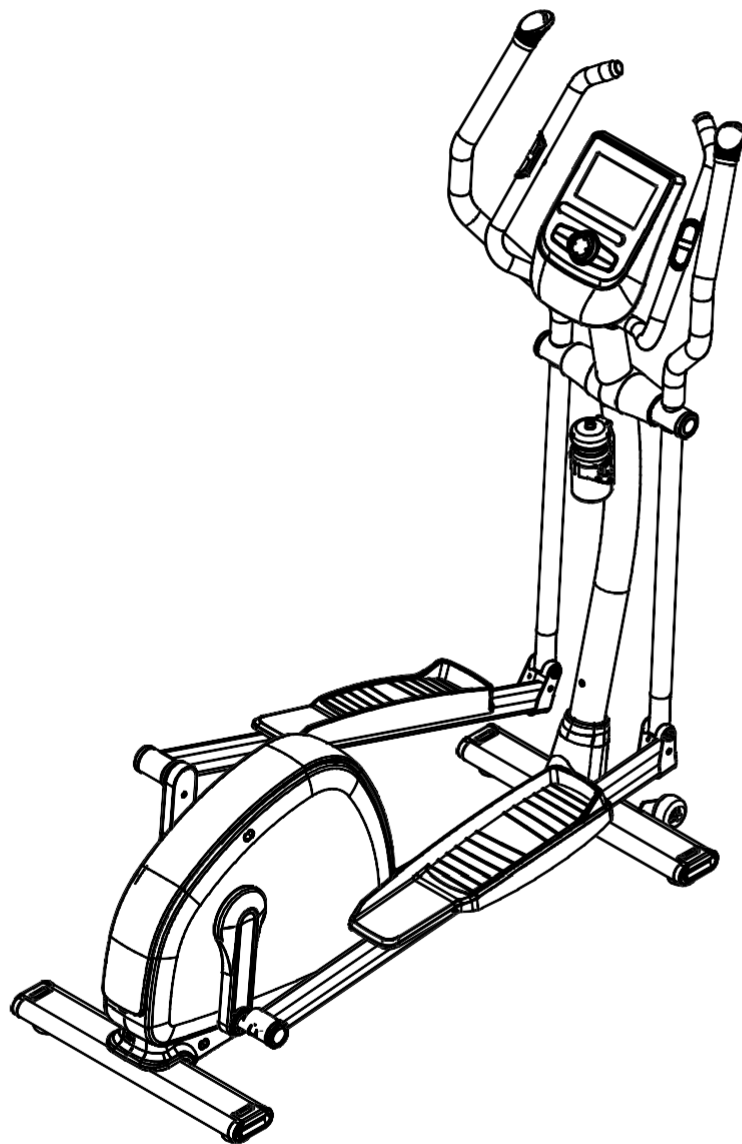


# TUNTURI®

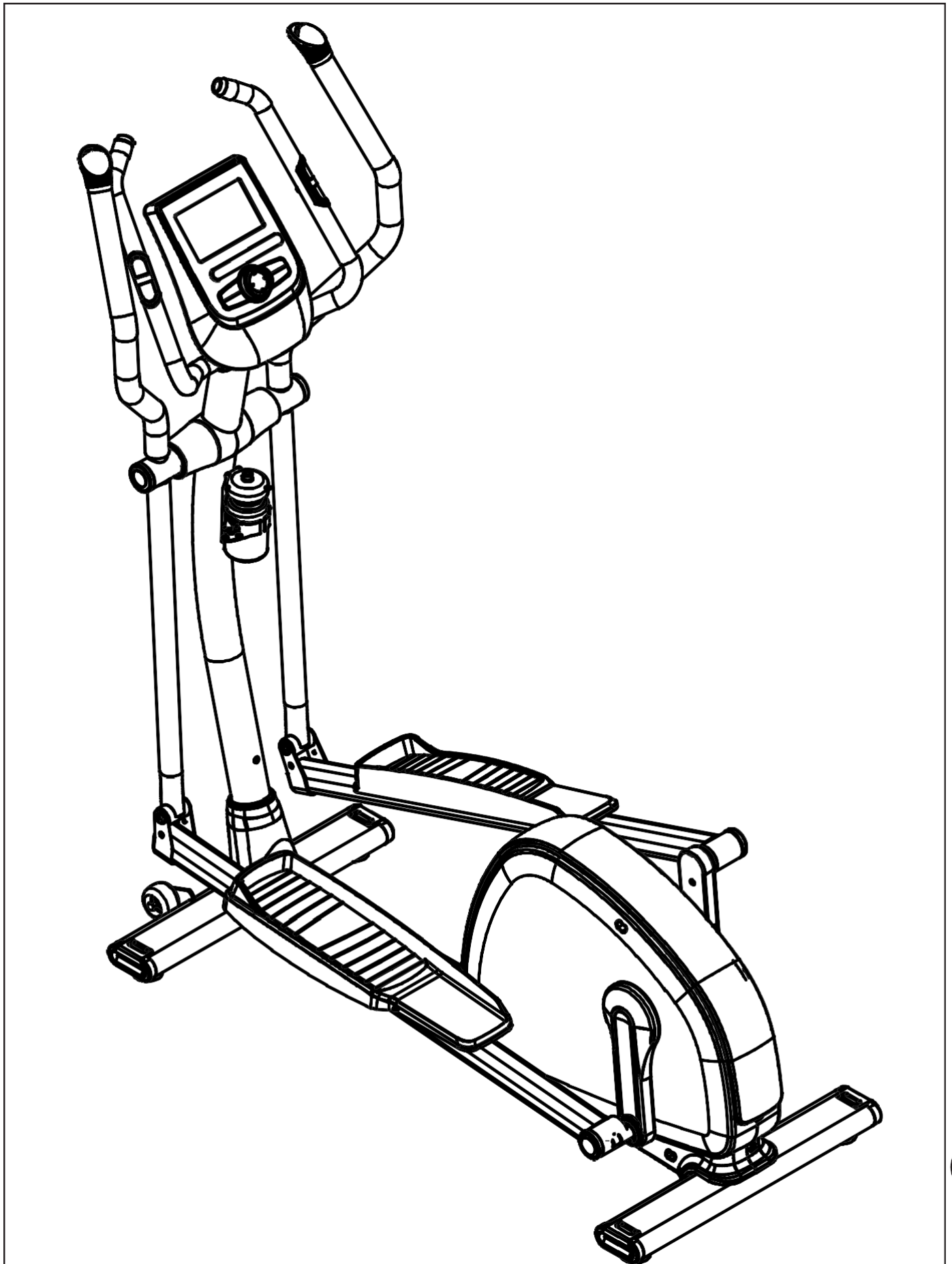
ORBITREK C80 INSTRUKCJA MONTAŻU I UŻYTKOWANIA

User manual  
Benutzerhandbuch  
Manuel de l'utilisateur  
Gebruikershandleiding  
Manual del usuario  
Bruksanvisning  
Käyttöohje

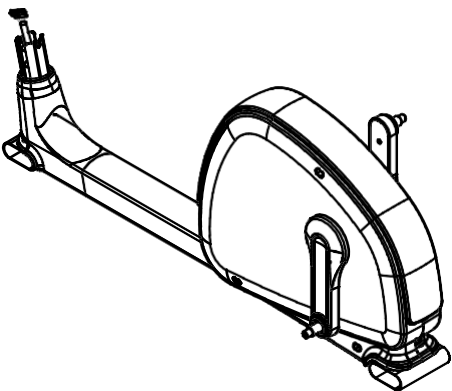
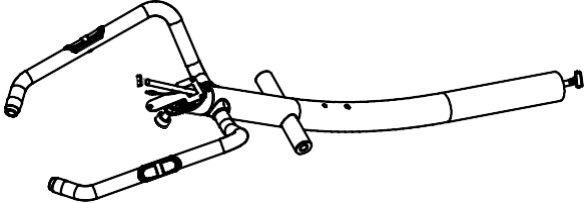
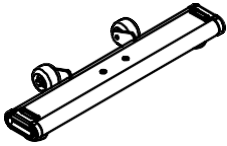
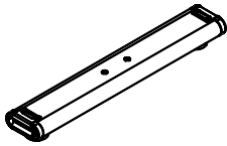
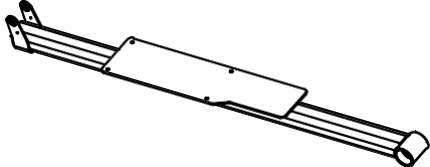
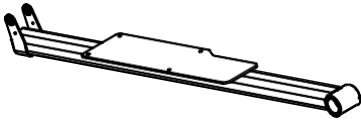
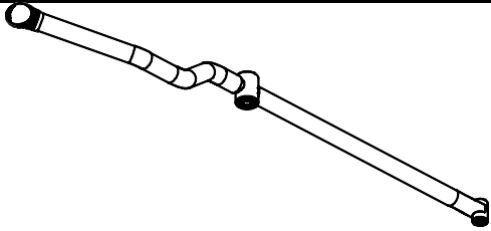
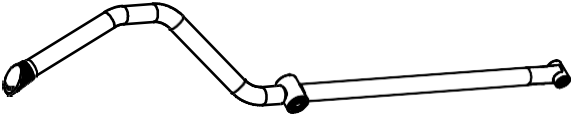
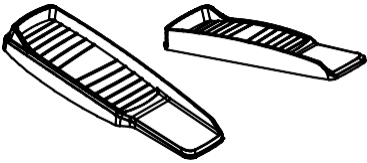



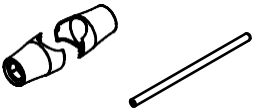

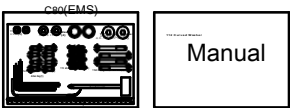




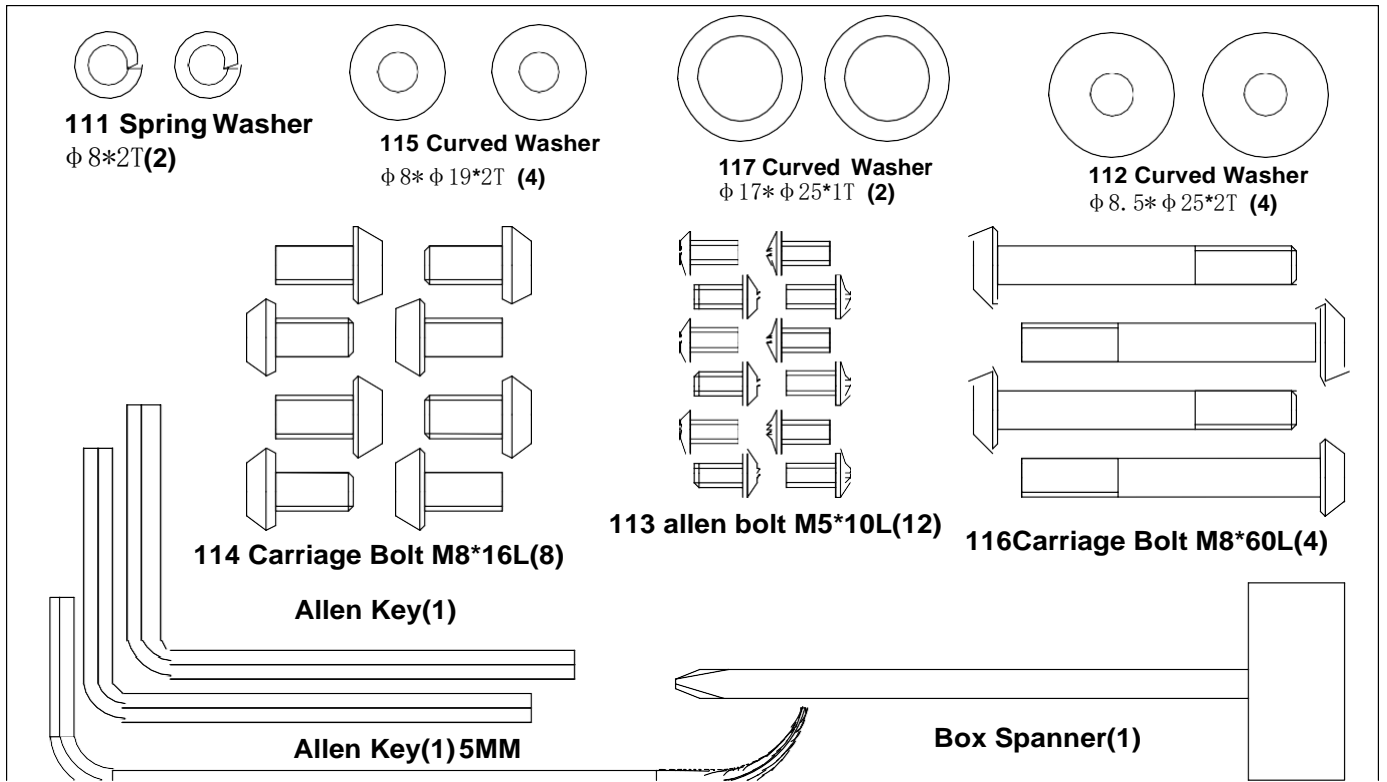
A



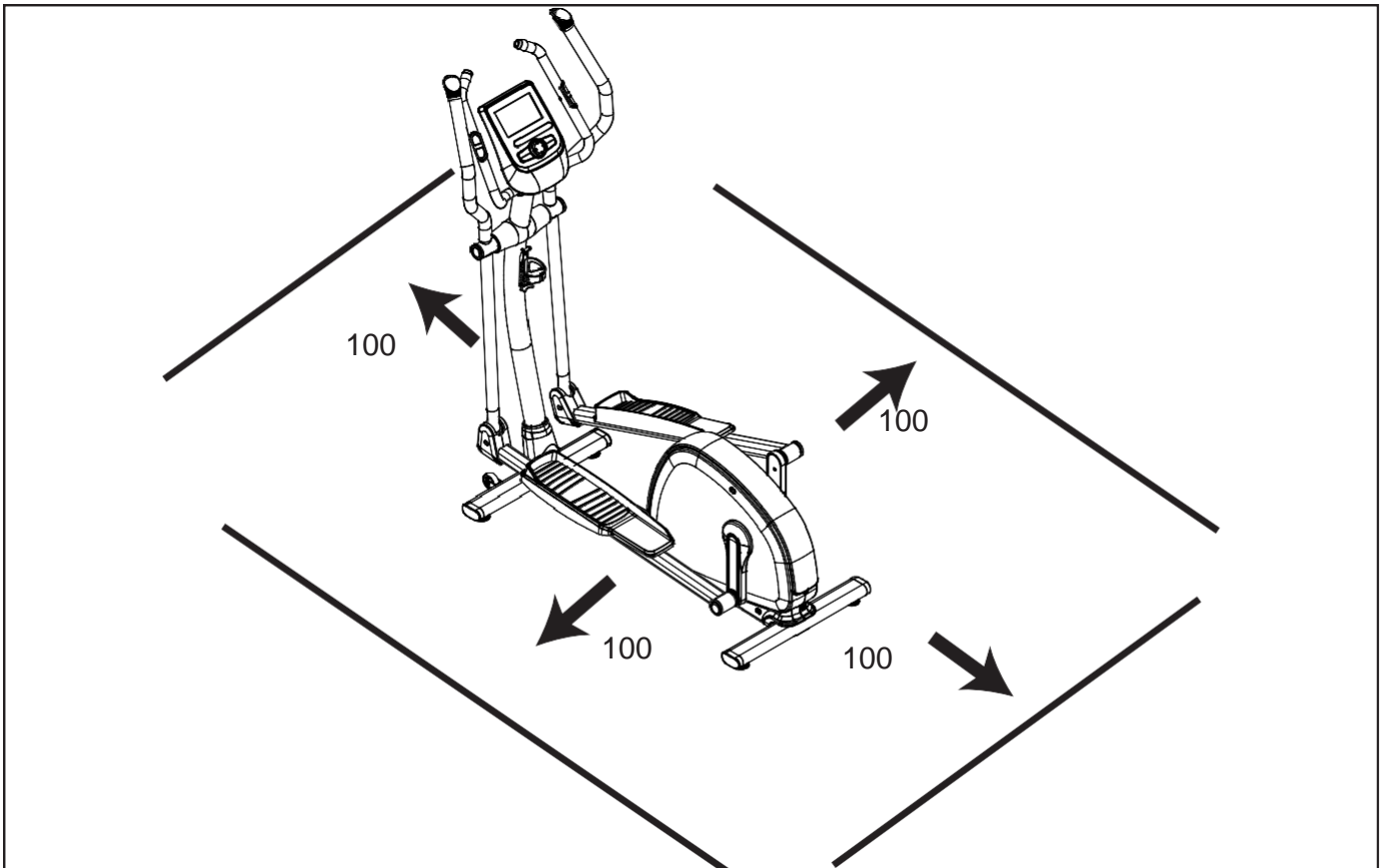
B

1		1	
1		1	
1		1	
1		1	
1/		1/1/	
2/2		2/2	
2/1		1	
1/1			

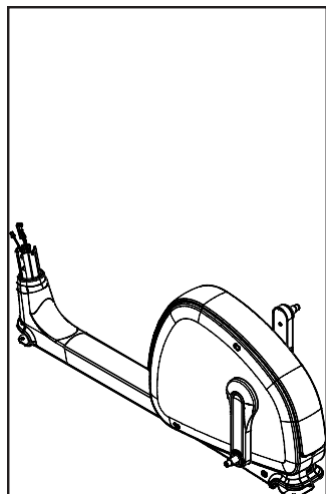
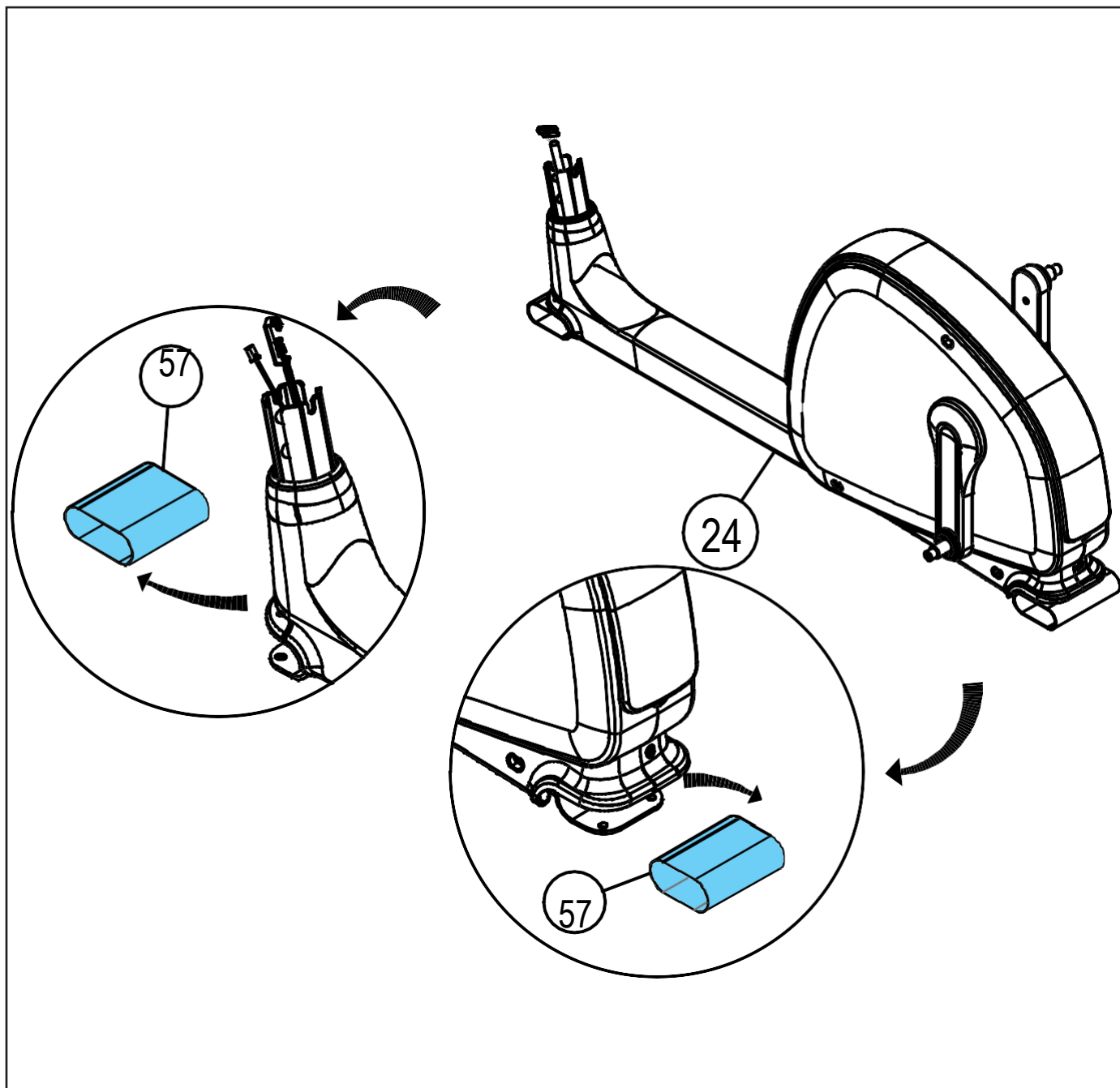
# C



# D-0

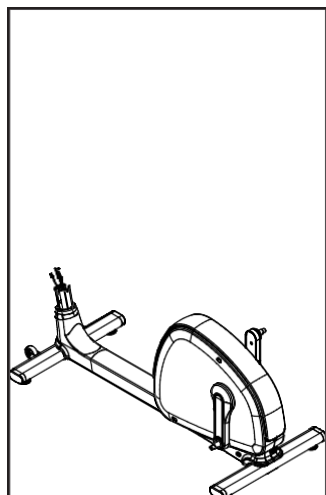
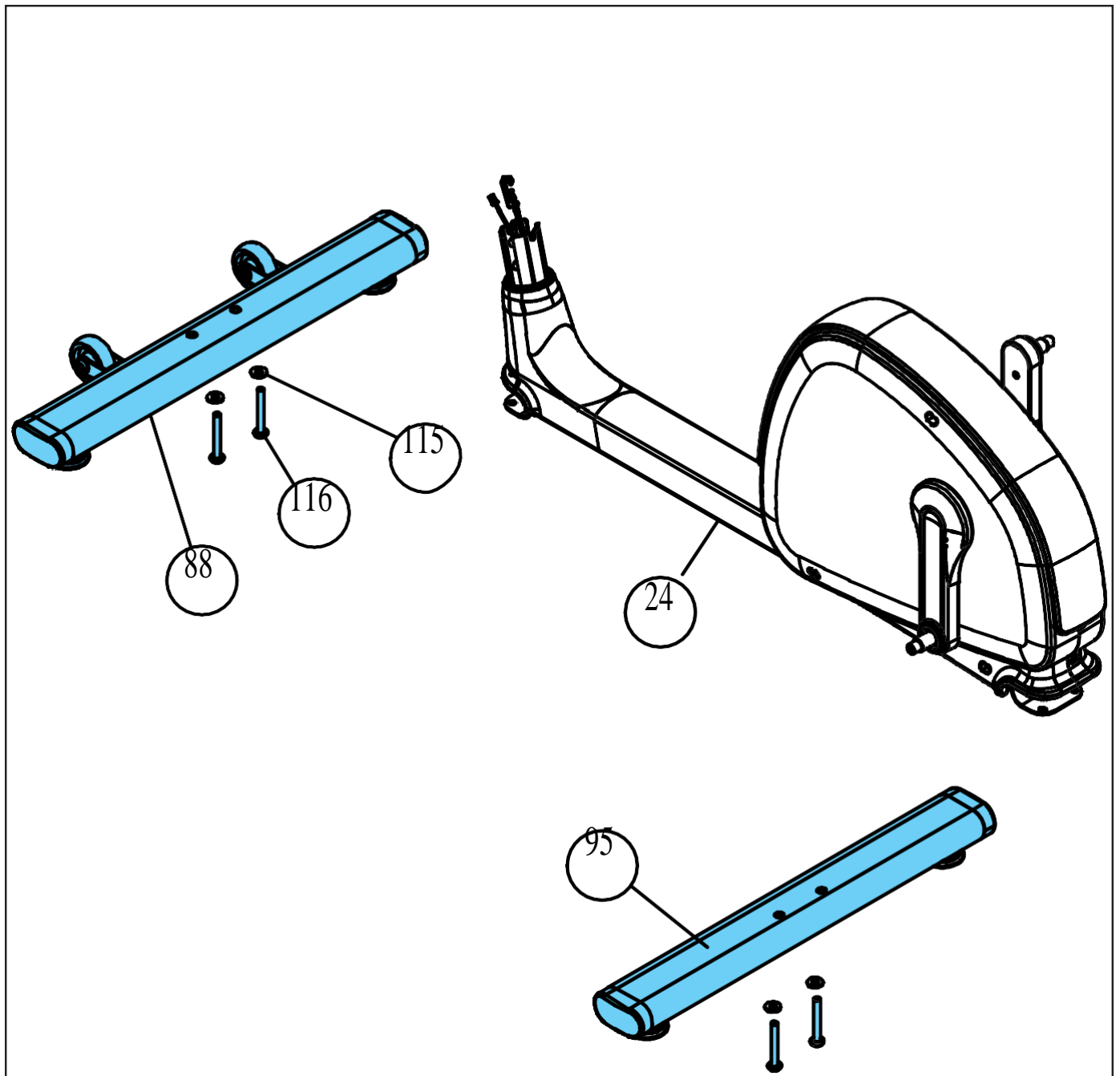


# D-1



<p>111 Spring Washer φ 8*2T(2)</p>	<p>115 Curved Washer φ 8* φ 19*2T (4)</p>	<p>117 Curved Washer φ 17* φ 25*1T (2)</p>	<p>112 Curved Washer φ 8.5* φ 25*2T (4)</p>
<p>114 Carriage Bolt M8*16L(8)</p>	<p>113 allen bolt M5*10L(12)</p>	<p>116 Carriage Bolt M8*60L(4)</p>	
<p>Allen Key(1)</p>	<p>Allen Key(1) 5MM</p>	<p>Box Spanner(1)</p>	

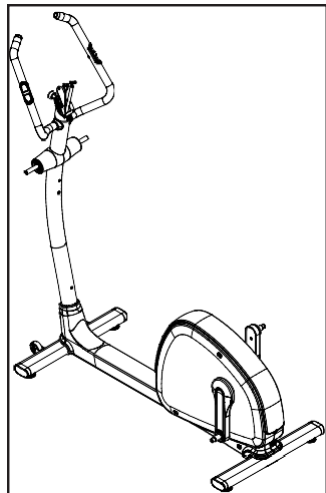
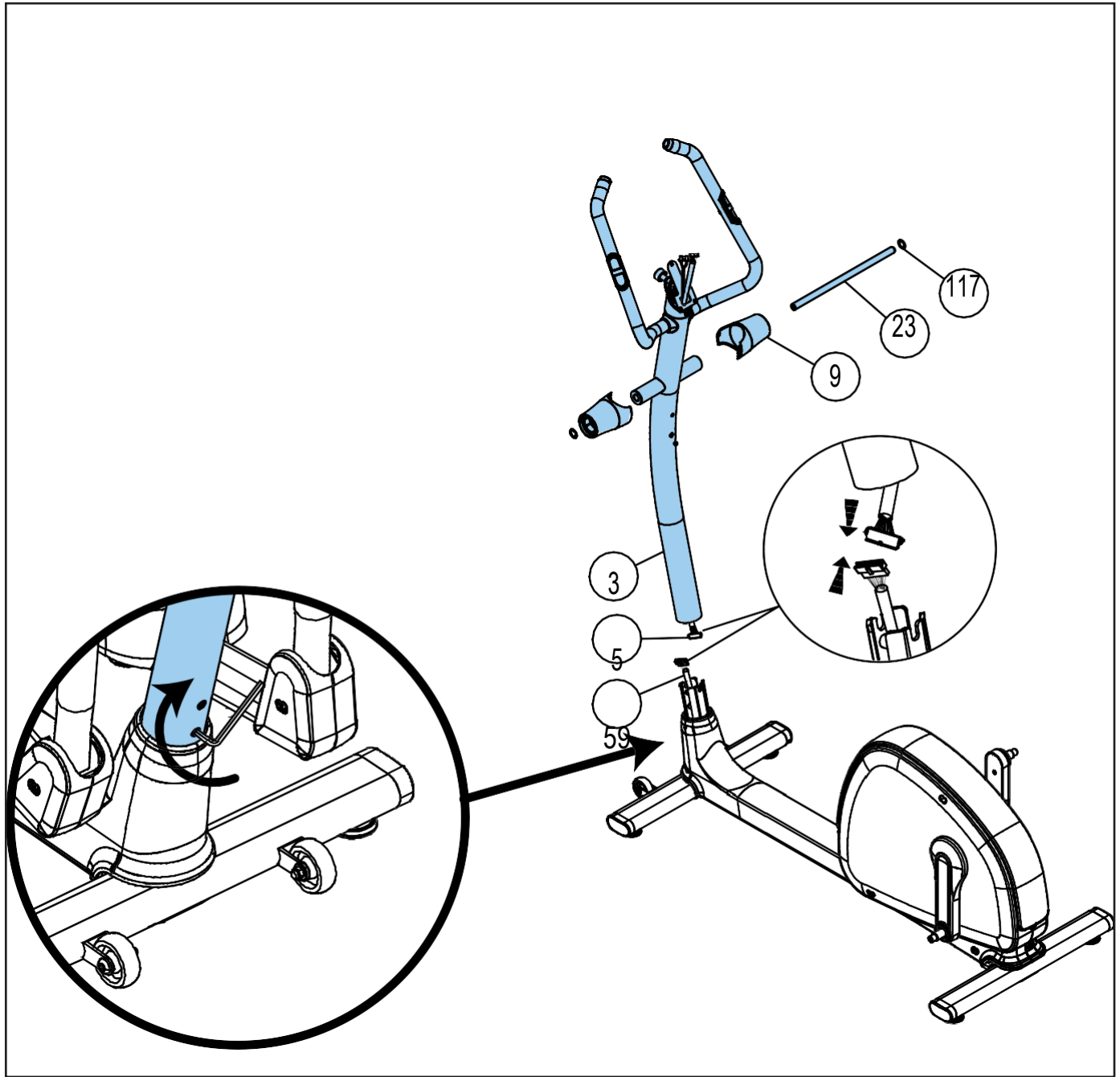
# D-2





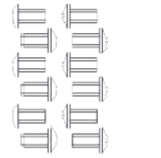


<p>111 Spring Washer φ 8*27 (2)</p>	<p>115 Curved Washer φ 8*φ 19*27 (4)</p>	<p>117 Curved Washer φ 17*φ 25 1T (2)</p>	<p>112 Curved Washer φ 8.5*φ 25 2T (4)</p>
<p>114 Carriage Bolt M8*16L(8)</p>	<p>113 allen bolt M3*10L(12)</p>	<p>116 Carriage Bolt M8*60L(4)</p>	
<p>Allen Key(1)</p>	<p>Allen Key(1) 5MM</p>	<p>Box Spanner(1)</p>	

7

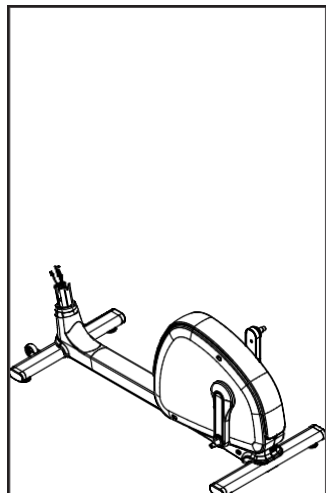
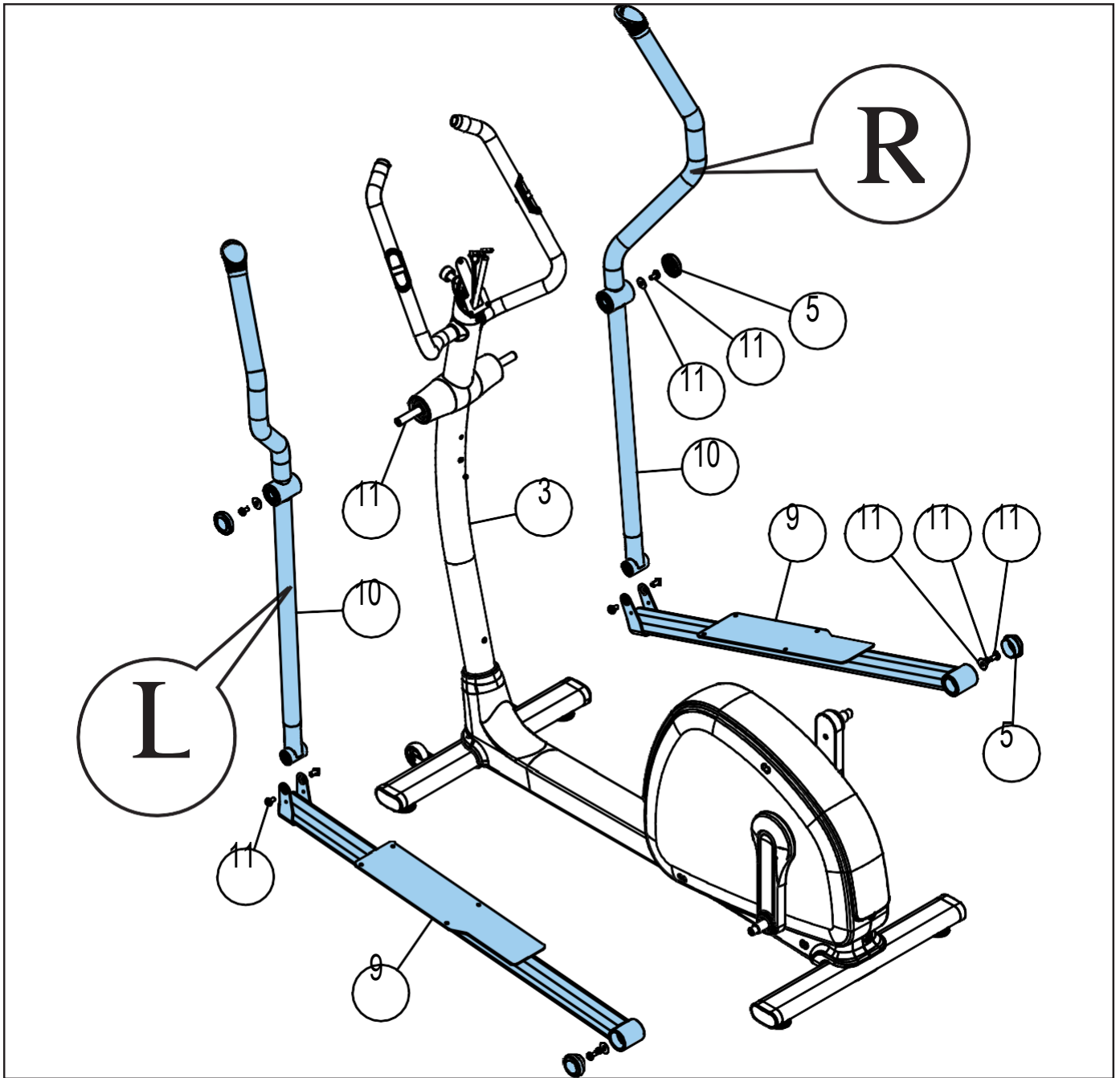
# D-3



 <p>111 Spring Washer φ 8*2T(2)</p>	 <p>117 Curved Washer φ 17*φ 25*11 (2)</p>	 <p>112 Curved Washer φ 8.5*φ 25 2T (4)</p>
 <p>114 Carriage Bolt M8*16L(8)</p>	 <p>113 allen bolt M5*10L(12)</p>	
<p>Allen Key(1)</p>	<p>Allen Key(1) 5MM</p>	<p>Box Spanner(1)</p>



# D-4



111 Spring Washer  $\phi 8 \times 21$  (2)

112 Curved Washer  $\phi 8,5 \times \phi 25 \times 21$  (4)

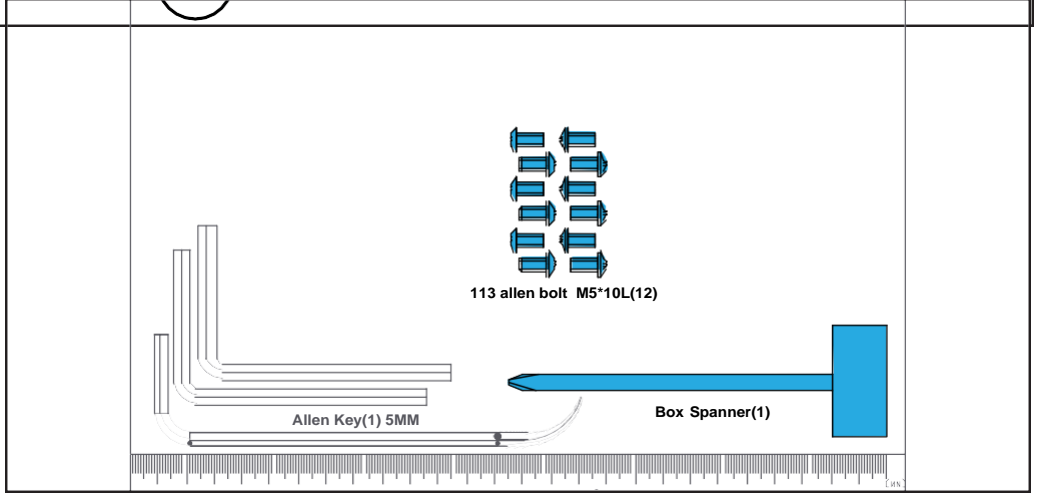
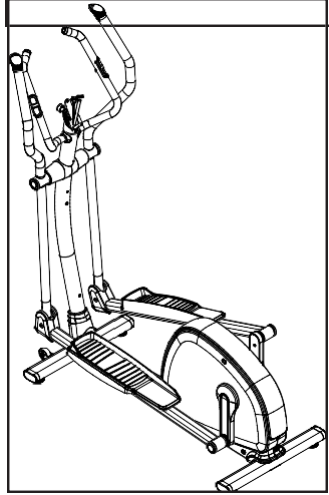
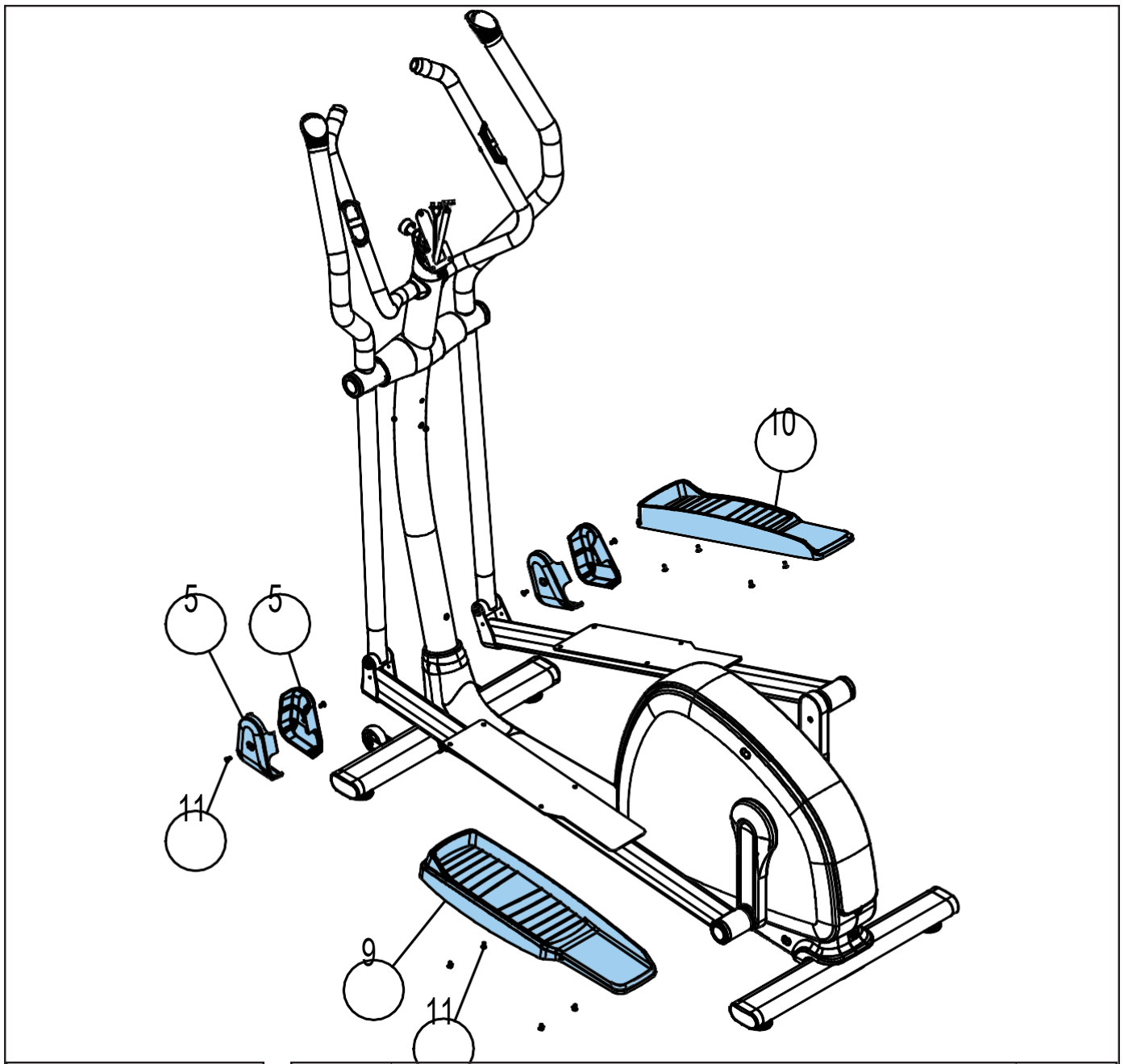
114 Carriage Bolt M8\*16L(8)  
Allen Key(1)

113 allen bolt M5\*10L(12)

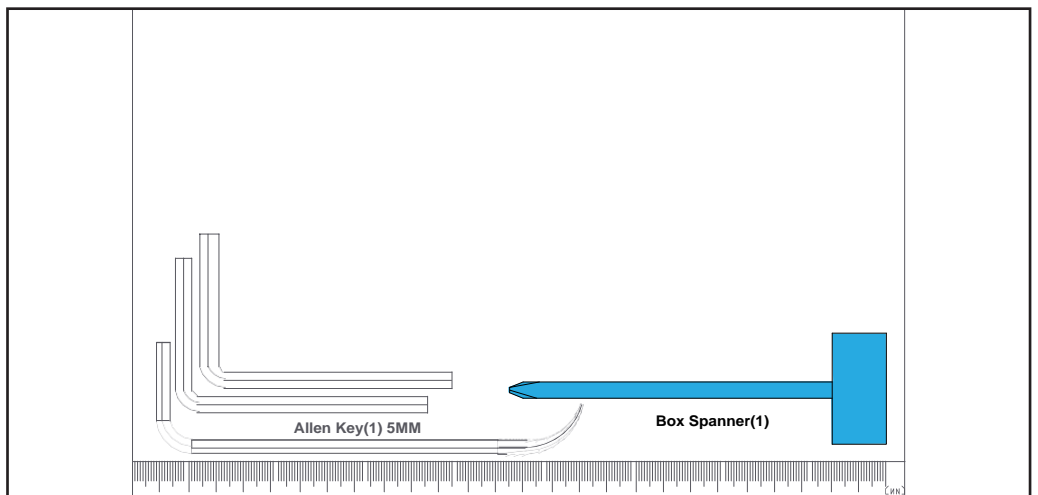
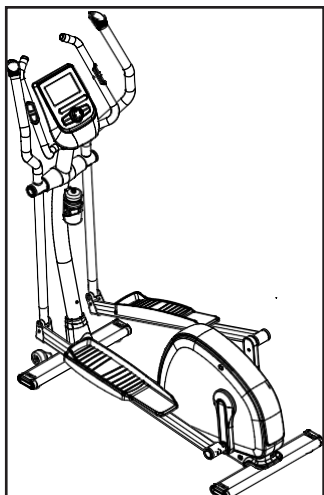
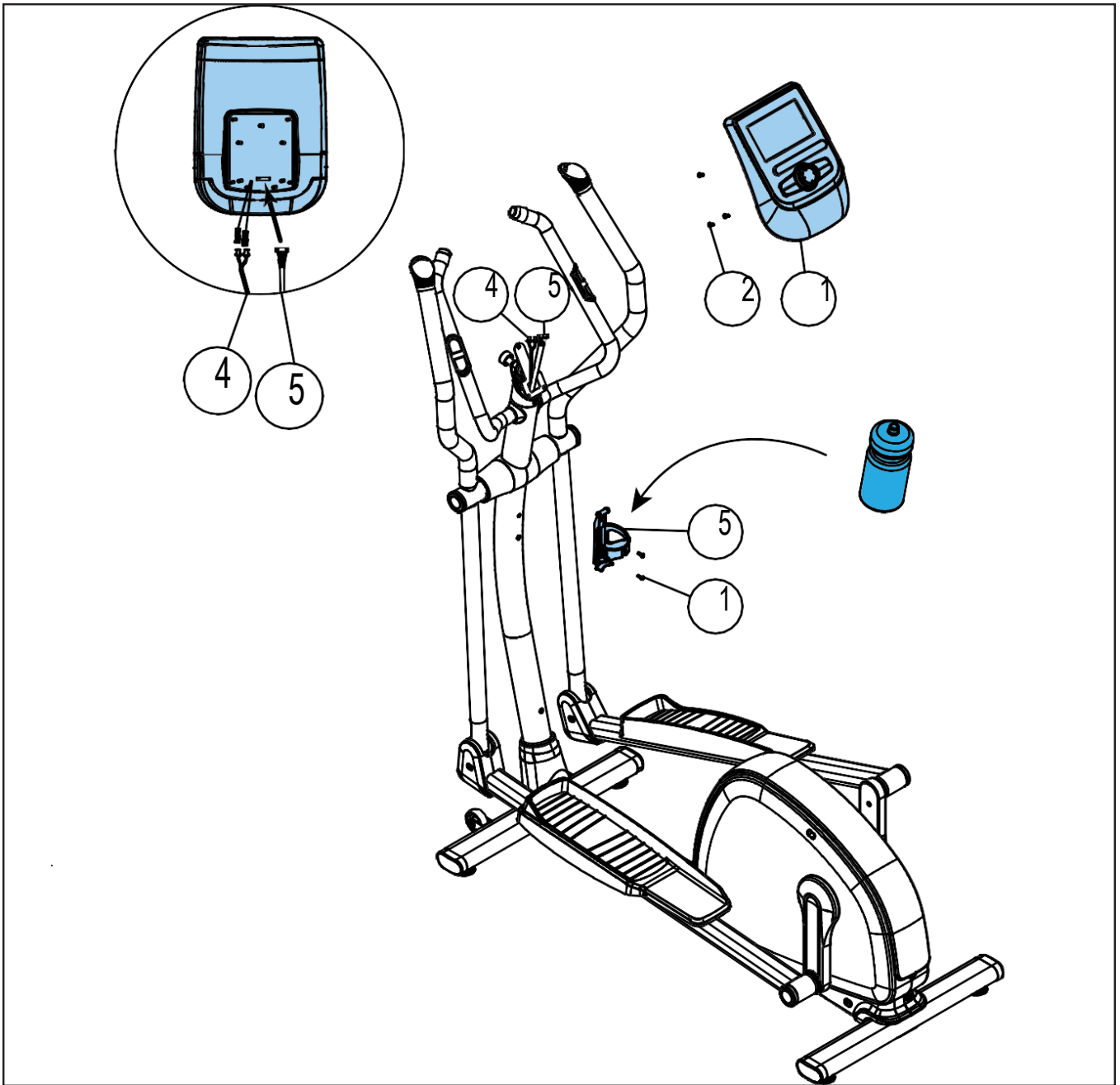
Allen Key(1) 5MM

Box Spanner(1)

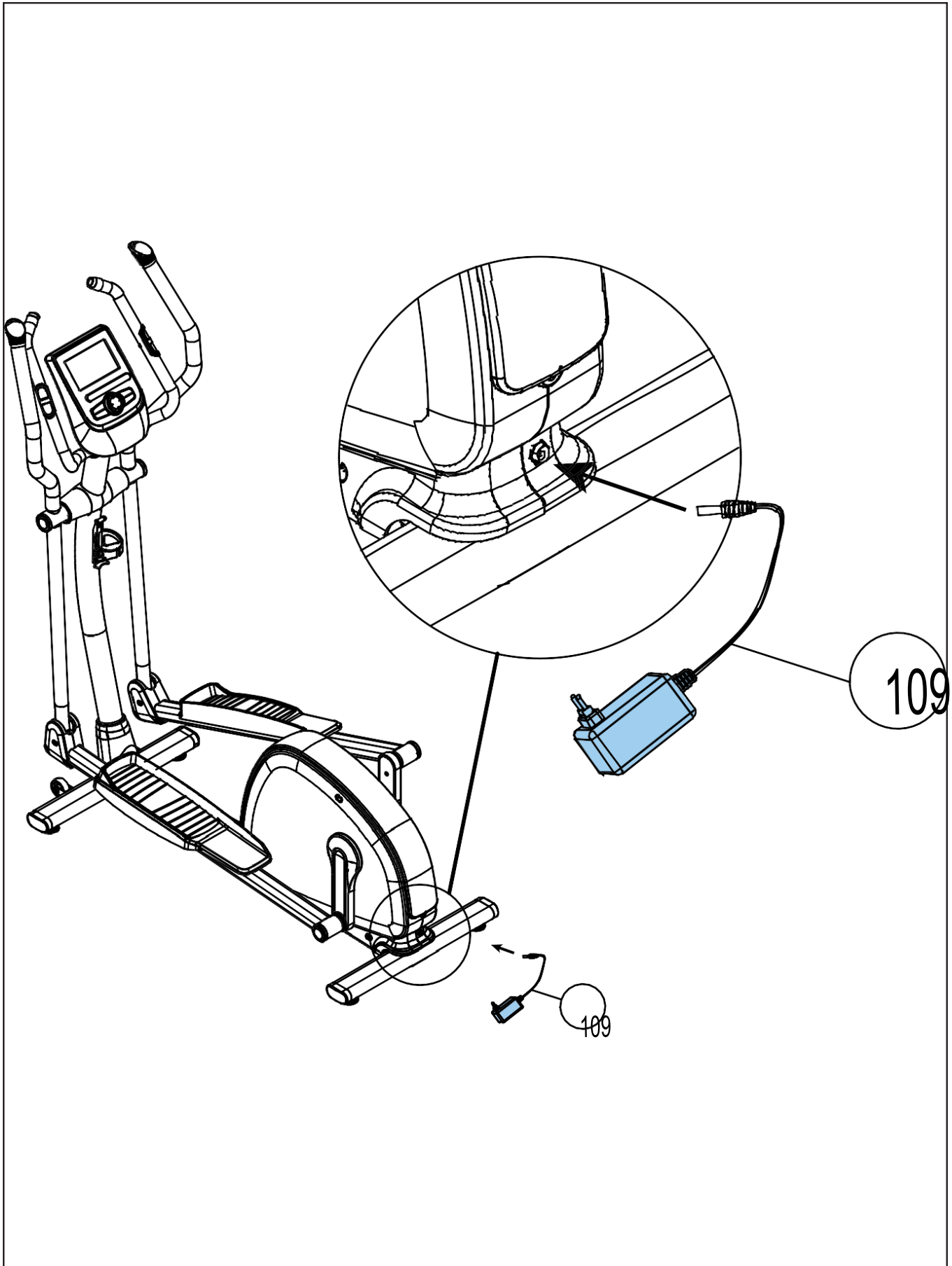
# D-5



# D-6



# E



F-01



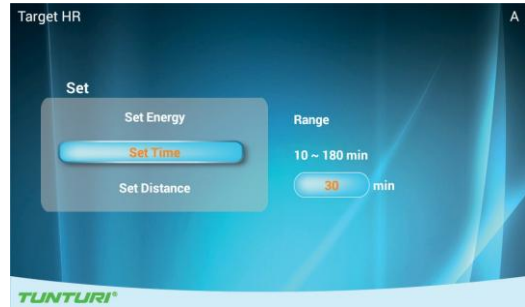
F-06



F-02



F-07



F-03



F-08



F-04



F-09



F-05

Last Session		
Distance:	3.37	km
Training Time:	00:09:02	
Max Speed:	22.5	km/h
Average Speed:	22.5	km/h
Max HR:	0	bpm
Average HR:	0	bpm
Energy Expenditure:	66	kcal
Average Effort:	78	watt

F-10

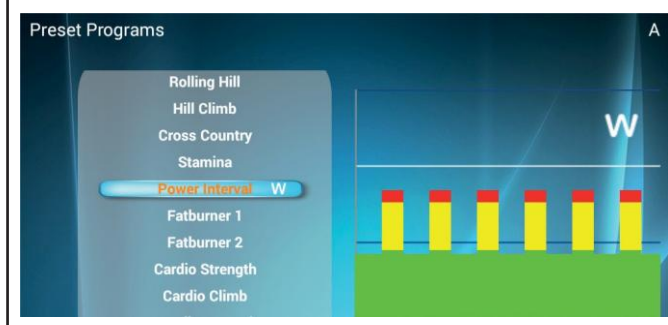




F-11



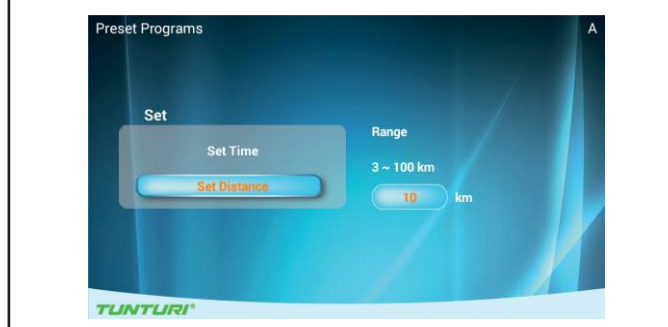
F-16



F-12



F-017



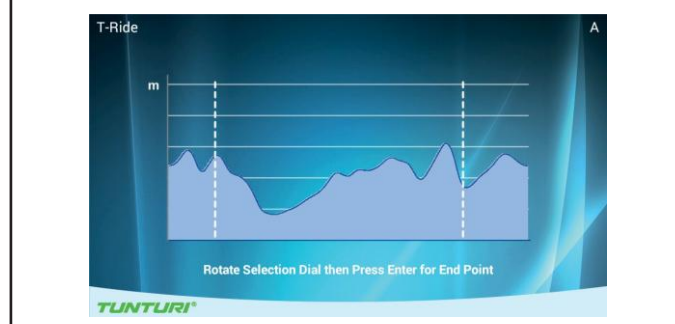
F-13



F-18



F-14



F-19



F-15



F-20



F-21



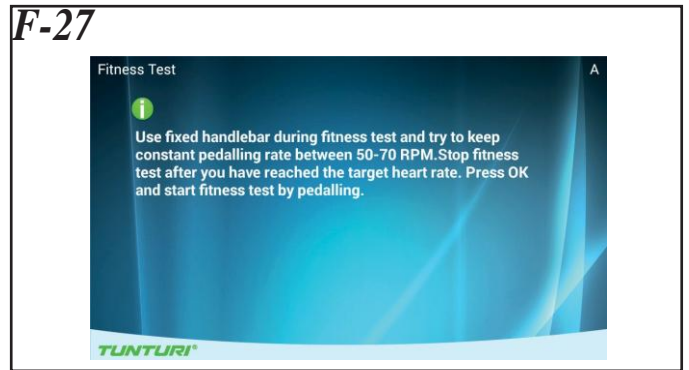
F-26



F-22



F-27



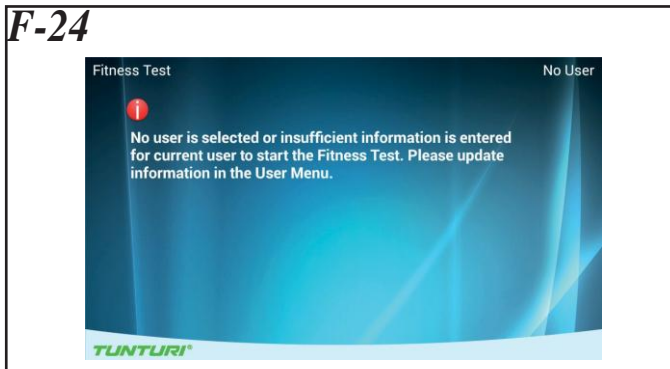
F-23



F-28



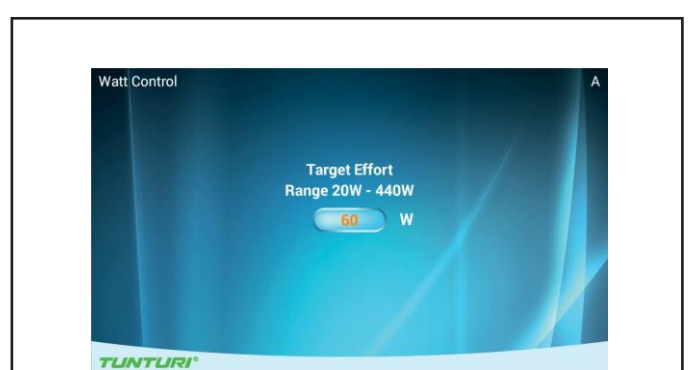
F-24



F-29



F-30



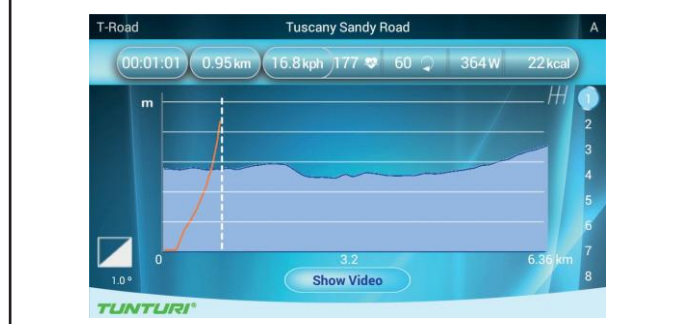
F-31



F-36



F-32



F-37



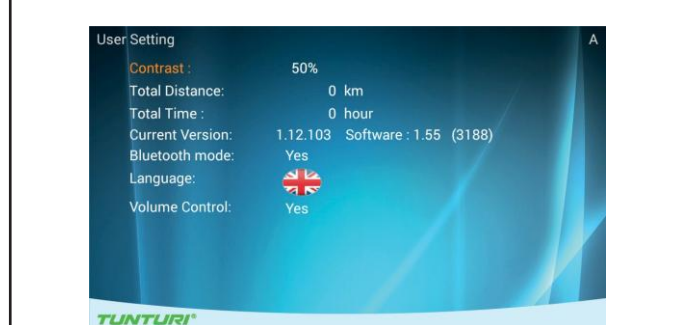
F-33



F-34



F-35





## MONTAŻ (RYS. D)

### UWAGA!

- ZAPOZNAJ SIĘ Z INSTRUKCJĄ.
- 2 OSOBY KONIECZNE DO PRZEMIESZCZENIA ORBITREKA.

### UWAGA

- ROZKŁADAJ NA RÓWNEJ POWIERZCHNI.
- ZABEZPIECZ PODŁOGĘ.
- ZAPEWNIJ ODPOWIEDNIA ILOŚĆ MIEJSCA DO MONTAŻU.
- ZACHOWAJ INSTRUKCJĘ OBSŁUGI.

 **UWAGA**  
ZACHOWAJ NARZĘDZIA  
PRZEKAZANE W ZESTAWIE.

## ROZGRZEWKA

PRZED PRYZYSTĄPIENIEM DO  
ĆWICZENIA NALEŻY PRZEPROWADZIĆ  
ROZGRZEWKĘ.

SKONTAKTUJ SIĘ Z LEKARZEM ABY  
UPEWNIĆ SIĘ O ZAKRESIE I  
INTENSYWNOŚCI ĆWICZEŃ.

### CZUJNIKI PULSU

W TRAKCIE POMIARU PULSU OBIE DŁONIE  
WINNY SPOCZYWAĆ NA CZUJNIKACH  
PULSU ZNAJDUJĄCYCH SIĘ NA  
KIEROWNICY.

JEŻELI SKÓRA JEST SUCHA POMIAR  
PULSU MOŻE BYĆ NIEDOKŁADNY.



#### UWAGA

- NIE DOKUNUJ POMIARU PULSU  
NA CZUJNIKACH I PASIE  
PIERSIOWYM JEDNOCZEŚNIE.
- W WYAPDKU WRPWADZENIA MAX  
WARTOŚCI PULSU LICZNIK WYDA  
SYGNAŁ DŹWIĘKOWY GDY TA  
WARTOŚĆ BĘDZIE OSIĄGNIĘTA.

### POMIAR PULSU (PAS PIERSIOWY)

ABY POMIAR BYŁ POPRAWNY SÓRA POD  
PASEM WINNA BYĆ LEKKO WILGOTNA.

### OSTRZEŻENIE

PRZED PRYZYSTĄPIENIEM DO ĆWICZEŃ SKONSULTUJ  
SIĘ Z LEKARZEM.

### OSTRZEŻENIE

- MIĘDZY RÓŻNYMI MIERNIKAMI WINNA BYĆ  
ODLEGŁOŚĆ CO NAJMNIEJ 1.5M.



#### UWAGA

- PAS PIERSIOWY NIE MOŻE BYĆ ZAKŁADANY NA  
KOSZULKĘ.
- DŹWIĘK LICZNIKA ZASYGNALIZUJE DOJŚCIE  
DO WARTOŚCI ZADANEJ PULSU.
- JEŻELI NA LICZNIKU NIE POJAWI SIĘ IKONKA  
POMIARU PULSU TZN., ŻE POMIAR NIE JEST W  
TRAKCIE REALIZACJI.
- URZĄDZENIA ELEKTRYCZNE I TELEFONY  
WINNA ZNAJDOWAĆ SIĘ W ODPOWIEDNIEJ  
ODLEGŁOŚCI OD ORBITREKA ABY NIE  
ZAKŁÓCAĆ POMIARU.

### PULS MAKSYMALNY (W TRAKCIE TRENINGU)

OBLICZENIE PULSU MAKSYMALNEGO: 220 – WIEK  
UZYTKOWNIKA.



### OSTRZEŻENIE

- W TRAKCIE ĆWICZENIA NIE NALEŻY  
PRZEKRACZAĆ WARTOŚCI PULSU  
MAKSYMALNEGO.

### POCZĄTKUJĄCY

**50-60% WARTOŚCI PULSU MAKSYMALNEGO**  
ĆWICZENIE 3 RAZY W TYGODNIU.  
CZAS ĆWICZENIA NIE WIĘCEJ NIŻ 30 MIN.

### ZAAWANSOWANY

**60-70% WARTOŚCI PULSU MAKSYMALNEGO**  
ĆWICZENIE 3 RAZY W TYGODNIU.  
CZAS ĆWICZENIA NIE WIĘCEJ NIŻ 30 MIN.

### Expert

**70-80% WARTOŚCI PULSU MAKSYMALNEGO**  
NIE MA OGRANICZEŃ W CZĘSTOTLIWOSCI ĆWICZENIA.

## UŻYTKOWANIE



## REGULACJA NÓZEK

NÓŻKI POWINNY BYĆ TAK SUATWIONE ABY ORBITREK STAŁ STABILNIE. PO WŁAŚCIWYM USTAWIENIU NALEŻY ZABLOKOWAĆ NÓŻKI DOKRĘCAJĄC NAKRĘTKI.

## ZASILANIE (RYS. E)

PRZED PODŁĄCZENIEM ORBITREKA DO GNIAZDKA SKONSULTUJ SIĘ Z ELEKTRYKIEM.

### UWAGA

- NALEŻY SPRAWDZIĆ CZY NAPIĘCIE W GNIAZDKU JEST WŁAŚCIWE.
- JEŻELI NIE KORZYSTASZ Z ORBITREKA WYCIAGNIJ WTYCZKĘ Z GNIAZDKA.

## PULS MAKSYMALNY (W TRAKCIE TRENINGU)

OBLICZENIE PULSU MAKSYMALNEGO: 220 – WIEK UŻYTKOWNIKA.



### OSTRZEZENIE

- W TRAKCIE CWICZENIA NIE NALEŻY PRZEKRACZAĆ WARTOŚCI PULSU MAKSYMALNEGO. POCZĄTKUJĄCY

**50-60% WARTOŚCI PULSU MAKSYMALNEGO**  
ĆWICZENIE 3 RAZY W TYGODNIU.  
CZAS ĆWICZENIA NIE WIĘCEJ NIŻ 30 MIN.

### ZAAWANSOWANY

**60-70% WARTOŚCI PULSU MAKSYMALNEGO**  
ĆWICZENIE 3 RAZY W TYGODNIU.  
CZAS ĆWICZENIA NIE WIĘCEJ NIŻ 30 MIN.

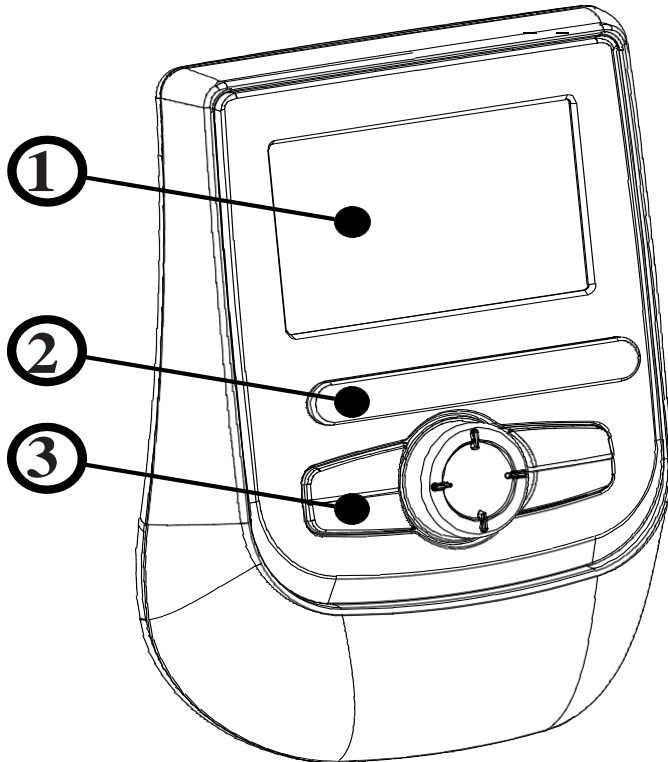


### Expert

**70-80% WARTOŚCI PULSU MAKSYMALNEGO**  
NIE MA OGRANICZEŃ W CZĘSTOTLIWOSCI ĆWICZENIA.



## LICZNIK (RYS. F)



1. WYŚWIETLACZ
2. PODPÓRKA
3. PRZYCISKI



### UWAGA

- TRZYMAJ Z DAŁ OD KSPOZYCJI SŁONECZNEJ.
- LICZNIK WINIEN BYĆ SUCHY.
- NIE OPIERAJ SIĘ NA LICZNIKU.
- WYŚWIETLACZ DOTYKAJ OPUSZKIEM PALCA. NIE DOTYKAJ PAZNOKCIAMI ABY NIE ZARYSOWAĆ WYŚWIETLACZA.



### UWAGA

- BRAK SYGNAŁU PRZEZ 4 MIN. POWODUJE WYŁĄCZENIE LICZNIKA. WYŚWIETLACZ POKAŻE TEMPERATURĘ OTOCZENIA.

## PRZYCISKI

### BACK/ STOP

- POWRÓT DO POPRZEDNIEGO OKNA.
- STOP W TRAKCIE ĆWICZENIA

### QUICK START

- START ĆWICZENIA BE WPROWADZENIA DANYCH.
- SKANOWANIE KOLEJNYCH FUNKCJI.

## MAIN MENU – MENU GŁÓWNE

- POWRÓT DO MANU GŁÓWNEGO.
- W CZASIE ĆWICZENIA WŁĄCZENIE LICZNIKA.

## USER SETTING – USTAWIENIA

### UŻYTKOWNIKA

- NACISNIJ ABY WEJŚĆ W “User/Setting” - “mode EKRAN”.
- PRZYCISK NIE DZIAŁA W TRAKCIE ĆWICZENIA.

## MODE/ ENTER

- WYBÓR W MENU GŁÓWNYM
- User/setting mode – WYBÓR OPCJI
- WYBÓR ĆWICZENIA W OKNIE USTAWIENÍ
- ZWIĘKSZANIE I ZMNIĘSZANIE WARTOŚCI
- ZMIANA WARTOŚCI (high/low) W TRAKCIE ĆWICZENIA
- ZMIANA W FUNKCJI “T-Ride™” LUB “T-Road”.

## Horizontal - POZIOMO

- WYBÓR OPCJI POKRĘTŁEM W PRAWO.
- WYBÓR OPCJI POKRĘTŁEM W LEWO.

## Vertical - PIONOWO

- ZWIĘKSZANIE FUNKCJI.
- ZMNIĘSZANIE FUNKCJI

## WYBÓR FUNKCJI:

- Sport POTWIERDZENIE
- POTWIERDZENIE OPCJI W “User/Setting”
- Confirmation of working item on setting screen
- POTWIERDZENIE WARTOŚCI ZADANEJ
- PRZEŁĄCZANIE MIĘDZY “BPM-NM” & “BPM-W”.
- PRZEŁĄCZANIE OKNA MIĘDZY “BPM-M” & „BPM-FT” W CZASIE „T-Ride™”.
- PRZEŁĄCZANIE OKNA MIĘDZY “Video – Profile”
- PODCZA
- S “TRoad
- PRZEŁĄCZANIE KOLEJNEJ FUKCJI W “T-Trainer™”

## ZEWNĘTRZNY PORT USB

### SPOSOBY UŻYTKOWANIA:

- USB ŁADOWANIE. SERWIS - UAKTUALNIANIE



### UWAGA

- DLA USB FORMAT “NTFS”

## OPERACJE

### Power on

- NACIŚNIECIE DOWOLNEGO PRZYCISKU WZBUDZA LICZNIK..

PO ZAŁADOWANIU APP (fig. F-01) INTERFACE UŻYTKOWNIKA NA GŁ. WYŚWIETLACZU (fig. F-02).

## PROGRAMY

### Quick start – SZYBKI START

- PRZEKRĘĆ POKRĘTŁO NA „Quick start“
- PRZEKRĘĆ ABY WEJŚĆ W OKNO.

(RYS. F-03)

The X axis – CZAS W MIN. 0~30. UAKTUALNIENIE CO 15 MINUT.

- W CZASIE ĆWICZENIA NACIŚNIJ POKRĘTŁO ABY PRZEŁĄCZYĆ „Y-axis” NA „Nm- bpm”.
- KRESKI POKAZĄ DANE W „Nm”. ZMIANA WARTOŚCI „Nm” POKRĘTŁEM.
- BIAŁE KROPKI WSKAZUJĄ AKTUALNĄ POZYCJĘ I WYPEŁNIAJĄ SIĘ WRAZ Z CZASEM ĆWICZENIA. WYŚWIETLACZ MOŻE POKAZAĆ MAKS. 5 GODZ..

### ZAKOŃCZENIE ĆWICZENIA

ZAKOŃCZENIE ĆWICZENIA NACISKAJĄC „Back/stop” LUB MANU GŁ. POKAŻE DOJŚCIE DO WARTOŚCI ZADANEJ (RYS. F-04)

#### Continue - KONTYNUACJA:

WYBIERZ „Continue” ABY WRÓCIĆ DO OKNA ĆWICZENIA.

#### Exit - WYJŚCIE:

WYBIERZ „Exit” ABY WRÓCIĆ DO OKNA POPRZEDNIEJ SESJI.

#### Save&Exit / ZACHOWAJ & WYJDŹ:

WYBIERZ „Save&Exit” & WEJDŹ W FUNKCJĘ Z DOŁU WYŚWIETLACZA: WYBIERZ POKRĘTŁEM A~Z LUB 0~9, ZACHOWAJ DANE & NAZWĘ FUNKCJI DLA NOWEGO ĆWICZENIA.

#### OSTATNIA SESJA (RYS. F-05)

WYŚWIETLA DANE OSTATNIEJ SESJI. NACIŚNIJ POKRĘTŁO ABY WRÓCIĆ DO MENU GŁ.

### Target heart rate – PULS DOCELOWY

- PRZEKRĘĆ POKRĘTŁO NA „Target HR“
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ I WEJŚĆ W USTAWIENIA (RYS. F-06)
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY SUATWIĆ WARTOŚĆ PULCU. (W % Z WARTOŚCIĄ „bpm”)
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ZEBY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO USTAWIEŃ (RYS. F-07)
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY WYBRAĆ FUNKCJĘ.

- NACISNIJ POKRĘTŁO ABY KONTYNUOWAĆ USTAWIENIA.
- PRZEKRĘĆ POKRĘTŁO ABY USTAWIĆ WARTOŚĆ
- NACIŚNIJ POKRĘTŁO ABY POTWIERDZIĆ & PRZEJŚĆ DO OKNA ĆWICZENIA. (RYS. F-08)

“X-axis” POAZUJE SIĘ ZGODNIE Z WYBRANYMI “Energy/Time/Distance” W OKNIE USTAWIEŃ:

Energy Unit: kcal  
Time Unit: min  
Distance Unit: km in metric  
mile in Imperial

- W TRAKCIE ĆWICZENIA NACISNIJ GAŁKĘ, ABY PRZEŁĄCZYĆ „Y-axis” NA „W – bpm”.
- KRESKI POKAZĄ WARTOŚĆ PULSU W „bpm.” PRZEKRĘĆ POKRĘTŁO ABY ZWIEKSZYĆ WARTOŚĆ.
- BIŁA LINIA WSKAŻE AKTUALNĄ POZYCJĘ I PRZESUNIE SIĘ W PRAWO NA „calorie /time/distance increases”.
- POMARAŃCZOWY ZNACZEK POKAŻE AKTUALNY PULS UŻYTKOWNIKA.
- NIEBIESKI ZNAK POKAŻE WARTOŚĆ “Watt “.
- PROGRAMOWANIE LICZNIKA: LICZNIK POMAGA OSIĄGNĄĆ WARTOŚĆ DOCELOWĄ – AKTUALNA WARTOŚĆ PULSU WYŻSZA NIŻ ZADANA LICZNIK ZWIĘKSZA “WATT” LUB ZMNIJESZA W SYTUACJI PRZECIWNEJ.
- WIADOMOŚĆ “No Heart Rate” – BRAK POMIAWURU.

### Manual – USTAWIENIA RĘCZNE

- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ NA „Manual”
- NACISNIJ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO USTAWIEŃ (RYS. F-09).
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY WYBRAĆ FUNKCJĘ
- NACIŚNIJ ABY POTWIERDZIĆ & KONTYNUOWAĆ USTAWIENIA.
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY AMIENIĆ WARTOŚĆ
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO ĆWICZENIA. (RYS. F-03)

“X axis” WSKAZ MIN. 0~30. UAKTUALNIENIE CO 15 MIN.

- W CZASIE ĆWICZENIA NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY PRZEŁĄCZYĆ “Y-axis” NA „Nm- bpm”.
- KRESKI WSKAZĄ WARTOŚĆ W “Nm”. PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY WARTOŚĆ “Nm” ZWIEKSZYĆ.
- BIAŁA LINIE WSKAŻE AKTUALNĄ POZYCJĘ. MAKSYMALNY WSKAZ 5 GODZ.



PO ZATRZYMANIU: “End your workout”

## Watt STAŁY

- PRZEKRĘĆ POKRĘTŁO NA “Watt Constant”
- NACISNIJ POKRĘTŁO ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO USTAWIEŃ (RYS.F-10).
- PRZEKRĘĆ POKRĘTŁO ABY USTAWIĆ WARTOŚĆ „Watt”.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO USTAWIEŃ (2) (Fig. F-11)
- PRZEKRĘĆ ABY WYBRAĆ FUNKCJĘ.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & KONTYNUWAĆ USTAWIENIA.
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY ZMIENIĆ WARTOŚĆ.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO CWICZENIA (RYS. F-12)

“ X-axis” JEST WYŚWIETLANY ZGODIE Z “Energy/Time/Distance” W OKNIE USTAWIEŃ.

Energy Unit: kcal  
Time Unit: min  
Distance Unit: km in metric  
mile in Imperial

- W TRAKCIE ĆWICZENIANACISNIJ GAŁKĘ ABY PRZEJŚĆ Z „Y-axis” NA „Nm – bpm”.
- KRESKI WSKAZA WARTOŚĆ “Watt”. PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY ZMIENIĆ WARTOŚĆ „Watt”.
- BIŁA LINIA WSKAŻE AKTUALNĄ POZYCJĘ & WSKAZ Z “calorie /time/distance increases”.
- POMARAŃCZOWY ZNAK WSKAZUJE AKTUALNY PULS.
- PROGRAMOWANIE LICZNIKA: LICZNIKA POMAGA OSIĄGNAĆ WARTOŚĆ ZADANĄ, A WIĘC ZWIĘKSZA “WAT” JEŻELI PULS JEST PONIŻEJ WARTOŚCI ZADANEJ LUB ZWIĘKSZA JEŻELI JEST NA ODWRÓT.

## T-Ride

- PRZEKRĘĆ GAŁKĄ W POZYCJĘ “T-ride”
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO USTAWIEŃ (RYS. F-13).
- PRZEKRĘĆ ABY WYBRAĆ: “Top” & “Down” - Trail - Easy Ride - Marathon - Short Loop.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO USTAWIEŃ (2) (Fig. F-14)
- USTAW PKT. “Startup” ĆWICZENIA: PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY ZWIĘKSZYĆ BIAŁĄ LEWĄ LINIĘ, A NASTĘPNIE NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ.

- USTAW PKT. ZAKOŃCZENIA ĆWICZENIA: PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY WYDŁUŻYĆ BIAŁĄ LINIĘ, A NASTĘPNIE NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ I PRZEJŚĆ DO OKNA ĆWICZENIA (Fig. F-15)

“X-axis” WSKAZUJE JEDNOSTKĘ DYSTANSU W KM LUB MILACH.

- W TRAKCIE ĆWICZENIA NACISNIJ GAŁKĘ ABY PRZEJŚĆ Z “Y-axis” NA „m-bpm” LUB „ft-bpm”.
- BIAŁA LINIA WSKAZUJE AKTUALNĄ POZYCJĘ I PRZESUWA SIĘ EW PRAWO W MIARĘ ZWIĘKSZANIA DYSTANSU.
- NA PRAWYM OKNIE WSKAZ 1~8 – ZMIAN PRZEKRĘCAJĄC GAŁKĘ.
- BIŁA IKONKA “+ 0°” W LEWYM OKNIE WSKAZUJE POZIOM NACHYLENIA.
- OKNO OSTATNIEJ SESJI WSKAZUJE DANE ĆWICZENIA. NACISNIJ GAŁKĘ ABY PRZEJŚĆ DO MENU GŁÓWNEGO.

## PROGRAMY LICZNIKA

- PORZEKRĘĆ GAŁKĘ NA “Preset Programs”
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & PRZEJŚĆ DO OKNA USTAWIEŃ (RYS. F-16).
- PRZEKRĘCAJ GAŁKĘ ABY WYBRAĆ:  
Watt control: Rolling Hills - Hill Climb - Cross Country - Stamina - Power Interval items & Heart Rate Control: Fat burner 1 - Fat burner 2 - Cardio Strength - Cardio Climb - Cardio Interval.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ DO OKNA USTAWIEŃ (2) (Fig. F-17)
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY DOKONAĆ WYBORU.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & KONTYNUWAĆ USTAWIENIA.
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY ZMIENIĆ WARTOŚĆ.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & PRZEJŚĆ DO OKNA ĆWICZENIA (RYS. F-18)
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY DOKONAĆ WYBORU.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & KONTYNUOWAĆ USTAWIENIA.
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY ZMIENIĆ WARTOŚĆ.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & PRZEJŚĆ DO OKNA ĆWICZENIA.



UWAGA

### OKNO ĆWICZENIA:

WYŚWIELENIE W OKNIE JEST UZALEŻNIONE OD WYBORU DANEJ FUNKCJI ĆWICZENIA.

### Nm manual mode

TAK SAMO, JAK PROGRAM : MANUAL “.



**Watt Constant Mode**

TAK SAMO JAK PROGRAM "Watt"

**Target HR Mode**

TAK SAMO, JAK PROGRAM "Heart Rate Mode".

**Own Trainings – WŁASNY TRENING**

- PRZEKREĆ GAŁKĘ ABY WYBRAĆ "Own trainings"
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO USTAWIEŃ (1). (Fig. F-20)

**UWAGA**

- KIEDY TRENINGI ZADANE SIĘ ZNAJDA (RYS. F-19) OKNO JE POKAŻE.
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY WRÓCIĆ DO MENU GŁ.

OKNO USTAWIEŃ (1) JEST DO USTAWIEŃ UŻYTKOWNIKA & DANYCH TRENINGU. WSKAZ PO LEWEJ & PRAWEJ STRONIE OKNA.

- PRZEKREĆ GAŁKĘ ABY WYBRAĆ.
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & OTWORZYĆ OKNO WYBORU (RYS. F-21)
- PRZEKREĆ GAŁKĘ I DOKONAJ WYBORU (RYS. F-22)

**WYBÓR "Replay"**

- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ. WEJDŹ W OKNO ĆWICZENIA & KONTYNUUJ POPRZEDNI TRENING.

**WYBÓR "Edit"**

- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ.
- WEJDŹ & EDYTUJ ZAKRES USTAWIEŃ.
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & PRZEJŚĆ DO OKNA ĆWICZENIA.

**WYBÓR "Delete"**

- PRZEKREĆ GAŁKĘ ABY DOKONAĆ WYBORU
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & OTWORZYĆ OKNO WYBORU.
- WYBIERZ "Yes" ABY KASOWAĆ DANE LUB „no" ABY JE ZATRZYMAĆ (RYS. F23)
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ.

**Fitness test**

- PRZEKREĆ GAŁKĄ NA "Fitness test"
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W EKRAN USTAWIEŃ (1).

**UWAGA**

- ABY PRZEPROWADZIĆ TEST KONIECZNA JEST DOSTĘPNOŚĆ DANYCH UŻYTKOWNIKA - W PRZECIWNYM RAZIE TEST NIE MOŻE BYĆ WYKONANY ( RYS. F-24)
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY WRÓCIĆ DO MENU GŁ.
- PRZEKREĆ GAŁKĘ ABY DOKONAĆ WYBORU MIĘDZY (Inactive / Active / Athletic mode) (Fig. F-25)
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & OTWORZYĆ OKNO USTAWIEŃ (2) (RYS. F-26)
- PRZEKREĆ GAŁKĘ ABY USTAWIĆ WARTOŚĆ PULSU UŻYTKOWNIKA „Vo2 Max value". (ZAKRES: 68~220bpm.)  
CEL: 85% Z Max HR & WSKAZ Max HR (bpm) & weight (kg) / WAGA.
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & OTWORZYĆ OKNO INFO (RYS. F-27)
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & OTWORZYĆ OKNO ĆWICZENIA.

*Workout screen / OKNO ĆWICZENIA:**TAK JAK PROGRAM LICZNIKA "Heart Rate Mode".*

WSKAZY NA EKRANIE:

**"Test Failed ! if:**

- ZBYT KRÓTKI CZAS ĆWICZENIA
- RPM WARTOŚĆ ZA NISKA
- HR WARTOŚĆ NIE OSIĄGNIĘTA
- HR MNIEJSZ NIŻ 110 bpm

**"No Heart Rate detected":**

- BRAK DANYCH PULSU UŻYTKOWNIKA
- NACIŚNIJ "Back/stop" LUB "Main menu" ABY WYJŚĆ Z OKNA ĆWICZENIA.

**"Target HR reached! Stop test or Continue"**

- WARTOŚĆ ZADAN OSIĄGNIĘTA.
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY ZAKOŃCZYĆ TEST & ODCZYTAĆ DANE ĆWICZENIA.

OKNO DANYC ĆWICZENIA (RYS. F-28)

NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY PRZEJŚĆ DO "VO2 Max test result screen " (RYS. F-29)

- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY WRÓCIĆ DO

MENU GŁ.

**VO2 Max test WYNIKI.**

MĘŻCZYZNA/ Maximal oxygen update (VO2MAX)							
1 = BARDZO SŁABY / 7 = WSPANIAŁY							
WIEK	1	2	3	4	5	6	7
18-19	<33	33-38	39-44	45-51	52-57	58-63	>63
20-24	<32	32-37	38-43	44-50	51-56	57-62	>62
25-29	<31	31-35	36-42	43-48	49-53	54-59	>59
30-34	<29	29-34	35-40	41-45	46-51	52-56	>56
35-39	<28	28-32	33-38	39-43	44-48	49-54	>54
40-44	<26	26-31	32-35	36-41	42-46	47-51	>51
45-49	<25	25-29	30-34	35-39	40-43	44-48	>48
50-54	<24	24-27	28-32	33-36	37-41	42-46	>46
55-59	<22	22-26	27-30	31-34	35-39	40-43	>43
60-65	<21	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	>40

KOBIECZA/ Maximal oxygen update (VO2MAX)							
1 = BARDZO SŁABY / 7 = WSPANIAŁY							
WIEK	1	2	3	4	5	6	7
18-19	<28	28-32	33-37	38-42	43-47	48-52	>52
20-24	<27	27-31	32-36	37-41	42-46	47-51	>51
25-29	<26	26-30	31-35	36-40	41-44	45-49	>49
30-34	<25	25-29	30-33	34-37	38-42	43-46	>46
35-39	<24	24-27	28-31	32-35	36-40	41-44	>44
40-44	<22	22-25	26-29	30-33	34-37	38-41	>41
45-49	<21	21-23	24-27	28-31	32-35	36-38	>38
50-54	<19	19-22	23-25	26-29	30-32	33-36	>36
55-59	<18	18-20	21-23	24-27	28-30	31-33	>33
60-65	<16	16-18	19-21	22-24	25-27	28-30	>30

**T-Road / VIDEO**

- PRZEKREĆ GAŁKĘ & WYBIERZ "T-Road"
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO USTAWIEŃ (Fig. F-30).

**3 MOŻLIWE SZLAKI TRENINGU.**

Tuscany Sandy Road/ Tuscany Sceney Road/ Tuscany Country Road.

- PRZEKREĆ GAŁKĘ & WYBIERZ SZLAK.
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO VIDEO.
- NACIŚNIJ GAŁKĘ W TRAKCIE ĆWICZENIA ABY PRZEJŚĆ MIĘDZY " Video „(RYS. F-31) & Profile (Fig. F-32) OKNO.

**OKNO PROFILE:**

- BIAŁA LINIA WSKAZUJE AKTUALNĄ POZYCJĘ I PRZESUWA SIĘ W PRAWO W MIARĘ ZWIĘKSZANIA CZASU ĆWICZENIA.
- POMARAŃCZOWY ZNAK WSKAZUJE AKTUALNY PULS UŻYTKOWNIKA.

**NA EKRANIE VIDEO:**

- ZAKRES 1~8 & PRZEKREĆ GAŁKĘ ABY ZMIENIĆ.
- BIAŁA IKONKA "+ 0°" WSKAZUJE POZIOM NACHYLENIA.
- NACIŚNIJ "Back/stop", " Main menu" KIEDY BIAŁA LINIA OSIĄGNIĘ ZADANY CEL ABY WYJŚĆ Z OKNA.

**T-Trainer****UWAGA**

FUNKCJA DOSTĘPNA TYLKO DLA MODELI "Cross Rainer".

- PRZEKREĆ GAŁKĘ ABY WYBRAĆ "T-Trainer"
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W OKNO ĆWICZENIA – START Z „ Free Ride interval mode „

**Workout screen / OKNO ĆWICZENIA.**

- POKAZUJE TRENING PRZEZ 10 SEC. & PRZEŁĄCZA SIĘ W OKNO ĆWICZENIA
- JEST 6 "Training Modes":
- Knowing: Arm Push/ Arm Pull/ Forward Pedal/ Backward Pedal/ Forward Lean/ Squat
- MIĘDZY KAŻDYM TRENINGIEM JEST 1 MIN. „ Free Ride interval” . (RYS. F-36)





- WSKAZ OKNA: "Slow down"/ "Speed up"/ "Speed ok" INFORMUJE, ŻE UŻYTKOWNIK POWINIEN ZWOLNIĆ ( DOWN ), PRZYŚPIESZYĆ (UP) LUB TRZYMAĆ PRĘDKOŚĆ (OK).
- NACIŚNIECIE GAŁKI POWODUJE PRZEJŚCIE DO NASTĘPNEGO TRENINGU.
- "X axis" CZAS: 0~30 KORYGOWANY, CO 15 MIN
- "Y-axis" W "Nm"
- KARTA W "Nm". POKRĘĆ GAŁKĘ ABY ZWIĘKSZYĆ WARTOŚĆ "Nm".
- BIAŁA LINIA WSKAZUJE POZYCJĘ AKTUALNĄ I PRZESUWA SIĘ W PRAWO WRAZ Z UPŁYWEM CZASU ĆWICZENIA. MAKSYMALNY WSKAZ 5 GODZ.
- POMARAŃCZOWY ZNAK WSKAZUJE AKTUALNY PULS.
- PRAWY GÓRNY RÓG OKNA WSKAZUJE ODLICZANY CZAS W DANYCM TRENINGU ZEROWANY PO PRZEJSCIE W KOLEJNY TRENING.
- LEWY DOLNY RÓG OKNA POKAZUJE INFO: Slow down/ Speed up/ Speed – KOMENTARZ DO AKTUALNEJ PRĘDKOŚCI.
- NACISNIJ "Back/stop" , "Main menu" ABY WYJŚĆ Z OKNA ĆWICZENIA.

OKNO "Training mode" (RYS. 37)

## USTAWIENIA UŻYTKOWNIKA

NACIŚNIJ "User/Settings" ABY WEJŚĆ W "User/Settings" W MENU GŁÓWNYM.

- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY WYBRAĆ 1 Z 6 FUNKCJI.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WEJŚĆ W WYBRANĄ FUNKCJĘ.

## User Log

WYBIERAJĄC "User Log" MOŻNA PRZEDGLĄDNAĆ DANE TRENINGU DANEGO UŻYTKOWNIKA. MOŻNA TEŻ PRZEGLĄDAĆ INNE SESJE, A TAKŻE PODSUMOWANIA TRENINGÓW INNYCH UŻYTKOWNIKÓW (RYS. F-33)

ABY WYJŚĆ NACIŚNIJ „BACK/STOP”.

## USTAWIENIA UŻYTKOWNIKA

PO WYBORZE "User Setting" MOŻNA:

- ZMIENIĆ JASNOŚĆ (Default=50%)
- SPRAWDZIĆ CAŁKOWITY PRZEBIEG NA PRODUKCIE.
- SPRAWDZIĆ CZAS TOTAL NA PRODUKCIE.
- SPRAWDZIĆ WERSJE OPROGRAMOWANIA
- ZMIENIĆ JĘZYK
- WYBRAĆ DŹWIĘK PRZYCISKÓW (yes) LUB off (NO)

USTAWIENIA UŻYTKOWNIKA. (Fig. F-35)

## ZMIANA USTAWIEŃ:

- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ I ZNAJDŹ WARTOŚĆ DO ZMIANY.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY WEJŚĆ W FUNKCJĘ..
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY ZMIENIĆ USTAW.
- NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ.
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY PRZEJŚĆ DO KOLEJNEJ FUNKCJI LUB NACIŚNIJ „Back/ Stop” ABY WRÓCIĆ DO GŁ. MENU.

## Edit User - EDYCJA

"Edit User" EDYCJA : (RYS. F-34)

### User name / IMIĘ UŻYTKOWNIKA:

PRZEKRĘĆ GAŁKĘ & WYBIERZ "Name" & NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY EDYTOWAĆ "Name".

PRZEKRĘCAJĄC GAŁKĘ WYBIERZ LITERĘ.

NACIŚNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ.

PRZEKRĘĆ GAŁKĘ I WYBIERZ KOLEJNĄ LITERĘ. PO ZAKOŃCZENIU WYBIERZ "✓" ABY POTWIERDZIĆ & WRÓCIĆ DO „Edit user Menu.

### Units, Display

- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ I WYBIERZ "Units"
- NACIŚNIJ GAŁKĘ & EDYTUJ "Units"
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY WYBRAĆ.  
Metric: WSKAZ: km/kph/Kcal Imperial:  
WSKAZ: mile/mph/kcal
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WRÓCIĆ DFO and „ Edit user Menu”.

### Display

- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ & WYBIERZ "Display"
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY OTWORZYĆ & EDYTOWAĆ "Display"
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY WYBRAĆ.  
Count up: preset time/ distance – ODLICZANIE W GÓRĘ  
Count Down: preset time/ distance – ODLICZANIE W DÓŁ.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WRÓCIĆ DO : Edit user Menu”.



END

URANCE

## Gender – PŁEĆ

- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ & WYBIERZ "Gender"
- NACISNIJ ABY WYBRAĆ & EDYTOWAĆ "Gender"
- PRZEKRĘĆ BY WYBRAĆ Male/ Female
- NACISNIJ GAŁKĘ ŻEBY POTWIERDZIĆ & WRÓCIĆ DO „ Edit user Menu”.

## Age - WIEK

- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ & WYBIERZ "Gender"
- NACISNIJ ABY WYBRAĆ & EDYTOWAĆ "AGE"
- PRZEKRĘĆ BY USTAWIĆ WIEK
- NACISNIJ GAŁKĘ ŻEBY POTWIERDZIĆ & WRÓCIĆ DO „ Edit user Menu”

## Height - WZROST

- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY WJŚĆ W "Height"
- NACISNIJ ABY EDYTOWAĆ "Height"
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ ABY USTAWIĆ WZROST
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WRÓCIĆ DO „Edit user Menu”

## Weight - WAGA

- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ & WYBIERZ "WEIGHT"
- NACISNIJ ABY WYBRAĆ & EDYTOWAĆ "WEIGHT"
- PRZEKRĘĆ BY WPROWADZIC WAGĘ.
- NACISNIJ GAŁKĘ ŻEBY POTWIERDZIĆ & WRÓCIĆ DO „ Edit user Menu”.

## Max HR

- POKRĘĆ GAŁKĘ & WYBIERZ "Max HR"
- NACISNIJ ABY WEJŚĆ & EDYTOWAĆ "Max HR"
- POKRĘĆ ABY WPROWADZIĆ "max HR": WPROWADZONY WG WZORU selected Male : 220-WIEK
- NACISNIJ ABY POTWIERDZIĆ & WRÓCIĆ "Edit user Menu”.

## Delete User – KASOWANIE UŻYTK.

WYBIERZ "Delete User":

- OBRÓĆ GAŁKĘ & DANE DO ZMIANY
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY ANULOWAĆ & WRÓCIĆ DO " MENU USTAWIEN”..



**UWAGA**

- KASOWANIE DANYCH UŻYTKOWNIKA.

## ZMIAN UŻYTKOWNIKA

WYBIERZ "Change User":

- WYBERZ PROFIL DO ZMIANY.
- PRZEKRĘĆ GAŁKĘ & WYBIERZ UŻYTKOWNIKA.
- NACISNIJ GAŁKĘ ABY POTWIERDZIĆ & WRÓCIĆ DO „ MENU USTAWIEN”..

## Create user

WYBIERAJĄC "Create User" MOŻNA WPROWADZIĆ PROFIL NOWEGO UŻYTKOWNIKA . Max. 8 UŻYTKOWNIKÓW.

## Mode BT (Bluetooth)

PRZEKRĘĆ POKRĘTŁO ABY WYBRAĆ " BT Mode" ,A NASTĘPNIE NACISNIJ „BT mode”.

## BT Connection

Bluetooth MODUŁ SIĘ WŁACZY & POŁACZY AUTOAMTYCZNIE Z "BT device”..

NACISNIJ GAŁKĘ ABY WYJŚĆ..

## DANE TECHNICZNE

<b>Parameter</b>	<b>JEDNOSTKA</b>	<b>WARTOŚĆ</b>
DLUGOŚĆ	cm inch	146 57.5
SZEROKOŚĆ	cm inch	67 26.4
WYSOKOŚĆ	cm inch	164 64.6
WAGA	kg lbs	65.9 145
Max. WAGA UŻYTK.	kg lbs	135 300
ZASILACZ	V Ma.	26V-DC 2.3 A



## **DEKLARACJA PRODUCENTA\_**

Tunturi New Fitness BV DEKLARUJE ZGODNOŚĆ Z : EN 957 (HB), 89/336/EEC. The product therefore carries the CE label.

01-2017

Tunturi New Fitness BV Purmerweg  
1  
1311 XE Almere  
The Netherlands

### **Disclaimer**

---

© 2017 Tunturi New Fitness BV All rights reserved.

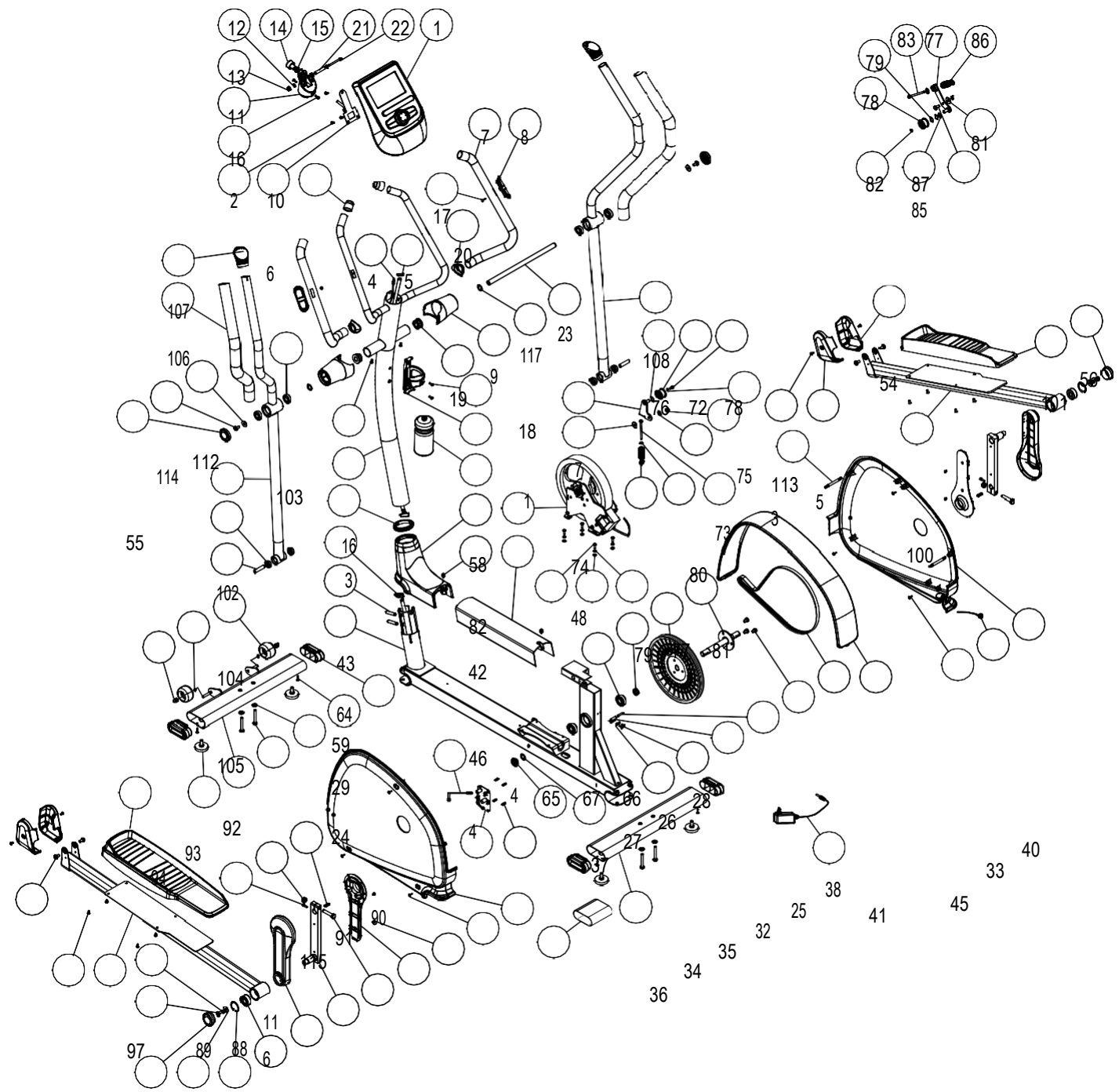
The product and the manual are subject to change.  
Specifications can be changed without further notice.

No.	Description	QTY
1	Console	1
2	Cross head screw M5*10	3
3	Handlebar post	1
4	Hand pulse sensor wire	1
5	Cable wire, upper	1
6	End cap	2
7	Foam grip	2
8	Hand pulse sensor	2
9	Front post cover	2
10	Console bracket	1
11	Console bracket seat	1
12	Flat washer Ø6xØ13x1t	2
13	Nylon nut M6	1
14	Console locking knob	1
15	Fixed washer	1
16	Screw M5x14L	4
17	Screw M3.5x20L	2
18	Screw M5xP0.8x20L	2
19	Handlebar axle bushing	2
20	Handlebar cap	2
21	Bushing Ø6.0*Ø9.8*50L	2
22	Screw M6x60L	1
23	Handlebar fixed axle	1
24	Main frame	1
25	Hex. Screw M8xP1.25x12Lx5t	3
26	Driving pulley	1
27	Bushing Ø20.5xØ25x7.5mm	1
28	Axle	1
29	Locking screw	2
30	Nylon nut M20	1
31	Flat washer Ø20.3xØ30x1t	1

32	Sensor wire	1
33	DC wire	1
34	Screw M4xP1.5*16L	2
35	Sensor holder	1
36	Flat washer Ø5xØ10x1t	2
37	Bearing 6004RS	2
38	Driving belt	1
39	Side cover ( L )	1
40	Side cover ( R )	1
41	Top cover	1
42	Handlebar post cover	1
43	Ring for handlebar post	1
44	Cover of bottom tube	1
45	Screw M4x16	3
46	Flat washer Ø10xØ18x1t	2
47	Screw M5x16	3
48	Shaft of chain cover	2
49	Pin	2
50	Hex. screw M10xP1.5x50L	2
51	Hex. screw M5*P0.8*16L	2
52	Nylon nut M10	2
53	Pedal arm front cover, left	2
54	Pedal arm front cover, right	2
55	Cap for handlebar R/L	2
56	Cap for Pedal arm R/L	2
57	fixed tube of semi-bracket	2
58	Bottle holder	1
59	Cable wire, lower	1
60	Disc crank	2
61	Crank cap (outer)	2
62	Crank cap (Inner)	2
63	Screw M5x6L	4

64	EMS flywheel	1
65	Hex. screw M6xP1.0x20L	4
66	Spring washer Ø6*1.5T	4
67	Flat washer Ø6xØ13x1t	4
68	Control board	1
69	Connection wire (flywheel & control board)	1
70	Isolated bar	1
71	Belt tightener	1
72	Wheel for belt tightener	1
73	Nylon nut M8	1
74	Flat washer Ø8.5xØ25x1t	1
75	Flat washer Ø6xØ12x1t	1
76	Curved washer Ø10.5xØ15x0.3t	1
77	Flat washer Ø8.5xØ12x1t	1
78	Hex. screw M6x12L	1
79	Spring	1
80	Flat washer Ø10xØ14x1t	1
81	Hex. screw M6xP1.0x80L	1
82	Water bottle	1
88	Front foot	1
89	Adjusting cushion	4
90	End cap	4
91	Screw 3/16"x1/2"	4
92	Transportation wheel	2
93	C type	1
94	Acron Nut M8	2
95	Rear foot	1
96	Pedal arm left	1
97	Pedal, left	2
98	Bearing	2
99	Rubber band Ø40	2

100	Pedal arm, right	1
101	Pedal, right	1
102	Movable handlebar, left	1
103	Bearing 6003RS	4
104	Bearing 6001RS	4
105	Lower handlebar axle	2
106	Foam grip for moving handlebar	2
107	End cap for moving handlebar	2
108	Movable handlebar, right	1
109	Switching power 26V, 2.3A	1
111	Spring washer Ø8.1*Ø12.9*2.4T	2
112	Flat washer Ø8.5xØ25x2t	4
113	Screw M5xP0.8x10L	12
114	Screw M8xP1.25x16L	8
115	Flat washer Ø8xØ19x2t	4
116	Screw M8xP1.25x60L	4
117	Flat washer Ø17.5xØ25x1t	2





114

113 96 111

56 112 99

51 52 49

61 60 50

62 63 47 39

68 70 30 31

57 55

109



**Koniecznienie zapoznaj się z poniższymi informacjami**

#### NAZWA I ADRES IMPORTERA

**SASKA BIS SP ZO.O. SP.K.**

**Ul. WYBICKIEGO 9**

**83-050 BAŁOWO**

**Tel. (58 ) 3004633, 3004863**

**Fax. (58) 3225252**

**www.galerasportowa.pl**

**TEL. / SERWIS: (58) 5733833**

**FAX / SERWIS: (58) 3010465**

#### OPIS PRODUKTU

MAKSYMALNA WAGA UŻYTKOWNIKA	-	120 kg
ZAKRES STOSOWANIA URZĄDZENIA	-	do użytku domowego – klasa „H-C”
KLASA DOKŁADNOŚCI (DOKŁADNOŚĆ MINIMALNA)	-	„C”
KLASA UŻYTKOWANIA (DO UŻYTKU DOMOWEGO)	-	„H”
ROK PRODUKCJI	-	2017
OKRES TRWAŁOŚCI	-	BEZTERMINOWO
REGULACJA OBCIĄŻENIA	-	Z LICZNIKA

**Urządzenie nie jest przeznaczone dla celów terapii – rehabilitacji.**

#### INFORMACJA NA TEMAT OBCIĄŻENIA (ZALEŻNA, NIEZALEŻNA OD PRĘDKOŚCI)

Obciażenie ustawia się na liczniku i ma ono związek z prędkością jazdy tylko i wyłącznie przy użyciu określonych programów z licznika.

#### UWAGI I ZALECENIA

Sprzęt służy do poprawiania kondycji fizycznej i uzyskania prawidłowej sylwetki. Orbitrek jest tak zaprojektowany, aby wykonywać ćwiczenia bez nadmiernego wysiłku fizycznego. Urządzenie pozwala na realizację ćwiczeń w zaciszu domowym.

#### UWAGA!

1. Z urządzenia nie mogą korzystać dzieci. Dzieci nie będące pod nadzorem nie mogą przebywać w obrębie urządzenia.
2. Zakres ćwiczeń i ich rodzaj skonsultuj z lekarzem, aby dobrać je do Twoich potrzeb.
3. Jeżeli jesteś w trakcie leczenia, cierpisz na jakieś choroby, ukończyłeś 35 lat, konsultacja z lekarzem jest wskazana.
4. Unikaj zbytniego wysiłku w trakcie wykonywania ćwiczeń.

#### UWAGA!

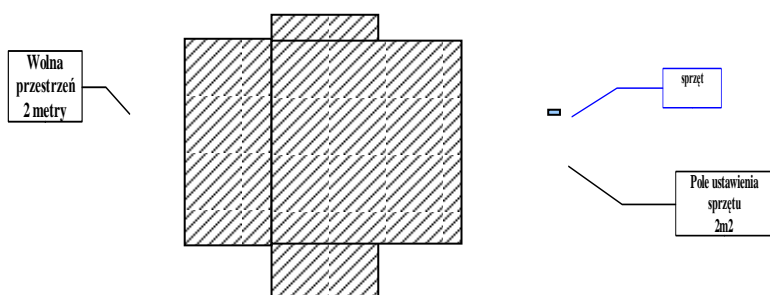
1. Zabrania się używania sprzętu przez dzieci. Sprzęt należy składować w miejscu niedostępnym dla dzieci. Urządzenie nie przewiduje tego typu używania. Urządzenie nie służy do zabawy.
2. Dzieci bez opieki należy trzymać z dala od urządzenia.
3. Zakres ćwiczeń i ich rodzaj skonsultuj z lekarzem, aby dobrać je do Twoich potrzeb.
4. Jeżeli jesteś w trakcie leczenia, cierpisz na jakieś choroby, ukończyłeś 35 lat, konsultacja z lekarzem jest wskazana.
5. Unikaj zbytniego wysiłku w trakcie wykonywania ćwiczeń.
6. **„OSTRZEŻENIE” Systemy monitorowania tętna mogą być niedokładne. Nadmiar ćwiczeń może doprowadzić do poważnych obrażeń lub śmierci. Jeśli czujesz się słabo, natychmiast przerwij**

## **ćwiczenie.**

7. Urazy dla zdrowia mogą wynikać z nieprawidłowego lub zbyt intensywnego treningu.
8. Urządzenie zostało zaprojektowane do użytku w pomieszczeniach zamkniętych.
9. Nie wystawiaj urządzenia na działanie wilgoci oraz kurzu, nie używaj poza domem, nie przechowuj w szopie, garażu, przybudówce, pod zadaszeniem.
10. Urządzenie zostało zaprojektowane wyłącznie do użytku domowego. Gwarancja i producent nie odpowiadają za produkt lub uszkodzenia produktu jeśli używany był w celach komercyjnych, profesjonalnych bądź pół-profesjonalnych.
11. Sprzęt nie służy do celów medycznych.
12. Nie używaj urządzenia w pobliżu wody.
13. Pamiętaj, że przy każdym używaniu narzędzi zachodzi niebezpieczeństwo skaleczenia. Zachowaj wszelkie zasady ostrożności!

## **SPOSÓB KORZYSTANIA Z URZĄDZENIA**

1. Ustaw sprzęt na gładkiej, wypoziomowanej i stabilnej powierzchni.
2. Dla bezpiecznego wykonywania ćwiczeń ustaw urządzenie na wolnej przestrzeni o wymiarach co najmniej 2 m<sup>2</sup>. Urządzenie zajmuje około 1 m<sup>2</sup> powierzchni. Wokół urządzenia powinno być co najmniej 2 m wolnej przestrzeni.



3. Nie należy użytkować go „pod gołym niebem”, a także w pomieszczeniach o dużej wilgotności.
4. Przed korzystaniem z urządzenia należy sprawdzić, czy urządzenie jest sprawne w 100%.
5. Na urządzeniu może ćwiczyć tylko jedna osoba.

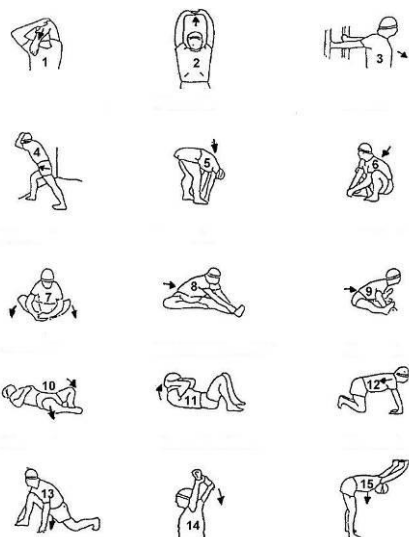
## **SPOSÓB KORZYSTANIA Z URZĄDZENIA**

1. Ustaw sprzęt na gładkiej, wypoziomowanej powierzchni.
2. Dla bezpiecznego wykonywania ćwiczeń ustaw urządzenie na wolnej przestrzeni o wymiarach co najmniej 4 m<sup>2</sup>. Urządzenie zajmuje około 1,5 m<sup>2</sup> powierzchni. Wokół urządzenia powinno być co najmniej 2 m wolnej przestrzeni.
3. Nie należy użytkować go „pod gołym niebem”, a także w pomieszczeniach o dużej wilgotności.
4. Przed korzystaniem z urządzenia należy sprawdzić, czy urządzenie jest sprawne w 100%.
5. Na urządzeniu może ćwiczyć tylko jedna osoba.

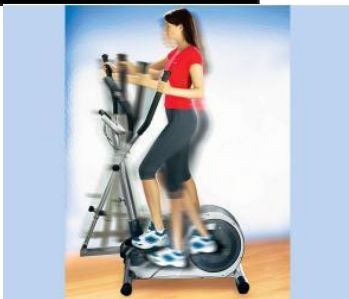
6. Przed przystąpieniem do ćwiczeń należy wykonać krótką rozgrzewkę (przykładowe ćwiczenia – rys.)

7. W trakcie ćwiczeń przyjmij prawidłową pozycję:

- Należy stanąć na obu stopkach
- Plecy wyprostowane
- Ręce ugięte w łokciach i wsparte na drążkach



## **PRAWIDŁOWA POZYCJA NA URZĄDZENIU**



Orbitrek trenuje górne części ciała ( ćwiczenia bez użycia drążków, ręce wsparte na kierownicy ) lub dolne i górne części ciała ( jazda na orbitreku z użyciem drążków, pracują ręce i nogi ). Oprócz jazdy - na orbitreku nie wykonuje się żadnych innych ćwiczeń.

Urządzenie to umożliwia wykonywanie ćwiczeń będących połączeniem biegania i jazdy na rowerze, włączające aktywność ramion.

### ZAKRES STOSOWANIA URZĄDZENIA

1. Orbitrek przeznaczony jest do użytku domowego.
2. Ćwicząc na nim poprawisz nie tylko wygląd Twojej sylwetki, zrzucisz zbędne kilogramy, ale także poprawisz wydolność układu krążeniowo-oddechowego oraz ogólną kondycję.
3. Orbitrek umożliwi Ci trening całego ciała i angażuje wszystkie ważniejsze mięśnie. wzmacnia nogi, pośladki, biodra, jak również górne partie ciała tj. ramiona, barki, klatkę piersiową i grzbiet.
4. Dzięki temu, ćwicząc spalamy bardzo duże ilości kalorii i poprawiamy kondycję całego organizmu!

### UWAGI NA TEMAT BEZPIECZEŃSTWA

1. Najlepiej ćwiczyć przed jedzeniem, lub nie wcześniej niż 2 godziny po posiłku.
2. Jeżeli w trakcie ćwiczeń będziesz odczuwał jakies niepokojące objawy (np. bóle, skurcze itp.) natychmiast przerwij ćwiczenia i w razie konieczności skontaktuj się z lekarzem.
3. Zachowaj ostrożność przy wchodzeniu i schodzenia z urządzenia.
4. Kobiety w ciąży nie powinny korzystać z urządzenia w celu uniknięcia komplikacji wynikających ze wzmożonego wysiłku.
5. Nie dotykaj części urządzenia, znajdujących się w ruchu.
6. W trakcie wykonywania ćwiczeń używaj właściwego obuwia, które zabezpieczy cię przed poślizgiem.
7. Przed przystąpieniem do ćwiczeń sprawdź, czy wszystkie części są prawidłowo dokręcone.
8. Pamiętaj, że licznik powinien być suchy.
9. W trakcie ćwiczeń i po ich zakończeniu nie dotykaj siłowników. Elementy te nagrzewają się i ich dotknięcie może spowodować oparzenia.
10. Nie dokonuj żadnych modyfikacji w urządzeniu, które mogą wpłynąć na bezpieczeństwo użytkownika. Jakiegokolwiek naprawy może wykonywać tylko wyspecjalizowany serwis. Kontakt do serwisu pod numerem telefonu (58) 3010465, fax (58) 5733833, 83-050 Bąkowo ul. Wybickiego 9.
11. Uszkodzone części natychmiast wymienić na nowe lub wycofać urządzenia z użytkowania. Wszystkie części zużywają się standardowo.
12. Należy pamiętać o konieczności utrzymania dzieci nie będących pod nadzorem z dala od urządzeń.
13. Nie zaleca się pozostawiania urządzeń regulacyjnych, które mogłyby przeszkadzać w ruchu użytkownika, w takim położeniu, aby wystawał jakikolwiek element.
14. Pamiętaj, że poziom bezpieczeństwa użytkownika sprzętu można utrzymać tylko dzięki regularnej kontroli dotyczącej uszkodzenia i zużycia poszczególnych elementów.

**PRODUKT PRZEZNACZONY DO UŻYTKU DOMOWEGO. PRODUCENT NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA USZKODZENIA SPOWODOWANE UŻYTKOWANIEM URZĄDZENIA**

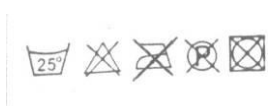
**W WARUNKACH INNYCH NIŻ DOMOWE ( SALE GIMNASTYCZNE, KLUBY SPORTOWE ITP.).**

**URAZY DLA ZDROWIA MOGĄ WYNIKAĆ Z NIEPRAWIDŁOWEGO LUB ZBYT INTENSYWNEGO TRENINGU.**

#### **OSTRZEŻENIA**

- 1. POZIOM BEZPIECZEŃSTWA UŻTKOWNIKA SPRZETU MOŻNA UTRZYMAC TYLKO DZIEKI REGULARNEJ KONTROLI, DOTYCZĄCEJ USZKODZEŃ I ZUŻYCIA.**
- 2. USZKODZONE CZĘŚCI NALEŻY NATYCHMIAST WYMIENIĆ.**
- 3. NAJBARDZIEJ NARAŻONYMI NA ZUŻYCIE CZĘŚCIAMI SĄ PEDAŁY, NAKŁADKI.**
- 4. NIE ZALECA SIĘ POZOSTAWIANIA URZĄDZEŃ REGULUJĄCYCH, KTÓRE MOGŁYBY PRZESZKADZAĆ W RUCHU UŻTKOWNIKA, W TAKIM POŁOŻENIU, ABY WYSTAWAŁ JAKIKOLWIEK ELEMENT.**

#### **KONSERWACJA I CZYSZCZENIE**



1. Czyść ręcznie mydłem z ciepłą wodą. Temperatura wody nie może przekraczać 25 stopni.
2. Suszyć w temperaturze pokojowej. Nigdy do suszenia nie używaj otwartego ognia, ani też żadnych urządzeń np. suszarki do włosów.
3. Nie należy czyścić chemicznie.
4. Przechowuj w suchym miejscu w temperaturze pokojowej.

#### **UWAGA!**

DO CZYSZCZENIE NIE UŻYWAJ ŻADNYCH ŚRODKÓW CHEMICZNYCH.



dotyczy licznika

#### **OSTRZEŻENIA**

- 5. POZIOM BEZPIECZEŃSTWA UŻTKOWNIKA SPRZETU MOŻNA UTRZYMAC TYLKO DZIEKI REGULARNEJ KONTROLI, DOTYCZĄCEJ USZKODZEŃ I ZUŻYCIA.**
- 6. USZKODZONE CZĘŚCI NALEŻY NATYCHMIAST WYMIENIĆ.**
- 7. NAJBARDZIEJ NARAŻONYMI NA ZUŻYCIE CZĘŚCIAMI SĄ PEDAŁY, NAKŁADKI.**
- 8. NIE ZALECA SIĘ POZOSTAWIANIA URZĄDZEŃ REGULUJĄCYCH, KTÓRE MOGŁYBY PRZESZKADZAĆ W RUCHU UŻTKOWNIKA, W TAKIM POŁOŻENIU, ABY WYSTAWAŁ JAKIKOLWIEK ELEMENT.**





# TUNTURI®

**Attention, Achtung, Attention, Attention, Atención, Giv akt, Huomio**

- Please read this Owner's manual before assembling this product.
- Bitte lesen Sie dieses Handbuch durch, bevor Sie mit der Montage dieses Produkts beginnen.
- Veuillez lire ce manuel avant de commencer le montage de ce produit.
- Leest u deze handleiding voordat u dit apparaat installeert.
- Lea este manual antes de montar este producto
- Läs bruksanvisningen innan du monterar denna produkt
- Lue tämä käsikirja ennen kokoamista tuotetta