

OVICX – R100

Magnetyczny wioślarz treningowy



Instrukcja obsługi

(03.2021)

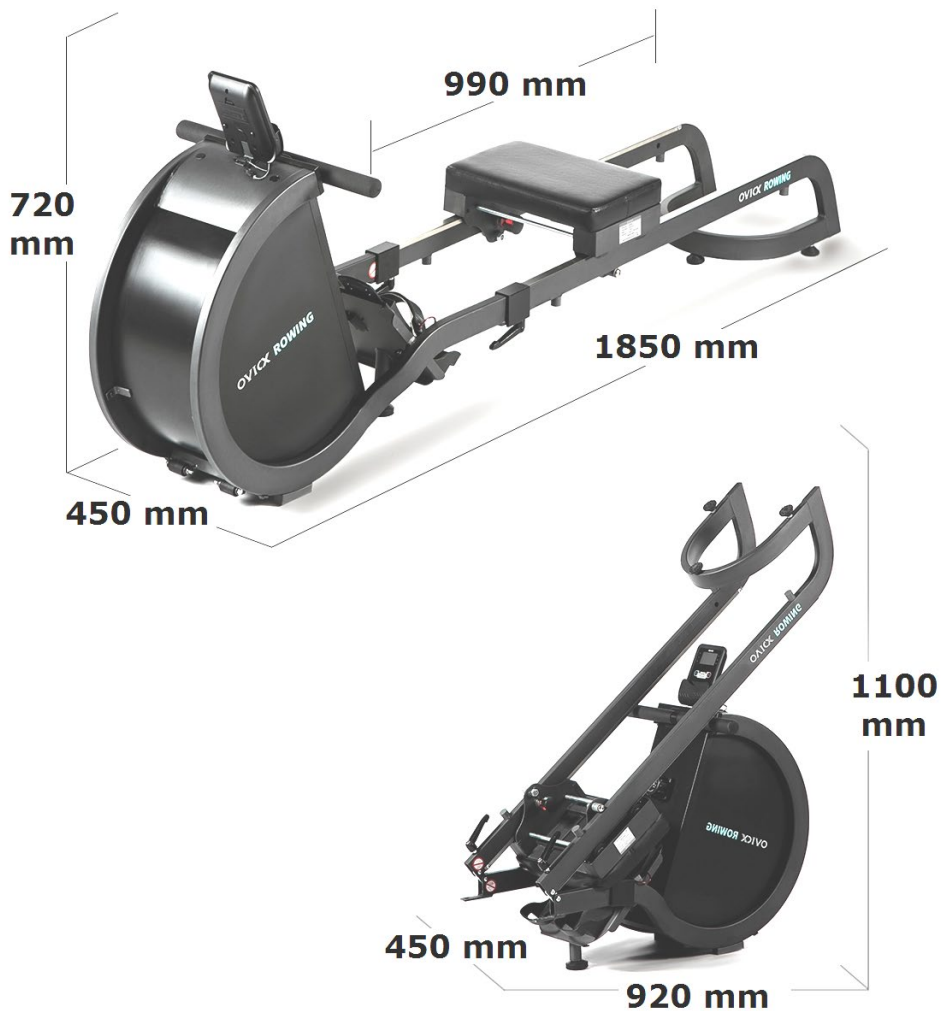


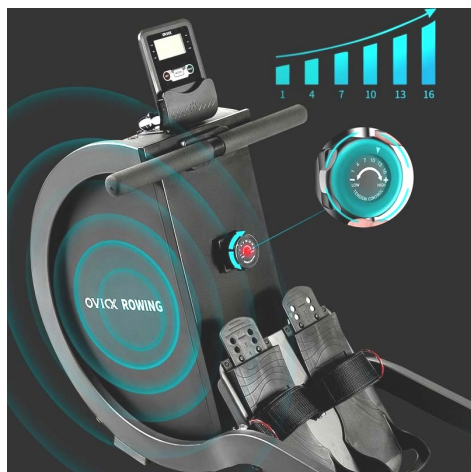
Spis treści

1. Wprowadzenie	03
2. Zasady bezpieczeństwa	05
3. Zawartość opakowania	06
4. Instrukcja montażu	07
5. Instrukcja użytkowania	11
6. Komputer pomiarowy	14
7. Rozwiązywanie problemów	16
8. Informacja o gwarancji	17
9. Informacja o recyklingu i utylizacji	17

1. Wprowadzenie.

XQIAO OVICX-R100 Wioślarz treningowy





Model:	R100
Wymiary po rozłożeniu (dł * sz * wys):	730 x 450 x 1850 mm
Typ produktu:	wioślarz magnetyczny
Regulacja obciążenia:	analogowa (pokrętko) / 16 poziomów oporu
Koło zamachowe:	2,5 kg / średnica 176 mm (całkowicie ukryte)
Wyświetlacz:	LCD
Zasilanie:	dwie baterie alkaliczne AAA
Masa całkowita:	31,3 kg
Maksymalna waga użytkownika:	110 kg
Kategoria produktu:	HB = do użytku domowego

W związku z ciągłym doskonaleniem produktów, producent zastrzega sobie prawo do zmian w wyglądzie, parametrach technicznych i wyposażeniu, bez wcześniejszego powiadomienia.

Dziękujemy za zakup produktu naszej firmy. Prawidłowe, zgodne z instrukcją korzystanie z bieżni gwarantuje pełne bezpieczeństwo i wygodę. Prosimy dokładnie zapoznać się z poniższymi informacjami przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia.

Wioślarz OVICX-R100 przeznaczony jest wyłącznie do użytku domowego.

2. Zasady bezpieczeństwa

OVICX-R100 jest sprzętem treningowego klasy HB przeznaczonym wyłącznie do użytku domowego. Maksymalne obciążenie: 110 kg.

Urządzenia należy używać wyłącznie zgodnie z przeznaczeniem.

Każde inne zastosowanie urządzenia jest niedozwolone i może być niebezpieczne.

Importer i dystrybutor nie ponoszą odpowiedzialności za jakiegokolwiek szkody i urazy spowodowane niewłaściwym użytkowaniem sprzętu.

Sprzęt został wyprodukowany zgodnie z najnowszymi standardami bezpieczeństwa.

Aby zminimalizować prawdopodobieństwo urazu lub wypadku, należy przestrzegać kilku , prostych zasad:

- Przed rozpoczęciem korzystania ze sprzętu zapoznaj się z instrukcją obsługi.
- Z każdej strony urządzenia musi się znajdować min. 1,5m wolnej przestrzeni.
- Sprzęt stawiaj na stabilnym i równym podłożu.
- Nie pozwalaj dzieciom bawić się na, ani w pobliżu sprzętu.
- Podczas korzystania z wioślarza należy uważać na dzieci i trzymać je w bezpiecznej odległości.
- Upewniaj się, że w czasie treningu, w pobliżu sprzętu nie ma osób trzecich, gdyż mogą one doznać urazu w wyniku kontaktu z ruchomymi częściami.
- Regularnie sprawdzaj czy wszystkie śruby, nakrętki, uchwyty są dobrze przymocowane.
- Niezwłocznie wymieniaj wszystkie uszkodzone części.
- Nie używaj sprzętu jeśli zauważysz jakąś niesprawność.
- Unikaj wysokich temperatur, wilgoci lub kontaktu z wodą.
- Nie trenuj bezpośrednio przed lub po posiłku.
- Przed rozpoczęciem każdego treningu typu fitness zaleca się konsultację z lekarzem specjalistą.
- Wioślarz R100 to sprzęt treningowy i nigdy nie powinien być traktowany jako zabawka.
- Nie stawaj na obudowie.
- Przed treningiem najlepiej przebrać się w strój sportowy. Nie zaleca się noszenia dżinsów, kapci ani skórzanych butów.
- Zawsze trenuj w obuwiu.
- Aby zapobiec kontuzji, trening powinien składać się z rozgrzewki, treningu właściwego oraz etapu rozprężenia.
- Rozgrzewka powinna trwać ok. 5 minut z wolnym tempem.
- Trening właściwy to 15 do 40 minut intensywnego wysiłku, na miarę swoich możliwości.
- Wyhamowanie – ok. 5 minut z wolnym tempem.

Jeśli podczas ćwiczeń poczujesz duszność w klatce piersiowej lub ból, nieregularne bicie serca, trudności w oddychaniu, zawrót głowy lub jakiegokolwiek inne niepokojące objawy, natychmiast przerwij ćwiczenie. Przed ich wznowieniem skonsultuj się z lekarzem.

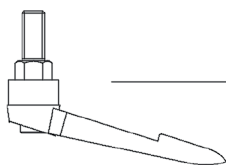
Wskazane jest umieszczenie urządzenia na podkładce, macie chroniącej podłogę. Zabezpieczy to przed uszkodzeniem lub zadrapaniem podłogi przez nóżki podstawy. Podkładka powinna być płaska i niezbyt gruba, tak aby wioślarz mógł stać stabilnie.

3. Zawartość opakowania.

Proszę dokładnie sprawdzić, czy zawartość opakowania jest kompletna, zgodna z opisem i w dobrym stanie. Jeśli brakuje jakichkolwiek części lub są one uszkodzone, skontaktuj się z lokalnym dystrybutorem w celu uzyskania pomocy.

Wioślarz OVICX R100 jest prawie w całości fabrycznie zmontowany i jego montaż końcowy powinien zająć nie więcej niż 5 minut.

Oprócz zasadniczego urządzenia i komputera pomiarowego, w opakowaniu znajdują się poniższe elementy:



**#4 Śruby blokujące w kształcie litery L
M10 x 20 2 szt.**



**#5 Śruba montażowa komputera
M5 x 15 1 szt.**



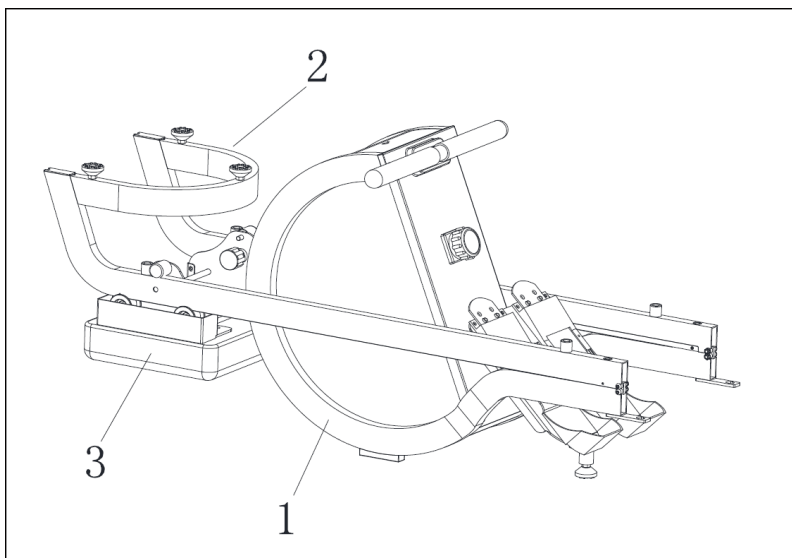
#12 Klucz imbusowy HEX 1 szt.



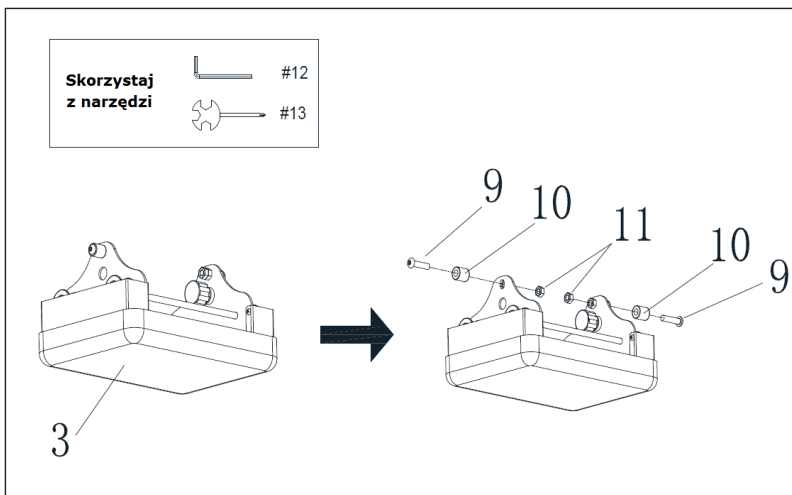
#13 Klucz wielofunkcyjny 1 szt.

4. Instrukcja montażu.

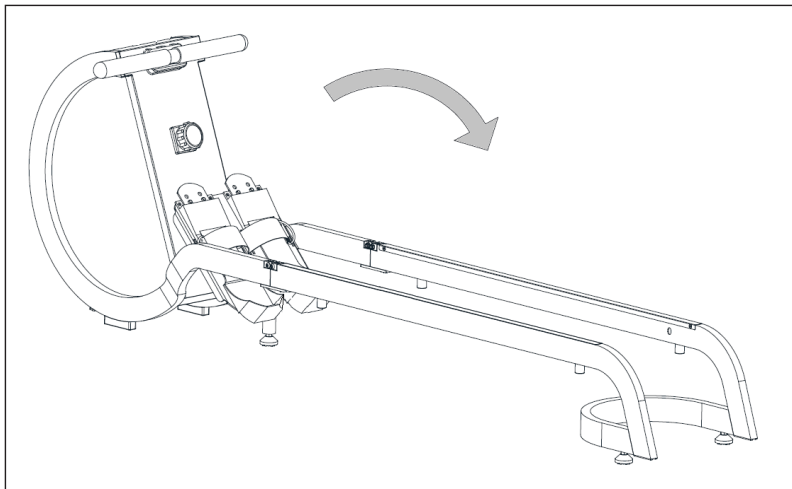
Krok 1: Po wyjęciu z opakowania, umieść sprzęt na podłodze ruchomą poduszką #3 do dołu.



Krok 2: Zdejmij poduszkę #3, jak pokazano na rysunku poniżej, korzystając z klucza imbusowego #12 i klucza wielofunkcyjnego #13. Trzeba rozkręcić dwie śruby #9, z tulejkami dystansowymi #10 i dwoma nakrętkami #11.

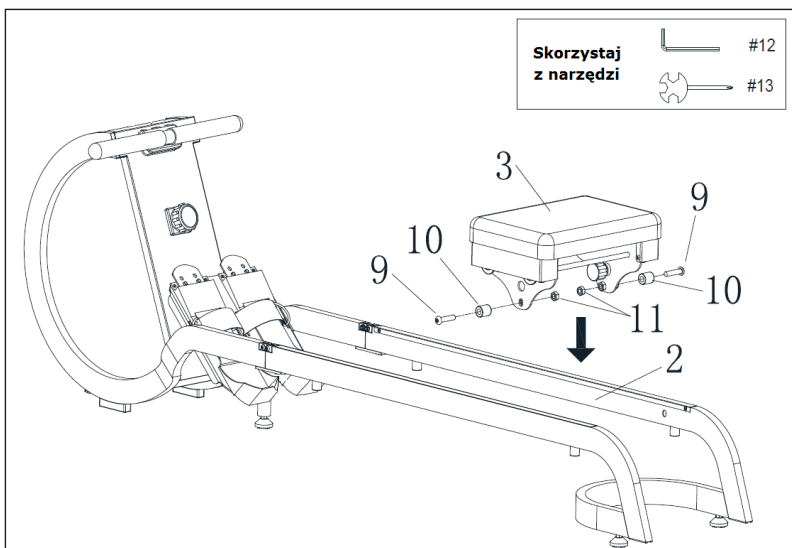


Krok 3: Rozłóż sprzęt, obróć i postaw całość na nóżkach, w normalnej pozycji użytkowania.

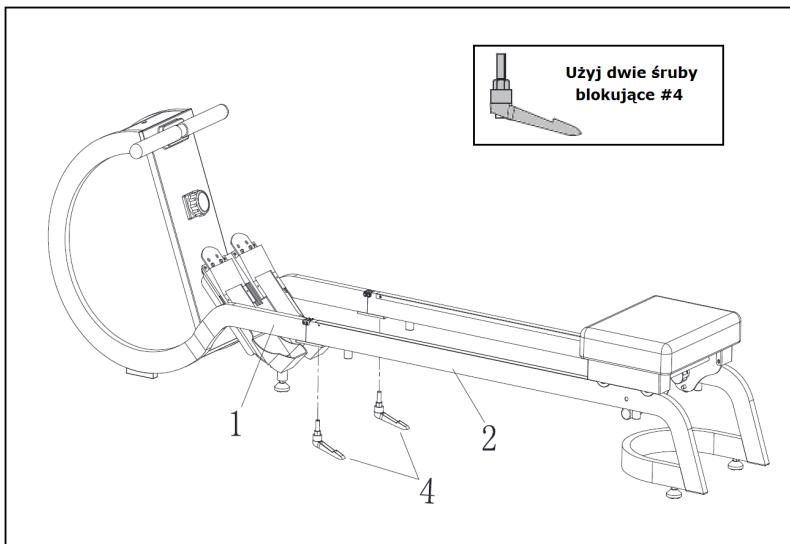


Krok 4: Umieść poduszkę siedzenia #3 na szynach ślizgowych #2, jak pokazano na rysunku poniżej, a następnie, korzystając z klucza imbusowego #12 i klucza wielofunkcyjnego #13 skręć dwie śruby #9, z tulejkami dystansowymi #10 i dwoma nakrętkami #11.

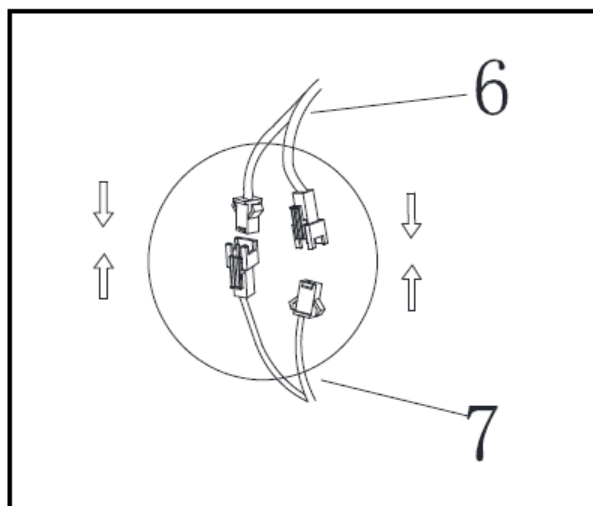
Należy zwrócić uwagę, żeby tulejki dystansowe #10 nie były zablokowane. Upewnij się, że mogą swobodnie obracać się.



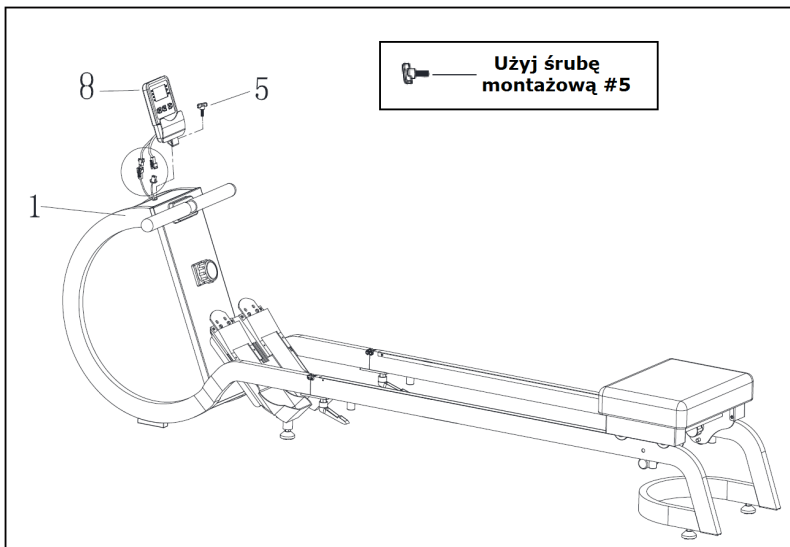
Krok 5: Za pomocą dwóch pokręteł w kształcie litery L #4 (M10 x 20), zablokuj i zabezpiecz zespół główny #1 i zespół szyn ślizgowych #2.



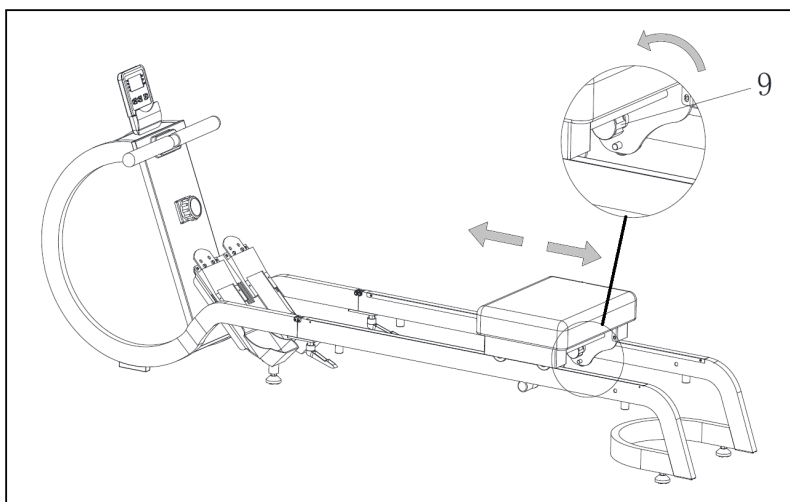
Krok 6: Połącz dwa przewody elektryczne komputera pomiarowego z przewodami wychodzącymi z zespołu głównego #1: zaciski #6 oraz #7.



Krok 7: Połączeniu przewodów, umieść zespół komputera pomiarowego #8 na zespole głównym #1 i zablokuj śrubą montażową komputera #5 (M5 * 15).



Krok 8: Obróć pokrętkę #9 od spodu zespołu siedziska #3 w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara i pociągnij, aby zespół poduszki #3 odłączył się od zespołu szyn ślizgowych #2. Teraz siedzisko #3 może płynnie przesuwаться po szynach do przodu i do tyłu.

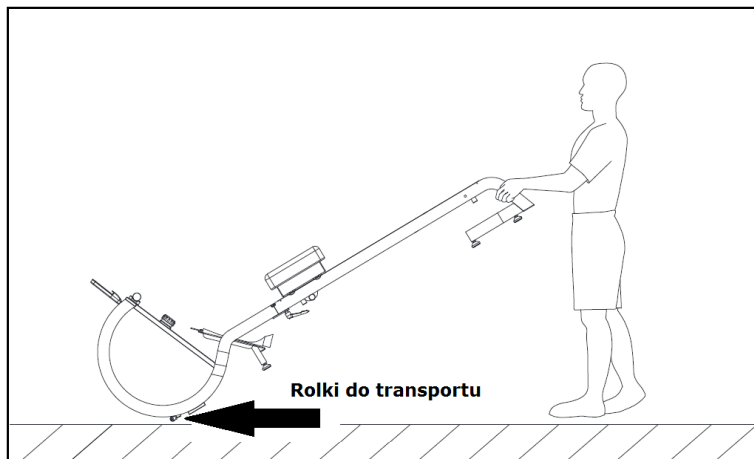


Montaż zakończony!

5. Instrukcja użytkowania.

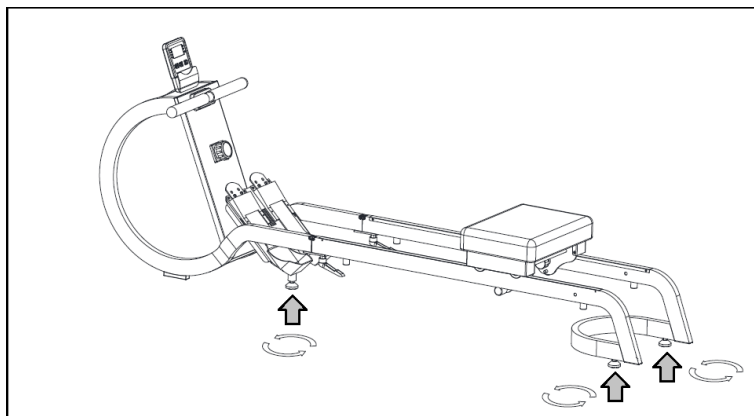
5.1. Przenoszenie wioślarza R100.

Aby przenieść sprzęt na niewielką odległość, można go podnieść za ramę z tyłu i przesunąć po podłodze korzystając z kółek przymocowanych do zespołu głównego #1. Upewnij się, że poruszasz się po płaskiej i gładkiej podłodze. Do przeniesienia na większą odległość np. z jednego pokoju do drugiego, zaleca się skorzystanie z pomocy drugiej dorosłej osoby.

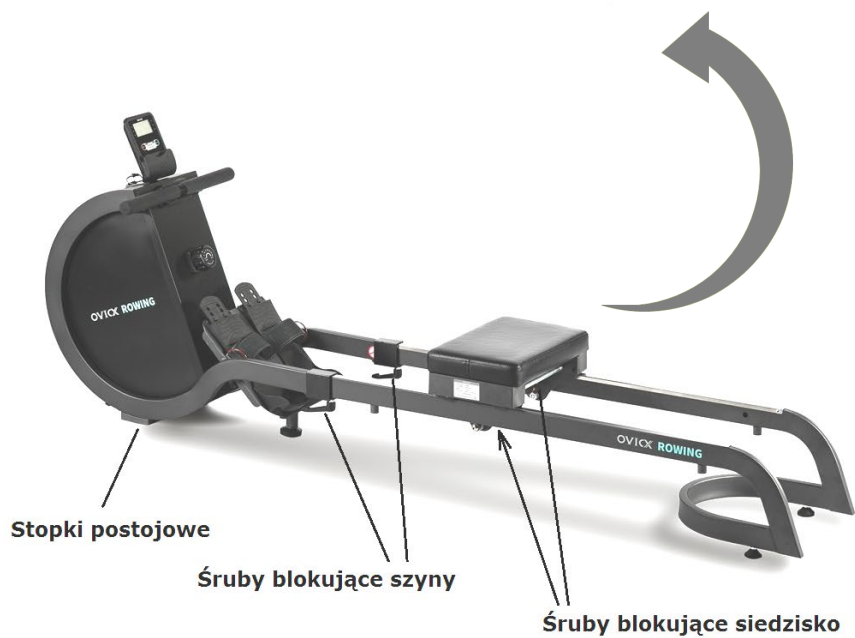


5.2. Lokalizacja wioślarza R100.

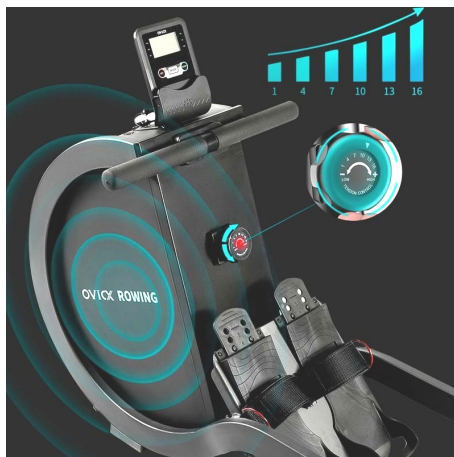
Po wybraniu odpowiedniego miejsca i ustawieniu w nim sprzętu, należy zapewnić mu stabilną pracę. Służą do tego wykręcane nóżki pozwalające wypoziomować urządzenie tak, aby podczas ćwiczeń nie kołysało się lub nie stukało o podłogę.



5.3. Składanie i przechowywanie R100.



5.5. Regulacja obciążenia.



Wioślarz OVICX R100 posiada szesnasto stopniową regulację obciążenia.

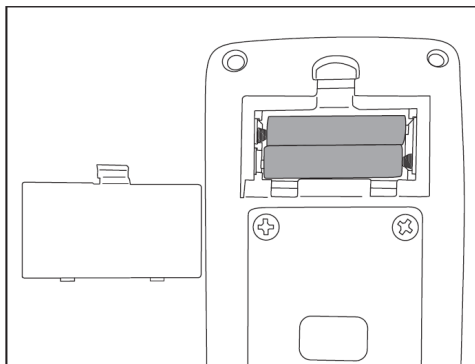
Kierunek kręcenia	Efekt
Zgodnie z ruchem wskazówek zegara	Zwiększenie oporu koła zamachowego = zwiększenie obciążenia
Przeciwnie do ruchu wskazówek zegara	Zmniejszenie oporu koła zamachowego = zmniejszenie obciążenia

UWAGA: Zbyt mocne dokręcenie może całkowicie zablokować możliwość wiosłowania.

6. Komputer pomiarowy

6.1. Instalacja baterii.

Komputer pomiarowy wioślarka magnetycznego R100 jest zasilany dwoma bateriami AAA. Z tyłu komputera znajdziesz wyjmowaną klapkę, a pod nią miejsce na baterie. Zwróć uwagę na prawidłową polaryzację baterii podczas wkładania. Po prawidłowym umieszczeniu baterii rozlegnie się krótki sygnał dźwiękowy. Nie zapomnij założyć z powrotem pokrywy baterii.



Zaleca się stosowanie baterii alkalicznych renomowanych producentów. Prawdopodobieństwo tzw. „wylania się” markowych baterii, a co za tym idzie uszkodzenia komputera, jest dużo niższe.

6.2. Funkcje komputera pomiarowego.



Komputer pomiarowy wiosłarza R100 jest w pełni automatyczny.

Auto Start

Wyświetlacz LCD i komputer włącza się automatycznie gdy wiosłarz zostanie wprowadzony w ruch lub po naciśnięciu dowolnego przycisku na panelu sterującym.

Auto Off

Wyświetlacz LCD i komputer wyłączy się automatycznie po około czterech minutach bezruchu urządzenia i nie naciskania żadnego przycisku na panelu sterującym.

Funkcje pomiarowe.

Panel komputera pomiarowego jest podzielony na dwie części: wyświetlacz LCD pokazujący 6 parametrów i zestaw trzech przycisków sterujących.

TIME – Czas: czas trwania treningu (min:sek).

DIST – Dystans: Pokonany dystans (km / mile).

CAL – Kalorie: Spalone kalorie (w kilokaloriach)

CNT – Licznik bieżący: Zlicza liczbę ruchów wiosłowania podczas bieżącego treningu. Zeruje się po wyłączeniu.

T-CNT – Licznik całkowity: Zlicza liczbę ruchów wiosłowania od pierwszego użycia lub od manualnego zresetowania. Nie zeruje się po wyłączeniu.

SCAN - Wyświetlacz będzie sekwencyjnie wyświetlał pięć funkcji w kolejności: -> CZAS -> ODLEGŁOŚĆ -> KALORIE -> LICZNIK -> LICZNIK CAŁKOWITY -> CZAS ->

Przyciski sterujące:

Przycisk RESET

- Naciśnij i trzymaj przez trzy sekundy, a wszystkie ustawienia zostaną zresetowane.
- Naciśnięcie w trybie ustawiania (Setting mode) resetuje bieżący parametr do ustawień fabrycznych.

Przycisk SET

- Wejście w tryb ustawiania - ustawianie wymaganego trybu wybranego (przyciskiem MODE) parametru

Przycisk MODE

- Przełączanie pomiędzy poszczególnymi parametrami: czas-> dystans -> kalorie -> licznik -> licznik całkowity -> czas ->
- Naciśnij i trzymaj przez trzy sekundy, a wszystkie zapisy zostaną zresetowane, z wyjątkiem licznika całkowitego.

7. Rozwiązywanie problemów.

PROBLEM	ROZWIĄZANIE
Wyświetlacz LCD nie działa	<ul style="list-style-type: none">• Sprawdź biegunowość (+ / -) baterii.
	<ul style="list-style-type: none">• Wymień baterie.
	<ul style="list-style-type: none">• Sprawdź połączenia kablowe, rozłącz i złącz ponownie.
	<ul style="list-style-type: none">• Wyjmij baterie i włóż je ponownie po kilkunastu sekundach.
Nieprawidłowe dane na ekranie (888, EE itp.)	<ul style="list-style-type: none">• Wyjmij baterie i włóż je ponownie po kilkunastu sekundach.
	<ul style="list-style-type: none">• Sprawdź połączenia kablowe, rozłącz i złącz ponownie.• Wyjmij baterie i włóż je ponownie po kilkunastu sekundach.
Wioślarz magnetyczny kołysze się lub grzechocze podczas ćwiczeń	<ul style="list-style-type: none">• Sprawdź, czy nie ma poluzowanych śrub, czy obie blokady szyn są dokręcone.
	<ul style="list-style-type: none">• Wykonaj dokładną regulację nóżek na których stoi wioślarz.
Nie można wprawić urządzenia w ruch	<ul style="list-style-type: none">• Poluzuj pokrętło regulacji obciążenia.

8. Informacja o gwarancji.

Firma XQIAO gwarantuje, że z wyłączeniem niżej wyszczególnionych ograniczeń, Produkt (z wyłączeniem baterii) będzie prawidłowo działał przez okres dwóch lat (24 miesiące) od daty zakupu.

Gwarancji udziela użytkownikowi końcowemu sprzedawca. Wszelkie sprawy związane z realizacją roszczeń gwarancyjnych należy załatwiać u sprzedawcy.

Gwarancja obejmuje wyłącznie wady materiałowe lub produkcyjne.

Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń mechanicznych.

Gwarancja traci ważność w przypadku stwierdzenia prób samodzielnej naprawy.

Zgłaszając reklamację w ramach gwarancji, należy przedstawić oryginalny, czytelny dowód zakup z datą zakupu.

Gwarancja nie obejmuje wad wynikających z normalnego zużycia.

Gwarancja nie obejmuje wad spowodowanych nieostrożnym lub niewłaściwym użytkowaniem, szkód powstałych w wyniku wypadku, pożaru, zalania, uderzenia pioruna lub innych działań natury, problemów związanych ze złymi parametrami sieci zasilającej.

Gwarancja traci ważność w przypadku uszkodzenia plomb na obudowie (jeśli są), w przypadku widocznych śladów manipulowania przy urządzeniu, uszkodzeń spowodowanych używaniem w sposób inny, niż ten, do którego produkt został przeznaczony, nieprzestrzegania instrukcji obsługi, celowego lub umyślnego uszkodzenia, stosowania części zamiennych lub innych elementów zamiennych (w tym materiałów eksploatacyjnych), które nie są dostarczone lub zalecane przez producenta, wszelkich zmian lub modyfikacji produktu, które zostały przeprowadzone przez użytkownika lub osoby trzecie.

Niniejsza gwarancja jest nieważna, jeśli numer seryjny produktu (jeśli był) jest nieczytelny lub go brak.

9. Informacja o recyklingu i utylizacji. (WEEE).

Unia Europejska



Umieszczenie tego symbolu na sprzęcie informuje, że **nie należy** pozbywać się go wraz z innymi odpadami z gospodarstwa domowego. Zgodnie z prawem Unii Europejskiej, zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny, który ma zostać zutyliczowany, musi zostać oddzielony od odpadów domowych. Prywatne gospodarstwa domowe w krajach członkowskich Unii Europejskiej mogą bezpłatnie zwracać zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny do wyznaczonych punktów zbiórki odpadów. Aby uzyskać więcej informacji, należy skontaktować się z lokalnymi organami zajmującymi się utylizacją odpadów.

W niektórych krajach członkowskich przy zakupie nowego sprzętu lokalny sprzedawca może mieć obowiązek odebrania zużytego sprzętu bez opłat. Aby uzyskać dodatkowe informacje, należy skontaktować się ze sprzedawcą.

Producent: XIAO QIAO (CHONGQING) SPORTS INDUSTRY DEVELOPMENT CO., LTD.
NO. 126 HUANG JUE STREET, JIULONGPO DISTRICT,
CHONGQING CITY, 400050, CHINA

Action S.A. ul. Dawidowska 10, Zamienie, 05-500 Piaseczno