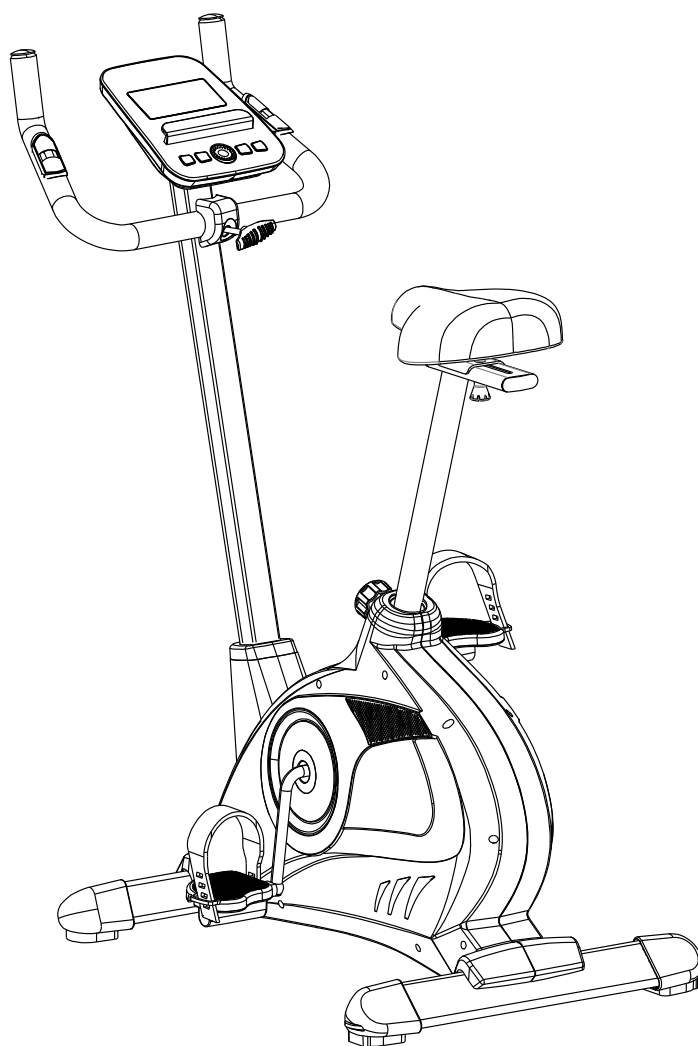
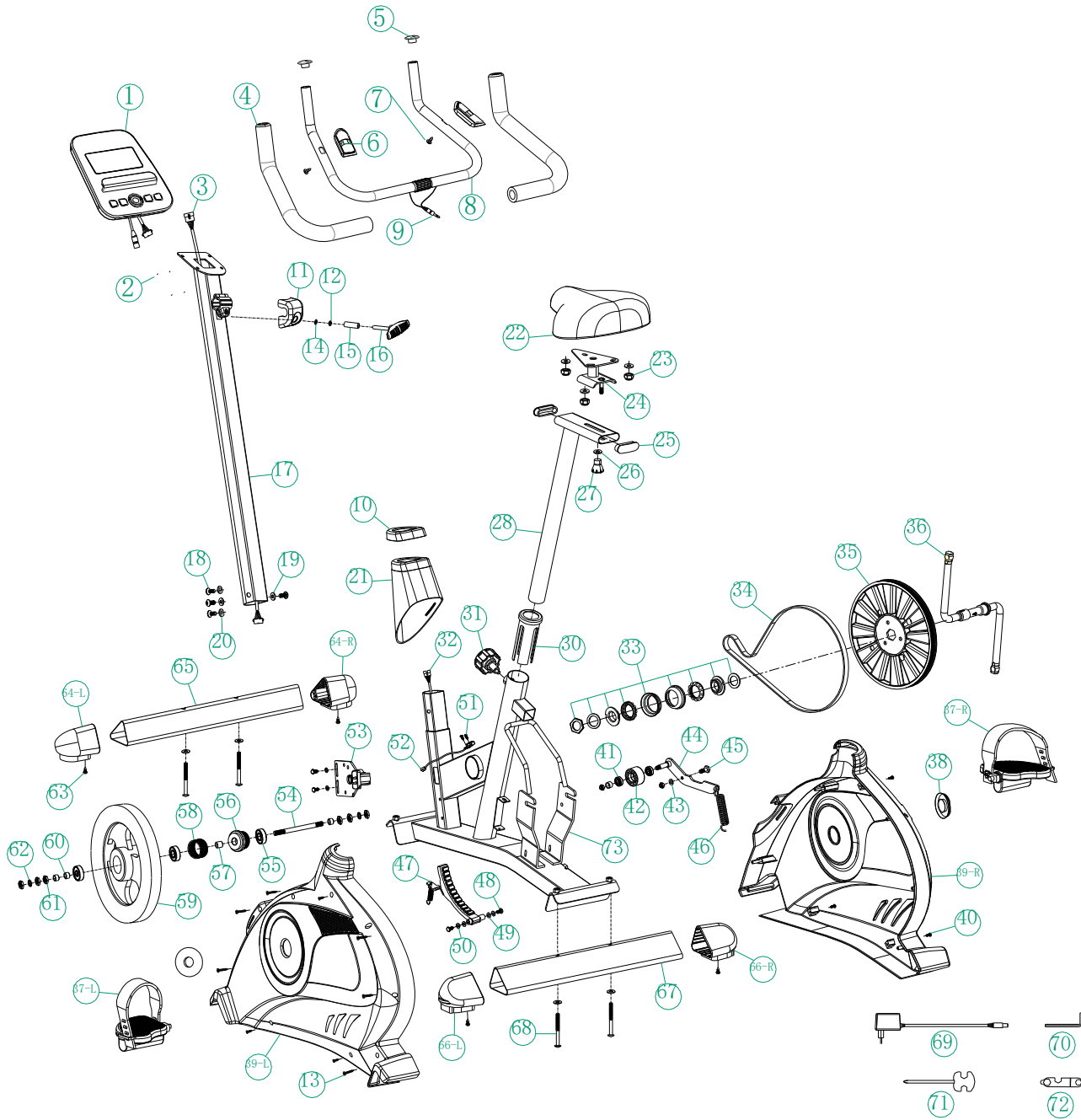


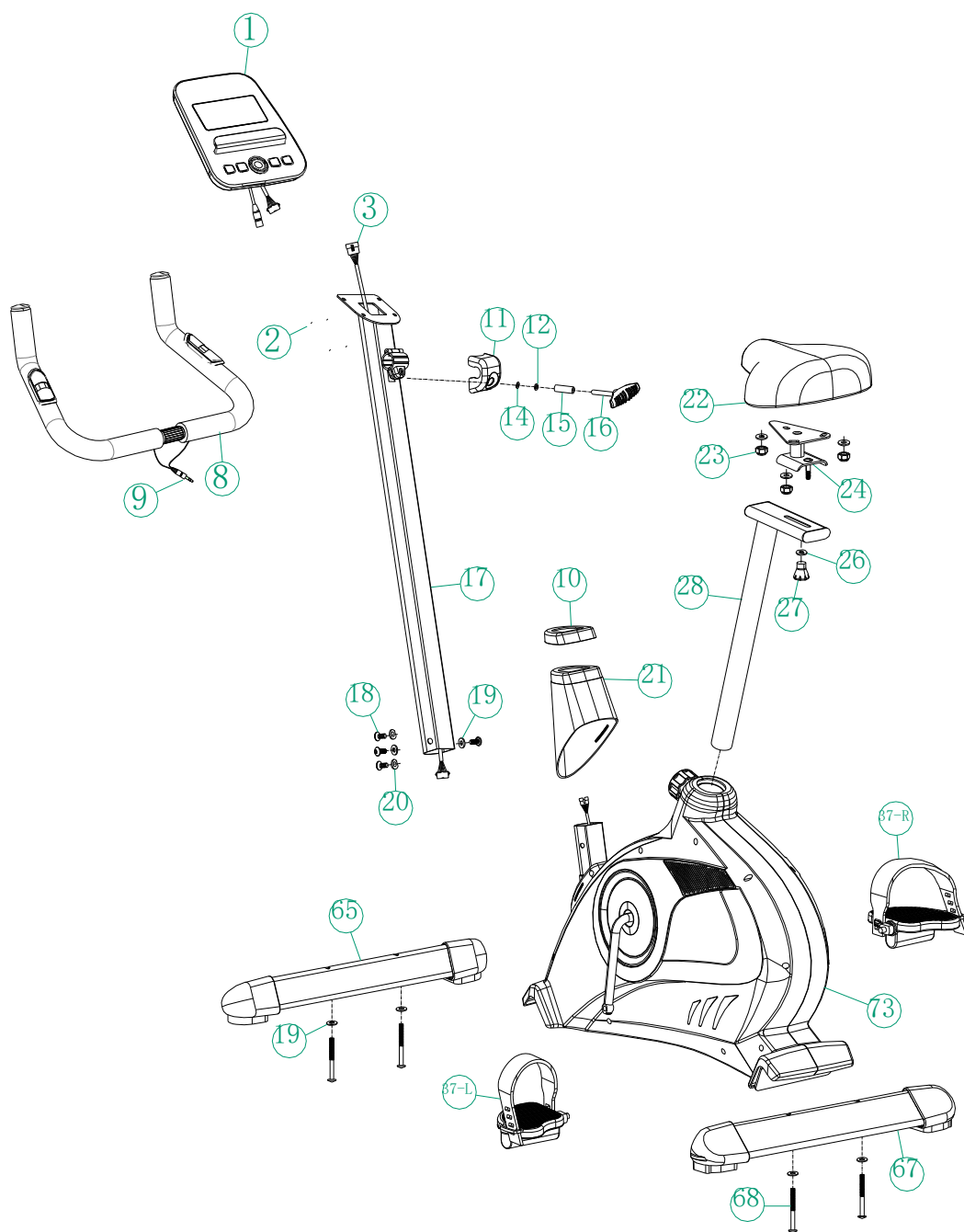


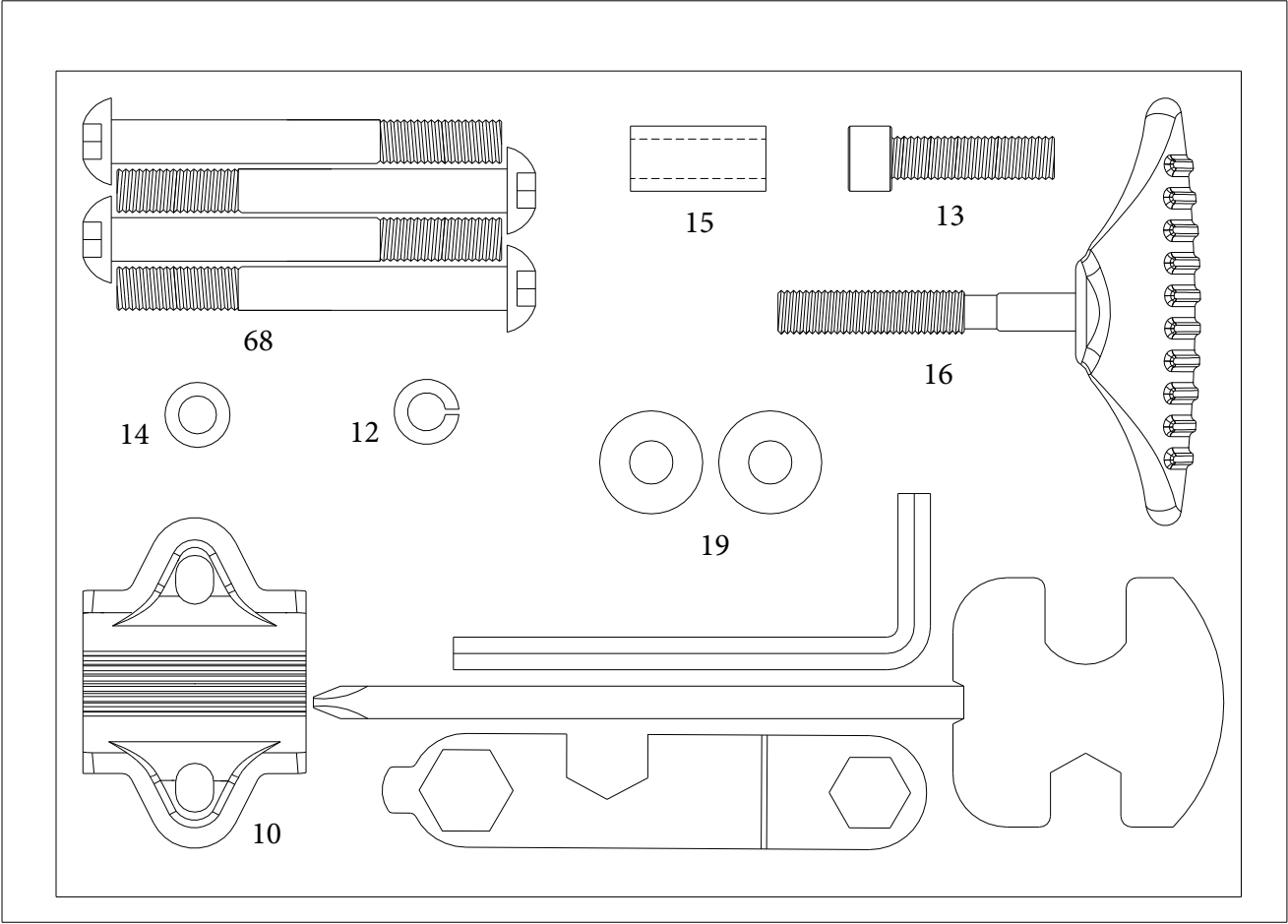
M6993



- 10. Manual instruction **EN**
- 16. Instrukcja obsługi **PL**
- 22. Návod k obsluze **CZ**
- 28. Manuel instruktion **DA**
- 34. Gebrauchsanweisung **DE**
- 40. Manual de instrucciones **ES**
- 46. Käsijuhend **ET**
- 52. Manuel d'instruction **FR**
- 58. Kézi utasítás **HU**
- 64. Manuale di istruzioni **IT**
- 70. Naudojimo instrukcijos **LT**
- 76. Rokasgrāmatas instrukcija **LV**
- 82. Handmatige instructie **NL**
- 88. Manual de instruções **PT**
- 94. Instrucțiuni manuale **RO**
- 100. Návod na obsluhu **SK**
- 106. Navodila za uporabo **SL**
- 112. Instruktionsbok **SV**
- 118. Інструкція з експлуатації **UK**

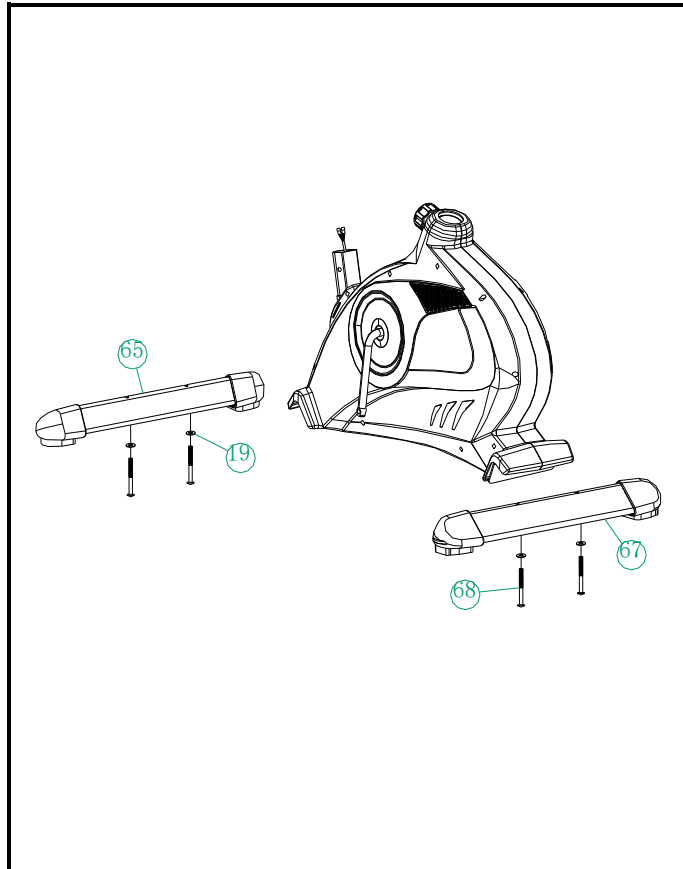




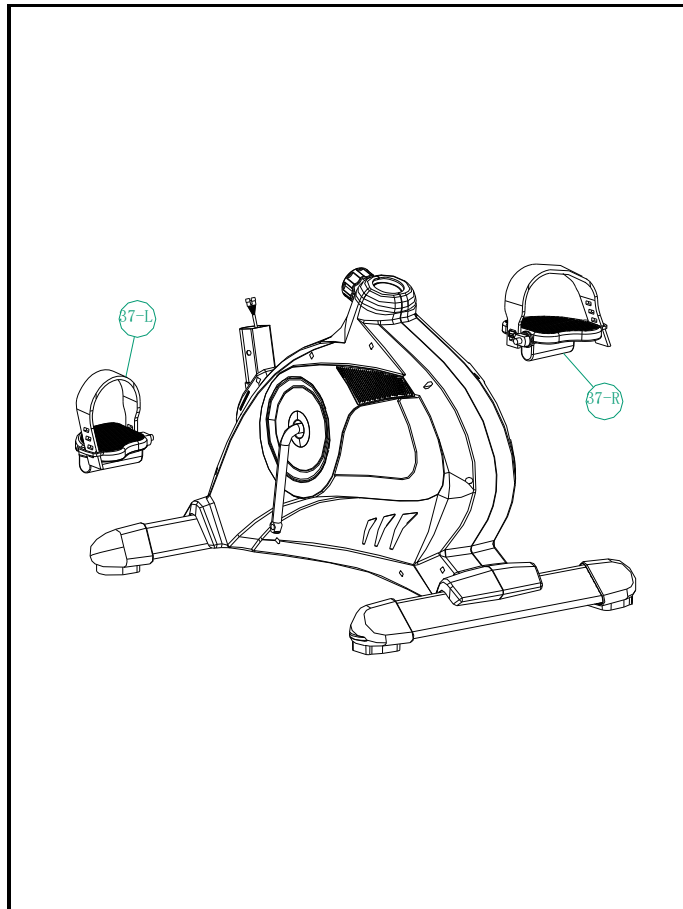




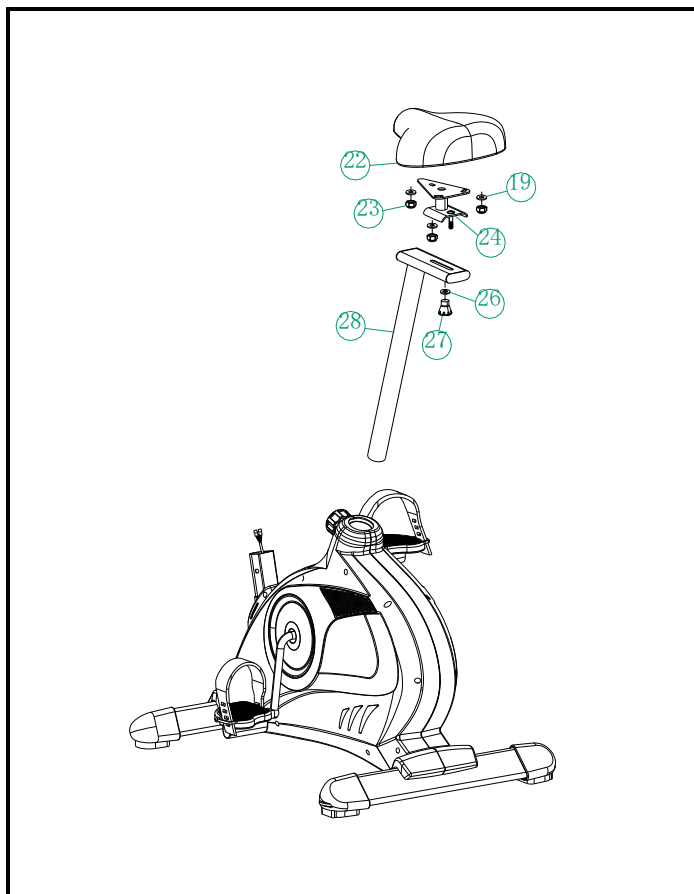
1.



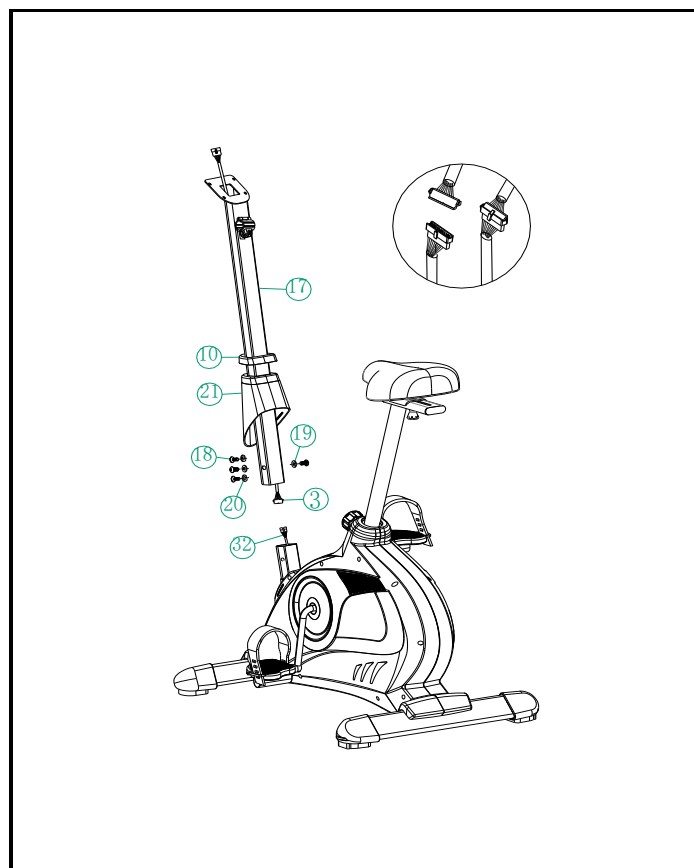
2.



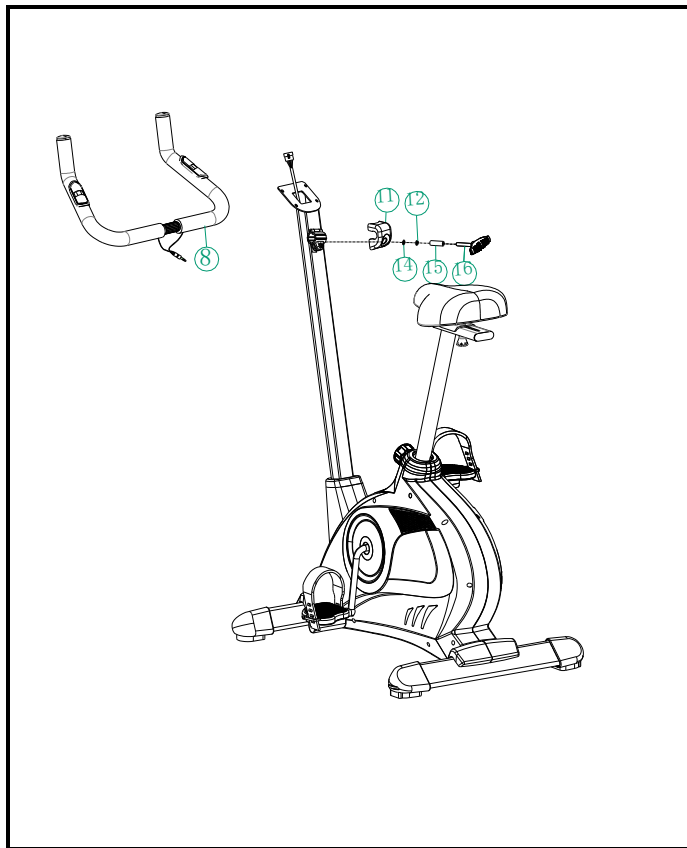
3.



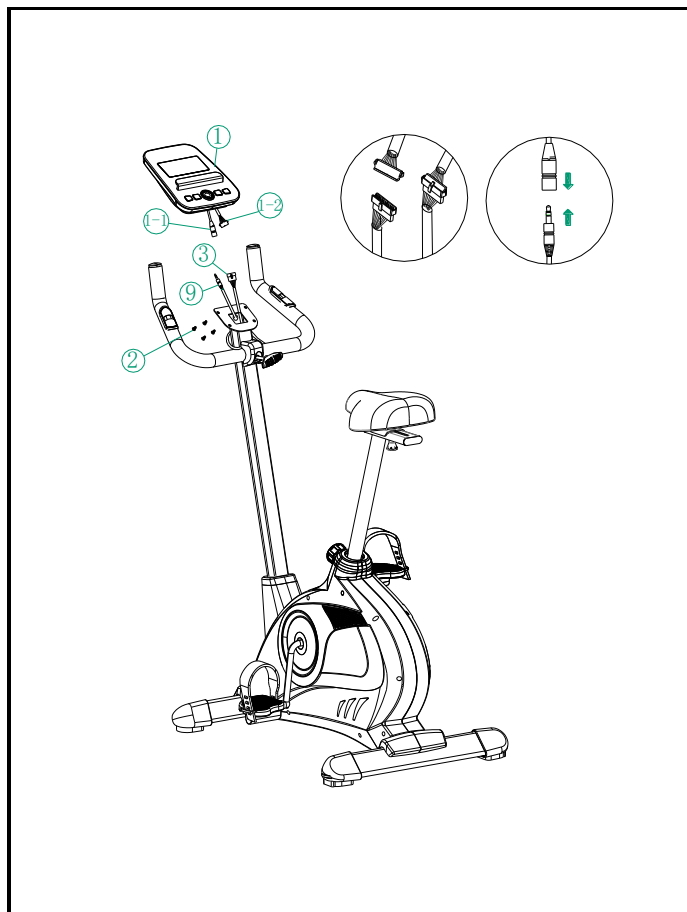
4.



5.

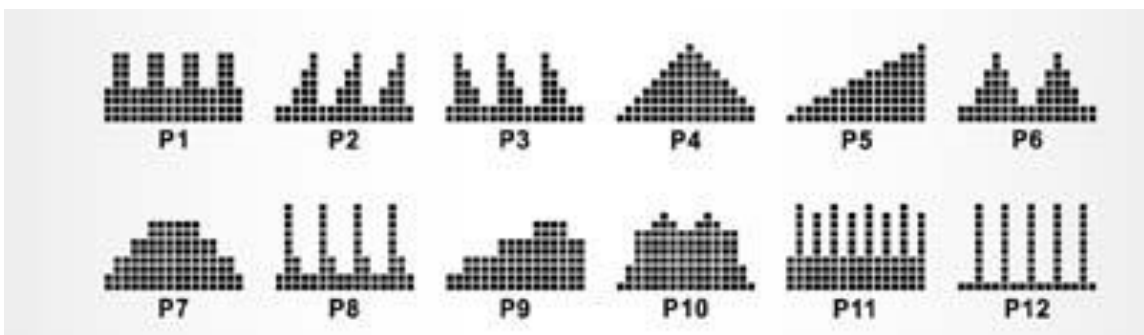


6.





P1-P12



Installation instructions

SAFETY PRECAUTIONS

1. Before starting your workout, consult your doctor to confirm that there are no contraindications to the use of the exercise equipment. A medical consultation is particularly recommended if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol levels. It is also necessary for people over the age of 35 and those with health problems.
2. Always perform a warm-up before starting exercise.
3. Pay attention to worrying signals. Inappropriate or excessive exercise can be dangerous to your health. If you experience headaches or dizziness, chest pain, irregular heartbeat or other worrying symptoms during your workout, stop exercising immediately and consult your doctor.
4. Keep children and pets away from the equipment during and after exercise.
5. Place the equipment on a dry and level surface, at least 0.5 m away from the wall. Remove all sharp objects from around the equipment. Protect the equipment from moisture and level any unevenness in the floor. A special non-slip mat is recommended to prevent the equipment from sliding during exercise.
6. Before first use and at regular intervals thereafter, check the fixing of all screws, pins and other connecting parts.
7. Check the fastening of the parts and the bolts connecting them before you start exercising. Exercises can only be started if the device is fully operational.
8. The device should be checked regularly for wear and possible damage - only then will it meet the safety requirements. Special attention should be paid to the pedals, the resistance regulator and the foam grips, which wear out the fastest. Damaged components should be repaired or replaced immediately - until then, the machine must not be used.
9. Do not insert any objects into the openings of the unit.
10. Do not leave protruding controls or other structural parts that could impede your movement.
11. Use the equipment only for its intended purpose. Stop exercising immediately if any part is damaged or worn out, or if disturbing sounds occur during use. Do not use the equipment again until the problem has been corrected.
12. Exercise in comfortable clothing and athletic shoes. Avoid loose clothing that can catch on protruding parts of the equipment or that may restrict your freedom of movement.
13. The equipment is classified as a class HC device according to EN ISO 20957-1 and is intended for domestic use only. It must not be used for therapeutic, rehabilitation or commercial purposes.
14. Use caution when lifting or carrying the equipment so as not to strain the spine.
15. The product is intended for adults only. Children may only use it under strict adult supervision and at their sole responsibility.
16. When assembling the appliance, strictly follow the enclosed instructions and use only the parts supplied. Before starting assembly, ensure that all items listed in the parts list are included.

WARNING: Read the instructions before using the fitness equipment. We are not responsible for injury or damage to objects caused by improper use of this product.

TECHNICAL DATA

Net weight: 28 kg

Flywheel: 8 kg

Dimensions when unfolded: 107× 50× 131 cm

Maximum load: 120 kg

MAINTENANCE

The machine has been designed to require minimal maintenance from the user. The following steps are recommended:

- Use a soft cloth to remove dirt and dust. Wipe the unit dry after each use.
- Regularly check that the unit's straps are not worn and are in the correct position.
- Regularly check that all bolts and knobs are properly tightened.

BRAKING

To stop the machine, stop pedalling. The M6993 magnetic bike is not equipped with a locking system or emergency brake.



List of parts and tools

NUMBER	PART NAME	SPECIFICATION	QUANTITY
68	SCREW	M8*P1.25*72L	4
15	BUSHING	φ7*φ12*25mmI	1
13	SCREW	M7*P1.0*30L	1
16	T-TYPE KNOB	M7*P1.0*55L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	HEXAGON WRENCH	6mm*30mmI*84mmI	1
71	HARPOON WRENCH	13.15	1
73	N-TYPE WRENCH	13, 14, 15	1
10	CLAMP	f8*f19*2T	1

NUMBER	PART NAME	SPECIFICATION	QUANTITY
1	COMPUTER		1
2	SCREW	M5*10L	4
3	UPPER CABLE	900L	1
4	BUSHING	φ20*5T*485L,STR	2
5	COVER	STR 7/8"	2
6	PULSE SENSOR	12B	2
7	SCREW	M3.5*20L	2
8	STEERING WHEEL		1
9	PULSE LINE	700+700L	1
10	TALER SHIELD	4T	1
11	COVER	7511D	1
12	PAD	f7*f12*2T	2
13	SCREW	M7*P1.0*30L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
15	BUSHING	f7*f12*25mml	1
16	T-SHAPED KNOB	M7*P1.0*55L	1
17	COMPUTER POST	45*51*1.5T*847.4L	1
18	SCREW	M8*P1.25*16L(6m/6m	4
19	PAD	φ8*φ19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	COMPUTER POST COVER	PS	1
22	SADDLE		1
23	CAP	M8	5
24	SADDLE SUPPORT		1
25	CAP	20*60 (PP)	2
26	PAD	φ8*φ16*2T	1
27	SADDLE KNOB	M8(ABS)	1
28	SADDLE POST	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	SADDLE POST CONNECTOR	φ50.8 2700 PP	1
31	KNOB	M16*P1.5*35L	1
32	LOWER CABLE	450L	1
33	ASSEMBLY KIT		1
34	BELT	J6 400	1
35	PULLEY	φ232*6	1
36	CRANK	6"*190W(1/2")	1
37	PEDAL	1/2"	1
38	CAP	PVC	2
39	MAIN COVER L/P	PS	1
40	SCREW	3/16" (#10) *5/8"	6
41	BEARING	6900RS	2
42	REGULATING CAP	φ43*22.5	1
43	PAD	φ8*φ16*1t	1
44	BRACKET	5T	1
45	SCREW	M8*20	1
46	SPRING	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	MAGNET		1
48	SCREW	M6*P1.0*16L	4
49	PAD	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	SCREW	M3*8L	2
52	SENSOR	300L	1
53	ENGINE	MT03	1
54	FLYWHEEL AXLE	3/8"-26*145L	1
55	BEARING	6000RS	3
56	SMALL PULLEY	φ39*7(φ26)	1
57	BUSHING	φ10*φ16*11.5mml	1
58	BUSHING	φ39.3	1
59	FLYWHEEL	φ280*26W	1
60	BUSHING	φ10*φ14*9mml	4
61	SCREW	3/8"-26*4.5t	4
62	CAP	3/8"-26	2
63	SCREW	3/16" (#10) *3/4"	4
64	FRONT WHEEL COVER	PP	2
65	FRONT STABILISER	60*70*1.5t*430L	1
66	REAR CAP	PP	2
67	REAR STABILISER	60*70*1.5t*430L	1
68	SCREW	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTER	9V 1.0A	1
70	HEXAGON WRENCH	6mm*30mml*84mml	1
71	HARPOON WRENCH	13, 15	1
72	N-TYPE WRENCH	13, 14, 15	1
73	MAIN FRAME		1



Assembly

➤ Step 1.

1. Attach the front stabiliser (65) to the main frame (73) using 2 screws (68) and 2 pads (19).
2. Attach the rear stabiliser (67) to the main frame (73), using 2 screws (68) and 2 pads (19).

➤ Step 2.

1. Attach the brackets to the pedals.
2. Attach the left pedal to the left crank (37-L) and the right pedal (37-R) to the right crank.

➤ Step 3.

1. Attach the saddle (22) to the saddle support (24). Then secure the saddle support to the seatpost (28) with the knob (27) and pad (26).
2. Attach the seatpost (28) to the main frame and secure it with the knob.

➤ Step 4.

1. Put the covers (21), (70) on the computer post (17).
2. Connect the bottom cable (32) to the upper cable (3).
3. Place the post in the main frame and screw it in place using screws (18) and pads (20) and (19).

➤ Step 5.

1. Place the steering wheel (8) on the computer post (17), then fix the upper part with the pad (12) and screw (13).
2. Place the bushing (15), pad (14) and cover (11) on the T-knob (16) and screw it to the lower part.

➤ Step 6.

1. Connect the pulse sensor cable (9) to the computer cable (1-1), then connect the upper cable (3) to the computer cable (1-2).
2. Attach the computer (1) to the computer post (17) with 4 screws (2).



Computer

1. When the POWER-ON button is pressed, all segments will be displayed on the screen for 1 second, a single beep will sound and the motor will return to zero.
2. If no input signal is detected for 4 seconds, the screen will display "E4". If the START/ STOP button is pressed and held for more than 2 seconds, a RESET will occur, returning all functions to their initial state (as after power-up).
3. Computer power supply: DC 6V / 1000 mA.

Functions of the buttons

1. START/STOP:

- A. Start - to start the device.
- B. Pause - to resume operation, press again.

2. RESET :

- A. During parameter setting - press to return to the main menu.
- B. Hold for 3 seconds to reset the settings.

3. RECOVERY :

- A. If a heart rate signal is detected, press the button to start RECOVERY mode.

4. UP :

- A. During function setting - press to increase the parameter values.
- B. During training - press to increase the resistance level.

5. DOWN :

- A. During function setting - press to decrease parameter values.
- B. During training - press to decrease the resistance level.

6. MODE/ENTER :

- A. During function setting - press to confirm parameter values.
- B. When defining user settings - press to move to the next section.

7. MODE+RECOVERY :

- A. While in the main menu, press for 3 seconds to make changes to the metric/imperial system.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Press for 3 seconds to enter sleep mode.

Function mode

Manual mode - basic

Select Manual mode, then press ENTER to confirm the selection and set the resistance level. Press ENTER again to go to the next parameter settings:

time (Time)→ distance (Distance)→ calories (Calories)→ target heart rate (Target Heart Rate). Use the UP or DOWN buttons to increase or decrease the values of each parameter. Once the configuration is complete, press START to start your workout.

During exercise, you can change the resistance level at any time using the UP or DOWN buttons.

PROGRAM mode - built-in programmes

Select the Program mode, then press ENTER to confirm.

Use UP or DOWN to select one of the programmes (P1-P12), then press ENTER to confirm the selection. Set the resistance level and proceed to configure the following parameters:

time (Time)→ distance (Distance)→ calories (Calories)→ target heart rate (Target Heart Rate), using the UP or DOWN buttons to adjust the values.

Once the settings have been made, press START to start your workout.

During exercise, you can change the resistance level using the UP or DOWN buttons.

Diagram no (P1-P12) shows the 12 built-in training programmes.

Fitness mode

Select the "Programme" mode, press ENTER to confirm the selection. The default time is set to 12 minutes, resistance 6, press START to start your workout.

Level selection

Level	Gender	Distance / speed	AGE <30	AGE =30~ 39	AGE =40~49	AGE >50
F5	Male	DISTANCE (Distance)	<3.2KM	<3KM	<2.8 HP	<2.6HP
		SPEED (Speed)	16hp/h	15HP	14HP	13HP
	Female	DISTANCE (Distance)	<3KM	<2.8KM	<2.4KM	<2.2 HP
		SPEED (Speed)	15HP	14HP	12HP	11HP
F4	Male	DISTANCE (Distance)	3.2~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM	2.6~3.2KM
		SPEED (Speed)	20KM	19KM	17HP	16HP
	Female	DISTANCE (Distance)	3~3.6KM	2.8~3.4KM	2.4~3KM	2.2~2.8KM
		SPEED (Speed)	18KM	17HP	15HP	14HP
F3	Male	DISTANCE (Distance)	4~4.8KM	3.8~4.6KM	3.4~4.2KM	3.2~4 HP
		SPEED (Speed)	24KM	23KM	21HP	20HP
	Female	DISTANCE (Distance)	3.6~4.4KM	3.4~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM
		SPEED (Speed)	22KM	20HP	19HP	17HP
F2	Male	DISTANCE (Distance)	4.8~5.6KM	4.6~5.4KM	4.2~5KM	4~4.8KM
		SPEED (Speed)	28KM	27KM	25HP	24HP
	Female	DISTANCE (Distance)	4.4~5.4KM	4~5KM	3.8~4.6KM	3.4~4.4KM
		SPEED (Speed)	27KM	25KM	23HP	22HP
F1	Male	DISTANCE (Distance)	>5.6KM	>5.4KM	>5KM	>4.8 HP
		SPEED (Speed)	28HP	27HP	25HP	24HP
	Female	DISTANCE (Distance)	>5.4KM	>5KM	>4.6KM	>4.4 HP
		SPEED (Speed)	27HP	25HP	23HP	22HP

WATT mode - constant measurement of energy consumed

Select WATT mode and press ENTER to confirm the selection. Then go to settings:

time (Time)→ distance (Distance)→ calories (Calories)→ target heart rate (Target Heart Rate).

Use the UP or DOWN buttons to increase or decrease the parameter values. When you have completed the configuration, press START to start your workout.

During exercise, you can change the WATT value using the UP or DOWN buttons. Note: the WATT value is dependent on the cadence (RPM):

When RPM < 20, the WATT value is set to 20.

When RPM > 120, the WATT value is limited to 120.

PERSONAL mode - User-specific settings

Select PERSONAL mode, then press ENTER to confirm the selection. Go to the first of the 16 resistance setting sections. Use UP or DOWN to adjust the resistance value, then press ENTER to move to the next section.

Once you have set the 16th section, press ENTER again to return to the first section. Finally, press START to start your workout.

During your workout you can change the resistance level using the UP or DOWN buttons.

HRC mode - Heart rate controlled training

Select HRC mode, then press ENTER to confirm your selection. Use the UP or DOWN buttons to select a target heart rate level: 55%, 75%, 90%, 100%.

Then go to settings: time (Time)→ distance (Distance)→ calories (Calories)→ HRC. Once you have completed the settings, press START to start your workout.

During the workout, the increase/decrease in resistance is calculated based on your pulse level.

Target calculation formula:

THR= $(220-AGE)*55\%$

THR= $(220-AGE)*75\%$

THR= $(220-AGE)*90\%$

THR= $(220-AGE)*100\%$.

During training, the increase/decrease in resistance is calculated based on the pulse level.

RECOVERY mode - Recovery test

If a heart rate signal is detected, press the RECOVERY button to start the recovery mode. Keep your hands on the pulse sensors during the measurement.

The countdown will start from 60 seconds down.

When the test is complete, the screen will display the score on a scale of 1 to 6, calculated using the formula: $Score = 6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - highest heart rate level recorded in the first 20 seconds

P2 - lowest heart rate level recorded in the last 40 seconds

If P1 or P2 equals 0, ERR2 will be displayed on the screen.

User data mode (USER)**1. user settings**

When the power is switched on or a reset is performed, the unit automatically enters the USER user settings mode. Use the UP or DOWN buttons to select a profile: USER0 ~ USER4, then press ENTER to confirm the selection. Successively set the following data:

- Gender
- Age
- Height
- Weight

Function description

Function type	Range display	Default settings	Increase/decrease	Description
Time	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. When 0:00 is displayed, the time will add up. 2. When 1:00~99:00 is displayed, the time will count down to 0.
Distance	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. When 0:00 is displayed, the distance will be added. 2. When 0.1~99.5 is displayed, the distance will count down to 0.
Calories	0~990	0	±10	1. When 0.0 is displayed, calories will be added. 2. When 10~990 is displayed, the calories will count down to 0.

Function type	Range display	Default settings	Increase/decrease	Description
Height	100~200	160	±1	Metric unit: CM
Weight	20~150	50	±1	Metric unit: KG
Age	10~99	25	±1	Age
User	User0~User4	User0	±1	User
Level	1~24	1	±1	Motor resistance
Watt	10~350	100	±5	Watt value

Changing the metric/imperial system

While in the main menu, press the MODE+ RECOVERY buttons simultaneously and hold for 3 seconds to access the unit settings. When the system is changed (metric↔ imperial), an automatic reset of the unit will occur.

Sleep Mode

The unit will enter sleep mode if no movement is made or button is pressed for 4 minutes. To exit sleep mode, press any button.

Motor Error

If ERR4 appears on the display, do the following:

- Disconnect the power supply.
- Remove the cover of the unit.
- Check the wiring - the connector may be loose or the cable damaged.

Instrukcja montażu

UWAGI DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

1. Przed rozpoczęciem treningu skonsultuj się z lekarzem w celu potwierdzenia braku przeciwwskazań do korzystania ze sprzętu do ćwiczeń. Konsultacja lekarska jest szczególnie zalecana w przypadku przyjmowania leków wpływających na pracę serca, ciśnienie krwi lub poziom cholesterolu. Jest także konieczna dla osób powyżej 35. roku życia oraz osób mających problemy zdrowotne.
2. Przed rozpoczęciem ćwiczeń zawsze wykonaj rozgrzewkę.
3. Zwracaj uwagę na niepokojące sygnały. Niewłaściwe lub nadmierne ćwiczenia mogą być niebezpieczne dla zdrowia. Jeśli podczas treningu pojawią się bóle lub zawroty głowy, ból w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca lub inne niepokojące objawy, natychmiast przerwij ćwiczenia i skonsultuj się z lekarzem.
4. Podczas ćwiczeń oraz po zakończeniu treningu trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od sprzętu.
5. Urządzenie należy ustawić na suchej i równej powierzchni, w odległości co najmniej 0,5 m od ścian. Z otoczenia sprzętu należy usunąć wszystkie ostre przedmioty. Należy chronić urządzenie przed wilgocią, a wszelkie nierówności podłoża – wyrównać. Zaleca się stosowanie specjalnej maty antypoślizgowej, która zapobiega przesuwaniu się sprzętu podczas ćwiczeń.
6. Przed pierwszym użyciem, a następnie w regularnych odstępach czasu, należy sprawdzać mocowanie wszystkich śrub, bolców i pozostałych elementów łączeniowych.
7. Przed rozpoczęciem treningu sprawdź zamocowanie części oraz śrub je łączących. Ćwiczenia można rozpocząć wyłącznie wtedy, gdy urządzenie jest w pełni sprawne.
8. Urządzenie powinno być regularnie kontrolowane pod kątem zużycia i ewentualnych uszkodzeń – tylko wtedy będzie spełniało wymogi bezpieczeństwa. Szczególną uwagę należy zwrócić na pedały, regulator oporu i uchwyty piankowe, które zużywają się najszybciej. Uszkodzone elementy należy niezwłocznie naprawić lub wymienić – do tego czasu nie wolno korzystać z urządzenia.
9. Nie wkładaj żadnych przedmiotów do otworów w urządzeniu.
10. Nie należy pozostawiać wystających elementów regulacyjnych ani innych części konstrukcyjnych, które mogłyby utrudniać ruch użytkownika.
11. Korzystaj ze sprzętu wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem. W przypadku uszkodzenia lub zużycia którejkolwiek części, a także w razie pojawienia się niepokojących dźwięków podczas użytkowania, natychmiast przerwij ćwiczenia. Nie używaj urządzenia ponownie, dopóki problem nie zostanie usunięty.
12. Ćwicz w wygodnym ubraniu i sportowym obuwiu. Unikaj luźnych elementów garderoby, którymi można zahaczyć o wystające części sprzętu lub które mogą ograniczać swobodę ruchów.
13. Sprzęt został zaklasyfikowany jako urządzenie klasy HC zgodnie z normą EN ISO 20957-1 i jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego. Nie może być stosowany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych ani komercyjnych.
14. Podczas podnoszenia lub przenoszenia sprzętu zachowaj ostrożność, aby nie nadwyrężyć kręgosłupa.
15. Produkt jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych. Dzieci mogą z niego korzystać wyłącznie pod ścisłym nadzorem dorosłych i na ich wyłączną odpowiedzialność.
16. Podczas montażu urządzenia należy ściśle przestrzegać załączonej instrukcji i używać wyłącznie części dołączonych do zestawu. Przed rozpoczęciem montażu należy upewnić się, że wszystkie elementy wymienione na liście części znajdują się w komplecie.

OSTRZEŻENIE: Przed użyciem sprzętu fitness przeczytaj instrukcję. Nie ponosimy odpowiedzialności za kontuzje lub uszkodzenia przedmiotów spowodowane niewłaściwym użytkowaniem tego produktu.

DANE TECHNICZNE

Waga netto: 28 kg

Koło zamachowe: 8 kg

Wymiary po rozłożeniu: 107 × 50 × 131 cm

Maksymalne obciążenie: 120 kg

KONSERWACJA

Urządzenie zostało zaprojektowane tak, aby wymagało minimalnej konserwacji ze strony użytkownika. Zalecane są następujące czynności:

- Używaj miękkiej ściereczki do usuwania zabrudzeń i kurzu. Po każdym użyciu wycieraj urządzenie do sucha.
- Regularnie sprawdzaj, czy taśmy urządzenia nie są zużyte i znajdują się w prawidłowym położeniu.
- Regularnie kontroluj, czy wszystkie śruby i pokrętła są odpowiednio dokręcone.

HAMOWANIE

Aby zatrzymać urządzenie, należy zaprzestać pedałowania. Rower magnetyczny M6993 nie jest wyposażony w system blokujący ani awaryjny hamulec.



Lista części i narzędzi

NUMER	NAZWA CZĘŚCI	SPECYFIKACJA	ILOŚĆ
68	ŚRUBA	M8*P1.25*72L	4
15	TULEJA	φ7*φ12*25mm	1
13	ŚRUBA	M7*P1.0*30L	1
16	POKRĘTŁO TYPU T	M7*P1.0*55L	1
14	PODKŁADKA	φ7*φ12*1T	2
12	PODKŁADKA	φ7*φ12*2T	2
19	PODKŁADKA	φ8*φ19*2T	4
70	KLUCZ SZEŚCIOKĄTNY	6mm*30mm*84mm	1
71	KLUCZ HARPUNOWY	13.15	1
73	KLUCZ TYPU N	13, 14, 15	1
10	ZACISK	φ8*φ19*2T	1

NUMER	NAZWA CZĘŚCI	SPECYFIKACJA	ILOŚĆ
1	KOMPUTER		1
2	ŚRUBA	M5*10L	4
3	PRZEWÓD GÓRNY	900L	1
4	TULEJA	φ20*5T*485L,STR	2
5	OSŁONA	STR 7/8"	2
6	CZUJNIK POMIARU PULSU	12B	2
7	ŚRUBA	M3.5*20L	2
8	KIEROWNICA		1
9	PRZEWÓD CZUJNIKA POMIARU PULSU	700+700L	1
10	OSŁONA TALERZA	4T	1
11	OSŁONA	7511D	1
12	PODKŁADKA	φ7*φ12*2T	2
13	ŚRUBA	M7*P1.0*30L	1
14	PODKŁADKA	φ7*φ12*1T	2
15	TULEJA	φ7*φ12*25mml	1
16	POKRĘTŁO TYPU T	M7*P1.0*55L	1
17	SŁUPEK KOMPUTERA	45*51*1.5T*847.4L	1
18	ŚRUBA	M8*P1.25*16L(6m/6m)	4
19	PODKŁADKA	φ8*φ19*2T	9
20	PODKŁADKA	φ8*φ19*2T	2
21	OSŁONA SŁUPKA KOMPUTERA	PS	1
22	SIODEŁKO		1
23	NAKRĘTKA	M8	5
24	WSPORNIK SIODEŁKA		1
25	ZASŁEPKA	20*60 (PP)	2
26	PODKŁADKA	φ8*φ16*2T	1
27	POKRĘTŁO SIODEŁKA	M8 (ABS)	1
28	SZTYCA	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	ŁĄCZNIK SŁUPA SIODEŁKA	φ50.8 2700 PP	1
31	POKRĘTŁO	M16*P1.5*35L	1
32	PRZEWÓD DOLNY	450L	1
33	ZESTAW MONTAŻOWY		1
34	PAS	J6 400	1
35	KOŁO PASOWE	φ232*6	1
36	KORBA	6**190W(1/2")	1
37	PEDAŁ	1/2"	1
38	OBUDOWA	PVC	2
39	OSŁONA GŁÓWNA L/P	PS	1
40	ŚRUBA	3/16" (#10) *5/8"	6
41	ŁOŻYSKO	6900RS	2
42	KOŁO REGULACYJNE	φ43*22.5	1
43	PODKŁADKA	φ8*φ16*1t	1
44	WSPORNIK	5T	1
45	ŚRUBA	M8*20	1
46	SPRĘŻYNA	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	MAGNES		1
48	ŚRUBA	M6*P1.0*16L	4
49	PODKŁADKA	φ6*φ13*1t	4
50	PODKŁADKA	φ6	2
51	ŚRUBA	M3*8L	2
52	CZUJNIK	300L	1
53	SILNIK	MT03	1
54	OŚ KOŁA ZAMACHOWE GO	3/8"-26*145L	1
55	ŁOŻYSKO	6000RS	3
56	MAŁE KOŁO PASOWE	φ39*7(φ26)	1
57	TULEJA	φ10*φ16*11.5mml	1
58	TULEJA	φ39.3	1
59	KOŁO ZAMACHOWE	φ280*26W	1
60	TULEJA	φ10*φ14*9mml	4
61	ŚRUBA	3/8"-26*4.5t	4
62	NAKRĘTKA	3/8"-26	2
63	ŚRUBA	3/16" (#10) *3/4"	4
64	OSŁONA PRZEDNICH KÓŁEK	PP	2
65	STABILIZATOR PRZEDNI	60*70*1.5t*430L	1
66	ZASŁEPKA TYLNA	PP	2
67	STABILIZATOR TYLNY	60*70*1.5t*430L	1
68	ŚRUBA	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTER	9V 1.0A	1
70	KLUCZ SZEŚCIOKĄTNY	6mm*30mml*84mml	1
71	KLUCZ HARPUNOWY	13, 15	1
72	KLUCZ TYPU N	13, 14, 15	1
73	RAMA GŁÓWNA		1



Montaż

➤ Krok 1.

1. Przymocuj stabilizator przedni (65) do ramy głównej (73), używając 2 śrub (68) i 2 podkładek (19).
2. Przymocuj stabilizator tylny (67) do ramy głównej (73), używając 2 śrub (68) i 2 podkładek (19).

➤ Krok 2.

1. Przymocuj wsporniki do pedałów.
2. Pedał lewy przymocuj do lewej korby (37-L), a pedał prawy (37-R) do prawej korby.

➤ Krok 3.

1. Przymocuj siodełko (22) do wspornika siodełka (24). Następnie przymocuj wspornik siodełka do sztycy (28) za pomocą pokrętła (27) i podkładki (26).

2. Przymocuj sztycę (28) do ramy głównej i zabezpiecz ją przy pomocy pokrętła.

➤ Krok 4.

1. Nałóż osłony (21) i (70) na słupki komputera (17).
2. Połącz przewód dolny (32) z przewodem górnym (3).
3. Umieść słupki w ramie głównej i przykręć go za pomocą śrub (18) oraz podkładek (20) i (19).

➤ Krok 5.

1. Umieść kierownicę (8) na słupku komputera (17), a następnie przymocuj jej górną część za pomocą podkładki (12) i śruby (13).
2. Na pokrętło typu T (16) nałóż tuleję (15), podkładkę (14) oraz osłonę (11), po czym przykręć je do dolnej części.

➤ Krok 6.

1. Połącz przewód czujnika pomiaru pulsu (9) z przewodem komputera (1-1), a następnie przewód górny (3) z przewodem komputera (1-2).
2. Przymocuj komputer (1) do słupka komputera (17) za pomocą 4 śrub (2).



Komputer

1. Po wciśnięciu przycisku POWER-ON na ekranie przez 1 sekundę wyświetlą się wszystkie segmenty, zabrzmi pojedynczy sygnał dźwiękowy, a silnik powróci do punktu zerowego.
2. Jeśli przez 4 sekundy nie zostanie wykryty żaden sygnał wejściowy, na ekranie pojawi się komunikat „E4”. Po wciśnięciu przycisku START/STOP i przytrzymaniu go przez ponad 2 sekundy nastąpi RESET, który przywróci wszystkie funkcje do stanu początkowego (jak po włączeniu zasilania).
3. Zasilanie komputera: DC 6V / 1000 mA.

Funkcje przycisków

1. START/STOP:

- A. Start – uruchomienie urządzenia.
- B. Pauza – aby wznowić pracę, naciśnij ponownie.

2. RESET :

- A. Podczas ustawiania parametrów – naciśnij, aby powrócić do menu głównego.
- B. Przytrzymaj przez 3 sekundy, aby zresetować ustawienia.

3. RECOVERY :

- A. Jeśli zostanie wykryty sygnał tętna, naciśnij przycisk, aby uruchomić tryb RECOVERY.

4. UP :

- A. Podczas ustawiania funkcji – naciśnij, aby zwiększyć wartości parametrów.
- B. Podczas treningu – naciśnij, aby zwiększyć poziom oporu.

5. DOWN :

- A. Podczas ustawiania funkcji – naciśnij, aby zmniejszyć wartości parametrów.
- B. Podczas treningu – naciśnij, aby zmniejszyć poziom oporu.

6. MODE/ENTER :

- A. Podczas ustawiania funkcji – naciśnij, aby potwierdzić wartość parametrów.
- B. Podczas definiowania ustawień użytkownika – naciśnij, aby przejść do następnej sekcji.

7. MODE+RECOVERY :

- A. Będąc w menu głównym, wciśnij przez 3 sekundy, aby dokonać zmian w systemie metrycznym/imperialnym.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Wciśnij przez 3 sekundy, aby przejść do trybu uśpienia.

Tryb funkcji

Tryb manualny – podstawowy

Wybierz tryb Manual, następnie naciśnij ENTER, aby potwierdzić wybór i ustawić poziom oporu. Ponownie naciśnij ENTER, aby przejść do ustawień kolejnych parametrów:

czas (Time) → dystans (Distance) → kalorie (Calories) → docelowy poziom tętna (Target Heart Rate). Użyj przycisków UP lub DOWN, aby zwiększyć lub zmniejszyć wartości poszczególnych parametrów. Po zakończeniu konfiguracji naciśnij START, aby rozpocząć trening.

W trakcie ćwiczeń możesz w każdej chwili zmieniać poziom oporu, używając przycisków UP lub DOWN.

Tryb PROGRAM – wbudowane programy

Wybierz tryb Program, a następnie naciśnij ENTER, aby potwierdzić.

Użyj UP lub DOWN, aby wybrać jeden z programów (P1–P12), a następnie naciśnij ENTER, aby zatwierdzić wybór.

Ustaw poziom oporu i przejdź do konfiguracji kolejnych parametrów:

czas (Time) → dystans (Distance) → kalorie (Calories) → docelowy poziom tętna (Target Heart Rate), korzystając z przycisków UP lub DOWN, aby dostosować wartości.

Po dokonaniu ustawień naciśnij START, aby rozpocząć trening.

W czasie ćwiczeń możesz zmieniać poziom oporu przy pomocy przycisków UP lub DOWN.

Na diagramie nr (P1-P12) przedstawiono 12 wbudowanych programów treningowych.

Tryb Fitness

Wybierz tryb "Program", wciśnij ENTER, aby potwierdzić wybór. Czas domyślny ustawiony jest na 12 minut, opór 6, wciśnij START, aby rozpocząć trening.

Wybór poziomów

Poziom	Płeć	Dystans / prędkość	WIEK < 30	WIEK =30 ~ 39	WIEK =40 ~ 49	WIEK > 50
F5	Mężczyzna	DISTANCE (Dystans)	< 3.2KM	< 3KM	< 2.8KM	< 2.6KM
		SPEED (Prędkość)	16KM/h	15KM	14KM	13KM
	Kobieta	DISTANCE (Dystans)	< 3KM	< 2.8KM	< 2.4KM	< 2.2KM
		SPEED (Prędkość)	15KM	14KM	12KM	11KM
F4	Mężczyzna	DISTANCE (Dystans)	3.2 ~ 4KM	3 ~ 3.8KM	2.8 ~ 3.4KM	2.6 ~ 3.2KM
		SPEED (Prędkość)	20KM	19KM	17KM	16KM
	Kobieta	DISTANCE (Dystans)	3 ~ 3.6KM	2.8 ~ 3.4KM	2.4 ~ 3KM	2.2 ~ 2.8KM
		SPEED (Prędkość)	18KM	17KM	15KM	14KM
F3	Mężczyzna	DISTANCE (Dystans)	4 ~ 4.8KM	3.8 ~ 4.6KM	3.4 ~ 4.2KM	3.2 ~ 4KM
		SPEED (Prędkość)	24KM	23KM	21KM	20KM
	Kobieta	DISTANCE (Dystans)	3.6 ~ 4.4KM	3.4 ~ 4KM	3 ~ 3.8KM	2.8 ~ 3.4KM
		SPEED (Prędkość)	22KM	20KM	19KM	17KM
F2	Mężczyzna	DISTANCE (Dystans)	4.8 ~ 5.6KM	4.6 ~ 5.4KM	4.2 ~ 5KM	4 ~ 4.8KM
		SPEED (Prędkość)	28KM	27KM	25KM	24KM
	Kobieta	DISTANCE (Dystans)	4.4 ~ 5.4KM	4 ~ 5KM	3.8 ~ 4.6KM	3.4 ~ 4.4KM
		SPEED (Prędkość)	27KM	25KM	23KM	22KM
F1	Mężczyzna	DISTANCE (Dystans)	> 5.6KM	> 5.4KM	> 5KM	> 4.8KM
		SPEED (Prędkość)	28KM	27KM	25KM	24KM
	Kobieta	DISTANCE (Dystans)	> 5.4KM	> 5KM	> 4.6KM	> 4.4KM
		SPEED (Prędkość)	27KM	25KM	23KM	22KM

Tryb WATT – Stały pomiar zużytej energii

Wybierz tryb WATT i naciśnij ENTER, aby potwierdzić wybór. Następnie przejdź do ustawień: czas (Time) → dystans (Distance) → kalorie (Calories) → docelowe tętno (Target Heart Rate).

Użyj przycisków UP lub DOWN, aby zwiększyć lub zmniejszyć wartości parametrów. Po zakończeniu konfiguracji naciśnij START, aby rozpocząć trening.

Podczas ćwiczeń możesz zmieniać wartość WATT, korzystając z przycisków UP lub DOWN.

Uwaga: wartość WATT jest zależna od kadencji (RPM):

Gdy RPM < 20, wartość WATT zostaje ustawiona na 20.

Gdy RPM > 120, wartość WATT zostaje ograniczona do 120.

Tryb PERSONAL – Ustawienia własne użytkownika

Wybierz tryb PERSONAL, a następnie naciśnij ENTER, aby potwierdzić wybór. Przejdź do pierwszej z 16 sekcji ustawień oporu. Użyj UP lub DOWN, aby dostosować wartość oporu, a następnie naciśnij ENTER, aby przejść do kolejnej sekcji.

Po ustawieniu 16. sekcji ponownie naciśnij ENTER, aby wrócić do pierwszej.

Na zakończenie naciśnij START, aby rozpocząć trening.

W trakcie ćwiczeń możesz zmieniać poziom oporu za pomocą przycisków UP lub DOWN.

Tryb HRC – Trening sterowany tętnem

Wybierz tryb HRC, a następnie naciśnij ENTER, aby potwierdzić wybór.

Użyj przycisków UP lub DOWN, aby wybrać docelowy poziom tętna:

55%, 75%, 90%, 100%.

Następnie przejdź do ustawień: czas (Time) → dystans (Distance) → kalorie (Calories) → HRC.

Po zakończeniu ustawień naciśnij START, aby rozpocząć trening.

Podczas treningu wzrost / spadek oporu jest obliczany na podstawie poziomu pulsu.

Wzór obliczania docelowego:

THR= (220-AGE)*55%

THR= (220-AGE)*75%

THR= (220-AGE)*90%

THR= (220-AGE)*100%

Podczas treningu wzrost / spadek oporu jest obliczany na podstawie poziomu pulsu.

Tryb RECOVERY – Test regeneracji

Jeśli zostanie wykryty sygnał tętna, naciśnij przycisk RECOVERY, aby uruchomić tryb regeneracji.

W trakcie pomiaru należy trzymać dłonie na czujnikach pulsu.

Odliczanie rozpocznie się od 60 sekund w dół.

Po zakończeniu testu na ekranie pojawi się wynik w skali od 1 do 6, obliczany według wzoru:

Wynik = $6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$

P1 – najwyższy poziom tętna zarejestrowany w ciągu pierwszych 20 sekund

P2 – najniższy poziom tętna zarejestrowany w ostatnich 40 sekundach

Jeśli P1 lub P2 równa się 0, na ekranie pojawi się komunikat ERR2.

Tryb danych użytkownika (USER)

1. Ustawienia użytkownika

Po włączeniu zasilania lub wykonaniu resetu, urządzenie automatycznie przechodzi do trybu ustawień użytkownika USER.

Użyj przycisków UP lub DOWN, aby wybrać profil: USER0 ~ USER4, a następnie naciśnij ENTER, aby potwierdzić wybór.

Kolejno ustaw następujące dane:

- Płeć (Gender)
- Wiek (Age)
- Wzrost (Height)
- Waga (Weight)

Opis funkcji

Rodzaj funkcji	Zakres wyświetlania	Ustawienia domyślne	Zwiększenie/ zmniejszenie	Opis
Time (Czas)	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Kiedy wyświetla się 0:00, czas będzie się dodawał. 2. Kiedy wyświetla się 1:00~99:00, czas będzie się odliczał w dół do 0.
Distance (Dystans)	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Kiedy wyświetla się 0:00, dystans będzie się dodawał. 2. Kiedy wyświetla się 0.1~99.5, dystans będzie się odliczał w dół do 0.
Calories (Kalorie)	0~990	0	±10	1. Kiedy wyświetla się 0.0, kalorie będą się dodawały. 2. Kiedy wyświetla się 10~990, kalorie będą się odliczały w dół do 0.

Rodzaj funkcji	Zakres wyświetlania	Ustawienia domyślne	Zwiększenie/ zmniejszenie	Opis
Height (Wzrost)	100~200	160	±1	Jednostka metryczna: CM
Weight (Waga)	20~150	50	±1	Jednostka metryczna: KG
Age (Wiek)	10~99	25	±1	Wiek
User (Użytkownik)	User0~User4	User0	±1	Użytkownik
Level (Poziom)	1~24	1	±1	Opór silnika
Watt	10~350	100	±5	Wartość Watt

Zmiana systemu metrycznego / imperialnego

Będąc w menu głównym, naciśnij jednocześnie przyciski MODE + RECOVERY i przytrzymaj przez 3 sekundy, aby przejść do ustawień jednostek.

Po dokonaniu zmiany systemu (metryczny ↔ imperialny), nastąpi automatyczny reset urządzenia.

Tryb uśpienia (Sleep Mode)

Urządzenie przejdzie w tryb uśpienia, jeśli przez 4 minuty nie zostanie wykonany żaden ruch ani nie zostanie naciśnięty żaden przycisk. Aby wyjść z trybu uśpienia, naciśnij dowolny przycisk.

Błąd silnika (Motor Error)

Jeśli na wyświetlaczu pojawi się komunikat ERR4, wykonaj następujące czynności:

Odłącz zasilanie.

Zdejmij pokrywę urządzenia.

Sprawdź okablowanie – złącze może być poluzowane lub kabel uszkodzony.

BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ

1. Před zahájením cvičení se poraďte se svým lékařem, abyste se ujistili, že neexistují žádné kontraindikace pro používání cvičebního zařízení. Konzultace s lékařem se doporučuje zejména v případě, že užíváte léky, které ovlivňují srdeční tep, krevní tlak nebo hladinu cholesterolu. Je také nutná u osob starších 35 let a u osob se zdravotními problémy.
2. Před zahájením cvičení vždy proveďte rozcvičku.
3. Věnujte pozornost znepokojivým signálům. Nevhodné nebo nadměrné cvičení může být pro vaše zdraví nebezpečné. Pokud během cvičení pocítíte bolesti hlavy nebo závratě, bolest na hrudi, nepravidelný srdeční tep nebo jiné znepokojující příznaky, okamžitě přestaňte cvičit a poraďte se s lékařem.
4. Během cvičení a po něm udržujte děti a domácí zvířata mimo dosah zařízení.
5. Zařízení umístěte na suchý a rovný povrch, nejméně 0,5 m od zdi. Z okolí zařízení odstraňte všechny ostré předměty. Chraňte zařízení před vlhkostí a vyrovnejte případné nerovnosti podlahy. Doporučujeme použít speciální protiskluzovou podložku, aby zařízení během cvičení neklouzalo.
6. Před prvním použitím a poté v pravidelných intervalech kontrolujte upevnění všech šroubů, čepů a dalších spojovacích částí.
7. Před zahájením cvičení zkontrolujte upevnění dílů a šroubů, které je spojují. Cvičení lze zahájit pouze tehdy, je-li zařízení plně funkční.
8. Přístroj by měl být pravidelně kontrolován z hlediska opotřebení a případného poškození - jen tak bude splňovat bezpečnostní požadavky. Zvláštní pozornost věnujte pedálům, regulátoru odporu a pěnovým rukojetím, které se opotřebovávají nejrychleji. Poškozené součásti by měly být okamžitě opraveny nebo vyměněny - do té doby se stroj nesmí používat.
9. Do otvorů přístroje nevkládejte žádné předměty.
10. Nenechávejte vyčnívat ovládací prvky ani jiné konstrukční části, které by mohly bránit pohybu.
11. Zařízení používejte pouze k určenému účelu. Pokud je některá část poškozená nebo opotřebovaná nebo pokud se během používání objeví rušivé zvuky, okamžitě přestaňte cvičit. Zařízení znovu nepoužívejte, dokud nebude problém odstraněn.
12. Cvičte v pohodlném oblečení a sportovní obuvi. Vyhněte se volnému oblečení, které by se mohlo zachytit o vyčnívající části zařízení nebo které by mohlo omezovat vaši volnost pohybu.
13. Zařízení je klasifikováno jako zařízení třídy HC podle normy EN ISO 20957-1 a je určeno pouze pro domácí použití. Nesmí se používat k terapeutickým, rehabilitačním nebo komerčním účelům.
14. Při zvedání nebo přenášení zařízení buďte opatrní, abyste si nenamáhali páteř.
15. Výrobek je určen pouze pro dospělé osoby. Děti jej mohou používat pouze pod přísným dohledem dospělých a na vlastní odpovědnost.
16. Při montáži zařízení se striktně řiďte příloženými pokyny a používejte pouze dodané díly. Před zahájením montáže se ujistěte, že jsou součástí dodávky všechny položky uvedené v seznamu dílů.

VAROVÁNÍ: Před použitím fitness zařízení si přečtěte návod k použití. Neneseme odpovědnost za zranění nebo poškození předmětů způsobené nesprávným používáním tohoto výrobku.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Čistá hmotnost: 28 kg

Setrvačník: 8 kg

Rozměry v rozloženém stavu: 107 × 50 × 131 cm

Maximální zatížení: 120 kg

ÚDRŽBA

Stroj byl navržen tak, aby vyžadoval minimální údržbu ze strany uživatele. Doporučujeme provést následující kroky:

- K odstranění nečistot a prachu použijte měkký hadřík. Po každém použití otřete přístroj do sucha.
- Pravidelně kontrolujte, zda není běhoun opotřebovaný a zda je ve správné poloze.
- Pravidelně kontrolujte, zda jsou všechny šrouby a knoflíky řádně dotaženy.

BRŽDĚNÍ

Chcete-li stroj zastavit, přestaňte šlapat. Magnetický rotoped M6993 není vybaven blokovacím systémem ani nouzovou brzdou.



Seznam dílů a nářadí

ČÍSLO	NÁZEV ČÁSTI	SPECIFIKACE	MNOŽSTVÍ
68	ŠROUB	M8*P1,25*72L	4
15	OBJÍMKA	f7*f12*25mml	1
13	ŠROUB	M7*P1.0*30L	1
16	T KNOFLÍK	M7*P1.0*55L	1
14	PODLOŽKA	f7*f12*1T	2
12	PODLOŽKA	f7*f12*2T	2
19	PODLOŽKA	f8*f19*2T	4
70	ŠESTIHRANNÝ KLÍČ	6mm*30mml*84mml	1
71	ŠROUBOVÁK	13.15	1
73	KORPUS	13. 14. 15	1
10	OBJÍMKA	f8*f19*2T	1

ČÍSLO	NÁZEV ČÁSTI	SPECIFIKACE	MNOŽSTVÍ
1	POČÍTAČ		1
2	ŠROUB	M5*10L	4
3	HORNÍ KABEL	900L	1
4	OBJÍMKA	φ20*5T*485L,STR	2
5	KRYT	STR 7/8"	2
6	PULSNÍ SENZOR	12B	2
7	ŠROUB	M3,5*20L	2
8	ŘÍDÍTKA		1
9	VODIČ PULSU	700+700L	1
10	OBJÍMKA	4T	1
11	KRYT	7511D	1
12	PODLOŽKA	f7*f12*2T	2
13	ŠROUB	M7*P1.0*30L	1
14	PODLOŽKA	f7*f12*1T	2
15	OBJÍMKA	f7*f12*25mmI	1
16	T-TVAROVANÝ KNOFLÍK	M7*P1.0*55L	1
17	SLOUPEK POČÍTAČE	45*51*1.5T*847.4L	1
18	ŠROUB	M8*P1.25*16L(6m/6m	4
19	PODLOŽKA	f8*f19*2T	9
20	PODLOŽKA	f8*f19*2T	2
21	KRYT SLOUPKU POČÍTAČE	PS	1
22	SEDLO		1
23	ČEPICE	M8	5
24	PODPĚRA SEDLA		1
25	CAP	20*60 (PP)	2
26	PODLOŽKA	φ8*φ16*2T	1
27	SEDLOVÝ KNOFLÍK	M8(ABS)	1
28	SEDLOVKA	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	KONEKTOR SEDLOVÉHO SLOUPKU	φ50.8 2700 PP	1
31	KNOFLÍK	M16*P1.5*35L	1
32	SPODNÍ KABEL	450L	1
33	MONTÁŽNÍ SOUPRAVA		1
34	ŘEMEN	J6 400	1
35	KLADKA	φ232*6	1
36	KLIKA	6"*190W(1/2")	1
37	PEDÁL	1/2"	1
38	KRYTKA	PVC	2
39	HLAVNÍ KRYT L/P	PS	1
40	ŠROUB	3/16" (#10) *5/8"	6
41	LOŽISKO	6900RS	2
42	REGULAČNÍ KONCOVKA	φ43*22.5	1
43	PODLOŽKA	φ8*φ16*1t	1
44	DRŽÁK	5T	1
45	ŠROUB	M8*20	1
46	PRUŽINA	0Dφ16*φ2,0*45T (65Mn)	1
47	MAGNET		1
48	ŠROUB	M6*P1.0*16L	4
49	PODLOŽKA	φ6*φ13*1t	4
50	PODLOŽKA	φ6	2
51	ŠROUB	M3*8L	2
52	SENZOR	300L	1
53	MOTOR	MT03	1
54	OSA SETRVAČNÍKU	3/8"-26*145L	1
55	LOŽISKO	6000RS	3
56	MALÁ KLADKA	φ39*7(φ26)	1
57	OBJÍMKA	φ10*φ16*11.5mmI	1
58	OBJÍMKA	φ39.3	1
59	SETRVAČNÍK	φ280*26W	1
60	OBJÍMKA	φ10*φ14*9mmI	4
61	ŠROUB	3/8"-26*4.5t	4
62	UZÁVĚR	3/8"-26	2
63	ŠROUB	3/16" (#10) *3/4"	4
64	KONCOVKA STABILIZÁTORU	PP	2
65	PŘEDNÍ STABILIZÁTOR	60*70*1.5t*430L	1
66	KONCOVKA STABILIZÁTORU	PP	2
67	ZADNÍ STABILIZÁTOR	60*70*1.5t*430L	1
68	ŠROUB	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTÉR	9V 1,0A	1
70	ŠESTIHRANNÝ KLÍČ	6 mm*30 mmI*84 mmI	1
71	ŠROUBOVÁK	13, 15	1
72	N-TYP KLÍČE	13, 14, 15	1
73	HLAVNÍ RÁM		1



Montáž

➤ Krok 1.

1. Připevněte přední stabilizátor (65) k hlavnímu rámu (73) pomocí 2 šroubů (68) a 2 podložek (19).
2. Připevněte zadní stabilizátor (67) k hlavnímu rámu (73) pomocí 2 šroubů (68) a 2 podložek (19).

➤ Krok 2.

1. Připevněte držáky k pedálům.
2. Připevněte levý pedál k levé klince (37-L) a pravý pedál (37-R) k pravé klince.

➤ Krok 3.

1. Připevněte sedlo (22) k podpěře sedla (24). Poté připevněte sedlo k sedlovce (28) pomocí knoflíku (27) a podložky (26).
2. Připevněte sedlovku (28) k hlavnímu rámu a zajistěte ji knoflíkem.

➤ Krok 4.

1. Nasaďte kryty (21), (70) na sloupek počítače (17).
2. Připojte spodní kabel (32) k hornímu kabelu (3).
3. Umístěte sloupek do hlavního rámu a přišroubujte jej pomocí šroubů (18) a podložek (20) a (19).

➤ Krok 5.

1. Umístěte řídítka (8) na sloupek počítače (17) a poté upevněte horní část pomocí podložky (12) a šroubu (13).
2. Nasaďte pouzdro (15), podložku (14) a kryt (11) na T-knoflík (16) a přišroubujte jej ke spodní části.

➤ Krok 6.

1. Připojte kabel snímače pulzů (9) ke kabelu počítače (1-1), poté připojte horní kabel (3) ke kabelu počítače (1-2).
2. Připevněte počítač (1) ke sloupku počítače (17) pomocí 4 šroubů (2).



Počítač

1. Po stisknutí tlačítka POWER-ON se na obrazovce na 1 sekundu zobrazí všechny segmenty, zazní jedno pípnutí a zátěž se vrátí do nulové polohy.
2. Pokud není po dobu 4 sekund detekován žádný vstupní signál, na obrazovce se zobrazí "E4". Pokud je tlačítko START/STOP stisknuto a podrženo déle než 2 sekundy, dojde k RESETU, čímž se všechny funkce vrátí do původního stavu (jako po zapnutí napájení).
3. Napájení počítače: DC 6V / 1000 mA.

Funkce tlačítek

1. START/STOP:

- A. Start - pro spuštění tréninku.
- B. Pauza - pro obnovení tréninku stiskněte znovu.

2. RESET :

- A. Během nastavování parametrů - stisknutím se vrátíte do hlavní nabídky.
- B. Podržením na 3 sekundy obnovíte nastavení.

3. OBNOVENÍ :

- A. Pokud je detekován signál srdečního tepu, stisknutím tlačítka spustíte režim RECOVERY.

4. NAHORU :

- A. Během nastavování funkcí - stisknutím zvýšíte hodnoty parametrů.
- B. Během tréninku - stisknutím zvýšíte úroveň odporu.

5. DOLŮ :

- A. Během nastavování funkce - stisknutím snížíte hodnoty parametrů.
- B. Během tréninku - stiskněte pro snížení úrovně odporu.

6. MODE/ENTER :

- A. Během nastavování funkcí - stiskněte pro potvrzení hodnot parametrů.
- B. Při definování uživatelských nastavení - stisknutím přejdete na další část.

7. MODE+RECOVERY :

- A. V hlavní nabídce stiskněte na 3 sekundy pro provedení změny metrického/imperiálního systému.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Stisknutím na 3 sekundy přejdete do režimu spánku.

Režimy

Manuální režim - základní

Zvolte manuální režim (Manual), pak stiskněte ENTER pro potvrzení výběru a nastavení úrovně odporu. Opětovným stisknutím tlačítka ENTER přejdete na další nastavení parametrů:

Čas (Time) → vzdálenost (Distance) → kalorie (Calories) → cílová tepová frekvence (Target Heart Rate). Pomocí tlačítek UP nebo DOWN zvyšujete nebo snižujete hodnoty jednotlivých parametrů. Po dokončení konfigurace stiskněte tlačítko START pro zahájení tréninku.

Během cvičení můžete kdykoli změnit úroveň odporu pomocí tlačítek UP nebo DOWN.

Režim PROGRAM - vestavěné programy

Zvolte režim Program a potvrďte stisknutím tlačítka ENTER.

Pomocí tlačítek UP nebo DOWN vyberte jeden z programů (P1-P12) a výběr potvrďte stisknutím tlačítka ENTER. Nastavte úroveň odporu a pokračujte v konfiguraci následujících parametrů:

Pomocí tlačítek NAHORU nebo DOLŮ nastavte hodnoty: čas (Time) → vzdálenost (Distance) → kalorie (Calories) → cílová tepová frekvence (Target Heart Rate).

Po provedení nastavení stiskněte tlačítko START pro zahájení tréninku. Během cvičení můžete měnit úroveň odporu pomocí tlačítek UP nebo DOWN.

Na obrázku č. (P1-P12) je znázorněno 12 vestavěných tréninkových programů.

Fitness režim

Zvolte režim "Program" a výběr potvrďte stisknutím tlačítka ENTER. Výchozí čas je nastaven na 12 minut, odpor 6, stiskněte START pro zahájení cvičení.

Výběr úrovně

Úroveň	Pohlaví	Vzdálenost / rychlost	VĚK <30	VĚK =30~39	VĚK =40~49	VĚK >50
F5	Muži	DISTANCE (Vzdálenost)	<3,2 KM	<3KM	<2,8 HP	<2,6 KM
		SPEED (Rychlost)	16 km/h	15 km/h	14 km/h	13 km/h
	Ženy	DISTANCE (Vzdálenost)	<3KM	<2,8 KM	<2,4 KM	<2,2 KM
		SPEED (Rychlost)	15 km/h	14 km/h	12 km/h	11 km/h
F4	Muži	DISTANCE (Vzdálenost)	3,2~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM	2,6~3,2KM
		SPEED (Rychlost)	20 km/h	19 km/h	17 km/h	16 km/h
	Ženy	VZDÁLENOST (Vzdálenost)	3~3,6KM	2,8~3,4KM	2,4~3KM	2,2~2,8KM
		SPEED (Rychlost)	18 km/h	17 km/h	15 km/h	14 km/h
F3	Muži	DISTANCE (Vzdálenost)	4~4,8KM	3,8~4,6KM	3,4~4,2KM	3,2~4 Km
		SPEED (Rychlost)	24 km/h	23 km/h	21 km/h	20 km/h
	Ženy	DISTANCE (Vzdálenost)	3,6 ~ 4,4 KM	3,4~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM
		SPEED (Rychlost)	22 km/h	20 km/h	19 km/h	17 km/h
F2	Muži	DISTANCE (Vzdálenost)	4,8~5,6KM	4,6~5,4KM	4,2~5KM	4~4,8KM
		SPEED (Rychlost)	28 km/h	27 km/h	25 km/h	24 km/h
	Ženy	DISTANCE (Vzdálenost)	4,4~5,4KM	4~5KM	3,8~4,6KM	3,4~4,4KM
		SPEED (Rychlost)	27 km/h	25 km/h	23 km/h	22 km/h
F1	Muži	DISTANCE (Vzdálenost)	>5,6 KM	>5,4 KM	>5KM	>4,8 HP
		SPEED (Rychlost)	28 km/h	27HP	25 km/h	24 km/h
	Ženy	DISTANCE (Vzdálenost)	>5,4 Km	>5 Km	>4,6 Km	>4,4 Km
		SPEED (Rychlost)	27 km/h	25 km/h	23 km/h	22 km/h

Režim WATT - konstantní měření výkonu

Zvolte režim WATT a volbu potvrďte stisknutím tlačítka ENTER. Poté přejděte do nastavení:

Čas (Time)→ vzdálenost (Distance)→ kalorie (Calories)→ cílová tepová frekvence (Target Heart Rate).

Pomocí tlačítek UP nebo DOWN zvyšujte nebo snižujte hodnoty parametrů. Po dokončení konfigurace stiskněte tlačítko START a spustíte trénink.

Během cvičení můžete hodnotu WATT měnit pomocí tlačítek UP nebo DOWN. Poznámka: hodnota WATT je závislá na kadenci (otáčkách za minutu): Pokud je počet otáček za minutu < 20, je hodnota WATT nastavena na 20.

Při RPM > 120 je hodnota WATT omezena na 120.

Režim PERSONAL - nastavení specifické pro uživatele

Vyberte možnost PERSONAL mode (Osobní režim) a výběr potvrďte stisknutím tlačítka ENTER. Přejděte na první z 16 sekcí nastavení odporu.

Pomocí tlačítek UP nebo DOWN nastavte hodnotu odporu a poté stisknutím tlačítka ENTER přejděte na další sekci.

Po nastavení 16. sekce se opětovným stisknutím tlačítka ENTER vrátíte na první sekci.

Nakonec stiskněte tlačítko START pro zahájení tréninku.

Během tréninku můžete měnit úroveň odporu pomocí tlačítek UP nebo DOWN.

Režim HRC - trénink řízený srdeční frekvencí

Zvolte režim HRC a volbu potvrďte stisknutím tlačítka ENTER. Pomocí tlačítek UP nebo DOWN vyberte cílovou úroveň tepové frekvence: 55 %, 75 %, 90 %, 100 %.

Poté přejděte do nastavení: čas (Time)→ vzdálenost (Distance)→ kalorie (Calories)→ HRC. Po dokončení nastavení stiskněte tlačítko START pro zahájení tréninku.

Během tréninku se zvýšení/snížení odporu počítá na základě úrovně vašeho pulsu.

Vzorec pro výpočet cíle:

$$THR = (220 - VĚK) * 55\%$$

$$THR = (220 - VĚK) * 75\%$$

$$THR = (220 - VĚK) * 90\%$$

$$THR = (220 - VĚK) * 100\%$$

Během tréninku se zvýšení/snížení odporu počítá na základě úrovně pulsu**Režim RECOVERY - test zotavení**

Pokud je detekován signál srdečního tepu, stisknutím tlačítka RECOVERY spustíte režim obnovy. Během měření mějte ruce na snímačích tepu.

Odpočítávání začne od 60 sekund dolů.

Po dokončení testu se na obrazovce zobrazí skóre na stupnici od 1 do 6, vypočtené podle vzorce: Skóre = $6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$. P1 -nejvyšší úroveň srdeční frekvence zaznamenaná během prvních 20 sekund.

P2 - nejnižší úroveň tepové frekvence zaznamenaná za posledních 40 sekund Pokud se P1 nebo P2 rovná 0, na displeji se zobrazí ERR2.

Režim uživatelských dat (USER)**1. Uživatelská nastavení**

Po zapnutí napájení nebo po provedení resetu přístroj automaticky přejde do režimu uživatelských nastavení USER. Pomocí tlačítek NAHORU nebo DOLŮ vyberte profil: USER0 ~ USER4, poté výběr potvrďte stisknutím tlačítka ENTER. Postupně nastavte následující údaje:

- Pohlaví
- Věk
- Výška
- Hmotnost

Popis funkce

Typ funkce	Zobrazení rozsahu	Výchozí hodnota nastavení	Zvýšení/snížení	Popis
Čas	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Když se zobrazí 0:00, čas se sečte. 2. Když je zobrazeno 1:00~99:00, čas se bude sčítat. odpočítávat do 0.
Vzdálenost	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Když se zobrazí 0:00, vzdálenost se přičte. 2. Když se zobrazí 0,1~99,5, vzdálenost se přičte. se bude odpočítávat do 0.
Kalorie	0~990	0	±10	1. Když se zobrazí 0,0, kalorie se přičtou. 2. Když se zobrazí 10~990, kalorie se budou odpočítávat až do 0.

Typ funkce	Zobrazení rozsahu	Výchozí nastavení	Zvýšení/snížení	Popis
Výška	100~200	160	±1	Metrická jednotka: CM
Hmotnost	20~150	50	±1	Metrická jednotka: KG
Věk	10~99	25	±1	Věk
Uživatel	Uživatel0~Uživatel4	Uživatel0	±1	Uživatel
Úroveň	1~24	1	±1	Odpor motoru
Watt	10~350	100	±5	Hodnota wattu

Změna metrického/imperiálního systému

V hlavní nabídce stiskněte současně tlačítka MODE+ RECOVERY a podržte je po dobu 3 sekund, čímž přejdete do nastavení jednotky. Při změně systému (metrický↔ imperiální) dojde k automatickému resetování jednotky.

Režim spánku

Jednotka přejde do režimu spánku, pokud se po dobu 4 minut nepohne ani nestiskne žádné tlačítko. Režim spánku ukončíte stisknutím libovolného tlačítka.

Chyba motoru

Pokud se na displeji zobrazí ERR4, proveďte následující kroky:

- Odpojte napájení.
- Sejměte kryt jednotky.
- Zkontrolujte zapojení - konektor může být uvolněný nebo kabel poškozený.

Installationsvejledning

SIKKERHEDSOVERVEJELSER

1. Før du begynder at træne, skal du konsultere din læge for at få bekræftet, at der ikke er nogen kontraindikationer for brugen af træningsudstyret. En lægekonsultation anbefales især, hvis du tager medicin, der påvirker din hjerterytme, dit blodtryk eller dit kolesterolniveau. Det er også nødvendigt for personer over 35 år og personer med helbredsproblemer.
2. Varm altid op, før du begynder at træne.
3. Vær opmærksom på bekymrende signaler. U hensigtsmæssig eller overdreven træning kan være farlig for dit helbred. Hvis du oplever hovedpine eller svimmelhed, brystsmerte, uregelmæssig hjerterytme eller andre bekymrende symptomer under træningen, skal du straks holde op med at træne og kontakte din læge.
4. Hold børn og kæledyr væk fra udstyret under og efter træningen.
5. Placer udstyret på en tør og plan overflade, mindst 0,5 m fra væggen. Fjern alle skarpe genstande fra området omkring udstyret. Beskyt udstyret mod fugt, og udlign eventuelle ujævnheder i gulvet. En særlig skridsikker måtte anbefales for at forhindre, at udstyret glider under træningen.
6. Før første brug og derefter med regelmæssige mellemrum skal du kontrollere, at alle skruer, stifter og andre forbindelsesdele sidder fast.
7. Kontroller fastgørelsen af delene og boltene, der forbinder dem, før du begynder at træne. Træningen kan kun påbegyndes, hvis apparatet er fuldt funktionsdygtigt.
8. Apparatet skal kontrolleres regelmæssigt for slitage og eventuelle skader - kun på den måde opfylder det sikkerhedskravene. Vær særlig opmærksom på pedalerne, modstandsregulatoren og skumgrebene, som slides hurtigst. Beskadede komponenter skal repareres eller udskiftes med det samme - indtil da må du ikke bruge maskinen.
9. Stik ikke genstande ind i enhedens åbninger.
10. Efterlad ikke fremspringende betjeningsdele eller andre konstruktionsdele, der kan hindre dig i at bevæge dig.
11. Brug kun udstyret til det formål, det er beregnet til. Stop straks træningen, hvis en del er beskadiget eller slidt, eller hvis der opstår forstyrrende lyde under brug. Brug ikke udstyret igen, før problemet er løst.
12. Træn i behageligt tøj og sportssko. Undgå løstsiddende tøj, som kan hænge fast i fremspringende dele af udstyret, eller som kan begrænse din bevægelsesfrihed.
13. Udstyret er klassificeret som klasse HC-udstyr i henhold til EN ISO 20957-1 og er kun beregnet til brug i hjemmet. Det må ikke bruges til terapeutiske, rehabiliterende eller kommercielle formål.
14. Vær forsigtig, når du løfter eller bærer udstyret, så du ikke belaster rygsøjlen.
15. Produktet er kun beregnet til voksne. Børn må kun bruge det under nøje opsyn af en voksen og på eget ansvar.
16. Følg nøje de medfølgende instruktioner, når du samler apparatet, og brug kun de medfølgende dele. Før du begynder at samle apparatet, skal du sikre dig, at alle de dele, der er anført i styklisten, er med.

ADVARSEL: Læs instruktionerne, før du bruger fitnessudstyret. Vi er ikke ansvarlige for personskader eller skader på genstande forårsaget af forkert brug af dette produkt.

TEKNISKE DATA

Nettovægt: 28 kg

Svinghjul: 8 kg

Mål, når den er foldet ud: 107×50×131 cm Maksimal

belastning: 120 kg

VEDLIGEHOLDELSE

Maskinen er designet til at kræve minimal vedligeholdelse fra brugeren. Følgende trin anbefales:

- Brug en blød klud til at fjerne snavs og støv. Tør maskinen af efter hver brug.
- Kontrollér regelmæssigt, at maskinens stropper ikke er slidte og sidder i den rigtige position.
- Kontrollér regelmæssigt, at alle bolte og knapper er spændt ordentligt.

BREMSNING

Stop med at træde i pedalerne for at stoppe maskinen. M6993-magnetcyklen er ikke udstyret med et låsesystem eller en nødbremse.



Liste over dele og værktøj

NUMMER	NAVN PÅ DEL	SPECIFIKATION	QUANTITY
68	SKRUER	M8*P1.25*72L	4
15	BUSHING	f7*f12*25mm	1
13	SKRUER	M7*P1.0*30L	1
16	T-TYPE KNOB	M7*P1.0*55L	1
14	PAD	f7*f12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	HEXAGON WRENCH	6mm*30mm	1
71	HARPOON WRENCH	13.15	1
73	N-TYPE WRENCH	13, 14, 15	1
10	KLAMPE	f8*f19*2T	1

NUMMER	PART NAME	SPECIFIKATION	QUANTITY
1	COMPUTER		1
2	SKRUER	M5*10L	4
3	UPPER CABLE	900L	1
4	BUSHING	φ20*5T*485L,STR	2
5	COVER	STR 7/8"	2
6	PULSE SENSOR	12B	2
7	SKRUER	M3.5*20L	2
8	STYREHJUL		1
9	PULSE LINE	700+700L	1
10	TALER SHIELD	4T	1
11	COVER	7511D	1
12	PAD	f7*f12*2T	2
13	SKRUER	M7*P1.0*30L	1
14	PAD	f7*f12*1T	2
15	BUSHING	f7*f12*25mml	1
16	T-SHAPED KNOB	M7*P1.0*55L	1
17	COMPUTER POST	45*51*1.5T*847.4L	1
18	SKRUER	M8*P1.25*16L(6m/6m	4
19	PAD	f8*f19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	COMPUTER POST COVER	PS	1
22	SADDLE		1
23	CAP	M8	5
24	SADDLE SUPPORT		1
25	CAP	20*60 (PP)	2
26	PAD	φ8*φ16*2T	1
27	SADDLE KNOB	M8(ABS)	1
28	SADDLE POST	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	SADELSTOLPE-STIK	φ50.8 2700 PP	1
31	KNOB	M16*P1.5*35L	1
32	LOWER CABLE	450L	1
33	ASSEMBLY KIT		1
34	BÆLT	J6 400	1
35	PULLEY	φ232*6	1
36	KRANKE	6**190W(1/2")	1
37	PEDAL	1/2"	1
38	CAP	PVC	2
39	MAIN COVER L/P	PS	1
40	SKRUER	3/16" (#10) *5/8"	6
41	BEARING	6900RS	2
42	REGULERINGSHÆTTE	φ43*22.5	1
43	PAD	φ8*φ16*1t	1
44	BRACKET	5T	1
45	SKRUER	M8*20	1
46	SPRING	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	MAGNET		1
48	SKRUER	M6*P1.0*16L	4
49	PAD	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	SKRUER	M3*8L	2
52	SENSOR	300L	1
53	MOTOR	MT03	1
54	FLYWHEEL AXLE	3/8"-26*145L	1
55	BEARING	6000RS	3
56	SMALL PULLEY	φ39*7(φ26)	1
57	BUSHING	φ10*φ16*11.5mml	1
58	BUSHING	φ39.3	1
59	FLYWHEEL	φ280*26W	1
60	BUSHING	φ10*φ14*9mml	4
61	SKRUER	3/8"-26*4.5t	4
62	CAP	3/8"-26	2
63	SKRUER	3/16" (#10) *3/4"	4
64	FORHJULSDÆKSEL	PP	2
65	STABILISATOR FORAN	60*70*1,5t*430L	1
66	BAGESTE HÆTTE	PP	2
67	BAGESTE STABILISATOR	60*70*1,5t*430L	1
68	SKRUER	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTER	9V 1.0A	1
70	HEXAGON WRENCH	6mm*30mml*84mml	1
71	HARPOON WRENCH	13, 15	1
72	N-TYPE WRENCH	13, 14, 15	1
73	HOVEDRAMME		1



Samling

➤ Trin 1.

1. Fastgør den forreste stabilisator (65) til hovedrammen (73) med 2 skruer (68) og 2 spændeskiver (19).
2. Fastgør den bageste stabilisator (67) til hovedrammen (73) med 2 skruer (68) og 2 spændeskiver (19).

➤ Trin 2.

1. Fastgør beslagene til pedalerne.
2. Sæt den venstre pedal på venstre krank (37-L) og den højre pedal (37-R) på højre krank.

➤ Trin 3.

1. Sæt sadlen (22) fast på sadelpinden (24). Fastgør derefter sadelpinden til sadelpinden (28) med knoppen (27) og skiven (26).
2. Sæt sadelpinden (28) fast på hovedrammen, og fastgør den med knoppen.

➤ Trin 4.

1. Sæt dækslerne (21) og (70) på computerstolpen (17).
2. Tilslut det nederste kabel (32) til det øverste kabel (3).
3. Placer stolpen i hovedrammen, og skru den fast med skruerne (18) og skiverne (20) og (19).

➤ Trin 5.

1. Placer rattet (8) på computerstolpen (17), og fastgør derefter den øverste del med skiven (12) og skruen (13).
2. Placer bøsningen (15), skiven (14) og dækslet (11) på T-hjulet (16), og skru det fast på den nederste del.

➤ Trin 6.

1. Tilslut pulssensorkablet (9) til computerkablet (1-1), og tilslut derefter det øverste kabel (3) til computerkablet (1-2).
2. Fastgør computeren (1) til computerstolpen (17) med 4 skruer (2).



Computer

1. Når der trykkes på POWER-ON-knappen, vises alle segmenter på skærmen i 1 sekund, der lyder et enkelt bip, og motoren vender tilbage til nul.
2. Hvis der ikke registreres noget indgangssignal i 4 sekunder, vises "E4" på skærmen. Hvis START/STOP-knappen holdes nede i mere end 2 sekunder, sker der en RESET, hvor alle funktioner vender tilbage til deres oprindelige tilstand (som efter opstart).
3. Strømforsyning til computer: DC 6V / 1000 mA.

Knappernes funktioner

1. START/STOP:

- A. Start - for at starte enheden.
- B. Pause - tryk igen for at genoptage driften.

2. RESET:

- A. Under parameterindstilling - tryk for at vende tilbage til hovedmenuen.
- B. Hold nede i 3 sekunder for at nulstille indstillingerne.

3. RECOVERY :

- A. Hvis der registreres et pulssignal, skal du trykke på knappen for at starte RECOVERY-tilstand.

4. UP :

- A. Under funktionsindstilling - tryk for at øge parameterværdierne.
- B. Under træning - tryk for at øge modstandsniveauet.

5. DOWN :

- A. Under funktionsindstilling - tryk for at sænke parameterværdierne.
- B. Under træning - tryk for at sænke modstandsniveauet.

6. MODE/ENTER :

- A. Under funktionsindstilling - tryk for at bekræfte parameterværdier.
- B. Når du definerer brugerindstillinger - tryk for at gå til næste afsnit.

7. MODE+RECOVERY :

- A. I hovedmenuen skal du trykke på i 3 sekunder for at foretage ændringer i det metriske/imperiale system.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Tryk i 3 sekunder for at gå i dvaletilstand.

Funktionstilstand

Manuel tilstand - grundlæggende

Vælg Manuel tilstand, og tryk derefter på ENTER for at bekræfte valget og indstille modstandsniveauet. Tryk på ENTER igen for at gå til de næste parameterindstillinger:

time (Tid)→ distance (Distance)→ calories (Kalorier)→ target heart rate (Målpuls). Brug OP- eller NED-knapperne til at øge eller mindske værdierne for hver parameter. Når konfigurationen er færdig, skal du trykke på START for at starte din træning.

Under træningen kan du til enhver tid ændre modstandsniveauet ved hjælp af UP- eller DOWN-knapperne.

PROGRAM-tilstand - indbyggede programmer

Vælg programtilstand, og tryk derefter på ENTER for at bekræfte.

Brug UP eller DOWN til at vælge et af programmerne (P1-P12), og tryk derefter på ENTER for at bekræfte valget. Indstil modstandsniveauet, og fortsæt med at konfigurere de følgende parametre:

tid (Time)→ distance (Distance)→ calories (Calories)→ target heart rate (Target Heart Rate), brug knapperne UP eller DOWN til at justere værdierne.

Når indstillingerne er foretaget, skal du trykke på START for at starte din træning.

Under træningen kan du ændre modstandsniveauet ved hjælp af knapperne UP eller DOWN.

Diagram nr. (P1-P12) viser de 12 indbyggede træningsprogrammer.

Fitness-tilstand

Vælg tilstanden "Program", og tryk på ENTER for at bekræfte valget. Standardtiden er indstillet til 12 minutter, modstand 6, tryk på START for at starte din træning.

Valg af niveau

Niveau	Køn	Distance/hastighed	ALDER <30	ALDER =30~39	ALDER =40~49	AGE >50
F5	Mand	DISTANCE (Afstand)	<3.2KM	<3KM	<2.8 HP	<2,6 HK
		SPEED (hastighed)	16 hk/t	15 HK	14 HK	13 HK
	Kvinde	DISTANCE (Afstand)	<3KM	<2.8KM	<2.4KM	<2,2 HK
		SPEED (hastighed)	15 HK	14 HK	12 HK	11HK
F4	Mand	DISTANCE (Afstand)	3.2~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM	2,6~3,2KM
		SPEED (hastighed)	20KM	19KM	17HP	16HP
	Kvinde	DISTANCE (Afstand)	3~3.6KM	2.8~3.4KM	2,4~3KM	2.2~2.8KM
		SPEED (hastighed)	18KM	17HP	15 HK	14HK
F3	Mand	DISTANCE (Afstand)	4~4.8KM	3.8~4.6KM	3.4~4.2KM	3,2~4 HK
		SPEED (hastighed)	24KM	23KM	21 HK	20HP
	Kvinde	DISTANCE (Afstand)	3,6~4,4KM	3.4~4KM	3~3.8KM	2,8~3,4KM
		SPEED (hastighed)	22KM	20HP	19HP	17HK
F2	Mand	DISTANCE (Afstand)	4.8~5.6KM	4.6~5.4KM	4.2~5KM	4~4.8KM
		SPEED (hastighed)	28KM	27KM	25HP	24 HK
	Kvinde	DISTANCE (Afstand)	4.4~5.4KM	4~5KM	3,8~4,6KM	3,4~4,4KM
		SPEED (hastighed)	27KM	25KM	23HP	22 HK
F1	Mand	DISTANCE (Afstand)	>5.6KM	>5.4KM	>5KM	>4,8 HK
		SPEED (hastighed)	28 HK	27 HK	25 HK	24 HK
	Kvinde	DISTANCE (Afstand)	>5.4KM	>5KM	>4.6KM	>4,4 HK
		SPEED (hastighed)	27 HK	25 HK	23 HK	22HP

WATT-tilstand - konstant måling af energiforbruget

Vælg WATT-tilstand, og tryk på ENTER for at bekræfte valget. Gå derefter til indstillinger:

time (Tid)→ distance (Distance)→ calories (Kalorier)→ target heart rate (Målpuls).

Brug knapperne OP eller NED til at øge eller mindske parameterværdierne. Når du er færdig med konfigurationen, skal du trykke på START for at starte din træning.

Under træningen kan du ændre WATT-værdien ved hjælp af knapperne OP eller NED. Bemærk:

WATT-værdien er afhængig af kadence (RPM):

Når RPM < 20, er WATT-værdien indstillet til 20. Når RPM >

120, er WATT-værdien begrænset til 120.

PERSONAL-tilstand - brugerspecifikke indstillinger

Vælg PERSONAL-tilstand, og tryk derefter på ENTER for at bekræfte valget. Gå til den første af de 16 modstandsindstillinger. Brug UP eller DOWN til at justere modstandsværdien, og tryk derefter på ENTER for at gå til næste sektion.

Når du har indstillet den 16. sektion, skal du trykke på ENTER igen for at vende tilbage til den første sektion. Tryk til sidst på START for at starte din træning.

Under træningen kan du ændre modstands niveauet ved hjælp af OP- eller NED-knapperne.

HRC-tilstand - pulsstyret træning

Vælg HRC-tilstand, og tryk derefter på ENTER for at bekræfte dit valg.

Brug knapperne OP eller NED til at vælge et målpulsniveau:

55%, 75%, 90%, 100%.

Gå derefter til indstillingerne: tid (Time)→ distance (Distance)→ calories (Calories)→ HRC. Når du er færdig med indstillingerne, skal du trykke på START for at starte din træning.

Under træningen beregnes stigningen/faldet i modstand ud fra dit pulsniveau.

Formel til beregning af mål:

THR= $(220-AGE)*55\%$

THR= $(220-AGE)*75\%$

THR= $(220-AGE)*90\%$

THR= $(220-AGE)*100\%$.

Under træningen beregnes stigningen/faldet i modstand ud fra pulsniveauet.

RECOVERY-tilstand - restitutionstest

Hvis der registreres et pulssignal, skal du trykke på RECOVERY-knappen for at starte recovery-tilstanden. Hold hænderne på pulssensorerne under målingen.

Nedtællingen starter fra 60 sekunder og ned.

Når testen er færdig, viser skærmen scoren på en skala fra 1 til 6, beregnet ved hjælp af formlen: $Score = 6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - højeste hjertefrekvensniveau registreret i de første 20 sekunder P2 -

laveste hjertefrekvensniveau registreret i de sidste 40 sekunder

Hvis P1 eller P2 er lig med 0, vises ERR2 på skærmen.

Brugerdatatilstand (USER)**1. Brugerindstillinger**

Når der tændes for strømmen, eller der udføres en nulstilling, går enheden automatisk ind i USER-brugerindstillingstilstand.

Brug knapperne OP eller NED til at vælge en profil: USER0 ~ USER4, og tryk derefter på ENTER for at bekræfte valget. Indstil successivt følgende data:

- Køn
- Alder (Alder)
- Height (Højde)
- Vægt (Weight)

Beskrivelse af funktion

Funktionstype	Område Visning	Standardindstillinger	Forøgelse/mindske	Beskrivelse
Tid	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Når 0:00 vises, lægges tiden til. 2. Når 1:00~99:00 vises, tæller tiden ned til 0.
Afstand	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Når 0:00 vises, lægges afstanden til. 2. Når 0,1~99,5 vises, tæller distancen ned til 0.
Kalorier	0~990	0	±10	1. Når 0,0 vises, tilføjes der kalorier. 2. Når 10~990 vises, tæller kalorierne ned til tælle ned til 0.

Funktionstype	Område Visning	Standardindstillinger	Forøgelse/mindske	Beskrivelse
Højde	100~200	160	±1	Metrisk enhed: CM
Vægt	20~150	50	±1	Metrisk enhed: KG
Alder	10~99	25	±1	Alder
Bruger	Bruger0~Bruger4	Bruger0	±1	Bruger
Niveau	1~24	1	±1	Motorens modstand
Watt	10~350	100	±5	Watt-værdi

Ændring af det metriske/imperiale system

I hovedmenuen skal du trykke på knapperne MODE+ RECOVERY samtidigt og holde dem nede i 3 sekunder for at få adgang til enhedens indstillinger.

Når systemet ændres (metrisk↔ imperial), sker der en automatisk nulstilling af enheden.

Dvaletilstand

Enheden går i dvaletilstand, hvis der ikke foretages nogen bevægelse eller trykkes på en knap i 4 minutter. Tryk på en vilkårlig knap for at forlade dvaletilstand.

Motorfejl

Hvis ERR4 vises på displayet, skal du gøre følgende: Afbryd strømforsyningen.

Fjern dækslet på enheden.

Tjek ledningerne - stikket kan være løst eller kablet beskadiget.

SICHERHEITSHINWEISE

1. Bevor Sie mit dem Training beginnen, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, um sich zu vergewissern, dass keine Kontraindikationen für die Benutzung des Trainingsgeräts bestehen. Eine ärztliche Konsultation wird insbesondere dann empfohlen, wenn Sie Medikamente einnehmen, die sich auf Ihre Herzfrequenz, Ihren Blutdruck oder Ihren Cholesterinspiegel auswirken. Dies gilt auch für Personen über 35 Jahre und Personen mit gesundheitlichen Problemen.
2. Führen Sie vor dem Training immer ein Aufwärmprogramm durch.
3. Achten Sie auf beunruhigende Signale. Unangemessenes oder übermäßiges Training kann Ihre Gesundheit gefährden. Wenn Sie während des Trainings Kopfschmerzen oder Schwindel, Schmerzen in der Brust, Herzrhythmusstörungen oder andere besorgniserregende Symptome verspüren, brechen Sie das Training sofort ab und suchen Sie Ihren Arzt auf.
4. Halten Sie Kinder und Haustiere während und nach dem Training von den Geräten fern.
5. Stellen Sie das Gerät auf eine trockene und ebene Fläche, mindestens 0,5 m von der Wand entfernt. Entfernen Sie alle scharfen Gegenstände aus der Umgebung des Geräts. Schützen Sie das Gerät vor Feuchtigkeit und gleichen Sie eventuelle Bodenunebenheiten aus. Um ein Verrutschen des Geräts während des Trainings zu verhindern, wird eine spezielle Antirutschmatte empfohlen.
6. Überprüfen Sie vor der ersten Benutzung und danach in regelmäßigen Abständen die Befestigung aller Schrauben, Stifte und sonstigen Verbindungsteile.
7. Überprüfen Sie die Befestigung der Teile und die Schrauben, die sie verbinden, bevor Sie mit dem Training beginnen. Mit dem Training kann nur begonnen werden, wenn das Gerät voll funktionsfähig ist.
8. Das Gerät sollte regelmäßig auf Verschleiß und eventuelle Beschädigungen überprüft werden - nur dann entspricht es den Sicherheitsanforderungen. Besonderes Augenmerk sollte auf die Pedale, den Widerstandsregler und die Schaumstoffgriffe gelegt werden, die am schnellsten verschleissen. Beschädigte Komponenten sollten sofort repariert oder ausgetauscht werden - bis dahin darf das Gerät nicht benutzt werden.
9. Stecken Sie keine Gegenstände in die Öffnungen des Geräts.
10. Lassen Sie keine vorstehenden Bedienelemente oder andere Konstruktionsteile zurück, die Ihre Bewegungsfreiheit einschränken könnten.
11. Verwenden Sie das Gerät nur für den vorgesehenen Zweck. Stellen Sie das Training sofort ein, wenn ein Teil beschädigt oder abgenutzt ist oder wenn während der Benutzung störende Geräusche auftreten. Benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn das Problem behoben ist.
12. Trainieren Sie in bequemer Kleidung und Sportschuhen. Vermeiden Sie weite Kleidung, die an hervorstehenden Teilen des Geräts hängen bleiben oder Ihre Bewegungsfreiheit einschränken könnte.
13. Das Gerät ist gemäß EN ISO 20957-1 als Gerät der Klasse HC eingestuft und nur für den Hausgebrauch bestimmt. Es darf nicht für therapeutische, rehabilitative oder kommerzielle Zwecke verwendet werden.
14. Gehen Sie beim Heben oder Tragen des Geräts vorsichtig vor, um die Wirbelsäule nicht zu belasten.
15. Das Produkt ist nur für Erwachsene bestimmt. Kinder dürfen es nur unter strenger Aufsicht von Erwachsenen und auf deren alleinige Verantwortung benutzen.
16. Halten Sie sich beim Zusammenbau des Geräts genau an die beiliegende Anleitung und verwenden Sie nur die mitgelieferten Teile. Vergewissern Sie sich vor Beginn der Montage, dass alle in der Teileliste aufgeführten Teile vorhanden sind.

WARNUNG: Lesen Sie die Anweisungen, bevor Sie das Fitnessgerät benutzen. Wir übernehmen keine Verantwortung für Verletzungen oder Schäden an Gegenständen, die durch unsachgemäßen Gebrauch dieses Produkts entstehen.

TECHNISCHE DATEN

Nettogewicht: 28 kg

Schwungrad: 8 kg

Abmessungen im ausgeklappten Zustand: 107× 50× 131

cm Maximale Belastung: 120 kg

WARTUNG

Das Gerät wurde so konzipiert, dass es vom Benutzer nur minimale Wartung erfordert. Die folgenden Schritte werden empfohlen:

- Verwenden Sie ein weiches Tuch, um Schmutz und Staub zu entfernen. Wischen Sie das Gerät nach jedem Gebrauch trocken.
- Prüfen Sie regelmäßig, ob die Riemen des Geräts nicht abgenutzt sind und sich in der richtigen Position befinden.
- Prüfen Sie regelmäßig, ob alle Schrauben und Knöpfe richtig angezogen sind.

BREMSEN

Um das Gerät anzuhalten, hören Sie auf, in die Pedale zu treten. Das Magnetfahrrad M6993 ist nicht mit einem Feststellsystem oder einer Notbremse ausgestattet.



Liste der Teile und Werkzeuge

NUMMER	NAME DES TEILS	SPEZIFIKATION	MENGE
68	SCHRAUBE	M8*P1.25*72L	4
15	BUSCHING	f7*f12*25mm	1
13	SCHRAUBE	M7*P1.0*30L	1
16	T-TYPE-KNOFF	M7*P1.0*55L	1
14	PAD	f7*f12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	HEXAGONSCHRAUBE	6mm*30mm*84mm	1
71	HARPOONSCHRAUBE	13.15	1
73	N-TYPE WRENCH	13, 14, 15	1
10	KLAMMER	f8*f19*2T	1

NUMMER	NAME DES TEILS	SPEZIFIKATION	MENGE
1	COMPUTER		1
2	SCHRAUBE	M5*10L	4
3	KABEL OBEN	900L	1
4	BUCHSE	φ20*5T*485L,STR	2
5	ABDECKUNG	STR 7/8"	2
6	IMPULSSENSOR	12B	2
7	SCHRAUBE	M3,5*20L	2
8	LENKRAD		1
9	IMPULSLEITUNG	700+700L	1
10	TALER-SCHIRM	4T	1
11	DECKEL	7511D	1
12	PAD	f7*f12*2T	2
13	SCHRAUBE	M7*P1.0*30L	1
14	PAD	f7*f12*1T	2
15	BUSCHING	f7*f12*25mml	1
16	T-FÖRMIGER KNOPF	M7*P1.0*55L	1
17	COMPUTERPUNKT	45*51*1,5T*847,4L	1
18	SCHRAUBE	M8*P1.25*16L(6m/6m	4
19	PAD	f8*f19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	ABDECKUNG DER COMPUTERSÄULE	PS	1
22	SADDLE		1
23	KAPPE	M8	5
24	SÄDELSTÜTZE		1
25	KAPPE	20*60 (PP)	2
26	PAD	φ8*φ16*2T	1
27	SADDLE-KNOPF	M8(ABS)	1
28	SADDLE POST	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	VERBINDER FÜR SATTELSTÜTZE	φ50.8 2700 PP	1
31	KNOPF	M16*P1,5*35L	1
32	UNTERES KABEL	450L	1
33	MONTAGE-SATZ		1
34	RIEMEN	J6 400	1
35	PULLEY	φ232*6	1
36	CRANK	6"*190W(1/2")	1
37	PEDAL	1/2"	1
38	KAPPE	PVC	2
39	HAUPTABDECKUNG L/P	PS	1
40	SCHRAUBE	3/16" (#10) *5/8"	6
41	LAGER	6900RS	2
42	REGELKAPPE	φ43*22.5	1
43	PAD	φ8*φ16*1t	1
44	HALTERUNG	5T	1
45	SCHRAUBE	M8*20	1
46	FRÜHLING	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	MAGNET		1
48	SCHRAUBE	M6*P1.0*16L	4
49	PAD	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	SCHRAUBE	M3*8L	2
52	FÜHLER	300L	1
53	MOTOR	MT03	1
54	FLYWHEEL-ACHSE	3/8"-26*145L	1
55	LAGER	6000RS	3
56	KLEINE PULLEY	φ39*7(φ26)	1
57	BUCHSE	φ10*φ16*11.5mml	1
58	BUCHSE	φ39.3	1
59	FLUGRAD	φ280*26W	1
60	BUSCHING	φ10*φ14*9mmL	4
61	SCHRAUBE	3/8"-26*4.5t	4
62	KAPPE	3/8"-26	2
63	SCHRAUBE	3/16" (#10) *3/4"	4
64	VORDERRADABDECKUNG	PP	2
65	FRONTSTABILISATOR	60*70*1,5t*430L	1
66	KAPPE HINTEN	PP	2
67	STABILISATOR HINTEN	60*70*1,5t*430L	1
68	SCHRAUBE	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTER	9V 1,0A	1
70	SCHRAUBENDREHER	6mm*30mml*84mml	1
71	HARPOON SCHRAUBE	13, 15	1
72	N-TYPE WRENCH	13, 14, 15	1
73	HAUPTRAHMEN		1



Zusammenbau

➤ Schritt 1.

1. Befestigen Sie den vorderen Stabilisator (65) mit 2 Schrauben (68) und 2 Unterlegscheiben (19) am Hauptrahmen (73).
2. Befestigen Sie den hinteren Stabilisator (67) am Hauptrahmen (73) mit 2 Schrauben (68) und 2 Unterlegscheiben (19).

➤ Schritt 2.

1. Befestigen Sie die Halterungen an den Pedalen.

Befestigen Sie das linke Pedal an der linken Kurbel (37-L) und das rechte Pedal (37-R) an der rechten Kurbel.

➤ Schritt 3.

1. Befestigen Sie den Sattel (22) an der Sattelstütze (24). Befestigen Sie dann die Sattelstütze mit dem Knopf (27) und der Unterlegscheibe (26) an der Sitzsäule (28).
2. Befestigen Sie die Sattelstütze (28) am Hauptrahmen und sichern Sie sie mit dem Knopf.

➤ Schritt 4.

1. Bringen Sie die Abdeckungen (21) und (70) an der Computersäule (17) an.
2. Verbinden Sie das untere Kabel (32) mit dem oberen Kabel (3).
3. Setzen Sie den Pfosten in den Hauptrahmen und schrauben Sie ihn mit den Schrauben (18) und Unterlegscheiben (20) und (19) fest.

➤ Schritt 5.

1. Setzen Sie das Lenkrad (8) auf den Computerpfosten (17) und befestigen Sie dann das Oberteil mit der Unterlegscheibe (12) und der Schraube (13).
2. Setzen Sie die Hülse (15), die Unterlegscheibe (14) und die Abdeckung (11) auf das T-Rad (16) und schrauben Sie es an das Unterteil.

➤ Schritt 6

1. Verbinden Sie das Pulssensorkabel (9) mit dem Computerkabel (1-1), dann das obere Kabel (3) mit dem Computerkabel (1-2).
2. Befestigen Sie den Computer (1) mit 4 Schrauben (2) an der Computersäule (17).



Computer

1. Wenn die POWER-ON-Taste gedrückt wird, werden alle Segmente 1 Sekunde lang auf dem Bildschirm angezeigt, ein einzelner Piepton ertönt und der Motor kehrt auf Null zurück.
2. Wenn 4 Sekunden lang kein Eingangssignal erkannt wird, wird auf dem Bildschirm "E4" angezeigt. Wenn die START/STOP-Taste länger als 2 Sekunden gedrückt wird, erfolgt ein RESET, der alle Funktionen in den Ausgangszustand zurücksetzt (wie nach dem Einschalten).
3. Stromversorgung des Computers: DC 6V / 1000 mA.

Funktionen der Tasten

1. START/STOPP:

- A. Start - zum Starten des Geräts.
- B. Pause - um den Betrieb fortzusetzen, erneut drücken.

2. RESET :

- A. Während der Parametereinstellung - drücken, um zum Hauptmenü zurückzukehren.
- B. Halten Sie die Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um die Einstellungen zurückzusetzen.

3. RECOVERY :

- A. Wenn ein Herzfrequenzsignal erkannt wird, drücken Sie die Taste, um den RECOVERY-Modus zu starten.

4. UP :

- A. Während der Funktionseinstellung - drücken, um die Parameterwerte zu erhöhen.
- B. Während des Trainings - drücken Sie die Taste, um den Widerstandswert zu erhöhen.

5. DOWN :

- A. Während der Funktionseinstellung - drücken, um die Parameterwerte zu verringern.
- B. Während des Trainings - drücken, um den Widerstandswert zu verringern.

6. MODE/ENTER :

- A. Während der Funktionseinstellung - drücken, um die Parameterwerte zu bestätigen.
- B. Bei der Festlegung von Benutzereinstellungen - drücken Sie , um zum nächsten Abschnitt zu gelangen.

7. MODE+RECOVERY :

- A. Drücken Sie im Hauptmenü 3 Sekunden lang auf , um das metrische/imperiale System zu ändern.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. 3 Sekunden lang drücken, um in den Ruhemodus zu wechseln.

Funktionsmodus

Manueller Modus - Basis

Wählen Sie den manuellen Modus und drücken Sie dann ENTER, um die Auswahl zu bestätigen und den Widerstandswert einzustellen. Drücken Sie erneut ENTER, um zu den nächsten Parametereinstellungen zu gelangen:

Zeit (Zeit)→ Distanz (Distanz)→ Kalorien (Kalorien)→ Zielherzfrequenz (Zielherzfrequenz). Verwenden Sie die Tasten UP oder DOWN, um die Werte der einzelnen Parameter zu erhöhen oder zu verringern. Sobald die Konfiguration abgeschlossen ist, drücken Sie START, um Ihr Training zu beginnen.

Während des Trainings können Sie die Widerstandsstufe jederzeit mit den Tasten UP oder DOWN ändern.

PROGRAMM-Modus - integrierte Programme

Wählen Sie den Programmmodus und drücken Sie dann zur Bestätigung ENTER.

Wählen Sie mit UP oder DOWN eines der Programme (P1-P12) und drücken Sie dann zur Bestätigung der Auswahl ENTER.

Stellen Sie den Widerstandsgrad ein und fahren Sie mit der Konfiguration der folgenden Parameter fort:

Zeit (Time)→ Distanz (Distance)→ Kalorien (Calories)→ Zielherzfrequenz (Target Heart Rate), indem Sie die Tasten UP oder DOWN verwenden, um die Werte anzupassen.

Sobald Sie die Einstellungen vorgenommen haben, drücken Sie START, um Ihr Training zu beginnen.

Während des Trainings können Sie die Widerstandsstufe mit den Tasten UP oder DOWN ändern.

Das Diagramm Nr. (P1-P12) zeigt die 12 integrierten Trainingsprogramme.

Fitness-Modus

Wählen Sie den Modus "Programm" und drücken Sie ENTER, um die Auswahl zu bestätigen. Die Standardzeit ist auf 12 Minuten eingestellt, der Widerstand auf 6, drücken Sie START, um Ihr Training zu beginnen.

Auswahl der Stufe

Stufe	Geschlecht	Entfernung/Geschwindigkeit	ALTER <30	ALTER =30~39	ALTER =40~49	ALTER >50
F5	Männlich	DISTANCE (Entfernung)	<3.2KM	<3KM	<2.8 PS	<2,6 PS
		SPEED (Geschwindigkeit)	16hp/h	15 PS	14 PS	13HP
	Weiblich	DISTANCE (Entfernung)	<3KM	<2.8KM	<2.4KM	<2,2 PS
		SPEED (Geschwindigkeit)	15HP	14 PS	12 PS	11 PS
F4	Männlich	DISTANCE (Entfernung)	3.2~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM	2.6~3.2KM
		SPEED (Geschwindigkeit)	20KM	19KM	17HP	16HP
	Weiblich	DISTANCE (Entfernung)	3~3.6KM	2.8~3.4KM	2.4~3KM	2.2~2.8KM
		SPEED (Geschwindigkeit)	18KM	17HP	15HP	14HP
F3	Männlich	DISTANCE (Entfernung)	4~4.8KM	3.8~4.6KM	3.4~4.2KM	3,2~4 PS
		SPEED (Geschwindigkeit)	24KM	23KM	21HP	20HP
	Weiblich	DISTANCE (Entfernung)	3.6~4.4KM	3.4~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM
		SPEED (Geschwindigkeit)	22KM	20HP	19HP	17HP
F2	Männlich	DISTANCE (Entfernung)	4.8~5.6KM	4.6~5.4KM	4.2~5KM	4~4.8KM
		SPEED (Geschwindigkeit)	28KM	27KM	25HP	24HP
	Weiblich	DISTANCE (Entfernung)	4.4~5.4KM	4~5KM	3.8~4.6KM	3.4~4.4KM
		SPEED (Geschwindigkeit)	27KM	25KM	23HP	22HP
F1	Männlich	DISTANCE (Entfernung)	>5.6KM	>5.4KM	>5KM	>4,8 PS
		SPEED (Geschwindigkeit)	28HP	27 PS	25 PS	24 PS
	Weiblich	DISTANCE (Entfernung)	>5.4KM	>5KM	>4.6KM	>4,4 PS
		SPEED (Geschwindigkeit)	27 PS	25 PS	23 PS	22HP

WATT-Modus - konstante Messung der verbrauchten Energie

Wählen Sie den Modus WATT und drücken Sie ENTER, um die Auswahl zu bestätigen. Gehen Sie dann zu den Einstellungen:

Zeit (Zeit)→ Distanz (Distanz)→ Kalorien (Kalorien)→ Zielherzfrequenz (Zielherzfrequenz).

Verwenden Sie die Tasten UP oder DOWN, um die Parameterwerte zu erhöhen oder zu verringern. Wenn Sie die Konfiguration abgeschlossen haben, drücken Sie START, um Ihr Training zu starten.

Während des Trainings können Sie den WATT-Wert mit den Tasten UP oder DOWN ändern. Hinweis:

Der WATT-Wert ist abhängig von der Trittfrequenz (RPM):

Wenn die RPM < 20 ist, ist der WATT-Wert auf 20 eingestellt.

Wenn die RPM > 120 ist, ist der WATT-Wert auf 120 begrenzt.

PERSONAL-Modus - Benutzerspezifische Einstellungen

Wählen Sie den Modus PERSONAL und drücken Sie ENTER, um die Auswahl zu bestätigen. Gehen Sie zum ersten der 16 Widerstandseinstellungsbereiche. Verwenden Sie UP oder DOWN, um den Widerstandswert einzustellen, und drücken Sie dann ENTER, um zum nächsten Abschnitt zu gelangen.

Sobald Sie den 16. Abschnitt eingestellt haben, drücken Sie erneut ENTER, um

zum ersten Abschnitt zurückzukehren. Drücken Sie schließlich START, um Ihr

Training zu beginnen.

Während des Trainings können Sie den Widerstandswert mit den Tasten UP oder DOWN ändern.

HRC-Modus - Herzfrequenzgesteuertes Training

Wählen Sie den HRC-Modus und drücken Sie dann ENTER, um Ihre Auswahl

zu bestätigen. Verwenden Sie die Tasten UP oder DOWN, um einen Zielwert

für die Herzfrequenz auszuwählen:

55%, 75%, 90%, 100%.

Gehen Sie dann zu den Einstellungen: Zeit (Zeit)→ Distanz (Distanz)→ Kalorien (Kalorien)→ HRC.

Wenn Sie die Einstellungen vorgenommen haben, drücken Sie START, um Ihr Training zu beginnen.

Während des Trainings wird die Erhöhung/Verringerung des Widerstands auf der Grundlage Ihrer Pulsfrequenz berechnet.

Formel zur Berechnung des Ziels:

THR= $(220 - \text{ALTER}) \cdot 55\%$

THR= $(220 - \text{ALTER}) \cdot 75\%$

THR= $(220 - \text{ALTER}) \cdot 90\%$

THR= $(220 -$

ALTER) $\cdot 100\%$.

Während des Trainings wird die Erhöhung/Verringerung des Widerstands auf der Grundlage des Pulsniveaus berechnet.

RECOVERY-Modus - Erholungstest

Wenn ein Herzfrequenzsignal erkannt wird, drücken Sie die RECOVERY-Taste, um den Erholungsmodus

zu starten. Halten Sie Ihre Hände während der Messung auf den Pulssensoren.

Der Countdown beginnt bei 60 Sekunden abwärts.

Wenn der Test abgeschlossen ist, wird auf dem Bildschirm die Punktzahl auf einer Skala von 1 bis 6

angezeigt, die nach folgender Formel berechnet wird: Punktzahl = $6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - höchster in den ersten 20 Sekunden aufgezeichneter Wert der Herzfrequenz

P2 - niedrigster in den letzten 40 Sekunden aufgezeichneter Wert der

Herzfrequenz

Wenn P1 oder P2 gleich 0 ist, wird ERR2 auf dem Bildschirm angezeigt.

Benutzerdatenmodus (USER)**1. Benutzereinstellungen**

Wenn das Gerät eingeschaltet oder zurückgesetzt wird, wechselt es automatisch in den Benutzereinstellungsmodus USER. Verwenden

Sie die Tasten UP oder DOWN, um ein Profil auszuwählen: USER0 ~ USER4, und drücken Sie dann ENTER, um die Auswahl zu bestätigen.

Stellen Sie nacheinander die folgenden Daten ein:

- Geschlecht
- Alter (Alter)
- Größe
- Gewicht

Beschreibung der Funktion

Art der Funktion	Bereich Anzeige	Standardeinstellungen	Erhöhen/verringern	Beschreibung
Zeit	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Wenn 0:00 angezeigt wird, wird die Zeit aufaddiert. 2. Wenn 1:00~99:00 angezeigt wird, wird die Zeit auf 0 heruntergezählt.
Entfernung	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Wenn 0:00 angezeigt wird, wird die Entfernung addiert. 2. Wenn 0.1~99.5 angezeigt wird, wird die Entfernung auf 0 heruntergezählt.
Kalorien	0~990	0	±10	1. Wenn 0,0 angezeigt wird, werden die Kalorien addiert. 2. Wenn 10~990 angezeigt wird, werden die Kalorien auf 0 heruntergezählt.

Art der Funktion	Bereich Anzeige	Standardeinstellungen	Erhöhen/verringern	Beschreibung
Höhe	100~200	160	±1	Metrische Einheit: CM
Gewicht	20~150	50	±1	Metrische Einheit: KG
Alter	10~99	25	±1	Alter
Benutzer	Benutzer0~Benutzer4	Benutzer0	±1	Benutzer
Ebene	1~24	1	±1	Motorwiderstand
Watt	10~350	100	±5	Watt-Wert

Wechseln des metrischen/imperialen Systems

Drücken Sie im Hauptmenü die Tasten MODE+ RECOVERY gleichzeitig und halten Sie sie 3 Sekunden lang gedrückt, um die Geräteeinstellungen aufzurufen.

Wenn das System gewechselt wird (metrisch↔ imperial), wird das Gerät automatisch zurückgesetzt.

Schlafmodus

Das Gerät geht in den Schlafmodus über, wenn 4 Minuten lang keine Bewegung erfolgt oder eine Taste gedrückt wird. Um den Ruhemodus zu beenden, drücken Sie eine beliebige Taste.

Motorfehler

Wenn ERR4 auf dem Display erscheint, gehen Sie wie folgt vor: Trennen Sie das Gerät von der Stromzufuhr.

Entfernen Sie die Abdeckung des Geräts.

Überprüfen Sie die Verkabelung - möglicherweise ist der Stecker lose oder das Kabel beschädigt.

PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

1. Antes de comenzar su entrenamiento, consulte a su médico para confirmar que no existen contraindicaciones para el uso del equipo de ejercicio. Se recomienda especialmente una consulta médica si está tomando medicación que afecte a su ritmo cardíaco, presión arterial o niveles de colesterol. También es necesaria para las personas mayores de 35 años y las que tienen problemas de salud.
2. Realice siempre un calentamiento antes de empezar a hacer ejercicio.
3. Preste atención a las señales preocupantes. El ejercicio inadecuado o excesivo puede ser peligroso para la salud. Si experimenta dolores de cabeza o mareos, dolor en el pecho, latidos irregulares del corazón u otros síntomas preocupantes durante su entrenamiento, deje de hacer ejercicio inmediatamente y consulte a su médico.
4. Mantenga a los niños y animales domésticos alejados del equipo durante y después del ejercicio.
5. Coloque el equipo sobre una superficie seca y nivelada, a una distancia mínima de 0,5 m de la pared. Retire todos los objetos afilados de alrededor del equipo. Proteja el equipo de la humedad y nivele las irregularidades del suelo. Se recomienda utilizar una alfombrilla especial antideslizante para evitar que el equipo resbale durante el ejercicio.
6. Antes del primer uso y a intervalos regulares a partir de entonces, compruebe la fijación de todos los tornillos, pasadores y otras piezas de conexión.
7. Compruebe la fijación de las piezas y los pernos que las conectan antes de empezar a hacer ejercicio. Los ejercicios sólo pueden iniciarse si el aparato está completamente operativo.
8. El aparato debe revisarse periódicamente para detectar posibles desgastes y daños; sólo así cumplirá los requisitos de seguridad. Debe prestarse especial atención a los pedales, el regulador de resistencia y las empuñaduras de espuma, que se desgastan con mayor rapidez. Los componentes dañados deben repararse o sustituirse inmediatamente; hasta entonces, la máquina no debe utilizarse.
9. No introduzca ningún objeto en las aberturas de la unidad.
10. No deje salientes de los mandos u otras partes estructurales que puedan obstaculizar su movimiento.
11. Utilice el equipo sólo para los fines previstos. Interrumpa inmediatamente el ejercicio si alguna pieza está dañada o desgastada, o si se producen sonidos molestos durante el uso. No vuelva a utilizar el equipo hasta que se haya corregido el problema.
12. Haga ejercicio con ropa cómoda y calzado deportivo. Evite la ropa holgada que pueda engancharse en las partes salientes del equipo o que pueda restringir su libertad de movimiento.
13. El equipo está clasificado como dispositivo de clase HC según la norma EN ISO 20957-1 y está destinado exclusivamente a uso doméstico. No debe utilizarse con fines terapéuticos, de rehabilitación o comerciales.
14. Tenga cuidado al levantar o transportar el equipo para no forzar la columna vertebral.
15. El producto está destinado exclusivamente a adultos. Los niños sólo podrán utilizarlo bajo la estricta supervisión de un adulto y bajo su exclusiva responsabilidad.
16. Al montar el aparato, siga estrictamente las instrucciones adjuntas y utilice únicamente las piezas suministradas. Antes de iniciar el montaje, asegúrese de que se incluyen todos los elementos enumerados en la lista de piezas.

ADVERTENCIA: Lea las instrucciones antes de utilizar el aparato de fitness. No nos hacemos responsables de lesiones o daños a objetos causados por el uso inadecuado de este producto.

DATOS TÉCNICOS

Peso neto: 28 kg Volante: 8 kg
Dimensiones desplegada: 107× 50× 131 cm
Carga máxima: 120 kg

MANTENIMIENTO

La máquina ha sido diseñada para requerir un mantenimiento mínimo por parte del usuario. Se recomiendan los siguientes pasos:

- Utilice un paño suave para eliminar la suciedad y el polvo. Seque la unidad después de cada uso.
- Compruebe periódicamente que las correas de la unidad no estén desgastadas y se encuentren en la posición correcta.
- Compruebe periódicamente que todos los tornillos y pomos están bien apretados.

FRENADO

Para detener la máquina, deje de pedalear. La bicicleta magnética M6993 no está equipada con sistema de bloqueo ni freno de emergencia.



Lista de piezas y herramientas

NÚMERO	NOMBRE DE LA PIEZA	ESPECIFICACIÓN	CANTIDAD
68	TORNILLO	M8*P1.25*72L	4
15	CASQUILLO	φ7*φ12*25mm	1
13	TORNILLO	M7*P1.0*30L	1
16	PERILLA TIPO T	M7*P1.0*55L	1
14	ARANDELA	φ7*φ12*1T	2
12	ARANDELA	f7*f12*2T	2
19	ARANDELA	f8*f19*2T	4
70	LLAVE HEXAGONAL	6mm*30mm*84mm	1
71	LLAVE DE ARPÓN	13.15	1
73	LLAVE TIPO N	13, 14, 15	1
10	TAPA	f8*f19*2T	1

NÚMERO	NOMBRE DE LA PIEZA	ESPECIFICACIÓN	CANTIDAD
1	ORDENADOR		1
2	TORNILLO	M5*10L	4
3	CABLE SUPERIOR	900L	1
4	CASQUILLO	φ20*5T*485L,STR	2
5	TAPA	STR 7/8"	2
6	SENSOR DE PULSO	12B	2
7	TORNILLO	M3.5*20L	2
8	VOLANTE		1
9	LÍNEA DE PULSO	700+700L	1
10	ESCUDO TALER	4T	1
11	CUBIERTA	7511D	1
12	CUBIERTA	f7*f12*2T	2
13	TORNILLO	M7*P1.0*30L	1
14	ARANDELA	φ7*φ12*1T	2
15	BUJE	f7*f12*25mmL	1
16	POMO EN FORMA DE T	M7*P1.0*55L	1
17	POSTE DEL ORDENADOR	45*51*1,5T*847,4L	1
18	TORNILLO	M8*P1.25*16L(6m/6m	4
19	ARANDELA	φ8*φ19*2T	9
20	ARANDELA	f8*f19*2T	2
21	TAPA DEL POSTE DEL ORDENADOR	PS	1
22	SILLÍN		1
23	TAPÓN	M8	5
24	SOPORTE DE CABALLETE		1
25	TAPA	20*60 (PP)	2
26	ARANDELA	φ8*φ16*2T	1
27	POMO DEL SOPORTE	M8(ABS)	1
28	POSTE DE LA HORQUILLA	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	CONECTOR DE LA TIJA	φ50.8 2700 PP	1
31	POMO	M16*P1.5*35L	1
32	CABLE INFERIOR	450L	1
33	KIT DE MONTAJE		1
34	CINTURÓN	J6 400	1
35	POLEA	φ232*6	1
36	RANURA	6"*190W(1/2")	1
37	PEDAL	1/2"	1
38	TAPA	PVC	2
39	TAPA PRINCIPAL L/P	PS	1
40	TORNILLO	3/16" (#10) *5/8"	6
41	RODAMIENTO	6900RS	2
42	TAPA REGULADORA	φ43*22.5	1
43	ARANDELA	φ8*φ16*1t	1
44	SOPORTE	5T	1
45	TORNILLO	M8*20	1
46	MUELLE	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	IMÁN		1
48	TORNILLO	M6*P1.0*16L	4
49	ARANDELA	φ6*φ13*1t	4
50	ARANDELA	φ6	2
51	TORNILLO	M3*8L	2
52	SENSOR	300L	1
53	MOTOR	MT03	1
54	EJE DEL VOLANTE	3/8"-26*145L	1
55	RODAMIENTO	6000RS	3
56	POLEA PEQUEÑA	φ39*7(φ26)	1
57	BUJE	φ10*φ16*11.5mmL	1
58	BUSHING	φ39.3	1
59	RUEDA	φ280*26W	1
60	BUJE	φ10*φ14*9mmL	4
61	TORNILLO	3/8"-26*4.5t	4
62	TAPÓN	3/8"-26	2
63	TORNILLO	3/16" (#10) *3/4"	4
64	CUBIERTA DE LA RUEDA DELANTERA	PP	2
65	ESTABILIZADOR DELANTERO	60*70*1,5t*430L	1
66	TAPA TRASERA	PP	2
67	ESTABILIZADOR TRASERO	60*70*1,5t*430L	1
68	TORNILLO	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTADOR	9V 1.0A	1
70	LLAVE HEXAGONAL	6mm*30mmL*84mmL	1
71	LLAVE DE ARPÓN	13, 15	1
72	LLAVE N-TYPE	13, 14, 15	1
73	BASTIDOR PRINCIPAL		1



Montaje

➤ Paso 1.

1. Fije el estabilizador delantero (65) al bastidor principal (73) con 2 tornillos (68) y 2 arandelas (19).
2. Fije el estabilizador trasero (67) al bastidor principal (73), utilizando 2 tornillos (68) y 2 arandelas (19).

➤ Paso 2.

1. Fije los soportes a los pedales.
2. Fije el pedal izquierdo a la biela izquierda (37-L) y el pedal derecho (37-R) a la biela derecha.

➤ Paso 3.

1. Fije el sillín (22) a la tija del sillín (24). A continuación, fije la tija al montante del sillín (28) con el pomo (27) y la arandela (26).
2. Fije la tija de sillín (28) al cuadro principal y fjela con el pomo.

➤ Paso 4.

1. Coloque las tapas (21) y (70) en la tija del sillín (17).
2. Conecte el cable inferior (32) al cable superior (3).
3. Coloque el poste en el bastidor principal y atorníllelo utilizando tornillos (18) y arandelas (20) y (19).

➤ Paso 5.

1. Coloque el volante (8) en el poste del ordenador (17) y fije la parte superior con la arandela (12) y el tornillo (13).
2. Coloque el manguito (15), la arandela (14) y la tapa (11) en el volante en T (16) y atorníllelo a la parte inferior.

➤ Paso 6.

1. Conecte el cable del sensor de impulsos (9) al cable del computador (1-1) y, a continuación, conecte el cable superior (3) al cable del computador (1-2).
2. Fije el computador (1) al poste del computador (17) con 4 tornillos (2).



Ordenador

1. Al pulsar el botón POWER-ON, se visualizarán todos los segmentos en la pantalla durante 1 segundo, sonará un solo pitido y el motor volverá a cero.
2. Si no se detecta ninguna señal de entrada durante 4 segundos, la pantalla mostrará "E4". Si se mantiene pulsado el botón START/STOP durante más de 2 segundos, se producirá un RESET, volviendo todas las funciones a su estado inicial (como después del encendido).
3. Alimentación del ordenador: DC 6V / 1000 mA.

Funciones de los botones

1. START/STOP:

- A. Inicio - para poner en marcha el aparato.
- B. Pausa - para reanudar el funcionamiento, pulse de nuevo.

2. RESET :

- A. Durante la parametrización - pulse para volver al menú principal.
- B. Mantenga pulsado durante 3 segundos para restablecer los ajustes.

3. RECUPERACIÓN :

- A. Si se detecta una señal de frecuencia cardíaca, pulse el botón para iniciar el modo RECUPERACIÓN.

4. UP :

- A. Durante el ajuste de funciones - pulse para aumentar los valores de los parámetros.
- B. Durante el entrenamiento - pulse para aumentar el nivel de resistencia.

5. DOWN :

- A. Durante el ajuste de la función - pulse para disminuir los valores de los parámetros.
- B. Durante el entrenamiento - pulse para disminuir el nivel de resistencia.

6. MODE/ENTER: (MODOS/ENTRAR)

- A. Durante el ajuste de funciones - pulse para confirmar los valores de los parámetros.
- B. Durante la definición de ajustes de usuario - pulse para pasar a la siguiente sección.

7. MODE+RECOVERY :

- A. Estando en el menú principal, pulse durante 3 segundos para realizar cambios al sistema métrico/imperial.

8. ENTER+RECOVERY

- A. Pulse durante 3 segundos para entrar en el modo de reposo.

Modo de funcionamiento

Modo manual - básico

Seleccione el modo Manual y, a continuación, pulse ENTER para confirmar la selección y ajustar el nivel de resistencia. Vuelva a pulsar ENTER para pasar al siguiente ajuste de parámetros:

tiempo (Time)→ distancia (Distance)→ calorías (Calories)→ frecuencia cardíaca objetivo (Target heart rate). Utilice los botones UP o DOWN para aumentar o disminuir los valores de cada parámetro. Una vez completada la configuración, pulse START para comenzar su entrenamiento. Durante el ejercicio, puede cambiar el nivel de resistencia en cualquier momento utilizando los botones UP o DOWN.

Modo PROGRAM - programas incorporados

Seleccione el modo Programa y pulse ENTER para confirmar.

Utilice UP o DOWN para seleccionar uno de los programas (P1-P12), después pulse ENTER para confirmar la selección. Ajuste el nivel de resistencia y proceda a configurar los siguientes parámetros:

tiempo (Tiempo)→ distancia (Distancia)→ calorías (Calorías)→ frecuencia cardíaca objetivo (Frecuencia cardíaca objetivo), utilizando los botones UP o DOWN para ajustar los valores.

Una vez realizados los ajustes, pulse START para comenzar su entrenamiento.

Durante el ejercicio, puede cambiar el nivel de resistencia utilizando los botones UP o DOWN.

El diagrama no (P1-P12) muestra los 12 programas de entrenamiento incorporados.

Modo Fitness

Seleccione el modo "Programa", pulse ENTER para confirmar la selección. El tiempo por defecto está ajustado a 12 minutos, resistencia 6, pulse START para iniciar su entrenamiento.

Selección de nivel

Nivel	Género	Distancia / velocidad	EDAD <30	EDAD =30~ 39	EDAD =40~49	EDAD >50
F5	Hombre	DISTANCE (Distancia)	<3.2KM	<3KM	<2,8 CV	<2,6 CV
		SPEED (Velocidad)	16CV/h	15CV	14CV	13CV
	Mujer	DISTANCE (Distancia)	<3KM	<2.8KM	<2,4KM	<2,2 CV
		SPEED (Velocidad)	15CV	14CV	12CV	11CV
F4	Hombre	DISTANCE (Distancia)	3,2~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM	2,6~3,2KM
		SPEED (Velocidad)	20KM	19KM	17CV	16CV
	Mujer	DISTANCE (Distancia)	3~3,6KM	2,8~3,4KM	2,4~3KM	2,2~2,8KM
		SPEED (Velocidad)	18KM	17CV	15CV	14CV
F3	Hombre	DISTANCE (Distancia)	4~4,8KM	3,8~4,6KM	3,4~4,2KM	3,2~4 CV
		SPEED (Velocidad)	24KM	23KM	21CV	20CV
	Mujer	DISTANCE (Distancia)	3.6~4.4KM	3.4~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM
		SPEED (Velocidad)	22KM	20CV	19CV	17CV
F2	Hombre	DISTANCE (Distancia)	4.8~5.6KM	4,6~5,4KM	4,2~5KM	4~4,8KM
		SPEED (Velocidad)	28KM	27KM	25CV	24CV
	Mujer	DISTANCE (Distancia)	4,4~5,4KM	4~5KM	3,8~4,6KM	3,4~4,4KM
		SPEED (Velocidad)	27KM	25KM	23CV	22CV
F1	Hombre	DISTANCE (Distancia)	>5.6KM	>5,4KM	>5KM	>4,8 CV
		SPEED (Velocidad)	28CV	27CV	25CV	24HP
	Mujer	DISTANCE (Distancia)	>5,4KM	>5KM	>4.6KM	>4,4 CV
		SPEED (Velocidad)	27CV	25CV	23CV	22CV

Modo WATT - medición constante de la energía consumida

Seleccione el modo WATT y pulse ENTER para confirmar la selección. A continuación, vaya a los ajustes:

tiempo (Time)→ distancia (Distance)→ calorías (Calories)→ frecuencia cardíaca objetivo (Target Heart Rate).

Utilice los botones UP (arriba) o DOWN (abajo) para aumentar o disminuir los valores de los parámetros. Cuando haya completado la configuración, pulse START para comenzar su entrenamiento.

Durante el ejercicio, puede cambiar el valor de WATT utilizando los botones UP o DOWN. Nota: el valor de WATT depende de la cadencia (RPM):

Cuando RPM < 20, el valor WATT se establece en 20.

Cuando RPM > 120, el valor WATT se limita a 120.

Modo PERSONAL - Ajustes específicos del usuario

Seleccione el modo PERSONAL y pulse ENTER para confirmar la selección. Vaya a la primera de las 16 secciones de ajuste de resistencia. Utilice UP o DOWN para ajustar el valor de resistencia, después pulse ENTER para pasar a la siguiente sección.

Una vez que haya ajustado la 16ª sección, pulse ENTER de nuevo para volver a la

primera sección. Por último, pulse START para iniciar su entrenamiento.

Durante su entrenamiento puede cambiar el nivel de resistencia utilizando los botones UP o DOWN.

Modo HRC - Entrenamiento con frecuencia cardíaca controlada

Seleccione el modo HRC y pulse ENTER para confirmar la selección. Utilice los botones UP o DOWN para seleccionar un nivel de frecuencia cardíaca objetivo: 55%, 75%, 90%, 100%.

A continuación, vaya a los ajustes: tiempo (Time)→ distancia (Distance)→ calorías (Calories)→ HRC. Una vez que haya completado los ajustes, pulse START para comenzar su entrenamiento.

Durante el entrenamiento, el aumento/disminución de la resistencia se calcula en función de tu nivel de pulso.

Fórmula de cálculo del objetivo:

THR= (220-EDAD)*55%

THR= (220-EDAD)*75%

THR= (220-EDAD)*90%

THR= (220-EDAD)*100%

Durante el entrenamiento, el aumento/disminución de la resistencia se calcula en función del nivel de pulso.

Modo RECOVERY - Prueba de recuperación

Si se detecta una señal de frecuencia cardíaca, pulse el botón RECOVERY para iniciar el modo de recuperación. Mantenga las manos en los sensores de pulso durante la medición.

La cuenta atrás comenzará a partir de 60 segundos.

Una vez finalizada la prueba, la pantalla mostrará la puntuación en una escala de 1 a 6, calculada mediante la fórmula:

Puntuación= 6 - [(10× (P1 - P2)) / P1]².

P1 - nivel más alto de frecuencia cardíaca registrado en los primeros 20 segundos

P2 - nivel de frecuencia cardíaca más bajo registrado en los últimos 40 segundos Si P1 o P2 es igual a 0, se mostrará ERR2 en la pantalla.

Modo de datos de usuario (USER)**1. Ajustes de usuario**

Cuando se conecta la alimentación o se realiza un reset, la unidad entra automáticamente en el modo de configuración de usuario USER. Utilice los botones UP o DOWN para seleccionar un perfil: USER0 ~ USER4, después pulse ENTER para confirmar la selección. Ajuste sucesivamente los siguientes datos:

- Sexo (Gender)
- Edad (Age)
- Altura (Height)
- Peso (Weight)

Descripción de la función

Tipo de función	Rango de visualización	Ajustes predeterminados	Aumento/disminución	Descripción
Time (hora)	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Cuando se muestra 0:00, el tiempo se sumará. 2. Cuando se visualiza 1:00~99:00, el tiempo cuenta atrás hasta 0.
Distance (distancia)	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Cuando aparezca 0:00, se sumará la distancia. 2. Cuando se visualiza 0.1~99.5, la distancia realizará una cuenta atrás hasta 0.
Calories (calorías)	0~990	0	±10	1. Cuando se muestra 0.0, se añadirán calorías. 2. Cuando se muestra 10~990, las calorías se contarán hasta 0.

Tipo de función	Rango de visualización	Ajustes predeterminados	Aumento/disminución	Descripción
Heigh (altura)	100~200	160	±1	Unidad métrica: CM
Weight (peso)	20~150	50	±1	Unidad métrica: KG
Age (edad)	10~99	25	±1	Edad
User (usuario)	Usuario0~Usuario4	Usuario0	±1	Usuario
Level (nivel)	1~24	1	±1	Resistencia del motor
Watt	10~350	100	±5	Valor en vatios

Cambio del sistema métrico/imperial

Estando en el menú principal, pulse simultáneamente los botones MODO+ RECUPERACIÓN y manténgalos pulsados durante 3 segundos para acceder a los ajustes de la unidad. Cuando se cambie el sistema (métrico↔ imperial), se producirá un reinicio automático de la unidad.

Modo de reposo

La unidad entrará en modo de reposo si no se realiza ningún movimiento ni se pulsa ningún botón durante 4 minutos. Para salir del modo de reposo, pulse cualquier botón.

Error del motor

Si aparece ERR4 en la pantalla, haga lo siguiente:

- Desconecte la fuente de alimentación.
- Retire la cubierta de la unidad.
- Compruebe el cableado: el conector puede estar suelto o el cable dañado.

OHUTUSEGA SEOTUD KAALUTLUSED

1. Enne treeningu alustamist konsulteerige oma arstiga, et veenduda, et treeningseadme kasutamisel ei ole vastunäidustusi. Arsti konsultatsioon on eriti soovitatav, kui te võtate ravimeid, mis mõjutavad teie südame löögisagedust, vererõhku või kolesteroolitaset. Samuti on see vajalik üle 35-aastastele ja terviseprobleemidega inimestele.
2. Enne treeningu alustamist tehke alati soojendus.
3. Pöörake tähelepanu murettekitavatele signaalidele. Ebasobiv või liigne treening võib olla ohtlik teie tervisele. Kui teil tekib treeningu ajal peavalu või pearinglus, valu rinnus, ebaregulaarne südametegevus või muud murettekitavad sümptomid, lõpetage treening kohe ja konsulteerige arstiga.
4. Hoidke lapsed ja lemmikloomad treeningu ajal ja pärast treeningut seadmetest eemal.
5. Asetage seade kuivale ja tasasele pinnale, vähemalt 0,5 m kaugusele seinast. Eemaldage kõik teravad esemed seadme ümbrusest. Kaitske seadmeid niiskuse eest ja tasandage kõik ebatasasused põrandal. Soovitatav on kasutada spetsiaalset libisemisvastast matti, et vältida seadme libisemist treeningu ajal.
6. Enne esmakordset kasutamist ja seejärel korrapäraselt kontrollige kõigi kruvide, tihvtide ja muude ühendusdetailide kinnitust.
7. Enne treeningu alustamist kontrollige osade ja neid ühendavate poltide kinnitust. Harjutusi võib alustada ainult siis, kui seade on täielikult töökorras.
8. Seadet tuleb regulaarselt kontrollida kulumise ja võimalike kahjustuste suhtes - ainult siis vastab see ohutusnõuetele. Erilist tähelepanu tuleks pöörata pedaalidele, vastupanuregulaatorile ja vahtkummist käepidemetele, mis kuluvad kõige kiiremini. Kahjustatud komponendid tuleb viivitamatult parandada või asendada - enne seda ei tohi masinat kasutada.
9. Ärge sisestage seadme avadesse mingeid esemeid.
10. Ärge jätke väljaulatuvaid juhtimisvõtteid ega muid konstruktsiooniosi, mis võivad teie liikumist takistada.
11. Kasutage seadet ainult ettenähtud otstarbel. Lõpetage kohe treening, kui mõni osa on kahjustatud või kulunud või kui kasutamise ajal tekivad häirivad helid. Ärge kasutage seadet uuesti enne, kui probleem on kõrvaldatud.
12. Treenige mugavas riietuses ja spordijalatsites. Vältige lahtiseid riideid, mis võivad kinni jääda seadme väljaulatuvatesse osadesse või mis võivad piirata teie liikumisvabadust.
13. Seade on klassifitseeritud HC-klassi seadmena vastavalt standardile EN ISO 20957-1 ja on ette nähtud ainult koduseks kasutamiseks. Seda ei tohi kasutada ravi-, rehabilitatsiooni- ega ärilistel eesmärkidel.
14. Seadme tõstmisel või kandmisel tuleb olla ettevaatlik, et mitte koormata selgroogu.
15. Toode on mõeldud ainult täiskasvanutele. Lapsed võivad seda kasutada ainult täiskasvanu range järelevalve all ja ainult omal vastutusel.
16. Seadme kokkupanekul järgige rangelt kaasasolevaid juhiseid ja kasutage ainult kaasasolevaid osi. Enne kokkupaneku alustamist veenduge, et kõik varuosade nimekirjas loetletud esemed on kaasas.

HOIATUS: Enne treeningseadme kasutamist lugege juhiseid. Me ei vastuta vigastuste või esemete kahjustuste eest, mis on põhjustatud selle toote ebaõigest kasutamisest.

TEHNILISED ANDMED

Netokaal: 28 kg

Rattaratas: 8 kg

Mõõtmed kokkupanuna: 107× 50× 131 cm

Maksimaalne koormus: 120 kg

HOOLDUS

Masin on konstrueeritud nii, et see nõuab kasutajalt minimaalset hooldust. Soovitatav on teha järgmised toimingud:

- Kasutage mustuse ja tolmude eemaldamiseks pehmet lappi. Pühkige seade pärast iga kasutamist kuivaks.
- Kontrollige regulaarselt, et seadme rihmad ei oleks kulunud ja oleksid õiges asendis.
- Kontrollige regulaarselt, et kõik poldid ja nupud oleksid korralikult pingutatud.

PIDURID

Masina seiskamiseks lõpetage pedaalimine. M6993 magnetratas ei ole varustatud lukustussüsteemi ega hädapiduriga.



Osade ja tööriistade loetelu

NUMBER	OSA NIMI	SPETSIFIKATSIOON	KOGUS
68	KRUVI	M8*P1.25*72L	4
15	PINGA	f7*f12*25mm	1
13	KRUVI	M7*P1.0*30L	1
16	T-TUUPI NUPP	M7*P1.0*55L	1
14	PAD	f7*f12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	HEXAGON VÄLJAKE	6mm*30mm*84mm	1
71	HARPOON PÖÖRKIMISKONTROLL	13.15	1
73	N-TUUPI PUKSIIR	13, 14, 15	1
10	KLAMBER	f8*f19*2T	1

NUMBER	OSA NIMI	SPETSIFIKATSIOON	KOGUS
1	KOMPUTER		1
2	KRUVI	M5*10L	4
3	ÜLEMINE KAABEL	900L	1
4	PINGA	φ20*5T*485L,STR	2
5	KATTE	STR 7/8"	2
6	IMPULSSANDUR	12B	2
7	KRUVI	M3.5*20L	2
8	RATTAVA RATAS		1
9	PULSSI LINJA	700+700L	1
10	TALER SHIELD	4T	1
11	KATE	7511D	1
12	PAD	f7*f12*2T	2
13	SCREW	M7*P1.0*30L	1
14	PAD	f7*f12*1T	2
15	BUSHING	f7*f12*25mml	1
16	T-KUJULINE NUPP	M7*P1.0*55L	1
17	KOMPUTERIPOST	45*51*1.5T*847.4L	1
18	KRUVI	M8*P1.25*16L(6m/6m)	4
19	PAD	f8*f19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	ARVUTI POSTI KATE	PS	1
22	SADDLE		1
23	CAP	M8	5
24	SADULA TUGI		1
25	KAP	20*60 (PP)	2
26	PAD	φ8*φ16*2T	1
27	SADDLE NUPU	M8(ABS)	1
28	SADLE POST	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	SADULAPOSTI LIITMIK	φ50.8 2700 PP	1
31	NUPU	M16*P1,5*35L	1
32	ALAMINE KAABEL	450L	1
33	KOOSTAMISKOMPLEKT		1
34	RIHM	J6 400	1
35	PULLEY	φ232*6	1
36	KURBEL	6"*190W(1/2")	1
37	PEDAL	1/2"	1
38	KAPP	PVC	2
39	PEAMINE KATTE L/P	PS	1
40	KRUVI	3/16" (#10) *5/8"	6
41	LAAGER	6900RS	2
42	REGULEERIMISKAPP	φ43*22.5	1
43	PAD	φ8*φ16*1t	1
44	BRACKET	5T	1
45	KRUVI	M8*20	1
46	SPRING	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	MAGNET		1
48	KRUVI	M6*P1.0*16L	4
49	PAD	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	KRUVI	M3*8L	2
52	SENSOR	300L	1
53	MOOTOR	MT03	1
54	LENNUKRATASTE TELK	3/8"-26*145L	1
55	LAAGER	6000RS	3
56	PISIKE PULLEY	φ39*7(φ26)	1
57	BUSHING	φ10*φ16*11.5mml	1
58	HÖRMELINE	φ39.3	1
59	FLYWHEEL	φ280*26W	1
60	BUSHING	φ10*φ14*9mmL	4
61	KRUVI	3/8"-26*4.5t	4
62	CAP	3/8"-26	2
63	KRUVI	3/16" (#10) *3/4"	4
64	ESIRATTA KATE	PP	2
65	EESMINE STABILISAATOR	60*70*1.5t*430L	1
66	TAKALEPIKAPP	PP	2
67	TAGUMINE STABILISAATOR	60*70*1.5t*430L	1
68	KRUVI	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTER	9V 1.0A	1
70	HEKSAGONIKRUVID	6mm*30mml*84mml	1
71	HARPOON PÖÖRKIMISKONTROLL	13, 15	1
72	N-TÜÜPIKONKURBEL	13, 14, 15	1
73	PEAMINE RAAM		1



Kokkupanek

➤ 1. Samm.

1. Kinnitage esistabilisaator (65) 2 kruvi (68) ja 2 seibiga (19) põhiraami (73) külge.
2. Kinnitage tagumine stabilisaator (67) 2 kruvi (68) ja 2 seibiga (19) põhiraami (73) külge.

➤ Samm 2.

1. Kinnitage klambrid pedaalide külge.

Kinnitage vasakpoolne pedaal vasaku väntvõlli (37-L) külge ja parempoolne pedaal (37-R) parema väntvõlli külge.

➤ Samm 3.

1. Kinnitage sadul (22) istmetoe (24) külge. Seejärel kinnitage istmetugi nupu (27) ja seibiga (26) istmepostile (28).
2. Kinnitage istmetugi (28) põhiraami külge ja kinnitage see nupuga.

➤ Samm 4.

1. Asetage katted (21) ja (70) arvutipostile (17).
2. Ühendage alumine kaabel (32) ülemise kaabliga (3).
3. Asetage post põhiraamile ja kruvige see kruvide (18) ja seibidega (20) ja (19) paika.

➤ Samm 5.

1. Asetage rooliratas (8) arvutipostile (17), seejärel kinnitage ülemine osa seibiga (12) ja kruviga (13).
2. Asetage hülss (15), seib (14) ja kate (11) T-rattale (16) ja kruvige see alumise osa külge.

➤ Samm 6

1. Ühendage impulssanduri kaabel (9) arvutikaabliga (1-1), seejärel ühendage ülemine kaabel (3) arvutikaabliga (1-2).
2. Kinnitage arvuti (1) arvuti posti (17) külge 4 kruviga (2).



Arvuti

1. Kui vajutatakse nuppu POWER-ON, kuvatakse ekraanil 1 sekundiks kõik segmendid, kostub üks helisignaal ja mootor pöörduv tagasi nulli.
2. Kui 4 sekundi jooksul ei tuvastata sisendsignaali, kuvatakse ekraanil "E4". Kui nuppu START/ STOP vajutatakse ja hoitakse all kauem kui 2 sekundit, toimub RESET, mis toob kõik funktsioonid tagasi algsele olekusse (nagu pärast sisselülitamist).
3. Arvuti toiteallikas: DC 6V / 1000 mA.

Nuppude funktsioonid

1. START/STOP:

- A. Start - seadme käivitamiseks.
- B. Pause - töö jätkamiseks vajutage uuesti.

2. RESET :

- A. Parameetrite seadistamise ajal - vajutage, et naasta peamenüüsse.
- B. Hoidke 3 sekundit all, et seaded lähtestada.

3. RECOVERY :

- A. Kui tuvastatakse südame löögisageduse signaal, vajutage nuppu RECOVERY režiimi käivitamiseks.

4. UP :

- A. Funktsiooni seadistamise ajal - vajutage, et suurendada parameetrite väärtusi.
- B. Treeningu ajal - vajutage vastupanu taseme suurendamiseks.

5. DOWN :

- A. Funktsiooni seadistamise ajal - vajutage parameetrite väärtuste vähendamiseks.
- B. Treeningu ajal - vajutage vastupanu taseme vähendamiseks.

6. MODE/ENTER :

- A. Funktsiooni seadistamise ajal - vajutage parameetrite väärtuste kinnitamiseks.
- B. Kasutaja seadete määramisel - vajutage, et liikuda järgmisesse jaotisse.

7. MODE+RECOVERY :

- A. Peamenüüs olles vajutage 3 sekundit, et teha muudatusi meetermöödustiku/imperiaalses süsteemis.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Vajutage 3 sekundit, et siseneda puhkeolekusse.

Funktsioonirežiim

Manuaalne režiim - põhiline

Valige manuaalne režiim, seejärel vajutage ENTER, et kinnitada valik ja määrata vastupanu tase. Vajutage uuesti ENTER, et minna järgmiste parameetrite seadistuste juurde:

aeg (Time)→ distants (Distance)→ kalorid (Calories)→ südame löögisageduse sihtväärtus (Target Heart Rate). Kasutage UP või DOWN nuppe, et suurendada või vähendada iga parameetri väärtusi. Kui seadistamine on lõpetatud, vajutage treeningu alustamiseks START. Treeningu ajal saate igal ajal vastupanu taset muuta, kasutades nuppe UP või DOWN.

PROGRAM režiim - sisseehitatud programmid

Valige programmirežiim ja vajutage kinnitamiseks ENTER.

Kasutage UP või DOWN, et valida üks programmidest (P1-P12), seejärel vajutage valiku kinnitamiseks ENTER.

Seadistage vastupanu tase ja jätkake järgmiste parameetrite seadistamist:

aeg (Time)→ distants (Distance)→ kalorid (Calories)→ südame löögisageduse sihtväärtus (Target Heart Rate), kasutades väärtuste reguleerimiseks nuppe UP või DOWN.

Kui seadistused on tehtud, vajutage treeningu alustamiseks START.

Treeningu ajal saate vastupanu taset muuta, kasutades nuppe UP või DOWN.

Diagrammil nr (P1-P12) on näidatud 12 sisseehitatud treeningprogrammi.

Treeningrežiim

Valige režiim "Programm", vajutage valiku kinnitamiseks ENTER. Vaikimisi on seadistatud aeg 12 minutit, vastupidavus 6, treeningu alustamiseks vajutage START.

Taseme valik

Tase	Sugu	Distants / kiirus	AGE <30	AGE =30~39	AGE =40~49	AGE >50
F5	Mees	DISTANCE (Kaugus)	<3.2KM	<3KM	<2.8 HP	<2.6HP
		SPEED (kiirus)	16hp/h	15HP	14HP	13HP
	Naised	DISTANCE (Kaugus)	<3KM	<2.8KM	<2.4KM	<2.2 HP
		SPEED (kiirus)	15HP	14HP	12HP	11HP
F4	Mees	DISTANCE (Kaugus)	3.2~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM	2.6~3.2KM
		SPEED (kiirus)	20KM	19KM	17HP	16HP
	Naised	DISTANCE (Kaugus)	3~3.6KM	2.8~3.4KM	2.4~3KM	2.2~2.8KM
		SPEED (kiirus)	18KM	17HP	15HP	14HP
F3	Mees	DISTANCE (Kaugus)	4~4.8KM	3.8~4.6KM	3.4~4.2KM	3.2~4 HP
		SPEED (kiirus)	24KM	23KM	21HP	20HP
	Naised	DISTANCE (Kaugus)	3.6~4.4KM	3.4~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM
		SPEED (kiirus)	22KM	20HP	19HP	17HP
F2	Mees	DISTANCE (Kaugus)	4.8~5.6KM	4.6~5.4KM	4.2~5KM	4~4.8KM
		SPEED (kiirus)	28KM	27KM	25HP	24HP
	Naised	DISTANCE (Kaugus)	4.4~5.4KM	4~5KM	3.8~4.6KM	3.4~4.4KM
		SPEED (kiirus)	27KM	25KM	23HP	22HP
F1	Mees	DISTANCE (Kaugus)	>5.6KM	>5.4KM	>5KM	>4.8 HP
		SPEED (kiirus)	28HP	27HP	25HP	24HP
	Naised	DISTANCE (Kaugus)	>5.4KM	>5KM	>4.6KM	>4.4 HP
		SPEED (kiirus)	27HP	25HP	23HP	22HP

WATT-režiim - tarbitud energia pidev mõõtmine

Valige WATT-režiim ja vajutage valiku kinnitamiseks ENTER. Seejärel minge seadistuste juurde:

aeg (Time)→ distants (Distance)→ kalorid (Calories)→ südame löögisageduse eesmärk (Target Heart Rate).

Kasutage UP või DOWN nuppe, et suurendada või vähendada parameetrite väärtusi. Kui olete seadistamise lõpetanud, vajutage treeningu alustamiseks START.

Treeningu ajal saate WATT väärtust muuta, kasutades nuppe UP või DOWN. Märkus: WATT-väärtus sõltub treeningtsüklist (RPM):

Kui RPM < 20, on WATT-väärtus 20. Kui RPM > 120, on

WATT-väärtus piiratud 120-ga.

PERSONAL-režiim - kasutajaspetsiifilised seaded

Valige PERSONAL-režiim ja vajutage valiku kinnitamiseks ENTER. Minge esimese 16 vastupanu seadistamise sektsiooni juurde. Kasutage UP või DOWN, et reguleerida takistuse väärtust, seejärel vajutage ENTER, et liikuda järgmisesse sektsiooni.

Kui olete seadistanud 16. sektsiooni, vajutage uuesti ENTER, et naasta

esimesse sektsiooni. Lõpuks vajutage START, et alustada treeningut.

Treeningu ajal saate vastupanu taset muuta, kasutades nuppe UP või DOWN.

HRC-režiim - südame löögisageduse kontrollitud treening

Valige HRC-režiim ja vajutage valiku kinnitamiseks ENTER. Kasutage UP

või DOWN nuppe, et valida südame löögisageduse sihttase:

55%, 75%, 90%, 100%.

Seejärel minge seadistuste juurde: aeg (Time)→ distants (Distance)→ kalorid (Calories)→ HRC.

Kui olete seadistused lõpetanud, vajutage treeningu alustamiseks nuppu START.

Treeningu ajal arvutatakse vastupanu suurendamine/vähendamine teie pulsisaseme alusel.

Eesmärgi arvutamise valem:

THR= (220-AGE)*55%

THR= (220-AGE)*75%

THR= (220-AGE)*90%

THR= (220-AGE)*100%

Treeningu ajal arvutatakse vastupanu suurenemine/vähendamine pulsisaseme alusel.

RECOVERY režiim - taastumistest

Kui tuvastatakse südame löögisageduse signaal, vajutage taastumisrežiimi käivitamiseks nuppu RECOVERY. Hoidke mõõtmise ajal käed pulssanduritel.

Tagasiarvestus algab 60 sekundist allapoole.

Kui test on lõppenud, kuvatakse ekraanil punktisumma skaalal 1 kuni 6, mis on arvutatud valemiga: Skoor = 6 - [(10 × (P1 - P2)) / P1]².

P1 - kõrgeim südame löögisageduse tase, mis on registreeritud esimese 20 sekundi jooksul P2 - madalaim südame löögisageduse tase, mis on registreeritud viimase 40 sekundi jooksul.

Kui P1 või P2 on võrdne 0, kuvatakse ekraanil ERR2.

Kasutajaandmete režiim (USER)**1. kasutaja seaded**

Kui seade lülitatakse sisse või tehakse lähtestamine, siseneb seade automaatselt kasutaja seadete režiimi. Kasutage UP või DOWN nuppe profiili valimiseks: USER0 ~ USER4, seejärel vajutage valiku kinnitamiseks ENTER. Seadistage järjestikku järgmised andmed:

- Sugu
- Vanus (Age)
- Height (pikkus)
- Weight (Kaal)

Funktsiooni kirjeldus

Funktsiooni tüüp	Vahemik näidik	Vaikimisi seaded	Suurendamine/vähendada	Kirjeldus
Aeg	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Kui kuvatakse 0:00, siis aeg summeerub. 2. Kui kuvatakse 1:00~99:00, loeb aeg tagasi 0-ni.
Kaugus	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Kui kuvatakse 0:00, lisatakse vahemaa. 2. Kui kuvatakse 0,1~99,5, loeb vahemaa tagasi 0-ni.
Kalorid	0~990	0	±10	1. Kui kuvatakse 0,0, lisatakse kaloreid. 2. Kui kuvatakse 10~990, siis kalorid on loeb alla 0-ni.

Funktsiooni tüüp	Vahemik näidatakse	Vaikimisi seaded	Suurendamine/vähendada	Kirjeldus
Kõrgus	100~200	160	±1	Meetermõõdustik: CM
Kaal	20~150	50	±1	Metriiline ühik: KG
Vanus	10~99	25	±1	Vanus
Kasutaja	Kasutaja0~Kasutaja4	Kasutaja0	±1	Kasutaja
Tase	1~24	1	±1	Mootori takistus
Watt	10~350	100	±5	Vati väärtus

Metriilise/keisrilise süsteemi muutmine

Vajutage peamenüüs olles samaaegselt nuppe MODE+ RECOVERY ja hoidke neid 3 sekundit all, et pääseda seadistuste juurde. Kui süsteemi vahetatakse (meetermõõdustik↔), toimub ühiku automaatne lähtestamine.

Unerežiim

Seade lülitub puhkeolekusse, kui 4 minuti jooksul ei tehta ühtegi liigutust ega vajutata nuppu. Puhkerežiimist väljumiseks vajutage ükskõik millist nuppu.

Mootori viga

Kui ekraanile ilmub ERR4, tehke järgmist: Ühendage vooluvõrk lahti.

Eemaldage seadme kaas.

Kontrollige juhtmistikku - pistik võib olla lahti või kaabel kahjustatud.

Instructions d'installation

PRÉCAUTIONS DE SÉCURITÉ

1. Avant de commencer votre entraînement, consultez votre médecin pour vous assurer qu'il n'y a pas de contre-indications à l'utilisation de l'appareil d'exercice. Une consultation médicale est particulièrement recommandée si vous prenez des médicaments qui affectent votre rythme cardiaque, votre tension artérielle ou votre taux de cholestérol. Elle est également nécessaire pour les personnes âgées de plus de 35 ans et celles qui ont des problèmes de santé.
2. Effectuez toujours un échauffement avant de commencer l'exercice.
3. Soyez attentif aux signaux d'inquiétude. Un exercice inapproprié ou excessif peut être dangereux pour la santé. Si vous ressentez des maux de tête ou des vertiges, des douleurs thoraciques, des battements de cœur irréguliers ou d'autres symptômes inquiétants pendant votre séance d'entraînement, arrêtez immédiatement et consultez votre médecin.
4. Tenez les enfants et les animaux domestiques éloignés de l'appareil pendant et après l'exercice.
5. Placez l'appareil sur une surface sèche et plane, à au moins 0,5 m du mur. Enlevez tous les objets tranchants autour de l'appareil. Protégez l'appareil de l'humidité et nivelez les irrégularités du sol. Il est recommandé d'utiliser un tapis spécial antidérapant pour éviter que l'appareil ne glisse pendant l'exercice.
6. Avant la première utilisation et à intervalles réguliers par la suite, vérifiez la fixation de toutes les vis, goupilles et autres pièces d'assemblage.
7. Vérifiez la fixation des pièces et des boulons qui les relient avant de commencer l'exercice. Les exercices ne peuvent commencer que si l'appareil est entièrement opérationnel.
8. L'appareil doit être contrôlé régulièrement pour vérifier qu'il n'est pas usé ou endommagé - ce n'est qu'à cette condition qu'il répondra aux exigences de sécurité. Une attention particulière doit être accordée aux pédales, au régulateur de résistance et aux poignées en mousse, qui s'usent le plus rapidement. Les composants endommagés doivent être réparés ou remplacés immédiatement.
9. Ne pas introduire d'objets dans les ouvertures de l'appareil.
10. Ne laissez pas dépasser les commandes ou d'autres parties structurales qui pourraient entraver vos mouvements.
11. N'utilisez l'appareil que pour l'usage auquel il est destiné. Arrêtez immédiatement l'exercice si une pièce est endommagée ou usée, ou si des bruits dérangeants se produisent pendant l'utilisation. Ne réutilisez pas l'appareil tant que le problème n'a pas été résolu.
12. Faites de l'exercice avec des vêtements confortables et des chaussures de sport. Évitez les vêtements amples qui pourraient s'accrocher aux parties saillantes de l'appareil ou qui pourraient restreindre votre liberté de mouvement.
13. L'appareil est classé dans la catégorie HC selon la norme EN ISO 20957-1 et est destiné à un usage domestique uniquement. Il ne doit pas être utilisé à des fins thérapeutiques, de rééducation ou commerciales.
14. Soyez prudent lorsque vous soulevez ou portez l'appareil afin de ne pas fatiguer votre colonne vertébrale.
15. Le produit est destiné aux adultes uniquement. Les enfants ne peuvent l'utiliser que sous la surveillance stricte d'un adulte et sous leur entière responsabilité.
16. Lors de l'assemblage de l'appareil, suivez scrupuleusement les instructions jointes et n'utilisez que les pièces fournies. Avant de commencer l'assemblage, assurez-vous que tous les éléments énumérés dans la liste des pièces sont inclus.

AVERTISSEMENT : Lisez les instructions avant d'utiliser l'appareil de fitness. Nous ne sommes pas responsables des blessures ou des dommages causés aux objets par une utilisation incorrecte de ce produit.

DONNÉES TECHNIQUES

Poids net : 28 kg Volant : 8 kg

Dimensions à l'état déplié : 107× 50× 131 cm

Charge maximale : 120 kg

ENTRETIEN

La machine a été conçue pour ne nécessiter qu'un minimum d'entretien de la part de l'utilisateur. Les étapes suivantes sont recommandées :

- Utilisez un chiffon doux pour enlever la saleté et la poussière. Essuyer l'appareil après chaque utilisation.
- Vérifier régulièrement que les sangles de l'appareil ne sont pas usées et qu'elles sont dans la bonne position.
- Vérifier régulièrement que tous les boulons et boutons sont correctement serrés.

FREINAGE

Pour arrêter la machine, il faut arrêter de pédaler. Le vélo magnétique M6993 n'est pas équipé d'un système de verrouillage ou d'un frein d'urgence.



Liste des pièces et outils

NUMÉRO	NOM DE LA PIÈCE	SPECIFICATION	QUANTITÉ
68	VIS	M8*P1.25*72L	4
15	BUSHING	φ7*φ12*25mml	1
13	VIS	M7*P1.0*30L	1
16	BOUTON DE TYPE T	M7*P1.0*55L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	CLÉ HEXAGONALE	6mm*30mml*84mml	1
71	CLÉ À HARPOON	13.15	1
73	CLÉ N-TYPE	13, 14, 15	1
10	PINCE	f8*f19*2T	1

NUMÉRO	NOM DE LA PIÈCE	SPECIFICATION	QUANTITÉ
1	ORDINATEUR		1
2	VIS	M5*10L	4
3	CÂBLE SUPÉRIEUR	900L	1
4	BUSHING	φ20*5T*485L,STR	2
5	COUVERTURE	STR 7/8"	2
6	CAPTEUR D'IMPULSIONS	12B	2
7	VIS	M3.5*20L	2
8	ROUE DE DIRECTION		1
9	LIGNE D'IMPULSION	700+700L	1
10	BOUCLIER D'ALARME	4T	1
11	COUVERTURE	7511D	1
12	PAD	f7*f12*2T	2
13	VIS	M7*P1.0*30L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
15	BUSHING	f7*f12*25mml	1
16	BOUTON EN T	M7*P1.0*55L	1
17	SUPPORT D'ORDINATEUR	45*51*1.5T*847.4L	1
18	VIS	M8*P1.25*16L(6m/6m)	4
19	PAD	φ8*φ19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	COUVERCLE DU POSTE INFORMATIQUE	PS	1
22	SELLE		1
23	CAP	M8	5
24	SUPPORT DE PATTE D'OIE		1
25	CAP	20*60 (PP)	2
26	PAD	φ8*φ16*2T	1
27	BOUTON D'ATTACHE	M8(ABS)	1
28	POSTE DE SELLE	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	CONNECTEUR DE TIGE DE SELLE	φ50.8 2700 PP	1
31	BOUTON	M16*P1.5*35L	1
32	CÂBLE INFÉRIEUR	450L	1
33	KIT D'ASSEMBLAGE		1
34	COURROIE	J6 400	1
35	POULIE	φ232*6	1
36	MANCHETTES	6"*190W(1/2")	1
37	PÉDALE	1/2"	1
38	BOUCHON	PVC	2
39	COUVERTURE PRINCIPALE L/P	PS	1
40	VIS	3/16" (#10) *5/8"	6
41	BAGUE	6900RS	2
42	BOUCHON RÉGULATEUR	φ43*22.5	1
43	PAD	φ8*φ16*1t	1
44	SUPPORT	5T	1
45	VIS	M8*20	1
46	RESSORT	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	MAGNET		1
48	VIS	M6*P1.0*16L	4
49	PAD	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	VIS	M3*8L	2
52	SENSOR	300L	1
53	MOTEUR	MT03	1
54	AXE DE ROUE VOLANTE	3/8"-26*145L	1
55	BAGUE	6000RS	3
56	PETITE POULIE	φ39*7(φ26)	1
57	BUSHING	φ10*φ16*11,5mml	1
58	BUSHING	φ39.3	1
59	ROUE VOLANTE	φ280*26W	1
60	BUSHING	φ10*φ14*9mmL	4
61	VIS	3/8"-26*4.5t	4
62	BOUCHON	3/8"-26	2
63	VIS	3/16" (#10) *3/4"	4
64	ENJOLIVEUR DE ROUE AVANT	PP	2
65	STABILISATEUR AVANT	60*70*1.5t*430L	1
66	BOUCHON ARRIÈRE	PP	2
67	STABILISATEUR ARRIÈRE	60*70*1.5t*430L	1
68	VIS	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTATEUR	9V 1.0A	1
70	CLÉ HEXAGONALE	6mm*30mml*84mml	1
71	CLÉ À HARPOON	13, 15	1
72	CLÉ N-TYPE	13, 14, 15	1
73	CADRE PRINCIPAL		1



Assemblage

➤ Étape 1.

1. Fixer le stabilisateur avant (65) au cadre principal (73) à l'aide de 2 vis (68) et de 2 tampons (19).
2. Fixer le stabilisateur arrière (67) au cadre principal (73) à l'aide de 2 vis (68) et de 2 tampons (19).

➤ Étape 2.

1. Fixez les supports aux pédales.
2. Fixez la pédale gauche à la manivelle gauche (37-L) et la pédale droite (37-R) à la manivelle droite.

➤ Étape 3.

1. Fixer la selle (22) au support de selle (24). Fixez ensuite le support de la selle à la tige de selle (28) à l'aide de la molette (27) et du coussinet (26).
2. Fixez la tige de selle (28) au cadre principal et sécurisez-la à l'aide de la molette.

➤ Étape 4.

1. Placez les couvercles (21), (70) sur la tige de l'ordinateur (17).
2. Connectez le câble inférieur (32) au câble supérieur (3).
3. Placez le poteau dans le cadre principal et vissez-le à l'aide des vis (18) et des tampons (20) et (19).

➤ Étape 5.

1. Placez le volant (8) sur le montant de l'ordinateur (17), puis fixez la partie supérieure à l'aide du tampon (12) et de la vis (13).
2. Placer la douille (15), le tampon (14) et le couvercle (11) sur le bouton en T (16) et le visser à la partie inférieure.

➤ Étape 6.

1. Connectez le câble du capteur d'impulsion (9) au câble de l'ordinateur (1-1), puis connectez le câble supérieur (3) au câble de l'ordinateur (1-2).
2. Fixer l'ordinateur (1) au support de l'ordinateur (17) à l'aide de 4 vis (2).



Ordinateur

1. Lorsque l'on appuie sur le bouton POWER-ON, tous les segments s'affichent à l'écran pendant 1 seconde, un seul bip retentit et le moteur revient à zéro.
2. Si aucun signal d'entrée n'est détecté pendant 4 secondes, l'écran affiche "E4". Si le bouton START/ STOP est maintenu enfoncé pendant plus de 2 secondes, une réinitialisation se produit, ramenant toutes les fonctions à leur état initial (comme après la mise sous tension).
3. Alimentation de l'ordinateur : DC 6V / 1000 mA.

Fonctions des boutons

1. START/STOP :

- A. Start - pour démarrer l'appareil.
- B. Pause - pour reprendre le fonctionnement, appuyez à nouveau sur la touche.

2. RESET :

- A. Pendant le réglage des paramètres, appuyez sur pour revenir au menu principal.
- B. Maintenez cette touche enfoncée pendant 3 secondes pour réinitialiser les paramètres.

3. RECOVERY :

- A. Si un signal de fréquence cardiaque est détecté, appuyez sur la touche pour lancer le mode RECOVERY.

4. UP :

- A. Pendant le réglage des fonctions - appuyez sur cette touche pour augmenter les valeurs des paramètres.
- B. Pendant l'entraînement - appuyez sur cette touche pour augmenter le niveau de résistance.

5. DOWN :

- A. Pendant le réglage de la fonction - appuyez sur cette touche pour diminuer les valeurs des paramètres.
- B. Pendant l'entraînement, appuyez sur cette touche pour diminuer le niveau de résistance.

6. MODE/ENTER :

- A. Pendant le réglage des fonctions - appuyez sur cette touche pour confirmer les valeurs des paramètres.
- B. Lors de la définition des paramètres utilisateur - appuyez sur pour passer à la section suivante.

7. MODE+RECOVERY :

- A. Dans le menu principal, appuyez sur cette touche pendant 3 secondes pour modifier le système métrique/impérial.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Appuyez sur cette touche pendant 3 secondes pour passer en mode veille.

Mode de fonctionnement

Mode manuel - de base

Sélectionnez le mode manuel, puis appuyez sur ENTER pour confirmer la sélection et régler le niveau de résistance. Appuyez à nouveau sur ENTER pour passer au réglage des paramètres suivants :

temps (Time)→ distance (Distance)→ calories (Calories)→ fréquence cardiaque cible (Target Heart Rate). Utilisez les boutons UP ou DOWN pour augmenter ou diminuer les valeurs de chaque paramètre. Une fois la configuration terminée, appuyez sur START pour commencer votre séance d'entraînement.

Pendant l'exercice, vous pouvez modifier le niveau de résistance à tout moment à l'aide des boutons UP ou DOWN.

Mode PROGRAM - programmes intégrés

Sélectionnez le mode Programme, puis appuyez sur ENTER pour confirmer.

Utilisez UP ou DOWN pour sélectionner l'un des programmes (P1-P12), puis appuyez sur ENTER pour confirmer la sélection. Réglez le niveau de résistance et procédez à la configuration des paramètres suivants :

temps (Time)→ distance (Distance)→ calories (Calories)→ fréquence cardiaque cible (Target Heart Rate), en utilisant les boutons UP ou DOWN pour ajuster les valeurs.

Une fois les réglages effectués, appuyez sur START pour commencer votre séance d'entraînement.

Pendant l'exercice, vous pouvez modifier le niveau de résistance à l'aide des boutons UP ou DOWN.

Le diagramme no (P1-P12) montre les 12 programmes d'entraînement intégrés.

Mode fitness

Sélectionnez le mode "Programme", appuyez sur ENTER pour confirmer la sélection. La durée par défaut est fixée à 12 minutes, résistance 6, appuyez sur START pour commencer votre entraînement.

Sélection du niveau

Niveau	Genre	Distance / vitesse	AGE <30	AGE =30~39	AGE =40~49	AGE >50
F5	Homme	DISTANCE (Distance)	<3.2KM	<3KM	<2.8 HP	<2,6 CV
		VITESSE (Vitesse)	16hp/h	15HP	14HP	13HP
	Femme	DISTANCE (Distance)	<3KM	<2.8KM	<2.4KM	<2.2 HP
		VITESSE (Vitesse)	15HP	14HP	12HP	11HP
F4	Homme	DISTANCE (Distance)	3.2~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM	2.6~3.2KM
		VITESSE (Vitesse)	20KM	19KM	17HP	16HP
	Femme	DISTANCE (Distance)	3~3.6KM	2.8~3.4KM	2.4~3KM	2.2~2.8KM
		VITESSE (Vitesse)	18KM	17KM	15HP	14HP
F3	Homme	DISTANCE (Distance)	4~4.8KM	3.8~4.6KM	3.4~4.2KM	3.2~4 HP
		VITESSE (Vitesse)	24KM	23KM	21HP	20HP
	Femme	DISTANCE (Distance)	3.6~4.4KM	3.4~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM
		VITESSE (Vitesse)	22KM	20KM	19HP	17HP
F2	Homme	DISTANCE (Distance)	4.8~5.6KM	4.6~5.4KM	4.2~5KM	4~4.8KM
		VITESSE (Vitesse)	28KM	27KM	25HP	24HP
	Femme	DISTANCE (Distance)	4.4~5.4KM	4~5KM	3.8~4.6KM	3.4~4.4KM
		VITESSE (Vitesse)	27KM	25KM	23HP	22HP
F1	Homme	DISTANCE (Distance)	>5.6KM	>5.4KM	>5KM	>4.8 HP
		VITESSE (Vitesse)	28HP	27HP	25HP	24HP
	Femme	DISTANCE (Distance)	>5.4KM	>5KM	>4,6 KM	>4,4 CV
		VITESSE (Vitesse)	27HP	25HP	23HP	22HP

Mode WATT - mesure constante de l'énergie consommée

Sélectionnez le mode WATT et appuyez sur ENTER pour confirmer la sélection. Passez ensuite aux réglages : temps (Time)→ distance (Distance)→ calories (Calories)→ fréquence cardiaque cible (Target Heart Rate).

Utilisez les boutons UP ou DOWN pour augmenter ou diminuer les valeurs des paramètres. Lorsque vous avez terminé la configuration, appuyez sur START pour commencer votre séance d'entraînement.

Pendant l'exercice, vous pouvez modifier la valeur WATT à l'aide des boutons UP ou DOWN. Remarque : la valeur WATT dépend de la cadence (RPM) : Lorsque le RPM < 20, la valeur WATT est fixée à 20.

Lorsque RPM > 120, la valeur WATT est limitée à 120.

Mode personnel - Paramètres spécifiques à l'utilisateur

Sélectionnez le mode PERSONAL, puis appuyez sur ENTER pour confirmer la sélection. Passez à la première des 16 sections de réglage de la résistance. Utilisez UP ou DOWN pour régler la valeur de résistance, puis appuyez sur ENTER pour passer à la section suivante.

Une fois que vous avez réglé la 16ème section, appuyez à nouveau sur ENTER pour revenir à la première section. Enfin, appuyez sur START pour commencer votre entraînement.

Pendant l'entraînement, vous pouvez modifier le niveau de résistance à l'aide des boutons UP ou DOWN.

Mode HRC - Entraînement contrôlé par la fréquence cardiaque

Sélectionnez le mode HRC, puis appuyez sur ENTER pour confirmer votre sélection. Utilisez les boutons UP ou DOWN pour sélectionner un niveau de fréquence cardiaque cible : 55%, 75%, 90%, 100%.

Passez ensuite aux réglages : temps (Time)→ distance (Distance)→ calories (Calories)→ HRC. Une fois les réglages terminés, appuyez sur START pour commencer votre séance d'entraînement.

Pendant l'entraînement, l'augmentation/la diminution de la résistance est calculée en fonction de votre pouls.

Formule de calcul de la cible :

$$\text{THR} = (220 - \text{AGE}) * 55\%$$

$$\text{THR} = (220 - \text{AGE}) * 75\%$$

$$\text{THR} = (220 - \text{AGE}) * 90\%$$

$$\text{THR} = (220 - \text{AGE}) * 100\%$$

Pendant l'entraînement, l'augmentation ou la diminution de la résistance est calculée en fonction du pouls.

Mode RECOVERY - Test de récupération

Si un signal de fréquence cardiaque est détecté, appuyez sur le bouton RECOVERY pour lancer le mode de récupération. Gardez vos mains sur les capteurs de pouls pendant la mesure.

Le compte à rebours commence à partir de 60 secondes.

Lorsque le test est terminé, l'écran affiche le score sur une échelle de 1 à 6, calculé à l'aide de la formule : $\text{Score} = 6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - fréquence cardiaque la plus élevée enregistrée au cours des 20 premières secondes

P2 - niveau de fréquence cardiaque le plus bas enregistré au cours des 40 dernières secondes Si P1 ou P2 est égal à 0, ERR2 s'affiche à l'écran.

Mode de données utilisateur (USER)

1. Réglages de l'utilisateur

Lorsque l'appareil est mis sous tension ou qu'une réinitialisation est effectuée, il entre automatiquement en mode de réglage utilisateur USER. Utilisez les touches HAUT ou BAS pour sélectionner un profil : USER0 ~ USER4, puis appuyez sur ENTER pour confirmer la sélection. Réglez successivement les données suivantes :

- Sexe
- Âge
- Taille
- Poids

Description de la fonction

Type de fonction	Plage d'affichage	Paramètres par défaut	Augmentation/diminution	Description de la fonction
Heure	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Lorsque 0:00 est affiché, l'heure s'additionne. 2. Lorsque 1:00~99:00 est affiché, le temps est décompté à 0. compte à rebours jusqu'à 0.
Distance	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Lorsque 0:00 est affiché, la distance est ajoutée. 2. Lorsque 0,1~99,5 est affiché, la distance compte à rebours jusqu'à 0.
Calories	0~990	0	±10	1. Lorsque 0,0 est affiché, les calories sont ajoutées. 2. Lorsque 10~990 est affiché, les calories sont décomptées jusqu'à 0.

Type de fonction	Plage d'affichage	Paramètres par défaut	Augmentation/diminution	Description de la fonction
Hauteur	100~200	160	±1	Unité métrique: CM
Poids	20~150	50	±1	Unité métrique: KG
Âge	10~99	25	±1	Âge
Utilisateur	Utilisateur0~Utilisateur4	Utilisateur 0	±1	Utilisateur
Niveau	1~24	1	±1	Résistance du moteur
Watt	10~350	100	±5	Valeur en watts

Changement du système métrique/impérial

Dans le menu principal, appuyez simultanément sur les touches MODE+ RECOVERY et maintenez-les enfoncées pendant 3 secondes pour accéder aux réglages de l'appareil. Lorsque le système est modifié (métrique↔ impérial), une réinitialisation automatique de l'appareil se produit.

Mode veille

L'appareil passe en mode veille si aucun mouvement n'est effectué ou si aucun bouton n'est pressé pendant 4 minutes. Pour quitter le mode veille, appuyez sur n'importe quel bouton.

Erreur de moteur

Si ERR4 apparaît à l'écran, procédez comme suit :

- Débranchez l'alimentation électrique.
- Retirer le couvercle de l'appareil.
- Vérifier le câblage - le connecteur peut être desserré ou le câble endommagé.

BIZTONSÁGI ÓVINTÉZKEDÉSEK

1. Az edzés megkezdése előtt konzultáljon orvosával, hogy megbizonyosodjon arról, hogy nincs-e ellenjavallat a készülék használatának. Különösen ajánlott az orvosi konzultáció, ha olyan gyógyszert szed, amely befolyásolja a szívritmust, a vérnyomást vagy a koleszterinszintet. Szintén szükséges 35 év felettiek és egészségügyi problémákkal küzdők esetében.
2. A testmozgás megkezdése előtt mindig végezzen bemelegítést.
3. Figyeljen az aggasztó jelekre. A nem megfelelő vagy túlzott testmozgás veszélyes lehet az egészségre. Ha edzés közben fejfájást vagy szédülést, mellkasi fájdalmat, szabálytalan szívverést vagy egyéb aggasztó tüneteket tapasztal, azonnal hagyja abba az edzést, és forduljon orvosához.
4. Tartsa távol a gyerekeket és a háziállatokat a készüléktől az edzés alatt és után.
5. A készüléket száraz és sík felületre, a faltól legalább 0,5 m távolságra helyezze el. Távolítsa el minden éles tárgyat a berendezés környékéről. Védje a berendezést a nedvességtől, és egyenlítsé ki a padló egyenetlenségeit. Ajánlott egy speciális csúszásmentes szőnyeg használata, hogy a berendezés ne csússzon el edzés közben.
6. Az első használat előtt és azt követően rendszeres időközönként ellenőrizze az összes csavar, csap és egyéb csatlakozó alkatrész rögzítését.
7. Az edzés megkezdése előtt ellenőrizze az alkatrészek és az azokat összekötő csavarok rögzítését. A gyakorlatokat csak akkor lehet elkezdeni, ha a készülék teljesen működőképes.
8. A készüléket rendszeresen ellenőrizni kell az elhasználódás és az esetleges sérülések szempontjából - csak akkor felel meg a biztonsági követelményeknek. Különös figyelmet kell fordítani a pedálokra, az ellenállásszabályzóra és a habszivacs markolatokra, ezek kopnak el a leggyorsabban. A sérült alkatrészeket azonnal meg kell javítani vagy ki kell cserélni - addig a gépet nem szabad használni.
9. Ne helyezzen semmilyen tárgyat a készülék nyílásaiba.
10. Ne hagyjon kiálló kezelőszerveket vagy más szerkezeti elemeket, amelyek akadályozhatják a mozgását.
11. A berendezést csak rendeltetésszerűen használja. Azonnal hagyja abba az edzést, ha bármelyik alkatrész megsérült vagy elhasználódott, vagy ha használat közben zavaró hangok hallatszanak. Ne használja újra a berendezést, amíg a problémát nem orvosolták.
12. Gyakoroljon kényelmes ruházatban és sportcipőben. Kerülje a bő ruházatot, amely beleakadhat a berendezés kiálló részeibe, vagy amely korlátozhatja a mozgásszabadságát.
13. A berendezés az EN ISO 20957-1 szabvány szerint HC osztályú készüléknek minősül, és kizárólag háztartási használatra készült. Nem használható terápiás, rehabilitációs vagy kereskedelmi célokra.
14. Legyen óvatos a berendezés emelésekor vagy szállításakor, hogy ne terhelje meg a gerincét.
15. A termék kizárólag felnőtteknek készült. Gyermekek csak szigorú felnőtt felügyelet mellett és saját felelősségükre használhatják.
16. A készülék összeszerelésekor szigorúan kövesse a mellékelt utasításokat, és csak a mellékelt alkatrészeket használja. Az összeszerelés megkezdése előtt győződjön meg arról, hogy az alkatrészlistában felsorolt összes elem megtalálható.

FIGYELMEZTETÉS: A fitnesskészülék használata előtt olvassa el a használati utasítást. Nem vállalunk felelősséget a termék nem megfelelő használata által okozott sérülésekért vagy tárgyakban keletkezett károkért.

TECHNIKAI ADATOK

Nettó tömeg: 28 kg

Lendkerék: 8 kg

Méreték kibontott állapotban: 107× 50× 131 cm

Maximális terhelhetőség: 120 kg

KARBANTARTÁS

A gépet úgy tervezték, hogy a felhasználó részéről minimális karbantartást igényeljen. A következő lépések elvégzése ajánlott:

- A szennyeződések és a por eltávolításához használjon puha ruhát. Minden használat után törölje szárazra a készüléket.
- Rendszeresen ellenőrizze, hogy a készülék szíjai nem kopottak-e és a megfelelő helyzetben vannak-e.
- Rendszeresen ellenőrizze, hogy minden csavar és gomb megfelelően meg van-e húzva.

FÉKEZÉS

A gép leállításához hagyja abba a pedálozást. Az M6993 mágneses kerékpár nem rendelkezik reteszelőrendszerrel vagy vészfékkel.



Alkatrészek és szerszámok listája

SZÁMLA	RÉSZ NEVE	MŰSZAKI ADATOK	MENNYISÉG
68	CSAVAR	M8*P1.25*72L	4
15	KÖTÉSI CSATOLÁS	f7*f12*25mm	1
13	CSAVAR	M7*P1.0*30L	1
16	T-TÍPUSÚ GOMB	M7*P1.0*55L	1
14	PAD	f7*f12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	HEXAGON CSAVARKULCS	6mm*30mm*84mm	1
71	HARPOON CSAVARKULCS	13.15	1
73	N-TÍPUSÚ KULCS	13, 14, 15	1
10	RÁMSZERELŐ	f8*f19*2T	1

NUMBER	RÉSZ NEVE	MŰSZAKI ADATOK	MENNYISÉG
1	COMPUTER		1
2	CSAVAR	M5*10L	4
3	FELSŐ KÁBEL	900L	1
4	KÖTÉLKÖTÉS	φ20*5T*485L,STR	2
5	FEDÉL	STR 7/8"	2
6	IMPULZUSÉRZÉKELŐ	12B	2
7	CSAVAR	M3,5*20L	2
8	KORMÁNYKERÉK		1
9	PULZUS VONAL	700+700L	1
10	BESZÉLŐPAJZS	4T	1
11	FEDÉL	7511D	1
12	PAD	f7*f12*2T	2
13	CSAVAR	M7*P1.0*30L	1
14	PAD	f7*f12*1T	2
15	KÖTÉLKÖTÉS	f7*f12*25mmL	1
16	T-ALAKÚ GOMB	M7*P1.0*55L	1
17	SZÁMÍTÓSZÁM	45*51*1.5T*847.4L	1
18	CSAVAR	M8*P1.25*16L(6m/6m)	4
19	PAD	f8*f19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	SZÁMÍTÓGÉPOSZLOP BURKOLAT	PS	1
22	SADDLE		1
23	CAP	M8	5
24	TÁMASZ A NYEREGBEN		1
25	CAP	20*60 (PP)	2
26	PAD	φ8*φ16*2T	1
27	TÁMOGATÓKÖZPONT	M8(ABS)	1
28	TÁMOGATÓKÖZ	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	NYEREGOSZLOP CSATLAKOZÓ	φ50.8 2700 PP	1
31	GOMB	M16*P1,5*35L	1
32	ALACSONY KÁBEL	450L	1
33	ÖSSZESÍTŐ KÉSZLET		1
34	ÖV	J6 400	1
35	PULLEY	φ232*6	1
36	RAKTORSZELEK	6**190W(1/2")	1
37	PEDÁL	1/2"	1
38	CAP	PVC	2
39	FŐFEDÉL L/P	PS	1
40	CSAVAR	3/16" (#10) *5/8"	6
41	CSAPÁGY	6900RS	2
42	SZABÁLYZÓ KAPCSOLAT	φ43*22.5	1
43	PAD	φ8*φ16*1t	1
44	TÁMOGATÓKÖR	5T	1
45	CSAVAR	M8*20	1
46	RUGÓ	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	MÁGNESZ		1
48	CSAVAR	M6*P1.0*16L	4
49	PAD	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	CSAVAR	M3*8L	2
52	SZENZOR	300L	1
53	MOTOR	MT03	1
54	LENGŐKERÉK TENGELE	3/8"-26*145L	1
55	CSAPÁGY	6000RS	3
56	KISKÖZPÖRGETŐ	φ39*7(φ26)	1
57	BUSHING	φ10*φ16*11.5mmL	1
58	KÖTŐKÖTÉS	φ39,3	1
59	LENGYŐKERÉK	φ280*26W	1
60	BUSHING	φ10*φ14*9mmL	4
61	CSAVAR	3/8"-26*4.5t	4
62	CAP	3/8"-26	2
63	CSAVAR	3/16" (#10) *3/4"	4
64	ELSŐ KERÉKFEDÉL	PP	2
65	ELSŐ STABILIZÁTOR	60*70*1.5t*430L	1
66	HÁTSÓ SAPKA	PP	2
67	HÁTSÓ STABILIZÁTOR	60*70*1.5t*430L	1
68	CSAVAR	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTER	9V 1.0A	1
70	HEXAGON CSAVARKULCS	6mm*30mmL*84mmL	1
71	HARPOON CSAVARKULCS	13, 15	1
72	N-TÍPUSÚ CSAVARKULCS	13, 14, 15	1
73	FŐKERET		1



Összeszerelés

➤ 1. lépés.

1. Rögzítse az első stabilizátort (65) a főkerethez (73) 2 csavar (68) és 2 betét (19) segítségével.
2. Rögzítse a hátsó stabilizátort (67) a főkerethez (73) 2 csavar (68) és 2 betét (19) segítségével.

➤ 2. lépés.

1. Rögzítse a konzolokat a pedálokhoz.
2. Csatlakoztassa a bal pedált a bal kurblihoz (37-L) és a jobb pedált (37-R) a jobb kurblihoz.

➤ 3 lépés.

1. Csatlakoztassa a nyeret (22) a nyeregtartóhoz (24). Ezután rögzítse a nyeregtartót a nyeregcsőhöz (28) a gombbal (27) és a párnával (28).(26).
2. Csatlakoztassa a nyeregcsövet (28) a fő vázhoz, és rögzítse a gombbal.

➤ 4. lépés.

1. Tegye a fedeleket (21), (70) a számítógéposzlopba (17).
2. Csatlakoztassa az alsó kábelt (32) a felső kábelhez (3).
3. Helyezze az oszlopot a főkeretbe, és csavarozza be a helyére a csavarok (18) és a betétek (20) és (19) segítségével.

➤ 5. lépés.

1. Helyezze a kormánykereket (8) a számítógéposzlopba (17), majd rögzítse a felső részt a párnával (12) és a csavarral (13).
2. Helyezze a perselyt (15), a betétet (14) és a burkolatot (11) a T-gombra (16), és csavarja az alsó részhez.

➤ 6. lépés.

1. Csatlakoztassa az impulzusérzékelő kábelét (9) a számítógép kábeléhez (1-1), majd csatlakoztassa a felső kábelt (3) a számítógép kábeléhez (1-2).
2. Csatlakoztassa a számítógépet (1) a számítógéposzlophoz (17) 4 csavarral (2).



Számítógép

1. A POWER-ON gomb megnyomásakor a képernyőn 1 másodpercre megjelenik az összes szegmens, majd egy hangjelzés hallatszik, és a motor visszaáll nullára.
2. Ha 4 másodpercig nem érkezik bemeneti jelet, a képernyőn megjelenik az "E4" felirat. Ha a START/ STOP gombot 2 másodpercnél hosszabb ideig nyomva tartjuk, RESET történik, amely minden funkciót visszaállít a kezdeti állapotba (mint a bekapcsolás után).
3. A számítógép tápellátása: DC 6V / 1000 mA.

A gombok funkciói

1. START/STOP:

- A. Start - a készülék elindításához.
- B. Szünet - a működés folytatásához nyomja meg újra.

2. RESET :

- A. Paraméterbeállítás közben - a főmenübe való visszatéréshez nyomja meg.
- B. Tartsa lenyomva 3 másodpercig a beállítások visszaállításához.

3. RECOVERY :

- A. Ha pulzusjelet érkezik, nyomja meg a gombot a RECOVERY üzemmód elindításához.

4. UP :

- A. Funkcióbeállítás közben - nyomja meg a paraméterértékek növeléséhez.
- B. Edzés közben - nyomja meg az ellenállás szintjének növeléséhez.

5. DOWN :

- A. Funkcióbeállítás közben - nyomja meg a paraméterértékek csökkentéséhez.
- B. Edzés közben - nyomja meg az ellenállás szintjének csökkentéséhez.

6. MODE/ENTER :

- A. Funkcióbeállítás közben - nyomja meg a paraméterértékek megerősítéséhez.
- B. Felhasználói beállítások meghatározásakor - nyomja meg a következő szakaszra való áttéréshez.

7. MODE+RECOVERY :

- A. A főmenüben 3 másodpercig nyomja meg a gombot a metrikus/birodalmi rendszer módosításához.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Nyomja meg 3 másodpercig az alvó üzemmódba való belépéshez.

Kézi üzemmód - alap

Válassza ki a Kézi üzemmódot, majd nyomja meg az ENTER billentyűt a kiválasztás megerősítéséhez és az ellenállási szint beállításához. Nyomja meg ismét az ENTER gombot a következő paraméterbeállításokhoz való továbblépéshez: idő (Time)→ távolság (Distance)→ kalória (Calories)→ célpulzusszám (Target Heart Rate). Az UP vagy DOWN gombokkal növelje vagy csökkentse az egyes paraméterek értékét. A beállítások elvégzése után nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez. Edzés közben az UP vagy DOWN gombok segítségével bármikor megváltoztathatja az ellenállás szintjét.

PROGRAM üzemmód - beépített programok

Válassza ki a Program módot, majd nyomja meg az ENTER gombot a megerősítéshez. Az UP vagy DOWN billentyűkkel válasszon ki egyet a programok közül (P1-P12), majd a kiválasztás megerősítéséhez nyomja meg az ENTER billentyűt. Állítsa be az ellenállási szintet, és folytassa a következő paraméterek beállítását: idő (Time)→ távolság (Distance)→ kalória (Calories)→ célpulzusszám (Target Heart Rate), az UP vagy DOWN gombok segítségével állítsa be az értékeket. A beállítások elvégzése után nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez. Edzés közben az UP vagy DOWN gombok segítségével módosíthatja az ellenállás szintjét.

A szábra (P1-P12) mutatja a 12 beépített edzésprogramot.

Fitness üzemmód

Válassza ki a "Program" üzemmódot, majd nyomja meg az ENTER billentyűt a kiválasztás megerősítéséhez. Az alapértelmezett idő 12 perc, ellenállás 6, nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez.

Szint kiválasztása

Szint	Nem	Távolság / sebesség	AGE <30	AGE =30~39	AGE =40~49	AGE >50
F5	Férfi	DISTANCE (Távolság)	<3.2KM	<3KM	<2.8 LE	<2,6 LE
		SPEED (Sebesség)	16 LE/h	15 LE	14 LE	13 LE
	Női	DISTANCE (Távolság)	<3KM	<2,8KM	<2.4KM	<2,2 LE
		SPEED (Sebesség)	15HP	14HP	12 LE	11HP
F4	Férfi	DISTANCE (Távolság)	3.2~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM	2.6~3.2KM
		SPEED (Sebesség)	20KM	19KM	17 LE	16 LE
	Női	DISTANCE (Távolság)	3~3.6KM	2.8~3.4KM	2.4~3KM	2.2~2.8KM
		SPEED (Sebesség)	18KM	17 LE	15 LE	14HP
F3	Férfi	DISTANCE (Távolság)	4~4.8KM	3.8~4.6KM	3.4~4.2KM	3.2~4 HP
		SPEED (Sebesség)	24KM	23KM	21 LE	20 LE
	Női	DISTANCE (Távolság)	3.6~4.4KM	3.4~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM
		SPEED (Sebesség)	22KM	20 LE	19 LE	17HP
F2	Férfi	DISTANCE (Távolság)	4.8~5.6KM	4.6~5.4KM	4.2~5KM	4~4.8KM
		SPEED (Sebesség)	28KM	27KM	25 LE	24 LE
	Női	DISTANCE (Távolság)	4.4~5.4KM	4~5KM	3.8~4.6KM	3.4~4.4KM
		SPEED (Sebesség)	27KM	25KM	23 LE	22 LE
F1	Férfi	DISTANCE (Távolság)	>5.6KM	>5.4KM	>5KM	>4,8 LE
		SPEED (Sebesség)	28HP	27 LE	25 LE	24HP
	Női	DISTANCE (Távolság)	>5.4KM	>5KM	>4.6KM	>4,4 LE
		SPEED (Sebesség)	27HP	25 LE	23 LE	22HP

WATT üzemmód - a felhasznált energia folyamatos mérése

Válassza ki a WATT üzemmódot, és nyomja meg az ENTER billentyűt a kiválasztás megerősítéséhez. Ezután lépjen a beállításokhoz: idő (Time)→ távolság (Distance)→ kalória (Calories)→ célpulzusszám (Target Heart Rate).

A FEL vagy LE gombokkal növelje vagy csökkentse a paraméterértékeket. Ha befejezte a beállításokat, nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez.

Edzés közben a WATT értéket a FEL vagy a LENYÍL gombok segítségével módosíthatja. Megjegyzés: a WATT-érték a lépéstepától (RPM) függ: Ha a fordulatszám < 20, a WATT érték 20-ra van beállítva.

Amikor a fordulatszám > 120, a WATT érték 120-ra van korlátozva.

SZEMÉLYES üzemmód - Felhasználó-specifikus beállítások

Válassza ki a SZEMÉLYES üzemmódot, majd nyomja meg az ENTER billentyűt a kiválasztás megerősítéséhez. Lépjen a 16 ellenállás-beállítási szakasz közül az elsőre. Az UP vagy DOWN billentyűkkel állítsa be az ellenállás értékét, majd nyomja meg az ENTER billentyűt a következő szakaszra való áttéréshez.

Ha beállította a 16. szekciót, nyomja meg ismét az ENTER billentyűt, hogy visszatérjen az első szekcióhoz. Végül nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez.

Az edzés során az UP vagy DOWN gombok segítségével változtathatja az ellenállás szintjét.

HRC mód - Szívritmus vezérelt edzés

Válassza ki a HRC módot, majd nyomja meg az ENTER gombot a kiválasztás megerősítéséhez. Az UP vagy DOWN gombok segítségével válassza ki a kívánt pulzusszámszintet: 55%, 75%, 90%, 100%.

Ezután lépjen a következő beállításokhoz: idő (Time)→ távolság (Distance)→ kalória (Calories)→ HRC. Miután elvégezte a beállításokat, nyomja meg a START gombot az edzés megkezdéséhez.

Az edzés során az ellenállás növekedése/csökkenése az Ön pulzusszintje alapján kerül kiszámításra.

Célszámítási képlet:

Edzés közben az ellenállás növelését/csökkentését a pulzusszint alapján számoljuk ki.

RECOVERY mód - Helyreállítási teszt

Ha pulzusjelet észlel, nyomja meg a RECOVERY gombot a helyreállítási üzemmód elindításához. A mérés során tartsa kezét a pulzusérzékelőkön.

A visszaszámlálás 60 másodperctől kezdődik lefelé.

A teszt befejeztével a képernyőn megjelenik a képlet alapján kiszámított pontszám 1-től 6-ig terjedő skálán: Pontszám = $6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - az első 20 másodpercben mért legmagasabb pulzusszámszint.

P2 - az utolsó 40 másodpercben rögzített legalacsonyabb pulzusszámszint Ha P1 vagy P2 egyenlő 0-val, a képernyőn ERR2 jelenik meg.

Felhasználói adatmód (USER)**1. felhasználói beállítások**

A készülék bekapcsoláskor vagy alaphelyzetbe állításkor automatikusan belép a USER felhasználói beállítások üzemmódba. Az UP vagy DOWN gombokkal válasszon ki egy profilt: USER0 ~ USER4, majd nyomja meg az ENTER gombot a kiválasztás megerősítéséhez. Állítsa be egymás után a következő adatokat:

- Nem
- Életkor
- Magasság
- Súly

Funkció leírása

Funkció típusa	Tartomány kijelzése	Alapértelmezett beállítások	Növelés/csökkentés	Leírás
Idő	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Amikor 0:00 jelenik meg, az idő összeadódik. 2. Amikor 1:00~99:00 jelenik meg, az idő visszaszámol 0-ig.
Távolság	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Amikor 0:00 jelenik meg, a távolság hozzáadásra kerül. 2. Ha 0.1~99.5 jelenik meg, a távolságot 0-ig visszaszámol.
Kalória	0~990	0	±10	1. Amikor 0,0 jelenik meg, a kalóriák hozzáadásra kerülnek. 2. Amikor 10~990 jelenik meg, a kalóriák visszaszámlálása 0-ra történik.

Funkció típusa	Tartomány kijelzés	Alapértelmezett beállítások	Növelés/csökkentés	Leírás
Magasság	100~200	160	±1	Metrikus egység: CM
Súly	20~150	50	±1	Metrikus egység: kg
Kor	10~99	25	±1	Életkor
Felhasználó	User0~User4	User0	±1	Felhasználó
Szint	1~24	1	±1	Motor ellenállás
Watt	10~350	100	±5	Watt érték

A metrikus/birodalmi rendszer megváltoztatása

A főmenüben a MODE+ RECOVERY gombok egyidejű megnyomásával és 3 másodpercig történő lenyomásával lépjen be a készülék beállításába. A rendszer megváltoztatásakor (metrikus↔ birodalmi) az egység automatikus visszaállítása történik.

Alvó üzemmód

A készülék alvó üzemmódba lép, ha 4 percig nem történik mozgás vagy nem nyomják meg a gombot. Az alvó üzemmódból való kilépéshez nyomja meg bármelyik gombot.

Motorhiba

Ha a kijelzőn ERR4 jelenik meg, tegye a következőket:

- Kapcsolja ki a tápegységet.
- Távolítsa el a készülék fedelét.
- Ellenőrizze a kábelezést - a csatlakozó meglazulhat vagy a kábel megsérülhet.

Istruzioni per l'installazione

PRECAUZIONI DI SICUREZZA

1. Prima di iniziare l'allenamento, consultare il proprio medico per verificare che non vi siano controindicazioni all'uso dell'attrezzo. Un consulto medico è particolarmente consigliato se si assumono farmaci che influenzano la frequenza cardiaca, la pressione sanguigna o i livelli di colesterolo. È inoltre necessario per le persone di età superiore ai 35 anni e per quelle con problemi di salute.
2. Eseguire sempre un riscaldamento prima di iniziare l'attività fisica.
3. Prestare attenzione ai segnali di preoccupazione. Un esercizio fisico inadeguato o eccessivo può essere pericoloso per la salute. Se durante l'allenamento si avvertono mal di testa o vertigini, dolori al petto, battito cardiaco irregolare o altri sintomi preoccupanti, interrompere immediatamente l'esercizio e consultare il medico.
4. Tenere bambini e animali domestici lontani dall'apparecchiatura durante e dopo l'esercizio.
5. Posizionare l'apparecchiatura su una superficie asciutta e piana, ad almeno 0,5 m di distanza dalla parete. Rimuovere tutti gli oggetti appuntiti dalle vicinanze dell'apparecchiatura. Proteggere l'attrezzatura dall'umidità e livellare eventuali irregolarità del pavimento. Si consiglia di utilizzare uno speciale tappetino antiscivolo per evitare che l'apparecchiatura scivoli durante l'esercizio.
6. Prima del primo utilizzo e successivamente a intervalli regolari, controllare il fissaggio di tutte le viti, i perni e le altre parti di collegamento.
7. Controllare il fissaggio delle parti e dei bulloni che le collegano prima di iniziare l'esercizio. Gli esercizi possono essere avviati solo se l'apparecchio è perfettamente funzionante.
8. L'apparecchio deve essere controllato regolarmente per verificarne l'usura e gli eventuali danni: solo così sarà conforme ai requisiti di sicurezza. Particolare attenzione va prestata ai pedali, al regolatore di resistenza e alle impugnature in schiuma, che si usurano più rapidamente. I componenti danneggiati devono essere riparati o sostituiti immediatamente; fino ad allora, la macchina non deve essere utilizzata.
9. Non inserire oggetti nelle aperture dell'unità.
10. Non lasciare comandi sporgenti o altre parti strutturali che potrebbero ostacolare il movimento.
11. Utilizzare l'apparecchiatura solo per lo scopo previsto. Interrompere immediatamente l'esercizio se una parte è danneggiata o usurata o se durante l'uso si avvertono suoni fastidiosi. Non utilizzare più l'apparecchiatura finché il problema non è stato risolto.
12. Esercitarsi con abiti comodi e scarpe sportive. Evitare indumenti larghi che possano impigliarsi nelle parti sporgenti dell'apparecchiatura o che possano limitare la libertà di movimento.
13. L'apparecchio è classificato come dispositivo di classe HC secondo la norma EN ISO 20957-1 ed è destinato esclusivamente all'uso domestico. Non deve essere utilizzato per scopi terapeutici, riabilitativi o commerciali.
14. Fare attenzione quando si solleva o si trasporta l'apparecchiatura per non affaticare la colonna vertebrale.
15. Il prodotto è destinato esclusivamente agli adulti. I bambini possono utilizzarlo solo sotto la stretta sorveglianza di un adulto e sotto la loro esclusiva responsabilità.
16. Per il montaggio dell'apparecchio, attenersi scrupolosamente alle istruzioni allegate e utilizzare esclusivamente i componenti forniti. Prima di iniziare l'assemblaggio, accertarsi che siano presenti tutti gli elementi elencati nella lista dei componenti.

AVVERTENZA: leggere le istruzioni prima di utilizzare l'attrezzatura per il fitness. Non siamo responsabili per lesioni o danni agli oggetti causati da un uso improprio di questo prodotto.

DATI TECNICI

Peso netto: 28 kg Volano: 8 kg
Dimensioni da aperto: 107×50×131 cm
Carico massimo: 120 kg

MANUTENZIONE

La macchina è stata progettata per richiedere una manutenzione minima da parte dell'utente. Si raccomanda di eseguire le seguenti operazioni:

- Utilizzare un panno morbido per rimuovere sporco e polvere. Asciugare l'unità dopo ogni utilizzo.
- Controllare regolarmente che le cinghie dell'unità non siano usurate e siano nella posizione corretta.
- Controllare regolarmente che tutti i bulloni e le manopole siano ben serrati.

FRENATURA

Per arrestare la macchina, smettere di pedalare. La bicicletta magnetica M6993 non è dotata di un sistema di bloccaggio o di un freno di emergenza.



Elenco delle parti e degli attrezzi

NUMERO	NOME PARTE	SPECIFICA	QUANTITÀ
68	VITE	M8*P1,25*72L	4
15	BUSSOLA	φ7*φ12*25mm	1
13	VITE	M7*P1.0*30L	1
16	MANOPOLA T-TYPE	M7*P1.0*55L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	CHIAVE ESAGONALE	6mm*30mm*84mm	1
71	CHIAVE A FORCHETTA PER ARPIONE	13.15	1
73	CHIAVE N-TYPE	13, 14, 15	1
10	MORSETTO	f8*f19*2T	1

NUMERO	NOME PARTE	SPECIFICA	QUANTITÀ
1	COMPUTER		1
2	VITE	M5*10L	4
3	CAVO SUPERIORE	900L	1
4	BUSSOLA	φ20*5T*485L,STR	2
5	COPERCHIO	STR 7/8"	2
6	SENSORE DI IMPULSO	12B	2
7	VITE	M3,5*20L	2
8	RUOTA STERZO		1
9	LINEA IMPULSI	700+700L	1
10	SCUDO TALER	4T	1
11	COPERCHIO	7511D	1
12	TAPPO	f7*f12*2T	2
13	VITE	M7*P1,0*30L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
15	BUSSOLA	f7*f12*25mm	1
16	MANOPOLA A T	M7*P1,0*55L	1
17	POSTA DEL COMPUTER	45*51*1,5T*847,4L	1
18	VITE	M8*P1,25*16L(6m/6m	4
19	TAPPO	φ8*φ19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	COPERCHIO DEL MONTANTE DEL COMPUTER	PS	1
22	SELLA		1
23	TAPPO	M8	5
24	SUPPORTO SADDLE		1
25	TAPPO	20*60 (PP)	2
26	PAD	φ8*φ16*2T	1
27	MANOPOLA A SELLA	M8(ABS)	1
28	PALETTO DELLA SELLA	φ38,1(D)*1,5T*500L	1
30	CONNETTORE PER MONTANTE A SELLA	φ50,8 2700 PP	1
31	MANOPOLA	M16*P1,5*35L	1
32	CAVO INFERIORE	450L	1
33	KIT ASSEMBLAGGIO		1
34	CINGHIA	J6 400	1
35	PULSANTE	φ232*6	1
36	CUSCINETTO	6"*190W(1/2")	1
37	PEDALE	1/2"	1
38	TAPPO	PVC	2
39	COPERTURA PRINCIPALE L/P	PS	1
40	VITE	3/16" (#10) *5/8"	6
41	CUSCINETTO	6900RS	2
42	TAPPO DI REGOLAZIONE	φ43*22.5	1
43	TAPPO	φ8*φ16*1t	1
44	GANCIO	5T	1
45	VITE	M8*20	1
46	MOLLA	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	MAGNETE		1
48	VITE	M6*P1,0*16L	4
49	TAPPO	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	VITE	M3*8L	2
52	SENSORE	300L	1
53	MOTORE	MT03	1
54	ASSE VOLANO	3/8"-26*145L	1
55	CUSCINETTO	6000RS	3
56	PICCOLA PULSULA	φ39*7(φ26)	1
57	BUSSOLA	φ10*φ16*11,5mm	1
58	BUSHING	φ39.3	1
59	RUOTA VOLANTE	φ280*26W	1
60	BUSSOLA	φ10*φ14*9mmL	4
61	VITE	3/8"-26*4.5t	4
62	TAPPO	3/8"-26	2
63	VITE	3/16" (#10) *3/4"	4
64	COPERCHIO RUOTA ANTERIORE	PP	2
65	STABILIZZATORE ANTERIORE	60*70*1,5t*430L	1
66	TAPPO POSTERIORE	PP	2
67	STABILIZZATORE POSTERIORE	60*70*1,5t*430L	1
68	VITE	M8*P1,25*72L	4
69	ADATTATORE	9V 1.0A	1
70	CHIAVE ESAGONALE	6mm*30mm*84mm	1
71	CHIAVE A FORCHETTA PER ARPIONE	13, 15	1
72	CHIAVE N-TYPE	13, 14, 15	1
73	TELAIO PRINCIPALE		1



Montaggio

➤ Passo 1.

1. Fissare lo stabilizzatore anteriore (65) al telaio principale (73) utilizzando 2 viti (68) e 2 cuscinetti (19).
2. Fissare lo stabilizzatore posteriore (67) al telaio principale (73), utilizzando 2 viti (68) e 2 cuscinetti (19).

➤ Passo 2.

1. Fissare le staffe ai pedali.
2. Fissare il pedale sinistro alla pedivella sinistra (37-L) e il pedale destro (37-R) alla pedivella destra.

➤ Passo 3.

1. Fissare la sella (22) al supporto della sella (24). Quindi fissare il supporto della sella al reggisella (28) con la manopola (27) e il cuscinetto (26).
2. Fissare il reggisella (28) al telaio principale e fissarlo con la manopola.

➤ Passo 4.

1. Applicare le coperture (21), (70) sul montante del computer (17).
2. Collegare il cavo inferiore (32) al cavo superiore (3).
3. Posizionare il montante nel telaio principale e avvitare con le viti (18) e i cuscinetti (20) e (19).

➤ Passo 5.

1. Posizionare il volante (8) sul montante del computer (17), quindi fissare la parte superiore con il cuscinetto (12) e la vite (13).
2. Posizionare la boccola (15), il cuscinetto (14) e il coperchio (11) sulla manopola a T (16) e avvitare alla parte inferiore.

➤ Passo 6.

1. Collegare il cavo del sensore di impulsi (9) al cavo del computer (1-1), quindi collegare il cavo superiore (3) al cavo del computer (1-2).
2. Fissare il computer (1) al montante del computer (17) con 4 viti (2).



Computer

1. Quando si preme il pulsante di accensione, tutti i segmenti vengono visualizzati sullo schermo per 1 secondo, viene emesso un singolo segnale acustico e il motore torna a zero.
2. Se non viene rilevato alcun segnale di ingresso per 4 secondi, sullo schermo viene visualizzato "E4". Se si tiene premuto il pulsante START/STOP per più di 2 secondi, si verifica un RESET che riporta tutte le funzioni allo stato iniziale (come dopo l'accensione).
3. Alimentazione del computer: DC 6V / 1000 mA.

Funzioni dei pulsanti

1. START/STOP:

- A. Avvio - per avviare il dispositivo.
- B. Pausa - per riprendere il funzionamento, premere nuovamente.

2. RESET:

- A. Durante l'impostazione dei parametri - premere per tornare al menu principale.
- B. Tenere premuto per 3 secondi per ripristinare le impostazioni.

3. RECOVERY :

- A. Se viene rilevato un segnale di frequenza cardiaca, premere il pulsante per avviare la modalità RECUPERO.

4. UP :

- A. Durante l'impostazione delle funzioni - premere per aumentare i valori dei parametri.
- B. Durante l'allenamento - premere per aumentare il livello di resistenza.

5. DOWN :

- A. Durante l'impostazione delle funzioni - premere per diminuire i valori dei parametri.
- B. Durante l'allenamento - premere per diminuire il livello di resistenza.

6. MODE/ENTER :

- A. Durante l'impostazione delle funzioni - premere per confermare i valori dei parametri.
- B. Durante la definizione delle impostazioni utente - premere per passare alla sezione successiva.

7. MODE+RECOVERY :

- A. Nel menu principale, premere per 3 secondi per modificare il sistema metrico/imperiale.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Premere per 3 secondi per accedere alla modalità di riposo.

Modalità manuale - base

Selezionare la modalità Manuale, quindi premere ENTER per confermare la selezione e impostare il livello di resistenza. Premere nuovamente ENTER per passare alle impostazioni dei parametri successivi:

tempo (Time)→ distanza (Distance)→ calorie (Calories)→ frequenza cardiaca target (Target Heart Rate). Utilizzare i pulsanti SU o GIÙ per aumentare o diminuire i valori di ciascun parametro. Una volta completata la configurazione, premere START per iniziare l'allenamento.

Durante l'esercizio, è possibile modificare il livello di resistenza in qualsiasi momento utilizzando i pulsanti SU o GIÙ.

Modalità PROGRAMMA - programmi integrati

Selezionare la modalità Programma, quindi premere ENTER per confermare.

Utilizzare i tasti UP o DOWN per selezionare uno dei programmi (P1-P12), quindi premere ENTER per confermare la selezione. Impostare il livello di resistenza e procedere alla configurazione dei seguenti parametri:

tempo (Time)→ distanza (Distance)→ calorie (Calories)→ frequenza cardiaca target (Target Heart Rate), utilizzando i pulsanti SU o GIÙ per regolare i valori.

Una volta effettuate le impostazioni, premere START per iniziare l'allenamento.

Durante l'esercizio, è possibile modificare il livello di resistenza utilizzando i pulsanti SU o GIÙ.

Il diagramma n. (P1-P12) mostra i 12 programmi di allenamento integrati.

Modalità fitness

Selezionare la modalità "Programma", premere ENTER per confermare la selezione. Il tempo predefinito è impostato su 12 minuti, resistenza 6, premere START per iniziare l'allenamento.

Selezione del livello

Livello	Genere	Distanza / velocità	ETÀ <30	ETÀ =30~39	ETÀ =40~49	ETÀ >50
F5	Uomo	DISTANCE (Distanza)	<3,2KM	<3KM	<2,8 HP	<2,6 CV
		SPEED (Velocità)	16 CV/h	15HP	14HP	13HP
	Donna	DISTANCE (Distanza)	<3KM	<2,8KM	<2,4KM	<2,2 CV
		SPEED (Velocità)	15HP	14HP	12HP	11HP
F4	Uomo	DISTANCE (Distanza)	3,2~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM	2,6~3,2KM
		SPEED (Velocità)	20KM	19KM	17HP	16HP
	Donna	DISTANCE (Distanza)	3~3,6KM	2,8~3,4KM	2,4~3KM	2,2~2,8KM
		SPEED (Velocità)	18KM	17HP	15HP	14HP
F3	Uomo	DISTANCE (Distanza)	4~4,8KM	3,8~4,6KM	3,4~4,2KM	3,2~4 CV
		SPEED (Velocità)	24KM	23KM	21HP	20HP
	Donna	DISTANCE (Distanza)	3,6~4,4KM	3,4~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM
		SPEED (Velocità)	22KM	20HP	19HP	17HP
F2	Uomo	DISTANCE (Distanza)	4,8~5,6KM	4,6~5,4KM	4,2~5KM	4~4,8KM
		SPEED (Velocità)	28KM	27KM	25HP	24HP
	Donna	DISTANCE (Distanza)	4,4~5,4KM	4~5KM	3,8~4,6KM	3,4~4,4KM
		SPEED (Velocità)	27KM	25KM	23HP	22HP
F1	Uomo	DISTANCE (Distanza)	>5,6KM	>5,4KM	>5KM	>4,8 CV
		SPEED (Velocità)	28HP	27 CV	25 CV	24HP
	Donna	DISTANCE (Distanza)	>5,4KM	>5KM	>4,6KM	>4,4 CV
		SPEED (Velocità)	27 CV	25 CV	23 CV	22HP

Modalità WATT - misurazione costante dell'energia consumata

Selezionare la modalità WATT e premere ENTER per confermare la selezione. Passare quindi alle impostazioni:

tempo (Time)→ distanza (Distance)→ calorie (Calories)→ frequenza cardiaca target (Target Heart Rate).

Utilizzare i pulsanti SU o GIÙ per aumentare o diminuire i valori dei parametri. Una volta completata la configurazione, premere START per avviare l'allenamento.

Durante l'esercizio, è possibile modificare il valore WATT utilizzando i pulsanti SU o GIÙ. Nota: il valore WATT dipende dalla cadenza (RPM):

Quando il numero di giri/minuto è < 20, il valore WATT è impostato su 20.

Quando RPM > 120, il valore WATT è limitato a 120.

Modalità PERSONALE - Impostazioni specifiche dell'utente

Selezionare la modalità PERSONALE, quindi premere ENTER per confermare la selezione. Passare alla prima delle 16 sezioni di impostazione della resistenza. Utilizzare i tasti UP o DOWN per regolare il valore della resistenza, quindi premere ENTER per passare alla sezione successiva.

Una volta impostata la sedicesima sezione, premere nuovamente ENTER per tornare

alla prima sezione. Infine, premere START per iniziare l'allenamento.

Durante l'allenamento è possibile modificare il livello di resistenza utilizzando i pulsanti SU o GIÙ.

Modalità HRC - Allenamento a frequenza cardiaca controllata

Selezionare la modalità HRC, quindi premere ENTER per confermare la selezione. Utilizzare i pulsanti SU o GIÙ per selezionare un livello di frequenza cardiaca target: 55%, 75%, 90%, 100%.

Quindi passare alle impostazioni: tempo (Time)→ distanza (Distance)→ calorie (Calories)→ HRC. Una volta completate le impostazioni, premere INIZIO per avviare l'allenamento.

Durante l'allenamento, l'aumento/diminuzione della resistenza viene calcolato in base al livello delle pulsazioni.

Formula di calcolo dell'obiettivo:

THR= $(220-AGE)*55\%$

THR= $(220-AGE)*75\%$

THR= $(220-AGE)*90\%$

THR= $(220-AGE)*100\%$

Durante l'allenamento, l'aumento/diminuzione della resistenza viene calcolato in base al livello delle pulsazioni.

Modalità RECOVERY - Test di recupero

Se viene rilevato un segnale di frequenza cardiaca, premere il pulsante RECUPERO per avviare la modalità di recupero. Durante la misurazione, tenere le mani sui sensori del polso.

Il conto alla rovescia inizia da 60 secondi in giù.

Al termine del test, sullo schermo viene visualizzato il punteggio su una scala da 1 a 6, calcolato con la formula: $\text{Punteggio} = 6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - livello di frequenza cardiaca più alto registrato nei primi 20 secondi.

P2 - livello di frequenza cardiaca più basso registrato negli ultimi 40 secondi. Se P1 o P2 è uguale a 0, sullo schermo viene visualizzato ERR2.

Modalità dati utente (USER)

1. impostazioni utente

Quando si accende l'unità o si esegue un reset, questa entra automaticamente in modalità impostazioni utente USER. Utilizzare i pulsanti SU o GIÙ per selezionare un profilo: USER0 ~ USER4, quindi premere ENTER per confermare la selezione. Impostare successivamente i seguenti dati:

- Sesso
- Età
- Altezza
- Peso

Descrizione della funzione

Tipo di funzione	Intervallo di visualizzazione	Impostazioni predefinite	Aumento/diminuzione	Descrizione
Tempo	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Quando viene visualizzato 0:00, il tempo viene sommato. 2. Quando viene visualizzato 1:00~99:00, il tempo viene conteggiato alla rovescia fino a 0.
Distanza	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Quando viene visualizzato 0:00, la distanza viene aggiunta. 2. Quando è visualizzato 0,1~99,5, la distanza viene conteggiata alla rovescia fino a 0.
Calorie	0~990	0	±10	1. Quando viene visualizzato 0,0, vengono aggiunte le calorie. 2. Quando viene visualizzato 10~990, le calorie vengono conteggiate alla rovescia fino a 0.

Tipo di funzione	Intervallo di visualizzazione	Impostazioni predefinite	Aumento/diminuzione	Descrizione
Altezza	100~200	160	±1	Unità metrica: CM
Peso	20~150	50	±1	Unità metrica: KG
Età	10~99	25	±1	Età
Utente	Utente0~Utente4	Utente0	±1	Utente
Livello	1~24	1	±1	Resistenza del motore
Watt	10~350	100	±5	Valore in Watt

Modifica del sistema metrico/imperiale

Nel menu principale, premere contemporaneamente i pulsanti MODE+ RECOVERY e tenerli premuti per 3 secondi per accedere alle impostazioni dell'unità. Quando si cambia il sistema (metrico↔ imperiale), si verifica un reset automatico dell'unità.

Modalità Sleep

Se non si effettua alcun movimento o non si preme alcun pulsante per 4 minuti, l'unità entra in modalità sleep. Per uscire dalla modalità sleep, premere un pulsante qualsiasi.

Errore del motore

Se sul display appare ERR4, procedere come segue:

- Scollegare l'alimentazione.
- Rimuovere il coperchio dell'unità.
- Controllare il cablaggio: il connettore potrebbe essere allentato o il cavo danneggiato.

Irengimo instrukcijos

SAUGOS PRIEMONĖS

1. Prieš pradėdami treniruotę, pasikonsultuokite su gydytoju, kad šitiktumėte, jog nėra kontraindikacijų naudoti treniruoklį. Gydytojo konsultacija ypač rekomenduojama, jei vartojate vaistus, kurie turi įtakos širdies ritmui, kraujospūdžiui ar cholesterolio kiekiui. Ji taip pat būtina vyresniems nei 35 metų žmonėms ir turintiems sveikatos problemų.
2. Prieš pradėdami mankštintis visada atlikite apšilimą.
3. Atkreipkite dėmesį į nerimą keliančius signalus. Netinkamas arba per ilgas mankštinimasis gali pavojaus jūsų sveikatai. Jei treniruotės metu jaučiate galvos skausmą, aršvaigimą, skausmą krūtinėje, nereguliarų širdies plakimą ar kitus nerimą keliančius simptomus, nedelsdami nutraukite treniruotę ir kreipkitės į gydytoją.
4. Saugokite vaikus ir naminius gyvūnus nuo įrangos treniruočių metu ir po jų.
5. Pastatykite įrangą ant sauso ir lygaus paviršiaus, bent 0,5 m atstumu nuo sienos. Pašalinkite visus aštirus daiktus iš įrangos apylinkių. Apsaugokite įrangą nuo drėgmės ir išlyginkite visus grindų nelygumus. Rekomenduojama naudoti specialų neslystantį kilimėlį, kad įranga pratybų metu neslystų.
6. Prieš pirmą kartą naudodami įrenginį ir vėliau reguliariai tikrinkite visų varžtų, kaiščių ir kitų jungiamųjų dalių tvirtinimą.
7. Prieš pradėdami treniruotis patikrinkite dalių ir jas jungiančių varžtų tvirtinimą. Pratybas galima pradėti tik tada, kai prietaisas visiškai veikia.
8. Prietaisą reikia reguliariai tikrinti, ar jis nenusidėvėjęs ir ar nėra galimų pažeidimų - tik tada jis atitiks saugos reikalavimus. Ypatingą dėmesį reikėtų skirti pedalams, pasipriešinimo reguliatoriui ir putplasčio rankenoms, kurios dėvosi greičiausiai. Pažeistus komponentus reikia nedelsiant sutaisyti arba pakeisti - iki tol įrenginio naudoti negalima.
9. Nekiškite jokių daiktų į įrenginio angas.
10. Nepalikite išsikišusių valdiklių ar kitų konstrukcinių dalių, kurios gali trukdyti judėti.
11. Įrangą naudokite tik pagal paskirtį. Nedelsdami nutraukite treniruotę, jei kuri nors dalis yra pažeista ar susidėvėjusi arba jei naudojimosi metu pasigirsta trikdančių garsų. Nenaudokite įrangos dar kartą, kol problema nebus pašalinta.
12. Mankštinkitės apsirengę patogiais drabužiais ir avėdami sportinę avalynę. Venkite laisvų drabužių, kurie gali užsikabinti už išsikišusių įrangos dalių arba kurie gali riboti jūsų judėjimo laisvę.
13. Įrangą pagal standartą EN ISO 20957-1 priskiriama HC klasės prietaisams ir yra skirta naudoti tik buityje. Jos negalima naudoti gydymo, reabilitacijos ar komerciniais tikslais.
14. Keldami ar nešdami įrangą būkite atsargūs, kad neapkrautumėte stuburo.
15. Gaminyje skirtas tik suaugusiems. Vaikai juo gali naudotis tik griežtai prižiūrimi suaugusiųjų ir tik savo atsakomybe.
16. Surinkdami prietaisą, griežtai laikykitės pridėdamų instrukcijų ir naudokite tik pridėdamas dalis. Prieš pradėdami surinkimą, įsitikinkite, kad yra visi dalių sąrašė išvardyti elementai.

ĮSPĖJIMAS: prieš naudodami treniruoklį perskaitykite instrukcijas. Mes neatsakome už sužalojimus ar daiktų sugadinimą dėl netinkamo šio gaminio naudojimo.

TECHNINIAI DUOMENYS

Grynasis svoris: 28 kg

Smagratis: 8 kg

Išskleisto įrenginio matmenys: 107× 50× 131 cm

Didžiausia apkrova: 107× 50× 131 cm: 120 kg

PRIEŽIŪRA

Mašina sukurta taip, kad naudotojui reikėtų minimalios priežiūros. Rekomenduojama atlikti šiuos veiksmus:

- Naudokite minkštą šluostę nešvarumams ir dulkėms pašalinti. Po kiekvieno naudojimo nušluostykite įrenginį sausai.
- Reguliariai tikrinkite, ar įrenginio diržai nenusidėvėję ir ar jie yra tinkamoje padėtyje.
- Reguliariai tikrinkite, ar tinkamai priveržti visi varžtai ir rankenėlės.

BRACKETAS

Norėdami sustabdyti mašiną, nustokite minti pedalus. M6993 magnetinis dviratis neturi blokavimo sistemos ar avarinio stabdžio.



Detalių ir įrankių sąrašas

NUMERIS	DALIES VARDAS	SPECIFIKACIJA	KIEKIS
68	VARŽTAI	M8*P1.25*72L	4
15	IVORĖ	f7*f12*25mm	1
13	SRAIGTAS	M7*P1.0*30L	1
16	T-TYPE KNOB	M7*P1.0*55L	1
14	PADĖKLAS	f7*f12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	ŠEŠIAKAMPIO FORMOS VERŽLIARAKTIS	6mm*30mm*84mm	1
71	RANKŠTUVAS HARPOON	13.15	1
73	N-TYPE RANKŠTAS	13, 14, 15	1
10	PRIETAISAS	f8*f19*2T	1

SKAIČIUŠ	DALIES VARDAS	SPECIFIKACIJA	KIEKIS
1	KOMPIUTERIS		1
2	SRAIGTAS	M5*10L	4
3	VIRŠUTINIS KABELIS	900L	1
4	IVORĖ	φ20*5T*485L, STR	2
5	DANGTIS	STR 7/8"	2
6	IMPULSO JUTIKLIS	12B	2
7	SRAIGTAS	M3.5*20L	2
8	VAIRO RATAS		1
9	PULSU LINIJA	700+700L	1
10	TALERIO SKYDAS	4T	1
11	DANGTAS	7511D	1
12	PADĖKLAS	f7*f12*2T	2
13	SRAIGTAS	M7*P1.0*30L	1
14	PADĖKLAS	f7*f12*1T	2
15	IVORĖ	f7*f12*25mml	1
16	T-FORMOS VERŽLIARAKTIS	M7*P1.0*55L	1
17	KOMPIUTERIO STOVAS	45*51*1.5T*847.4L	1
18	SRAIGTAS	M8*P1.25*16L(6m/6m	4
19	PADĖKLAS	f8*f19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	KOMPIUTERIO STOVO DANGTELIS	PS	1
22	SĖDĖJIMAS		1
23	DANGTELIS	M8	5
24	SADDLE PALAIKYMAS		1
25	DANGTELIS	20*60 (PP)	2
26	PADĖKLAS	φ8*φ16*2T	1
27	SADDLE KNOB	M8(ABS)	1
28	SADDLE POST	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	BALNO STULPELIO JUNGDIS	φ50.8 2700 PP	1
31	KNOB	M16*P1.5*35L	1
32	APATINIS KABELIS	450L	1
33	MONTAŽO RINKINYS		1
34	DIRŽAS	J6 400	1
35	PULLEY	φ232*6	1
36	KRUMPLIAI	6"*190W(1/2")	1
37	PEDALAS	1/2"	1
38	DANGTELIS	PVC	2
39	PAGRINDINIS DANGTIS L/P	PS	1
40	SRAIGTAS	3/16" (#10) *5/8"	6
41	GUOLIS	6900RS	2
42	REGULIUOJANTIS DANGTELIS	φ43*22.5	1
43	PADĖKLAS	φ8*φ16*1t	1
44	LAIKIKLIS	5T	1
45	VARŽTAS	M8*20	1
46	SPYRUOKLĖ	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	MAGNETAS		1
48	SRAIGTAS	M6*P1.0*16L	4
49	PADĖKLAS	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	SRAIGTAS	M3*8L	2
52	JUTIKLIS	300L	1
53	VARIKLIS	MT03	1
54	SKRAIDANČIO RATO AŠIS	3/8"-26*145L	1
55	GUOLIS	6000RS	3
56	MAŽASIS PULSAS	φ39*7 (φ26)	1
57	IVORĖ	φ10*φ16*11.5 mml	1
58	IVORĖ	φ39.3	1
59	SKRIDIMO RATAS	φ280*26W	1
60	IVORĖ	φ10*φ14*9mmL	4
61	SRAIGTAS	3/8"-26*4.5t	4
62	DANGTELIS	3/8"-26	2
63	SRAIGTAS	3/16" (#10) *3/4"	4
64	PRIEKINIO RATO DANGTIS	PP	2
65	PRIEKINIS STABILIZATORIUS	60*70*1.5 t*430L	1
66	GALINIS DANGTELIS	PP	2
67	GALINIS STABILIZATORIUS	60*70*1.5 t*430L	1
68	SRAIGTAS	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTORIUS	9V 1.0A	1
70	ŠEŠIAKAMPIS VERŽLIARAKTIS	6mm*30mml*84mml	1
71	RANKŠTUVAS HARPOON	13, 15	1
72	N-TYPE RANKŠTELIS	13, 14, 15	1
73	PAGRINDINIS RĖMAS		1



Surinkimas

➤ 1 žingsnis.

1. Pritvirtinkite priekinį stabilizatorių (65) prie pagrindinio rėmo (73), naudodami 2 varžtus (68) ir 2 kaladėles (19).
2. Pritvirtinkite galinį stabilizatorių (67) prie pagrindinio rėmo (73), naudodami 2 varžtus (68) ir 2 pagalvėles (19).

➤ 2 žingsnis.

1. Pritvirtinkite laikiklius prie pedalų.
- Pritvirtinkite kairįjį pedalą prie kairiojo vairo (37-L), o dešinįjį pedalą (37-R) - prie dešiniojo vairo.

➤ 3 žingsnis.

1. Pritvirtinkite balnelį (22) prie balnelio atramos (24). Tada pritvirtinkite balnelio atramą prie sėdynės atramos (28) rankenėle (27) ir pagalvėle (26).
2. Pritvirtinkite sėdynės atramą (28) prie pagrindinio rėmo ir pritvirtinkite ją rankenėle.

➤ 4 žingsnis.

1. Uždėkite dangtelius (21), (70) ant kompiuterio stovo (17).
2. Prijunkite apatinį trosą (32) prie viršutinio troso (3).
3. Įstatykite stulpelį į pagrindinį rėmą ir prisukite jį varžtais (18) bei pagalvėlėmis (20) ir (19).

➤ 5 žingsnis.

1. Uždėkite vairą (8) ant kompiuterio stulpelio (17), tada pritvirtinkite viršutinę dalį trinkelėmis (12) ir varžtu (13).
2. Uždėkite įvorę (15), pagalvėlę (14) ir dangtelį (11) ant T formos rankenėlės (16) ir prisukite ją prie apatinės dalies.

➤ 6 žingsnis.

1. Prijunkite impulsų jutiklio kabelį (9) prie kompiuterio kabelio (1-1), tada prijunkite viršutinį kabelį (3) prie kompiuterio kabelio (1-2).
2. Pritvirtinkite kompiuterį (1) prie kompiuterio stovo (17) 4 varžtais (2).



Kompiuteris

1. Paspaudus JUNGIMO mygtuką, 1 sekundę ekrane bus rodomi visi segmentai, pasigirs vienas garsinis signalas ir variklis grįš į nulinę padėtį.
2. Jei 4 sekundes neaptinkamas joks įvesties signalas, ekrane bus rodomas užrašas "E4". Jei START/ STOP mygtukas paspaudžiamas ir laikomas ilgiau nei 2 sekundes, bus atliktas RESET, grąžinant visas funkcijas į pradinę būseną (kaip po maitinimo įjungimo).
3. Kompiuterio maitinimas: DC 6V / 1000 mA.

Mygtukų funkcijos

1. START/STOP:

- A. Start - prietaisui paleisti.
- B. Pauzė - norėdami atnaujinti veikimą, paspauskite dar kartą.

2. RESET :

- A. Parametrų nustatymo metu - paspauskite , kad grįžtumėte į pagrindinį meniu.
- B. Laikykite nuspaudę 3 sekundes, kad iš naujo nustatytumėte parametrus.

3. RECOVERY :

- A. Jei aptinkamas širdies ritmo signalas, paspauskite mygtuką, kad įjungtumėte atkūrimo režimą.

4. UP :

- A. Funkcijos nustatymo metu - paspauskite , kad padidintumėte parametrų reikšmes.
- B. Treniruočių metu - paspauskite , kad padidintumėte pasipriešinimo lygį.

5. DOWN :

- A. Funkcijos nustatymo metu - paspauskite , kad sumažintumėte parametrų vertes.
- B. Treniruotės metu - paspauskite , kad sumažintumėte pasipriešinimo lygį.

6. MODE/ENTER :

- A. Funkcijos nustatymo metu - paspauskite , kad patvirtintumėte parametrų vertes.
- B. Nustatant naudotojo nustatymus - paspauskite , kad pereitumėte į kitą skyrių.

7. MODE+RECOVERY :

- A. Būdami pagrindiniame meniu, paspauskite 3 sekundes, kad pakeistumėte metrinę/imperinę sistemą.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Paspauskite 3 sekundes, kad pereitumėte į miego režimą.

Rankinis režimas - pagrindinis

Pasirinkite rankinį režimą, tada paspauskite ENTER, kad patvirtintumėte pasirinkimą ir nustatytumėte pasipriešinimo lygį. Dar kartą paspauskite ENTER, kad pereitumėte prie kitų parametų nustatymų:

Laikas (Time)→ Atstumas (Distance)→ Kalorijos (Calories)→ Tikslinis širdies susitraukimų dažnis (Target Heart Rate). Mygtukais UP (aukštyn) arba DOWN (žemyn) didinkite arba mažinkite kiekvieno parametro reikšmes. Baigę konfigūravimą, paspauskite START, kad pradėtumėte treniruotę. Treniruočių metu pasipriešinimo lygį galite bet kada pakeisti naudodami mygtukus UP arba DOWN (aukštyn arba žemyn).

PROGRAMŲ režimas - integruotos programos

Pasirinkite Programų režimą, tada paspauskite ENTER, kad patvirtintumėte.

Naudodami UP arba DOWN pasirinkite vieną iš programų (P1-P12), tada paspauskite ENTER, kad patvirtintumėte pasirinkimą. Nustatykite pasipriešinimo lygį ir pereikite prie šių parametų konfigūravimo:

laikas (Time)→ atstumas (Distance)→ kalorijos (Calories)→ tikslinis širdies susitraukimų dažnis (Target Heart Rate), naudodami mygtukus UP arba DOWN, kad sureguliuotumėte vertes.

Atlikę nustatymus, paspauskite START, kad pradėtumėte treniruotę.

Treniruočių metu galite keisti pasipriešinimo lygį naudodami mygtukus UP (aukštyn) arba DOWN (žemyn).

Schemoje Nr (P1-P12) parodyta 12 integruotų treniruočių programų.

Sveikatingumo režimas

Pasirinkite režimą "Programa" ir paspauskite ENTER, kad patvirtintumėte pasirinkimą. Numatytoji trukmė yra 12 minučių, pasipriešinimas 6, paspauskite START, kad pradėtumėte treniruotę.

Lygio pasirinkimas

Lygis	Lytis	Atstumas / greitis	AGE <30	AMŽIAUS =30~39	AGE =40~49	AGE >50
F5	Vyras	DISTANCE (atstumas)	<3,2 KM	<3KM	<2,8 KM	<2,6 AG
		SPEED (greitis)	16 AG/h	15 AG	14 AG	13HP
	Moteris	DISTANCE (atstumas)	<3KM	<2,8KM	<2,4 KM	<2,2 KM
		SPEED (greitis)	15 AG	14 AG	12 AG	11 AG
F4	Vyras	DISTANCE (atstumas)	3.2~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM	2,6~3,2KM
		SPEED (greitis)	20KM	19KM	17KM	16 AG
	Moteris	DISTANCE (Atstumas)	3~3.6KM	2,8~3,4KM	2,4~3KM	2,2~2,8KM
		SPEED (greitis)	18KM	17KM	15 AG	14 AG
F3	Vyras	DISTANCE (atstumas)	4~4.8KM	3,8~4,6KM	3,4~4,2KM	3,2~4 HP
		SPEED (greitis)	24KM	23KM	21 AG	20KM
	Moteris	DISTANCE (Atstumas)	3,6 ~ 4,4KM	3,4~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM
		SPEED (greitis)	22KM	20HP	19 AG	17 AG
F2	Vyras	DISTANCE (atstumas)	4.8~5.6KM	4,6~5,4KM	4,2~5KM	4~4,8KM
		SPEED (greitis)	28KM	27KM	25HP	24 AG
	Moteris	DISTANCE (Atstumas)	4.4~5.4KM	4~5KM	3,8~4,6KM	3,4~4,4KM
		SPEED (greitis)	27KM	25KM	23HP	22 AG
F1	Vyras	DISTANCE (atstumas)	>5,6 KM	>5,4 KM	>5KM	>4,8 AG
		SPEED (greitis)	28 AG	27 AG	25 AG	24HP
	Moteris	DISTANCE (atstumas)	>5.4KM	>5KM	>4,6KM	>4,4 AG
		SPEED (greitis)	27 AG	25 AG	23 AG	22HP

WATT režimas - nuolatinis sunaudojamos energijos matavimas

Pasirinkite WATT režimą ir paspauskite ENTER, kad patvirtintumėte pasirinkimą. Tada eikite į nustatymus:

laikas (Time) → atstumas (Distance) → kalorijos (Calories) → tikslinis širdies susitraukimų dažnis (Target Heart Rate).

Mygtukais UP (aukštyn) arba DOWN (žemyn) padidinkite arba sumažinkite parametru vertes. Baigę konfigūravimą, paspauskite START, kad pradėtumėte treniruotę.

Pratimų metu WATT reikšmę galite keisti mygtukais UP arba DOWN. Pastaba: WATT vertė priklauso nuo kadencijos (RPM): Kai RPM < 20, WATT vertė yra 20.

Kai RPM > 120, WATT vertė yra ribojama iki 120.

Asmeninis režimas - naudotojui būdingi nustatymai

Pasirinkite PERSONAL mode (asmeninis režimas), tada paspauskite ENTER, kad patvirtintumėte pasirinkimą. Pereikite prie pirmojo iš 16 pasipriešinimo nustatymo skyrių. Naudodami UP arba DOWN nustatykite pasipriešinimo vertę, tada paspauskite ENTER, kad pereitumėte prie kito skirsnio.

Nustatę 16-ąją sekciją, dar kartą paspauskite ENTER, kad grįžtumėte į pirmąją sekciją.

Galiausiai paspauskite START, kad pradėtumėte treniruotę.

Treniruotės metu pasipriešinimo lygį galite keisti naudodami mygtukus UP arba DOWN.

HRC režimas - širdies ritmu kontroliuojama treniruotė

Pasirinkite HRC režimą, tada paspauskite ENTER, kad patvirtintumėte pasirinkimą. Mygtukais UP arba DOWN pasirinkite tikslinį širdies ritmo lygį: 55 %, 75 %, 90 %, 100 %.

Tada eikite į nustatymus: laikas (Time) → atstumas (Distance) → kalorijos (Calories) → HRC. Atlikę nustatymus, paspauskite START, kad pradėtumėte treniruotę.

Treniruotės metu pasipriešinimo didinimas / mažinimas apskaičiuojamas pagal jūsų pulso lygį.

THR= $(220-AGE)*55\%$

THR= $(220-AGE)*75\%$

THR= $(220-AGE)*90\%$

THR= $(220-AGE)*100\%$

Treniruočių metu pasipriešinimo didinimas / mažinimas apskaičiuojamas pagal pulso lygį.

ATGIMIMO režimas - atsigavimo testas

Jei aptinkamas širdies ritmo signalas, paspauskite mygtuką RECOVERY, kad pradėtumėte atkūrimo režimą. Matuodami laikykite rankas ant pulso jutiklių. Skaičiavimas prasidės nuo 60 sekundžių žemyn.

Kai testas bus baigtas, ekrane bus rodomas rezultatas skalėje nuo 1 iki 6, apskaičiuotas pagal formulę: Rezultatas = $6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - didžiausias per pirmąsias 20 sekundžių užfiksuotas širdies susitraukimų dažnio lygis

P2 - mažiausias per paskutines 40 sekundžių užfiksuotas širdies susitraukimų dažnio lygis. Jei P1 arba P2 yra lygus 0, ekrane bus rodoma ERR2.

Vartotojo duomenų režimas (USER)

1. Naudotojo nustatymai įjungus maitinimą arba atlikus iš naujo nustatymų, prietaisas automatiškai pereina į naudotojo nustatymų režimą USER (naudotojo duomenys). Mygtukais UP (aukštyn) arba DOWN (žemyn) pasirinkite profilį: USER0 ~ USER4, tada paspauskite ENTER, kad patvirtintumėte pasirinkimą. Nuosekliai nustatykite šiuos duomenis:

- Lytis
- Amžius
- Ūgis
- Svoris

Funkcijos aprašymas

Funkcijos tipas	Rodymo diapazonas	Numatytieji nustatymai	Padidėjimas / sumažėjimas	Aprašymas
Laikas	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Kai rodoma 0:00, laikas sumuojamas. 2. Kai rodoma 1:00~99:00, laikas bus skaičiuojamas iki 0.
Atstumas	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Kai rodoma 0:00, atstumas bus pridėdamas. 2. Kai rodoma 0,1~99,5, atstumas bus skaičiuojamas iki 0.
Kalorijos	0~990	0	±10	1. Kai rodoma 0,0, kalorijos bus pridėtos. 2. Kai rodoma 10~990, kalorijos bus skaičiuojamos iki 0.

Funkcijos tipas	Rodymo diapazonas	Numatytieji nustatymai	Didinti / mažinti	Aprašymas
Aukštis	100~200	160	±1	Metrinis vienetas: CM
Svoris	20~150	50	±1	Metrinis vienetas: KG
Amžius	10~99	25	±1	Amžius
Vartotojas	Vartotojas0~Vartotojas4	Vartotojas0	±1	Vartotojas
Lygis	1~24	1	±1	Variklio varža
Watt	10~350	100	±5	Watt vertė

Metrinės/imperinės sistemos keitimas

Būdami pagrindiniame meniu vienu metu paspauskite ir 3 sekundes palaikykite mygtukus MODE + RECOVERY (režimas), kad patektumėte į įrenginio nustatymus. Pakeitus sistemą (metrinę↔imperinę), bus automatiškai iš naujo nustatomas įrenginys.

Miego režimas

Įrenginys pereis į miego režimą, jei 4 minutes nebus atliekami jokie judesiai arba nebus paspaustas joks mygtukas. Norėdami išeiti iš miego režimo, paspauskite bet kurį mygtuką.

Variklio klaida

Jei ekrane pasirodo ERR4, atlikite toliau nurodytus veiksmus:

- Atjunkite maitinimo šaltinį.
- Nuimkite įrenginio dangtelį.
- Patikrinkite laidus - gali būti atsilaisvinusi jungtis arba pažeistas laidas.

Uzstādīšanas instrukcijas

DROŠĪBAS PASĀKUMI

1. Pirms treniņa uzsākšanas konsultējieties ar savu ārstu, lai pārliecinātos, ka nav kontrindikāciju treniņa lietošanai. Ārsta konsultācija ir īpaši ieteicama, ja lietojat medikamentus, kas ietekmē sirdsdarbību, asinsspiedienu vai holesterīna līmeni. Tā ir nepieciešama arī cilvēkiem, kas vecāki par 35 gadiem, un cilvēkiem ar veselības problēmām.
2. Pirms vingrošanas uzsākšanas vienmēr veiciet iesildīšanos.
3. Pievērsiet uzmanību satraucošiem signāliem. Neatbilstoša vāpārmērīga fiziskā slodze var būt bīstama jūsu veselībai. Ja treniņa laikā izjūtat galvassāpes vai reibošus, sāpes krūtīs, neregulāru sirdsdarbību vai citus satraucošus simptomus, nekavējoties pārtrauciet treniņu un konsultējieties ar ārstu.
4. Aizsargājiet bērņus un mājdzīvniekus no aprīkojuma treniņa laikā un pēc tā.
5. Novietojiet iekārtu uz sausas un līdzenas virsmas vismaz 0,5 m attālumā no sienas. Noņemiet visus asus priekšmetus no iekārtas apkārtnes. Aizsargājiet iekārtu no mitruma un izlīdziniet visus grīdas nelīdzenumus. Lai novērstu iekārtas slīdēšanu vingrinājumu laikā, ieteicams izmantot speciālu neslīdošo paklājiņu.
6. Pirms pirmās lietošanas reizes un pēc tam regulāri pārbaudiet visu skrūvju, tapu un citu savienojamo daļu nostiprinājumu.
7. Pirms treniņa sākšanas pārbaudiet detaļu un tās savienojamo skrūvju stiprinājumu. Vingrinājumus var sākt tikai tad, ja ierīce ir pilnībā darbspējīga.
8. Ierīce regulāri jāpārbauda, vai tā nav nolietojusies un vai nav iespējami bojājumi – tikai tad tā atbildīs drošības prasībām. Īpaša uzmanība jāpievērš pedāļiem, pretestības regulatoram un putuplasta rokturiem, kas noliektas visātrāk. Bojātās sastāvdaļas nekavējoties jālabo vai jānomaina – līdz tam ierīci nedrīkst lietot.
9. Ierīces atverēs nedrīkst ievietot nekādus priekšmetus.
10. Neatstājiet izvīzītas vadības ierīces vai citas konstrukcijas daļas, kas varētu traucēt kustībām.
11. Izmantojiet iekārtu tikai paredzētajam mērķim. Nekavējoties pārtrauciet treniņus, ja kāda daļa ir bojāta vai nolietojusies vai ja lietošanas laikā rodas traucējošas skaņas. Neizmantojiet iekārtu, kamēr problēma nav novērsta.
12. Veiciet vingrinājumus ērtā apģērbā un sporta apavos. Izvairieties no vaļīga apģērba, kas var aizķerties uz iekārtas izvīzītajām daļām vai kas var ierobežot jūsu kustību brīvību.
13. Iekārta ir klasificēta kā HC klases ierīce saskaņā ar standartu EN ISO 20957-1, un tā ir paredzēta tikai lietošanai mājas apstākļos. To nedrīkst izmantot terapeitiskiem, rehabilitācijas vai komerciāliem mērķiem.
14. Pacelšanas vai pārnēsāšanas laikā rīkojieties piesardzīgi, lai nesasprindzinātu mugurkaulu.
15. Izstrādājums ir paredzēts tikai pieaugušajiem. Bērni to drīkst lietot tikai stingrā pieaugušo uzraudzībā un uz savu atbildību.
16. Montējot ierīci, stingri ievērojiet pievienotās instrukcijas un izmantojiet tikai komplektācijā iekļautās detaļas. Pirms montāžas uzsākšanas pārliecinieties, vai ir pievienotas visas detaļas, kas uzskaitītas detaļu sarakstā.

BRĪDINĀJUMS: Pirms treniņa lietošanas izlasiet instrukciju. Mēs neesam atbildīgi par traumām vai priekšmetu bojājumiem, kas radušies nepareizas šī izstrādājuma lietošanas rezultātā.

TEHNISKIE DATI

Neto svars: 28 kg

Spararats: 8 kg

Izmēri izvīrstā stāvoklī: 107× 50× 131 cm

Maksimālā slodze: 120 kg

UZTURĒŠANA

Iekārta ir konstruēta tā, lai lietotājam būtu nepieciešama minimāla apkope. Ieteicams veikt šādus pasākumus:

- Lai notīrītu netīrumus un putekļus, izmantojiet mitru drānu. Pēc katras lietošanas reizes noslaukiet ierīci līdz sausumam.
- Regulāri pārbaudiet, vai ierīces siksnas nav nodilušas un ir pareizā stāvoklī.
- Regulāri pārbaudiet, vai visas skrūves un pogas ir pareizi pievilkas.

BREMZĒŠANA

Lai apstādinātu mašīnu, pārtrauciet pedāļu minšanu. Magnētiskais velosipēds M6993 nav aprīkots ar bloķēšanas sistēmu vai avārijas bremzi.



Detaļu un instrumentu saraksts

NUMBER	DAĻAS NOSAUKUMS	SPECIFIKĀCIJA	KVANTITĀTS
68	SKRŪVE	M8*P1.25*72L	4
15	IELIKTNIS	f7*f12*25mm	1
13	SKRŪVE	M7*P1.0*30L	1
16	T-TYPE KNOB	M7*P1.0*55L	1
14	PADZIĻINĀJUMS	f7*f12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	HEXAGON RENĶIS	6mm*30mm*84mm	1
71	RAKTA PĒRNS	13.15	1
73	N-TYPE RENKS	13, 14, 15	1
10	CLAMP	f8*f19*2T	1

NUMBER	DAĻAS NOSAUKUMS	SPECIFIKĀCIJA	KVANTITĀTS
1	DATORS		1
2	SKRŪVE	M5*10L	4
3	AUGŠĒJAIS KABELIS	900L	1
4	PUSES	φ20*5T*485L, STR	2
5	VĀKSTS	STR 7/8"	2
6	PULSA SENSORS	12B	2
7	SKRŪVE	M3.5*20L	2
8	STŪRES RITENIS		1
9	PULSE LĪNIJA	700+700L	1
10	TALER SHIELD	4T	1
11	VĀKSTS	7511D	1
12	IELIKTNIS	f7*f12*2T	2
13	SKRŪVE	M7*P1.0*30L	1
14	PAD	f7*f12*1T	2
15	IELAIDES	f7*f12*25mml	1
16	T-VEIDA UZGRIEZNIS	M7*P1.0*55L	1
17	KOMPUTERA PASTŪMA	45*51*1.5T*847.4L	1
18	SKRŪVE	M8*P1.25*16L(6m/6m	4
19	SPILVENTINŠ	f8*f19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	DATORA STATĪVA VĀKS	PS	1
22	SADDLE		1
23	KLĀPĀTE	M8	5
24	SADDLE BALSTS		1
25	CAP	20*60 (PP)	2
26	PAD	φ8*φ16*2T	1
27	SADDLE KNOB	M8(ABS)	1
28	SADDLE POST	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	SĒDEKLĀ STATĪJA SAVIENOTĀJS	f50.8 2700 PP	1
31	KNOB	M16*P1.5*35L	1
32	LĪMEŅA KĀBELIS	450L	1
33	MONTĀŽAS KOMPLEKTS		1
34	JOSTA	J6 400	1
35	PULLEY	φ232*6	1
36	RITEŅA	6""190W(1/2")	1
37	PEDĀLS	1/2"	1
38	KLĀPĀTE	PVC	2
39	GALVENĀKAIS VĀKS L/P	PS	1
40	SKRŪVE	3/16" (#10) *5/8"	6
41	GULTNIS	6900RS	2
42	REGULĒŠANAS VĀCIŅŠ	φ43*22.5	1
43	PAD	φ8*φ16*1t	1
44	STIPRINĀJUMS	5T	1
45	SKRŪVE	M8*20	1
46	ATSPERA	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn) atspere	1
47	MAGNETS		1
48	SKRŪVE	M6*P1.0*16L	4
49	SPILVENTINŠ	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	SKRŪVE	M3*8L	2
52	SENSORS	300L	1
53	DZINĒJS	MT03	1
54	RITEŅA ASS	3/8"-26*145L	1
55	GULTNIS	6000RS	3
56	MAZĀ PULLEY	φ39*7(φ26)	1
57	PUSES	φ10*φ16*11,5mml	1
58	PIEDZE	φ39.3	1
59	RITEŅA RITEŅŠ	φ280*26W	1
60	PUSES	φ10*φ14*9mml	4
61	SKRŪVE	3/8"-26*4.5t	4
62	KLP	3/8"-26	2
63	SKRŪVE	3/16" (#10) *3/4"	4
64	PRIEKŠĒJĀ RITEŅA PĀRSEGS	PP	2
65	PRIEKŠĒJAIS STABILIZATORS	60*70*1,5t*430L	1
66	AIZMUGURĒJAIS VĀCIŅŠ	PP	2
67	AIZMUGURĒJAIS STABILIZATORS	60*70*1,5t*430L	1
68	SKRŪVE	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTER	9 V 1,0 A	1
70	SEŠSTŪRA UZGRIEŽŅU ATSLĒGA	6mm*30mml*84mml	1
71	RAKTA PĒRNS	13, 15	1
72	N-TYPE RENKS	13, 14, 15	1
73	GALVENĀ RĀMA		1



Montāža

➤ 1. Solis.

1. Piestipriniet priekšējo stabilizatoru (65) galvenajam rāmim (73), izmantojot 2 skrūves (68) un 2 spilventiņus (19).
2. Piestipriniet aizmugurējo stabilizatoru (67) pie galvenā rāmja (73), izmantojot 2 skrūves (68) un 2 spilventiņus (19).

➤ 2. Solis.

1. Piestipriniet kronšteinus pedāļiem.

Piestipriniet kreiso pedāli pie kreisā kloķa (37-L) un labo pedāli (37-R) pie labā kloķa.

➤ 3. Solis.

1. Piestipriniet seglu (22) pie segla balsta (24). Pēc tam nostipriniet sēdekļa balstu pie sēdekļa statņa (28) ar kloķi (27) un spilventiņu (26).
2. Piestipriniet sēdekļa statni (28) pie galvenā rāmja un nostipriniet to ar kloķi.

➤ 4. Solis.

1. Uzlieciet vākus (21), (70) uz datora statņa (17).
2. Savienojiet apakšējo kabeli (32) ar augšējo kabeli (3).
3. Ievietojiet statni galvenajā rāmī un pieskrūvējiet to vietā, izmantojot skrūves (18) un spilventiņus (20) un (19).

➤ 5. Solis.

1. Uzlieciet stūres ratu (8) uz datora statņa (17), pēc tam nostipriniet augšējo daļu ar spilventiņu (12) un skrūvi (13).
2. Uzlieciet uznavu (15), spilventiņu (14) un vāciņu (11) uz T veida kloķa (16) un pieskrūvējiet to apakšējai daļai.

➤ 6. Solis.

1. Savienojiet impulsa sensora kabeli (9) ar datora kabeli (1-1), pēc tam savienojiet augšējo kabeli (3) ar datora kabeli (1-2).
2. Piestipriniet datoru (1) pie datora statņa (17) ar 4 skrūvēm (2).



Dators

1. Nospiežot POWER-ON pogu, uz 1 sekundes ekrānā tiks parādīti visi segmenti, atskanēs viens skaņas signāls un motors atgriezīsies nulles pozīcijā.
2. Ja 4 sekundes netiek konstatēts neviens ieejas signāls, ekrānā parādīsies "E4". Ja START/STOP poga tiek nospiesta un turēta ilgāk par 2 sekundēm, notiks RESET, atgriežot visas funkcijas to sākotnējā stāvoklī (kā pēc ieslēgšanas).
3. Datora barošanas avots: Līdzstrāvas 6 V / 1000 mA.

Pogu funkcijas

1. START/STOP:

- A. Start - lai iedarbinātu ierīci.
- B. Pauze - lai atsāktu darbību, nospiediet vēlreiz.

2. RESET :

- A. Parametru iestatīšanas laikā - nospiediet , lai atgrieztos galvenajā izvēlnē.
- B. Nospiediet 3 sekundes, lai atjaunotu iestatījumus.

3. RECOVERY :

- A. Ja tiek konstatēts sirdsdarbības signāls, nospiediet pogu, lai sāktu ATKĀRTĪŠANAS režīmu.

4. UP :

- A. Funkciju iestatīšanas laikā - nospiediet , lai palielinātu parametru vērtības.
- B. Treiņa laikā - nospiediet , lai palielinātu pretestības līmeni.

5. DOWN :

- A. Funkciju iestatīšanas laikā - nospiediet , lai samazinātu parametru vērtības.
- B. Treiņa laikā - nospiediet , lai samazinātu pretestības līmeni.

6. MODE/ENTER :

- A. Funkciju iestatīšanas laikā - nospiediet , lai apstiprinātu parametru vērtības.
- B. Definējot lietotāja iestatījumus - nospiediet , lai pārietu uz nākamo sadaļu.

7. MODE+RECOVERY:

- A. Galvenajā izvēlnē nospiediet 3 sekundes, lai veiktu izmaiņas metriskā/imperiālā sistēmā.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Nospiediet 3 sekundes, lai pārietu miega režīmā.

Manuālais režīms - pamata

Izvēlieties manuālo režīmu, pēc tam nospiediet ENTER, lai apstiprinātu izvēli un iestatītu pretestības līmeni. Vēlreiz nospiediet ENTER, lai pārietu pie nākamā parametra iestatījumiem:

Laiks (Time)→ Attālums (Distance)→ Kalorijas (Calories)→ Mērķa sirdsdarbība (Target Heart Rate). Izmantojiet pogas UP vai DOWN, lai palielinātu vai samazinātu katra parametra vērtības. Kad konfigurēšana ir pabeigta, nospiediet START, lai sāktu treniņu.

Treniņa laikā jebkurā laikā varat mainīt pretestības līmeni, izmantojot pogas UP vai DOWN.

PROGRAMMU režīms - iebūvētās programmas

Izvēlieties programmas režīmu, pēc tam nospiediet ENTER, lai apstiprinātu.

Izmantojiet UP vai DOWN, lai izvēlētos kādu no programmām (P1-P12), pēc tam nospiediet ENTER, lai apstiprinātu izvēli. Iestatiet pretestības līmeni un turpiniet konfigurēt turpmākos parametrus:

Laiks (Time)→ Attālums (Distance)→ Kalorijas (Calories)→ Mērķa sirdsdarbība (Target Heart Rate), izmantojot pogas UP vai DOWN, lai pielāgotu vērtības. Kad iestatījumi ir veikti, nospiediet START, lai sāktu treniņu.

Treniņa laikā varat mainīt pretestības līmeni, izmantojot pogas UP (Uz augšu) vai DOWN (Uz leju).

Diagrammā Nr (P1-P12) ir parādītas 12 iebūvētās treniņu programmas.

Fitnessa režīms

Izvēlieties režīmu "Programma", nospiediet ENTER, lai apstiprinātu izvēli. Noklusējuma laiks ir iestatīts uz 12 minūtēm, pretestība 6, nospiediet START, lai sāktu treniņu.

Līmeņu izvēle

Līmenis	Dzimums	Attālums / ātrums	AGE <30	AGE =30~39	AGE =40~49	AGE >50
F5	Vīrieši	DISTANCE (Attālums)	<3.2KM	<3KM	<2,8 ZS	<2,6HP
		SPEED (Ātrums)	16 ZS/h	15HP	14HP	13HP
	Sievietes	DISTANCE (Attālums)	<3KM	<2,8KM	<2,4KM	<2,2 KM
		SPEED (Ātrums)	15HP	14HP	12HP	11HP
F4	Vīrieši	DISTANCE (Attālums)	3.2~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM	2,6~3,2KM
		SPEED (Ātrums)	20KM	19KM	17HP	16HP
	Sievietes	DISTANCE (Attālums)	3~3.6KM	2.8~3.4KM	2,4~3KM	2,2~2,8KM
		SPEED (Ātrums)	18KM	17HP	15HP	14HP
F3	Vīrieši	DISTANCE (Attālums)	4~4.8KM	3,8~4,6KM	3,4~4,2KM	3,2~4 HP
		SPEED (Ātrums)	24KM	23KM	21HP	20HP
	Sievietes	DISTANCE (Attālums)	3,6 ~ 4,4KM	3,4~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM
		SPEED (Ātrums)	22KM	20HP	19HP	17HP
F2	Vīrieši	DISTANCE (Attālums)	4.8~5.6KM	4,6~5,4KM	4,2~5KM	4~4,8KM
		SPEED (Ātrums)	28KM	27KM	25HP	24HP
	Sievietes	DISTANCE (Attālums)	4.4~5.4KM	4~5KM	3,8~4,6KM	3,4~4,4KM
		SPEED (Ātrums)	27KM	25KM	23HP	22HP
F1	Vīrieši	DISTANCE (Attālums)	>5.6KM	>5,4KM	>5KM	>4,8 ZS
		SPEED (Ātrums)	28HP	27HP	25HP	24HP
	Sievietes	DISTANCE (Attālums)	>5.4KM	>5KM	>4,6KM	>4,4 ZS
		SPEED (Ātrums)	27 ZS	25HP	23HP	22HP

WATT režīms - pastāvīgs patērētās enerģijas mērījums

Izvēlieties WATT režīmu un nospiediet ENTER, lai apstiprinātu izvēli. Pēc tam dodieties uz iestatījumiem:

Laiks (Time)→ Attālums (Distance)→ Kalorijas (Calories)→ Mērķa sirdsdarbība (Target Heart Rate).

Lai palielinātu vai samazinātu parametru vērtības, izmantojiet pogas UP vai DOWN. Kad esat pabeidzis konfigurāciju, nospiediet START (START), lai sāktu treniņu.

Nodarbību laikā varat mainīt WATT vērtību, izmantojot pogas UP vai DOWN. Piezīme: WATT vērtība ir atkarīga no kadences (RPM): Ja $RPM < 20$, WATT vērtība ir 20.

Ja $RPM > 120$, WATT vērtība ir ierobežota līdz 120.

PERSONAL režīms - lietotājam specifiski iestatījumi

Izvēlieties PERSONAL režīmu, pēc tam nospiediet ENTER, lai apstiprinātu izvēli. Pārejiet uz pirmo no 16 pretestības iestatījumu sadaļām.

Izmantojiet UP vai DOWN, lai pielāgotu pretestības vērtību, pēc tam nospiediet ENTER, lai pārietu uz nākamo sadaļu.

Kad esat iestatījis 16. sadaļu, vēlreiz nospiediet ENTER, lai atgrieztos pie pirmās

sadaļas. Nospiediet START, lai sāktu treniņu.

Treniņa laikā varat mainīt pretestības līmeni, izmantojot pogas UP vai DOWN.

HRC režīms - Sirdsdarbības frekvences kontrolēts treniņš

Izvēlieties HRC režīmu, pēc tam nospiediet ENTER, lai apstiprinātu savu izvēli. Izmantojiet pogas UP vai DOWN, lai izvēlētos mērķa

sirdsdarbības frekvences līmeni: 55%, 75%, 90%, 100%.

Pēc tam dodieties uz iestatījumiem: laiks (Time)→ attālums (Distance)→ kalorijas (Calories)→ HRC. Kad esat pabeidzis iestatījumus, nospiediet START, lai sāktu treniņu.

Treniņa laikā pretestības palielināšana/samazināšana tiek aprēķināta, pamatojoties uz jūsu pulsa līmeni.

Mērķa aprēķina formula:

$$THR = (220 - AGE) * 55\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 75\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 90\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 100\%$$

Treniņa laikā pretestības palielināšana/samazināšana tiek aprēķināta, pamatojoties uz pulsa līmeni.

Atjaunošanas režīms - Atjaunošanas tests

Ja tiek konstatēts sirdsdarbības signāls, nospiediet pogu RECOVERY, lai sāktu atkopšanas režīmu. Mērīšanas laikā turiet rokas uz pulsa sensoriem. Atskaitīšana sāksies no 60 sekundēm uz leju.

Kad tests būs pabeigts, ekrānā parādīsies rezultāts skalā no 1 līdz 6, kas aprēķināts pēc formulas: $= 6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - augstākais sirdsdarbības līmenis, kas reģistrēts pirmajās 20 sekundēs.

P2 - zemākais sirdsdarbības frekvences līmenis, kas reģistrēts pēdējās 40 sekundēs Ja P1 vai P2 ir vienāds ar 0, uz ekrāna tiek parādīts ERR2.

Lietotāja datu režīms (USER)

1. lietotāja iestatījumi

Kad tiek ieslēgta strāvas padeve vai veikta atiestatīšana, ierīce automātiski pāriet lietotāja iestatījumu režīmā USER. Izmantojiet pogas UP vai DOWN, lai izvēlētos profilu: USER0 ~ USER4, pēc tam nospiediet ENTER, lai apstiprinātu izvēli. Secīgi iestatiet šādus datus:

- Dzimums
- Vecums
- Augstums
- Svars

Funkcijas apraksts

Funkcijas veids	Parādīšanas diapazons	Noklusējuma iestatījumi	Palielināt/samazināt	Apraksts
Laiks	0:00~99:00	00:00	± 1:00	1. Kad tiek rādīts 0:00, laiks tiks summēts. 2. Ja tiek rādīts 1:00~99:00, laiks tiks skaitīts līdz 0.
Attālums	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Kad tiek rādīts 0:00, attālums tiks pieskaitīts. 2. Ja tiek rādīts 0,1~99,5, attālums tiks pievienots. tiks atskaitīts līdz 0.
Kalorijas	0~990	0	±10	1. Kad tiek rādīts 0,0, tiks pievienotas kalorijas. 2. Ja tiek rādīts 10~990, kalorijas tiks atskaitītas līdz 0.

Funkcijas tips	Parādīšanas diapazons	Noklusējuma iestatījumi	Palielināt/samazināt	Apraksts
Augstums	100~200	160	±1	Metriskā vienība: CMM
Svars	20~150	50	±1	Metriskā vienība: KG
Vecums	10~99	25	±1	Vecums
Lietotājs	Lietotājs0~Lietotājs4	Lietotājs0	±1	Lietotājs
Līmenis	1~24	1	±1	Motora pretestība
Watt	10~350	100	±5	Vatu vērtība

Metriskās/imperiālās sistēmas maiņa

Galvenajā izvēlnē vienlaicīgi nospiediet un 3 sekundes turiet nospiešanas pogas MODE+ RECOVERY, lai piekļūtu vienības iestatījumiem. Ja tiek mainīta sistēma (metriskā↔ imperiālā), notiek automātiska ierīces atiestatīšana.

Miega režīms

Ierīce pāriet miega režīmā, ja 4 minūtes netiek veiktas nekādas kustības vai netiek nospiesta neviena poga. Lai izietu no miega režīma, nospiediet jebkuru pogu.

Motora kļūda

Ja displejā parādās ERR4, veiciet šādas darbības:

- Atvienojiet strāvas padevi.
- Noņemiet ierīces vāku.
- Pārbaudiet vadu savienojumu - savienotājs var būt valīgs vai kabelis bojāts.

Installatie-instructies

VEILIGHEIDSMATREGELEN

1. Voordat u met uw training begint, moet u uw arts raadplegen om te controleren of er geen contra-indicaties zijn voor het gebruik van de trainingsapparatuur. Een medisch consult wordt vooral aanbevolen als u medicijnen gebruikt die uw hartslag, bloeddruk of cholesterolgehalte beïnvloeden. Het is ook noodzakelijk voor mensen ouder dan 35 en mensen met gezondheidsproblemen.
2. Doe altijd een warming-up voordat je begint met sporten.
3. Let op verontrustende signalen. Ongepaste of overmatige lichaamsbeweging kan gevaarlijk zijn voor je gezondheid. Als je hoofdpijn of duizeligheid, pijn op de borst, een onregelmatige hartslag of andere zorgwekkende symptomen ervaart tijdens het sporten, stop dan onmiddellijk met sporten en raadpleeg je arts.
4. Houd kinderen en huisdieren tijdens en na het trainen uit de buurt van het apparaat.
5. Plaats de apparatuur op een droge en vlakke ondergrond, op minstens 0,5 m afstand van de muur. Verwijder alle scherpe voorwerpen uit de buurt van de apparatuur. Bescherm het apparaat tegen vocht en egaliseer oneffenheden in de vloer. Een speciale antislipmat wordt aanbevolen om te voorkomen dat de apparatuur wegglijdt tijdens het trainen.
6. Controleer voor het eerste gebruik en daarna regelmatig de bevestiging van alle schroeven, pennen en andere verbindingsonderdelen.
7. Controleer de bevestiging van de onderdelen en de bouten die ze verbinden voordat u begint met trainen. Trainingen kunnen alleen worden gestart als het apparaat volledig operationeel is.
8. Het apparaat moet regelmatig worden gecontroleerd op slijtage en mogelijke schade - alleen dan voldoet het aan de veiligheidseisen. Speciale aandacht moet worden besteed aan de pedalen, de weerstandsregelaar en de schuimrubberen handgrepen, die het snelst slijten. Beschadigde onderdelen moeten onmiddellijk worden gerepareerd of vervangen - tot die tijd mag het apparaat niet worden gebruikt.
9. Steek geen voorwerpen in de openingen van het apparaat.
10. Laat geen uitstekende bedieningselementen of andere structurele onderdelen achter die uw beweging kunnen belemmeren.
11. Gebruik het apparaat alleen waarvoor het bedoeld is. Stop onmiddellijk met oefenen als een onderdeel beschadigd of versleten is of als er storende geluiden optreden tijdens het gebruik. Gebruik het apparaat pas weer als het probleem is verholpen.
12. Train in comfortabele kleding en sportschoenen. Vermijd losse kleding die kan blijven haken aan uitstekende delen van het apparaat of die uw bewegingsvrijheid kan beperken.
13. Het apparaat is geclassificeerd als een klasse HC apparaat volgens EN ISO 20957-1 en is alleen bedoeld voor huishoudelijk gebruik. Het mag niet worden gebruikt voor therapeutische, revalidatie- of commerciële doeleinden.
14. Wees voorzichtig bij het optillen of dragen van het apparaat om de ruggengraat niet te belasten.
15. Het product is alleen bedoeld voor volwassenen. Kinderen mogen het alleen onder strikt toezicht van een volwassene en op eigen verantwoordelijkheid gebruiken.
16. Volg bij het in elkaar zetten van het apparaat strikt de bijgeleverde instructies en gebruik alleen de bijgeleverde onderdelen. Controleer voordat u met de montage begint of alle onderdelen die in de onderdelenlijst worden genoemd, aanwezig zijn.

WAARSCHUWING: Lees de instructies voordat u het fitnessapparaat gebruikt. Wij zijn niet verantwoordelijk voor letsel of schade aan voorwerpen veroorzaakt door onjuist gebruik van dit product.

TECHNISCHE GEGEVENS

Nettogewicht: 28 kg
 Vliegwiel: 8 kg
 Afmetingen uitgekapt: 107× 50× 131 cm
 Maximale belasting: 120 kg

ONDERHOUD

De machine is ontworpen om minimaal onderhoud te vragen van de gebruiker. De volgende stappen worden aanbevolen:

- Gebruik een zachte doek om vuil en stof te verwijderen. Droog het apparaat na elk gebruik.
- Controleer regelmatig of de riemen van het apparaat niet versleten zijn en in de juiste positie staan.
- Controleer regelmatig of alle bouten en knoppen goed vastzitten.

REMMEN

Stop met trappen om het apparaat te stoppen. De M6993 magneetrappier is niet uitgerust met een vergrendelingssysteem of noodrem.



Lijst van onderdelen en gereedschap

AANTAL	NAAM DEEL	SPECIFICATIE	KWANTITEIT
68	SCHROEF	M8*P1.25*72L	4
15	HOUDER	φ7*φ12*25mm	1
13	SCHROEF	M7*P1.0*30L	1
16	T-TYPE KNOB	M7*P1.0*55L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	HEXAGONSCHROEF	6mm*30mm*84mm	1
71	HARPOENSCHROEF	13.15	1
73	N-TYPE SLIJPER	13, 14, 15	1
10	KLEM	f8*f19*2T	1

AANTAL	NAAM DEEL	SPECIFICATIE	KWANTITEIT
1	COMPUTER		1
2	SCHROEF	M5*10L	4
3	BOVENSTE KABEL	900L	1
4	VERBINDING	φ20*5T*485L, STR	2
5	DEKSEL	STR 7/8"	2
6	PULSENSOR	12B	2
7	SCHROEF	M3.5*20L	2
8	STUURWIEL		1
9	PULSLIJN	700+700L	1
10	TALER GESCHERM	4T	1
11	KAP	7511D	1
12	PAD	f7*f12*2T	2
13	SCHROEF	M7*P1.0*30L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
15	HOUDER	f7*f12*25mml	1
16	T-VORMIGE KNOP	M7*P1.0*55L	1
17	COMPUTERSTANG	45*51*1.5T*847.4L	1
18	SCHROEF	M8*P1.25*16L(6m/6m	4
19	PAD	φ8*φ19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	AFDEKKING COMPUTERPAAL	PS	1
22	ZADEL		1
23	CAP	M8	5
24	SADDLE STEUN		1
25	CAP	20*60 (PP)	2
26	PAD	φ8*φ16*2T	1
27	ZADELKNOP	M8 (ABS)	1
28	ZADELDRING	φ38.1 (D)*1.5T*500L	1
30	ZADELPEN CONNECTOR	φ50.8 2700 PP	1
31	KNOB	M16*P1.5*35L	1
32	ONDERSTE KABEL	450L	1
33	MONTAGESET		1
34	BEL	J6 400	1
35	PULS	φ232*6	1
36	KRANK	6"*190W(1/2")	1
37	PEDAAL	1/2"	1
38	CAP	PVC	2
39	HOOFDKAP L/P	PS	1
40	SCHROEF	3/16" (#10) *5/8"	6
41	LAGER	6900RS	2
42	REGELAARKAP	φ43*22.5	1
43	PAD	φ8*φ16*1t	1
44	KOPPELING	5T	1
45	SCHROEF	M8*20	1
46	VERSPANNING	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn))	1
47	MAGNET		1
48	SCHROEF	M6*P1.0*16L	4
49	PAD	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	SCHROEF	M3*8L	2
52	SENSOR	300L	1
53	MOTOR	MT03	1
54	VLIEGWIEL	3/8"-26*145L	1
55	LAGER	6000RS	3
56	KLEINE PULS	φ39*7 (φ26)	1
57	HOUDER	φ10*φ16*11.5mml	1
58	BUSHING	φ39.3	1
59	VLIEGWIEL	φ280*26W	1
60	VERBINDING	φ10*φ14*9mml	4
61	SCHROEF	3/8"-26*4.5t	4
62	CAP	3/8"-26	2
63	SCHROEF	3/16" (#10) *3/4"	4
64	VOORWIELAFDEKKING	PP	2
65	VOORSTE STABILISATOR	60*70*1.5t*430L	1
66	ACHTERKAP	PP	2
67	STABILISATOR ACHTERAAN	60*70*1.5t*430L	1
68	SCHROEF	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTER	9V 1.0A	1
70	HEXAGONSCHROEF	6mm*30mml*84mml	1
71	HARPOEN SLIJPER	13, 15	1
72	N-TYPE SCHROEF	13, 14, 15	1
73	HOOFDFRAME		1



Montage

➤ Stap 1.

1. Bevestig de voorste stabilisator (65) aan het hoofdframe (73) met 2 schroeven (68) en 2 kussentjes (19).
2. Bevestig de achterste stabilisator (67) aan het hoofdframe (73) met 2 schroeven (68) en 2 pads (19).

➤ Stap 2.

1. Bevestig de beugels aan de pedalen.

Bevestig het linker pedaal aan de linker crank (37-L) en het rechter pedaal (37-R) aan de rechter crank.

➤ Stap 3.

1. Bevestig het zadel (22) aan de zadelsteun (24). Bevestig vervolgens de zadelsteun aan de zadelpen (28) met de knop (27) en het pad (26).
2. Bevestig de zadelpen (28) aan het hoofdframe en zet hem vast met de knop.

➤ Stap 4.

1. Plaats de afdekkappen (21), (70) op de computerpen (17).
2. Sluit de onderste kabel (32) aan op de bovenste kabel (3).
3. Plaats de paal in het hoofdframe en schroef hem vast met schroeven (18) en pads (20) en (19).

➤ Stap 5.

1. Plaats het stuur (8) op de computerpaal (17) en zet het bovenste deel vast met de pad (12) en schroef (13).
2. Plaats de bus (15), de pad (14) en de afdekking (11) op de T-knop (16) en schroef deze vast aan het onderste deel.

➤ Stap 6.

1. Sluit de pulssensorkabel (9) aan op de computerkabel (1-1) en sluit vervolgens de bovenste kabel (3) aan op de computerkabel (1-2).
2. Bevestig de computer (1) aan de computerpaal (17) met 4 schroeven (2).



Computer

1. Als de AAN/UIT-knop wordt ingedrukt, worden alle segmenten 1 seconde op het scherm weergegeven, klinkt er een enkele pieptoon en keert de motor terug naar nul.
2. Als er gedurende 4 seconden geen ingangssignaal wordt gedetecteerd, verschijnt er "E4" op het scherm. Als de START/STOP-knop langer dan 2 seconden ingedrukt wordt gehouden, vindt er een RESET plaats, waardoor alle functies terugkeren naar hun beginstatus (zoals na het opstarten).
3. Stroomvoorziening computer: DC 6V / 1000 mA.

Functies van de knoppen

1. START/STOP:

- A. Start - om het apparaat te starten.
- B. Pauze - opnieuw indrukken om de werking te hervatten.

2. RESET :

- A. Druk tijdens het instellen van parameters op om terug te keren naar het hoofdmenu.
- B. 3 seconden ingedrukt houden om de instellingen te resetten.

3. RECOVERY :

- A. Als er een hartslagsignaal wordt gedetecteerd, drukt u op de knop om de modus RECOVERY te starten.

4. UP :

- A. Tijdens het instellen van functies - indrukken om de parameterwaarden te verhogen.
- B. Tijdens het trainen - indrukken om het weerstandsniveau te verhogen.

5. DOWN :

- A. Tijdens het instellen van de functie - indrukken om de parameterwaarden te verlagen.
- B. Tijdens training: indrukken om het weerstandsniveau te verlagen.

6. MODE/ENTER :

- A. Tijdens het instellen van functies - indrukken om parameterwaarden te bevestigen.
- B. Bij het definiëren van gebruikersinstellingen - indrukken om naar het volgende gedeelte te gaan.

7. MODE+RECOVERY :

- A. Druk in het hoofdmenu 3 seconden op deze toets om het metrische/imperiale stelsel te wijzigen.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. 3 seconden lang indrukken om de slaapmodus te activeren.

Handmatige modus - basis

Selecteer Handmatige modus en druk op ENTER om de selectie te bevestigen en het weerstandsniveau in te stellen. Druk nogmaals op ENTER om naar de volgende parameterinstellingen te gaan:

tijd (Time)→ afstand (Distance)→ calorieën (Calories)→ doelhartslag (Target Heart Rate). Gebruik de knoppen OMHOOG of OMLAAG om de waarden van elke parameter te verhogen of te verlagen. Zodra de configuratie is voltooid, drukt u op START om uw training te starten. Tijdens de training kun je het weerstandsniveau op elk moment wijzigen met de knoppen OMHOOG of OMLAAG.

PROGRAMMA-modus - ingebouwde programma's

Selecteer de programmamodus en druk op ENTER om te bevestigen.

Gebruik UP of DOWN om een van de programma's (P1-P12) te selecteren en druk op ENTER om de selectie te bevestigen. Stel het weerstandsniveau in en ga verder met het configureren van de volgende parameters:

tijd (Time)→ afstand (Distance)→ calorieën (Calories)→ doelhartslag (Target Heart Rate), gebruik de knoppen UP of DOWN om de waarden aan te passen.

Zodra de instellingen zijn gemaakt, drukt u op START om uw training te starten.

Tijdens het trainen kunt u het weerstandsniveau wijzigen met de knoppen OMHOOG of OMLAAG.

Diagram nr (P1-P12) toont de 12 ingebouwde trainingsprogramma's.

Fitnessmodus

Selecteer de modus "Programma" en druk op ENTER om de selectie te bevestigen. De standaardtijd is ingesteld op 12 minuten, weerstand 6, druk op START om de training te starten.

Selectie niveau

Niveau	Geslacht	Afstand / snelheid	LEEFTIJD <30	LEEFTIJD =30~39	LEEFTIJD =40~49	LEEFTIJD >50
F5	Mannelijk	DISTANCE (Afstand)	<3.2KM	<3KM	<2,8 PK	<2,6 PK
		SPEED (Snelheid)	16pk/u	15 PK	14 PK	13 PK
	Vrouw	DISTANCE (Afstand)	<3KM	<2.8KM	<2.4KM	<2,2 PK
		SPEED (Snelheid)	15 PK	14 PK	12 PK	11 PK
F4	Mannelijk	DISTANCE (Afstand)	3.2 4KM	3~3.8KM	2.8 3.4KM	2.6 3.2KM
		SPEED (Snelheid)	20KM	19KM	17 PK	16 PK
	Vrouw	DISTANCE (Afstand)	3,6 KM	2.8 ~3.4KM	2.4~3KM	2.2 ~2.8KM
		SPEED (Snelheid)	18KM	17 PK	15 PK	14 PK
F3	Mannelijk	DISTANCE (Afstand)	4,8KM	3,8~4,6KM	3.4 4 4.2KM	3,2~4 PK
		SPEED (Snelheid)	24KM	23KM	21 PK	20 PK
	Vrouw	DISTANCE (Afstand)	3.6~4.4KM	3.4 4KM	3~3.8KM	2.8 3.4KM
		SPEED (Snelheid)	22KM	20 PK	19 PK	17 PK
F2	Mannelijk	DISTANCE (Afstand)	4.8 5.6KM	4.6 5.4KM	4.2 5KM	4.4 8KM
		SPEED (Snelheid)	28KM	27KM	25 PK	24 PK
	Vrouw	DISTANCE (Afstand)	4,4 5,4KM	4 5KM	3.8 4.6KM	3.4 4 4.4KM
		SPEED (Snelheid)	27KM	25KM	23 PK	22 PK
F1	Mannelijk	DISTANCE (Afstand)	>5.6KM	>5.4KM	>5KM	>4.8 PK
		SPEED (Snelheid)	28 PK	27 PK	25 PK	24 PK
	Vrouw	DISTANCE (Afstand)	>5.4KM	>5KM	>4.6KM	>4.4 PK
		SPEED (Snelheid)	27 PK	25 PK	23 PK	22 PK

WATT-modus - constante meting van verbruikte energie

Selecteer WATT-modus en druk op ENTER om de selectie te bevestigen. Ga dan naar instellingen:

tijd (Time)→ afstand (Distance)→ calorieën (Calories)→ doelhartslag (Target Heart Rate).

Gebruik de knoppen OMHOOG of OMLAAG om de parameterwaarden te verhogen of te verlagen. Wanneer u klaar bent met de configuratie, drukt u op START om uw training te starten.

Tijdens het trainen kun je de WATT-waarde wijzigen met de knoppen OMHOOG of OMLAAG. Opmerking: de WATT-waarde is afhankelijk van de cadans (RPM): Als RPM < 20, is de WATT-waarde ingesteld op 20.

Wanneer RPM > 120, is de WATT-waarde beperkt tot 120.

Persoonlijke modus - Gebruikersspecifieke instellingen

Selecteer de modus PERSONAL en druk op ENTER om de selectie te bevestigen. Ga naar de eerste van de 16 onderdelen voor het instellen van de weerstand. Gebruik UP of DOWN om de weerstandswaarde aan te passen en druk dan op ENTER om naar de volgende sectie te gaan.

Zodra je de 16e sectie hebt ingesteld, druk je nogmaals op ENTER om terug te gaan

naar de eerste sectie. Druk ten slotte op START om de training te starten.

Tijdens de training kun je het weerstandsniveau veranderen met de knoppen UP of DOWN.

HRC-modus - Hartslaggestuurde training

Selecteer HRC-modus en druk op ENTER om uw keuze te bevestigen. Gebruik de knoppen OMHOOG of OMLAAG om een streefhartslagniveau te selecteren: 55%, 75%, 90%, 100%.

Ga dan naar instellingen: tijd (Time)→ afstand (Distance)→ calorieën (Calories)→ HRC. Zodra je de instellingen hebt voltooid, druk je op START om de training te starten.

Tijdens de training wordt de toename/afname van de weerstand berekend op basis van je hartslagniveau.

Tijdens de training wordt de toename/afname van de weerstand berekend op basis van het hartslagniveau.

RECOVERY modus - Hersteltest

Als er een hartslagsignaal wordt gedetecteerd, druk dan op de RECOVERY knop om de herstelmodus te starten. Houd je handen op de pulssensoren tijdens de meting.

Het aftellen begint vanaf 60 seconden.

Als de test klaar is, toont het scherm de score op een schaal van 1 tot 6, berekend met de formule: $Score = 6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - hoogste hartslagniveau geregistreerd in de eerste 20 seconden

P2 - laagste hartslagniveau geregistreerd in de laatste 40 seconden Als P1 of P2 gelijk is aan 0, wordt ERR2 op het scherm weergegeven.

Modus gebruikersgegevens (USER)**1. gebruikersinstellingen**

Wanneer de stroom wordt ingeschakeld of een reset wordt uitgevoerd, schakelt het apparaat automatisch over naar de gebruikersinstellingenmodus USER. Gebruik de UP of DOWN-toetsen om een profiel te selecteren: USER0 ~ USER4 en druk vervolgens op ENTER om de selectie te bevestigen. Stel achtereenvolgens de volgende gegevens in:

- Geslacht
- Leeftijd
- Lengte
- Gewicht

Beschrijving functie

Type functie	Bereik weergave	Standaard instellingen	Verhogen/verlagen	Beschrijving
Tijd	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Wanneer 0:00 wordt weergegeven, wordt de tijd opgeteld. 2. Wanneer 1:00~99:00 wordt weergegeven, telt de tijd aftellen tot 0.
Afstand	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Wanneer 0:00 wordt weergegeven, wordt de afstand opgeteld. 2. Wanneer 0,1~99,5 wordt weergegeven, wordt de afstand af tot 0.
Calorieën	0~990	0	±10	1. Wanneer 0,0 wordt weergegeven, worden calorieën toegevoegd. 2. Wanneer 10~990 wordt weergegeven, tellen de calorieën af tot 0.

Type functie	Bereik weergave	Standaardinstellingen	Verhogen/verlagen	Beschrijving
Hoogte	100~200	160	±1	Metrische eenheid: CM
Gewicht	20~150	50	±1	Metrische eenheid: KG
Leeftijd	10~99	25	±1	Leeftijd
Gebruiker	Gebruiker0~Gebruiker4	Gebruiker0	±1	Gebruiker
Niveau	1~24	1	±1	Motorweerstand
Watt	10~350	100	±5	Wattwaarde

Het metrische/imperiale systeem wijzigen

In het hoofdmenu, druk tegelijkertijd op de MODE+ RECOVERY knoppen en houd deze 3 seconden ingedrukt om toegang te krijgen tot de instellingen van de eenheid. Wanneer het systeem gewijzigd wordt (metrisch↔ imperiaal), zal een automatische reset van de eenheid plaatsvinden.

Slaapstand

Het apparaat schakelt over naar de slaapmodus als er 4 minuten lang geen beweging wordt gemaakt of knop wordt ingedrukt. Druk op een willekeurige knop om de slaapmodus te verlaten.

Motorfout

Als ERR4 op het scherm verschijnt, doe dan het volgende:

- Koppel de voeding los.
- Verwijder het deksel van de unit.
- Controleer de bedrading - de connector kan loszitten of de kabel kan beschadigd zijn.

Instruções de instalação

PRECAUÇÕES DE SEGURANÇA

1. Antes de iniciar o seu treino, consulte o seu médico para confirmar que não existem contra-indicações para a utilização do equipamento de exercício. Uma consulta médica é particularmente recomendada se estiver a tomar medicamentos que afectem o ritmo cardíaco, a tensão arterial ou os níveis de colesterol. É também necessária para pessoas com mais de 35 anos e para pessoas com problemas de saúde.
2. Efectue sempre um aquecimento antes de iniciar o exercício.
3. Preste atenção aos sinais de preocupação. O exercício inadequado ou excessivo pode ser perigoso para a sua saúde. Se sentir dores de cabeça ou tonturas, dores no peito, batimentos cardíacos irregulares ou outros sintomas preocupantes durante o treino, pare imediatamente o exercício e consulte o seu médico.
4. Manter as crianças e os animais domésticos afastados do equipamento durante e após o exercício.
5. Colocar o equipamento numa superfície seca e nivelada, a uma distância mínima de 0,5 m da parede. Retirar todos os objectos pontiagudos da área em redor do equipamento. Proteger o equipamento da humidade e nivelar qualquer desnível no chão. Recomenda-se a utilização de um tapete antiderrapante especial para evitar que o equipamento deslize durante o exercício.
6. Antes da primeira utilização e, posteriormente, a intervalos regulares, verificar a fixação de todos os parafusos, cavilhas e outras peças de ligação.
7. Verificar a fixação das peças e dos parafusos que as ligam antes de iniciar o exercício. Os exercícios só podem ser iniciados se o aparelho estiver totalmente operacional.
8. O aparelho deve ser verificado regularmente quanto a desgaste e possíveis danos - só então estará em conformidade com os requisitos de segurança. Deve ser dada especial atenção aos pedais, ao regulador de resistência e aos punhos de espuma, que são os que se desgastam mais rapidamente. Os componentes danificados devem ser reparados ou substituídos imediatamente - até lá, a máquina não deve ser utilizada.
9. Não introduzir objectos nas aberturas do aparelho.
10. Não deixe controlos salientes ou outras partes estruturais que possam impedir o seu movimento.
11. Utilizar o equipamento apenas para o fim a que se destina. Pare imediatamente o exercício se alguma peça estiver danificada ou desgastada, ou se ocorrerem sons perturbadores durante a utilização. Não volte a utilizar o equipamento até que o problema tenha sido corrigido.
12. Faça exercício com vestuário confortável e calçado desportivo. Evite roupas largas que possam ficar presas em partes salientes do equipamento ou que possam restringir a sua liberdade de movimentos.
13. O equipamento está classificado como um dispositivo de classe HC de acordo com a norma EN ISO 20957-1 e destina-se apenas a utilização doméstica. Não deve ser utilizado para fins terapêuticos, de reabilitação ou comerciais.
14. Tenha cuidado ao levantar ou transportar o equipamento, para não esforçar a coluna vertebral.
15. O produto destina-se apenas a adultos. As crianças só podem utilizá-lo sob a estrita vigilância de um adulto e sob a sua exclusiva responsabilidade.
16. Aquando da montagem do aparelho, seguir rigorosamente as instruções anexas e utilizar apenas as peças fornecidas. Antes de iniciar a montagem, certifique-se de que todos os elementos indicados na lista de peças estão incluídos.

AVISO: Leia as instruções antes de utilizar o equipamento de fitness. Não nos responsabilizamos por ferimentos ou danos em objectos causados por uma utilização incorrecta deste produto.

DADOS TÉCNICOS

Peso líquido: 28 kg

Volante: 8 kg

Dimensões quando desdobrado: 107× 50× 131 cm

Carga máxima: 120 kg

MANUTENÇÃO

A máquina foi concebida para exigir uma manutenção mínima por parte do utilizador. São recomendados os seguintes passos:

- Utilizar um pano macio para remover a sujidade e o pó. Limpar o aparelho a seco após cada utilização.
- Verificar regularmente se as correias da unidade não estão gastas e se estão na posição correta.
- Verificar regularmente se todos os parafusos e botões estão corretamente apertados.

TRAVAGEM

Para parar a máquina, pare de pedalar. A bicicleta magnética M6993 não está equipada com um sistema de bloqueio nem com um travão de emergência.



Lista de peças e ferramentas

NÚMERO	NOME DA PEÇA	ESPECIFICAÇÃO	QUANTIDADE
68	PARAFUSO	M8*P1,25*72L	4
15	BUCHA	φ7*φ12*25mm	1
13	PARAFUSO	M7*P1.0*30L	1
16	MANÍPULO TIPO T	M7*P1.0*55L	1
14	ALMOFADA	φ7*φ12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	CHAVE HEXAGONAL	6mm*30mm*84mm	1
71	CHAVE DE BOCA	13.15	1
73	CHAVE TIPO N	13, 14, 15	1
10	CLAMP	f8*f19*2T	1

NÚMERO	NOME DA PEÇA	ESPECIFICAÇÃO	QUANTIDADE
1	COMPUTADOR		1
2	PARAFUSO	M5*10L	4
3	CABO SUPERIOR	900L	1
4	BUSHING	φ20*5T*485L,STR	2
5	CAPA	STR 7/8"	2
6	SENSOR DE PULSO	12B	2
7	PARAFUSO	M3.5*20L	2
8	RODA DE DIRECÇÃO		1
9	LINHA DE PULSO	700+700L	1
10	ESCUDO DE CONTACTO	4T	1
11	CAPA	7511D	1
12	ALMOFADA	f7*f12*2T	2
13	PARAFUSO	M7*P1.0*30L	1
14	ALMOFADA	φ7*φ12*1T	2
15	BUCHA	f7*f12*25mml	1
16	BOTAO EM FORMA DE T	M7*P1.0*55L	1
17	POSTO DO COMPUTADOR	45*51*1,5T*847,4L	1
18	PARAFUSO	M8*P1,25*16L(6m/6m	4
19	ALMOFADA	φ8*φ19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	TAMPA DO POSTE DO COMPUTADOR	PS	1
22	RABO		1
23	CAP	M8	5
24	SUPORTE DO SUPORTE		1
25	CAP	20*60 (PP)	2
26	ALMOFADA	φ8*φ16*2T	1
27	BOTÃO DE SUPORTE	M8(ABS)	1
28	POSTO DE SADDLE	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	CONECTOR DE ESPIGÃO DE SELIM	φ50.8 2700 PP	1
31	BOTÃO	M16*P1,5*35L	1
32	CABO INFERIOR	450L	1
33	KIT DE MONTAGEM		1
34	CORREIA	J6 400	1
35	PULSEIRA	φ232*6	1
36	GARRAFA	6"*190W(1/2")	1
37	PEDAL	1/2"	1
38	CAP	PVC	2
39	TAMPA PRINCIPAL L/P	PS	1
40	PARAFUSO	3/16" (#10) *5/8"	6
41	ROLAMENTO	6900RS	2
42	TAMPA DE REGULAÇÃO	φ43*22.5	1
43	PAD	φ8*φ16*1t	1
44	BRAÇO	5T	1
45	PARAFUSO	M8*20	1
46	MOLA	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	IMÃ		1
48	PARAFUSO	M6*P1.0*16L	4
49	ALMOFADA	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	PARAFUSO	M3*8L	2
52	SENSOR	300L	1
53	MOTOR	MT03	1
54	EIXO DA RODA MÓVEL	3/8"-26*145L	1
55	ROLAMENTO	6000RS	3
56	PEQUENA POLIA	φ39*7(φ26)	1
57	CORRENTE	φ10*φ16*11.5mml	1
58	ARRUELAÇÃO	φ39.3	1
59	RODA DE VOO	φ280*26W	1
60	BUCHA	φ10*φ14*9mml	4
61	PARAFUSO	3/8"-26*4.5t	4
62	TAMPA	3/8"-26	2
63	PARAFUSO	3/16" (#10) *3/4"	4
64	TAMPA DA RODA DIANTEIRA	PP	2
65	ESTABILIZADOR DIANTEIRO	60*70*1,5t*430L	1
66	CAPA TRASEIRA	PP	2
67	ESTABILIZADOR TRASEIRO	60*70*1,5t*430L	1
68	PARAFUSO	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTADOR	9V 1.0A	1
70	CHAVE HEXAGONAL	6mm*30mml*84mml	1
71	CHAVE DE HASTE	13, 15	1
72	CHAVE TIPO N	13, 14, 15	1
73	ESTRUTURA PRINCIPAL		1



Montagem

➤ Passo 1.

1. Fixe o estabilizador dianteiro (65) ao quadro principal (73) utilizando 2 parafusos (68) e 2 calços (19).
2. Fixe o estabilizador traseiro (67) à estrutura principal (73), utilizando 2 parafusos (68) e 2 calços (19).

➤ Passo 2.

1. Fixe os suportes aos pedais.

Fixe o pedal esquerdo à manivela esquerda (37-L) e o pedal direito (37-R) à manivela direita.

➤ Passo 3.

1. Fixe o selim (22) ao suporte do selim (24). De seguida, fixe o suporte do selim ao espigão do selim (28) com o botão (27) e a almofada (26).
2. Fixe o espigão do selim (28) ao quadro principal e fixe-o com o botão.

➤ Passo 4.

1. Coloque as coberturas (21), (70) no espigão do computador (17).
2. Ligue o cabo inferior (32) ao cabo superior (3).
3. Colocar a coluna na estrutura principal e aparafusá-la com os parafusos (18) e os calços (20) e (19).

➤ Passo 5.

1. Colocar o volante (8) na coluna do computador (17) e, em seguida, fixar a parte superior com o calço (12) e o parafuso (13).
2. Colocar o casquilho (15), a almofada (14) e a tampa (11) na maçaneta em T (16) e aparafusá-la à parte inferior.

➤ Passo 6.

1. Ligar o cabo do sensor de impulsos (9) ao cabo do computador (1-1) e, em seguida, ligar o cabo superior (3) ao cabo do computador (1-2).
2. Fixar o computador (1) ao poste do computador (17) com 4 parafusos (2).



Computador

1. Quando o botão POWER-ON é premido, todos os segmentos são apresentados no ecrã durante 1 segundo, é emitido um único sinal sonoro e o motor regressa a zero.
2. Se não for detectado qualquer sinal de entrada durante 4 segundos, o ecrã apresentará "E4". Se o botão START/ STOP for premido e mantido premido durante mais de 2 segundos, ocorrerá um RESET, fazendo com que todas as funções regressem ao seu estado inicial (tal como após o arranque).
3. Fonte de alimentação do computador: DC 6V / 1000 mA.

Funções dos botões

1. START/STOP:

- A. Iniciar - para iniciar o dispositivo.
- B. Pausa - para retomar a operação, pressione novamente.

2. RESET :

- A. Durante a definição de parâmetros - prima para regressar ao menu principal.
- B. Manter premido durante 3 segundos para repor as definições.

3. RECOVERY :

- A. Se for detectado um sinal de frequência cardíaca, prima o botão para iniciar o modo RECOVERY.

4. UP :

- A. Durante a definição da função - prima para aumentar os valores dos parâmetros.
- B. Durante o treinamento - pressione para aumentar o nível de resistência.

5. DOWN :

- A. Durante a configuração da função - pressione para diminuir os valores dos parâmetros.
- B. Durante o treinamento - pressione para diminuir o nível de resistência.

6. MODE/ENTER :

- A. Durante a definição da função - prima para confirmar os valores dos parâmetros.
- B. Ao definir as configurações do utilizador - pressione para passar para a próxima secção.

7. MODE+RECOVERY :

- A. Enquanto no menu principal, pressione por 3 segundos para fazer alterações para o sistema métrico / imperial.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Pressione por 3 segundos para entrar no modo de suspensão.

Modo de função

Modo manual - básico

Selecione o modo Manual e, em seguida, prima ENTER para confirmar a seleção e definir o nível de resistência. Prima novamente ENTER para passar às definições dos parâmetros seguintes:

tempo (Time)→ distância (Distance)→ calorias (Calories)→ frequência cardíaca alvo (Target Heart Rate). Utilize os botões UP ou DOWN para aumentar ou diminuir os valores de cada parâmetro. Quando a configuração estiver concluída, prima START (Iniciar) para iniciar o exercício. Durante o exercício, pode alterar o nível de resistência em qualquer altura, utilizando os botões UP ou DOWN.

Modo PROGRAM - programas incorporados

Selecione o modo Program e, em seguida, prima ENTER para confirmar.

Utilize UP ou DOWN para seleccionar um dos programas (P1-P12) e, em seguida, prima ENTER para confirmar a seleção. Defina o nível de resistência e proceda à configuração dos parâmetros seguintes:

tempo (Time)→ distância (Distance)→ calorias (Calories)→ frequência cardíaca alvo (Target Heart Rate), utilizando os botões UP ou DOWN para ajustar os valores.

Depois de efectuadas as definições, prima START (Iniciar) para iniciar o exercício.

Durante o exercício, pode alterar o nível de resistência utilizando os botões UP ou DOWN.

O diagrama no (P1-P12) mostra os 12 programas de treino incorporados.

Modo de fitness

Selecione o modo "Programme" e prima ENTER para confirmar a seleção. O tempo predefinido é de 12 minutos, resistência 6, prima START para iniciar o treino.

Seleção do nível

Nível	Género	Distância / velocidade	IDADE <30	IDADE =30~39	IDADE =40~49	IDADE >50
F5	Homem	DISTANCE (Distância)	<3.2KM	<3KM	<2.8 HP	<2.6HP
		SPEED (Velocidade)	16hp/h	15HP	14HP	13HP
	Feminino	DISTANCE (Distância)	<3KM	<2.8KM	<2.4KM	<2.2 HP
		SPEED (Velocidade)	15HP	14HP	12HP	11HP
F4	Homem	DISTANCE (Distância)	3.2~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM	2.6~3.2KM
		SPEED (Velocidade)	20KM	19KM	17HP	16HP
	Feminino	DISTANCE (Distância)	3~3.6KM	2.8~3.4KM	2.4~3KM	2.2~2.8KM
		SPEED (Velocidade)	18KM	17HP	15HP	14HP
F3	Homem	DISTANCE (Distância)	4~4.8KM	3.8~4.6KM	3.4~4.2KM	3.2~4 HP
		SPEED (Velocidade)	24KM	23KM	21HP	20HP
	Feminino	DISTANCE (Distância)	3.6~4.4KM	3.4~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM
		SPEED (Velocidade)	22KM	20HP	19HP	17HP
F2	Homem	DISTANCE (Distância)	4.8~5.6KM	4.6~5.4KM	4.2~5KM	4~4.8KM
		SPEED (Velocidade)	28KM	27KM	25HP	24HP
	Feminino	DISTANCE (Distância)	4.4~5.4KM	4~5KM	3.8~4.6KM	3.4~4.4KM
		SPEED (Velocidade)	27KM	25KM	23HP	22HP
F1	Homem	DISTANCE (Distância)	>5.6KM	>5.4KM	>5KM	>4,8 HP
		SPEED (Velocidade)	28HP	27HP	25HP	24HP
	Feminino	DISTANCE (Distância)	>5.4KM	>5KM	>4.6KM	>4,4 CV
		SPEED (Velocidade)	27HP	25HP	23HP	22HP

Modo WATT - medição constante da energia consumida

Selecione o modo WATT e prima ENTER para confirmar a seleção. De seguida, vá para as definições:

tempo (Time)→ distância (Distance)→ calorias (Calories)→ frequência cardíaca alvo (Target Heart Rate).

Utilize os botões UP ou DOWN para aumentar ou diminuir os valores dos parâmetros. Quando tiver concluído a configuração, prima START (Iniciar) para iniciar o treino.

Durante o exercício, pode alterar o valor de WATT utilizando os botões UP ou DOWN. Nota: o valor de WATT depende da cadência (RPM):

Quando as RPM < 20, o valor de WATT é definido para 20.

Quando RPM > 120, o valor WATT é limitado a 120.

Modo PERSONAL - Definições específicas do utilizador

Selecione o modo PERSONAL e, em seguida, prima ENTER para confirmar a seleção. Vá para a primeira das 16 secções de definição da resistência. Utilize UP ou DOWN para ajustar o valor da resistência e, em seguida, prima ENTER para passar à secção seguinte.

Depois de definir a 16ª secção, prima ENTER novamente para voltar à primeira secção.

Por fim, prima START para iniciar o exercício.

Durante o treino, pode alterar o nível de resistência utilizando os botões UP ou DOWN.

Modo HRC - Treino controlado pelo ritmo cardíaco

Selecione o modo HRC e, em seguida, prima ENTER para confirmar a sua seleção. Utilize os botões UP ou DOWN para seleccionar um nível de frequência cardíaca alvo: 55%, 75%, 90%, 100%.

De seguida, vá para as definições: tempo (Time)→ distância (Distance)→ calorias (Calories)→ HRC. Depois de concluir as definições, prima START (Iniciar) para iniciar o treino.

Durante o treino, o aumento/diminuição da resistência é calculado com base no seu nível de pulsação.

Fórmula de cálculo do objetivo:

$$\text{THR} = (220 - \text{AGE}) * 55\%$$

$$\text{THR} = (220 - \text{AGE}) * 75\%$$

$$\text{THR} = (220 - \text{AGE}) * 90\%$$

$$\text{THR} = (220 - \text{AGE}) * 100\%$$

Durante o treino, o aumento/diminuição da resistência é calculado com base no nível de pulsação.

Modo RECOVERY - Teste de recuperação

Se for detectado um sinal de frequência cardíaca, prima o botão RECOVERY para iniciar o modo de recuperação. Mantenha as mãos sobre os sensores de pulso durante a medição.

A contagem decrescente começará a partir dos 60 segundos.

Quando o teste estiver concluído, o ecrã apresentará a pontuação numa escala de 1 a 6, calculada utilizando a fórmula: Pontuação = 6 - [(10 × (P1 - P2)) / P1]².

P1 - nível de frequência cardíaca mais elevado registado nos primeiros 20 segundos

P2 - nível de frequência cardíaca mais baixo registado nos últimos 40 segundos Se P1 ou P2 for igual a 0, será apresentado ERR2 no ecrã.

Modo de dados do utilizador (USER)**1. Definições do utilizador**

Quando a alimentação é ligada ou é efectuada uma reposição, a unidade entra automaticamente no modo de definições do utilizador USER. Utilize os botões UP ou DOWN para seleccionar um perfil: USER0 ~ USER4 e, em seguida, prima ENTER para confirmar a seleção. Defina sucessivamente os seguintes dados:

- Sexo
- Idade
- Altura
- Peso

Descrição da função

Tipo de função	Âmbito de exibição	Definições predefinidas	Aumentar/diminuir	Descrição
Tempo	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Quando é apresentado 0:00, a hora é somada. 2. Quando é apresentada a indicação 1:00~99:00, o tempo contagem decrescente até 0.
Distância	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Quando 0:00 é apresentado, a distância será adicionada. 2. Quando é apresentado 0,1~99,5, a distância será contada em contagem decrescente até 0.
Calorias	0~990	0	±10	1. Quando é apresentado 0,0, as calorias são adicionadas. 2. Quando é apresentado 10~990, as calorias são contadas até 0.

Tipo de função	Âmbito de exibição	Definições predefinidas	Aumentar/diminuir	Descrição
Altura	100~200	160	±1	Unidade métrica: CM
Peso	20~150	50	±1	Unidade métrica: KG
Idade	10~99	25	±1	Idade
Utilizador	Utilizador0~Utilizador4	Utilizador0	±1	Utilizador
Nível	1~24	1	±1	Resistência do motor
Watt	10~350	100	±5	Valor em watts

Alterar o sistema métrico/imperial

No menu principal, prima simultaneamente os botões MODE+ RECOVERY e mantenha-os premidos durante 3 segundos para aceder às definições da unidade. Quando o sistema é alterado (métrico↔ imperial), ocorre uma reposição automática da unidade.

Modo de suspensão

A unidade entra no modo de repouso se não for feito qualquer movimento ou se o botão for premido durante 4 minutos. Para sair do modo de suspensão, prima qualquer botão.

Erro do motor

Se aparecer ERR4 no ecrã, faça o seguinte:

- Desligue a fonte de alimentação.
- Retirar a tampa da unidade.
- Verificar a cablagem - o conector pode estar solto ou o cabo danificado.

Instrucțiuni de instalare

PRECAUȚII DE SIGURANȚĂ

- Înainte de a începe antrenamentul, consultați-vă medicul pentru a confirma că nu există contraindicații pentru utilizarea echipamentului de exerciții. Un consult medical este recomandat în special dacă luați medicamente care vă afectează ritmul cardiac, tensiunea arterială sau nivelul colesterolului. De asemenea, este necesară pentru persoanele cu vârsta de peste 35 de ani și pentru cele cu probleme de sănătate.
- Efectuați întotdeauna o încălzire înainte de a începe exercițiile fizice.
- Acordați atenție semnalelor îngrijorătoare. Exercițiile fizice nepotrivite sau excesive pot fi periculoase pentru sănătatea dumneavoastră. Dacă simțiți dureri de cap sau amețeli, dureri în piept, bătăi neregulate ale inimii sau alte simptome îngrijorătoare în timpul antrenamentului, opriți-vă imediat din exerciții și consultați-vă medicul.
- Țineți copiii și animalele de companie departe de echipament în timpul și după antrenament.
- Așezați echipamentul pe o suprafață uscată și plană, la cel puțin 0,5 m distanță de perete. Îndepărtați toate obiectele ascuțite din jurul echipamentului.
Protejați echipamentul de umezeală și nivelați orice denivelare a podelei. Se recomandă un covor special antiderapant pentru a preveni alunecarea echipamentului în timpul exercițiilor.
- Înainte de prima utilizare și, ulterior, la intervale regulate, verificați fixarea tuturor șuruburilor, știfturilor și a altor piese de conectare.
- Verificați fixarea pieselor și a șuruburilor care le leagă înainte de a începe exercițiile. Exercițiile pot fi începute numai dacă dispozitivul este complet operațional.
- Dispozitivul trebuie verificat periodic pentru a depista uzura și eventualele deteriorări - numai atunci va îndeplini cerințele de siguranță. O atenție deosebită trebuie acordată pedalelor, regulatorului de rezistență și mânerelor din spumă, care se uzează cel mai repede. Componentele deteriorate trebuie reparate sau înlocuite imediat - până atunci, aparatul nu trebuie utilizat.
- Nu introduceți niciun obiect în orificiile aparatului.
- Nu lăsați comenzi proeminente sau alte părți structurale care v-ar putea împiedica mișcarea.
- Utilizați echipamentul numai în scopul pentru care a fost conceput. Opriți imediat exercițiul dacă orice parte este deteriorată sau uzată sau dacă apar sunete deranjante în timpul utilizării. Nu utilizați din nou echipamentul până când problema nu a fost corectată.
- Exercitați-vă în haine confortabile și pantofi sport. Evitați hainele largi care se pot prinde de părțile proeminente ale echipamentului sau care vă pot limita libertatea de mișcare.
- Echipamentul este clasificat ca dispozitiv de clasă HC în conformitate cu EN ISO 20957-1 și este destinat exclusiv utilizării casnice. Acesta nu trebuie utilizat în scopuri terapeutice, de reabilitare sau comerciale.
- Aveți grijă când ridicați sau transportați echipamentul pentru a nu supune coloana vertebrală la efort.
- Produsul este destinat exclusiv adulților. Copiii îl pot utiliza numai sub supravegherea strictă a unui adult și pe răspunderea lor exclusivă.
- Atunci când asamblați aparatul, respectați cu strictețe instrucțiunile anexate și utilizați numai piesele furnizate. Înainte de a începe asamblarea, asigurați-vă că toate elementele enumerate în lista de piese sunt incluse.

AVERTISMENT: Citiți instrucțiunile înainte de a utiliza aparatul de fitness. Nu suntem responsabili pentru rănirea sau deteriorarea obiectelor cauzate de utilizarea necorespunzătoare a acestui produs.

DATE TEHNICE

Greutate netă: 28 kg

Volant: 8 kg

Dimensiuni când este desfășurat: 107× 50× 131 cm

Sarcina maximă: 120 kg

ÎNTREȚINERE

Mașina a fost proiectată pentru a necesita o întreținere minimă din partea utilizatorului. Sunt recomandați următorii pași:

- Utilizați o cârpă moale pentru a îndepărta murdăria și praful. Ștergeți unitatea uscată după fiecare utilizare.
- Verificați în mod regulat dacă curelele unității nu sunt uzate și sunt în poziția corectă.
- Verificați în mod regulat dacă toate șuruburile și butoanele sunt strânse corect.

FRÂNARE

Pentru a opri aparatul, nu mai pedalați. Bicicleta magnetică M6993 nu este echipată cu un sistem de blocare sau frână de urgență.



Lista de piese și unelte

NUMĂR	DENUMIREA PIESEI	SPECIFICAȚIE	CANTITATE
68	ȘURUB	M8*P1.25*72L	4
15	BUCȘĂ	φ7*φ12*25mm	1
13	ȘURUB	M7*P1.0*30L	1
16	BUTON TIP T	M7*P1.0*55L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	CHEIE HEXAGON	6mm*30mm*84mm	1
71	CHEIE HARPOON	13.15	1
73	CHEIE N-TYPE	13, 14, 15	1
10	CLEMĂ	f8*f19*2T	1

NUMĂR	DENUMIREA PIESEI	SPECIFICAȚIE	CANTITATE
1	COMPUTER		1
2	ȘURUB	M5*10L	4
3	CABLU SUPERIOR	900L	1
4	BUSHING	φ20*5T*485L, STR	2
5	COVER	STR 7/8"	2
6	SENZOR DE IMPULSURI	12B	2
7	ȘURUB	M3.5*20L	2
8	ROATĂ DE DIRECȚIE		1
9	LINIE DE IMPULSURI	700+700L	1
10	SCUT TALER	4T	1
11	COVER	7511D	1
12	PAD	f7*f12*2T	2
13	ȘURUB	M7*P1.0*30L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
15	BUSHING	f7*f12*25mm	1
16	BUTON ÎN FORMĂ DE T	M7*P1.0*55L	1
17	POST COMPUTER	45*51*1.5T*847.4L	1
18	ȘURUB	M8*P1.25*16L(6m/6m	4
19	PAD	φ8*φ19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	CAPAC POST CALCULATOR	PS	1
22	ȘAIBĂ		1
23	CAP	M8	5
24	SUPORT PENTRU ȘAIBĂ		1
25	CAP	20*60 (PP)	2
26	PAD	φ8*φ16*2T	1
27	BUTON ȘAIBĂ	M8(ABS)	1
28	ȘTABĂ POST	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	CONECTOR POST ȘA	φ50.8 2700 PP	1
31	BUTON	M16*P1.5*35L	1
32	CABLU INFERIOR	450L	1
33	KIT DE ASAMBLARE		1
34	CUREAUA	J6 400	1
35	PULLEY	φ232*6	1
36	CRANK	6**190W(1/2")	1
37	PEDALĂ	1/2"	1
38	CAP	PVC	2
39	CAPAC PRINCIPAL L/P	PS	1
40	ȘURUB	3/16" (#10) *5/8"	6
41	RULMENȚI	6900RS	2
42	CAPAC DE REGLARE	φ43*22.5	1
43	PAD	φ8*φ16*1t	1
44	BRĂȚARĂ	5T	1
45	ȘURUB	M8*20	1
46	ARC	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	MAGNET		1
48	ȘURUB	M6*P1.0*16L	4
49	PAD	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	ȘURUB	M3*8L	2
52	SENSOR	300L	1
53	MOTOR	MT03	1
54	AXA ROTIEI FLYWHEEL	3/8"-26*145L	1
55	RULMENȚI	6000RS	3
56	PULBION MICI	φ39*7(φ26)	1
57	BUSHING	φ10*φ16*11.5mm	1
58	BUSHING	φ39.3	1
59	ROTIȚĂ FLYWHEEL	φ280*26W	1
60	BUSHING	φ10*φ14*9mm	4
61	ȘURUB	3/8"-26*4.5t	4
62	CAP	3/8"-26	2
63	ȘURUB	3/16" (#10) *3/4"	4
64	CAPAC ROATĂ FAȚĂ	PP	2
65	STABILIZATOR FAȚĂ	60*70*1.5t*430L	1
66	CAPAC SPATE	PP	2
67	STABILIZATOR SPATE	60*70*1.5t*430L	1
68	ȘURUB	M8*P1.25*72L	4
69	ADAPTATOR	9V 1.0A	1
70	CHEIE HEXAGON	6mm*30mm*84mm	1
71	CHEIE HARPOON	13, 15	1
72	CHEIE N-TYPE	13, 14, 15	1
73	CADRU PRINCIPAL		1



Asamblare

➤ Pasul 1.

1. Atașați stabilizatorul frontal (65) la cadrul principal (73) folosind 2 șuruburi (68) și 2 tampoane (19).
2. Atașați stabilizatorul spate (67) la cadrul principal (73), folosind 2 șuruburi (68) și 2 tampoane (19).

➤ Pasul 2.

1. Atașați suporturile la pedale.

Atașați pedala stângă la manivela stângă (37-L) și pedala dreaptă (37-R) la manivela dreaptă.

➤ Pasul 3.

1. Atașați șaua (22) la suportul șeii (24). Apoi fixați suportul șeii pe tija de șa (28) cu ajutorul butonului (27) și al plăcuței (26).
2. Atașați tija de șa (28) la cadrul principal și fixați-o cu butonul.

➤ Pasul 4.

1. Puneți capacele (21), (70) pe tija computerului (17).
2. Conectați cablul inferior (32) la cablul superior (3).
3. Puneți stâlpul în cadrul principal și înșurubați-l folosind șuruburile (18) și plăcuțele (20) și (19).

➤ Pasul 5.

1. Așezați volanul (8) pe stâlpul computerului (17), apoi fixați partea superioară cu plăcuța (12) și șurubul (13).
2. Așezați bușca (15), tamponul (14) și capacul (11) pe butonul în T (16) și înșurubați-l în partea inferioară.

➤ Pasul 6.

1. Conectați cablul senzorului de puls (9) la cablul computerului (1-1), apoi conectați cablul superior (3) la cablul computerului (1-2).
2. Atașați computerul (1) la suportul computerului (17) cu 4 șuruburi (2).



Calculator

1. Când se apasă butonul POWER-ON, toate segmentele vor fi afișate pe ecran timp de 1 secundă, se va auzi un singur bip și motorul va reveni la zero.
2. Dacă nu este detectat niciun semnal de intrare timp de 4 secunde, ecranul va afișa "E4". Dacă butonul START/ STOP este apăsat și ținut apăsat mai mult de 2 secunde, va avea loc o RESET, revenind toate funcțiile la starea lor inițială (ca după pornire).
3. Alimentarea computerului: DC 6V / 1000 mA.

Funcțiile butoanelor

1. START/STOP:

- A. Start - pentru a porni dispozitivul.
- B. Pauză - pentru a relua funcționarea, apăsați din nou.

2. RESET :

- A. În timpul setării parametrilor - apăsați pentru a reveni la meniul principal.
- B. Țineți apăsat timp de 3 secunde pentru a reseta setările.

3. RECOVERY :

- A. Dacă este detectat un semnal de ritm cardiac, apăsați butonul pentru a porni modul RECOVERY.

4. UP :

- A. În timpul setării funcțiilor - apăsați pentru a crește valorile parametrilor.
- B. În timpul antrenamentului - apăsați pentru a crește nivelul de rezistență.

5. DOWN :

- A. În timpul setării funcției - apăsați pentru a scădea valorile parametrilor.
- B. În timpul antrenamentului - apăsați pentru a scădea nivelul de rezistență.

6. MODE/ENTER :

- A. În timpul setării funcțiilor - apăsați pentru a confirma valorile parametrilor.
- B. În timpul definirii setărilor utilizatorului - apăsați pentru a trece la secțiunea următoare.

7. MODE+RECOVERY :

- A. În timp ce vă aflați în meniul principal, apăsați timp de 3 secunde pentru a efectua modificări la sistemul metric/imperial.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Apăsați timp de 3 secunde pentru a intra în modul de repaus.

Modul de funcționare

Mod manual - de bază

Selectați modul Manual, apoi apăsați ENTER pentru a confirma selecția și a seta nivelul de rezistență. Apăsați din nou ENTER pentru a trece la setările parametrului următor:

timp (Time) → distanță (Distance) → calorii (Calories) → ritmul cardiac țintă (Target Heart Rate). Utilizați butoanele UP sau DOWN pentru a crește sau a scădea valorile fiecărui parametru. Odată ce configurarea este finalizată, apăsați START (PORNIRE) pentru a începe antrenamentul.

În timpul exercițiului, puteți modifica oricând nivelul de rezistență cu ajutorul butoanelor UP sau DOWN.

Modul PROGRAM - programe încorporate

Selectați modul Program, apoi apăsați ENTER pentru a confirma.

Utilizați UP sau DOWN pentru a selecta unul dintre programe (P1-P12), apoi apăsați ENTER pentru a confirma selecția. Setati nivelul de rezistență și

continuați să configurați următorii parametri:

timp (Time) → distanță (Distance) → calorii (Calories) → frecvență cardiacă țintă (Target Heart Rate), folosind butoanele UP sau DOWN pentru a ajusta valorile. După efectuarea setărilor, apăsați START pentru a începe antrenamentul.

În timpul exercițiului, puteți modifica nivelul de rezistență utilizând butoanele UP sau DOWN.

Diagrama nr (P1-P12) prezintă cele 12 programe de antrenament încorporate.

Mod fitness

Selectați modul "Program", apăsați ENTER pentru a confirma selecția. Timpul implicit este setat la 12 minute, rezistența 6, apăsați START pentru a începe antrenamentul.

Selectarea nivelului

Nivel	Gen	Distanță / viteză	VÂRSTĂ <30	VÂRSTA =30~39	AGE =40~49	AGE >50
F5	Bărbat	DISTANCE (Distanță)	<3.2KM	<3KM	<2,8 CP	<2.6HP
		SPEED (Viteză)	16hp/h	15HP	14HP	13HP
	Femei	DISTANCE (Distanță)	<3KM	<2.8KM	<2.4KM	<2.2 HP
		SPEED (Viteză)	15HP	14HP	12HP	11HP
F4	Bărbat	DISTANCE (Distanță)	3.2~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM	2,6~3,2KM
		SPEED (Viteză)	20KM	19KM	17HP	16HP
	Femei	DISTANCE (Distanță)	3~3.6KM	2.8~3.4KM	2.4~3KM	2.2~2.8KM
		SPEED (Viteză)	18KM	17HP	15HP	14HP
F3	Bărbat	DISTANCE (Distanță)	4~4.8KM	3.8~4.6KM	3.4~4.2KM	3,2~4 CP
		SPEED (Viteză)	24KM	23KM	21HP	20HP
	Femei	DISTANCE (Distanță)	3.6~4.4KM	3.4~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM
		SPEED (Viteză)	22KM	20HP	19HP	17HP
F2	Bărbat	DISTANCE (Distanță)	4.8~5.6KM	4.6~5.4KM	4.2~5KM	4~4,8KM
		SPEED (Viteză)	28KM	27KM	25HP	24HP
	Femei	DISTANȚĂ (Distanță)	4.4~5.4KM	4~5KM	3.8~4.6KM	3,4~4,4KM
		SPEED (Viteză)	27KM	25KM	23HP	22HP
F1	Bărbat	DISTANȚĂ (Distanță)	>5.6KM	>5.4KM	>5KM	>4,8 CP
		SPEED (Viteză)	28HP	27HP	25HP	24HP
	Femeie	DISTANȚĂ (Distanță)	>5.4KM	>5KM	>4.6KM	>4,4 CP
		SPEED (Viteză)	27HP	25HP	23HP	22HP

Modul WATT - măsurare constantă a energiei consumate

Selectați modul WATT și apăsați ENTER pentru a confirma selecția. Apoi mergeți la setări:

time (Time) → distance (Distance) → calories (Calories) → target heart rate (Target Heart Rate).

Utilizați butoanele UP sau DOWN pentru a crește sau a scădea valorile parametrilor. Când ați finalizat configurarea, apăsați START pentru a începe antrenamentul. În timpul exercițiului, puteți modifica valoarea WATT utilizând butoanele UP sau DOWN. Notă: valoarea WATT este dependentă de cadență (RPM): Când RPM < 20, valoarea WATT este limitată la 20.

Când RPM > 120, valoarea WATT este limitată la 120.

Modul PERSONAL - Setări specifice utilizatorului

Selectați modul PERSONAL, apoi apăsați ENTER pentru a confirma selecția. Mergeți la prima din cele 16 secțiuni de setare a rezistenței.

Utilizați UP sau DOWN pentru a regla valoarea rezistenței, apoi apăsați ENTER pentru a trece la secțiunea următoare.

După ce ați setat a 16-a secțiune, apăsați din nou ENTER pentru a reveni la prima secțiune.

În final, apăsați START pentru a începe antrenamentul.

În timpul antrenamentului, puteți modifica nivelul de rezistență utilizând butoanele UP sau DOWN.

Modul HRC - Antrenament controlat de ritmul cardiac

Selectați modul HRC, apoi apăsați ENTER pentru a vă confirma selecția. Utilizați butoanele UP sau DOWN pentru a selecta un nivel țintă al ritmului cardiac: 55%, 75%, 90%, 100%.

Apoi mergeți la setări: timp (Time) → distanță (Distance) → calorii (Calories) → HRC. După ce ați finalizat setările, apăsați START pentru a începe antrenamentul.

În timpul antrenamentului, creșterea/diminuarea rezistenței este calculată în funcție de nivelul pulsului dumneavoastră.

Formula de calcul a țintei:

$$THR = (220 - AGE) * 55\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 75\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 90\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 100\%$$

În timpul antrenamentului, creșterea/diminuarea rezistenței este calculată în funcție de nivelul pulsului.

Modul RECOVERY - Test de recuperare

Dacă este detectat un semnal de ritm cardiac, apăsați butonul RECOVERY pentru a porni modul de recuperare. Țineți mâinile pe senzorii de puls în timpul măsurării. Numărătoarea inversă va începe de la 60 de secunde în jos.

Când testul este finalizat, ecranul va afișa scorul pe o scară de la 1 la 6, calculat cu ajutorul formulei: $Scor = 6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - cel mai ridicat nivel al ritmului cardiac înregistrat în primele 20 de secunde

P2 - cel mai scăzut nivel al ritmului cardiac înregistrat în ultimele 40 de secunde Dacă P1 sau P2 este egal cu 0, ERR2 va fi afișat pe ecran.

Modul date utilizator (USER)

1. Setări utilizator

Când alimentarea este pornită sau se efectuează o resetare, unitatea intră automat în modul de setări ale utilizatorului USER. Utilizați butoanele UP sau DOWN pentru a selecta un profil: USER0 ~ USER4, apoi apăsați ENTER pentru a confirma selecția. Setări succesive următoarele date:

- Sex
- Vârsta
- Înălțime
- greutate

Descrierea funcției

Tipul funcției	Interval de afișare	Setări Setări	Creștere/ scădere	Descriere
Timp	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Când este afișat 0:00, timpul se va aduna. 2. Când este afișat 1:00~99:00, timpul va numărătoarea inversă până la 0.
Distanță	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Când este afișat 0:00, distanța va fi adăugată. 2. Când se afișează 0.1~99.5, distanța va începe numărătoarea inversă până la 0.
Calorii	0~990	0	±10	1. Când este afișat 0.0, se vor adăuga calorii. 2. Când este afișat 10~990, kaloriile vor fi numărate până la 0.

Tip funcție	Interval de afișare	Setări implicite	Creștere/ scădere	Descriere
Înălțime	100~200	160	±1	Unitate metrică: CM
Greutate	20~150	50	±1	Unitate metrică: KG
Vârsta	10~99	25	±1	Vârsta
Utilizator	Utilizator0~Utilizator4	Utilizator0	±1	Utilizator
Nivel	1~24	1	±1	Rezistența motorului
Watt	10~350	100	±5	Valoarea Watt

Schimbarea sistemului metric/imperial

În timp ce vă aflați în meniul principal, apăsați simultan butoanele MODE+ RECOVERY și mențineți-le apăsată timp de 3 secunde pentru a accesa setările unității. Atunci când sistemul este schimbat (metric↔ imperial), va avea loc o resetare automată a unității.

Modul de așteptare

Unitatea va intra în modul de așteptare dacă nu se efectuează nicio mișcare sau dacă nu se apasă niciun buton timp de 4 minute. Pentru a ieși din modul sleep, apăsați orice buton.

Eroare motor

Dacă pe afișaj apare ERR4, procedați după cum urmează:

- Deconectați sursa de alimentare.
- Scoateți capacul unității.
- Verificați cablajul - conectorul poate fi slăbit sau cablul deteriorat.

BEZPEČNOSTNÉ OPATRENIA

1. Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom, aby ste sa uistili, že neexistujú žiadne kontraindikácie pre používanie cvičebného zariadenia. Lekárska konzultácia sa odporúča najmä vtedy, ak užívate lieky, ktoré ovplyvňujú srdcovú frekvenciu, krvný tlak alebo hladinu cholesterolu. Je potrebná aj pre osoby staršie ako 35 rokov a osoby so zdravotnými problémami.
2. Pred začatím cvičenia vždy vykonajte rozcvičku.
3. Venujte pozornosť znepokojujúcim signálom. Nevhodné alebo nadmerné cvičenie môže byť nebezpečné pre vaše zdravie. Ak počas cvičenia pociťujete bolesti hlavy alebo závraty, bolesť na hrudníku, nepravidelný srdcový tep alebo iné znepokojujúce príznaky, okamžite prestaňte cvičiť a poraďte sa so svojím lekárom.
4. Počas cvičenia a po ňom udržiajte deti a domáce zvieratá mimo zariadenia.
5. Zariadenie umiestnite na suchý a rovný povrch, minimálne 0,5 m od steny. Z okolia zariadenia odstráňte všetky ostré predmety. Zariadenie chráňte pred vlhkosťou a vyrovnajte všetky nerovnosti podlahy. Odporúča sa použiť špeciálnu protišmykovú podložku, aby sa zariadenie počas cvičenia nešmykalo.
6. Pred prvým použitím a potom v pravidelných intervaloch kontrolujte upevnenie všetkých skrutiek, čapov a iných spojovacích častí.
7. Pred začatím cvičenia skontrolujte upevnenie dielov a skrutiek, ktoré ich spájajú. Cvičenie je možné začať len vtedy, ak je zariadenie plne funkčné.
8. Zariadenie by sa malo pravidelne kontrolovať z hľadiska opotrebovania a prípadného poškodenia - len tak bude spĺňať bezpečnostné požiadavky. Osobitnú pozornosť treba venovať pedálom, regulátoru odporu a penovým rukovätiam, ktoré sa opotrebovávajú najrýchlejšie. Poškodené komponenty by sa mali okamžite opraviť alebo vymeniť - dotedy sa zariadenie nesmie používať.
9. Do otvorov zariadenia nekladajte žiadne predmety.
10. Nenechávajte vyčnievajúce ovládacie prvky alebo iné konštrukčné časti, ktoré by mohli brániť v pohybe.
11. Zariadenie používajte len na určený účel. Ak je niektorá časť poškodená alebo opotrebovaná, alebo ak sa počas používania objavia rušivé zvuky, okamžite prestaňte cvičiť. Zariadenie znovu nepoužívajte, kým sa problém neodstráni.
12. Cvičte v pohodlnom oblečení a športovej obuvi. Vyhnite sa voľnému oblečeniu, ktoré by sa mohlo zachytiť o vyčnievajúce časti zariadenia alebo ktoré by mohlo obmedzovať vašu voľnosť pohybu.
13. Zariadenie je klasifikované ako zariadenie triedy HC podľa normy EN ISO 20957-1 a je určené len na domáce použitie. Nesmie sa používať na terapeutické, rehabilitačné alebo komerčné účely.
14. Pri zdvíhaní alebo prenášaní zariadenia buďte opatrní, aby ste si nenamáhali chrbticu.
15. Výrobok je určený len pre dospelých. Deti ho môžu používať len pod príslym dohľadom dospelých a na vlastnú zodpovednosť.
16. Pri montáži zariadenia prísne dodržiavajte priložené pokyny a používajte len dodané diely. Pred začatím montáže sa uistite, či sú v balení všetky položky uvedené v zozname dielov.

VAROVANIE: Pred použitím fitness zariadenia si prečítajte návod na použitie. Nezodpovedáme za zranenia alebo poškodenie predmetov spôsobené nesprávnym používaním tohto výrobku.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Čistá hmotnosť: 28 kg

Zotrvačník: 8 kg

Rozmery v rozloženom stave: 107 × 50 × 131 cm

Maximálne zaťaženie: 120 kg

ÚDRŽBA

Stroj bol navrhnutý tak, aby si vyžadoval minimálnu údržbu zo strany používateľa. Odporúčajú sa nasledujúce kroky:

- Na odstránenie nečistôt a prachu použite mäkkú handričku. Po každom použití prístroj utrite do sucha.
- Pravidelne kontrolujte, či behúň nie je opotrebovaný a či je správne nastavený.
- Pravidelne kontrolujte, či sú všetky skrutky a gombíky správne dotiahnuté.

BRZDENIE

Ak chcete stroj zastaviť, prestaňte šliapať do pedálov. Magnetický bicykel M6993 nie je vybavený blokovacím systémom ani núdzovou brzdou.



Zoznam dielov a náradia

ČÍSLO	NÁZOV ČASTI	ŠPECIFIKÁCIA	MNOŽSTVO
68	ŠROUB	M8*P1,25*72L	4
15	OBJÍMKA	f7*f12*25mm	1
13	SKRUTKA	M7*P1.0*30L	1
16	T-TYPE GOMBIK	M7*P1.0*55L	1
14	PODLOŽKA	f7*f12*1T	2
12	PODLOŽKA	f7*f12*2T	2
19	PODLOŽKA	f8*f19*2T	4
70	ŠESTHRANNÝ KLÚČ	6mm*30mm*84mm	1
71	HARPOON WRENCH	13.15	1
73	ŠRUBOVÁK	13, 14, 15	1
10	SVORKA	f8*f19*2T	1

ČÍSLO	NÁZOV ČASTI	ŠPECIFIKÁCIA	KVALITA
1	POČÍTAC		1
2	ŠROUB	M5*10L	4
3	HORNÝ KABEL	900L	1
4	OBOJSTRANNÁ PRÍRUČKA	φ20*5T*485L,STR	2
5	KRYT	STR 7/8"	2
6	PULZNÝ SNÍMAČ	12B	2
7	ŠROUB	M3,5*20L	2
8	RIADIDLA		1
9	PULZNÉ VEDENIE	700+700L	1
10	OBJÍMKA	4T	1
11	KRYT	7511D	1
12	PODLOŽKA	f7*f12*2T	2
13	SKRUTKA	M7*P1.0*30L	1
14	PODLOŽKA	f7*f12*1T	2
15	OBJÍMKA	f7*f12*25mmI	1
16	T-TVAROVANÝ KL'UČKA	M7*P1.0*55L	1
17	STOJAN POČÍTAČA	45*51*1.5T*847.4L	1
18	ŠROUB	M8*P1,25*16L(6m/6m	4
19	PODLOŽKA	f8*f19*2T	9
20	PODLOŽKA	f8*f19*2T	2
21	KRYT STĹPIKA POČÍTAČA	PS	1
22	SEDLO		1
23	KONCOVKA	M8	5
24	PODPERA SEDLA		1
25	KONCOVKA	20*60 (PP)	2
26	PODLOŽKA	φ8*φ16*2T	1
27	GOMBIK SEDLA	M8(ABS)	1
28	SEDLOVÝ KOLIK	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	KONEKTOR SEDLOVÉHO STĹPIKA	f50.8 2700 PP	1
31	KL'UČ	M16*P1,5*35L	1
32	SPODNÝ KABEL	450L	1
33	MONTÁŽNA SADA		1
34	PAS	J6 400	1
35	KLADKA	φ232*6	1
36	KLIKA	6**190W(1/2")	1
37	PEDÁL	1/2"	1
38	KONCOVKA	PVC	2
39	HLAVNÝ KRYT L/P	PS	1
40	ŠROUB	3/16" (#10) *5/8"	6
41	LOŽISKO	6900RS	2
42	REGULAČNÁ ČAPKA	φ43*22.5	1
43	PODLOŽKA	φ8*φ16*1t	1
44	DRŽIAK	5T	1
45	SKRUTKA	M8*20	1
46	PRUŽINA	0Dφ16*φ2,0*45T (65Mn)	1
47	MAGNET		1
48	ŠROUB	M6*P1.0*16L	4
49	PODLOŽKA	φ6*φ13*1t	4
50	PODLOŽKA	φ6	2
51	ŠROUB	M3*8L	2
52	SENZOR	300L	1
53	MOTOR	MT03	1
54	HRIADEL' ZOTRVAČNIKA	3/8"-26*145L	1
55	LOŽISKO	6000RS	3
56	MALE KOLESO	φ39*7(φ26)	1
57	OBJÍMKA	φ10*φ16*11,5mmI	1
58	OBJÍMKA	φ39.3	1
59	ZOTRVAČNÍK	φ280*26W	1
60	OBJÍMKA	φ10*φ14*9mmL	4
61	SKRUTKA	3/8"-26*4.5t	4
62	UZÁVER	3/8"-26	2
63	SKRUTKA	3/16" (#10) *3/4"	4
64	KRYT PREDNÉHO KOLESA	PP	2
65	PREDNÝ STABILIZÁTOR	60*70*1,5t*430L	1
66	KONCOVKA STABILIZÁTOR	PP	2
67	ZADNÝ STABILIZÁTOR	60*70*1,5t*430L	1
68	ŠROUB	M8*P1,25*72L	4
69	ADAPTER	9V 1,0A	1
70	ŠESTHRANNÝ KL'UČ	6 mm*30 mmI*84 mmI	1
71	ŠRUBOVÁK	13, 15	1
72	N-TYP SKRUTKOVAČA	13, 14, 15	1
73	HLAVNÝ RÁM		1



Montáž

➤ Krok 1.

1. Pripevnite predný stabilizátor (65) k hlavnému rámu (73) pomocou 2 skrutiek (68) a 2 podložiek (19).
2. Pripevnite zadný stabilizátor (67) k hlavnému rámu (73) pomocou 2 skrutiek (68) a 2 podložiek (19).

➤ Krok 2.

1. Pripevnite držiaky k pedálom.

Pripevnite ľavý pedál k ľavej kľuке (37-L) a pravý pedál (37-R) k pravej kľuке.

➤ Krok 3.

1. Pripevnite sedlo (22) k podperám sedla (24). Potom upevnite podperu sedla k sedlovke (28) pomocou kľučky (27) a podložky (26).
2. Pripevnite sedlovku (28) k hlavnému rámu a zaistite ju pomocou gombíka.

➤ Krok 4.

1. Nasadte kryty (21), (70) na stĺpik počítača (17).
2. Pripojte spodný kábel (32) k hornému káblu (3).
3. Umiestnite stĺpik do hlavného rámu a priskrutkujte ho pomocou skrutiek (18) a podložiek (20) a (19).

➤ Krok 5.

1. Umiestnite volant (8) na stĺpik počítača (17), potom upevnite hornú časť pomocou podložky (12) a skrutky (13).
2. Umiestnite puzdro (15), podložku (14) a kryt (11) na T-kľučku (16) a priskrutkujte ju k spodnej časti.

➤ Krok 6.

1. Pripojte kábel snímača impulzov (9) ku káblu počítača (1-1), potom pripojte horný kábel (3) ku káblu počítača (1-2).
2. Pripevnite počítač (1) k stĺpiku počítača (17) pomocou 4 skrutiek (2).



Počítač

1. Po stlačení tlačidla POWER-ON sa na obrazovke na 1 sekundu zobrazia všetky segmenty, zaznie jedno pípnutie a motor sa vráti na nulu.
2. Ak sa počas 4 sekúnd nezistí žiadny vstupný signál, na obrazovke sa zobrazí "E4". Ak sa tlačidlo START/STOP stlačí a podrží dlhšie ako 2 sekundy, nastane RESET, čím sa všetky funkcie vrátia do pôvodného stavu (ako po zapnutí).
3. Napájanie počítača: DC 6V / 1000 mA.

Funkcie tlačidiel

1. START/STOP:

A. Štart - na spustenie tréningu.

B. Pauza - na obnovenie tréningu stlačte znova.

2. RESET :

A. Počas nastavovania parametrov - stlačením sa vrátite do hlavnej ponuky.

B. Podržaním na 3 sekundy obnovíte nastavenia.

3. RECOVERY :

A. Ak sa zistí signál srdcovej frekvencie, stlačením tlačidla spustíte režim RECOVERY.

4. UP :

A. Počas nastavovania funkcií - stlačením zvýšite hodnoty parametrov.

B. Počas tréningu - stlačením zvýšite úroveň odporu.

5. DOWN :

A. Počas nastavovania funkcie - stlačením znížite hodnoty parametrov.

B. Počas tréningu - stlačte pre zníženie úrovne odporu.

6. MODE/ENTER :

A. Počas nastavovania funkcie - stlačením potvrdíte hodnoty parametrov.

B. Pri definovaní používateľských nastavení - stlačením prejdete na ďalšiu časť.

7. MODE+RECOVERY :

A. Počas pobytu v hlavnom menu stlačte na 3 sekundy, aby ste vykonali zmeny metrického/imperiálneho systému.

8. ENTER+RECOVERY :

A. Stlačením na 3 sekundy vstúpite do režimu spánku.

Manuálny režim - základný

Vyberte položku Manuálny režim, potom stlačením tlačidla ENTER potvrdíte výber a nastavíte úroveň odporu. Opätovným stlačením tlačidla ENTER prejdite na ďalšie nastavenie parametrov:

Čas (Time)→ Vzdialenosť (Distance)→ Kalórie (Calories)→ Cieľová tepová frekvencia (Target Heart Rate). Pomocou tlačidiel UP alebo DOWN zvýšte alebo znížte hodnoty jednotlivých parametrov. Po dokončení konfigurácie stlačte tlačidlo START, čím spustíte tréning.

Počas cvičenia môžete kedykoľvek zmeniť úroveň odporu pomocou tlačidiel UP (hore) alebo DOWN (dole).

Režim PROGRAM - vstavané programy

Vyberte režim Program a potom stlačte tlačidlo ENTER na potvrdenie.

Pomocou tlačidiel UP alebo DOWN vyberte jeden z programov (P1-P12) a potom výber potvrdíte stlačením tlačidla ENTER. Nastavíte úroveň odporu a pokračujte v konfigurácii nasledujúcich parametrov:

čas (Time)→ vzdialenosť (Distance)→ kalórie (Calories)→ cieľová srdcová frekvencia (Target Heart Rate), pričom hodnoty nastavíte pomocou tlačidiel UP alebo DOWN.

Po vykonaní nastavení stlačte tlačidlo START, čím spustíte tréning.

Počas cvičenia môžete meniť úroveň odporu pomocou tlačidiel UP (hore) alebo DOWN (dole).

Schéma č (P1-P12) zobrazuje 12 zabudovaných tréningových programov.

Fitness režim

Vyberte režim "Program" a stlačením tlačidla ENTER potvrdíte výber. Predvolený čas je nastavený na 12 minút, odpor 6, stlačte START, aby ste začali cvičenie.

Výber úrovne

Úroveň	Pohlavie	Vzdialenosť / rýchlosť	VEK <30	VEK =30~39	VEK =40~49	VEK >50
F5	Muž	DISTANCE (Vzdialenosť)	<3,2 KM	<3 KM	<2,8 KM	<2,6 KM
		SPEED (Rýchlosť)	16 km/h	15 km/h	14 km/h	13 km/h
	Žena	DISTANCE (Vzdialenosť)	<3 KM	<2,8 KM	<2,4 KM	<2,2 KM
		SPEED (Rýchlosť)	15 km/h	14 km/h	12 km/h	11 km/h
F4	Muž	DISTANCE (Vzdialenosť)	3.2~4 KM	3~3,8 KM	2,8~3,4 KM	2,6~3,2 KM
		SPEED (Rýchlosť)	20 km/h	19 km/h	17 km/h	16 km/h
	Žena	DISTANCE (Vzdialenosť)	3~3.6 KM	2.8~3.4 KM	2,4~3 KM	2,2~2,8 KM
		SPEED (Rýchlosť)	18 km/h	17 km/h	15 km/h	14 km/h
F3	Muž	DISTANCE (Vzdialenosť)	4~4.8 KM	3,8~4,6 KM	3,4~4,2 KM	3,2~4 KM
		SPEED (Rýchlosť)	24 km/h	23 km/h	21 km/h	20 km/h
	Žena	DISTANCE (Vzdialenosť)	3,6 ~ 4,4 KM	3,4~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM
		SPEED (Rýchlosť)	22 km/h	20 km/h	19 km/h	17 km/h
F2	Muž	DISTANCE (Vzdialenosť)	4.8~5.6 KM	4,6~5,4 KM	4,2~5 KM	4~4,8 KM
		SPEED (Rýchlosť)	28 km/h	27 km/h	25 km/h	24 km/h
	Žena	DISTANCE (Vzdialenosť)	4.4~5.4 KM	4~5 KM	3,8~4,6K M	3,4~4,4 KM
		SPEED (Rýchlosť)	27 km/h	25 km/h	23 km/h	22 km/h
F1	Muž	DISTANCE (Vzdialenosť)	>5,6 KM	>5,4 KM	>5 KM	>4,8 KM
		SPEED (Rýchlosť)	28 km/h	27 km/h	25 km/h	24 km/h
	Žena	DISTANCE (Vzdialenosť)	>5,4 KM	>5 KM	>4,6 KM	>4,4 KM
		SPEED (Rýchlosť)	27 km/h	25 km/h	23 km/h	22 km/h

Režim WATT - konštantné meranie spotrebovanej energie

Vyberte režim WATT a výber potvrdíte stlačením tlačidla ENTER. Potom prejdite do nastavení:

Čas (Time) → Vzdialenosť (Distance) → Kalórie (Calories) → Cieľová tepová frekvencia (Target Heart Rate).

Pomocou tlačidiel UP alebo DOWN zvýšte alebo znížte hodnoty parametrov. Po dokončení konfigurácie stlačte tlačidlo START, čím spustíte tréning. Počas cvičenia môžete zmeniť hodnotu WATT pomocou tlačidiel UP alebo DOWN. Poznámka: hodnota WATT závisí od kadencie (otáčok za minútu): Keď je RPM < 20, hodnota WATT je nastavená na 20.

Keď RPM > 120, hodnota WATT je obmedzená na 120.

Režim PERSONAL - nastavenia špecifické pre používateľa

Vyberte položku PERSONAL mode (Osobný režim) a výber potvrdíte stlačením tlačidla ENTER. Prejdite na prvú zo 16 sekcií nastavenia odporu.

Pomocou tlačidla UP alebo DOWN nastavte hodnotu odporu a potom stlačením tlačidla ENTER prejdite na ďalšiu sekciu.

Po nastavení 16. sekcie sa opätovným stlačením tlačidla ENTER vrátite na prvú sekciu.

Nakoniec stlačte START, čím spustíte tréning.

Počas tréningu môžete meniť úroveň odporu pomocou tlačidiel UP alebo DOWN.

Režim HRC - tréning riadený srdcovou frekvenciou

Vyberte režim HRC a potom stlačením tlačidla ENTER potvrdíte výber. Pomocou tlačidiel UP alebo DOWN vyberte cieľovú úroveň srdcovej frekvencie: 55%, 75%, 90%, 100%.

Potom prejdite na nastavenia: čas (Time) → vzdialenosť (Distance) → kalórie (Calories) → HRC. Po dokončení nastavení stlačte tlačidlo START, čím spustíte tréning.

Počas tréningu sa zvýšenie/zníženie odporu počíta na základe úrovne vášho pulzu.

Vzorec pre výpočet cieľa :

THR= $(220-AGE)*55\%$

THR= $(220-AGE)*75\%$

THR= $(220-AGE)*90\%$

THR= $(220-AGE)*100\%$

Počas tréningu sa zvýšenie/zníženie odporu počíta na základe úrovne pulzu.

Režim RECOVERY - test regenerácie

Ak sa zistí signál srdcovej frekvencie, stlačením tlačidla RECOVERY spustíte režim obnovy. Počas merania majte ruky na snímačoch pulzu.

Odpočítavanie sa začne od 60 sekúnd smerom nadol.

Po dokončení testu sa na obrazovke zobrazí skóre na stupnici od 1 do 6, vypočítané podľa vzorca: Skóre= $6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - najvyššia úroveň srdcovej frekvencie zaznamenaná počas prvých 20 sekúnd

P2 - najnižšia úroveň srdcovej frekvencie zaznamenaná za posledných 40 sekúnd Ak sa P1 alebo P2 rovná 0, na displeji sa zobrazí ERR2.

Režim používateľských údajov (USER)**1. Používateľské nastavenia**

Po zapnutí napájania alebo vykonaní resetu prístroj automaticky prejde do režimu používateľských nastavení USER. Pomocou tlačidiel UP alebo DOWN vyberte profil: USER0 ~ USER4, potom výber potvrdíte stlačením tlačidla ENTER. Postupne nastavte nasledujúce údaje:

- Pohlavie
- Vek
- Výška
- Hmotnosť

Popis funkcie

Typ funkcie	Zvýraznenie zobrazenia	Predvolené nastavenia	Zvýšenie/zníženie	Popis
Čas	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Keď sa zobrazí 0:00, čas sa sčíta. 2. Keď sa zobrazí 1:00~99:00, čas sa odpočítavať do 0.
Vzdialenosť	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Keď sa zobrazí 0:00, vzdialenosť sa pripočíta. 2. Keď sa zobrazí 0,1~99,5, vzdialenosť sa bude odpočítavať do 0.
Kalórie	0~990	0	±10	1. Keď sa zobrazí 0,0, kalórie sa pridávajú. 2. Keď sa zobrazí 10~990, kalórie sa budú odpočítavať do 0.

Typ funkcie	Zvýraznenie zobrazenia	Predvolené nastavenia	Zvýšenie/zníženie	Popis
Výška	100~200	160	±1	Metrická jednotka: CM
Hmotnosť	20~150	50	±1	Metrická jednotka: KG
Vek	10~99	25	±1	Vek
Používateľ	Používateľ0~Používateľ4	Používateľ0	±1	Používateľ
Úroveň	1~24	1	±1	Odpor motora
Watt	10~350	100	±5	Hodnota wattu

Zmena metrického/imperiálneho systému

V hlavnej ponuke stlačte súčasne tlačidlá MODE+ RECOVERY a podržte ich 3 sekundy, čím sa dostanete do nastavení jednotky. Pri zmene systému (metrický↔ imperiálny) dôjde k automatickému vynulovaniu jednotky.

Režim spánku

Jednotka prejde do režimu spánku, ak sa 4 minúty nevykoná žiadny pohyb alebo nestlačí žiadne tlačidlo. Režim spánku ukončíte stlačením ľubovoľného tlačidla.

Chyba motora

Ak sa na displeji zobrazí ERR4, vykonajte nasledujúce kroky:

- Odpojte napájanie.
- Odstráňte kryt jednotky.
- Skontrolujte zapojenie - konektor môže byť uvoľnený alebo kábel poškodený.

VARNOSTNI UKREPI

1. Pred začetkom vadbe se posvetujte s svojim zdravnikom, da se prepričate, da ni kontraindikacij za uporabo vadbene opreme. Posvet z zdravnikom je še posebej priporočljiv, če jemljete zdravila, ki vplivajo na srčni utrip, krvni tlak ali raven holesterola. Prav tako je potreben za osebe, starejše od 35 let, in osebe z zdravstvenimi težavami.
2. Pred začetkom vadbe vedno opravite ogrevanje.
3. Bodite pozorni na zaskrbljujoče signale. Neprimerna ali pretirana vadba je lahko nevarna za vaše zdravje. Če med vadbo občutite glavobol ali omotico, bolečine v prsih, neredno bitje srca ali druge zaskrbljujoče znake, takoj prenehajte z vadbo in se posvetujte z zdravnikom.
4. Med vadbo in po njej poskrbite, da se otroci in hišni ljubljenci ne približujejo opremi.
5. Opremo postavite na suho in ravno površino, vsaj 0,5 m stran od stene. Iz okolice opreme odstranite vse ostre predmete. Opremo zaščitite pred vlago in izravnajte morebitne neravnine na tleh. Priporočljiva je posebna neдрseča podloga, ki preprečuje drsenje opreme med vadbo.
6. Pred prvo uporabo in nato v rednih časovnih presledkih preverite pritrditev vseh vijakov, zatičev in drugih priključnih delov.
7. Pred začetkom vadbe preverite pritrditev delov in vijakov, ki jih povezujejo. Vadbo lahko začnete le, če je naprava popolnoma delujoča.
8. Napravo je treba redno preverjati glede obrabe in morebitnih poškodb - le tako bo ustrezala varnostnim zahtevam. Posebno pozornost namenite pedalom, regulatorju upora in penastim ročajem, ki se najhitreje obrabijo. Poškodovane sestavne dele je treba takoj popraviti ali zamenjati - do takrat naprave ne smete uporabljati.
9. V odprtine naprave ne vstavljajte nobenih predmetov.
10. Ne puščajte štrlečih upravljalnih elementov ali drugih strukturnih delov, ki bi lahko ovirali vaše gibanje.
11. Opremo uporabljajte le za predvideni namen. Če je kateri koli del poškodovan ali obrabljen ali če se med uporabo pojavijo moteči zvoki, takoj prenehajte z vadbo. Opreme ne uporabljajte več, dokler težava ni odpravljena.
12. Vadite v udobnih oblačilih in športni obutvi. Izogibajte se ohlapnim oblačilom, ki bi se lahko zataknila za štrleče dele opreme ali ki bi lahko omejevala svobodo gibanja.
13. Oprema je v skladu s standardom EN ISO 20957-1 razvrščena kot naprava razreda HC in je namenjena samo za domačo uporabo. Ne sme se uporabljati v terapevtske, rehabilitacijske ali komercialne namene.
14. Pri dvigovanju ali prenašanju opreme bodite previdni, da ne obremenite hrbtenice.
15. Izdelek je namenjen samo odraslim osebam. Otroci ga lahko uporabljajo le pod strogim nadzorom odraslih in na lastno odgovornost.
16. Pri sestavljanju naprave dosledno upoštevajte priložena navodila in uporabljajte samo priložene dele. Pred začetkom sestavljanja se prepričajte, da so priloženi vsi elementi, navedeni na seznamu delov.

OPOZORILO: Pred uporabo fitnes naprave preberite navodila. Ne odgovarjamo za poškodbe ali škodo na predmetih zaradi nepravilne uporabe tega izdelka.

TEHNIČNI PODATKI

Neto teža: 28 kg

Vztrajnik: 8 kg

Dimenzije v razstavljenem stanju: 107 × 50 × 131 cm

Največja obremenitev: 120 kg.

VZDRŽEVANJE

Stroj je zasnovan tako, da od uporabnika zahteva minimalno vzdrževanje. Priporočeni so naslednji koraki:

- Z mehko krpo odstranite umazanijo in prah. Po vsaki uporabi napravo obrišite do suhega.
- Redno preverjajte, ali so trakovi enote obrabljeni in v pravilnem položaju.
- Redno preverjajte, ali so vsi vijaki in gumbi pravilno zategnjeni.

BRACING

Če želite ustaviti napravo, prenehajte vrteti pedala. Magnetno kolo M6993 ni opremljeno s sistemom za zaklepanje ali zavoro v sili.



Seznam delov in orodij

ŠTEVILKA	IME DELA	SPECIFIKACIJA	KOLIČINA
68	VIJAK	M8*P1,25*72L	4
15	VMESNIK	φ7*f12*25mmL	1
13	VIJAK	M7*P1.0*30L	1
16	GUMICA T-TYPE	M7*P1.0*55L	1
14	PODLOGA	φ7*f12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	ŠESTEROKOTNI VIJAK	6mm*30mmL*84mmL	1
71	KROŽIČ ZA KLJUČE Z ROČAJEM	13.15	1
73	N-TYPE KROŽIČ	13, 14, 15	1
10	SKLOPKA	f8*f19*2T	1

ŠTEVILO	IME DELA	SPECIFIKACIJA	KOLIČINA
1	RAČUNALNIK		1
2	VIJAK	M5*10L	4
3	ZGORNJI KABEL	900L	1
4	VODILO	φ20*5T*485L, STR	2
5	POKROV	STR 7/8"	2
6	SENZOR IMPULZA	12B	2
7	VIJAK	M3.5*20L	2
8	KRMILNO KOLO		1
9	PULSE LINE	700+700L	1
10	TALER SHIELD	4T	1
11	POKROV	7511D	1
12	PODLOGA	f7*f12*2T	2
13	VIJAK	M7*P1.0*30L	1
14	PODLOGA	φ7*φ12*1T	2
15	VMESNIK	f7*f12*25mmI	1
16	T-OBLIKA	M7*P1.0*55L	1
17	STOJNICA ZA RAČUNALNIK	45*51*1.5T*847.4L	1
18	VIJAK	M8*P1,25*16L(6m/6m	4
19	PODLOGA	φ8*f19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	POKROV ZA RAČUNALNIŠKO MESTO	PS	1
22	SADDLE		1
23	KROVČEK	M8	5
24	OPORA ZA SEDLO		1
25	KAPICA	20*60 (PP)	2
26	PODLOGA	φ8*φ16*2T	1
27	ODERNA ROČICA	M8(ABS)	1
28	SADDLE POST	φ38.1 (D)*1.5T*500L	1
30	PRIKLJUČEK ZA SEDLO	φ50.8 2700 PP	1
31	KROK	M16*P1,5*35L	1
32	SPODNJI KABEL	450L	1
33	SKLOP ZA MONTAŽO		1
34	JERMEN	J6 400	1
35	PULLEY	φ232*6	1
36	KRANKA	6"*190W(1/2")	1
37	PEDAL	1/2"	1
38	KLOPKA	PVC	2
39	GLAVNI POKROV L/P	PS	1
40	VIJAK	3/16" (#10) *5/8"	6
41	LEŽAJ	6900RS	2
42	REGULACIJSKA KAPICA	φ43*22.5	1
43	PODLOGA	φ8*φ16*1t	1
44	NOSILEC	5T	1
45	VIJAK	M8*20	1
46	VZMET	0Dφ16*φ2,0*45T (65Mn)	1
47	MAGNET		1
48	VIJAK	M6*P1.0*16L	4
49	PODLOGA	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	VIJAK	M3*8L	2
52	SENZOR	300L	1
53	MOTOR	MT03	1
54	OSI Z LETEČIM KOLESOM	3/8"-26*145L	1
55	LEŽAJI	6000RS	3
56	MALI PULLEY	φ39*7 (φ26)	1
57	OBESEK	φ10*φ16*11,5mmI	1
58	VMESNIK	φ39.3	1
59	LETALNO KOLO	φ280*26W	1
60	VMESNIK	φ10*φ14*9mmL	4
61	VIJAK	3/8"-26*4.5t	4
62	POKROVČEK	3/8"-26	2
63	VIJAK	3/16" (#10) *3/4"	4
64	POKROV SPREDNJEGA KOLESA	PP	2
65	SPREDNJI STABILIZATOR	60*70*1,5 t*430L	1
66	ZADNJA KAPA	PP	2
67	ZADNJI STABILIZATOR	60*70*1,5t*430L	1
68	VIJAK	M8*P1,25*72L	4
69	ADAPTER	9V 1,0A	1
70	ŠTEVILČNI KROŽIČ	6 mm*30 mmI*84 mmI	1
71	KROŽIČ ZA KLJUČE Z ROČAJEM	13, 15	1
72	KROŽIČ N-TYPE	13, 14, 15	1
73	GLAVNI OKVIR		1



Sestava

➤ Korak 1.

1. Pritrdite sprednji stabilizator (65) na glavni okvir (73) z 2 vijakoma (68) in 2 blazinicama (19).
2. Pritrdite zadnji stabilizator (67) na glavni okvir (73) z 2 vijakoma (68) in 2 blazinicama (19).

➤ Korak 2.

1. Pritrdite nosilce na pedala.

Levo pedalo pritrdite na levo ročico (37-L), desno pedalo (37-R) pa na desno ročico.

➤ Korak 3.

1. Sedlo (22) pritrdite na nosilec sedla (24). Nato z gumbom (27) in blazinico pritrdite nosilec sedla na sedežno oporo (28).(26).
2. Pritrdite sedežno oporo (28) na glavni okvir in jo pritrdite z gumbom.

➤ Korak 4.

1. Na stojalo računalnika (17) namestite pokrova (21) in (70).
2. Spodnji kabel (32) povežite z zgornjim kablom (3).
3. Postavite stojalo v glavni okvir in ga privijte z vijaki (18) ter blazinicami (20) in (19).

➤ Korak 5.

1. Volan (8) namestite na računalniško stojalo (17), nato pa zgornji del pritrdite z blazinico (12) in vijakom (13).
2. Na T-ročico (16) namestite pušo (15), blazinico (14) in pokrov (11) ter jo privijte na spodnji del.

➤ Korak 6.

1. Kabel senzorja impulzov (9) povežite s kablom računalnika (1-1), nato pa zgornji kabel (3) povežite s kablom računalnika (1-2).
2. Računalnik (1) pritrdite na stojalo računalnika (17) s 4 vijaki (2).



Računalnik

1. Ko pritisnete gumb POWER-ON, se na zaslonu za 1 sekundo prikažejo vsi segmenti, zasliši se en zvočni signal in motor se vrne na ničlo.
2. Če 4 sekunde ni zaznan noben vhodni signal, se na zaslonu prikaže "E4". Če gumb START/STOP pritisnete in držite več kot 2 sekundi, se izvede RESET, s čimer se vse funkcije vrnejo v začetno stanje (kot po vklopu).
3. Napajanje računalnika: DC 6V / 1000 mA.

Funkcije gumbov

1. START/STOP:

- A. Start - za zagon naprave.
- B. Prekinitev - za nadaljevanje delovanja ponovno pritisnite.

2. RESET :

- A. Med nastavljanjem parametrov - pritisnite , da se vrnete v glavni meni.
- B. Za ponastavitev nastavitvev pritisnite in držite 3 sekunde.

3. RECOVERY :

- A. Če je zaznan signal srčnega utripa, pritisnite gumb, da zaženete način RECOVERY.

4. UP :

- A. Med nastavljanjem funkcij - pritisnite , da povečate vrednosti parametrov.
- B. Med vadbo - pritisnite , da povečate stopnjo upora.

5. DOWN :

- A. Med nastavljanjem funkcij - pritisnite , da zmanjšate vrednosti parametrov.
- B. Med vadbo - pritisnite , da zmanjšate stopnjo upora.

6. MODE/ENTER :

- A. Med nastavljanjem funkcije - pritisnite , da potrdite vrednosti parametrov.
- B. Med določanjem uporabniških nastavitvev - pritisnite , da preidete na naslednji razdelek.

7. MODE+RECOVERY :

- A. V glavnem meniju pritisnite za 3 sekunde, da spremenite metrični/imperialni sistem.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Pritisnite za 3 sekunde, da preidete v način mirovanja.

Funkcijski način

Ročni način - osnovni

Izberite ročni način, nato pritisnite ENTER, da potrdite izbiro in nastavite stopnjo upora. Ponovno pritisnite ENTER, da preidete na naslednje nastavitve parametrov:

Čas (Time)→ razdalja (Distance)→ kalorije (Calories)→ ciljni srčni utrip (Target Heart Rate). Z gumboma UP ali DOWN povečajte ali zmanjšajte vrednosti posameznih parametrov. Ko je konfiguracija končana, pritisnite START, da začnete vadbo.

Med vadbo lahko z gumboma UP ali DOWN kadar koli spremenite stopnjo upora.

Način PROGRAM - vgrajeni programi

Izberite način programa in za potrditev pritisnite ENTER.

Z UP ali DOWN izberite enega od programov (P1-P12) in pritisnite ENTER za potrditev izbire. Nastavite stopnjo upora in nadaljujte z nastavljanjem naslednjih parametrov:

Čas (Time)→ razdalja (Distance)→ kalorije (Calories)→ ciljni srčni utrip (Target Heart Rate), pri čemer z gumboma UP ali DOWN prilagodite vrednosti. Ko so nastavitve opravljene, pritisnite START, da začnete vadbo.

Med vadbo lahko z gumboma UP ali DOWN spreminjate stopnjo upora.

Slika št (P1-P12) prikazuje 12 vgrajenih vadbenih programov.

Način za fitness

Izberite način "Program" in pritisnite ENTER za potrditev izbire. Privzeti čas je nastavljen na 12 minut, upor 6, pritisnite START za začetek vadbe.

Izbira ravni

Raven	Spol	Razdalja / hitrost	AGE <30	STAROST =30~39	AGE =40~49	AGE >50
F5	Moški	DISTANCE (razdalja)	<3,2KM	<3KM	<2,8 KM	<2,6 KM
		SPEED (Hitrost)	16 KM/h	15 KM	14 KM	13 KM
	Ženske	DISTANCE (razdalja)	<3KM	<2,8KM	<2,4 KM	<2,2 KM
		SPEED (Hitrost)	15 KM	14 KM	12 KM	11 KM
F4	Moški	DISTANCE (razdalja)	3,2~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM	2,6~3,2KM
		SPEED (Hitrost)	20KM	19KM	17KM	16 KM
	Ženska	DISTANCE (razdalja)	3~3,6KM	2,8~3,4KM	2,4~3KM	2,2~2,8KM
		SPEED (Hitrost)	18KM	17 KM	15 KM	14 KM
F3	Moški	DISTANCE (razdalja)	4~4,8KM	3,8~4,6KM	3,4~4,2KM	3,2~4 HP
		SPEED (Hitrost)	24KM	23KM	21 KM	20KM
	Ženske	DISTANCE (razdalja)	3,6 ~ 4,4KM	3,4~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM
		SPEED (Hitrost)	22KM	20 KM	19 KM	17 KM
F2	Moški	DISTANCE (razdalja)	4,8~5,6KM	4,6~5,4KM	4,2~5KM	4~4,8KM
		SPEED (Hitrost)	28KM	27KM	25KM	24 KM
	Ženske	DISTANCE (razdalja)	4,4~5,4KM	4~5KM	3,8~4,6KM	3,4~4,4KM
		SPEED (Hitrost)	27KM	25KM	23 KM	22 KM
F1	Moški	DISTANCE (razdalja)	>5,6KM	>5,4KM	>5KM	>4,8 KM
		SPEED (Hitrost)	28 KM	27 KM	25 KM	24 KM
	Ženske	DISTANCE (razdalja)	>5,4KM	>5KM	>4,6KM	>4,4 KM
		SPEED (Hitrost)	27 KM	25 KM	23 KM	22 KM

Način WATT - stalno merjenje porabljene energije

Izberite način WATT in pritisnite ENTER za potrditev izbire. Nato pojdite na nastavitve:

Čas (Time) → razdalja (Distance) → kalorije (Calories) → ciljni srčni utrip (Target Heart Rate).

Z gumboma UP ali DOWN povečajte ali zmanjšajte vrednosti parametrov. Ko končate z nastavitvami, pritisnite START, da začnete z vadbo.

Med vadbo lahko spreminjate vrednost WATT z gumboma UP ali DOWN. Opomba: vrednost WATT je odvisna od kadence (RPM): Ko je RPM < 20, je vrednost WATT nastavljena na 20.

Ko je RPM > 120, je vrednost WATT omejena na 120.

Način PERSONAL - nastavitve, ki jih določi uporabnik

Izberite možnost PERSONAL mode (Osební način) in pritisnite ENTER za potrditev izbire. Pojdite na prvega od 16 razdelkov za nastavitve upora. Z UP ali DOWN nastavite vrednost upora, nato pa pritisnite ENTER za prehod na naslednji razdelek.

Ko nastavite 16. odsek, ponovno pritisnite ENTER, da se vrnete na prvi odsek. Na koncu

pritisnite START, da začnete vadbo.

Med vadbo lahko stopnjo upora spreminjate z gumboma UP ali DOWN.

Način HRC - vadba z uravnavanjem srčnega utripa

Izberite način HRC, nato pa pritisnite ENTER za potrditev izbire. Z gumboma UP ali DOWN izberite ciljno raven srčnega utripa: 55 %, 75 %, 90 %, 100 %. Nato pojdite na nastavitve: čas (Time) → razdalja (Distance) → kalorije (Calories) → HRC. Ko končate z nastavitvami, pritisnite START, da začnete vadbo. Med vadbo se povečanje/zmanjšanje upora izračuna glede na raven vašega pulza.

Formula za izračun cilja:

$$THR = (220 - AGE) * 55\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 75\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 90\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 100\%$$

Med vadbo se povečanje/zmanjšanje upora izračuna glede na raven pulza.

Način RECOVERY - test okrevanja

Če je zaznan signal srčnega utripa, pritisnite gumb RECOVERY, da zaženete način obnovitve. Med merjenjem imejte roke na senzorjih pulza.

Odštevanje se bo začelo od 60 sekund navzdol.

Ko bo test končan, bo na zaslonu prikazan rezultat na lestvici od 1 do 6, izračunan po formuli: $6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - najvišja raven srčnega utripa, zabeležena v prvih 20 sekundah

P2 - najnižja vrednost srčnega utripa, zabeležena v zadnjih 40 sekundah Če je P1 ali P2 enak 0, se na zaslonu prikaže ERR2.

Način uporabniških podatkov (USER)**1. uporabniške nastavitve**

Ob vklopu napajanja ali ponastavitvi se enota samodejno vključi v način uporabniških nastavitev USER. Za izbiro profila uporabite gumba UP ali DOWN: USER0 ~ USER4, nato pa pritisnite ENTER za potrditev izbire. Zaporedno nastavite naslednje podatke:

- Spol: .
- Starost
- Višina
- Teža

Opis funkcije

Vrsta funkcije	Prikaz razpona	Privzeto nastavitve	Povečanje/zmanjšanje	Opis
Čas	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Ko se prikaže 0:00, se čas sešteje. 2. Ko je prikazano 1:00 ~ 99:00, se čas odšteval do 0.
Razdalja	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Ko se prikaže 0:00, se razdalja sešteje. 2. Ko je prikazano 0,1~99,5, se razdalja se bo odštevala do 0.
Kalorije	0~990	0	±10	1. Ko je prikazana vrednost 0,0, se kalorije dodajo. 2. Ko se prikaže 10~990, se kalorije odštevajo do 0.

Vrsta funkcije	Prikaz ragona	Privzete nastavitve	Povečanje/zmanjšanje	Opis
Višina	100~200	160	±1	Metrična enota: CM
Teža	20~150	50	±1	Metrična enota: KG
Starost	10~99	25	±1	Starost
Uporabnik	Uporabnik0~Uporabnik4	Uporabnik0	±1	Uporabnik
Raven	1~24	1	±1	Odpornost motorja
Watt	10~350	100	±5	Vrednost Watt

Spreminjanje metričnega/imperialnega sistema

V glavnem meniju istočasno pritisnite gumba MODE + RECOVERY in ju držite 3 sekunde, da dostopate do nastavitve enote. Ob spremembi sistema (metrični↔ imperialni) se izvede samodejna ponastavitev enote.

Način mirovanja

Enota bo prešla v način mirovanja, če se 4 minute ne premaknete ali ne pritisnete gumba. Za izhod iz načina mirovanja pritisnite kateri koli gumb.

Napaka motorja

Če se na zaslonu prikaže ERR4, storite naslednje:

- Odklopite napajanje.
- Odstranite pokrov enote.
- Preverite napeljavo - morda je priključek zrahljan ali pa je kabel poškodovan.

Installationsanvisningar

SÄKERHETSÅTGÄRDER

1. Innan du börjar träna bör du rådfråga din läkare för att få bekräftat att det inte finns några kontraindikationer för användning av träningsutrustningen. En läkarkonsultation rekommenderas särskilt om du tar mediciner som påverkar hjärtfrekvensen, blodtrycket eller kolesterolnivåerna. Det är också nödvändigt för personer över 35 år och för personer med hälsoproblem.
2. Gör alltid en uppvärmning innan du börjar träna.
3. Var uppmärksam på oroväckande signaler. Olämplig eller överdriven träning kan vara farlig för din hälsa. Om du upplever huvudvärk eller yrsel, bröstsmärta, oregelbundna hjärtslag eller andra oroande symtom under träningen ska du omedelbart sluta träna och kontakta din läkare.
4. Håll barn och husdjur borta från utrustningen under och efter träningen.
5. Placera utrustningen på en torr och jämn yta, minst 0,5 m från väggen. Avlägsna alla vassa föremål från utrustningens omgivning. Skydda utrustningen mot fukt och jämna ut eventuella ojämnheter i golvet. En speciell halkskyddsmatta rekommenderas för att förhindra att utrustningen glider under träningen.
6. Kontrollera före första användningen och därefter med jämna mellanrum att alla skruvar, stift och andra anslutningsdelar sitter fast ordentligt.
7. Kontrollera att delarna och skruvarna sitter fast ordentligt innan du börjar träna. Träningen kan endast påbörjas om apparaten är fullt funktionsduglig.
8. Kontrollera regelbundet apparaten med avseende på slitage och eventuella skador - först då uppfyller den säkerhetskraven. Var särskilt uppmärksam på pedalerna, motståndsregulatorn och skumgummigreppen, som slits ut snabbast. Skadade komponenter ska omedelbart repareras eller bytas ut - fram till dess får maskinen inte användas.
9. För inte in några föremål i apparatens öppningar.
10. Lämna inte utstickande reglage eller andra konstruktionsdelar som kan hindra dig från att röra dig.
11. Använd endast utrustningen för dess avsedda ändamål. Avbryt omedelbart träningen om någon del är skadad eller utsliten eller om det uppstår störande ljud under användningen. Använd inte utrustningen igen förrän problemet har åtgärdats.
12. Träna i bekväma kläder och sportskor. Undvik löst sittande kläder som kan fastna på utskjutande delar av utrustningen eller som kan begränsa din rörelsefrihet.
13. Utrustningen är klassificerad som en klass HC-enhet enligt EN ISO 20957-1 och är endast avsedd för hushållsbruk. Den får inte användas för terapeutiska, rehabiliterande eller kommersiella ändamål.
14. Var försiktig när du lyfter eller bär utrustningen så att du inte belastar ryggraden.
15. Produkten är endast avsedd för vuxna. Barn får endast använda den under strikt uppsikt av en vuxen och på eget ansvar.
16. När du monterar apparaten ska du följa de bifogade anvisningarna och endast använda de delar som medföljer. Innan monteringen påbörjas ska du kontrollera att alla delar som anges i reservdelslistan finns med.

WARNING: Läs instruktionerna innan du använder träningsutrustningen. Vi ansvarar inte för personskador eller skador på föremål som orsakats av felaktig användning av denna produkt.

TEKNISKA DATA

Nettovikt: 28 kg

Svånghjul: 8 kg

Mått när den är utfälld: 107× 50× 131 cm

Maximal belastning: 120 kg

UNDERHÅLL

Maskinen har konstruerats så att den kräver minimalt underhåll av användaren. Följande steg rekommenderas:

- Använd en mjuk trasa för att avlägsna smuts och damm. Torka av enheten efter varje användning.
- Kontrollera regelbundet att aggregatets remmar inte är slitna och att de sitter i rätt läge.
- Kontrollera regelbundet att alla bultar och vred är ordentligt åtdragna.

BROMS

För att stoppa maskinen, sluta trampa. Magnetcykeln M6993 är inte utrustad med låssystem eller nödbroms.



Lista över delar och verktyg

NUMMER	NAMN PÅ DEL	SPECIFIKATION	KVANTITET
68	SKRUV	M8*P1,25*72L	4
15	BUSSNING	φ7*φ12*25mml	1
13	SKRUV	M7*P1,0*30L	1
16	T-TYPE KNOBB	M7*P1,0*55L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	HEXAGON-VRÅNGEL	6mm*30mml*84mml	1
71	HARPUNTSBRYTARE	13.15	1
73	N-TYPE TÄNGNING	13, 14, 15	1
10	KLAMPA	f8*f19*2T	1

NUMMER	DELENS NAMN	SPECIFIKATION	KVANTITET
1	DATOR		1
2	SKRUV	M5*10L	4
3	ÖVRE KABEL	900L	1
4	BUSHING	φ20*5T*485L,STR	2
5	TÄCKLOCK	STR 7/8"	2
6	PULS-SENSOR	12B	2
7	SKRUV	M3,5*20L	2
8	STYRRINGSHJUL		1
9	PULSLINJE	700+700L	1
10	TALER SHIELD	4T	1
11	HÖLJE	7511D	1
12	PAD	f7*f12*2T	2
13	SKRUV	M7*P1.0*30L	1
14	PAD	φ7*φ12*1T	2
15	BUSSNING	f7*f12*25mml	1
16	T-FORMAD KNOPP	M7*P1.0*55L	1
17	DATORSTOLPE	45*51*1,5T*847,4L	1
18	SKRUV	M8*P1,25*16L(6m/6m	4
19	PAD	φ8*φ19*2T	9
20	PAD	f8*f19*2T	2
21	LOCK FÖR DATORSTOLPE	PS	1
22	SADEL		1
23	KAPSLING	M8	5
24	SADELSTÖD		1
25	KAPSLING	20*60 (PP)	2
26	PAD	φ8*φ16*2T	1
27	SADDLE KNOB	M8(ABS)	1
28	SADELSTOLPE	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	SADELSTOLPE ANSLUTNING	φ50.8 2700 PP	1
31	KNOPP	M16*P1,5*35L	1
32	LOWER CABLE	450L	1
33	MONTERINGSSATS		1
34	BAND	J6 400	1
35	PULLEY	φ232*6	1
36	CRANK	6"*190W(1/2")	1
37	PEDAL	1/2"	1
38	KÅPA	PVC	2
39	HUVUDLOCK L/P	PS	1
40	SKRUV	3/16" (#10) *5/8"	6
41	LAGRING	6900RS	2
42	REGULERINGSKÅPA	φ43*22.5	1
43	PAD	φ8*φ16*1t	1
44	FÄSTE	5T	1
45	SKRUV	M8*20	1
46	FJÄDER	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	MAGNET		1
48	SKRUV	M6*P1.0*16L	4
49	PAD	φ6*φ13*1t	4
50	PAD	φ6	2
51	SKRUV	M3*8L	2
52	SENSOR	300L	1
53	MOTOR	MT03	1
54	FLYGHJULSAXEL	3/8"-26*145L	1
55	LAGRING	6000RS	3
56	LITEN PULLEY	φ39*7(φ26)	1
57	BUSSNING	φ10*φ16*11,5mml	1
58	BUSSNING	φ39.3	1
59	FLYWHEEL	φ280*26W	1
60	BUSSNING	φ10*φ14*9mmL	4
61	SKRUV	3/8"-26*4.5t	4
62	KAPSLING	3/8"-26	2
63	SKRUV	3/16" (#10) *3/4"	4
64	FRÄMRE HJULKÅPA	PP	2
65	FRÄMRE STABILISATOR	60*70*1,5t*430L	1
66	BAKRE KÅPA	PP	2
67	BAKRE STABILISATOR	60*70*1,5t*430L	1
68	SKRUV	M8*P1,25*72L	4
69	ADAPTER	9V 1,0A	1
70	HEXAGON-VRÄNGEL	6mm*30mml*84mml	1
71	HARPUNTSBRYTARE	13, 15	1
72	N-TYPE TÄNGNAD	13, 14, 15	1
73	HUVUDRAM		1



Montering

➤ Steg 1.

1. Fäst den främre stabilisatorn (65) på huvudramen (73) med 2 skruvar (68) och 2 kuddar (19).
2. Fäst den bakre stabilisatorn (67) på huvudramen (73) med 2 skruvar (68) och 2 kuddar (19).

➤ Steg 2.

1. Fäst konsolerna på pedalerna.

Fäst den vänstra pedalen på den vänstra veven (37-L) och den högra pedalen (37-R) på den högra veven.

➤ Steg 3.

1. Fäst sadeln (22) på sadelstödet (24). Fäst sedan sadelstödet på sadelstolpen (28) med vredet (27) och dynan (26).
2. Fäst sadelstolpen (28) på huvudramen och säkra den med vredet.

➤ Steg 4.

1. Sätt på kåporna (21), (70) på datorstolpen (17).
2. Anslut den nedre kabeln (32) till den övre kabeln (3).
3. Placera stolpen i huvudramen och skruva fast den med skruvarna (18) och dynorna (20) och (19).

➤ Steg 5.

1. Placera ratten (8) på datorstolpen (17) och fäst sedan den övre delen med dynan (12) och skruven (13).
2. Placera bussningen (15), dynan (14) och locket (11) på T-vredet (16) och skruva fast det i underdelen.

➤ Steg 6.

1. Anslut pulssensorkabeln (9) till datorkabeln (1-1) och anslut sedan den övre kabeln (3) till datorkabeln (1-2).
2. Fäst datorn (1) på datorstolpen (17) med 4 skruvar (2).



Dator

1. När POWER-ON-knappen trycks in visas alla segment på skärmen i 1 sekund, ett enkelt pip hörs och motorn återgår till noll.
2. Om ingen ingångssignal detekteras under 4 sekunder visas "E4" på skärmen. Om START/STOP-knappen hålls intryckt i mer än 2 sekunder sker en återställning (RESET), varvid alla funktioner återgår till sitt ursprungliga läge (som efter uppstart).
3. Strömförsörjning till dator: DC 6V / 1000 mA.

Knapparnas funktioner 1.

START/STOPP:

- A. Start - för att starta enheten.
- B. Paus - för att återuppta driften, tryck igen.

2. RESET :

- A. Under parameterinställning - tryck för att återgå till huvudmenyn.
- B. Håll intryckt i 3 sekunder för att återställa inställningarna.

3. RECOVERY :

- A. Om en pulssignal detekteras, tryck på knappen för att starta RECOVERY-läget.

4. UPP :

- A. Under funktionsinställning - tryck för att öka parametervärdena.
- B. Under träning - tryck för att öka motståndsnivån.

5. DOWN:

- A. Under funktionsinställning - tryck för att minska parametervärdena.
- B. Under träning - tryck för att minska motståndsnivån.

6. MODE/ENTER:

- A. Under funktionsinställning - tryck för att bekräfta parametervärden.
- B. När du definierar användarinställningar - tryck på för att gå till nästa avsnitt.

7. MODE+RECOVERY :

- A. I huvudmenyn trycker du på i 3 sekunder för att ändra till metriskt/imperialt system.

8. ENTER+RECOVERY :

- A. Tryck i 3 sekunder för att gå in i viloläge.

Funktionsläge

Manuellt läge - grundläggande

Välj Manual mode och tryck sedan på ENTER för att bekräfta valet och ställa in motståndsnivån. Tryck på ENTER igen för att gå till nästa parameterinställning:

tid (Time)→ distans (Distance)→ kalorier (Calories)→ målpuls (Target Heart Rate). Använd knapparna UPP eller NER för att öka eller minska värdena för varje parameter. När konfigurationen är klar trycker du på START för att starta träningspasset.

Under träningen kan du när som helst ändra motståndsnivån med hjälp av knapparna UP eller DOWN.

PROGRAM-läge - inbyggda program

Välj Program-läge och tryck sedan på ENTER för att bekräfta.

Välj ett av programmen (P1-P12) med UP eller DOWN och bekräfta sedan med ENTER. Ställ in motståndsnivån och fortsätt med att konfigurera följande parametrar:

tid (Time)→ distans (Distance)→ kalorier (Calories)→ målpuls (Target Heart Rate), använd knapparna UPP eller NER för att justera värdena.

När du har gjort inställningarna trycker du på START för att starta träningspasset.

Under träningen kan du ändra motståndsnivån med hjälp av knapparna UPP eller NER.

Diagram nr (P1-P12) visar de 12 inbyggda träningsprogrammen.

Fitness-läge

Välj läget "Programme" och tryck på ENTER för att bekräfta valet. Standardtiden är inställd på 12 minuter, motstånd 6, tryck på START för att starta träningspasset.

Val av nivå

Val av nivå	Kön	Avstånd / hastighet	ÅLDER <30	AGE =30~39	AGE =40~49	AGE >50
F5	Man	DISTANCE (Avstånd)	<3,2 KM	<3KM	<2,8 HK	<2,6 HK
		SPEED (hastighet)	16hp/h	15 HK	14 HK	13 HK
	Kvinna	DISTANCE (Avstånd)	<3KM	<2,8 KM	<2,4 KM	<2,2 HP
		SPEED (hastighet)	15 HK	14 HK	12 HK	11HP
F4	Man	DISTANCE (Avstånd)	3,2~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM	2,6~3,2KM
		HASPEEDSTIGHET (hastighet)	20KM	19KM	17HP	16HP
	Kvinna	DISTANCE (Avstånd)	3~3,6KM	2,8~3,4KM	2,4~3KM	2,2~2,8KM
		SPEED (hastighet)	18KM	17HP	15HP	14HP
F3	Man	DISTANCE (Avstånd)	4~4,8KM	3,8~4,6KM	3,4~4,2KM	3,2~4 HP
		SPEED (hastighet)	24KM	23KM	21HP	20HP
	Kvinna	DISTANCE (Avstånd)	3,6~4,4KM	3,4~4KM	3~3,8KM	2,8~3,4KM
		SPEED (hastighet)	22KM	20HP	19HP	17HP
F2	Man	DISTANCE (Avstånd)	4,8~5,6KM	4,6~5,4KM	4,2~5KM	4~4,8KM
		SPEED (hastighet)	28KM	27KM	25HP	24HP
	Kvinna	DISTANCE (Avstånd)	4,4~5,4KM	4~5KM	3,8~4,6KM	3,4~4,4KM
		SPEED (hastighet)	27KM	25KM	23HP	22HP
F1	Man	DISTANCE (Avstånd)	>5,6KM	>5,4KM	>5KM	>4,8 HK
		SPEED (hastighet)	28 HK	27 HK	25 HK	24HP
	Kvinna	DISTANCE (Avstånd)	>5,4KM	>5KM	>4,6 KM	>4,4 HK
		SPEED (Hastighet)	27 HK	25 HK	23 HK	22HP

WATT-läge - konstant mätning av energiförbrukningen

Välj WATT-läge och tryck på ENTER för att bekräfta valet. Gå sedan till inställningar:

tid (Time) → distans (Distance) → kalorier (Calories) → målpuls (Target Heart Rate).

Använd knapparna UPP eller NER för att öka eller minska parametervärdena. När du har slutfört konfigurationen trycker du på START för att starta träningspasset.

Under träningen kan du ändra WATT-värdet med hjälp av knapparna UP eller DOWN. Obs: WATT-värdet är beroende av kadens (RPM): När RPM < 20 är WATT-värdet inställt på 20.

När RPM > 120 är WATT-värdet begränsat till 120.

PERSONAL-läge - Användarspecifika inställningar

Välj PERSONAL-läge och tryck sedan på ENTER för att bekräfta valet. Gå till det första av de 16 avsnitten för motståndsställning. Använd UP eller DOWN för att justera motståndsvärdet och tryck sedan på ENTER för att gå till nästa avsnitt.

När du har ställt in den 16:e sektionen trycker du på ENTER igen för att återgå till den första sektionen. Tryck slutligen på START för att starta träningspasset.

Under träningspasset kan du ändra motståndsnivån med hjälp av knapparna UP eller DOWN.

HRC-läge - Hjärtfrekvensstyrd träning

Välj HRC-läge och tryck sedan på ENTER för att bekräfta ditt val. Använd knapparna UP eller DOWN för att välja en målnivå för hjärtfrekvensen: 55%, 75%, 90%, 100%.

Gå sedan till inställningarna: tid (Time) → distans (Distance) → kalorier (Calories) → HRC. När du har slutfört inställningarna trycker du på START för att starta träningspasset.

Under träningspasset beräknas ökningen/minskningen av motståndet baserat på din pulsnivå.

Formel för målberäkning:

THR= $(220-AGE)*55\%$

THR= $(220-AGE)*75\%$

THR= $(220-AGE)*90\%$

THR= $(220-AGE)*100\%$

Under träningen beräknas ökningen/minskningen av motståndet baserat på pulsnivån.

RECOVERY-läge - Återhämtningstest

Om en pulssignal detekteras trycker du på RECOVERY-knappen för att starta återhämtningläget. Håll händerna på pulssensorerna under mätningen. Nedräkningen startar från 60 sekunder och nedåt.

När testet är klart visas poängen på en skala från 1 till 6 på skärmen, beräknad enligt följande formel: Poäng = $6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - högsta hjärtfrekvensnivå som registrerats under de första 20 sekunderna

P2 - lägsta registrerade hjärtfrekvens under de senaste 40 sekunderna Om P1 eller P2 är lika med 0 visas ERR2 på skärmen.

Läge för användardata (USER)**1. Användarinställningar**

När strömmen slås på eller en återställning utförs, går enheten automatiskt in i USER-läget för användarinställningar. Använd knapparna UPP eller NER för att välja en profil: USER0 ~ USER4 och tryck sedan på ENTER för att bekräfta valet. Ställ successivt in följande data:

- Kön
- ålder
- längd
- vikt

Beskrivning av funktion

Typ av funktion	Visningsområde	Standard inställningar	Öka/minska	Beskrivning
tid	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. När 0:00 visas kommer tiden att adderas. 2. När 1:00~99:00 visas, kommer tiden att räkna ner till 0.
Avstånd	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. När 0:00 visas kommer avståndet att läggas till. 2. När 0.1~99.5 visas, räknas avståndet nedräkning till 0.
Kalorier	0~990	0	±10	1. När 0.0 visas kommer kalorier att läggas till. 2. När 10~990 visas kommer kalorierna att räknas ned till 0.

Typ av funktion	Visningsområde	Standardinställningar	Ökning/minskning	Beskrivning
Höjd	100~200	160	±1	Metrisk enhet: CM
vikt	20~150	50	±1	Metrisk enhet: KG
Ålder	10~99	25	±1	Ålder
Användare	Användare0~Användare4	Användare0	±1	Användare
Nivå	1~24	1	±1	Motstånd motor
Watt	10~350	100	±5	Watt-värde

Ändra det metriska/imperiala systemet

I huvudmenyn trycker du samtidigt på knapparna MODE+ RECOVERY och håller dem intryckta i 3 sekunder för att komma åt enhetens inställningar. När systemet ändras (metriskt↔ imperialt) sker en automatisk återställning av enheten.

Viloläge

Enheten går in i viloläge om ingen rörelse görs eller om ingen knapp trycks in under 4 minuter. För att avsluta viloläget, tryck på valfri knapp.

Motorfel

Om ERR4 visas på displayen ska du göra följande:

- Koppla bort strömförsörjningen.
- Ta bort enhetens kåpa.
- Kontrollera kabeldragningen - kontakten kan vara lös eller kabeln skadad.

ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ

1. Перед початком тренування проконсультуйтеся з лікарем, щоб переконатися у відсутності протипоказань до використання тренажера. Консультація лікаря особливо рекомендується, якщо ви приймаєте ліки, які впливають на частоту серцевих скорочень, кров'яний тиск або рівень холестерину. Вона також необхідна людям старше 35 років і тим, хто має проблеми зі здоров'ям.
2. Завжди виконуйте розминку перед початком тренування.
3. Звертайте увагу на тривожні сигнали. Невідповідні або надмірні фізичні навантаження можуть бути небезпечними для вашого здоров'я. Якщо під час тренування ви відчуваєте головний біль або запаморочення, біль у грудях, нерегулярне серцебиття або інші тривожні симптоми, негайно припиніть тренування і проконсультуйтеся з лікарем.
4. Не підпускайте дітей і домашніх тварин до тренажера під час і після тренування.
5. Розмістіть тренажер на сухій та рівній поверхні, на відстані не менше 0,5 м від стіни. Приберіть усі гострі предмети навколо тренажера. Захистіть тренажер від вологи та вирівняйте нерівності підлоги. Рекомендується використовувати спеціальний нековзний килимок, щоб запобігти ковзанню тренажера під час тренування.
6. Перед першим використанням та через регулярні проміжки часу після нього перевіряйте надійність фіксації всіх гвинтів, штифтів та інших з'єднувальних деталей.
7. Перед початком тренування перевірте кріплення деталей і болтів, що їх з'єднують. Тренування можна розпочинати лише тоді, коли пристрій повністю справний.
8. Тренажер слід регулярно перевіряти на предмет зносу та можливих пошкоджень - тільки тоді він буде відповідати вимогам безпеки. Особливу увагу слід приділяти педалям, регулятору опору та пінопластовим ручкам, які зношуються найшвидше. Пошкоджені компоненти слід негайно відремонтувати або замінити - до цього часу тренажер не можна використовувати.
9. Не вставляйте будь-які предмети в отвори пристрою.
10. Не залишайте виступаючі елементи керування або інші частини конструкції, які можуть перешкоджати вашому руху.
11. Використовуйте тренажер лише за призначенням. Негайно припиніть тренування, якщо будь-яка деталь пошкоджена або зношена, або якщо під час використання виникають неприємні звуки. Не використовуйте тренажер до усунення несправності.
12. Займайтеся в зручному одязі та спортивному взутті. Уникайте вільного одягу, який може зачепитися за виступаючі частини тренажера або обмежити свободу рухів.
13. Тренажер відноситься до класу HC відповідно до стандарту EN ISO 20957-1 і призначений лише для домашнього використання. Його не можна використовувати в терапевтичних, реабілітаційних або комерційних цілях.
14. Будьте обережні при піднятті або перенесенні обладнання, щоб не перенапружувати хребет.
15. Виріб призначений тільки для дорослих. Діти можуть користуватися ним тільки під суворим наглядом дорослих і під власну відповідальність.
16. Під час збирання приладу суворо дотримуйтеся інструкцій, що додаються, і використовуйте тільки деталі, що входять до комплекту постачання. Перед початком збирання переконайтеся, що в комплекті є всі деталі, перелічені в переліку деталей.

ПОПЕРЕДЖЕННЯ: Прочитайте інструкцію перед використанням тренажера. Ми не несемо відповідальності за травми або пошкодження предметів, спричинені неналежним використанням цього виробу.

ТЕХНІЧНІ ДАНІ

Вага нетто: 28 кг

Маховик: 8 кг

Розміри в розкладеному вигляді: 107×50×131 см

Максимальне навантаження: 120 кг

ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

Машина розроблена таким чином, щоб вимагати від користувача мінімального технічного обслуговування. Рекомендується виконувати наступні дії:

- Використовуйте м'яку тканину для видалення бруду та пилу. Витирайте пристрій насухо після кожного використання.
- Регулярно перевіряйте, щоб ремені пристрою не були зношені та знаходились у правильному положенні.
- Регулярно перевіряйте, чи всі болти та ручки затягнуті належним чином.

ГАЛЬМУВАННЯ

Щоб зупинити машину, припиніть крутити педалі. Магнітний велосипед M6993 не обладнаний системою блокування або аварійним гальмом.



Перелік деталей та інструментів

НОМЕР	НАЗВА ЧАСТИНИ	СПЕЦИФІКАЦІЯ	КІЛЬКІСТЬ
68	ГВИНТ	M8*P1.25*72L	4
15	ВТУЛКА	ф7*ф12*25ммл	1
13	ГВИНТ	M7*P1.0*30L	1
16	КНОПКА T-TYPE	M7*P1.0*55L	1
14	НАКЛАДКА	ф7*ф12*1T	2
12	PAD	f7*f12*2T	2
19	PAD	f8*f19*2T	4
70	ШЕСТИГРАННИЙ КЛЮЧ	6мм*30ммл*84ммл	1
71	ГАРПУННИЙ КЛЮЧ	13.15	1
73	N-TYPE WRENCH	13, 14, 15	1
10	ЗАТИСКАЧ	f8*f19*2T	1

НОМЕР	НАЗВА ЧАСТИНИ	СПЕЦИФІКАЦІЯ	КІЛЬКІСТЬ
1	КОМП'ЮТЕР		1
2	ГВИНТ	M5*10L	4
3	ВЕРХНІЙ КАБЕЛЬ	900L	1
4	ВТИСКАННЯ	φ20*5T*485L,STR	2
5	ПОКРИТТЯ	STR 7/8"	2
6	ІМПУЛЬСНИЙ ДАТЧИК	12B	2
7	ГВИНТ	M3.5*20L	2
8	КЕРМОВЕ КОЛІСЦЕ		1
9	ТЯГОВА МАГІСТРАЛЬ	700+700L	1
10	ЩИТОК ТАЛЕРА	4T	1
11	КРИШКА	7511D	1
12	РАД	f7*f12*2T	2
13	ГВИНТ	M7*P1.0*30L	1
14	ПРОКЛАДКА	φ7*φ12*1T	2
15	ВТУЛКА	φ7*φ12*25ммл	1
16	Т-ПОДІБНА РУЧКА	M7 * P1.0 * 55L	1
17	КОМП'ЮТЕРНИЙ ПОСТ	45*51*1,5T*847,4Л	1
18	ГВИНТ	M8*P1.25*16L(6м/6м)	4
19	ПРОКЛАДКА	φ8*φ19*2T	9
20	РАД	f8*f19*2T	2
21	КРИШКА КОМП'ЮТЕРНОЇ СТІЙКИ	PS	1
22	СІДЛО		1
23	КЕПКА	M8	5
24	ПІДТРИМКА СІДЛА		1
25	КАП	20*60 (ПП)	2
26	РАД	φ8*φ16*2T	1
27	КНОПКА СІДЛА	M8 (ABS)	1
28	СІДЛОВИЙ ШТИР	φ38.1(D)*1.5T*500L	1
30	З'ЄДНУВАЧ СІДЕЛЬНОЇ СТІЙКИ	φ50.8 2700 PP	1
31	КНОБ	M16*P1.5*35L	1
32	НИЖНІЙ КАБЕЛЬ	450L	1
33	КОМПЛЕКТ ДЛЯ ЗБОРКИ		1
34	РЕМІНЬ	J6 400	1
35	ШКІВ	φ232*6	1
36	КРАН	6"*190W(1/2")	1
37	ПЕДАЛЬ	1/2"	1
38	КРИШКА	ПВХ	2
39	ОСНОВНА ОБКЛАДИНКА ЛП	PS	1
40	ГВИНТ	3/16" (#10) *5/8"	6
41	ПІДШИПНИК	6900RS	2
42	РЕГУЛЮЮЧИЙ КРИШКА	φ43*22.5	1
43	ПРОКЛАДКА	φ8*φ16*1t	1
44	КРОНШТЕЙН	5T	1
45	ГВИНТ	M8*20	1
46	ПРУЖИНА	0Dφ16*φ2.0*45T (65Mn)	1
47	МАГНІТ		1
48	ГВИНТ	M6*P1.0*16L	4
49	ПРОКЛАДКА	φ6*φ13*1t	4
50	РАД	φ6	2
51	ГВИНТ	M3*8L	2
52	ДАТЧИК	300L	1
53	ДВИГУН	MT03	1
54	ВІСЬ МАХОВИКА	3/8"-26*145L	1
55	ПІДШИПНИК	6000RS	3
56	МАЛИЙ ШКІВ	φ39*7(φ26)	1
57	ВТУЛКА	φ10*φ16*11.5ммл	1
58	БУШИНГ	φ39.3	1
59	МАХОВИК	φ280*26Вт	1
60	ВТУЛКА	φ10*φ14*9ммл	4
61	ГВИНТ	3/8"-26*4.5t	4
62	КРИШКА	3/8"-26	2
63	ГВИНТ	3/16" (#10) *3/4"	4
64	КРИШКА ПЕРЕДНЬОГО КОЛЕСА	ПП	2
65	ПЕРЕДНІЙ СТАБІЛІЗАТОР	60*70*1.5т*430л	1
66	ЗАДНЯ КРИШКА	ПП	2
67	ЗАДНІЙ СТАБІЛІЗАТОР	60*70*1.5т*430л	1
68	ГВИНТ	M8*P1.25*72L	4
69	АДАПТЕР	9B 1.0A	1
70	ШЕСТИГРАННИЙ КЛЮЧ	6мм*30ммл*84ммл	1
71	ГАРПУННИЙ КЛЮЧ	13, 15	1
72	N-TYPE WRENCH	13, 14, 15	1
73	ОСНОВНА РАМА		1



Збірка

➤ Крок 1.

1. Прикріпіть передній стабілізатор (65) до основної рами (73) за допомогою 2 гвинтів (68) і 2 прокладок (19).
2. Прикріпіть задній стабілізатор (67) до основної рами (73) за допомогою 2 гвинтів (68) і 2 прокладок (19).

➤ Крок 2.

1. Прикріпіть кронштейни до педалей.

Прикріпіть ліву педаль до лівого кривошипа (37-L), а праву педаль (37-R) до правого кривошипа.

➤ Крок 3.

1. Прикріпіть сидло (22) до опори сидла (24). Потім закріпіть підсідельний штир на підсідельному штирі (28) за допомогою ручки (27) та накладки (26).
2. Прикріпіть підсідельний штир (28) до основної рами і зафіксуйте його ручкою.

➤ Крок 4.

1. Одягніть кришки (21), (70) на стійку комп'ютера (17).
2. Приєднайте нижній кабель (32) до верхнього кабелю (3).
3. Помістіть стійку в основну раму і прикрутіть її за допомогою гвинтів (18) і прокладок (20) і (19).

➤ Крок 5.

1. Помістіть кермо (8) на комп'ютерну стійку (17), потім зафіксуйте верхню частину за допомогою накладки (12) і гвинта (13).
2. Встановіть втулку (15), прокладку (14) і кришку (11) на Т-подібну ручку (16) і прикрутіть її до нижньої частини.

➤ Крок 6.

1. Підключіть кабель датчика пульсу (9) до кабелю комп'ютера (1-1), потім підключіть верхній кабель (3) до кабелю комп'ютера (1-2).
2. Прикріпіть комп'ютер (1) до стійки комп'ютера (17) за допомогою 4 гвинтів (2).



Комп'ютер

1. При натисканні кнопки POWER-ON на екрані протягом 1 секунди будуть відображатися всі сегменти, пролунає один звуковий сигнал і двигун повернеться до нуля.
2. Якщо протягом 4 секунд не буде виявлено жодного вхідного сигналу, на екрані з'явиться напис "E4". Якщо натиснути і утримувати кнопку START/STOP більше 2 секунд, відбудеться RESET, який поверне всі функції до початкового стану (як після увімкнення живлення).
3. Живлення комп'ютера: DC 6V / 1000 mA.

Функції кнопок

1. START/STOP:

A. Старт - для запуску пристрою.

B. Пауза - щоб відновити роботу, натисніть ще раз.

2. RESET:

A. Під час налаштування параметрів - натисніть для повернення до головного меню.

B. Утримуйте 3 секунди для скидання налаштувань.

3. RECOVERY :

A. Якщо виявлено сигнал пульсу, натисніть кнопку для запуску режиму RECOVERY.

4. UP :

A. Під час налаштування функцій - натисніть, щоб збільшити значення параметрів.

B. Під час тренування - натисніть, щоб збільшити рівень опору.

5. DOWN :

A. Під час налаштування функцій - натисніть, щоб зменшити значення параметрів.

B. Під час тренування - натисніть, щоб зменшити рівень опору.

6. MODE/ENTER:

A. Під час налаштування функцій - натисніть для підтвердження значень параметрів.

B. Під час визначення користувацьких налаштувань - натисніть для переходу до наступного розділу.

7. MODE+RECOVERY :

A. Перебуваючи в головному меню, натисніть і утримуйте протягом 3 секунд, щоб змінити метричну/імперську систему.

8. ENTER+RECOVERY :

A. Натисніть і утримуйте протягом 3 секунд, щоб перейти в режим сну.

Ручний режим - основний

Виберіть Ручний режим, а потім натисніть ENTER, щоб підтвердити вибір і встановити рівень опору. Натисніть ENTER ще раз, щоб перейти до наступних налаштувань параметрів:

час (Time) → відстань (Distance) → калорії (Calories) → цільовий пульс (Target Heart Rate). Використовуйте кнопки UP або DOWN, щоб збільшити або зменшити значення кожного параметра. Після завершення конфігурації натисніть кнопку START, щоб розпочати тренування.

Під час тренування ви можете будь-коли змінити рівень опору за допомогою кнопок ВГОРУ або ВНИЗ.

Режим PROGRAM - вбудовані програми

Виберіть режим програми, а потім натисніть ENTER для підтвердження.

За допомогою кнопок UP або DOWN виберіть одну з програм (P1-P12), а потім натисніть ENTER, щоб підтвердити вибір. Встановіть рівень опору та перейдіть до налаштування наступних параметрів:

час (Time) → відстань (Distance) → калорії (Calories) → цільовий пульс (Target Heart Rate), використовуючи кнопки UP або DOWN для налаштування значень.

Після того, як налаштування зроблено, натисніть START, щоб розпочати тренування.

Під час тренування ви можете змінювати рівень опору за допомогою кнопок ВГОРУ або ВНИЗ.

На схемі № (P1-P12) показано 12 вбудованих тренувальних програм.

Фітнес-режим

Виберіть режим "Програма", натисніть ENTER, щоб підтвердити вибір. За замовчуванням встановлено час 12 хвилин, опір 6, натисніть START, щоб почати тренування.

Вибір рівня

Рівень	Стать	Дистанція / швидкість	ВІК <30	ВІК =30~39	ВІК =40~49	ВІК >50
F5	Чоловік	DISTANCE (Відстань)	<3.2KM	<3KM	<2.8 K.C.	<2.6 K.C.
		SPEED (Швидкість)	16 к.с./год	15 K.C.	14 K.C.	13 K.C.
	Жінка	DISTANCE (Відстань)	<3KM	<2.8KM	<2.4KM	<2.2 K.C.
		SPEED (Швидкість)	15HP	14 K.C.	12 K.C.	11HP
F4	Чоловік	DISTANCE (Відстань)	3.2~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM	2.6~3.2KM
		SPEED (Швидкість)	20KM	19KM	17HP	16HP
	Жінка	DISTANCE (Відстань)	3~3.6KM	2.8~3.4KM	2.4~3KM	2.2~2.8KM
		SPEED (Швидкість)	18KM	17HP	15 K.C.	14HP
F3	Чоловік	DISTANCE (Відстань)	4~4.8KM	3.8~4.6KM	3.4~4.2KM	3.2~4 K.C.
		SPEED (Швидкість)	24KM	23KM	21HP	20HP
	Жінка	DISTANCE (Відстань)	3.6 ~ 4.4KM	3.4~4KM	3~3.8KM	2.8~3.4KM
		SPEED (Швидкість)	22KM	20HP	19 K.C.	17HP
F2	Чоловік	DISTANCE (Відстань)	4.8~5.6KM	4.6~5.4KM	4.2~5KM	4~4.8KM
		SPEED (Швидкість)	28KM	27KM	25HP	24HP
	Жінка	DISTANCE (Відстань)	4.4~5.4KM	4~5KM	3.8~4.6KM	3.4~4.4KM
		SPEED (Швидкість)	27KM	25KM	23 K.C.	22HP
F1	Чоловік	DISTANCE (Відстань)	>5.6KM	>5.4KM	>5KM	>4.8 K.C.
		SPEED (Швидкість)	28HP	27 K.C.	25HP	24HP
	Жінка	DISTANCE (Відстань)	>5.4KM	>5KM	>4.6KM	>4.4 K.C.
		SPEED (Швидкість)	27HP	25HP	23 K.C.	22HP

Режим WATT - постійне вимірювання спожитої енергії

Виберіть режим WATT і натисніть ENTER, щоб підтвердити вибір. Потім перейдіть до налаштувань: час (Time)→ відстань (Distance)→ калорії (Calories)→ цільовий пульс (Target Heart Rate).

Використовуйте кнопки UP або DOWN для збільшення або зменшення значень параметрів. Коли ви завершите налаштування, натисніть START, щоб розпочати тренування.

Під час тренування ви можете змінювати значення WATT за допомогою кнопок ВГОРУ або ВНИЗ. Примітка: значення WATT залежить від частоти обертання педалей (RPM): Коли RPM < 20, значення WATT встановлюється на 20.

Коли RPM > 120, значення WATT обмежується 120.

ПЕРСОНАЛЬНИЙ режим - індивідуальні налаштування користувача

Виберіть ПЕРСОНАЛЬНИЙ режим, а потім натисніть ENTER, щоб підтвердити вибір. Перейдіть до першої з 16 секцій налаштування опору. За допомогою кнопок UP або DOWN відрегулюйте значення опору, а потім натисніть ENTER для переходу до наступної секції.

Після того, як ви встановили 16-й розділ, натисніть ENTER ще раз, щоб повернутися до першого розділу. Нарешті, натисніть START, щоб розпочати тренування.

Під час тренування ви можете змінювати рівень опору за допомогою кнопок ВГОРУ або ВНИЗ.

Режим HRC - тренування з контролем частоти серцевих скорочень

Виберіть режим HRC, а потім натисніть ENTER, щоб підтвердити свій вибір. За допомогою кнопок ВГОРУ або ВНИЗ виберіть цільовий рівень частоти серцебиття: 55%, 75%, 90%, 100%.

Потім перейдіть до налаштувань: час (Time)→ відстань (Distance)→ калорії (Calories)→ частота серцевих скорочень (HRC). Після завершення налаштувань натисніть START, щоб розпочати тренування.

Під час тренування збільшення/зменшення опору розраховується на основі рівня вашого пульсу.

Формула розрахунку цілі:

$$THR = (220 - AGE) * 55\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 75\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 90\%$$

$$THR = (220 - AGE) * 100\%$$

Під час тренування збільшення/зменшення опору розраховується на основі рівня пульсу.

Режим RECOVERY - Тест на відновлення

Якщо виявлено сигнал пульсу, натисніть кнопку RECOVERY, щоб запустити режим відновлення. Під час вимірювання тримайте руки на датчиках пульсу.

Відлік почнеться з 60 секунд.

Після завершення тесту на екрані відобразиться результат за шкалою від 1 до 6, розрахований за формулою: Оцінка = $6 - [(10 \times (P1 - P2)) / P1]^2$.

P1 - найвищий рівень пульсу, зафіксований у перші 20 секунд

P2 - найнижчий рівень пульсу, зафіксований за останні 40 секунд. Якщо P1 або P2 дорівнює 0, на екрані з'явиться напис ERR2.

Режим даних користувача (USER)**1. налаштування користувача**

При увімкненні живлення або скиданні налаштувань пристрій автоматично переходить в режим налаштувань користувача USER. За допомогою кнопок ВГОРУ або ВНИЗ виберіть профіль: USER0 ~ USER4, а потім натисніть ENTER для підтвердження вибору. Послідовно встановіть наступні дані:

- Стать
- Вік
- Зріст
- Вага

Опис функції

Тип функції	Діапазон відображення	Стандартні налаштування	Збільшення/зменшення	Опис
Час	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1. Коли відображається 0:00, час буде підсумовуватися. 2. Коли відображається 1:00~99:00, час буде відраховуватиметься до 0.
Відстань	0.0~99.5	0.0	±0.5	1. Коли відображається 0:00, відстань буде додано. 2. Коли відображається 0.1~99.5, відстань буде відраховуватися до 0.
Калорії	0~990	0	±10	1. Коли відображається 0.0, калорії буде додано. 2. Коли відображається 10~990, калорії будуть відраховуватися до 0.

Тип функції	Діапазон відображення	Стандартні налаштування	Збільшення/зменшення	Опис
Висота	100~200	160	± 1	Метрична одиниця: см
Вага	20~150	50	± 1	Метрична одиниця: кг
Вік	10~99	25	± 1	Вік
Користувач	User0~User4	Користувач 0	± 1	Користувач
Рівень	1~24	1	± 1	Опір двигуна
Ватт	10~350	100	± 5	Значення у ватах

Зміна метричної/імперської системи

Перебуваючи в головному меню, натисніть одночасно кнопки MODE+RECOVERY і утримуйте їх протягом 3 секунд, щоб отримати доступ до налаштувань приладу. При зміні системи (метрична ↔ англійська) відбудеться автоматичне перезавантаження пристрою.

Сплячий режим

Пристрій перейде в сплячий режим, якщо протягом 4 хвилин не буде виконано жодного руху або не буде натиснута жодна кнопка. Щоб вийти з режиму сну, натисніть будь-яку кнопку.

Помилка двигуна

Якщо на дисплеї з'являється ERR4, зробіть наступне:

- Від'єднайте джерело живлення.
- Зніміть кришку пристрою.
- Перевірте проводку - можливо, роз'єм ослаблений або кабель пошкоджений.



EN: The marking of the equipment with the crossed-out waste container symbol indicates that it is prohibited to place used electrical and electronic equipment with other waste. According to the WEEE Directive on the management of used electrical and electronic waste, separate disposal methods must be used for this type of equipment.

The user who intends to dispose of this product is obliged to take it to a collection point for used electrical and electronic equipment, thus contributing to reuse, recycling or recovery and thus to the protection of the environment. To do this, please contact the point from which the appliance was purchased or your local authority. Hazardous components contained in electronic equipment may cause long-term adverse effects on the environment, as well as harmful effects on human health.

PL: Oznakowanie sprzętu symbolem przekreślonego kontenera na odpady informuje o zakazie umieszczania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami. Zgodnie z Dyrektywą WEEE o sposobie gospodarowania zużytymi odpadami elektrycznymi i elektronicznymi, dla tego typu sprzętu należy stosować oddzielne sposoby utylizacji.

Użytkownik, który zamierza pozbyć się tego produktu, zobowiązany jest do oddania go do punktu zbierania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego, dzięki czemu przyczynia się do ponownego użycia, recyklingu, bądź odzysku, a tym samym do ochrony środowiska naturalnego. W tym celu należy skontaktować się z punktem w którym urządzenie zostało nabyte, lub z przedstawicielami władz lokalnych. Składniki niebezpieczne zawarte w sprzęcie elektronicznym mogą powodować długo utrzymujące się niekorzystne zmiany w środowisku naturalnym, jak również działać szkodliwie na zdrowie ludzi.

CZ: Označení zařízení symbolem přeškrtnutého kontejneru na odpad znamená, že je zakázáno odkládat použitá elektrická a elektronická zařízení společně s jiným odpadem. Podle směrnice WEEE o nakládání s použitým elektrickým a elektronickým odpadem je nutné pro tento typ zařízení používat oddělené metody likvidace.

Uživatel, který hodlá tento výrobek zlikvidovat, je povinen jej odevzdat na sběrném místě pro použitá elektrická a elektronická zařízení, čímž přispěje k opětovnému použití, recyklaci nebo využití, a tím i k ochraně životního prostředí. Za tímto účelem se obraťte na místo, kde byl spotřebič zakoupen, nebo na místní úřad. Nebezpečné součásti obsažené v elektronických zařízeních mohou způsobit dlouhodobé nepříznivé účinky na životní prostředí i škodlivé účinky na lidské zdraví.

DA: Mærkningen af udstyret med det overstregede affaldsbeholdersymbol angiver, at det er forbudt at anbringe brugt elektrisk og elektronisk udstyr sammen med andet affald. I henhold til WEEE-direktivet om håndtering af brugt elektrisk og elektronisk affald skal der anvendes separate bortskaffelsesmetoder for denne type udstyr.

Den bruger, der har til hensigt at bortskaffe dette produkt, er forpligtet til at aflevere det på et indsamlingssted for brugt elektrisk og elektronisk udstyr og på den måde bidrage til genbrug, genanvendelse eller genvinding og dermed til beskyttelse af miljøet. For at gøre dette skal du kontakte det sted, hvor apparatet blev købt, eller dine lokale myndigheder. Farlige komponenter i elektronisk udstyr kan forårsage langsigtede negative virkninger på miljøet samt skadelige virkninger på menneskers sundhed.

DE: Die Kennzeichnung des Geräts mit dem Symbol des durchgestrichenen Abfallbehälters zeigt an, dass es verboten ist, gebrauchte Elektro- und Elektronikgeräte zusammen mit anderem Abfall zu entsorgen. Gemäß der WEEE-Richtlinie über die Entsorgung von Elektro- und Elektronik-Altgeräten müssen für diese Art von Geräten getrennte Entsorgungsmethoden verwendet werden.

Der Benutzer, der dieses Produkt entsorgen will, ist verpflichtet, es zu einer Sammelstelle für Elektro- und Elektronik-Altgeräte zu bringen und so zur Wiederverwendung, zum Recycling oder zur Verwertung und damit zum Schutz der Umwelt beizutragen. Wenden Sie sich dazu bitte an die Stelle, bei der Sie das Gerät gekauft haben, oder an Ihre Gemeindeverwaltung. Die in elektronischen Geräten enthaltenen gefährlichen Bestandteile können langfristige negative Auswirkungen auf die Umwelt sowie schädliche Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit haben.

ES: El marcado del aparato con el símbolo del contenedor de residuos tachado indica que está prohibido depositar aparatos eléctricos y electrónicos usados junto con otros residuos. De acuerdo con la Directiva RAEE sobre la gestión de residuos eléctricos y electrónicos usados, deben utilizarse métodos de eliminación separados para este tipo de aparatos.

El usuario que pretenda deshacerse de este producto está obligado a llevarlo a un punto de recogida de aparatos eléctricos y electrónicos usados, contribuyendo así a su reutilización, reciclado o valorización y, por tanto, a la

protección del medio ambiente. Para ello, póngase en contacto con el punto donde adquirió el aparato o con las autoridades locales. Los componentes peligrosos contenidos en los equipos electrónicos pueden causar efectos adversos a largo plazo en el medio ambiente, así como efectos nocivos para la salud humana.

ET: Seadme tähistamine läbi kriipsutatud jäätmemahuti sümboliga näitab, et kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmeid on keelatud paigutada koos muude jäätmetega. Vastavalt kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmete jäätmete käitlemisele direktiivile tuleb seda tüüpi seadmete puhul kasutada eraldi kõrvaldamismeetodeid.

Kasutaja, kes kavatseb seda toodet kõrvaldada, on kohustatud viima selle kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmete kogumispunkti, aidates sellega kaasa korduvkasutamisele, ringlussevõtule või taaskasutamisele ja seega ka keskkonnakaitsele. Selleks pöörduge palun seadme ostukoha või kohaliku omavalitsuse poole. Elektroonikaseadmetes sisalduvad ohtlikud komponendid võivad avaldada pikaajalist kahjulikku mõju keskkonnale ning samuti kahjustada inimeste tervist.

FR : Le marquage de l'équipement avec le symbole de la poubelle barrée indique qu'il est interdit de placer les équipements électriques et électroniques usagés avec d'autres déchets. Conformément à la directive DEEE sur la gestion des déchets électriques et électroniques usagés, des méthodes d'élimination distinctes doivent être utilisées pour ce type d'équipement.

L'utilisateur qui a l'intention de se débarrasser de ce produit est tenu de l'apporter à un point de collecte des équipements électriques et électroniques usagés, contribuant ainsi à la réutilisation, au recyclage ou à la valorisation et donc à la protection de l'environnement. Pour ce faire, veuillez contacter le point de vente où l'appareil a été acheté ou les autorités locales. Les composants dangereux contenus dans les équipements électroniques peuvent avoir des effets néfastes à long terme sur l'environnement, ainsi que des effets nocifs sur la santé humaine.

HU: A berendezésen az áthúzott hulladéktároló szimbólummal történő jelölés azt jelzi, hogy a használt elektromos és elektronikus berendezéseket tilos más hulladékkal együtt elhelyezni. A használt elektromos és elektronikus hulladékok kezeléséről szóló WEEE-irányelv szerint az ilyen típusú berendezések esetében külön ártalmatlanítási módszereket kell alkalmazni.

Az a felhasználó, aki ezt a terméket ártalmatlanítani kívánja, köteles azt a használt elektromos és elektronikus berendezések gyűjtőhelyére vinni, hozzájárulva ezzel az újrafelhasználathoz, újrafeldolgozáshoz vagy hasznosításhoz, és ezáltal a környezet védelméhez. Ennek érdekében kérjük, forduljon a készüléket megvásárló ponthoz vagy a helyi hatósághoz. Az elektronikus berendezésekben található veszélyes összetevők hosszú távon káros hatással lehetnek a környezetre, valamint káros hatással lehetnek az emberi egészségre.

IT: La marcatura dell'apparecchiatura con il simbolo del contenitore dei rifiuti barrato indica che è vietato collocare le apparecchiature elettriche ed elettroniche usate insieme ad altri rifiuti. Secondo la direttiva RAEE sulla gestione dei rifiuti elettrici ed elettronici usati, per questo tipo di apparecchiature devono essere utilizzati metodi di smaltimento separati.

L'utente che intende smaltire questo prodotto è tenuto a portarlo in un punto di raccolta per apparecchiature elettriche ed elettroniche usate, contribuendo così al riutilizzo, al riciclaggio o al recupero e quindi alla protezione dell'ambiente. A tal fine, rivolgersi al punto vendita presso il quale è stato acquistato l'apparecchio o alle autorità locali. I componenti pericolosi contenuti nelle apparecchiature elettroniche possono causare effetti negativi a lungo termine sull'ambiente e sulla salute umana.

LT: Įrangos žymėjimas perbraukto atliekų konteinerio simboliu reiškia, kad panaudotą elektros ir elektroninę įrangą draudžiama dėti kartu su kitomis atliekomis. Pagal EEJ atliekų tvarkymo direktyvą dėl naudotų elektros ir elektroninių atliekų tvarkymo šio tipo įrangai turi būti taikomi atskiri šalinimo būdai.

Naudotojas, ketinantis atsikratyti šio gaminio, privalo jį pristatyti į naudotos elektros ir elektroninės įrangos surinkimo punktą, taip prisidedamas prie pakartotinio naudojimo, perdirbimo ar utilizavimo ir taip saugodamas aplinką. Norėdami tai padaryti, kreipkitės į punktą, kuriame prietaisas buvo įsigytas, arba į vietos valdžios instituciją. Elektroninėje įrangoje esantys pavojingi komponentai gali sukelti ilgalaikį neigiamą poveikį aplinkai, taip pat žalingą poveikį žmonių sveikatai.

LV: Iekārtas marķējums ar pārsvītrotā atkritumu konteinerā simbolu norāda, ka nolietais elektriskās un elektroniskās iekārtas ir aizliegts novietot kopā ar citiem atkritumiem. Saskaņā ar EEIA direktīvu par nolietais elektrisko un elektronisko iekārtu atkritumu apsaimniekošanu šāda veida iekārtām jāizmanto atsevišķas iznīcināšanas metodes.

Lietotājam, kurš vēlas atbrīvoties no šī produkta, ir pienākums to nogādāt nolietais elektrisko un elektronisko iekārtu savākšanas punktā, tādējādi veicinot atkārtotu izmantošanu, pārstrādi vai reģenerāciju un tādējādi vides aizsardzību. Lai to izdarītu, lūdzu, sazināties ar punktu, kurā ierīce tika iegādāta, vai ar vietējo pašvaldību. Elektroniskajās iekārtās esošās bīstamās sastāvdaļas var radīt ilgtermiņa nelabvēlīgu ietekmi uz vidi, kā arī kaitīgu ietekmi uz cilvēka veselību.

NL: De markering van de apparatuur met het symbool van de doorgekruiste afvalcontainer geeft aan dat het verboden is om gebruikte elektrische en elektronische apparatuur bij ander afval te plaatsen. Volgens de WEEE-richtlijn betreffende het beheer van afgedankte elektrische en elektronische apparatuur moeten aparte verwijderingsmethoden worden gebruikt voor dit type apparatuur.

De gebruiker die van plan is om dit product weg te gooien, is verplicht om het naar een inzamelpunt voor gebruikte elektrische en elektronische apparatuur te brengen en zo bij te dragen aan hergebruik, recycling of terugwinning en dus aan de bescherming van het milieu. Neem hiervoor contact op met het punt waar u het apparaat hebt gekocht of met uw gemeente. Gevaarlijke onderdelen in elektronische apparatuur kunnen op lange termijn schadelijke gevolgen hebben voor het milieu en de menselijke gezondheid.

PT: A marcação do equipamento com o símbolo de contentor de resíduos riscado indica que é proibido colocar equipamentos eléctricos e electrónicos usados juntamente com outros resíduos. De acordo com a Diretiva REEE relativa à gestão de resíduos eléctricos e electrónicos usados, devem ser utilizados métodos de eliminação separados para este tipo de equipamento.

O utilizador que pretenda desfazer-se deste produto é obrigado a levá-lo a um ponto de recolha de equipamentos eléctricos e electrónicos usados, contribuindo assim para a reutilização, reciclagem ou recuperação e, consequentemente, para a protecção do ambiente. Para tal, contacte o ponto de recolha onde o aparelho foi adquirido ou a sua autoridade local. Os componentes perigosos contidos nos equipamentos electrónicos podem causar efeitos adversos a longo prazo no ambiente, bem como efeitos nocivos para a saúde humana.

RO: Marcarea echipamentului cu simbolul containerului de deșeuri barat indică faptul că este interzisă plasarea echipamentelor electrice și electronice uzate împreună cu alte deșeuri. În conformitate cu Directiva DEEE privind gestionarea deșeurilor electrice și electronice uzate, pentru acest tip de echipament trebuie utilizate metode separate de eliminare.

Utilizatorul care intenționează să elimine acest produs este obligat să îl ducă la un punct de colectare a echipamentelor electrice și electronice uzate, contribuind astfel la reutilizare, reciclare sau recuperare și, astfel, la protecția mediului. Pentru a face acest lucru, vă rugăm să contactați punctul de la care a fost achiziționat aparatul sau autoritatea locală. Componentele periculoase conținute în echipamentele electronice pot provoca efecte negative pe termen lung asupra mediului, precum și efecte nocive asupra sănătății umane.

SK: Označenie zariadenia symbolom preškrtnutého kontajnera na odpad znamená, že je zakázané umiestňovať použité elektrické a elektronické zariadenia spolu s iným odpadom. Podľa smernice WEEE o nakladaní s použitým elektrickým a elektronickým odpadom sa pre tento typ zariadenia musia používať oddelené metódy likvidácie.

Používateľ, ktorý má v úmysle zlikvidovať tento výrobok, je povinný odovzdať ho na zberné miesto použitých elektrických a elektronických zariadení, čím prispeje k opätovnému použitiu, recyklácii alebo zhodnoteniu, a tým aj k ochrane životného prostredia. Za týmto účelom sa obráťte na miesto, kde bol spotrebič zakúpený, alebo na miestny úrad. Nebezpečné komponenty obsiahnuté v elektronických zariadeniach môžu spôsobiť dlhodobé nepriaznivé účinky na životné prostredie, ako aj škodlivé účinky na ľudské zdravie.

SL: Oznaka opreme s simbolom prečrtanega zabojsnika za odpadke pomeni, da je prepovedano odlagati izrabljeno električno in elektronsko opremo med druge odpadke. V skladu z Direktivo OEEO o ravnanju z izrabljenimi električnimi in elektronskimi odpadki je treba za to vrsto opreme uporabljati ločene metode odstranjevanja.

Uporabnik, ki namerava ta izdelek odstraniti, ga mora odnesti na zbirno mesto za rabljeno električno in elektronsko opremo ter tako prispevati k ponovni uporabi, recikliranju ali predelavi in s tem k varovanju okolja. V ta namen se obrnite na točko, kjer je bila naprava kupljena, ali na lokalne oblasti. Nevarne komponente, ki jih vsebuje elektronska oprema, lahko povzročijo dolgoročne škodljive vplive na okolje in tudi škodljive vplive na zdravje ljudi.

SV: Märkningen av utrustningen med den överkorsade symbolen för avfallsbehållare anger att det är förbjudet att placera begagnad elektrisk och elektronisk utrustning tillsammans med annat avfall. Enligt WEEE-direktivet om hantering av använt elektriskt och elektroniskt avfall måste separata metoder för avfallshantering användas för denna typ av utrustning.

Den användare som avser att göra sig av med denna produkt är skyldig att lämna den till en samlingsplats för begagnad elektrisk och elektronisk utrustning och på så sätt bidra till återanvändning, återvinning eller återvinning och därmed till skyddet av miljön. För att göra detta, vänligen kontakta den plats där apparaten köptes eller din lokala myndighet. Farliga komponenter som ingår i elektronisk utrustning kan orsaka långsiktiga negativa effekter på miljön och skadliga effekter på människors hälsa.

UK: Маркування обладнання символом перекресленого контейнера для відходів вказує на те, що відпрацьоване електричне та електронне обладнання заборонено викидати разом з іншими відходами. Відповідно до Директиви WEEE про управління використаними електричними та електронними відходами, для цього типу обладнання повинні використовуватися окремі методи утилізації.

Користувач, який має намір утилізувати цей виріб, зобов'язаний здати його в пункт прийому відпрацьованого електричного та електронного обладнання, сприяючи таким чином повторному використанню, переробці або відновленню і, таким чином, захисту навколишнього середовища. Для цього, будь ласка, зверніться до магазину, в якому було придбано прилад, або до місцевої влади. Небезпечні компоненти, що містяться в електронному обладнанні, можуть спричинити довгостроковий негативний вплив на навколишнє середовище, а також шкідливий вплив на здоров'я людини.

GUARANTEE CARD

Article name:.....

EAN code:.....

Date of sale:

GUARANTEE TERMS:

1. The Seller, on behalf of the Guarantor, provides a guarantee in the territory of the Republic of Poland for a period of 24 months from the date of sale.
2. The guarantee will be honoured by the shop or service centre upon presentation by the customer:
 - a legibly and correctly completed warranty card with the sales stamp and the seller's signature,
 - a valid proof of purchase of the equipment with the date of sale / receipt, the goods claimed.
3. Any defects and damage discovered during the warranty period will be repaired free of charge within a maximum of 21 days from the date of delivery of the goods to the service.
4. In the case of the necessity to import parts, the repair period may be extended by the time necessary for their import, but not longer than 90 days.
5. The warranty does not cover:
 - mechanical damage and defects caused by them,
 - damages and defects resulting from improper use and storage,
 - improper assembly and maintenance,
 - damage and wear of components such as cables, straps, rubber parts, pedals, sponge grips, wheels, bearings, etc.
6. The warranty is void in the event of:
 - expiry date,
 - self-repair,
 - failure to observe the rules of correct operation.
7. Product returned for repair should be complete and clean. In the case of defects the service has the right to refuse acceptance for repair. If the product is delivered dirty, the service centre may refuse to accept it or clean it at the customer's expense with his written consent.
8. The warranty does not cover installation and maintenance work, which, according to the user manual, must be carried out by the user himself.
9. The guarantor also informs that it provides post-warranty service.
10. The goods should be protected for shipping.
11. In order to make use of the warranty, please follow the procedure on the website: <https://serwis.abisal.pl/>.

In case of non-conformity of the sold thing with the contract, the buyer is entitled by law to legal remedies from and at the expense of the seller. The guarantee does not affect such remedies.

THE EQUIPMENT IS NOT INTENDED FOR REHABILITATION AND THERAPY

NOTES ON THE COURSE OF REPAIRS

Item	Date of notification	Date of provision	Course of repairs	Signature of the recipient (shop, owner)

KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu:.....
Kod EAN:.....
Data sprzedaży:.....

WARUNKI GWARANCJI:

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium RP na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
 - czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczęcią sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy,
 - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży / rachunku, reklamowanego towaru.
3. Ewentualne wady i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do serwisu.
4. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres naprawy może się wydłużyć o czas niezbędny do ich sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 90 dni.
5. Gwarancją nie są objęte:
 - uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
 - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania,
 - niewłaściwy montaż i konserwacja,
 - uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska itp.
6. Gwarancja traci ważność w przypadku:
 - upływu terminu ważności,
 - samodzielnych napraw,
 - nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji.
7. Produkt oddany do naprawy powinien być kompletny i czysty. W przypadku stwierdzenia braków serwis ma prawo odmówić przyjęcia do naprawy. W przypadku dostarczenia brudnego produktu serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
8. Gwarancją nie są objęte czynności związane z montażem, konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
9. Gwarant informuje również, że prowadzi serwis pogwarancyjny.
10. Towar powinien być zabezpieczony do wysyłki.
11. W celu skorzystania z gwarancji, przestrzegaj procedury zamieszonej na stronie internetowej:
<https://serwis.abisal.pl/>

W przypadku braku zgodności rzeczy sprzedanej z umową kupującemu z mocy prawa przysługują środki ochrony prawnej ze strony i na koszt sprzedawcy. Gwarancja nie ma wpływu na te środki ochrony prawnej.

SPRZĘT NIE JEST PRZEZNACZONY DO UŻYTKU W CELACH REHABILITACYJNYCH I TERAPEUTYCZNYCH.

ADNOTACJE O PRZEBIEGU NAPRAW

L.p.	Data zgłoszenia	Data wydania	Przebieg napraw	Podpis odbierającego (sklep, właściciel)

ZÁRUČNÍ LIST

Název produktu:.....

EAN kód:.....

Datum prodeje:.....

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY:

1. Prodávající jménem Ručitele poskytuje záruku na území Polské republiky na dobu 24 měsíců od data prodeje.
2. Záruka bude uznána prodejnou nebo servisním střediskem po předložení zákazníkem:
 - čitelně a správně vyplněný záruční list s prodejním razítkem a podpisem prodávajícího,
 - platný doklad o koupi zařízení s datem prodeje/příjmu, reklamované zboží.
3. Veškeré závady a poškození zjištěné v záruční době budou bezplatně odstraněny nejpozději do 21 dnů ode dne doručení zboží do servisu.
4. V případě nutnosti dovozu dílů může být doba opravy prodloužena o dobu nutnou k jejich dovozu, nejdéle však o 90 dnů.
5. Záruka se nevztahuje na:
 - mechanická poškození a jimi způsobené závady,
 - poškození a závady vzniklé v důsledku nesprávného používání a skladování,
 - nesprávné montáže a údržby,
 - poškození a opotřebení součástí, jako jsou kabely, řemínky, gumové díly, pedály, houbové rukojeti, kola, ložiska atd.
6. Záruka zaniká v případě:
 - datum vypršení platnosti,
 - samoopravy,
 - nedodržení pravidel správného provozu.
7. Výrobek vrácený k opravě by měl být kompletní a čistý. V případě závad má servis právo odmítnout přijetí do opravy. Pokud je výrobek dodán znečištěný, může jej servisní středisko s písemným souhlasem zákazníka odmítnout přijmout nebo jej na jeho náklady vyčistit.
8. Záruka se nevztahuje na instalační a údržbářské práce, které si podle návodu k obsluze musí uživatel provádět sám.
9. Garant dále informuje, že poskytuje pozáruční servis.
10. Zboží by mělo být chráněno pro přepravu.
11. Pro uplatnění záruky postupujte podle postupu na internetových stránkách: <https://serwis.abisal.pl/>.

Pokud zboží neodpovídá smlouvě, má kupující ze zákona nárok na zajištění právní ochrany na náklady prodávajícího. Záruka nemá na tyto zákonné opravné prostředky vliv.

ZAŘÍZENÍ NENÍ URČENO K POUŽITÍ PRO RAHABILITAČNÍ A TERAPEUTICKÉ ÚČELY.

UPOZORNĚNÍ O OPRAVĚ

Č.	Datum nahlášení	Datum vydání	Průběh oprav	Podpis příjemce (obchod, majitel)

GARANTI-KORT

Artikelnavn:.....
EAN-kode:.....
Dato for salg:.....

GARANTIBETINGELSER:

1. Sælgeren yder på vegne af garantistilleren en garanti på Republikken Polens område i en periode på 24 måneder fra salgsdatoen.
2. Garantien vil blive overholdt af butikken eller servicecentret, når kunden fremviser
 - et letlæseligt og korrekt udfyldt garantikort med salgstempel og sælgers underskrift,
 - et gyldigt købsbevis for udstyret med salgsdato/kvittering, de varer, der gøres krav på.
3. Eventuelle fejl og skader, der opdages i garantiperioden, vil blive repareret gratis inden for højst 21 dage fra datoen for levering af varerne til service.
4. I tilfælde af nødvendigheden af at importere dele, kan reparationsperioden forlænges med den tid, der er nødvendig for deres import, men ikke længere end 90 dage.
5. 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 komponenter som kabler, stropper, gummideler, pedaler, svampegreb, hjul, lejer osv.
6. Garantien bortfalder i tilfælde af:
 - udløbsdato,
 - selvreparation,
 - manglende overholdelse af reglerne for korrekt betjening.
7. Produktet, der returneres til reparation, skal være komplet og rent. I tilfælde af defekter har servicecentret ret til at nægte at modtage produktet til reparation. Hvis produktet leveres snavset, kan servicecentret nægte at modtage det eller rengøre det for kundens regning med dennes skriftlige samtykke.
8. Garantien dækker ikke installations- og vedligeholdelsesarbejde, som i henhold til brugervejledningen skal udføres af brugeren selv.
9. Garantigiveren oplyser også, at den yder service efter garantien.
10. Varerne skal beskyttes ved forsendelse.
11. For at gøre brug af garantien skal du følge proceduren på hjemmesiden: <https://serwis.abisal.pl/>.

I tilfælde af den solgte tings manglende overensstemmelse med kontrakten har køberen ifølge loven ret til retsmidler fra og på bekostning af sælgeren. Garantien påvirker ikke sådanne retsmidler.

UDSTYRET ER IKKE BEREGNET TIL GENOPTRÆNING OG TERAPI

BEMÆRKNINGER TIL REPARATIONSFORLØBET

Emne	Dato for notificacion	Dato for levering	Forløb af reparationer	Modtagerens underskrift (butik, ejer)

GARANTIEKARTE

Artikelname:.....

EAN-Code:.....

Verkaufsdatum:.....

GARANTIEBEDINGUNGEN:

1. Der Verkäufer übernimmt im Namen des Garantiegebers eine Garantie auf dem Gebiet der Republik Polen für einen Zeitraum von 24 Monaten ab dem Verkaufsdatum.
2. Die Garantie wird von der Verkaufsstelle oder dem Servicecenter bei Vorlage des Kunden gewährt:
 - eine leserlich und korrekt ausgefüllte Garantiekarte mit dem Verkaufsstempel und der Unterschrift des Verkäufers,
 - einen gültigen Kaufbeleg für das Gerät mit dem Datum des Verkaufs/der Quittung, die reklamierte Ware.
3. Alle während der Garantiezeit festgestellten Mängel und Schäden werden innerhalb von maximal 21 Tagen ab dem Datum der Übergabe der Ware an den Service kostenlos behoben.
4. Im Falle der Notwendigkeit, Teile zu importieren, kann die Reparaturfrist um die Zeit, die für den Import erforderlich ist, verlängert werden, jedoch nicht länger als 90 Tage.
5. Die Garantie erstreckt sich nicht auf:
 - mechanische Schäden und dadurch verursachte Mängel,
 - Schäden und Mängel, die auf unsachgemäße Verwendung und Lagerung zurückzuführen sind,
 - unsachgemäße Montage und Wartung,
 - Schäden und Verschleiß an Komponenten wie Kabeln, Riemen, Gummiteilen, Pedalen, Schwammgriffen, Rädern, Lagern usw.
6. Die Garantie erlischt im Falle von:
 - Verfallsdatum,
 - Selbstreparatur,
 - Nichtbeachtung der Regeln für den korrekten Betrieb.
7. Das zur Reparatur eingesandte Produkt muss vollständig und sauber sein. Im Falle von Mängeln hat der Service das Recht, die Annahme zur Reparatur zu verweigern. Wird das Produkt verschmutzt angeliefert, kann der Kundendienst die Annahme verweigern oder es auf Kosten des Kunden mit dessen schriftlicher Zustimmung reinigen.
8. Die Garantie erstreckt sich nicht auf Installations- und Wartungsarbeiten, die laut Gebrauchsanweisung vom Benutzer selbst durchgeführt werden müssen.
9. Die Garantiegeberin weist darauf hin, dass sie auch einen Nachgarantieservice anbietet.
10. Die Ware sollte für den Versand geschützt werden.
11. Um die Garantie in Anspruch zu nehmen, befolgen Sie bitte das Verfahren auf der Website: <https://serwis.abisal.pl/>.

Im Falle der Nichtübereinstimmung des verkauften Gegenstandes mit dem Vertrag stehen dem Käufer Rechtsbehelfe auf Kosten des Verkäufers zu. Die Garantie beeinflusst diese Rechtsbehelfe nicht.

DAS GERÄT IST NICHT ZUR VERWENDUNG ZUR REHABILITATION UND THERAPEUTISCHEN ZWECKEN BESTIMMT

VERMERKE ÜBER DEN VERLAUF DER REPARATUREN

Lfd. Nr.	Datum der Anmeldung	Datum der Ausgabe	Verlauf der Reparaturen	Unterschrift des Empfängers (Laden, Eigentümer)

TARJETA DE GARANTÍA

Nombre del artículo:.....

Código EAN:.....

Fecha de venta:.....

CONDICIONES DE GARANTÍA:

1. El Vendedor, en nombre del Garante, ofrece una garantía en el territorio de la República de Polonia por un período de 24 meses a partir de la fecha de venta.
2. La garantía será respetada por la tienda o centro de servicio previa presentación por parte del cliente
 - una tarjeta de garantía cumplimentada de forma legible y correcta con el sello de venta y la firma del vendedor,
 - una prueba válida de compra del equipo con la fecha de venta / recibo, los bienes reclamados.
3. Los defectos y daños descubiertos durante el periodo de garantía serán reparados gratuitamente en un plazo máximo de 21 días a partir de la fecha de entrega de la mercancía al servicio.
4. En el caso de que sea necesario importar piezas, el periodo de reparación podrá ampliarse por el tiempo necesario para su importación, pero no superior a 90 días.
5. La garantía no cubre:
 - daños mecánicos y defectos causados por ellos,
 - daños y defectos derivados de un uso y almacenamiento inadecuados,
 - montaje y mantenimiento inadecuados,
 - daños y desgaste de componentes como cables, correas, piezas de goma, pedales, puños de esponja, ruedas, rodamientos, etc.
6. La garantía quedará anulada en caso de:
 - caducidad,
 - autoreparación,
 - incumplimiento de las normas de correcto funcionamiento.
7. El producto devuelto para su reparación debe estar completo y limpio. En caso de defectos, el servicio tiene derecho a negarse a aceptarlo para su reparación. Si el producto se entrega sucio, el centro de servicio puede negarse a aceptarlo o limpiarlo a expensas del cliente con su consentimiento por escrito.
8. La garantía no cubre los trabajos de instalación y mantenimiento que, según el manual de instrucciones, debe realizar el propio usuario.
9. El garante informa también de que presta servicio post garantía.
10. La mercancía debe estar protegida para su envío.
11. Para hacer uso de la garantía, siga el procedimiento indicado en la página web: <https://serwis.abisal.pl/>.

En caso de falta de conformidad de la cosa vendida con el contrato, el comprador tiene derecho por ley a los remedios legales de y a expensas del vendedor. La garantía no afecta a dichos recursos.

EL EQUIPO NO ESTÁ DESTINADO A REHABILITACIÓN Y TERAPIA

NOTAS SOBRE EL CURSO DE LAS REPARACIONES

Artículo	Fecha de notificación	Fecha de provision	Curso de la reparación	Firma del destinatario (tienda, propietario)

GARANTEEKAART

Artikli nimi:.....
EAN-kood:.....
Müügikuupäev:

GARANTIITINGIMUSED:

1. Müüja annab Garandi nimel garantii Poola Vabariigi territooriumil 24 kuu jooksul alates müügikuupäevast.
2. Kauplus või teeninduskeskus täidab garantii kliendi esitamisel:
 - loetavalt ja korrektselt täidetud garantiikaart koos müügitempliga ja müüja allkirjaga,
 - kehtivat tõendit seadme ostu kohta koos müügikuupäevaga / kviitungiga, taotletud kaupu.
3. Garantiiperioodi jooksul avastatud defektid ja kahjustused parandatakse tasuta maksimaalselt 21 päeva jooksul alates kauba teenindusse üleandmise kuupäevast.
4. Kui on vaja importida varuosasid, võib remondiperioodi pikendada nende importimiseks vajaliku aja võrra, kuid mitte kauem kui 90 päeva.
5. Garantii ei hõlma:
 - mehaanilisi kahjustusi ja nende põhjustatud defekte,
 - vigastusi ja defekte, mis tulenevad ebaõigest kasutamisest ja ladustamisest,
 - ebaõige kokkupanek ja hooldus,
 - selliste komponentide nagu kaablid, rihmad, kummiosad, pedaaliid, käsnaad, rattaa, laagrid jne kahjustused ja kulumine.
6. Garantii kaotab kehtivuse juhul, kui:
 - kehtivuse lõppemise kuupäev,
 - eneseparandus,
 - õige kasutamise reeglite eiramine.
7. Remondiks tagastatud toode peab olema täielik ja puhas. Defektide korral on teenindusel õigus keelduda remondiks vastuvõtmisest. Kui toode on tarnitud määrduud, võib teeninduskeskus keelduda selle vastuvõtmisest või puhastada selle kliendi kulul tema kirjalikul nõusolekul.
8. Garantii ei hõlma paigaldus- ja hooldustõid, mida vastavalt kasutusjuhendile peab kasutaja ise tegema.
9. Garantii andja teavitab ka sellest, et ta pakub garantijärgset hooldust.
10. Kaup tuleb transportimiseks kaitsta.
11. Garantii kasutamiseks järgige palun veebilehel <https://serwis.abisal.pl/> toodud menetlust.

Ostjal on seadusest tulenevalt õigus saada müüjalt ja müüja kulul õiguskaitsevahendeid müüduu asja mittevastavuse korral. Garantii ei mõjuta neid õiguskaitsevahendeid.

SEADE EI OLE ETTE NÄHTUD TAASTUSRAVIKS JA TERAAPIAKS.

MÄRKUSED REMONDI KÄIGU KOHTA

Punkti	Teatamise kuupäevate of	Andmete esitamise kuupäev	Remondi käik	Vastuvõtja allkiri (kauplus, omanik)

CARTE DE GARANTIE

Nom de l'article:.....

Code EAN:.....

Date de vente:

CONDITIONS DE GARANTIE:

1. 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.
2. La garantie sera honorée par le magasin ou le centre de service sur présentation par le client :
 - d'une carte de garantie lisiblement et correctement remplie, portant le cachet de la vente et la signature du vendeur,
 - d'une preuve d'achat valide de l'équipement avec la date de la vente/du reçu, des biens faisant l'objet de la réclamation.
3. Les défauts et dommages constatés pendant la période de garantie seront réparés gratuitement dans un délai maximum de 21 jours à compter de la date de livraison des marchandises au service.
4. S'il est nécessaire d'importer des pièces, la période de réparation peut être prolongée du temps nécessaire à leur importation, mais pas plus de 90 jours.
5. La garantie ne couvre pas
 - les dommages mécaniques et les défauts causés par ceux-ci,
 - les dommages et défauts résultant d'une utilisation et d'un stockage inappropriés,
 - d'un montage et d'un entretien incorrects,
 - les dommages et l'usure des composants tels que les câbles, les sangles, les pièces en caoutchouc, les pédales, les poignées en éponge, les roues, les roulements, etc.
6. La garantie est annulée en cas de :
 - date d'expiration,
 - d'autoréparation,
 - de non-respect des règles de bon fonctionnement.
7. Le produit retourné pour réparation doit être complet et propre. En cas de défauts, le service a le droit de refuser l'acceptation pour réparation. Si le produit est livré sale, le centre de service peut refuser de l'accepter ou le nettoyer aux frais du client avec son accord écrit.
8. La garantie ne couvre pas les travaux d'installation et d'entretien qui, selon le manuel d'utilisation, doivent être effectués par l'utilisateur lui-même.
9. Le garant informe également qu'il fournit un service post-garantie.
10. Les marchandises doivent être protégées pour l'expédition.
11. Pour faire jouer la garantie, veuillez suivre la procédure décrite sur le site web : <https://serwis.abisal.pl/>.

En cas de non-conformité de la chose vendue au contrat, l'acheteur a droit, en vertu de la loi, à des réparations légales de la part du vendeur et à ses frais. La garantie n'affecte pas ces recours.

L'APPAREIL N'EST PAS DESTINÉ À LA RÉÉDUCATION ET À LA THÉRAPIE

NOTES SUR LE DÉROULEMENT DES RÉPARATIONS

Article	Date de notification	Date de mise à disposition	Déroulement des réparations	Signature du destinataire (atelier, propriétaire)

GARANCIA KÁRTYA

Cikk neve:.....
EAN-kód:.....
Az értékesítés dátuma:.....

GARANCIÁLIS FELTÉTELEK:

1. Az Eladó a Garanciovállaló nevében a Lengyel Köztársaság területén az eladástól számított 24 hónapos időtartamra garanciát vállal.
2. A garanciát az üzlet vagy a szervizközpont a vásárló bemutatásakor teljesíti:
 - egy olvashatóan és helyesen kitöltött, az eladói bélyegzővel és az eladó aláírásával ellátott jótállási jegyet,
 - a berendezés vásárlásáról szóló érvényes bizonylatot az eladás dátumával / nyugtával, az igényelt árut.
3. A jótállási idő alatt felfedezett hibákat és károkat az áru szervizbe való beérkezésétől számított legfeljebb 21 napon belül díjmentesen kijavítják.
4. Abban az esetben, ha alkatrészek behozatalára van szükség, a javítási időszak meghosszabbítható a behozatalukhoz szükséges idővel, de legfeljebb 90 nappal.
5. A garancia nem terjed ki:
 - mechanikai sérülésekre és az általuk okozott hibákra,
 - a nem megfelelő használatból és tárolásból eredő károkat és hibákat,
 - nem megfelelő összeszerelés és karbantartás,
 - az alkatrészek, például kábelek, szíjak, gumi alkatrészek, pedálok, szivacsmarkolatok, kerekek, csapágyak stb. sérülése és kopása.
6. A garancia érvényét veszti abban az esetben, ha:
 - lejáratí idő,
 - önjavítás,
 - a helyes működés szabályainak be nem tartása.
7. A javításra visszaküldött terméknek teljesnek és tisztának kell lennie. Hibák esetén a szerviznek joga van megtagadni a javításra történő átvételt. Ha a terméket szennyezetten szállítják, a szerviz a vevő írásbeli hozzájárulásával megtagadhatja az átvételt, vagy a vevő költségére megtisztíthatja azt.
8. A garancia nem terjed ki a telepítési és karbantartási munkákra, amelyeket a használati útmutató szerint a felhasználónak magának kell elvégeznie.
9. A garanciovállaló tájékoztat arról is, hogy garanciát követő szervizszolgáltatást nyújt.
10. Az árut a szállításhoz védeni kell.
11. A garancia igénybeviteléhez kérjük, kövesse a weboldalon található eljárást: <https://serwis.abisal.pl/>.

Az eladott dolog szerződésnek való meg nem felelése esetén a vevő a törvény szerint jogosult jogorvoslatra az eladótól és annak költségére. A garancia nem érinti ezeket a jogorvoslati lehetőségeket.

A BERENDEZÉS NEM REHABILITÁCIÓS ÉS TERÁPIÁS CÉLOKRA SZOLGÁL.

A JAVÍTÁS MENETÉRE VONATKOZÓ MEGJEGYZÉSEK

Tétel	A bejelentés dátuma	A szolgáltatás időpontja	A javítás menete	A címzett aláírása (üzlet, tulajdonos)

CARTA DI GARANZIA

Nome dell'articolo:.....

Codice EAN:.....

Data di vendita:

TERMINI DI GARANZIA:

1. Il Venditore, per conto del Garante, fornisce una garanzia nel territorio della Repubblica di Polonia per un periodo di 24 mesi dalla data di vendita.
2. La garanzia sarà onorata dal negozio o dal centro di assistenza dietro presentazione da parte del cliente di:
 - una scheda di garanzia compilata in modo leggibile e corretto con il timbro di vendita e la firma del venditore,
 - una prova d'acquisto valida dell'apparecchiatura con la data di vendita/ricezione, la merce reclamata.
3. Eventuali difetti e danni riscontrati durante il periodo di garanzia saranno riparati gratuitamente entro un massimo di 21 giorni dalla data di consegna della merce al servizio.
4. Nel caso in cui sia necessario importare parti di ricambio, il periodo di riparazione può essere prolungato del tempo necessario per la loro importazione, ma non oltre i 90 giorni.
5. La garanzia non copre:
 - danni meccanici e difetti da essi causati,
 - danni e difetti derivanti da uso e conservazione impropri,
 - montaggio e manutenzione impropri,
 - danni e usura di componenti quali cavi, cinghie, parti in gomma, pedali, impugnature in spugna, ruote, cuscinetti, ecc.
6. La garanzia decade in caso di:
 - scadenza,
 - auto-riparazione,
 - mancato rispetto delle regole di corretto funzionamento.
7. Il prodotto restituito per la riparazione deve essere completo e pulito. In caso di difetti, il servizio di assistenza ha il diritto di rifiutare l'accettazione per la riparazione. Se il prodotto viene consegnato sporco, il centro di assistenza può rifiutarlo o pulirlo a spese del cliente con il suo consenso scritto.
8. La garanzia non copre i lavori di installazione e manutenzione che, secondo il manuale d'uso, devono essere eseguiti dall'utente stesso.
9. Il garante informa inoltre che fornisce assistenza post-garanzia.
10. La merce deve essere protetta per la spedizione.
11. Per avvalersi della garanzia, seguire la procedura indicata sul sito web: <https://serwis.abisal.pl/>.

In caso di non conformità della cosa venduta al contratto, l'acquirente ha diritto per legge a rimedi legali da parte del venditore e a spese di quest'ultimo. La garanzia non pregiudica tali rimedi.

L'APPARECCHIATURA NON È DESTINATA ALLA RIABILITAZIONE E ALLA TERAPIA

NOTE SUL CORSO DELLE RIPARAZIONI

Oggetto	Data di notifica	Data della fornitura	Corso delle riparazioni	Firma del destinatario (negozio, proprietario)

GARANTIJOS KORTELĖ

Straipsnio pavadinimas:.....

EAN kodas:.....

Pardavimo data:

GARANTIJOS SĄLYGOS

1. Pardavėjas Garanto vardu suteikia garantiją Lenkijos Respublikos teritorijoje 24 mėnesių laikotarpiui nuo pardavimo dienos.
2. Parduotuvė arba aptarnavimo centras garantiją įvykdys pirkėjui ją pateikus:
 - įskaitomai ir teisingai užpildytą garantijos kortelę su pardavimo antspaudu ir pardavėjo parašu,
 - galiojantį įrangos įsigijimo įrodymą su pardavimo data / kvitu, pretenduojamą prekę.
3. Visi garantiniu laikotarpiu nustatyti defektai ir pažeidimai bus nemokamai pašalinti ne vėliau kaip per 21 dieną nuo prekių pristatymo į servisą dienos.
4. Jei reikia importuoti detales, remonto laikotarpis gali būti pratęstas jų importui reikalingam laikui, bet ne ilgiau kaip 90 dienų.
5. Garantija netaikoma:
 - mechaniniams pažeidimams ir jų sukeltiems defektams,
 - pažeidimams ir defektams, atsiradusiems dėl netinkamo naudojimo ir laikymo,
 - netinkamo surinkimo ir priežiūros,
 - tokių sudedamųjų dalių, kaip trosai, dirželiai, guminės dalys, pedalai, kempininės rankenos, ratai, guoliai ir pan., pažeidimams ir nusidėvėjimui.
6. Garantija negalioja, jei:
 - pasibaigus galiojimo laikui,
 - savaiminio remonto,
 - nesilaikant taisyklingos eksploatacijos taisyklių.
7. Remontui grąžinamas gaminytis turi būti sukomplektuotas ir švarus. Esant defektų, servisas turi teisę atsisakyti priimti remontui. Jei gaminytis pristatomas nešvarus, servisas gali atsisakyti jį priimti arba išvalyti kliento sąskaita, gavęs jo raštišką sutikimą.
8. Garantija netaikoma montavimo ir priežiūros darbams, kuriuos pagal naudotojo vadovą turi atlikti pats naudotojas.
9. Garantantas taip pat informuoja, kad teikia pogarantinį aptarnavimą.
10. Prekės turi būti apsaugotos gabenimui.
11. Norėdami pasinaudoti garantija, vadovaukitės interneto svetainėje <https://serwis.abisal.pl/> pateikta tvarka.

Pirkėjas pagal įstatymą turi teisę į teisinės gynimo priemones iš pardavėjo ir jo sąskaita. Garantija neturi įtakos tokioms teisių gynimo priemonėms.

ĮRANGA NĖRA SKIRTA REABILITACIJAI IR TERAPIJAI

PASTABOS DĖL REMONTO EIGOS

Prekė	Notifikavimo data	Pateikimo data	Remonto eiga	Gavėjo parašas (parduotuvė, savininkas)

GARANTIJAS KARTE

Raksta nosaukums:.....
EAN kods:.....
Pārdošanas datums:

GARANTIJAS NOTEIKUMI:

1. Pārdevējs Garantijas devēja vārdā sniedz garantiju Polijas Republikas teritorijā uz 24 mēnešiem no pārdošanas dienas.
2. Garantijas garantiju piešķirs veikals vai servisa centrs pēc tam, kad pircējs to būs uzrādījis:
 - salasāmi un pareizi aizpildītu garantijas karti ar pārdošanas zīmogu un pārdevēja parakstu,
 - derīgu iekārtas iegādi apliecinošu dokumentu, kurā norādīts pārdošanas datums / saņemšanas datums, pieprasītās preces.
3. Visi garantijas laikā konstatētie defekti un bojājumi tiks bez maksas novērsti ne vēlāk kā 21 dienas laikā no preces piegādes servisam.
4. Gadījumā, ja nepieciešams importēt detaļas, remonta periods var tikt pagarināts par laiku, kas nepieciešams to importēšanai, bet ne ilgāk kā par 90 dienām.
5. Garantija neattiecas uz:
 - mehāniskiem bojājumiem un to izraisītiem defektiem,
 - bojājumiem un defektiem, kas radušies nepareizas lietošanas un uzglabāšanas rezultātā,
 - nepareizu montāžu un apkopi,
 - tādu sastāvdaļu bojājumiem un nolietojumu kā trosses, siksnas, gumijas detaļas, pedāļi, sūkļa rokturi, riteni, gultņi utt.
6. Garantija zaudē spēku, ja:
 - beidzas derīguma termiņš,
 - pašremontēšana,
 - nepareizas ekspluatācijas noteikumu neievērošana.
7. Remontam atdotajam izstrādājumam jābūt pilnīgam un tīram. Defektu gadījumā servisam ir tiesības atteikties pieņemšanu remontam. Ja izstrādājums tiek piegādāts netīrs, servisa centrs ar klienta rakstisku piekrišanu var atteikties to pieņemt vai iztīrīt uz klienta rēķina.
8. Garantija neattiecas uz uzstādīšanas un apkopes darbiem, kas saskaņā ar lietotāja rokasgrāmatu jāveic pašam lietotājam.
9. Garantijas devējs arī informē, ka tas nodrošina pēcgarantijas apkalpošanu.
10. Precei jābūt aizsargātai transportēšanai.
11. Lai izmantotu garantiju, lūdzam ievērot tīmekļa vietnē: <https://serwis.abisal.pl/> norādīto procedūru.

Pircējs ir tiesīgs saskaņā ar likumu izmantot tiesiskās aizsardzības līdzekļus no pārdevēja un uz pārdevēja rēķina:
Gadījumā, ja pārdotā prece neatbilst līgumam. Garantija neietekmē šādus tiesiskās aizsardzības līdzekļus.

IEKĀRTA NAV PAREDZĒTA REHABILITĀCIJAI UN TERAPIJAI

PIEZĪMES PAR REMONTA GAITU

Prece	Paziņojuma datums	Nodošanas datums	Remonta gaita	Saņēmēja (veikala, īpašnieka) paraksts

GARANTIEKAART

Naam artikel:.....
EAN-code:.....
Verkoopdatum:.....

GARANTIEVOORWAARDEN:

1. De Verkoper verstrekt, namens de Garant, een garantie op het grondgebied van de Republiek Polen voor een periode van 24 maanden vanaf de verkoopdatum.
2. De garantie zal worden gehonoreerd door de winkel of het servicecentrum op vertoon van:
 - een leesbaar en correct ingevulde garantiekaart met het verkoopstempel en de handtekening van de verkoper,
 - een geldig aankoopbewijs van de apparatuur met de datum van verkoop/ontvangst, de geclaimde goederen.
3. Alle defecten en beschadigingen die tijdens de garantieperiode worden ontdekt, worden gratis gerepareerd binnen maximaal 21 dagen vanaf de datum van levering van de goederen aan de service.
4. In het geval dat onderdelen moeten worden geïmporteerd, kan de reparatieperiode worden verlengd met de tijd die nodig is voor de import, maar niet langer dan 90 dagen.
5. De garantie dekt niet
 - mechanische schade en defecten die hierdoor worden veroorzaakt,
 - schade en defecten als gevolg van onjuist gebruik en onjuiste opslag,
 - onjuiste montage en onjuist onderhoud,
 - schade en slijtage van onderdelen zoals kabels, riemen, rubberen onderdelen, pedalen, sponsgreps, wielen, lagers, enz.
6. De garantie vervalt in geval van:
 - vervaldatum,
 - zelfreparatie,
 - het niet naleven van de regels voor correct gebruik.
7. Product teruggestuurd voor reparatie moet compleet en schoon zijn. In geval van defecten heeft de service het recht om acceptatie voor reparatie te weigeren. Als het product vuil wordt aangeleverd, kan de service weigeren het te accepteren of het op kosten van de klant met zijn schriftelijke toestemming reinigen.
8. De garantie geldt niet voor installatie- en onderhoudswerkzaamheden, die volgens de gebruikershandleiding door de gebruiker zelf moeten worden uitgevoerd.
9. De garantiegever informeert ook dat hij service na garantie biedt.
10. De goederen moeten beschermd worden voor verzending.
11. Om gebruik te maken van de garantie, volg de procedure op de website: <https://serwis.abisal.pl/>.

In geval van niet-overeenstemming van het verkochte met het contract, heeft de koper volgens de wet recht op rechtsmiddelen van en op kosten van de verkoper. De garantie heeft geen invloed op dergelijke rechtsmiddelen.

DE APPARATUUR NIET BEDOELD IS VOOR REVALIDATIE EN THERAPIE

OPMERKINGEN OVER HET VERLOOP VAN REPARATIES

Item	Datum van kennisgeving	Datum van verstrekking	Verloop van reparaties	Handtekening van de ontvanger (winkel, eigenaar)

CARTÃO DE GARANTIA

Designação do artigo:.....

Código EAN:.....

Data de venda:

CONDIÇÕES DE GARANTIA:

1. O Vendedor, em nome do Garante, presta uma garantia no território da República da Polónia por um período de 24 meses a partir da data de venda.
2. A garantia será honrada pela loja ou pelo centro de assistência técnica mediante a apresentação pelo cliente de
 - um cartão de garantia preenchido de forma legível e correta com o carimbo de venda e a assinatura do vendedor,
 - um comprovativo válido de compra do equipamento com a data de venda/recibo, a mercadoria reclamada.
3. Os defeitos e danos detectados durante o período de garantia serão reparados gratuitamente num prazo máximo de 21 dias a contar da data de entrega da mercadoria ao serviço.
4. Em caso de necessidade de importação de peças, o período de reparação pode ser prolongado pelo tempo necessário para a sua importação, mas não superior a 90 dias.
5. A garantia não cobre
 - danos mecânicos e defeitos causados pelos mesmos,
 - danos e defeitos resultantes de utilização e armazenamento incorrectos
 - montagem e manutenção incorrectas,
 - os danos e o desgaste de componentes como cabos, correias, peças de borracha, pedais, punhos de esponja, rodas, rolamentos, etc.
6. A garantia é anulada em caso de:
 - data de expiração,
 - auto-reparação,
 - não observância das regras de funcionamento correto.
7. O produto devolvido para reparação deve estar completo e limpo. Em caso de defeitos, o serviço de assistência tem o direito de recusar a aceitação para reparação. Se o produto for entregue sujo, o centro de assistência pode recusar-se a aceitá-lo ou limpá-lo a expensas do cliente, com o seu consentimento por escrito.
8. A garantia não cobre os trabalhos de instalação e manutenção que, de acordo com o manual do utilizador, devem ser efectuados pelo próprio utilizador.
9. O garante informa ainda que presta serviço pós-garantia.
10. Os bens devem ser protegidos para o transporte.
11. Para fazer uso da garantia, siga o procedimento no sítio Web: <https://serwis.abisal.pl/>.

Em caso de não conformidade do objeto vendido com o contrato, o comprador tem direito, nos termos da lei, a recursos legais por parte do vendedor e a expensas deste. A garantia não afecta essas vias de recurso.

O APARELHO NÃO SE DESTINA A REABILITAÇÃO E TERAPIA

NOTAS SOBRE O CURSO DAS REPARAÇÕES

Item	Data de notificação	Data da prestação	Curso das reparações	Assinatura do destinatário (loja, proprietário)

CARD DE GARANȚIE

Denumirea articolului:.....

Cod EAN:.....

Data vânzării:

TERMENI DE GARANȚIE:

1. Vânzătorul, în numele garantului, oferă o garanție pe teritoriul Republicii Polonia pentru o perioadă de 24 de luni de la data vânzării.
2. Garanția va fi onorată de magazin sau centrul de service la prezentarea de către client
 - un card de garanție completat lizibil și corect, cu ștampila de vânzare și semnătura vânzătorului,
 - o dovadă valabilă de cumpărare a echipamentului cu data vânzării / chitanței, bunurile revendicate.
3. Orice defecte și deteriorări descoperite în perioada de garanție vor fi reparate gratuit în termen de maximum 21 de zile de la data livrării bunurilor la service.
4. În cazul necesității de a importa piese, perioada de reparație poate fi prelungită cu timpul necesar importului acestora, dar nu mai mult de 90 de zile.
5. Garanția nu acoperă:
 - deteriorările mecanice și defectele cauzate de acestea,
 - deteriorările și defectele cauzate de utilizarea și depozitarea necorespunzătoare,
 - asamblarea și întreținerea necorespunzătoare,
 - deteriorarea și uzura componentelor precum cabluri, curele, piese din cauciuc, pedale, mânere din burete, roți, rulmenți etc.
6. Garanția este anulată în caz de:
 - data expirării,
 - auto-reparare,
 - nerespectarea regulilor de funcționare corectă.
7. Produsul returnat pentru reparație trebuie să fie complet și curat. În caz de defecte, service-ul are dreptul de a refuza acceptarea pentru reparație. În cazul în care produsul este livrat murdar, centrul de service poate refuza să îl accepte sau să îl curețe pe cheltuiala clientului, cu acordul scris al acestuia.
8. Garanția nu acoperă lucrările de instalare și întreținere, care, în conformitate cu manualul de utilizare, trebuie efectuate chiar de către utilizator.
9. De asemenea, garantul informează că oferă servicii post-garanție.
10. Bunurile trebuie protejate pentru expediere.
11. Pentru a face uz de garanție, vă rugăm să urmați procedura de pe site-ul web: <https://serwis.abisal.pl/>.

În caz de neconformitate a lucrului vândut cu contractul, cumpărătorul are dreptul prin lege la remedii legale din partea și pe cheltuiala vânzătorului. Garanția nu afectează aceste c

ECHIPAMENTUL NU ESTE DESTINAT REABILITĂRII ȘI TERAPIEI

NOTE PRIVIND CURSUL REPARAȚIILOR

Punct	Data notificării	Data furnizării	Desfășurarea reparațiilor	Semnătura beneficiarului (magazin, proprietar)

ZÁRUČNÁ KARTA

Názov článku:.....
EAN kód:.....
Dátum predaja:

ZÁRUČNÉ PODMIENKY:

1. Predávajúci v mene ručiteľa poskytuje záruku na území Poľskej republiky na obdobie 24 mesiacov od dátumu predaja.
2. Záruku poskytne predajňa alebo servisné stredisko na základe predloženia záruky zákazníkom:
 - čitateľne a správne vyplnený záručný list s pečiatkou predajcu a podpisom predávajúceho,
 - platného dokladu o kúpe zariadenia s dátumom predaja/prijatia, reklamovaného tovaru.
3. Všetky závady a poškodenia zistené počas záručnej doby budú bezplatne odstránené najneskôr do 21 dní odo dňa doručenia tovaru do servisu.
4. V prípade nutnosti dovozu dielov sa môže doba opravy predĺžiť o čas potrebný na ich dovoz, maximálne však o 90 dní.
5. Záruka sa nevzťahuje na:
 - mechanické poškodenia a nimi spôsobené závady,
 - poškodenia a závady spôsobené nesprávnym používaním a skladovaním,
 - nesprávnej montáže a údržby,
 - poškodenie a opotrebovanie komponentov, ako sú káble, remienky, gumové časti, pedále, hubové rukoväte, kolesá, ložiská atď.
6. Záruka zaniká v prípade:
 - Dátum skončenia platnosti,
 - samoopravy,
 - nedodržania pravidiel správnej prevádzky.
7. Výrobok vrátený na opravu by mal byť kompletný a čistý. V prípade závad má servis právo odmietnuť prijatie do opravy. Ak je výrobok dodaný znečistený, servisné stredisko ho môže odmietnuť prijať alebo ho s písomným súhlasom zákazníka vyčistiť na jeho náklady.
8. Záruka sa nevzťahuje na inštalačné a údržbárske práce, ktoré si podľa návodu na obsluhu musí vykonať používateľ sám.
9. Garant zároveň informuje, že poskytuje pozáručný servis.
10. Tovar by mal byť chránený pri preprave.
11. Ak chcete využiť záruku, postupujte podľa postupu na webovej stránke: <https://serwis.abisal.pl/>.

ZARIADENIE NIE JE URČENÉ NA REHABILITÁCIU A TERAPIU

POZNÁMKY K PRIEBEHU OPRÁV

Položka	Dátum notifikácie	Dátum poskytnutia	Priebeh opravy	Podpis príjemcu (predajňa, vlastník)

GARANCIJSKA KARTICA

Ime izdelka:.....
Koda EAN:.....
Datum prodaje:

GARANCIJSKI POGOJI:

1. Prodajalec v imenu garanta zagotavlja garancijo na ozemlju Republike Poljske za obdobje 24 mesecev od datuma prodaje.
2. Garancijo bo trgovina ali servisni center priznal ob predložitvi garancije s strani kupca:
 - čitljivo in pravilno izpolnjen garancijski list s prodajnim žigom in podpisom prodajalca,
 - veljavnega dokazila o nakupu opreme z datumom prodaje/prevzema, reklamiranega blaga.
3. Vse napake in poškodbe, ugotovljene v garancijskem roku, bodo brezplačno odpravljene najkasneje v 21 dneh od datuma dostave blaga na servis.
4. V primeru potrebe po uvozu delov se lahko obdobje popravila podaljša za čas, potreben za njihov uvoz, vendar ne več kot 90 dni.
5. Garancija ne zajema:
 - mehanskih poškodb in napak, ki jih te povzročijo,
 - poškodb in napak, ki so posledica nepravilne uporabe in skladiščenja,
 - nepravilne montaže in vzdrževanja,
 - poškodb in obrabe sestavnih delov, kot so kabli, trakovi, gumijasti deli, pedala, gobasti ročaji, kolesa, ležaji itd.
6. Garancija preneha veljati v primeru:
 - datum izteka veljavnosti,
 - samopopravila,
 - neupoštevanja pravil pravilnega delovanja.
7. Izdelek, vrnjen v popravilo, mora biti popoln in čist. V primeru napak ima servis pravico zavrniti sprejem v popravilo. Če je izdelek dostavljen umazan, ga lahko servisni center zavrne ali pa ga na stroške stranke z njenim pisnim soglasjem očisti.
8. Garancija ne zajema namestitvenih in vzdrževalnih del, ki jih mora v skladu z navodili za uporabo opraviti uporabnik sam.
9. Garant prav tako obvešča, da zagotavlja tudi pogarancijski servis.
10. Blago mora biti zaščiteno za pošiljanje.
11. Za uveljavljanje garancije upoštevajte postopek na spletni strani: <https://serwis.abisal.pl/>.

V primeru neskladnosti prodane stvari s pogodbo je kupec po zakonu upravičen do pravnih sredstev od prodajalca in na njegove stroške. Garancija ne vpliva na ta pravna sredstva.

OPREMA NI NAMENJENA ZA REHABILITACIJO IN TERAPIJO

OPOMBE O POTEKU POPRAVIL

Artikel	Datum uradnega obvestila	Datum zagotovitve	Potek popravil	Podpis prejemnika (trgovina, lastnik)

GARANTIKORT FÖR GARANTI

Artikelnamn:.....
EAN-kod:.....
Datum för försäljning:.....

GARANTIVILLKOR:

1. Säljaren, på uppdrag av Garanten, lämnar en garanti inom Republiken Polens territorium under en period av 24 månader från försäljningsdatumet.
2. Garantin kommer att uppfyllas av butiken eller servicecentret mot uppvisande av kunden:
 - ett läsligt och korrekt ifyllt garantikort med försäljningsstämpel och säljarens underskrift,
 - ett giltigt inköpsbevis för utrustningen med försäljningsdatum/kvitto, de varor som åberopas.
3. Eventuella defekter och skador som upptäcks under garantiperioden kommer att repareras kostnadsfritt inom högst 21 dagar från det datum då varorna levererades till tjänsten.
4. Om det är nödvändigt att importera delar kan reparationsperioden förlängas med den tid som krävs för deras import, men inte längre än 90 dagar.
5. Garantin täcker inte:
 - mekaniska skador och defekter som orsakats av dessa,
 - skador och defekter till följd av felaktig användning och förvaring
 - felaktig montering och felaktigt underhåll,
 - skador och slitage på komponenter som kablar, remmar, gummidelar, pedaler, svamphandtag, hjul, lager etc.
6. Garantin är ogiltig i händelse av:
 - utgångsdatum,
 - självreparation,
 - underlåtenhet att följa reglerna för korrekt användning.
7. Produkter som returneras för reparation ska vara kompletta och rena. Vid defekter har servicecentret rätt att vägra ta emot produkten för reparation. Om produkten levereras smutsig kan servicecentret vägra att ta emot den eller rengöra den på kundens bekostnad med dennes skriftliga medgivande.
8. Garantin omfattar inte installations- och underhållsarbeten, som enligt bruksanvisningen måste utföras av användaren själv.
9. Garantigivaren informerar också om att denne tillhandahåller service efter garantitiden.
10. Varorna bör skyddas för frakt.
11. För att utnyttja garantin ska du följa förfarandet på webbplatsen: <https://serwis.abisal.pl/>.

Om den sålda varan inte överensstämmer med avtalet har köparen enligt lag rätt till rättsmedel från och på bekostnad av säljaren. Garantin påverkar inte sådana rättsmedel.

UTRUSTNINGEN ÄR INTE AVSEDD FÖR REHABILITERING OCH TERAPI

ANTECKNINGAR OM REPARATIONSFÖRLOPPET

Ämne	Datum för anmälan	Datum för tillhandahållande	Reparationens förlopp	Mottagarens underskrift (butik, ägare)

ГАРАНТІЙНИЙ ТАЛОН

Найменування товару:.....

EAN код:.....

Дата продажу:.....

ГАРАНТІЙНІ УМОВИ:

1. Продавець від імені Гаранта надає гарантію на території Республіки Польща терміном на 24 місяці від дати продажу.
2. Гарантія буде виконана магазином або сервісним центром після пред'явлення покупцем
- розбірливо і правильно заповненого гарантійного талона з печаткою та підписом продавця
- дійсного документа, що підтверджує купівлю обладнання із зазначенням дати продажу/отримання, заявленого товару.
3. Будь-які дефекти і пошкодження, виявлені протягом гарантійного терміну, будуть безкоштовно усунені протягом максимум 21 дня з моменту доставки товару в сервіс.
4. У разі необхідності імпорту запчастин термін ремонту може бути продовжений на час, необхідний для їх імпорту, але не більше ніж на 90 днів.
5. Гарантія не поширюється на
- механічні пошкодження і викликані ними дефекти,
- пошкодження і дефекти, що виникли в результаті неправильного використання і зберігання
- неправильного монтажу та обслуговування,
- пошкодження та знос компонентів, таких як кабелі, реміні, гумові деталі, педалі, губки, колеса, підшипники тощо.
6. Гарантія втрачає чинність у разі
- закінчення терміну придатності,
- самостійного ремонту,
- недотримання правил правильної експлуатації.
7. Виріб, що повертається в ремонт, повинен бути укомплектований і чистий. У разі виявлення дефектів сервісний центр має право відмовити в прийомі в ремонт. Якщо виріб доставлений брудним, сервісний центр може відмовити в його прийомі або провести чистку за рахунок замовника за його письмовою згодою.
8. Гарантія не поширюється на роботи з монтажу та технічного обслуговування, які, згідно з інструкцією з експлуатації, повинні виконуватися користувачем самостійно.
9. Гарант також повідомляє, що забезпечує післягарантійне обслуговування.
10. Товар повинен бути захищений для транспортування.
11. Для того, щоб скористатися гарантією, будь ласка, дотримуйтесь процедури на сайті: <https://serwis.abisal.pl/>.

У разі невідповідності проданої речі договору, покупець має право на законні засоби правового захисту від продавця і за його рахунок. Гарантія не впливає на такі засоби правового захисту.

ОБЛАДНАННЯ НЕ ПРИЗНАЧЕНЕ ДЛЯ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА ТЕРАПІЇ

ПРИМІТКИ ПРО ХІД РЕМОНТУ

Пункт	Дата повідомлення	Дата надання	Хід ремонту	Підпис одержувача (магазин, власник)

NOTATKI



HMS-FITNESS.COM



PRODUCER: **ABISAL SP. Z O.O.**, ul. Pyskowicka 17, 41-807 Zabrze, Polska

DISTRIBUTOR: ABISTORE SPORT S.R.O, U Cihelny 230/3, 74801 Hlučín, Česká

Republika SERVICE: serwis@abisal.pl

abisal@abisal.pl www.abisal.pl