis, et kaitsta seda võimalike transpordikahjustuste eest. Pakendid on töötlemata toorained ja neid saab taaskasutada. Visake need materjalid vastavatesse värvilistesse konteineritesse, mis on ette nähtud liigiti kogumiseks.



Kaitske keskkonda ja ärge visake kasutatud patareisid olmeprügikonteinerisse. Tagastage need ostukohta või andke need üle eraldi jäätmekäitluspunkti. Kasutatud elektriseadmed (sealhulgas arvusti, toiteplokk) on sekundaarsed toorained – ärge visake neid olmejäätmete konteineritesse, kuna need võivad

sisaldada tervisele ja keskkonnale ohtlikke aineid. Palume aktiivselt kaasa aidata säästlikule ressursside kasutamisele ja looduskeskkonna kaitsele, andes kasutatud seadme üle jäätmekäitluspunkti – kasutatud elektriseadmed.

KOKKUPANEK

Seadme kokkupaneku peab hoolikalt läbi viima täiskasvanu.

Kahtluste korral paluge abi kelleltki suurema kogemusega selles valdkonnas.

- Enne kokkupaneku alustamist veenduge, et komplekt seadmega sisaldab kõiki elemente osade loendist ja kas mõni element ei ole transpordi käigus kahjustatud. Elementide puudumise või kaebuste korral võtke ühendust müüjaga.
- Tutvuge jooniste ja selgitustega ning pange kokku vastavalt järjekorrale, mis on toodud kokkupanekujuhistes.
- Olge kokkupanekul ettevaatlik. Kasutamise ajal tööriistade ja elementide kasutamisel on vigastuste oht.
- Pidage meeles, et tagate turvalise keskkonna. Ärge asetage tööriistu ja kokkupanekuelemente koohtiliselt. Pidage meeles, et kiled ja kilekotid kujutavad endast lastele lämbumisohtu.
- Montaažielemendid, mis on vajalikud konkreetse sammu tegemiseks kokkupanekujuhistes on esitatud joonistel ja selgitustes. Kasutage elemente, mis on näidatud kokkupanekujuhistes.
- Kokkupaneku esimestes etappides ärge pingutage osi lõpuni. Tehke seda pärast kõigi paigaldamist ja veendumist, et need on õigesti paigaldatud.

- Tootja jätab endale õiguse mõned elemendid eelnevalt kokku panna.

KOKKUPANEKU SKEEM (→ Vaata lk 2)

TÄHELEPANU! Keelatud on kasutada osi, mis on pärit muudest allikatest kui tootja.

OSADE LOEND

NR	KIRJELDUS	KOGUS
1	Monitor	1
2	Kruvi M5*10	4
3	Rool	1
5	Wspornik monitori pyty	1
6	Vruvi M8×40X20	2
7	Vedruseib D8	4
8	Painutatud seib D8×1.5×φ20 R15	2
10	Keevitatud käepideme kronstein	1
13	Vruvi M6×12*S4	6
14	Seib φ6xφ12x1.5	2
22	Pistik Mutter M8*S13	2
23	Kõver Seib D8×1.5×φ20 R28	2
24	Tagumine alumine toru	1
26	Kruvia M8*60	2
27(L/R)	Pedaal	2
28	Pistik	1
29	Südamekujuline nupp	1
32	Kaarkujuline tihend D6×1.5×φ12	4
33	Seib D8	3
34	Sadulatoru keevitus	1
35	Sadul	1
36	Eesmine alumine toru	1
38	Kruvi M8*55	2
57	Nailonist Nmutter M8	5
A	Kõti S5	1
B	Lehtvõti S13, 15, 19	1
C	Kõti S4	1

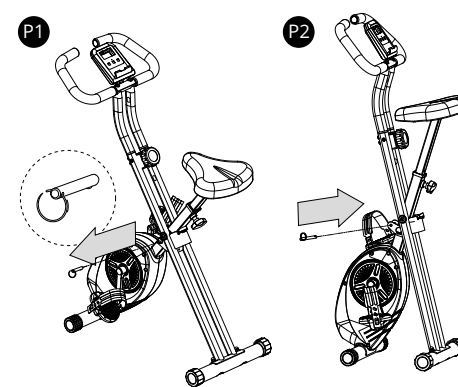
KASUTUSJUHE (→ Vaata lehekülge 2)

TÄHELEPANU! Montimisel järgige alltoodud samme ja kasutage tootega kaasasolevaid tööriistu.

Seadme kokkupanekuks valmistage ette piisavalt vaba ruumi.

Mõnede elementide suure kaalu tõttu on soovitatav kokku panna kahe inimesega.

Kui seda ei kasutata, tõmmake esmalt rõngassplint välja, nagu on näidatud joonisel P1; pange kokku tugiklamber ja pearaam; seejärel joondage pearaami U-kujulise osa põhjas olevad augud ja tugiklamber ning lõpuks sisestage selle kinnitamiseks rõngassplint, nagu on näidatud joonisel P2.

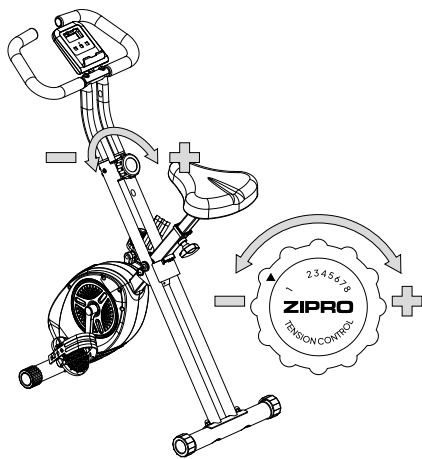


REGULEERIMINE

Takistuse reguleerimine

Takistuse suurendamiseks keerake takistuse reguleerimise nuppu päripäeva.

Takistuse vähendamiseks keerake pingutusnuppu vastupäeva.

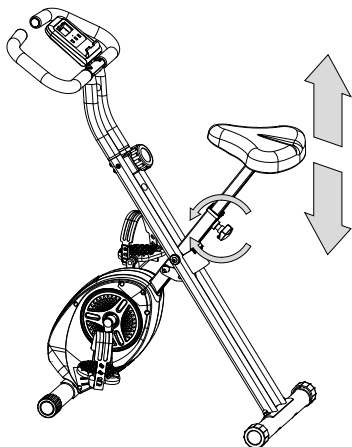


Sadula kõrgus

Lõdvendage sadulaposti nuppu, seadke sadul soovitud kõrgusele ja keerake nupp kinni. Veenduge, et sadul on kindlalt paigas.

Õige sadula kõrgus suurendab treeningu efektiivsust ja vähendab vigastuste ohtu.

Asetage pedaalid vertikaalselt (üks pedaal all, teine üleval). Istuge rattale ja asetage jalad pedaalidele. Veenduge, et alumisel pedaalil olev jalg on mugavas asendis. Kui see on liiga kõverdatud, tõstke sadulat. Kui te ei ulatu pedaalini või teie jalg on üle sirutatud, laske sadulat alla.

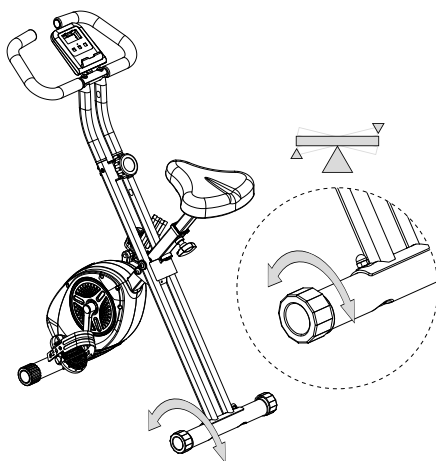


Pedaalirihmade reguleerimine

Kinnitage kummirihm kolme avaga küljega pedaali siseküljele. Kinnitage teine ots ühte reguleerimisavast, nii et jalg oleks sõidu ajal paigal ja seda oleks lihtne eemaldada. Tehke sama mõlema pedaaliga.

Seadme tasandamine

Tasandage seade, keerates tagumisel alusel olevaid tasandusjalgu. Padjad on hulknurga kujul, iga nende külj on erineva kõrgusega, leidke õige külj, et seade seisaks stabiilselt.



ARVUTI KASUTUSJUHE
ARVUTI (MUDEL) MRMS06-GRN

Enne kasutamist eemaldage arvuti ekraanilt kaitsekile.

AUTO ON/OFF

Arvuti lülitub sisse, kui hooratas pannakse liikuma või vajutatakse suvalist nuppu. Arvuti lülitub automaatselt välja 4 minuti pärast, kui seda ei kasutata.

NUPPIDE KIRJELDUS

MODE - võimaldab valida parameetri.

SET - kasutatakse parameetrite väärtuste seadmiseks.

RESET - asutatakse aja, vahemaa ja kalorite koheseks lähtestamiseks.

FUNKTSIOONID (SPETSIFIKATSIOON)

TIME	Loendab treeningu koguaega alates selle algusest kuni lõpuni.	00:00-99:59 min
SPEED	Kuvab praeguse kiiruse.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Loendab treeningu kogudistsantsi alates selle algusest kuni lõpuni.	0,0-9999 km
CALORIES	Loendab treeningu ajal põletatud kalorite koguarvu alates selle algusest kuni lõpuni. (Mõõtmine on ligikaudne erinevate treeningute võrdlemiseks, seda ei tohiks kasutada raviks).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Loendab kogudistsantsi alates aku paigaldamisest.	0-9999 km
PULSE	Kuvab praeguse pulsi. TÄHELEPANU! Pulsi mõõtmine ainult sportlikel eesmärkidel (meditsiiniline kasutamine on välistatud).	40-240 BPM

VÄÄRTUSE SEADISTAMINE LUGEMISEKS

- Vajutades **MODE** seadistage monitoril parameeter, mille väärtust soovite treeningu ajal saavutada: aeg, vahemaa, kalorite arv, pulss.
- Korduvalt nuppu vajutades **SET**, määrake sobiv väärtus. Loendamine algab pärast pedaalimise alustamist. Monitoril kuvatakse allanool. Loenduse lõpetamine või seatud pulsi väärtuse ületamine annab märku heliga.

PULSS

TÄHELEPANU! Pulsi mõõtmine ainult sportlikel eesmärkidel (meditsiiniline kasutamine on välistatud).

- Vajutage nuppu **MODE** kuni ekraanil kuvatakse PULSS. Asetage mõlemad käed juhtraua pulsianduritele. Mõõtmise ajal kuvab arvuti südamekujulise ikooni. 3 kuni 4 sekundi pärast kuvab arvuti hetkelise pulsi.

TRENING JA HARJUTUSTE FAASID

Seadme kasutamine annab teile palju eeliseid. Eelkõige parandab see teie seisundit, tugevdab lihaseid ja kombinatsioonid õige toitumisega võimaldab see põletada tarbetut rasvkudet.

1. SOOJENDUS

See on faas, mis parandab verevoolu kogu kehas ja valmistab lihaseid ette suuremaks pingutuseks. See vähendab ka riski krampide tekkeks ja vigastuste saamiseks. Soovitatav on teha mõned venitusharjutused, nagu allpool näidatud.

Kui tunnete valu, lõpetage treenimine või vähendage liikumissulatust.

REIE SISEMISTE LIHASTE VENITAMINE

Istuge tasasel pinnal painutatud jalgade ja väljapoole suunatud põlvedega. Pange jalatallad kokku ja viige need üksteisele nii lähedale kui võimalik. Vajutage õrnalt põlvedele, suunates neid maapinna poole ja hoidke selles asendis 15 sekundit.

REIE VENITAMINE

Istu põrandal. Siruta parem jalg välja ja asetage vasaku jala tald parema reie vastu. Siruta parem käsi nii kaugele kui võimalik parema jala varvaste poole. Hoidke 15 sekundit. Korrake vasaku jalaga.

PEA PÕRDED

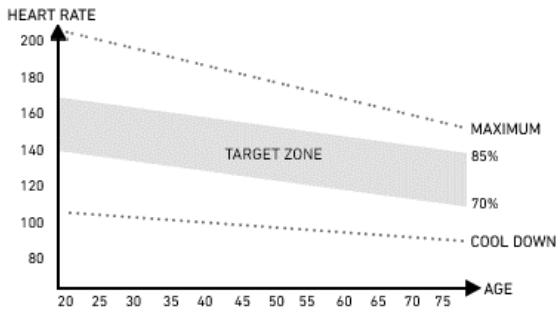
Hoidke oma pead otse ettepoole vaadates. Ilma õlgu liigutamata pöörake seda paremale ja sirutage, seejärel pöörake vasakule ja sirutage.

KÄTE TÕSTMINE
Tõstke vasak käsi nii kõrgele kui võimalik ja hoidke paar sekundit. Korrake parema käega.

ACHILLEUSE KÕÕLUSE VENITAMINE
Seisa näoga seina poole, siruta vasak jalg ette ja painuta seda veidi põlvest. Hoidke paremat jalga taga - sirgena, kand lameda pinnaga. Hoidke mõlemat kannalamedalt maapinnal ja suruge puusi seina poole. Hoidke seda asendit 30 sekundit. Korrake, sirutades paremat jalga ette. Pidage meeles, et treenimise ajal ei tohiks selga kaarekujuliselt painutada.

PAINUTUSED
Seisa jalad koos. Painutage ettepoole, püüdes nii palju kui võimalik rindkere põlvedele lähemale. Hoidke 15 sekundit. Pidage meeles, et põlvi ei tohi painutada.

2. HARJUTUSTE FAAS
See on treeningu õige faas. Treenige omas tempos, et saavutada oma vanusele vastav pulss, nagu on näidatud graafikul.



3. LÕDVESTUSFAAS
See faas võimaldab vereringet rahustada ja lihaseid lõdvestada. See on soojendusharjutuste kordus. Tuleb meeles pidada, et lihaseid ei tohi üle pingutada.

VÕIMALIKUD KAHJUSTUSED JA REMONDITEHNIKAD
TÄHELEPANU! Seadme korpuse avamine ilma eelnevalt tootja teenindusega konsulteerimata tühistab garantii. Kui kahtlustate riket, mis nõuab korpuse avamist, võtke ühendust tootja teenindusega.

VEA KIRJELDUS	VÕIMALIKUD PÕHJUSED	LAHENDUS
Seade kõigub	Seade on paigutatud ebatasasele pinnale. Seadme aluse all on tasakaalu häiriv ese.	Asetage seade tasasele pinnale. Eemaldage tasakaalu häiriv ese.
	Aluseid pole õigesti paigaldatud.	Paigaldage seadme alused õigesti.
Sadul või juhtraud kõiguvad	Sadula või juhtraua posti kruvid ja nupud pole kinni keeratud.	Keerake kinni sadula või juhtraua posti kruvid ja nupp.
Müra kasutamise ajal	Valesti kinni keeratud elemendid.	Võtke ühendust tootja teenindusega.
	Seadme töötamise ajal võib hooratta massi inertsiaalsetel liikumistel esineda vaikset müra, mis tuleneb konstruktsiooni tüübist. Neil ei ole seadme tööle mingit mõju. Võimalik müra, mis on kuulda pedaalide vastassuunas keeramisel, on tehniliselt tingitud ega põhjusta negatiivseid tagajärgi.	
Müra ja töö sujumatus	Kahjustatud laagrid.	Võtke ühendust tootja teenindusega.
Puudub sobiv takistus treeningu ajal	Takistuse reguleerimise juhe on valesti ühendatud.	Ühendage juhe õigesti vastavalt paigaldusjuhiste.

Lõdvenenud veorihm.	Võtke ühendust tootja teenindusega.
Hooratta ja magnetite vaheline kaugus on suurenenud.	Võtke ühendust tootja teenindusega.
Pingeregulaator on kahjustatud.	Võtke ühendust tootja teeninduse klienditoe.

GARANTII
Müüja annab Garantiiandja nimel garantii Eesti Vabariigi territooriumil 24 kuuks alates müügikuupäevast. Müüüdud kauba garantii ei välista, piira ega peata Ostja õigusi, mis tulenevad Tarbijakaitseadusest.

Garantiikaart asub viimasel leheküljel.

- GARANTIITINGIMUSED**
- Pretensioonidele ja garantiile kuuluvad ainult varjatud defektid, mis on tekkinud tootja süül.
 - Garantii kehtib kaupluses või teeninduses pärast seda, kui klient esitab:
 - kehtiva, loetavalt ja korrektselt täidetud garantiikaardi müügitempli ja müüja allkirjaga,
 - kehtiva seadme ostutõendi müügikuupäevaga,
 - reklameeritud kauba või defektse osa. Kaugmüügi korral kehtib garantiikaart ainult ostutõendi (kvitung / arve) alusel.
 - Pretensioon vaadatakse läbi 14 päeva jooksul alates hetkest, kui Klient on defekti teatanud.
 - Tehase defektid ja kahjustused, mis ilmnevad garantiiajal, parandatakse tasuta hiljemalt 21 päeva jooksul alates kauba kauplusesse või teenindusse toimetamise kuupäevast.
 - Kui on vaja importida osi, võib garantiiremondi tähtaeg pikeneda selle importimiseks vajaliku aja võrra, kuid mitte rohkem kui 40 päeva.
 - Garantii ei kata:
 - mehaanilised kahjustused ja nendest põhjustatud defektid,
 - kahjustused ja defektid, mis on tekkinud ebaõige kasutamise ja hoiustamise, vale paigaldamise ja hoolduse tõttu,
 - kahjustused ja kuluosade, näiteks trosside, rihmade, kummidetailide, pedaalide, käsnkattega käepidemete, rataste, laagrite, polstri kulumine.
 - paigaldus- ja hooldustööd, mida kasutaja on kasutusjuhendi kohaselt kohustatud ise tegema.
 - Garantii ei kehti järgmistel juhtudel:
 - kehtivusaia lõppemine,
 - kliendi poolt omal käel tehtud remondid ja modifikatsioonid mitteoriginaalsete osadega,
 - kui defekt tuleneb valest paigaldusest või kasutusjuhendis kirjeldatud õige kasutamise reeglite eiramisest,
 - kasutamine muuks kui koduseks kasutamiseks,
 - transpordil tekkinud kahjustused.
 - Garantiikaardi duplikaate ei väljastata.
 - Garantii raames on kliendil õigus nõuda järgmisi tasuta hüvitisi:
 - toote remont,
 - toote asendamine,
 - hinna alandamine,
 - lepingu lõpetamine ja kantud kulude täielik tagastamine.
 - Kaebuse esitamiseks on vajalik:
 - Esitada toode või selle osa, mille kohta garantii kehtib.
 - Ostutšekk, mis määrab müüja nime ja aadressi, ostukuupäeva ja -koha, toote tüübi või kehtiva garantiikaardi poe pitseriga.
 - Määratud toote tarnimisel võib teenindus keelduda selle vastuvõtmisest või kliendi kulul ja tema kirjalikul nõusolekul teostada puhastamist.
 - Kaebuse rahuldamise korral seade remonditakse või asendatakse uuega või tagastatakse kliendile raha. Tootja teenindus katab kauba kliendile transportimise kulud.
 - Garantiinõude tagasilükkamise korral saab klient üksikasjaliku põhjenduse tehtud otsuse kohta ning 14 päeva jooksul alates otsuse edastamisest saadetakse seade kliendile tagasi tema kulul.

FI Käyttöohje

Hyvä käyttäjä,
Tutustu seuraaviin ohjeisiin ennen asennuksen aloittamista ja laitteen ensimmäistä käyttökertaa. Tämä ohje sisältää tärkeitä tietoja laitteen turvallisesta käytöstä ja huollosta. Säilytä se, jotta voit käyttää huoltoa koskevia tietoja tai tilata varaosia.

TEKNISET TIEDOT

Virtalähde	Tietokone toimii 2 × AAA Carbon Zinc -paristoilla. Ei sisälly pakkaukseen.
Paino	14,4 kg
Käyttölämpötila	0°C - +40°C
Säilytyslämpötila	-10°C - +60°C
Käyttäjän enimmäispaino	120 kg
Käyttöluokka	Luokka H
Tarkkuusluokka	Luokka C
Nopeus	0,0–99,9 km/h
Tuotestandardi (pää)	EN ISO 20957-5:2028
Käyttötarkoitus	Polkupyörä magneettinen kotikäyttöön

TURVALLISUUS

HUOMIO! Laitetta saa käyttää vain sen käyttötarkoituksen mukaisesti, eli aikuisten harjoitteluun. Kaikki muu laitteen käyttö voi olla vaarallista. Valmistajaa ei voida pitää vastuussa vahingoista, jotka ovat aiheutuneet laitteen virheellisestä käytöstä.

- Laite on suunniteltu ja rakennettu uusimman turvallisuustiedon perusteella. Vaaralliset elementit, jotka saattavat mahdollisesti aiheuttaa vammoja, on eliminoitu tai suojattu suhteellisesti.
- Omat korjaukset ja muutokset ovat kiellettyjä.
- Tarkista ruuvien, pulttien ja muttereiden kireys kerran tai kahdesti kuukaudessa.
- Turvallisuuden varmistamiseksi tarkista ja huolla laite säännöllisesti (eli kerran vuodessa) erikoistuneessa liikkeessä.
- Kaikki laitteeseen tehdyt muutokset, joita ei ole kuvattu tässä ohjeessa, voivat aiheuttaa vahinkoja tai vaarantaa suoraan harjoittelijan terveyden ja hengen. Laitteeseen saa tehdä muutoksia vain valmistajan huoltohenkilöstö tai heidän kouluttamansa henkilöt.
- Kaikkiin laitteisiin kohdistuu jatkuvaa innovaatiotoimintaa korkean laadun varmistamiseksi. Tästä syystä valmistaja pidättää oikeuden teknisiin muutoksiin.
- Kaikki laitteisiin liittyvät kysymykset tai epäilykset tulee osoittaa erikoistuneeseen kauppalikkeeseen.

HUOMIO! Laitteen käytön aikana lähellä olevia henkilöitä on varoitettava mahdollisista vaaroista. Ole erityisen varovainen lasten läsnäollessa.

HUOMIO! Ennen harjoittelun aloittamista ota yhteys lääkäriin varmistaaksesi, ettei sinulla ole terveydellisiä vasta-aiheita laitteella harjoitteluun. Perustuen asiantuntijan lausuntoon voit kehittää oman harjoitusohjelmasi. Väärin valittu ohjelma tai liiallinen harjoittelu voi olla vaarallista terveydellesi ja hengellesi.

VAROITUS! Sykemittausjärjestelmät voivat olla epätarkkoja. Ylirasitus harjoittelun aikana voi johtaa vakaviin vammoihin tai kuolemaan. Jos tunnet olosi heikoksi, lopeta harjoittelu välittömästi.

HUOMIO! Noudata ehdottomasti tässä ohjeessa annettuja harjoitteluohjeita.

- Valitessasi harjoittelupaikkaa, varmista turvalliset etäisyydet mahdollisiin esteisiin. Älä sijoita laitetta kulkureittien (teiden, porttien, käytävien jne.) lähelle.
- Laitetta ei saa käyttää lähellä seinää. Turva-alue on 2000 mm ja vähintään yhtä leveä kuin laite.

HUOMIO! Ole varovainen laitteen asennuksen aikana äläkä anna lasten oleskella lähellä. Asennuksen aikana käytetään pieniä osia (muttereita, ruuveja jne.), jotka lapset voivat niellä.

JÄÄNNÖSRISKI

- Jos putoamissuojaa ei käytetä tai se on asennettu väärin, on olemassa jäännösriski, eli henkilön putoaminen, joka aiheuttaa ihon hiertymiä, mustelmia, luunmurtumia tai pahimmassa tapauksessa kuoleman.
- On olemassa jäännösriski harjoittelijan tahattomasta ylikuormituksesta, joka johtuu virheellisestä käytöstä tai virheellisestä arvioinnista sekä virheellisestä tiedonsiirrosta (sähkömagneettisten häiriöiden, ohjelmistovirheen jne. vuoksi).
Paraskaan ohjelmisto- ja laitteistosuojaus ei sulje pois ohjelmisto- tai laitteistovirhettä, ja se voi teoriassa aiheuttaa harjoittelijan ylikuormituksen.
- Tuote on sähkölaite, joten sähköiskun mahdollisuutta, joka voi johtaa kuolemaan, ei voida sulkea pois.
- Tukehtumisesta aiheutuvaa jäännösriskiä ei voida sulkea pois.
- Riskiä voidaan vähentää noudattamalla tietoja turvallisuudesta, jotka sisältyvät käyttöohjeeseen.
- Ei voida sulkea pois, että tahaton tai luvaton käyttö aiheuttaa muita, huomiotta jätettyjä riskejä, ja että huomioon otettu riski on arvioitu väärin.

Riskin analysoinnissa arviointi on tehty "laitteen nykytilan" perusteella. Suoritetun arvioinnin ja tuotteen tarkastuksen perusteella

on todennäköisyys sietämättömän riskin esiintymiselle erittäin pieni. Laite (sen rakenne, toimintatapa ja käyttö) ei aiheuta - normaaliolosuhteissa - perusteetonta riskiä harjoittelijalle tai kolmansille osapuolille.

KÄSITTELYMERKIT KULJETUSPAKKAUKSISSA

	Tämä puoli ylöspäin. Ei saa kaataa.
	Suojaa putoamiselta.
	Pakkaus soveltuu kierrätykseen.
	Sähkö- ja elektroniikkaromu. Käytetty laite on palautettava kierrätyspisteeseen.
	Varo, hauras. Vaurioitumisen vaara. Ole varovainen.
	Suojaa kosteudelta.
	Huomio, painava tuote.
	Varastoi enintään 5 kerroksessa.



Tuote sisältää käyttöohjeen.

DO NOT USE BLADE TO OPEN
Älä avaa veitsellä.



Pakkaus on valmistettu pahvista ja muovista. Lajittele jätteet paikallisten määräysten mukaisesti.



Pakkaus on valmistettu pahvista ja muovista. Lajittele jätteet paikallisten määräysten mukaisesti.



Pakkaus on valmistettu pahvista.



Pakkaus on valmistettu ympäristövastuullisesti ja kierrätys huomioon ottaen. Lajittele jätteet paikallisten määräysten mukaisesti.

KÄYTTÖ

Varmista ennen harjoittelun aloittamista, että laite on asennettu oikein.

- Ennen ensimmäisen harjoittelun aloittamista tutustu kaikkiin laitteen toimintoihin ja säätömahdollisuuksiin.
- Laitteessa on osia, jotka voivat altistua korroosiolle. Siksi ei ole suositeltavaa, että se pysyy kosteassa huoneessa. On myös huolehdittava siitä, että laite (erityisesti sen sisäiset ja elektroniset osat) ei altistu vedelle, juomille, hielelle jne.
- Laite on tarkoitettu vain aikuisten harjoitteluun, eikä se ole missään tapauksessa lasten lelu. Jos omalla vastuullasi annat lasten käyttää sitä, opasta heitä ehdottomasti oikeaan käyttöön ja valvo heitä jatkuvasti.
- Laitetta ei ole tarkoitettu terapeuttiseen käyttöön.
- Laitteen käytön aikana voi esiintyä hiljaisia ääniä vauhtipyörän hitausliikkeestä, jotka johtuvat rakenteen tyypistä. Niillä ei ole mitään vaikutusta laitteen toimintaan.
- Melupäästö kuormituksen aikana on suurempi kuin ilman kuormitusta.
- Tarkista ennen harjoituskertaa suojalaitteiden sekä ruuvi- ja pistoliitosten oikeellisuus.
- Muista käyttää sopivia jalkineita (urheilukengät) harjoittellessasi laitteella.

LAITTEEN KUNNOSSAPITO

Tee laitteelle säännöllisesti huolto. Suorita seuraavat toimenpiteet vähintään 20 käyttötunnin välein.

- Tarkista laitteen liikkuvat osat. Jos ne eivät ole riittävän voideltuja, käytä polkupyörän laakerirasvaa.
- Tarkista osien, kuten ruuvien ja muttereiden, kunto. Varmista, että ne ovat hyvin kiinni.
- Pyyhi hiki laitteesta jokaisen harjoittelun jälkeen. Kiinnitä huomiota siihen, että näyttö ei joudu kosketuksiin veden tai kosteuden kanssa.
- Käytä laitteen puhdistukseen vain vettä ja saippuaa. Älä käytä puhdistusaineita.
- Säilytä laitetta kuivassa ja lämpimässä paikassa.
- Älä altista laitetta auringonvalolle.

PARISTOJEN VAIHTO

Heikosti näkyvät tiedot tietokoneen näytöllä tai niiden puuttuminen tarkoittavat, että paristot on vaihdettava.

Irrrota paristokotelo ja vaihda vanhat kahteen uuteen paristoon.

Asettaessasi ne paristokoteloon noudata merkintöjä "+" ja "-".

Jos näyttö ei toimi oikein uudelleenkäynnistyksen jälkeen, poista paristot muutamaksi minuutiksi ja aseta ne sitten takaisin paikoilleen.

HUOMIO! Käytetyt paristot eivät kuulu takuun piiriin. Ne sisältävät haitallisia aineita (kuten kadmiumia, elohopeaa tai lyijyä), joten älä heitä niitä kotitalousjätteisiin. Vie ne asianmukaiseen keräyspisteeseen käytetyille paristoille.

YMPÄRISTÖ

Laite toimitetaan pakkauksessa suojatakseen sitä mahdollisilta vaurioilta kuljetuksen aikana. Pakkaukset ovat raaka-aineita, joita voidaan kierrättää. Heitä nämä materiaalit asianmukaisiin värillisiin säiliöihin, jotka on tarkoitettu valikoivaan keräykseen.



Suojele ympäristöä äläkä heitä käytettyjä paristoja kotitalousjätteisiin. Palauta ne ostopaikkaan tai vie ne erilliseen kierrätyspisteeseen.

Käytetyt sähkölaitteet (mukaan lukien mittari, virtalähde) ovat kierrätysmateriaaleja – älä heitä niitä kotitalousjätteisiin, koska ne voivat sisältää terveydelle ja ympäristölle vaarallisia aineita. Pyydämme aktiivista apua säästävissä luonnonvarojen hallinnassa ja luonnonympäristön suojelussa toimittamalla käytetty laite kierrätyspisteeseen – käytetyille sähkölaitteille.

ASENNUS

Laitteen asennus on suoritettava huolellisesti aikuisen toimesta. Jos olet epävarma, pyydä apua joltakin jolla on enemmän kokemusta alalta.

- Ennen asennuksen aloittamista varmista, että sarja laitteen mukana sisältää kaikki osat osaluettelosta sekä onko jokin osa vaurioitunut kuljetuksen aikana. Jos osia puuttuu tai sinulla on kysyttävää, ota yhteyttä myyjään.
- Tutustu kuviin ja selityksiin ja suorita asennus ohjeiden järjestyksessä asennusohjeessa.
- Ole varovainen asennuksen aikana. Käytön aikana työkalujen ja osien kanssa on olemassa loukkaantumisvaara.
- Muista pitää ympäristö turvallisena. Älä levitä työkaluja ja asennusosia kaoottisesti. Muista, että muovikalvot ja -pussit ovat lasten tukehtumisvaara.

- Asennusosat, jotka tarvitaan tietyn vaiheen suorittamiseen asennusohjeissa on esitetty kuvissa ja selityksissä. Käytä osia, jotka on ilmoitettu asennusohjeissa.
- Asennuksen alkuvaiheessa älä kiristä osia kokonaan. Tee se, kun olet sijoittanut kaikki osat ja varmistanut, että ne ovat oikein paikallaan.
- Valmistaja pidättää oikeuden esiasentaa joitain osia.

ASENNUSKAAVIO (→ Katso sivu 2)

HUOMIO! Osien käyttö, jotka ovat peräisin muista lähteistä kuin valmistajalta, on kielletty.

OSALUETTELO

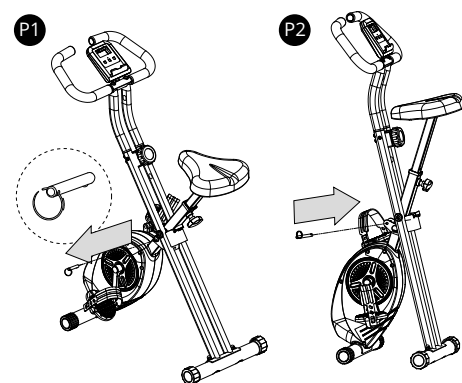
NRO	KUVAUS	MÄÄRÄ
1	Näyttö	1
2	Ruuvi M5*10	4
3	Ohjaustanko	1
5	Wtuki näytön pyty	1
6	Puuvi M8×40X20	2
7	Jousialuslevy D8	4
8	Taivutettu tiiviste D8×1.5×φ20 R15	2
10	Hitsattu pidike	1
13	Puuvi M6×12*S4	6
14	Litteä aluslevy φ6xφ12x1.5	2
22	Tulppa Mutteri M8*S13	2
23	Kaareva Aluslevy D8×1.5×φ20 R28	2
24	Taka-ala putki	1
26	Puuvi M8*60	2
27(L/R)	Poljin	2
28	Pistoke	1
29	Sydämenmuotoinen nuppi	1
32	Kaartiiviste D6×1.5×φ12	4
33	Litteä aluslevy D8	3
34	Satulaputken hitsaus	1
35	Satula	1
36	Etu alatuubi	1
38	Ruuvivi M8*55	2
57	Nailoninen Nlukkomutteri M8	5
A	Avainavain S5	1
B	Kiintoavain S13, 15, 19	1
C	Cvainavain S4	1

ASENNUSOHJE (→ Katso sivu 2)

HUOMIO! Noudata asennuksen aikana alla olevia vaiheita ja käytä tuotteen mukana toimitettuja työkaluja.

Varaa riittävästi vapaata tilaa laitteen asentamista varten. Joidenkin osien suuren painon vuoksi on suositeltavaa, että asennuksen suorittaa kaksi henkilöä.

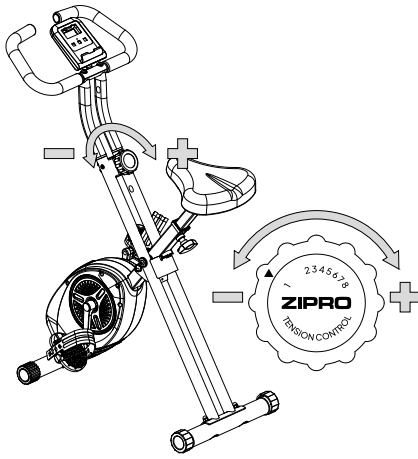
Kun sitä ei käytetä, vedä ensin ulos rengassokka kuvan P1 mukaisesti; asenna kannattimen hitsaus ja päärunko; kohdista sitten reiät päärunkon U-kirjaimen muotoisen osan pohjassa ja kannattimen hitsaus , ja lopuksi aseta rengassokka kiinnittäaksesi sen kuvan P2 mukaisesti.



SÄÄDÖT

Vastuksen säätö

Lisää vastusta kääntämällä vastuksen säätönuppia myötäpäivään. Vähennä vastusta kääntämällä vastuksen säätönuppia vastapäivään.

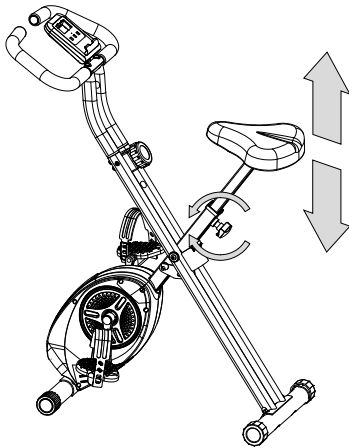


Satulan korkeus

Löysää satulan kannattimen nuppia, aseta satula haluttuun korkeuteen ja kiristä nappi. Varmista, että satula on tukevasti paikallaan.

Oikea satulan korkeus parantaa harjoitusten tehokkuutta ja vähentää loukkaantumisriskiä.

Aseta polkimet pystysuoraan (toinen poljin alhaalla, toinen ylhäällä). Nouse pyörän selkään ja aseta jalat polkimille. Varmista, että alimmaisella polkimella oleva jalka on mukavasti. Jos se on liian koukussa, nosta satulaa. Jos et yletä polkimelle tai jalkasi on yliojentunut, laske satulaa.

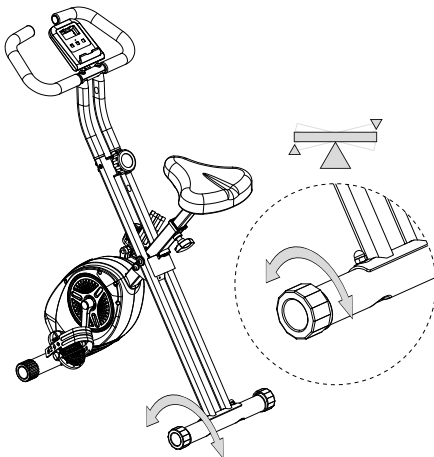


Poljinten hihnojen säätö

Kiinnitä kuminauha polkimen sisäpuolelle puolelta, jossa on kolme reikää. Kiinnitä toinen pää yhteen säätöreikistä siten, että jalka pysyy paikallaan ajon aikana ja se on helppo irrottaa. Suorita tämä toimenpide molemmille polkimille.

Laitteen tasapainotus

Tasaa laite kiertämällä takaosassa olevia tasoitusjalkoja. Jalat ovat monikulmion muotoisia, jokaisella sivulla on eri korkeus, etsi oikea sivu, jotta laite seisoo vakaasti.



TIETOKONEEN KÄYTTÖOHJEET

TIETOKONE (MALLI) MRMS06-GRN

Poista suojakalvo tietokoneen näytöltä ennen käyttöä.

AUTO ON/OFF

Tietokone käynnistyy, kun vauhtipyörä pannaan liikkeeseen tai mitä tahansa painiketta painetaan. Tietokone sammuu automaattisesti 4 minuutin käyttämättömyyden jälkeen.

PAINIKKEIDEN KUVAS

MODE - mahdollistaa parametrin valinnan.

SET - käytetään parametrin arvojen asettamiseen.

RESET - käytetään ajan, matkan ja kalorien välittömään nollaukseen.

TOIMINNOT (TEKNISEET TIEDOT)

TIME	Laskee harjoituksen kokonaisajan alusta loppuun.	00:00-99:59 min
SPEED	Näyttää nykyisen nopeuden.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Laskee kokonaismatkan harjoituksen alusta loppuun.	0,0-9999 km
CALORIES	Laskee poltettujen kaloreiden kokonaismäärän harjoituksen alusta loppuun. (Mittaus on likimääräinen eri harjoitusten vertailua varten, sitä ei voida käyttää hoidossa).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Laskee kokonaismatkan akun asentamisesta lähtien.	0-9999 km
PULSE	Näyttää nykyisen pulssin. HUOMIO! Sykemittaus vain urheilutarkoituksiin (lääketieteellinen käyttö on suljettu pois).	40-240 BPM

ARVOJEN ASETTAMINEN LASKENTAA VARTEN

- Painaessasi **MODE** aseta näytössä parametri, jonka arvon haluat saavuttaa harjoituksen aikana: aika, matka, kalorimäärä, syke.
- Paina toistuvasti painiketta **SET**, aseta sopiva arvo. Laskenta alkaa, kun aloitat polkemisen. Näytöllä näkyy alaspäin osoittava nuoli. Laskennan päättymisen tai asetetun sykkeen ylittämisen ilmoitetaan äänimerkillä.

SYKE

HUOMIO! Sykemittaus vain urheilutarkoituksiin (lääketieteellinen käyttö on poissuljettu).

- Paina painiketta **MODE** kunnes näytössä näkyy PULSE. Aseta molemmat kädet ohjaustangon sykeantureille. Mittauksen aikana tietokone näyttää sydämen muotoisen kuvakkeen. 3-4 sekunnin kuluttua tietokone näyttää nykyisen sykkeen.

TRENI JA HARJOITUSVAIHEET

Laitteen käyttäminen tarjoaa sinulle monia etuja. Ennen kaikkea se parantaa kuntoasi, vahvistaa lihaksiasi ja yhdessä oikean ruokavalion kanssa auttaa polttamaan tarpeetonta rasvakudosta.

1. LÄMMITTELY

Tämä vaihe parantaa verenkiertoa koko kehossa ja valmistaa lihaksia lisääntyneeseen rasitukseen. Se myös vähentää riskiä kramppien syntymiselle ja vammojen saamiselle. On suositeltavaa tehdä joitain venytysharjoituksia, kuten alla on esitetty. Jos tunnet kipua, lopeta harjoittelu tai vähennä liikkeen laajuutta.

REISIEN SISÄLIHASTEN VENYTTÄMINEN

Istu tasaisella alustalla jalat koukussa ja polvet ulospäin. Yhdistä jalkapohjat ja tuo ne mahdollisimman lähelle toisiaan. Paina varovasti polvia alustaa kohti ja pysy tässä asennossa 15 sekuntia.

REISIEN VENYTTÄMINEN

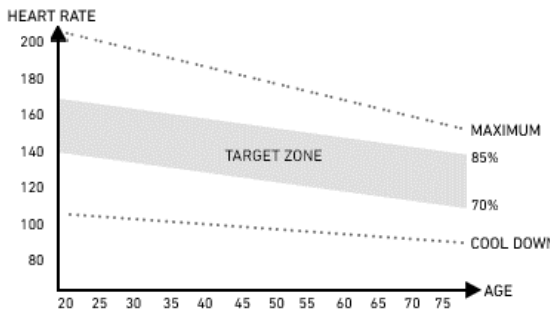
Istu tasaisella alustalla. Suorista oikea jalka ja aseta vasemman jalan pohja oikean reiden päälle. Ojenna oikea käsi kohti oikean jalan varpaita niin pitkälle kuin mahdollista. Pysy 15 sekuntia. Toista vasemmalla jalalla.

PÄÄN KIERROT
Pidä pää suorassa katsoen eteenpäin. Käännä päätä oikealle ja suorista se, sitten käännä vasemmalle ja suorista se, liikuttamatta olkapäitä.
KÄSIEN NOSTO
Nosta vasen käsi mahdollisimman korkealle ylös ja pidä muutama sekunti. Toista oikealla kädellä.

AKILLESJÄNTEEN VENYTTÄMINEN
Seiso kasvot seinään päin, vie vasen jalka eteen ja taivuta hieman polvesta. Pidä oikea jalka takana – suorana, kantapää tasaisesti alustalla. Pidä molemmat kantapäät tasaisesti alustalla ja paina lantiota seinää kohti. Pidä asento 30 sekuntia. Toista oikea jalka edessä. Muista, ettet taivuta selkää kaarelle harjoituksen aikana.

KUMARRUKSET
Seiso jalat yhdessä. Kumarra eteenpäin yrittäen tuoda rintakehä mahdollisimman lähelle polvia. Pysy 15 sekuntia. Muista, ettet taivuta polvia.

2. HARJOITUSVAIHE
Tämä on harjoituksen oikea vaihe. Harjoittele omaan tahtiisi niin, että saavutat ikääsi sopivan sykkeen, kuten kaaviossa on esitetty.



3. PALAUTUSVAIHE
Tämä vaihe auttaa rauhoittamaan verenkiertoa ja rentouttamaan lihaksia. Tämä on lämmittelyharjoitusten toisto. Muista, että et rasita lihaksia liikaa.

MAHDOLLISET VAHINGOT JA KORJAUSTEKNIIKAT
HUOMIO! Laitteen kotelon avaaminen ottamatta ensin yhteyttä valmistajan huoltoon mitätöi takuun.
Jos epäilet vikaa, joka vaatii kotelon avaamista, ota yhteyttä valmistajan huoltoon.

VIRHEEN KUVAUS	MAHDOLLISET SYYT	RATKAISU
Laite heiluu	Laite on asetettu epätasaiselle pinnalle. Laitteen pohjan alla on esine, joka häiritsee tasapainoa.	Aseta laite tasaiselle pinnalle. Poista tasapainoa häiritsevä esine.
	Jalat eivät ole kunnolla asennettu.	Asenna laitteen jalat oikein.
Satula tai ohjaustanko heiluu	Satulan tai ohjaustangon putken ruuvit ja nupit eivät ole tiukalla.	Kiristä satulan tai ohjaustangon putken ruuvit ja nuppi.
Melua käytön aikana	Osat on kiristetty väärin.	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	Laitteen käytön aikana voi esiintyä hiljaisia ääniä vauhtipyörän massan hitaan liikkeen aikana, mikä johtuu rakenteen tyypistä. Niillä ei ole mitään vaikutusta laitteen toimintaan. Mahdolliset äänet, jotka kuuluvat poljettaessa vastakkaiseen suuntaan, ovat teknisesti ehtoja, eivätkä aiheuta negatiivisia seurauksia.	
Melua ja epätasaista toimintaa	Vaurioituneet laakerit.	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
Riittämätön	Vastusjohto on kytketty väärin.	Kytke johto oikein asennusohjeiden mukaisesti.

vastus harjoittelun aikana	Löysä käyttöhihna.	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	Vauhtipyörän ja magneettien välinen etäisyys on kasvanut.	Ota yhteyttä valmistajan huoltoon.
	Jännitteensäädin on vaurioitunut.	Ota yhteyttä valmistajan huollon asiakaspalveluun.

TAKUU
Myyjä myöntää Takuuntajan puolesta takuun Suomen tasavallan alueella 24 kuukauden ajaksi myyntipäivästä lukien. Myydyn tuotteen takuu ei sulje pois, rajoita tai keskeytä Ostajan oikeuksia, jotka johtuvat kuluttajansuojalaista (FI).

Takuukortti on viimeisellä sivulla.

- TAKUU EHDOT**
- Valituksen ja takuun piiriin kuuluvat vain piilevät viat, jotka ovat syntyneet valmistajan virheestä.
 - Takuu on voimassa myymälässä tai huollossa, kun asiakas esittää:
 - voimassa olevan, selkeästi ja oikein täytetyn takuukortin, jossa on myyntileima ja myyjän allekirjoitus,
 - voimassa olevan laitteen ostotodistuksen, jossa on myyntipäivämäärä,
 - reklamoidun tavaran tai viallisen osan.Etämyynnissä takuukortti on voimassa vain ostotodistuksen (kuitti / lasku) perusteella.
 - Reklamaatio käsitellään 14 päivän kuluessa siitä, kun Asiakas on ilmoittanut viasta.
 - Tehdasvirheet ja vauriot, jotka ilmenevät takuuajana, korjataan maksutta enintään 21 päivän kuluessa siitä, kun tuote on toimitettu myymälään tai huoltoon.
 - Jos varaosia on tuotava maahan, takuukorjauksen suoritusajaksi voi pidentyä sen tuontiin tarvittavan ajan, kuitenkin enintään 40 päivää.
 - Takuu ei kata:
 - mekaaniset vauriot ja niistä johtuvat viat,
 - vauriot ja viat, jotka johtuvat epäasianmukaisesta käytöstä ja varastoinnista, virheellisestä asennuksesta ja huollosta,
 - vahingot ja kuluminen kuluviissa osissa, kuten: johdot, hihnat, kumiosat, polkimet, sienikahvat, pyörät, laakerit, verhoilu.
 - toimenpiteet, jotka liittyvät asennukseen ja huoltoon, jotka käyttöohjeen mukaan käyttäjä on velvollinen suorittamaan itse.
 - Takuu ei ole voimassa seuraavissa tapauksissa:
 - voimassaoloajan päättymisen jälkeen,
 - asiakkaan tekemät itsenäiset korjaukset ja muutokset käyttämällä muita kuin alkuperäisiä osia, kun vika johtuu virheellisestä asennuksesta tai käyttöohjeessa kuvattujen oikean käytön periaatteiden noudattamatta jättämisestä,
 - muu kuin kotikäyttö,
 - kuljetuksessa syntyneet vahingot.
 - Takuukortin kaksoiskappaleita ei myönnetä.
 - Takuun puitteissa asiakkaalla on oikeus vaatia seuraavia maksuttomia hyvityksiä:
 - tuotteen korjaus,
 - tuotteen vaihto,
 - hinnan alennus,
 - sopimuksen purkaminen ja aiheutuneiden kustannusten täysi palautus.
 - Reklamaation tekemiseksi on tarpeen:
 - Esitä tuote tai sen osa, jota takuu koskee.
 - Ostotodistus, jossa on myyjän nimi ja osoite, ostopäivä ja -paikka, tuotetyyppi tai voimassa oleva takuukortti myymälän leimalla.
 - Jos likainen tuote toimitetaan, huolto voi kieltäytyä vastaanottamasta sitä tai puhdistaa sen asiakkaan kustannuksella tämän kirjallisella suostumuksella.
 - Jos reklamaatio hyväksytään, laite korjataan tai vaihdetaan uuteen tai asiakkaalle palautetaan rahat. Tuotteen kuljetuskustannukset asiakkaalle maksaa valmistajan huolto.

12. Jos takuureklamaatio hylätään, asiakas saa yksityiskohtaisen perustelun päätökselle, ja laite palautetaan asiakkaalle tämän kustannuksella 14 päivän kuluessa päätöksestä.

SL Navodila za uporabo

Uporabnik,
Pred začetkom montaže preberite spodnja navodila in prvo uporabo naprave. Ta navodila vsebujejo pomembne informacije o varnosti uporabe in vzdrževanja opreme. Shranite ga za morebitno uporabo informacij o vzdrževanju ali naročanje nadomestnih delov.

TEHNIČNI PODATKI

Napajanje	Računalnik napaja baterija 2×AAA Carbon Zinc. Ni priložena.
Teža	14,4 kg
Temperatura uporabe	0°C do +40°C
Temperatura skladiščenja	-10°C do +60°C
Maksimalna teža uporabnika	120 kg
Razred uporabe	Razred H
Razred natančnosti	Razred C
Hitrost	0,0-99,9 km/h
Standard izdelka (glavni)	EN ISO 20957-5:2028
Namen	Kolo magnetno za domačo uporabo

VARNOST

POZOR! Napravo lahko uporabljate samo v skladu z njenim namenom, to je za trening odraslih. Vsaka druga uporaba naprave je lahko nevarna. Proizvajalec ne more biti odgovoren za škodo, ki je nastala zaradi nepravilne uporabe naprave.

- Naprava je bila zasnovana in izdelana na podlagi najnovejšega znanja s področja varnosti. Nevarni elementi, ki bi potencialno lahko ogrozili poškodbe, so bili odpravljeni ali relativno zaščiteni.
- Popravila in spremembe na lastno roko niso dovoljene.
- Enkrat na mesec ali dva preverite, ali so vijaki, matice pravilno priviti.
- Za trajno zagotavljanje varnosti redno (enkrat letno) pregledujte in vzdržujte opremo v specializirani trgovini.
- Vse spremembe na napravi, ki niso opisane v teh navodilih, lahko povzročijo poškodbe ali neposredno ogrozijo zdravje in življenje uporabnika. Spremembe na napravi lahko izvajajo samo serviserji proizvajalca ali osebe, ki so bile za to usposobljene s strani proizvajalca.
- Vse naprave so predmet stalnih inovacijskih prizadevanj za zagotavljanje visoke kakovosti. Zato si proizvajalec pridruže pravico do uvedbe tehničnih sprememb.
- Za vsa vprašanja ali pomisleke v zvezi z opremo se obrnite na specializirano trgovino.

POZOR! Osebe, ki se nahajajo v bližini med uporabo opreme, je treba opozoriti na morebitne nevarnosti. Bodite še posebej previdni v prisotnosti otrok.

POZOR! Pred začetkom vadbe se posvetujte z zdravnikom, da se prepričate, ali nimate zdravstvenih kontraindikacij za vadbo na napravi. Na podlagi mnenja strokovnjaka si lahko oblikujete svoj načrt treninga. Nepravilno izbran program ali pretirana vadba sta lahko nevarna za vaše zdravje in življenje.

OPOZORILO! Sistemi za spremljanje srčnega utripa so lahko netočni. Preobremenjenost med vadbo lahko povzroči resne poškodbe ali smrt. Če se počutite slabo, takoj prenehajte z vadbo.

POZOR! Brezpogojno upoštevajte opombe o izvajanju treninga, ki so vključene v teh navodilih.

- Pri izbiri mesta za vadbo zagotovite zadostno varnostno razdaljo od morebitnih ovir. Opreme ne postavljajte v bližino prometnih poti (cest, vrat, hodnikov ipd.).
- Uporaba opreme v neposredni bližini stene je prepovedana. Varnostna cona mora znašati 2000 mm v globino in biti široka najmanj toliko kot naprava.

POZOR! Med montažo naprave bodite previdni in ne dovolite, da so otroci v bližini. Med montažo se uporabljajo majhni deli (matice, vijaki itd.), ki jih lahko pogoltnejo.

PREOSTALO TVEGANJE

- V primeru, da zaščita pred padcem ni uporabljena ali je uporabljena, vendar nepravilno, obstaja preostalo tveganje, tj. padec osebe, ki povzroči odrgnine kože, modrice, zlome ali, v najslabšem primeru, smrt.
- Obstaja preostalo tveganje nenamerne preobremenitve osebe, ki vadi, zaradi nepravilnega delovanja ali napačne ocene, pa tudi nepravilnega prenosa podatkov (zaradi elektromagnetnih motenj, napake programske opreme itd.).
- Tudi najboljša zaščita programske in strojne opreme ne izključuje napake programske ali strojne opreme in lahko teoretično povzroči preobremenitev osebe, ki vadi.
- Izdelek je električna naprava, zato ni mogoče izključiti električnega udara, ki lahko privede do smrti.
- Ni mogoče izključiti preostalega tveganja zažutitve.
- Tveganje je mogoče zmanjšati z upoštevanjem informacij o bezpieczeństwie zawartych w instrukcji obsługi.
- Ni mogoče izključiti, da bo nenamerna ali nedovoljena uporaba povzročila druga, neupoštevana tveganja, a uwzględnione ryzyko zostało oszacowane nieprawidłowo.

V analizi tveganja je bila ocena opravljena na podlagi „trenutnega stanja naprave“. Iz opravljene ocene in pregleda izdelka izhaja, da je verjetnost nastanka nedopustnega tveganja zelo majhna. Naprava (njena konstrukcija, način delovanja in uporaba) v normalnih pogojih ne povzroča neupravičenega tveganja za osebo, ki vadi, ali tretje osebe.

OZNAKE ZA RAVNANJE NA TRANSPORTNI EMBALAŽI

-  S to stranjo navzgor. Ne prevračajte.
-  Zaščititi pred padcem.
-  Embalaža primerna za recikliranje.
-  Odpadna električna in elektronska oprema. Rabljeno opremo je treba oddati na zbirno mesto za recikliranje.
-  Pazljivo, krhko. Možnost poškodbe. Bodite previdni.
-  Zaščititi pred vlago.
-  Pozor, težek izdelek.
-  Skladiščite največ v 5 plasteh.



Izdelek vsebuje navodila za uporabo.

DO NOT USE BLADE TO OPEN
Ne odpirajte z nožem.



Embalaza je izdelana iz kartona in plastike. Prosimo, ločujte odpadke v skladu z lokalnimi predpisi.



Embalaza je izdelana iz kartona in plastike. Prosimo, ločujte odpadke v skladu z lokalnimi predpisi.



Embalaža je izdelana iz kartona.



Embalaža je bila izdelana ob upoštevanju odgovornosti do okolja in recikliranja. Prosimo, ločujte odpadke v skladu z lokalnimi predpisi.

UPRAVLJANJE

Pred začetkom vadbe se prepričajte, da je naprava pravilno nameščena.

- Pred začetkom prve vadbe se seznanite z vsemi funkcijami in možnostmi nastavitve naprave.
- Naprava ima elemente, ki so lahko izpostavljeni koroziji. Zato ni priporočljivo, da ostane v vlažnem prostoru. Prav tako je treba zagotoviti, da oprema (zlasti njeni notranji in elektronski deli) ni izpostavljena stiku z vodo, pijačami, znojem itd.
- Naprava je namenjena samo za vadbo odraslih in nikakor ni igrača za otroke. Če na lastno odgovornost dovolite otrokom, da jo uporabljajo, jih nujno poučite o pravilni uporabi in jih stalno nadzorujte.
- Oprema ni primerna za terapevtske namene.
- Med delovanjem naprave se lahko pojavijo tihi šumi pri vztrajnostnem gibanju vztrajnika, ki so posledica vrste konstrukcije. Ti nimajo nobenega vpliva na delovanje opreme.
- Emisija hrupa med obremenitvijo je večja kot brez obremenitve.
- Pred začetkom vsake vadbe preverite pravilnost varnostnih elementov ter vijačnih in vtičnih povezav.
- Med vadbo na napravi ne pozabite na primerno obutev (športni copati).

VZDRŽEVANJE OPREME

Redno vzdržujte napravo. Spodnja opravila izvajajte najmanj vsakih 20 ur delovanja.

- Preverite gibljive dele naprave. Če niso dovolj namazani, uporabite mast za kolesarske ležaje.
- Preverite stanje elementov, kot so vijaki in matice. Zagotovite, da so dobro priviti.
- Po vsaki vadbi obrišite znoj z naprave. Bodite pozorni na to, da monitor ne pride v stik z vodo ali vlago.
- Za čiščenje naprave uporabljajte samo vodo z milom. Ne uporabljajte čistil.
- Napravo shranjujte v suhem in toplem prostoru.
- Naprave ne izpostavljajte sončni svetlobi.

ZAMENJAVA BATERIJE

Slabo vidne informacije na zaslonu računalnika ali njihova odsotnost pomenijo, da je treba zamenjati baterijo.

Odstranite pokrov baterije in zamenjajte stare z dvema novima. Pri nameščanju

v posodo za baterije upoštevajte oznake "+" in "-".

Če zaslon po ponovnem zagonu ne deluje pravilno, za nekaj minut odstranite baterije in jih nato ponovno vstavite.

POZOR! Izrabljene baterije niso predmet garancije. Vsebujejo škodljive snovi (kot so kadmij, živo srebro ali svinec), zato jih ne odlagajte v gospodinjstvo smeti. Odnosite jih na ustrezno zbirno mesto za izrabljene baterije.

OKOLJE

Naprava je dobavljena v embalaži za zaščito pred morebitnimi poškodbami med transportom. Embalaža je nepredelan material in se lahko reciklira. Odvrzite te materiale v ustrezne barvne posode, namenjene selektivnemu zbiranju.



Varujte okolje in ne odlagajte izrabljenih baterij v gospodinjstvo smeti. Oddajte jih na mestu nakupa ali jih predajte na ločeno zbirno mesto za sekundarne surovine.

Izrabljena električna naprava (vključno s števcem, napajalnikom) je sekundarna surovina – ne odlagajte je v posode za gospodinjstvo odpadke, ker lahko vsebuje snovi, nevarne za zdravje in okolje. Prosimo, aktivno pomagajte pri varčnem gospodarjenju z naravnimi viri in varovanju naravnega okolja, tako da izrabljeno napravo predate na zbirno mesto za sekundarne surovine – izrabljene električne naprave.

MONTAŽA

Napravo mora skrbno namestiti odrasla oseba. Če ste v dvomih, prosite za pomoč nekoga z več izkušnjami na tem področju.

- Pred začetkom montaže se prepričajte, ali komplet z napravo vsebuje vse elemente s seznam delov ter ali so bili nekateri elementi poškodovani med transportom. Če

elementi manjkajo ali imate pomisleke, se obrnite na prodajalca.

- Seznanite se z risbami in pojasnili ter montirajte v skladu z vrstnim redom, ki je naveden v navodilih za montažo.
- Bodite previdni med montažo. Med uporabo orodja in elementov obstaja nevarnost poškodb.
- Ne pozabite na varno okolje. Ne razporejajte orodja in montažnih elementov kaotično. Ne pozabite, da so folije in vrečke iz umetne mase nevarnost za dušitve za otroke.
- Montažni elementi, potrebni za izvedbo določenega koraka navodil za montažo so prikazani na risbah in pojasnilih. Uporabljajte elemente, navedene v navodilih za montažo.
- V začetnih fazah montaže delov ne privijte do konca. To storite, ko so vsi nameščeni in ste prepričani, da so pravilno nameščeni.
- Proizvajalec si pridržuje pravico do predhodne montaže nekaterih elementov.

MONTAŽNA SHEMA (→ Glejte stran 2)

POZOR! Prepovedana je uporaba delov, ki ne prihajajo od proizvajalca.

SEZNAM DELOV

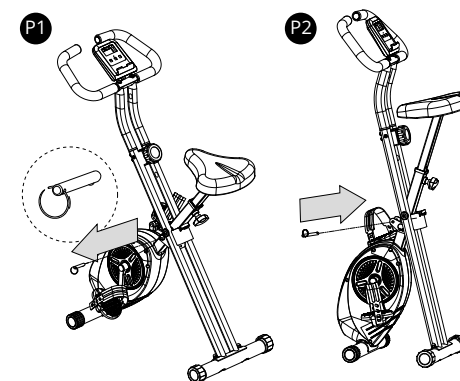
ŠT.	OPIS	KOLIČINA
1	Monitor	1
2	Vijak M5*10	4
3	Krmilo	1
5	Vnosilec pyty monitorja	1
6	Vijak M8×40X20	2
7	Vzmetna podložka D8	4
8	Upognjeno tesnilo D8×1.5×φ20 R15	2
10	Varjeno držalo nosilca	1
13	Vijak M6×12*S4	6
14	Ploščata podložka φ6xφ12x1.5	2
22	Pokrovček matica M8*S13	2
23	Ukrivljena Podložka D8×1.5×φ20 R28	2
24	Zadnja spodnja cev	1
26	Vijak M8*60	2
27(L/D)	Pedal	2
28	Vtič	1
29	Gumb v obliki srca	1
32	Lok tesnilo D6×1.5×φ12	4
33	Ploščata podložka D8	3
34	Varjenje cevi sedeža	1
35	Sedež	1
36	Sprednja spodnja cev	1
38	Vijak M8*55	2
57	Najlonska Nmatica M8	5
A	Ključ S5	1
B	Ploščati ključ S13, 15, 19	1
C	Ključ S4	1

NAVODILA ZA MONTAŽO (→ Glejte stran 2)

POZOR! Med montažo upoštevajte spodnje korake in uporabljajte orodje, priloženo izdelku.

Pripravite dovolj prostora za montažo naprave. Zaradi velike teže nekaterih elementov je priporočljiva montaža v dvojce.

Ko ni v uporabi, najprej izvalcite zatič obroča, kot je prikazano na sliki P1; sestavite var nosilca in glavni okvir; nato poravnajte luknje na spodnji strani dela v obliki črke U glavnega okvirja in vara nosilca, na koncu pa vstavite zatič obroča, da ga pritrdite, kot je prikazano na sliki P2.

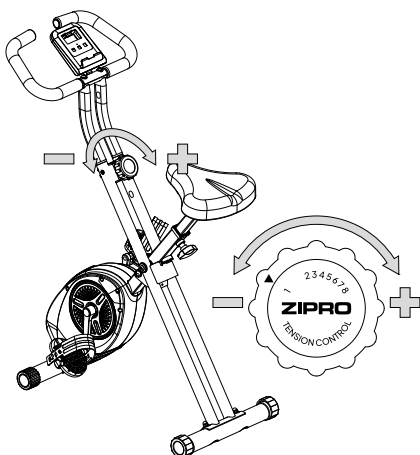


NASTAVITVE

Nastavitev upora

Za povečanje upora zavrtite gumb za nastavitev upora v smeri urinega kazalca.

Za zmanjšanje upora zavrtite gumb za nastavitev upora v nasprotni smeri urinega kazalca.



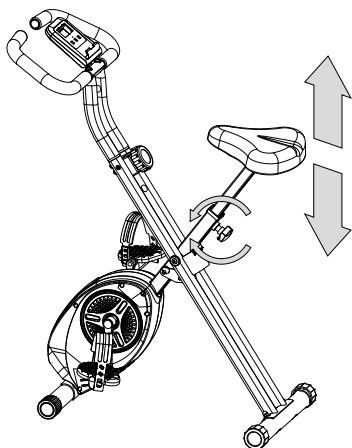
Višina sedeža

Odvijte gumb nosilca sedeža, nastavite sedež na željeno višino in privijte gumb. Prepričajte se, da je sedež nepremičen.

Pravilna višina sedeža povečuje učinkovitost vadbe in zmanjšuje tveganje za poškodbe.

Nastavite pedala v navpični položaj (eno pedalo spodaj, drugo zgoraj).

Sedite na kolo in postavite stopala na pedala. Prepričajte se, da je noga na spodnjem pedalu udobno nameščena. Če je preveč upognjena, dvignite sedež. Če ne morete doseči pedala ali je vaša noga iztegnjena, spustite sedež.

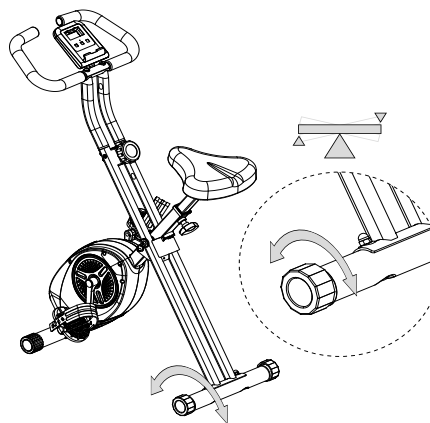


Nastavitev trakov pedal

Na notranji strani pedala pritrdite gumijast trak s stranjo s tremi luknjami. Drugi konec pritrdite na eno od nastavitvenih lukenj, tako da bo stopalo med vožnjo nepremično in ga bo mogoče enostavno odstraniti. Ponovite ta postopek za obe pedali.

Izravnavna naprave

Napravo izravnavajte z obračanjem izravnalnih pokrovčkov na zadnjem podstavku. Pokrovčki so v obliki poligona, vsaka njihova stran ima drugačno višino, poiščite pravo stran, da bo naprava stabilna.



NAVODILA ZA UPORABO RAČUNALNIKA RAČUNALNIK (MODEL) MRMS06-GRN

Pred uporabo odstranite zaščitno folijo z zaslona računalnika.

SAMODEJNI VKLOP/IZKLOP

Računalnik se vklopi, ko se vztrajnik premakne ali pritisnete kateri koli gumb. Računalnik se samodejno izklopi po 4 minutah nedejavnosti.

OPIS POSAMEZNIH GUMBOV

MODE - omogoča izbiro parametra.

SET - služi za nastavitev vrednosti parametrov.

RESET - služi za takojšnjo ponastavitev časa, razdalje in kalorij.

FUNKCIJE (SPECIFIKACIJE)

TIME	Šteje skupni čas vadbe od začetka do konca.	00:00-99:59 min
SPEED	Prikaže trenutno hitrost.	0,0-99,9 km/h
DISTANCE	Šteje skupno razdaljo od začetka do konca vadbe.	0,0-9999 km
CALORIES	Šteje skupno število porabljenih kalorij od začetka do konca vadbe. (Meritev je približna za primerjavo različnih vadb in se ne sme uporabljati za zdravljenje).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Šteje skupno razdaljo od namestitve baterije.	0-9999 km
PULSE	Prikaže trenutni srčni utrip. POZOR! Merjenje srčnega utripa samo za športne namene (medicinska uporaba izključena).	40-240 BPM

NASTAVITEV VREDNOSTI ZA ODŠTEVANJE

- S pritiskom na **MODE** nastavite na zaslonu parameter, katerega vrednost želite doseči med vadbo: čas, razdaljo, število kalorij, srčni utrip.
- Večkrat pritisnite gumb **SET**, da nastavite ustrezno vrednost. Odštevanje se bo začelo, ko začnete poganjati pedala. Na zaslonu se bo prikazala puščica navzdol. Konec odštevanja ali preseganje nastavljenih vrednosti srčnega utripa se oglasi z zvokom.

PULSE RATE (SRČNI UTRIP)

POZOR! Merjenje srčnega utripa samo za športne namene (medicinska uporaba izključena).

- Pritiskajte gumb **MODE** dokler se na zaslonu ne prikaže PULSE. Položite obe roki na senzorje srčnega utripa na krmilu. Med merjenjem bo računalnik prikazal ikono v obliki srca. Po 3 do 4 sekundah bo računalnik prikazal trenutni srčni utrip.

TRENING IN FAZE VADBE

Uporaba naprave vam bo prinesla številne koristi. Predvsem bo izboljšala vašo kondicijo, okrepila mišice in v kombinaciji z ustrezno dieto vam bo omogočila, da pokurite odvečno maščobo.

1. OGREVANJE

To je faza, ki izboljša cirkulacijo krvi v celem telesu in pripravi mišice na povečan napor. Zmanjšuje tudi tveganje za nastanek krčev in poškodb. Priporočljivo je, da izvedete nekaj razteznih vaj, kot je

prikazano spodaj.

Če čutite bolečino, prenehajte vaditi ali zmanjšajte obseg gibanja.

RAZTEZANJE NOTRANJIH MIŠIC STEGEN

Sedite na ravno podlago z upognjenimi nogami in kolena, usmerjenimi navzven. Združite podplate stopal in jih približajte drug drugemu čim bližje. Nežno pritisnite kolena proti tlorisu in vztrajajte v tem položaju 15 sekund.

RAZTEZANJE STEGEN

Sedite na ravno podlago. Iztegnite desno nogo, podplat leve noge pa prisolnite na desno stegno. Iztegnite desno roko proti prstom desne noge, kolikor daleč je mogoče. Vztrajajte 15 sekund. Ponovite z levo nogo.

ZASUKI GLAVE

Držite glavo naravnost in glejte naprej. Ne premikajte ramen, jo obrnite v desno in jo poravnajte, nato pa jo obrnite v levo in jo poravnajte.

DVIGOVANJE RAMEN

Dvignite levo roko čim višje navzgor in vztrajajte nekaj sekund. Ponovite z desno roko.

RAZTEZANJE AHILOVE TETIVE

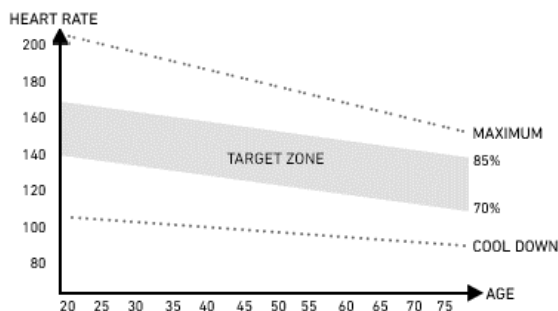
Stojte obrnjeni proti steni, levo nogo iztegnite naprej in jo rahlo upognite v kolenu. Desno držite zadaj – iztegnjeno, s peto, položeno ravno na tleh. Držite obe peti ravno na tleh in potiskajte boke proti steni. Vzdržujte ta položaj 30 sekund. Ponovite z iztegnjeno desno nogo. Ne pozabite, da med vadbo ne smete upogibati hrbta v lok.

PREDGIBI

Stojte z združenimi nogami. Naredite predklon in se poskušajte čim bolj približati prsni koš kolenom. Vztrajajte 15 sekund. Ne pozabite, da ne smete upogibati kolen.

2. FAZA VADBE

To je pravilna faza treninga. Vadite v svojem tempu, da dosežete ustrezen srčni utrip za svojo starost, kot je prikazano na grafu.



3. FAZA SPROŠČANJA

Ta faza vam omogoča, da umirite cirkulacijo in sprostite mišice. To je ponovitev vaj za ogrevanje. Ne pozabite, da ne preobremenite mišic.

MOŽNE POŠKODBE IN TEHNIKE POPRAVILA

POZOR! Odprtje ohišja naprave brez predhodnega stika s servisom proizvajalca povzroči izgubo garancije.

V primeru suma napake, ki zahteva odprtje ohišja, se obrnite na servis proizvajalca.

OPIS NAPAKE	MOŽNI VZROKI	REŠITEV
Naprava se ziblje	Naprava je postavljena na neravni površini. Pod podstavkom naprave se nahaja predmet, ki moti ravnotežje.	Postavite napravo na ravno površino. Odstranite predmet, ki moti ravnotežje.
	Podstavki niso pravilno nameščeni.	Pravilno namestite podstavke naprave.
Sedež ali krmilo se zibljeta	Vijaki in gumbi sedežne opore ali krmila niso priviti.	Privijte vijake in gumb sedežne opore ali krmila.
Hrup med uporabo	Nepravilno priviti elementi.	Obrnite se na servis proizvajalca.

Med delovanjem naprave se lahko pojavijo tihi šumi pri inercialnem gibanju vztrajnostne mase, ki so posledica vrste konstrukcije. Ti nimajo nobenega vpliva na delovanje opreme. Morebitni šumi, ki so slišni med vrtenjem pedal v nasprotni smeri, so tehnično pogojeni in ne povzročajo nobenih negativnih posledic.

Hrup in pomanjkanje gladkosti delovanja	Poškodovani ležaji.	Obrnite se na servis proizvajalca.
Pomanjkanje ustreznega odpora med treningom	Nepravilno priključen kabel za regulacijo upora.	Povežite kabel pravilno v skladu z navodili za montažo.
	Ohlapen pogonski jermen.	Obrnite se na servis proizvajalca.
	Povečala se je razdalja med vztrajnikom in magneti.	Obrnite se na servis proizvajalca.
	Regulator napetosti je poškodovan.	Obrnite se na službo za pomoč strankam servisa proizvajalca.

GARANCIJA

Prodajalec v imenu Garanta daje garancijo na ozemlju Republike Slovenije za obdobje 24 mesecev od datuma prodaje. Garancija za prodano blago ne izključuje, ne omejuje ali ne zadržuje pravic Kupca, ki izhajajo iz Zakona o varstvu potrošnikov.

Garancijski list se nahaja na zadnji strani.

POGOJI GARANCIJE

- Reklamaciji in garanciji so predmet le skrite napake, ki so nastale po krivdi proizvajalca.
- Garancijo bo spoštovala trgovina ali servis po predložitvi s strani stranke:
 - veljavnega, čitljivo in pravilno izpolnjenega garancijskega lista z žigom prodaje in podpisom prodajalca,
 - veljavnega dokazila o nakupu opreme z datumom prodaje,
 - reklamiranega blaga ali pokvarjenega dela.
 V primeru nakupa na daljavo je garancijski list veljaven izključno na podlagi dokumenta o nakupu (račun / faktura).
- Reklamacija bo obravnavana v roku do 14 dni od trenutka prijave napake s strani Stranke.
- Tovarniške napake in poškodbe, ki se odkrijejo v garancijskem roku, bodo odpravljene brezplačno v roku, ki ni daljši od 21 dni od datuma dostave blaga v trgovino ali servis.
- V primeru potrebe po uvozu dela se lahko obdobje izvedbe garancijskega popravila podaljša za čas, potreben za njegov uvoz, vendar ne dlje kot za 40 dni.
- Garancija ne krije:
 - mehanske poškodbe in napake, ki jih povzročajo,
 - poškodbe in napake, ki so posledica nepravilne uporabe in skladiščenja, nepravilne montaže in vzdrževanja,
 - poškodbe in obraba potrošnih delov, kot so: vrvi, jermeni, gumijasti elementi, pedala, ročaji iz pene, kolesa, ležaji, oblazinjenje.
 - dejavnosti, povezane z montažo, vzdrževanjem, ki jih je uporabnik dolžan opraviti sam v skladu z navodili za uporabo.
- Garancija ne velja v naslednjih primerih:
 - potek veljavnosti,
 - če stranka sama popravlja ali spreminja izdelek z uporabo neoriginalnih delov,
 - če je napaka nastala zaradi nepravilne namestitve ali zaradi neupoštevanja pravil pravilne uporabe, opisanih v navodilih za uporabo,
 - uporaba, ki ni domača,
 - poškodbe, nastale med prevozom.
- Dvojniki garancijskega lista ne bodo izdani.
- V okviru garancije ima stranka pravico zahtevati naslednje vrste brezplačne odškodnine:
 - popravlilo izdelka,
 - zamenjava izdelka,
 - znižanje cene,

- d. razveljavitev pogodbe in popolno povračilo nastalih stroškov.
10. Za prijavu reklamacije je potrebno:
- Predložiti izdelek ali njegov del, na katerega se nanaša garancija.
 - Potrdilo o nakupu, ki določa ime in naslov prodajalca, datum in kraj nakupa, vrsto izdelka ali veljaven garancijski list z žigom trgovine.

- c. V primeru, da je izdelek umazan, lahko servis zavrne njegovo prevzem ali pa na stroške stranke z njegovo pisno privolitvijo opravi čiščenje.
11. V primeru pozitivne rešitve reklamacije bo oprema popravljena ali zamenjana z novo ali pa bo stranki vrnjen denar. Stroške prevoza blaga do stranke krije servis proizvajalca.
12. V primeru zavrnitve garancijskega zahtevka bo stranka prejela podrobno obrazložitev sprejete odločitve, oprema pa bo v roku 14 dni od datuma posredovanja odločitve poslana nazaj stranki na njene stroške.

HR Upute za uporabu

Poštovani korisniče,

Molimo Vas da se upoznate s uputama prije početka montaže i prvog korištenja uređaja. Ove upute sadrže važne informacije o sigurnosti korištenja i održavanja opreme. Sačuvajte ih za mogućnost korištenja informacija o održavanju ili naručivanju zamjenskih dijelova.

TEHNIČKI PODACI

Napajanje	Računalo se napaja baterijama 2xAAA Carbon Zinc. Nisu uključene.
Težina	14,4 kg
Temperatura korištenja	0°C do +40°C
Temperatura skladištenja	-10°C do +60°C
Maksimalna težina korisnika	120 kg
Klasa primjene	Klasa H
Klasa točnosti	Klasa C
Brzina	0,0-99,9 km/h
Norma proizvođa (glavna)	EN ISO 20957-5:2028
Namjena	Bicikl magnetski za kućnu uporabu

SIGURNOST

PAŽNJA! Uređaj se smije koristiti isključivo u skladu s njegovom namjenom, odnosno za trening odraslih osoba. Svaka druga upotreba uređaja može biti opasna. Proizvođač ne može biti odgovoran za štetu nastalu nepravilnim korištenjem uređaja.

- Uređaj je dizajniran i konstruiran na temelju najnovijih saznanja iz područja sigurnosti. Opasni elementi koji potencijalno mogu predstavljati opasnost od ozljeda su eliminirani ili relativno zaštićeni.
- Nisu dopušteni popravci i izmjene na vlastitu ruku.
- Jednom u jedan ili dva mjeseca provjerite ispravnost zatezanja vijaka, matica i podložaka.
- U cilju trajnog osiguranja sigurnosti, redovito (tj. jednom godišnje) provjeravajte i održavajte opremu u specijaliziranoj trgovini.
- Sve promjene na uređaju koje nisu opisane u ovom priručniku mogu uzrokovati oštećenja ili predstavljati izravnu opasnost za zdravlje i život korisnika. Promjene na uređaju smiju izvoditi isključivo servisni djelatnici proizvođača ili osobe koje su za to posebno osposobljene.
- Svi uređaji podliježu stalnim inovacijama kako bi se osigurala visoka kvaliteta. Iz tog razloga proizvođač zadržava pravo na uvođenje tehničkih promjena.
- Sva pitanja ili nedoumice vezane uz opremu uputite specijaliziranoj prodavaonici.

PAŽNJA! Osobe koje se nalaze u blizini tijekom korištenja opreme treba upozoriti na moguće opasnosti. Budite posebno oprezni u prisutnosti djece.

PAŽNJA! Prije početka vježbanja posavjetujte se s liječnikom kako biste bili sigurni da nemate zdravstvenih kontraindikacija za treniranje na uređaju. Na temelju mišljenja stručnjaka možete izraditi svoj plan treninga. Nepravilno odabran program ili pretjerano vježbanje mogu biti opasni za Vaše zdravlje i život.

UPOZORENJE! Sustavi za praćenje pulsa mogu biti netočni. Prekomjerno naprezanje tijekom vježbanja može rezultirati ozbiljnim ozljedama ili smrću. Ako se osjećate slabo, odmah prestanite vježbati.

PAŽNJA! Bezuvjetno se pridržavajte napomena o izvođenju treninga sadržanih u ovim uputama.

- Prilikom odabira mjesta za treniranje, osigurajte si siguran razmak od mogućih prepreka. Ne postavljajte opremu u blizini prometnica (cesta, vrata, prolaza itd.).
- Zabranjeno je korištenje opreme u blizini zida. Sigurnosna zona iznosi 2000 mm i najmanje je širine uređaja.

PAŽNJA! Tijekom montaže uređaja budite oprezni i ne dopuštajte djeci da budu u blizini. Tijekom montaže koriste se mali dijelovi (matice, vijci itd.) koje djeca mogu progutati.

PREOSTALI RIZIK

- U situaciji kada zaštita od pada nije primijenjena ili je primijenjena, ali nepravilno, postoji preostali rizik, odnosno pad osobe koji uzrokuje ogrebotine kože, modrice, prijelome ili, u najgorem slučaju, smrt.
- Postoji preostali rizik od nenamjernog preopterećenja osobe koja vježba uzrokovanog nepravilnim rukovanjem ili pogrešnom procjenom, kao i nepravilnim prijenosom podataka (zbog elektromagnetskih smetnji, pogreške softvera itd.). Čak ni najbolja zaštita softvera i hardvera ne isključuje pogrešku softvera ili hardvera i teoretski može uzrokovati preopterećenje osobe koja vježba.
- Proizvod je električni uređaj, stoga se ne može isključiti strujni udar koji može dovesti do smrti.
- Ne može se isključiti rizik od gušenja.
- Rizik se može smanjiti pridržavanjem informacija o sigurnosti sadržanih u uputama za uporabu.
- Ne može se isključiti da će nenamjerna ili nedopuštena uporaba uzrokovati druge, neuvažene rizike, a uvaženi rizik je procijenjen nepravilno.

U analizi rizika procjena je izvršena na temelju „trenutnog stanja uređaja“. Iz provedene procjene i kontrole proizvoda proizlazi, da je vjerojatnost pojave nedopustivog rizika vrlo niska. Uređaj (njegova konstrukcija, način rada i primjena) ne uzrokuje - u normalnim uvjetima - neopravdani rizik za osobu koja vježba niti za treće osobe.

MANIPULATIVNI ZNAKOVI NA TRANSPORTNIM PAKIRANJIMA



Ovom stranom prema gore. Ne prevrtati.



Zaštititi od pada.



Ambalaža pogodna za recikliranje.



Elektrootpad. Potrebno je predati rabljenu opremu na mjesto za recikliranje.



Pažljivo, lomljivo. Mogućnost oštećenja. Budite oprezni.



Zaštititi od vlage.



Pažnja, težak proizvod.



Skladištiti maksimalno u 5 slojeva.

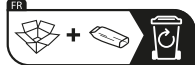


Proizvod sadrži upute za uporabu.

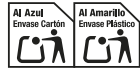


DO NOT USE BLADE TO OPEN

Ne otvarati nožem.



Ambalaža je izrađena od kartona i plastike. Molimo razvrstajte otpad u skladu s lokalnim propisima.



Ambalaža je izrađena od kartona i plastike. Molimo razvrstajte otpad u skladu s lokalnim propisima.



Ambalaža je izrađena od kartona.



Ambalaža je proizvedena uzimajući u obzir odgovornost prema okolišu i recikliranje. Molimo razvrstajte otpad u skladu s lokalnim propisima.

UPUTE

Prije početka treninga provjerite je li uređaj pravilno montiran.

- Prije početka prvog treninga upoznajte se sa svim funkcijama i mogućnostima podešavanja uređaja.
- Uređaj ima elemente koji mogu biti izloženi koroziji. Iz tog razloga se ne preporučuje da ostane u vlažnoj prostoriji. Također, treba paziti da oprema (posebno unutarnji i elektronički dijelovi) ne bude izložena kontaktu s vodom, pićima, znojem itd.
- Uređaj je namijenjen samo za trening odraslih osoba i apsolutno nije igračka za djecu. Ako na vlastitu odgovornost dopustite djeci da ga koriste, obavezno ih poučite pravilnom korištenju i stalno ih nadzirite.
- Oprema nije prikladna za terapijske svrhe.
- Tijekom rada uređaja mogu se pojaviti tihi šumovi pri inercijalnom kretanju zamašnjaka, koji su posljedica vrste konstrukcije. Oni nemaju nikakav utjecaj na rad opreme.
- Emisija buke tijekom opterećenja veća je nego bez opterećenja.
- Prije početka svakog treninga provjerite ispravnost osigurača te vijčanih i utičnih spojeva.
- Tijekom treninga na uređaju ne zaboravite na odgovarajuću obuću (sportske cipele).

ODRŽAVANJE OPREME

Redovito održavajte uređaj. Sljedeće radnje provodite najmanje svakih 20 sati rada.

- Kontrolirajte pokretne dijelove uređaja. Ako nisu dovoljno podmazani, upotrijebite mast za ležajeve bicikala.
- Kontrolirajte stanje elemenata kao što su vijci i matice. Pazite da budu dobro zategnuti.
- Nakon svakog treninga obrišite znoj s uređaja. Obratite pozornost da monitor ne dođe u kontakt s vodom ili vlagom.
- Za čišćenje uređaja koristite isključivo vodu sa sapunom. Ne koristite sredstva za čišćenje.
- Čuvajte uređaj na suhom i toplom mjestu.
- Ne izlažite uređaj djelovanju sunčevih zraka.

ZAMJENA BATERIJA

Slabo vidljive informacije na zaslonu računala ili njihov nedostatak znače da je potrebno zamijeniti baterije.

Skinite poklopac baterije i zamijenite stare s dvije nove. Postavljajući ih

u spremnik za baterije, pridržavajte se oznaka „+” i „-”.

Ako nakon ponovnog pokretanja zaslon ne radi ispravno, izvadite baterije na nekoliko minuta, a zatim ih ponovno umetnite.

PAŽNJA! Istrošene baterije ne podliježu jamstvu. Sadrže štetne tvari (kao što su kadmij, živa ili olovo), stoga ih nemojte baciti u kućni spremnik za smeće. Odnosite ih na odgovarajuće mjesto za istrošene baterije.

OKOLIŠ

Uređaj se isporučuje u pakiranju radi zaštite od mogućih oštećenja tijekom transporta. Pakiranja su neprerađene sirovine i mogu se

reciklirati. Bacajte te materijale u odgovarajuće šarene spremnike namijenjene selektivnom prikupljanju.



Zaštitite okoliš i ne bacajte istrošene baterije u kućni koš za smeće. Vratite ih na mjesto kupnje ili ih predajte u odvojeno mjesto za skladištenje sekundarnih sirovina. Istrošeni električni uređaji (uključujući brojač, napajanje) su sekundarne sirovine - nemojte ih baciti u spremnike za kućni otpad jer mogu sadržavati tvari

opasne za zdravlje i okoliš. Molimo vas da aktivno pomognete u štedljivom ugospodarenju prirodnim resursima i zaštiti prirodnog okoliša predajom istrošenog uređaja na mjesto za skladištenje sekundarnih sirovina - istrošenih električnih uređaja.

MONTAŽA

Montažu uređaja mora pažljivo izvršiti odrasla osoba. U slučaju nedoumice, zamolite nekoga za pomoć s više iskustva u tom području.

- Prije početka montaže provjerite sadrži li set s uređajem sve elemente s popisa dijelova te jesu li neki elementi oštećeni tijekom transporta. U slučaju nedostatka elemenata ili prigovora, kontaktirajte prodavača.
- Upoznajte se s crtežima i objašnjenjima i izvršite montažu prema redoslijedu navedenom u uputama za montažu.
- Budite oprezni tijekom montaže. Tijekom korištenja alata i elemenata postoji rizik od ozljeda.
- Pazite na sigurno okruženje. Ne raspoređujte kaotično alate i elemente za montažu. Imajte na umu da folije i vrećice od plastike predstavljaju opasnost od gušenja za djecu.
- Elementi za montažu potrebni za izvođenje danog koraka uputa za montažu prikazani su na crtežima i objašnjenjima. Koristite elemente navedene u uputama za montažu.
- U prvim fazama montaže nemojte zatezati dijelove do kraja. Učinite to nakon što ste sve postavili i provjerili jesu li pravilno postavljeni.
- Proizvođač zadržava pravo na preliminarnu montažu nekih elemenata.

SHEMA MONTAŽE (→ Vidi stranicu 2)

NAPOMENA! Zabranjeno je koristiti dijelove koji potječu iz drugih izvora osim od proizvođača.

POPIS DIJELOVA

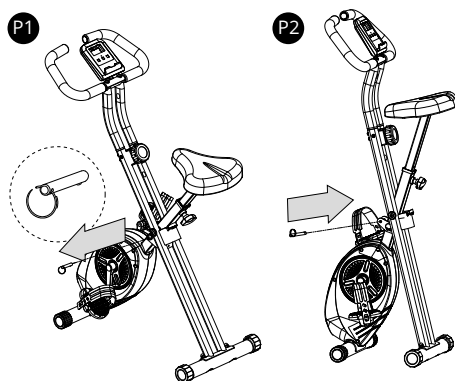
BR.	OPIS	KOLIČINA
1	Monitor	1
2	Vijak M5*10	4
3	Upravljač	1
5	Upornik ploče monitora	1
6	Vijak M8×40X20	2
7	Elastična podloška D8	4
8	Savijena brtva D8×1.5×φ20 R15	2
10	Zavareni nosač ručke	1
13	Vijak M6×12*S4	6
14	Ravna podloška φ6xφ12x1.5	2
22	Čep Matvornica M8*S13	2
23	Zakrivljena Podloška D8×1.5×φ20 R28	2
24	Stražnja donja cijev	1
26	Vijak M8*60	2
27(L/D)	Pedala	2
28	Čep	1
29	Gumb u obliku srca	1
32	Lučna brtva D6×1.5×φ12	4
33	Ravna podloška D8	3
34	Zavarivanje cijevi sjedala	1
35	Sjedalo	1
36	Prednja donja cijev	1
38	Vijak M8*55	2
57	Najlonska Navrtka M8	5
A	Ključ S5	1
B	Vilasti ključ S13, 15, 19	1
C	Ključ S4	1

UPUTE ZA MONTAŽU (→ Pogledajte stranicu 2)

NAPOMENA! Tijekom montaže pridržavajte se sljedećih koraka i koristite alate priložene uz proizvod.

Pripremite dovoljno slobodnog prostora za montažu uređaja. Zbog velike težine nekih elemenata preporučuje se montaža u dvoje.

Kada se ne koristi, prvo izvucite osigurač prstena, kao što je prikazano na slici P1; sastavite zavar nosača i glavni okvir; zatim poravnajte rupe na dnu dijela u obliku slova U glavnog okvira i zavar nosača, i na kraju umetnite osigurač prstena da ga pričvrstite, kao što je prikazano na slici P2.

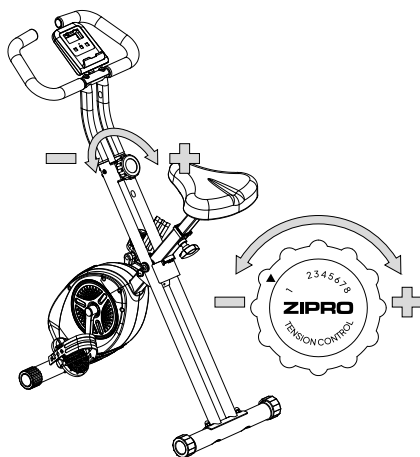


POSTAVKE

Podešavanje otpora

Da biste povećali otpor, okrenite gumb za podešavanje otpora u smjeru kazaljke na satu.

Da biste smanjili otpor, okrenite gumb za podešavanje otpora u smjeru suprotnom od kazaljke na satu.

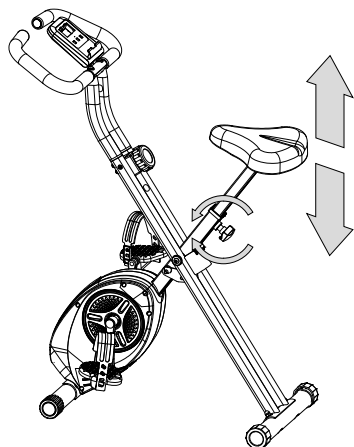


Visina sjedala

Otpustite gumb nosača sjedala, postavite sjedalo na željenu visinu i zategnite gumb. Provjerite je li sjedalo nepomično.

Pravilna visina sjedala povećava učinkovitost vježbanja i smanjuje rizik od ozljeda.

Postavite pedale u okomiti položaj (jedna pedala dolje, druga gore). Sjednite na bicikl i postavite stopala na pedale. Provjerite je li noga postavljena na donju pedalu udobna. Ako je previše savijena, podignite sjedalo. Ako ne možete dohvatiti pedalu ili je vaša noga u hiperekstenziji, spustite sjedalo.

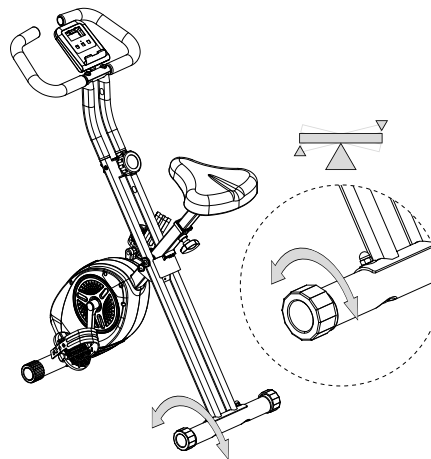


Podešavanje traka pedala

Na unutarnji dio pedale pričvrstite gumenu traku stranom s tri rupe. Drugi kraj pričvrstite na jednu od rupa za podešavanje, tako da stopalo bude nepomično tijekom vožnje i da ga se lako može izvaditi. Učinite to za obje pedale.

Poravnavanje uređaja

Poravnajte uređaj okretanjem nivelirajućih kapica koje se nalaze na stražnjoj osnovi. Kapice su u obliku poligona, svaka njihova strana ima drugu visinu, pronađite pravu stranu kako bi uređaj stajao stabilno.



UPUTE ZA UPORABU RAČUNALA RAČUNALO (MODEL) MRMS06-GRN

Prije uporabe uklonite zaštitnu foliju s zaslona računala.

AUTO UKLJUČIVANJE/ISKLJUČIVANJE

Računalo će se uključiti kada se zamašnjak pokrene ili se pritisne bilo koji gumb. Računalo će se automatski isključiti nakon 4 minute neaktivnosti.

OPIS POJEDINAČNIH GUMBA

MODE - omogućuje odabir parametra.

SET - služi za postavljanje vrijednosti parametara.

RESET - služi za trenutno resetiranje vremena, udaljenosti i kalorija.

FUNKCIJE (SPECIFIKACIJA)

VRIJEME	Broji ukupno vrijeme vježbanja od početka do kraja.	00:00-99:59 min
BRZINA	Prikazuje trenutnu brzinu.	0,0-99,9 km/h
UDALJENOST	Broji ukupnu udaljenost od početka do kraja vježbanja.	0,0-9999 km
KALORIJE	Broji ukupan broj potrošenih kalorija od početka do kraja vježbanja. (Mjerenje je približno za usporedbu različitih sesija vježbanja, ne može se koristiti u liječenju).	0,0-9999 kcal
UKUPNA UDALJENOST (ODO)	Broji ukupnu udaljenost od instaliranja baterije.	0-9999 km
PULS	Prikazuje trenutni puls. NAPOMENA! Mjerenje pulsa samo u sportske svrhe (isključuje se medicinska primjena).	40-240 BPM

POSTAVLJANJE VRIJEDNOSTI ZA ODBROJAVANJE

- Pritiskom na **MODE** postavite na monitoru parametar čiju vrijednost želite postići tijekom treninga: vrijeme, udaljenost, broj kalorija, puls.
- Višestrukim pritiskom na tipku **SET**, postavite odgovarajuću vrijednost. Odbrojavanje će započeti nakon početka pedaliranja. Na monitoru će se prikazati strelica prema dolje. Završetak odbrojavanja ili prekoračenje postavljene vrijednosti pulsa signalizira se zvukom.

PULSE RATE

PAŽNJA! Mjerenje pulsa samo u sportske svrhe (isključuje se medicinska primjena).

- Pritišćite tipku **MODE** dok se na zaslonu ne prikaže PULSE. Stavite obje ruke na senzore pulsa na upravljaču. Tijekom mjerenja, računalo će prikazati ikonu u obliku srca. Nakon 3 do 4 sekunde računalo će prikazati trenutni puls.

TRENING I FAZE VJEŽBANJA

Korištenje uređaja pružit će Vam mnoge koristi. Prije svega poboljšat će Vašu kondiciju, ojačati mišiće, a u kombinaciji s odgovarajućom prehranom omogućit će sagorijevanje suvišnog masnog tkiva.

1. ZAGRIJAVANJE

To je faza koja poboljšava cirkulaciju krvi u cijelom tijelu te priprema mišiće za pojačani napor. Smanjuje također rizik od nastanka grčeva te zadobivanja ozljeda. Preporučljivo je izvesti nekoliko vježbi istezanja kao što je prikazano u nastavku. Ako osjećate bol, prestanite vježbati ili smanjite opseg izvođenja pokreta.

ISTEZANJE UNUTARNJIH MIŠIĆA BEDARA

Sjednite na ravnu podlogu sa savijenim nogama i koljenima usmjerenima prema van. Spojite tabane stopala i približite ih jedan drugome što je bliže moguće. Lagano pritisnite koljena usmjeravajući ih prema podlozi i izdržite u tom položaju 15 sekundi.

ISTEZANJE BEDARA

Sjednite na ravnu podlogu. Ispružite desnu nogu, a taban lijeve noge pristonite na desnu bedru. Ispružite desnu ruku u smjeru prstiju desne noge što je dalje moguće. Izdržite 15 sekundi. Ponovite postupak s lijevom nogom.

OKRETI GLAVE

Držite glavu uspravno gledajući ispred sebe. Ne pomičući ramenima okrenite je u desno i ispravite, a zatim okrenite u lijevo i ispravite.

PODIZANJE RUKU

Podignite što je više moguće prema gore lijevu ruku i izdržite nekoliko sekundi. Ponovite postupak s desnom rukom.

ISTEZANJE AHILOVE TETIVE

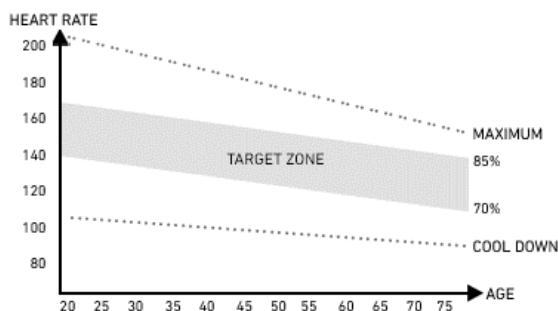
Stanite licem prema zidu, lijevu nogu izvucite prema naprijed i lagano savijte u koljenu. Desnu držite straga – ispruženu, s petom položenom ravno na podlozi. Držite obje pete ravno na podlozi i pritišćite bokove u smjeru zida. Održavajte taj položaj 30 sekundi. Ponovite postupak s izvučenom desnom nogom. Zapamtite da tijekom vježbanja ne savijate leđa u luk.

PRETKLONI

Stanite sa spojenim nogama. Izvedite pretklon prema naprijed trudeći se što je više moguće približiti prsni koš koljenima. Izdržite 15 sekundi. Zapamtite da ne savijate koljena.

2. FAZA VJEŽBANJA

To je pravilna faza treninga. Vježbajte u vlastitom tempu tako da postignete adekvatan puls za svoju dob kao što je prikazano na grafikonu.



3. FAZA OPUŠTANJA

Ova faza omogućuje smirivanje cirkulacije i opuštanje mišića. To je ponavljanje vježbi zagrijavanja. Treba zapamtiti da, ne preopterećujete mišiće.

MOGUĆA OŠTEĆENJA I TEHNIKE POPRAVKA

PAŽNJA! Otvaranje kućišta uređaja bez prethodnog kontaktiranja servisa proizvođača poništava jamstvo.

U slučaju sumnje na kvar koji zahtijeva otvaranje kućišta, kontaktirajte servis proizvođača.

OPIS GREŠKE	MOGUĆI UZROCI	RJEŠENJE
Uređaj se ljulja	Uređaj je postavljen na neravnoj površini. Ispod osnove uređaja se nalazi predmet koji ometa ravnotežu.	Postavite uređaj na ravnu površinu. Uklonite predmet koji ometa ravnotežu.

	Osnove nisu ispravno montirane.	Ispravno montirajte osnove uređaja.
Sjedalo ili upravljač se ljulja	Vijci i gumbi stupa sjedala ili upravljača nisu zategnuti.	Zategnite vijke i gumb stupa sjedala ili upravljača.
Buka tijekom korištenja	Nepravilno zategnuti elementi.	Kontaktirajte servis proizvođača.
	Tijekom rada uređaja mogu se pojaviti tihi šumovi pri inercijskom kretanju mase zamašnjaka, koji proizlaze iz vrste konstrukcije. Oni nemaju nikakav utjecaj na rad opreme. Potencijalni šumovi koji se čuju tijekom okretanja pedala u suprotnom smjeru uvjetovani su tehnički i ne uzrokuju nikakve negativne posljedice.	
Buka i nedostatak glatkoće rada	Oštećeni ležajevi.	Kontaktirajte servis proizvođača.
Nedostatak odgovarajućeg otpora tijekom treninga	Neispravno priključen kabel za regulaciju otpora.	Ispravno spojite kabel prema uputama za montažu.
	Opušteni pogonski remen.	Kontaktirajte servis proizvođača.
	Povećao se razmak između zamašnjaka i magneta.	Kontaktirajte servis proizvođača.
	Regulator napona je oštećen.	Kontaktirajte korisničku službu servisa proizvođača.

JAMSTVO

Prodavatelj u ime Jamca daje jamstvo na području Republike Hrvatske u trajanju od 24 mjeseca od datuma prodaje. Jamstvo na prodanu robu ne isključuje, ne ograničava niti suspendira prava Kupca koja proizlaze iz Zakona o zaštiti potrošača.

Jamstveni list se nalazi na zadnjoj stranici.

UVJETI JAMSTVA

- Reklamacije i jamstvo podliježu isključivo skrivenim nedostacima nastalim krivnjom proizvođača.
- Jamstvo će se poštivati od strane trgovine ili servisa nakon što klijent predoči:
 - važeći, čitko i ispravno ispunjen jamstveni list s pečatom prodaje i potpisom prodavača,
 - važeći dokaz o kupnji opreme s datumom prodaje,
 - reklamiranu robu ili neispravan dio.
 U slučaju kupnje na daljinu, jamstveni list vrijedi isključivo na temelju dokumenta o kupnji (račun / faktura).
- Reklamacija će biti razmotrena u roku od 14 dana od trenutka prijave nedostatka od strane Klijenta.
- Tvornički nedostaci i oštećenja otkrivena tijekom jamstvenog roka bit će popravljena besplatno u roku ne duljem od 21 dan od datuma dostave robe u trgovinu ili servis.
- U slučaju potrebe za uvozom dijelova, rok za provedbu jamstvenog popravka može se produžiti za vrijeme potrebno za njegov uvoz, ali ne dulje od 40 dana.
- Jamstvo ne pokriva:
 - mehanička oštećenja i nedostaci uzrokovani njima,
 - oštećenja i nedostaci nastali zbog nepravilne uporabe i skladištenja, nepravilne montaže i održavanja,
 - oštećenja i trošenje potrošnih dijelova kao što su: užad, remenje, gumeni dijelovi, pedale, ručke od spužve, kotači, ležajevi, presvlake.
 - radnje vezane uz montažu, održavanje, koje je prema uputama za uporabu korisnik dužan obaviti samostalno.
- Jamstvo se ne primjenjuje u sljedećim slučajevima:
 - isteka roka valjanosti,
 - ako je kupac samostalno izvršio popravke i preinake koristeći neoriginalne dijelove,

- c. kada je nastali nedostatak posljedica nepravilne instalacije ili zbog nepridržavanja načela pravilnog korištenja opisanih u uputama za uporabu,
- d. korištenja koje nije kućno korištenje,
- e. oštećenja nastalih u transportu.
8. Duplikati jamstvenog lista neće se izdavati.
9. U okviru jamstva, kupac ima pravo zahtijevati sljedeće vrste besplatne naknade:
 - a. popravka proizvoda,
 - b. zamjena proizvoda,
 - c. sniženje cijene,
 - d. raskid ugovora i puni povrat nastalih troškova.
10. Za podnošenje prigovora potrebno je:
 - a. Predočiti proizvod ili njegov dio na koji se odnosi jamstvo.
- b. Dokaz o kupnji koji specificira naziv i adresu prodavatelja, datum i mjesto kupnje, vrstu proizvoda ili valjani jamstveni list s pečatom trgovine.
- c. U slučaju dostave prljavog proizvoda, servis može odbiti njegovo zaprimanje ili, uz pisani pristanak kupca, izvršiti čišćenje na trošak kupca.
11. U slučaju pozitivnog rješenja prigovora, oprema će biti popravljena ili zamijenjena novom, ili će kupcu biti vraćen novac. Troškove transporta robe do kupca snosi servis proizvođača.
12. U slučaju odbijanja jamstvenog prigovora, kupac će dobiti detaljno obrazloženje donesene odluke, a u roku od 14 dana od trenutka prijenosa odluke, oprema će biti poslana natrag kupcu na njegov trošak.

GR Εγχειρίδιο χρήσης

Χρήστη,
Διαβάστε τις παρακάτω οδηγίες πριν ξεκινήσετε τη συναρμολόγηση και την πρώτη χρήση της συσκευής. Αυτές οι οδηγίες περιέχουν σημαντικές πληροφορίες σχετικά με την ασφάλεια χρήσης και συντήρησης του εξοπλισμού. Φυλάξτε το για να χρησιμοποιήσετε πληροφορίες σχετικά με τη συντήρηση ή την παραγγελία ανταλλακτικών.

ΤΕΧΝΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ

Τροφοδοσία	Υπολογιστής που τροφοδοτείται από μπαταρίες 2×AAA Carbon Zinc. Δεν περιλαμβάνονται.
Βάρος	14,4 κιλά
Θερμοκρασία χρήσης	0°C έως +40°C
Θερμοκρασία αποθήκευσης	-10°C έως +60°C
Μέγιστο βάρος χρήστη	120 κιλά
Κατηγορία εφαρμογής	Κατηγορία H
Κατηγορία ακρίβειας	Κατηγορία C
Ταχύτητα	0,0-99,9 χλμ/ώρα
Πρότυπο προϊόντος (κύριο)	EN ISO 20957-5:2028
Προορισμός	Ποδήλατο μαγνητικό για οικιακή χρήση

ΑΣΦΑΛΕΙΑ

ΠΡΟΣΟΧΗ! Η συσκευή μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο σύμφωνα με τον προορισμό της, δηλαδή για προπόνηση από ενήλικες. Οποιαδήποτε άλλη χρήση της συσκευής μπορεί να είναι επικίνδυνη. Ο κατασκευαστής δεν φέρει καμία ευθύνη για ζημιές που προκλήθηκαν από ακατάλληλη χρήση της συσκευής.

- Η συσκευή έχει σχεδιαστεί και κατασκευαστεί με βάση τις τελευταίες γνώσεις στον τομέα της ασφάλειας. Επικίνδυνα στοιχεία που ενδέχεται να αποτελούν κίνδυνο τραυματισμού έχουν εξαιρεθεί ή προστατευθεί σχετικά.
- Δεν επιτρέπονται επισκευές και αλλαγές μεμονωμένα.
- Ελέγχετε μία φορά κάθε ένα ή δύο μήνες εάν οι βίδες, οι κοχλίες και τα παξιμάδια είναι σφιγμένα σωστά.
- Προκειμένου να διασφαλιστεί μόνιμα η ασφάλεια, ελέγχετε και συντηρείτε τακτικά τον εξοπλισμό (δηλαδή μία φορά το χρόνο) σε ένα εξειδικευμένο κατάστημα.
- Οποιοσδήποτε αλλαγές στη συσκευή που δεν περιγράφονται στο παρόν εγχειρίδιο μπορεί να προκαλέσουν ζημιές ή να αποτελέσουν άμεσο κίνδυνο για την υγεία και τη ζωή του ασκούμενου. Οι αλλαγές στη συσκευή μπορούν να πραγματοποιούνται μόνο από το προσωπικό του εξουσιοδοτημένου σέρβις του κατασκευαστή ή από άτομα που έχουν εκπαιδευτεί από αυτούς.
- Όλες οι συσκευές υπόκεινται σε συνεχή καινοτομία προκειμένου να διασφαλιστεί υψηλή ποιότητα. Για το λόγο αυτό, ο κατασκευαστής διατηρεί το δικαίωμα να προβεί σε τεχνικές τροποποιήσεις.
- Για οποιαδήποτε ερώτηση ή αμφιβολία σχετικά με τον εξοπλισμό, απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο εμπορικό κατάστημα..

ΠΡΟΣΟΧΗ! Τα άτομα που βρίσκονται κοντά κατά τη χρήση του εξοπλισμού πρέπει να προειδοποιούνται για ενδεχόμενους κινδύνους. Ιδιαίτερη προσοχή απαιτείται παρουσία παιδιών

ΠΡΟΣΟΧΗ! Πριν ξεκινήσετε την άσκηση, συμβουλευτείτε έναν γιατρό για να διασφαλίσετε ότι δεν υπάρχουν ιατρικές αντενδείξεις για προπόνηση με τη συσκευή. Με βάση τη γνώμη του ειδικού, μπορείτε να καταρτίσετε το δικό σας πρόγραμμα άσκησης. Ένα ακατάλληλο πρόγραμμα ή υπερβολική άσκηση μπορεί να είναι επικίνδυνο για την υγεία και τη ζωή σας.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!

Τα συστήματα παρακολούθησης καρδιακών παλμών ενδέχεται να μην είναι ακριβή. Η υπερβολική κόπωση κατά την άσκηση μπορεί να προκαλέσει σοβαρούς τραυματισμούς ή θάνατο. Εάν αισθανθείτε αδιαθεσία, διακόψτε αμέσως την άσκηση.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Ακολουθείτε αυστηρά τις οδηγίες προπόνησης που περιλαμβάνονται στο παρόν εγχειρίδιο.

- Κατά την επιλογή του χώρου άσκησης, διασφαλίστε επαρκή απόσταση από πιθανά εμπόδια. Μην τοποθετείτε τον εξοπλισμό κοντά σε διαδρόμους κυκλοφορίας (δρόμους, πύλες, διαβάσεις κ.λπ.).
- Απαγορεύεται η χρήση του εξοπλισμού κοντά σε τοίχο. Η ζώνη ασφαλείας πρέπει να έχει βάθος 2000 mm και πλάτος τουλάχιστον ίσο με το πλάτος της συσκευής.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Κατά τη συναρμολόγηση της συσκευής, να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί και να μην επιτρέπετε την παρουσία παιδιών στον χώρο. Κατά τη συναρμολόγηση χρησιμοποιούνται μικρά εξαρτήματα (παξιμάδια, βίδες κ.λπ.), τα οποία μπορεί να καταποθούν.

ΡΥΖΥΚΟ ΥΠΟΛΕΙΠΟΜΕΝΟΣ ΚΙΝΔΥΝΟΣ

- Εάν δεν χρησιμοποιηθεί ή χρησιμοποιηθεί λανθασμένα η προστασία από πτώσεις, υπάρχει υπολειπόμενος κίνδυνος πτώσης που μπορεί να προκαλέσει εκδορές, μώλωπες, κατάγματα ή, στη χειρότερη περίπτωση, θάνατο.
 - Υπάρχει υπολειπόμενος κίνδυνος ακούσιας υπερφόρτωσης του χρήστη λόγω εσφαλμένου χειρισμού ή εκτίμησης, καθώς και λόγω εσφαλμένης μετάδοσης δεδομένων (π.χ. από ηλεκτρομαγνητικές παρεμβολές, σφάλμα λογισμικού κ.λπ.). Ακόμη και τα καλύτερα συστήματα λογισμικού και υλικού δεν αποκλείουν το ενδεχόμενο σφάλματος και μπορεί θεωρητικά να προκαλέσουν υπερφόρτωση.
 - Το προϊόν είναι ηλεκτρική συσκευή, επομένως δεν μπορεί να αποκλειστεί ο κίνδυνος ηλεκτροπληξίας, που μπορεί να οδηγήσει σε θάνατο.
 - Δεν μπορεί να αποκλειστεί ο κίνδυνος ασφυξίας.
 - Οι κίνδυνοι μπορούν να μειωθούν ακολουθώντας τις οδηγίες ασφαλείας του παρόντος εγχειρίδιου.
 - Δεν μπορεί να αποκλειστεί ότι η ακούσια ή απαγορευμένη χρήση της συσκευής μπορεί να προκαλέσει άλλους μη προβλεπόμενους κινδύνους ή ότι οι υπολογισμένοι κίνδυνοι έχουν εκτιμηθεί εσφαλμένα.
- Η ανάλυση κινδύνου βασίστηκε στην "τρέχουσα κατάσταση της συσκευής". Από την αξιολόγηση και επιθεώρηση του προϊόντος προκύπτει ότι η πιθανότητα απaráδεκτου κινδύνου είναι εξαιρετικά χαμηλή. Η συσκευή (η κατασκευή, η λειτουργία και η χρήση της) δεν παρουσιάζει — υπό κανονικές συνθήκες — αδικαιολόγητο κίνδυνο για τον χρήστη ή τρίτους.

ΣΗΜΑΝΣΗ ΣΤΙΣ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΕΣ ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ



Αυτή η πλευρά προς τα πάνω. Μην αναποδογυρίζετε..



Προστατεύστε από πτώσεις.



Η συσκευασία είναι ανακυκλώσιμη.



Ηλεκτρονικά απόβλητα. Το χρησιμοποιημένο εξοπλισμό πρέπει να παραδίδεται σε σημείο ανακύκλωσης.



Εύθραυστο – με προσοχή. Κίνδυνος ζημιάς – χειριστείτε με προσοχή.



Προστατεύστε από την υγρασία.



Προσοχή: Βαρύ προϊόν.



Αποθηκεύστε το πολύ σε 5 στρώσεις.



Το προϊόν περιέχει οδηγίες χρήσης.



DO NOT USE BLADE TO OPEN

Μην ανοίγετε με μαχαίρι.



Η συσκευασία είναι κατασκευασμένη από χαρτόνι και πλαστικά. Παρακαλούμε να διαχωρίζετε τα απόβλητα σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς.



Η συσκευασία είναι κατασκευασμένη από χαρτόνι και πλαστικά. Παρακαλούμε να διαχωρίζετε τα απόβλητα σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς.



Η συσκευασία είναι κατασκευασμένη από χαρτόνι.



Η συσκευασία έχει κατασκευαστεί λαμβάνοντας υπόψη την περιβαλλοντική ευθύνη και την ανακύκλωση. Παρακαλούμε να διαχωρίζετε τα απόβλητα σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς.

ΧΕΙΡΙΣΜΟΣ

Πριν ξεκινήσετε την προπόνηση, βεβαιωθείτε ότι η συσκευή έχει τοποθετηθεί σωστά.

- Πριν ξεκινήσετε την πρώτη σας προπόνηση, εξοικειωθείτε με όλες τις λειτουργίες και τις δυνατότητες ρύθμισης της συσκευής.
- Η συσκευή διαθέτει στοιχεία που ενδέχεται να εκτεθούν στην διάβρωση. Για αυτόν τον λόγο, δεν συνιστάται να παραμένει σε υγρό χώρο. Πρέπει επίσης να φροντίζετε ώστε ο εξοπλισμός (ειδικά τα εσωτερικά και ηλεκτρονικά του μέρη) να μην εκτίθεται σε επαφή με νερό, ποτά, ιδρώτα κ.λπ.
- Η συσκευή προορίζεται μόνο για προπόνηση από ενήλικες και σε καμία περίπτωση δεν είναι παιχνίδι για παιδιά. Εάν επιτρέψετε σε παιδιά να τη χρησιμοποιήσουν με δική σας ευθύνη, να τα ενημερώσετε απολύτως για τη σωστή χρήση και να τα επιβλέπετε συνεχώς.
- Ο εξοπλισμός δεν είναι κατάλληλος για θεραπευτικούς σκοπούς.
- Κατά τη λειτουργία της συσκευής, ενδέχεται να υπάρχει ένας ήσυχος θόρυβος κατά την αδρανειακή κίνηση της μάζας του τροχού, ο οποίος προκύπτει από τον τύπο της κατασκευής. Δεν έχουν καμία επίδραση στη λειτουργία του εξοπλισμού.
- Η εκπομπή θορύβου κατά τη διάρκεια του φορτίου είναι μεγαλύτερη από ό, τι χωρίς φορτίο.
- Πριν ξεκινήσετε κάθε προπόνηση, ελέγξτε τη σωστή ασφάλεια και τις συνδέσεις βιδών και βυσμάτων.
- Κατά τη διάρκεια της προπόνησης στη συσκευή, θυμηθείτε τα κατάλληλα υποδήματα (αθλητικά παπούτσια).

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ

Συντηρείτε τακτικά τη συσκευή. Εκτελέστε τις παρακάτω εργασίες τουλάχιστον κάθε 20 ώρες λειτουργίας της.

- Ελέγξτε τα κινούμενα μέρη της συσκευής. Εάν δεν είναι επαρκώς λιπασμένα, χρησιμοποιήστε γράσο ρουλεμάν ποδηλάτου.
- Ελέγξτε την κατάσταση των εξαρτημάτων όπως βίδες και παξιμάδια. Βεβαιωθείτε ότι είναι καλά σφιγμένα.
- Μετά από κάθε προπόνηση, σκουπίστε τον ιδρώτα από τη συσκευή. Δώστε προσοχή στο να μην έρχεται σε επαφή η οθόνη με νερό ή υγρασία.
- Χρησιμοποιείτε μόνο νερό με σαπούνι για να καθαρίσετε τη συσκευή. Μη χρησιμοποιείτε καθαριστικά.
- Αποθηκεύστε τη συσκευή σε ξηρό και ζεστό μέρος.
- Μην εκθέτετε τη συσκευή στο ηλιακό φως.

ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΜΠΑΤΑΡΙΑΣ

Οι δυσδιάκριτες πληροφορίες στην οθόνη του υπολογιστή ή η έλλειψή τους υποδηλώνουν την ανάγκη αντικατάστασης της μπαταρίας.

Αφαιρέστε το κάλυμμα της μπαταρίας και αντικαταστήστε τις παλιές με δύο καινούριες. Τοποθετώντας τις στη θήκη μπαταριών, τηρήστε τις ενδείξεις "+" και "-".

Εάν η οθόνη δεν λειτουργεί σωστά μετά την επανεκκίνηση, αφαιρέστε τις μπαταρίες για λίγα λεπτά και, στη συνέχεια, τοποθετήστε τις ξανά.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Οι χρησιμοποιημένες μπαταρίες δεν καλύπτονται από την εγγύηση. Περιέχουν επιβλαβείς ουσίες (όπως κάδμιο, υδράργυρο ή μόλυβδο), επομένως μην τις πετάτε στον οικιακό κάδο απορριμμάτων. Μεταφέρετέ τις στο κατάλληλο σημείο για χρησιμοποιημένες μπαταρίες.

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Η συσκευή παραδίδεται σε συσκευασία για να προστατευτεί από πιθανές ζημιές κατά τη μεταφορά. Οι συσκευασίες είναι ακατέργαστες πρώτες ύλες και μπορούν να ανακυκλωθούν.

Απορρίψτε αυτά τα υλικά στους κατάλληλους έγχρωμους κάδους που προορίζονται για συλλογή κατά κατηγορία.



Προστατέψτε το περιβάλλον και μην πετάτε τις χρησιμοποιημένες μπαταρίες στον οικιακό κάδο απορριμμάτων. Επιστρέψτε τις στο σημείο αγοράς ή μεταφέρετέ τις σε ξεχωριστό σημείο αποθήκευσης ανακυκλώσιμων υλικών.

Οι χρησιμοποιημένες ηλεκτρικές συσκευές (συμπεριλαμβανομένου του μετρητή, του τροφοδοτικού) είναι ανακυκλώσιμες πρώτες ύλες – μην τις πετάτε στους κάδους οικιακών απορριμμάτων, καθώς μπορεί να περιέχουν ουσίες επικίνδυνες για την υγεία και το περιβάλλον. Σας ζητάμε να βοηθήσετε ενεργά στην οικονομική/οικονομική διαχείριση των φυσικών πόρων και στην προστασία του φυσικού περιβάλλοντος παραδίδοντας τη χρησιμοποιημένη συσκευή σε σημείο αποθήκευσης ανακυκλώσιμων υλικών – χρησιμοποιημένων ηλεκτρικών συσκευών.

ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

Η συναρμολόγηση της συσκευής πρέπει να γίνει προσεκτικά από ενήλικα. Σε περίπτωση αμφιβολιών, ζητήστε βοήθεια από κάποιον με μεγαλύτερη εμπειρία στον τομέα.

- Πριν ξεκινήσετε τη συναρμολόγηση, βεβαιωθείτε ότι το σετ με τη συσκευή περιέχει όλα τα στοιχεία από τον κατάλογο εξαρτημάτων και αν κάποια στοιχεία έχουν υποστεί ζημιά κατά τη μεταφορά. Σε περίπτωση έλλειψης στοιχείων ή επιφυλάξεων, επικοινωνήστε με τον πωλητή.
- Εξοικειωθείτε με τα σχέδια και τις επεξηγήσεις και πραγματοποιήστε τη συναρμολόγηση σύμφωνα με τη σειρά που περιέχεται στις οδηγίες συναρμολόγησης.
- Να είστε προσεκτικοί κατά τη συναρμολόγηση. Κατά τη χρήση εργαλείων και εξαρτημάτων υπάρχει κίνδυνος τραυματισμού.
- Να θυμάστε να διατηρείτε ένα ασφαλές περιβάλλον. Μην τοποθετείτε χαοτικά εργαλεία και στοιχεία συναρμολόγησης. Να θυμάστε ότι τα φύλλα και οι πλαστικές σακούλες αποτελούν κίνδυνο ασφυξίας για τα παιδιά.
- Τα στοιχεία συναρμολόγησης που απαιτούνται για την εκτέλεση ενός συγκεκριμένου βήματος των οδηγιών συναρμολόγησης παρουσιάζονται στα σχέδια και τις επεξηγήσεις. Χρησιμοποιήστε τα στοιχεία που υποδεικνύονται στις οδηγίες συναρμολόγησης.
- Στα πρώτα στάδια της συναρμολόγησης, μην σφίγγετε τα μέρη μέχρι τέρμα. Κάντε το αφού τοποθετηθείτε όλα και βεβαιωθείτε ότι έχουν τοποθετηθεί σωστά.
- Ο κατασκευαστής διατηρεί το δικαίωμα να προσυναρμολογήσει ορισμένα στοιχεία.

ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ (→ Δείτε τη σελίδα 2)

UWAGA! Απαγορεύεται η χρήση εξαρτημάτων που προέρχονται από πηγές άλλες εκτός του κατασκευαστή.

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ

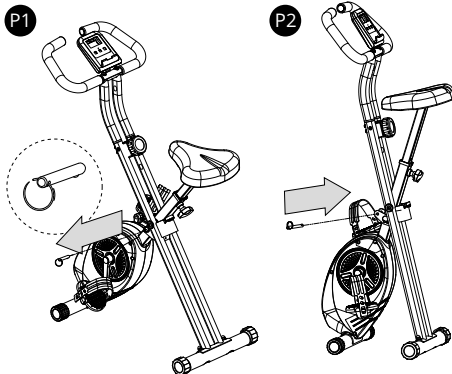
ΑΡ.	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ
1	Οθόνη	1
2	Βίδα M5*10	4
3	Τιμόνι	1
5	Υποστήριγμα βάσης οθόνης	1
6	Βίδα M8*40X20	2
7	Ελατήριο ροδέλας D8	4
8	Κυρτό παρέμβυσμα D8*1.5*φ20 R15	2
10	Συγκολλημένο στήριγμα λαβής	1
13	Βίδα M6*12*S4	6
14	Επίπεδη ροδέλα φ6xφ12x1.5	2
22	Τάπα NΠαξιμάδι M8*S13	2
23	Καμπύλη Ροδέλα D8*1.5*φ20 R28	2
24	Πίσω κάτω σωλήνας	1
26	Βίδα M8*60	2
27(L/R)	Πεντάλ	2
28	Βύσμα	1
29	Κουμπί σε σχήμα καρδιάς	1
32	Καμπύλο στεγανοποιητικό D6*1.5*φ12	4
33	Επίπεδος ροδέλα D8	3
34	Συγκόλληση σωλήνα σέλας	1
35	Σέλα	1
36	Μπροστινός κάτω σωλήνας	1
38	Βίδα M8*55	2
57	Νάιλον Nut M8	5
A	Κλειδί S5	1
B	Επίπεδο κλειδί S13, 15, 19	1
C	Κλειδί S4	1

ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ (→ Δείτε τη σελίδα 2)

UWAGA! Κατά τη συναρμολόγηση, ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα και χρησιμοποιήστε τα εργαλεία που περιλαμβάνονται στο προϊόν.

Ετοιμάστε αρκετό ελεύθερο χώρο για τη συναρμολόγηση της συσκευής. Λόγω του μεγάλου βάρους ορισμένων εξαρτημάτων, συνιστάται η συναρμολόγηση να γίνεται από δύο άτομα.

Όταν δεν χρησιμοποιείται, τραβήξτε πρώτα τον πείρο του δακτυλίου, όπως φαίνεται στο σχήμα P1. συναρμολογήστε τη συγκόλληση του βραχίονα και το κύριο πλαίσιο. στη συνέχεια, ευθυγραμμίστε τις σπές στο κάτω μέρος του εξαρτήματος σε σχήμα U του κύριου πλαισίου και τη συγκόλληση του βραχίονα και, τέλος, τοποθετήστε τον πείρο του δακτυλίου για να τον στερεώσετε, όπως φαίνεται στο σχήμα P2.

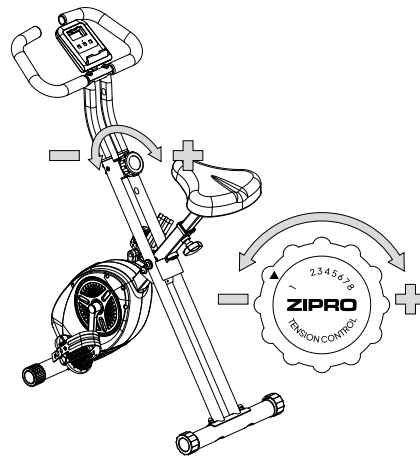


ΡΥΘΜΙΣΕΙΣ

Ρύθμιση αντίστασης

Για να αυξήσετε την αντίσταση, γυρίστε το κουμπί ρύθμισης της αντίστασης δεξιόστροφα.

Για να μειώσετε την αντίσταση, γυρίστε το κουμπί ρύθμισης της αντίστασης αριστερόστροφα.

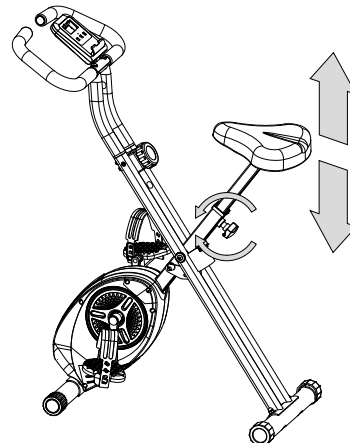


Ύψος σέλας

Χαλαρώστε το κουμπί του στηρίγματος της σέλας, ρυθμίστε τη σέλα στο επιθυμητό ύψος και σφίξτε το κουμπί. Βεβαιωθείτε ότι η σέλα είναι σταθερή.

Το σωστό ύψος της σέλας αυξάνει την αποτελεσματικότητα της άσκησης και μειώνει τον κίνδυνο τραυματισμού.

Ρυθμίστε τα πεντάλ σε κάθετη θέση (ένα πεντάλ κάτω, το άλλο πάνω). Ανεβείτε στο ποδήλατο και τοποθετήστε τα πόδια σας στα πεντάλ. Βεβαιωθείτε ότι το πόδι που βρίσκεται στο κάτω πεντάλ είναι άνετα τοποθετημένο. Εάν είναι πολύ λυγισμένο, σηκώστε τη σέλα. Εάν δεν μπορείτε να φτάσετε το πεντάλ ή το πόδι σας είναι σε υπερέκταση, χαμηλώστε τη σέλα.

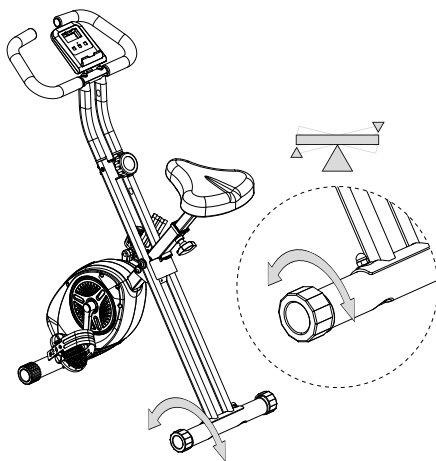


Ρύθμιση ιμάντων πεντάλ

Στο εσωτερικό του πεντάλ, στερεώστε τον ελαστικό ιμάντα με την πλευρά με τις τρεις τρύπες. Στερεώστε το άλλο άκρο σε μία από τις τρύπες ρύθμισης, έτσι ώστε το πόδι να είναι ακίνητο κατά την οδήγηση και να μπορεί να αφαιρεθεί εύκολα. Εκτελέστε αυτήν την ενέργεια και για τα δύο πεντάλ.

Επίπεδωση της συσκευής

Επιπεδώστε τη συσκευή περιστρέφοντας τα ρυθμιζόμενα πέλματα που βρίσκονται στην πίσω βάση. Τα πέλματα έχουν σχήμα πολυγώνου, κάθε πλευρά τους έχει διαφορετικό ύψος, βρείτε την κατάλληλη πλευρά για να στέκεται σταθερά η συσκευή.



ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗΣ (ΜΟΝΤΕΛΟ) MRMS06-GRN

Πριν από τη χρήση, αφαιρέστε την προστατευτική μεμβράνη από την οθόνη του υπολογιστή.

AUTO ON/OFF

Ο υπολογιστής θα ενεργοποιηθεί όταν ο τροχός κινηθεί ή πατηθεί οποιοδήποτε κουμπί. Ο υπολογιστής θα απενεργοποιηθεί αυτόματα μετά από 4 λεπτά αδράνειας.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΩΝ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΚΟΥΜΠΙΩΝ

MODE - επιτρέπει την επιλογή παραμέτρου.

SET - χρησιμεύει για τη ρύθμιση των τιμών των παραμέτρων.

RESET - χρησιμεύει για την άμεση επαναφορά του χρόνου, της απόστασης και των θερμίδων.

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ (ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ)

TIME	Μετρά τον συνολικό χρόνο άσκησης από την έναρξη έως τη λήξη.	00:00-99:59 λεπτά
SPEED	Εμφανίζει την τρέχουσα ταχύτητα.	0,0-99,9 χλμ/ώρα
DISTANCE	Μετρά τη συνολική απόσταση από την έναρξη έως τη λήξη της άσκησης.	0,0-9999 χλμ
CALORIES	Μετρά τον συνολικό αριθμό θερμίδων που καίγονται από την έναρξη έως τη λήξη της άσκησης. (Η μέτρηση είναι κατά προσέγγιση για τη σύγκριση διαφορετικών συνεδριών άσκησης, δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί για θεραπεία).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Μετρά τη συνολική απόσταση από την εγκατάσταση της μπαταρίας.	0-9999 χλμ
PULSE	Εμφανίζει τον τρέχοντα παλμό. ΠΡΟΣΟΧΗ! Η μέτρηση του καρδιακού παλμού είναι μόνο για αθλητικούς σκοπούς (αποκλείεται η ιατρική χρήση).	40-240 BPM

ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΙΜΗΣ ΓΙΑ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗ ΜΕΤΡΗΣΗ

- Πατώντας **MODE** ρυθμίζετε στην οθόνη την παράμετρο της οποίας την τιμή θέλετε να επιτύχετε κατά τη διάρκεια της προπόνησης: χρόνος, απόσταση, θερμίδες, σφυγμός.
- Πατώντας επανειλημμένα το κουμπί **SET**, ρυθμίζετε την κατάλληλη τιμή. Η αντίστροφη μέτρηση θα ξεκινήσει μετά την έναρξη της πεταλιάς. Στην οθόνη θα εμφανιστεί ένα βέλος προς τα κάτω. Η ολοκλήρωση της αντίστροφης μέτρησης ή η υπέρβαση της καθορισμένης τιμής παλμού σηματοδοτείται με έναν ήχο.

PULSE RATE

UWAGA! Η μέτρηση καρδιακών παλμών μόνο για αθλητικούς σκοπούς (εξαιρείται η ιατρική χρήση).

- Πατήστε το κουμπί **MODE** μέχρι να εμφανιστεί η ένδειξη PULSE στην οθόνη. Τοποθετήστε και τα δύο σας χέρια στους αισθητήρες παλμών στο τιμόνι. Κατά τη διάρκεια της μέτρησης, ο υπολογιστής θα εμφανίσει ένα εικονίδιο σε σχήμα καρδιάς.

Μετά από 3 έως 4 δευτερόλεπτα, ο υπολογιστής θα εμφανίσει τον τρέχοντα παλμό.

ΤΡΕΝΙΓΚ ΚΑΙ ΦΑΣΕΙΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Η χρήση της συσκευής θα σας προσφέρει πολλά οφέλη. Πρώτα απ' όλα, θα βελτιώσει τη φυσική σας κατάσταση, θα ενισχύσει τους μυς και σε συνδυασμό με μια σωστή διατροφή, θα σας επιτρέψει να κάψετε περιττό λίπος.

1. ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ

Αυτή είναι μια φάση που βελτιώνει την κυκλοφορία του αίματος σε όλο το σώμα και προετοιμάζει τους μυς για αυξημένη προσπάθεια. Μειώνει επίσης τον κίνδυνο εμφάνισης κραμπών και τραυματισμών. Συνιστάται να εκτελέσετε μερικές ασκήσεις διατάσεων όπως φαίνεται παρακάτω. Εάν αισθανθείτε πόνο, σταματήστε την άσκηση ή μειώστε το εύρος της κίνησης.

ΔΙΑΤΑΣΗ ΤΩΝ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ ΜΥΩΝ ΤΩΝ ΜΗΡΩΝ

Καθίστε σε μια επίπεδη επιφάνεια με λυγισμένα πόδια και τα γόνατα στραμμένα προς τα έξω. Ενώστε τις πατούσες των ποδιών σας και φέрте τις κοντά μεταξύ τους όσο το δυνατόν περισσότερο. Πιέστε απαλά τα γόνατα προς το έδαφος και κρατήστε αυτή τη θέση για 15 δευτερόλεπτα.

ΔΙΑΤΑΣΗ ΜΗΡΩΝ

Καθίστε σε μια επίπεδη επιφάνεια. Ισιώστε το δεξί σας πόδι και τοποθετήστε την πατούσα του αριστερού σας ποδιού στον δεξιό μηρό. Τεντώστε το δεξί σας χέρι προς τα δάχτυλα του δεξιού σας ποδιού όσο το δυνατόν περισσότερο. Κρατήστε για 15 δευτερόλεπτα. Επαναλάβετε με το αριστερό πόδι.

ΣΤΡΟΦΕΣ ΚΕΦΑΛΙΟΥ

Κρατήστε το κεφάλι σας ίσια κοιτάζοντας μπροστά. Χωρίς να κουνήσετε τους ώμους σας, στρίψτε το δεξιά και ισιώστε το, και μετά στρίψτε το αριστερά και ισιώστε το.

ΑΝΥΨΩΣΗ ΧΕΡΙΩΝ

Σηκώστε το αριστερό σας χέρι όσο το δυνατόν ψηλότερα και κρατήστε για μερικά δευτερόλεπτα. Επαναλάβετε με το δεξί χέρι.

ΔΙΑΤΑΣΗ ΤΩΝ ΤΕΝΟΝΤΩΝ ΤΟΥ ΑΧΙΛΛΕΑ

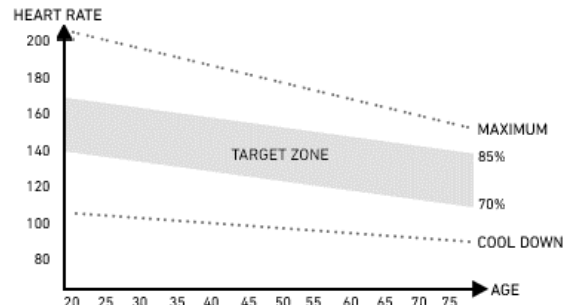
Σταθείτε με το πρόσωπο στον τοίχο, τεντώστε το αριστερό σας πόδι προς τα εμπρός και λυγίστε ελαφρά στο γόνατο. Κρατήστε το δεξί σας πόδι πίσω - ίσιο, με τη φτέρνα να ακουμπάει επίπεδη στο έδαφος. Κρατήστε και τις δύο φτέρνες επίπεδες στο έδαφος και πιέστε τους γοφούς προς τον τοίχο. Κρατήστε αυτή τη θέση για 30 δευτερόλεπτα. Επαναλάβετε με το δεξί σας πόδι τεντωμένο. Θυμηθείτε να μην καμπυλώνετε την πλάτη σας κατά τη διάρκεια της άσκησης.

ΣΚΥΨΙΜΑΤΑ

Σταθείτε με τα πόδια σας ενωμένα. Σκύψτε προς τα εμπρός προσπαθώντας να φέρετε το στήθος σας όσο το δυνατόν πιο κοντά στα γόνατά σας. Κρατήστε για 15 δευτερόλεπτα. Θυμηθείτε να μην λυγίζετε τα γόνατά σας.

2. ΦΑΣΗ ΑΣΚΗΣΗΣ

Αυτή είναι η σωστή φάση της προπόνησης. Ασκηθείτε με τον δικό σας ρυθμό έτσι ώστε να επιτύχετε έναν επαρκή καρδιακό ρυθμό για την ηλικία σας όπως φαίνεται στο γράφημα.



3. ΦΑΣΗ ΧΑΛΑΡΩΣΗΣ

Αυτή η φάση βοηθά στην ηρεμία της κυκλοφορίας και στη χαλάρωση των μυών. Είναι μια επανάληψη των ασκήσεων προθέρμανσης. Πρέπει να θυμάστε ότι, για να μην καταπονήσετε τους μυς σας.

ΠΙΘΑΝΕΣ ΖΗΜΙΕΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΠΙΔΙΟΡΘΩΣΗΣ

UWAGA! Το άνοιγμα της θήκης της συσκευής χωρίς προηγούμενη επικοινωνία με το σέρβις του κατασκευαστή οδηγεί σε απώλεια της εγγύησης.

Σε περίπτωση υποψίας βλάβης που απαιτεί άνοιγμα της θήκης, επικοινωνήστε με το σέρβις του κατασκευαστή.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΦΑΛΜΑΤΟΣ	ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΙΤΙΕΣ	ΛΥΣΗ
Η συσκευή ταλαντεύεται	Η συσκευή έχει τοποθετηθεί σε άνιση επιφάνεια. Κάτω από τη βάση της συσκευής υπάρχει ένα αντικείμενο που διαταράσσει την ισορροπία.	Τοποθετήστε τη συσκευή σε επίπεδη επιφάνεια. Αφαιρέστε το αντικείμενο που διαταράσσει την ισορροπία.
	Οι βάσεις δεν έχουν τοποθετηθεί σωστά.	Τοποθετήστε σωστά τις βάσεις της συσκευής.
Η σέλα ή το τιμόνι ταλαντεύονται	Οι βίδες και τα πόμολα του στύλου της σέλας ή του τιμονιού δεν έχουν σφικτεί.	Σφίξτε τις βίδες και το πόμολο του στύλου της σέλας ή του τιμονιού.
Θόρυβος κατά τη χρήση	Λανθασμένα σφινγμένα στοιχεία.	Επικοινωνήστε με το σέρβις του κατασκευαστή.
	Κατά τη λειτουργία της συσκευής, ενδέχεται να υπάρχουν ήσυχοι θόρυβοι κατά την αδρανειακή κίνηση της μάζας του σφονδύλου, οι οποίοι προκύπτουν από τον τύπο της κατασκευής. Δεν έχουν καμία επίδραση στη λειτουργία του εξοπλισμού. Οι πιθανοί θόρυβοι που ακούγονται κατά το πετάλι προς την αντίθετη κατεύθυνση είναι τεχνικά καθορισμένοι και δεν προκαλούν καμία αρνητική συνέπεια.	
Θόρυβος και έλλειψη ομαλής λειτουργίας	Κατεστραμμένα ρουλεμάν.	Επικοινωνήστε με το σέρβις του κατασκευαστή.
Έλλειψη επαρκούς αντίστασης κατά τη διάρκεια της προπόνησης	Λανθασμένα συνδεδεμένο καλώδιο για τη ρύθμιση της αντίστασης.	Συνδέστε σωστά το καλώδιο σύμφωνα με τις οδηγίες συναρμολόγησης.
	Χαλαρωμένος ιμάντας μετάδοσης κίνησης.	Επικοινωνήστε με το σέρβις του κατασκευαστή.
	Έχει αυξηθεί η απόσταση μεταξύ του σφονδύλου και των μαγνητών.	Επικοινωνήστε με το σέρβις του κατασκευαστή.
	Ο ρυθμιστής τάσης έχει υποστεί ζημιά.	Επικοινωνήστε με την εξυπηρέτηση πελατών του σέρβις του κατασκευαστή.

ΕΓΓΥΗΣΗ

Ο πωλητής, εξ ονόματος του Εγγυητή, παρέχει εγγύηση στην επικράτεια της Ελληνικής Δημοκρατίας για περίοδο 24 μηνών από την ημερομηνία πώλησης. Η εγγύηση για το πωλούμενο προϊόν δεν αποκλείει, δεν περιορίζει ούτε αναστέλλει τα δικαιώματα του Αγοραστή που απορρέουν από το Νόμο περί προστασίας του καταναλωτή.

Η κάρτα εγγύησης βρίσκεται στην τελευταία σελίδα.

ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

- Αντικείμενο καταγγελίας και εγγύησης είναι μόνο τα κρυμμένα ελαττώματα που προκλήθηκαν από υπαιτιότητα του κατασκευαστή.

- Η εγγύηση θα τηρηθεί από το κατάστημα ή το σέρβις μετά από την προσκόμιση από τον πελάτη:
 - έγκυρης, ευανάγνωστης και σωστά συμπληρωμένης κάρτας εγγύησης με σφραγίδα πώλησης και υπογραφή του πωλητή,
 - έγκυρης απόδειξης αγοράς του εξοπλισμού με ημερομηνία πώλησης,
 - του προϊόντος που έχει υποβληθεί σε καταγγελία ή του ελαττωματικού μέρους.
Σε περίπτωση αγοράς εξ αποστάσεως, η κάρτα εγγύησης ισχύει μόνο βάσει του εγγράφου αγοράς (απόδειξη / τιμολόγιο).
- Η καταγγελία θα εξεταστεί εντός 14 ημερών από τη στιγμή της αναφοράς του ελαττώματος από τον Πελάτη.
- Τα εργοστασιακά ελαττώματα και οι ζημιές που αποκαλύπτονται κατά τη διάρκεια της περιόδου εγγύησης θα επισκευαστούν δωρεάν εντός 21 ημερών από την ημερομηνία παράδοσης του προϊόντος στο κατάστημα ή στο σέρβις.
- Σε περίπτωση που απαιτηθεί η εισαγωγή ανταλλακτικού, η περίοδος υλοποίησης της επισκευής της εγγύησης μπορεί να παραταθεί για το χρόνο που απαιτείται για την εισαγωγή του, αλλά όχι περισσότερο από 40 ημέρες.
- Η εγγύηση δεν καλύπτει:
 - μηχανικές βλάβες και ελαττώματα που προκαλούνται από αυτές,
 - ζημιές και ελαττώματα που προκύπτουν από ακατάλληλη χρήση και αποθήκευση, ακατάλληλη συναρμολόγηση και συντήρηση,
 - ζημιές και φθορά αναλώσιμων στοιχείων, όπως: καλώδια, ιμάντες, ελαστικά μέρη, πεντάλ, λαβές σφουγγαριών, τροχούς, ρουλεμάν, ταπετσαρία.
 - δραστηριότητες που σχετίζονται με την εγκατάσταση, τη συντήρηση, τις οποίες ο χρήστης είναι υποχρεωμένος να εκτελέσει μόνος του σύμφωνα με το εγχειρίδιο.
- Η εγγύηση δεν ισχύει στις ακόλουθες περιπτώσεις:
 - λήξη της περιόδου ισχύος,
 - πραγματοποίηση ανεξάρτητων επισκευών και τροποποιήσεων από τον πελάτη με τη χρήση μη αυθεντικών ανταλλακτικών,
 - όταν το ελάττωμα προκύπτει από λανθασμένη εγκατάσταση ή ως αποτέλεσμα μη τήρησης των κανόνων ορθής χρήσης που περιγράφονται στο εγχειρίδιο,
 - χρήση άλλη εκτός από οικιακή χρήση,
 - ζημιές που προκλήθηκαν κατά τη μεταφορά.
- Δεν θα εκδίδονται αντίγραφα του δελτίου εγγύησης.
- Στο πλαίσιο της εγγύησης, ο πελάτης έχει το δικαίωμα να ζητήσει τα ακόλουθα είδη δωρεάν αποζημίωσης:
 - επισκευή του προϊόντος,
 - αντικατάσταση του προϊόντος,
 - μείωση της τιμής,
 - λύση της σύμβασης και πλήρη επιστροφή των εξόδων που πραγματοποιήθηκαν.
- Για να υποβάλετε μια καταγγελία, πρέπει:
 - Να παρουσιάσετε το προϊόν ή μέρος αυτού για το οποίο ισχύει η εγγύηση.
 - Απόδειξη αγοράς που να προσδιορίζει το όνομα και τη διεύθυνση του πωλητή, την ημερομηνία και τον τόπο αγοράς, το είδος του προϊόντος ή έγκυρο δελτίο εγγύησης με τη σφραγίδα του καταστήματος.
 - Σε περίπτωση παράδοσης ενός βρώμιμου προϊόντος, το σέρβις μπορεί να αρνηθεί να το δεχτεί ή να το καθαρίσει με έξοδα του πελάτη με τη γραπτή του συγκατάθεση.
- Σε περίπτωση θετικής εξέτασης της καταγγελίας, ο εξοπλισμός θα επισκευαστεί ή θα αντικατασταθεί με νέο ή θα επιστραφούν τα χρήματα στον πελάτη. Τα έξοδα μεταφοράς των εμπορευμάτων στον πελάτη καλύπτονται από το σέρβις του κατασκευαστή.
- Σε περίπτωση απόρριψης της καταγγελίας εγγύησης, ο πελάτης θα λάβει λεπτομερή αιτιολόγηση της απόφασης που ελήφθη και εντός 14 ημερών από τη στιγμή της κοινοποίησης της απόφασης, ο εξοπλισμός θα επιστραφεί στον πελάτη με δικά του έξοδα.

TR Kullanım kılavuzu

Kullanıcı,
Montaja başlamadan önce aşağıdaki talimatları okuyun
ve cihazı ilk kez kullanmadan önce. Bu kılavuz, ekipmanın güvenli
kullanımı ve bakımı hakkında önemli bilgiler içerir. Bakım veya yedek
parça siparişi ile ilgili bilgilere başvurmak için saklayın.

TEKNİK ÖZELLİKLER

Güç kaynağı	Bilgisayar 2×AAA Karbon Çinko pillerle çalışır. Dahil değildir.
Ağırlık	14,4 kg
Kullanım sıcaklığı	0°C ila +40°C
Saklama sıcaklığı	-10°C ila +60°C
Maksimum kullanıcı ağırlığı	120 kg
Uygulama sınıfı	Sınıf H
Hassasiyet sınıfı	Sınıf C
Hız	0,0-99,9 km/sa
Ürün standardı (ana)	EN ISO 20957-5:2028
Amaç	Bisiklet manyetik ev kullanımı için

GÜVENLİK

DİKKAT! Cihaz sadece amacı doğrultusunda, yani yetişkinler tarafından egzersiz yapmak için kullanılabilir. Cihazın diğer her türlü kullanımı tehlikeli olabilir. Üretici, cihazın yanlış kullanımından kaynaklanan hasarlardan sorumlu tutulamaz.

- Cihaz, tasarlanmış ve inşa edilmiştir güvenlik alanındaki en son bilgilere dayanarak. Potansiyel olarak yaralanma riski oluşturabilecek tehlikeli unsurlar ortadan kaldırılmış veya nispeten güvence altına alınmıştır.
- Kendi başına onarım ve değişikliklere izin verilmez.
- Ayda bir veya iki kez vidaların, civataların ve somunların sıkılığını kontrol edin.
- Güvenliği kalıcı olarak sağlamak için ekipmanı düzenli olarak (yani yılda bir kez) özel bir ticari tesiste kontrol edin ve bakımını yapın.
- Bu kılavuzda açıklanmayan cihaz üzerindeki tüm değişiklikler, hasara neden olabilir veya egzersiz yapan kişinin sağlığını ve yaşamını doğrudan tehlikeye atabilir. Cihaz üzerinde değişiklik yalnızca üreticinin servis personeli veya bu konuda eğitilmiş kişiler tarafından yapılabilir.
- Tüm cihazlar, yüksek kalite sağlamak amacıyla sürekli yenilik çalışmaları tabidir.
- Bu nedenle, üretici teknik değişiklik yapma hakkını saklı tutar.
- Ekipmanla ilgili tüm soru veya şüphelerinizi uzman bir satış noktasına yönlendirin.

DİKKAT! Ekipmanı kullanırken yakında bulunan kişiler olası tehlikelere karşı uyarılmalıdır. Çocukların yanında özellikle dikkatli olun.

DİKKAT! Egzersize başlamadan önce, cihazda egzersiz yapmanıza engel olacak herhangi bir sağlık sorununuz olmadığından emin olmak için bir doktora danışın. Bir uzmanın görüşüne dayanarak egzersiz planınızı geliştirebilirsiniz. Yanlış seçilmiş bir program veya aşırı egzersiz sağlığınızı ve yaşamınızı için tehlikeli olabilir.

UYARI! Kalp atış hızı izleme sistemleri yanlış olabilir. Egzersiz sırasında aşırı yorgunluk, ciddi yaralanmalara veya ölüme neden olabilir. Kendinizi halsiz hissederseniz, derhal egzersizi bırakın.

DİKKAT! Bu kılavuzda yer alan egzersiz yapma ile ilgili notlara kesinlikle uyun.

- Egzersiz yapmak için bir yer seçerken, olası engellerden güvenli mesafeler sağlamayı dikkate alın. Ekipmanı iletişim yollarının (yollar, kapılar, geçitler vb.) yakınına kurmayın.
- Ekipmanın duvara yakın mesafede kullanılması yasaktır. Güvenlik alanı 2000 mm'dir ve en az ekipmanın genişliği kadar olmalıdır.

DİKKAT! Cihazı monte ederken dikkatli olun ve çocukların yakında bulunmasına izin vermeyin. Montaj sırasında küçük parçalar (somunlar, vidalar vb.) kullanılır ve bunlar yutulabilir.

KALINTI RİSKİ

- Düşmeye karşı koruma uygulanmazsa veya uygulanırsa ancak yanlış bir şekilde uygulanırsa, kalıntı riski vardır, yani bir kişinin düşmesi cilt sıyrıklarına, morluklara, kırıklara veya en kötü durumda ölüme neden olur.

- Yanlış kullanım veya yanlış değerlendirmenin yanı sıra yanlış veri aktarımından (elektromanyetik parazit, yazılım hatası vb. nedeniyle) kaynaklanan egzersiz yapan kişinin istenmeyen aşırı yüklenme riski vardır.
En iyi yazılım ve donanım koruması bile bir yazılım veya donanım hatasını ortadan kaldırmaz ve teorik olarak egzersiz yapan kişiye aşırı yüklenmeye neden olabilir.
 - Ürün elektrikli bir cihazdır, bu nedenle ölüme yol açabilecek elektrik çarpması olasılığı ortadan kaldırılamaz.
 - Kalıntı boğulma riski ortadan kaldırılamaz.
 - Risk, kullanım kılavuzunda yer alan güvenlik bilgilerine uyularak azaltılabilir.
 - İstenmeyen veya yetkisiz kullanımın, öngörülmeden başka risklere yol açabileceği ve önceden değerlendirilmiş risklerin yanlış tahmin edilmiş olabileceği göz ardı edilemez.
- Risk analizinde yapılan değerlendirmeler, "cihazın mevcut durumu" temel alınarak yapılmıştır. Ürün üzerinde yapılan değerlendirme ve kontroller, kabul edilemez bir riskin ortaya çıkma olasılığının çok düşük olduğunu göstermektedir. Cihaz (yapısı, çalışma şekli ve kullanım amacıyla birlikte), normal koşullar altında egzersiz yapan kişi veya üçüncü şahıslar için gereksiz bir risk oluşturmaz.

TAŞIMA AMBALAJLARINDAKİ İŞARETLER

Bu taraf yukarı. Devirmeyin.



Düşmeye karşı koruyun.



Geri dönüştürülebilir ambalaj.



Elektro atıklar. Kullanılmış ekipmanın geri dönüşüm noktasına iade edilmesi gereklidir.



Dikkatli olun, kırılğan.
Hasar olasılığı. Dikkatli olun.



Nemden koruyun.



Dikkat ağır ürün.



Depolamak maksimum 5 katmanlarda.



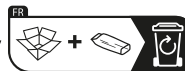
Ürün, kullanım kılavuzu içerir.



DO NOT USE BLADE TO OPEN



Bıçakla açmayın.



Points de collecte sur www.qualiteindemarche.ch/fr

Ambalaj karton ve plastikten yapılmıştır. Lütfen atıkları yerel düzenlemelere göre ayırın.



Ambalaj karton ve plastikten yapılmıştır. Lütfen atıkları yerel düzenlemelere göre ayırın.



Ambalaj kartondan yapılmıştır.



Ambalaj, çevre sorumluluğu ve geri dönüşüm dikkate alınarak üretilmiştir. Lütfen atıkları yerel düzenlemelere göre ayırın.

KULLANIM

Egzersize başlamadan önce cihazın doğru şekilde monte edildiğinden emin olun.

- İlk egzersize başlamadan önce cihazın tüm fonksiyonlarını ve ayar olanaklarını öğrenin.
- Cihaz, maruz kalabilecek parçalara sahiptir korozyona. Bu nedenle, kalması tavsiye edilmez nemli bir odada. Ayrıca dikkat edilmelidir ki, ekipmanın

(özellikle iç ve elektronik bileşenleri) su, içecekler, ter vb. ile temas etmesine izin verilmemelidir.

- Cihaz sadece yetişkinler tarafından egzersiz yapmak için tasarlanmıştır ve kesinlikle çocuklar için bir oyuncak değildir. Çocukların kendi sorumluluğunuzda kullanmasına izin verirsiniz, onlara doğru kullanımı konusunda kesinlikle talimat verin ve sürekli olarak denetleyin.
- Ekipman terapötik amaçlar için uygun değildir.
- Cihaz çalışırken, volan kütlesinin atalet hareketi sırasında yapının türünden kaynaklanan sessiz gürültüler olabilir. Bunların hiçbir etkisi yoktur ekipmanın çalışması üzerinde.
- Yük altındaki gürültü emisyonu, yüksüz durumdakinden daha yüksektir.
- Her egzersize başlamadan önce güvenlik önlemlerini ve vida ve fiş bağlantılarını kontrol edin.
- Cihazda egzersiz yaparken uygun ayakkabıları (spor ayakkabıları) giymeyi unutmayın.

EKİPMAN BAKIMI

Cihazın bakımını düzenli olarak yapın. Aşağıdaki adımları en az 20 saatlik çalışmada bir gerçekleştirin.

- Cihazın hareketli parçalarını kontrol edin. Yeterince yağlanmamışlarsa, bisiklet rulmanları için gres kullanın.
- Vida ve somun gibi parçaların durumunu kontrol edin. Sıkıca sıkıldıklarından emin olun.
- Her egzersizden sonra cihazdaki teri silin. Dikkat edin monitörün su veya nem ile temas etmemesine.
- Cihazı temizlemek için sadece su kullanın ve sabun. Temizlik maddeleri kullanmayın.
- Cihazı kuru ve sıcak bir yerde saklayın.
- Cihazı güneş ışığına maruz bırakmayın.

PİL DEĞİŞİMİ

Bilgisayar ekranında zayıf görünen bilgiler veya bunların olmaması, pillerin değiştirilmesi gerektiği anlamına gelir.

Pil kapağını çıkarın ve eskilerini iki yeni pille değiştirin. Onları yerleştirirken

pil yuvasında "+" ve "-" işaretlerine uyun.

Yeniden başlattıktan sonra ekran düzgün çalışmıyorsa, pilleri birkaç dakika çıkarın ve ardından tekrar takın.

DİKKAT! Kullanılmış piller garanti kapsamında değildir. Zararlı maddeler (örneğin, kadmimyum, cıva veya kurşun) içerirler, bu nedenle bunları evsel atık kutusuna atmayın. Bunları kullanılmış piller için uygun bir noktaya götürün.

ÇEVRE

Cihaz, nakliye sırasında olası hasarlara karşı koruma sağlamak amacıyla ambalajında teslim edilir. Ambalajlar işlenmemiş hammaddelerdir ve geri dönüştürülebilirler. Bu malzemeleri seçici toplama için tasarlanmış uygun renkli kutulara atın.



Çevreyi koruyun ve kullanılmış pilleri evsel atık kutusuna atmayın. Bunları satın aldığınız yere iade edin veya ayrı bir geri dönüşüm depolama noktasına teslim edin.

Kullanılmış elektrikli cihazlar (sayaç, güç kaynağı dahil) geri dönüştürülebilir hammaddelerdir - bunları evsel

atık kutularına atmayın, çünkü sağlığa ve çevreye zararlı maddeler içerebilirler. Lütfen tutumlu olmaya aktif olarak yardımcı olun doğalkaynak yönetimi ve kullanılmış cihazı geri dönüşüm depolama noktasına - kullanılmış elektrikli cihazlar - teslim ederek doğal çevrenin korunması.

MONTAJ

Cihazın montajı yetişkin bir kişi tarafından dikkatlice yapılmalıdır. Şüphemiz varsa, bu konuda daha fazla deneyime sahip birinden yardım isteyin.

- Montaja başlamadan önce setin cihazla birlikte tüm öğeleri içerdiğinden emin olun. parça listesi ve nakliye sırasında herhangi bir parça hasar görmedi. Eksik parça veya itiraz durumunda iletişime geçin satıcıyla.
- Çizimleri ve açıklamaları inceleyin ve montajı içindeki sıraya göre yapın montaj talimatı.
- Montaj sırasında dikkatli olun. Kullanım sırasında aletler ve parçalarla yaralanma riski vardır.
- Güvenli bir ortam sağlamayı unutmayın. Aletleri ve montaj parçalarını dağınık bir şekilde dağıtmayın. Plastik filmlerin ve torbaların çocuklar için boğulma tehlikesi oluşturduğunu unutmayın.
- Belirli bir adımı gerçekleştirmek için gereken montaj elemanları montaj talimatında çizimlerde gösterilmiştir

ve açıklamalarda. İçinde belirtilen öğeleri kullanın montaj talimatı.

- Montajın ilk aşamalarında parçaları sonuna kadar sıkmayın. Hepsini yerleştirdikten ve doğru şekilde oturduğundan emin olduktan sonra yapın.
- Üretici, bazı parçaların ön montajını yapma hakkını saklı tutar.

MONTAJ ŞEMASI (-> Sayfaya bakın 2)

DİKKAT! Üretici dışında başka kaynaklardan gelen parçaların kullanılması yasaktır.

PARÇA LİSTESİ

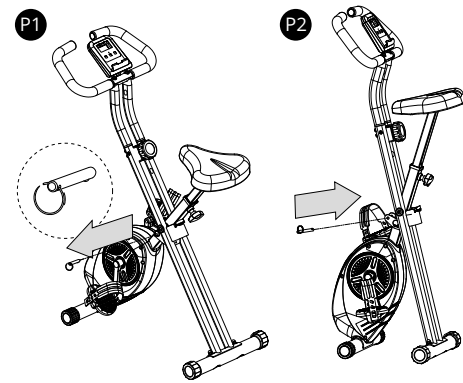
NO	AÇIKLAMA	ADET
1	Monitör	1
2	Vida M5*10	4
3	Gidon	1
5	Wdestek monitör plakası	1
6	Vida M8*40X20	2
7	Yaylı rondela D8	4
8	Eğri conta D8*1.5*φ20 R15	2
10	Kaynaklı tutamak braketi	1
13	Vida M6*12*S4	6
14	Düz rondela φ6xφ12x1.5	2
22	Kapak NSomun M8*S13	2
23	Kavisli Rondela D8*1.5*φ20 R28	2
24	Arka alt boru	1
26	Vida M8*60	2
27(L/R)	Pedal	2
28	Fiş	1
29	Kalp şeklinde düğme	1
32	Kavisli conta D6*1.5*φ12	4
33	Düz pul D8	3
34	Sele borusu kaynağı	1
35	Sele	1
36	Ön alt boru	1
38	Vida M8*55	2
57	Naylon Nsomun M8	5
A	Anahtar S5	1
B	Düz anahtar S13, 15, 19	1
C	Anahtar S4	1

MONTAJ TALİMATI (-> Bkz. sayfa 2)

DİKKAT! Montaj sırasında aşağıdaki adımlara uyun ve ürünle birlikte verilen araçları kullanın.

Cihazı monte etmek için yeterli boş alan hazırlayın. Bazı parçaların ağırlığı nedeniyle montajın iki kişi tarafından yapılması önerilir.

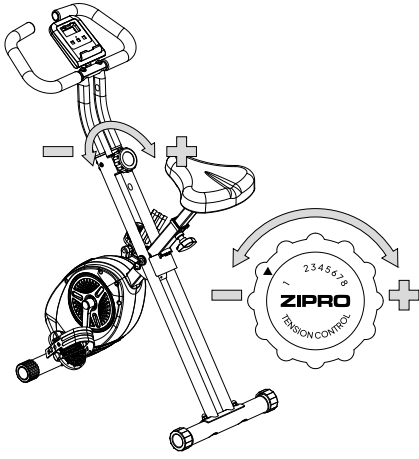
Kullanılmadığı zaman, önce P1 şeklinde gösterildiği gibi halka pimini çekin; braket kaynağını ve ana çerçeveyi birleştirin; ardından ana çerçevenin ve braket kaynağının U şeklindeki kısmının altındaki delikleri hizalayın ve son olarak P2 şeklinde gösterildiği gibi sabitlemek için halka pimini yerleştirin..



AYARLAR

Direnç Ayarı

Direnci artırmak için, direnç ayar düğmesini saat yönünde çevirin. Direnci azaltmak için, gerginlik ayar düğmesini saat yönünün tersine çevirin.

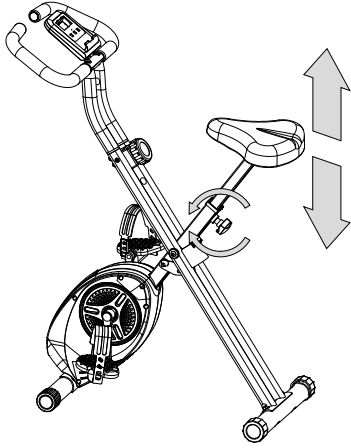


Sele Yüksekliği

Sele destek düğmesini gevşetin, seleyi istenen yüksekliğe ayarlayın ve düğmeyi sıkın. Selenin sabit olduğundan emin olun.

Doğru sele yüksekliği, egzersiz verimliliğini artırır ve yaralanma riskini azaltır.

Pedalları dikey konuma getirin (bir pedal altta, diğeri üstte). Bisiklete binin ve ayaklarınızı pedallara yerleştirin. Altta pedalı yerleştirilen bacağın rahat olduğundan emin olun. Çok bükülmüşse, seleyi yükseltin. Pedala ulaşamıyorsanız veya bacağınız gergindeyse, seleyi indirin.

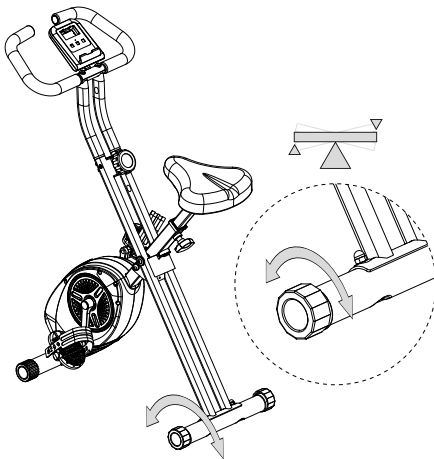


Pedal Kayış Ayarı

Pedalın iç kısmına, lastik kayışı üç delikli tarafıyla takın. Diğer ucu, sürüş sırasında ayağın sabit kalması ve kolayca çıkarılabilmesi için ayar deliklerinden birine takın. Bu işlemi her iki pedal için de yapın.

Cihazın Düzeltilmesi

Arka tabanda bulunan dengeleme kapaklarını çevirerek cihazı dengeleyin. Kapaklar çokgen şeklindedir, her bir kenarı farklı bir yüksekliğe sahiptir, cihazın sabit durması için doğru kenarı bulun.



BİLGİSAYAR KULLANIM KILAVUZU BİLGİSAYAR (MODEL) MRMS06-GRN

Kullanmadan önce lütfen bilgisayar ekranındaki koruyucu filmi çıkarın.

OTOMATİK AÇMA/KAPAMA

Volan harekete geçirildiğinde veya herhangi bir düğmeye basıldığında bilgisayar açılır. Bilgisayar, 4 dakika işlem yapılmadığında otomatik olarak kapanır.

TUŞLARIN AÇIKLAMASI

MODE - parametre seçimi yapmanızı sağlar.

SET - parametre değerlerini ayarlamak için kullanılır.

RESET - süreyi, mesafeyi ve kalorileri anında sıfırlamak için kullanılır.

FONKSİYONLAR (ÖZELLİKLER)

SÜRE	Egzersiz başlangıcından bitişine kadar toplam süreyi sayar.	00:00-99:59 dk
HIZ	Mevcut hızı gösterir.	0,0-99,9 km/sa
MESAFE	Egzersiz başlangıcından bitişine kadar toplam mesafeyi sayar.	0,0-9999 km
KALORİ	Egzersiz başlangıcından bitişine kadar yakılan toplam kalori sayısını sayar. (Ölçüm, farklı egzersiz seanslarını karşılaştırmak için yaklaşık olarak verilmiştir, tedavi amaçlı kullanılamaz).	0,0-9999 kcal
TOPLAM MESAFE (ODO)	Pil takıldığından beri toplam mesafeyi sayar.	0-9999 km
NABİZ	Mevcut nabız gösterir. DİKKAT! Nabız ölçümü sadece spor amaçlıdır (tıbbi kullanım dışlanmıştır).	40-240 BPM

GERİ SAYIM İÇİN DEĞER AYARLAMA

- Basarak **MODE** ekranda egzersiz sırasında ulaşmak istediğiniz parametreyi ayarlayın: süre, mesafe, kalori miktarı, nabız.
- Düğmeye tekrar tekrar basarak **SET**, uygun değeri ayarlayın. Pedallamaya başladıktan sonra geri sayım başlayacaktır. Monitörde aşağı doğru bir ok görünecektir. Geri sayımın sona ermesi veya ayarlanan nabız değerinin aşılması bir sesle belirtilir.

NABİZ HIZI

DİKKAT! Nabız ölçümü sadece spor amaçlıdır (tıbbi uygulama hariçtir).

- Düğmesine basın **MODE** ekranda PULSE görünene kadar. Her iki elinizi de gidondaki nabız sensörlerine koyun. Ölçüm sırasında bilgisayar kalp şeklinde bir simge gösterecektir. 3 ila 4 saniye sonra bilgisayar mevcut nabız gösterecektir.

EGZERSİZ VE EGZERSİZ AŞAMALARI

Cihazı kullanmak size birçok fayda sağlayacaktır. Öncelikle kondisyonunuzu artıracak, kaslarınızı güçlendirecek ve birlikte uygun bir diyetle gereksiz vücut yağınızı yakmanıza yardımcı olacaktır.

1. ISINMA

Bu, tüm vücuttaki kan dolaşımını iyileştiren ve kasları yoğun egzersize hazırlayan bir aşamadır. Aynı zamanda riski de azaltır krampların ve yaralanmaların oluşması. Aşağıda gösterildiği gibi birkaç germe egzersizi yapılması önerilir.

Ağrı hissederseniz, egzersizi bırakın veya hareket aralığını azaltın.

İÇ UYLUK KASLARINI ESNETME

Bacaklarınız bükülmüş ve dizleriniz dışarı dönük olarak düz bir yüzeye oturun. Ayak tabanlarınızı birleştirin ve mümkün olduğunca birbirine yaklaştırın. Dizlerinizi nazikçe yere doğru bastırın ve bu pozisyonda 15 saniye bekleyin.

UYLUK ESNETME

Düz bir yüzeye oturun. Sağ bacağınızı düzeltin ve sol ayağınızın tabanını sağ uyluğunuza dayayın. Sağ elinizi uzatın sağ bacağınızın parmaklarına doğru olabildiğince uzağa. 15 saniye bekleyin. İşlemi sol bacakla tekrarlayın.

KAFA DÖNMELERİ

Başınızı düz tutun ve önünüze bakın. Omuzlarınızı hareket ettirmeden başınızı sağa çevirin ve düzeltin, ardından sola çevirin ve düzeltin.

KOL KALDIRMA

Sol kolunuzu mümkün olduğunca yukarı kaldırın ve birkaç saniye bekleyin. İşlemi sağ kolunuzla tekrarlayın.

AŞIL TENDONU ESNETME

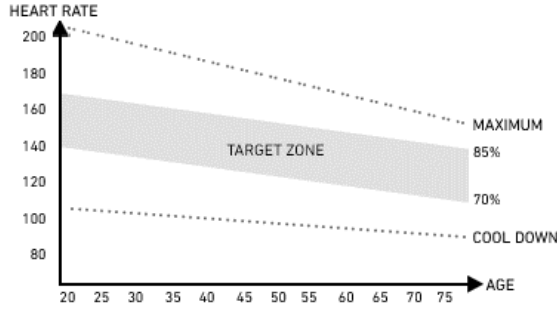
Yüzünüz duvara dönük durun, sol bacağınızı öne doğru uzatın ve dizinizi hafifçe bükün. Sağ bacağınızı arkada tutun - düz, topuğu yere düz bir şekilde yerleştirilmiş. Her iki topuğu da yere düz bir şekilde tutun ve kalçalarınızı duvara doğru bastırın. Bu pozisyonu 30 saniye koruyun. İşlemi sağ bacağınızı uzatarak tekrarlayın. Egzersiz sırasında sırtınızı eğmemeyi unutmayın.

EĞİLME

Bacaklarınız birleşik halde ayakta durun. İleriye doğru eğilerek göğsünüzü dizlerinize olabildiğince yaklaştırmaya çalışın. 15 saniye bekleyin. Dizlerinizi bükmemeyi unutmayın.

2. EGZERSİZ AŞAMASI

Bu, antrenmanın asıl aşamasıdır. Grafikte gösterildiği gibi yaşınıza uygun nabız elde etmek için kendi hızınızda egzersiz yapın.

**3. RAHATLAMA AŞAMASI**

Bu aşama dolaşımı sakinleştirmeye ve kasları gevşetmeye yardımcı olur. Bu, ısınma egzersizlerinin tekrarıdır. Bunu unutmamak önemlidir, kasları zorlamamak için.

OLASI HASARLAR VE ONARIM TEKNİKLERİ

DİKKAT! Cihazın kasasının üretici servisiyle iletişime geçmeden açılması garantinin geçersiz olmasına neden olur. Kasanın açılmasını gerektiren bir arıza şüphesi durumunda, lütfen üretici servisiyle iletişime geçin.

HATA AÇIKLAMASI	OLASI NEDENLER	ÇÖZÜM
Cihaz sallanıyor	Cihaz düz olmayan bir yüzeye yerleştirilmiş. Cihazın tabanının altında dengeyi bozan bir nesne var.	Cihazı düz bir yüzeye yerleştirin. Dengeyi bozan nesneyi kaldırın.
	Tabanlar doğru şekilde monte edilmedi.	Cihazın tabanlarını doğru şekilde monte edin.
Sele veya gidon borusunun sallanıyor	Sele veya gidon borusunun vidaları ve düğmeleri sıkılmamış.	Sele veya gidon borusunun vidalarını ve düğmesini sıkın.
Kullanım sırasında gürültü	Yanlış sıkılmış parçalar.	Üretici servisiyle iletişime geçin.
	Cihaz çalışırken, volanın atalet hareketi sırasında yapısından kaynaklanan hafif gürültüler olabilir. Bunların ekipmanın çalışması üzerinde herhangi bir etkisi yoktur. Pedalları ters yönde çevirirken duyulabilecek potansiyel gürültüler teknik olarak koşullandırılmıştır ve herhangi bir olumsuz sonuca neden olmaz.	
Gürültü ve çalışma akışkanlığının olmaması	Hasarlı yataklar.	Üretici servisiyle iletişime geçin.
Yeterli değil	Direnç ayarı kablosu yanlış bağlanmış.	Kablosu montaj talimatlarına göre

antrenman sırasında direnç	doğru şekilde bağlayın.
Gevşek tahrik kayışı.	Üretici servisiyle iletişime geçin.
Volan ve mıknatıslar arasındaki boşluk arttı.	Üretici servisiyle iletişime geçin.
Voltaj regülatörü hasar gördü.	Üretici servisinin müşteri hizmetleriyle iletişime geçin.

GARANTİ

Satıcı, Garantör adına, satış tarihinden itibaren 24 ay süreyle Türkiye Cumhuriyeti topraklarında garanti verir. Satılan malların garantisini, Alıcının Tüketici Hakları Kanunu'ndan kaynaklanan haklarını ortadan kaldırmaz, kısıtlamaz veya askıya almaz.

Garanti kartı son sayfada bulunmaktadır.**GARANTİ ŞARTLARI**

- Şikayet ve garanti yalnızca üreticinin hatası nedeniyle ortaya çıkan gizli kusurları kapsar.
- Garanti, müşteri tarafından aşağıdakilerin sunulması üzerine mağaza veya servis tarafından kabul edilecektir:
 - satış damgası ve satıcının imzası bulunan geçerli, okunaklı ve doğru bir şekilde doldurulmuş garanti kartı,
 - satış tarihi ile birlikte ekipmanın geçerli satın alma belgesi,
 - şikayet edilen mal veya kusurlu parça.
 Uzaktan satın alma durumunda, garanti kartı yalnızca satın alma belgesine (fatura / fiş) dayanarak geçerlidir.
- Şikayet, Müşteri tarafından kusurun bildirilmesinden itibaren 14 gün içinde değerlendirilecektir.
- Garanti süresi içinde ortaya çıkan üretim hataları ve hasarlar, malların mağazaya veya servise teslim tarihinden itibaren en geç 21 gün içinde ücretsiz olarak onarılacaktır.
- Yedek parçaların ithal edilmesi gerektiğinde, garanti onarımının tamamlanma süresi, parçaların getirilmesi için gereken süre kadar uzayabilir, ancak bu süre 40 günü geçemez.
- Garanti kapsamına girmeyenler:
 - mekanik hasar ve bunların neden olduğu kusurlar,
 - yanlış kullanım ve depolama, yanlış montaj ve bakım nedeniyle oluşan hasar ve kusurlar,
 - Kablo, kayış, lastik parçalar, pedallar, sünger tutamaklar, tekerlekler, yataklar, döşeme gibi sarf malzemelerinin hasar görmesi ve aşınması.
 - Kullanım kılavuzuna göre kullanıcının kendi başına yapması gereken montaj ve bakım faaliyetleri.
- Garanti aşağıdaki durumlarda geçerli değildir:
 - Geçerlilik süresinin dolması,
 - Müşterinin orijinal olmayan parçalar kullanarak kendi başına yaptığı onarımlar ve değişiklikler,
 - Kusurun hatalı kurulumdan veya kullanım kılavuzunda açıklanan doğru çalıştırma ilkelerine uyulmamasından kaynaklanması durumunda,
 - Evde kullanım dışında kullanım,
 - Nakliye sırasında meydana gelen hasarlar.
- Garanti belgesinin suretleri düzenlenmeyecektir.
- Garanti kapsamında, müşteri aşağıdaki ücretsiz tazminat türlerini talep etme hakkına sahiptir:
 - Ürünün onarımı,
 - Ürünün değiştirilmesi,
 - Fiyat indirimi,
 - Sözleşmenin feshi ve yapılan masrafların tam olarak iadesi.
- Şikayette bulunmak için:
 - Garanti kapsamındaki ürünü veya parçasını ibraz edin.
 - Satıcının adını ve adresini, satın alma tarihini ve yerini, ürün türünü veya geçerli bir garanti belgesini belirten satın alma kanıtı mağaza damgalı.
 - Kirli bir ürün teslim edilmesi durumunda, servis kabul etmeyi reddedebilir veya müşterinin yazılı izni ile müşterinin masrafla temizleyebilir.
- Şikayetin olumlu değerlendirilmesi durumunda, ekipman onarılacak veya yenisiyle değiştirilecek veya müşteriye para iadesi yapılacaktır. Ürünün müşteriye nakliye masrafları üreticinin servisi tarafından karşılanır.
- Garanti talebinin reddedilmesi durumunda, müşteri kararını ayrıntılı bir gerekçesini alacak ve kararın iletilmesinden

itibaren 14 gün içinde ekipman müşteriye masrafları kendisine ait olmak üzere iade edilecektir.

DA Betjeningsvejledning

Bruger,

Læs venligst følgende instruktioner før du starter monteringen og første brug af enheden. Denne vejledning indeholder vigtige oplysninger om sikkerhed ved brug og vedligeholdelse af udstyret. Opbevar den, så du kan bruge oplysningerne om vedligeholdelse eller bestilling af reservedele.

TEKNISKE DATA

Strømforsyning	Computeren drives af 2×AAA Carbon Zinc batterier. Ikke inkluderet.
Vægt	14,4 kg
Driftstemperatur	0°C til +40°C
Opbevaringstemperatur	-10°C til +60°C
Maksimal brugervægt	120 kg
Anvendelsesklasse	Klasse H
Nøjagtighedsklasse	Klasse C
Hastighed	0,0-99,9 km/t
Produktstandard (hoved)	EN ISO 20957-5:2028
Formål	Cyklen magnetisk til hjemmebrug

SIKKERHED

ADVARSEL! Enheden må kun bruges til det tilsigtede formål, dvs. til træning af voksne. Enhver anden brug af enheden kan være farlig. Producenten kan ikke holdes ansvarlig for skader forårsaget af forkert brug af enheden.

- Enheden er designet og konstrueret baseret på den nyeste viden inden for sikkerhed. Farlige elementer, der potentielt kan udgøre en risiko for personskade, er blevet elimineret eller relativt sikret.
- Reparationer og ændringer på egen hånd er ikke tilladt.
- Kontroller én eller to gange om måneden, at skruer, bolte og møtrikker er spændt korrekt.
- For permanent at sikre sikkerheden skal du regelmæssigt (dvs. en gang om året) kontrollere og vedligeholde udstyret i en specialiseret forretning.
- Alle ændringer på enheden, der ikke er beskrevet i denne vejledning kan forårsage skade eller direkte true den træendes helbred og liv. Ændringer på enheden må kun foretages af producentens servicepersonale eller personer, der er trænet af dem til dette.
- Alle enheder er underlagt løbende innovationsbestrebelse for at sikre høj kvalitet. Af denne grund forbeholder producenten sig retten til at foretage tekniske ændringer.
- Eventuelle spørgsmål eller bekymringer vedrørende udstyret skal rettes til en specialiseret forretning.

ADVARSEL! Personer i nærheden, mens udstyret er i brug, skal advares om potentielle farer. Vær særlig forsigtig i nærheden af børn.

ADVARSEL! Inden du starter træningen, skal du konsultere en læge for at sikre, at du ikke har nogen helbredsmæssige kontraindikationer for at træne på enheden. Baseret på en specialstudtelse kan du udvikle din træningsplan. Et forkert valgt program eller overdreven træning kan være farligt for dit helbred og liv.

ADVARSEL! Pulsovervågningssystemer kan være unøjagtige. Overanstrengelse under træning kan føre til alvorlige skader eller død. Hvis du føler dig svag, skal du straks stoppe med at træne.

ADVARSEL! Overhold ubetinget de træningsråd, der findes i denne vejledning.

- Når du vælger et sted at træne, skal du sørge for at opretholde sikker afstand til mulige forhindringer. Anbring ikke udstyret i nærheden af kommunikationsveje (veje, porte, passager osv.).
- Det er forbudt at bruge udstyret i umiddelbar nærhed af en væg. Sikkerhedszonen er 2000 mm og mindst lige så bred som enheden.

ADVARSEL! Vær forsigtig under monteringen af enheden og lad ikke børn være i nærheden. Under monteringen bruges der små dele (møtrikker, skruer osv.), som de kan sluge.

REST-RISIKO

- I en situation, hvor faldsikringen ikke anvendes, eller hvis den anvendes, men forkert, er der en rest-risiko, dvs. at en person falder og forårsager hudafskrabninger, blå mærker, brud eller i værste fald død.
- Der er en rest-risiko for utilsigtet overbelastning af den træende person forårsaget af forkert betjening eller forkert vurdering samt forkert datatransmission (på grund af elektromagnetisk interferens, softwarefejl osv.). Selv den bedste software- og hardwarebeskyttelse udelukker ikke software- eller hardwarefejl og kan teoretisk set forårsage overbelastning af den træende person.
- Produktet er en elektrisk enhed, derfor kan elektrisk stød, der kan føre til døden, ikke udelukkes.
- Rest-risikoen for kvælning kan ikke udelukkes.
- Risikoen kan reduceres ved at følge informationerne om sikkerhed i brugsanvisningen.
- Det kan ikke udelukkes, at utilsigtet eller uautoriseret brug vil medføre andre, ikke-inkluderede risici, og at den inkluderede risiko er blevet vurderet forkert.

I risikoanalysen blev vurderingen foretaget på baggrund af "enhedens nuværende tilstand". Den udførte vurdering og kontrol af produktet viser, at sandsynligheden for, at der opstår en uacceptabel risiko, er meget lav. Enheden (dens konstruktion, funktion og anvendelse) udgør under normale forhold ikke en urimelig risiko for den træende person eller tredjeparter.

HÅNTERINGSMÆRKER PÅ TRANSPORTEMBALLAGEN

-  Denne side op. Må ikke vendes.
-  Beskyt mod fald.
-  Emballage egnet til genbrug.
-  Elektrisk affald. Det er nødvendigt at aflevere brugt udstyr til et genbrugssted.
-  Forsigtig, skrøbelig. Mulighed for beskadigelse. Vær forsigtig.
-  Beskyt mod fugt.
-  Advarsel tungt produkt.
-  Opbevares maksimalt i 5 lag.
-  Produktet indeholder en brugsanvisning.

 **DO NOT USE BLADE TO OPEN** 
Må ikke åbnes med kniv.



Emballagen er lavet af pap og plast. Vi beder dig sortere affald i henhold til lokale regler.



Emballagen er lavet af pap og plast. Vi beder dig sortere affald i henhold til lokale regler.



Emballagen er lavet af pap.



Emballagen er produceret med hensyntagen til miljøansvar og genbrug. Vi beder dig sortere affald i henhold til lokale regler.

BETJENING

Før du starter træningen, skal du sørge for, at enheden er korrekt installeret.

- Inden du starter din første træning, skal du gøre dig bekendt med alle enhedens funktioner og justeringsmuligheder.
- Enheden har elementer, der kan blive udsat for korrosion. Af denne grund anbefales det ikke, at det forbliver i et fugtigt rum. Det er også vigtigt at sikre, at udstyret (især dets interne og elektroniske komponenter) ikke udsættes for kontakt med vand, drikkevarer, sved osv.
- Enheden er kun beregnet til træning af voksne og er absolut ikke et legetøj for børn. Hvis du tillader børn at bruge det på eget ansvar, skal du instruere dem om korrekt brug og konstant overvåge dem.
- Udstyret er ikke egnet til terapeutiske formål.
- Under drift af enheden kan der være stille støj under inertibevægelsen af svinghjulets masse, som skyldes typen af konstruktion. De har ingen indflydelse på udstyrets funktion.
- Støjemissionen under belastning er højere end uden belastning.
- Før hver træning skal du kontrollere sikkerheden og skrue- og stikforbindelserne.
- Husk passende fodtøj (sportssko) under træning på enheden.

VEDLIGEHOLDELSE AF UDSYR

Udfør regelmæssig vedligeholdelse af enheden. Udfør følgende trin mindst hver 20. driftstime.

- Kontroller enhedens bevægelige dele. Hvis de ikke er tilstrækkeligt smurt, skal du bruge smøremiddel til cykellejer.
- Kontroller tilstanden af elementer som skruer og møtrikker. Sørg for, at de er godt spændt.
- Tør sved af enheden efter hver træning. Vær opmærksom på, at monitoren ikke kommer i kontakt med vand eller fugt.
- Brug kun vand til at rengøre enheden med sæbe. Brug ikke rengøringsmidler.
- Opbevar enheden på et tørt og varmt sted.
- Udsæt ikke enheden for sollys.

UDSKIFTNING AF BATTERI

Svagt synlige oplysninger på computerskærmen eller mangel på samme indikerer, at batteriet skal udskiftes.

Fjern batteridækslet, og udskift de gamle batterier med to nye. Placer dem

i batterirummet, og følg markeringerne "+" og "-".

Hvis displayet ikke fungerer korrekt efter genstart, skal du fjerne batterierne i et par minutter og derefter sætte dem i igen.

ADVARSEL! Brugte batterier er ikke dækket af garantien. De indeholder skadelige stoffer (såsom cadmium, kviksølv eller bly), så smid dem ikke i husholdningsaffaldet. Tag dem med til et passende indsamlingssted for brugte batterier.

MILJØ

Enheden leveres i emballage for at beskytte den mod skader under transport. Emballagen er råmaterialer og kan genbruges. Smid disse materialer i de relevante farvede beholdere beregnet til selektiv indsamling.



Beskyt miljøet, og smid ikke brugte batterier i husholdningsaffaldet. Returner dem til købsstedet, eller aflever dem til et separat deponeringssted for genanvendelige materialer.

Brugt elektrisk udstyr (inklusive måler, strømforsyning) er genanvendelige materialer - smid dem ikke i

husholdningsaffaldsbeholdere, da de kan indeholde stoffer, der er farlige for sundhed og miljø. Vi beder dig om aktivt at hjælpe med at spare husholdning af naturressourcer og beskyttelse af miljøet ved at returnere det brugte udstyr til et deponeringssted for genanvendelige materialer - brugt elektrisk udstyr.

MONTAGE

Enheden skal samles omhyggeligt af en voksen. Hvis du er i tvivl, skal du bede nogen om hjælp med mere erfaring på området.

- Før du starter monteringen, skal du kontrollere, at sættet med enheden indeholder alle elementerne fra delelisten og om nogen elementer er blevet beskadiget under transporten.

Hvis der mangler elementer eller du har indvendinger, skal du kontakte forhandleren.

- Læs tegningerne og forklaringerne, og saml i den rækkefølge, der er angivet i monteringsvejledningen.
- Vær forsigtig under monteringen. Under brugen af værktøjer og elementer er der risiko for skader.
- Husk at opretholde et sikkert miljø. Spred ikke værktøjer og monteringselementer kaotisk. Husk, at film og poser af plast udgør en risiko for kvælning af børn.
- Monteringselementerne, der er nødvendige for at udføre det givne trin i monteringsvejledningen er vist på tegningerne og forklaringerne. Brug de elementer, der er angivet i monteringsvejledningen.
- I de første faser af monteringen må du ikke spænde delene helt til. Gør det, når alle er placeret, og du har sikret dig, at de er korrekt placeret.
- Producenten forbeholder sig retten til at formontere visse elementer.

MONTERINGSKEMA (→ Se side 2)

BEMÆRK! Det er forbudt at bruge dele fra andre kilder end producenten.

DELELISTE

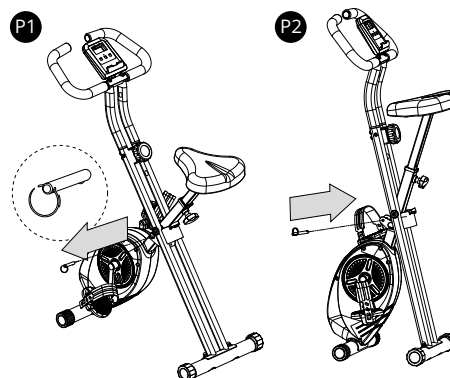
NR.	BESKRIVELSE	MÆNGDE
1	Skærm	1
2	Skrue M5*10	4
3	Styr	1
5	Beslag skærm	1
6	Skrue M8×40X20	2
7	Fjederlås D8	4
8	Buet skive D8×1.5×φ20 R15	2
10	Svejseset beslag	1
13	Skrue M6×12*S4	6
14	Flad skive φ6xφ12x1.5	2
22	Dækprop Møtrik M8*S13	2
23	Buet Skive D8×1.5×φ20 R28	2
24	Bageste nedre rør	1
26	Skrue M8*60	2
27(V/H)	Pedal	2
28	Prop	1
29	Hjerteformet drejeknap	1
32	Buesejl D6×1.5×φ12	4
33	Flad skive D8	3
34	Svejsning af sadelrør	1
35	Sadel	1
36	Forreste nedre rør	1
38	Skrue M8*55	2
57	Nylon Nmøtrik M8	5
A	Knøgle S5	1
B	Fastnøgle S13, 15, 19	1
C	Knøgle S4	1

MONTAGEVEJLEDNING (→ Se side 2)

ADVARSEL! Under monteringen skal du følge nedenstående trin og bruge det værktøj, der følger med produktet.

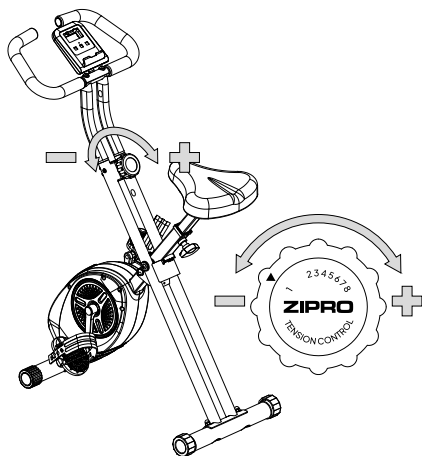
Sørg for tilstrækkelig fri plads til montering af enheden. På grund af den høje vægt af nogle af elementerne anbefales det at samle dem af to personer.

Når den ikke er i brug, skal du først trække ringens låsestift ud, som vist i figur P1; Saml beslagets svejsning og hovedrammen; Juster derefter hullerne i bunden af den U-formede del af hovedrammen og beslagets svejsning, og sæt til sidst ringens låsestift i for at fastgøre den, som vist i figur P2.



JUSTERINGER**Modstand justering**

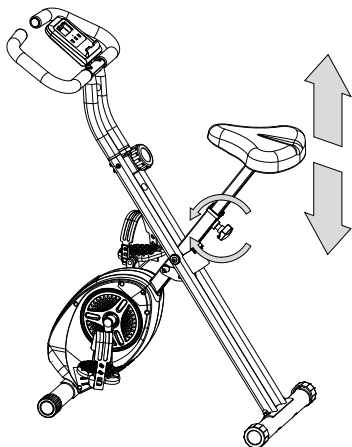
For at øge modstanden, drej modstandsknappen med uret.
For at mindske modstanden, drej spændingsknappen mod uret.

**Sadelhøjde**

Løsn sadelpindens knap, juster sadlen til den ønskede højde, og spænd knappen. Sørg for, at sadlen er fast.

Den korrekte sadelhøjde øger træningseffektiviteten og reducerer risikoen for skader.

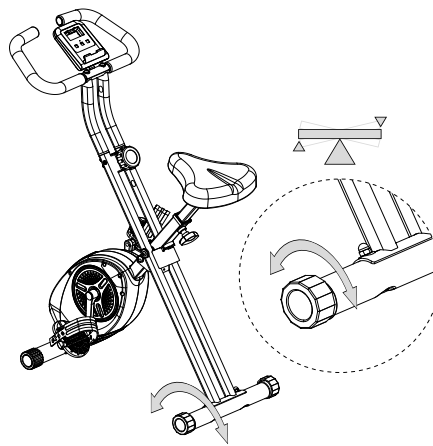
Indstil pedalerne i lodret position (en pedal i bunden, den anden i toppen). Sæt dig på cyklen og placer fødderne på pedalerne. Sørg for, at benet placeret på den nederste pedal er placeret komfortabelt. Hvis det er for bøjet, skal du hæve sadlen. Hvis du ikke kan nå pedalen, eller dit ben er overstrakt, skal du sænke sadlen.

**Justering af pedalremme**

Fastgør gummiremme med siden med tre huller til undersiden af pedalen. Fastgør den anden ende til et af justeringshullerne, så foden er fast under kørslen, og den let kan fjernes. Gør dette for begge pedaler.

Nivellering af enheden

Juster enheden ved at dreje nivelleringshætterne, der er placeret på bagbasen. Hætterne har form som en polygon, hver side af dem har en anden højde, find den rigtige side for at få enheden til at stå stabilt.

**COMPUTER BRUGSANVISNING
COMPUTER (MODEL) MRMS06-GRN**

Fjern beskyttelsesfilmen fra computerskærmen før brug.

AUTO TÆND/SLUK

Computeren tændes, når svinghjulet sættes i bevægelse, eller en vilkårlig knap trykkes ned. Computeren slukker automatisk efter 4 minutters inaktivitet.

BESKRIVELSE AF DE ENKELTE KNAPPER

MODE - gør det muligt at vælge en parameter.

SET - bruges til at indstille parameterværdier.

RESET - bruges til øjeblikkeligt at nulstille tid, distance og kalorier.

FUNKTIONER (SPECIFIKATION)

TID	Tæller den samlede træningstid fra start til slut.	00:00-99:59 min
HASTIGHED	Viser den aktuelle hastighed.	0,0-99,9 km/t
DISTANCE	Tæller den samlede distance fra start til slut af træningen.	0,0-9999 km
KALORIER	Tæller det samlede antal forbrændte kalorier fra start til slut af træningen. (Målingen er omtrentlig for at sammenligne forskellige træningssessioner og bør ikke bruges til behandling).	0,0-9999 kcal
TOTAL DISTANCE (ODO)	Tæller den samlede distance siden batteriet blev installeret.	0-9999 km
PULS	Viser den aktuelle puls. BEMÆRK! Pulsmåling kun til sportsformål (medicinsk brug er udelukket).	40-240 BPM

INDSTILLING AF VÆRDI FOR NEDTÆLLING

- Ved at trykke på **MODE** skal du indstille den parameter på skærmen, hvis værdi du vil opnå under træningen: tid, distance, antal kalorier, puls.
- Ved gentagne gange at trykke på knappen **SET**, skal du indstille den relevante værdi. Nedtællingen starter, når du begynder at træde i pedalerne. En nedadgående pil vises på skærmen. Afslutningen af nedtællingen eller overskridelse af den indstillede pulsværdi signaleres med en lyd.

PULSMÅLING

ADVARSEL! Pulsmåling kun til sportsformål (medicinsk anvendelse er udelukket).

- Tryk på knappen **MODE** indtil PULSE vises på skærmen. Læg begge hænder på pulssensorerne på styret. Under målingen viser computeren et herteikon. Efter 3 til 4 sekunder viser computeren den aktuelle puls.

TRÆNING OG TRÆNINGSFASER

Brug af enheden vil give dig mange fordele. Først og fremmest vil det forbedre din kondition, styrke dine muskler og i kombination med en ordentlig kost vil det hjælpe dig med at forbrænde unødvendigt fedtvæv.

1. OPVARMNING

Dette er en fase, der forbedrer blodcirkulationen i hele kroppen og forbereder musklerne til øget anstrengelse. Det reducerer også risikoen for krampes og skader. Det anbefales at udføre nogle strækøvelser som vist nedenfor.
Hvis du føler smerte, skal du stoppe med at træne eller reducere omfanget af din bevægelse.

UDSTRÆKNING AF INDRE LÅRMUSKLER

Sid på et fladt underlag med bøjede ben og knæene vendt udad. Saml fodsålerne og bring dem tættere på hinanden så tæt som muligt. Tryk forsigtigt på knæene og ret dem mod jorden, og hold denne position i 15 sekunder.

LÅRSTRÆK

Sid på et fladt underlag. Stræk dit højre ben og læg sålen på din venstre fod på dit højre lår. Stræk din højre hånd mod tæerne på dit højre ben så langt som muligt. Hold i 15 sekunder. Gentag med dit venstre ben.

HOVEDDREJNINGER

Hold dit hoved lige og se lige frem. Uden at bevæge dine arme skal du dreje det til højre og rette det, og derefter dreje det til venstre og rette det.

ARMLØFT

Løft din venstre arm så højt som muligt og hold den i et par sekunder. Gentag med din højre arm.

ACHILLES SENE STRÆK

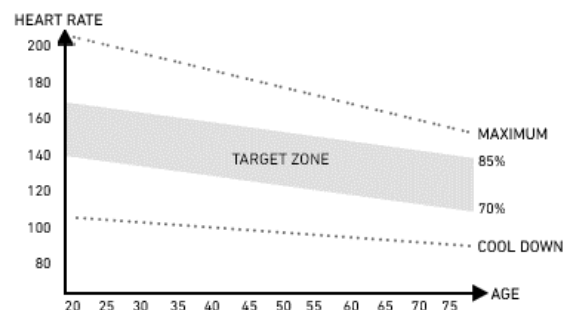
Stå med ansigtet mod en væg, skub dit venstre ben frem og bøj det let i knæet. Hold din højre bagud - lige, med hælen fladt på jorden. Hold begge hæle fladt på jorden og tryk dine hofter mod væggen. Hold denne position i 30 sekunder. Gentag med dit højre ben fremme. Husk ikke at bøje ryggen under træningen.

FOROVERBØJNINGER

Stå med fødderne samlet. Lav en foroverbøjning og prøv at bringe brystet så tæt på knæene som muligt. Hold i 15 sekunder. Husk ikke at bøje dine knæ.

2. TRÆNINGSFASE

Dette er den korrekte træningsfase. Træn i dit eget tempo for at opnå en puls, der passer til din alder, som vist i grafen.



3. AFSLAPNINGSFASE

Denne fase hjælper med at berolige cirkulationen og slappe af musklerne. Dette er en gentagelse af opvarmningsøvelser. Husk at, ikke overanstreng dine muskler.

MULIGE SKADER OG REPARATIONSTEKNIKKER

ADVARSEL! Åbning af enhedens kabinet uden forudgående kontakt til producentens servicecenter medfører tab af garantien. I tilfælde af mistanke om en fejl, der kræver åbning af kabinettet, skal du kontakte producentens servicecenter.

FEJLBESKRIVELSE	MULIGE ÅRSAGER	LØSNING
Enheden rækker	Enheden er placeret på en ujævn overflade. Under enhedens base er der en genstand, der forstyrrer balancen.	Placer enheden på en jævn overflade. Fjern genstanden, der forstyrrer balancen.
	Baserne er ikke monteret korrekt.	Monter enhedens baser korrekt.

Sadel eller styr rokker	Bolte og knapper på sadelpinden eller styret er ikke spændt.	Spænd bolte og knap på sadelpinden eller styret.
Støj under brug	Forkert spændte elementer.	Kontakt producentens servicecenter.
	Under enhedens drift kan der forekomme stille lyde under svinghjulets inertibevægelse, som skyldes konstruktionstypen. De har ingen indflydelse på udstyrets funktion. Potentielle lyde, der kan høres, når pedalerne drejes i den modsatte retning, er teknisk betingede og medfører ikke negative konsekvenser.	
Støj og manglende jævn drift	Beskadigede lejer.	Kontakt producentens servicecenter.
Manglende passende modstand under træning	Forkert tilsluttet kabel til justering af modstand.	Tilslut kablet korrekt i henhold til monteringsvejledning en.
	Løst drivrem.	Kontakt producentens servicecenter.
	Afstanden mellem svinghjulet og magneterne er øget.	Kontakt producentens servicecenter.
	Spændingsregulator en er blevet beskadiget.	Kontakt producentens kundeservice.

GARANTI

Sælgeren giver på vegne af Garantien en garanti på Republikken Polens territorium i en periode på 24 måneder fra salgsdatoen. Garantien på den solgte vare udelukker, begrænser eller suspenderer ikke Køberens rettigheder i henhold til Forbrugerrettighedsloven.

Garantibeviset findes på sidste side.

GARANTIBETINGELSER

- Kun skjulte defekter, der er opstået på grund af producentens fejl, er underlagt reklamation og garanti.
- Garantien vil blive respekteret af butikken eller servicecentret efter fremlæggelse af kunden:
 - et gyldigt, læseligt og korrekt udfyldt garantibevis med salgstempel og sælgers underskrift,
 - et gyldigt bevis for køb af udstyret med salgsdato,
 - den reklamerede vare eller defekte del.
I tilfælde af fjernkøb er garantibeviset kun gyldigt på basis af købsdokumentet (kvittering / faktura).
- Reklamationen vil blive behandlet inden for 14 dage fra det tidspunkt, hvor Kunden anmelder defekten.
- Fabriksfejl og skader, der afsløres i garantiperioden, vil blive repareret gratis inden for en periode på højst 21 dage fra datoen for levering af varerne til butikken eller servicecentret.
- Hvis det er nødvendigt at importere dele, kan perioden for udførelse af garantireparationen forlænges med den tid, der er nødvendig for at importere den, men ikke længere end 40 dage.
- Garantien dækker ikke:
 - mekaniske skader og defekter forårsaget af dem,
 - skader og defekter som følge af forkert brug og opbevaring, forkert montering og vedligeholdelse, skader og slitage på sliddele såsom: kabler, remme, gummideler, pedaler, skumgreb, hjul, lejer, polstring.
 - aktiviteter relateret til montering og vedligeholdelse, som brugeren er forpligtet til at udføre på egen hånd i overensstemmelse med brugsanvisningen.
- Garantien gælder ikke i følgende tilfælde:
 - udløb af gyldighedsperioden,
 - kundens egne reparationer og modifikationer med brug af uoriginale dele,
 - hvis defekten skyldes forkert installation eller manglende overholdelse af principperne for korrekt brug som beskrevet i brugsanvisningen,
 - brug til andre formål end hjemmebrug,
 - skader opstået under transport.
- Der udstedes ikke duplikater af garantibeviset.

9. Inden for garantiens rammer har kunden ret til at kræve følgende former for gratis kompensation:
 - a. reparation af produktet,
 - b. udskiftning af produktet,
 - c. prisreduktion,
 - d. ophævelse af aftalen og fuld refusion af de afholdte omkostninger.
10. For at indgive en klage skal du:
 - a. Fremvise produktet eller den del deraf, som garantien dækker.
 - b. Fremvise købsbevis, der angiver sælgers navn og adresse, købsdato og -sted, produkttype eller et gyldigt garantibevis med butiksstempel.
 - c. Hvis et produkt indleveres beskidt, kan serviceværkstedet nægte at acceptere det, eller rengøre det på kundens regning med kundens skriftlige samtykke.
11. I tilfælde af en positiv afgørelse vil udstyret blive repareret eller udskiftet med et nyt, eller kunden vil få pengene tilbage. Omkostningerne ved transport af varerne til kunden dækkes af producentens serviceværksted.
12. I tilfælde af afvisning af en garantireklamation vil kunden modtage en detaljeret begrundelse for den trufne afgørelse, og inden for 14 dage fra afgørelsens meddelelse vil udstyret blive returneret til kunden for kundens regning.

PL KARTA GWARANCYJNA EN WARRANTY CARD DE GARANTIEKARTE RU ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН RO FIȘĂ DE GARANȚIE
LT GARANTIJOS KORTELE CZ ZÁRUČNÍ LIST SK ZÁRUČNÝ LIST HU GARANCIÁKÁRTYA BG ГАРАНЦИОННА КАРТА
FR CARTE DE GARANTIE IT SCHEDA DI GARANZIA ES HOJA DE GARANTÍA NL GARANTIEKAART PT CARTÃO DE GARANTIA
LV GARANTIJAS KARTE EE GARANTIKAART FI TAKUU KORTTI SL GARANCIJSKA KARTICA HR JAMSTVENA KARTICA
GR ΚΑΡΤΑ ΕΓΓΥΗΣΗΣ TR GARANTİ KARTI DA GARANTIKORT



PL EN DE RU RO LT CZ SK HU BG FR IT ES NL PT LV EE FI SL HR GR TR DA	Kod EAN EAN code EAN-Code Код EAN Cod EAN EAN kodas Kód EAN Kód EAN EAN kód EAN код Code EAN Codice EAN Código EAN EAN-code Código EAN EAN kods EAN-kood EAN-koodi Koda EAN EAN-kód Κωδικός EAN EAN kodu EAN-kode	Nazwa artykułu Product name Artikelname Наименование продукта Numele produsului Gaminio pavadinimas Název zboží Názov tovaru Cikkszám Име на артикул Nom de l'article Nome dell'articolo Nombre de producto Naam artikel Nome do artigo Raksta nosaukums Artikli nimi Artikkelin nimi Ime članka Cikk neve Όνομα άρθρου Makale adı Artikelnavn	Data sprzedaży Date of sale Datum des Verkaufs Дата продажи Data vânzării Pardavimo data Datum prodeje Datum predaja Értékesítés dátuma Дата на продажба Date de vente Data di vendita Fecha de venta Datum verkoop Data de venda Pārdošanas datums Müügikuupäev Myyntipäivä Datum prodaje Az értékesítés időpontja Ημερομηνία πώλησης Satış tarihi Dato for salg
PL EN DE RU RO LT CZ SK HU BG FR IT ES NL PT LV EE FI SL HR GR TR DA	Pieczętką i podpis sprzedawcy (Nie dotyczy w przypadku zakupu na odległość. Patrz Warunki gwarancji pkt.2) Stamp and signature of the seller (Not applicable to remote purchases. See Warranty Terms and Conditions, section 2) Stempel und Unterschrift des Verkäufers (Nicht anwendbar im Fall des Fernkaufs. Siehe Garantiebedingungen Punkt 2) Печать и подпись продавца (Не относится к случаю дистанционной покупки. См. Гарантийные условия п.2) Data și semnătura comerciantului (Nu se aplică în caz de achiziție la distanță. Vezi Condiții de garanție pct.2) Pardavimo antspaudas ir parašas (Netaikoma, jeigu įrenginys įsigytas internetinėje parduotuvėje. Žr. „Garantijos sąlygos“, 2 pkt.) Razítko a podpis prodejce (Netýká se v případě nákupu na dálku. Viz záruční podmínky bod 2) Pečiatka a podpis predajcu (Netýka sa v prípade nákupu na diaľku. Pozri záručné podmienky bod 2) Eladó bélyegzője és aláírása (Ez nem vonatkozik a nem személyesen történő vásárlásra. Lásd a Garanciaíris feltételek 2. pontját) Печат и подпис на продавача (Неприложимо при покупка от разстояние. Вижте Гаранционните условия т. 2) Cachet et signature du vendeur (Non applicable en cas d'achat à distance. Voir les Conditions de garantie, point 2) Timbro e firma del venditore (Non applicabile in caso di acquisto a distanza. Vedi le Condizioni di garanzia punto 2) Sello y firma del vendedor (No aplica en caso de compra remota). Ver Condiciones de garantía pto. 2) Stempel en handtekening van de dealer (Niet van toepassing bij aankoop op afstand. Zie garantievoorwaarden, item 2) Carimbo e assinatura do revendedor (Não aplicável em caso de compra à distância. Ver condições de garantia, ponto 2) Dilera zīmogs un paraksts (Nav piemērojams tālpārdošanas gadījumā. Skatīt garantijas nosacījumus, 2. punksts). Edasimüüja tempel ja allkiri (ei kohaldata kaugostu korral. Vt garantiitingimused, punkt 2). Jälleennyjän leima ja allekirjoitus (ei sovelleta etäostotapauksissa, ks. takuuehdot, kohta 2). Žig in podpis prodajalca (Ne velja v primeru nakupa na daljavo. Glej garancijske pogoje, točka 2) A kereskedő bélyegzője és aláírása (távértékesítés esetén nem alkalmazandó. Lásd a jótállási feltételek 2. pontját.) Σφραγίδα και υπογραφή του εμπόρου (Δεν ισχύει σε περίπτωση αγοράς εξ αποστάσεως. Βλέπε όρους εγγύησης, σημείο 2) Bayi kaşesi ve imzası (Uzaktan satın alma durumunda geçerli değildir. Bkz. garanti koşulları, madde 2) Forhandlerens stempel og underskrift (gælder ikke ved fjernkob. Se garantibetingelserne, punkt 2)		

PL EN DE RU RO LT CZ SK HU BG FR IT ES NL PT LV EE FI SL HR GR TR DA	CENTRUM SERWISOWE TECHNICAL SERVICE CENTRE SERVICECENTRUM СЕРВИСНЫЙ ЦЕНТР CENTRU SERVICE SERVISAS SERVISNÍ CENTRUM SERVISNÉ STREDISKO SZERVIZ KÖZPONT СЕРВИЗЕН ЦЕНТЪР CENTRE DE SERVICE CENTRO SERVIZI CENTRO TÉCNICO SERVICE CENTRUM CENTRO DE SERVIÇOS PAKALPOJUMU CENTRS TEENINDUSKESKUS PALVELUKESKUS CENTER STORITEV SZOLGÁLTATÓKÖZPONT ΚΕΝΤΡΟ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ SERVİS MERKEZİ SERVICECENTER	PRODUCENT MANUFACTURER HERSTELLER ПРОИЗВОДИТЕЛЬ PRODUCĂTOR GAMINTOJAS VÝROBCE VÝROBCA GYÁRTÓ ПРОИЗВОДИТЕЛ FABRICANT FABBRICANTE FABRICANTE PRODUCER PRODUTOR PRODUKCIJA TOOTJA TUOTTAJA PRODUCER PRODUCER ΠΑΡΑΓΩΓΟΣ YAPIMCI PRODUCENT	Wyprodukowano w Chinach Made in China Hergestellt in China Сделано в Китае Fabricat în China Pagaminta Kinijoje Vyrobeno v Číně Vyrobené v Číne Kínában gyártott Произведено в Китае Fabriqué en Chine Fatto in Cina Fabricado en China Gemaakt in China Fabricado na China Ražots Kinā Valmistatud Hiinas Valmistettu Kiinassa Izdelano na Kitajskem Made in China Κατασκευασμένο στην Κίνα Çin mali Fremstillet i Kina
	Wieżska 166, 41-216 Sosnowiec, Poland	Morele.net Sp. z o.o. al. Jana Pawła II 43b, 31-864 Kraków, Poland NIP (Tax ID) 9451972201 KRS (National Court Register) 0000390511	