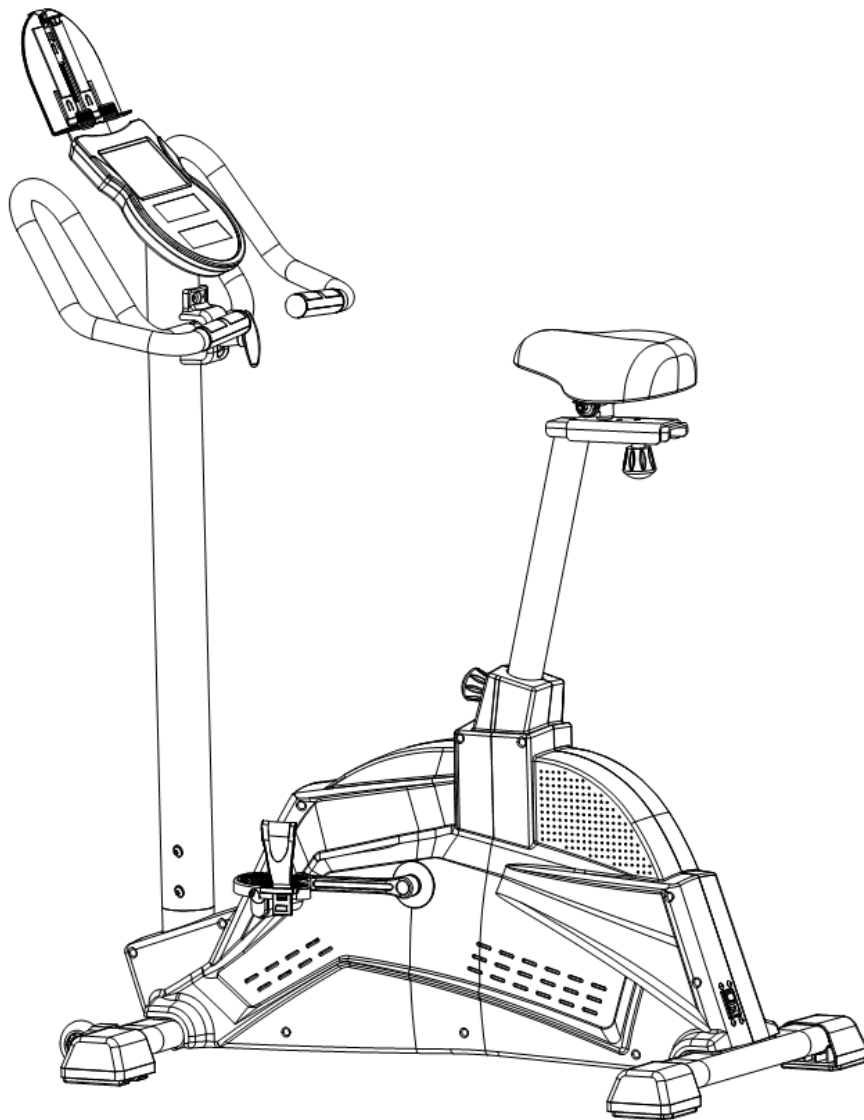




**HMS PREMIUM**

**ROWER ELEKTROMAGNETYCZNY - ELECTROMAGNETIC BIKE -  
ELEKTROMAGNETICKÝ ROTOPEĐ - ELEKTROMAGNETISCHER HEIMTRAINER  
M6152**



**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 – 48 kg

Koło zamachowe – 6 kg

Rozmiar po rozłożeniu – 107 x 60 x 138,4 cm

Maksymalne obciążenie produktu – 120 kg

#### **KONSERWACJA**

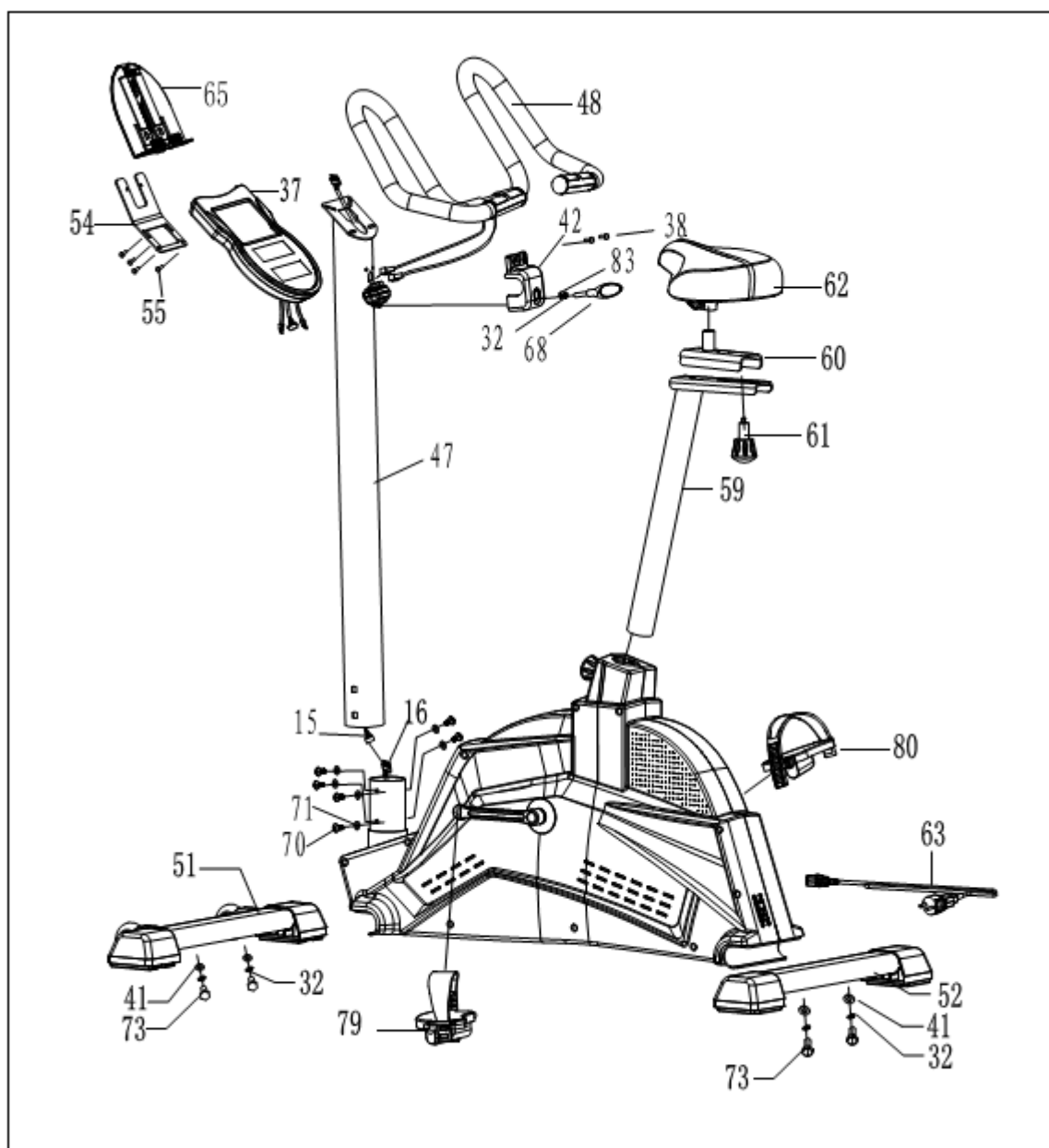
Urządzenie zostało zaprojektowane w sposób, aby wymagał minimalnej konserwacji ze strony użytkownika. Zalecane są następujące kroki:

- 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

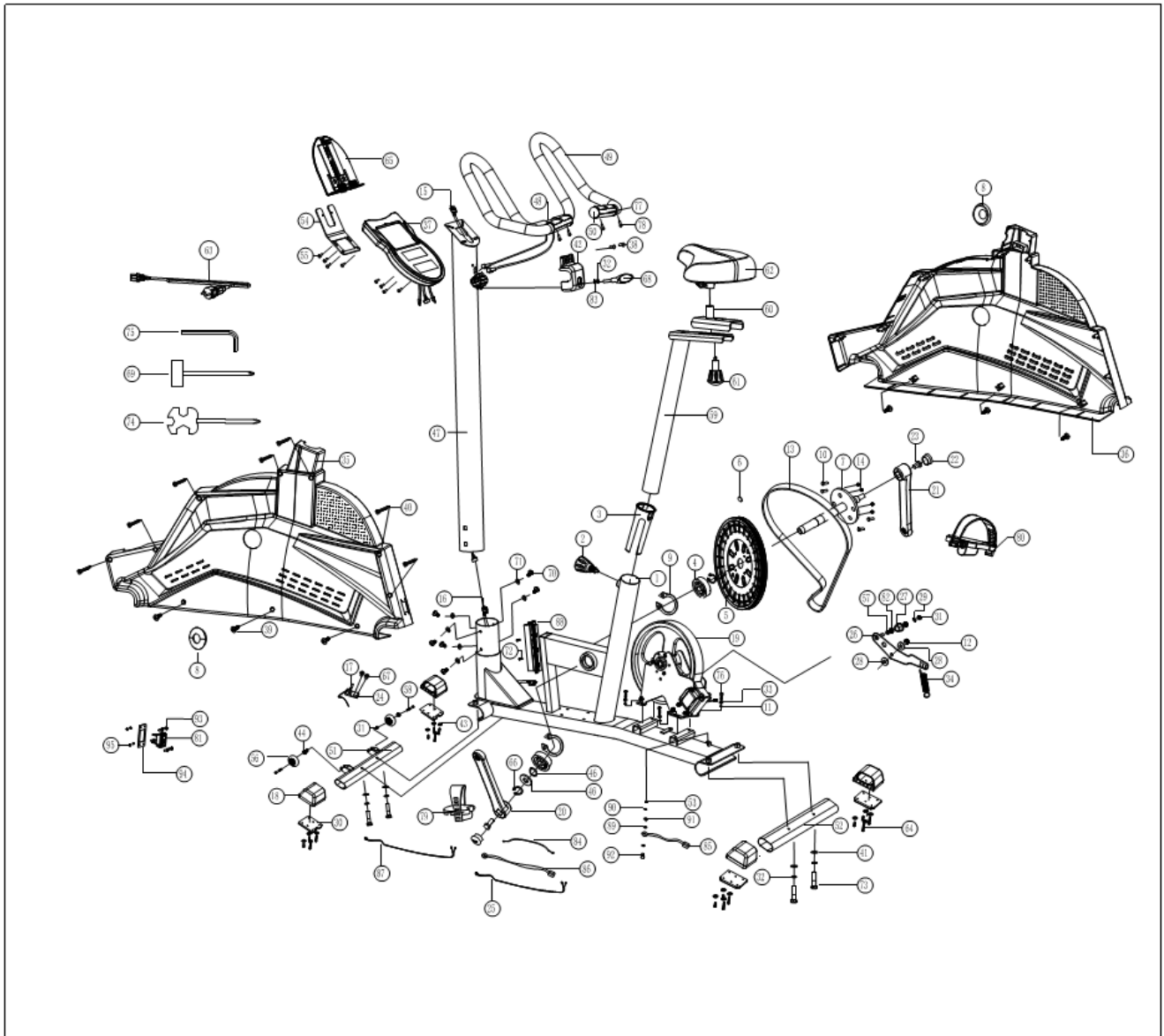
#### **HAMOWANIE**

Aby zatrzymać urządzenie należy przestać pedałować. Rower elektromagnetyczny M6152 nie posiada systemu blokującego ani awaryjnego hamulca.

## Schemat szczegółowy - 1



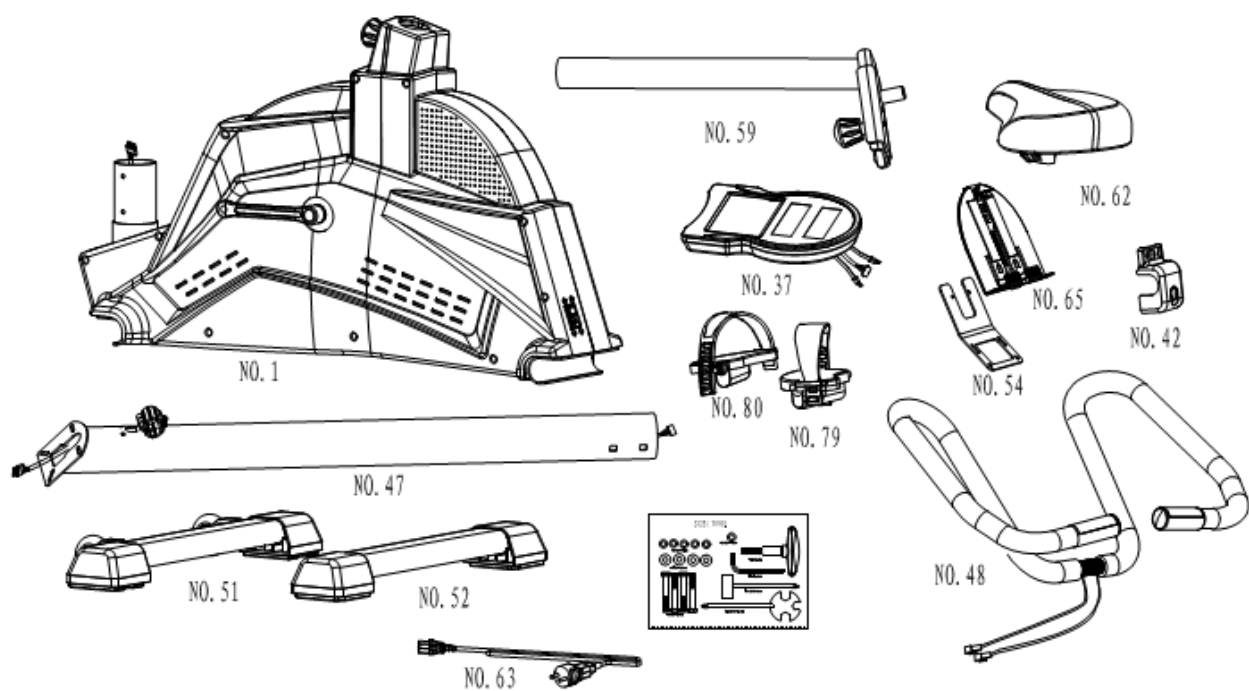
## Schemat szczegółowy - 2



## Lista części i narzędzi

1	Rama główna	1	49	Uchwyt	2
2	Pokrętło	1	50	Oślona	2
3	Łącznik słupa siodełka	1	51	Stabilizator przedni	1
4	Łożysko	2	52	Stabilizator tylny	1
5	Koło pasowe $\phi 260$	1	53	Nakrętka M5	1
6	Magnes N35 $\phi 15\text{mm}$	1	54	Wspornik	1
7	Oś	1	55	Śruba M5	8
8	Korba	2	56	Koło	2
9	Zacisk typu C	2	57	Podkładka $\phi 10$	1
10	Śruba M6*14	4	58	Śruba	2
11	Podkładka $\phi 6$	4	59	Sztyca	1
12	Nakrętka M10	1	60	Wspornik siodełka	1
13	Pas 400 J6	1	61	Pokrętło siodełka	1
14	Nakrętka M6	4	62	Siodełko	1
15	Przewód górny	1	63	Przewód zasilający	1
16	Przewód dolny	1	64	Śruba	8
17	Czujnik	1	65	Uchwyt do iPada	1
18	Zaślepka	4	66	Zacisk typu C	2
19	Koło zamachowe	1	67	Śruba M5	2
20	Lewa korba 170	1	68	Pokrętło typu T	1
21	Prawa korba 170	1	69	Klucz do tulei	1
22	Pokrywa P/L	2	70	Śruba M8	6
23	Nakrętka M10	2	71	Podkładka $9 \times \phi 8 \times 2$	6
24	Wspornik czujnika	1	72	Śruba	2
25	Przewód koła zamachowego	1	73	Śruba M8x60	4
26	Wspornik	1	74	Klucz harpunowy	1
27	Koło regulacyjne	1	75	Klucz sześciokątny	1
28	Podkładka 2T	2	76	Śruba	4
29	Podkładka 2T	1	77	Czujnik	2
30	Wspornik na stopy	4	78	Śruba	4
31	Nakrętka M8	1	79	Pedał lewy	1
32	Podkładka $\phi 8$	5	80	Pedał prawy	1
33	Podkładka $\phi 6$	4	81	Zasilacz	1
34	Sprężyna	1	82	Łożysko	2
35	Lewa osłona główna	1	83	Podkładka	1
36	Prawa osłona główna	1	84	Przewód łączący	1
37	Komputer	1	85	Uziemienie	1

38	Śruba M6	2	86	Uziemienie	1
39	Śruba	6	87	Przewód do PCB	1
40	Śruba	7	88	Płyta PCB	1
41	Podkładka	4	89	Podkładka M5	2
42	Ostona	1	90	Podkładka M5	1
43	Śruba M4	8	91	Podkładka	1
44	Podkładka	2	92	Śruba M5	1
45	Podkładka	1	93	Śruba M4	4
46	Podkładka	1	94	Wspornik	1
47	Słupek komputera	1	95	Nakrętka M4	4
48	Kierownica	1			



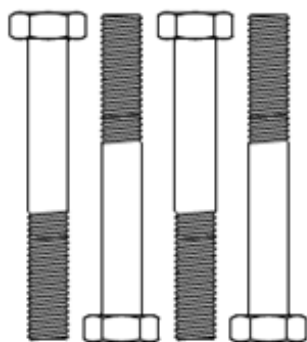
## TOOLS



(32)  $\phi 8\text{mm}$ ; 5pcs.



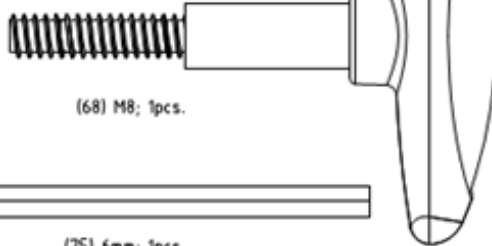
(41)  $\phi 8\text{mm}$ ; 4pcs



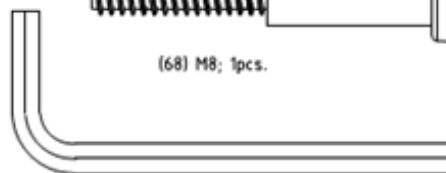
(73) M8mm; 4pcs



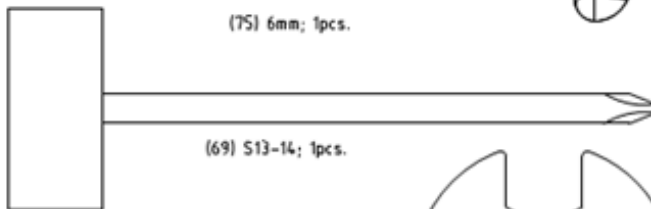
(83)  $\phi 8\text{mm}$ ; 1pcs.



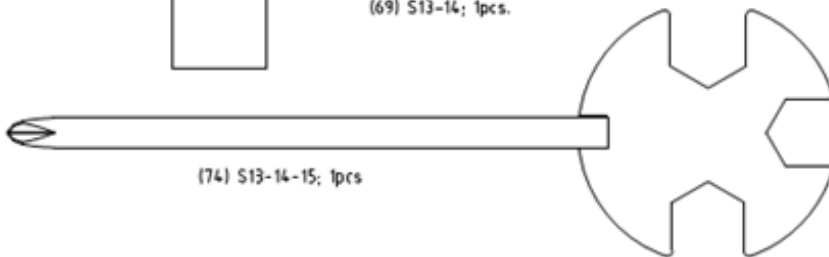
(68) M8; 1pcs.



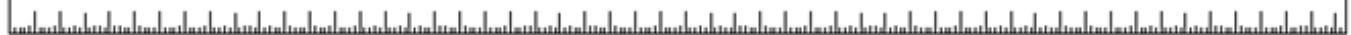
(75) 6mm; 1pcs.



(69) S13-14; 1pcs.



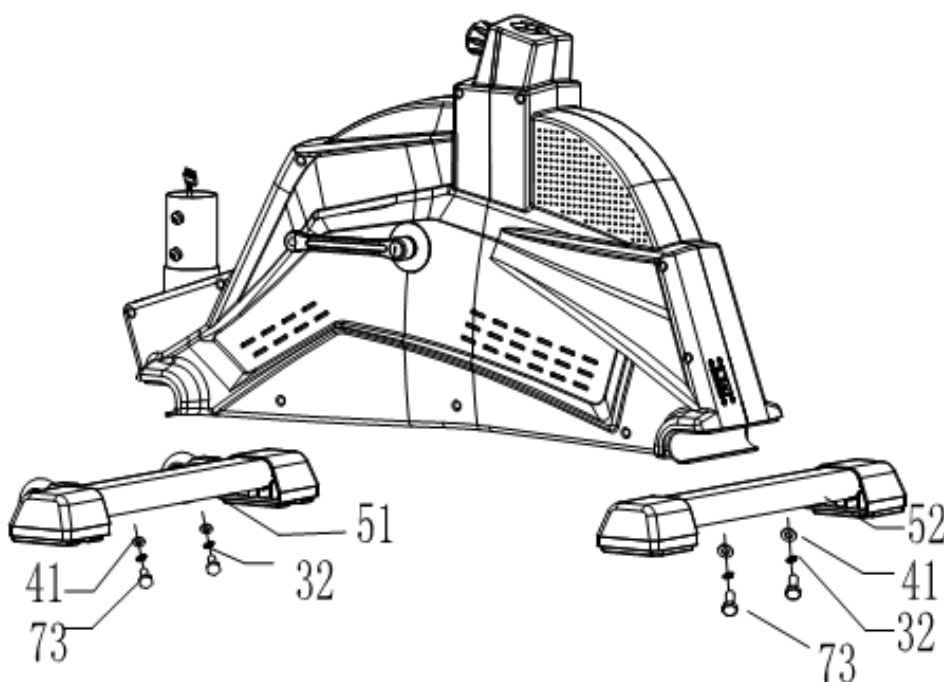
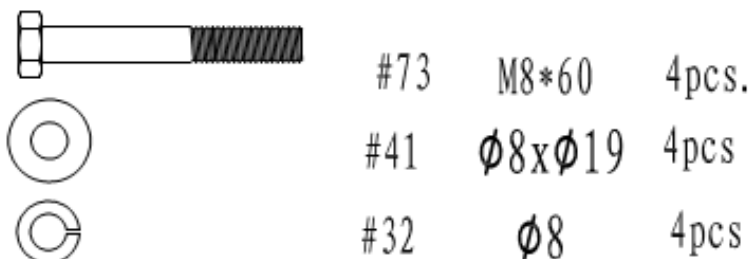
(74) S13-14-15; 1pcs





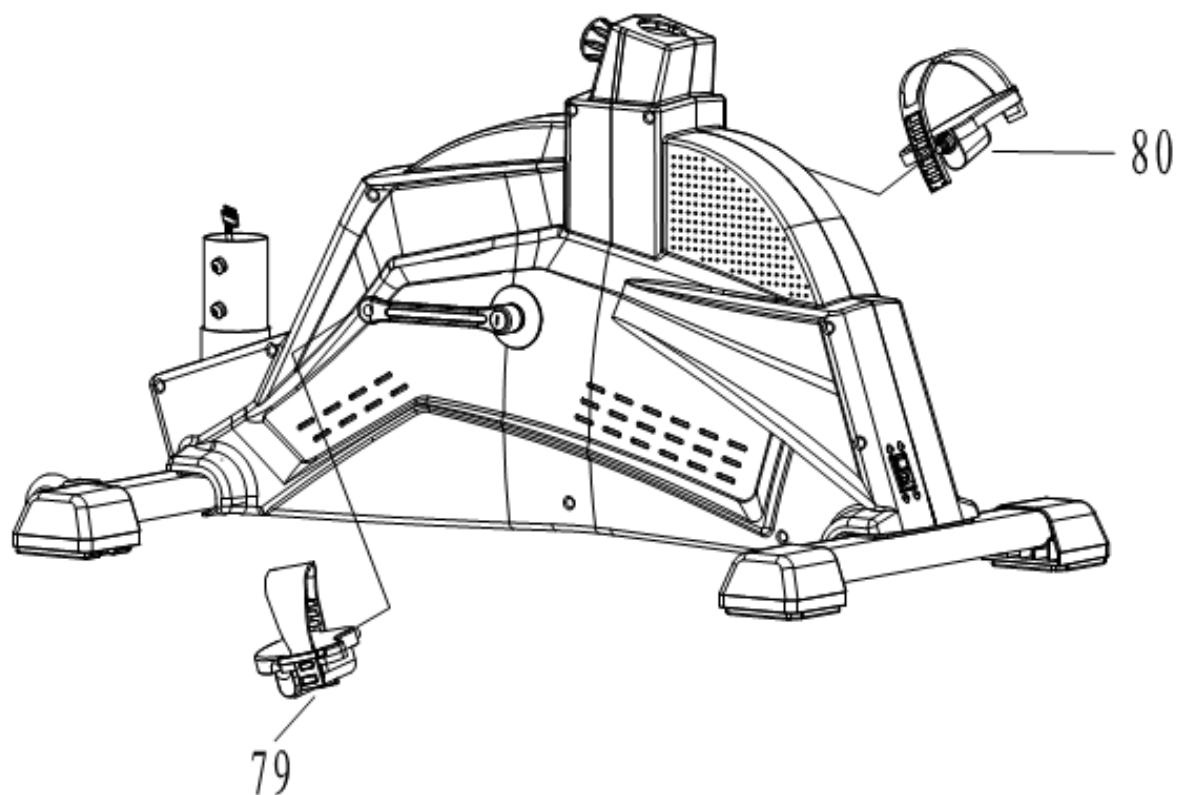
# Instrukcja montażu

## KROK 1



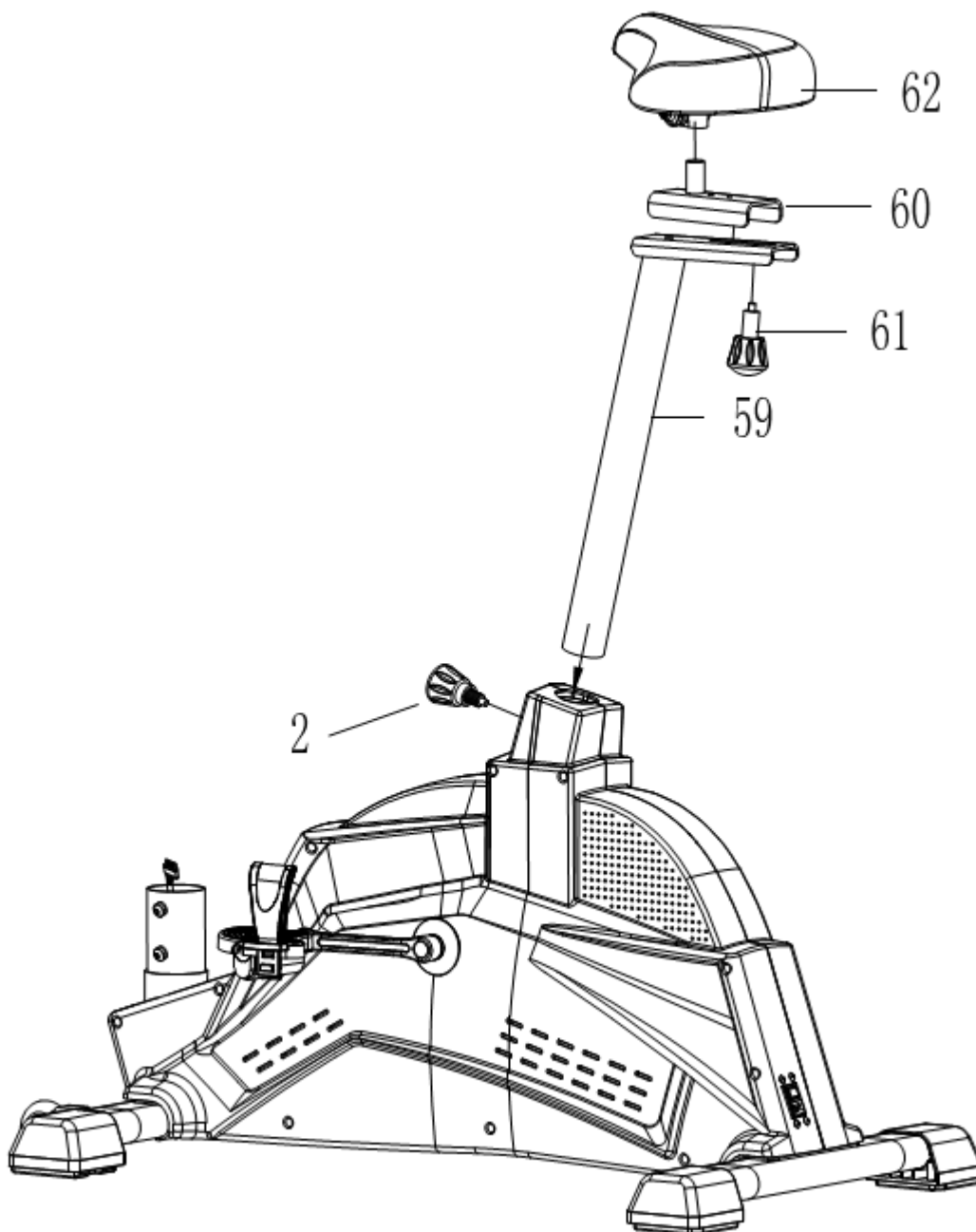
1. Przymocuj stabilizator przedni (114) do ramy głównej (1) za pomocą 2 śrub (73), 2 podkładek (32) oraz 2 podkładek (41).
2. Przymocuj stabilizator tylny (52) do ramy głównej (1) za pomocą 2 śrub (73), 2 podkładek (32) oraz 2 podkładek (41).

## KROK 2



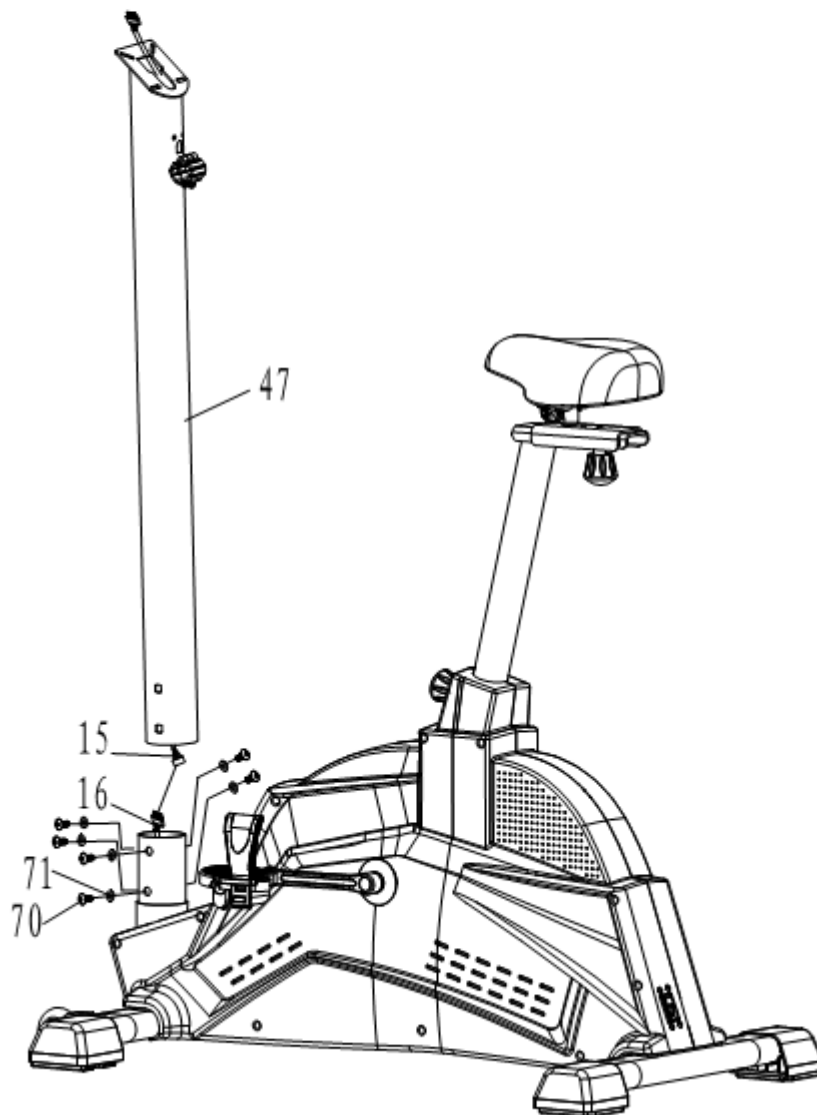
1. Przymocuj lewy pedał (79) do lewej korby
2. Przymocuj prawy pedał (80) do prawej korby

## KROK 3





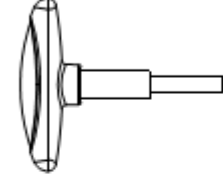

1. Umieść sztycę (59) w ramie głównej (1), używając pokrętła (2), aby ją dokręcić. Zamocuj siodełko (62) na wsporniku siodełka (60).
2. Przymocuj wspornik siodełka (60) do sztycy (59) przy pomocy pokrętła (61).

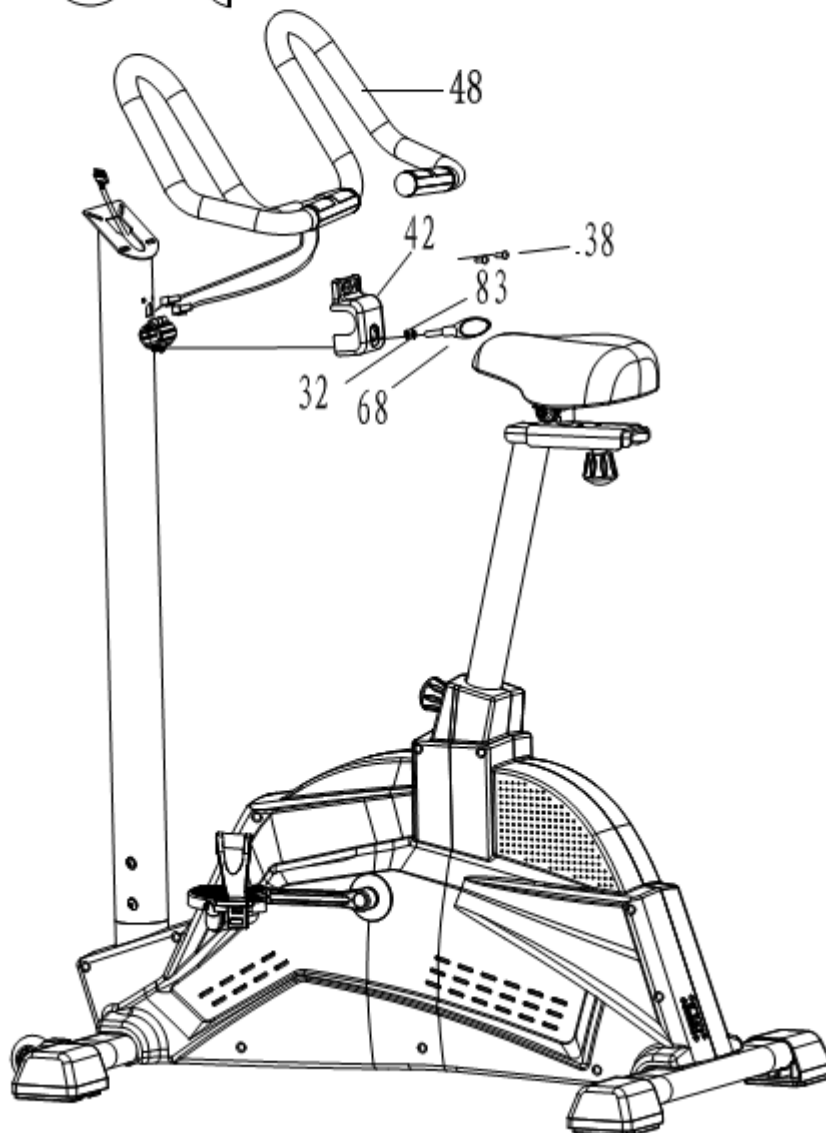
## KROK 4



1. Połącz przewód górny ( 15 ) z przewodem dolnym ( 16 ), następnie umieść słupkę komputera ( 47 ) na ramie głównej ( 1 ) i przykręć przy pomocy 6 podkładek ( 71 ) i 6 śrub ( 70 ).

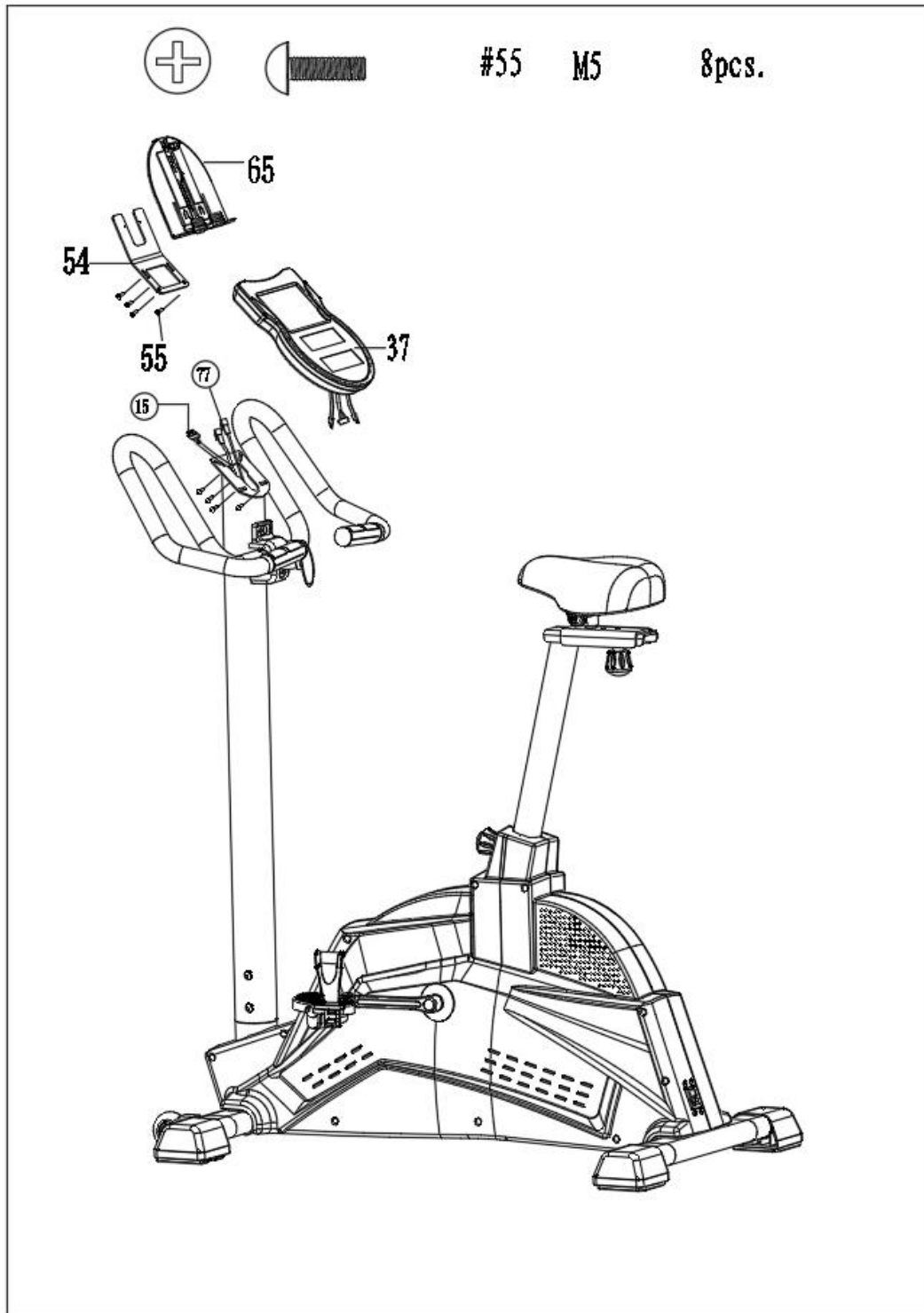
## KROK 5

	#83	∅8	1pcs
	#32	∅8	1pcs
	#68	M 8	1pcs
	#38	M6*15	2pcs.



1. Przymocuj kierownicę ( 48 ) na słupku komputera ( 47 ).
2. Przymocuj pokrętło ( 68 ) podkładkę ( 32 ), podkładkę ( 83 ) i osłonę ( 42 ), do słupka komputera ( 47 ) .
3. Zamocuj osłonę (42) na słupku komputera ( 47 ) przy pomocy 2 śrub (38).

## KROK 6



1. Połącz przewód komputera z górnym przewodem słupka komputera, przymocuj komputer (37) na słupku komputera (47) przy pomocy 4 śrub (55).
2. Przymocuj wspornik (54) on the computer (37) przy pomocy 4 śrub (55).
3. Umieść uchwyt do iPada (65) na wsporniku (54).

# KOMPUTER



# Power Up (Uruchomienie urządzenia)

Po włączeniu urządzenia komputer wyemituje 3 sygnały dźwiękowe, a wyświetlacz LCD zostanie podświetlony.

Następnie w oknie tekstowym będzie przewijać się powitanie " WELCOME".

**Uwaga:** Jeżeli komputer nie będzie odbierał żadnych sygnałów lub danych przez 4 minuty, automatycznie włączy się tryb "uśpienia". Rozpoczęcie pedałowania lub wybór jednego z przycisków spowoduje „zbudzenie się” komputera.

## Reset

Trening może zostać zatrzymany poprzez wciśnięcie przycisku RESET. Trening zostanie wznowiony, kiedy przycisk RESET zostanie ponownie wciśnięty.

## Wybór rodzaju treningu

Po włączeniu urządzenia używając 9 zaprogramowanych przycisków możemy wybrać jeden z trybów treningu. Kiedy wybrany program zostanie załączony, w oknie dialogowym przez 3 sekundy przewinie się nazwa wybranego treningu.

Urządzenie posiada 9 zaprogramowanych trybów treningu:

**Quick Start (Szybki Start), Watt Program (Program Watt), Manual Program (Program manualny), HRC Program (Program HRC), User Program (Program Użytkownika), Interval Program.**

Po rozpoczęciu pedałowania w oknie dialogowym będą przewijać się i wyświetlać parametry (dane) ćwiczenia, różne w zależności od wybranego programu ćwiczeń.

## Funkcje przycisków

FUNKCJE PRZYCISKÓW	OPIS
MODE	Umożliwia wprowadzenie żądanej wartości. Migający znak umożliwia przejście do następnego parametru.
RESET	Wstrzymanie i wznowienie treningu. Powrót do poprzedniego wiersza podczas wprowadzania danych. Przytrzymaj klawisz przez 3 sekundy, aby zresetować ustawienia komputera do stanu początkowego.



DOWN	Zmniejszanie wartości wybranych parametrów treningu: TIME (czas), DISTANCE (dystans), itp. Podczas wykonywania ćwiczeń odpowiada za zmniejszane obciążenia oporu.
UP	Zwiększanie wartości wybranych parametrów treningu. Podczas wykonywania ćwiczeń odpowiada za zwiększanie obciążenia oporu.
Quick Start (Szybki start), Watt Program (Program Watt), Manual Program (Program manualny), HRC Program (Program HRC), User Program (Program Użytkownika), Interval Program (Program Interwałowy), Climbing Program (Program wspinaczkowy), Test Program (Program Test), BMI-BMR-FAT Program (Program BMI-BMR-FAT).	Naciśnij przycisk, aby wybrać tryb treningu.
RECOVERY	Po lub w trakcie treningu wciśnij Recovery, aby rozpocząć pomiar. Pomiar trwa 1 minutę. Po zakończeniu na ekranie pojawi się wynik w zakresie 1~6.

## Ustawienia parametrów treningu

Po wybraniu jednego z trybów treningu: Quick Start, Manual, User Program, Interval Program, Watt Program, HRC Program, Test Program, BMI-BMR-FATT Program, Climbing Program, można wstępnie ustawić kilka parametrów treningu dla uzyskania oczekiwanych rezultatów ćwiczeń (z wyjątkiem Quick Start Program).

### PARAMETRY TRENINGU:

#### TIME (CZAS), DISTANCE (DYSTANS), WATT (FUNKCJA WATT), KILOJOULE (SPALONE KALORIE), PULSE (PULS)

**Uwaga:** Niektóre parametry nie są regulowane w wybranych programach.  
Po wybraniu programu, wciśnij przycisk MODE, aby zatwierdzić wybór.

W oknie dialogowym wyświetli się przez 3 sekundy napis "Select Time" (wybierz czas), a następnie polecenie "PRESS MODE TO ACCEPT" (wciśnij MODE, aby zaakceptować wybór). W tym samym czasie migać będzie parametr czasu "0:00".

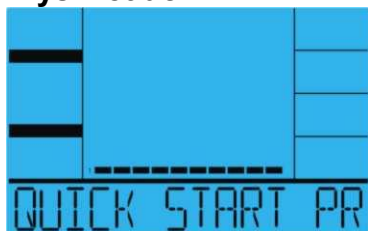
Używając przycisków "UP lub DOWN", możesz ustawić czas treningu. Wciśnij przycisk MODE, aby zapisać dane. Wyświetli się polecenie przejścia do następnego parametru. Kontynuuj używając przycisku UP lub DOWN, aby wybrać odpowiednią wartość, następnie wciśnij przycisk Mode, aby zapisać dane. Po zakończeniu ustawiania parametrów treningu okno dialogowe wyświetli komunikat "START PEDALING" (rozpocznij pedałowanie). Trening rozpoczyna się, gdy użytkownik zacznie pedałować.

## Parametry treningu

Rodzaj funkcji	Zakres wyświetlania	Ustawienia domyślne	Zwiększenie/ Zmniejszenie	Opis
<b>Time (Czas)</b>	<b>0:00~ 99:00</b>	<b>00:00</b>	<b>± 1:00</b>	<p>1. Kiedy wyświetlana jest wartość 0:00, Czas będzie wzrastał</p> <p>2. Kiedy wyświetla się 10:00-99:00, czas będzie się odliczał w dół do 0.</p>
<b>Distance (Dystans)</b>	<b>0.00~99.90</b>	<b>0.00</b>	<b>±0.10</b>	<p>1. Kiedy wyświetlana jest wartość 0:00, dystans będzie wzrastał.</p> <p>2. Kiedy Dystans ustawiony jest w przedziale 0.1~99.90, będzie odliczał się w dół do 0.</p>
<b>KILOJOULE (Kilodżule)</b>	<b>0~9995</b>	<b>0.0</b>	<b>±5</b>	<p>1. Kiedy wyświetlana jest wartość 0.0, spalone kalorie będą wzrastać.</p> <p>2. Jeżeli spalone kaorie są ustawione w przedziale 5~9995, ich wartość będzie odliczała się w dół do 0.</p>
<b>WATT</b>	<b>20~350</b>	<b>20/100</b>	<b>±5</b>	Wartość WATT może być ustawiona tylko w programie Watt/Test.
<b>Pulse (Puls)</b>	<b>40~220</b>	<b>90</b>	<b>±1</b>	Kiedy poziom pulsu (Heart Rate) zostaje przekroczony, użytkownik zostanie poinformowany.

## Program Quick Start (Szybki Start)

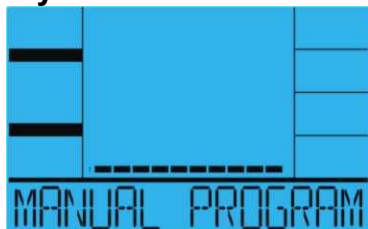
Wyświetlacz:



Po włączeniu urządzeń wciśnij przycisk "QUICK START PROGRAM", aby wejść do programu Szybki Start. Zaczynaj pedałować, aby rozpocząć trening. Wciśnij przycisk UP lub DOWN, aby dostosować obciążenie.

## Program Manualny

Wyświetlacz:

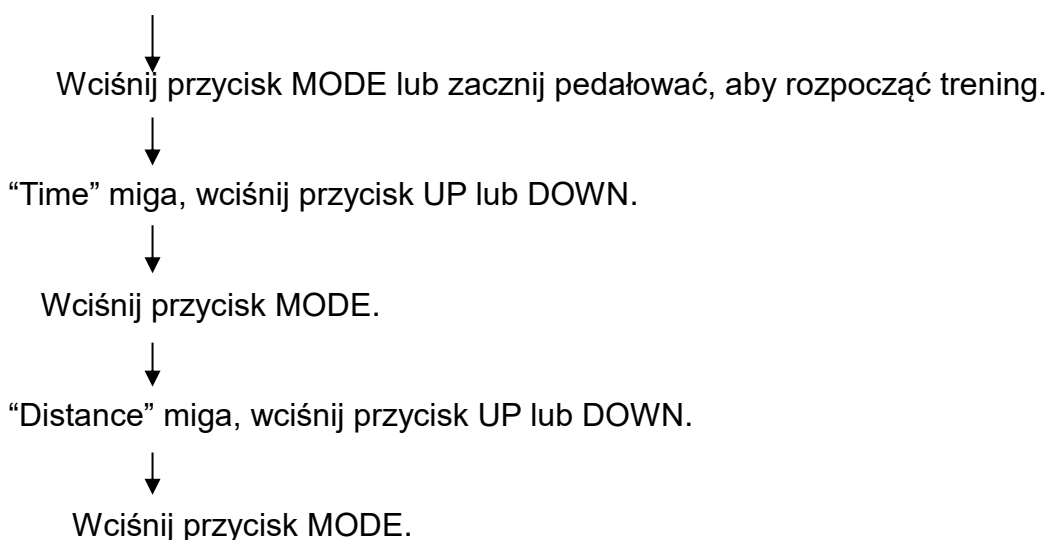


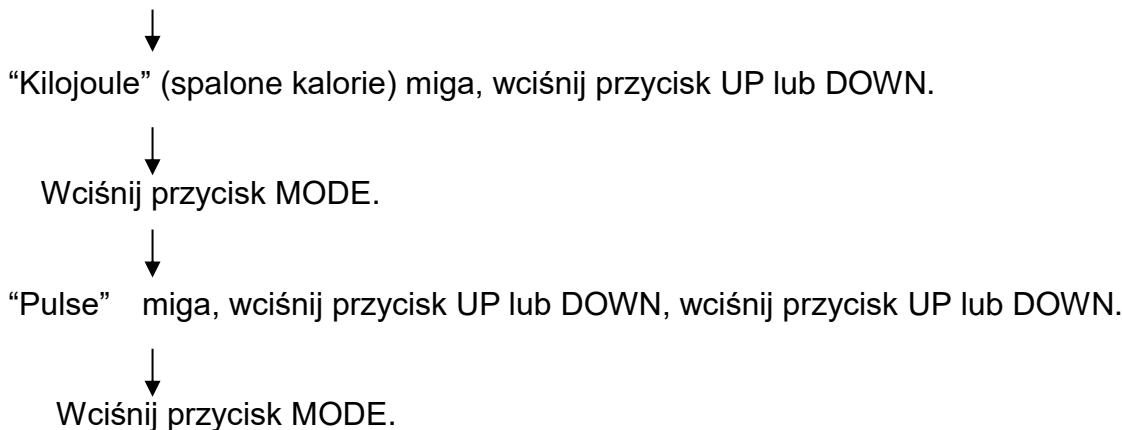
## Ustawianie parametrów w programie manualnym

Wybierz "**Manual**" za pomocą przycisku MANUAL PROGRAM, a następnie wciśnij przycisk MODE. Pierwszy parametr „Time” (czas) zaświeci się, używając przycisków UP lub DOWN można dostosować jego wartość. Wciśnij przycisk MODE, aby zapisać wartość i przejść do następnego parametru. W taki sposób wprowadź zmiany we wszystkich wybranych parametrach. Zaczynaj pedałować, aby rozpocząć trening.

## Instrukcja działań w programie "Manual" (manualnym)

Wciśnij przycisk MANUAL PROGRAM (Wybierz Manual Mode (Tryb manualny) za pomocą przycisku MANUAL PROGRAM)





Zacznij pedałowac, aby rozpocząć trening, wciśnij przycisk UP lub DOWN, aby dostosować poziom obciążenia podczas treningu.

## Program Użytkownika

Wyświetlacz:



Program użytkownika pozwala użytkownikowi na tworzenie własnych programów, które mogą być używane od razu oraz na kolejnych treningach.

### Tworzenie profilu użytkownika

Wybierz tryb użytkownika za pomocą przycisku USER PROGRAM, następnie wciśnij przycisk MODE. Okno dialogowe wyświetli przez 4 sekundy napis "Select Profile" (wybierz profil), tymczasem Segment 1 będzie migać. Ustaw odpowiednie obciążenie oporu za pomocą przycisku UP lub DOWN. Wciśnij przycisk MODE, aby przejść do następnego segmentu. Wykonaj opisaną operację dla wszystkich 10 segmentów.

### Ustawienia parametrów w Programie Użytkownika

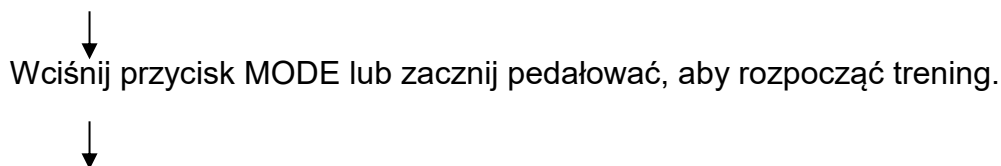
Po tym, jak pierwszy parametr "Time" (czas), zacznie migać, można ustawić odpowiednią wartość za pomocą przycisku UP lub DOWN.

Wciśnij przycisk MODE, aby zapisać wartość i przejść do następnego parametru (celem regulacji). Wykonaj tę operację dla wszystkich pożądaných parametrów. Zacznij pedałowac, aby rozpocząć trening

**Uwaga:** 10 ustawionych segmentów profile zostanie zapisanych w pamięci na przyszłe treningi.

### Instrukcja działań w programie "User" (Użytkownik)

Wciśnij przycisk USER PROGRAM (Wybierz Tryb "User" (Użytkownik) za pomocą przycisku USER PROGRAM)



Segment 1 miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



Wciśnij przycisk MODE.



Segment 2 miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



Wciśnij przycisk MODE  
Continue through 10 segment.



Time” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



Wciśnij przycisk MODE.



“Distance” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



Wciśnij przycisk MODE.



“Kilojoule” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



Wciśnij przycisk MODE.



“Pulse” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.

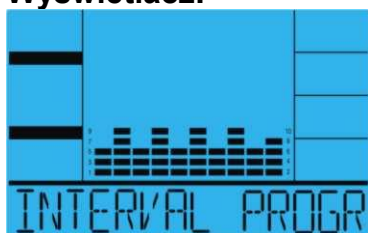


Wciśnij przycisk MODE.

Zacznij pedałować, aby rozpocząć trening. Opór można regulować za pomocą przycisku UP lub DOWN podczas treningu.

## Program Interwałowy

Wyświetlacz:



Wybierz “*Interval*” wciskając przycisk INTERVAL PROGRAM, a następnie wciśnij przycisk MODE. W oknie dialogowym wyświetli się przez 3 sekundy napis “SELECT PROFILE LEVEL”

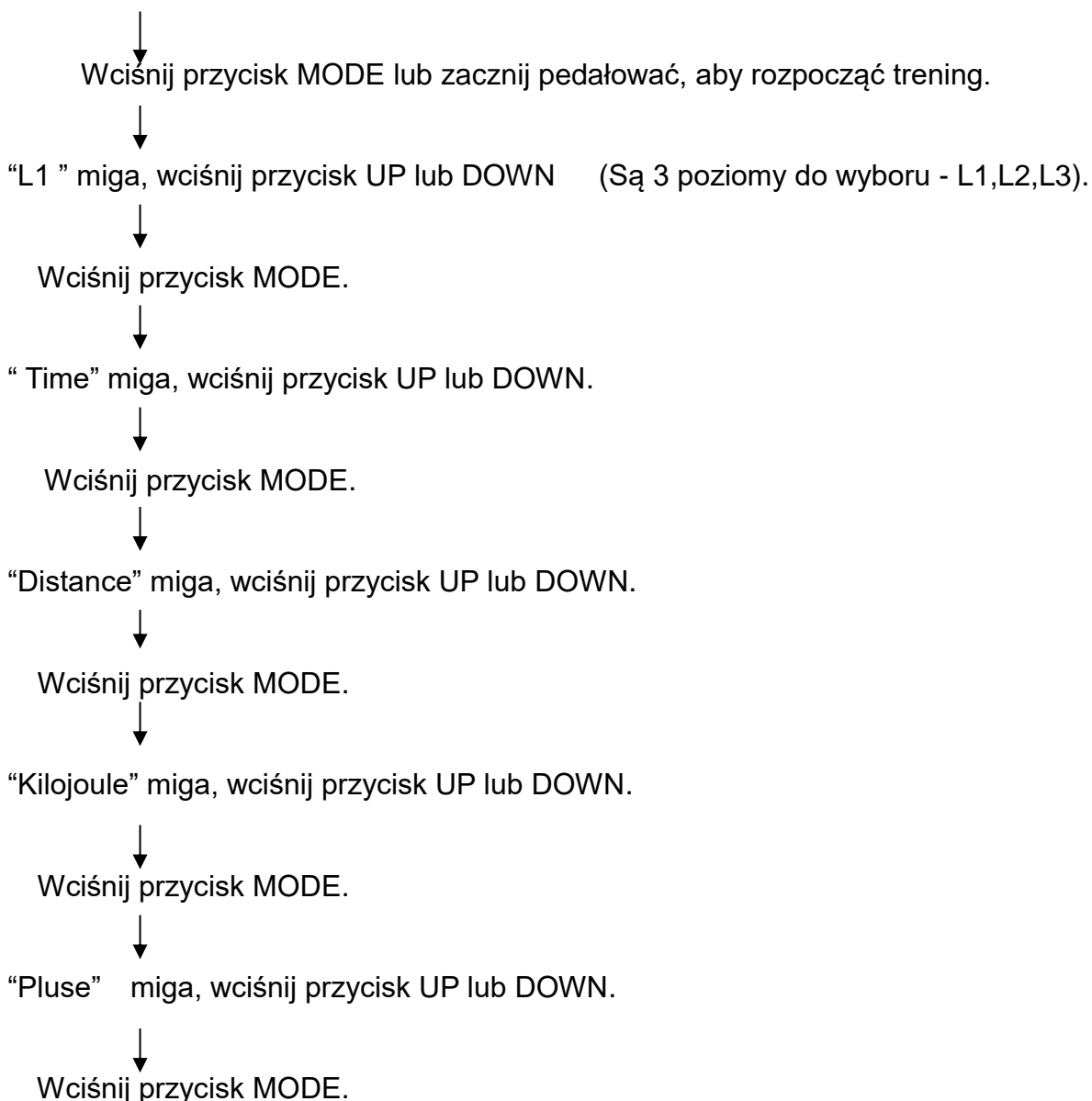
(Wybierz poziomy). Są 3 poziomy do wyboru (L1,L2,L3), można je wybrać za pomocą przycisku UP lub DOWN. Następnie wciśnij przycisk MODE, aby zatwierdzić zmiany.

## Ustawienia parametrów programie Interwałowym

Po tym jak pierwszy parametr "Time" (czas) zacznie migać, można ustawić odpowiednią wartość, używając przycisku UP lub DOWN. Wciśnij przycisk MODE, aby zapisać wartość i przejść do następnego parametru (celem regulacji). Przeprowadź tę operację dla wszystkich pożądanych parametrów. Zaczynij pedałować, aby rozpocząć trening.

### "Interval" Operating Instructions

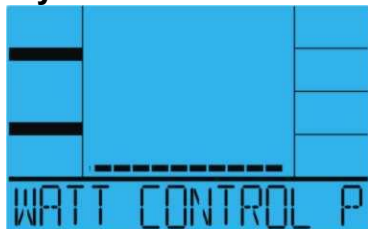
Wciśnij przycisk INTERVAL PROGRAM (Wybierz tryb Interwałowy za pomocą przycisku INTERVAL PROGRAM)



Zaczynij pedałować, aby rozpocząć trening. Opór nie może być zmieniany poprzez wciśnięcie przycisku UP lub DOWN podczas treningu.

## Program WATT

### Wyświetlacz:



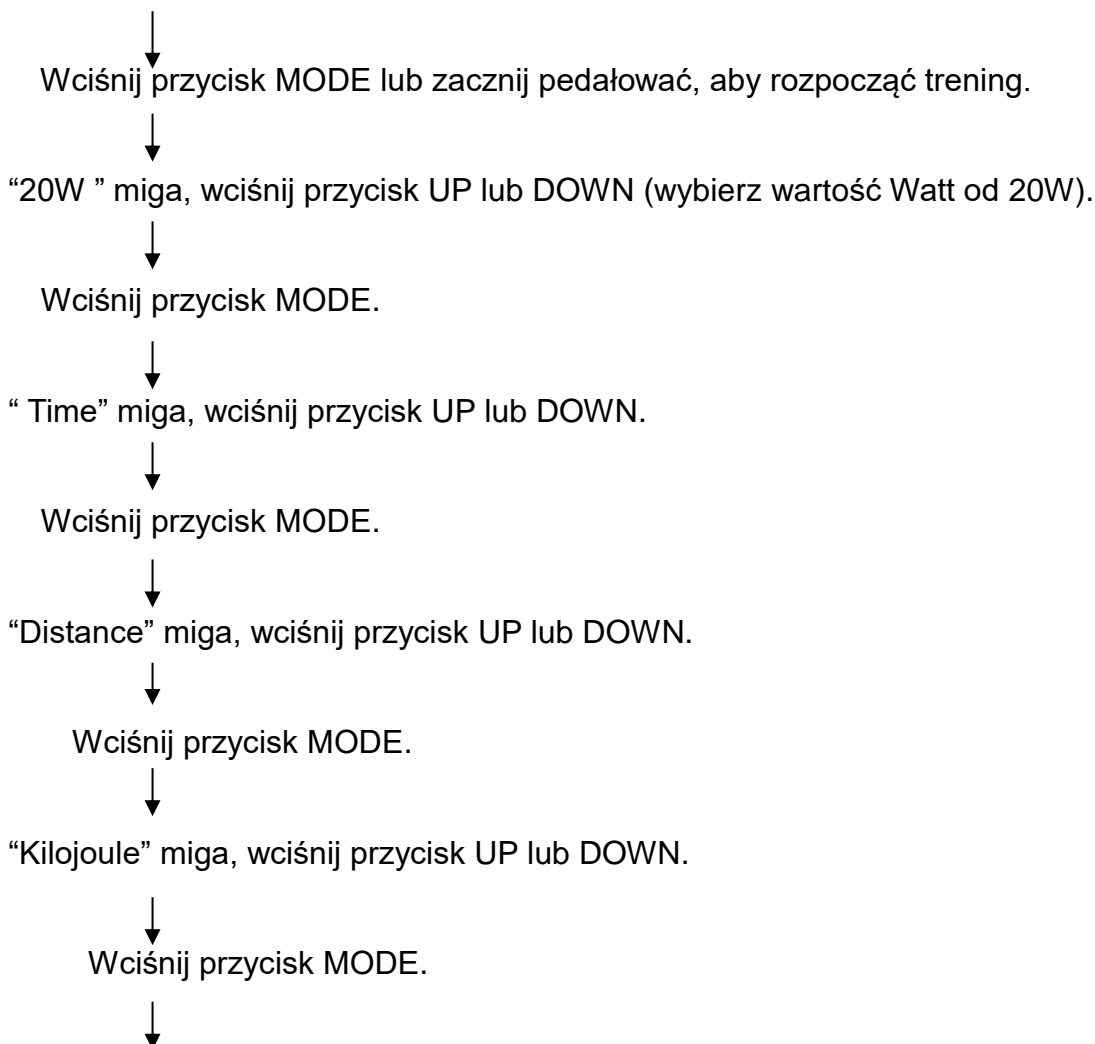
Wybierz "**WATT**" wciskając przycisk WATT PROGRAM, a następnie wciśnij przycisk MODE. W oknie dialogowym wyświetli się przez 3 sekundy napis "SELECT WATT", a "20" będzie migać. Wybierz wartość WATT od 20 W za pomocą przycisku UP lub DOWN, a następnie wciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić ustawienia.

## Ustawienie parametrów w programie WATT

Po tym jak pierwszy parametr "Time" (czas) zacznie migać, można ustawić odpowiednią wartość za pomocą przycisku UP lub DOWN. Wciśnij przycisk MODE, aby zapisać wartość i przejść do następnego parametru (celem regulacji). Przeprowadź tę operację dla wszystkich pożądanych parametrów. Zaczynaj pedałować, aby rozpocząć trening.

## Instrukcja działań w programie "WATT"

Wciśnij przycisk WATT PROGRAM (Wybierz Interval Mode (tryb interwałowy) używając przycisku WATT PROGRAM.



“Pulse” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.

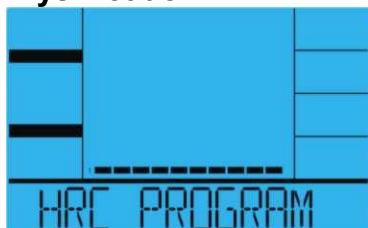


Wciśnij przycisk MODE.

Zacznij pedałowac, aby rozpocząć trening. Wciśnij przycisk UP lub DOWN, aby dostosować wartość WATT podczas treningu.

## PROGRAM HRC

Wyświetlacz:



### Ustawianie parametrów w programie Heart Rate Control

wyberz “**HRC**” poprzez wciśnięcie przycisku HRC PROGRAM, a następnie wciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić wybór. Pierwszy parameter “Time” (czas) zacznie migać, można ustawić jego odpowiednią wartość za pomocą przycisków UP lub DOWN. Wciśnij przycisk MODE, aby zapisać wartość i przejść do następnego parametru (celem regulacji). Przeprowadź tę operację dla wszystkich wybranych parametrów. Zacznij pedałowac, aby rozpocząć trening.

### Instrukcja działań w programie “Heart Rate Control”

Wciśnij przycisk HRC PROGRAM (Wyberz tryb HRC za pomocą przycisku HRC).



Wciśnij przycisk MODE lub zacznij pedałowac, aby rozpocząć trening.



“Time” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



Wciśnij przycisk MODE.



“Distance” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



Wciśnij przycisk MODE.



“Kilojoule” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.





Wciśnij przycisk MODE.



“Pulse” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



Wciśnij przycisk MODE.

Zacznij pedałowac, aby rozpocząć trening.

**Jeśli puls będzie wyższy lub niższy od ustalonego pulsu docelowego, komputer automatycznie dostosuje poziom oporu.**

**Komputer będzie sprawdzał odczyt pulsu i dokonywał korekty oporu, co 10 sekund zwiększając lub zmniejszając go o ok. 10W (Uwaga: podczas treningu, jeśli komputer nie otrzyma sygnału pulsu, utrzyma bieżący opór przez 60 sekund.)**

Użytkownik nie może regulować obciążenia oporu za pomocą przycisków UP lub DOWN podczas treningu.

## Program TEST

Wyświetlacz:



Wybierz “**TEST**” poprzez wciśnięcie przycisku TEST PROGRAM, a następnie wciśnij przycisk MODE.

Na wyświetlaczu pojawią się przez 4 sekundy: średnia prędkość, całkowity dystans, spalone kalorie oraz średni puls z ostatniego treningu.

Następnie, w oknie dialogowym przez 3 sekundy wyświetli się napis “SELECT WATT LEVEL” (wybierz poziom Watt). Jednocześnie będzie migać “100”. Wybierz wartość WATT od 100 W, używając przycisków UP lub DOWN, a następnie wciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić ustawienia.

**Czas będzie wyświetlał 12:00, nie można dokonać zmian.**

Po 12 minutach wyświetlą się: średnia prędkość, przebyty dystans, kalorie oraz średni puls.

## Instrukcja działań w programie “TEST”

Wciśnij przycisk TEST PROGRAM (Wybierz tryb Test przy pomocy przycisku TEST PROGRAM).



Wciśnij przycisk MODE lub zacznij pedałowac, aby rozpocząć trening.



“100W ” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.

(Wybierz wartość Watt od 100W).



Wciśnij przycisk MODE.



“ Time “ (czas) będzie pokazywał 12:00.



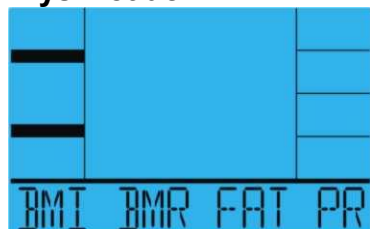
Zacznij pedałować, aby rozpocząć trening.



Po 12 minutach na ekranie zostaną wyświetlone: średnia prędkość, całkowity dystans, spalone calorie oraz średni puls.

## PROGRAM BMI BMR FAT

Wyświetlacz:



## Ustawienie danych w programie BMI BMR FAT

Wybierz “**BMI BMR FAT**” wciskając przycisk BMI BMR FAT PROGRAM, a następnie wciśnij przycisk MODE.

Okno dialogowe wyświetli napis “SELECT AGE” (wybierz wiek) przez 3 sekundy, jednocześnie będzie migać “30”, aby można było ustawić prawidłowy wiek, za pomocą przycisku UP lub DOWN, wciśnij przycisk MODE, aby zapisać wartość i przejść do następnych danych.

Okno dialogowe wyświetli napis “SELECT GENDER” (wybierz płeć) przez 3 sekundy, jednocześnie będzie migać “♂”, aby można było wybrać płeć, za pomocą przycisku UP lub DOWN, wciśnij przycisk MODE, aby zapisać płeć i przejść do następnych danych.

Okno dialogowe wyświetli napis “SELECT WEIGHT” (wybierz wagę) przez 3 sekundy, jednocześnie “75” będzie migać, aby wybrać wagę za pomocą przycisku UP lub DOWN, wciśnij przycisk MODE, aby zapisać wartość i przejść do następnych danych.

Okno dialogowe wyświetli napis “SELECT SIZE” (wybierz wzrost) przez 3 sekundy, jednocześnie “175” będzie migać, aby zapisać wzrost za pomocą przycisku UP lub DOWN, wciśnij przycisk MODE, aby zapisać wartość.

Wciśnij przycisk MODE, aby rozpocząć pomiar. Należy trzymać dłonie na sensorach pulsu.

## Instrukcja działań w programie “BMI BMR FAT”

Wciśnij przycisk BMI BMR FAT PROGRAM (Wybierz Manual Mode (tryb manualny) używając przycisku BMI BMR FAT).



Wciśnij przycisk MODE.



“AGE” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.

↓  
Wciśnij przycisk MODE.

↓  
“GENDER” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.

↓  
Wciśnij przycisk MODE.

↓  
“WEIGT” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.

↓  
Wciśnij przycisk MODE.

↓  
“HEIGHT” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.

↓  
Wciśnij przycisk MODE.

(Okno dialogowe wyświetli napis “ TOUCH HANDPULSE SENSOR “ (trzymaj dłonie na sensorach pulsu) przez 3 sekundy, Następnie wciśnij przycisk MODE, aby rozpocząć pomiar)

Po wykonanym pomiarze na ekranie wyświetlą wyniki Body Fat % (pomiar tkanki tłuszczowej), BMI (indeks masy ciała) i BMR (podstawowa przemiana materii).  
(Body Fat % i BMI przełączają wyświetlanie na inny wskaźnik co 4 sekundy).

## Climbing Program (Program Wspinaczka)

Wyświetlacz:



Wybierz “**Climbing**” wciskając przycisk CLIMBING PROGRAM, a następnie wciśnij przycisk MODE.

W oknie dialogowym wyświetli się napis “SELECT PROFILE LEVEL” (wybierz poziom) przez 3 sekundy.

Są 3 poziomy do wyboru (L1,L2,L3), można je wybrać za pomocą przycisków UP lub DOWN, następnie wciśnij przycisk MODE, aby potwierdzić wybór.

## Ustawienie parametrów w programie Climbing

Po tym, jak pierwszy parameter “Time” (czas) zacznie migać, można ustawić żadaną wartość za pomocą przycisku UP lub DOWN.

Wciśnij przycisk MODE, aby zapisać wartość i przejść do następnego parametru. Wykonaj tę

operację dla wszystkich żądanych parametrów. Zaczynij pedałować, aby rozpocząć trening.

Wciśnij przycisk CLIMBING PROGRAM (Wybierz Interval Mode (tryb interwałowy) używając przycisku CLIMBING PROGRAM).



Wciśnij przycisk MODE lub zacznij pedałować, aby rozpocząć trening.



“L1 ” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN (Są 3 poziomy do wyboru - L1,L2,L3).



Wciśnij przycisk MODE.



“ Time” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



Wciśnij przycisk MODE.



“Distance” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



Wciśnij przycisk MODE.



“Kilojoule” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



Wciśnij przycisk MODE.



“Pause” miga, wciśnij przycisk UP lub DOWN.



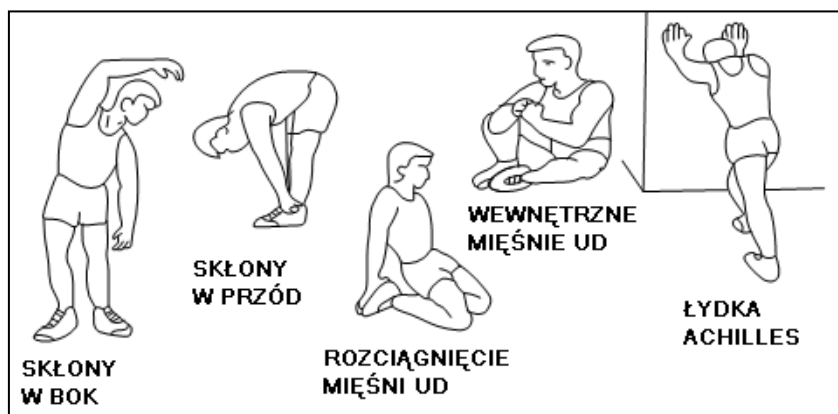
Wciśnij przycisk MODE.

Zaczynij pedałować, aby rozpocząć trening. Podczas treningu nie można regulować oporu za pomocą przycisku UP lub DOWN.

## **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 użytymi 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 – 48 kg

Flywheel – 6 kg

Dimensions – 107 x 60 x 138,4 cm

Maximum weight of user – 120 kg

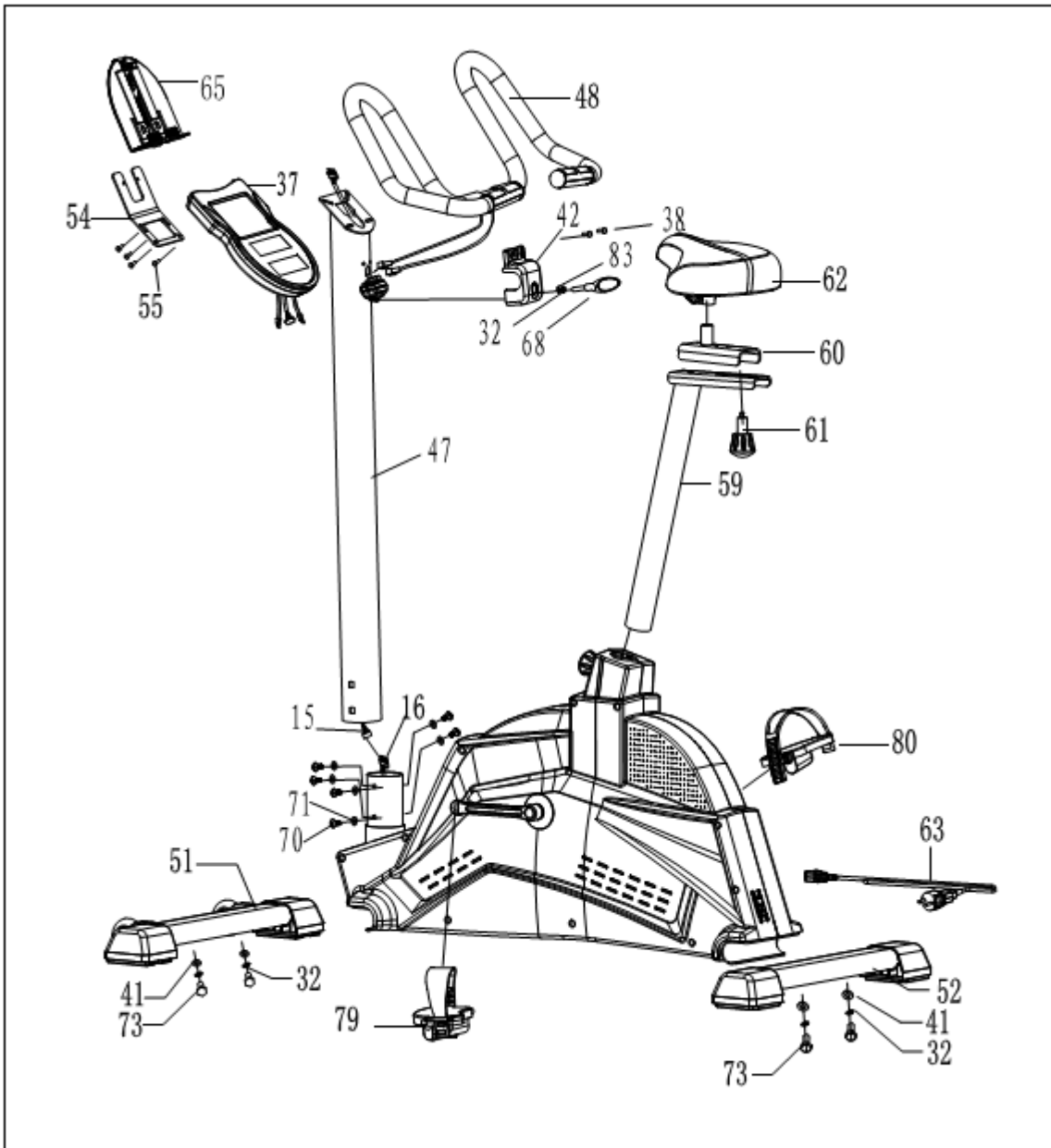
## **MAINTENANCE**

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**

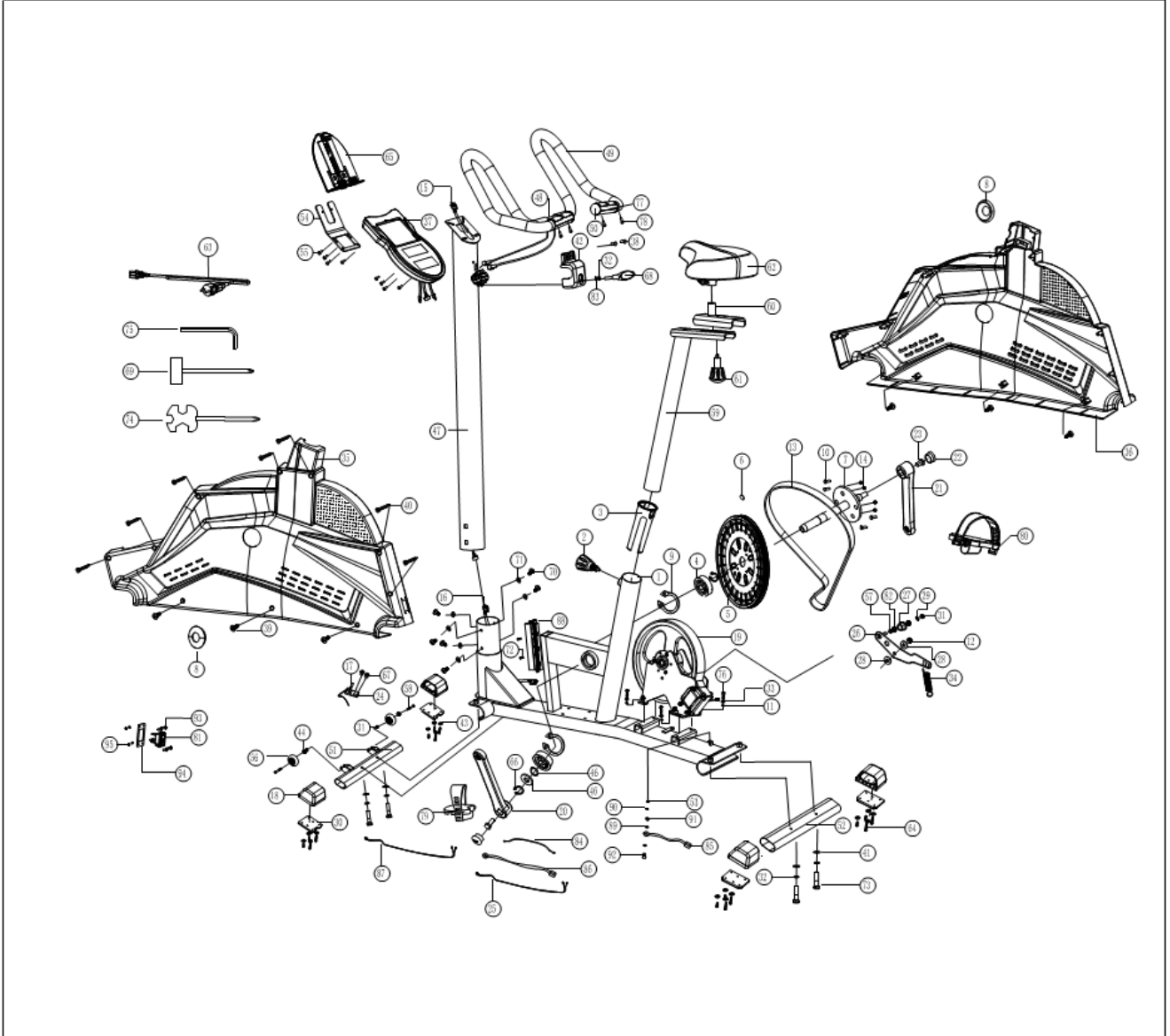
Stop to pedal when you want stop the item. Electromagnetic bike M6152 does not acquire breaking system or emergency break.

# Exploded drawing -1:





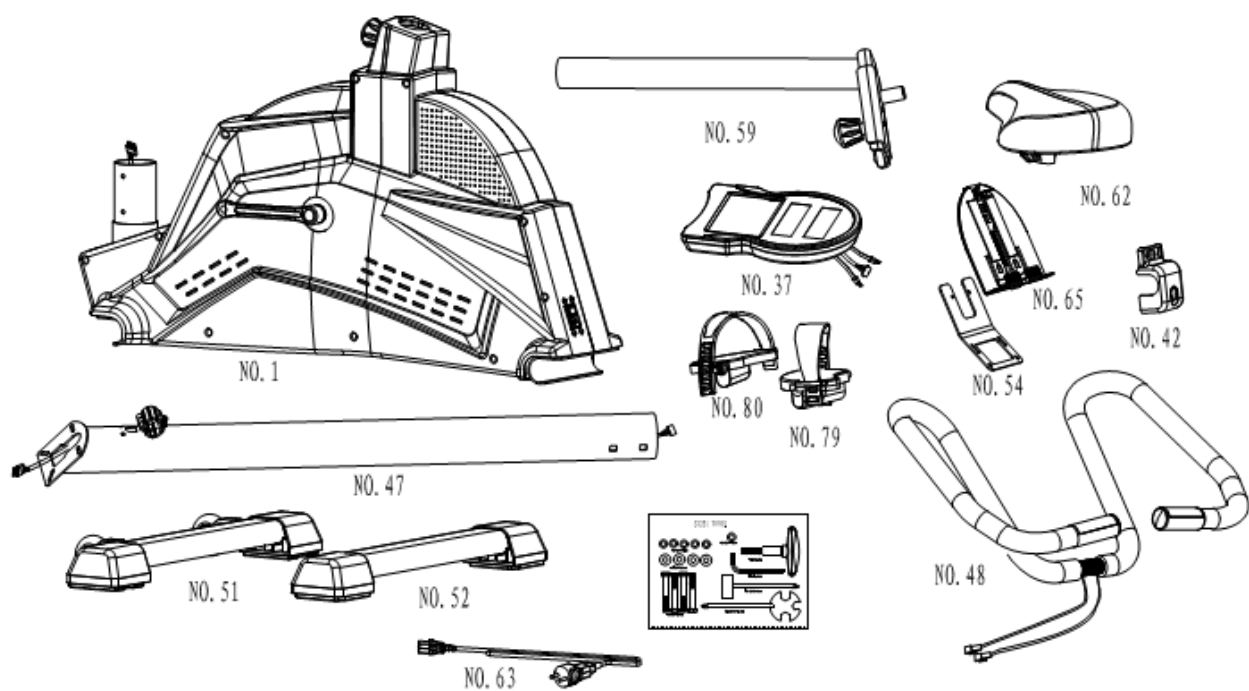
## Exploded drawing - 2:



## Parts list and tools

1	Main frame	1	49	Handle sleeve	2
2	Post knob	1	50	Cover	2
3	Post clamp	1	51	Front stabilizer	1
4	Bearing	2	52	Rear stabilizer	1
5	Pulley $\phi$ 260	1	53	Nut M5	1
6	Magnet N35 $\phi$ 15mm	1	54	Bracket	1
7	Axle	1	55	Screw M5	8
8	Crank	2	56	Wheel	2
9	C clip	2	57	Washer $\phi$ 10	1
10	Screw M6*14	4	58	Screw	2
11	Washer $\phi$ 6	4	59	Seat post	1
12	Nut M10	1	60	Slide	1
13	Belt 400 J6	1	61	Seat knob	1
14	Nut M6	4	62	Seat	1
15	Upper CABLE	1	63	Power cord	1
16	Lower CABLE	1	64	Screw	8
17	SENSOR	1	65	IPAD holder	1
18	End cap	4	66	C clip	2
19	Flywheel	1	67	Screw M5	2
20	Left crank 170	1	68	T knob	1
21	Right crank 170	1	69	Sleeve wrench	1
22	R/L cover	2	70	Screw M8	6
23	Nut M10	2	71	Washer 9x $\phi$ 8x2	6
24	Sensor fixture	1	72	Screw	2
25	Flywheel adapter line	1	73	Screw M8x60	4
26	Idler bar	1	74	Harpoon wrench	1
27	Idler wheel	1	75	Hex wrench	1
28	Washer 2T	2	76	Screw	4
29	Washer 2T	1	77	Handle sensor	2
30	Foot pad	4	78	Screw	4
31	Nut M8	1	79	Left pedal	1
32	Washer $\phi$ 8	5	80	Right pedal	1
33	Washer $\phi$ 6	4	81	Switch	1
34	Spring	1	82	Bearing	2
35	Left main cover	1	83	Washer	1
36	Right main cover	1	84	Connect line	1
37	Computer	1	85	Ground line	1

38	Screw M6	2	86	Ground line	1
39	Screw	6	87	PCB line	1
40	Screw	7	88	PCB	1
41	Washer	4	89	Washer M5	2
42	Cover	1	90	Washer M5	1
43	Screw M4	8	91	Washer	1
44	Washer	2	92	Screw M5	1
45	Washer	1	93	Screw M4	4
46	Washer	1	94	Switch fixture	1
47	Upright post	1	95	Nut M4	4
48	Handle bar	1			



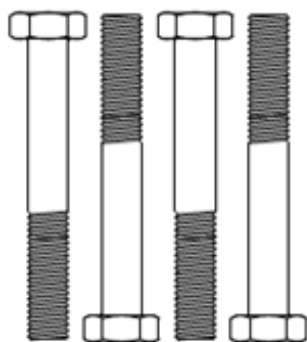
## TOOLS



(32)  $\phi 8\text{mm}$ ; 5pcs.



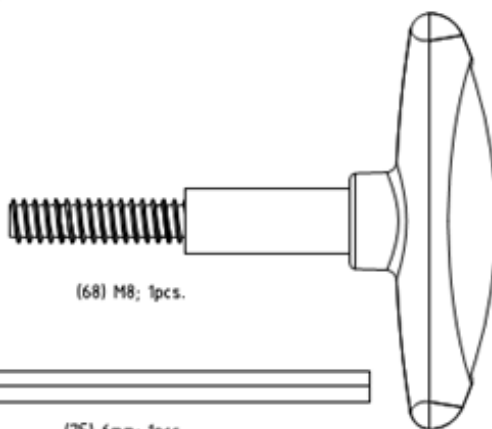
(41)  $\phi 8\text{mm}$ ; 4pcs



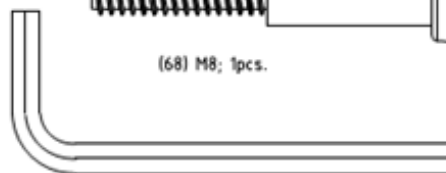
(73) M8mm; 4pcs



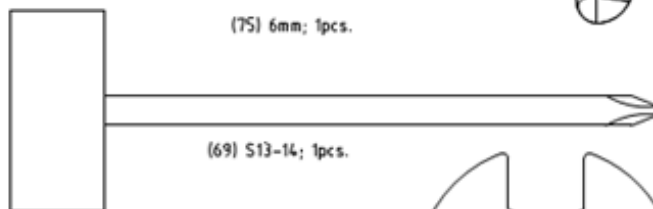
(83)  $\phi 8\text{mm}$ ; 1pcs.



(68) M8; 1pcs.



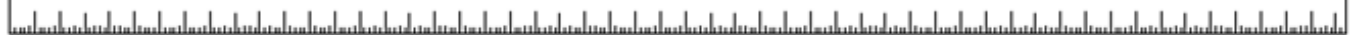
(75) 6mm; 1pcs.



(69) S13-14; 1pcs.

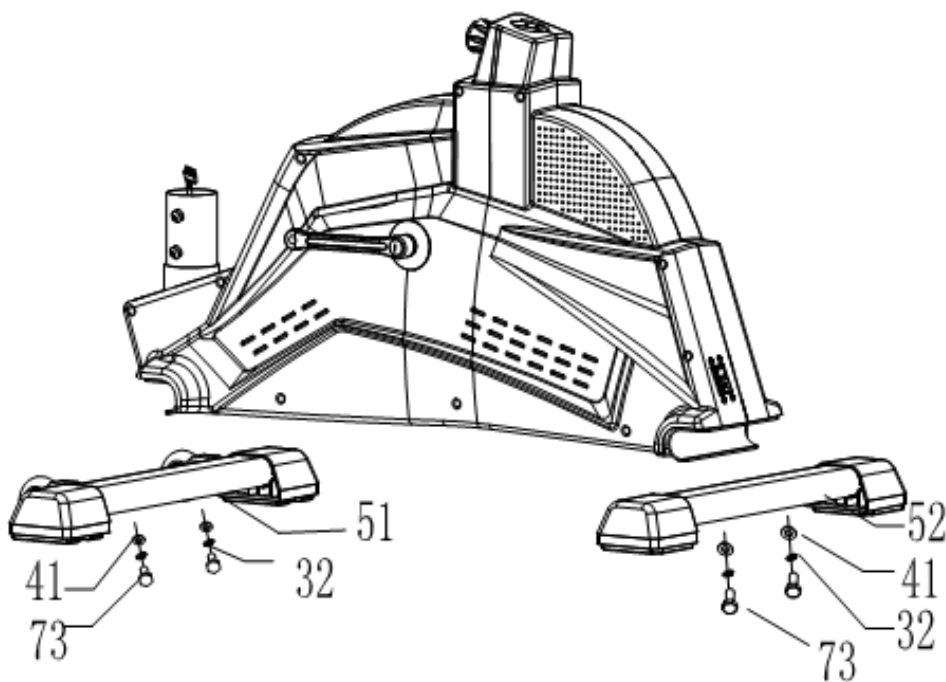
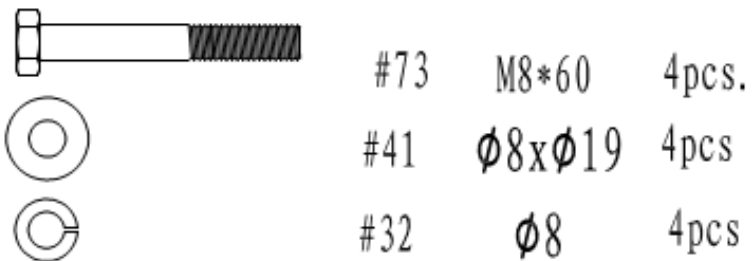


(74) S13-14-15; 1pcs



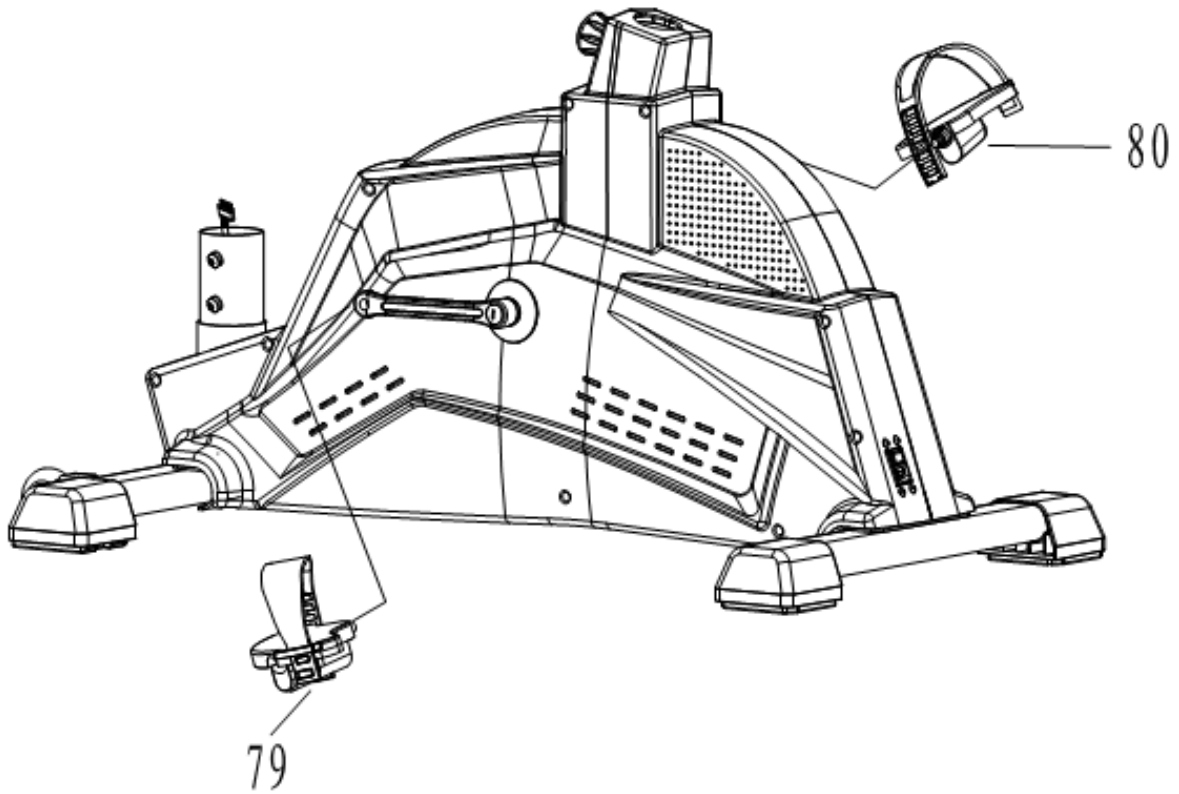
# Assembly instruction

## STEP 1



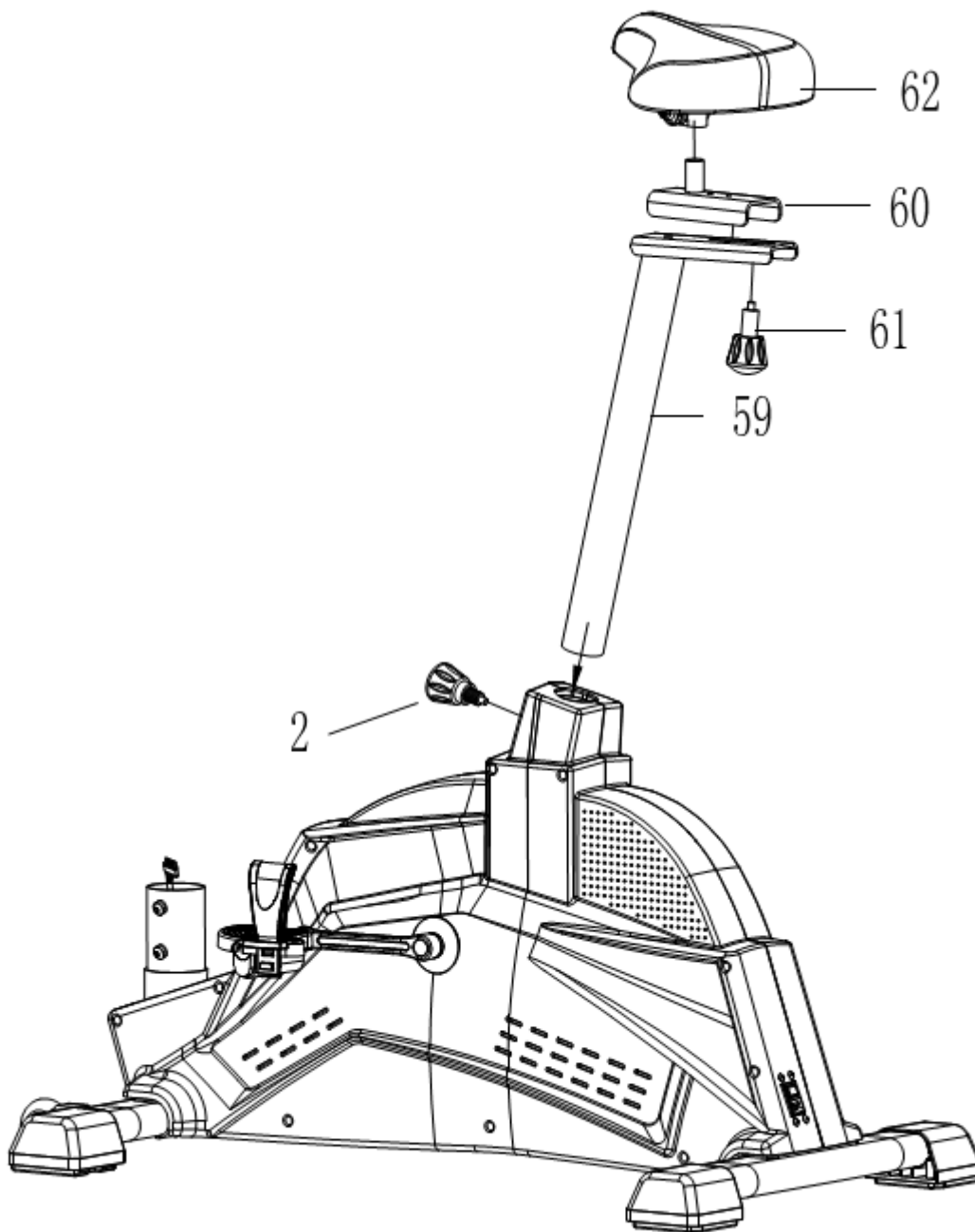
3. Attach front stabilizer (114) to the main frame (1) using 2 screws (73), 2 washers (32) and 2 washers (41).
4. Attach rear stabilizer (52) to the main frame (1) using 2 screws (73), 2 washers (32) and 2 washers (41).

## STEP 2



1. Fix the left pedal ( 79 ) on the left crank.
2. Fix the right pedal ( 80 ) on the right crank.

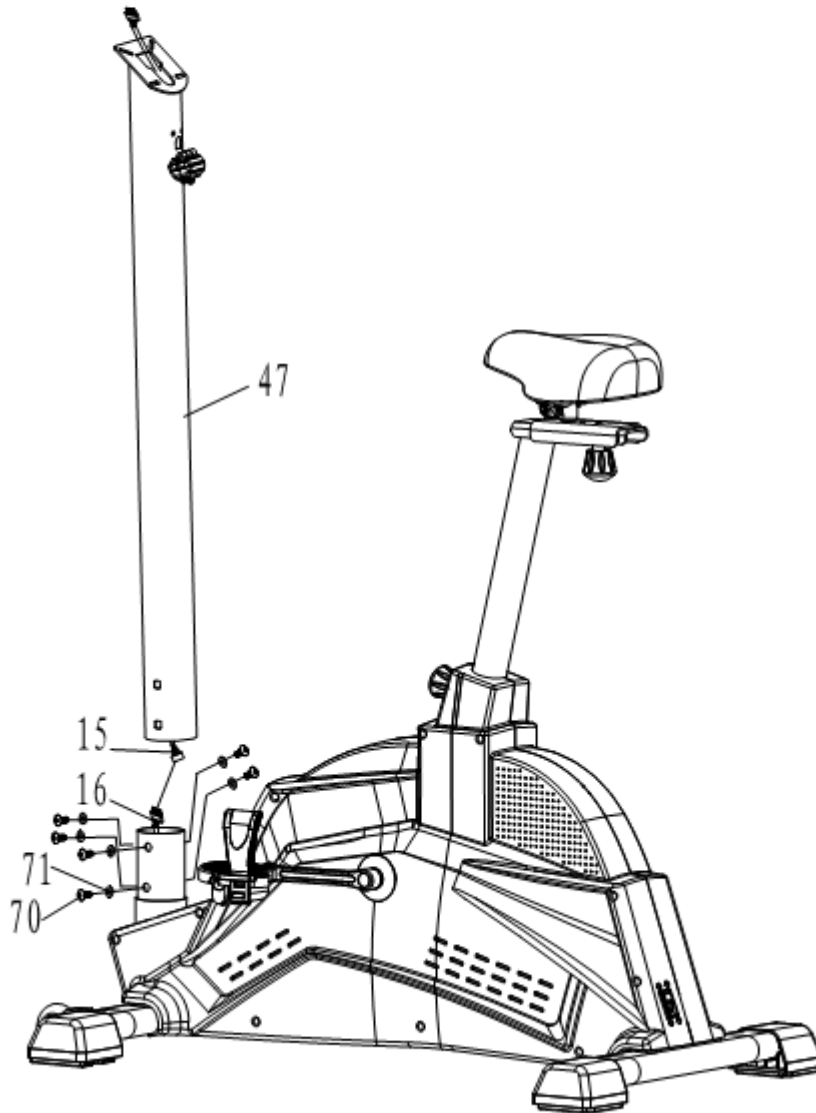
## STEP 3



1. Insert a seat post ( 59 ) into the frame ( 1 ), using post knob ( 2 ) to tight it. Tight a seat ( 62 ) on the slide (60).

2. Fix the slide ( 60 ) on the seat post ( 59 ) using a seat knob (61).



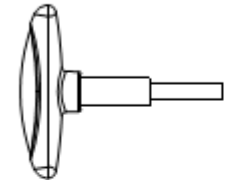

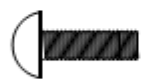
## STEP 4

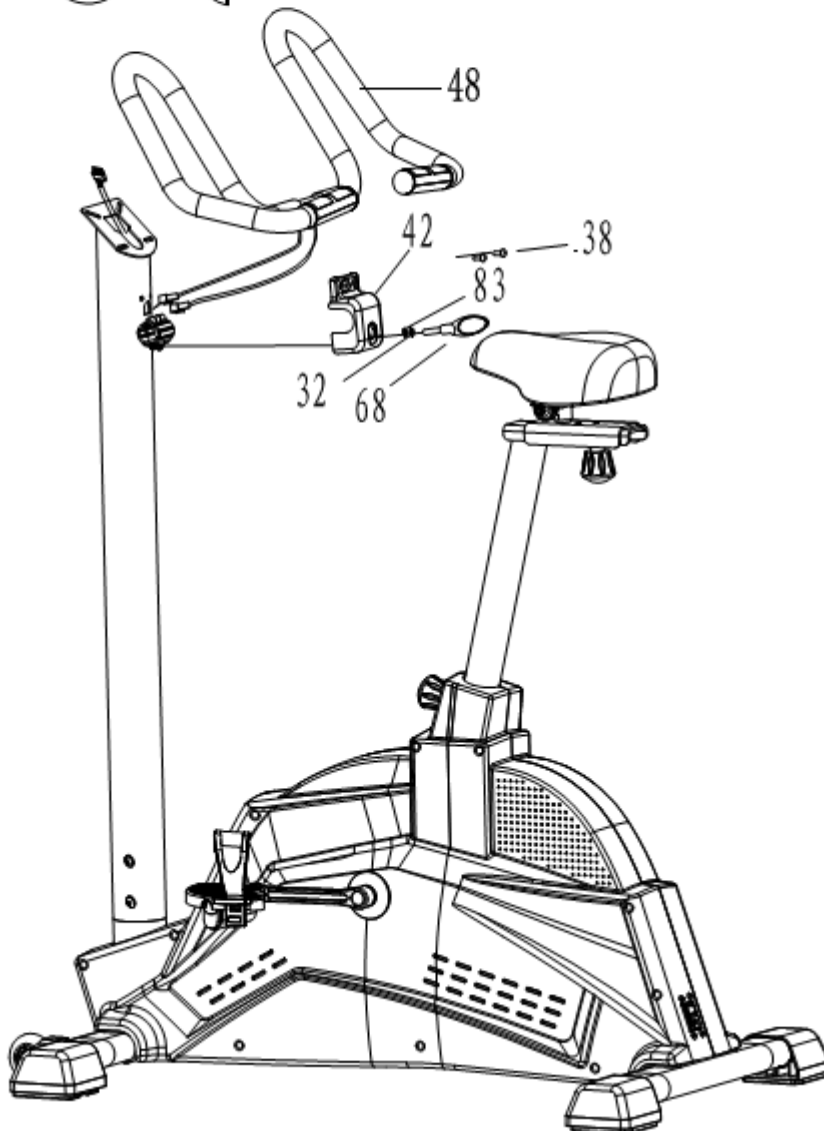


1. Connect upper cable ( 15 ) with lower cable ( 16 ), then insert upright post ( 47 ) into the main frame ( 1 ) using 6 washers ( 71 ) and 6 screws ( 70 ) to secure it.



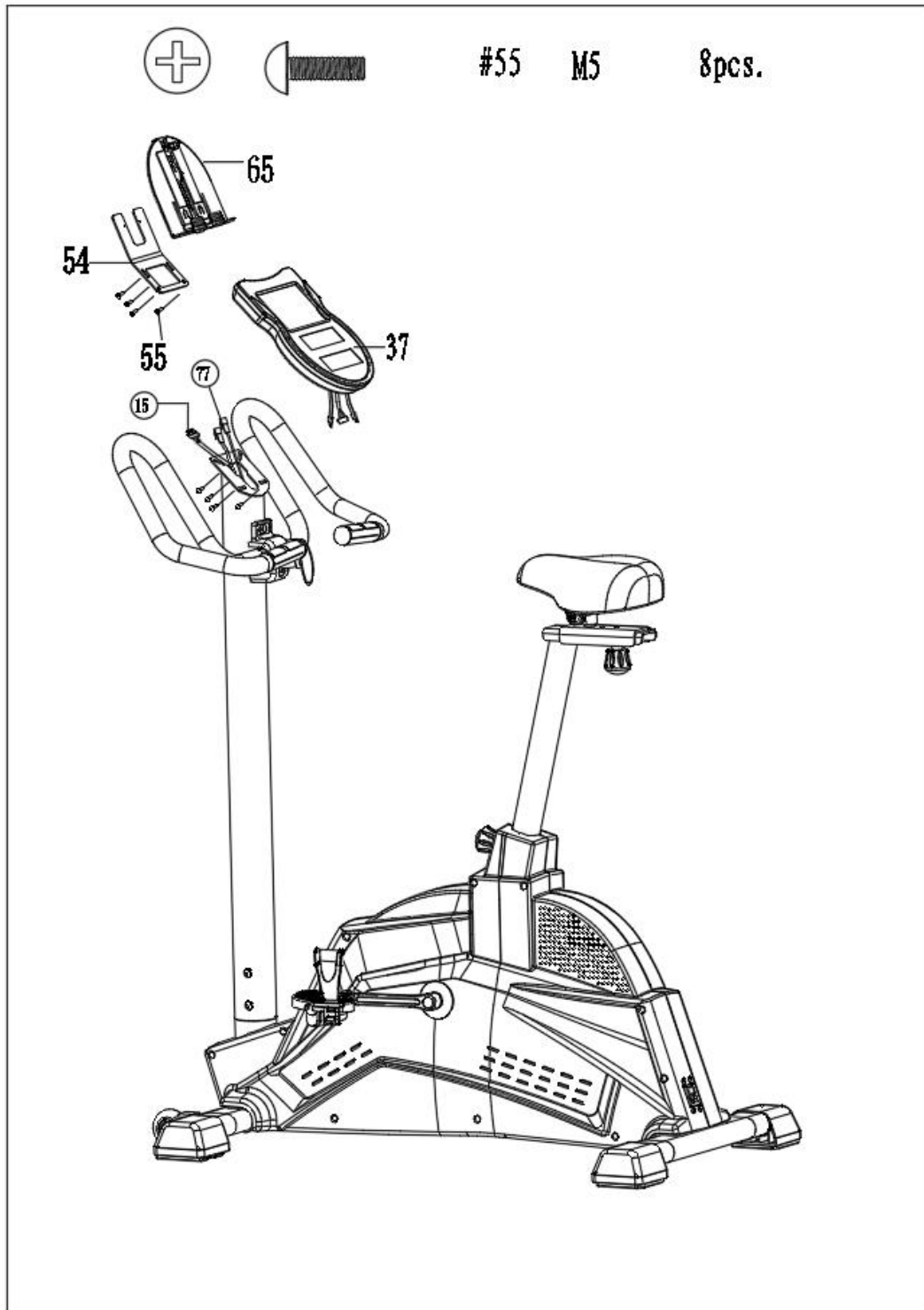
## STEP 5

	#83	∅8	1pcs
	#32	∅8	1pcs
	#68	M 8	1pcs
 	#38	M6*15	2pcs.



1. Attach handlebar ( 48 ) into the upright post ( 47 ).
2. Fix the knob ( 68 ), washer ( 32 ), washer ( 83 ) and cover ( 42 ) on the upright post ( 47 ).
3. Fix the cover ( 42 ) on the upright post ( 47 ) using 2 screws (38).

## STEP 6



2. Connect computer line with upright post line, fix computer (37) on the upright post (47) using 4 screws (55).

2. Fix the bracket (54) on the computer(37) using 4 screws (55).

3. IPAD holder(65) insert bracket (54).

# COMPUTER



# Power Up

When turned on, the display will emit 3 beep sounds as all LCD displays light up. The text window will display "WELCOME" by scrolling.

**Note:** When there is no signal or data input for 4 minutes, the machine will enter sleep mode. Pedaling the machine or key selection will wake-up the computer.

## Reset

Workout can be paused by pressing the RESET key. Workout will resume when the RESET key is pressed again.

## Workout Selection

After power-up using 9 program keys to enter desired mode. Then the text window will display the desired program by scrolling 3 seconds.

There are 9 basic workout modes:

**Quick Start, Watt Program, Manual Program, HRC Program, User Program, Interval Program, Climbing Program, Test Program, BMI-BMR-FAT Program.**

After that the text window will display start pedaling or press mode to set data by scrolling, it will be varied depend on different programs.

## Key Functions

KEY FUNCTIONS	DESCRIPTION
MODE	To input desired value .May advance flashing prompt to next parameter.
RESET	Pauses & Resume workouts. Back up to the previous prompt during data entry. Holding key for 3 seconds will reset computer to power-up condition.
DOWN	Decrease value of selected workout parameter: TIME, DISTANCE, etc. During the workout, it will decrease the resistance load.
UP	Increases value of selected workout parameter. During the workout, it will increase the resistance load.
Quick Start, Watt Program, Manual Program, HRC Program, User Program, Interval Program, Climbing Program, Test Program, BMI-BMR-FAT Program .	Press the button can Select the workout mode.

RECOVERY	After workout or during workout press Recovery and Recovery Measurement will start. Recovery is Fitness Level 1-6 after 1 minute.
----------	--

## Setting Workout Parameters

After selecting desired workout mode: Quick Start, Manual Program, User Program, Interval Program, Watt Program, HRC Program, Test Program, BMI-BMR-FAT Program, Climbing Program

may pre-set several workout parameters for desired results except Quick Start Program .

### WORKOUT PARAMETERS:

**TIME    DISTANCE    WATT    KILOJOULE    PULSE**

**Note:** Some parameters are not adjustable in certain programs.  
Once a program has been selected, pressing the MODE key.

The text window will display “ Select Time” 3 seconds then display “PRESS MODE TO ACCEPT” . At the same time “ 0:00“ of time parameter will flash.

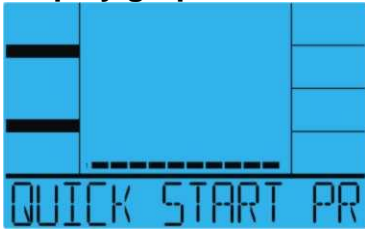
Using the “UP or DOWN” key, you may select desired time value. Press the MODE key to input value. Flashing prompt will move to the next parameter. Continue use of the UP or DOWN key to select desired value then press the Mode key to input value. After finished of setting workout parameters, the text window will display “START PEDALING”. User can start the workout by starting pedaling.

## More About Workout Parameters

Field	Display Range	Default Value	Increment/Decrement	Description
Time	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1.When display is 0:00, Time will count up. 2.When time is 10:00-99:00, It will count down to 0.
Distance	0.00~99.90	0.00	±0.10	1.When display is 0:00, Distance will count up. 2.When Distance is 0.1~99.90, it will count down to 0.
KILOJOULE	0~9995	0.0	±5	1.When display is 0.0, KILOJOULE will count up. 2.When KILOJOULE is 5~9995, it will count down to 0.
WATT	20~350	20/100	±5	WATT value can be set only in Watt/Test program.
Pulse	40~220	90	±1	When Heart Rate exceeds set range, user will be alerted.

## Quick Start Program

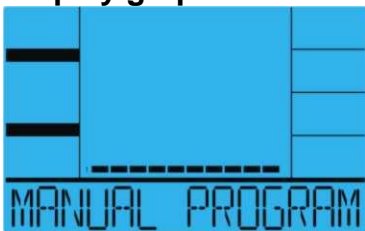
Display graphics:



After power-up, press the “QUICK START PROGRAM” key to enter Quick Start Program, start pedaling to begin workout at this time. Press the UP or DOWN key to adjust resistance load during workout.

## Manual Program

Display graphics:

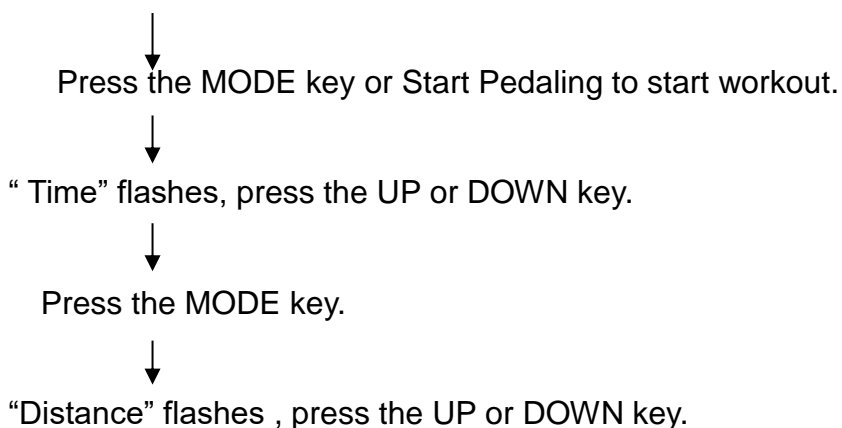


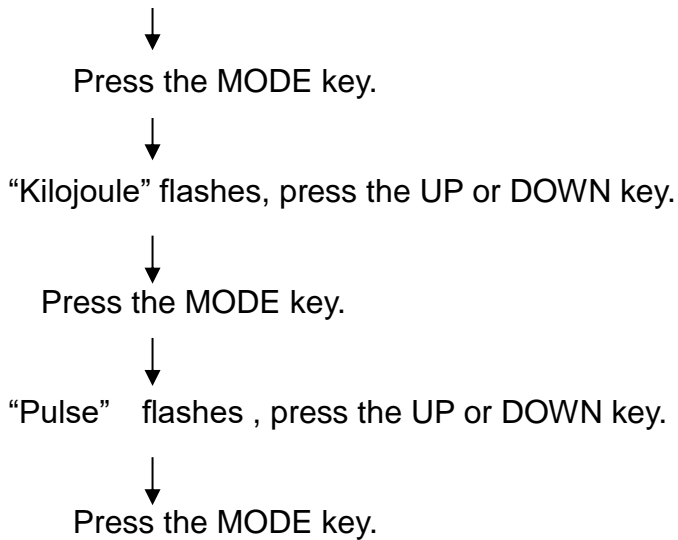
## Setting Parameters for Manual

Selecting “*Manual*” using the MANUAL PROGRAM key , then pressing the MODE key. The 1<sup>st</sup> parameter “Time” will flash so value can be adjusted using the UP or DOWN key .Press the MODE key to save value & move to next parameter to be adjusted. Continue through all desired parameters, start pedaling to start workout.

## “Manual” Operating Instructions

Press the MANUAL PROGRAM key (Select Manual Mode using the MANUAL PROGRAM Key)





Start Pedaling to start Workout, press the UP or DOWN key to adjust resistance load during workout.

## User Program

Display graphics:



User program allows user to create their own program that can be used immediately and on subsequent workouts.

## Create User Profile

Selecting user mode using the USER PROGRAM key ,then press the MODE key. The text window will display” Select Profile” 4 seconds, meanwhile Segment 1 will flash. Adjust the UP or DOWN key to set desired resistance load. Press the MODE key to move to next segment continue for all 10 segments.

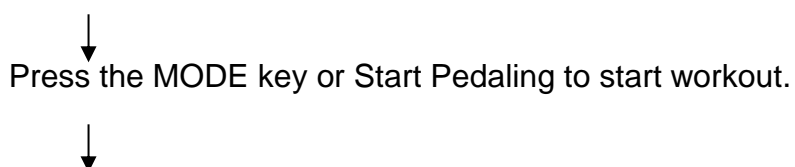
## Setting Parameters for User Program

After that 1<sup>st</sup> parameter “Time” will flash so value can be adjusted using the UP or DOWN key . Press the MODE key to save value & move to next parameter to be adjusted. Continue through all the desired parameters, start pedaling to begin workout.

**Note:** The final 10 segments profile will be saved for future workouts.

## “User” Operating Instructions

Press the USER PROGRAM key (Select “User” Mode using the USER PROGRAM Program Key).



Segment 1 flashes, press the UP or DOWN key.



Press the MODE key.



Segment 2 flashes, press the UP or DOWN key.



Press the MODE key.  
Continue through 10 segment.



Time” flashes, press the UP or DOWN key.



Press the MODE key.



“Distance” flashes, press the UP or DOWN key.



Press the MODE key.



“Kilojoule” flashes ,press the UP or DOWN key .



Press the MODE key.



“Pulse” flashes, press the UP or DOWN key.

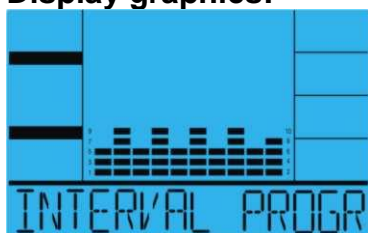


Press the MODE key.

Start Pedaling to start Workout. The resistance could be adjusted by the UP or DOWN key during workout.

## Interval Program

Display graphics:



Selecting “*Interval*” pressing the INTERVAL PROGRAM key then pressing the MODE key . The text window will display “SELECT PROFILE LEVEL” 3 seconds. There are 3 levels



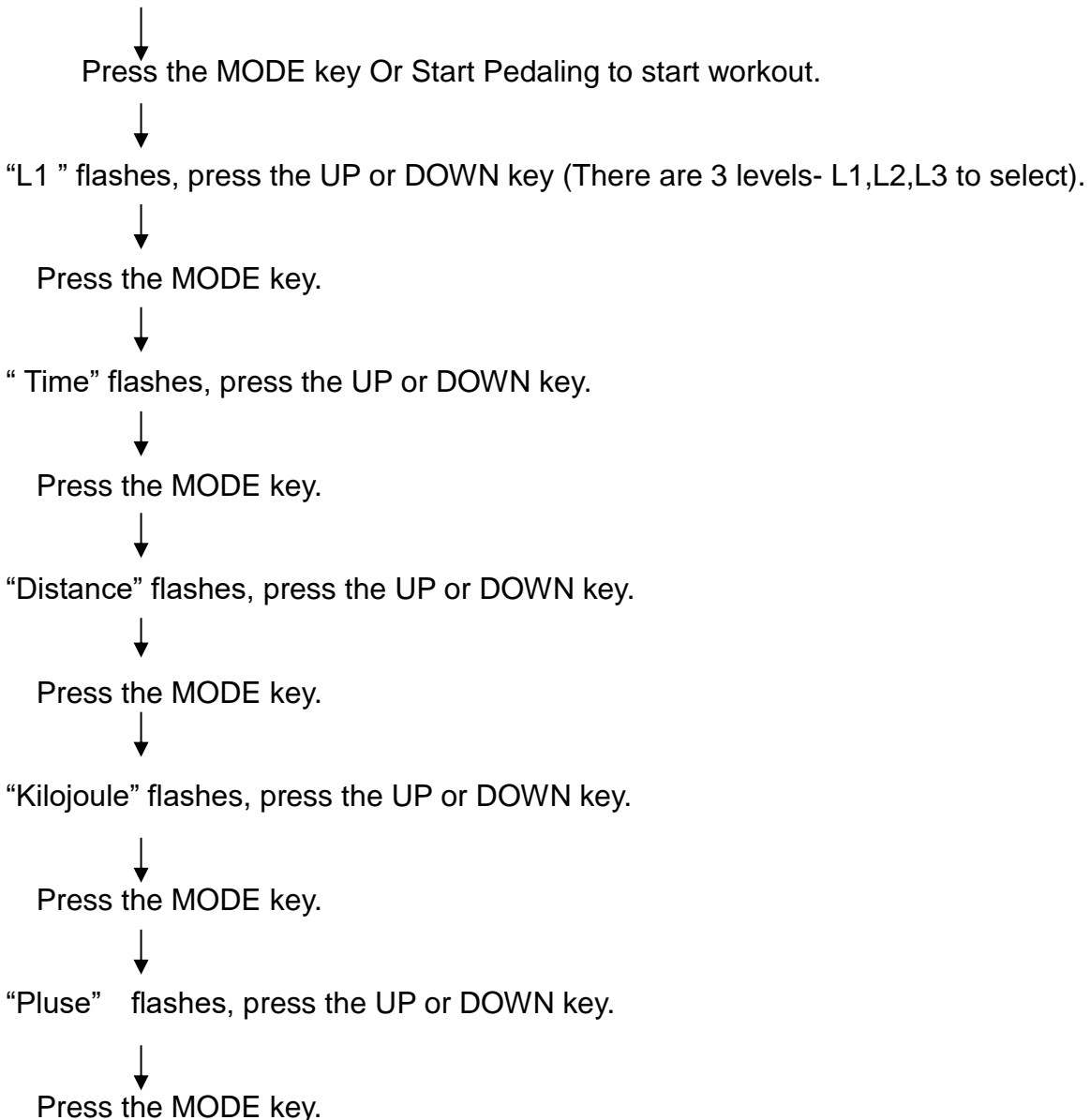
(L1,L2,L3) to select, using the UP or DOWN key then pressing the MODE key to confirm.

## Setting Parameters for Interval

After that 1<sup>st</sup> parameter “Time” will flash so value can be adjusted using the UP or DOWN key .Press the MODE key to save value & move to next parameter to be adjusted. Continue through all desired parameters, start pedaling to start workout.

## “Interval” Operating Instructions

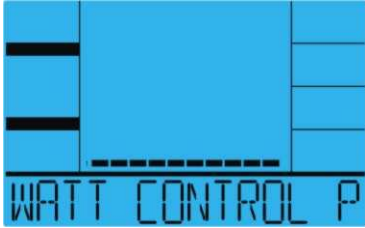
Press the INTERVAL PROGRAM key (Select Interval Mode using the INTERVAL PROGRAM Key).



Start Pedaling to start Workout. The resistance could not be adjusted by pressing the UP or DOWN key during workout.

# WATT Program

Display graphics:



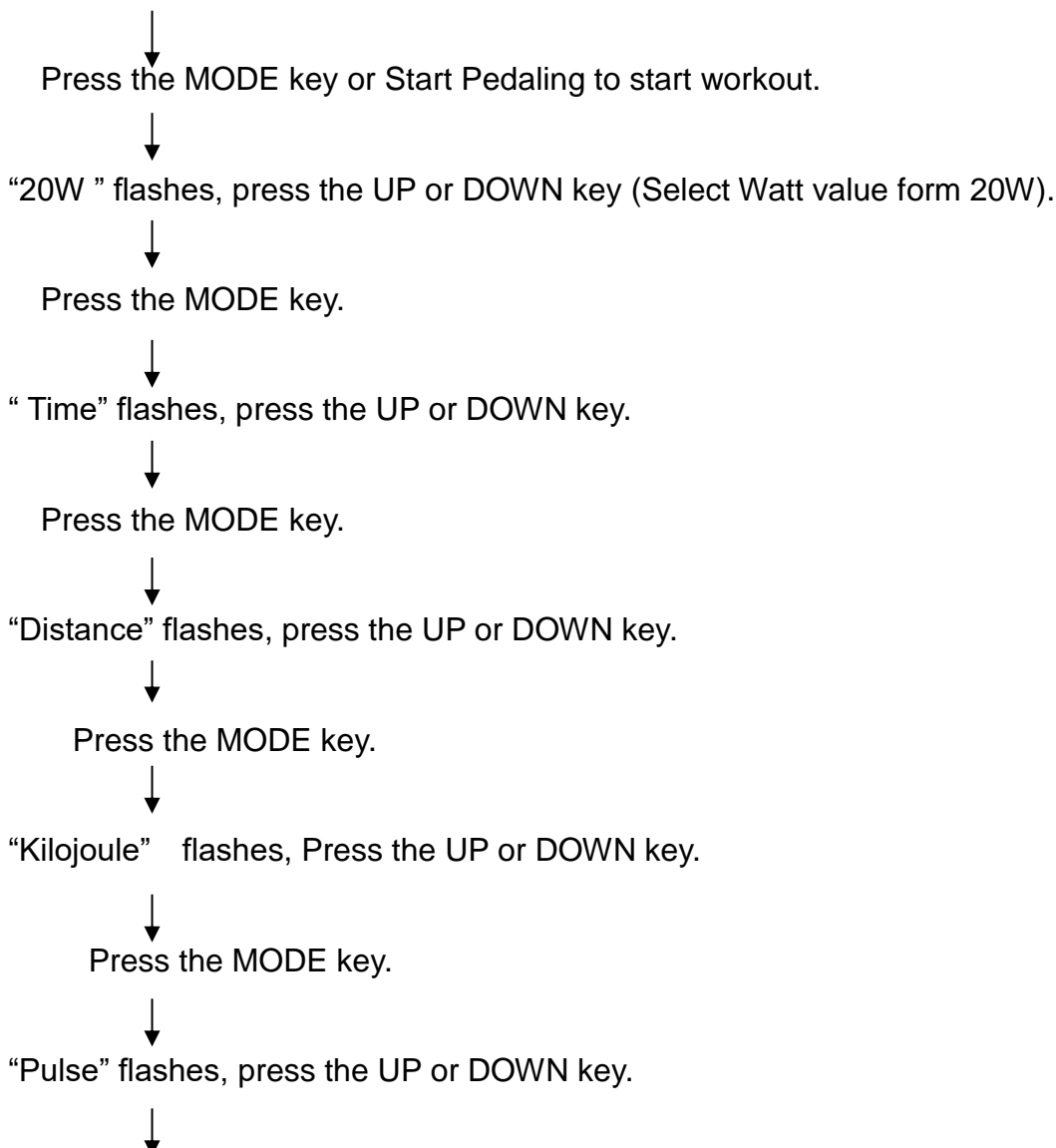
Selecting “**WATT**” pressing the WATT PROGRAM key then pressing the MODE key. The text window will display “SELECT WATT” for 3 seconds, Meanwhile “20” will flash. Select WATT value from 20 W to use the UP or DOWN key then press the MODE key to confirm.

## Setting Parameters for WATT

After that 1<sup>st</sup> parameter “Time” will flash so value can be adjusted using the UP or DOWN key Press the MODE key to save value & move to next parameter to be adjusted. Continue through all desired parameters, start pedaling to begin workout.

## “WATT” Operating Instructions

Press the WATT PROGRAM key (Select Interval Mode using the WATT PROGRAM Key)

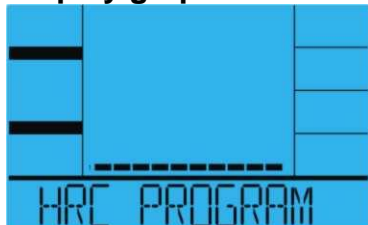


Press the MODE key.

Start Pedaling to start workout, press the UP or DOWN key to adjust WATT value during workout.

## HRC PROGRAM

Display graphics:



## Setting Parameters for Heart Rate Control

Selecting "**HRC**" pressing the HRC PROGRAM key then pressing the MODE key. 1<sup>st</sup> parameter "Time" will flash so value can be adjusted using the UP or DOWN key. Press the MODE key to save value & move to next parameter to be adjusted. Continue through all desired parameters, start pedaling to start workout.

## "Heart Rate Control" Operating Instructions

Press the HRC PROGRAM key (Select HRC Mode using the HTC Key).



Press the MODE key or Start Pedaling to start workout.



"Time" flashes, press the UP or DOWN key.



Press the MODE key.



"Distance" flashes, press the UP or DOWN key.



Press the MODE key.



"Kilojoule" flashes, Press the UP or DOWN key.



Press the MODE key.



"Pulse" flashes, press the UP or DOWN key.



Press the MODE key.

Start Pedaling to begin Workout.

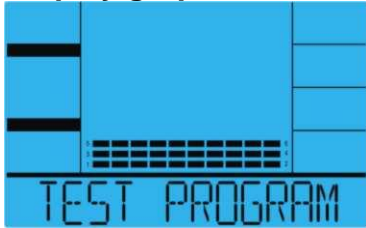
**If pulse is above or below the set target pulse , computer adjust the resistance load automatically.**

**It will check Every 10 seconds approx. 10W will increase or decrease (Note: during the workout. If computer receives no pulse signal , computer will keep the current resistance for 60 seconds).**

User can not adjust resistance load using the UP or DOWN key during the workout.

## TEST Program

Display graphics:



Selecting “**TEST**” pressing the TEST PROGRAM key then pressing the MODE key.

The display will show out average speed, total Distance, total Kilojoule and average Pulse of last workout for 4 seconds.

After that the text window will display “SELECT WATT LEVEL” for 3 seconds, meanwhile “100” will flash. Selecting WATT value from 100 W , using the UP or DOWN key then pressing the MODE key to confirm.

**Time display will show 12:00, it can not be changed.**

After 12 minutes , will display Average Speed, Total Distance, Total Kilojoule and Average Pulse.

## “TEST” Operating Instructions

Press the TEST PROGRAM key (Select Test Mode using the TEST PROGRAM Key)



Press the MODE key or Start Pedaling to start workout.



“100W ” flashes ,Press the UP or DOWN key .  
(Select Watt value form 100W).



Press the MODE key.



“ Time “ of 12:00 will be shown.



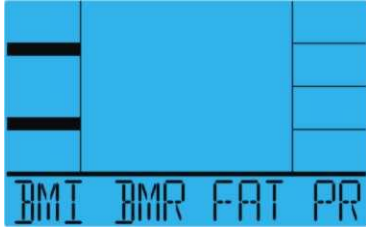
Start Pedaling to start Workout.



12 minutes later,Display will display Average Speed, Total Distance, Total Kilojoule and Average Pulse.

# BMI BMR FAT PROGRAM

Display graphics:



## Setting Data for BMI BMR FAT

Selecting “**BMI BMR FAT**” pressing the BMI BMR FAT PROGRAM key, then pressing the MODE key.

The text window will display “SELECT AGE” for 3 seconds, meanwhile “30” will flash so Age can be adjusted using the UP or DOWN key , press the MODE key to save value & move to next data.

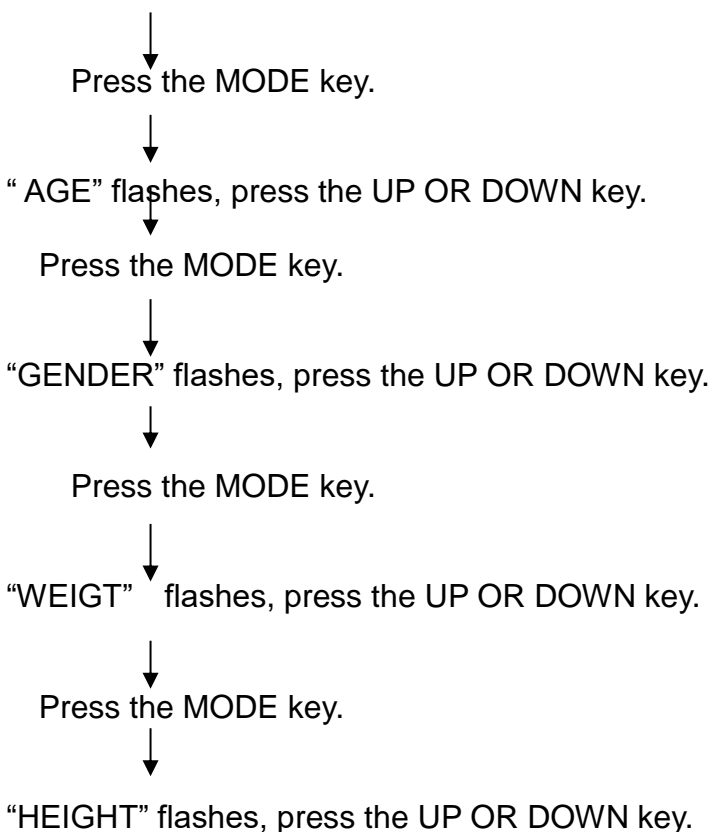
The text window will display ‘SELECT GENDER” 3 seconds, meanwhile “♂” of Gender will flash so Gender can be adjusted using the UP or DOWN key , press the MODE key to save gender & move to next data.

The text window will display “SELECT WEIGHT” for 3 seconds, meanwhile “ 75” of Weight will flash so weight can be adjusted to use the UP or DOWN key , press the MODE key to save value & move to next data.

The text window will display “SELECT SIZE” 3 seconds, meanwhile “ 175 “of Height will flash so Height can be adjusted to use the UP or DOWN key , press the MODE key to save value  
Press the MODE key to start measurement, please also grasp hand pulse grips.

## “BMI BMR FAT” Operating Instructions

Press the BMI BMR FAT PROGRAM key (Select Manual Mode using the BMI BMR FAT Key)



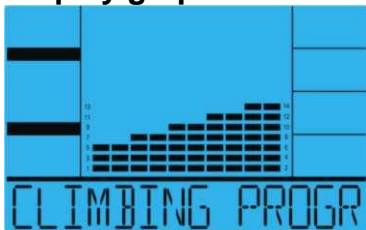
↓  
Press the MODE key.

(The text window will display “ TOUCH HANDPULSE SENSOR “ 3 seconds, then press the MODE key to measure).

After measurement the display will show out Body Fat %, BMI and BMR.  
(Body Fat % and BMI will switch display to another in every 4 seconds).

## Climbing Program

Display graphics:



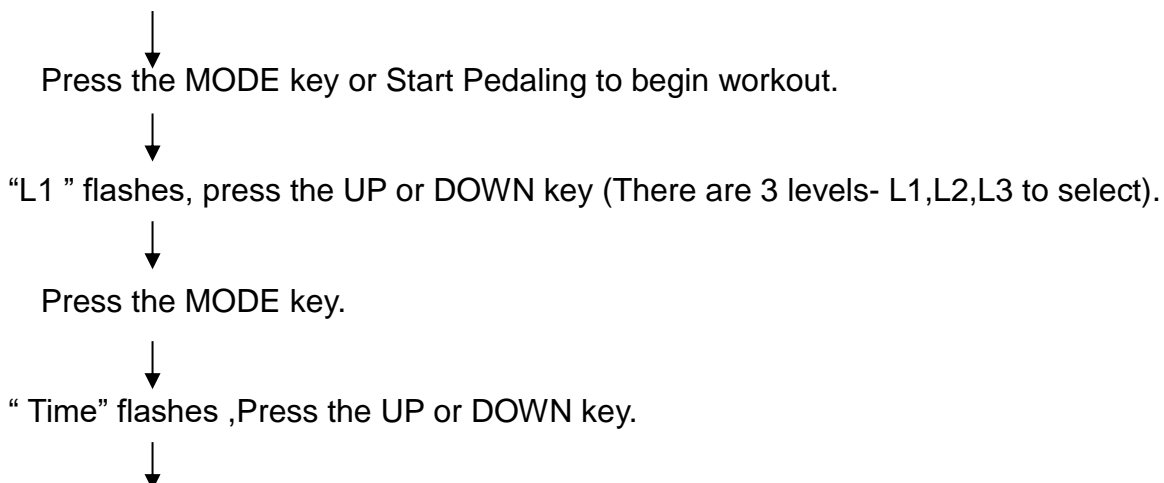
Selecting “*Climbing*” pressing the CLIMBING PROGRAM key then pressing the MODE key. The text window will display “SELECT PROFILE LEVEL” for 3 seconds. There are 3 levels (L1,L2,L3) to select, using the UP or DOWN key then pressing the MODE key to confirm.

## Setting Parameters for Climbing

After that 1<sup>st</sup> parameter “Time” will flash so value can be adjusted using the UP or DOWN key . Press the MODE key to save value & move to next parameter to be adjusted. Continue through all desired parameters, start pedaling to begin workout.

## “Climbing ” Operating Instructions

Press the CLIMBING PROGRAM key (Select Interval Mode using the CLIMBING PROGRAM Key).



Press the MODE key.



“Distance” flashes, press the UP or DOWN key.



Press the MODE key.



“Kilojoule” flashes, Press the UP or DOWN key.



Press the MODE key.



“Pause” flashes, press the UP or DOWN key.



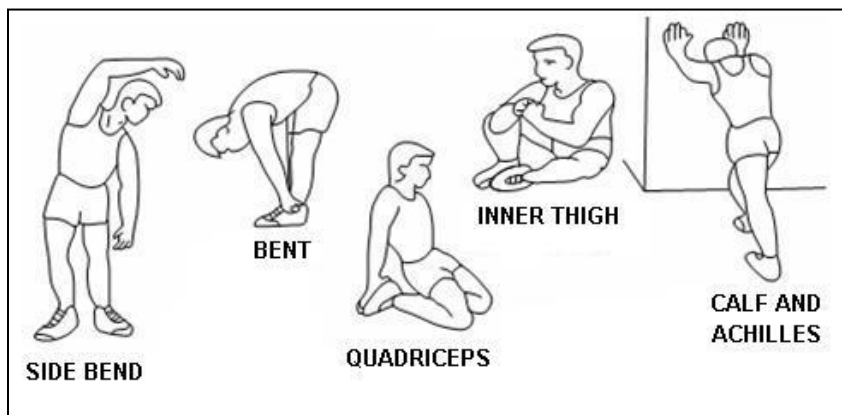
Press the MODE key.

Start Pedaling to start Workout. The resistance could not be adjusted by the UP or DOWN key during workout.

## 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 rozcvičku.
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 potřeby 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. Vyhněte 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 potřeby 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 – 48 kg

Kotoučový setrvačnick – 6 kg

Rozměry po rozložení – 107 x 60 x 138,4 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.

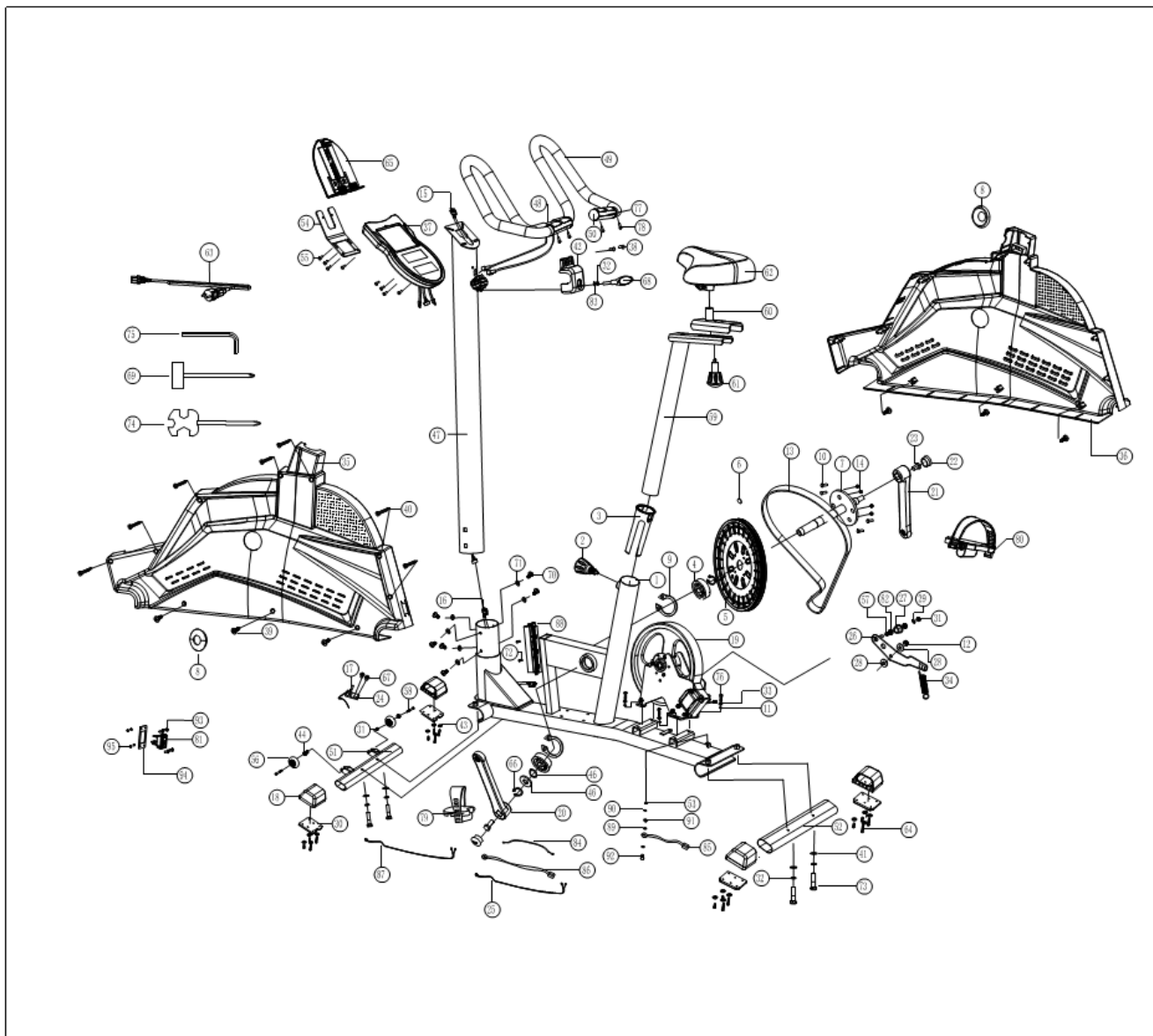
Odstraňujte stopy potu, neboť kyselá reakce může poškodit potah. Zařízení je potřeba přechovávat na suchém místě, aby bylo chráněno před vlhkostí a korozí.

**ZPŮSOB BRZDĚNÍ**

Pro zastavení rotopedu je potřeba přestat šlapat. Elektromagnetický rotoped M6152 není vybaven blokačním systémem a nemá bezpečnostní brzdu.



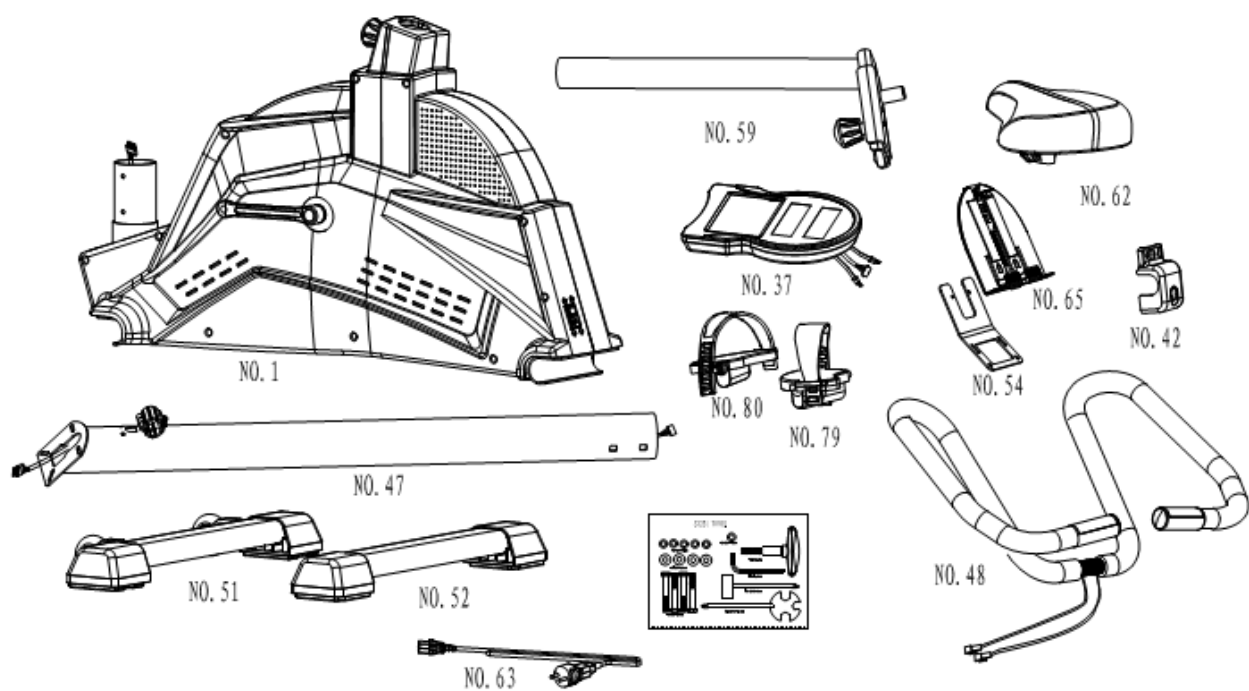
# SCHÉMA-2



## SEZNAM ČÁSTÍ

1	Hlavní rám	1	49	Pěnový návlek	2
2	Šroub regulace výšky sedla	1	50	Kryt	2
3	Vložka sedlové trubky	1	51	Přední stabilizátor	1
4	Ložisko	2	52	Zadní stabilizátor	1
5	Řemenice $\phi 260$	1	53	Matice M5	1
6	Magnet N35 $\phi 15\text{mm}$	1	54	Držák	1
7	Osa	1	55	Šroub M5	8
8	Klika	2	56	Transportní kolečko	2
9	C kroužek	2	57	Podložka $\phi 10$	1
10	Šroub M6*14	4	58	Šroub	2
11	Podložka $\phi 6$	4	59	Sedlová trubka	1
12	Matice M10	1	60	Sedlová kolejnice	1
13	Řemen 400 J6	1	61	Šroub posunu sedla	1
14	Matice M6	4	62	Sedlo	1
15	Horní kabel	1	63	Napájecí kabel	1
16	Spodní kabel CABLE	1	64	Šroub	8
17	Čidlo	1	65	Držák mobilního zařízení	1
18	Koncovka	4	66	C kroužek	2
19	Zátěžové kolo	1	67	Šroub M5	2
20	Levá klika 170	1	68	T šroub	1
21	Pravá klika 170	1	69	Klíč	1
22	R/L kryt	2	70	Šroub M8	6
23	Matice M10	2	71	Podložka 9x $\phi 8$ x2	6
24	Držák čidla	1	72	Šroub	2
25	Napájecí kabel	1	73	šroub M8x60	4
26	Rameno brzdy	1	74	Klíč	1
27	Osa ramena brzdy	1	75	Imbusový klíč	1
28	Podložka 2T	2	76	Šroub	4
29	Podložka 2T	1	77	Elektroda	2
30	Podložka pro vyrovnání trenažéru	4	78	Šroub	4
31	Matice M8	1	79	Levý pedal	1
32	Podložka $\phi 8$	5	80	Pravý pedal	1
33	Podložka $\phi 6$	4	81	Vpínač	1
34	Pružina	1	82	Ložisko	2
35	Levý kryt	1	83	Podložka	1
36	Pravý kryt	1	84	Propojovací vodič	1
37	Počítač	1	85	Zemní vodič	1

38	Šroub M6	2	86	Zemní vodič	1
39	Šroub	6	87	Datový kabel	1
40	Šroub	7	88	Řídící elektronika	1
41	Podložka	4	89	Podložka M5	2
42	Kryt	1	90	Podložka M5	1
43	Šroub M4	8	91	Podložka	1
44	Podložka	2	92	Šroub M5	1
45	Podložka	1	93	Šroub M4	4
46	Podložka	1	94	Destička vypínače	1
47	Hlavní sloupek	1	95	Matice M4	4
48	Řídítka	1			



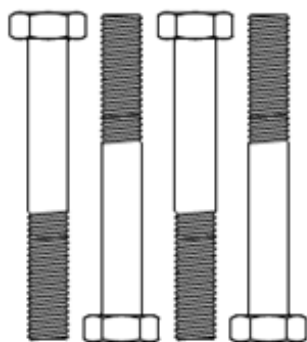
## TOOLS



(32)  $\phi 8\text{mm}$ ; 5pcs.



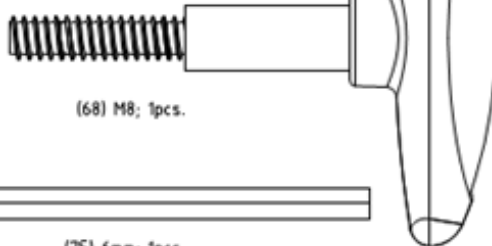
(41)  $\phi 8\text{mm}$ ; 4pcs



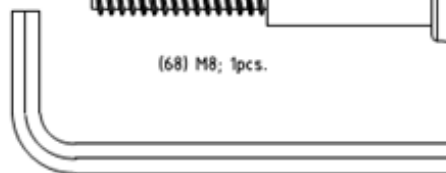
(73) M8mm; 4pcs



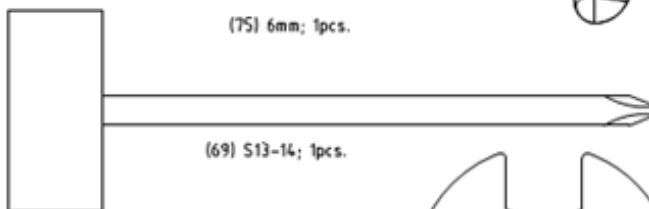
(83)  $\phi 8\text{mm}$ ; 1pcs.



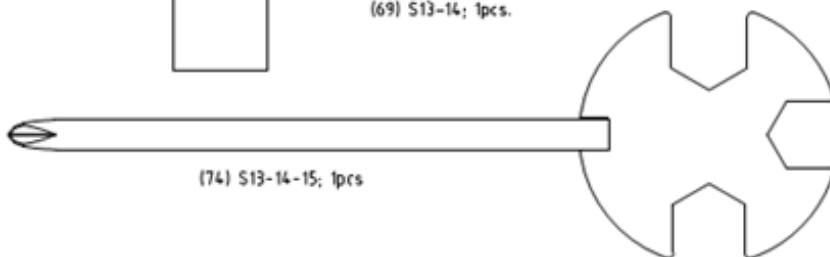
(68) M8; 1pcs.



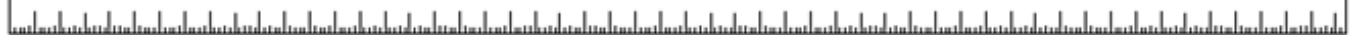
(75) 6mm; 1pcs.



(69) S13-14; 1pcs.

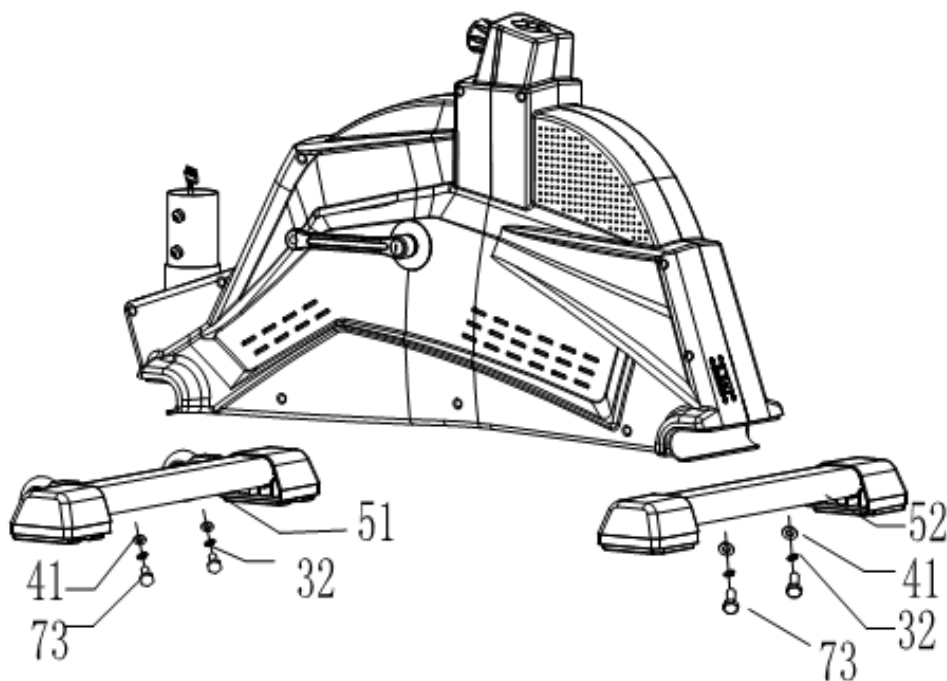
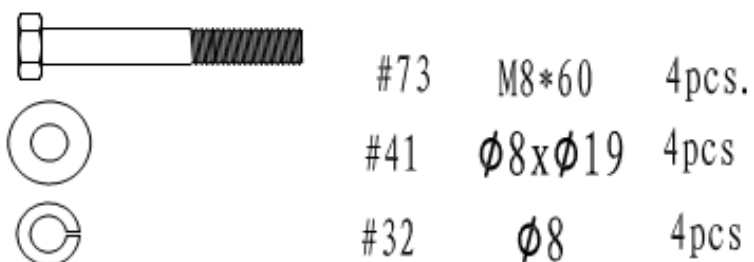


(74) S13-14-15; 1pcs



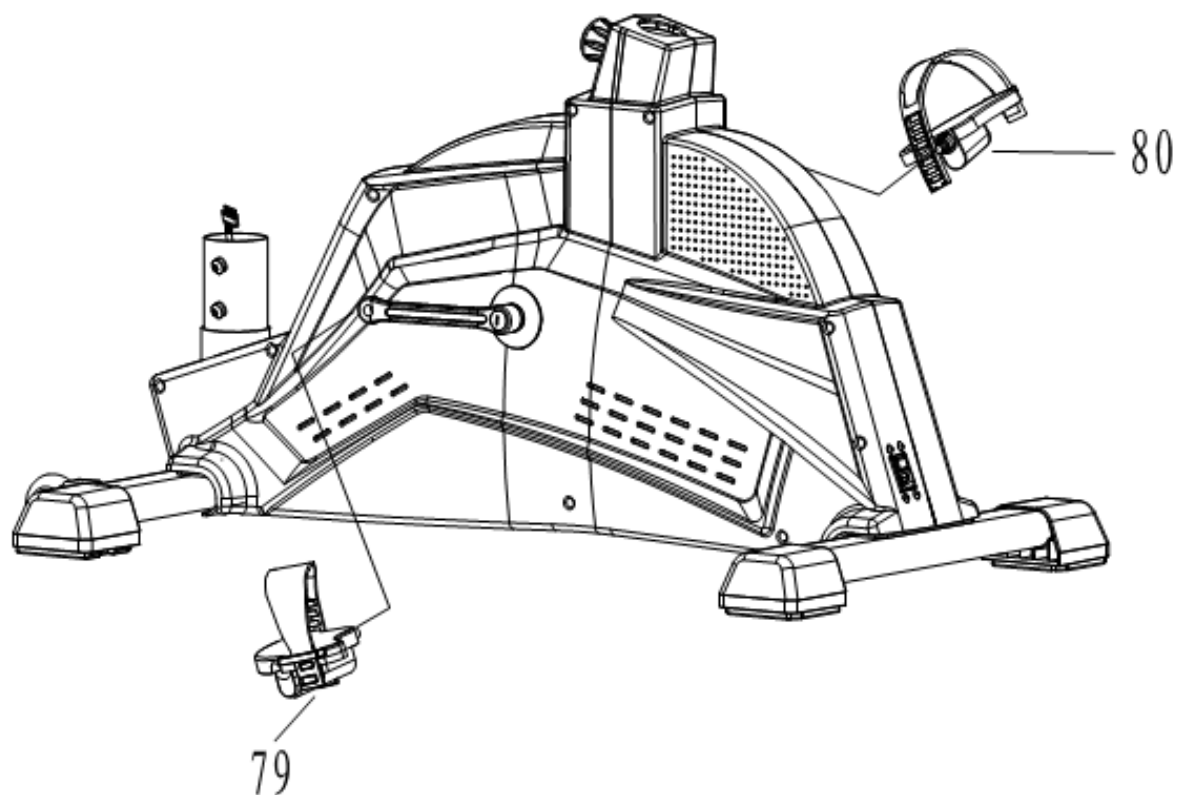
# POSTUP MONTÁŽE

## KROK 1



5. Přední stabilizátor (51) spojte s hlavním rámem (1) pomocí 2 šroubů (73), 2 podložek (32) a 2 podložek (41)
6. Zadní stabilizátor (52) spojte s hlavním rámem (1) pomocí 2 šroubů (73), 2 podložek (32) a 2 podložek (41)

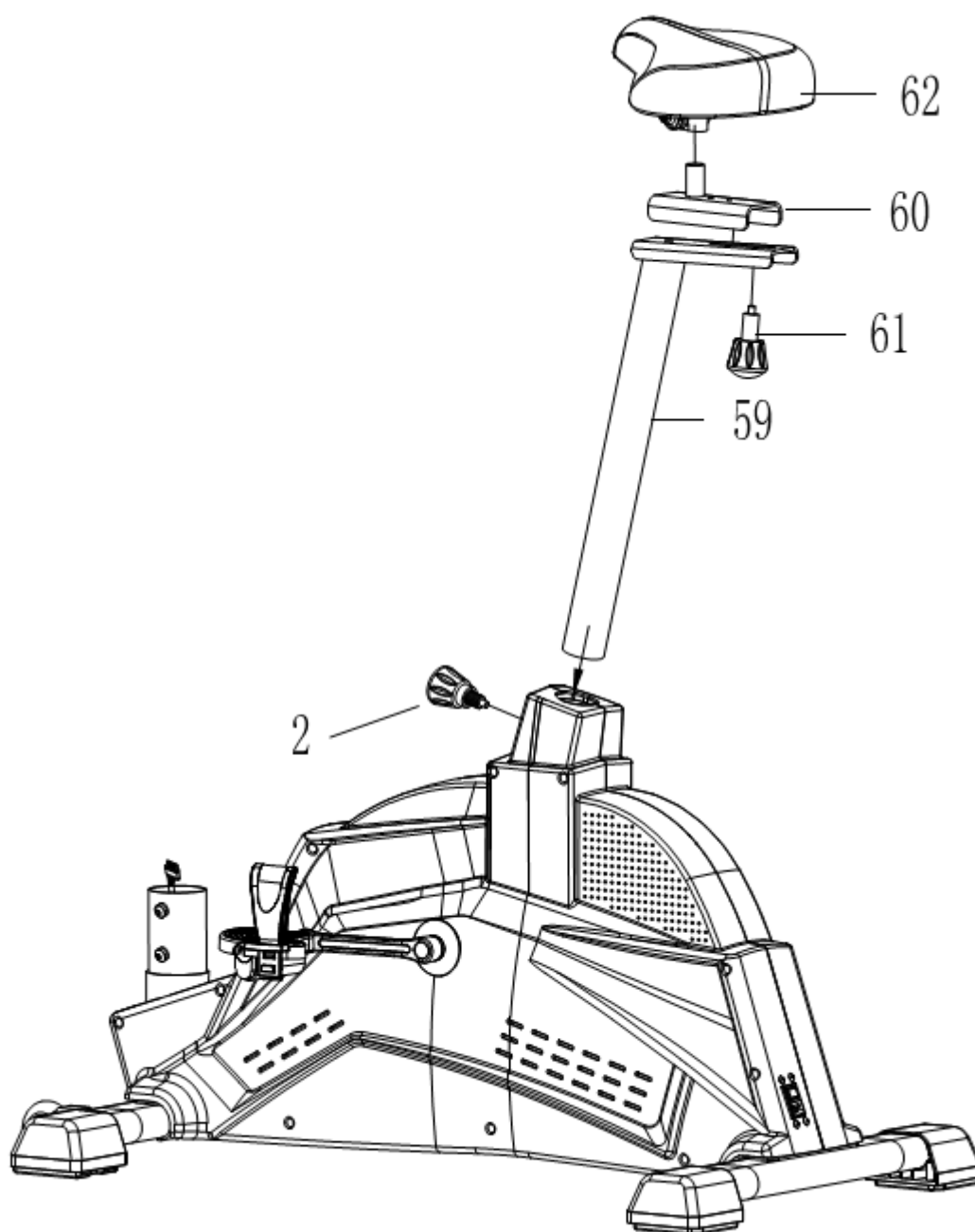
## KROK 2



1. Levý pedál ( 79 ) našroubujte do levé kliky. Šroubem pedálu otáčejte vpravo.
2. Levý pedál ( 80 ) našroubujte do levé kliky. Šroubem pedálu otáčejte vlevo.



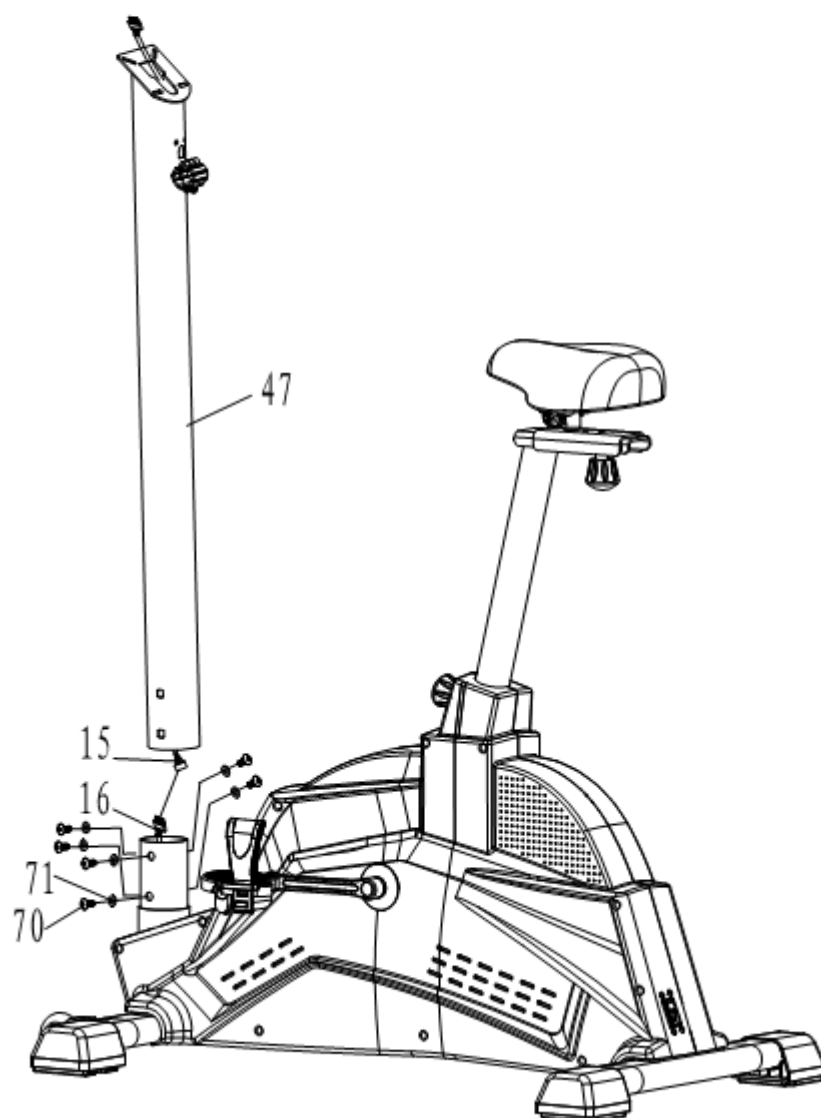
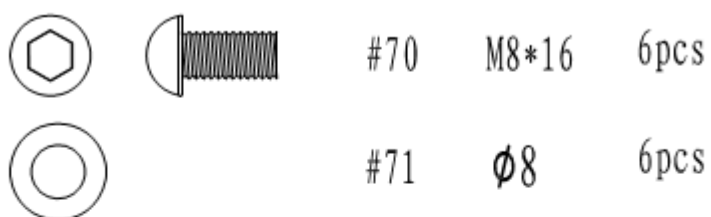
## KROK 3



1. Sedlovou trubku ( 59 ) zasunte do hlavního rámu ( 1 ) a zajistěte šroubem ( 2 ). Sedlo ( 62 ) přišroubujte ke kolejnici sedla (60).



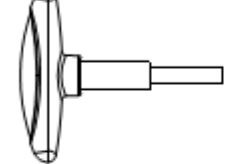


2. Kolejnici sedla ( 60 ) připevněte k sedlové trubce ( 59 ) pomocí šroubu (61).

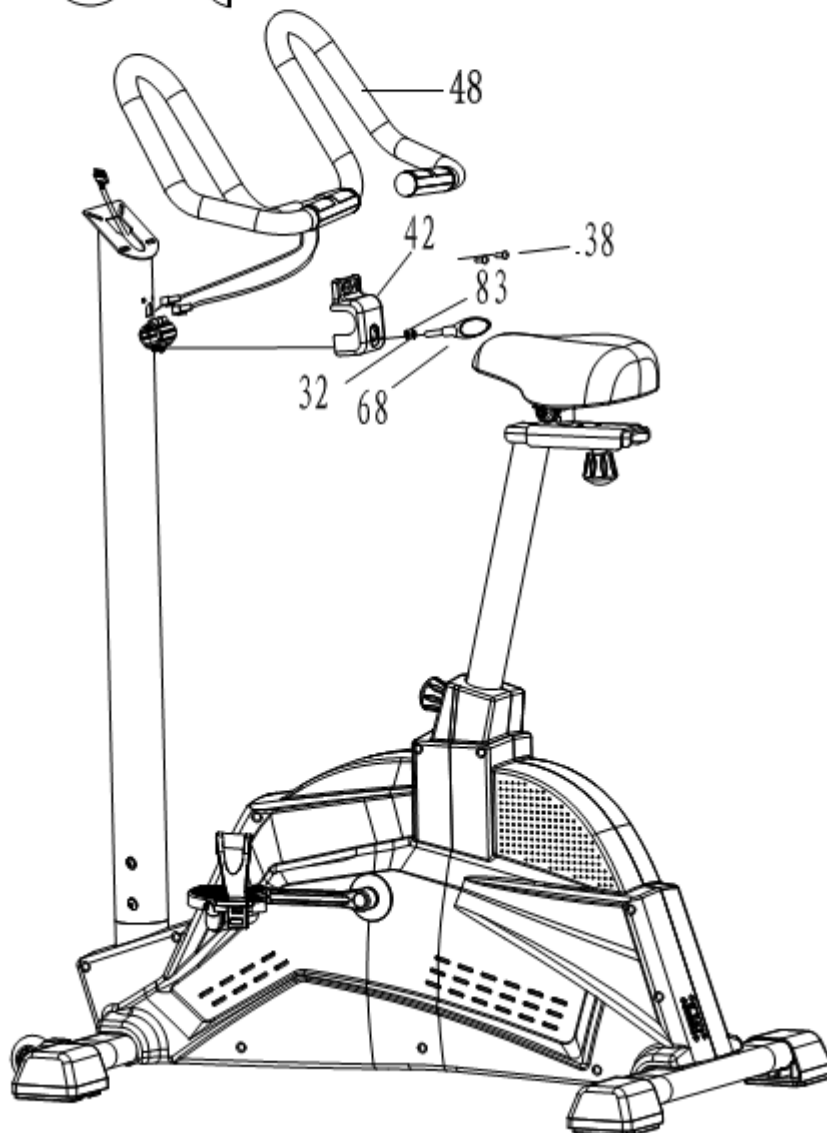
## KROK 4



1. Horní kabel ( 15 ) spojte se spodním kabelem ( 16 ), poté nasad'te hlavní sloupek ( 47 ) na hlavní rám ( 1 ) a připevn'te jej pomocí podložek ( 71 ) a šroubů ( 70 ).

## KROK 5

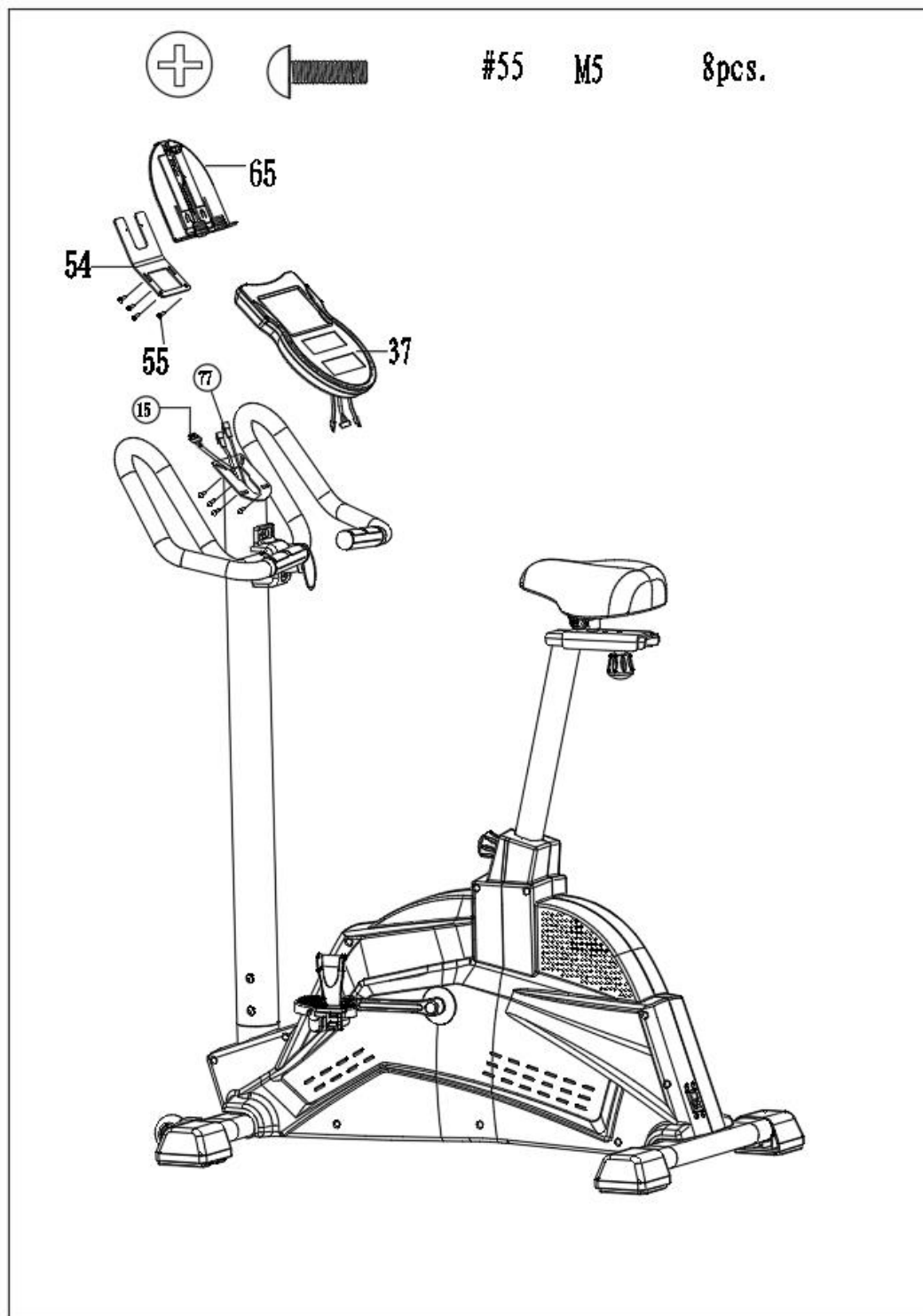
	#83	Ø8	1pcs	
	#32	Ø8	1pcs	
	#68	M 8	1pcs	
		#38	M6*15	2pcs.



1. Řídítka ( 48 ) připevněte k hlavnímu sloupku ( 47 )

2. Zajistěte T šroubem ( 68 ) s podložkou ( 32 ), podložkou ( 83 ) a krytem ( 42 )

## KROK 6



3. Propojte jednotlivé vodiče s počítačem (37) a připevněte jej ke sloupku (47) pomocí šroubů (55).
2. Držák (54) připevněte k počítači (37) pomocí šroubů (55).
3. Držák mobilního zařízení (65) nasuňte na držák (54).

# Počítač



# Zapnutí

Po zapnutí počítač 3x pípne a na vteřinu se rozsvítí všechny segmenty displeje, poté se pomocí rolování zobrazí pozdrav "WELCOME".

**Poznámka:** Pokud konzole během 4 minut neobdrží žádný signál o pohybu, tak přejde do režimu spánku. Pro probuzení začněte šlapat, nebo stiskněte tlačítko.

## Reset

Trénink lze pozastavit stisknutím tlačítka "RESET", opětovným stiskem tlačítka "RESET" bude trénink pokračovat.

## Výběr tréninku

Výběr tréninku se provádí stisknutím jednoho z 9-ti programových tlačítek. Po stisknutí konkrétního tlačítka se na displeji zobrazí název zvoleného programu..

9 základních programů:

**Quick Start (rychlý start) ,Watt (výkon), Manual Program (manuální nastavení), HRC (program řízený tepovou frekvencí), User program (uživatelé definované program), Interval Program (intervaly), Climbing Program (stoupající program), TEST (test fyzické kondice), BMI-BMR-FAT program (program pro měření BMI a tuku).**

Po zvolení požadovaného programu začněte šlapat a nebo stiskněte tlačítko "MODE" pro zadání upřesňujících hodnot, ty se liší pro každý program.

## Tlačítka

Tlačítko	Popis
MODE	Stiskněte pro zadání parametrů, procházení jednotlivých parametrů.
RESET	Pozastavení a pokračování tréninku. Návrat k předchozí hodnotě během nastavování parametrů. Stisknutím na 3 vteřiny se provede celkový reset počítače.
DOWN	Snižuje hodnotu zadávaného parametru, např. čas, vzdálenost atd.. Během tréninku snižuje úroveň zátěže.
UP	Zvyšuje hodnotu zadávaného parametru, např. čas, vzdálenost atd.. Během tréninku zvyšuje úroveň zátěže.
Quick Start,Watt Program, Manual Program,HRC Program, User Program, Interval Program, Climbing Program, Test Program, BMI-BMR-FAT Program .	Tlačítka jednotlivých programů, stiskněte pro výběr.

RECOVERY	Po tréninku, nebo během tréninku stiskněte tlačítko pro zahájení testu fyzické kondice, po 1 minutě se zobrazí výsledek v rozsahu 1 – 6..

## Nastavení parametrů tréninku

U každého programu, s výjimkou programu Quick Start (rychlý start) lze nastavit cílové parametry pro přesnější trénink:

TIME – čas tréninku

DISTANCE – vzdálenost

WATT – výkon

PULSE – tepová frekvence

KILOJOULE – vydaná energie

**Pozn.:** Některá nastavení nejsou dostupná u všech programů.

Pro nastavení parametrů stiskněte po volbě programu klávesu „MODE“.

Na textovém displeji se na 3 vteřiny zobrazí „Select Time“ a poté „PRESS MODE TO ACCEPT“, zároveň se na displeji rozblíká hodnota „0:00“. Pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavíte požadovaný čas tréninku a potvrdíte klávesou „MODE“ na displeji se rozblíká další nastavovaný parametr. Nastavení probíhá vždy pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ a tlačítkem „MODE“ pro potvrzení. Po nastavení posledního parametru se na textovém displeji zobrazí „START PEDALING“ a můžete zahájit trénink.

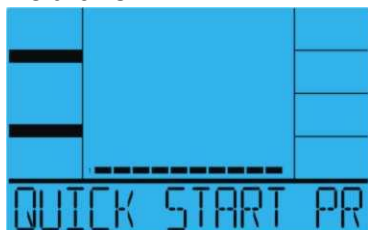
## Tabulka volitelných parametrů

Pole	Rozsah hodnot	Výchozí hodnota	Zvýšení/snížení hodnoty	Popis
Time (čas)	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	1.Pokud je zobrazeno 0:00, hodnota se bude zvyšovat.. 2.Pokud je čas nastaven v rozsahu 10:00-99:00, bude se odečítat do 0.
Distance (vzdálenost)	0.00~99.90	0.00	±0.10	1.Pokud je zobrazeno 0.00, hodnota se bude zvyšovat. 2.Pokud je vzdálenost nastavena v rozsahu 1~99.90, bude se odečítat do 0.
KILOJOULE (KJ)	0~9995	0.0	±5	1.Pokud je zobrazeno 0.0, bude se hodnota zvyšovat 2.Pokud je hodnota nastavena v rozsahu 5~9995, bude se odečítat do 0.
WATT (W)	20~350	20/100	±5	Hodonota může být nastavena pouze v programu WATT a TEST.

<b>Pulse (tepovka)</b>	<b>40~220</b>	<b>90</b>	<b>±1</b>	<b>Pokud je hodnota mimo nastavený rozsah, počítač začne pípat.</b>

## Quick Start Program – Rychlý start

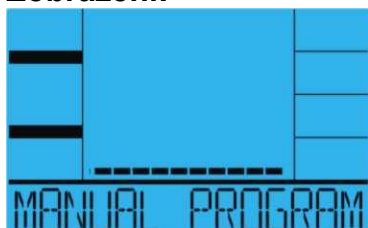
Zobrazení:



Po zapnutí stiskněte klávesu „Quick Start Program“ pro rychlý start a začněte šlapat. Klávesami „UP“ a „DOWN“ můžete měnit úroveň zátěže.

## Manual Program – manuální program

Zobrazení:



## Nastavení parametrů

Stiskněte klávesu „Manual Program“ a dále klávesu „MODE“ pro nastavení parametrů. Jednotlivé hodnoty nastavte klávesami „UP“ a „DOWN“ a potvrďte klávesou „MODE“. Začněte šlapat pro zahájení tréninku.

### Detailní popis nastavení programu

Stiskněte klávesu „Manual Program“



Stiskněte klávesu „MODE“ pro nastavení parametrů, nebo začněte šlapat pro zahájení tréninku.



Na displeji bliká ikona „Time“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovaný čas tréninku.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „Distance“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou



vzdálenost.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „KILOJOULE“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu vydané energie.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „PULSE“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu tepové frekvence.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

Začněte šlapat pro zahájení tréninku, klávesami „UP“ a „DOWN“ můžete měnit úroveň zátěže.

## User Program – uživatelem definovaný program

Zobrazení:



User Program umožňuje nadefinovat a uložit program pro opakované spuštění.

### Vytvoření uživatelského programu

Stiskněte klávesu „USER PROGRAM“ a pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte úroveň zátěže pro první sloupec, hodnotu potvrďte stiskem klávesy „MODE“ a pokračujte na druhý sloupec. Takto nastavte úroveň zátěže pro všech 10 sloupců (jednotlivých časových úseků tréninku).

### Nastavení parametrů

Po nastavení posledního sloupce se posunete k nastavení parametrů. Jednotlivé hodnoty nastavte klávesami „UP“ a „DOWN“ a potvrďte klávesou „MODE“. Začněte šlapat pro zahájení tréninku.

**Poznámka:** Průběh programu zůstává uložen v počítači pro opětovné použití.

### Detailní popis nastavení programu

Stiskněte klávesu „User Program“.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro nastavení parametrů, nebo začněte šlapat pro zahájení tréninku.



Sloupec 1 bliká, klávesami „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou úroveň zátěže pro tento úsek.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Sloupec 2 bliká, klávesami „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou úroveň zátěže pro tento úsek.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.  
Nastavte všech 10 segmentů.



Na displeji bliká ikona „Time“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovaný čas tréninku.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „Distance“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou vzdálenost.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „KILOJOULE“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu vydané energie.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „PULSE“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu tepové frekvence.

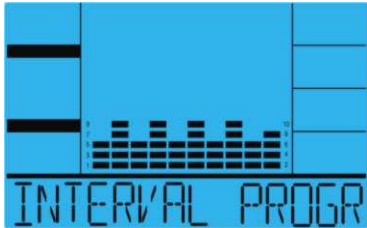


Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

Začněte šlapat pro zahájení tréninku, klávesami „UP“ a „DOWN“ můžete měnit úroveň zátěže.

# Interval Program - intervaly

Zobrazení:



Stiskněte klávesu „Interval Program“ a dále klávesu „MODE“. Textový displej zobrazí na 3 vteřiny „SELECT PROFILE LEVEL“. Zvolte si jednu ze tří úrovní tréninku (L1, L2 a L3) pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ a potvrďte klávesou „MODE“.

## Nastavení parametrů

Po zvolení úrovně se posunete k nastavení parametrů. Jednotlivé hodnoty nastavte klávesami „UP“ a „DOWN“ a potvrďte klávesou „MODE“. Začněte šlapat pro zahájení tréninku.

## Detailní popis nastavení programu

Stiskněte klávesu „Interval Program“.

↓  
Stiskněte klávesu „MODE“ pro nastavení parametrů, nebo začněte šlapat pro zahájení tréninku.

↓  
Bliká „L1“, klávesami „UP“ a „DOWN“ zvolte požadovanou úroveň tréninku (L1, L2 a L3).

↓  
Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

↓  
Na displeji bliká ikona „Time“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovaný čas tréninku.

↓  
Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

↓  
Na displeji bliká ikona „Distance“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou vzdálenost.

↓  
Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

↓  
Na displeji bliká ikona „KILOJOULE“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu vydané energie.

↓  
Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

↓  
Na displeji bliká ikona „PULSE“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu

tepové frekvence.

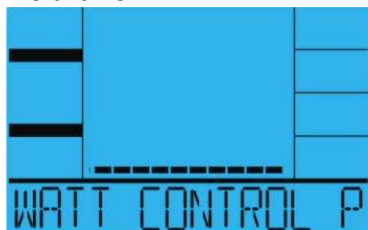


Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

Začněte šlapat pro zahájení tréninku, klávesami „UP“ a „DOWN“ můžete měnit úroveň zátěže.

## WATT Program - výkon

Zobrazení:



Stiskněte klávesu „Watt Program“ dále klávesu „MODE“. Textový displej zobrazí na 3 vteřiny „SELECT WATT“ a rozbliká se ikona „WATT“ s hodnotou 20. Pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu a potvrďte klávesou „MODE“.

## Nastavení parametrů

Po nastavení výkonu se posunete k nastavení parametrů. Jednotlivé hodnoty nastavte klávesami „UP“ a „DOWN“ a potvrďte klávesou „MODE“. Začněte šlapat pro zahájení tréninku.

## Detailní popis nastavení programu

Stiskněte klávesu „WATT Program“.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro nastavení parametrů, nebo začněte šlapat pro zahájení tréninku.



Na displeji bliká hodnota „20W“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu >20W.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „Time“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovaný čas tréninku.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „Distance“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou vzdálenost.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „KILOJOULE“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou

hodnotu vydané energie.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „PULSE“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu tepové frekvence.

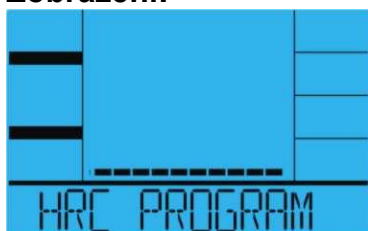


Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

Začněte šlapat pro zahájení tréninku.

## **HRC PROGRAM – program řízen tepovou frekvencí**

Zobrazení:



### **Nastavení parametrů**

Stiskněte klávesu „HRC Program“ a poté klávesu „MODE“. Jednotlivé hodnoty nastavte klávesami „UP“ a „DOWN“ a potvrďte klávesou „MODE“. Začněte šlapat pro zahájení tréninku.

### **Detailní popis nastavení programu**

Stiskněte klávesu „HRC Program“.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro nastavení parametrů, nebo začněte šlapat pro zahájení tréninku.



Na displeji bliká ikona „Time“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovaný čas tréninku.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „Distance“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou vzdálenost.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „KILOJOULE“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu vydané energie.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „PULSE“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu tepové frekvence.



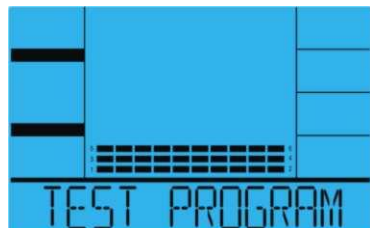
Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

Začněte šlapat pro zahájení tréninku.

**Pokud je hodnota tepové frekvence nad, nebo pod nastaveným rozsahem, pak počítač automaticky upraví zátěž. Zátěž je kontrolována cca. Každých 10 vteřin a změna je o 10W. Pokud počítač nezaznamená tepovou frekvenci po dobu 60-ti sekund, tak ukončí program.**

## TEST Program – test fyzické kondice

Zobrazení:



Stiskněte klávesu „TEST Program“ a potvrďte klávesou „MODE“..

Displej na 4 vteřiny zobrazí průměrné hodnoty z posledního tréninku.

Textový displej poté zobrazí „SELECT WATT LEVEL“ a zároveň začne blikat ikona „WATT“ s hodnotou 100. Pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu výkonu > 100W a potvrďte klávesou „MODE“.

Program trvá 12 minut a jeho dobu nelze upravit. Po uplynutí času se zobrazí průměrné hodnoty pro porovnání kondice.

## Detailní popis nastavení programu

Stiskněte klávesu „TEST Program“.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro nastavení parametrů, nebo začněte šlapat pro zahájení tréninku.



Ikona „WATT“ bliká s hodnotou 100, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu > 100W.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

↓  
Zobrazí se ikona „Time“ s hodnotou 12:00.

↓  
Začněte šlapat pro zahájení tréninku.

↓  
Po 12-ti minutách displej zobrazí průměrnou rychlost, celkovou vzdálenost, spálenou energii a průměrnou tepovou frekvenci.

## **BMI BMR FAT PROGRAM – testovací program**

Zobrazení:



### **Vložení dat**

Stiskněte klávesu „BMI BMR FAT PROGRAM“ a potvrďte klávesou „MODE“.

Na displeji se na 3 vteřiny zobrazí „SELECT AGE“ a začne blikat hodnota „30“. Klávesami „UP“ a „DOWN“ nastavte Váš věk a potvrďte klávesou „MODE“.

Na displeji se na 3 vteřiny zobrazí „SELECT GENDER“ a začne blikat ikona „♂“. Klávesami „UP“ a „DOWN“ nastavte své pohlaví a potvrďte klávesou „MODE“.

Na displeji se na 3 vteřiny zobrazí „SELECT WEIGHT“ a začne blikat hodnota „75“. Klávesami „UP“ a „DOWN“ nastavte Vaši tělesnou hmotnost a potvrďte klávesou „MODE“.

Na displeji se na 3 vteřiny zobrazí „SELECT SIZE“ a začne blikat hodnota „175“. Klávesami „UP“ a „DOWN“ nastavte Vaši výšku a potvrďte klávesou „MODE“.

Stiskněte klávesu „MODE“ a obratem uchopte madla v místě elektrod pro snímání tepové frekvence.

### **Detailní popis nastavení programu**

Stiskněte klávesu „BMI BMR FAT“

↓  
Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

↓  
Pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte Váš věk.

↓  
Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte Vaše pohlaví.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte Vaší hmotnost.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte Vaší výšku.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

Textový displej na 3 vteřiny zobrazí „TOUCH HANDPULSE SENSOR“, stiskněte klávesu „MODE“ pro spuštění měření.

Po ukončení měření zobrazuje displej % tělesného tuku, BMI a BMR.  
(% tělesného tuku a hodnota BMI se zobrazují střídavě po 4 vteřinách)

## **Climbing Program – stoupající program**

Zobrazení:



Stiskněte klávesu „Climbing Program“ a potvrďte klávesou „MODE“. Textový displej na 3 vteřiny zobrazí „SELECT PROFILE LEVEL“. Pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ zvolte úroveň tréninku (L1, L2 nebo L3) a potvrďte klávesou „MODE“.

### **Nastavení parametrů**

Po nastavení úrovně se posunete k nastavení parametrů. Jednotlivé hodnoty nastavte klávesami „UP“ a „DOWN“ a potvrďte klávesou „MODE“. Začněte šlapat pro zahájení tréninku.

### **Detailní popis nastavení programu**

Stiskněte klávesu „CLIMBING PROGRAM“.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro nastavení parametrů, nebo začněte šlapat pro zahájení tréninku.



Bliká „L1“, klávesami „UP“ a „DOWN“ zvolte požadovanou úroveň tréninku (L1, L2 a L3).





Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „Time“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovaný čas tréninku.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „Distance“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou vzdálenost.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „KILOJoule“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu vydané energie.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.



Na displeji bliká ikona „PULSE“, pomocí kláves „UP“ a „DOWN“ nastavte požadovanou hodnotu tepové frekvence.



Stiskněte klávesu „MODE“ pro potvrzení.

Začněte šlapat pro zahájení tréninku. Klávesami „UP“ a „DOWN“ můžete upravovat hodnotu zátěže.

## NÁVOD K TRÉNINKU

### 1. Rozcvička

Před započatím 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*

[www.abisal.pl](http://www.abisal.pl)

[www.hms-fitness.pl](http://www.hms-fitness.pl)

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: 48 kg

Schwungradgewicht: 6 kg

Abmessungen der Laufbahn: 107 x 60 x 138,4 cm

Höchstgewicht des Nutzers: 120 kg

### **WARTUNG**

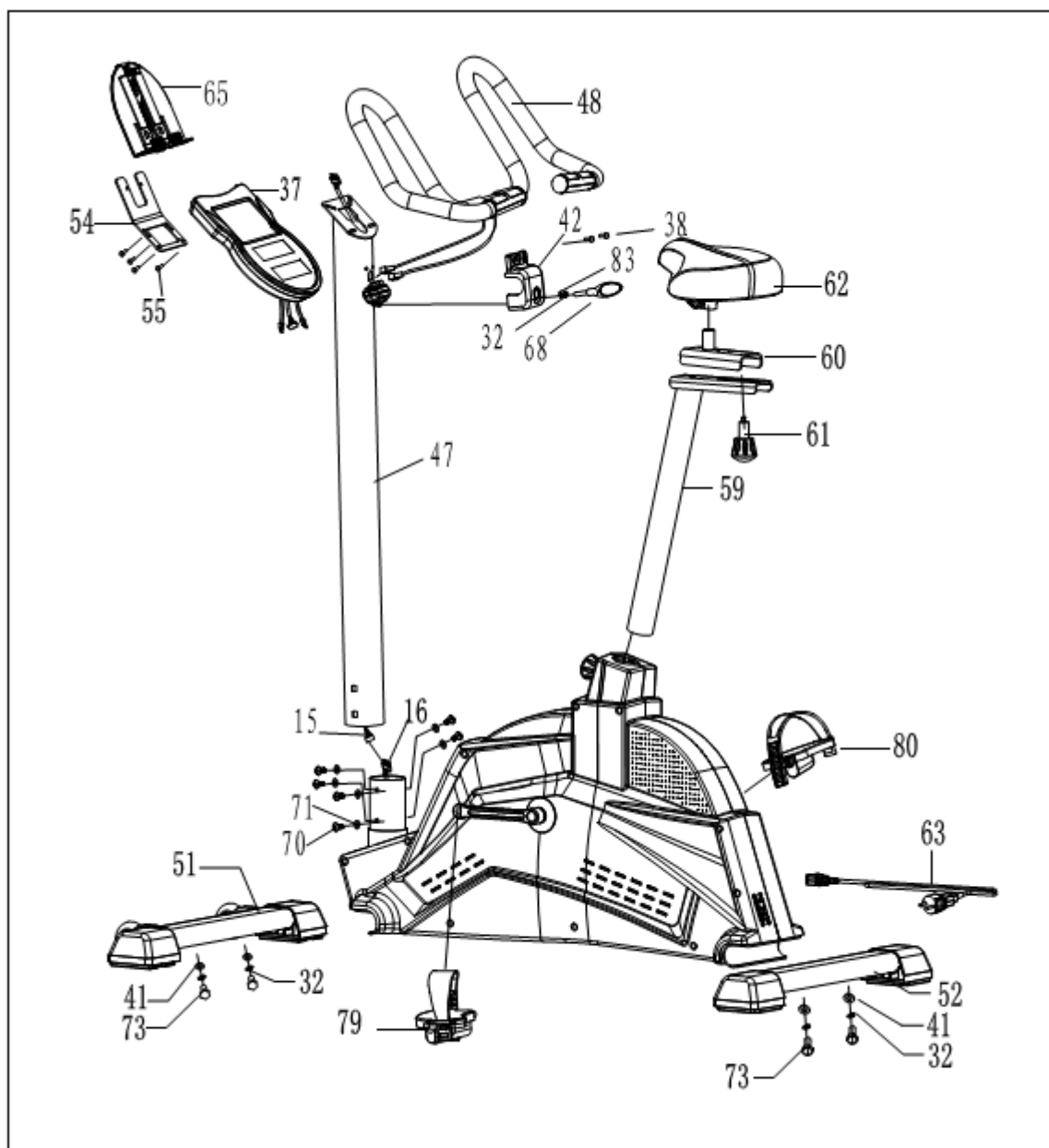
Das Gerät wurde so konzipiert, um minimale Wartung von einem Nutzer zu verlangen. Es sind folgende Maßnahmen dabei zu berücksichtigen:

- 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.

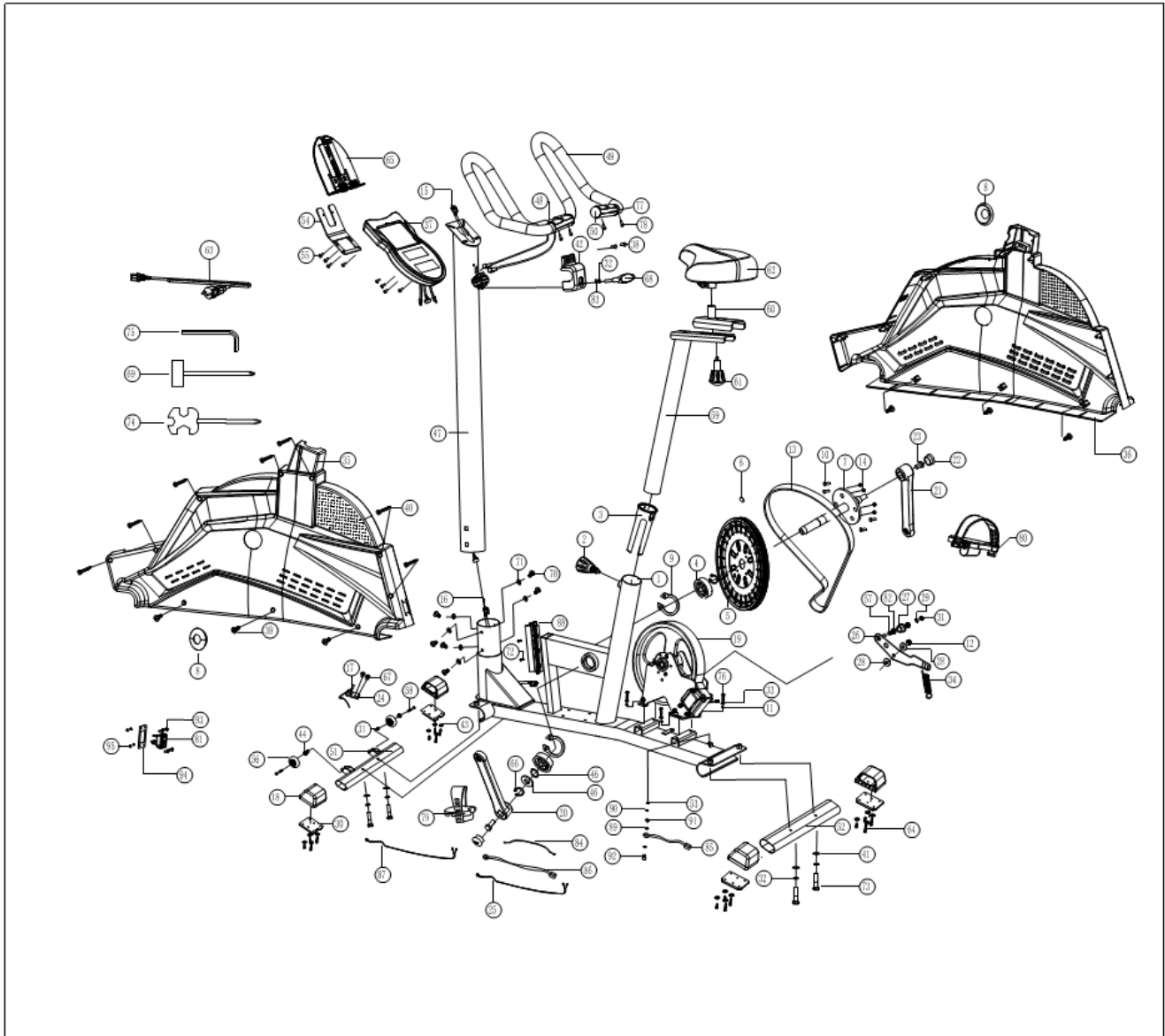
### **BREMSEN**

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

# DETAILLIERTE ZEICHNUNG-1



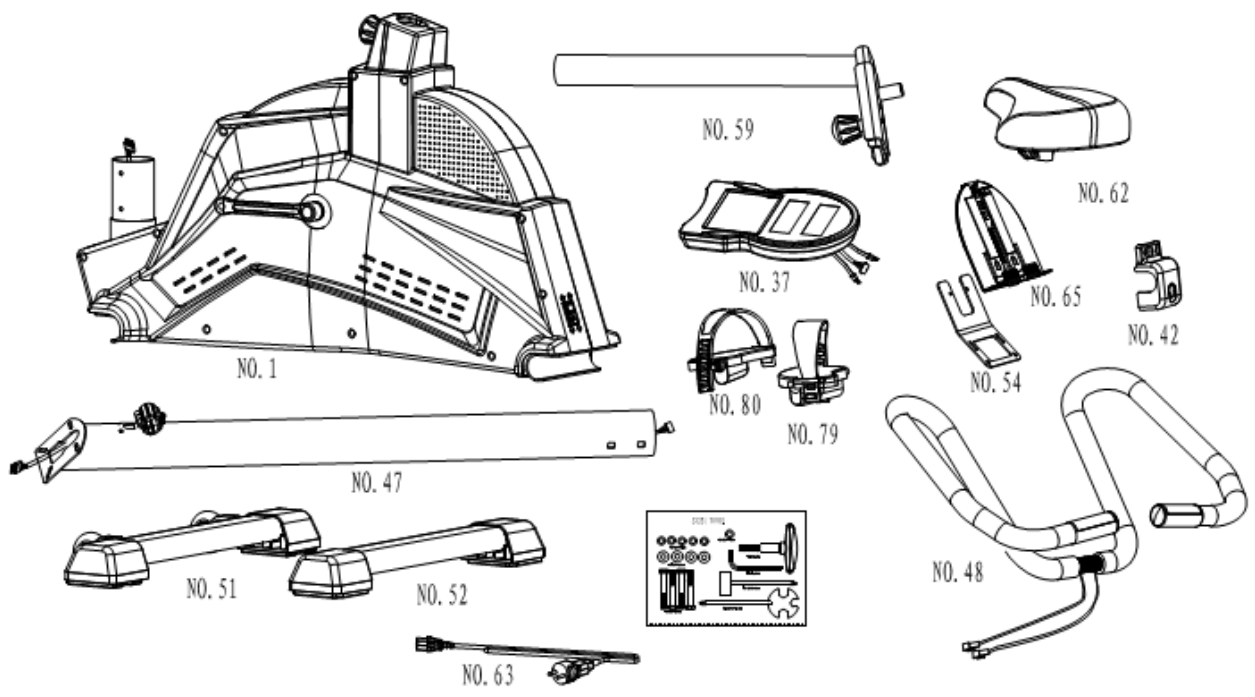
# DETAILLIERTE ZEICHNUNG-2



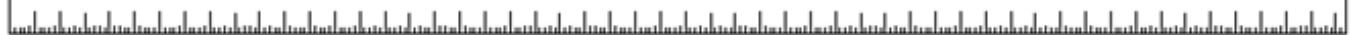
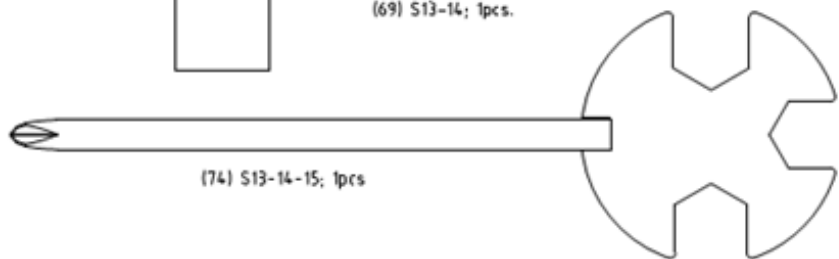
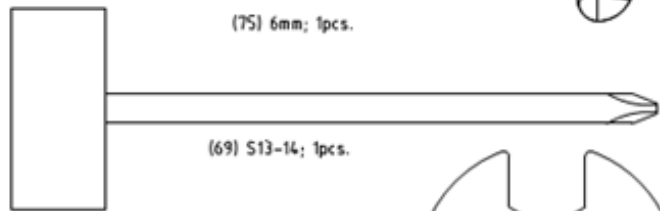
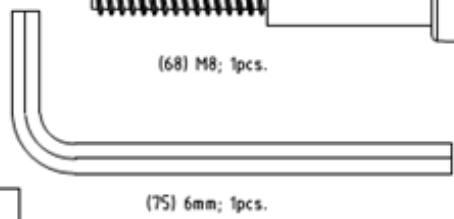
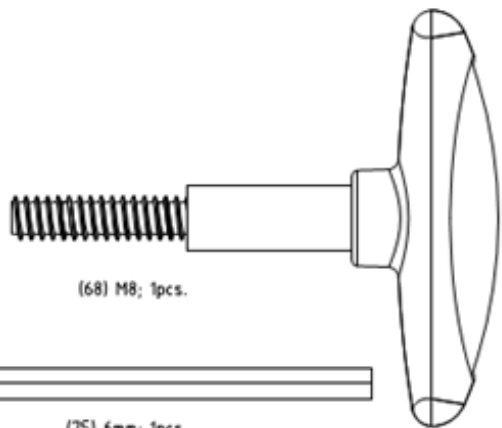
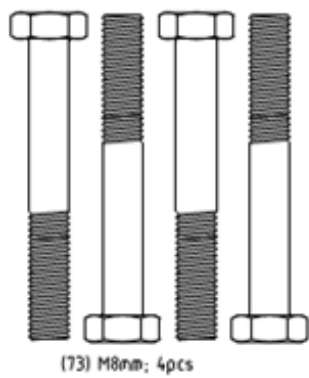
## LISTE DER TEILE UND WERKZEUGE

1	Hauptrahmen	1	49	Handgriff	2
2	Drehknopf	1	50	Schutzelement	2
3	Verbindungselement des Sattelstützrohrs	1	51	vorderer Standfuß	1
4	Lager	2	52	hinterer Standfuß	1
5	Riemenscheibe $\phi 260$	1	53	Mutter M5	1
6	Magnet N35 $\phi 15\text{mm}$	1	54	Halterung	1
7	Achse	1	55	Schraube M5	8
8	Kurbel	2	56	Rad	2
9	Ring	2	57	Unterlegscheibe $\phi 10$	1
10	Schraube M6*14	4	58	Schraube	2
11	Unterlegscheibe $\phi 6$	4	59	Sattelstützrohr	1

12	Mutter M10	1	60	Sitzstütze	1
13	Riemen 400 J6	1	61	Drehknopf des Sattels	1
14	Mutter M6	4	62	Sattel	1
15	oberes Kabel	1	63	Netzkabel	1
16	unteres Kabel	1	64	Schraube	8
17	Sensor	1	65	Halterung für iPad	1
18	Endkappe	4	66	Ring	2
19	Schwungrad	1	67	Schraube M5	2
20	Kurbel links 170	1	68	Einstellkopf	1
21	Kurbel rechts 170	1	69	Schlüssel für die Hülse	1
22	Endkappe R/L	2	70	Schraube M8	6
23	Mutter M10	2	71	Unterlegscheibe 9xφ8x2	6
24	Halterung des Sensors	1	72	Schraube	2
25	Kabel des Schwungrads	1	73	Schraube M8x60	4
26	Befestigungsteil	1	74	Schlüssel	1
27	Verstellungselement	1	75	Sechskantschlüssel	1
28	Unterlegscheibe 2T	2	76	Schraube	4
29	Unterlegscheibe 2T	1	77	Sensor	2
30	Schutzelement für den Standfuß	4	78	Schraube	4
31	Mutter M8	1	79	Pedal links	1
32	Unterlegscheibe φ8	5	80	Pedal rechts	1
33	Unterlegscheibe φ6	4	81	Netzadapter	1
34	Feder	1	82	Lager	2
35	Hauptabdeckung links	1	83	Unterlegscheibe	1
36	Hauptabdeckung rechts	1	84	Verbindungskabel	1
37	Computer	1	85	Erdanschluss	1
38	Schraube M6	2	86	Erdanschluss	1
39	Schraube	6	87	Kabel PCB	1
40	Schraube	7	88	Platte PCB	1
41	Unterlegscheibe	4	89	Unterlegscheibe M5	2
42	Abdeckung	1	90	Unterlegscheibe M5	1
43	Schraube M4	8	91	Unterlegscheibe	1
44	Unterlegscheibe	2	92	Schraube M5	1
45	Unterlegscheibe	1	93	Schraube M4	4
46	Unterlegscheibe	1	94	Schutzelement	1
47	Lenkerstützrohr	1	95	Mutter M4	4
48	Lenker	1			



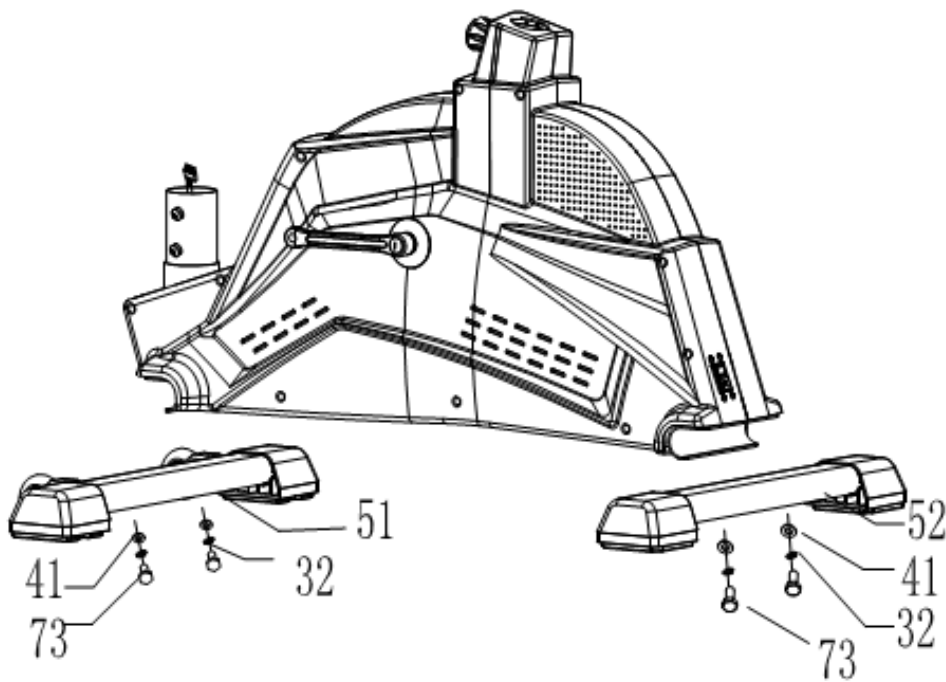
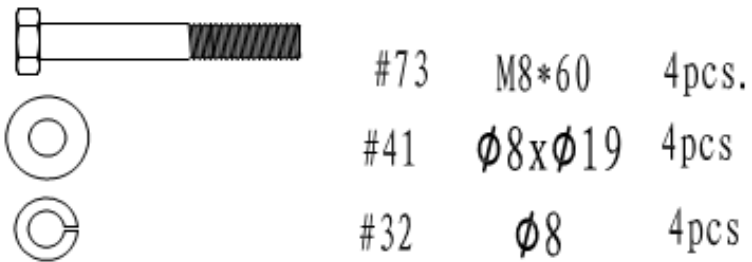
## TOOLS





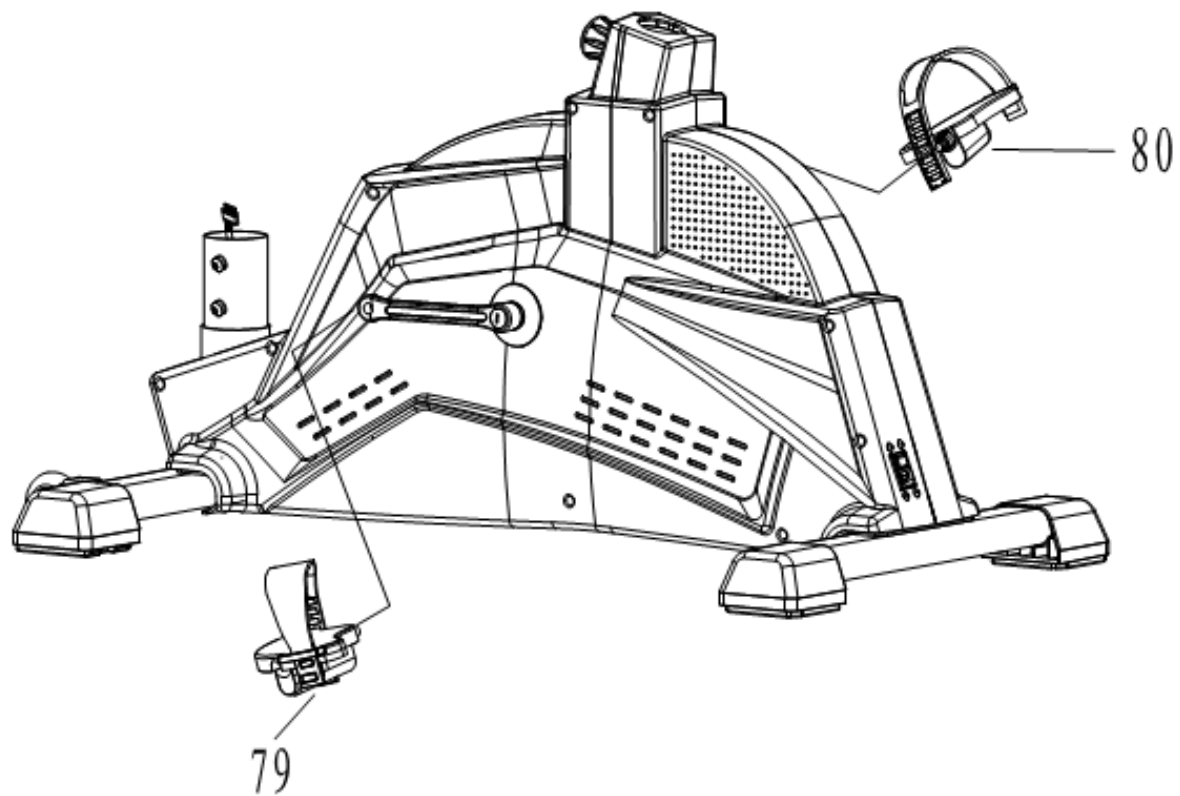
# MONTAGEANLEITUNG

## SCHRITT 1



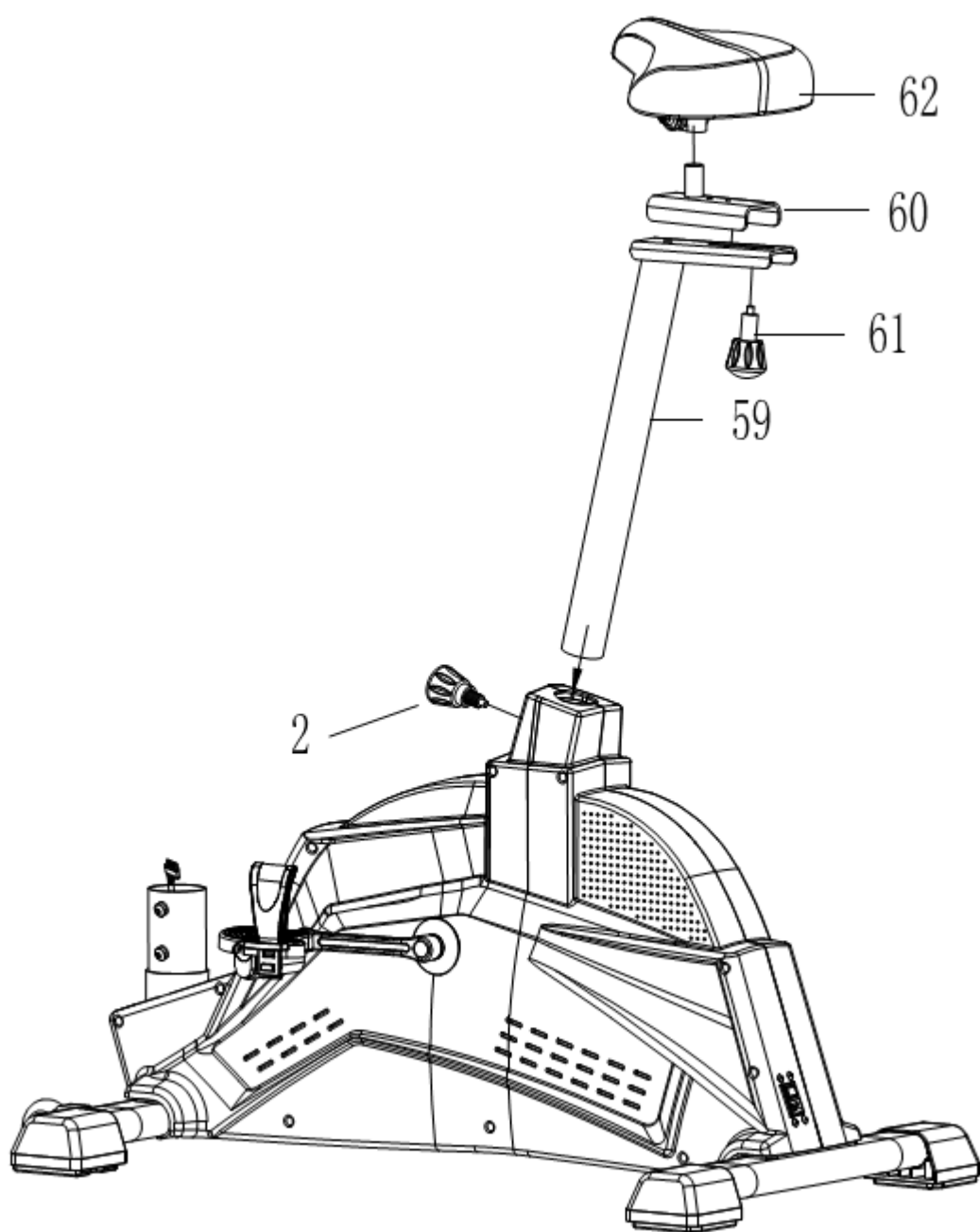
7. Befestigen Sie den vorderen Standfuß (114) am Hauptrahmen (1) mittels 2 Schrauben (73), 2 Unterlegscheiben (32) und 2 Unterlegscheiben (41).
8. Befestigen Sie den hinteren Standfuß (52) am Hauptrahmen (1) mittels 2 Schrauben (73), 2 Unterlegscheiben (32) und 2 Unterlegscheiben (41).

## SCHRITT 2



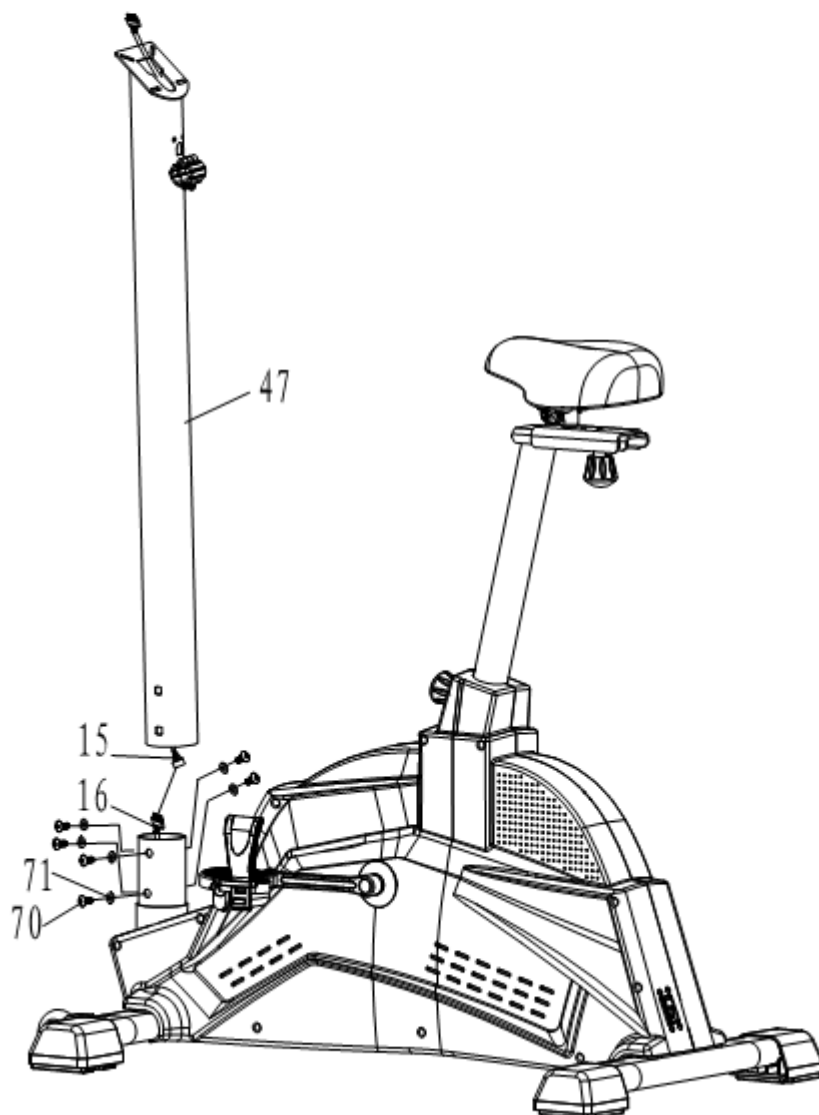
1. Befestigen Sie das linke Pedal (79) an der linken Kurbel.
2. Befestigen Sie das rechte Pedal (80) an der rechten Kurbel.

## SCHRITT 3





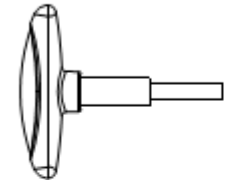

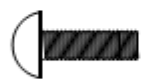
1. Führen Sie das Stützrohr (59) in den Hauptrahmen (1) ein. Verwenden Sie den Drehknopf (2), um es fest zuzudrehen. Befestigen Sie den Sattel (62) an der Sitzstütze (60).
2. Befestigen Sie die Sitzstütze (60) am Stützrohr (59) mittels des Drehknopfs (61).

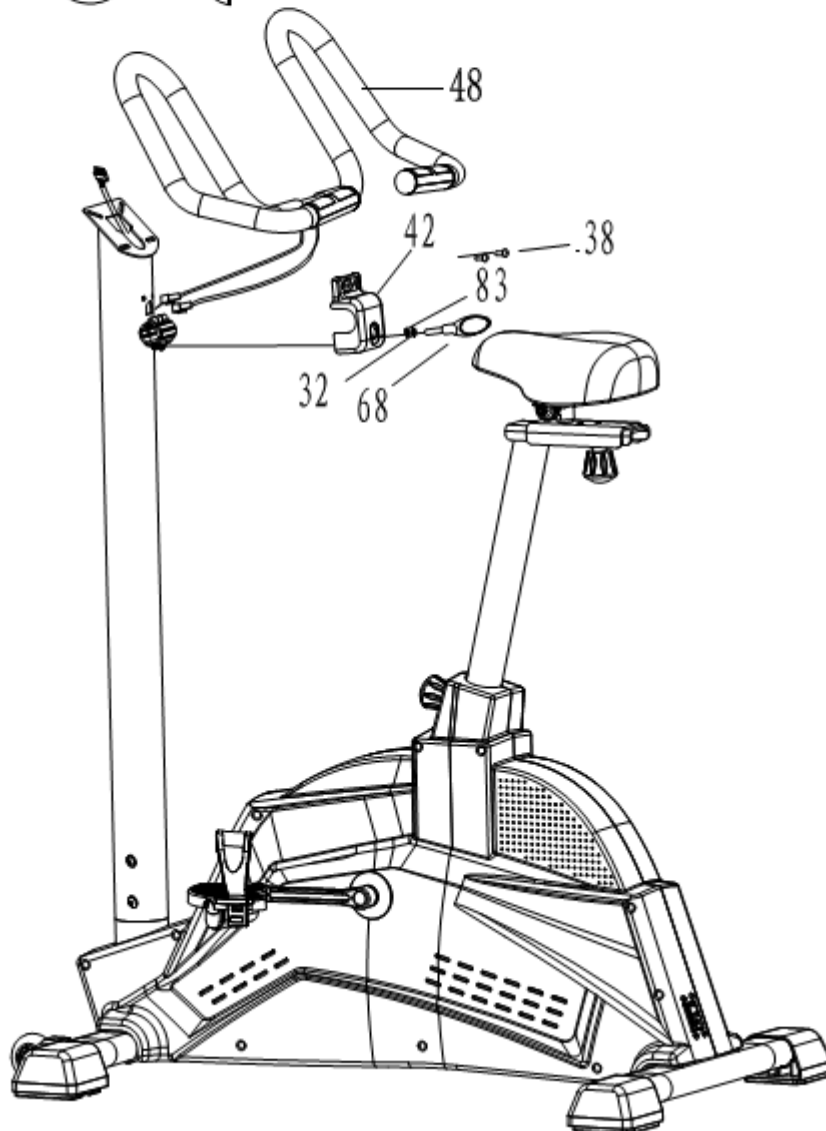
## SCHRITT 4



1. Schließen Sie das obere Kabel (15) mit dem unteren Kabel (16) an. Befestigen Sie das Lenkerstützrohr (47) am Haupttrahmen (1). Ziehen Sie es mittels 6 Unterlegscheiben (71) und 6 Schrauben (70) fest.

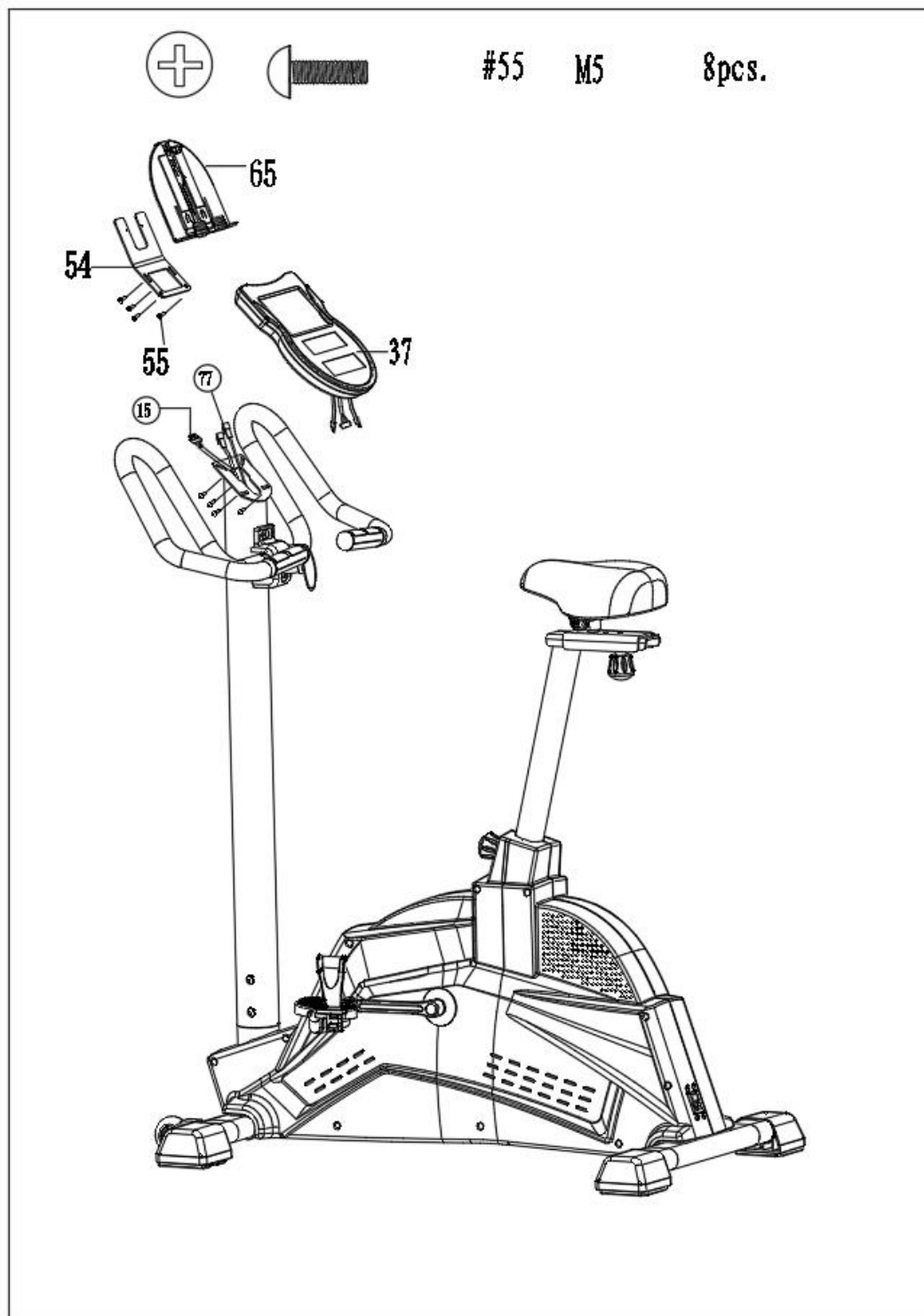
## SCHRITT 5

	#83	∅8	1pcs
	#32	∅8	1pcs
	#68	M 8	1pcs
 	#38	M6*15	2pcs.



1. Befestigen Sie den Lenker (48) am Lenkerstützrohr (47).
2. Befestigen Sie den Einstellknopf (68), die Unterlegscheibe (32), die Unterlegscheibe (83) und die Abdeckung (42) am Lenkerstützrohr (47).
3. Befestigen Sie die Abdeckung (42) am Lenkerstützrohr (47) mittels 2 Schrauben (38).

## SCHRITT 6



4. Schließen Sie das Kabel des Computers mit dem oberen Kabel des Lenkerstützrohrs an. Befestigen Sie den Computer (37) am Lenkerstützrohr (47) mittels 4 Schrauben (55).
2. Befestigen Sie die Halterung (54) am Computer (37) mittels 4 Schrauben (55).
3. Befestigen Sie die Halterung für iPad (65) an der Halterung (54).

# Computer



## Power Up – Einschalten des Geräts

Beim Einschalten des Geräts werden Sie 3 Signaltöne aus dem Computer hören. Das LCD-Display wird beleuchtet.

Danach soll in dem Textfenster die Aufschrift "WELCOME" angezeigt werden.

**Vorsicht:** Wenn keine Signale oder keine Daten 4 Sekunden lang durch den Computer empfangen werden, dann gelangt der Computer in den Schlafmodus. Wenn Sie in die Pedale zu treten anfangen oder eine der Tasten von Ihnen gedrückt wird, wird der Computer wieder „wach“.

## Reset

Das Training können Sie mit dem Drücken der Taste RESET unterbrechen. Das Training kann fortgesetzt werden, wenn Sie die Taste RESET wieder drücken.

## Auswahl des Trainingsprogramms

Nach dem Einschalten des Geräts können Sie mittels der 9 programmierten Tasten einen der Trainingsmodi auswählen. Wenn das ausgewählte Programm gewählt wird, wird der Name dieses Programms in dem Textfenster 3 Sekunden lang angezeigt.

Das Gerät stellt Ihnen 9 programmierte Trainingsmodi zur Verfügung:

**Quick Start (Schneller Start), Watt Program (Watt-Programm), Manual Program (Manuelles Programm), HRC Program (HRC-Programm), User Program (Benutzerdefiniertes Programm), Interval Program (Intervall-Programm), Climbing Program (Kletterprogramm), Test Program (Test-Programm), BMI-BMR-FAT Program (BMI-BMR-FAT-Programm)**

Wenn Sie in die Pedale zu treten anfangen, werden die Trainingsparameter im Textfenster angezeigt. Sie unterscheiden sich voneinander, je nach dem ausgewählten Programm.

## Funktionen der Tasten

FUNKTIONEN DER TASTEN	BESCHREIBUNG
MODE	Sie ermöglicht es, den ausgewählten Wert einzuführen. Beim blinkenden Zeichen kann man in einen nächsten Parameter übergehen.
RESET	Man kann damit das Training unterbrechen und fortsetzen. Zurück zum vorherigen Schritt während der Einführung der Daten:



	Halten Sie die Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um die Einstellungen in den Anfangszustand zurückzusetzen.
DOWN	Man kann damit den Wert ausgewählter Trainingsparameter verringern: TIME (Zeit), DISTANCE (Distanz), usw. Während der Trainings ist diese Taste für die Verringerung des Widerstands verantwortlich.
UP	Man kann damit den Wert ausgewählter Trainingsparameter erhöhen. Während der Trainings ist diese Taste für die Erhöhung des Widerstands verantwortlich.
Quick Start (Schneller Start), Watt Program (Watt-Programm), Manual Program (Manuelles Programm), HRC Program (HRC-Programm), User Program (Benutzerdefiniertes Programm), Interval Program (Intervall-Programm), Climbing Program (Klettern-Programm), Test Program (Test-Programm), BMI-BMR-FAT Program (BMI-BMR-FAT-Programm).	Drücken Sie die entsprechende Taste, um den Modus des Trainings zu wählen.
RECOVERY	Drücken Sie „Recovery“ nach dem Training oder während des Trainings, um die Messung zu beginnen. Sie dauert eine Minute. Danach wird das Ergebnis im Bereich 1~6 auf dem Display angezeigt.

## SEinstellungen der Trainingsparameter

Wenn einer der Trainingsmodi gewählt wird (Quick Start, Manual, User Program, Interval Program, Watt Program, HRC Program, Test Program, BMI-BMR-FATT Program, Climbing Program), kann man vorläufig ein paar Trainingsparameter einstellen. Dadurch können Sie die gewünschten Resultate erreichen (mit der Ausnahme: Quick Start Program).

### TRAININGSPARAMETER:

**TIME (ZEIT), DISTANCE (DISTANZ), WATT (WATT-FUNKTION), KILOJOULE (KALORIENVERBRAUCH), PULSE (PULS)**

**Vorsicht:** Einige Trainingsparameter können in den ausgewählten Programmen nicht eingestellt werden. Wenn Sie das Programm auswählen, drücken Sie die Taste MODE, um das ausgewählte Programm zu bestätigen.

Im Textfenster wird die Aufschrift „SELECT TIME“ (Wählen Sie die Zeit) 3 Sekunden lang angezeigt. Danach wird die Anweisung „PRESS MODE TO ACCEPT“ (Drücken Sie die Taste MODE, um die gewählte Einstellung zu bestätigen.) angezeigt. Gleichzeitig blinkt der Parameter der Zeit “0:00”.

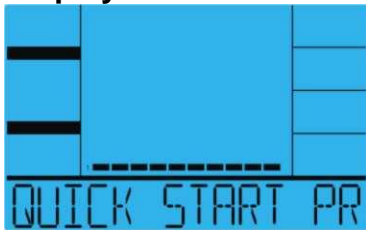
Mit der Taste "UP" oder „DOWN" können Sie die Trainingszeit einstellen. Drücken Sie die Taste MODE, um die Daten zu speichern. Es wird die Anweisung angezeigt, dass Sie in den nächsten Trainingsparameter übergehen können. Setzen Sie den Prozess mit der Taste UP oder DOWN fort, um den entsprechenden Wert zu wählen. Drücken Sie danach die Taste MODE, um die Daten zu speichern. Nach der Einführung der Trainingsparameter wird im Textfenster die Aufschrift "START PEDALING" (Fangen Sie an, in die Pedale zu treten.) angezeigt. Das Training beginnt, wenn der Benutzer in die Pedale zu treten anfängt.

## Trainingsparameter

Art der Funktion	Bereich der Anzeige	Voreingestellte Einstellungen	Verringerung/ Erhöhung	Beschreibung
Time (Zeit)	0:00~ 99:00	00:00	± 1:00	<p>1. Wenn der Wert 0:00 angezeigt wird, wird der Wert der Zeit erhöht.</p> <p>2. Wenn 10:00-99:00, angezeigt wird, wird der Wert der Zeit bis 0 heruntergezählt.</p>
Distance (Distanz)	0.00~99.90	0.00	±0.10	<p>1. Wenn 0:00 angezeigt wird, wird der Wert der Distanz erhöht.</p> <p>2. Wenn die Distanz im Bereich von 0.1~99.90 eingestellt wird, wird der Wert der Zeit bis 0 heruntergezählt.</p>
KILOJOULE (Kilojoule)	0~9995	0.0	±5	<p>1. Wenn 0.0 angezeigt wird, wird der Wert des Kalorienverbrauchs erhöht.</p> <p>2. Wenn der Kalorienverbrauch im Bereich von 5~9995 eingestellt wird, wird der Wert des Kalorienverbrauchs bis 0 heruntergezählt.</p>
WATT	20~350	20/100	±5	Der WATT-Wert kann nur im Programm Watt/Test eingestellt werden.
Pulse (Puls)	40~220	90	±1	Wenn die Herzfrequenz (Heart Rate) überschritten wird, wird der Benutzer gewarnt.

## Programm Quick Start (Schneller Start)

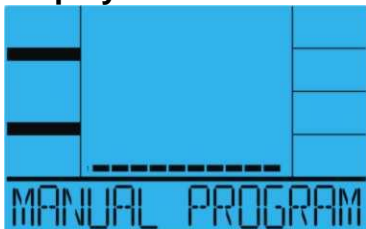
Display:



Drücken Sie die Taste "QUICK START PROGRAM" nach dem Einschalten des Geräts, um das Programm SCHNELLER START zu wählen. Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN, um den Widerstand anzupassen.

## Manuelles Programm

Display:



### Einstellung der Parameter im manuellen Programm

Wählen Sie "*Manual*" mittels der Taste MANUAL PROGRAM. Drücken Sie danach die Taste MODE. Der erste Parameter „Time“ (Zeit) beginnt zu leuchten. Sie können mit der Taste UP oder DOWN den Wert anpassen. Drücken Sie die Taste MODE, um den eingestellten Wert zu speichern. Gehen Sie in den nächsten Parameter. Führen Sie die Änderungen in allen ausgewählten Trainingsparameter auf die gleiche Weise ein. Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.

### Beschreibung der Tätigkeiten im Programm "Manual" (im manuellen Programm)

Drücken Sie die Taste MANUAL PROGRAM (Wählen Sie Manual Mode (den manuellen Modus) mittels der Taste MANUAL PROGRAM aus.).

↓  
Drücken Sie die Taste MODE oder fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.

↓  
"Time" (Zeit) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.

↓  
Drücken Sie die Taste MODE.



“Distance” (Distanz) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.



“Kilojoule” (Kalorienverbrauch) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.



“Pulse” (Puls) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.

Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN, um den Widerstand während des Trainings anzupassen.

## Benutzerdefiniertes Programm

Display:



Das benutzerdefinierte Programm ermöglicht es dem Benutzer, eigene Programme zu erstellen, die er sofort während des nächsten Trainings benutzen kann.

## Erstellen des Benutzerprofils

Wählen Sie den Modus des Benutzers mittels der Taste USER PROGRAM. Drücken Sie danach die Taste MODE. Im Textfenster soll die Aufschrift "SELECT PROFILE" (Wählen Sie das Profil.) 4 Sekunden lang angezeigt werden. Das 1. Segment beginnt inzwischen zu blinken. Stellen Sie den entsprechenden Widerstand mittels der Taste UP oder DOWN ein. Drücken Sie die Taste MODE, um in das nächste Segment zu gelangen. Machen Sie dasselbe für alle weiteren 10 Segmente.

## Einstellung der Parameter im benutzerdefinierten Programm

Wenn der erste Parameter "Time" (Zeit) zu blinken beginnt, können Sie den entsprechenden Wert mittels der Taste UP oder DOWN einzustellen.

Drücken Sie die Taste MODE, um den eingestellten Wert zu speichern und in den nächsten Parameter (zwecks der Einstellung) zu gelangen. Machen Sie dasselbe für alle gewünschten Parameter. Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.

**Vorsicht:** 10 eingestellte Profilsegmente werden im Speicher für nächste Trainings aufbewahrt.

## Beschreibung der Tätigkeiten im Programm "User" (Benutzer)

Drücken Sie die Taste USER PROGRAM (Wählen Sie den Modus "User" (Benutzer) mittels der Taste USER PROGRAM aus.).



Drücken Sie die Taste MODE oder fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.



Segment 1 blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.



Segment 2 blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.  
Setzen Sie denselben Prozess für 10 Segmente fort.



"Time" (Zeit) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.



"Distance" (Distanz) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.



"Kilojoule" (Kalorienverbrauch) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.



"Pulse" (Puls) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.

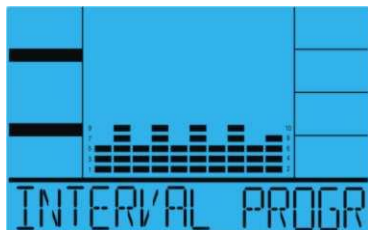


Drücken Sie die Taste MODE

Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN, um den Widerstand während des Trainings anzupassen.

## Intervall-Programm

Display:



Wählen Sie **“Interval”** mittels der Taste INTERVAL PROGRAM. Drücken Sie danach die Taste MODE. Im Textfenster soll die Aufschrift **“SELECT PROFILE LEVEL”** (Wählen Sie das Niveau) 3 Sekunden lang angezeigt werden. Es gibt 3 Niveaus zur Auswahl (L1, L2, L3). Man kann sie mittels der Taste UP oder DOWN wählen. Drücken Sie danach die Taste MODE, um die Änderungen zu bestätigen.

## Einstellung der Parameter im Intervall-Programm

Wenn der erste Parameter **“Time”** (Zeit) zu blinken beginnt, können Sie den entsprechenden Wert mittels der Taste UP oder DOWN einzustellen.

Drücken Sie die Taste MODE, um den eingestellten Wert zu speichern und in den nächsten Parameter (zwecks der Einstellung) zu gelangen. Machen Sie dasselbe für alle gewünschten Parameter. Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.

## Beschreibung der Tätigkeiten im Programm **“Interval”**

Drücken Sie die Taste INTERVAL PROGRAM (Wählen Sie den Intervall-Modus mittels der Taste INTERVAL PROGRAM aus.).

↓  
Drücken Sie die Taste MODE oder fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.

↓  
“L1” blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN (Es gibt 3 Niveaus zur Auswahl - L1, L2, L3).

↓  
Drücken Sie die Taste MODE.

↓  
“Time” (Zeit) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.

↓  
Drücken Sie die Taste MODE.

↓  
“Distance” (Distanz) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.

↓  
Drücken Sie die Taste MODE.

↓  
“Kilojoule” (Kalorienverbrauch) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.

↓  
Drücken Sie die Taste MODE.



“Pulse” (Puls) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.

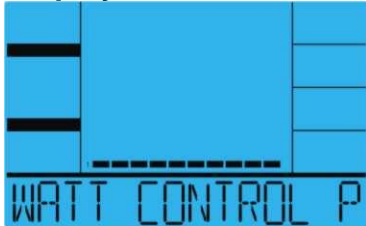


Drücken Sie die Taste MODE.

Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen. Der Widerstand kann nicht mittels der Taste UP oder DOWN während des Trainings eingestellt werden.

## WATT-Programm

Display:



Wählen Sie “**WATT**” mittels der Taste WATT PROGRAM. Drücken Sie danach die Taste MODE. Im Textfenster soll die Aufschrift “SELECT WATT” (Wählen Sie den WATT-Wert.) 3 Sekunden lang angezeigt werden. Gleichzeitig blinkt „20“. Wählen Sie den WATT-Wert (min. 20 W) mittels der Taste UP oder DOWN. Drücken Sie danach die Taste MODE, um die Einstellungen zu bestätigen.

## Einstellung der Parameter im WATT-Programm

Wenn der erste Parameter “Time” (Zeit) zu blinken beginnt, können Sie den entsprechenden Wert mittels der Taste UP oder DOWN einzustellen.

Drücken Sie die Taste MODE, um den eingestellten Wert zu speichern und in den nächsten Parameter (zwecks der Einstellung) zu gelangen. Machen Sie dasselbe für alle gewünschten Parameter. Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.

## Beschreibung der Tätigkeiten im Programm “WATT”

Drücken Sie die Taste WATT PROGRAM.



Drücken Sie die Taste MODE oder fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.



“20W” blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN (Wählen Sie den Watt-Wert ab 20W.).



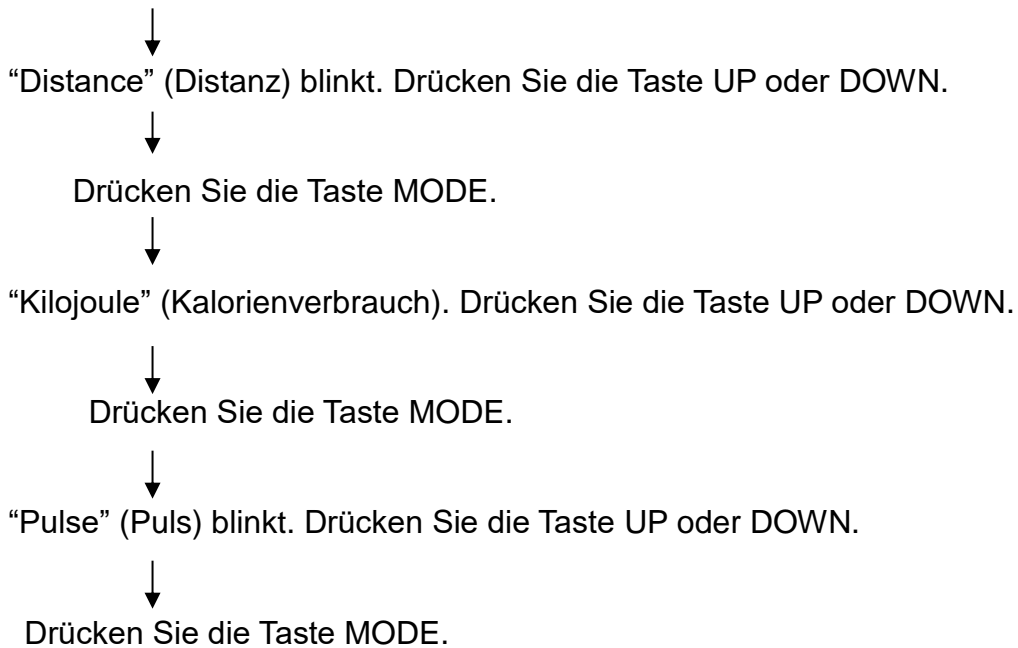
Drücken Sie die Taste MODE.



“Time” (Zeit) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



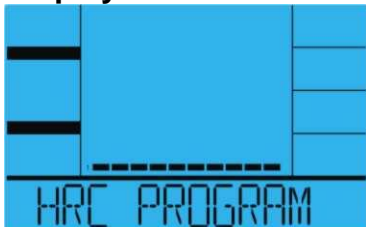
Drücken Sie die Taste MODE.



Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN, um den WATT-Wert während des Trainings anzupassen.

## HRC-PROGRAMM

Display:



### Einstellung der Parameter im Programm Heart Rate Control

Wählen Sie “**HRC**” mittels der Taste HRC PROGRAM. Drücken Sie danach die Taste MODE, um die Auswahl zu bestätigen. Wenn der erste Parameter “Time” (Zeit) zu blinken beginnt, können Sie den entsprechenden Wert mittels der Taste UP oder DOWN einzustellen. Drücken Sie die Taste MODE, um den eingestellten Wert zu speichern und in den nächsten Parameter (zwecks der Einstellung) zu gelangen. Machen Sie dasselbe für alle gewünschten Parameter. Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.

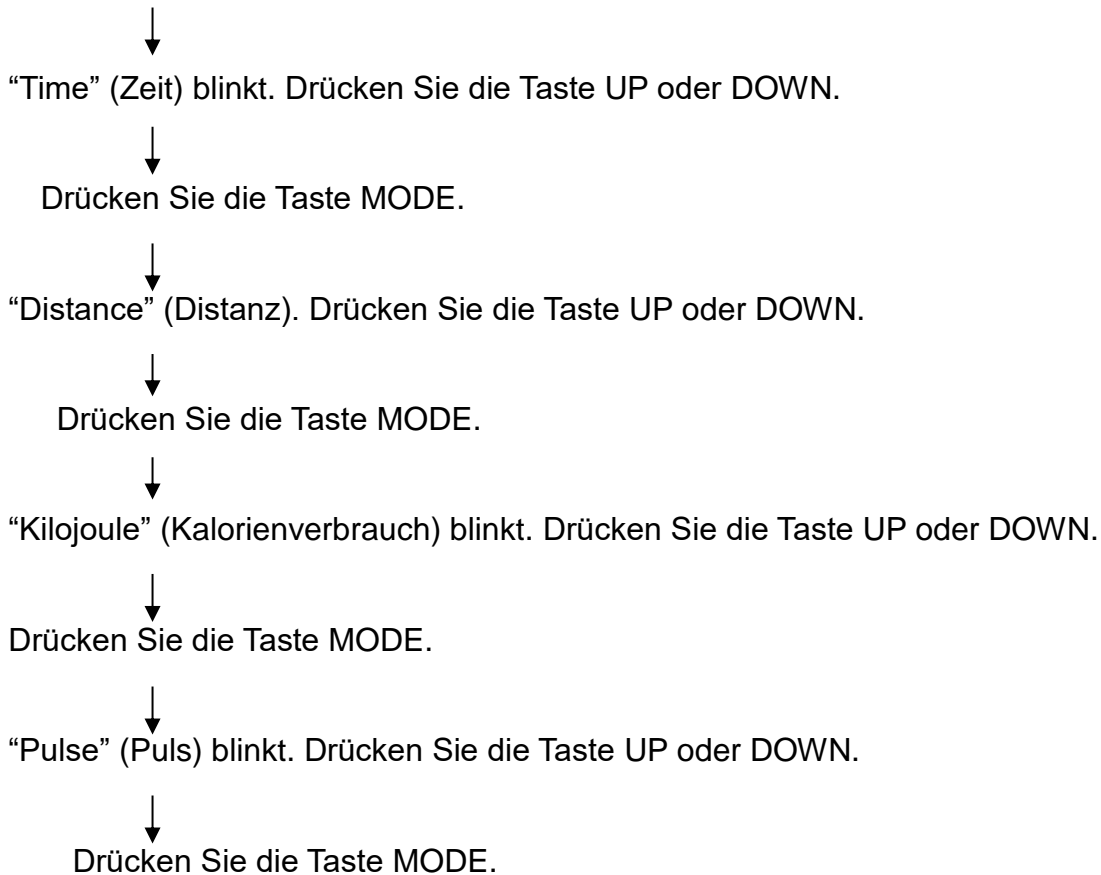
### Beschreibung der Tätigkeiten im Programm “Heart Rate Control”

Drücken Sie die Taste HRC PROGRAM (Wählen Sie den Modus HRC mittels der Taste HRC.).

↓

Drücken Sie die Taste MODE oder fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.





Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.

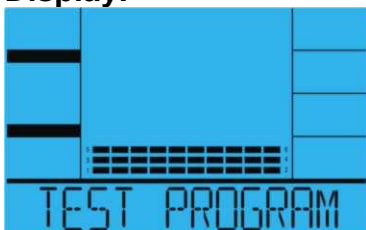
**Wenn Ihr Puls höherer oder niedriger als der Zielwert des Pulses wird, wird der Widerstand automatisch durch den Computer angepasst.**

**Der Computer überwacht alle 10 Sekunden den Wert Ihres Pulses und ändert entsprechend den Widerstand. Er kann ihn um circa 10 W erhöhen oder verringern (Achtung: Wenn der Computer während des Trainings kein Signal empfängt, wird der aktuellen Wert des Pulses für 60 Sekunden gehalten.)**

Der Benutzer kann den Widerstand mittels der Taste UP oder DOWN während des Trainings nicht einstellen.

## TEST-Programm

**Display:**



Wählen Sie **“TEST”** mittels der Taste TEST PROGRAM. Drücken Sie danach die Taste MODE.

Auf dem Display werden 4 Sekunden lang folgende Parameter angezeigt: durchschnittliche Geschwindigkeit, Gesamtstrecke, Kalorienverbrauch und der durchschnittliche Wert des Pulses aus dem letzten Training.

Im Textfenster soll die Aufschrift **“SELECT WATT LEVEL”** (Wählen Sie den WATT-Wert.) 3 Sekunden lang angezeigt werden. Gleichzeitig blinkt „100“. Wählen Sie den WATT-Wert (min.

100 W) mittels der Taste UP oder DOWN. Drücken Sie danach die Taste MODE, um die Einstellungen zu bestätigen.

**Das Fenster mit der Zeitangabe zeigt 12:00 an. Keine Änderungen können eingeführt werden.**

Nach 12 Minuten werden folgende Parameter angezeigt: durchschnittliche Geschwindigkeit, zurückgelegte Strecke, Kalorienverbrauch und der durchschnittliche Wert des Pulses.

## Beschreibung der Tätigkeiten im Programm "TEST"

Drücken Sie die Taste TEST PROGRAM (Wählen Sie den Modus TEST mittels der Taste TEST PROGRAM aus.).



Drücken Sie die Taste MODE oder fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.



"100 W" blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.  
(Wählen Sie den WATT-Wert ab 100W.)



Drücken Sie die Taste MODE.



"Time" (Zeit) zeigt 12:00 an.



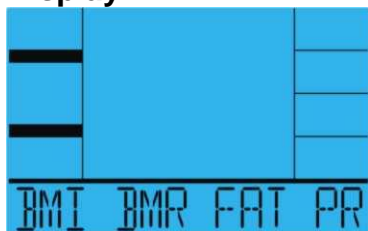
Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.



Nach 12 Minuten werden folgende Parameter angezeigt: durchschnittliche Geschwindigkeit, zurückgelegte Strecke, Kalorienverbrauch und der durchschnittliche Wert des Pulses.

## BMI-BMR-FAT-PROGRAMM

Display:



## Einstellung der Parameter im Programm BMI BMR FAT

Wählen Sie "**BMI BMR FAT**" mittels der Taste BMI BMR FAT PROGRAM. Drücken Sie danach die Taste MODE.

Im Textfenster soll die Aufschrift "SELECT AGE " (Wählen Sie das Alter.) 3 Sekunden lang angezeigt werden. Gleichzeitig blinkt „30“. Damit die richtige Altersangabe eingestellt wird, benutzen Sie dafür die Tasten UP oder DOWN. Drücken Sie die Taste MODE, um den ausgewählten Wert zu bestätigen und in die weiteren Daten zu gelangen.

Im Textfenster soll die Aufschrift "SELECT GENDER" (Wählen Sie das Geschlecht.) 3 Sekunden

lang angezeigt werden. Gleichzeitig blinkt "♂", damit Sie Ihr Geschlecht auswählen können. Benutzen Sie dafür die Tasten UP oder DOWN. Drücken Sie die Taste MODE, um das ausgewählte Geschlecht zu bestätigen und in die weiteren Daten zu gelangen.

Im Textfenster soll die Aufschrift "SELECT WEIGHT" (Wählen Sie das Gewicht.) 3 Sekunden lang angezeigt werden. Gleichzeitig blinkt "75", damit Sie Ihr Gewicht einstellen können. Benutzen Sie dafür die Tasten UP oder DOWN. Drücken Sie die Taste MODE, um den eingestellten Wert zu bestätigen und in die weiteren Daten zu gelangen.

Im Textfenster soll die Aufschrift "SELECT SIZE" (Wählen Sie die Größe.) 3 Sekunden lang angezeigt werden. Gleichzeitig blinkt „175“, damit Sie Ihre Größe auswählen können. Benutzen Sie dafür die Tasten UP oder DOWN. Drücken Sie die Taste MODE, um die ausgewählte Größe zu bestätigen.

Drücken Sie die Taste MODE, um die Messung zu beginnen. Sie sollen die Pulssensoren mit Ihren beiden Händen halten.

## **Beschreibung der Tätigkeiten im Programm "BMI BMR FAT"**

Drücken Sie die Taste BMI BMR FAT PROGRAM.



Drücken Sie die Taste MODE.



"AGE" (Alter) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.



"GENDER" (Geschlecht) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.



"WEIGHT" (Gewicht) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.



"HEIGHT" (Größe) blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



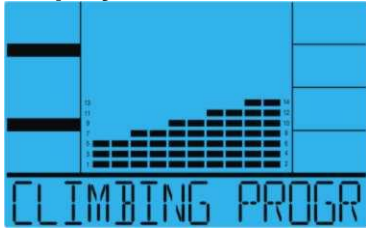
Drücken Sie die Taste MODE.

(Im Textfenster wird die Aufschrift "TOUCH HANDPULSE SENSOR" (Halten Sie die Pulssensoren mit Ihren Händen.) 3 Sekunden lang angezeigt. Drücken Sie danach die Taste MODE, um die Messung zu beginnen.

Nach der Messung werden folgende Ergebnisse angezeigt: Body Fat % (Messung des Körperfettanteils), BMI (Körpermasseindex) und BMR (Grundumsatz). (Body Fat % und BMI ändern sich auf einen anderen Index alle 4 Sekunden).

# Klettern-Programm

## Display:



Wählen Sie "**Climbing**" mittels der Taste CLIMBING PROGRAM. Drücken Sie danach die Taste MODE.

Im Textfenster soll die Aufschrift "SELECT PROFILE LEVEL" (Wählen Sie das Niveau.) 3 Sekunden lang angezeigt werden.

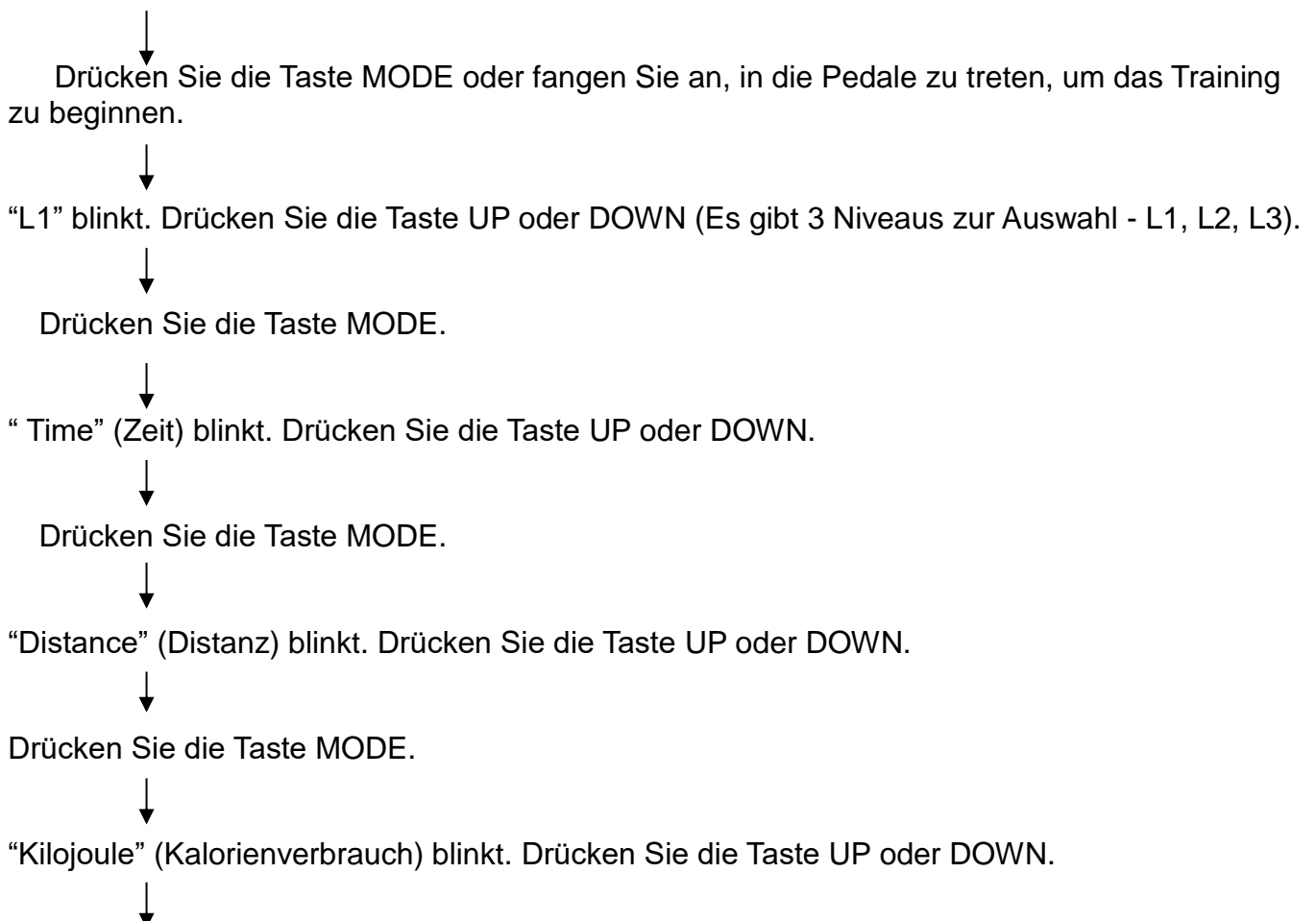
Es gibt 3 Niveaus zur Auswahl (L1, L2, L3). Man kann sie mittels der Taste UP oder DOWN wählen. Drücken Sie danach die Taste MODE, um den Auswahl zu bestätigen.

## Einstellung der Parameter im Programm "Climbing"

Wenn der erste Parameter "Time" (Zeit) zu blinken beginnt, können Sie den entsprechenden Wert mittels der Taste UP oder DOWN einzustellen.

Drücken Sie die Taste MODE, um den eingestellten Wert zu speichern und in den nächsten Parameter zu gelangen. Machen Sie dasselbe für alle gewünschten Parameter. Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen.

Drücken Sie die Taste CLIMBING PROGRAM (Wählen Sie den Modus INTERVAL mittels der Taste CLIMBING PROGRAM aus.).



Drücken Sie die Taste MODE.



“Pause” blinkt. Drücken Sie die Taste UP oder DOWN.



Drücken Sie die Taste MODE.

Fangen Sie an, in die Pedale zu treten, um das Training zu beginnen. Während des Trainings kann man den Widerstand mittels der Taste UP oder DOWN nicht einstellen.



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 opotřebením 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.

---

## 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](mailto:abisal@abisal.pl) [www.abisal.pl](http://www.abisal.pl)