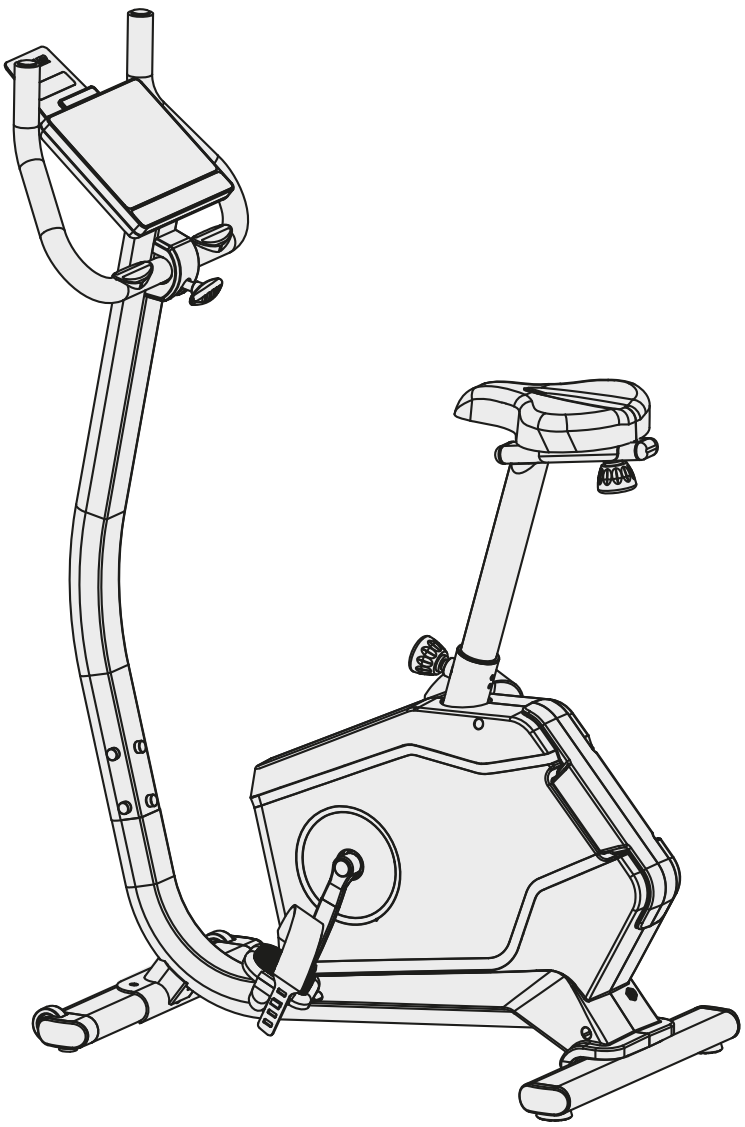
KETTLER

INSTRUKCJA MONTAŻU I OBSŁUGI



maks. 130 kg

~ 60 Min.

27 kg

dł. **104** | szer. **52** | wys. **140**

FSKEM2001100.01.02

Art.-Nr. K-EM2001-100

PL

TOUR 200

Spis treści

1	INFORMACJE OGÓLNE	8
1.1	Dane techniczne	8
1.2	Rysunki techniczne	10
1.3	Bezpieczeństwo osobiste	11
1.4	Bezpieczeństwo elektryczne	12
1.5	Miejsce montażu	13
2	MONTAŻ	14
2.1	Instrukcje ogólne	14
2.2	Zakres dostawy	14
2.3	Montaż	17
3	INSTRUKCJA OBSŁUGI	24
3.1	Przegląd konsoli	24
3.2	Funkcje przycisków	25
3.3	Tryby wyświetlania	26
3.4	Wyświetlane informacje	27
3.5	Programy treningowe	27
3.5.1	Szybki start	28
3.5.2	Programy predefiniowane	28
3.5.3	Programy docelowe	30
3.5.4	Program docelowej mocy (Watt)	31
3.5.5	Programy sterowane tętnem	34
3.5.6	Programy użytkownika	36
3.6	Podsumowanie treningu	38
3.7	Złącze USB-C	38
3.8	Tabela mocy	39
4	WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE TRENINGU	40
4.1	Wskazówki dotyczące treningu	40
4.1.1	Odzież treningowa	40
4.1.2	Rozgrzewka i rozciąganie	40
4.1.3	Trening a przyjmowane leki	41
4.1.4	Używane grupy mięśni	41
4.1.5	Częstotliwość ćwiczeń	41
4.1.6	Dziennik treningowy	43

5 PRZECHOWYWANIE I TRANSPORT 44
5.1 Ogólne instrukcje 44
5.2 Rolki transportowe 44
6 ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW, PIELĘGNACJA I KONSERWACJA 45
6.1 Ogólne instrukcje 45
6.2 Diagnostyka usterek 45
6.3 Kody błędów i rozwiązywanie problemów 46
6.4 Kalendarz konserwacji i przeglądów 47
7 UTYLIZACJA 47
8.1 Numer seryjny i oznaczenie modelu 48
8.2 Lista części 49
8.3 Schemat urządzenia 53
9 GWARANCJA 55
10 KONTAKT 57

Drogi kliencie,
Dziękujemy za wybranie urządzenia fitness firmy Kettler. Kettler Sport to synonim tradycji, trwałości i najwyższej jakości – cech, które wyróżniają tę markę spośród innych producentów sprzętu fitness do użytku domowego. Klasyczne modele rowerów treningowych, takie jak Golf, towarzyszą użytkownikom od dziesięcioleci. Jednocześnie Kettler nieustannie stawia na innowacyjność, opracowując inteligentne rozwiązania, które podnoszą komfort i funkcjonalność treningu.
Kettler Sport zapewnia wszystko, czego potrzebujesz do udanego treningu w domu: sprzęt cardio i siłowy, a także szeroką gamę akcesoriów fitness.

Więcej informacji można znaleźć na stronie https://kettlersport.pl/.

Przeznaczenie

Urządzenie może być używane wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem.

Klasa urządzenia określa jego przeznaczenie:
+ Klasa H – do użytku domowego.
+ Klasa S – do użytku półprofesjonalnego (np. stowarzyszenia, hotele, szkoły itp.) oraz komercyjnego (np. studia fitness).

STOPKA REDAKCYJNA

Fitshop GmbH Nr 1 w Europie w zakresie fitnessu domowego International Headquarters Flensburger Straße 55 24837 Schleswig Niemcy	Prezes: Christian Grau Sebastian Campmann Dr Bernhard Schenkel Rejestr handlowy HRB 1000 SL Sąd Rejonowy Flensburg Numer identyfikacyjny VAT DE813211547

W przypadku pytań dotyczących obsługi klienta, reklamacji lub roszczeń gwarancyjnych należy skontaktować się z autoryzowanym dystrybutorem w danym kraju.

sportpoland.com sp. z o.o. jest odpowiedzialna za dystrybucję i sprzedaż w Polsce.

Zastrzeżenie

Z dniem 19 grudnia 2024 r. firma Fitshop GmbH nabyła prawa do znaku towarowego © Kettler w zakresie sprzętu fitness na obszarze UE, EFTA oraz Turcji. Wszelkie użycie tego znaku bez uprzedniej, pisemnej zgody Fitshop GmbH jest niedozwolone.

Produkt i instrukcja mogą ulec zmianie. Dane techniczne mogą ulec zmianie bez wcześniejszego powiadomienia.

FITSHOP

Europe's No.1 for Home Fitness

WAŻNE INFORMACJE
Dystrybucją i serwisem naszych produktów w danym kraju zajmują się autoryzowani dystrybutorzy.

W sprawie reklamacji, części zamiennych lub zapytań technicznych należy kontaktować się bezpośrednio ze sprzedawcą lub dystrybutorem. Serwis po zakupie jest świadczony przez dystrybutora. Informacje kontaktowe można znaleźć w rozdziale 10.

Gwarancja na ten produkt jest obsługiwana wyłącznie przez autoryzowanego dystrybutora w danym kraju. W przypadku roszczeń gwarancyjnych, zapytań serwisowych lub napraw należy skontaktować się z lokalnym dystrybutorem lub sprzedawcą, od którego zakupiono produkt.

Producent nie rozpatruje bezpośrednio roszczeń gwarancyjnych. Warunki gwarancji mogą się różnić w zależności od kraju — szczegółowe informacje znajdziesz w polityce gwarancyjnej dystrybutora.

Bezpośrednie rozpatrywanie roszczeń przez producenta Fitshop GmbH nie jest możliwe!
INFORMACJE NA TEMAT NINIEJSZEJ INSTRUKCJI

Przed instalacją i pierwszym użyciem urządzenia należy uważnie przeczytać całą instrukcję. Instrukcja pomoże szybko skonfigurować urządzenie i wyjaśni, jak bezpiecznie z niego korzystać. Należy zapewnić, aby wszystkie osoby korzystające z urządzenia – szczególnie dzieci oraz osoby z niepełnosprawnościami fizycznymi, sensorycznymi, umysłowymi lub ruchowymi – zostały wcześniej poinformowane o treści niniejszej instrukcji i zapoznały się z nią. W razie wątpliwości użytkowanie urządzenia powinno odbywać się pod nadzorem osób odpowiedzialnych.

Ze względu na ciągłe zmiany i optymalizację oprogramowania, instrukcja może wymagać aktualizacji. Jeśli zauważysz jakiekolwiek rozbieżności podczas montażu lub użytkowania, zapoznaj się z instrukcją dostępną na stronie sklepu internetowego. Najnowsza wersja instrukcji jest tam zawsze dostępna.
Urządzenie zostało wyprodukowane zgodnie z aktualną wiedzą na temat bezpieczeństwa, a potencjalne zagrożenia, które mogłyby prowadzić do obrażeń, zostały w miarę możliwości wyeliminowane. Należy dokładnie przestrzegać instrukcji i upewnić się, że wszystkie elementy zostały prawidłowo zamocowane. W razie potrzeby należy ponownie zapoznać się z instrukcją, aby skorygować ewentualne błędy.

Urządzenia treningowe muszą być klasyfikowane według dokładności i zastosowania. Klasy dokładności dotyczą wyłącznie urządzeń, które wyświetlają dane treningowe.

Klasy dokładności
Klasa A: wysoka dokładność
Klasa B: średnia dokładność
Klasa C: niska dokładność
Klasy dokładności wyjaśniają przeznaczenie urządzenia treningowego.

Klasy zastosowań
Klasa S (studio): zastosowanie profesjonalne i/lub komercyjne.
Te urządzenia treningowe są przeznaczone do użytku w salach treningowych obiektów takich jak kluby sportowe, obiekty szkolne, hotele, kluby i studia, do których dostęp i nadzór jest specjalnie regulowany przez właściciela (osobę prawną).

Klasa H (użytek domowy): użytkowanie w domu.
Te stacjonarne urządzenia treningowe są przeznaczone do użytku w domach prywatnych, gdzie dostęp do urządzenia treningowego jest regulowany przez właściciela (osobę prawną).

Należy zwrócić szczególną uwagę na podane tutaj instrukcje dotyczące bezpieczeństwa i konserwacji. Dystrybutor nie ponosi odpowiedzialności za uszczerbek na zdrowiu, wypadki lub uszkodzenia urządzenia, jeśli nie jest on używany zgodnie z niniejszymi wskazówkami.

W niniejszej instrukcji mogą pojawić się następujące informacje dotyczące bezpieczeństwa:

▶ **UWAGA**
Ta informacja wskazuje na potencjalnie niebezpieczne sytuacje, które, jeśli się ich nie uniknie, mogą skutkować uszkodzeniem mienia.

⚠ **UWAGA**
Ta informacja wskazuje na potencjalnie niebezpieczne sytuacje, które, jeśli się ich nie uniknie, mogą skutkować lekkimi lub drobnymi obrażeniami!

⚠ **OSTRZEŻENIE**
To ostrzeżenie wskazuje na potencjalnie niebezpieczne sytuacje, które, jeśli się ich nie uniknie, mogą prowadzić do śmierci lub poważnych obrażeń!

⚠ **NIEBEZPIECZEŃSTWO**
To ostrzeżenie wskazuje na potencjalnie niebezpieczne sytuacje, które, jeśli się ich nie uniknie, mogą spowodować śmierć lub poważne obrażenia!

ⓘ **UWAGA**
Ta informacja zawiera dalsze przydatne wskazówki.

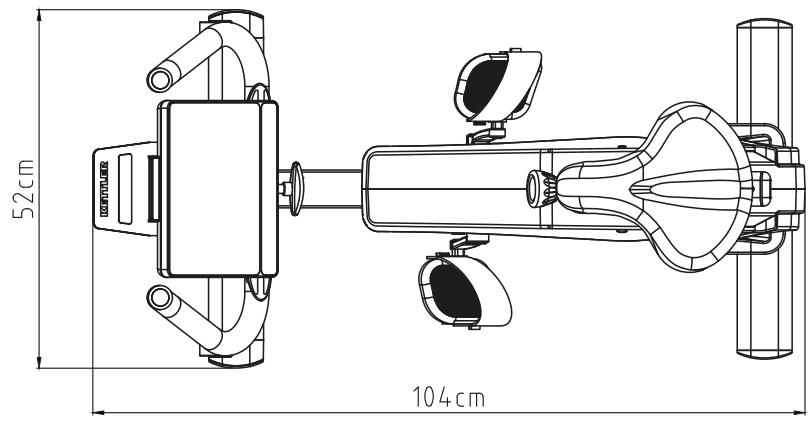
Zachowaj niniejszą instrukcję w bezpiecznym miejscu na potrzeby przyszłych odniesień, podczas konserwacji lub zamawiania części zamiennych.

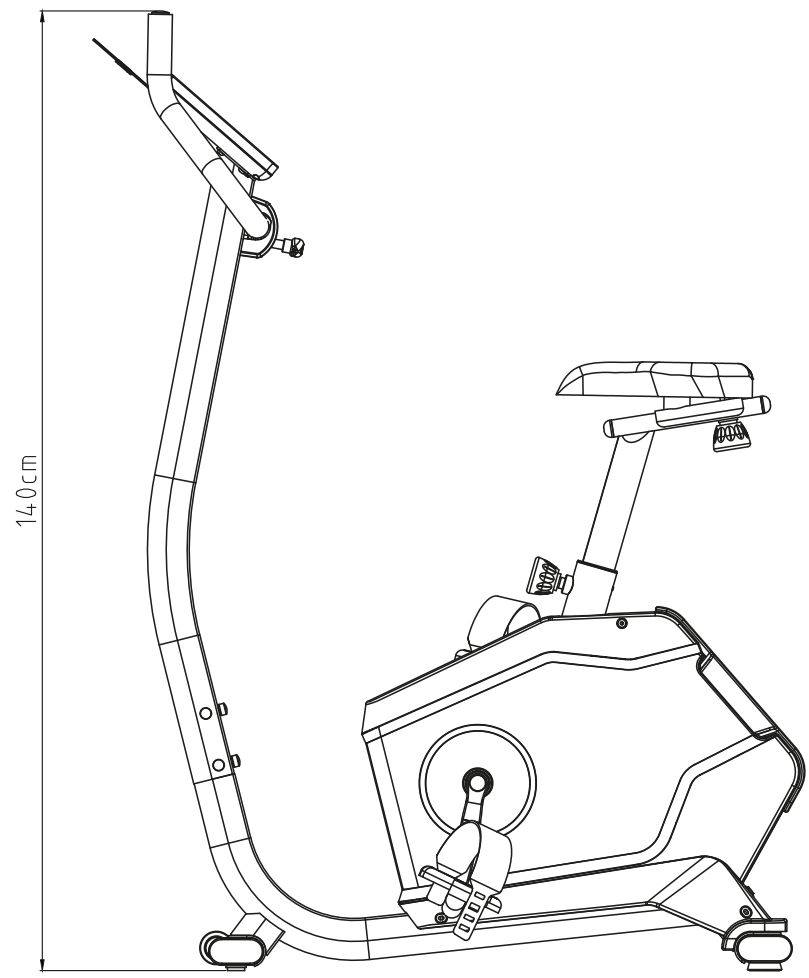
1.1 Dane techniczne

Masa i wymiary	
Masa produktu (brutto, z opakowaniem)	30,5 kg
Masa produktu (netto, bez opakowania)	27 kg
Wymiary opakowania (dł. x szer. x wys.)	99 cm x 24,5 cm x 62 cm
Wymiary po rozstawieniu (dł. x szer. x wys.)	104 cm x 52 cm x 140 cm
Dodatkowe dane wymiarowe	
Q-Faktor	17,6 cm
Przełożenie	1 : 8,0
Długość ramienia korby	17 cm
Maksymalne obciążenie	
Maksymalna masa użytkownika	130 kg
Specyfikacje techniczne	
Masa koła zamachowego	5 kg
System oporu	Elektroniczny magnetyczny system hamowania
Poziomy oporu	32
Zasilanie	Zasilanie sieciowe
Dane konsoli	
Wskazania wyświetlacza	Puls (Pulse)
	Prędkość (Speed)
	Dystans (Distance)
	Kalorie (Calories)
	Czas (Time)
	Moc (Watt)
Wielkość wyświetlacza	7 cali
Typ wyświetlacza	LCD
Dane dotyczące mocy	
Min. i maks. moc przy 60 RPM	30 - 250 W

Przegląd programów	
Szybki start	1
Programy docelowe	3
Programy sterowane tętnem	3
Programy wstępnie ustawione	30
Programy docelowej mocy (Watt)	1
Programy użytkownika	2
Pozostałe dane	
Język menu	Angielski
Łączność bezprzewodowa	Tak
Pomiar pulsu	Czujniki pulsu dłoni, opcjonalnie: pas piersiowy
Klasa użytkowania	H

1.2 Rysunki techniczne





1.3 Bezpieczeństwo osobiste

⚠ **NIEBEZPIECZEŃSTWO**

+ Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia należy skonsultować się z lekarzem, czy ten rodzaj ćwiczeń jest odpowiedni z punktu widzenia stanu zdrowia. W szczególności dotyczy to osób, które: mają dziedziczną skłonność do nadciśnienia lub chorób serca, są w wieku powyżej 45 lat, palą papierosy, mają wysoki poziom cholesterolu, mają nadwagę i/lub nie ćwiczyły regularnie w ciągu ostatniego roku. Jeśli jesteś w trakcie leczenia, które wpływa na Twoje tętno, porada lekarska jest absolutnie niezbędna.
+ Należy pamiętać, że nadmierny trening może poważnie zagrozić zdrowiu. Należy również pamiętać, że systemy monitorowania tętna mogą być niedokładne. Jeśli zauważysz jakiekolwiek oznaki osłabienia, nudności, zawroty głowy, ból, duszności lub inne nietypowe objawy, natychmiast przerwij ćwiczenia i razie potrzeby zasięgnij porady lekarza.
+ Właściciel urządzenia musi przekazać użytkownikowi wszystkie ostrzeżenia i instrukcje.

⚠ **OSTRZEŻENIE**

+ Urządzenie nie może być używane przez dzieci w wieku poniżej 14 lat.
+ Dzieci nie powinny mieć dostępu do urządzenia bez nadzoru.
+ Osoby z niepełnosprawnościami muszą posiadać zezwolenie lekarskie i korzystać z urządzenia wyłącznie pod ścisłym nadzorem.
+ Urządzenie jest przeznaczony wyłącznie do użytku przez jedną osobę na raz.
+ Jeśli urządzenie jest wyposażone w klucz bezpieczeństwa, należy przymocować klips klucza bezpieczeństwa do ubrania przed rozpoczęciem treningu. W przypadku upadku pozwoli to na aktywowanie ZATRZYMANIA AWARYJNEGO urządzenia.
+ Istnieje ryzyko kontuzji związane z obracającymi się pedałami i/lub odsłoniętym kołem zamachowym w przypadku braku wolnego koła. Nigdy nie wsiadaj ani nie zsiadaj z urządzenia, gdy pedały lub koło zamachowe wciąż się obracają. Zawsze upewnij się, że pedały i koło zamachowe całkowicie się zatrzymały.
+ Podczas wsiadania i zsiadania z urządzenia należy podpierać się co najmniej jedną ręką na kierownicy. Z urządzenia należy zsiadać dopiero po całkowitym zatrzymaniu pedałów.
+ Należy trzymać ręce, stopy i inne części ciała, włosy, odzież, biżuterię i inne przedmioty z dala od ruchomych części urządzenia.
+ Podczas korzystania z urządzenia należy nosić odpowiednią odzież sportową, a nie luźne ubrania. W przypadku noszenia butów sportowych należy upewnić się, że mają one odpowiednie podeszwy, najlepiej wykonane z gumy lub innych materiałów antypoślizgowych. Buty z obcasami, skórzanymi podeszwami, ćwiekami lub kolcami są nieodpowiednie. Nigdy nie ćwicz boso.

⚠ **UWAGA**

+ Jeśli urządzenie wymaga podłączenia do zasilania za pomocą kabla sieciowego lub zasilacza, należy podłączyć go w taki sposób aby wykluczyć ryzyko potknięcia.
+ Zadbaj, aby podczas treningu nikt nie znajdował się w zasięgu ruchomych części urządzenia, aby uniknąć zagrożenia dla siebie i innych osób.
+ Przed rozpoczęciem treningu zawsze upewnij się, że pasek pedałów jest dobrze zapięty, aby zapobiec ślizganiu się stóp.

⚠ **UWAGA**

+ Pamiętaj, że pozostawienie wystających elementów regulacyjnych może utrudniać użytkownikowi poruszanie się.

▶ **UWAGA**

+ Nie wolno wkładać żadnych przedmiotów do otworów urządzenia.
+ Aby chronić urządzenie przed użyciem przez nieupoważnione osoby trzecie, należy zawsze odłączać kabel zasilający (jeśli jest), gdy nie jest używany i przechowywać go w bezpiecznym miejscu, niedostępnym dla osób nieupoważnionych (np. dzieci).
+ Urządzenia treningowe klasy B i C nie są odpowiednie do zastosowań wymagających wysokiej dokładności.

1.4 Bezpieczeństwo elektryczne

⚠ **NIEBEZPIECZEŃSTWO**

+ Aby zmniejszyć ryzyko porażenia prądem elektrycznym, należy zawsze odłączać urządzenie od gniazdka sieciowego bezpośrednio po zakończeniu treningu, przed montażem lub demontażem oraz przed konserwacją lub czyszczeniem. Nie należy nigdy ciągnąć za kabel.

⚠ **OSTRZEŻENIE**

+ Nie należy pozostawiać urządzenia bez nadzoru, gdy kabel zasilający jest podłączony do gniazdka sieciowego. Podczas nieobecności użytkownika kabel sieciowy musi być odłączony od gniazdka sieciowego, aby zapobiec niewłaściwemu użyciu przez osoby trzecie lub dzieci.
+ Jeśli kabel sieciowy lub wtyczka są uszkodzone lub wadliwe, należy skontaktować się ze sprzedawcą. Do czasu naprawy urządzenie nie może być używane.

▶ **UWAGA**

+ Urządzenie wymaga podłączenia do sieci o napięciu 220-230 V i częstotliwości 50 Hz.
+ Urządzenie może być podłączane wyłącznie bezpośrednio do uziemionego gniazdka za pomocą dostarczonego kabla sieciowego lub zasilacza. Przedłużacze muszą być zgodne z wytycznymi norm VDE. Kabel sieciowy należy zawsze całkowicie rozwinąć.
+ Gniazdko musi być zabezpieczone bezpiecznikiem o minimalnej wartości 16 A, zwłoczny. W przypadku bieżni, ze względu na duży, początkowy pobór mocy przy jej uruchamianiu, zalecany jest bezpiecznik minimum typu C, najlepiej D. Bieżnia powinna być podłączona na osobnym obwodzie elektrycznym - bez innych odbiorników.
+ Nie dokonuj żadnych zmian w kablu sieciowym ani zasilaczu.
+ Kabel sieciowy i zasilacz należy trzymać z dala od wody, ciepła, oleju i ostrych krawędzi. Nie należy układać przewodu zasilającego pod urządzeniem, pod dywanem lub wykładziną ani umieszczać na nim żadnych przedmiotów.
+ Jeśli zakupiony produkt jest wyposażony w konsolę TFT, należy regularnie przeprowadzać aktualizacje oprogramowania. Aby przeprowadzić aktualizację, należy postępować zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na konsoli.
+ Systemy oprogramowania w sprzęcie fitness z konsolami TFT są skonfigurowane wyłącznie do obsługi wstępnie zainstalowanych aplikacji. Nie instaluj żadnych dodatkowych aplikacji.

ⓘ **UWAGA**

+ Wstępnie zainstalowane aplikacje na konsolach TFT są produkowane i dostarczane przez zewnętrznych producentów. Fitshop nie ponosi odpowiedzialności za dostępność, funkcjonalność ani zawartość tych aplikacji.

1.5 Miejsce montażu

⚠ **OSTRZEŻENIE**

+ Nie należy umieszczać urządzenia w głównych korytarzach lub drogach ewakuacyjnych.

⚠ **UWAGA**

+ Wybierz miejsce, w którym ustawisz urządzenie, tak aby zapewnić wystarczającą przestrzeń z przodu, z tyłu i po bokach urządzenia.
+ Pomieszczenie treningowe powinno być dobrze wentylowane podczas treningu i nie narażone na przeciągi.
+ Wolna przestrzeń w kierunku, z którego dostęp do urządzenia jest możliwy, musi wynosić co najmniej 0,6 m więcej niż strefa ćwiczeń.
+ Powierzchnia, na której ustawiane i montowane jest urządzenie, powinna być równa, nośna i solidna.

▶ **UWAGA**

+ Urządzenie może być używane tylko wewnątrz suchych i ciepłych pomieszczeń (temperatura otoczenia między 10°C a 35°C). Urządzenia nie należy używać na zewnątrz ani w pomieszczeniach o wysokiej wilgotności (powyżej 70%), takich jak baseny.
+ Użycie maty ochronnej pod sprzęt może pomóc w ochronie wysokiej jakości nawierzchni podłogowych (parkiet, laminat, korek, dywany) przed wgnieceniami i potem, a także pomóc w wyrównaniu drobnych nierówności.
+ W przypadku sprzętu klasy S, urządzenie może być używane tylko w miejscach, w których dostęp, nadzór i kontrola są szczególnie regulowane przez właściciela.

2 MONTAŻ

2.1 Instrukcje ogólne

⚠ **NIEBEZPIECZEŃSTWO**

+ Nie należy pozostawiać żadnych narzędzi, materiałów opakowaniowych, takich jak folie czy małe części, ponieważ może to stanowić zagrożenie uduszenia dla dzieci. Podczas montażu należy trzymać dzieci z dala od urządzenia.

⚠ **OSTRZEŻENIE**

+ Należy przestrzegać instrukcji dołączonych do urządzenia, aby zmniejszyć ryzyko obrażeń.

⚠ **UWAGA**

+ Podczas montażu należy zapewnić wystarczającą ilość miejsca na ruch w każdym kierunku.
+ Montaż urządzenia musi być wykonywany przez co najmniej dwie osoby dorosłe. W razie potrzeby, należy zwrócić się o pomoc do osoby trzeciej posiadającej odpowiednie kwalifikacje techniczne.
+ Jeśli użytkownik ma zastrzeżenia do któregokolwiek elementu montażu, należy przerwać czynności i skontaktować się ze sprzedawcą. Uszkodzenia mechaniczne związane z nieprawidłowym montażem nie podlegają gwarancji producenta!

▶ **UWAGA**

+ Aby zapobiec uszkodzeniu urządzenia i podłogi, należy zmontować sprzęt na macie ochronnej lub kartonowym opakowaniu urządzenia.

ⓘ **UWAGA**

+ Aby uprościć montaż, niektóre śruby i nakrętki mogą być już wstępnie zmontowane.
+ Najlepiej jest montować urządzenie w miejscu jego późniejszego użytkowania.

2.2 Zakres dostawy

Zakres dostawy obejmuje następujące części. Na początku należy sprawdzić, czy wszystkie części i narzędzia należące do urządzenia wchodzą w zakres dostawy i czy nie wystąpiły uszkodzenia. W przypadku reklamacji należy skontaktować się bezpośrednio ze sprzedawcą.

⚠ **UWAGA**

Jeśli brakuje jakiejś części zakresu dostawy lub części są uszkodzone, nie wolno rozpoczynać montażu.

ⓘ **UWAGA**

Baterie nie wchodzą w zakres dostawy. Wymagane są następujące baterie:

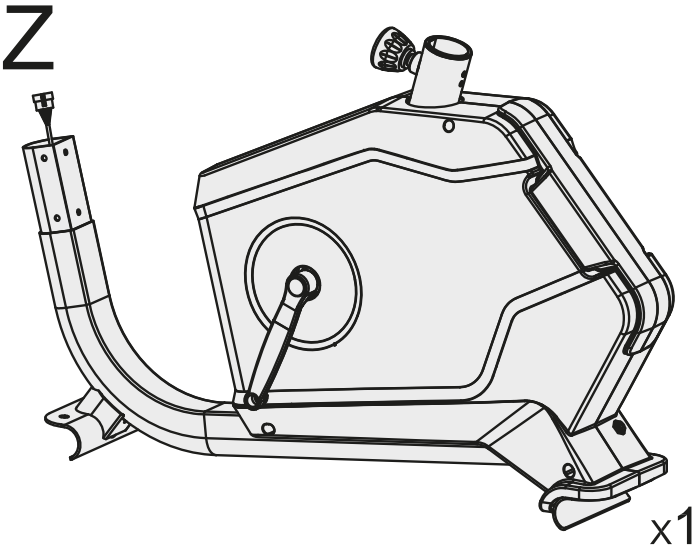
ⓘ **UWAGA**

Potrzebne narzędzia: klucz do śrub, klucz imbusowy, śrubokręt

ⓘ **UWAGA**

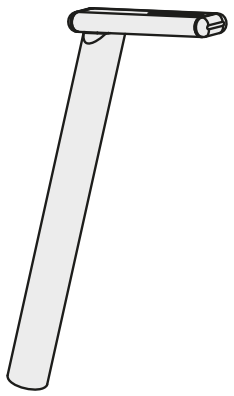
W instrukcji montażu rama główna została przedstawiona jako element „Z" dla lepszej przejrzystości. Nie jest ona jednak wymieniona jako oddzielna część na rysunku rozłożeniowym ani w wykazie części. To uproszczone przedstawienie służy wyłącznie ułatwieniu orientacji podczas montażu.

Z



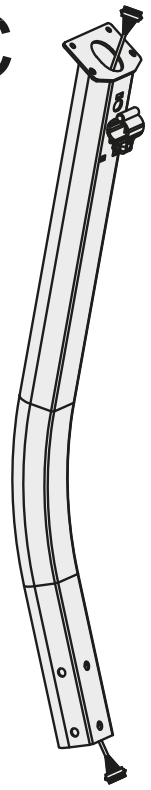
x1

E



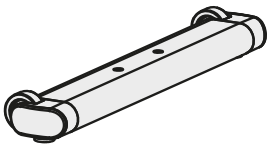
x1

C



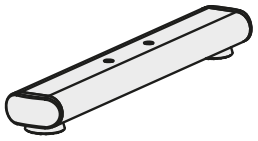
x1

F



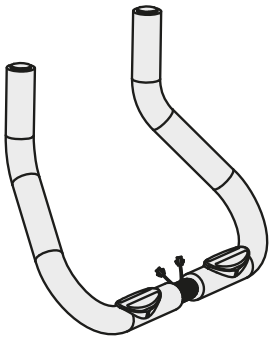
x1

G



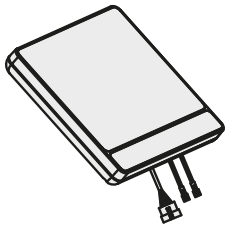
x1

B



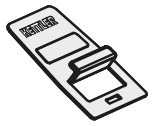
x1

A



x1

R

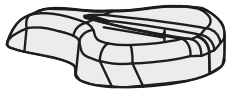


x1

O

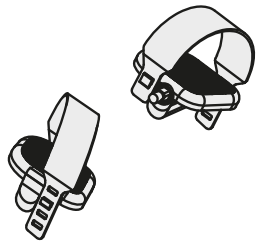
x1

K



x1

H



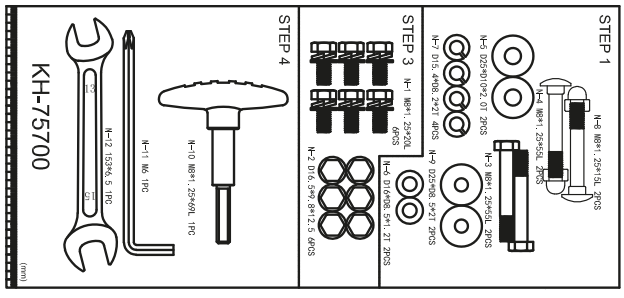
x1

P

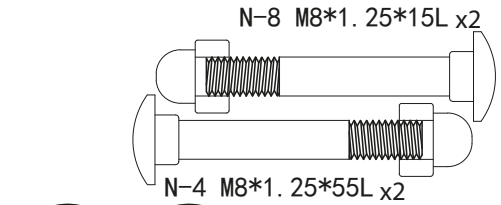
x1

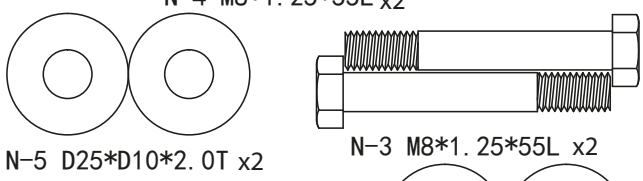
U

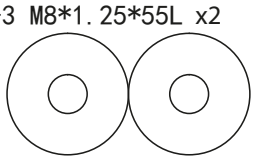
x1



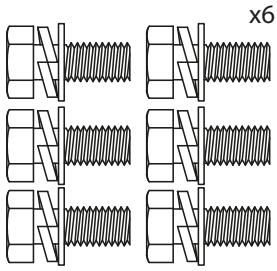
Krok 1

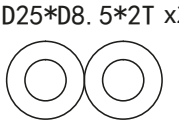


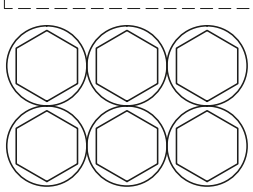




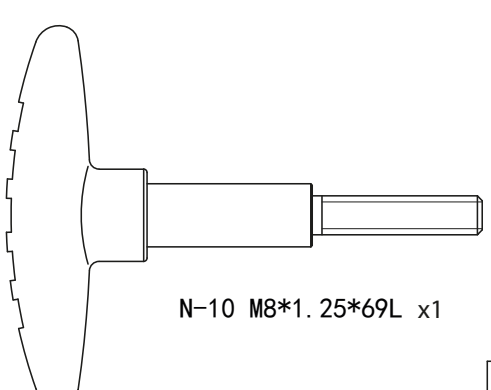
Krok 3

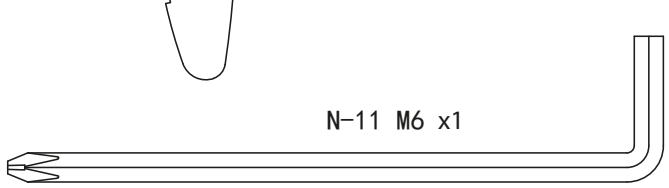


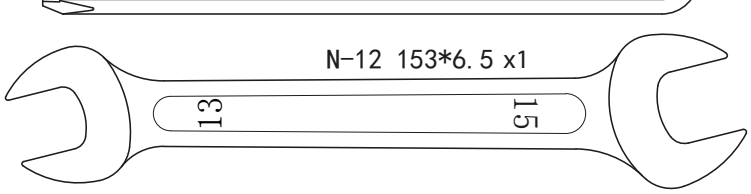




Krok 4







2.3 Montaż

Przed montażem należy dokładnie zapoznać się z poszczególnymi etapami montażu i przeprowadzić go w podanej kolejności.

ⓘ **UWAGA**

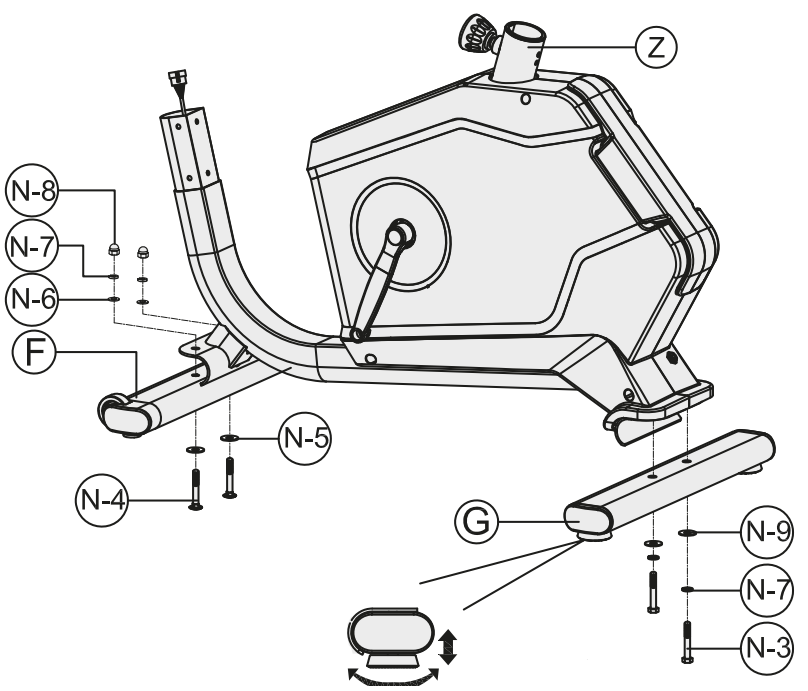
+ Najpierw luźno przykręć wszystkie części i sprawdź, czy są prawidłowo dopasowane. Dokręcaj śruby za pomocą wskazanego narzędzia tylko wtedy, gdy zostaniesz do tego poinstruowany.y
+ Nie dokręcaj śrub i wkrętów z nadmierną siłą, ponieważ mogą one ulec uszkodzeniu.

Krok 1: Montaż stopek stabilizujących

Narzędzie: Klucz płaski

1. Zamontuj przednią stopkę stabilizującą (F) do ramy głównej (Z) za pomocą dwóch śrub (N-4), dwóch podkładek (N-5), dwóch podkładek (N-6), dwóch podkładek sprężystych (N-7) i dwóch nakrętek (N-8).
2. Zamontuj tylną stopkę stabilizującą (G) do ramy głównej (Z) za pomocą dwóch śrub (N-3), dwóch podkładek sprężystych (N-7) i dwóch podkładek (N-9).

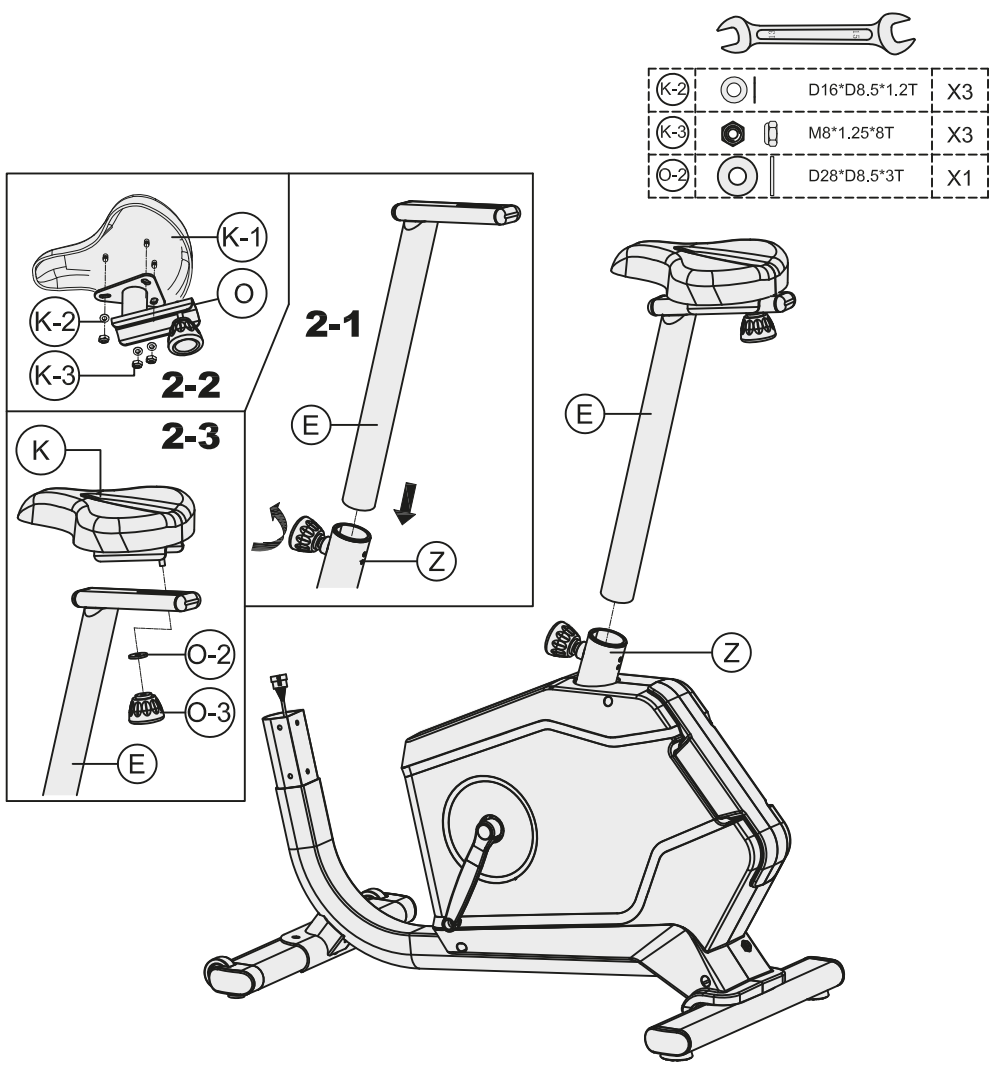
N-3	M8*1.25*55L	X2
N-4	M8*1.25*55L	X2
N-5	D25*D10*2.0T	X2
N-6	D16*D8.5*1.2T	X2
N-7	D15.4*D8.2*2T	X4
N-8	M8*1.25*15L	X2
N-9	D25*D8.5*2.0T	X2



Krok 2: Montaż siodełka

Narzędzie: Klucz płaski

1. Poluzuj pokrętło regulacyjne na ramie głównej (Z), obracając je przeciwnie do ruchu wskazówek zegara, i wsuń wspornik siodełka (E) do uchwytu (rys. 2-1).
2. Ustaw wspornik siodełka (E) na żądanej wysokości.
3. Ponownie dokręć pokrętło regulacyjne na ramie głównej (Z), obracając je zgodnie z ruchem wskazówek zegara.
4. Zamontuj siodełko (K-1) do wspornika siodełka (O) za pomocą trzech podkładek (K-2) i trzech nakrętek (K-3) (rys. 2-2).
5. Usuń pokrętło regulacyjne (O-3) oraz podkładkę (O-2) ze wspornika siodełka (O).
6. Zamontuj wspornik siodełka (O) do wspornika siodełka (E) za pomocą wcześniej zdemontowanego pokrętła regulacyjnego (O-3) oraz podkładki (O-2) (rys. 2-3).

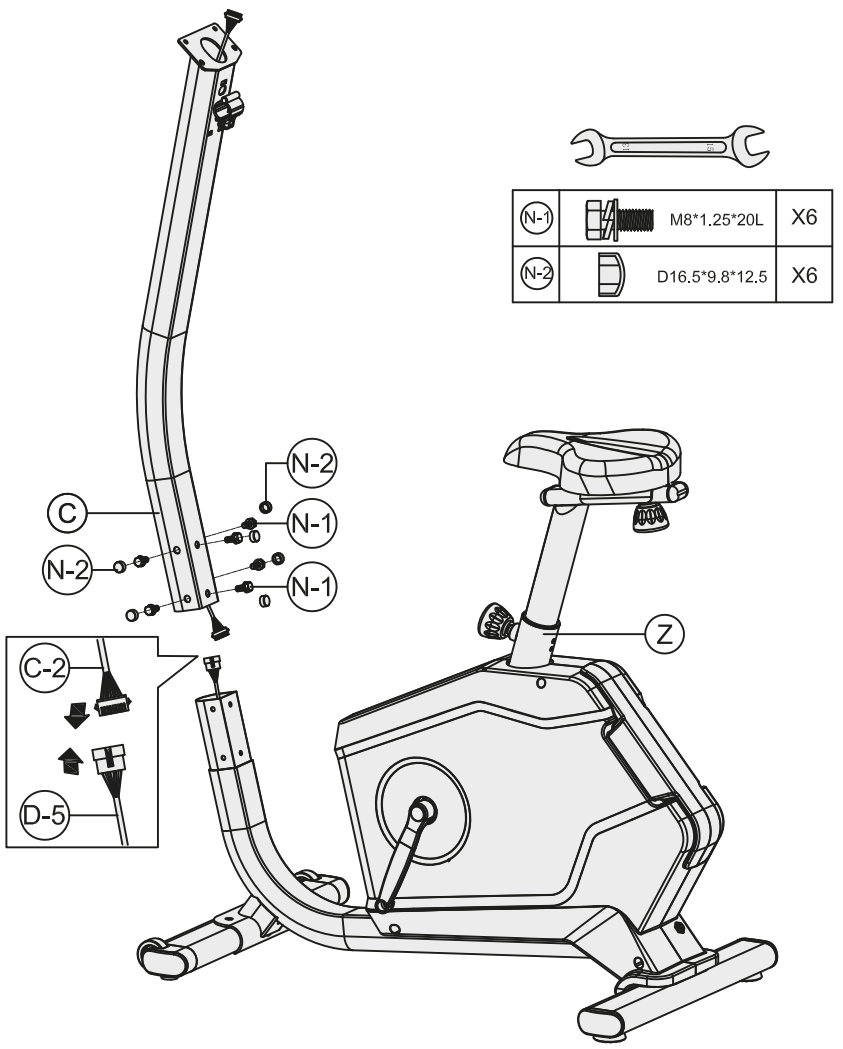


Krok 3: Montaż wspornika konsoli

Narzędzie: Klucz płaski

- **UWAGA**
  - \+ Uważaj, aby nie przycisnąć przewodów podczas wykonywania poniższych czynności.
  - \+ Upewnij się, że połączenia wtykowe są prawidłowo osadzone.

1. Połącz przewody C-2 i D-5.
2. Zamontuj wspornik konsoli (C) do ramy głównej (Z) za pomocą sześciu śrub (N-1).
3. Załóż sześć zaślepek (N-2) na sześć śrub (N-1).

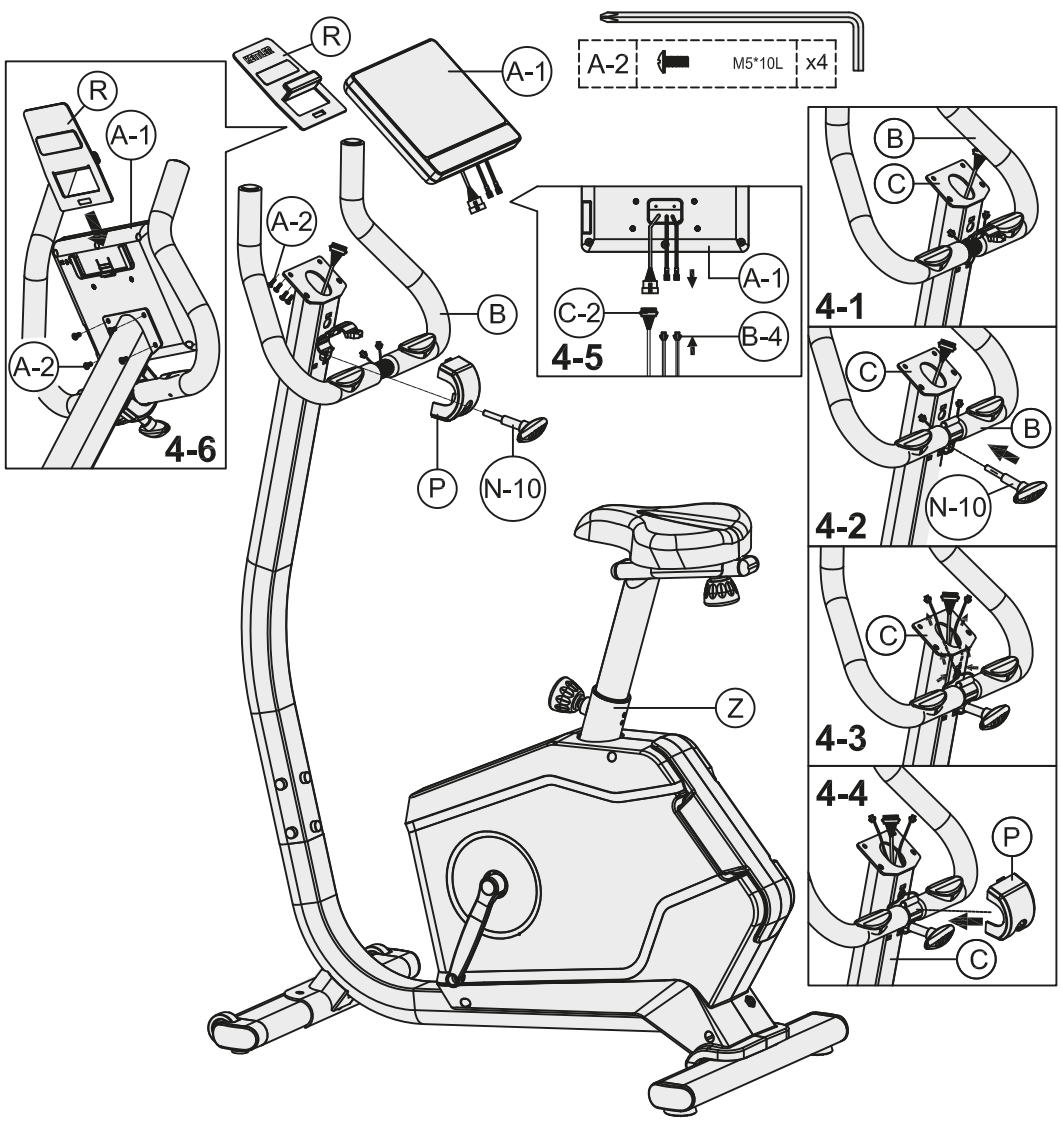


Krok 4: Montaż konsoli i uchwytów

Narzędzie: Klucz imbusowy, śrubokręt

- **UWAGA**
  - \+ Uważaj, aby nie przycisnąć przewodów podczas wykonywania poniższych czynności.
  - \+ Upewnij się, że połączenia wtykowe są prawidłowo osadzone.

1. Przymocuj uchwyty (B) wraz z pokrętłem regulacyjnym (N-10) do wspornika konsoli (C) (rys. 4-1, 4-2).
2. Przeprowadź przewody czujników pulsu dłoni (C-2, B-4) przez otwór we wsporniku konsoli (C) (rys. 4-3).
3. Załóż osłonę (P) na uchwyty (B) i przymocuj osłonę (P) do wspornika konsoli (C) (rys. 4-4).
4. Połącz przewody czujników pulsu dłoni (C-2, B-4) oraz przewód wspornika konsoli (C) z odpowiednimi złączami konsoli (A-1) (rys. 4-5).
5. Zamontuj konsolę (A-1) do wspornika konsoli za pomocą czterech śrub (A-2) (rys. 4-6).
6. Włóż uchwyt na tablet (R) do konsoli (A-1) (rys. 4-6).

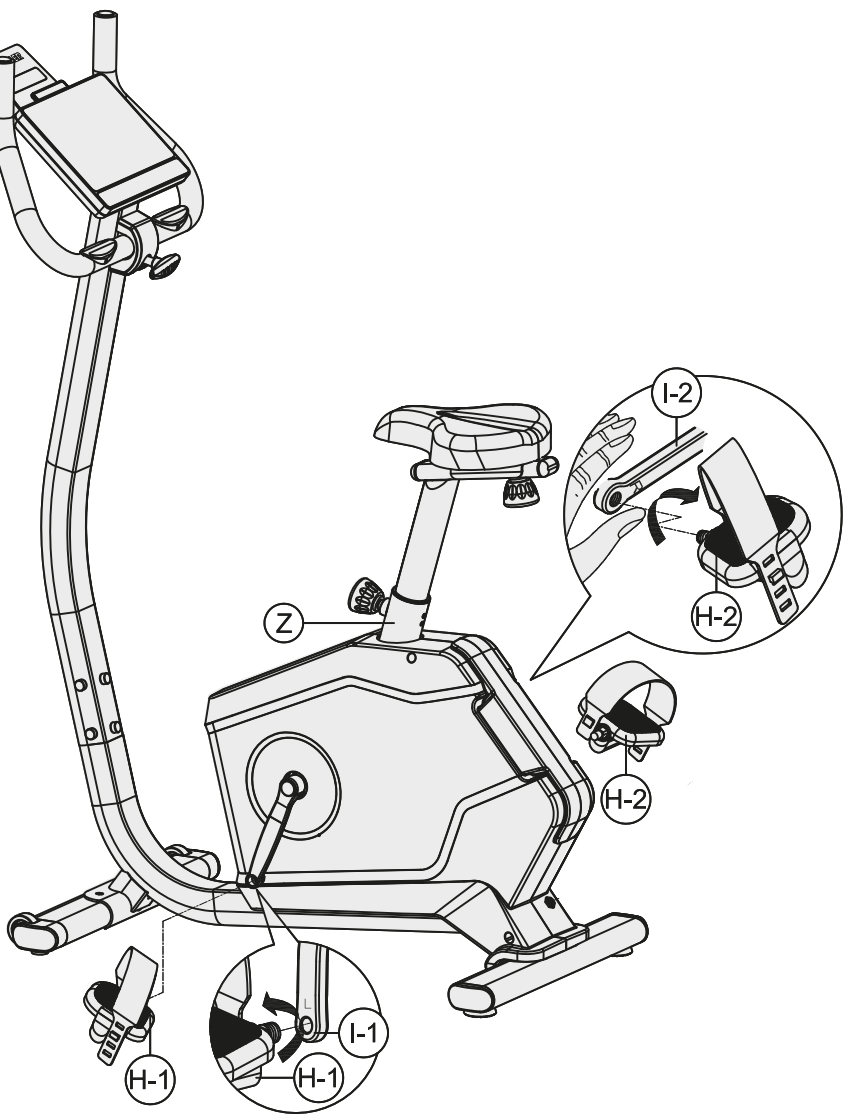


Krok 5: Montaż pedałów

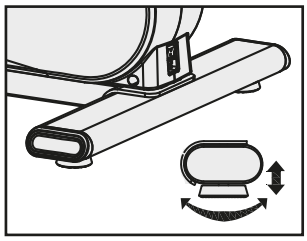
⚠ **OSTROŻNIE**
Upewnij się, że pedały są całkowicie wkręcone.

1. Przymocuj lewy pedał (H-1), obracając go przeciwnie do ruchu wskazówek zegara do lewego ramienia korby (I-1).
2. Przymocuj prawy pedał (H-2), obracając go zgodnie z ruchem wskazówek zegara do prawego ramienia korby (I-2).
3. Dokręć wszystkie połączenia śrubowe.

→ ***Montaż został zakończony.***



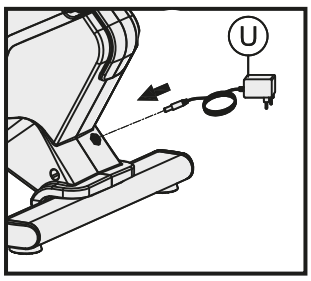
Krok 6: Wyrównanie stopek stabilizujących



W przypadku nierówności podłoża możesz ustabilizować urządzenie poprzez obracanie dwóch śrub regulacyjnych znajdujących się pod tylną stopką stabilizującą (G).

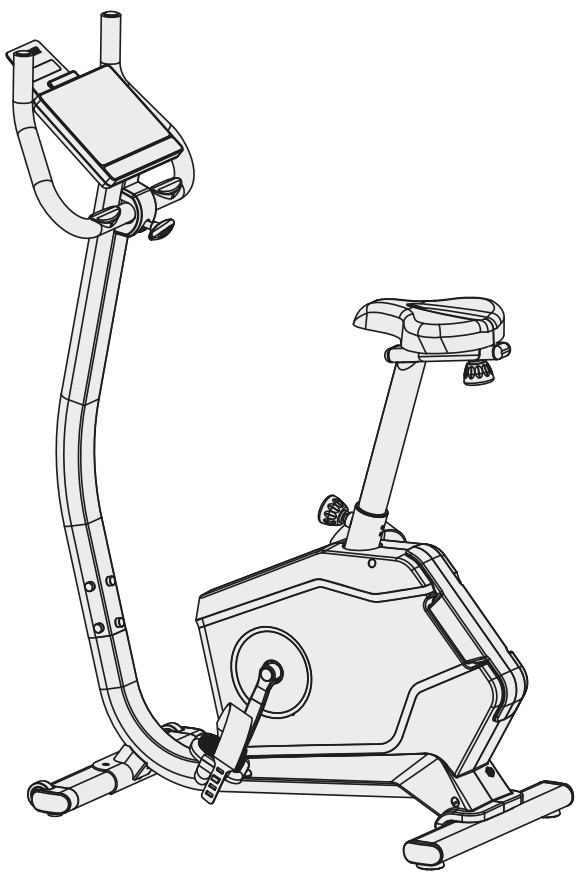
1. Unieś urządzenie z wybranej strony i obróć śrubę regulacyjną znajdującą się pod stopką stabilizującą.
2. Obracaj śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara, aby ją wykręcić i podnieść urządzenie.
3. Obracaj śrubę przeciwnie do ruchu wskazówek zegara, aby obniżyć urządzenie.

Krok 7: Podłączenie urządzenia do sieci elektrycznej

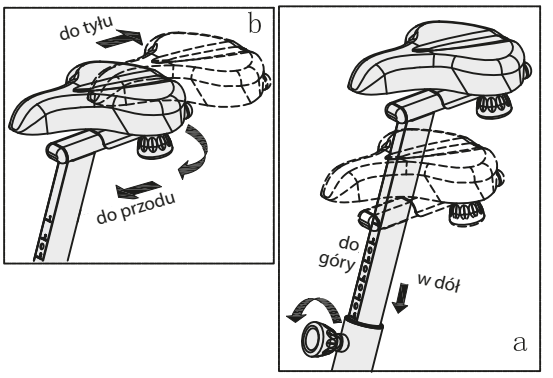


- **UWAGA**
  Urządzenia nie wolno podłączać do listwy zasilającej, ponieważ nie można zagwarantować odpowiedniego zasilania urządzenia. Może to prowadzić do usterek technicznych.

Podłącz wtyczkę sieciową (U) do gniazda elektrycznego spełniającego wymagania określone w rozdziale dotyczącym bezpieczeństwa elektrycznego.



Krok 8: **Regulacja pozycji siodełka**



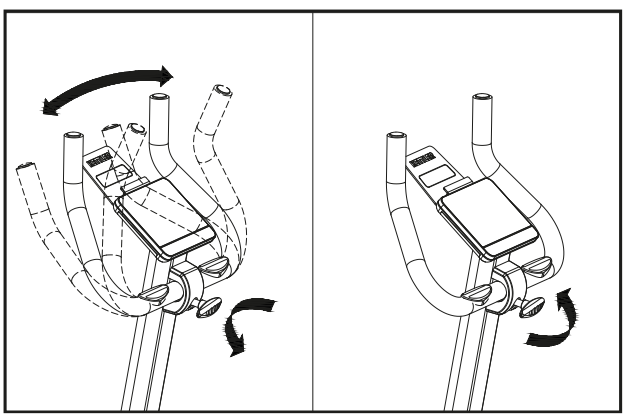
⚠ **OSTROŻNIE**
Podczas regulacji pionowej (a) zwróć uwagę, aby nie przekroczyć minimalnej głębokości wsunięcia.

1. Poluzuj pokrętła regulacyjne, obracając je przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.
2. Ustaw siodełko pionowo (a) i/lub poziomo (b) w żądanej pozycji.

⚠ **OSTROŻNIE**
Podczas regulacji pionowej (a) upewnij się, że pokrętło regulacyjne słyszalnie zatrzasnęło się w jednym z otworów regulacyjnych.

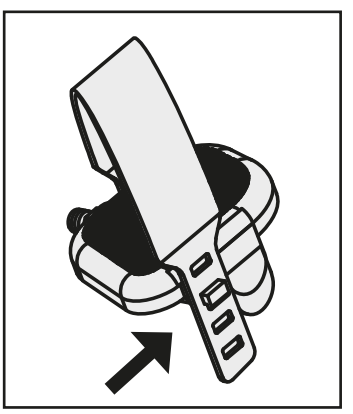
3. Dokręć pokrętła regulacyjne, obracając je zgodnie z ruchem wskazówek zegara.

Krok 9: **Regulacja uchwytów**



1. Poluzuj pokrętło regulacyjne na uchwytach, obracając je przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.
2. Ustaw uchwyty pod żądanym kątem.
3. Dokręć pokrętło regulacyjne, obracając je zgodnie z ruchem wskazówek zegara.

Krok 10: **Regulacja pasków pedałów**



ⓘ **WSKAZÓWKA**
Pasek powinien luźno przylegać do podbicia stopy i w żadnym wypadku nie może uciskać.

1. Umieść stopę centralnie na pedale.
2. Przeprowadź elastyczny pasek w dół przez podbicie stopy.
3. Naciągnij jeden z prostokątnych otworów paska na mechanizm mocujący znajdujący się z boku pedału.

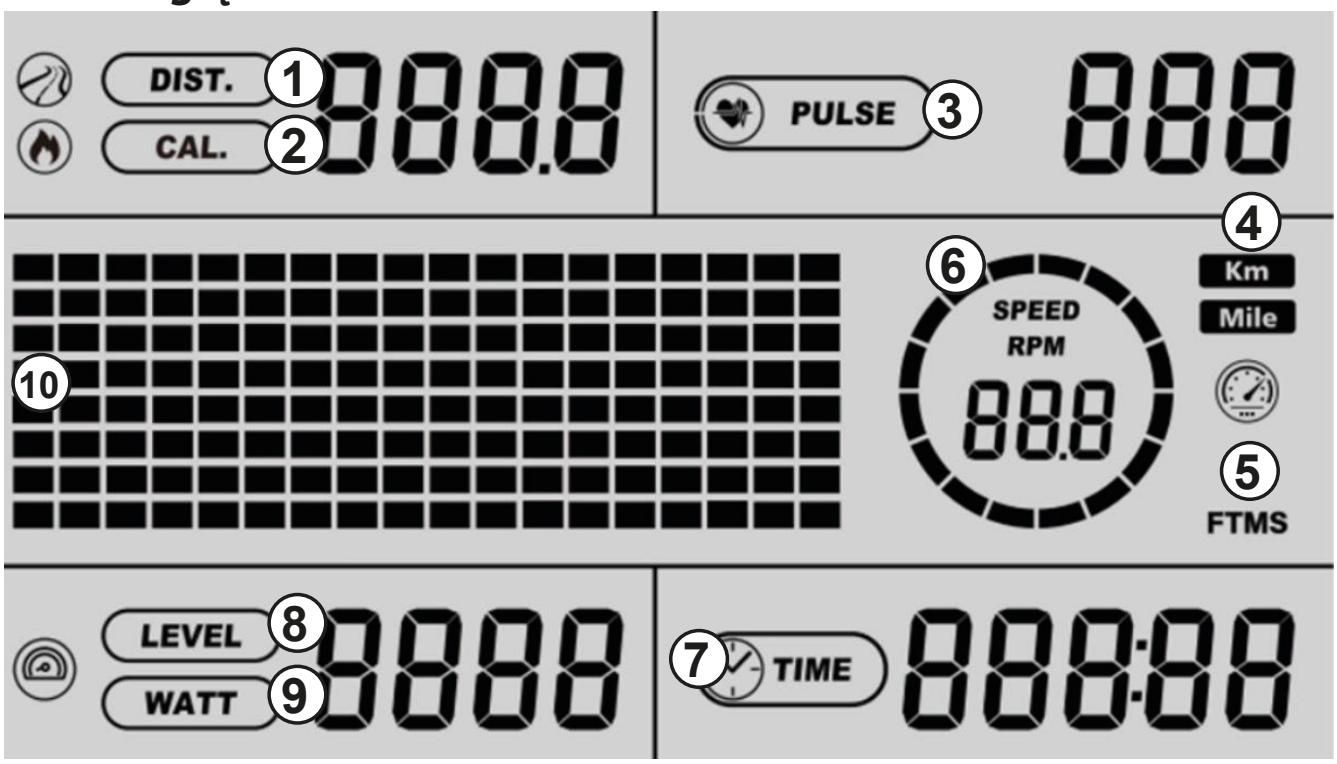
Prawidłowe wchodzenie na urządzenie i schodzenie z urządzenia

1. Podczas wchodzenia na urządzenie chwyć obiema rękami uchwyty i najpierw postaw lewą stopę na lewym pedale lub prawą stopę na prawym pedale, a następnie drugą stopę.
2. Podczas schodzenia z urządzenia chwyć obiema rękami uchwyty i postaw jedną stopę obok urządzenia, a następnie drugą.

WSKAZÓWKA

+ Przed rozpoczęciem treningu zapoznaj się ze wszystkimi funkcjami i możliwościami regulacji urządzenia. Poproś specjalistę o wyjaśnienie prawidłowego sposobu użytkowania produktu.
+ Zawsze rozpoczynaj trening od niskiego obciążenia i zwiększaj je stopniowo oraz w sposób kontrolowany. Zakończ trening fazą wyciszenia (cool-down). W przypadku pytań lub wątpliwości skontaktuj się ze swoim lekarzem rodzinnym.

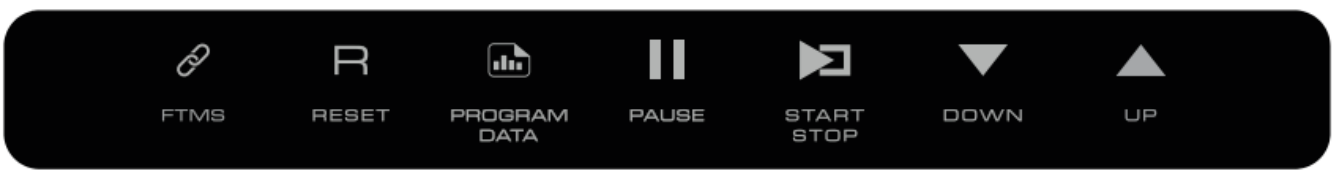
3.1 Przegląd konsoli

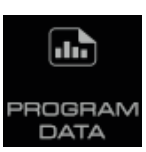


NR.	Wyświetlacz	Nazwa	Funkcja
1	DIST.	Dystans	+ Wyświetla przebyty dystans. + Zakres wyświetlania: 0,0–999,9 + Zakres ustawień: 0,0–999,9 + W programie docelowym wartość jest odliczana w dół.
2	CAL.	Kalorie	+ Wyświetla liczbę spalonych kalorii. + Zakres wyświetlania: 0,0–9999 + Zakres ustawień: 10,0–9990 + W programie docelowym wartość jest odliczana w dół.
3	PULSE	Puls	Wyświetla tętno podczas korzystania z czujników tętna lub pasa piersiowego. (Pas piersiowy nie jest częścią zestawu).

4	**KM/MILE**	**Kilometry/Mile**	Wskazuje jednostkę, w której wyświetlane są dane.
5	**FTMS**	**FTMS**	Wskazuje, czy aktywne jest połączenie FTMS lub połączenie bezprzewodowe.
6	**SPEED/ RPM**	**Prędkość/RPM**	Wyświetla naprzemiennie prędkość w RPM i km/h. + Zakres wyświetlania: 0,0–99,9 km/h + Zakres wyświetlania: 0–999 RPM
7	**TIME**	**Czas**	+ Wyświetla czas treningu. + Zakres wyświetlania: 0:00–999:59 + Zakres ustawień: 10:00–999:00 + W programie docelowym wartość jest odliczana w dół.
8	**LEVEL**	**Opór**	+ Wyświetla poziom oporu. + Poziomy oporu: 1–32
9	**WATT**	**Waty**	Wyświetla aktualnie generowaną moc w watach.
10	**MATRIX**	**Okno komunikatów / Profil obciążenia**	Wyświetla komunikaty, parametry wyboru programu oraz profile obciążenia programów treningowych.

3.2 Funkcje przycisków



Wyświetlacz	Przycisk	Funkcja
	FTMS	Aktywuje połączenie bezprzewodowe z urządzeniem końcowym.
	RESET	+ Resetuje wprowadzoną wartość. + Powraca do trybu spoczynku, jeśli znajdujesz się w podsumowaniu treningu.
	**PROGRAM DATA**	+ Umożliwia wybór spośród różnych programów. + Zmienia wyświetlane dane podczas treningu.
	PAUSE	Wstrzymuje aktualny trening.

	START/STOP	+ Rozpoczyna trening. + Kończy aktualny trening.
	DOWN	+ Przechodzi w dół w menu wyboru. + Zmniejsza poziom oporu podczas treningu. + Zmniejsza wartość.
	UP	+ Przechodzi w górę w menu wyboru. + Zwiększa poziom oporu podczas treningu. + Zwiększa wartość.

3.3 Tryby wyświetlania

W poniższej tabeli znajduje się przegląd trybów wyświetlania konsoli. Przegląd ten pomoże Ci zorientować się w programach treningowych.

Tryb	Funkcja
Tryb spoczynku	+ Nie jest wykonywany żaden program treningowy. Wszystkie wartości są ustawione na 0. + Po 5 minutach braku aktywności na ekranie treningowym konsola przechodzi w tryb spoczynku. + Możesz wybrać program treningowy.
STANDBY	+ Jest to tryb czuwania, do którego konsola przechodzi po 5 minutach braku aktywności w trybie spoczynku. + Konsola nie jest podświetlona i nie są wyświetlane żadne dane. + Naciśnij dowolny przycisk, aby opuścić tryb czuwania.
Ekran treningu	+ Ekran treningu jest wyświetlany podczas wykonywania treningu. + W trybie treningu wyświetlane są dane treningowe. + Wyświetlane informacje zmieniają sich co 5 sekund. + Zakończ trening, aby powrócić do trybu spoczynku.
Ekran pauzy	+ Ekran pauzy jest wyświetlany po wstrzymaniu treningu. + Wznów trening, aby opuścić ten ekran.
Podsumowanie treningu	+ Wyświetlane jest podsumowanie treningu. + Po 5 minutach braku aktywności konsola przechodzi w tryb spoczynku.

3.4 Wyświetlane informacje

W tym rozdziale znajdziesz objaśnienie wartości wyświetlanych na konsoli.

Wartość	Opis
Waty	+ Wartość mocy w watach wskazuje aktualną moc generowaną podczas treningu. + Wartość w watach pokazuje intensywność treningu – niezależnie od częstotliwości pedałowania lub kombinacji ustawionego oporu.
RPM	RPM (obroty na minutę) określa częstotliwość pedałowania, czyli liczbę obrotów pedałów wykonywanych w ciągu jednej minuty.

Zmiana wyświetlanych danych:

ⓘ **WSKAZÓWKA**
W trybie treningu wyświetlane są następujące dane treningowe:

+ **DIST./LEVEL/SPEED oraz CAL./WATT/RPM**
+ **Aby zmienić wyświetlane dane, naciśnij przycisk PROGRAM DATA.**

3.5 Programy treningowe

Urządzenie oferuje szeroki wybór programów treningowych, które pomogą Ci osiągnąć założony cel treningowy. Poniżej znajduje się lista dostępnych programów treningowych:

Program	Opis	Liczba
Szybki start	Trening manualny bez ustawień wstępnych.	1
Program docelowy	Wprowadź wartość docelową dla treningu. Będzie ona odliczana w dół.	3
Programy sterowane tętnem	Opór jest ustawiany w taki sposób, aby osiągnąć ustawioną docelową wartość tętna.	3
Programy predefiniowane	Trening z predefiniowanym profilem. W razie potrzeby dostosuj wcześniej parametry treningu.	30
Program docelowej mocy (Watt)	Opór jest automatycznie dostosowywany do prędkości pedałowania, aby osiągnąć określoną wartość mocy w watach.	1
Programy użytkownika	Utwórz własny program treningowy.	2

W poniższych podrozdziałach znajdziesz szczegółowy opis programów treningowych.

3.5.1 Szybki start

Aby rozpocząć trening bez wstępnych ustawień, można wybrać program Szybki start.

Aby uruchomić program Szybki start:

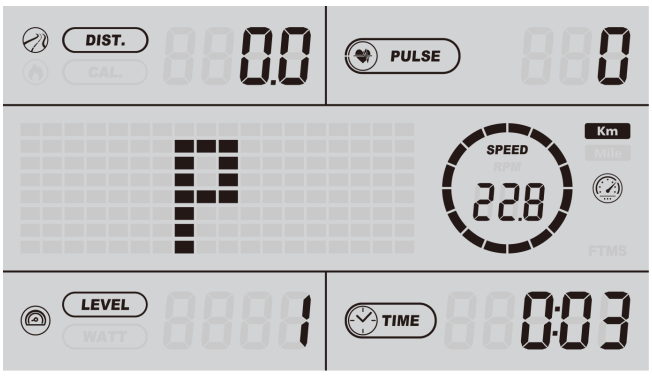
1. W trybie spoczynku naciśnij przycisk START/STOP.

Czas zacznie być odliczany w górę.

2. Ustaw żądany poziom oporu za pomocą przycisków strzałek.

ⓘ **WSKAZÓWKA**
Zmieniaj wyświetlane dane za pomocą przycisku PROGRAM DATA.

3. Aby wstrzymać trening, naciśnij przycisk PAUSE.



4. Aby kontynuować trening, naciśnij przycisk START/STOP.
5. Aby zakończyć trening, w trybie treningu naciśnij przycisk START/STOP.

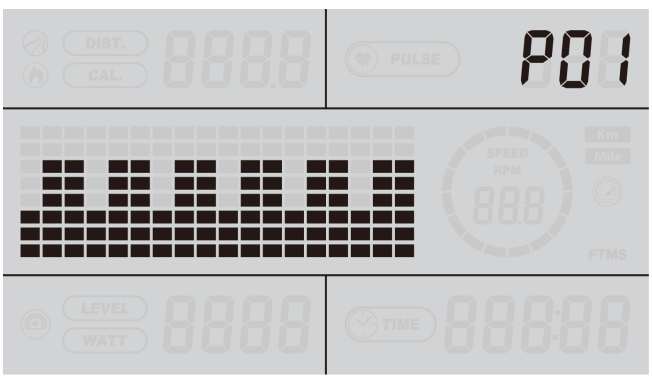
→ ***Urządzenie powróci do trybu spoczynku.***

3.5.2 Programy predefiniowane

Aby rozpocząć trening z gotowymi ustawieniami, wybierz jeden z 30 programów predefiniowanych. Jeśli czas treningu nie zostanie ustawiony, każdy segment trwa jedną minutę. Jeśli ustawisz czas samodzielnie, zostanie on podzielony przez 18 i odpowiednio rozłożony na poszczególne segmenty.

Aby uruchomić program predefiniowany:

1. W trybie spoczynku naciśnij przycisk PROGRAM DATA.
2. Za pomocą przycisków strzałek wybierz program od P01 do P30.



WSKAZÓWKA

+ Aby opuścić ustawienia programu i wrócić do trybu spoczynku, możesz w dowolnym momencie nacisnąć przycisk RESET.
+ Aby pominąć ustawienia programu lub poszczególne wartości, naciśnij przycisk PROGRAM DATA.
+ Aby natychmiast uruchomić program, naciśnij przycisk START/STOP.

1. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby przejść do ustawień programu.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis AGE.

2. Za pomocą przycisków strzałek wybierz swój wiek.
3. Aby potwierdzić wiek, naciśnij przycisk PROGRAM DATA.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis WEIGHT.

4. Za pomocą przycisków strzałek wybierz swoją wagę.
5. Aby potwierdzić wagę, naciśnij przycisk PROGRAM DATA.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis TIME.

6. Za pomocą przycisków strzałek ustaw żądany czas treningu.

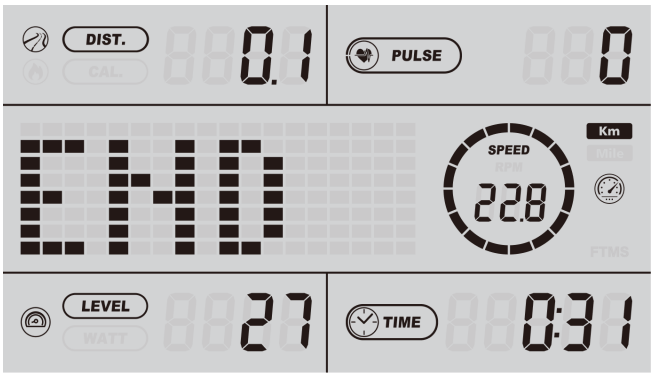
7. Naciśnij przycisk START/STOP, aby uruchomić program, lub przycisk PROGRAM DATA, aby ponownie przejść przez ustawienia.

7.1. Alternatywnie naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby ponownie edytować ustawienia programu.

Program zostanie uruchomiony.

8. Aby wstrzymać trening, naciśnij przycisk PAUSE.
9. Aby kontynuować trening, naciśnij przycisk START/STOP.
10. Aby zakończyć trening, w trybie treningu naciśnij przycisk START/STOP.
11. Po osiągnięciu ustawionego czasu urządzenie wyemituje sygnał dźwiękowy.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis END.



→ *W podsumowaniu treningu zostaną przedstawione dane dotyczące treningu.*

3.5.3 Programy docelowe

Aby rozpocząć trening z określonym celem, wybierz jeden z trzech dostępnych programów docelowych.

Aby uruchomić program docelowy:

1. W trybie spoczynku naciśnij przycisk PROGRAM DATA.
2. Za pomocą przycisków strzałek wybierz program P00.

ⓘ **WSKAZÓWKA**

+ Aby opuścić ustawienia programu i wrócić do trybu spoczynku, możesz w dowolnym momencie nacisnąć przycisk RESET.
+ Aby pominąć ustawienia programu lub poszczególne wartości, naciśnij przycisk PROGRAM DATA.
+ Aby natychmiast uruchomić program, naciśnij przycisk START/STOP.

3. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby przejść do ustawień programu.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis AGE.

4. Za pomocą przycisków strzałek wybierz swój wiek.
5. Aby potwierdzić wiek, naciśnij przycisk PROGRAM DATA.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis WEIGHT.

6. Za pomocą przycisków strzałek wybierz swoją wagę.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis DISTANCE.

1. Za pomocą przycisków strzałek ustaw docelowy dystans.

1.1. Jeśli nie chcesz określać celu dotyczącego dystansu, ustaw wartość 0 i naciśnij przycisk PROGRAM DATA.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis CALORIE.

2. Za pomocą przycisków strzałek ustaw docelową liczbę kalorii.

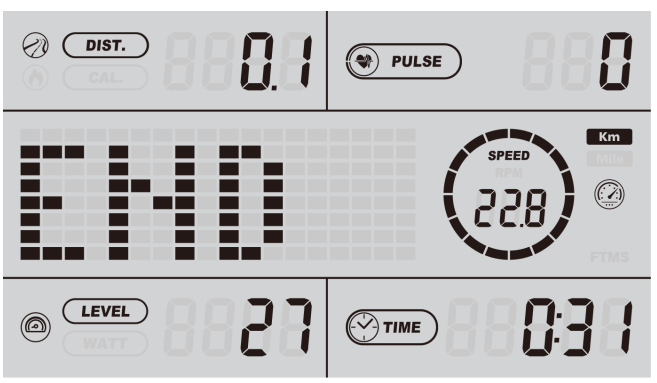
2.1. Jeśli nie chcesz określać celu kalorycznego, ustaw wartość 0.

3. Naciśnij przycisk START/STOP, aby uruchomić program, lub przycisk PROGRAM DATA, aby ponownie przejść przez ustawienia.

Program zostanie uruchomiony.

4. Ustaw żądany poziom oporu.
5. Aby wstrzymać trening, naciśnij przycisk PAUSE.
6. Aby kontynuować trening, naciśnij przycisk START/STOP.
7. Aby zakończyć trening, w trybie treningu naciśnij przycisk START/STOP.
8. Po osiągnięciu ustawionego celu czasowego urządzenie wyemituje sygnał dźwiękowy.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis END.



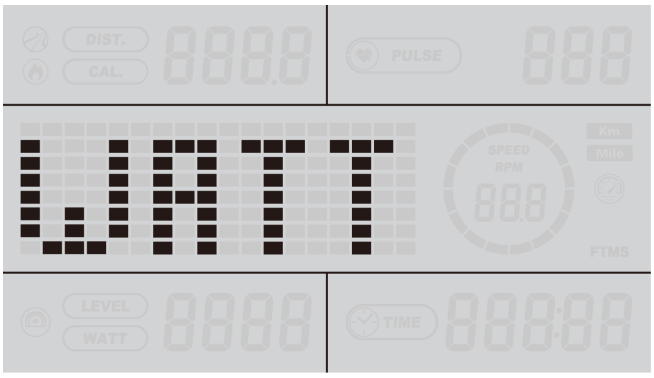
→ ***W podsumowaniu treningu zostaną przedstawione dane dotyczące treningu.***

3.5.4 Program docelowej mocy (Watt)

W programie docelowej mocy trenujesz ze stałą wydajnością. Urządzenie automatycznie dostosowuje poziom oporu, aby utrzymać ustawioną wartość mocy (w watach) możliwie jak najbardziej stabilnie, niezależnie od częstotliwości pedałowania.

Aby uruchomić program docelowej mocy:

1. W trybie spoczynku naciśnij przycisk PROGRAM DATA.
2. Za pomocą przycisków strzałek wybierz program WATT.



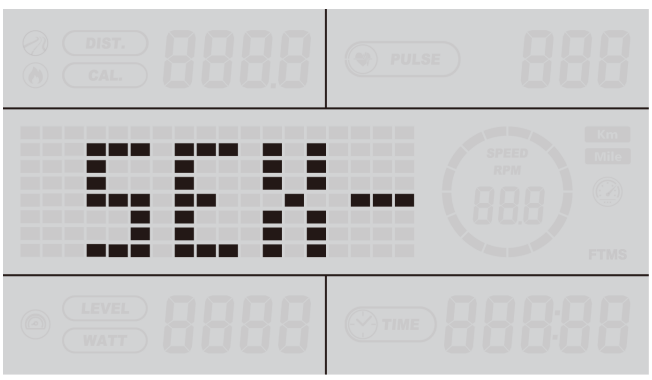
WSKAZÓWKA

+ Aby opuścić ustawienia programu i wrócić do trybu spoczynku, możesz w dowolnym momencie nacisnąć przycisk RESET.
+ Aby pominąć ustawienia programu lub poszczególne wartości, naciśnij przycisk PROGRAM DATA.
+ Aby natychmiast uruchomić program, naciśnij przycisk START/STOP.

3. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby przejść do ustawień programu.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis MALE lub FEMALE.

4. Za pomocą przycisków strzałek wybierz swoją płeć.
5. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby potwierdzić ustawienie.



W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis AGE.

6. Za pomocą przycisków strzałek wybierz swój wiek.
7. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby potwierdzić wiek.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis WEIGHT.

1. Za pomocą przycisków strzałek wybierz swoją wagę.
2. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby potwierdzić wagę.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis TIME.

3. Za pomocą przycisków strzałek ustaw czas treningu.

3.1. Jeśli nie chcesz ustawiać celu czasowego, wprowadź wartość 0 i naciśnij przycisk PROGRAM DATA.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis TARGET WATT.

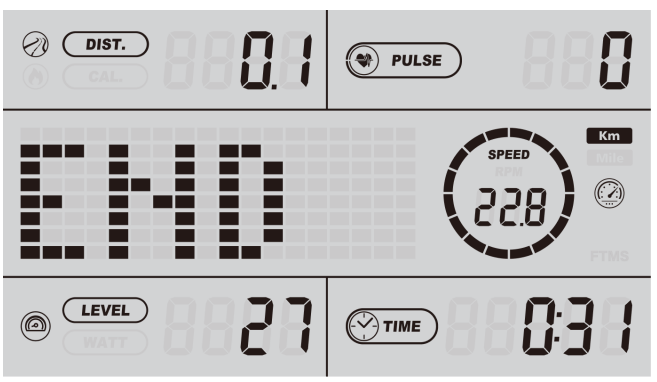
4. Za pomocą przycisków strzałek ustaw żądaną moc.
5. Naciśnij przycisk START/STOP, aby uruchomić program, lub przycisk PROGRAM DATA, aby ponownie przejść przez ustawienia.

Program zostanie uruchomiony.

ⓘ **WSKAZÓWKA**
Urządzenie automatycznie reguluje poziom oporu, aby osiągnąć ustawioną docelową wartość mocy i utrzymywać ją możliwie na stałym poziomie.

6. Aby wstrzymać trening, naciśnij przycisk PAUSE.
7. Aby kontynuować trening, naciśnij przycisk START/STOP.
8. Aby zakończyć trening, w trybie treningu naciśnij przycisk START/STOP.
9. Po osiągnięciu ustawionego czasu urządzenie wyemituje sygnał dźwiękowy.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis END.



→ ***W podsumowaniu treningu zostaną wyświetlone zebrane dane treningowe.***

3.5.5 Programy sterowane tętnem

OSTRZEŻENIE

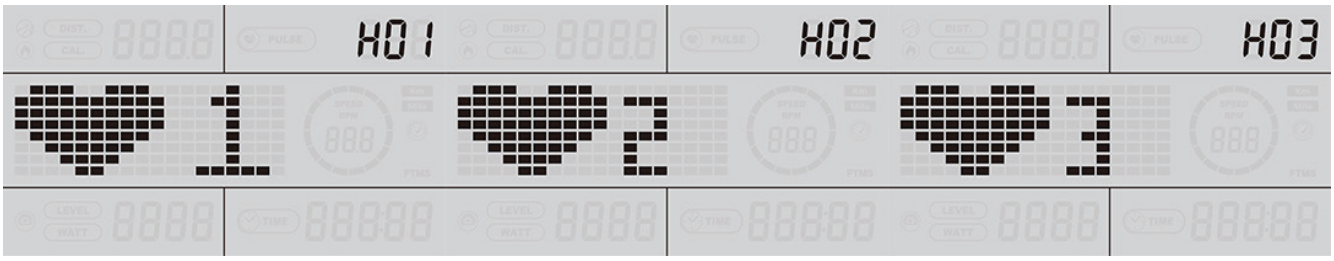
Urządzenie treningowe nie jest wyrobem medycznym. Pomiar tętna wykonywany przez urządzenie może być niedokładny. Na dokładność wskazań tętna może wpływać wiele różnych czynników. Wskazania tętna służą wyłącznie jako pomoc podczas treningu.

W programach sterowanych tętnem trening odbywa się w zależności od aktualnej częstotliwości pracy serca. Urządzenie automatycznie dostosowuje poziom oporu, aby utrzymać docelowe tętno. Dostępne są trzy programy sterowane tętnem:

+ HRC1: 60% tętna docelowego
+ HRC2: 75% tętna docelowego
+ HRC3: 85% tętna docelowego

Aby uruchomić program sterowany tętnem:

1. W trybie spoczynku naciśnij przycisk PROGRAM DATA.
2. Za pomocą przycisków strzałek wybierz jeden z programów H01–H03.



WSKAZÓWKA

+ Aby opuścić ustawienia programu i wrócić do trybu spoczynku, możesz w dowolnym momencie nacisnąć przycisk RESET.
+ Aby pominąć ustawienia programu lub poszczególne wartości, naciśnij przycisk PROGRAM DATA.
+ Aby natychmiast uruchomić program, naciśnij przycisk START/STOP.

3. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby przejść do ustawień programu.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis AGE.

4. Za pomocą przycisków strzałek wybierz swój wiek.
5. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby potwierdzić wiek.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis WEIGHT.

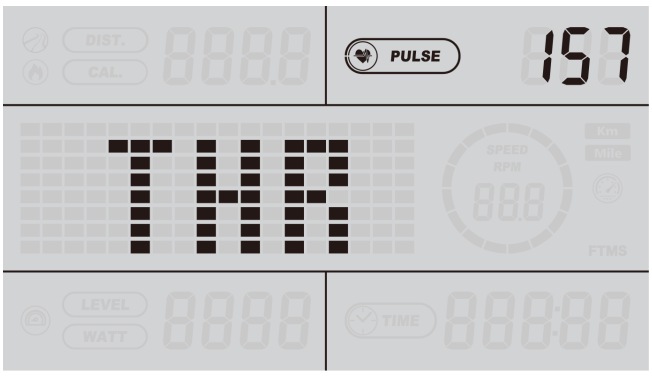
6. Za pomocą przycisków strzałek wybierz swoją wagę.
7. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby potwierdzić wagę.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis TIME.

8. Za pomocą przycisków strzałek ustaw czas treningu.

8.1. Jeśli nie chcesz ustawiać celu czasowego, wprowadź wartość 0 i naciśnij przycisk PROGRAM DATA.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis THR.



9. Za pomocą przycisków strzałek ustaw docelową wartość tętna.
10. Naciśnij przycisk START/STOP, aby uruchomić program, lub przycisk PROGRAM DATA, aby ponownie przejść przez ustawienia.

Trening rozpocznie się przy niskim poziomie oporu.

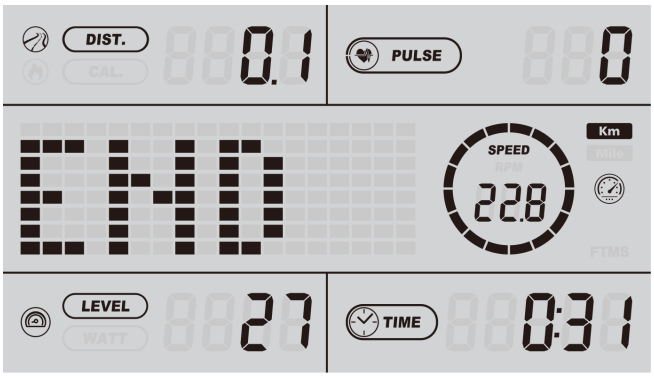
Podczas treningu urządzenie automatycznie dostosowuje poziom oporu, aby utrzymać ustawione tętno docelowe.

11. Docelową wartość tętna można zmieniać podczas treningu za pomocą przycisków strzałek.

ⓘ **WSKAZÓWKA**
Program sterowany tętnem można uruchomić również bez sygnału tętna. Jeśli przez dłuższy czas nie zostanie wykryte tętno, urządzenie automatycznie zakończy program.

12. Aby wstrzymać trening, naciśnij przycisk PAUSE.
13. Aby kontynuować trening, naciśnij przycisk START/STOP.
14. Aby zakończyć trening, w trybie treningu naciśnij przycisk START/STOP.
15. Po osiągnięciu ustawionego czasu lub po zakończeniu programu urządzenie wyemituje sygnał dźwiękowy.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis END.



→ ***W podsumowaniu treningu zostaną wyświetlone zebrane dane treningowe.***

3.5.6 Programy użytkownika

Programy użytkownika umożliwiają tworzenie i trwałe zapisywanie własnych profili treningowych. Dostępne są dwa programy użytkownika.

Aby uruchomić program użytkownika:

1. W trybie spoczynku naciśnij przycisk PROGRAM DATA.
2. Za pomocą przycisków strzałek wybierz jeden z programów U01–U02.

ⓘ **WSKAZÓWKA**

+ Aby opuścić ustawienia programu i wrócić do trybu spoczynku, możesz w dowolnym momencie nacisnąć przycisk RESET.
+ Aby pominąć ustawienia programu lub poszczególne wartości, naciśnij przycisk PROGRAM DATA.
+ Aby natychmiast uruchomić program, naciśnij przycisk START/STOP.

3. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby przejść do ustawień programu.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis AGE.

4. Za pomocą przycisków strzałek wybierz swój wiek.
5. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby potwierdzić wiek.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis WEIGHT.

6. Za pomocą przycisków strzałek wybierz swoją wagę.
7. Naciśnij przycisk PROGRAM DATA, aby potwierdzić wagę.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis TIME.

8. Za pomocą przycisków strzałek ustaw czas treningu.

8.1. Jeśli nie chcesz ustawiać celu czasowego, wprowadź wartość 0 i naciśnij przycisk PROGRAM DATA.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis LEVEL

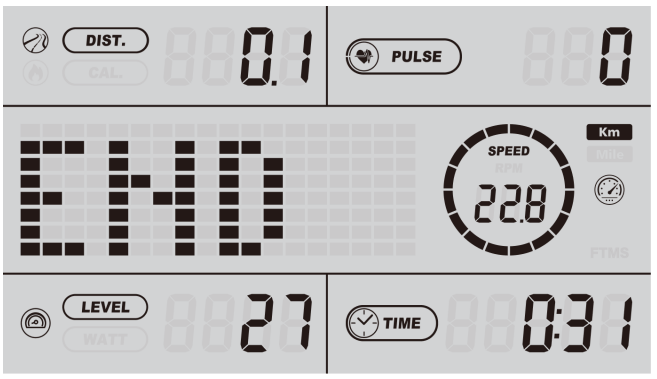
1. Za pomocą przycisków strzałek ustaw poziom oporu dla każdego segmentu treningu.
2. Potwierdź każdy segment, naciskając przycisk PROGRAM DATA.
3. Naciśnij przycisk START/STOP, aby uruchomić program, lub przycisk PROGRAM DATA, aby ponownie przejść przez ustawienia.

WSKAZÓWKA

+ Ustawiony profil oporu zostanie zapisany i pozostanie w pamięci urządzenia do momentu jego ponownej zmiany.
+ Trening składa się z kilku następujących po sobie segmentów z określonymi przez użytkownika poziomami oporu.

4. Aby zmienić poziom oporu podczas treningu, użyj przycisków strzałek.
5. Aby wstrzymać trening, naciśnij przycisk PAUSE.
6. Aby kontynuować trening, naciśnij przycisk START/STOP.
7. Aby zakończyć trening, w trybie treningu naciśnij przycisk START/STOP.

W oknie komunikatów zostanie wyświetlony napis END.



→ ***W podsumowaniu treningu zostaną wyświetlone zebrane dane treningowe.***

3.6 Podsumowanie treningu

W podsumowaniu treningu wyświetlane są następujące dane:

ⓘ **WSKAZÓWKA**

+ Podsumowanie treningu jest wyświetlane tylko wtedy, gdy program osiągnie wartość docelową lub upłynie ustawiony czas treningu. Jeśli program zostanie zakończony przed osiągnięciem wartości docelowej lub przed upływem ustawionego czasu, urządzenie przejdzie bezpośrednio do trybu spoczynku.
+ Aby opuścić podsumowanie treningu, naciśnij przycisk RESET.

Wyświetlacz	Nazwa	Funkcja
DIST.	**Dystans**	Wyświetla przebyty dystans.
PULSE	**Tętno**	Wyświetla średnie tętno.
SPEED	**Prędkość**	Wyświetla średnią prędkość.
WATT	**Moc (W)**	Wyświetla osiąganą moc w watach.
TIME	**Czas**	Wyświetla czas treningu.
LEVEL	**Poziom oporu**	Wyświetla średni poziom oporu.
CAL.	**Kalorie**	Wyświetla liczbę spalonych kalorii.

3.7 Złącze USB-C

ⓘ **WSKAZÓWKA**

+ Do konsoli można podłączyć urządzenie końcowe w celu jego ładowania.
+ Należy pamiętać, że do tego celu wymagany jest przewód USB-C (nie znajduje się w zestawie).

3.8 Tabela mocy

W poniższej tabeli znajduje się zestawienie wartości mocy w watach dla poszczególnych wartości oporu i prędkości pedałowania.

OPÓR/OBROTY NA MINUTĘ	20	30	40	50	60	70	80	90	100	110	120
Poziom 1	7	13	21	30	40	50	61	74	86	99	111
Poziom 2	8	16	25	36	47	60	74	89	103	119	133
Poziom 3	9	18	28	41	54	70	86	105	121	139	156
Poziom 4	10	20	32	47	61	79	99	120	139	159	178
Poziom 5	11	22	36	52	68	89	111	135	156	179	201
Poziom 6	12	24	40	58	75	99	124	150	174	199	223
Poziom 7	13	26	44	63	82	109	136	165	192	219	246
Poziom 8	14	29	47	69	89	119	149	180	209	239	269
Poziom 9	15	31	51	74	96	129	161	195	227	259	291
Poziom 10	16	33	55	80	104	139	174	210	245	279	314
Poziom 11	18	35	59	85	112	149	186	225	262	299	336
Poziom 12	19	37	62	91	120	159	199	240	280	319	359
Poziom 13	20	40	66	96	128	168	211	255	298	339	381
Poziom 14	21	42	70	102	136	178	224	270	315	359	404
Poziom 15	22	44	74	107	144	188	236	285	333	379	427
Poziom 16	23	46	77	113	152	198	249	300	351	399	449
Poziom 17	24	48	81	118	160	208	261	316	368	419	472
Poziom 18	25	51	85	124	168	218	274	331	386	439	494
Poziom 19	26	53	89	129	176	228	286	346	404	459	517
Poziom 20	27	55	93	135	184	238	299	361	421	479	540
Poziom 21	28	57	96	140	192	247	311	376	439	499	562
Poziom 22	29	59	100	146	200	257	324	391	457	519	585
Poziom 23	30	62	104	151	208	267	336	406	474	539	607
Poziom 24	31	64	108	157	216	277	349	421	492	559	630
Poziom 25	32	66	111	162	224	287	361	436	510	579	652
Poziom 26	33	68	115	168	232	297	374	451	527	599	675
Poziom 27	34	70	119	173	240	307	386	466	545	619	698
Poziom 28	35	72	123	179	248	317	399	481	563	639	720
Poziom 29	36	75	126	184	256	326	411	496	580	659	743
Poziom 30	37	77	130	190	264	336	424	511	598	679	765
Poziom 31	38	79	134	195	272	346	436	527	616	699	788
Poziom 32	39	81	138	200	280	356	449	542	633	719	810

4.1 Wskazówki dotyczące treningu

Podczas treningu ważne jest prawidłowe wykonywanie ćwiczeń, aby uniknąć kontuzji i osiągnąć pożądany efekt treningowy. Upewnij się, że stosujesz prawidłową technikę i trenujesz z odpowiednim poziomem intensywności. W razie wątpliwości lub problemów zdrowotnych należy zawsze skonsultować się z ekspertem, takim jak trener lub lekarz. Zawsze zaczynaj trening z niskim obciążeniem i zwiększaj intensywność w sposób równomierny i łagodny. Trening należy zakończyć fazą wyciszenia (cool down). W razie jakichkolwiek pytań lub wątpliwości należy skontaktować się z lekarzem.

4.1.1 Odzież treningowa

Podczas treningu należy nosić odpowiednią odzież sportową, która jest wygodna i oddychająca. Unikaj odzieży, która ogranicza ruchy lub jest niewygodna. Upewnij się, że buty są odpowiednie i zapewniają wystarczające wsparcie. Ponadto zawsze noś ze sobą ręcznik, aby móc wytrzeć pot i utrzymać urządzenie w czystości.

4.1.2 Rozgrzewka i rozciąganie

Ważne jest, aby przed treningiem odpowiednio się rozgrzać i rozciągnąć, aby uniknąć kontuzji i poprawić wydajność. Rozciąganie pomaga rozluźnić mięśnie i poprawić ich elastyczność. Pamiętaj, aby przed każdym treningiem wykonać krótką sesję rozciągania.

Ćwiczenia rozgrzewające:

1. Stań prosto ze stopami rozstawionymi na szerokość barków.
2. Zacznij od delikatnych krążeń ramion, powoli przesuwając ramiona do przodu w małych okręgach w kontrolowany sposób.
3. Wykonuj krążenia ramion do tyłu, aby rozluźnić barki i ramiona.
4. Wykonuj przysiady, powoli kucając, a następnie ponownie prostując się. Upewnij się, że kolana nie wychodzą poza palce stóp.

⚠ **UWAGA**
Nie należy ćwiczyć, gdy mięśnie są obolałe, ani nadmiernie ich obciążać, ponieważ może to prowadzić do kontuzji.

4.1.3 Trening a przyjmowane leki

Jeśli regularnie przyjmujesz leki i chcesz ćwiczyć, ważne jest, aby być świadomym możliwych skutków ubocznych. Należy zapytać lekarza, czy przyjmowane leki mają wpływ na trening.

4.1.4 Używane grupy mięśni

Trening na tym urządzeniu angażuje następujące grupy mięśni:

+ Mięsień pośladkowy
+ Mięśnie nóg

Upewnij się, że podczas treningu masz wyprostowane plecy. Nie garb się i nie wyginaj pleców w łuk. Nie prostuj w pełni nóg, ale utrzymuj lekkie zgięcie w kolanie podczas ruchu.

4.1.5 Częstotliwość ćwiczeń

Regularne ćwiczenia mają kluczowe znaczenie dla osiągania postępów i zachowania zdrowia w dłuższej perspektywie. Ciągłe ćwiczenia mogą wzmocnić mięśnie, poprawić wytrzymałość i poprawić ogólne samopoczucie. Pamiętaj, że nawet krótkie treningi wykonywane regularnie, mogą pomóc w osiągnięciu długoterminowych rezultatów.

Trening z orientacją na tętno
Trening oparty na tętnie to skuteczny i zdrowy sposób na poprawę kondycji. Na podstawie wieku oraz poniższej tabeli możesz łatwo określić optymalne tętno dla swojego treningu. Jeśli Twoje tętno przekroczy ustawioną wartość docelową, włączy się alarm dźwiękow.

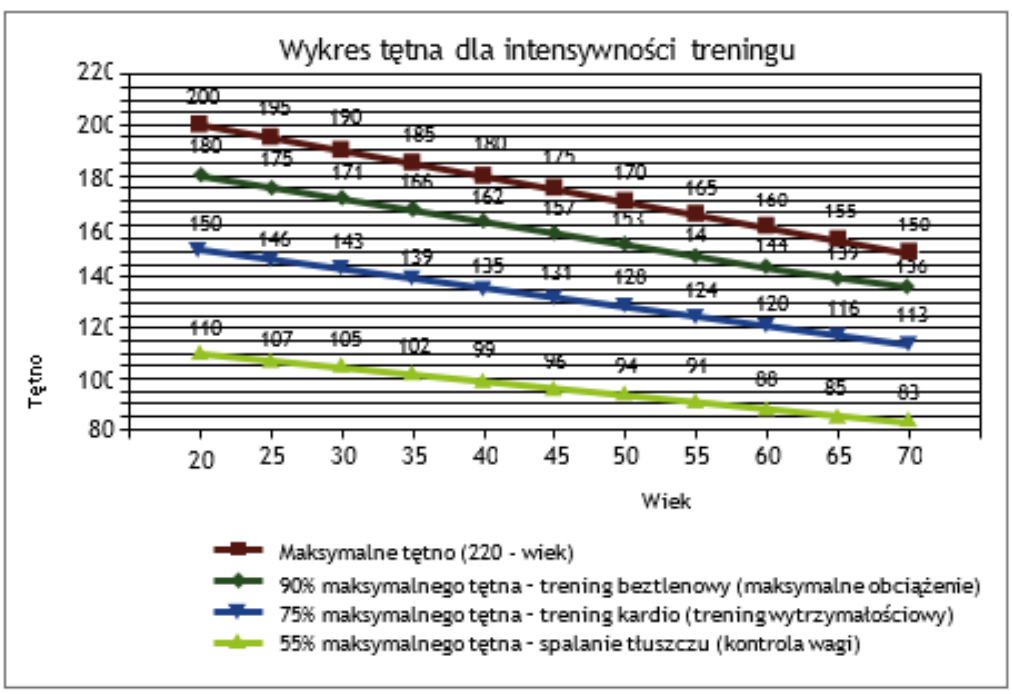
Spalanie tłuszczu (kontrola wagi): Głównym celem jest spalenie zapasów tłuszczu. Aby osiągnąć ten cel treningowy, wymagana jest niska intensywność treningu (około 55% maksymalnego tętna) oraz dłuższy czas trwania treningu.

Trening kardio (trening wytrzymałościowy): Podstawowym celem jest zwiększenie wytrzymałości i sprawności fizycznej poprzez poprawę dostarczania tlenu przez układ sercowo-naczyniowy. Aby osiągnąć ten cel treningowy, wymagana jest średnia intensywność (około 75% maksymalnego tętna) oraz średni czas trwania treningu.

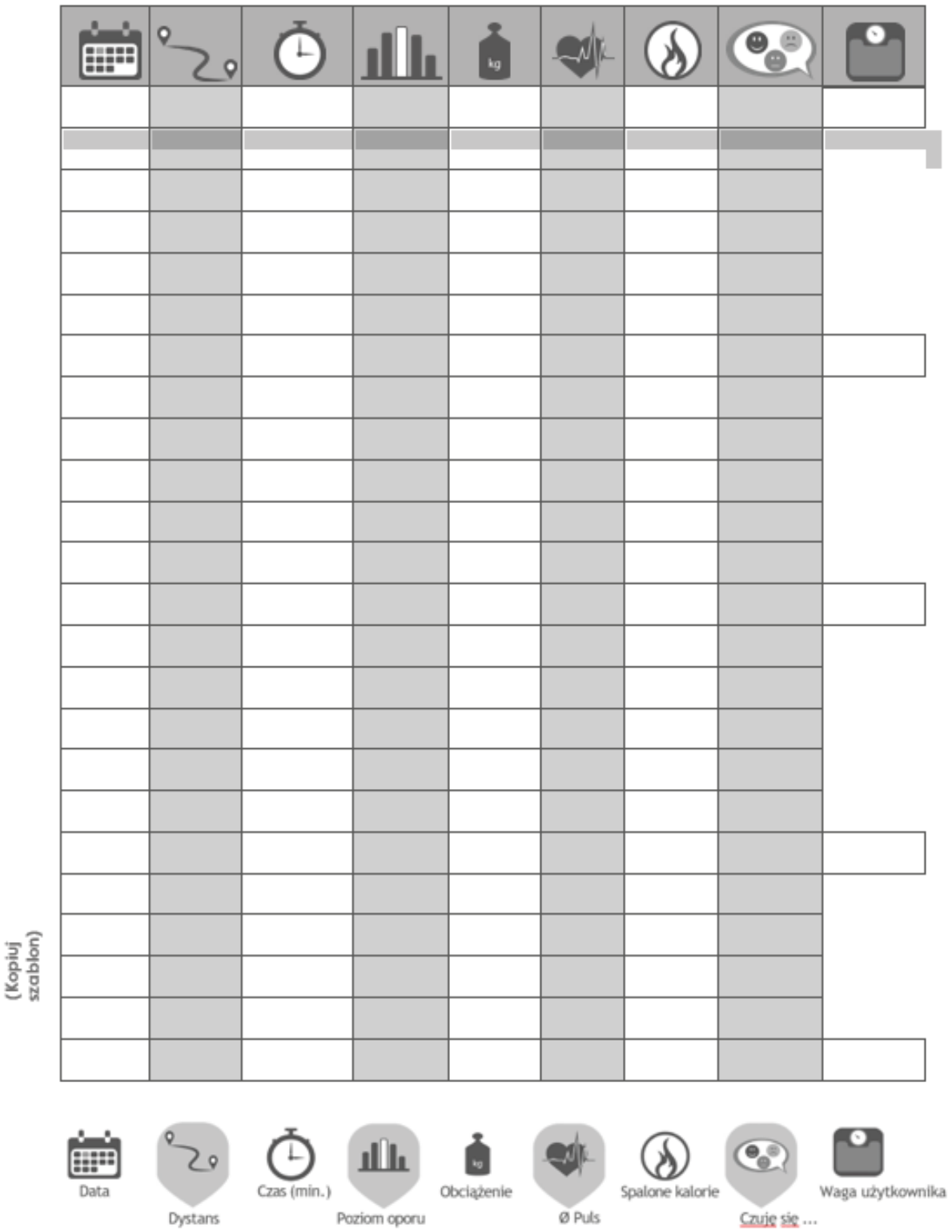
Trening beztlenowy (maksymalne obciążenie): Głównym celem treningu maksymalnego obciążenia jest poprawa regeneracji po krótkich, intensywnych obciążeniach, aby móc szybko powrócić do strefy tlenowej. Aby osiągnąć ten cel treningowy, wymagana jest wysoka intensywność (około 90% maksymalnego tętna) przy krótkim, intensywnym obciążeniu, które jest następnie przeplatane fazą regeneracyjną, aby zapobiec zmęczeniu mięśni.

Przykład:
Dla 45-letniego mężczyzny lub kobiety maksymalne tętno wynosi 175 (220 - 45= 175).

+ Strefa docelowa spalania tłuszczu (55%) wynosi około 96 uderzeń/min. = (220 - wiek) x 0,55.
+ Strefa docelowa treningu kardio (75%) wynosi około 131 uderzeń/min. = (220 - wiek) x 0,75.
+ Maksymalne tętno dla treningu beztlenowego (90%) wynosi około 157 uderzeń/min. = (220 - wiek) x 0,9.



4.1.6 Dziennik treningowy



5.1 Ogólne instrukcje

⚠ **OSTRZEŻENIE**

+ Miejsce przechowywania urządzenia należy wybrać tak, aby zapobiec niewłaściwemu użyciu przez osoby trzecie lub dzieci.
+ Jeśli urządzenie nie jest wyposażone w kółka transportowe, należy je rozmontować przed transportem.

► **UWAGA**

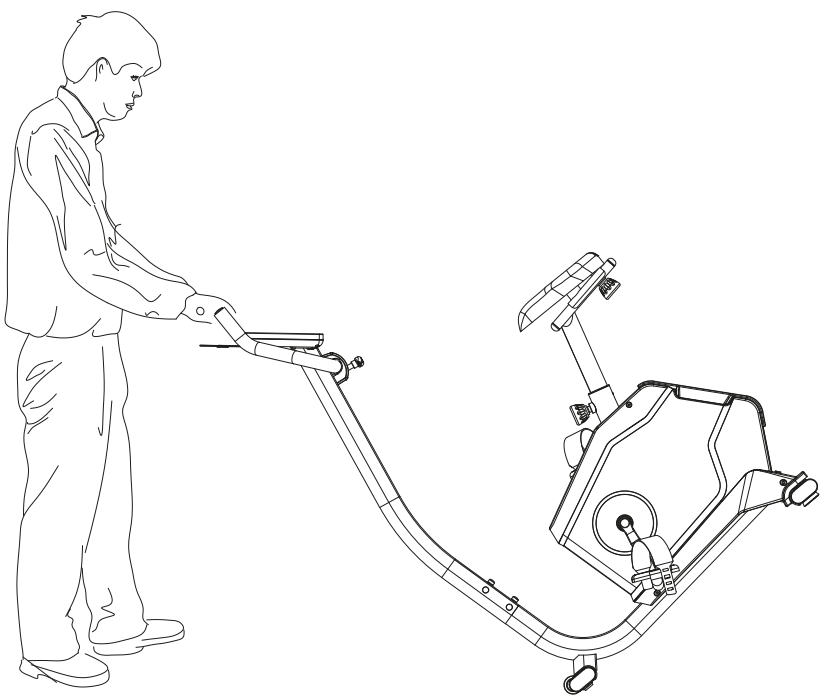
+ Upewnij się, że w wybranym miejscu przechowywania, urządzenie jest chronione przed wilgocią, kurzem i brudem. Miejsce to powinno być suche, dobrze wentylowane oraz mieć stałą temperaturę otoczenia między 10°C a 35°C.

5.2 Rolki transportowe

► **UWAGA**

Jeśli chcesz przetransportować swoje urządzenie po szczególnie wrażliwych i delikatnych powierzchniach podłogowych, takich jak parkiet, deski lub laminat, wyłóż trasę transportową kartonem lub podobnym materiałem, aby uniknąć ewentualnych uszkodzeń podłogi.

1. Stań za urządzeniem i unieś je, aż ciężar zostanie przeniesiony na kółka transportowe. Następnie łatwo możesz przesunąć sprzęt na nowe miejsce. W przypadku długich tras transportowych urządzenie powinno być zdemontowane i bezpiecznie zapakowane.
2. Wybierz nową lokalizację, postępując zgodnie z instrukcjami zawartymi w sekcji 1.4 niniejszej instrukcji.



6.1 Ogólne instrukcje

⚠ **OSTRZEŻENIE**

+ Nie należy dokonywać żadnych modyfikacji urządzenia.

⚠ **UWAGA**

+ Uszkodzone lub zużyte podzespoły mogą mieć wpływ na bezpieczeństwo użytkownika i żywotność urządzenia. Dlatego też należy niezwłocznie wymieniać uszkodzone lub zużyte podzespoły. W takim przypadku należy skontaktować się ze sprzedawcą lub dystrybutorem. Urządzenia nie wolno używać do czasu jego naprawy. W razie potrzeby należy używać wyłącznie oryginalnych części zamiennych.

▶ **UWAGA**

+ Oprócz instrukcji i zaleceń dotyczących konserwacji i pielęgnacji zawartych w tym dokumencie, mogą być konieczne dodatkowe prace serwisowe i/lub naprawcze; powinny być one przeprowadzane wyłącznie przez autoryzowany punkt serwisu.

6.2 Diagnostyka usterek

Sprzęt przechodzi regularne kontrole jakości podczas produkcji. Niemniej jednak, mogą wystąpić w nim usterki lub nieprawidłowości. Często to poszczególne części odpowiadają za te zakłócenia, a ich wymiana zazwyczaj wystarcza do rozwiązania problemu. W celu naprawy najczęstszych błędów zapoznaj się z poniższym zestawieniem. Jeśli urządzenie nadal nie działa prawidłowo, skontaktuj się ze sprzedawcą lub dystrybutorem.

Usterka	**Przyczyna**	**Rozwiązanie**
Stukanie w obszarze pedału	Poluzowane pedały	Dokręć pedały.
Urządzenie się chwieje	Urządzenie nie jest wypoziomowane	Wyrównaj stopki podporowe.
Chybotanie kierownicy/ siodełka	Poluzowane śruby	Mocno dokręcić śruby.
Wyświetlacz jest pusty/ nie działa	Rozładowane baterie lub luźne połączenie kablowe	Wymień baterie lub sprawdź połączenia kablowe.
Brak wyświetlania tętna	+ Źródła zakłóceń w pokoju + Nieodpowiedni pas piersiowy + Nieprawidłowa pozycja pasa piersiowego + Uszkodzony pas piersiowy lub rozładowana bateria + Uszkodzony wyświetlacz	+ Wyeliminowanie źródeł zakłóceń (np. telefon komórkowy, sieć WLAN, kosiarka czy robot odkurzający itp.). + Użyj odpowiedniego pasa piersiowego (patrz ZALECANE AKCESORIA). + Zmiana położenia pasa na klatce piersiowej lub zwilżenie elektrody. + Wymiana baterii. + Sprawdź, czy działa ręczny pomiar tętna.

6.3 Kody błędów i rozwiązywanie problemów

Układ elektroniczny urządzenia stale przeprowadza testy. W przypadku wykrycia nieprawidłowości, na wyświetlaczu pojawi się kod błędu, a normalne działanie urządzenia zostanie zatrzymane dla Twojego bezpieczeństwa.

W celu uzyskania pomocy technicznej należy skontaktować się z dystrybutorem.

6.4 Kalendarz konserwacji i przeglądów

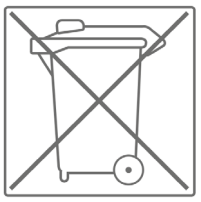
Aby uniknąć uszkodzeń spowodowanych potem, urządzenie należy czyścić wilgotnym ręcznikiem (bez rozpuszczalników!) po każdej sesji treningowej.

Poniższe rutynowe zadania muszą być wykonywane w określonych odstępach czasu:

Część urządzenia	**Co tydzień**	**Co miesiąc**
Konsola - wyświetlacz	C	I
Plastikowe osłony	C	I
Śruby i połączenia kablowe		I
Dokręcenie pedałów		I
Legenda: C= wyczyść; I= sprawdź		

7 UTYLIZACJA

Po zakończeniu okresu eksploatacji urządzenia nie można wyrzuclć do zwykłych odpadów domowych. Zamiast tego, należy je przekazać do punktu zbiórki elektrośmieci. Więcej informacji można uzyskać w lokalnym punkcie recyklingu lub u władz gminnych odpowiedzialnych za gospodarkę odpadami.

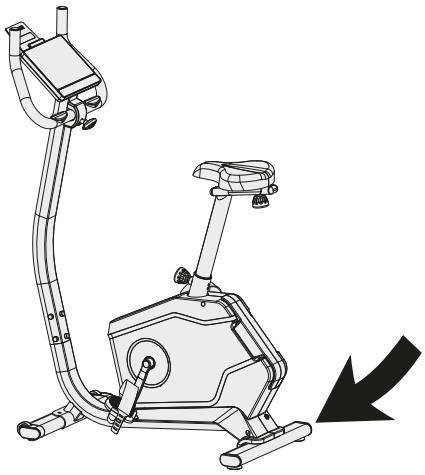


Materiały te mogą być poddane recyklingowi zgodnie z ich symbolami. Dzięki ponownemu wykorzystaniu, recyklingowi materiałów lub innym formom odzysku starego sprzętu, przyczyniasz się do ochrony środowiska.

8.1 Numer seryjny i oznaczenie modelu

Aby zapewnić najlepszą możliwą obsługę, prosimy o podawanie nazwy modelu, numeru części oraz numeru części u dostawcy ze schematu urządzenia i listy części. Odpowiednie opcje kontaktu można znaleźć w rozdziale KONTAKT niniejszej instrukcji obsługi.

ⓘ **UWAGA**
Numer seryjny urządzenia jest unikalny. Znajduje się on na białej naklejce. Dokładne położenie tej naklejki pokazano na poniższej ilustracji.



Wprowadź numer seryjny w odpowiednim polu.

Numer seryjny:

Marka/kategoria:

Kettler / Rower stacjonarny

Nazwa modelu:

Kettler Tour 200

Numer artykułu:

K-EM2001-100

8.2 Lista części

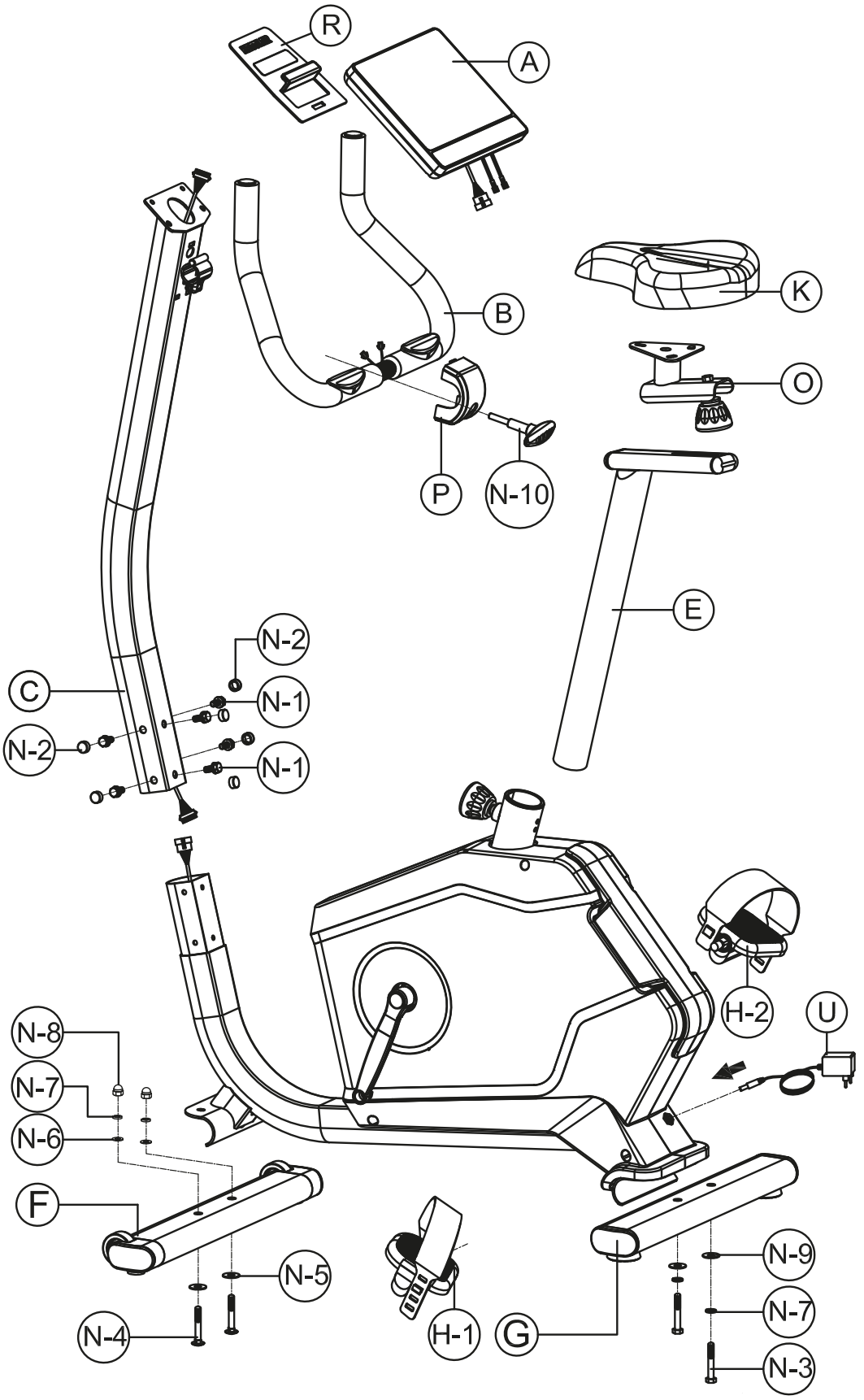
Nr.	Nazwa (ENG)	Nr części u dostawcy	Ilość
A	Computer set		1
A-1	Computer	75700-6-2501-B1	1
A-2	Bolt M5x0.8x10L	52605-2-0010-F0	4
B	Handlebar complete assembly		1
B-1	Handlebar welding set	75700-6-2401-N0	1
B-2	Foam	58015-6-1452-B1	2
B-3	Cap	553D7-1-0017-B1	2
B-4	Hand pulse cable 300L	75402-6-2479-00	2
B-5	Handle pulse	16800-6-2478-00	2
B-6	Screw ST4x1.41x20L	50904-2-0020-D0	2
C	Handlebar post complete assembly		1
C-1	Handlebar post welding set	75700-3-2000-J1	1
C-2	Upper computer cable 1000L	75700-6-2572-01	1
D	Main frame set		1
D-1	Main frame	75700-3-1000-J1	1
D-2	Bearing 6003-2RS	58006-6-1018-01	2
D-3	Knob D54*M16*1.5*26*D8	75402-6-1072-B0	1
D-4	Inner sleeve	75700-6-1071-B0	1
D-5	Lower computer cable 700L	75402-6-2573-01	1
D-6	Power cable 600L	75402-6-2596-00	1
D-7	Sensor cable 200L	75402-6-2576-00	1
D-8	Screw ST4*1.41*13L,D10	54704-2-0013-F0	1
D-9	Motor	75402-6-2571-00	1
D-10	Tension cable D1.2*350L	75402-6-2601-00	1
D-11	Screw ST4.2*15L	52842-2-0015-F0	3
D-12	Screw M6*1*12L	54806-2-0012-N0	1
E	Seat post assembly set		1
E-1	Seat post	75700-3-2200-J0	1
E-2	Cap	55328-3-2550-B1	2
F	Front stabilizer assembly set		1
F-1	Front stabilizer	75402-6-2101-J0	1

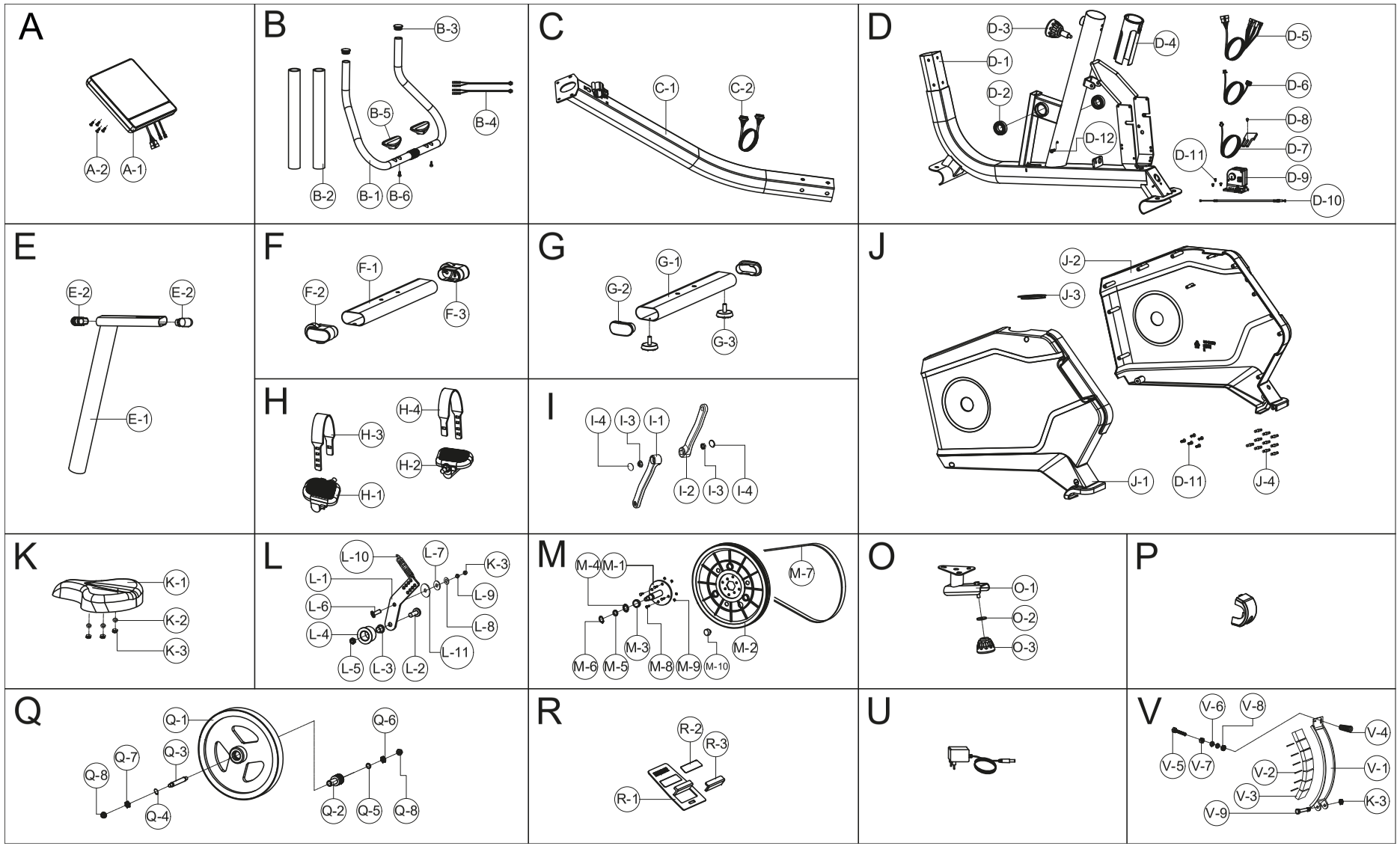
F-2	Front left foot cap set	75402-6-2185-B1	1
F-3	Front right foot cap set	75402-6-2195-B1	1
G	Rear stabilizer assembly set		1
G-1	Rear stabilizer	75402-6-2107-J0	1
G-2	Oval cap 40*80*33	55333-3-4080-B8	2
G-3	Adjustable wheel	76100-6-2174-B0	2
H	Pedal set		1
H-1	Left Pedal	58029-6-1171-B0-L	1
H-2	Right Pedal	58029-6-1171-B0-R	1
H-3	Left Pedal Strap	58029-6-1171-00-L	1
H-4	Right Pedal Strap	58029-6-1171-00-R	1
I	Crank set		1
I-1	Left crank	58007-6-1103-D0	1
I-2	Right crank	58007-6-1104-D0	1
I-3	Anti-loosen nut M10*1.25*10T	70501-6-2775-N0	2
I-4	Screw cover	81502-6-2779-B0	2
J	Chain cover set		1
J-1	Left chain cover	75700-6-4501-B0	1
J-2	Right chain cover	75700-6-4502-B0	1
J-3	Gasket	67900-6-4503-B0	1
J-4	Pin	71600-6-4586-60	10
D-11	Screw ST4.2*15L	52842-2-0015-F0	5
K	Seat		1
K-1	Seat	58001-6-1042-B2	1
K-2	Flat washer D16xD8.5x1.2T	55108-1-1612-NA	3
K-3	Nylon nut M8*1.25*8T	55208-1-2008-NA	3
L	Idle wheel fixing plate set		1
L-1	Fixing plate of idle wheel	706MB-6-1601-N0	1
L-2	Bolt M10*35L	50310-5-0035-C3	1
L-3	Bushing D13.5*D10*9T	58002-6-1081-01	1
L-4	Idle wheel	745S0-6-1671-00	1
L-5	Nylon nut M10x1.5x10T	55210-1-2010-CA	1
L-6	Bolt M8*1.25*30L	50108-5-0030-C4	1
L-7	Plastic washer D10*D24*0.4T	55110-1-2404-BF	1

L-8	Flat washer D30*D8.5*2.0T	55108-1-3020-NA	1
L-9	Hex nut M8*1.25*6T	55208-2-2006-NA	1
L-10	Spring D2.2*D14*65L	58003-6-1024-N1	1
L-11	Plastic washer D50*D10*1.0T	55110-1-5010-BF	1
K-3	Nylon nut M8*1.25*8T	55208-1-2008-NA	1
M	Belt wheel set		1
M-1	Crank axle welding set	75402-3-2903-00	1
M-2	Belt wheel	58008-6-1012-05	1
M-3	Spacer D22.5*D17.2*6.4T	80700-6-2781-00	1
M-4	Waved washer D22xD17x0.3T	55117-5-2203-DA	2
M-5	Flat washer D23*D17.2*1.5T	55117-1-2315-NA	1
M-6	C ring S-17(1T)	55517-1-0010-00	1
M-7	Belt (PJ5) 430(1092)	58004-6-1038-00	1
M-8	Bolt M6x1.0x15L	50106-5-0015-C0	4
M-9	Nylon nut M6x1.0x6T	55206-1-2006-CA	4
M-10	Magnet	742G0-6-2574-00	1
N	Assembly kit	75700-3-5100-00	1
N-1	Bolt M8x1.25x20L	75402-6-3191-F0	6
N-2	Screw cover	75402-6-2779-B0	6
N-3	Bolt M8*1.25*55L	50108-2-0055-F3	2
N-4	Bolt M8*1.25*55L	50508-5-0055-F3	2
N-5	Flat washer D25*D10*2.0T	55110-1-2520-FA	2
N-6	Flat washer D16xD8.5x1.2T	55108-1-1612-FA	2
N-7	Spring washer D15.4xD8.2x2T	55108-2-1520-FA	4
N-8	Domed nut M8x1.25x15L	55208-6-2015-FA	2
N-9	Flat washer D25*D8.5*2T	55108-1-2520-FA	2
N-10	Knob M8x1.25x69L	75700-6-2279-B0	1
N-11	Hex wrench M6	58030-6-1031-N1	1
N-12	Open wrench 153*6.5T	58030-6-1050-C0	1
O	Seat adjustment set		1
O-1	Seat adjustment set	70104-3-4000-J0	1
O-2	Flat washer D28*D8.5*3T	55108-1-2830-FA	1
O-3	Knob	75402-6-2279-B0	1
P	Handlebar cover	75700--6-3781-B0	1

Q	Flywheel set		1
Q-1	Flywheel	81000-6-3101-00	1
Q-2	Small flywheel	801B2-6-3173-01	1
Q-3	Flywheel axle	808A1-6-3171-00	1
Q-4	C ring S-10(1T)	55510-1-0010-00	1
Q-5	Fixed ring D13*D10*1.9T	71600-6-3178-B0	1
Q-6	Hex nut D9.5x8T	55295-2-3008-NA	1
Q-7	Hex nut D9.5x4T	55295-2-3004-NA	1
Q-8	Anti-loosen nut 3/8"-26UNFx6.5T	18600-6-3175-N1	2
R	Pad holder Set		
R-1	Pad holder	75402-6-2466-J0	1
R-2	Buffer strip 1	75402-6-2088-B0	1
R-3	Buffer strip 2	75402-6-2089-B0	1
U	Adaptor OUTPUT:9VM 1.5A	75700-6-2584-00	1
V	Magnet Fixing plate set		1
V-1	Fixing plate for the magnet	70702-3-3200-J1	1
V-2	Magnet grid	58020-6-1003-M0	6
V-3	Magnet	58009-6-1007-01	7
V-4	Spring D1.0*55L	58003-6-1054-N0	1
V-5	Bolt M6*65L	50106-5-0065-N0	1
V-6	Nylon washer D6*D19*1.5T	55106-1-1915-B1	2
V-7	Hex nut M6*1*6T	55206-2-2006-NA	1
V-8	Nylon nut M6*1*6T	55206-1-2006-NA	1
V-9	Bolt M8*52L	50108-5-0052-N3	1
K-3	Nylon nut M8*1.25*8T	55208-1-2008-NA	1

8.3 Schemat urządzenia




A
A-2
A-1
B
B-3
B-5
B-4
B-2
B-1
B-6
C
C-1
C-2
D
D-3
D-4
D-5
D-1
D-6
D-2
D-8
D-12
D-7
D-11
D-9
D-10
E
E-2
E-2
E-1
F
F-1
F-2
F-3
G
G-1
G-2
G-3
H
H-4
H-3
H-2
H-1
I
I-4
I-3
I-1
I-2
I-3
I-4
J
J-2
J-3
J-1
D-11
J-4
K
K-1
K-2
K-3
L
L-10
L-7
K-3
L-1
L-9
L-6
L-8
L-4
L-11
L-5
L-3
L-2
M
M-4
M-1
M-7
M-3
M-2
M-6
M-5
M-8
M-9
M-10
O
O-1
O-2
O-3
P
Q
Q-1
Q-6
Q-7
Q-3
Q-8
Q-4
Q-2
Q-5
Q-8
R
R-2
R-3
R-1
U
V
V-6
V-8
V-4
V-5
V-7
V-2
V-1
V-3
K-3
V-9

9 GWARANCJA

Warunki gwarancji
Gwarancja przysługuje wyłącznie pierwszemu nabywcy urządzenia lub osobie, która otrzymała nowy produkt w prezencie od pierwotnego nabywcy. Okres gwarancji wynosi 24 miesiące.

Gwarancja obejmuje usunięcie usterek wynikających z udokumentowanych wad materiałowych lub błędów produkcyjnych.

Szczegółowe warunki gwarancji są dostępne na stronie: https://kettlersport.pl/pl/about/gwarancja-kettler-32.html.

Wyłączenia gwarancji
Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń spowodowanych:
+ niewłaściwym użytkowaniem lub obsługą,
+ czynnikami środowiskowymi (np. wilgoć, wysokie temperatury, przepięcia elektryczne, kurz),
+ nieprzestrzeganiem zasad bezpieczeństwa określonych w instrukcji obsługi,
+ stosowaniem niezgodnym z przeznaczeniem urządzenia,
+ użyciem siły (np. uderzenia, kopnięcia, upadki),
+ nieautoryzowanymi próbami naprawy.

Warunki użytkowania

+ Użytek domowy – wyłącznie do użytku prywatnego, w gospodarstwach domowych, do 3 godzin dziennie.
+ Zastosowanie półprofesjonalne – użytkowanie do 6 godzin dziennie (np. w ośrodkach rehabilitacyjnych, hotelach, klubach fitness, siłowniach firmowych).
+ Użytkowanie profesjonalne – użytkowanie przekraczające 6 godzin dziennie (np. w komercyjnych siłowniach).

Gwarancja producenta jest dobrowolnym zobowiązaniem i nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza praw konsumenta wynikających z niezgodności towaru z umową (Ustawa z 27.07.2002, Dz.U.02.141.1176).

Zgłoszenie usterki

Zgłoszenie usterki w ramach gwarancji należy dokonać poprzez formularz dostępny na stronie: https://kettlersport.pl/pl/about/serwis-kettler-33.html.

Przed zgłoszeniem zalecamy zapoznanie się z tą instrukcją obsługi oraz sekcją "Najczęściej zadawane pytania" na podanej stronie.

Wymagane informacje do zgłoszenia
+ **Dowód zakupu** – niezbędny do rozpatrzenia roszczenia gwarancyjnego.
+ **Numer seryjny urządzenia** – umożliwiający identyfikację modelu i przyspieszający proces serwisowy

Jeśli nie wiesz, gdzie znaleźć numer seryjny, zapoznaj się z rozdziałem „Numer seryjny i nazwa modelu" w instrukcji obsługi.

Koszty naprawy i serwis gwarancyjny

Na podstawie zgłoszenia serwis dokonuje oceny zasadności roszczenia gwarancyjnego i podejmuje odpowiednie działania:

+ naprawę urządzenia,
+ wymianę uszkodzonych części,
+ zwrot lub wymianę urządzenia (jeśli naprawa nie jest możliwa).

Naprawy i wymiany części staramy się realizować w miejscu użytkowania urządzenia, jednak w niektórych przypadkach może być konieczny transport sprzętu do serwisu.

W okresie gwarancji wszelkie koszty związane z naprawą pokrywa producent. Po upływie okresu gwarancyjnego koszty napraw ponosi właściciel urządzenia.

Serwis pogwarancyjny

Po upływie okresu gwarancji naprawy mogą być wykonywane w Autoryzowanych Serwisach Pogwarancyjnych. Aby znaleźć najbliższy punkt serwisowy, odwiedź stronę: https://kettlersport.pl/pl/about/autoryzowane-serwisy-pogwarancyjne-43.html.

W razie dodatkowych pytań skontaktuj się z naszym zespołem pod adresem: serwis@sportpoland.com.

10 KONTAKT

PL

DYSTRYBUTOR I SERWIS
SPORTPOLAND.COM SP. Z O.O.
UL. GDYŃSKA 45
80-209 TUCHOM, POLSKA

serwis@sportpoland.com
OBSŁUGA KLIENTA
+48 785 000 300
info@kettlersport.pl

Szczegółowe informacje na temat aktualnej oferty, gwarancji oraz serwisu można znaleźć na poniższej stronie internetowej:

https://kettlersport.pl/

Notatki

KETTLER

TOUR 200