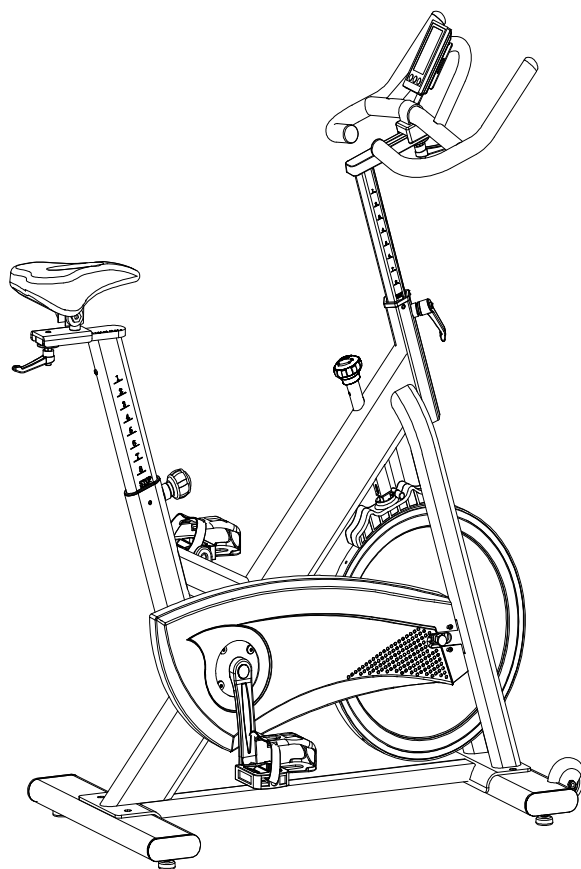


BH FITNESS

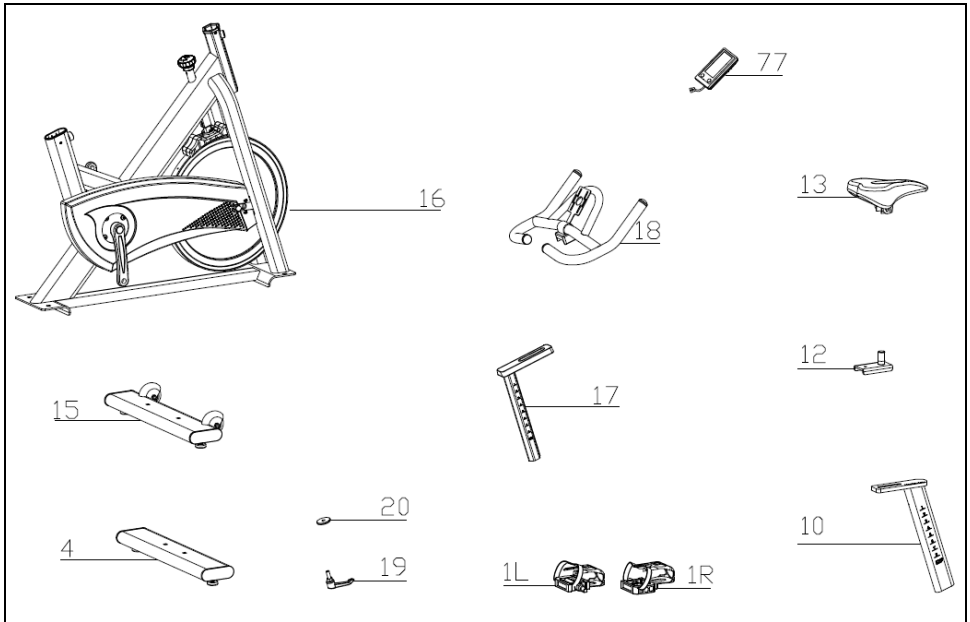


Návod k obsluze

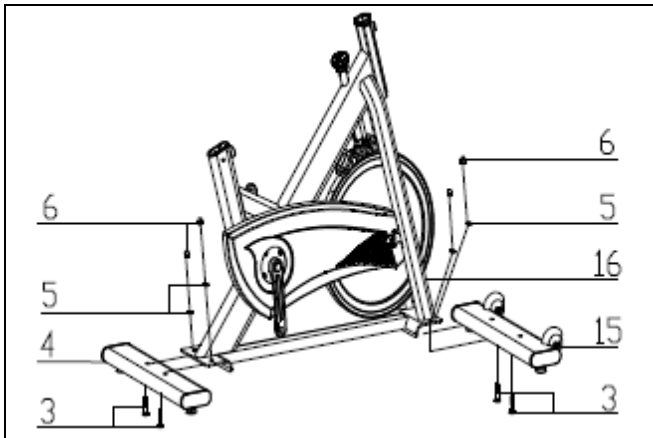


Návod k obsluze
Cyklotrenažér BH FITNESS SB MAG

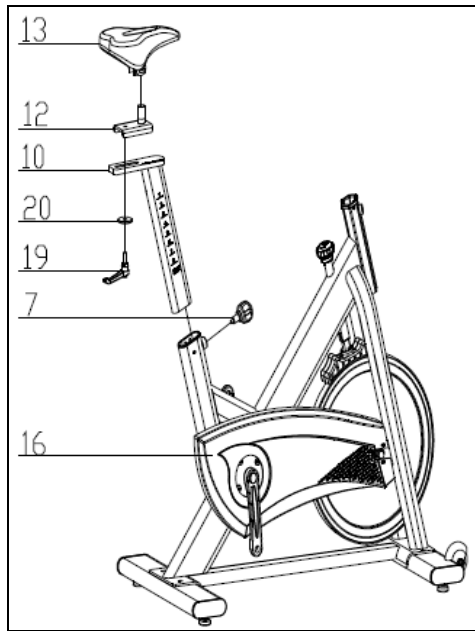
Obr. 1



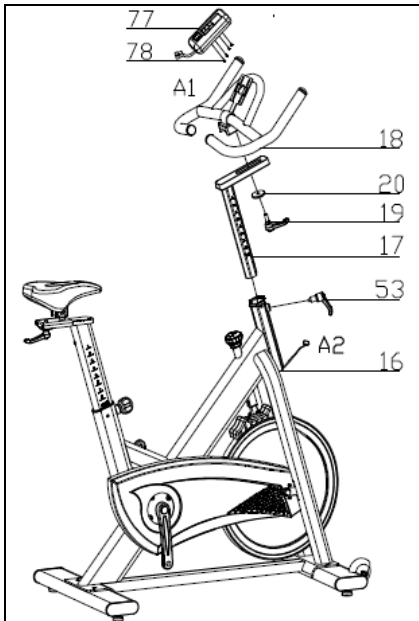
Obr. 2



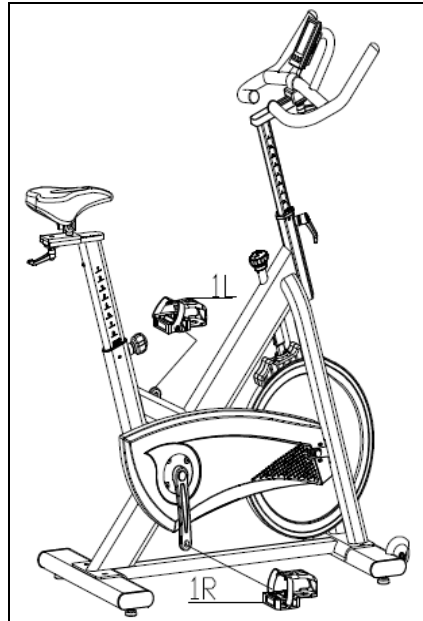
Obr. 3



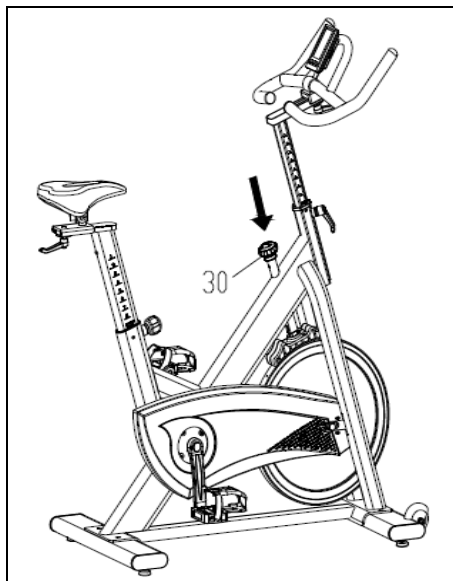
Obr. 4



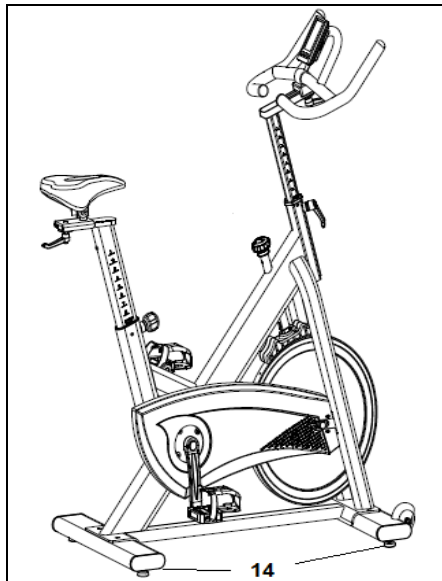
Obr. 5



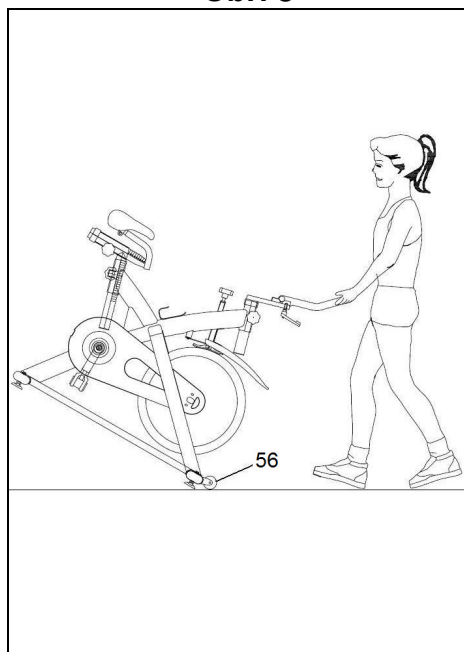
Obr. 6



Obr. 7



Obr. 8



DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Tento trenažér byl navržen a vyroben pro maximálně bezpečné použití. Přesto je při jeho použití třeba dodržovat určité zásady. Před montáží a cvičením si pečlivě přečtěte celý návod. Měli byste dodržovat následující bezpečnostní opatření:

1 Trenažér vždy udržujte mimo dosah dětí. Nenechávejte je bez dozoru v místnosti, kde se zařízení nachází.

2 Na trenažéru může v daném čase cvičit pouze jedna osoba.

3 Pokud během cvičení ucítíte závrať, nevolnost nebo bolest na hrudi, ihned přestaňte cvičit a neprodleně vyhledejte lékařskou pomoc.

4 Trenažér používejte na rovném a pevném povrchu. Nepoužívejte jej venku nebo v blízkosti vody.

5 Ruce udržujte dostatečně daleko od pohyblivých částí.

6 Na cvičení noste vhodný oděv. Nenoste volné oblečení, které se může zachytit v trenažéru. Vždy používejte sportovní obuv. Ujistěte se, že tkaničky či různé šňůrky máte řádně zavázané.

7 Trenažér smí být používán pouze k účelům popsáným v návodu. NEPOUŽÍVEJTE příslušenství, které není doporučeno přímo výrobcem.

8 Do blízkosti trenažéru neumísťujte žádné ostré předměty.

9 Lidé s postižením by neměli používat trenažér bez pomoci kvalifikované osoby nebo lékaře.

10 Před použitím trenažéru proveďte několik zahřívacích protahovacích cviků.

11 Nepoužívejte trenažér, pokud nefunguje správně.

Varování: Před začátkem cvičení na trenažéru se poradte se svým lékařem, zejména, pokud je vám víc než 35 let nebo máte nějaké zdravotní problémy. Než začnete cvičit, prostudujte si následující pokyny.

Tento návod uschovejte pro případné budoucí využití.

VŠEOBECNÉ POKYNY

1 Jednotka byla navržena pro domácí využití. Hmotnost uživatele nesmí překročit 130 kg.

2 Rodiče a osoby zodpovědné za péči o děti musí brát zřetel na dětskou zvědavost, aby nedošlo ke zbytečným úrazům. Děti si nesmí hrát v blízkosti trenažéru a trenažér v žádném případě nesmí sloužit jako hračka. 3 Majitel zařízení je zodpovědný za to, že každá osoba, která trenažér použije, je řádně informována o bezpečnostních opatřeních.

MONTÁŽNÍ NÁVOD

Při montáži trenažéru je vhodná pomoc druhé osoby. Všechny díly vyjměte z krabice a ujistěte se, že jsou v ní uvedené části, viz obr. 1. (77) Monitor; (16) hlavní tělo (18) říditka; (17) tyč k říditkům; (10) sloupek k sedlu; (12) horizontální trubka k sedlu; (13) sedlo; (4) zadní stabilizátor s vyrovnávací nerovností; (15) přední stabilizátor s kolečky; (1L) levý pedál; (1R) pravý pedál; (20) podložka; (19) aretační šroub.

1. Umístěte zadní stojan trenažéru na zadní stabilizační tyč (4), jak je znázorněno na obr. 2, zasuňte šrouby (3), nasadte ploché podložky (5) a převlečné matice (6) a pevně je utáhněte.

2. Umístěte přední stabilizátor s kolečky (15) tak, aby kolečka směřovala dopředu, jak je znázorněno na obr. 2, zasuňte šrouby (3), nasadte ploché podložky (5) a převlečné matice (6) a pevně je utáhněte.

3. MONTÁŽ SEDLA

Vložte sloupek k sedlu (10) do výstupku na hlavním těle (16), správně ho umístěte a utáhněte pomocí aretačního šroubu (7), obr. 3, otáčením ve směru hodinových ručiček.

Poté vložte vodorovnou sedlovou trubku (12) otvorem na sedlovém sloupku (10), obr. 3, správně ji umístěte a utáhněte aretační šroub (19) a podložku (20), obr. 3. Namontujte sedlo (13), obr. 3, na vodorovnou sedlovou trubku (12), jak je znázorněno na obr. 3, nasadte sedlo na místo a pevně utáhněte matice na držáku.

SEŘÍZENÍ VÝŠKY SEDLA

Otáčením proti směru hodinových ručiček mírně povolte aretační šroub sedlového sloupku (7), obr. 3, posuňte sedlo do vyhovující polohy a poté pevně utáhněte aretační šroub (7) otočením ve směru hodinových ručiček.

HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ SEDLA

Mírně povolte aretační šroub (19) a podložku (20) otáčením proti směru hodinových ručiček, obr. 3, posuňte sedlo do vyhovující polohy a poté aretační šroub (19) a podložku (20) bezpečně utáhněte otáčením ve směru hodinových ručiček.

4. MONTÁŽ ŘÍDÍTEK

Vložte dřív říditka (17) do otvoru na hlavním těle (16), obr. 4. Umístěte jej správně a poté dotáhněte aretační šroub (53) otáčením ve směru hodinových ručiček. Umístěte říditka (18) na tyč k říditkům (17), obr. 4, utáhněte aretační šroub (19) a podložku (20).

HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ ŘÍDÍTEK

Umístěte říditka (18) do pohodlné vzdálenosti pro cvičení a pevně utáhněte aretační šroub (19) a podložku (20), obr. 4.

VERTIKÁLNÍ NASTAVENÍ ŘÍDÍTEK

Umístěte říditka (18) do pohodlné vzdálenosti pro cvičení a pevně utáhněte aretační šroub (53), obr. 4.

5. MONTÁŽ MONITORU

Nasaďte monitor (77), obr. 4, do držáku (18), utáhněte šrouby (78) a připojte kabely (A1, A2).

6. MONTÁŽ PEDÁLŮ

Při montáži pedálů postupujte přesně dle návodu, aby nedošlo k poškození závitů šroubu nebo kliky. Pravou a levou stranou se má na mysli poloha, kterou cvičící na sedle zaujme při cvičení.

Pravý pedál (1R), označený písmenem (R), přišroubujte na pravou kliku označenou také písmenem (R) ve směru hodinových ručiček. Bezpečně utáhněte, obr. 5.

Levý pedál (1L), označený písmenem (L), přišroubujte na levou kliku, rovněž označenou písmenem (L), proti směru hodinových ručiček. Bezpečně utáhněte, obr. 5.

7. NASTAVENÍ NÁMAHY

Abyste byla zajištěna rovnoměrná námaha při cvičení, je trenážer vybaven ovládacím prvkem napínání (63) umístěným na dřívku hlavního těla, obr. 6. Otáčením ve směru hodinových ručiček můžete nastavit různé úrovně odporu.

Chcete-li zvýšit odpor pedálu, otáčejte ovládacím prvkem napínání (63) ve směru hodinových ručiček (+), dokud úroveň námahy nejlépe nevyhovuje vašim požadavkům na cvičení. Pro snížení odporu pedálu otočte ovladačem napínání (63) proti směru hodinových ručiček (-). Během cvičení se setrvačnick v důsledku brzdného účinku zahřívá - když docvičíte, je vhodné nastavit ovládací prvek napínání (63) na minimum, abyste zabránili ztvrdnutí brzdové čelisti.

Důležité: Tento ovládací prvek napínání (7) je vybaven systémem nouzového brzdění, který při působení síly vytváří mnohem ostřejší brzdny účinek.

VYROVNÁNÍ

Jakmile zařízení umístíte na stálé místo, ujistěte se, že je vodorovně na rovné podlaze. Můžete použít vyrovnávač nerovností (14) umístěný na zadním stabilizátoru, obr. 7.

MANIPULACE A SKLADOVÁNÍ

Jednotka je pro snadnější manipulaci vybavena kolečky (56) obr. 8. Kolečka umístěná v přední části usnadňují přesun do zvolené polohy mírným nadzvednutím zadní části jednotky a jejím zatlačením, viz obr. 8.

ÚDRŽBA TRENAŽÉRU

Po každém cvičení je důležité vyčistit řídítka a sedadlo dezinfekčním sprejem a také odstranit pot z rámu jízdního kola. Pokaždé, když stroj čistíte, nebo alespoň jednou za měsíc, naneste na setrvačnick antikorozi ochranu. Trenážer pravidelně promazávejte.

ÚDRŽBA KAŽDÝCH 100 HODIN

1. UTAŽENÍ PEDÁLŮ

Přestože jsou pedály namontovány, pravý pedál (označený R) šroubujte ve směru hodinových ručiček, zatímco levý pedál (označený L) proti směru hodinových ručiček.

- Údržba

- Napnutí svorky pedálu s pedálem je třeba kontrolovat každý týden pomocí 3mm imbusového klíče.

- Na kontaktní místo svorky pedálu s pedálem naneste trochu oleje, aby správně zapadnul.

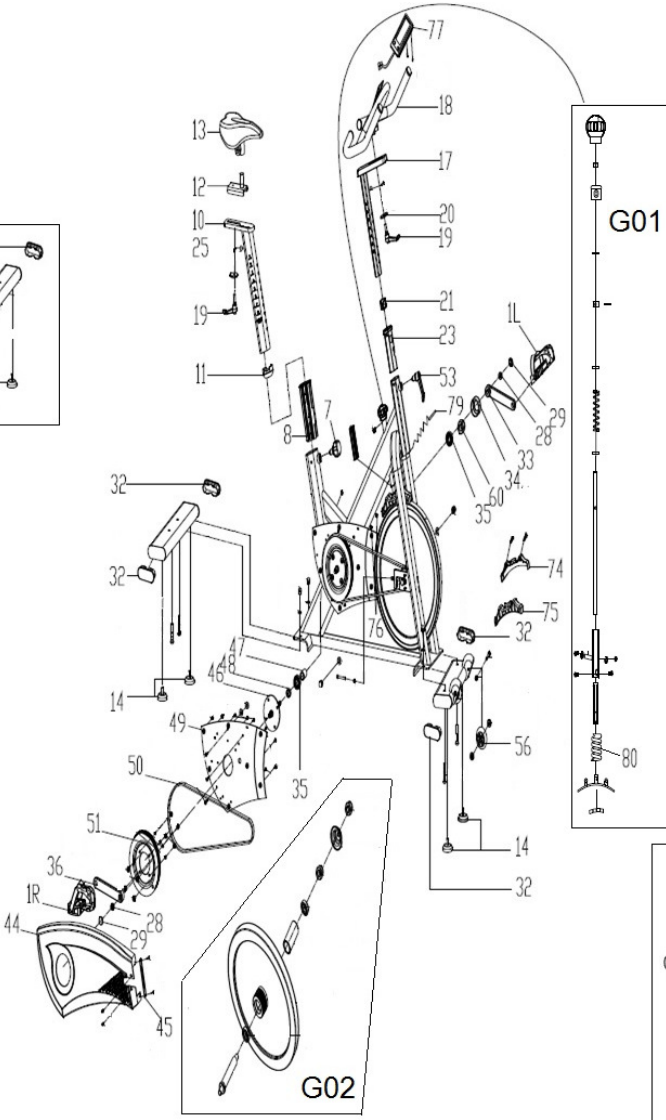
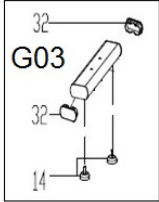
2. KONTROLA UTAHOVACÍCH ŠROUBŮ

Tři utahovací šrouby by se měly uvolnit a nastříkat mazivem, aby zůstaly funkční.

Pokud máte jakékoli dotazy, obraťte se na naši technickou asistenční službu (viz poslední strana manuálu).

BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

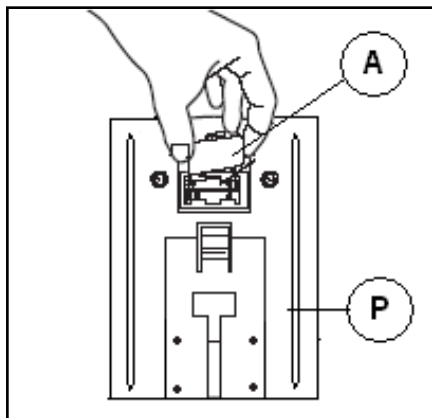
H9168



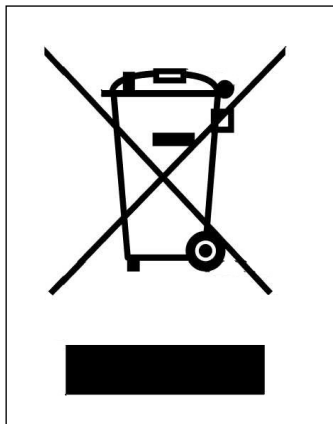


MONITOR

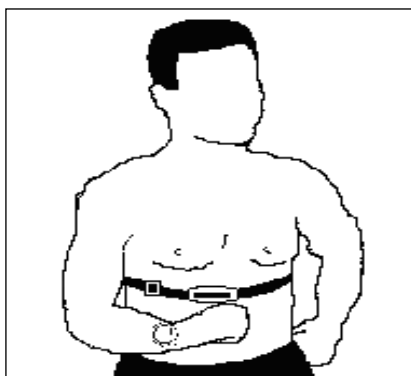
Obr. 1



Obr. 2



Obr. 3



MONTÁŽ BATERIÍ

Tento monitor funguje na dvě 1,5 V alkalické baterie. Chcete-li vložit baterie, sejměte zadní kryt monitoru, obr. 1, a opatrně vložte dvě baterie typu „R-6“ do prostoru pro baterie (A), přičemž dbejte na správnou polaritu baterie (odpovídající Terminál se znakem« + » uvnitř prostoru pro baterie a terminál« - » se symbolem« - »). Zavřete kryt, jak je znázorněno na obr.1. Pokud po zapnutí monitor zobrazuje chyby nebo pouze částečné segmenty, vyjměte baterie a počkejte cca 15 sekund, než je znovu vložíte dovnitř.

Slabé vybité baterie způsobují špatné zobrazení na displeji (špatný kontrast) a chybné hodnoty. Neprodleně je vyměňte.

Důležité: Použité baterie vyhazujte do speciálních kontejnerů, viz obr. 2.

Monitor se automaticky vypne, pokud je jednotka nečinná déle než 4 minuty.

MONITOR

Pro získání kontroly nad cvičením trenažér disponuje simultánními odečty rychlosti, vzdálenosti, doby cvičení a spálených kalorií. Stisknutím tlačítka ENTER můžete přepínat z jedné hodnoty na druhou (Time-DIST-CAL-Pulse) pomocí tlačítek ▲ ▼.

Obrazovka se automaticky zapne, jakmile začnete cvičit, nebo stisknutím libovolné klávesy.

Stisknutím klávesy ENTER po dobu 4 sekund

při zastaveném trenažéru se hodnoty resetují.

A. FUNKCE ČASU

Tato funkce se počítá v krocích od jedné sekundy do maxima 99:59 sekundy.

B. FUNKCE RYCHLOSTI

Tato funkce zobrazuje rychlost v Km/h (0,0 Km/h-99,9 KM/h).

C. FUNKCE FREKVENCE OTÁČEK

Tato funkce zobrazuje frekvenci otáček (15-999).

D. FUNKCE VZDÁLENOSTI

Tato funkce se počítá v krocích od 0,01 km do 99,99 km.

E. FUNKCE KALORIÍ

Tato funkce se počítá v krocích po jedné kalorií, maximálně do 999,9 kalorií.

F. FUNKCE MĚŘENÍ TĚPU

Funkce umožňuje sledovat tepovou frekvenci během cvičení.

TELEMETRICKÁ TEPOVÁ FREKVENCE

Monitor je vybaven pro příjem signálů z telemetrického systému měření tepu. Systém se skládá z přijímače (D) a vysílače (hrudní pás není součástí balení). Obr. 3.

PRŮVODCE ŘEŠENÍM PROBLÉMŮ

Problém: Displej se rozsvítí, ale funguje pouze funkce čas (TIME).

Řešení: a. Zkontrolujte, zda je připojen připojovací kabel.

Problém: Displej se nerozsvítí nebo jsou zobrazené segmenty velmi slabé.

Řešení: a.- Zkontrolujte, zda jsou baterie vloženy správně.

b.- Zkontrolujte, zda jsou baterie nabité.

c.- Jsou-li slabé, ihned je vyměňte.

Problém: Segmenty displeje dané funkce nejsou viditelné nebo se pro konkrétní funkci zobrazí chybové zprávy.

Řešení: a. Vyměňte baterie na 15 sekund a poté je vložte zpět.

b. Zkontrolujte nabití baterií. Pokud jsou vybité, vyměňte je.

c. Pokud výše uvedené kroky nepomohou, vyměňte monitor.

Monitor nevystavujte přímému slunečnímu záření, aby nedošlo k poškození displeje z tekutých krystalů. Obdobně jej nevystavujte vodě ani nárazům.

Pokud máte jakékoli dotazy, obraťte se na naši technickou asistenční službu (viz poslední strana manuálu).

**BH FITNESS SI VYHRAZUJE
PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ
BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.**

DOVOZCE:

Trinteco spol. s r.o.

Na Strži 2102/61a

140 00 Praha 4 - Krč IČ:

052 54 175

DIČ: CZ05254175

