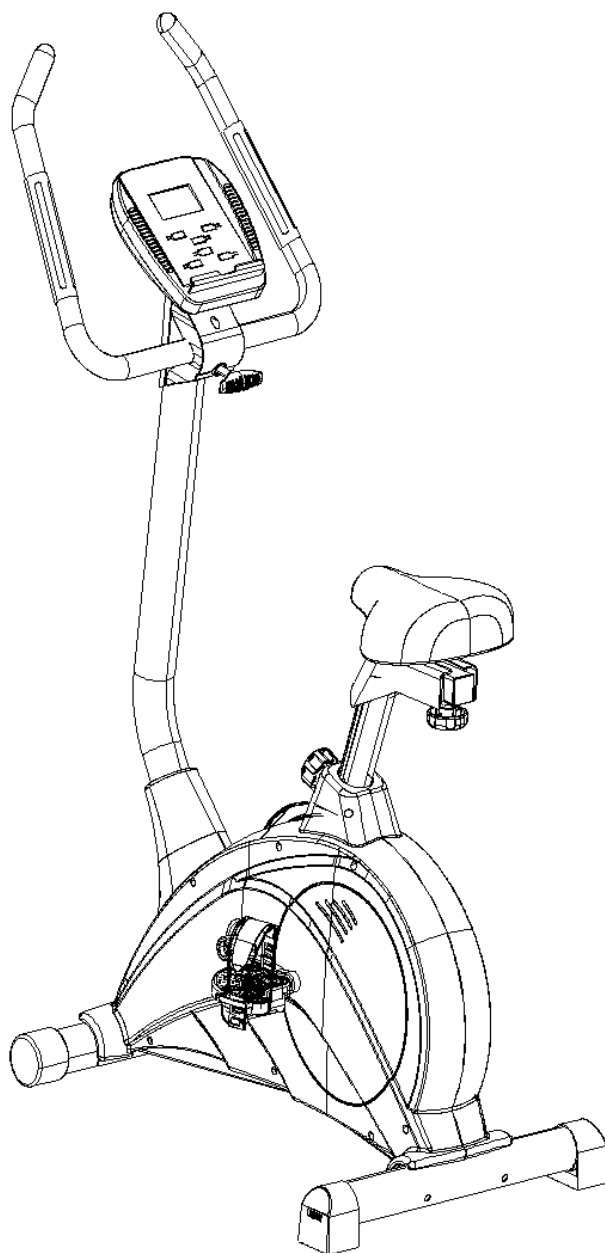




**ROWER MAGNETYCZNY - MAGNETIC BIKE - MAGNETICKÝ ROTOPED –
MAGNETISCHER HEIMTRAINER
M6995**



**INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA – MANUAL INSTRUCTION
NÁVOD K OBSLUZE – BEDIENUNGSANLEITUNG**

1. **Przed rozpoczęciem treningu skonsultuj się z lekarzem w celu stwierdzenia braku przeciwwskazań do korzystania ze sprzętu do ćwiczeń. Decyzja lekarza jest niezbędna w przypadku przyjmowania leków wpływających na pracę serca, ciśnienie krwi i poziom cholesterolu. Jest to także konieczne w przypadku osób w wieku powyżej 35 lat oraz osób mających kłopoty ze zdrowiem.**
2. Przed rozpoczęciem ćwiczeń zawsze wykonaj rozgrzewkę.
3. Zwracaj uwagę na niepokojące sygnały. Niewłaściwe lub nadmierne ćwiczenia są niebezpieczne dla zdrowia. Jeśli w czasie ćwiczeń pojawią się bóle lub zawroty głowy, ból w klatce piersiowej, nieregularny rytm serca lub inne niepokojące objawy, należy natychmiast przerwać ćwiczenia i skonsultować się z lekarzem
4. W czasie ćwiczeń i po zakończeniu treningu trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od sprzętu.
5. Urządzenie należy postawić na suchej i równej powierzchni w odległości 0,5m od ściany. Z bezpośredniego sąsiedztwa urządzenia należy usunąć wszystkie ostre przedmioty. Należy chronić je przed wilgocią, ewentualne nierówności podłoża należy wyrównać. Zalecane jest stosowanie specjalnego podkładu antypoślizgowego, który zapobiegnie przesuwaniu się urządzenia podczas wykonywania ćwiczeń.
6. Przed pierwszym użyciem, a później w regularnych odstępach czasu, należy sprawdzać mocowanie wszystkich śrub, bolców i pozostałych połączeń.
7. Przed rozpoczęciem ćwiczeń sprawdź umocowanie części i łączących je śrub. Trening można rozpocząć tylko wtedy, jeżeli urządzenie jest całkowicie sprawne.
8. Urządzenie powinno być regularnie sprawdzane pod względem zużycia i uszkodzeń tylko wtedy będzie ono spełniało warunki bezpieczeństwa. Szczególną uwagę należy zwrócić na pedały, regulator oporu i uchwyty piankowe, które ulegają najszybszemu zużyciu. Uszkodzone części należy natychmiast naprawić lub wymienić do tego czasu nie wolno używać urządzenia do treningu.
9. Nie wkładaj w otwory żadnych elementów.
10. Nie zaleca się pozostawiania wystających urządzeń regulacyjnych i innych elementów konstrukcyjnych, które mogłyby przeszkadzać w ruchu użytkownika.

11. Sprzęt wykorzystuj jedynie zgodnie z przeznaczeniem. Jeśli któraś z części ulegnie uszkodzeniu bądź zużyciu lub też usłyszysz niepokojące dźwięki podczas używania sprzętu, natychmiast przerwij ćwiczenia. Nie używaj sprzętu ponownie dopóki problem nie zostanie usunięty.
12. Ćwicz w wygodnym ubraniu i sportowym obuwiu. Unikaj luźnych ubrań, którymi można zahaczyć o wystające części sprzętu lub które mogłyby ograniczać swobodę ruchów.
- 13. Sprzęt zaliczony został do klasy HC według normy EN ISO 20957-1 i jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego. Nie może być używany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych i komercyjnych.**
14. Podczas podnoszenia lub przenoszenia sprzętu zwracaj szczególną uwagę aby nie uszkodzić kręgosłupa.
15. Produkt jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych. Dzieci mogą z niego korzystać wyłącznie pod nadzorem dorosłych i na ich wyłączną odpowiedzialność.
16. Montując urządzenie należy ściśle stosować się do załączonej instrukcji i używać tylko części dołączonych do zestawu. Przed rozpoczęciem montażu, należy sprawdzić czy wszystkie części, które zawiera dołączona lista, znajdują się w zestawie.

OSTRZEŻENIE: PRZED UŻYCIEM SPRZĘTU FITNESS PRZECZYTAJ INSTRUKCJE. NIE PONOSIMY ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA KONTUZJE LUB USZKODZENIA PRZEDMIOTÓW, KTÓRE ZOSTAŁY SPOWODOWANE NIEWŁAŚCIWYM UŻYTKOWANIEM TEGO PRODUKTU.

DANE TECHNICZNE

Waga netto – 28 kg

Koło zamachowe – 7 kg

Rozmiar po rozłożeniu – 92 x 55 x 142,5 cm

Maksymalne obciążenie produktu – 120 kg

KONSERWACJA

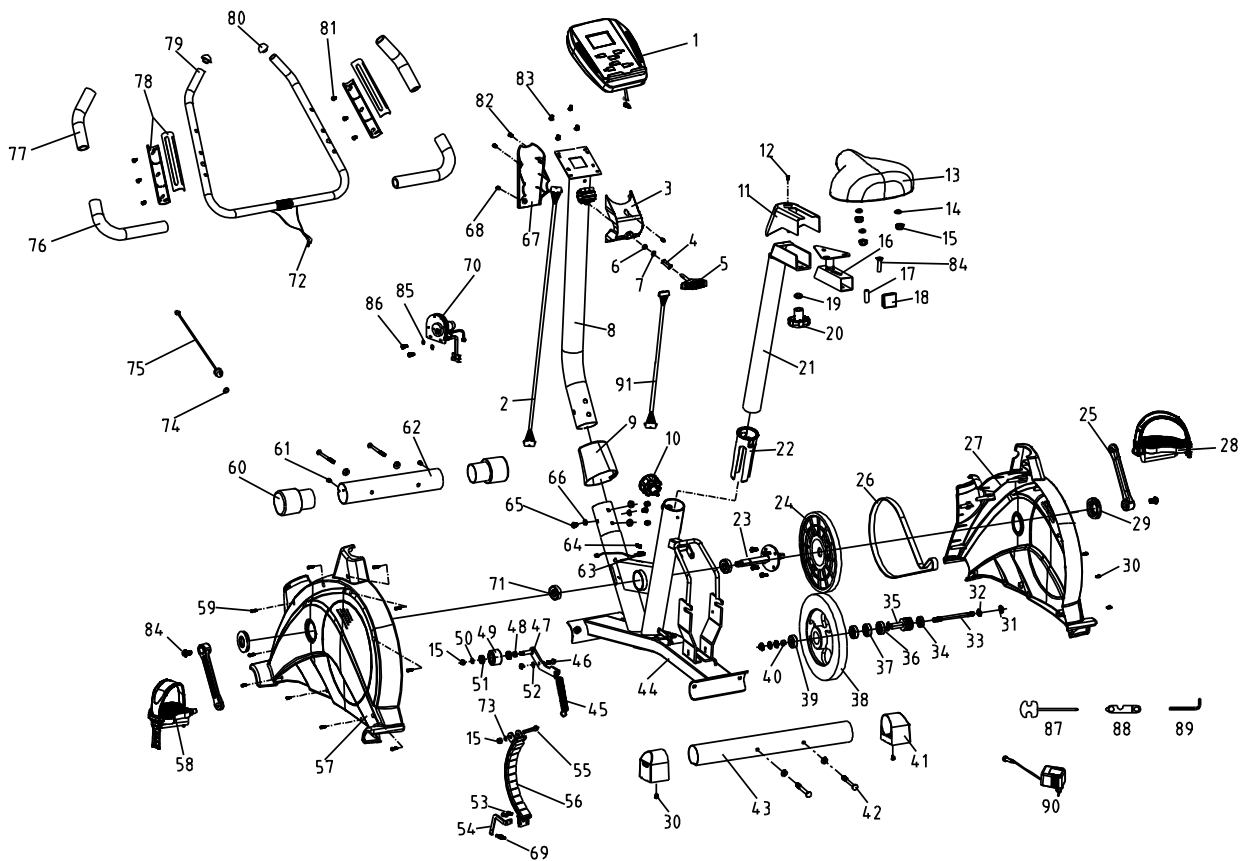
Urządzenie zostało zaprojektowane w sposób, aby wymagał minimalnej konserwacji ze strony użytkownika. Zalecane są następujące kroki:

- Używaj miękkiej ściereczki do usuwania zabrudzeń i kurzu oraz wycieraj do sucha po każdym użyciu
- Regularnie sprawdzaj czy taśmy urządzenia nie są zużyte i w odpowiednim położeniu
- Regularnie sprawdzaj czy śruby i pokrętła są odpowiednio dokręcone

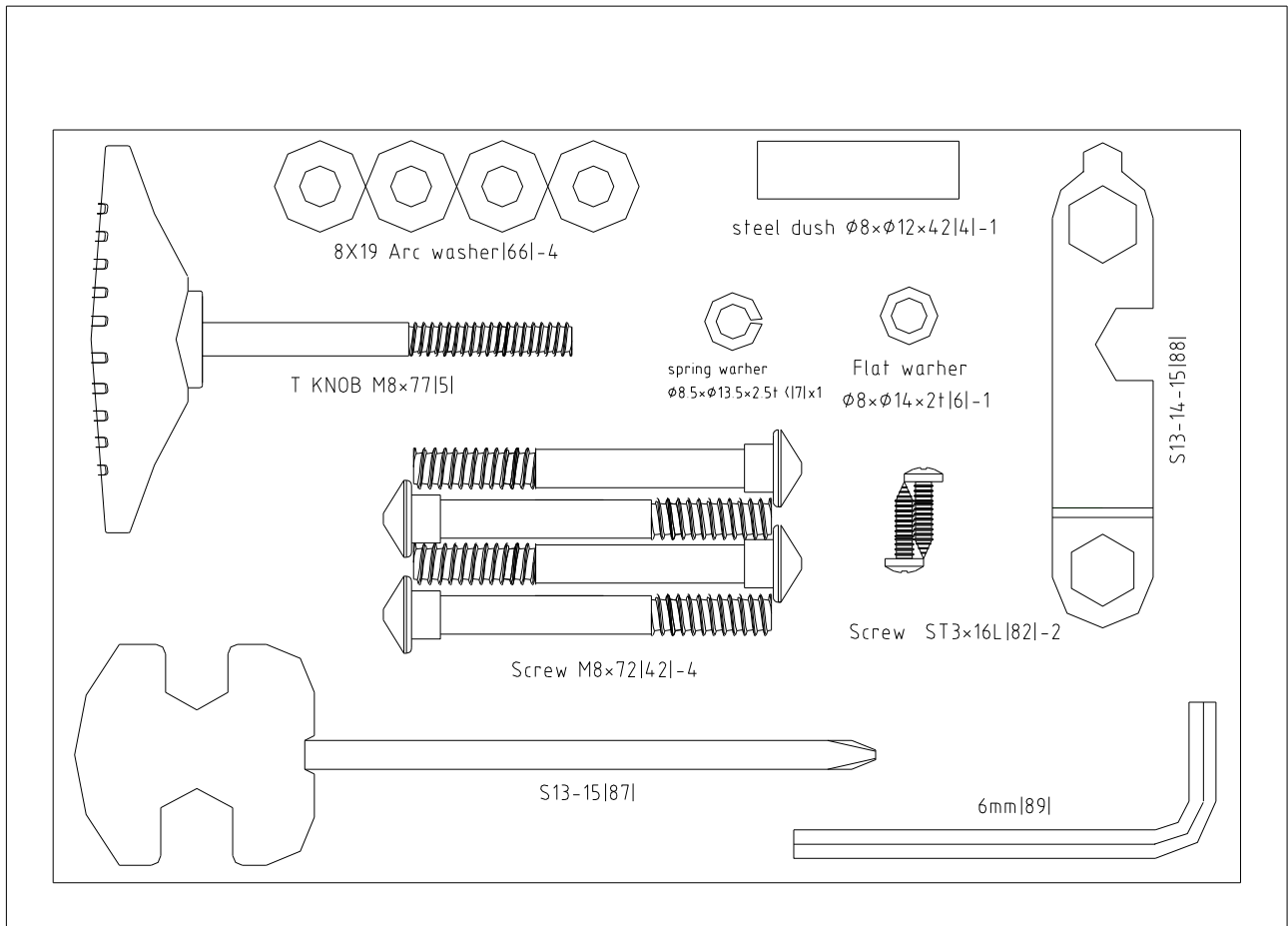
HAMOWANIE

Aby zatrzymać urządzenie należy przestać pedałować. Rower magnetyczny M6995 nie posiada systemu blokującego ani awaryjnego hamulca.

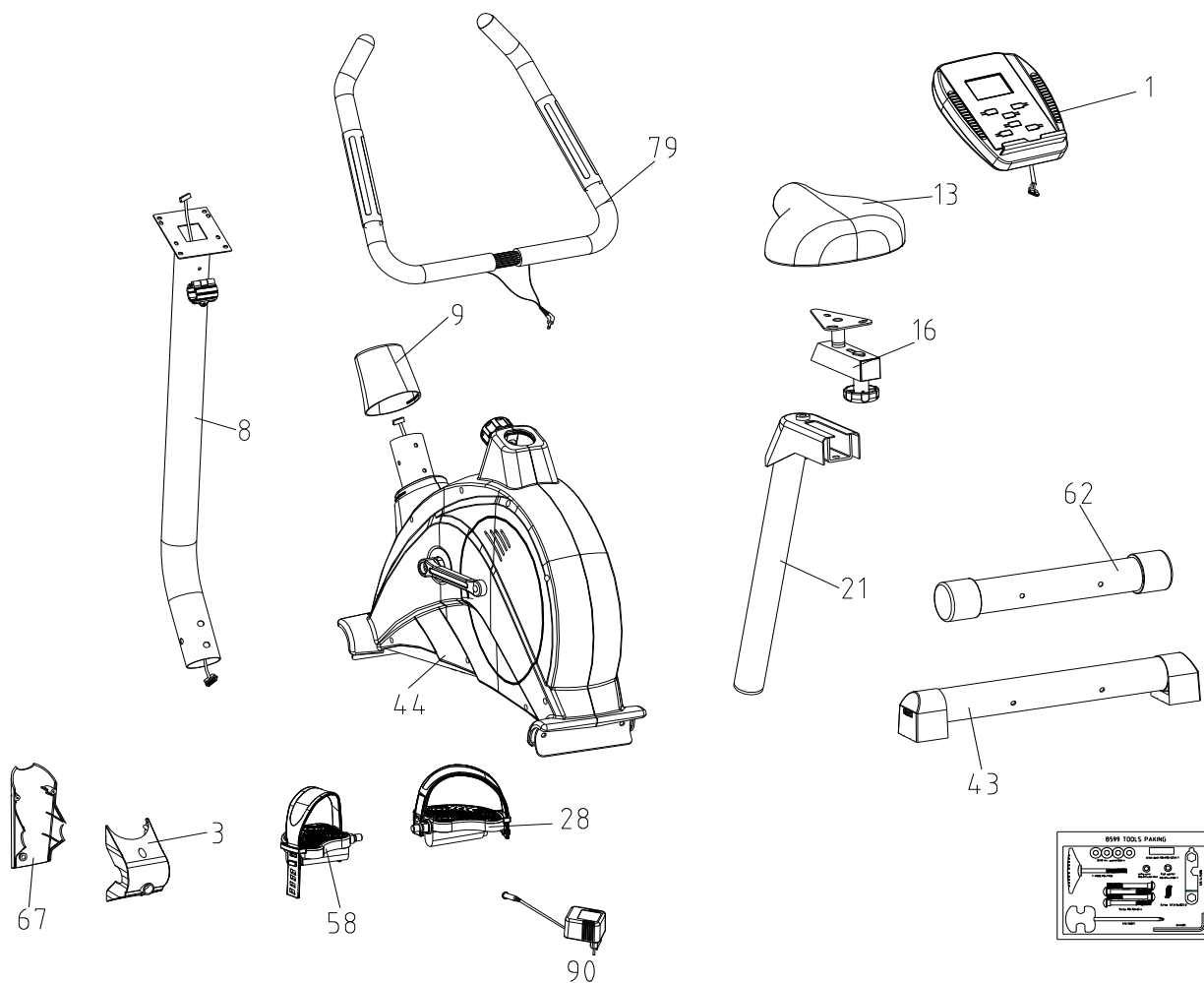
Schemat szczegółowy:



Lista części i narzędzia



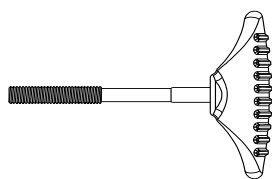
LISTA KONTROLNA PRZED MONTAŻEM



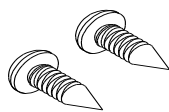
NR CZĘŚCI	OPIS	ILOŚĆ
1	KOMPUTER	1
3	OSŁONA PRZEDNIA	1
8	SŁUPEK KOMPUTERA	1
9	OSŁONA SŁUPKA KOMPUTERA	1
13	SIODEŁKO	1
16	WSPORNIK SIODEŁKA	1
21	SZTYCA	1

28	PEDAŁ (P) 9/16 "	1
43	STABILIZATOR TYLNY	1
44	RAMA GŁÓWNA	1
58	PEDAŁ (L) 9/16 "	1
62	STABILIZATOR PRZEDNI	1
67	OSŁONA TYLNA	1
79	KIEROWNICA	1
90	ADAPTER	1
	LISTA CZĘŚCI I NARZĘDZI	1

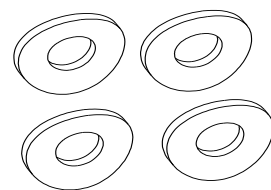
LISTA NARZĘDZI



5



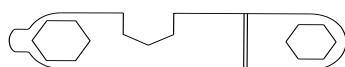
82



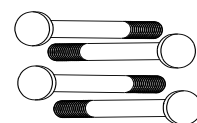
66



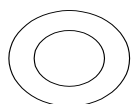
4



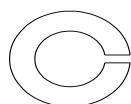
88



42



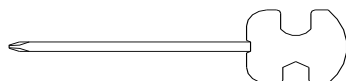
6



7



89



87

NR CZĘŚCI	OPIS	ILOŚĆ
5	POKRĘTŁO TYPU T (M8*77mmL)	1
82	ŚRUBA(ST3*16)	2
66	PODKŁADKA(Ø8*Ø19*2T)	4
4	TULEJA(φ8*φ12*42mmL)	1
88	NARZĘDZIE TYPU N	1
42	ŚRUBA(M8X72L)	4
6	PŁASKA PODKŁADKA (φ8*φ14*2t)	1
7	PODKŁADKA SPRĘŻYNUJĄCA (φ8.5*φ13.5*2.5t)	1
89	KLUCZ SZEŚCIOKĄTNY 6MM*30MML*84MML	1
87	KLUCZ HARPUNOWY 13.15	1

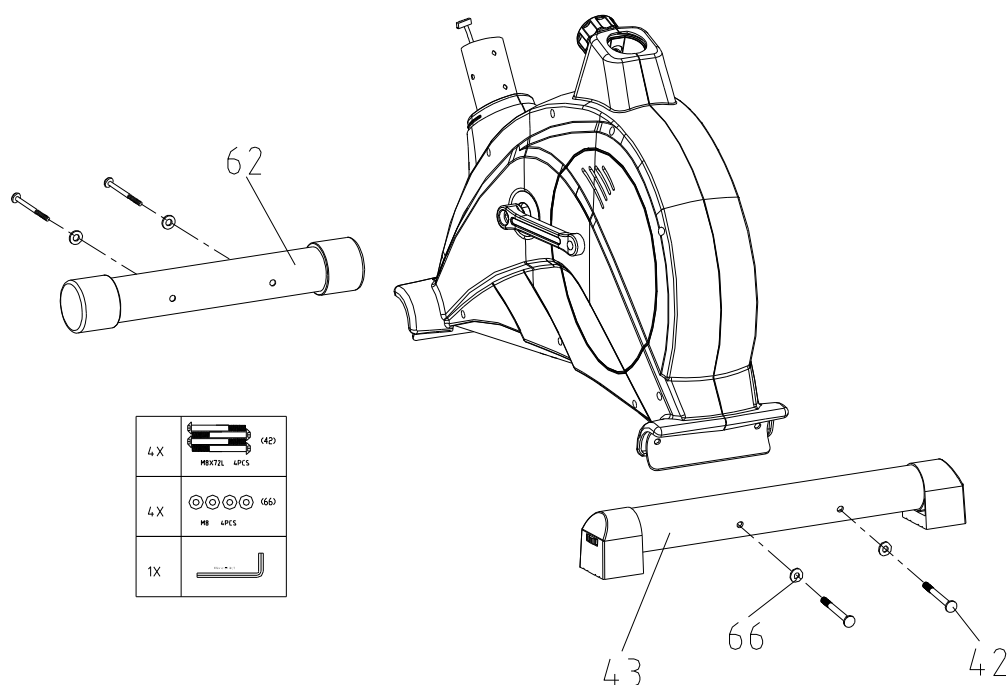
LISTA CZĘŚCI I NARZĘDZI

Nr	OPIS	Ilość	Nr	OPIS	Ilość
1	KOMPUTER	1	46	ŚRUBA(M8*20)	1
2	PRZEWÓD GÓRNY	1	47	WSPORNIK	1
3	POKRYWA PRZEDNIA	1	48	TULEJA(φ 10*φ14*3mm)	1
4	TULEJA(φ 8*φ12*42mmL)	1	49	KOŁO	1
5	POKRĘTŁO TYPU T (M8*77mmL)	1	50	PŁASKA PODKŁADKA(φ 8 *φ22 *1T)	1
6	PŁASKA PODKŁADKA(φ 8*φ14*2t)	1	51	ŁOŻYSKO(6000)	2
7	PODKŁADKA SPRĘŻYNUJĄCA(φ 8.5*φ13.5*2.5t)	1	52	PŁASKA PODKŁADKA(φ 8 *φ14 *2T)	1
8	SŁUPEK KOMPUTERA	1	53	ŚRUBA (M6*12)	2
9	OSŁONA SŁUPKA KOMPUTERA	1	54	DŹWIGNIA	1
10	POKRĘTŁO SIODEŁKA	1	55	ŚRUBA (M8*55L)	1
11	OSŁONA SZTYCY	1	56	MAGNES	1
12	ŚRUBA (M4*8L)	1	57	OSŁONA ŁAŃCUCHA (L)	1
13	SIODEŁKO	1	58	PEDAŁ(L)9/16''	1
14	PŁASKA PODKŁADKA(φ 8*φ16*2T)	3	59	ŚRUBA(ST4*50L)	7
15	NAKRĘTKA NYLONOWA(M8)	6	60	OSŁONA PRZEDNICH KÓLEK	2
16	WSPORNIK SIODEŁKA	1	61	ŚRUBA(ST3*8L)	2
17	TULEJA	1	62	STABILIZATOR PRZEDNI	1
18	OSŁONA SZTYCY	1	63	CZUJNIK	1
19	PŁASKA PODKŁADKA(φ10*φ25*2T)	1	64	ŚRUBA(M3*8L)	2
20	POKRĘTŁO	1	65	ŚRUBA(M8*16)	4
21	SZTYCA	1	66	PODKŁADKA(φ8*φ19*2T)	8
22	PLASTIKOWA TULEJA	1	67	OSŁONA TYLNA	1
23	OŚ	1	68	ŚRUBA(M5*16)	2
24	KOŁO PASOWE(φ232)	1	69	SPRĘŻYNA	1
25	KORBA L/P	1	70	SILNIK	1
26	PAS	1	71	ŁOŻYSKO 6203	1
27	OSŁONA ŁAŃCUCHA (R)	1	72	PRZEWÓD CZUJNIKA POMIARU PULSU	1
28	PEDAŁ(P) 9/16''	1	73	PŁASKA PODKŁADKA(φ 8*φ14*2t)	1
29	OSŁONA KORBY L/P	2	74	ŚRUBA	1
30	ŚRUBA (3/16'' *3/4'')	6	75	PRZEWÓD DC	1
31	NAKRĘTKA 3/8''-26*7T	2	76	UCHWYT PIANKOW L/P	2
32	NAKRĘTKA3/8''-26*3.8T	3	77	UCHWYT PIANKOWY L/P	2
33	OŚ KOŁA ZAMACHOWEGO 3/8-26''*140L	1	78	CZUJNIK POMIARU PULSU L/P	2
34	ŁOŻYSKO 6900	2	79	KIEROWNICA	1
35	KOŁO PASOWE MAŁE φ 30	1	80	OSŁONA	2
36	ŁOŻYSKO 6003	2	81	ŚRUBA(ST3*10)	6
37	ŁOŻYSKO φ 35*17	1	82	ŚRUBA(ST3*16)	2
38	KOŁO ZAMACHOWE(φ240)	1	83	ŚRUBA (M5*12)	4
39	ŁOŻYSKO 6300	1	84	ŚRUBA (M8*P1.25*55L*S28L)	1
40	TULEJA(φ 10* φ 15.8*9mm)	1	85	PŁASKA PODKŁADKA(φ 6*φ13*1T)	2
41	ZAŚLEPKA TYLNA	2	86	ŚRUBA (M6*20)	2
42	ŚRUBA (M8*72L)	4	87	KLUCZ HARPUNOWY13.15	1

43	STABILIZATOR TYLNY	1	88	NARZĘDZIE TYPU N	1
44	RAMA GŁÓWNA	1	89	KLUCZ SZEŚCIOKĄTNY 6mmX30mmX84mm	1
45	SPRĘŻYNA	1	90	ADAPTER	1
			91	PRZEWÓD DOLNY	1

Instrukcja montażu

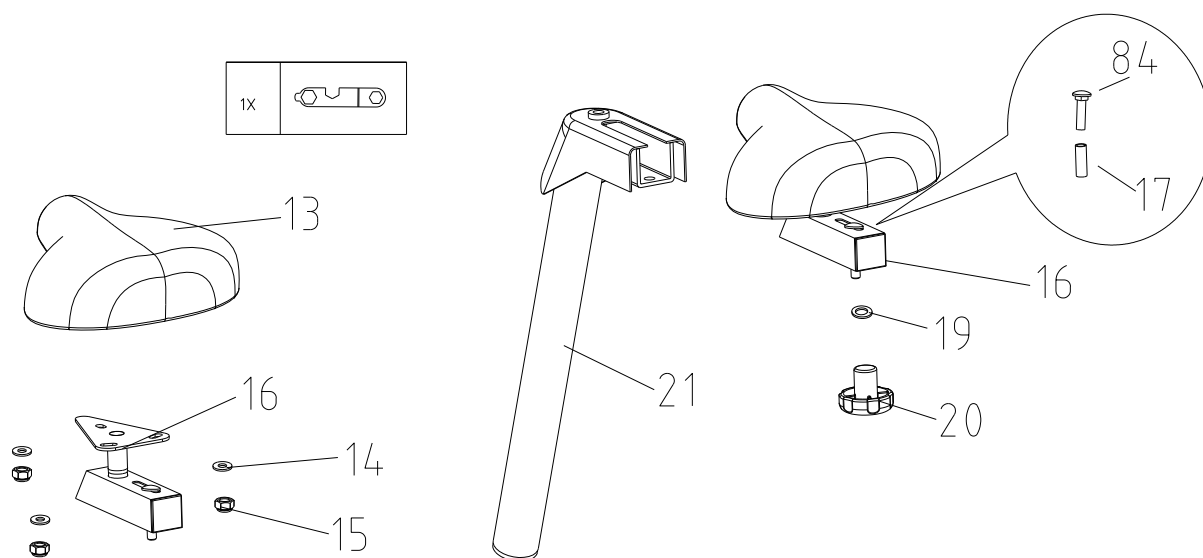
KROK 1



KROK 1: Montaż przedniego i tylnego stabilizatora

Przymocuj przedni stabilizator (62) oraz tylny stabilizator (43) za pomocą śruby (42) i podkładki (66), dokręć używając klucza sześciokątnego (89).

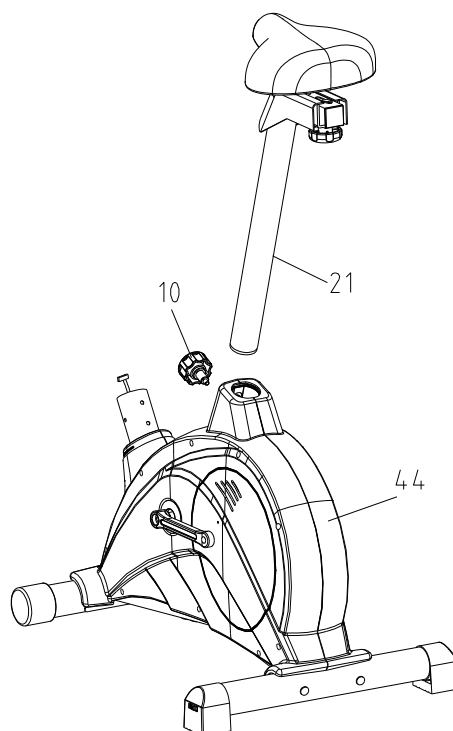
KROK 2



KROK 2: Montaż siodełka

1. Odkręć nakrętkę i podkładkę na siodełku (13), użyj narzędzia N i umieść je na wsporniku siodełka (16).
2. Usuń pokrętło (20), podkładkę (19), tuleję, (17), śrubę (84) ze wspornika, następnie umieść siodełko na sztycy (21).
3. Śrubę (84), tuleję (17), podkładkę (19) i pokrętło (20) przymocuj do wspornika siodełka (16).

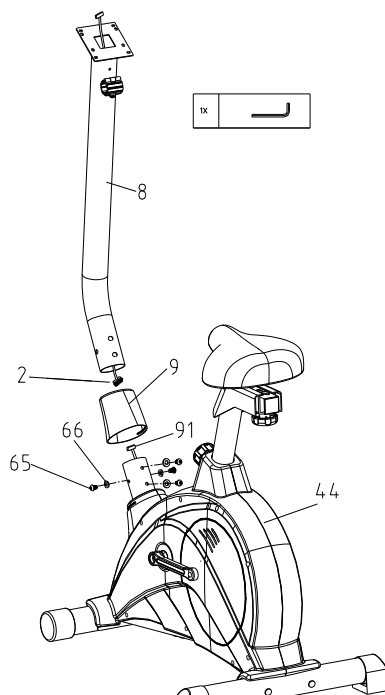
KROK 3



KROK 3: Przymocuj sztycę

1. Usuń pokrętło (10) z ramy głównej (44).
2. Umieść sztycę (21) w ramie głównej(44).
3. Zablokuj, korzystając z pokrętła (10).

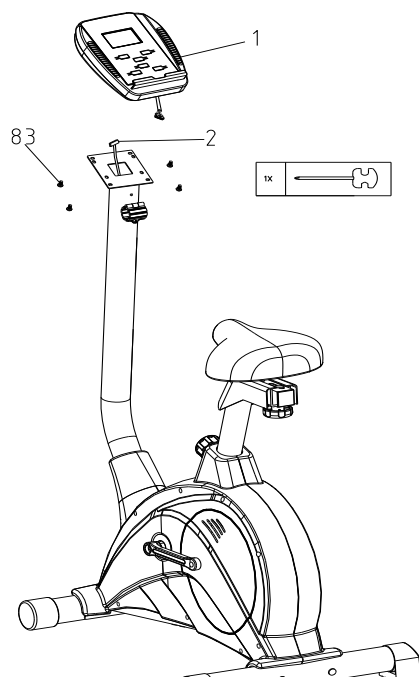
KROK 4



KROK 4: Montaż słupka komputera

1. Odkręć śrubę (65) i podkładkę (66) z ramy głównej (44).
2. Połącz przewód górny (2) z przewodem dolnym (91).
3. Umieść słupek komputera (8) w ramie głównej (44).
4. Użyj klucza sześciokątnego, aby przykręcić śrubę (65) i podkładkę (66).
5. Umieść osłonę słupka komputera (9) w ramie.

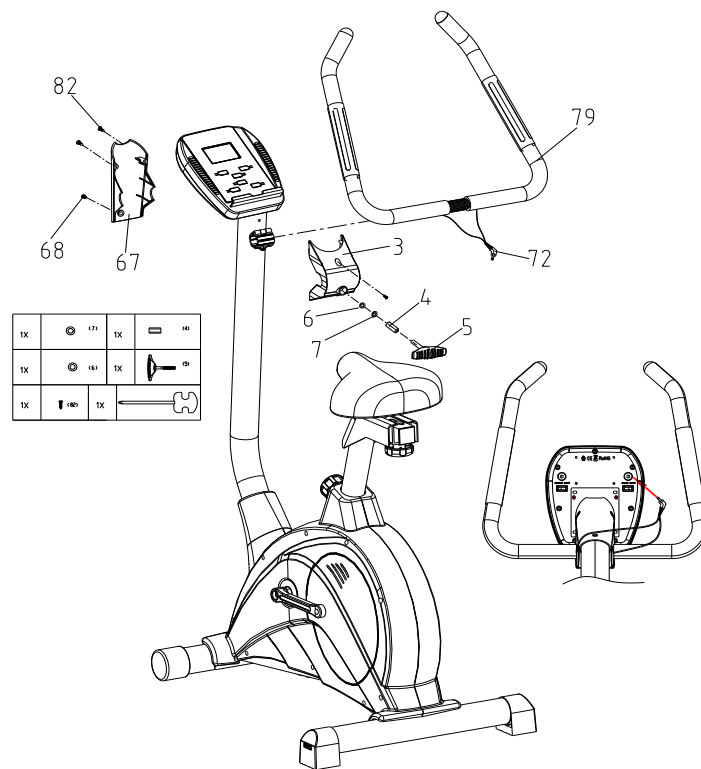
KROK 5



KROK 5: Montaż komputera

1. Użyj klucza harpunowego, aby przykręcić śruby z tyłu komputera.
2. Połącz przewód górny (2) z komputerem (1).
3. Przymocuj komputer (1) do słupka za pomocą śruby (83).

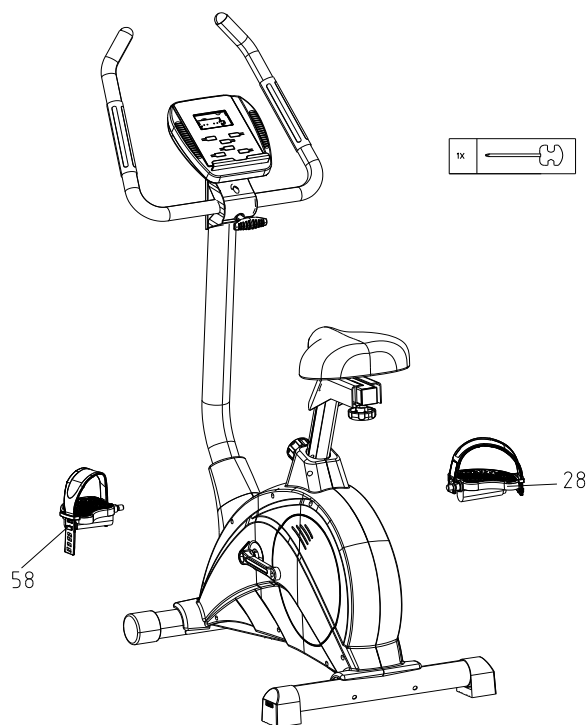
KROK 6



KROK 6: Montaż kierownicy

1. Umieść kierownicę (79) w odpowiedniej pozycji.
2. Przymocuj tuleję (4) za pomocą pokrętła typu T (5), podkładki (7), podkładki (6), pokrywę przednią (3) przymocuj za pomocą śruby (82).
3. Przykręć pokrywę tylną (67) za pomocą śruby (68).
4. Przymocuj przewód (72) do komputera (1).

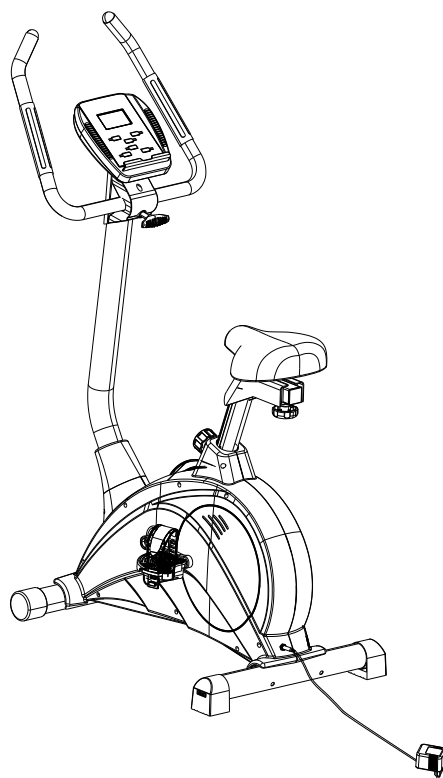
KROK 7



KROK 7: Montaż pedałów

Przymocuj pedał lewy (58) do lewej korby, a pedał prawy (28) do prawej korby za pomocą klucza harpunowego.

KROK 8



KROK 8: Przymocuj adapter.

KOMPUTER



FUNKCJE

SCAN : Na przemian WATTS/CALORIES (Kalorie) oraz RPM/SPEED (Prędkość). Czas wyświetlania: 6 sekund.

OBROTY NA MINUTĘ/RPM : 0~15~999

PRĘDKOŚĆ/SPEED : 0.0~99.9 km/h

CZAS/TIME : 0:00~99:59

DYSTANS/DISTANCE : 0.00~99.99 km

KALORIE/CALORIES : 0~999

MANUALNY/MANUAL : 1~16 poziom

PROGRAM : P1~P12

UŻYTKOWNIK/USER : U1~U4

H.R.C : 55%、75%、90%、IND (TARGET)/ WSKAŹNIK DOCELOWY

PULS/PULSE : P~30~240

DANE UŻYTKOWNIKA/USER DATA : U0 ~U4 (U1 ~ U4 programy ustawione przez użytkownika)

WATTS : 0~999 watts

WATTS STAŁY POMIAR/WATTS CONSTANT:10~350

OPIS FUNKCJI

MANUALNA (MANUAL) Ustaw poziom oporu za pomocą wyświetlacza punktowego, a następnie (jeśli to konieczne) ustaw parametry treningu:

CZAS (TIME)/DYSTANS (DISTANCE) / KALORIE (CALORIES) / PULS (PULSE), następnie wciśnij START/STOP, aby rozpocząć program manualny.

1. Ustaw CZAS (TIME) wciskając UP ▲/DOWN ▼ od 0:00 do 99:00.
2. Ustaw DYSTANS (DISTANCE) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie 0.00~99.50 km.
3. Ustaw docelowe KALORIE (CALORIES) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie 0~990.
4. Ustaw docelowy PULS (POZIOM PULSU) /PULSE (HEART RATE) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie P~30~240.
5. Wciśnij MODE, aby potwierdzić wszystkie ustawienia.
6. Jeśli nie chcesz ustawiać powyższych wartości (CZAS (TIME)/ DYSTANS (DISTANCE) / KALORIE (CALORIES) / PULS (PULSE), wciśnij START/STOP (START/STOP), aby od razu rozpocząć trening.

PROGRAM 12 programów automatycznej regulacji z ćwiczeniem kontrolnym (P1 ~ P12).

Poziom oporu można regulować, kiedy PROGRAM DIAGRAM miga.

1. Wybierz profil programu treningowego P1 – P12, którego chcesz użyć.
2. W programie możesz zmieniać poziom obciążenia przyciskami UP ▲/DOWN ▼.
3. Ustaw CZAS (TIME) programu wciskając UP ▲/DOWN ▼ od 0:00 do 99:00.
4. Ustaw DYSTANS (DISTANCE) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie 0.00~99.50 km.
5. Ustaw KALORIE (CALORIES) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie 0~990.
6. Ustaw docelowy PULS (POZIOM PULSU)/PULSE (HEART RATE) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie P~30~240.
7. Wciśnij MODE, aby potwierdzić wszystkie ustawienia.

WATTS STAŁY POMIAR/WATTS CONSTANT Użytkownik może ustawić dowolną domyślną wartość WATTS w przedziale 10-350 watts używając przycisku UP/ DOWN. Aby potwierdzić ustawienia stałego pomiaru WATTS, należy wcisnąć przycisk START/STOP.

Wybierz tryb WATTS control, aby trenować, używając różnych poziomów WATTS.

1. Ustaw WATTS jako wartość stałą wciskając UP ▲/DOWN ▼ w przedziale 10-350 podczas ćwiczeń.
2. Ustaw CZAS (TIME) wciskając UP ▲/DOWN ▼ od 0:00 do 99:00.
3. Ustaw DYSTANS (DISTANCE) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie 0.00~99.50 km
4. Ustaw KALORIE (CALORIES) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie 0~990.
5. Ustaw docelowy PULS (POZIOM PULSU)/PULSE (HEART RATE) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie P~30~240.
6. Wciśnij MODE, aby potwierdzić wszystkie ustawienia.

UŻYTKOWNIK (USER) Stwórz własny profil programu poprzez U1~U4 ustawiając poziom oporu dla każdego z segmentów. Następnie Program zostanie automatycznie zapisany do wykorzystania w przyszłości. U0 można ustawić tak samo jak U1~U4, ale ten program nie może zostać zapisany.

1. Użytkownik tworzy swój idealny profil programu dla każdego obciążenia na 16 poziomach.
2. Przykładowo, użytkownik, wciskając UP ▲/DOWN ▼ wprowadza poziom oporu w zakresie 1-16.
3. Wciśnij MODE, aby potwierdzić wszystkie ustawienia.
4. Zakończ program ustawiania oporu.
5. Ustaw CZAS (TIME) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w przedziale 0:00 to 99:00.
6. Ustaw DYSTANS (DISTANCE) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w przedziale 0.00~99.50 km.
7. Ustaw docelowe KALORIE (CALORIES) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w przedziale 0~990.
8. Ustaw docelowy PULS (POZIOM PULSU)/PULSE (HEART RATE) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w przedziale P~30~240.
9. Wciśnij MODE, aby potwierdzić wszystkie ustawienia.

H.R.C KONTROLA POZIOMU PULSU - Wybierz docelowy poziom pulsu z wcześniej ustawionych programów 55%, 75% lub 90%. Wprowadź swój wiek do Danych Użytkownika (User Data), aby upewnić się, że poziom pulsu jest ustawiony prawidłowo. Wyświetlacz PULS (PULSE) zacznie migać, kiedy zostanie osiągnięta docelowa wartość pulsu zgodnie z wybranym programem.

- i. 55% -- DIET PROGRAM (PROGRAM DIETA)
- ii. 75% -- HEALTH PROGRAM (PROGRAM ZDROWIE)
- iii. 90% -- SPORTS PROGRAM (PROGRAM SPORT)
- iv. TARGET—USTAWIONY PRZEZ UŻYTKOWNIKA DOCELOWY POZIOM PULSU

1. Wybierz docelowy POZIOM PULSU (HEART RATE) z wcześniej ustawionych programów 55%, 75%, 90% lub TARGET
2. Ustaw docelowy poziom pulsu (Heart Rate) na wyświetlaczu w zakresie 30-240.
3. Ustaw CZAS (TIME) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie 0:00 to 99:00.
4. Ustaw DYSTANS (DISTANCE) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie 0.00~99.50 km
5. Ustaw KALORIE (CALORIES) wciskając UP ▲/DOWN ▼ w zakresie 0~990

RANDOM PROGRAM Losowo wybrany program przez komputer, który automatycznie wygeneruje jego wykres.

1. Łącznie jest 16 słupków.
2. Po wciśnięciu START, użytkownik może regulować wartości obciążenia przyciskami UP ▲ / DOWN ▼.

RECOVERY

Po zakończeniu treningu, naciśnij przycisk RECOVERY. Aby funkcja RECOVERY działała poprawnie, potrzebny jest sygnał poziom pulsu. CZAS (TIME) będzie odliczał się w dół od 1 minuty, a następnie pojawi się Twój wynik od F1 do F6.

UWAGA: podczas trybu RECOVERY inne wyświetlacze nie będą dostępne.

F 1 ~ F6 = RECOVERY HEART RATE LEVEL

Condition	Score	Heart Rate
Excellent	F1	Above 50
Good	F2	40 ~ 49
Average	F3	30 ~ 39
Fair	F4	20 ~ 29
Poor	F5	10 ~ 19
Very Poor	F6	Under 10

DANE UŻYTKOWNIKA (USER DATA) : U0~U4 są osobistymi programami Użytkownika. Użytkownik powinien wprowadzić swoją płeć, wiek, wzrost oraz wagę. Zapisywane będą dane tylko dla U1 do U4.

1. Wciśnij UP ▲/DOWN ▼ , aby móc wybrać i zidentyfikować siebie jako użytkownika U0 / U1 / U2 /U3 / U4.
2. Wciśnij UP ▲/DOWN ▼ , aby wybrać MALE (MĘŻCZYZNA) / FEMALE (KOBIEȚA).
3. Ustaw swój WIEK (AGE) od 30 wciskając UP ▲/DOWN ▼ . Jeśli np. masz 32 lata, wciskaj up dopóki nie pojawi się 32
4. Ustaw Ht: HEIGHT (wzrost) wciskając UP ▲/DOWN ▼ .
5. Ustaw Wt:WEIGHT (waga) wciskając UP ▲/DOWN ▼ .
6. Wciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić ustawienia.

FUNKCJE PRZYCISKÓW

1. MODE : Przycisk wyboru funkcji i potwierdzenia ustawień.
2. UP ▲/DOWN ▼ : Zwiększanie i zmniejszanie oraz wybór opcji. 3. Przycisk START/STOP: WŁĄCZANIE/WYŁĄCZANIE.
4. RECOVERY: Test mierzący poziom odzyskiwania pulsu.
5. RESET: Kasowanie wstępnie ustawionych wartości do 0.

WSKAZÓWKI

1. Opcja: Podłącz zasilacz.
2. Chronić komputer przed wilgocią.

Trening Kardio:

Przed zaprogramowaniem treningu należy wziąć pod uwagę swój wiek, szczególnie w przypadku osób w wieku powyżej 35 lat, a także kondycję fizyczną. Jeśli masz siedzący tryb życia bez regularnej aktywności fizycznej, koniecznie skonsultuj się z lekarzem w celu ustalenia poziomu intensywności treningu. Po ustaleniu nie próbuj osiągać maksimum podczas pierwszych sesji treningowych. Bądź cierpliwy; Twoja wydajność szybko się poprawi.

Trening Kardio:

Umożliwia rozwój układu sercowo-naczyniowego (sprawność serca / naczyń krwionośnych). Podczas treningu Cardio mięśnie potrzebują zaopatrzenia w tlen oraz substancje odżywcze. Muszą także wyeliminować straty. Nasze serce zwiększa swój rytm i wysyła większą ilość tlenu do organizmu za pośrednictwem układu sercowo-naczyniowego. Im więcej ćwiczysz regularnie i wykonujesz więcej powtarzalnych serii ćwiczeń, tym bardziej rozwinie się Twoje serce, jak również inne mięśnie. W życiu codziennym przekłada się to na zdolność do zniesienia większego wysiłku fizycznego oraz poprawy zdolności intelektualnych

INSTRUKCJA TRENINGU

1. Rozgrzewka

Przed rozpoczęciem treningu sugerujemy wykonać ćwiczenia rozgrzewające przedstawione poniżej na rysunku. Każde ćwiczenie powinno być wykonywane, co najmniej przez 30 sekund. Rozgrzewka zmniejsza ryzyko kontuzji i skurczu mięśni i powoduje lepszą pracę mięśni.



Dział obsługi klienta: ABISAL Sp. z o.o.

ul. Św. Elżbiety 6

41-905 Bytom

serwis@abisal.pl

www.abisal.pl

www.hms-fitness.pl



Oznakowanie sprzętu symbolem przekreślonego kontenera na odpady informuje o zakazie umieszczania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami. Zgodnie z Dyrektywą WEE 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.

This product has been designed for home use only and built for optimum safety. Please note the following safety precautions:

1. Before starting any exercise program you should consult your doctor to determine if you have any physical or health conditions that could create a risk to your health and safety, or prevent you from using the equipment properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol level. This is especially important for persons over the age of 35, pregnant women, or those with pre-existing health problems or balance impairments.
2. Before using this equipment to exercise, always do stretching exercises to properly warm up.
3. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, feeling light headed, dizzy or nauseous. If you do experience any of these conditions you should consult your doctor before continuing with exercise program. Injuries to health may result from incorrect or excessive training.
4. During exercises and after keep children and pets away from the equipment.
5. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. Move all sharp objects.
6. Free area shall be not less than 0,6 m greater than the training area in the directions from which the equipment is accessed. Free area must also include the area for emergency dismount. Where equipment is positioned adjacent to each other the value of the free area may be shared.
7. Before each use, visually inspect the unit including hardware and resistance bends.
8. Before using the equipment, check if the nuts, bolts and other bends are securely tightened.
9. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components whilst assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noise coming from the equipment while using, stop. Do not use the equipment until the problem has been rectified.
10. Do not insert any object into any openings.
11. Be aware of all regulation and constructions parts which may disturb during exercises.
12. The safety level of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
13. Wear suitable clothing whilst using the equipment. Avoid wearing loose clothing which may get caught in the equipment or that may restrict or prevent movement.
- 14. The equipment has been tested and certified according to EN ISO 20957-1 under class HC. It is not suitable for therapeutic use.**
15. Care must be taken when lifting or moving the equipment so as not to injure your back. Always use proper lifting techniques and/or use assistance.
16. The equipment is designed for adult use only. Keep unsupervised children away from the equipment.
17. Assemble this unit as described in this manual. Use only parts from the set. Check all parts with the part list.

WARNING: READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USING ANY FITNESS EQUIPMENT. WE ASSUME NO RESPONSIBILITY FOR PERSONAL INJURY OR PROPERTY DAMAGE CAUSED BY OR THROUGH THE USE OF THIS PRODUCT

SPECIFICATIONS

Weight – 28 kg

Flywheel – 7 kg

Dimensions – 92 x 55 x 142,5 cm

Maximum weight of user – 120 kg

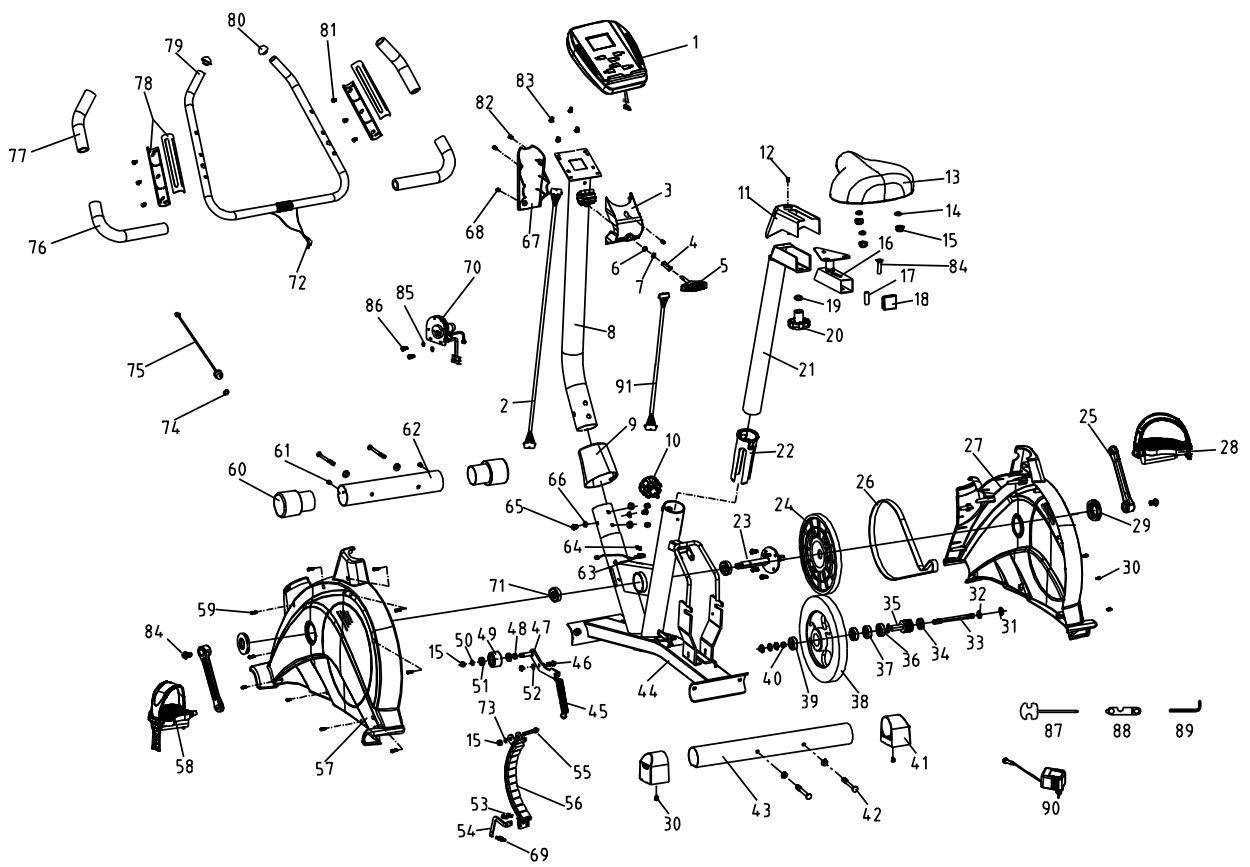
MAINTENANCE

Your unit has been carefully designed to require minimum maintenance. To ensure this, we recommend that you do the following: keep your unit clean by wiping sweat, dust or other residue off with a soft, clean cloth after each use. Always make sure that the bands are secure and show no signs of wear. Regularly check the tightness of nuts and bolts.

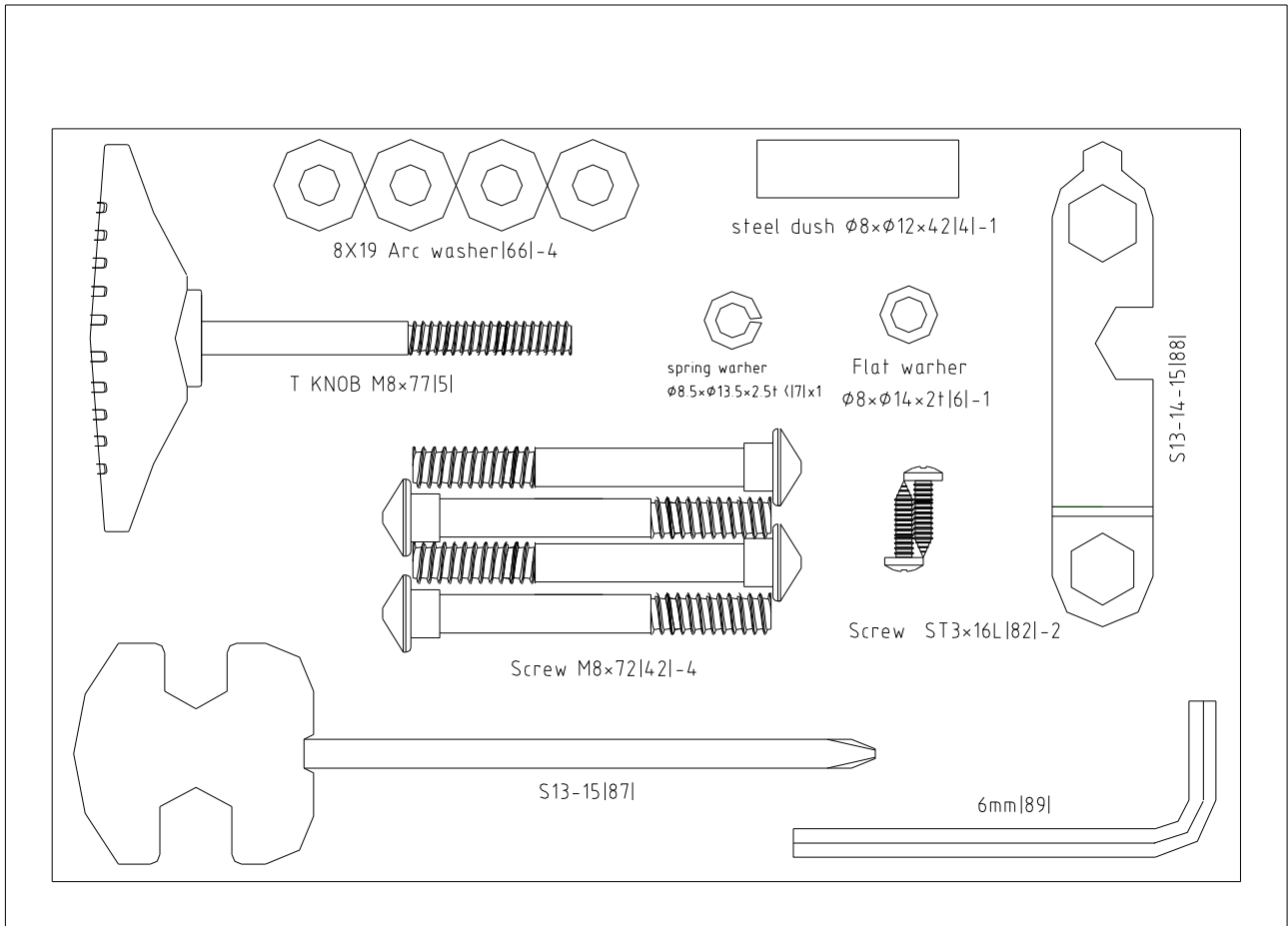
BREAKING

Stop to pedal when you want stop the item. Magnetic bike M6995 does not acquire breaking system or emergency break.

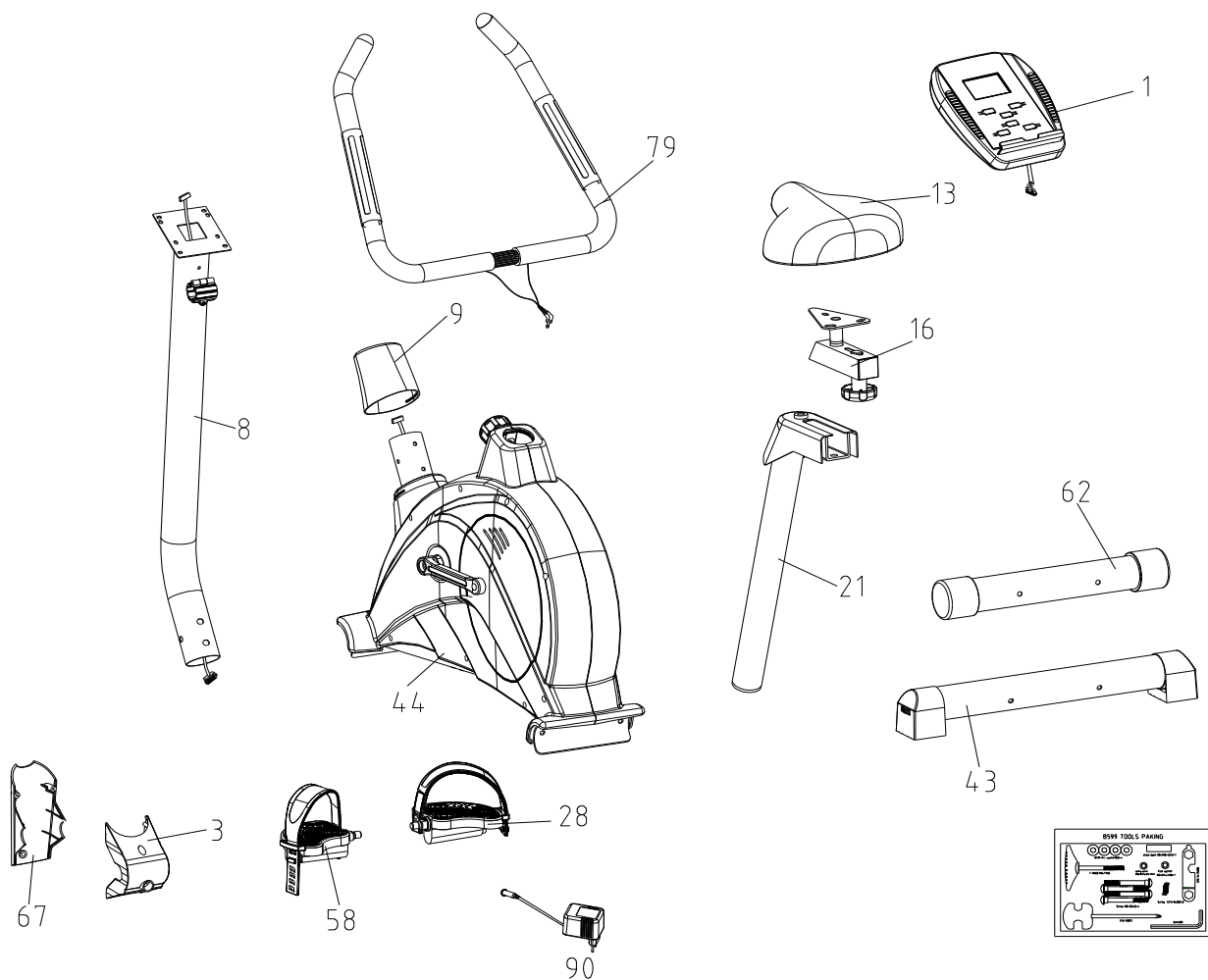
Exploded drawing:



PARTS LIST AND TOOLS



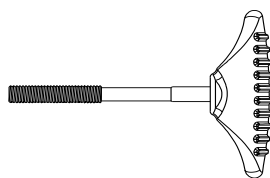
PRE-ASSEMBLY CHECK LIST



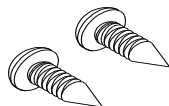
PART NO	DESCRIPTION	QTY
1	COMPUTER	1
3	FRONT COVER	1
8	HANDLE POST	1
9	HANDLE POST COVER	1
13	SEAT	1
16	SLIDING PIECE	1

21	SEAT POST	1
28	PEDAL (R) 9/16 "	1
43	REAR STABILIZER	1
44	MAIN FRAME	1
58	PEDAL (L) 9/16 "	1
62	FRONT STABILIZER	1
67	REAR COVER	1
79	HANDLE BAR	1
90	ADAPTOR	1
	PARTS LIST AND TOOLS	1

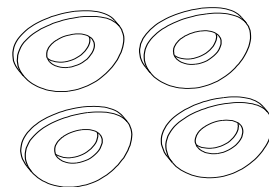
HARDWARE PARTS LIST



5



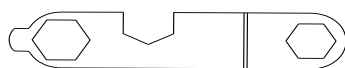
82



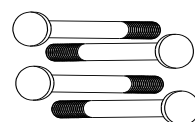
66



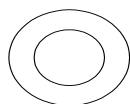
4



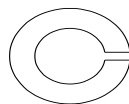
88



42



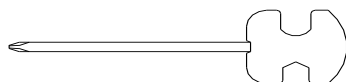
6



7



89



87

PART NO	DESCRIPTION	QTY
5	T KNOB(M8*77mmL)	1
82	SCREW(ST3*16)	2
66	WASHER(ϕ 8* ϕ 19*2T)	4
4	BUSHING(ϕ 8* ϕ 12*42mmL)	1
88	N TYPE TOOL	1
42	SCREW(M8X72L)	4
6	FLAT WASHER(ϕ 8* ϕ 14*2t)	1
7	SPRING WASHER(ϕ 8.5* ϕ 13.5*2.5t)	1
89	HEX WRENCH 6MM*30MML *84MML	1
87	HARPOON WRENCH 13.15	1

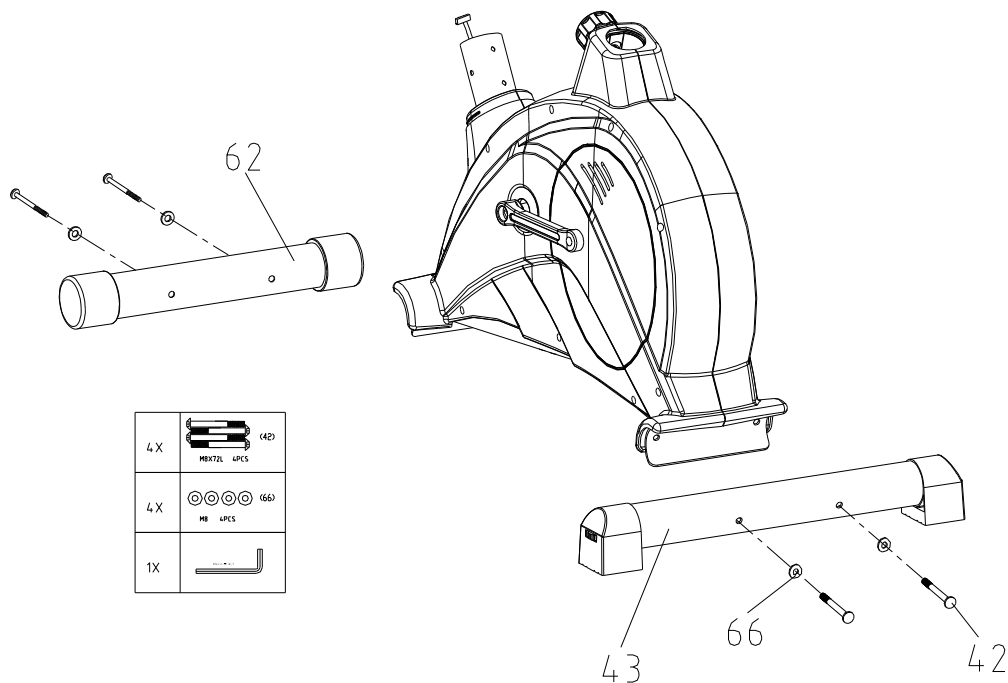
PARTS LIST AND TOOLS

NO	Description	Q'ty	NO	Description	Q'ty
1	COMPUTER	1	46	SCREW(M8*20)	1
2	UPPER CABLE	1	47	IDLER BAR	1
3	FRONT COVER	1	48	BUSHING(φ 10*φ14*3mm)	1
4	BUSHING(φ 8*φ12*42mmL)	1	49	WHEEL	1
5	T KNOB(M8*77mmL)	1	50	FLAT WASHER(φ 8 *φ22 *1T)	1
6	FLAT WASHER(φ 8*φ14*2t)	1	51	BEARING(6000)	2
7	SPRING WASHER(φ 8.5*φ13.5*2.5t)	1	52	FLAT WASHER(φ 8 *φ14 *2T)	1
8	HANDLE POST	1	53	SCREW (M6*12)	2
9	HANDLE POST COVER	1	54	LEVER	1
10	SEAT KNOB	1	55	SCREW (M8*55L)	1
11	COVER FOR SEAT POST	1	56	MAGNET	1
12	SCREW (M4*8L)	1	57	CHAIN COVER (L)	1
13	SEAT	1	58	PEDAL(L)9/16"	1
14	FLAT WASHER(φ 8*φ16*2T)	3	59	SCREW(ST4*50L)	7
15	NYLON NUT(M8)	6	60	FRONT END CAP AND WHEEL	2
16	SLIDING PIECE	1	61	SCREW(ST3*8L)	2
17	BUSHING	1	62	FRONT STABILIZER	1
18	SEAT POST PLASTIC COVER	1	63	SENSOR	1
19	FLAT WASHER(φ10*φ25*2T)	1	64	SCREW(M3*8L)	2
20	HORIZONTAL KNOB	1	65	SCREW (M8*16)	4
21	SEAT POST	1	66	WASHER(φ8*φ19*2T)	8
22	PLASTIC SLEEVE FOR SEAT POST	1	67	REAR COVER	1
23	AXLE	1	68	SCREW(M5*16)	2
24	PULLEY(φ232)	1	69	Spring	1
25	CRANK L/R	1	70	MOTOR	1
26	BELT	1	71	BEARING 6203	1
27	CHAIN COVER (R)	1	72	HAND PULSE WIRE	1
28	PEDAL(R) 9/16"	1	73	FLAT WASHER (φ 8*φ14*2t)	1
29	CRANK COVER L/R	2	74	SCREW	1
30	SCREW(3/16" *3/4")	6	75	DC WIRE	1
31	NUT 3/8"-26*7T	2	76	FOAM GRIP L/R	2
32	NUT 3/8"-26*3.8T	3	77	FOAM GRIP L/R	2
33	FLYWHEEL SHAFT 3/8-26"*140L	1	78	HAND PULSE L/R	2
34	BEARING 6900	2	79	HANDLE BAR	1
35	SMALL PULLEY φ 30	1	80	COVER	2
36	BEARING 6003	2	81	SCREW(ST3*10)	6
37	ONE WAY BEARING φ 35*17	1	82	SCREW(ST3*16)	2
38	FLYWHEEL(φ240)	1	83	SCREW (M5*12)	4
39	BEARING 6300	1	84	BOLT (M8*P1.25*55L*S28L)	1
40	BUSHING(φ 10* φ 15.8*9mm)	1	85	FLAT WASHER(φ 6*φ13*1T)	2

41	REAR END CAP	2	86	SCREW(M6*20)	2
42	SCREW (M8*72L)	4	87	HARPOON WRENCH13.15	1
43	REAR STABILIZER	1	88	N TYPE TOOL	1
44	MAIN FRAME	1	89	HEX WRENCH 6mmX30mmlX84mml	1
45	SPRING	1	90	ADAPTOR	1
			91	LOWER CABLE	1

Assembly instruction

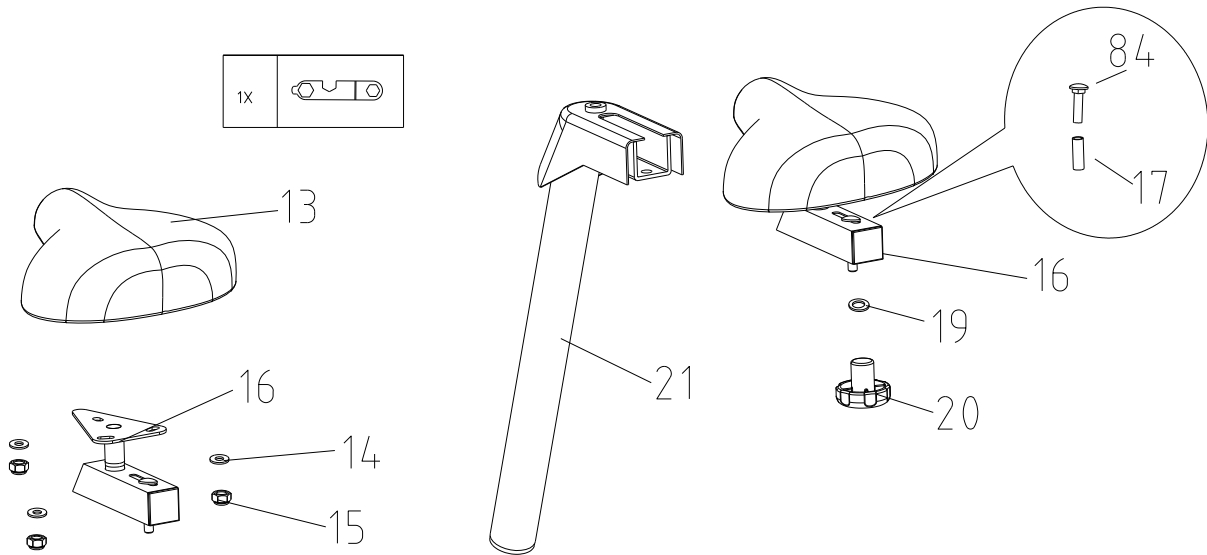
STEP 1



STEP 1: Assemble front and rear stabilizer

Fix front the stabilizer (62) and rear stabilizer (62) using screw (42) and washer (66), tighten using hex wrench.

STEP 2



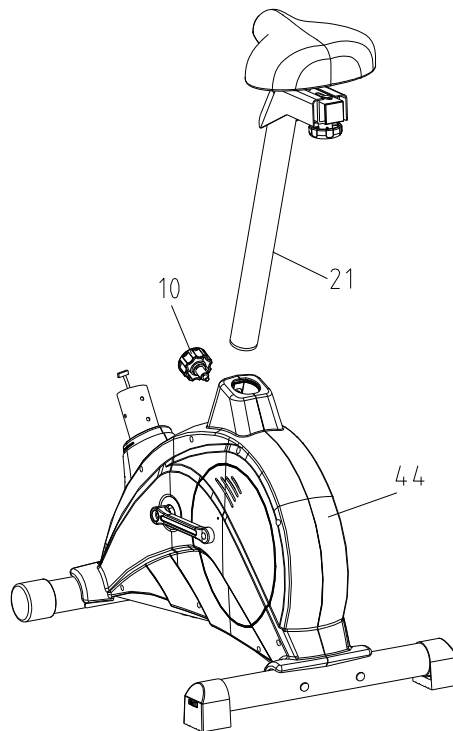
STEP 2: Assemble seat

4. Loosen the nut and washer on the seat (13), use N tool and fix on the sliding (16).

5. Loosen the knob (20), washer (19), bushing (17), screw (84) that on the sliding, then insert seat into the seat post (21).

6. Screw (84), bushing (17), washer (19) and knob (20) fix on the sliding (16).

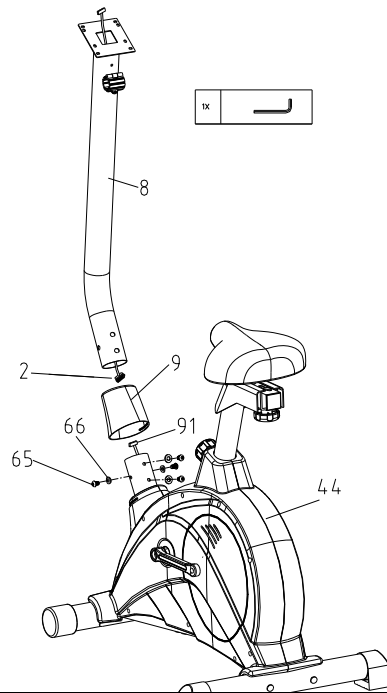
STEP 3



STEP 3: Assemble seat post

4. Loosen knob (10) from main frame (44).
5. Insert seat post (21) into the frame (44).
6. Lock the knob (10).

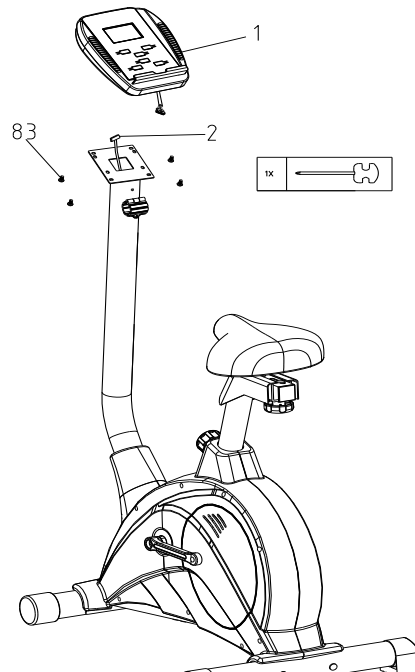
STEP 4



STEP 4: Assemble upright post

1. Loosen screw (65) and washer (66) from the main frame (44).
2. Connect upper cable (2) with lower cable (91).
3. Insert upright post (8) into the frame (44).
4. Use hex wrench to tighten screw (65) and washer (66)
5. Insert handle post cover (9) into the frame.

STEP 5



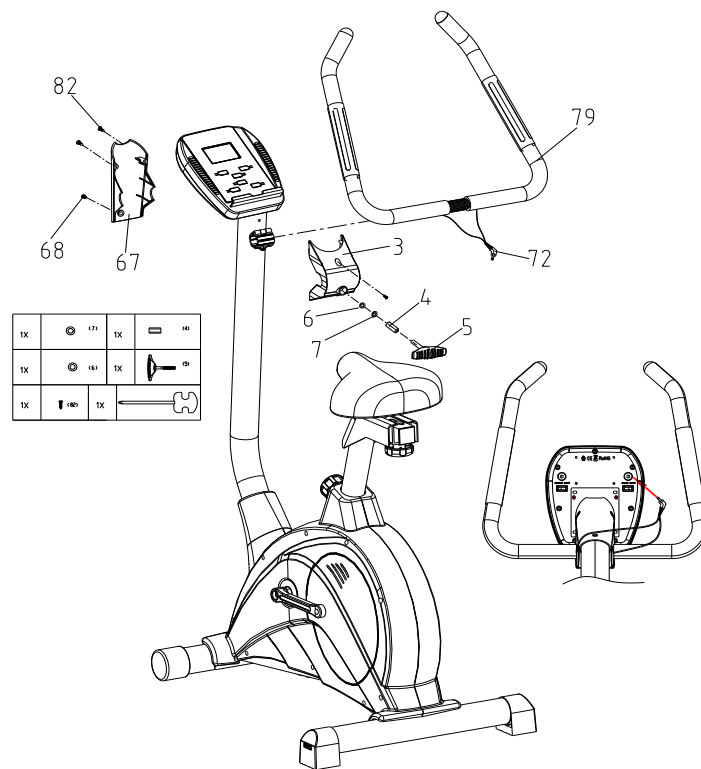
STEP 5: Assemble computer

4. Use harpoon wrench to tighten the screws on the back of the computer.

5. Connect upper cable (2) with the computer (1).

6. Use harpoon to tighten screw (83).

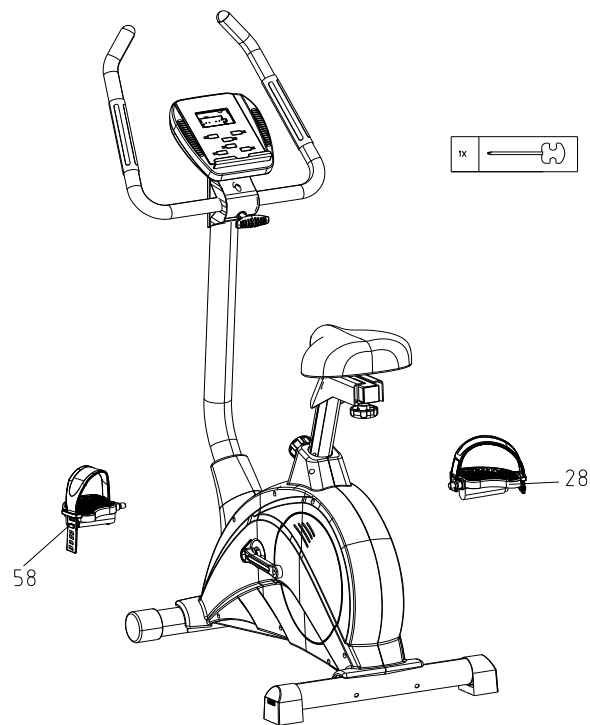
STEP 6



STEP 6: Assemble handlebar

1. Insert the handlebar (79) into the dotted line position.
2. Use harpoon wrench to tighten T knob (5) with bushing (4), washer (7), washer (6), fix front cover (3) using screw (82).
3. Fix rear cover (67) using screw (68).
4. Insert the line (72) into the computer (1).

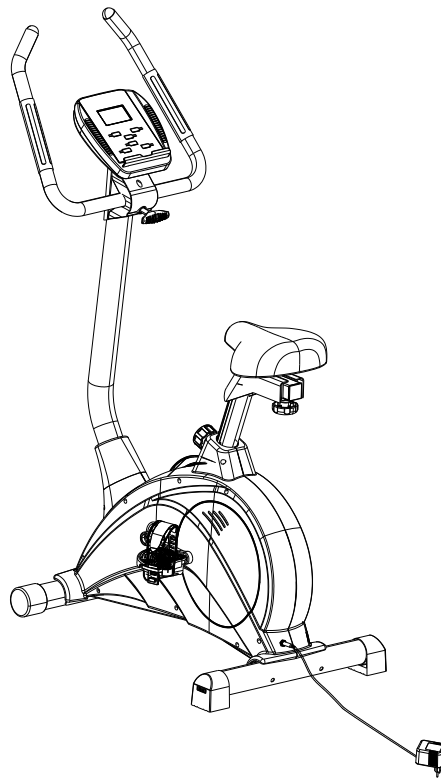
STEP 7



STEP 7: Assemble pedals

Use harpoon wrench to tighten left pedal (58) and right pedal (28).

STEP 8



STEP 8: Assemble adaptor.

COMPUTER



FUNCTION

SCAN : Alternates between WATTS/CALORIES and RPM/SPEED. 6 seconds per display.

RPM : 0~15~999

SPEED : 0.0~99.9 km/h

TIME : 0:00~99:59

DISTANCE : 0.00~99.99 km

CALORIES : 0~999

MANUAL : 1~16 level

PROGRAM : P1~P12

USER : U1~U4

H.R.C : 55%、75%、90%、IND (TARGET)

PULSE : P~30~240, max value is available

USER DATA : U0 ~U4 (U1 ~ U4 programs set by the user)

WATTS : 0~999 watts

WATTS CONSTANT :10~350

FUNCTION DESCRIPTION

MANUAL Set the resistance level using the dot matrix display then (if required) set exercise parameters TIME/DISTANCE / CALORIES / PULSE then press START/STOP to start manual program.

2. Set your exercising TIME by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0:00 to 99:00.
2. Set your exercising DISTANCE by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0.00~99.50 km
3. Set your exercising CALORIES by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0~990
4. Set your target PULSE (HEART RATE) by pressing UP ▲/DOWN ▼ from P~30~240.
5. Press MODE to confirm each value setting.
6. If you don't need to set above value (TIME/DISTANCE / CALORIES / PULSE), press ST/STOP to quick start your exercising workout.

PROGRAM 12 automatic adjusting programs with control exercise (P1~P12), Resistance level can be adjusted during PROGRAM DIAGRAM is flashing.

1. Choose program profile P1 – P12 which workout program you want to challenge.
2. In the program you can raise the load level by UP ▲/DOWN ▼.
3. Set your program TIME by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0:00 to 99:00.
4. Set your program DISTANCE by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0.00~99.50 km.
5. Set your program CALORIES by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0~990.
6. Set your target PULSE (HEART RATE) by pressing UP ▲/DOWN ▼ from P~30~240.
7. Press MODE to confirm each value setting.

WATTS CONSTANT User can default WATTS value at his/her desire 10-350 watts between 10~350 watts by using the UP/ DOWN knob. To fix WATTS constant value and then press ST/STOP key. Use WATTS control mode to train yourself in different WATTS's constant.

1. Set up WATTS you want to constant by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 10-350 while you are working out.
2. Set your exercising TIME by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0:00 to 99:00.
3. Set your exercising DISTANCE by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0.00~99.50 km
4. Set your exercising CALORIES by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0~990
5. Set your target PULSE (HEART RATE) by pressing UP ▲/DOWN ▼ from P~30~240.
6. Press MODE to confirm each value setting.

USER Create your own Program profile through U1~U4 by setting the resistance level for each individual segment. Then the Program will be automatically saved for future use. U0 ENTER can be set the same as U1~U4 but this Program cannot be saved.

1. User design your ideal program profile for each load in 16 levels.
2. For example, user pressing UP ▲/DOWN ▼ to input his/her resistance load from 1-16 dot matrix.
3. Press MODE to confirm each resistance load setting.
4. Finish the resistance program chart.
5. Set your exercising TIME by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0:00 to 99:00.

6. Set your exercising DISTANCE by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0.00~99.50 km
7. Set your exercising CALORIES by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0~990
8. Set your target PULSE (HEART RATE) by pressing UP ▲/DOWN ▼ from P~30~240.
9. Press MODE to confirm each value setting.

H.R.C HEART RATE CONTROL- Select your own target Heart Rate of choose one of the preset programs 55%, 75%, or 90%. Please enter your age into the User Data to ensure that your target heart rate is set correctly. The PULSE display will flash when you have reached your target heart rate according to the Program you have chosen.

- i. 55% -- DIET PROGRAM
- ii. 75% -- HEALTH PROGRAM
- iii. 90% -- SPORTS PROGRAM
- iv. TARGET—USER SET TARGET HEART RATE

1. Set your own target HEART RATE of choose one of the preset programs 55%,75%, 90% or Target.
2. Set your target Heart Rate in the LCD window 30-240.
3. Set your exercising TIME by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0:00 to 99:00.
4. Set your exercising DISTANCE by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0.00~99.50 km.
5. Set your exercising CALORIES by pressing UP ▲/DOWN ▼ from 0~990.

RANDOM PORGRAM A randomly selected program by the computer that will automatically generate its graph.

1. There are total 16 bars : Every random will result load value of bar.
3. After START, user can press UP ▲ / DOWN ▼ to adjust the load values of whole bar.

RECOVERY

When you have finished your workout, press RECOVERY. For RECOVERY to function correctly, it needs your Heart Rate input. TIME will count down from 1 minute and then your fitness level from F1 to F6 will be displayed.

NOTE: during RECOVERY, no other displays will operate.

F 1 ~ F6 = RECOVERY HEART RATE LEVEL

Condition	Score	Heart Rate
Excellent	F1	Above 50
Good	F2	40 ~ 49
Average	F3	30 ~ 39
Fair	F4	20 ~ 29
Poor	F5	10 ~ 19
Very Poor	F6	Under 10

USER DATA : U0~U4 are user's Personal Programs (refer Personal). Users should enter their gender, age, height and weight. Only data for U1 to U4 will be saved.

1. Press UP ▲/DOWN ▼ to choose and identify you are user U0 / U1 / U2 /U3 / U4.
2. Press UP ▲/DOWN ▼ to choose MALE / FEMALE.
3. Input your AGE from 30 by pressing UP ▲/DOWN ▼ . If you are 32 year-old, up to 32
4. Input your Ht: HEIGHT by pressing UP ▲/DOWN ▼ .
5. Input your Wt:WEIGHT by UP ▲/DOWN ▼ .
6. Press MODE key to confirm your setting.

KEY FUNCTIONS

1. MODE : Function select and confirmation key.
2. UP ▲/DOWN ▼ : Increase and decrease or select option.
3. START/STOP KEY : START / STOP key.
4. RECOVERY : Fitness test by measuring your recovery rate.
5. RESET :Clean the pre-set value to 0.

TIPS

1. Option: Plug in AC Adaptor
2. Keep moisture away from computer.

Cardio – Training:

Before programming your training, it is essential to take account of your age, particularly for people of **more than 35 years of age**, as well as your physical condition. If you have a sedentary lifestyle without regular physical activity, **it is vital that you consult your doctor** to determine the level of intensity of your training. Once determined, **do not attempt to achieve your maximum during the first training sessions**. Be patient; your performance will quickly improve.

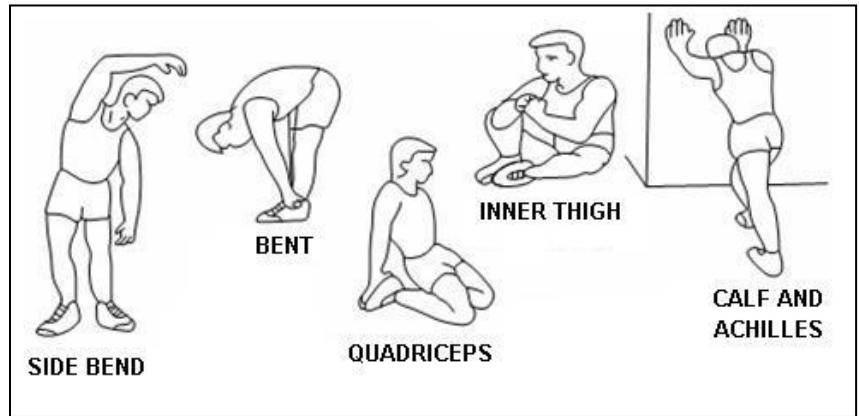
Cardio – Training:

This enables you to develop your cardiovascular system (fitness of the heart / blood vessels). During Cardio Training, the muscles need a supply of oxygen and nutritive substances. They also need to eliminate waste. Our heart increases its rhythm and sends a larger amount of oxygen to the body by means of the cardiovascular system. The more often you exercise regularly and repetitively, the more your heart will develop, just like any other muscle. In daily life, this translates into the ability to bear greater physical effort and improve your intellectual faculties.

TRAINING INSTRUCTION

1. Warm-Up

To prevent injury and maximize performance we recommend that each workout period starts with a warm-up. We suggest you do the following exercise as the sketch map. Each exercise at least about 30 seconds.



Even though we go to great efforts to ensure the quality of each product we produce, occasional errors and /or omissions do occur. In any event should you find this product to has either a defective or a missing part, please contact us for a replacement.

Consumer service department: ABISAL Sp. z o. o.

ul. Św. Elżbiety 6

41-905 Bytom

serwis@abisal.pl

www.abisal.pl

www.hms-fitness.pl



The equipment label depicting a crossed-out wheeled bin symbol informs that it is forbidden to dispose of waste electrical and electronic equipment together with other types of waste. In accordance with the WEE directive on waste electrical and electronic equipment, separate waste management processes should be applied for this type of equipment. The user who intends to dispose of such a product is obliged to return it to an electronic equipment collection point thanks to which they can contribute to its re-use, recycling, and recovery and, in this way, protect the environment. To do this, contact the sales point where the equipment was purchased or a representative of the local authorities. Hazardous substances included in electronic equipment can have negative long-term influence on the natural environment and they can also have negative effect on human health.

RADY TÝKAJÍCÍ SE BEZPEČNOSTI

Tento výrobek je určen k domácímu i komerčnímu využití a byl navržen tak, aby byla zajištěna maximální bezpečnost. Měly by být dodržovány následující zásady:

1. Před započítím tréninku se poraďte s lékařem za účelem vyloučení překážek ve využívání tohoto cvičebního zařízení. Rozhodnutí lékaře je nezbytné v případě užívání léků majících vliv na činnost srdce, tlak krve a hladinu cholesterolu. Je to také nezbytné u osob starších 35 let a osob majících zdravotní potíže.
2. Před započítím tréninku proveďte vždy rozvíčku.
3. Všimněte si znepokojujících signálů. Nesprávné nebo nadměrné cvičení je nebezpečné pro zdraví. Pokud se v průběhu tréninku objeví bolesti hlavy nebo závratě, bolest na hrudníku, nepravidelný srdeční rytmus nebo jiné znepokojující projevy, je potřeba trénink okamžitě přerušit a poradit se s lékařem. Úrazy mohou být způsobené nepravidelným nebo příliš intenzivním tréninkem.
4. V průběhu tréninku a po jeho ukončení zajistěte, aby k zařízení neměly přístup děti a zvířata.
5. Zařízení je potřeba postavit na suchém a rovném povrchu. Z nejbližšího okolí zařízení je potřeba odstranit veškeré ostré předměty. Zařízení je potřeba chránit před vlhkostí a eventuální nerovnosti podlahy je potřeba vyrovnat. Je doporučeno používat speciální antiskluzový podklad, který zabrání posouvání se zařízení během tréninku.
6. Volný prostor kolem zařízení by neměl dosahovat do vzdálenosti menší než 0,6 m a větší než je dostupná tréninková plocha. Volný prostor musí také zahrnovat prostor pro bezpečné sestoupení ze zařízení. Tam, kde se nacházejí dvě tato zařízení vedle sebe, může dojít k podělení volného prostoru.
7. Před prvním použitím, a dále v pravidelných intervalech, je potřeba kontrolovat upevnění šroubů a ostatních spojů.
8. Před započítím tréninku zjistěte upevnění jednotlivých částí a šroubů, které je spojují. Trénink je možné započít pouze v případě, že je zařízení řádně sestaveno.
9. Zařízení by mělo být pravidelně kontrolováno z hlediska opotřebení a poškození, pouze tehdy budou splněny bezpečnostní podmínky. Zvláštní pozornost je potřeba věnovat potahu a pěnovkám, které podléhají opotřebení nejrychleji. Poškozené části je potřeba co nejrychleji opravit nebo vyměnit-do té doby není možno zařízení používat.
10. Do otvorů nevkládejte žádné předměty.
11. Dávejte pozor na čouhající regulační části a jiné konstrukční části, které by při tréninku mohly překážet.
12. Zařízení využívejte pouze v souladu s jeho určením. Jestliže bude některá část poškozena nebo opotřebena nebo se během tréninku objeví znepokojující zvuky, okamžitě přerušete trénink. Nepoužívejte zařízení, dokud nebude závada odstraněna.
13. Cvičte v pohodlném oblečení a sportovní obuvi. Vyhýbejte se volnému oblečení, které by se mohlo o vyčnívající části zachytit, nebo by mohly omezovat volnost pohybu.
- 14. Zařízení spadá do kategorie H podle normy EN ISO 20957-1. Není možné jej využívat jako terapeutické zařízení.**
15. Během zvedání nebo přenášení tohoto zařízení je potřeba mít správné držení těla, aby nedošlo k poškození páteře.
16. Zařízení je určeno pouze pro osoby dospělé. Děti bez dozoru udržujte v bezpečné vzdálenosti od zařízení.
17. Při montáži zařízení je potřeba přesně dodržovat návod a používat pouze části, které patří k zařízení. Před započítím montáže je potřeba zkontrolovat, zda všechny části, které jsou v seznamu, byly dodány.

UPOZORNĚNÍ: PŘED POUŽITÍM FITNESS ZAŘÍZENÍ JE POTŘEBA SI PŘEČÍST NÁVOD. NENESEME ZODPOVĚDNOST ZA ÚRAZY NEBO POŠKOZENÍ PŘEDMĚTŮ ZPŮSOBENÉ NESPRÁVNÝM POUŽÍVÁNÍM TOHOTO VÝROBKU.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Hmotnost netto – 28 kg

Kotoučový setrvačnick – 7 kg

Rozměry po rozložení – 92 x 55 x 142,5 cm

Maximální zatížení výrobku – 120 kg

ÚDRŽBA

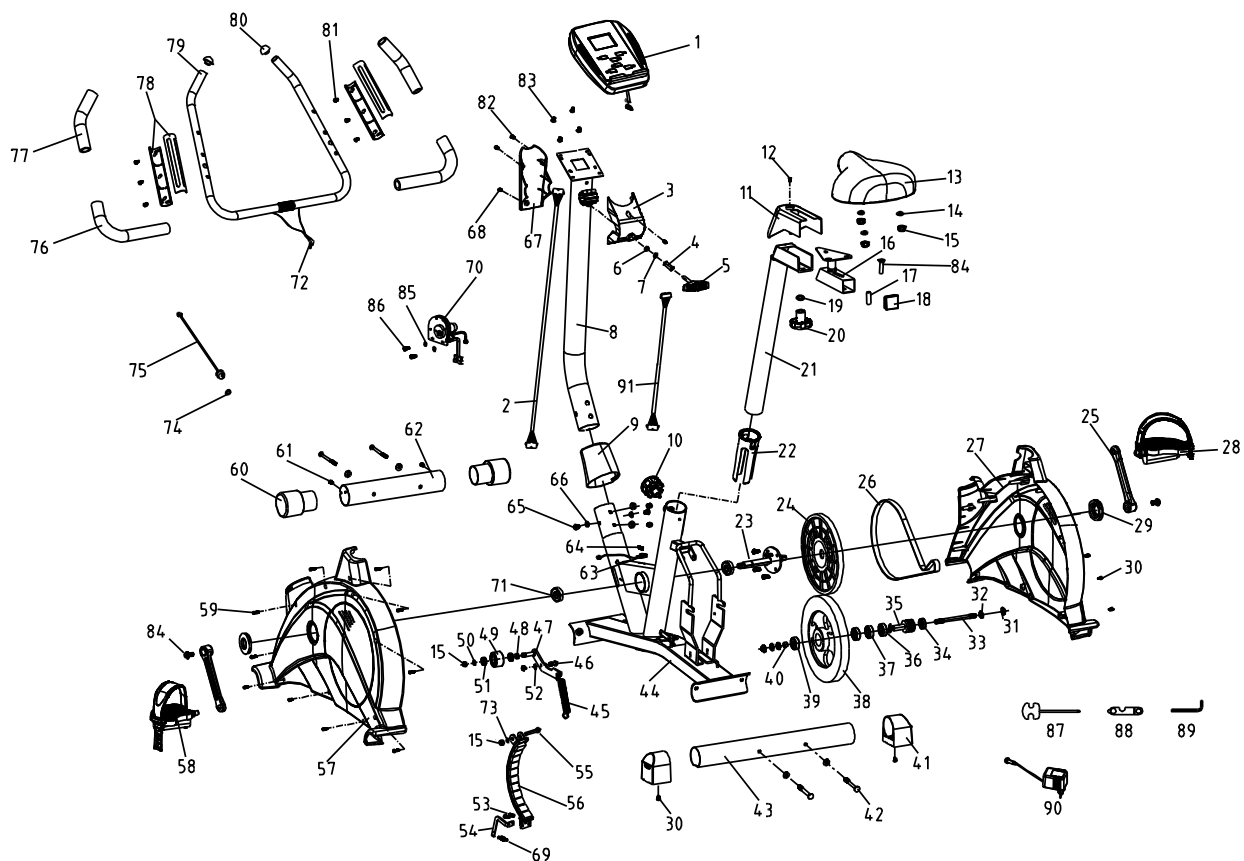
K čištění zařízení není vhodné používat agresivní čisticí prostředky. Používejte měkký, vlhký hadřík na odstraňování špíny a prachu.

Odstraňujte stopy potu, neboť kyselá reakce může poškodit potah. Zařízení je potřeba přechovávat na suchém místě, aby bylo chráněno před vlhkostí a korozi.

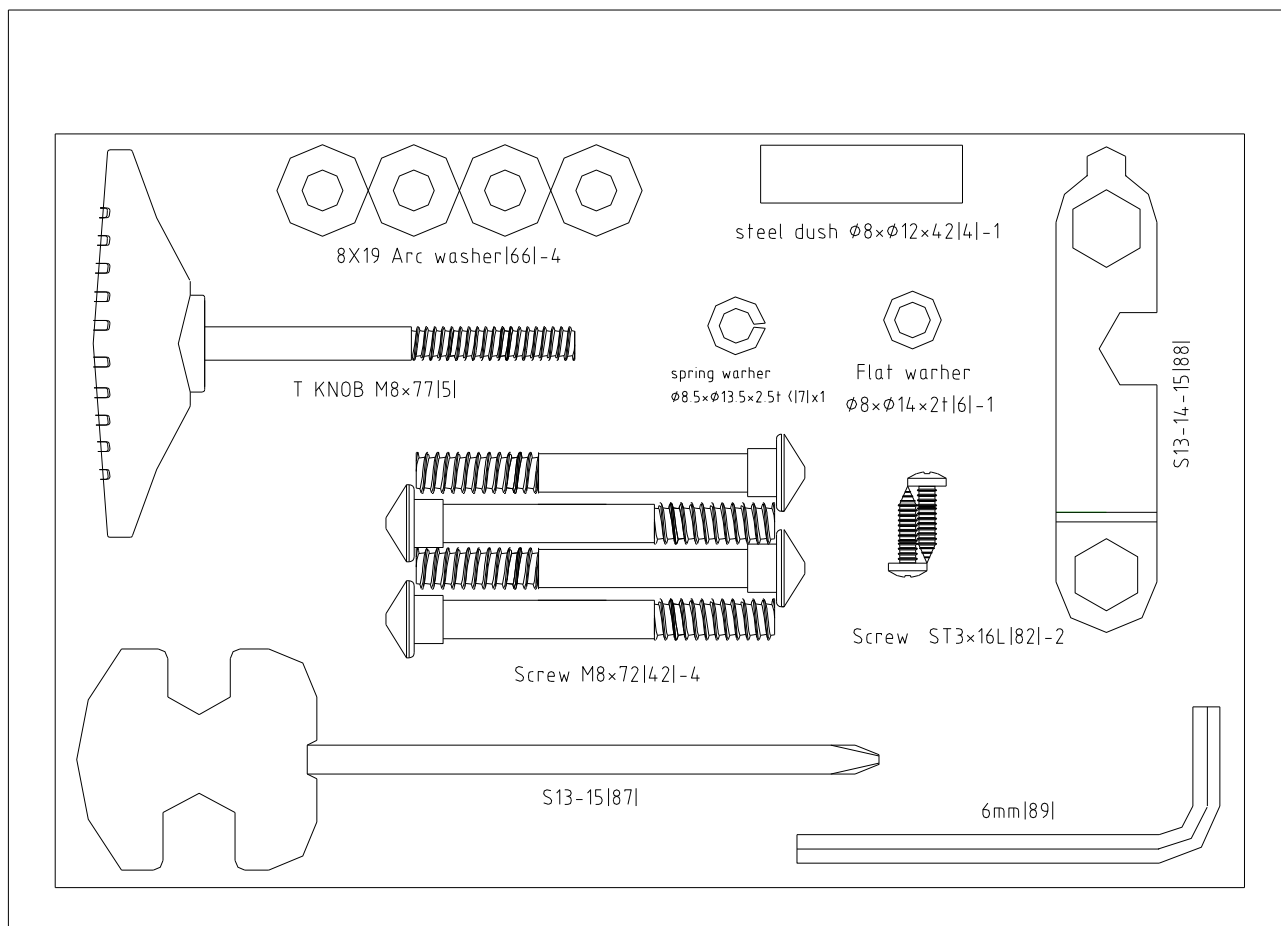
ZPŮSOB BRZDĚNÍ

Pro zastavení rotopedu je potřeba přestat šlapat. Magnetický rotoped M6995 není vybaven blokačním systémem a nemá bezpečnostní brzdu.

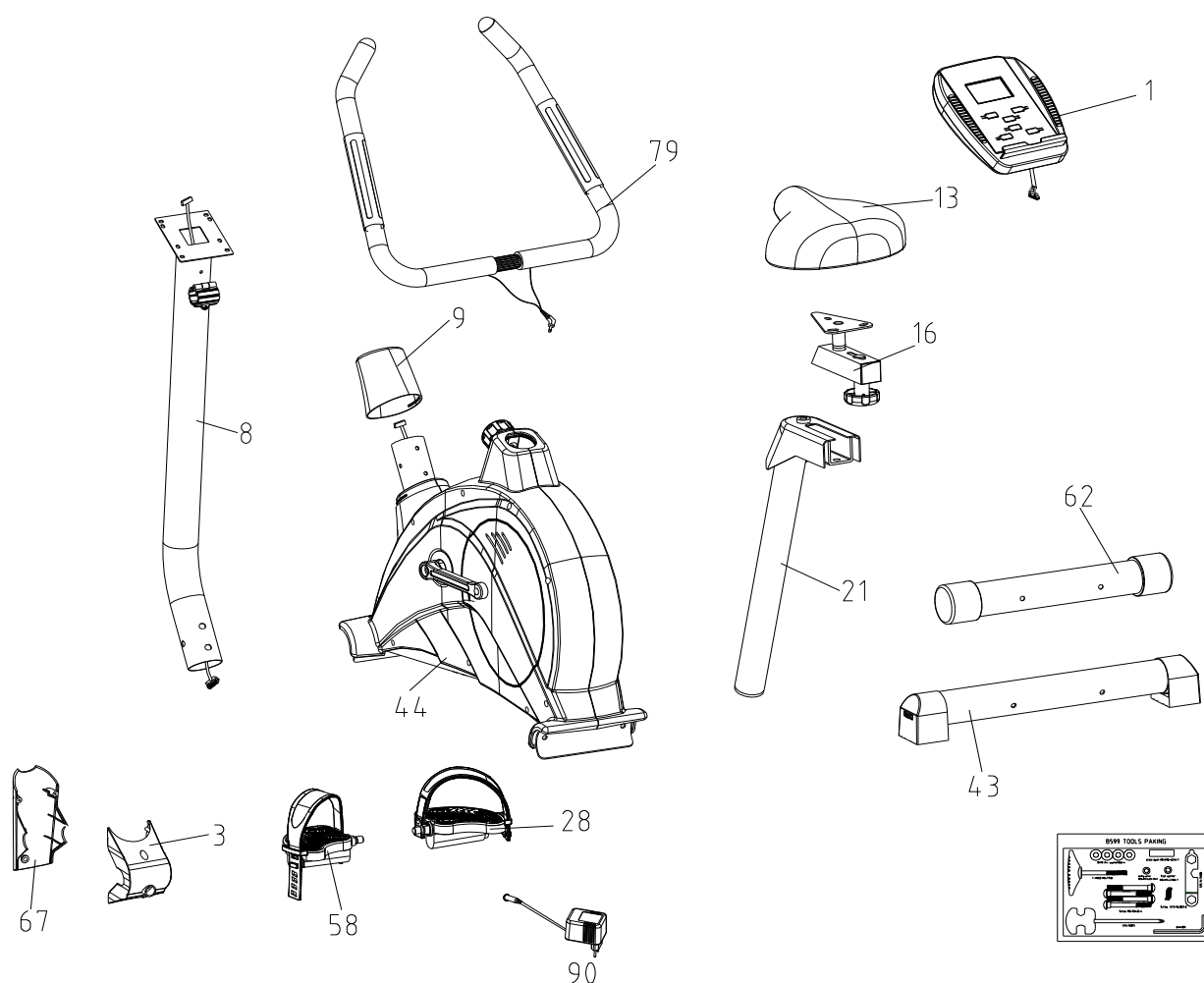
Schéma:



MONTÁŽNÍ MATERIÁL



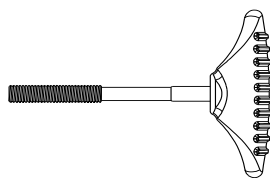
SCHÉMA



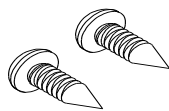
Číslo	Popis	Ks
1	Počítač	1
3	Kryt	1
8	Sloupek	1
9	Kryt	1
13	Sedlo	1
16	Kolejnice	1

21	Sedlová trubka	1
28	Pravý pedál	1
43	Zadní stabilizátor	1
44	Hlavní rám	1
58	Levý pedál	1
62	Přední stabilizátor	1
67	Kryt	1
79	Řídítka	1
90	Adaptér	1
	Návod	1

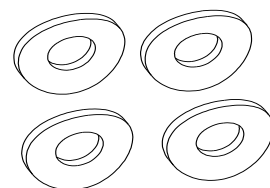
MONTÁŽNÍ MATERIÁL



5



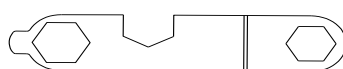
82



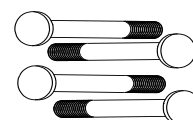
66



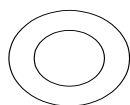
4



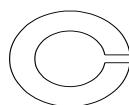
88



42



6



7



89



87

Číslo	Popis	Ks
5	T šroub (M8*77mm)	1
82	Šroub (ST3*16)	2
66	Podložka (Ø8*Ø19*2T)	4

4	Váleček (φ8*φ12*42mmL)	1
88	Klíč	1
42	Šroub (M8X72L)	4
6	Podložka (φ8*φ14*2t)	1
7	Pružinová podložka (φ8.5*φ13.5*2.5t)	1
89	Klíč 6mm*30mm*84mm	1
87	Klíč 13.15	1

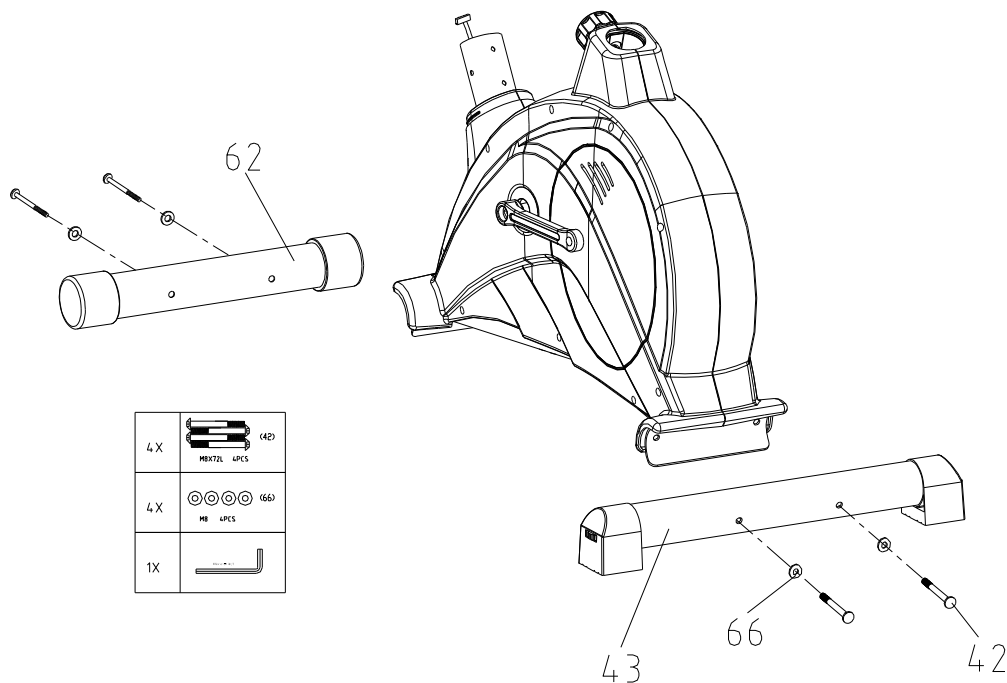
PODROBNÝ SEZNAM DÍLŮ

Č.	Název	Ks	Č.	Název	Ks
1	Počítač	1	46	Šroub (M8*20)	1
2	Horní kabel	1	47	Rameno	1
3	Kryt	1	48	Váleček (φ10*φ14*3mm)	1
4	Váleček (φ8*φ12*42mmL)	1	49	Kolo	1
5	T šroub (M8*77mmL)	1	50	Podložka (φ8 *φ22 *1T)	1
6	Podložka (φ8*φ14*2t)	1	51	Ložisko (6000)	2
7	Pružinová podložka (φ8.5*φ13.5*2.5t)	1	52	Podložka (φ8 *φ14 *2T)	1
8	Sloupek	1	53	Šroub (M6*12)	2
9	Kryt	1	54	Páka	1
10	Šroub nastavení výšky sedla	1	55	Šroub (M8*55L)	1
11	Kryt	1	56	Magnet	1
12	Šroub (M4*8L)	1	57	Levý kryt	1
13	Sedlo	1	58	Levý pedál	1
14	Podložka (φ8*φ16*2T)	3	59	Šroub (ST4*50L)	7
15	Nylonová matice (M8)	6	60	Koncovka – transportní kolečko	2
16	Kolejnice	1	61	Šroub (ST3*8L)	2
17	Váleček	1	62	Přední stabilizátor	1
18	Kryt	1	63	Čidlo	1
19	Podložka (φ10*φ25*2T)	1	64	Šroub (M3*8L)	2
20	Šroub posunu sedla	1	65	Šroub (M8*16)	4
21	Sedlová trubka	1	66	Podložka (φ8*φ19*2T)	8
22	Plastová vymezující vložka	1	67	Zední kryt	1
23	Osa	1	68	Šroub (M5*16)	2
24	Řemenice (φ232)	1	69	Pružina	1
25	Klika	1	70	Motor	1

26	Řemen	1	71	Ložisko 6203	1
27	Pravý kryt	1	72	Signální vodič	1
28	Pravý pedál	1	73	Podložka (φ8*φ14*2t)	1
29	Kryt kliky	2	74	Šroub	1
30	Šroub (3/16" * 3/4")	6	75	Napájecí vodič	1
31	Matice 3/8"-26*7T	2	76	Pěnový návlek	2
32	Matice 3/8"-26*3.8T	3	77	Pěnový návlek	2
33	Osa zátěžového kola 3/8-26"*140L	1	78	Elektroda	2
34	Ložisko 6900	2	79	Řídítka	1
35	Malá řemenice φ30	1	80	Kryt	2
36	Ložisko 6003	2	81	Šroub (ST3*10)	6
37	Ložisko φ35*17	1	82	Šroub (ST3*16)	2
38	Zátěžové kolo (φ240)	1	83	Šroub (M5*12)	4
39	Ložisko 6300	1	84	Bolt (M8*P1.25*55L*S28L)	1
40	Váleček (φ10*φ15.8*9mm)	1	85	Podložka (φ6*φ13*1T)	2
41	Koncovka	2	86	Šroub (M6*20)	2
42	Šroub (M8*72L)	4	87	Klíč 13-15	1
43	Zadní stabilizátor	1	88	Klíč	1
44	Hlavní rám	1	89	Klíč 6mm * 30mm * 84mm	1
45	Pružina	1	90	Adaptér	1
			91	Spodní kabel	1

Postup montáže

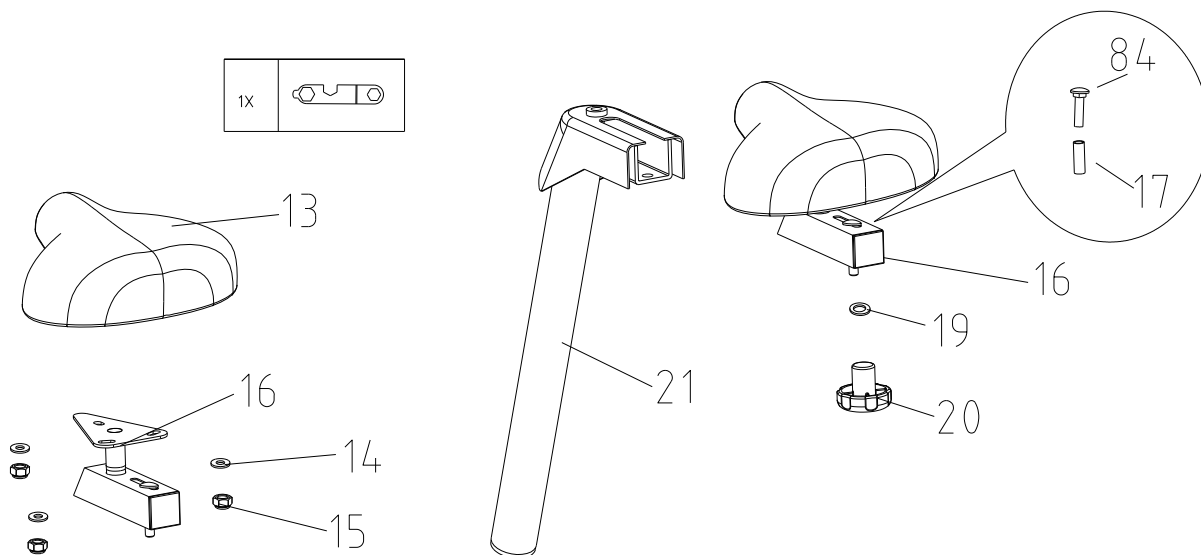
KROK 1



KROK 1: Montáž předního a zadního stabilizátoru

Přední stabilizátor (62) a zadní stabilizátor (43) spojte s hlavním rámem pomocí šroubů (42) a podložek (66).

KROK 2

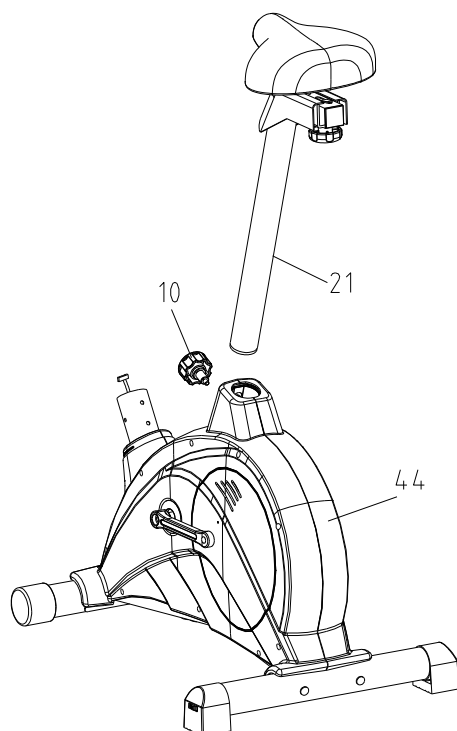


KROK 2: Montáž sedla

7. Odstraňte šrouby ze sedla (13), pomocí odstraněných šroubů připevněte sedlo ke kolejnici (16).

8. Odstraňte šroub posunu sedla (20) z kolejnice (16), pomocí odstraněného šroubu připevněte kolejnici (16) k sedlové trubce (21).

KROK 3



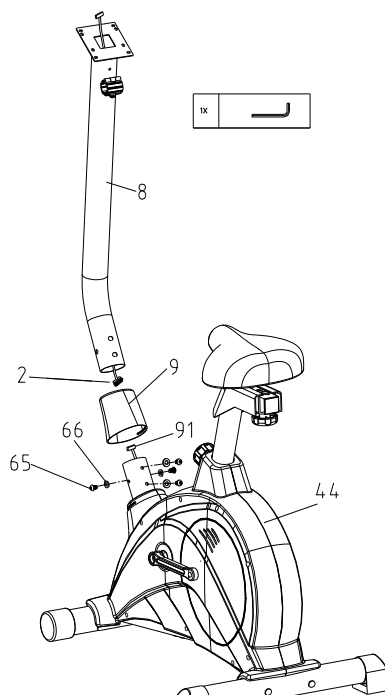
KROK 3: Spojení sedlové trubky s rámem

7. Odstraňte šroub (10) z hlavního rámu (44).

8. Sedlovou trubku (21) zasuňte do hlavního rámu (44).

9. Zajistěte šroubem (10).

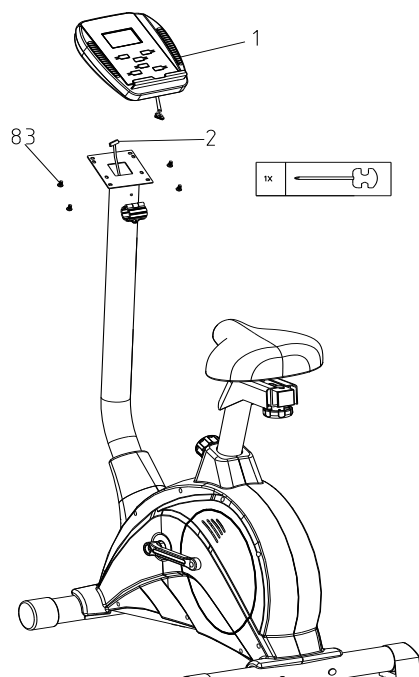
KROK 4



KROK 4: Montáž sloupku

1. Odstraňte šrouby (65) a podložky (66) z hlavního rámu (44).
2. Spojte horní kabel (2) se spodním kabelem (91).
3. Na sloupek nasuňte kryt (9) a sloupek (8) nasad'te na hlavní rám (44).
4. Připevněte jej pomocí šroubů (65) a podložek (66).
5. Kryt (9) posuňte dolů.

KROK 5



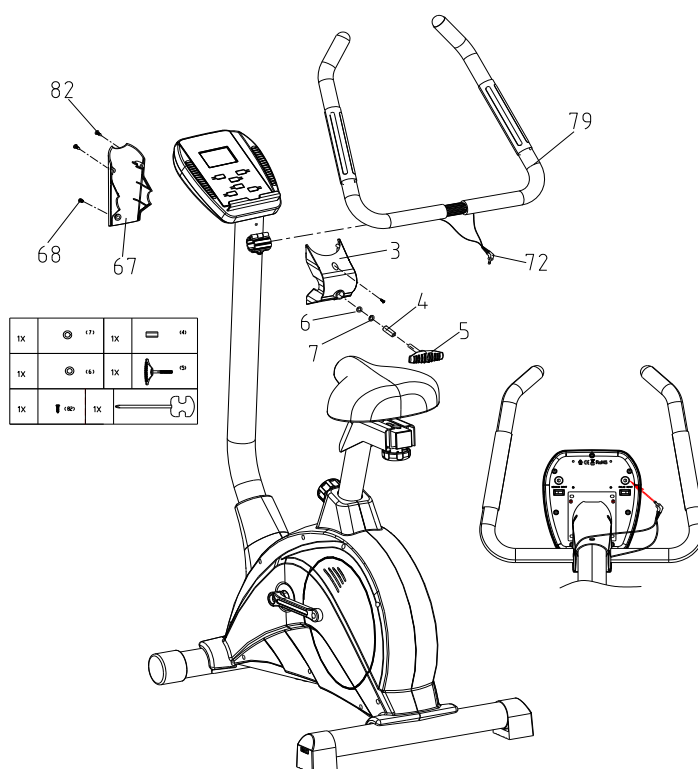
KROK 5: Montáž počítače

7.Odstraňte šrouby (83) ze zadní strany počítače.

8.Spojte horní kabel (2) s počítačem (1).

9.Počítač (1) připevněte ke sloupku pomocí šroubů (83).

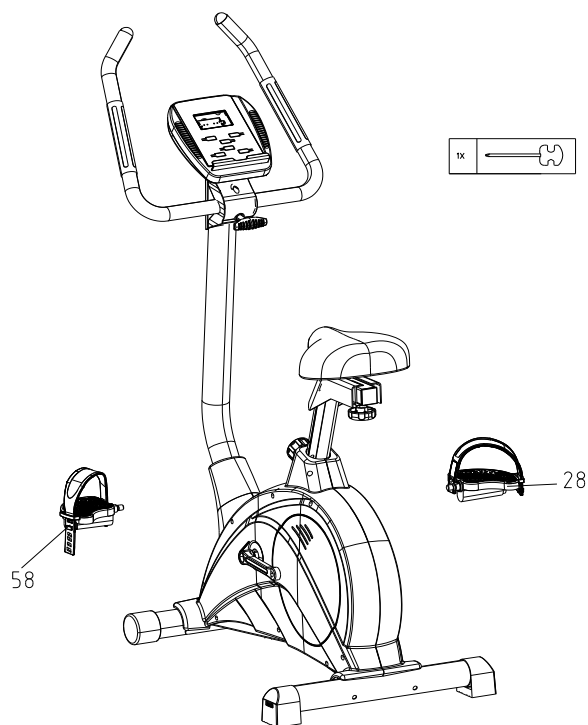
KROK 6



KROK 6: Montáž řídítek

1. Umístěte řídítka (79) do objímky.
2. Objímku dotáhněte pomocí T šroubu (5), na který je nasunut váleček (4), podložka (7), podložka (6) a kryt (3).
3. Kryt (67) spojte s krytem T šroubu (3) pomocí šroubů (68).
4. Konektor (72) vložte do počítače (1).

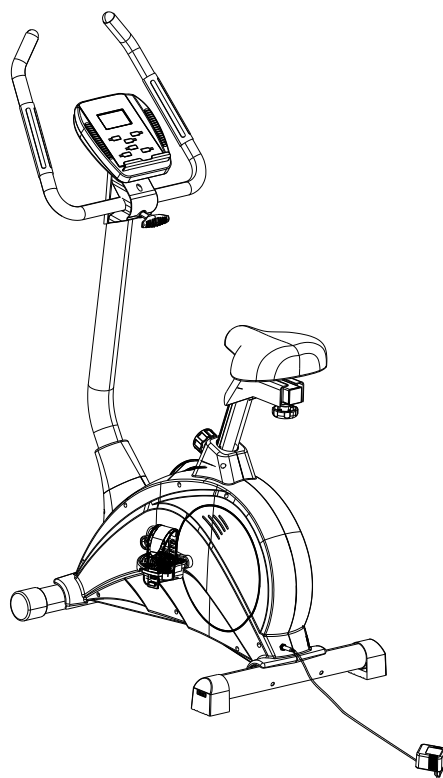
KROK 7



KROK 7: Montáž pedálů

Levý pedál (58) zašroubujte do levé kliky, šroubem pedálu otáčejte vpravo. Pravý pedál (28) našroubujte do pravé kliky, šroubem pedálu otáčejte vlevo.

KROK 8



KROK 8: Napájecí adapter.

Počítač



Funkce

SCAN : V interval 6-ti vteřin se střídavě zobrazuje údaj WATTS/CALORIES (calorie) a RPM/SPEED (rychlost).

RPM (otáčky za minutu): 0~15~999

SPEED (rychlost): 0.0~99.9 km/h

TIME (čas): 0:00~99:59.

DISTANCE (vzdálenost): 0.00~99.99 km

CALORIES (calorie): 0~999.

SYMBOL SRDCE : bliká

MANUAL (manuální režim): 1~16 úrovní

PROGRAM : P1~P12

USER (uživatelsky definovaný program): U1~U4

H.R.C : 55%、75%、90%、IND (cíl)

PULSE (tep): P~30~240.

USER DATA (uživatelská data): U0 ~U4 (U1 ~ U4)

WATTS : 0~999 watt

WATTS CONSTANT (výkon ve watech):10~350

POPIS FUNKCÍ

MANUAL (manuální režim) manuálně nastavte zátěž pomocí hlavního displeje (teček), dale (pokud je vyžadováno) nastavte ostatní parametry tréninku:

TIME (čas) / DISTANCE (vzdálenost) / CALORIES (calorie) / PULSE (tep) a stiskněte START/STOP pro zahájení tréninku.

3. Nastavte TIME (čas) tréninku pomocí kláves UP▲/DOWN▼ v rozsahu od 0:00 do 99:00.

2. Nastavte DISTANCE (vzdálenost) tréninku pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu 0.00~99.50 km
3. Nastavte CALORIES (spálené calorie) pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu 0~990
4. Nastavte PULSE (tepovou frekvenci) pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu P~30~240.
5. Stiskněte klávesu MODE pro potvrzení každé hodnoty.
6. Pokud nechcete hodnoty (TIME/DISTANCE / CALORIES / PULSE) nastavovat, tak stiskněte klávesu START/STOP a rovnou zahájíte trénink.

PROGRAM 12 vestavěných program s pevně nastaveným průběhem tréninku (P1~P12),
Pokud bliká některý sloupečet na hlavním displeji (tečky), tak je možné zátěž upravovat.

1. Vyberte si program (P1~P12), který chcete spustit.
2. V průběhu programu můžete upravovat zátěž klávesami UP ▲/DOWN ▼.
3. Nastavte TIME (čas) tréninku pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu od 0:00 do 99:00.
4. Nastavte DISTANCE (vzdálenost) tréninku pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu 0.00~99.50 km
5. Nastavte CALORIES (spálené calorie) pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu 0~990
6. Nastavte PULSE (tepovou frekvenci) pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu P~30~240.
7. Stiskněte klávesu MODE pro potvrzení každé hodnoty.

WATTS CONSTANT (program Výkon) Nastavte si konstantu, kterou trenažér bude během tréninku hlídat v rozmezí 10~350 wattů pomocí kláves UP/ DOWN. Pokud chcete hodnotu upravit stiskněte klávesu START/STOP.

1. Nastavte hodnotu WATTS pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu 10-350..
2. Nastavte TIME (čas) tréninku pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu od 0:00 do 99:00.
3. Nastavte DISTANCE (vzdálenost) tréninku pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu 0.00~99.50 km
4. Nastavte CALORIES (spálené calorie) pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu 0~990
5. Nastavte PULSE (tepovou frekvenci) pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu P~30~240.
6. Stiskněte klávesu MODE pro potvrzení každé hodnoty.

USER (uživatelsky definovaný program) Umožňuje nadefinovat uživatelský program U1 ~ U4, kde si nastavíte hodnotu zátěže pro každý usek tréninku. Program se automaticky uloží pro opakované spuštění.
Program U0 lze také nadefinovat, ale již se neukládá, je tedy potřeba ho pokaždé nadefinovat znovu.

1. Nadefinujte si ideální program, kde nastavíte zátěž pro každý sloupeček průběhu programu.
2. Klávesami UP ▲/DOWN ▼ nastavíte zátěž pro první sloupeček (část programu).
3. Stiskněte tlačítko MODE pro potvrzení každé hodnoty.
4. Nastavte zátěž pro každý sloupec.
5. Nastavte TIME (čas) tréninku pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu od 0:00 do 99:00.
6. Nastavte DISTANCE (vzdálenost) tréninku pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu 0.00~99.50 km
7. Nastavte CALORIES (spálené calorie) pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu 0~990
8. Nastavte PULSE (tepovou frekvenci) pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu P~30~240.
9. Stiskněte klávesu MODE pro potvrzení každé hodnoty.

H.R.C HEART RATE CONTROL- Nastavte si parametry tepové frekvence, kterou bude trenažér v průběhu tréninku hlídat.

Zvolte program 55%, 75%, nebo 90%. Ujistěte se, že jste na svém uživatelském profilu a že máte nadefinovaný věk. Hodnota tepové frekvence bliká, pokud se pohybujete ve správném rozsahu.

- i. 55% -- hubnoucí program
- ii. 75% -- zdravotní program
- iii. 90% -- sportovní program
- iv. TARGET— definovaná cílová hodnota

1. Nastavte požadovanou úroveň tepové frekvence – 55%, 75%, 90%, nebo hodnotu zadejte přesně v rozsahu 30-240 .
2. Nastavte TIME (čas) tréninku pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu od 0:00 do 99:00.
3. Nastavte DISTANCE (vzdálenost) tréninku pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu 0.00~99.50 km
4. Nastavte CALORIES (spálené calorie) pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ v rozsahu 0~990

RANDOM PORGRAM (náhodný program) Počítač umí generovat náhodný průběh program, po každém potvrzení nabídky se zobrazí jiný graf průběhu program.

1. Během program lze klávesami UP ▲ / DOWN ▼ měnit nastavení zátěže.

RECOVERY

Po ukončení tréninku si můžete ověřit úroveň své kondice, kdy potvrdíte program RECOVERY a přiložíte dlaně na elektrody pro snímání tepové frekvence. Pokud konzole detekuje tepovku, pak začne odpočítávat 60 sekund a zobrazí výsledek ve formě F1 – F6.

F 1 ~ F6 = ÚROVEŇ KONDICE

Condition	Score	Heart Rate
Excellent	F1	Above 50
Good	F2	40 ~ 49
Average	F3	30 ~ 39
Fair	F4	20 ~ 29
Poor	F5	10 ~ 19
Very Poor	F6	Under 10

USER DATA (uživatelské profily) : U0~U4 jsou uživatelské profily, které obsahují informace o jednotlivých členech domácnosti a napomáhají rychlejší definici jednotlivých program. Definované údaje jsou pohlaví, věk, výška a váha. Profily U1 – U4 jsou uloženy v paměti trenažéru.

1. Klávesami UP ▲/DOWN ▼ vyberte požadovaný profil U0 / U1 / U2 /U3 / U4.
2. Klávesami UP ▲/DOWN ▼ zvolte pohlaví MALE (muž) / FEMALE (žena).
3. Nastavte AGE (věk) od 30 pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ .
4. Nastavte HEIGHT (výšku) pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ .
5. Nastavte WEIGHT (výšku) pomocí kláves UP ▲/DOWN ▼ .
6. Stiskněte klávesu MODE pro potvrzení každé hodnoty.

FUNKCE KLÁVES

1. MODE : Výběr funkce, programu a potvrzení hodnoty.
2. UP ▲/DOWN ▼ : Úprava zvolené hodnoty.
3. START/STOP: spuštění, nebo zastavení programu.

4. RECOVERY : Program pro otestování fyzické kondice.

5. RESET : Obnovení výchozích hodnot.

TIPY

1. Trenažér udržujte v suchu.

Kardio trénink:

Před naprogramováním tréninku je důležité vzít v úvahu váš věk, zejména u osob starších 35 let, a také vaši fyzickou kondici. Pokud máte sedavý životní styl bez pravidelné fyzické aktivity, je důležité, abyste se poradili se svým lékařem a stanovili úroveň intenzity vašeho tréninku.

Jakmile je stanoveno, nepokoušejte se dosáhnout maxima během prvních tréninků. Buďte trpěliví; Vaše kondice se bude rychle zlepšovat.

To vám umožní rozvíjet váš kardiovaskulární systém (kondice srdce / cév). Během kardio cvičení, svaly potřebují přísun kyslíku a výživných látek. Musí také eliminovat odpad. Naše srdce zvyšuje svůj rytmus a prostřednictvím kardiovaskulárního systému vysílá do těla větší množství kyslíku. Čím častěji cvičíte pravidelně a opakovaně, tím více se vaše srdce rozvíjí, jako každý jiný sval. V každodenním životě se to promítá do schopnosti snášet větší fyzickou námahu a zlepšovat své intelektuální schopnosti.

NÁVOD K TRÉNINKU

1. Rozcvička

Před započítím tréninku doporučujeme provést zahřívací cviky dle obrázku. Každý cvik je potřeba vykonávat po dobu min. 30 sekund. Rozcvička snižuje riziko úrazu a svalových křečí a způsobuje lepší práci svalů.



Přesto, že děláme vše pro to, abychom zajistili maximální kvalitu našich výrobků, mohou se objevit jednotlivé vady nebo chyby. Pokud si všimnete závady nebo toho, že některá z částí chybí, kontaktujte nás, prosím.



Označení zařízení symbolem přeškrtnutého kontejneru na odpady informuje o zákazu likvidace použitého elektrického a elektronického zařízení společně s jinými odpady. Společně se Směrnicí WEE o způsobu nakládání s elektrickými a elektronickými odpady, je potřeba pro tento druh zařízení používat oddělené způsoby jejich likvidace.

Uživatel, který se chce tohoto zařízení zbavit, je povinen jej odevzdat ve sběrném dvoře pro elektrický a elektronický odpad, díky čemu se spolupodílí na jejich opětovném využití, recyklaci a tím i ochraně životního prostředí. Za tímto účelem kontaktujte místo, kde bylo zařízení koupeno nebo místní úřady. Nebezpečné složky obsažené v elektrickém a elektronickém zařízení mohou dlouhodobě negativně působit na životní prostředí a také zdraví lidí.

Oddělení péče o klienta:

ABISAL Sp. z o.o.

ul. Św. Elżbiety 6

41-905 Bytom abisal@abisal.pl

Sicherheitsanmerkungen

1. Vor dem ersten Gebrauch sollte die unten stehende Bedienungsanleitung sorgfältig durchgelesen und für die Zukunft aufbewahrt werden.
2. Es sollten alle Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen sowie die einzelnen Montageschritte berücksichtigt werden. Nutzen Sie das Gerät nur gemäß seinem Verwendungszweck.
3. Um die eigene Sicherheit nicht zu gefährden, sollte das Produkt gemäß dieser Anleitung aufgebaut und verwendet werden. Alle anderen Anwender sollten über die Grundsätze der sicheren Verwendung informiert werden.
4. Das Gerät sollte vor dem Zugriff von Kindern und Tieren gesichert werden. Kinder sollten sich nicht ohne Aufsicht in der Nähe der Maschine aufhalten. Die Maschine kann durch eine Person aufgebaut und verwendet werden.
5. Vor dem Beginn eines Übungsprogramms sollte ein Arzt konsultiert werden. Dies ist vor allem bei Personen mit Gesundheitsproblemen oder Personen, die Arzneimittel einnehmen, welche die Herzfrequenz, den Blutdruck und den Cholesterinspiegel beeinflussen, notwendig.
6. Der eigene Körper sollte stets aufmerksam überwacht werden. Falls irgendein Gesundheitsproblem auftritt (z. B. Schmerz, Druckgefühl im Brustkorbbereich, ++Herzrhythmusstörungen, Atemstillstand, Übelkeit, Schwindel), sollte das Training unverzüglich unterbrochen werden. Die fehlerhafte Durchführung der Übungen kann zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen und zu Verletzungen führen.
7. Die Maschine sollte auf einer flachen, trockenen und sauberen Oberfläche gestellt werden. Aus Sicherheitsgründen sollte der Abstand zu anderen Gegenständen mindestens 0,6 m betragen.
8. Es sollten entsprechende Sportkleidung und -schuhe verwendet werden. Zu lockere Kleidungsstücke sollten vermieden werden.
9. Die Maschine darf nicht im Freien benutzt werden.
10. Das Gerät sollte vor jedem Training auf mögliche Beschädigungen oder Abnutzungserscheinungen überprüft werden.
11. Falls auf dem Gerät scharfe Kanten entstehen, sollte die Benutzung sofort beendet werden.
12. Falls die Maschine ungewöhnliche Geräusche von sich gibt, sollte die weitere Benutzung unterbrochen werden.
13. Keines der einstellbaren Teile darf hervorstehen und die Bewegungen des Benutzers behindern. Das Produkt ist nur zur Nutzung durch eine Person geeignet.
14. Die Bremsung hängt von der Geschwindigkeit nicht ab.
15. Die Maschine ist zu therapeutischen Zwecken nicht geeignet.
16. Beim Anheben oder beim Transport der Maschine sollte vorsichtig vorgegangen werden, um Schulterverletzungen zu vermeiden. Es sollten entsprechende Anhebe-techniken angewendet oder die Hilfe einer weiteren Person in Anspruch genommen werden.
17. Es dürfen keine Modifikationen am Produkt vorgenommen werden. Bei Bedarf sollte der technische Dienst kontaktiert werden.

18. Das Gerät wurde zur Klasse HC DEN ISO 20957 Norm angerechnet. Es darf nicht zu therapeutischen und Rehabilitationszwecken verwendet werden.

WARNUNG! Die Überwachung der Herzfrequenz kann ungenau sein. Eine Überlastung während der Übungen kann zu schweren Verletzungen und sogar zum Tod führen. Falls Sie sich schwach fühlen, unterbrechen Sie sofort die Übungen.

Technische Daten

Nettogewicht: 28 kg

Schwungradgewicht: 7 kg

Abmessungen der Laufbahn: 92 x 55 x 142,5 cm

Höchstgewicht des Nutzers: 120 kg

WARTUNG

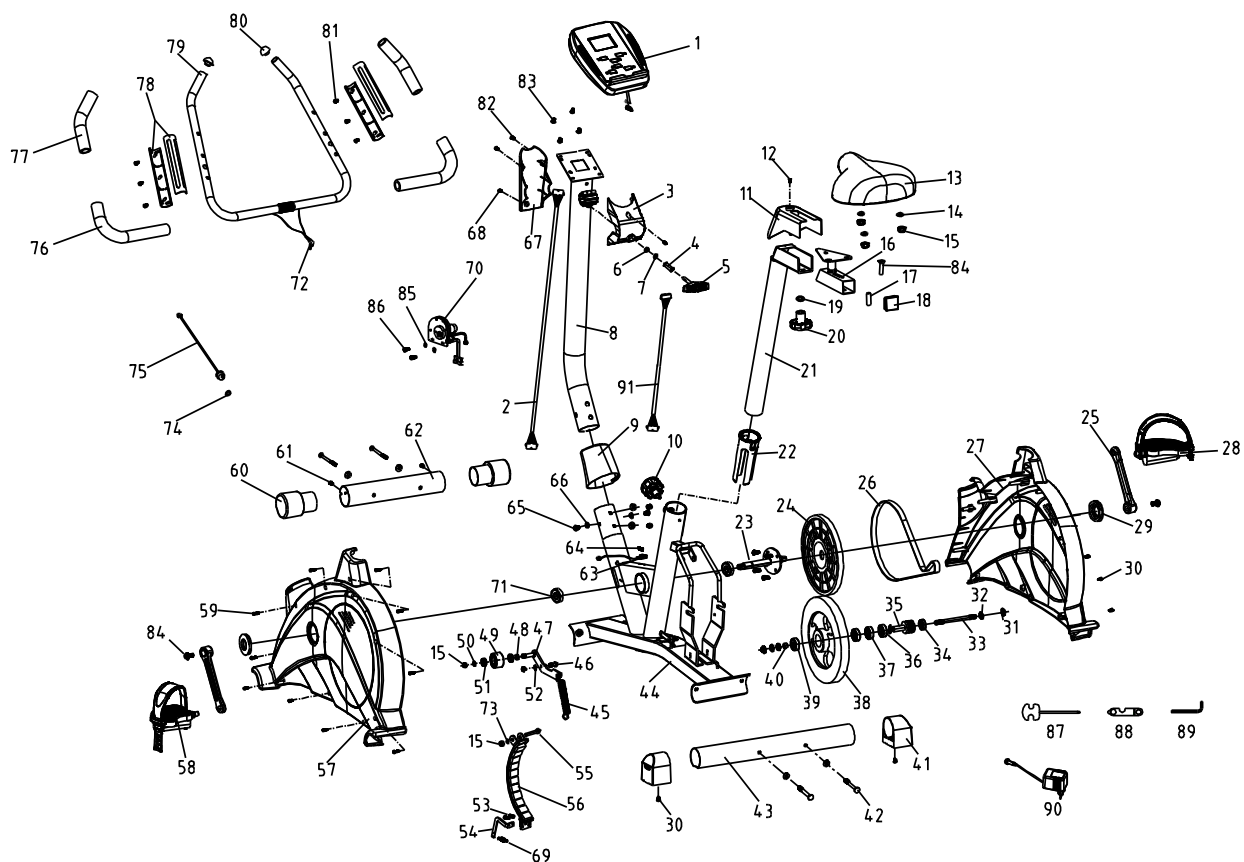
Das Gerät wurde so konzipiert, um minimale Wartung von einem Nutzer zu verlangen. Es sind folgende Maßnahmen dabei zu berücksichtigen:

- Benutzen Sie ein weiches Tuch zur Schmutz- und Staubbeseitigung. Danach reiben Sie das Gerät trocken.
- Achten Sie immer darauf, dass die Bänder sicher sind und keine Verschleißerscheinungen aufweisen.
- Achten Sie immer darauf, dass die Schrauben und Steckverbindungen korrekt festgeschraubt werden.

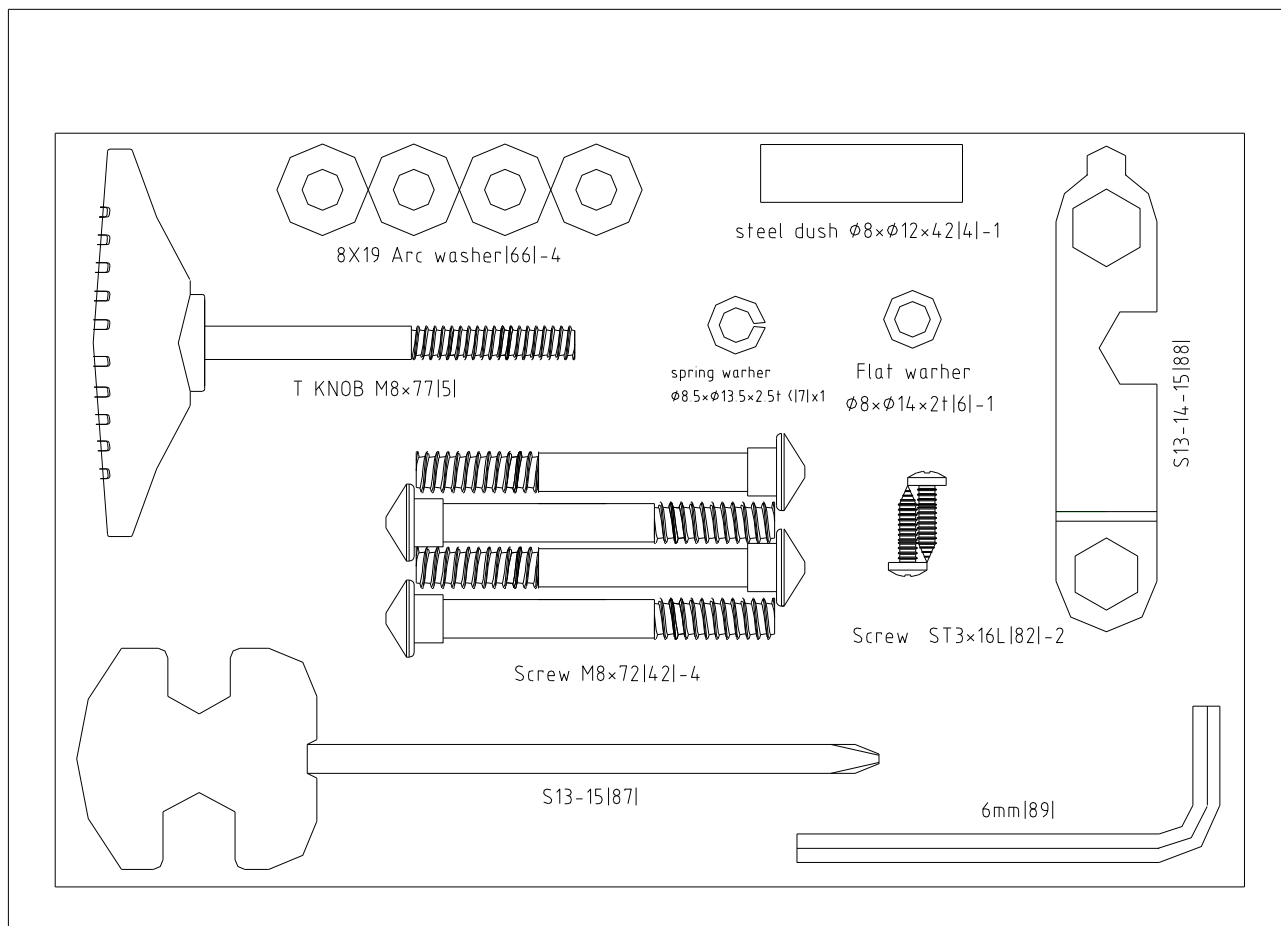
BREMSEN

Stoppen Sie das Pedal, um das Gerät anzuhalten. Der magnetischer heimtrainer erfordert weder ein Bremssystem noch eine Notbremse.

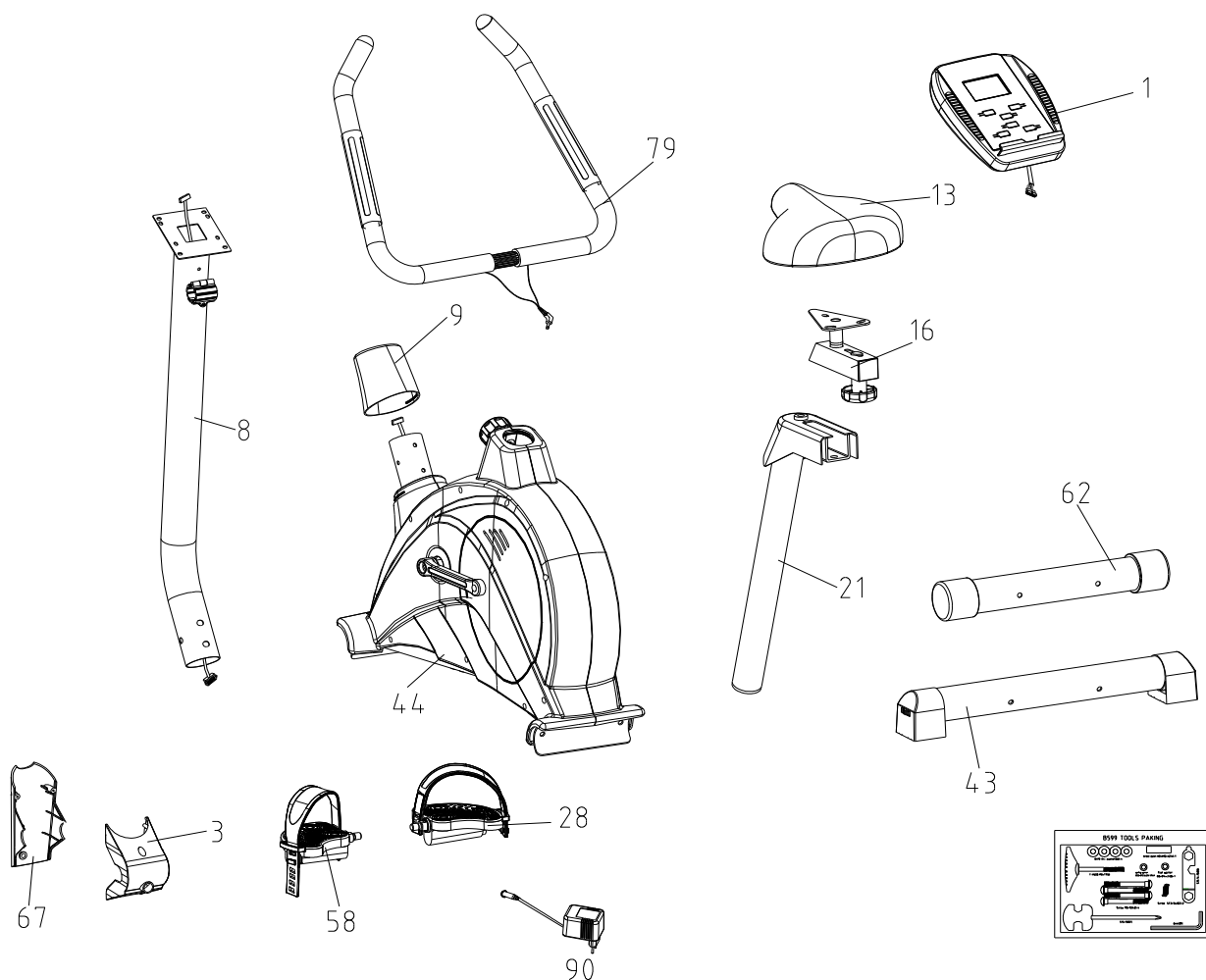
Detaillierte Zeichnung:



Liste der Teile und Werkzeuge



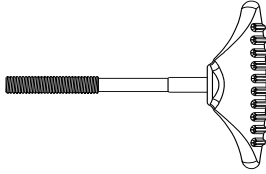
PRÜFLISTE VOR DER MONTAGE



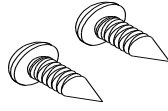
TEIL-NR.	BESCHREIBUNG	MENGE
1	COMPUTER	1
3	VORDERE ABDECKUNG	1
8	LENKERSTÜTZROHR FÜR DEN COMPUTER	1
9	ABDECKUNG DES LENKERSTÜTZROHRS	1
13	SATTEL	1

16	SITZSTÜTZE	1
21	SATTELSTÜTZROHR	1
28	PEDAL (R) 9/16 "	1
43	HINTERER STANDFUß	1
44	HAUPTRAHMEN	1
58	PEDAL (L) 9/16 "	1
62	VORDERER STANDFUß	1
67	HINTERE ABDECKUNG	1
79	LENKER	1
90	NETZADAPTER	1
	LISTE DER TEILE UND WERKZEUGE	1

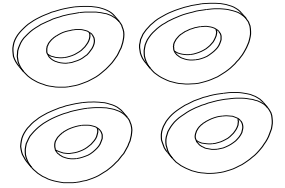
LISTE DER WERKZEUGE



5



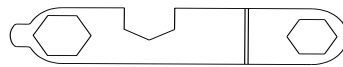
82



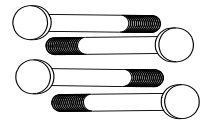
66



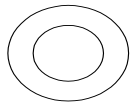
4



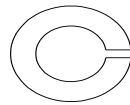
88



42



6



7



89



87

TEIL-NR.	BESCHREIBUNG	MENGE
5	DREHKNOPF T (M8*77mmL)	1
82	SCHRAUBE (ST3*16)	2
66	UNTERLEGSCHIEBE ($\varnothing 8 \times \varnothing 19 \times 2T$)	4
4	HÜLSE ($\varnothing 8 \times \varnothing 12 \times 42mmL$)	1
88	WERKZEUG N	1
42	SCHRAUBE (M8X72L)	4
6	FLACHE UNTERLEGSCHIEBE ($\varnothing 8 \times \varnothing 14 \times 2t$)	1
7	FEDERRING ($\varnothing 8.5 \times \varnothing 13.5 \times 2.5t$)	1
89	SECHSKANTSCHLÜSSEL 6MM*30MML*84MML	1
87	SCHLÜSSEL 13.15	1

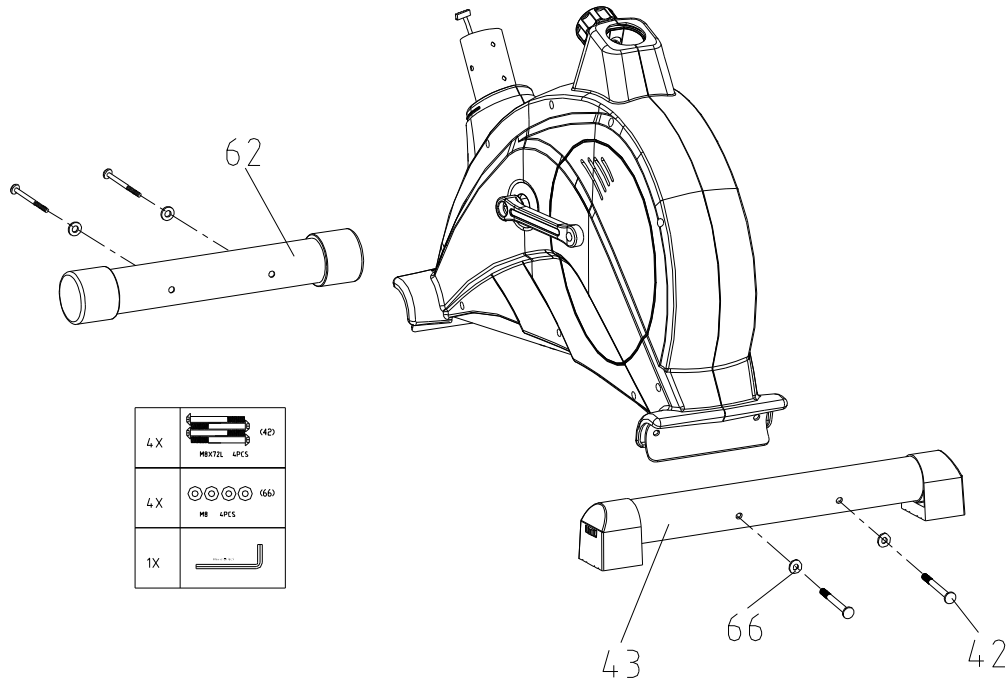
LISTE DER TEILE UND WERKZEUGE

Nr.	BESCHREIBUNG	Menge	Nr.	BESCHREIBUNG	Menge
1	COMPUTER	1	46	SCHRAUBE (M8*20)	1
2	OBERES KABEL	1	47	BEFESTIGUNGSTEIL	1
3	VORDERE ABDECKUNG	1	48	HÜLSE (φ10*φ14*3mm)	1
4	HÜLSE (φ8*φ12*42mmL)	1	49	RAD	1
5	DREHKNOPF T (M8*77mmL)	1	50	FLACHE UNTERLEGSCHEIBE (φ8*φ22*1T)	1
6	FLACHE UNTERLEGSCHEIBE (φ8*φ14*2t)	1	51	LAGER (6000)	2
7	FEDERRING (φ8.5*φ13.5*2.5t)	1	52	FLACHE UNTERLEGSCHEIBE (φ8*φ14*2T)	1
8	LENKERSTÜTZROHR FÜR DEN COMPUTER	1	53	SCHRAUBE (M6*12)	2
9	ABDECKUNG DES LENKERSTÜTZROHRS	1	54	HEBEL	1
10	DREHKNOPF DES SATTELS	1	55	SCHRAUBE (M8*55L)	1
11	ABDECKUNG DES SATTELSTÜTZROHRS	1	56	MAGNET	1
12	SCHRAUBE (M4*8L)	1	57	KETTENGEGÄUSE (L)	1
13	SATTEL	1	58	PEDAL (L)9/16"	1
14	FLACHE UNTERLEGSCHEIBE (φ8*φ16*2T)	3	59	SCHRAUBE (ST4*50L)	7
15	NYLONMUTTER (M8)	6	60	ABDECKUNG DER VORDEREN ROLLEN	2
16	SITZSTÜTZE	1	61	SCHRAUBE (ST3*8L)	2
17	HÜLSE	1	62	VORDERER STANDFUß	1
18	ABDECKUNG DES SATTELSTÜTZROHRS	1	63	SENSOR	1
19	FLACHE UNTERLEGSCHEIBE (φ10*φ25*2T)	1	64	SCHRAUBE (M3*8L)	2
20	DREHKNOPF	1	65	SCHRAUBE (M8*16)	4
21	SATTELSTÜTZROHR	1	66	UNTERLEGSCHEIBE (φ8*φ19*2T)	8
22	HÜLSE AUS KUNSTSTOFF	1	67	HINTERE ABDECKUNG	1
23	ACHSE	1	68	SCHRAUBE (M5*16)	2
24	RIEMENSCHLEIBE(φ232)	1	69	FEDER	1
25	KURBEL L/R	1	70	MOTOR	1
26	RIEMEN	1	71	LAGER 6203	1
27	KETTENGEGÄUSE (R)	1	72	KABEL DES SENSORS ZUR PULSMESSUNG	1
28	PEDAL (R) 9/16"	1	73	FLACHE UNTERLEGSCHEIBE (φ8*φ14*2t)	1
29	ABDECKUNG DER KURBEL L/R	2	74	SCHRAUBE	1
30	SCHRAUBE (3/16" *3/4")	6	75	KABEL DC	1
31	MUTTER 3/8"-26*7T	2	76	HANDGRIFF AUS SCHAUMSTOFF L/R	2
32	MUTTER 3/8"-26*3.8T	3	77	HANDGRIFF AUS SCHAUMSTOFF L/R	2
33	ACHSE DES SCHWUNGRADS 3/8-26**140L	1	78	SENSOR ZUR PULSMESSUNG L/R	2
34	LAGER 6900	2	79	LENKER	1
35	RIEMENSCHLEIBE KLEIN φ30	1	80	ABDECKUNG	2

36	LAGER 6003	2	81	SCHRAUBE (ST3*10)	6
37	LAGER φ 35*17	1	82	SCHRAUBE (ST3*16)	2
38	SCHWUNGRAD (φ 240)	1	83	SCHRAUBE (M5*12)	4
39	LAGER 6300	1	84	SCHRAUBE (M8*P1.25*55L*S28L)	1
40	HÜLSE (φ 10* φ 15.8*9mm)	1	85	FLACHE UNTERLEGSCHIEBE (φ 6* φ 13*1T)	2
41	HINTERE ENDKAPPE	2	86	SCHRAUBE (M6*20)	2
42	SCHRAUBE (M8*72L)	4	87	SCHLÜSSEL13.15	1
43	HINTERER STANDFUß	1	88	WERKZEUG N	1
44	HAUPTRAHMEN	1	89	SECHSKANTSCHLÜSSEL 6mmX30mmX84mm	1
45	FEDER	1	90	NETZADAPTER	1
			91	UNTERES KABEL	1

MONTAGEANLEITUNG

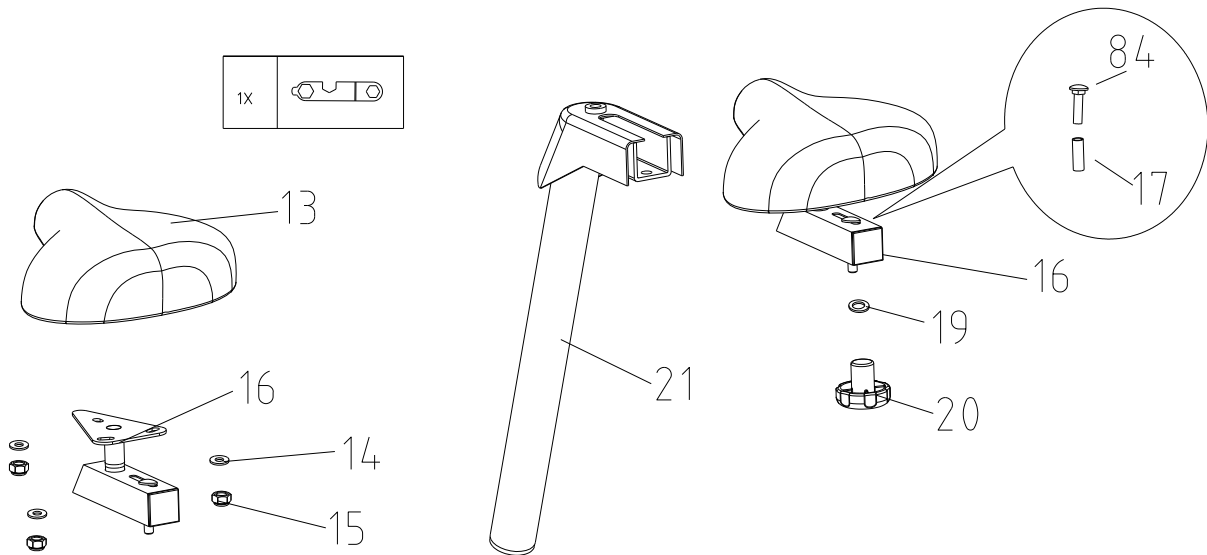
SCHRITT 1



SCHRITT 1: Befestigung des vorderen und hinteren Standfußes

Befestigen Sie den vorderen Standfuß (62) und den hinteren Standfuß (43) mittels Schraube (42) und Unterlegscheibe (66). Drehen Sie alles mittels des Sechskantschlüssels (89) fest zu.

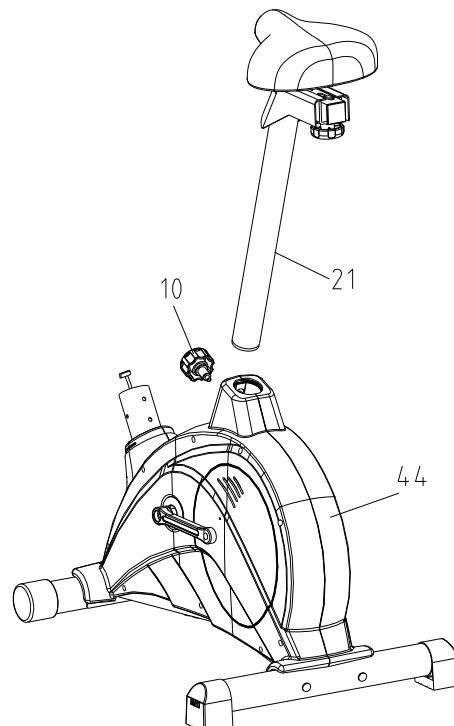
SCHRITT 2



SCHRITT 2: Befestigung des Sattels

9. Lösen Sie die Mutter und die Unterlegscheibe beim Sattel (13). Verwenden Sie das Werkzeug N und fixieren Sie an der Sitzstütze (16).
10. Lösen Sie Drehknopf (20), Unterlegscheibe (19), Hülse (17), Schraube (84) aus der Sitzstütze. Stellen Sie den Sattel auf das Sattelstützrohr (21).
11. Befestigen Sie Schraube (84), Hülse (17), Unterlegscheibe (19)

SCHRITT 3



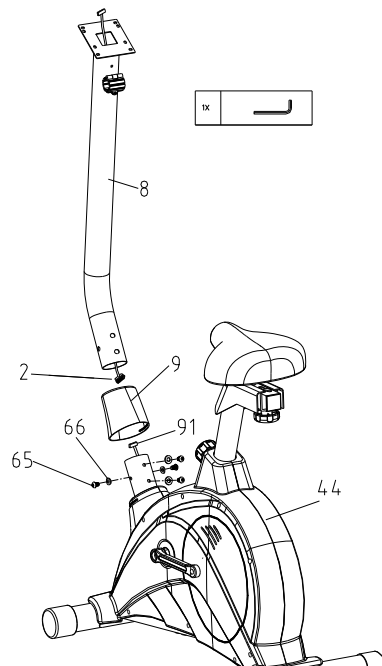
SCHRITT 3: Befestigung des Sattelstützrohrs

10. Lösen Sie den Drehknopf (10) aus dem Hauptrahmen (44).

11. Führen Sie das Sattelstützrohr (21) in den Hauptrahmen (44) ein.
ein.

12. Drehen Sie es mittels des Drehknopfs fest (10) zu, um es zu blockieren.

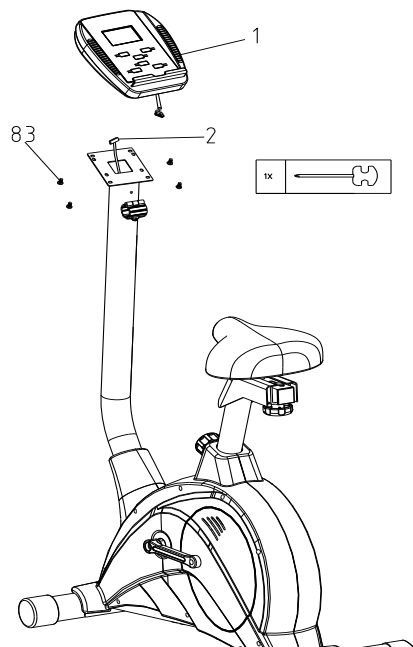
SCHRITT 4



SCHRITT 4: Montage des Lenkerstützrohrs

1. Lösen Sie die Schraube (65) und die Unterlegscheibe (66) aus dem Hauptrahmen (44).
2. Schließen Sie das obere Kabel (2) mit dem unteren Kabel (91) an.
3. Führen Sie das Lenkerstützrohr (8) in den Hauptrahmen (44) ein.
4. Verwenden Sie den Schlüssel, um die Schraube (65) und die Unterlegscheibe (66) fest zuzudrehen.
5. Führen Sie die Abdeckung des Lenkerstützrohrs (9) in den Rahmen ein.

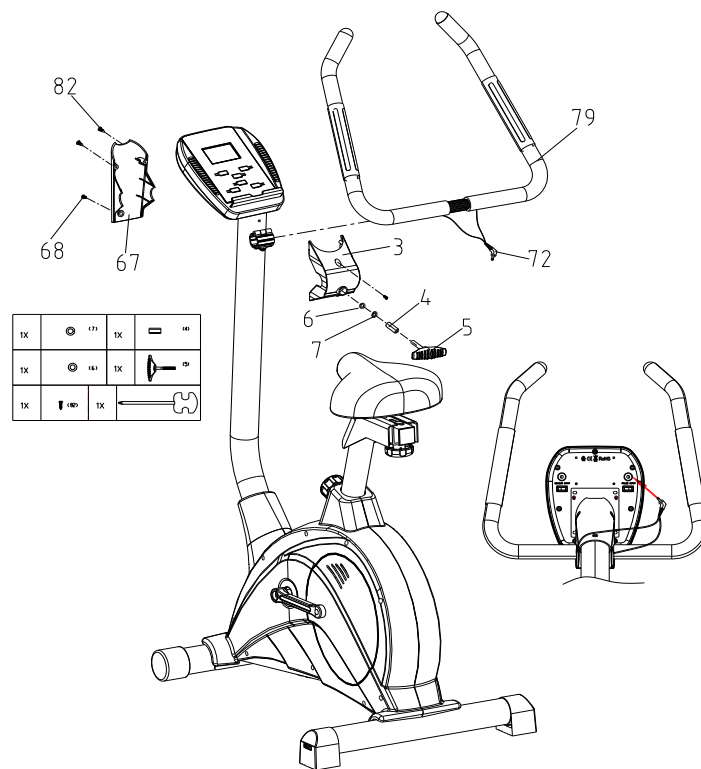
SCHRITT 5



SCHRITT 5: Montage des Computers

10. Verwenden Sie den Schlüssel (87), um die Schraube hinter dem Computer festzudrehen.
11. Schließen Sie das obere Kabel (2) am Computer (1) an.
12. Verwenden Sie den Schlüssel (87), um die Schraube (83) festzudrehen.

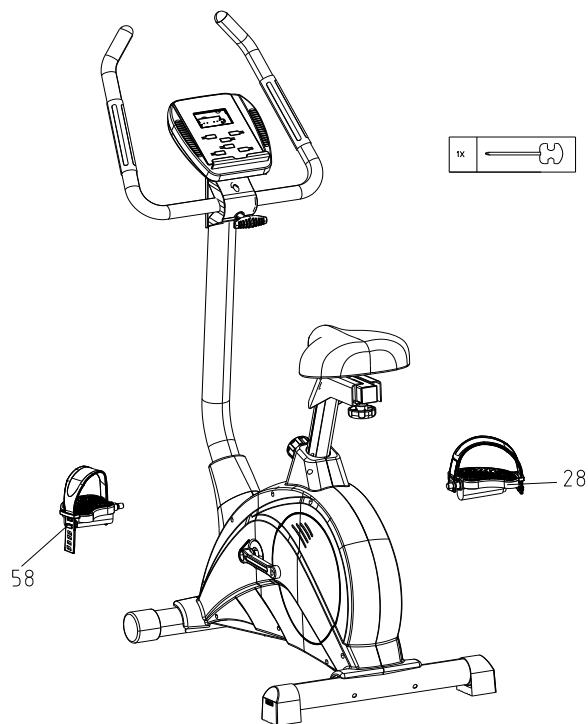
SCHRITT 6



SCHRITT 6: Montage des Lenkers

1. Stellen Sie den Lenker (79) entsprechend auf.
2. Verwenden Sie den Schlüssel (87), um Drehknopf T (5), Hülse (4), Unterlegscheibe (7), Unterlegscheibe (6), vordere Abdeckung (3) und Schraube (82) fest zuzudrehen.
3. Verwenden Sie den Schlüssel (87), um hintere Abdeckung (67) und Schraube (68) fest zuzudrehen.
4. Schließen Sie das Kabel am Computer an.

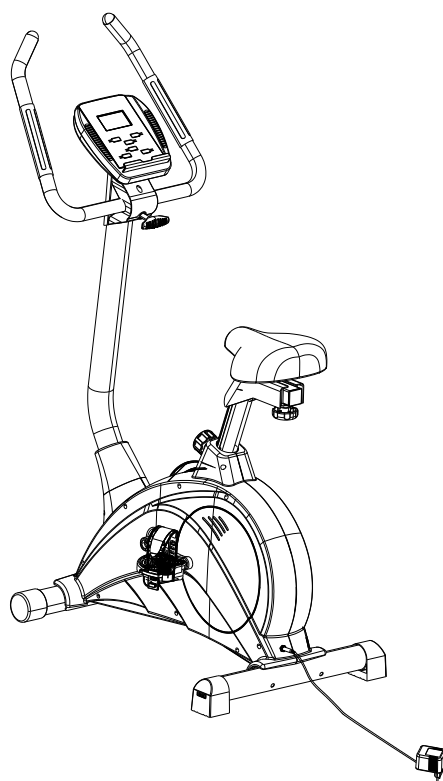
SCHRITT 7



SCHRITT 7: Montage der Pedale

Verwenden Sie den Schlüssel (87), um das linke (58) und das rechte Pedal (28) fest zuzudrehen.

SCHRITT 8



SCHRITT 8: Befestigen Sie den Netzadapter.

Computer



FUNKTIONEN

SCAN: Abwechselnd zwischen WATTS/CALORIES (Kalorienverbrauch) und RPM/SPEED (Geschwindigkeit). Die Zeit wird 6 Sekunden lang angezeigt.

UMDREHUNGEN PRO MINUTE / RPM : 0~15~999

GESCHWINDIGKEIT / SPEED : 0.0~99.9 km/h

ZEIT / TIME : 0:00~99:59.

DISTANZ / DISTANCE : 0.00~99.99 km

KALORIENVERBRAUCH / CALORIES : 0~999.

MANUELLES PROGRAMM / MANUAL : 1~16

PROGRAMM: P1~P12

BENUTZER / USER : U1~U4

H.R.C : 55%、75%、90%、IND (TARGET) / ZIELWERT

PULS / PULSE: P~30~240, Max. Wert ist verfügbar.

BENUTZERDATEN / USER DATA : U0 ~U4 (U1 ~ U4 gespeicherte Benutzerdaten)

WATTS : 0~999 Watts

BESCHREIBUNG DER FUNKTIONEN

MANUELLES PROGRAMM (MANUAL) - Stellen Sie die entsprechende Widerstandsstufe mittels des Punktmatrixdisplays ein und bestimmen Sie (wenn nötig) folgende Trainingsparameter ein:

ZEIT (TIME) / DISTANZ (DISTANCE) / KALORIENVERBRAUCH (CALORIES) / PULS (PULSE). Drücken Sie dann die Taste START/STOP, um das manuelle Programm zu beginnen.

4. Bestimmen Sie ZEIT (TIME) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ von 0:00 bis 99:00.
2. Bestimmen Sie DISTANZ (DISTANCE) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich 0.00~99.50 km.
3. Bestimmen Sie den Zielwert vom KALORIENVERBRAUCH (CALORIES) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich 0~990.
4. Bestimmen Sie den Zielwert vom PULS (HERZFREQUENZ) / PULSE (HEART RATE) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich P~30~240.
5. Drücken Sie MODE, um alle Einstellungen zu bestätigen.
6. Wenn Sie keine Trainingsparameter wie ZEIT (TIME) / DISTANZ (DISTANCE) / KALORIENVERBRAUCH (CALORIES) / PULS (PULSE) einstellen wollen, drücken Sie die Taste START/STOP (START/STOP), um sofort das Training zu beginnen.

PROGRAMM - 12 Programme zur automatischen Einstellung mit Kontrollübungen (P1 ~ P12)

Der Widerstand kann man einstellen, wenn PROGRAM DIAGRAM blinkt.

1. Wählen Sie das Profil des Trainingsprogramms P1 – P12, das man benutzen will.
2. Sie können die Belastung mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ ändern.
3. Bestimmen Sie ZEIT (TIME) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ von 0:00 bis 99:00.
4. Bestimmen Sie DISTANZ (DISTANCE) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich 0.00~99.50 km.
5. Bestimmen Sie den Zielwert vom KALORIENVERBRAUCH (CALORIES) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich 0~990.
6. Bestimmen Sie den Zielwert vom PULS (HERZFREQUENZ) / PULSE (HEART RATE) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich P~30~240.
7. Drücken Sie MODE, um alle Einstellungen zu bestätigen.

REGELMÄßIGE MESSUNG DER ELEKTRISCHEN LEISTUNG (WATT) / WATTS CONSTANT - Der Benutzer kann den beliebigen, voreingestellten WATT-Wert im Bereich 10-350 WATTS mittels der Taste UP/ DOWN einstellen.

Drücken Sie die Taste START/STOP, um die Einstellungen der regelmäßigen Messung der elektrischen Leistung (WATT) zu bestätigen.

Wählen Sie den Modus zur Kontrolle des WATT-Wertes, um bei verschiedenen WATT-Werten trainieren zu können.

1. Bestimmen Sie den WATT-Wert als ein konstanter Wert mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich 10-350 während des Trainings.
2. Bestimmen Sie ZEIT (TIME) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ von 0:00 bis 99:00.
3. Bestimmen Sie DISTANZ (DISTANCE) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich 0.00~99.50 km.
4. Bestimmen Sie den Zielwert vom KALORIENVERBRAUCH (CALORIES) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich 0~990.
5. Bestimmen Sie den Zielwert vom PULS (HERZFREQUENZ) / PULSE (HEART RATE) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich P~30~240.
6. Drücken Sie MODE, um alle Einstellungen zu bestätigen.

BENUTZER (USER) - Gestalten Sie ein eigenes Profil des Programms mittels U1~U4 und bestimmen Sie den Widerstand für alle Stufen. Dann wird das Programm automatisch gespeichert und man kann es in der Zukunft verwenden. U0 kann genauso eingestellt werden wie U1~U4, aber dieses Programm kann nicht gespeichert werden.

1. Der Benutzer gestaltet sein eigenes ideales Profil des Programms für jede Belastung auf 16 Stufen.
2. Beispielsweise bestimmt der Benutzer mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ die Widerstandsstufe im Bereich 1-16.
3. Drücken Sie MODE, um alle Einstellungen zu bestätigen.
4. Beenden Sie das Programm zur Einstellung des Widerstands.
5. Bestimmen Sie ZEIT (TIME) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ von 0:00 bis 99:00.
6. Bestimmen Sie DISTANZ (DISTANCE) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich 0.00~99.50 km.
7. Bestimmen Sie den Zielwert vom KALORIENVERBRAUCH (CALORIES) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich 0~990.
8. Bestimmen Sie den Zielwert vom PULS (HERZFREQUENZ) / PULSE (HEART RATE) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich P~30~240.
9. Drücken Sie MODE, um alle Einstellungen zu bestätigen.

H.R.C KONTROLLE DER HERZFREQUENZ – Wählen Sie den Zielwert der Herzfrequenz aus den voreingestellten Programmen: 55%, 75% oder 90%. Geben Sie Ihr Alter in den Benutzerdaten (User Data) an, um sich zu vergewissern, dass die Herzfrequenz richtig eingestellt ist. PULS (PULSE) fängt zu blinken an, wenn der Zielwert der Herzfrequenz nach dem gewählten Programm erreicht wird.

i. 55% -- DIET PROGRAM (DIÄT-PROGRAMM)

ii. 75% -- HEALTH PROGRAM (GESUNDHEITSPROGRAMM)

iii. 90% -- SPORTS PROGRAM (SPORT-PROGRAMM)

iv. TARGET – der vom Benutzer eingestellte Zielwert der Herzfrequenz

1. Wählen Sie den Zielwert der HERZFREQUENZ (HEART RATE) aus den voreingestellten Programmen: 55%, 75%, 90% oder TARGET.

2. Bestimmen Sie den Zielwert der Herzfrequenz (Heart Rate) auf dem Display im Bereich 30-240.

3. Bestimmen Sie ZEIT (TIME) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ von 0:00 bis 99:00.

4. Bestimmen Sie DISTANZ (DISTANCE) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich 0.00~99.50 km.

5. Bestimmen Sie den Zielwert vom KALORIENVERBRAUCH (CALORIES) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼ im Bereich 0~990.

RANDOM-PROGRAMM – Das zufällig vom Computer ausgewählte Programm, das automatisch sein Diagramm generiert.

1. Es gibt insgesamt 16 Blöcke: Jedes Random-Programm bestimmt den Wert des Blocks.

2. Nach dem Drücken der Taste START kann der Benutzer mittels der Taste UP ▲ / DOWN ▼ den Wert jedes Blocks bestimmen.

RECOVERY

Drücken Sie die Taste RECOVERY nach dem Training. Damit die Funktion RECOVERY richtig funktioniert, ist das Signal der Herzfrequenz nötig. ZEIT (TIME) wird ab 1 Minute heruntergezählt. Danach wird das Ergebnis von F1 bis F6 angezeigt.

ACHTUNG: Während des Programms RECOVERY funktionieren andere Programme nicht.

F 1 ~ F6 = RECOVERY HEART RATE LEVEL

Fitness	Ergebnis	Herzfrequenz
Ausgezeichnet	F1	Über 50
Gut	F2	40 ~ 49
Mittelmäßig	F3	30 ~ 39
Ausreichend	F4	20 ~ 29
Schlecht	F5	10 ~ 19
Sehr schlecht	F6	Unter 10

BENUTZERDATEN (USER DATA) : U0~U4 sind benutzerdefinierte Programme vom Benutzer (siehe persönlich). Der Benutzer soll sein Alter, Geschlecht, seine Größe und sein Gewicht angeben. Es werden nur die Daten für U1-U4 gespeichert.

1. Drücken Sie die Taste UP ▲/DOWN ▼, um das Benutzerprofil U0 / U1 / U2 /U3 / U4 für Identifikation zu wählen.
2. Drücken Sie die Taste UP ▲/DOWN ▼, um das Geschlecht zu bestimmen: MALE (MÄNNLICH) / FEMALE (WEIBLICH).
3. Bestimmen Sie ALTER (AGE) ab 30 mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼. Wenn Sie 32 alt sind, drücken Sie UP, bis auf dem Display 32 angezeigt wird.
4. Bestimmen Sie GRÖÖE (HEIGHT) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼.
5. Bestimmen Sie GEWICHT (WEIGHT) mittels der Taste UP ▲/DOWN ▼.
6. Drücken Sie MODE, um alle Einstellungen zu bestätigen.

FUNKTIONEN DER TASTEN

1. MODE: Diese Taste dient zur Auswahl der Funktionen und zur Bestätigung der eingeführten Einstellungen.
2. UP ▲/DOWN ▼: Diese Taste dient zur Erhöhung und Verringerung sowie zur Auswahl der Optionen.
3. START/STOP: Diese Taste dient zum EINSCHALTEN / AUSSCHALTEN.
4. RECOVERY: Das ist ein Test zur Messung der Herzfrequenz.
5. RESET: Diese Taste ermöglicht es, voreingestellte Angaben auf 0 zurückzusetzen.

HINWEISE

1. Option: Schließen Sie den Netzadapter an.
2. Schützen Sie den Computer vor Feuchtigkeit.

Cardio-Training:

Vor der Einführung der Einstellungen ist es wichtig, das eigene Alter und die eigene Fitness zu berücksichtigen. Insbesondere bei Personen über 35. Lebensjahr. Wenn Sie einen sitzenden Lebensstil führen, ohne regelmäßige körperliche Aktivität, sollten Sie Ihren Arzt nach der Intensität der Trainings fragen.

Versuchen Sie keinesfalls während der ersten Übungseinheiten Maximalwerte zu erreichen. Sie sollten geduldig sein. Ihre Fitness verbessert sich schnell.

Cardio-Training:

Es ermöglicht die Entwicklung des Herz-Kreislauf-Systems (Leistung des Herzens / Wirkung der Blutgefäße). Während des Cardio-Trainings brauchen die Muskeln Sauerstoffzufuhr und die Zufuhr der Nährstoffe. Es müssen

auch die Verluste eliminiert werden. Unser Herz steigert seinen Rhythmus und sendet mehr Sauerstoff in den Organismus durch das Herz-Kreislauf-System. Je mehr Sie regelmäßig trainieren und mehr wiederholte Übungseinheiten machen, desto mehr entwickelt sich die Leistung des Herzens und die Effizienz anderer Muskeln. Das sieht man auch im Alltagsleben. Man hält leichter körperliche Anstrengung aus und die intellektuellen Fähigkeiten verbessern sich.



Die Kennzeichnung von Geräten mit einem durchgestrichenen Abfallbehälter weist darauf hin, dass das Produkt vom normalen Haushaltsabfall getrennt gesammelt und entsorgt werden muss. Nach der WEEE-Richtlinie über Elektro- und Elektronik-Altgeräte muss man diese Art der Geräte getrennt entsorgen.

Der Nutzer, der dieses Gerät entsorgen will, ist dazu verpflichtet, es an die Sammelstelle für Elektro- und Elektronik-Altgeräte zurückzugeben, was zur Wiederverwendung, zum Recycling oder zur Verwertung und damit zum Schutz der Umwelt beiträgt. Wenden Sie sich dazu bitte an Ihren Händler oder an die örtlichen Behörden. Gefährliche Komponenten in elektronischen Geräten können zu dauerhaften nachteiligen Veränderungen der Umwelt und zu schädlichen Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit führen

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 sklepu lub serwisu.
4. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres gwarancji może się wydłużyć o czas niezbędny do jej sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 40 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. Duplikaty karty gwarancyjnej nie będą wydawane.
8. Produkt oddany do naprawy winien być kompletny i czysty. W przypadku stwierdzenia braków, serwis ma prawo odmówić przyjęcia sprzętu do naprawy. W przypadku dostarczenia brudnego produktu, serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
9. Gwarancją nie są objęte czynności związane z montażem i konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonywać we własnym zakresie.
10. Gwarant informuje, iż prowadzi serwis pogwarancyjny.
11. Towar powinien być w oryginalnym opakowaniu i zabezpieczony do wysyłki.

Gwarancja na sprzedany towar nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza uprawnień kupującego wynikających z niezgodności towaru z umową.

Adnotacje o przebiegu napraw

Lp.	Data zgłoszenia	Data wydania	Przebieg napraw	Podpis odbierającego (sklep, właściciel)

GUARANTEE CARD

Article name:

EAN code:

Date of sale:

GUARANTEE TERMS

1. The Seller provides guarantee on behalf of the Guarantor within the territory of the Republic of Poland for the period of 24 months from the date of sale.

2. The Guarantee will be recognised by the shop or service centre after the client provides:
 - clearly and correctly filled-in guarantee card with the sale stamp and the seller's signature - valid purchase confirmation for the equipment including the date of sale / bill / - complained product.

3. Possible defects and damages revealed during the guarantee period shall be remedied free of charge within not more than 21 days from the delivery of the product to the shop or service.

4. Should it be necessary to import some components, the guarantee term can be extended by the period required to import such part, however such period shall not be longer than 40 days.

5. The guarantee does not cover:
 - mechanical damages and subsequent defects,
 - damages and defects resulting from incorrect storage and usage of the equipment against its purpose,- incorrect assembly and maintenance,
 - damages and consumption of such elements as: cables, straps, rubber parts, pedals, sponge grips, wheels, bearings, etc.

6. The guarantee expires in the event of:
 - expiry of the validity term,
 - self-repairs,
 - failure to follow the rules of correct operation.

7. No duplicates of the guarantee cards shall be issued.

8. The product handed over for repair should be complete and clean. If some parts are missing, the service is entitled to refuse to accept the product for repair. The service may refuse to accept a dirty product or clean in on the client's expense after the client's written permit.

9. The guarantee does not cover activities related to assembly, maintenance, which, according to the instruction, the user is obliged to perform themselves.

10. The Guarantor also informs that they offer post-guarantee service.

11. The product should be provided in its original packaging and should be secured for shipment.

The guarantee for sold goods is not exclusive, does not limit or suspend entitlements of the buyer resulting from the non-compliance of the product with the agreement.

Notes on the course of repairs

Item	Date of notificacion	Date of provision	Course of repairs	Signature of the recipient (shop, owner)

ZÁRUČNÍ LIST

Název produktu:

EAN kod:

Datum prodeje:

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY

1. Prodávající jménem Ručitele poskytuje záruku na území Polska po dobu 24 měsíců od data prodeje.

 2. Záruka bude respektována obchodem nebo servisem po předložení zákazníkem:
 - čitelně a správně vyplněného záručního listu s razítkem a podpisem prodávajícího
 - platného doklad o koupi produktu s datem prodeje (účtu)
 - reklamovaného produktu
 3. Jakékoli závady a poškození odhalené během záruční doby budou opraveny bezplatně nejdéle do 21 dnů ode dne doručení do obchodu nebo servisu.
 4. Je-li třeba produkt převézt z jiné země, může být záruční lhůta prodloužena o dobu nezbytnou k jeho vrácení, nejdéle však o 40 dnů.
 5. Záruka se nevztahuje na:
 - mechanické poškození a vady způsobené nimi
 - poškození a vady vyplývající z nesprávného použití a skladování- špatnou montáž a údržbu
 - poškození a opotřebení součástí které podléhají zkáze, jako jsou kabely, pásy, pryžové prvky, pedály, držáky na houby, kola, ložiska atd.
 6. Záruka zaniká, pokud:
 - vyprší její platnost
 - bylo do produktu neodborně zasaženo- nebyla dodržena pravidla řádné údržby
 7. Duplikáty záručního listu nebudou vydány.
 8. Produkt dodaný do opravy by měl být kompletní a čistý, v opačném případě má servis právo odmítnout přijetí produktu do opravy. V případě dodání špinavého produktu může servis odmítnout jeho přijetí do opravy, nebo na náklady zákazníka stroj vyčistit s jeho písemným svolením k čištění.
 9. Záruka se nevztahuje na činnosti související s montáží a údržbou, které musí podle uživatelské příručky provádět sám uživatel.
 10. Ručitel také informuje, že provozuje pozáruční servis.
 11. Výrobek by měl být v původním obalu a zajištěn pro přepravu.
- Záruka na prodané zboží nevyklučuje, neomezuje nebo nezavazuje práva kupujícího vyplývající z nedodržení záručních podmínek.

Upozornění o opravě

Č.	Datum nahlášení	Datum vydání	Průběh oprav	Podpis příjemce (obchod, majitel)

GARANTIEKARTE

Artikelname:

EAN-Code:

Verkaufsdatum:

GARANTIEBEDINGUNGE

1. Der Verkäufer gewährt im Namen des Garanten eine Garantie für 24 Monate nach dem Verkaufsdatum auf dem Hoheitsgebiet der Republik Polen.
2. Die Garantie wird von dem Laden oder dem Service nach Vorlage:
 - der leserlich und korrekt ausgefüllten Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers
 - eines gültigen Kaufnachweises für das Gerät mit dem Verkaufsdatum / Rechnung/
 - der beanstandeten Waredurch den Kunden respektiert
3. Während der Garantiezeit festgestellte Mängel und Schäden werden innerhalb von 21 Tagen nach dem Datum der Lieferung an den Laden oder den Service kostenlos repariert.
4. Falls es erforderlich ist, importierte Ersatzteile einzuführen, kann die Gewährleistungsfrist um die Zeit, die erforderlich ist, um den Import durchzuführen, jedoch nicht länger als 40 Tage verlängert werden.
5. Die Garantie umfasst nicht:
 - mechanische Schäden und die durch Schäden verursachten Mängel,
 - Schäden und Mängel infolge unsachgemäßer Verwendung und Lagerung,
 - falsche Montage und Wartung,
 - Beschädigung und Verschleiß von Elementen wie: Kabeln, Riemen, Gummielementen, Pedalen, Schwammhaltern, Rädern, Lagern usw.
6. Die Garantie erlischt:
 - nach Ablauf der Haltbarkeit,
 - bei freiwilligen Reparaturen,
 - Nichteinhaltung der Regeln für den ordnungsgemäßen Betrieb.
7. Duplikate der Garantiekarte werden nicht ausgestellt.
8. Das zu reparierende Produkt sollte vollständig und sauber sein. Bei Feststellung von Mängeln ist der Service, die Annahme zur Reparatur zu verweigern. Im Falle der Lieferung eines verschmutzten Produkts kann der Service die Annahme verweigern oder auf Kosten des Kunden mit seiner schriftlichen Genehmigung die Reinigung durchführen
9. Die Garantie erstreckt sich nicht auf Tätigkeiten im Zusammenhang mit Montage und Wartung, zu deren Durchführung der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung selbst verpflichtet ist
10. Der Garant teilt ferner mit, dass er einen Nachgarantieservice durchführt.
11. Das Produkt sollte sich in der Originalverpackung befinden und für den Versand gesichert sein.

Die Garantie für die verkaufte Ware schließt die Rechte des Käufers aus der Nichtübereinstimmung der Ware mit dem Vertrag nicht aus, schränkt sie nicht ein und setzt sie nicht aus.

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)



IMPORTER: **ABISAL SP. Z.O.O.**, ul. Świętej Elżbiety 6, 41-905 Bytom

Service: Pyskowicka 14, 41- 807 Zabrze

abisal@abisal.pl www.abisal.pl