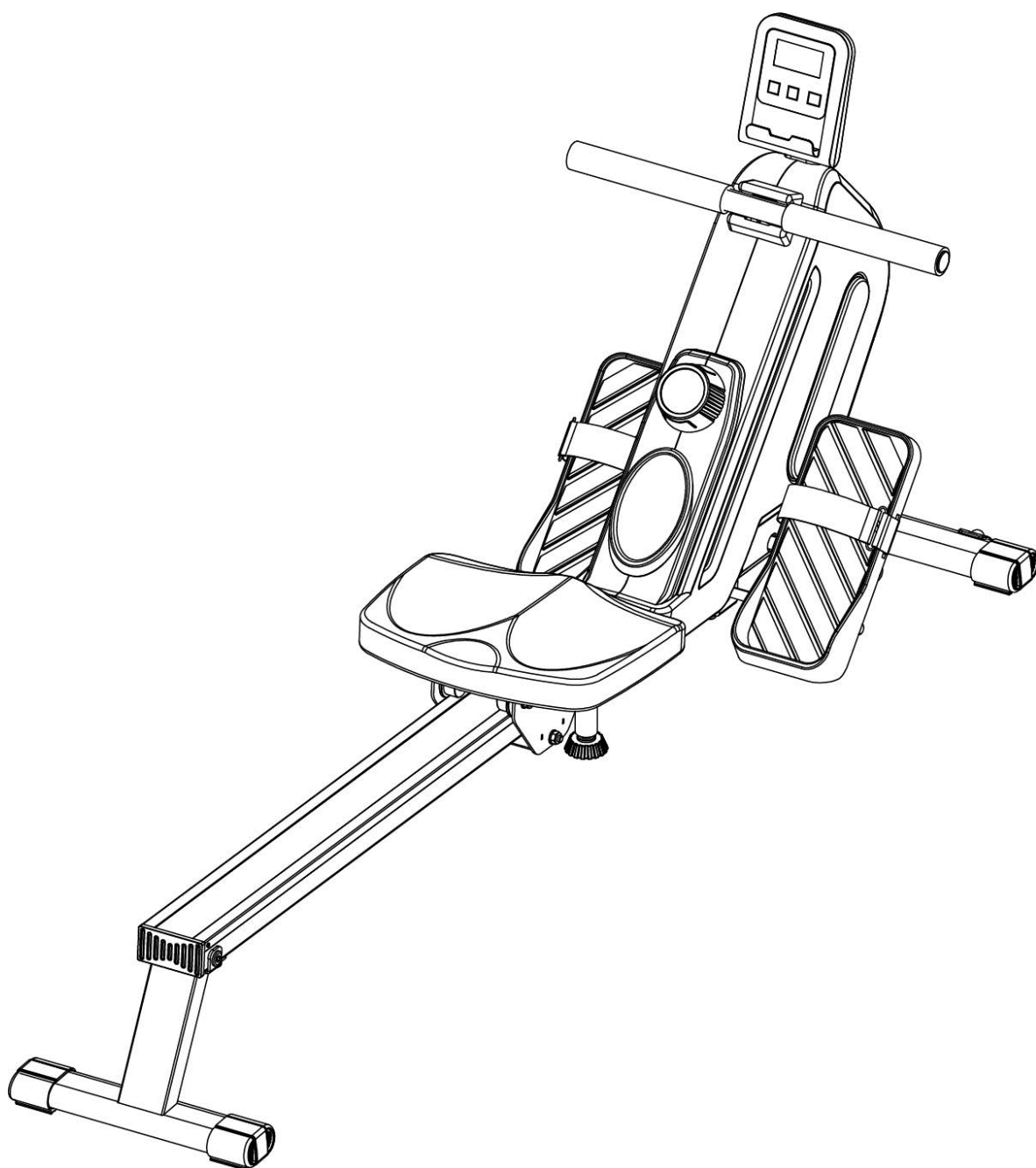
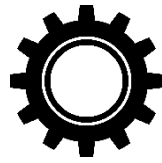


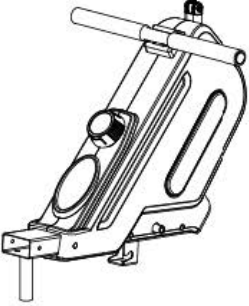
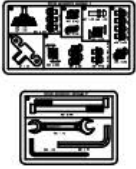


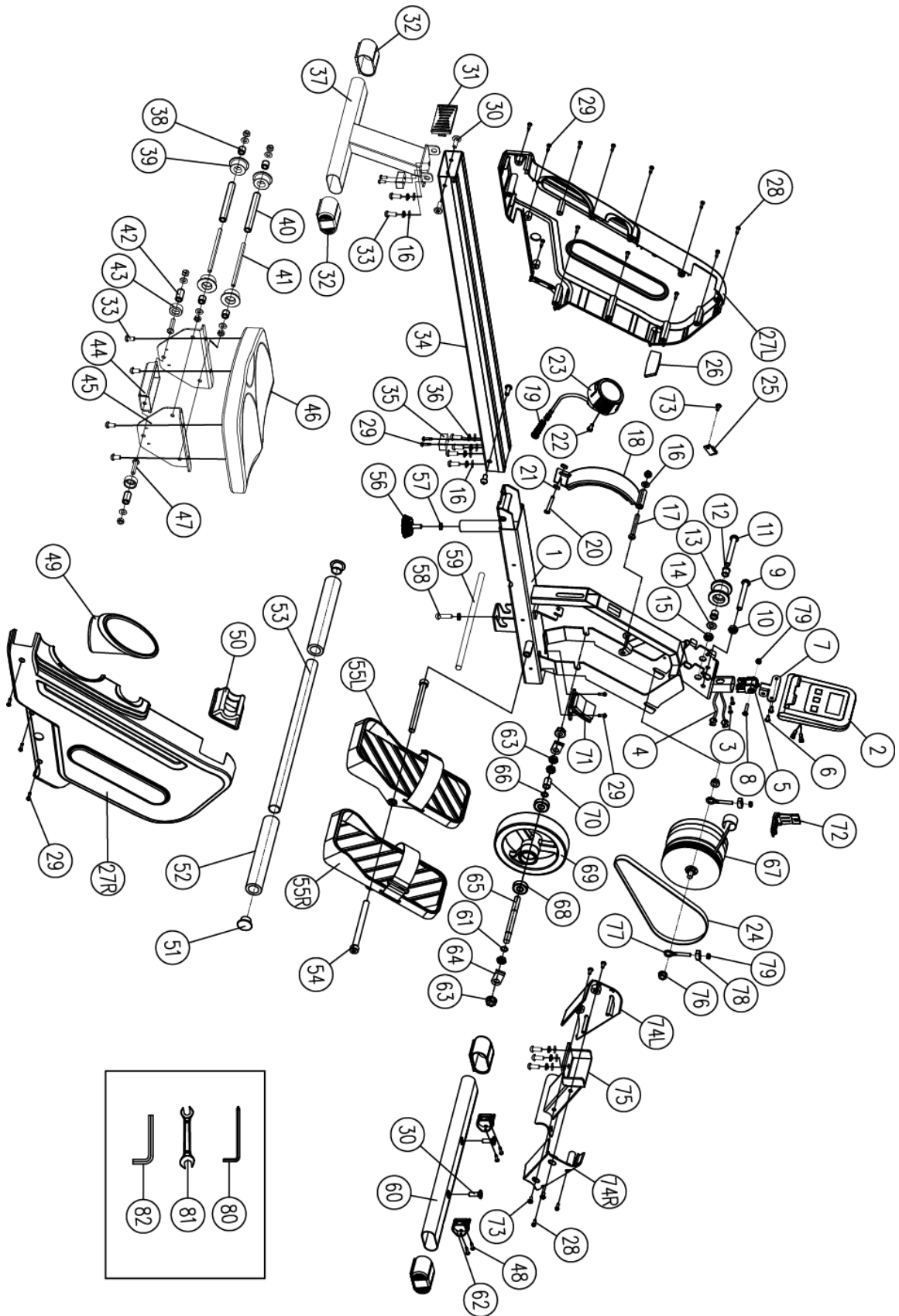
ZM1067



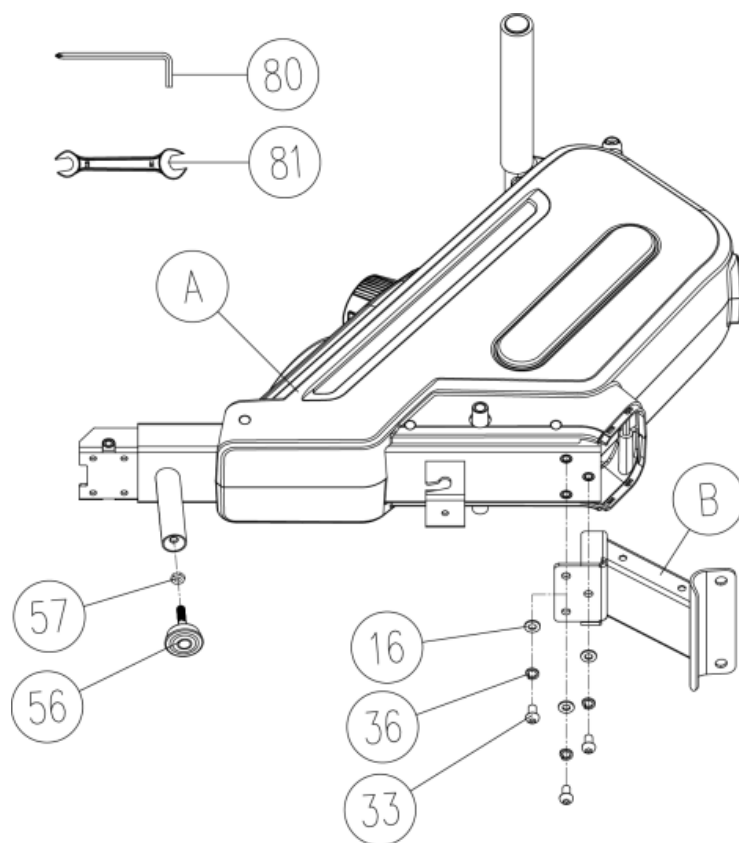
- 11. Manual instruction **EN**
- 13. Instrukcja obsługi **PL**
- 15. Návod k obsluze **CZ**
- 17. Manuel instruktion **DA**
- 19. Gebrauchsanweisung **DE**
- 21. Manual de instrucciones **ES**
- 23. Käsijuhend **ET**
- 25. Manuel d'instruction **FR**
- 27. Kézi utasítás **HU**
- 29. Manuale di istruzioni **IT**
- 31. Naudojimo instrukcijos **LT**
- 33. Rokasgrāmatas instrukcija **LV**
- 35. Handmatige instructie **NL**
- 37. Manual de instruções **PT**
- 39. Instrucțiuni manuale **RO**
- 41. Návod na obsluhu **SK**
- 43. Navodila za uporabo **SL**
- 45. Instruktionsbok **SV**
- 47. Інструкція з експлуатації **UK**



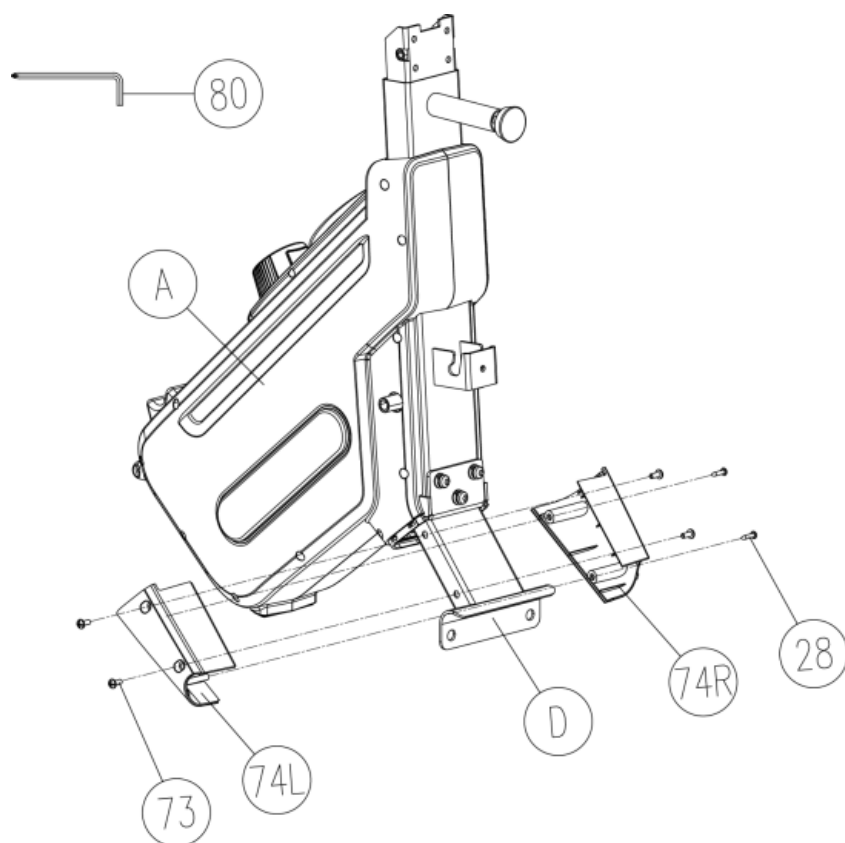
<p>A</p> 	<p>B</p> 	<p>C</p> 
<p>D</p> 	<p>E</p> 	<p>F</p> 
<p>G</p> 	<p>H</p> 	<p>I</p> 
<p>J</p> 	<p>K</p> 	<p>L</p> 



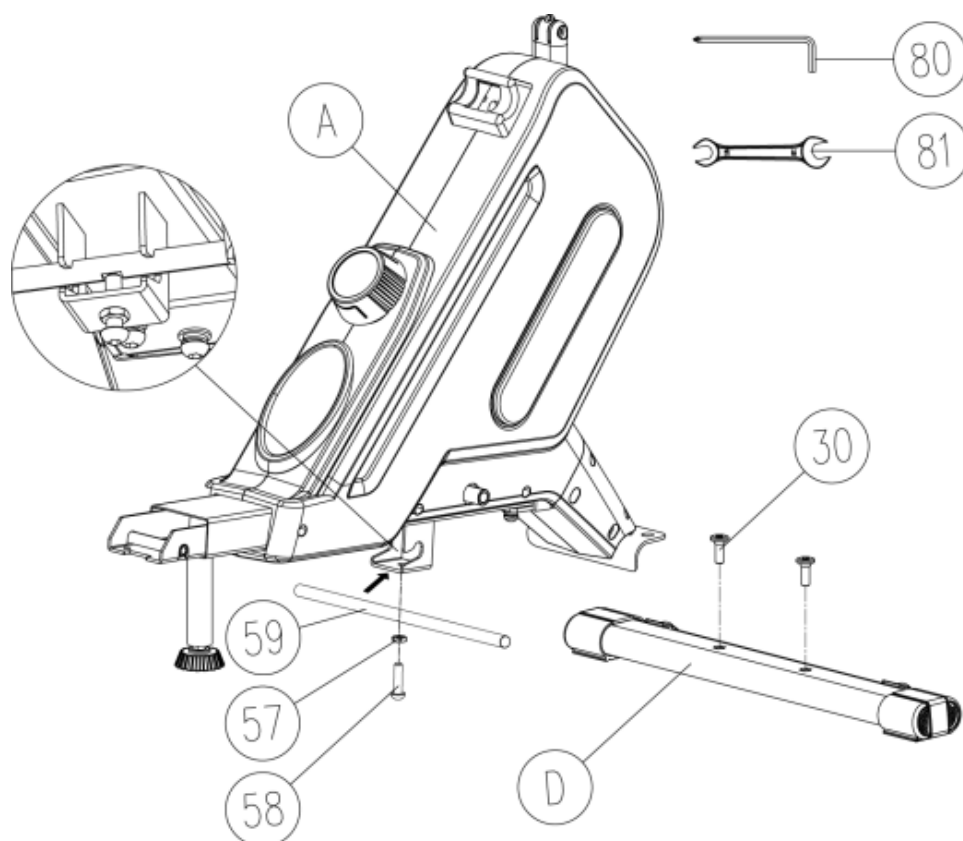
1



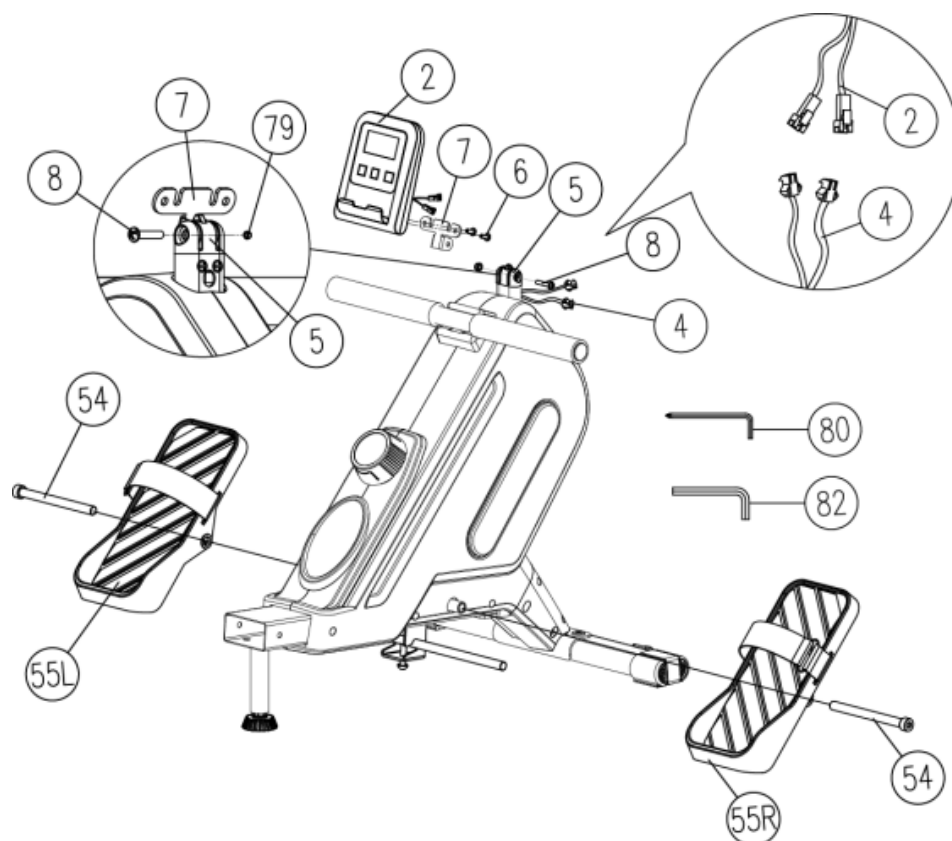
2



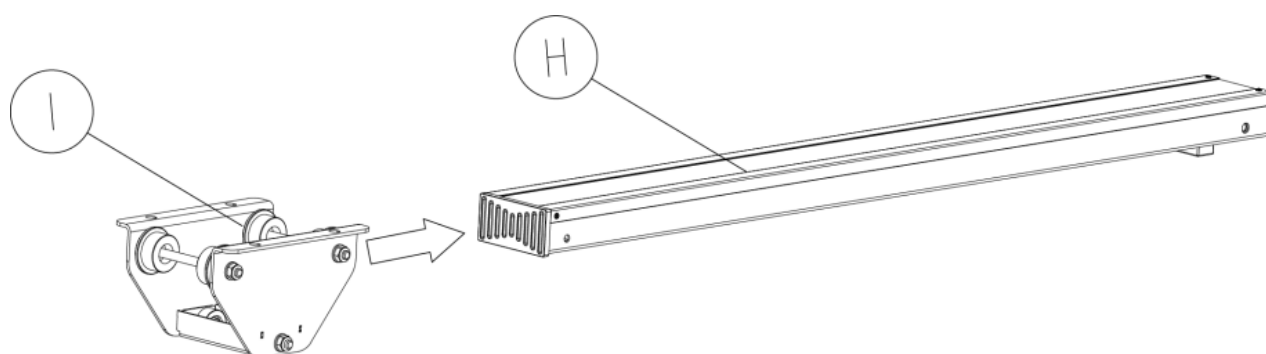
3



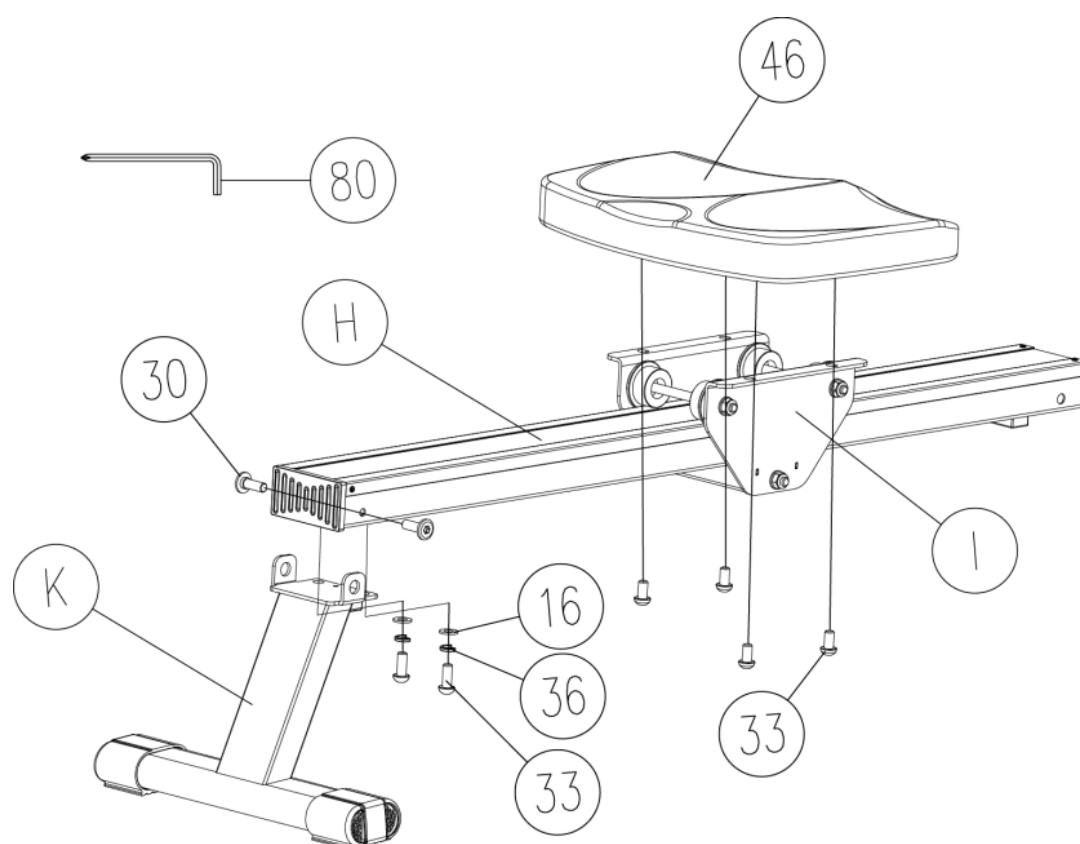
4



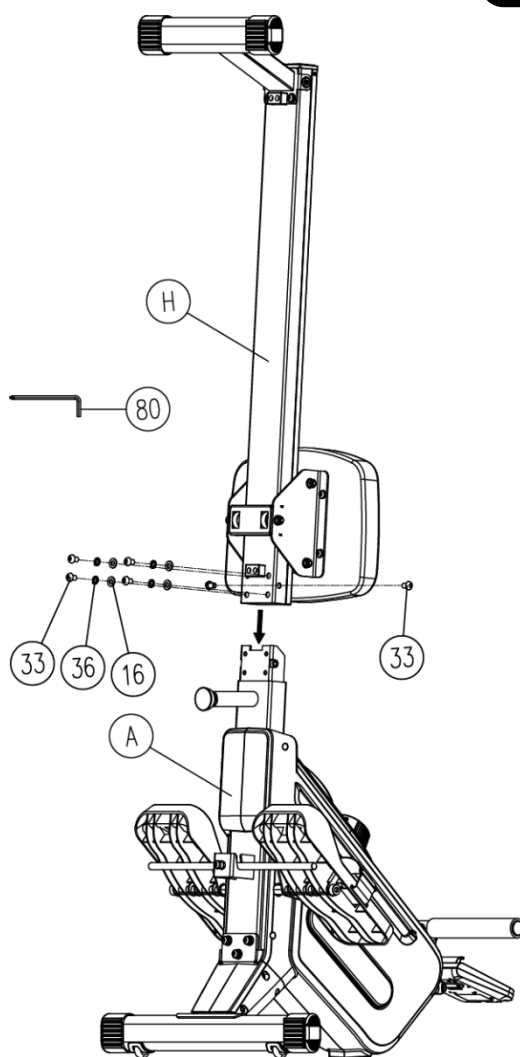
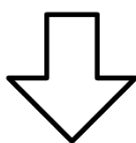
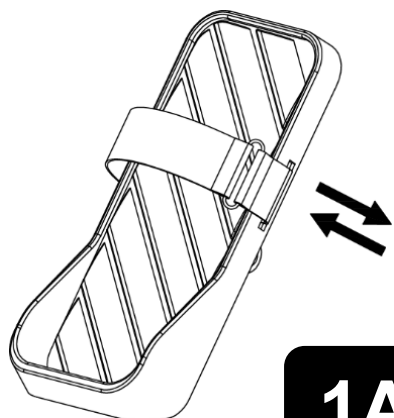
5



6

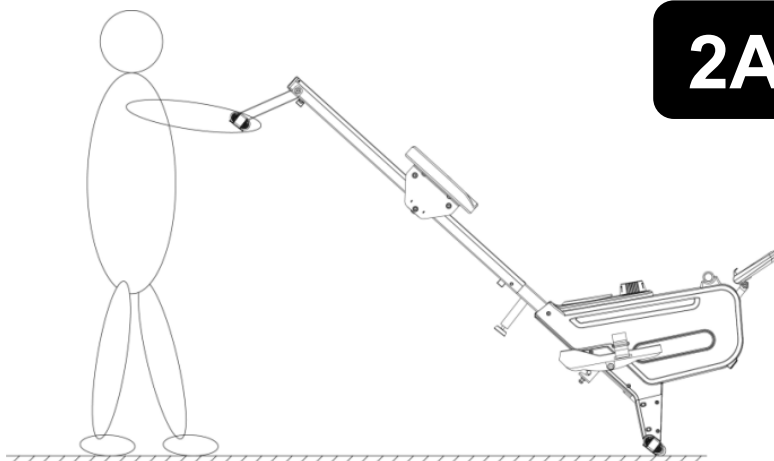


7

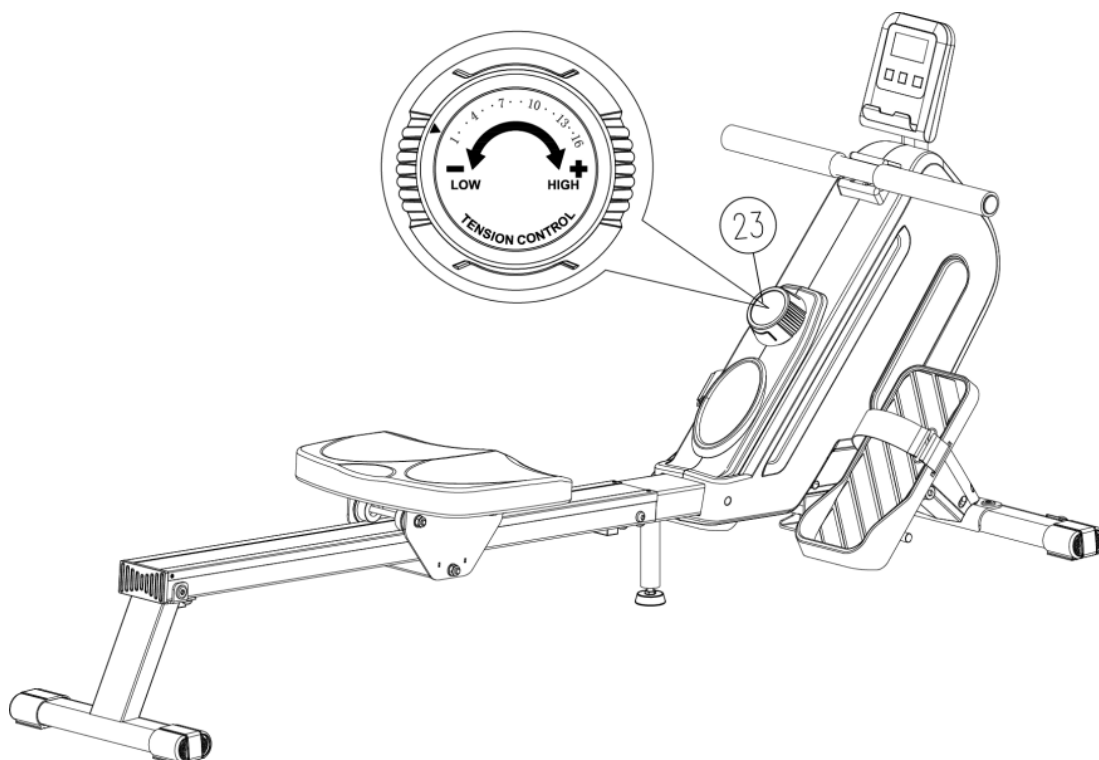


1A

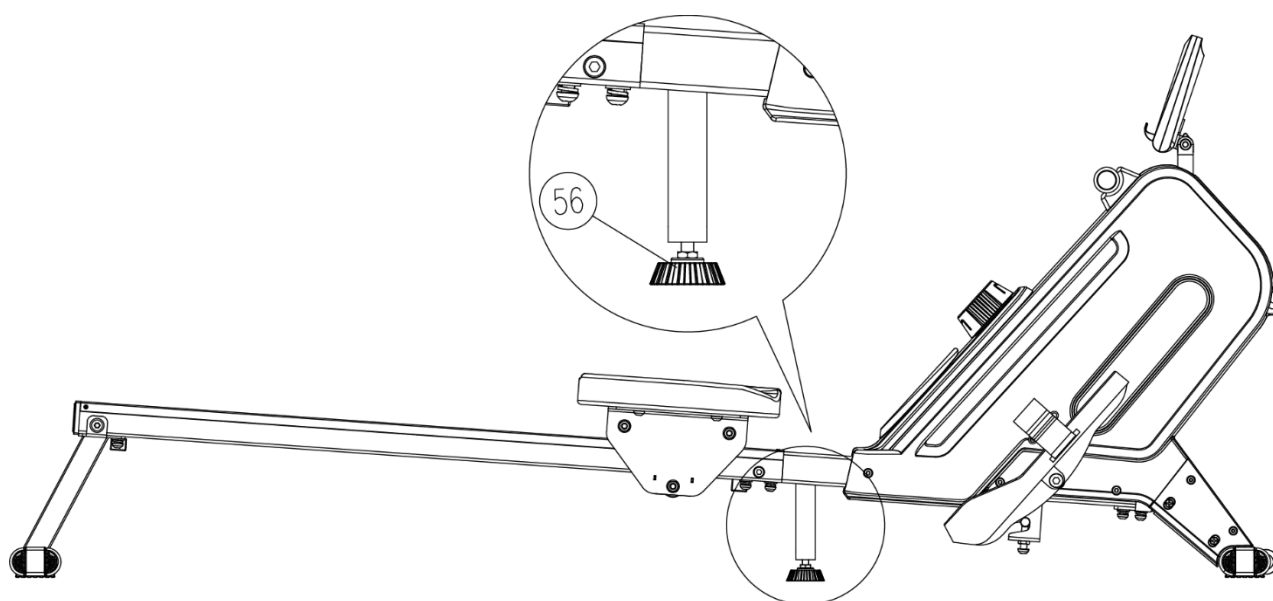
2A



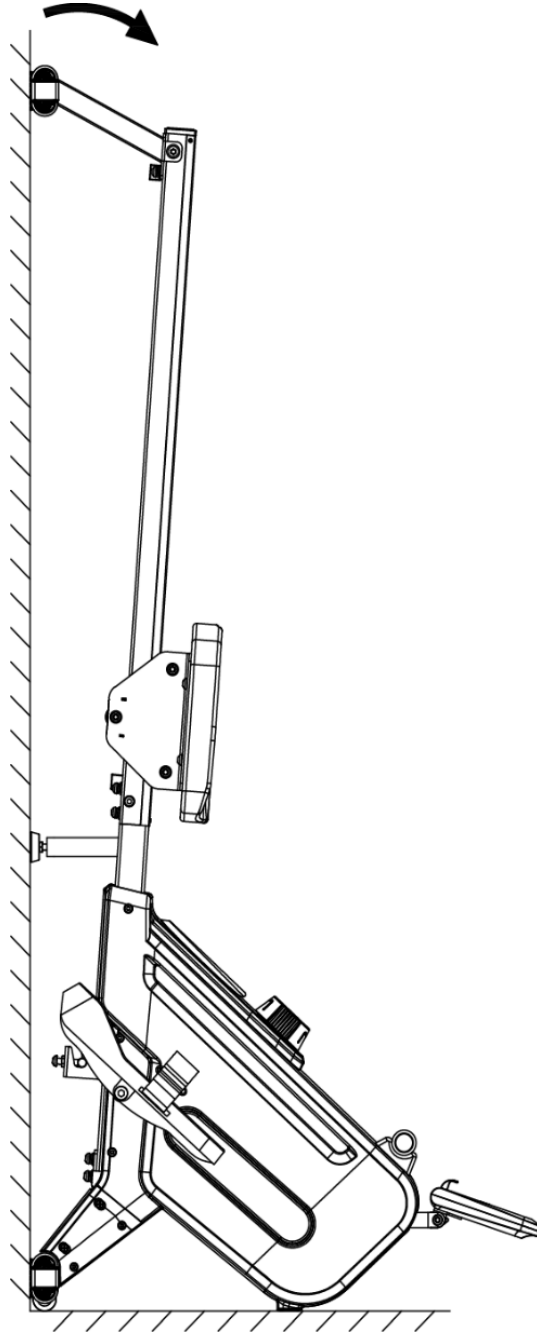
3A



4A



5A



SAFETY INSTRUCTIONS

1. Read the instruction manual carefully before use.
2. This product is intended for home use only (Class HC); it is not suitable for medical or commercial use.
3. Maximum user weight: 120 kg.
4. The device may be used by one person at a time only.
5. Keep children and pets away from the device.
6. Before each use, check that all components are properly secured and in good condition.
7. Do not use the device if it is damaged – replace defective parts before further use.
8. Place the device on a stable, level and non-slip surface.
9. Ensure at least 0.6 m of free space around the device.
10. During exercise, keep your hands on the handle and your feet properly secured in the footrests.
11. Do not place hands or other body parts into moving components.
12. Wear appropriate, well-fitting sports clothing and footwear.
13. Do not use the device under the influence of alcohol or drugs.
14. If you experience dizziness, chest pain or any other abnormal symptoms, stop exercising immediately and consult a doctor.
15. It is recommended to consult a physician before starting training, especially in case of existing health conditions.

ASSEMBLY

1. The product should be assembled by an adult.
2. Check that all parts are complete before assembly.
3. Assemble the device according to the instructions, using appropriate tools.
4. After assembly, ensure that all screws and connections are properly tightened.
5. Take care during assembly – risk of injury.

USE AND MAINTENANCE

1. Regularly check the technical condition of the device (connections, wear of parts).
2. Clean the device with a damp cloth – do not use aggressive cleaning agents.
3. Prevent liquids from entering the device.
4. Store in a dry place – moisture can cause corrosion.



PARTS LIST

NO.	DESCRIPTION	QTY	NO.	DESCRIPTION	QTY
1	Main Frame Assembly	1	42	Bushing	2
2	Console	1	43	Transport Wheel	2
3	Self-tapping Screw M4×10	2	44	Mounting Block	1
4	Sensor Cable	2	45	Seat Mounting Plate	2
5	Mounting Block	1	46	Seat	1
6	Phillips Screw M5×12	2	47	Hex Socket Bolt M8×35	2
7	Console Bracket	1	48	Self-drilling Screw	4
8	Phillips Screw M6×32	1	49	Bottle holder	1
9	Hex Bolt M8×70	1	50	Stop Block	1
10	Nylon Lock Nut M8	8	51	End cap	2
11	Phillips Bolt M10×75	1	52	Foam Grip	2
12	Tube	2	53	Handle	1
13	Pulley	1	54	Hex Bolt M12×140	2
14	Flat washer φ10	1	55(L+R)	Footrests (Left + Right)	1
15	Nylon Lock Nut M10	1	56	Leveling Foot	1
16	Flat washer φ8	16	57	Hex nut M8	2
17	Hexagon screw M8x65L	1	58	Hex Bolt	1
18	Magnetic Resistance Frame	1	59	Footrest Axle	1
19	Spring	1	60	Front Stabilizer	1
20	Hex Bolt M6×60	1	61	Flat Washer Ø12	1
21	Hex Nut M6	2	62	Transport Wheel	2
22	Hex Bolt M5×25	1	63	Hex Nut	5
23	Resistance Adjuster	1	64	Steel Stop Block	2
24	Belt	1	65	Flywheel axle	1
25	C-clip	1	67	Spring cover	1
26	Rubber Stopper	1	68	Bearing 6201	2
27 (L+R)	Side Cover (Left + Right)	1	69	Flywheel	1
28	Self-tapping Screw M4×20	11	70	Flywheel Axle Sleeve	1
29	Self-drilling Screw M4.2×19	10	71	Magnetic Resistance Frame	1
30	Step Bolt M8×24	4	72	Pulley Block	1
31	End Cap	1	73	Phillips Screw M5×12	7
32	End Cap	4	74(L+R)	Front Cover (Left + Right)	1 SET
33	Hex Bolt M8×16	17	75	Front Stabilizer Tube	1
34	Rail Assembly	1	76	Hex nut	2
35	Stop Block	2	77	Resistance Adjuster	2
36	Flat Washer Ø8	9	78	Pull Plate	2
37	Rear Stabilizer Assembly	1	79	Nylon Lock Nut M6	3
38	Bushing	4	80	Hex Key S6	1
39	Wheel	4	81	Open-end Wrench 13–15	1
40	Bushing	2	82	Hex Key S10	1
41	Fixed axle	2			

ASSEMBLY INSTRUCTION

- 1** - Place the Main Frame Assembly (A) on a clean, flat surface to prevent damage. Attach the Front Stabilizer (B) using Hex Bolts (33), Flat Washers (16) and Spring Washers (36), then tighten with the Hex Key (80). Install the Leveling Foot (56) and secure it with the Hex Nut (57).
- 2** - Attach the Front Covers (74L/R) to the Front Stabilizer (D). Secure them using Phillips Screws (73), then fasten with Self-tapping Screws (28).
- 3** - Attach the Front Stabilizer (D) to the Main Frame Assembly (A) using the Step Bolts (30) and tighten with the Hex Key (80). Install the Footrest Axle (59) using the Hex Bolt (58) and Hex Nut (57), then tighten with the Hex Key (80) and Open-end Wrench (81).
- 4** - Attach the Footrests (55L/R) using the Hex Bolts (54) and tighten with the Hex Key (82). Install the Console Bracket (7) onto the Mounting Block (5) and secure it with the Phillips Screw (8) and Nylon Lock Nut (79). Attach the Console (2) using the Screw (6), then connect the Sensor Cable (4).
- 5** - Slide the Seat Carriage (I) into the Rail Assembly (H), ensuring the correct orientation.
- 6** - Attach the Rear Stabilizer Assembly (K) to the Rail Assembly (H) using the Step Bolts (30), Hex Bolts (33), Spring Washers (36) and Flat Washers (16), then tighten with the Hex Key (80). Attach the Seat (46) to the Seat Carriage (I) using the Hex Bolts (33), ensuring the correct orientation.
- 7** - Insert the Rail Assembly (H) into the Main Frame Assembly (A). Secure it using the Hex Bolts (33), Spring Washers (36) and Flat Washers (16), then tighten with the Hex Key (80).

CONSOLE FUNCTIONS

BUTTONS

MODE: Press to select functions; Press and hold to reset all values (Time, Count, Calories).

SET: Press to set target values (Time, Count, Calories) when not in SCAN mode.

RESET: Press to reset current values (Time, Count, Calories).

FUNCTIONS

SCAN: Press MODE until "SCAN" appears; The display will automatically cycle through all functions: Time → Distance → Calories → Count → Total Count → Pulse; Each value is shown for approx. 4 seconds.

TIME (00:00 –99:59): Displays total workout time; Press MODE until "TIME" appears; Press SET to set a target time; The monitor will stop automatically when the set time is reached.

COUNT (CNT 0-9999): Displays the number of strokes during the current session; Press MODE until "CNT" appears; Press SET to set a target count; The monitor will stop automatically when the target is reached.

TOTAL COUNT (TCNT 0-9999): Displays the total number of strokes (cumulative value).

DISTANCE (DIST 0.0 –999.9): Displays total distance; Press MODE until "DIST" appears; Press SET to set a target distance; An alert will sound when the target distance is reached.

CALORIES (kCAL 0.0 – 999.9): Displays estimated calories burned; Press MODE until "CAL" appears; Press SET to set a calorie target; The monitor will stop automatically when the target is reached.

PULSE (if available): Displays heart rate when using compatible sensors.

NOTES: If the display is faint or not visible, replace the batteries; The monitor will automatically switch off after approx. 4 minutes of inactivity; The monitor turns on automatically when exercise begins or when a button is pressed; The monitor starts counting automatically during exercise and stops if no movement is detected for approx. 4 seconds.

OTHERS

APPS This console can connect APP Zwift and Kinomap on the smart device by Bluetooth.

1A - FOOT STRAP ADJUSTMENT To adjust the foot strap, detach the Velcro end from the mesh side and pull the strap upward and to the left to loosen it. Once released, adjust the strap by pulling it to the right. To tighten, pull the strap upward, then to the right and down, and secure it firmly to the mesh side.

2A - MOVE THE MACHINE To move the machine, lift the rear support tube until the front transport wheels touch the floor. Once in position, use the wheels to move the machine to the desired location.

3A - RESISTANCE ADJUSTMENT Adjust the resistance by turning the regulator (23): clockwise to increase resistance, anticlockwise to decrease it.

4A - FOOT PAD ADJUSTMENT Before use, adjust the foot pad (56) so it is 3–5 mm above the floor. If the front of the machine lifts during use, adjust the foot pad to 5–10 mm above the floor.

5A - FOLDING INSTRUCTIONS To fold the machine, grasp the rear support with both hands and lift it in the direction of the arrow. When stored vertically, place the machine against a wall or a stable surface and ensure it is positioned safely away from children to prevent injury.

INFORMACJE DOT. BEZPIECZEŃSTWA

1. Przed użyciem zapoznaj się z instrukcją.
2. Produkt przeznaczony wyłącznie do użytku domowego (klasa HC), nie do celów medycznych ani komercyjnych.
3. Maksymalna waga użytkownika: 120 kg.
4. Urządzenie może być używane wyłącznie przez jedną osobę jednocześnie.
5. Trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od urządzenia.
6. Przed każdym użyciem sprawdź, czy wszystkie elementy są prawidłowo zamocowane i sprawne.
7. Nie używaj urządzenia w przypadku uszkodzenia – wymień wadliwe części przed dalszym użytkowaniem.
8. Ustaw urządzenie na stabilnej, równej i antypoślizgowej powierzchni.
9. Zachowaj co najmniej 0,6 m wolnej przestrzeni wokół urządzenia.
10. Podczas ćwiczeń trzymaj ręce na uchwycie, a stopy prawidłowo zamocowane w podnóżkach.
11. Nie wkładaj rąk ani innych części ciała w elementy ruchome.
12. Noś dopasowaną odzież sportową i odpowiednie obuwie.
13. Nie korzystaj z urządzenia pod wpływem alkoholu lub środków odurzających.
14. W przypadku zawrotów głowy, bólu w klatce piersiowej lub innych niepokojących objawów natychmiast przerwij ćwiczenia i skonsultuj się z lekarzem.
15. Przed rozpoczęciem treningu zaleca się konsultację lekarską, szczególnie w przypadku problemów zdrowotnych.

MONTAŻ

1. Produkt powinien być montowany przez osobę dorosłą.
2. Przed montażem sprawdź kompletność elementów.
3. Montuj urządzenie zgodnie z instrukcją, używając odpowiednich narzędzi.
4. Po montażu upewnij się, że wszystkie śruby i połączenia są prawidłowo dokręcone.
5. Podczas montażu zachowaj ostrożność – ryzyko urazu.

UŻYTKOWANIE I KONSERWACJA

1. Regularnie sprawdzaj stan techniczny urządzenia (połączenia, zużycie części).
2. Czyść urządzenie wilgotną ściereczką – nie używaj agresywnych środków chemicznych.
3. Unikaj przedostawania się cieczy do wnętrza urządzenia.
4. Przechowuj w suchym miejscu – wilgoć może powodować korozję.

LISTA CZĘŚCI

NR	OPIS	ILOŚĆ	NR	OPIS	ILOŚĆ
1	Rama główna	1	42	Tuleja	2
2	Konsola	1	43	Kółko transportowe	2
3	Wkręt samogwintujący M4×10	2	44	Blok montażowy	1
4	Przewód czujnika	2	45	Płyta montażowa siedziska	2
5	Blok montażowy	1	46	Siedzisko	1
6	Śruba krzyżakowa M5×12	2	47	Śruba imbusowa M8×35	2
7	Uchwyt konsoli	1	48	Wkręt samowiercący	4
8	Śruba krzyżakowa M6×32	1	49	Uchwyt na bidon	1
9	Śruba sześciokątna M8×70	1	50	Ogranicznik	1
10	Nakrętka samokontrująca M8	8	51	Zaślepka	2
11	Śruba krzyżakowa M10×75	1	52	Nakładka piankowa	2
12	Rura konstrukcyjna	2	53	Uchwyt	1
13	Koło pasowe	1	54	Śruba sześciokątna M12×140	2
14	Podkładka płaska Ø10	1	55(L+R)	Podnóżki (lewy + prawy)	1
15	Nakrętka samokontrująca M10	1	56	Stopka poziomująca	1
16	Podkładka płaska Ø8	16	57	Nakrętka sześciokątna M8	2
17	Śruba sześciokątna M8×65	1	58	Śruba sześciokątna	1
18	Rama oporu magnetycznego	1	59	Oś podnóżków	1
19	Sprężyna	1	60	Stabilizator przedni	1
20	Śruba sześciokątna M6×60	1	61	Podkładka płaska Ø12	1
21	Nakrętka sześciokątna M6	2	62	Kółko transportowe	2
22	Śruba sześciokątna M5×25	1	63	Nakrętka sześciokątna	5
23	Regulator oporu	1	64	Stały ogranicznik	2
24	Pasek	1	65	Oś koła zamachowego	1
25	Pierścień zabezpieczający	1	67	Ośłona sprężyny	1
26	Ogranicznik gumowy	1	68	Łożysko 6201	2
27 (L+R)	Ośłona boczna (lewa + prawa)	1	69	Koło zamachowe	1
28	Wkręt samogwintujący M4×20	11	70	Tuleja osi koła zamachowego	1
29	Wkręt samowiercący M4.2×19	10	71	Rama oporu magnetycznego	1
30	Śruba stopniowa M8×24	4	72	Blok rolki	1
31	Zaślepka	1	73	Śruba krzyżakowa M5×12	7
32	Zaślepka	4	74(L+R)	Ośłona przednia (lewa + prawa)	1 zestaw
33	Śruba sześciokątna M8×16	17	75	Rura stabilizatora przedniego	1
34	Prowadnica	1	76	Nakrętka sześciokątna	2
35	Ogranicznik	2	77	Regulator oporu	2
36	Podkładka płaska Ø8	9	78	Płyta napędowa	2
37	Stabilizator tylny	1	79	Nakrętka samokontrująca M6	3
38	Tuleja	4	80	Kłucz imbusowy 6 mm	1
39	Kółko	4	81	Kłucz płaski 13–15	1
40	Tuleja	2	82	Kłucz imbusowy 10 mm	1
41	Oś stała	2			

KROKI MONTAŻOWE

- 1** - Umieść ramę główną (A) na czystej, płaskiej powierzchni, aby zapobiec uszkodzeniom. Przymocuj blok montażowy (B) za pomocą śrub sześciokątnych (33), podkładek płaskich (16) oraz podkładek sprężynujących (36), a następnie dokręć przy użyciu klucza imbusowego (80). Zamontuj stopkę poziomującą (56) i zabezpiecz ją nakrętką sześciokątną (57).
- 2** - Zamocuj osłony przednie (74L/R) do stabilizatora przedniego (D). Przykręć je za pomocą śrub krzyżakowych (73), a następnie zabezpiecz wkrętami samogwintującymi (28).
- 3** - Przymocuj stabilizator przedni (D) do ramy głównej (A) za pomocą śrub stopniowanych (30), a następnie dokręć przy użyciu klucza imbusowego (80). Zamontuj oś podnóżków (59) przy użyciu śruby sześciokątnej (58) oraz nakrętki sześciokątnej (57), a następnie dokręć przy użyciu klucza imbusowego (80) oraz klucza płaskiego (81).
- 4** - Zamontuj podnóżki (55L/R) przy użyciu śrub sześciokątnych (54), a następnie dokręć przy użyciu klucza imbusowego (82). Przymocuj uchwyt konsoli (7) do bloku montażowego (5) i zabezpiecz go śrubą krzyżakową (8) oraz nakrętką samokontrującą (79). Zamontuj konsolę (2) przy użyciu śrub (6), a następnie podłącz przewód czujnika (4).
- 5** - Wsuń wózek siedziska (I) do prowadnicy (H), zwracając uwagę na prawidłowy kierunek montażu.
- 6** - Przymocuj stabilizator tylny (K) do prowadnicy (H) za pomocą śrub stopniowanych (30), śrub sześciokątnych (33), podkładek sprężynujących (36) oraz podkładek płaskich (16), a następnie dokręć przy użyciu klucza imbusowego (80). Zamontuj siedzisko (46) do wózka siedziska (I) przy użyciu śrub sześciokątnych (33), zwracając uwagę na prawidłowe ustawienie.
- 7** - Wsuń prowadnicę (H) do ramy głównej (A). Zabezpiecz ją przy użyciu śrub sześciokątnych (33), podkładek sprężynujących (36) oraz podkładek płaskich (16), a następnie dokręć przy użyciu klucza imbusowego (80).

FUNKCJE KONSOLI

PRZYCISKI

MODE: Naciśnij, aby wybrać funkcję; przytrzymaj, aby zresetować wszystkie wartości (czas, liczba powtórzeń, kalorie).

SET: Naciśnij, aby ustawić wartości docelowe (czas, liczba powtórzeń, kalorie), gdy tryb SCAN jest wyłączony.

RESET: Naciśnij, aby zresetować bieżące wartości (czas, liczba powtórzeń, kalorie).

FUNKCJE

SCAN: Naciśnij przycisk MODE, aż na wyświetlaczu pojawi się „SCAN”. Wyświetlacz będzie automatycznie przełączał się pomiędzy funkcjami: czas → dystans → kalorie → powtórzenia → całkowita liczba powtórzeń → puls. Każda wartość wyświetlana jest przez około 4 sekundy.

TIME (00:00 – 99:59): Wyświetla całkowity czas treningu. Naciśnij MODE, aż pojawi się „TIME”. Naciśnij SET, aby ustawić czas docelowy. Po osiągnięciu ustawionego czasu monitor zatrzyma się automatycznie.

COUNT (CNT 0-9999): Wyświetla liczbę powtórzeń podczas bieżącej sesji. Naciśnij MODE, aż pojawi się „CNT”. Naciśnij SET, aby ustawić docelową liczbę powtórzeń. Po osiągnięciu ustawionej wartości monitor zatrzyma się automatycznie.

TOTAL COUNT (TCNT 0-9999): Wyświetla łączną liczbę powtórzeń (wartość skumulowana).

DISTANCE (DIST 0.0 – 999.9): Wyświetla całkowity dystans. Naciśnij MODE, aż pojawi się „DIST”. Naciśnij SET, aby ustawić dystans docelowy. Po osiągnięciu ustawionego dystansu zostanie wygenerowany sygnał dźwiękowy.

CALORIES (kCAL 0.0 – 999.9): Wyświetla szacunkową liczbę spalonych kalorii. Naciśnij MODE, aż pojawi się „CAL”. Naciśnij SET, aby ustawić docelową liczbę kalorii. Po osiągnięciu ustawionej wartości monitor zatrzyma się automatycznie.

PULSE (jeśli dotyczy): Wyświetla tętno podczas korzystania z kompatybilnych czujników.

NOTES: Jeśli wyświetlacz jest słabo widoczny lub nie działa, należy wymienić baterie. Monitor wyłącza się automatycznie po około 4 minutach bezczynności. Monitor włącza się automatycznie po rozpoczęciu ćwiczeń lub naciśnięciu dowolnego przycisku. Monitor rozpoczyna zliczanie automatycznie podczas ćwiczeń i zatrzymuje się, jeśli przez około 4 sekundy nie zostanie wykryty ruch.

INNE

APLIKACJE: Konsola może łączyć się przez Bluetooth z aplikacjami Zwift oraz Kinomap na urządzeniach mobilnych.

1A - REGULACJA PASKÓW NA STOPY: Aby wyregulować pasek na stopę, odczep rzep od materiałowej części i pociągnij pasek do góry oraz w lewo, aby go poluzować. Następnie dopasuj długość, pociągając pasek w prawo. Aby zacisnąć, pociągnij pasek do góry, następnie w prawo i w dół, po czym dokładnie przymocuj go do materiałowej części.

2A - PRZEMIESZCZANIE URZĄDZENIA: Aby przemieścić urządzenie, unieś tylną część, aż przednie kółka transportowe dotkną podłoża. Następnie przesunij sprzęt w wybrane miejsce, korzystając z kółek.

3A - REGULACJA OPORU: Opór można regulować, obracając pokrętkę regulacji (23): zgodnie z ruchem wskazówek zegara – aby zwiększyć opór, przeciwnie do ruchu wskazówek zegara – aby zmniejszyć opór.

4A - REGULACJA STOPKI: Przed użyciem wyreguluj stopkę (56) tak, aby znajdowała się 3–5 mm nad podłożem. Jeśli podczas ćwiczeń przód urządzenia unosi się, ustaw stopkę na wysokości 5–10 mm nad podłożem.

5A - SKŁADANIE URZĄDZENIA: Aby złożyć urządzenie, chwyć tylną część oburącz i unieś ją w kierunku wskazanym strzałką. Podczas przechowywania w pozycji pionowej ustaw urządzenie przy ścianie lub stabilnej powierzchni. Upewnij się, że sprzęt znajduje się w bezpiecznej odległości od dzieci, aby zapobiec urazom.

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

1. Před použitím si pečlivě přečtěte návod k použití.
2. Tento výrobek je určen pouze pro domácí použití (třída HC); není vhodný pro lékařské ani komerční použití.
3. Maximální hmotnost uživatele: 120 kg.
4. Přístroj smí používat vždy pouze jedna osoba.
5. Udržujte děti a domácí zvířata v bezpečné vzdálenosti od zařízení.
6. Před každým použitím zkontrolujte, zda jsou všechny součásti správně upevněny a v dobrém stavu.
7. Pokud je zařízení poškozené, nepoužívejte ho – před dalším použitím vyměňte poškozené součásti.
8. Umístěte zařízení na stabilní, rovný a neklouzavý povrch.
9. Zajistěte kolem zařízení volný prostor o šířce alespoň 0,6 m.
10. Během cvičení držte ruce na rukojeti a nohy řádně zajištěné v opěrkách.
11. Nevkládejte ruce ani jiné části těla do pohyblivých součástí.
12. Noste vhodné, dobře padnoucí sportovní oblečení a obuv.
13. Používejte zařízení pouze v střízlivém stavu a bez vlivu drog.
14. Pokud pocítíte závratě, bolest na hrudi nebo jakékoli jiné neobvyklé příznaky, okamžitě přestaňte cvičit a vyhledejte lékaře.
15. Před zahájením tréninku se doporučuje konzultovat s lékařem, zejména v případě stávajících zdravotních potíží.

MONTÁŽ

1. Produkt by měl sestavit dospělý.
2. Před montáží zkontrolujte, zda jsou všechny součásti kompletní.
3. Zařízení sestavte podle návodu a za použití vhodného nářadí.
4. Po sestavení se ujistěte, že jsou všechny šrouby a spoje řádně utaženy.
5. Při montáži buďte opatrní – hrozí nebezpečí úrazu.

POUŽÍVÁNÍ A ÚDRŽBA

1. Pravidelně kontrolujte technický stav zařízení (spoje, opotřebení dílů).
2. Zařízení čistěte vlhkým hadříkem – nepoužívejte agresivní čisticí prostředky.
3. Zabráňte vniknutí tekutin do zařízení.
4. Skladujte na suchém místě – vlhkost může způsobit korozi.

SEZNAM DÍLŮ

Č.	POPIS	MNOŽSTVÍ	Č.	POPIS	MNOŽSTVÍ
1	Sestava hlavního rámu	1	42	Pouzdro	2
2	Konzole	1	43	Přepavní kolečko	2
3	Samorezný šroub M4×10	2	44	Montážní blok	1
4	Snímačový kabel	2	45	Montážní deska sedadla	2
5	Montážní blok	1	46	Sedlo	1
6	Šroub Phillips M5×12	2	47	Šroub s vnitřním šestihranem M8×35	2
7	Konzolový držák	1	48	Samovrtný šroub	4
8	Šroub s křížovou hlavou M6×32	1	49	Držák na láhev	1
9	Šestihranný šroub M8×70	1	50	Zarážka	1
10	Nylonová pojistná matice M8	8	51	Koncová krytka	2
11	Šroub s křížovou hlavou M10×75	1	52	Pěnová rukojeť	2
12	Trubka	2	53	Rukojeť	1
13	Kladka	1	54	Šestihranný šroub M12×140	2
14	Plochá podložka φ10	1	55 (L+R)	Stupačky (levá + pravá)	1
15	Nylonová pojistná matice M10	1	56	Vyrovňovací nožička	1
16	Plochá podložka φ8	16	57	Šestihranná matice M8	2
17	Šroub s šestihrannou hlavou M8×65L	1	58	Šroub s šestihrannou hlavou	1
18	Rám s magnetickým odporem	1	59	Osa opěrky nohou	1
19	Pružina	1	60	Přední stabilizátor	1
20	Šestihranný šroub M6×60	1	61	Plochá podložka Ø12	1
21	Šestihranná matice M6	2	62	Přepavní kolečko	2
22	Šestihranný šroub M5×25	1	63	Šestihranná matice	5
23	Nastavovač odporu	1	64	Ocelový dorazový blok	2
24	Řemen	1	65	Osa setrvačnicku	1
25	C-spona	1	67	Kryt pružiny	1
26	Gumová zátka	1	68	Ložisko 6201	2
27 (L+R)	Boční kryt (levý + pravý)	1	69	Setrvačnick	1
28	Samorezný šroub M4×20	11	70	Pouzdro hřídele setrvačnicku	1
29	Samovrtný šroub M4,2×19	10	71	Magnetický odporový rám	1
30	Krokový šroub M8×24	4	72	Kladkostroj	1
31	Koncová krytka	1	73	Křížový šroub M5×12	7
32	Koncová krytka	4	74 (L+R)	Přední kryt (levý + pravý)	1 SADA
33	Šestihranný šroub M8×16	17	75	Přední stabilizační trubka	1
34	Sestava kolejničky	1	76	Šestihranná matice	2
35	Zarážka	2	77	Nastavení odporu	2
36	Plochá podložka Ø8	9	78	Tažná deska	2
37	Sestava zadního stabilizátoru	1	79	Nylonová pojistná matice M6	3
38	Pouzdro	4	80	Šestihranný klíč S6	1
39	Kolo	4	81	Nastavitelný klíč 13–15	1
40	Pouzdro	2	82	Šestihranný klíč S10	1
41	Pevná osa	2			

NÁVOD K MONTÁŽI

1 - Umístěte sestavu hlavního rámu (A) na čistý, rovný povrch, aby nedošlo k poškození. Připevněte přední stabilizátor (B) pomocí šestihranných šroubů (33), plochých podložek (16) a pružných podložek (36) a poté utáhněte šestihranným klíčem (80). Namontujte vyrovnávací nohu (56) a zajistěte ji šestihrannou maticí (57).

2 - Připevněte přední kryty (74L/R) k přednímu stabilizátoru (D). Upevněte je pomocí křížových šroubů (73) a poté je zajistěte samořeznými šrouby (28).

3 - Připevněte přední stabilizátor (D) k hlavnímu rámu (A) pomocí stupňovitých šroubů (30) a utáhněte šestihranným klíčem (80). Namontujte osu opěrky nohou (59) pomocí šestihranného šroubu (58) a šestihranné matice (57) a poté utáhněte šestihranným klíčem (80) a otevřeným klíčem (81).

4 - Připevněte opěrky nohou (55L/R) pomocí šestihranných šroubů (54) a utáhněte je šestihranným klíčem (82). Namontujte držák konzole (7) na montážní blok (5) a zajistěte jej křížovým šroubem (8) a nylonovou pojistnou maticí (79). Připevněte konzoli (2) pomocí šroubu (6) a poté připojte kabel snímače (4).

5 - Nasuňte vozík sedadla (I) do sestavy kolejnice (H) a dbejte na správnou orientaci.

6 - Připevněte sestavu zadního stabilizátoru (K) k sestavě kolejnice (H) pomocí stupňovitých šroubů (30), šestihranných šroubů (33), pružných podložek (36) a plochých podložek (16) a poté utáhněte šestihranným klíčem (80). Připevněte sedadlo (46) k nosiči sedadla (I) pomocí šestihranných šroubů (33) a dbejte na správnou orientaci.

7 - Vložte sestavu kolejnice (H) do sestavy hlavního rámu (A). Zajistěte ji pomocí šestihranných šroubů (33), pružných podložek (36) a plochých podložek (16) a poté utáhněte šestihranným klíčem (80).

FUNKCE KONZOLE

TLAČÍTKA

REŽIM: Stisknutím vyberete funkce; dlouhým stisknutím vynulujete všechny hodnoty (čas, počet, kalorie).

SET: Stiskněte pro nastavení cílových hodnot (čas, počet, kalorie), pokud nejste v režimu SCAN.

RESET: Stisknutím resetujete aktuální hodnoty (čas, počet, kalorie).

FUNKCE

SCAN: Stiskněte tlačítko MODE, dokud se nezobrazí „SCAN“; Displej automaticky prochází všemi funkcemi: Čas → Vzdálenost → Kalorie → Počet → Celkový počet → Puls; Každá hodnota se zobrazí přibližně na 4 sekundy.

ČAS (00:00 – 99:59): Zobrazuje celkovou dobu tréninku; Stiskněte tlačítko MODE, dokud se nezobrazí „TIME“; Stiskněte tlačítko SET pro nastavení cílového času; Monitor se automaticky zastaví po dosažení nastaveného času.

COUNT (CNT 0–9999): Zobrazuje počet záběrů během aktuální relace; Stiskněte tlačítko MODE, dokud se nezobrazí „CNT“; Stiskněte tlačítko SET pro nastavení cílového počtu; Monitor se automaticky zastaví, jakmile je cíl dosažen.

TOTAL COUNT (TCNT 0–9999): Zobrazuje celkový počet záběrů (kumulativní hodnotu).

VZDÁLENOST (DIST 0,0–999,9): Zobrazuje celkovou vzdálenost; Stiskněte tlačítko MODE, dokud se nezobrazí „DIST“; Stiskněte tlačítko SET pro nastavení cílové vzdálenosti; Po dosažení cílové vzdálenosti zazní zvukový signál.

KALORIE (kCAL 0,0 – 999,9): Zobrazuje odhadovaný počet spálených kalorií; Stiskněte tlačítko MODE, dokud se nezobrazí „CAL“; Stiskněte tlačítko SET pro nastavení cílové hodnoty kalorií; Monitor se automaticky zastaví, jakmile je cíl dosažen.

PULSE (pokud je k dispozici): Zobrazuje srdeční frekvenci při použití kompatibilních senzorů.

POZNÁMKY: Pokud je displej slabě osvětlený nebo není vidět, vyměňte baterie; Monitor se automaticky vypne po cca 4 minutách nečinnosti; Monitor se automaticky zapne při zahájení cvičení nebo po stisknutí tlačítka; Monitor začne automaticky měřit během cvičení a zastaví se, pokud po dobu cca 4 sekund nezaznamená žádný pohyb.

OSTATNÍ

APLIKACE Tato konzole se může připojit k aplikacím Zwift a Kinomap na chytrém zařízení přes Bluetooth.

1A – NASTAVENÍ PÁSKU NA NOHU Chcete-li nastavit pásek na nohu, odpojte konec suchého zipu od síťované strany a táhněte pásek nahoru a doleva, aby se uvolnil. Jakmile se uvolní, nastavte pásek tak, že jej zatáhnete doprava. Chcete-li pásek utáhnout, zatáhnete jej nahoru, poté doprava a dolů a pevně jej připevněte k síťované straně.

2A – PŘESUN STROJE Chcete-li stroj přesunout, zvedněte zadní opěrnou trubku tak, aby se přední transportní kolečka dotýkala podlahy. Jakmile je stroj v požadované poloze, přesuňte jej pomocí koleček na požadované místo.

3A – NASTAVENÍ ODPORU Nastavte odpor otáčením regulátoru (23): ve směru hodinových ručiček pro zvýšení odporu, proti směru hodinových ručiček pro jeho snížení.

4A – NASTAVENÍ PODLOŽKY PRO NOHY Před použitím nastavte podložku pro nohy (56) tak, aby byla 3–5 mm nad podlahou. Pokud se přední část stroje během používání zvedá, nastavte podložku pro nohy na 5–10 mm nad podlahou.

5A – NÁVOD K SKLÁPĚNÍ Chcete-li stroj složit, uchopte zadní opěru oběma rukama a zvedněte ji ve směru šipky. Při vertikálním skladování postavte stroj ke zdi nebo na pevný povrch a zajistěte, aby byl umístěn mimo dosah dětí, aby nedošlo k úrazu.

SIKKERHEDSINSTRUKTIONER

1. Læs brugsanvisningen grundigt inden brug.
2. Dette produkt er udelukkende beregnet til privat brug (klasse HC); det er ikke egnet til medicinsk eller kommerciel brug.
3. Maksimal brugervægt: 120 kg.
4. Enheden må kun benyttes af én person ad gangen.
5. Hold børn og kæledyr væk fra apparatet.
6. Kontroller før hver brug, at alle komponenter er korrekt fastgjort og i god stand.
7. Brug ikke enheden, hvis den er beskadiget – udskift defekte dele, inden du bruger den igen.
8. Placer enheden på en stabil, vandret og skridsikker overflade.
9. Sørg for mindst 0,6 m fri plads omkring apparatet.
10. Under træningen skal du holde hænderne på håndtaget og fødderne ordentligt fastgjort i fodstøtterne.
11. Stik ikke hænder eller andre kropsdele ind i bevægelige komponenter.
12. Brug passende, velsiddende sportstøj og -fodtøj.
13. Brug ikke apparatet, hvis du er påvirket af alkohol eller stoffer.
14. Hvis du oplever svimmelhed, brystsmerte eller andre unormale symptomer, skal du straks stoppe med at træne og konsultere en læge.
15. Det anbefales at konsultere en læge, før du begynder at træne, især hvis du har eksisterende helbredsproblemer.

MONTERING

1. Produktet skal samles af en voksen.
2. Kontroller, at alle dele er til stede, inden samling.
3. Saml enheden i henhold til vejledningen ved hjælp af passende værktøj.
4. Efter samlingen skal du sikre dig, at alle skruer og samlinger er strammet korrekt.
5. Vær forsigtig under samlingen – der er risiko for personskade.

BRUG OG VEDLIGEHOLDELSE

1. Kontroller regelmæssigt enhedens tekniske tilstand (tilslutninger, slitage på dele).
2. Rengør enheden med en fugtig klud – brug ikke aggressive rengøringsmidler.
3. Undgå, at der trænger væske ind i enheden.
4. Opbevares på et tørt sted – fugt kan forårsage korrosion.



DELELISTE

NR.	BESKRIVELSE	ANTAL	NR.	BESKRIVELSE	ANTAL
1	Hoveddrammesamling	1	42	Bøsning	2
2	Konsol	1	43	Transporthjul	2
3	Selvskærende skrue M4×10	2	44	Monteringsblok	1
4	Sensorkabel	2	45	Sædebeslag	2
5	Monteringsblok	1	46	Sæde	1
6	Phillips-skrue M5×12	2	47	Sekskantbolt M8×35	2
7	Konsolbeslag	1	48	Selvborende skrue	4
8	Phillips-skrue M6×32	1	49	Flaskeholder	1
9	Sekskantbolt M8×70	1	50	Stopblok	1
10	Nylon-kontermøtrik M8	8	51	Endekappe	2
11	Krydsskruen M10×75	1	52	Skumgreb	2
12	Rør	2	53	Håndtag	1
13	Remskive	1	54	Sekskantbolt M12×140	2
14	Flad skive φ10	1	55 (V+H)	Fodstøtter (venstre + højre)	1
15	Nylon-kontermøtrik M10	1	56	Justeringsfod	1
16	Flad skive φ8	16	57	Sekskantmøtrik M8	2
17	Sekskantskrue M8×65L	1	58	Sekskantbolt	1
18	Magnetisk modstandsramme	1	59	Fodstøtteaksel	1
19	Fjeder	1	60	Forreste stabilisator	1
20	Sekskantbolt M6×60	1	61	Flad skive Ø12	1
21	Sekskantmøtrik M6	2	62	Transporthjul	2
22	Sekskantbolt M5×25	1	63	Sekskantmøtrik	5
23	Modstandsjustering	1	64	Stålstopblok	2
24	Rem	1	65	Svinghjulsaksel	1
25	C-klemme	1	67	Fjederafskærmning	1
26	Gummipropp	1	68	Leje 6201	2
27 (V+H)	Sidedæksel (venstre + højre)	1	69	Svinghjul	1
28	Selvskærende skrue M4×20	11	70	Svinghjulsakselbøsning	1
29	Selvborende skrue M4,2×19	10	71	Magnetisk modstandsramme	1
30	Trinbolt M8×24	4	72	Talje	1
31	Endekappe	1	73	Krydsskruen M5×12	7
32	Endekappe	4	74 (venstre + højre)	Frontdæksel (venstre + højre)	1 SÆT
33	Sekskantbolt M8×16	17	75	Forreste stabilisatorrør	1
34	Skinnekonstruktion	1	76	Sekskantmøtrik	2
35	Stopblok	2	77	Modstandsjustering	2
36	Flad skive Ø8	9	78	Trækplade	2
37	Bageste stabilisator	1	79	Nylon-kontermøtrik M6	3
38	Bøsning	4	80	Unbrakonøgle S6	1
39	Hjul	4	81	Skrueøgle 13–15	1
40	Bøsning	2	82	Unbrakonøgle S10	1
41	Fast aksel	2			



MONTERINGSVEJLEDNING

1 - Placer hovedrammen (A) på en ren, plan overflade for at undgå beskadigelse. Fastgør den forreste stabilisator (B) ved hjælp af sekskantbolte (33), flade skiver (16) og fjederskiver (36), og stram derefter med unbrakonøglen (80). Monter justeringsfoden (56) og fastgør den med sekskantmøtrikken (57).

2 - Monter frontdækslerne (74L/R) på den forreste stabilisator (D). Fastgør dem med krydskruser (73), og skru dem derefter fast med selvskærende skruer (28).

3 - Fastgør den forreste stabilisator (D) til hovedrammen (A) ved hjælp af trinfeltene (30) og stram med unbrakonøglen (80). Monter fodstøtteakslen (59) ved hjælp af sekskantbolten (58) og sekskantmøtrikken (57), og stram derefter med unbrakonøglen (80) og skruenøglen (81).

4 - Fastgør fodstøtterne (55L/R) ved hjælp af sekskantboltene (54) og stram dem med sekskantnøglen (82). Monter konsolbeslaget (7) på monteringsblokken (5) og fastgør den med krydskærvskruen (8) og nylonlåssemøtrikken (79). Fastgør konsollen (2) ved hjælp af skruen (6), og tilslut derefter sensorkablet (4).

5 - Skub sædevognen (I) ind i skinnesamlingen (H), og sørg for, at retningen er korrekt.

6 - Fastgør den bageste stabilisator (K) til skinnekonstruktionen (H) ved hjælp af trinfeltene (30), sekskantboltene (33), fjederskiverne (36) og de flade skiver (16), og stram derefter med unbrakonøglen (80). Fastgør sædet (46) til sædevognen (I) ved hjælp af sekskantboltene (33), og sørg for, at retningen er korrekt.

7 - Sæt skinneenheden (H) ind i hovedrammen (A). Fastgør den ved hjælp af sekskantboltene (33), fjederskiverne (36) og de flade skiver (16), og stram derefter med sekskantnøglen (80).

KONSOLFUNKTIONER

KNAPPER

TILSTAND: Tryk for at vælge funktioner; hold knappen nede for at nulstille alle værdier (tid, antal, kalorier).

SET: Tryk for at indstille målværdier (tid, antal, kalorier), når du ikke er i SCAN-tilstand.

RESET: Tryk for at nulstille aktuelle værdier (tid, antal, kalorier).

FUNKTIONER

SCAN: Tryk på MODE, indtil "SCAN" vises; Displayet skifter automatisk mellem alle funktioner: Tid → Distance → Kalorier → Tæller → Samlet tæller → Puls; Hver værdi vises i ca. 4 sekunder.

TIME (00:00 – 99:59): Viser den samlede træningstid; Tryk på MODE, indtil »TIME« vises; Tryk på SET for at indstille en måltid; Skærmen stopper automatisk, når den indstillede tid er nået.

COUNT (CNT 0-9999): Viser antallet af tag under den aktuelle session; Tryk på MODE, indtil "CNT" vises; Tryk på SET for at indstille et måltal; Monitoren stopper automatisk, når målet er nået.

TOTAL COUNT (TCNT 0-9999): Viser det samlede antal tag (kumulativ værdi).

AFSTAND (DIST 0,0–999,9): Viser den samlede afstand; Tryk på MODE, indtil »DIST« vises; Tryk på SET for at indstille en målafstand; Der lyder en alarm, når målafstanden er nået.

CALORIES (kCAL 0,0 – 999,9): Viser estimeret kalorieforbrug; Tryk på MODE, indtil "CAL" vises; Tryk på SET for at indstille et kalorimål; Monitoren stopper automatisk, når målet er nået.

PULSE (hvis tilgængelig): Viser puls, når der bruges kompatible sensorer.

BEMÆRKNINGER: Hvis displayet er svagt eller ikke kan ses, skal du skifte batterierne; Monitoren slukker automatisk efter ca. 4 minutters inaktivitet; Monitoren tændes automatisk, når træningen påbegyndes, eller når der trykkes på en knap; Monitoren begynder automatisk at tælle under træningen og stopper, hvis der ikke registreres bevægelse i ca. 4 sekunder.



ANDET

APPS Denne konsol kan forbinde APP'erne Zwift og Kinomap på smart-enheden via Bluetooth.

1A - JUSTERING AF FODREMME For at justere fodremmen skal du løsne velcro-enden fra netsiden og trække remmen opad og til venstre for at løsne den. Når den er løsnet, skal du justere remmen ved at trække den til højre. For at stramme den skal du trække remmen opad, derefter til højre og nedad og fastgøre den godt til netsiden.

2A – FLYTNING AF MASKINEN For at flytte maskinen skal du løfte det bageste støtterør, indtil de forreste transporthjul rører gulvet. Når maskinen er på plads, kan du bruge hjulene til at flytte den til det ønskede sted.

3A - JUSTERING AF MODSTAND Juster modstanden ved at dreje regulatoren (23): med uret for at øge modstanden, mod uret for at mindske den.

4A - JUSTERING AF FODPLADEN Inden brug skal du justere fodpladen (56), så den er 3–5 mm over gulvet. Hvis maskinens forende løfter sig under brug, skal du justere fodpladen til 5–10 mm over gulvet.

5A – SAMLINGSVEJLEDNING For at folde maskinen sammen skal du tage fat i den bageste støtte med begge hænder og løfte den i pilens retning. Når maskinen opbevares stående, skal den stilles op ad en væg eller et stabilt underlag, og du skal sikre dig, at den står sikkert uden for børns rækkevidde for at undgå personskader.

SICHERHEITSHINWEISE

1. Lesen Sie die Gebrauchsanweisung vor der Verwendung sorgfältig durch.
2. Dieses Produkt ist ausschließlich für den Heimgebrauch bestimmt (Klasse HC); es ist nicht für medizinische oder gewerbliche Zwecke geeignet.
3. Maximales Benutzergewicht: 120 kg.
4. Das Gerät darf jeweils nur von einer Person benutzt werden.
5. Halten Sie Kinder und Haustiere vom Gerät fern.
6. Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch, ob alle Komponenten ordnungsgemäß befestigt und in gutem Zustand sind.
7. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn es beschädigt ist – ersetzen Sie defekte Teile vor der weiteren Verwendung.
8. Stellen Sie das Gerät auf eine stabile, ebene und rutschfeste Oberfläche.
9. Sorgen Sie für mindestens 0,6 m Freiraum um das Gerät herum.
10. Halten Sie während des Trainings die Hände am Griff und die Füße sicher in den Fußstützen.
11. Führen Sie keine Hände oder andere Körperteile in bewegliche Teile ein.
12. Tragen Sie geeignete, gut sitzende Sportbekleidung und Sportschuhe.
13. Verwenden Sie das Gerät nicht unter dem Einfluss von Alkohol oder Drogen.
14. Wenn Sie Schwindel, Brustschmerzen oder andere ungewöhnliche Symptome verspüren, brechen Sie das Training sofort ab und suchen Sie einen Arzt auf.
15. Es wird empfohlen, vor Beginn des Trainings einen Arzt zu konsultieren, insbesondere bei bestehenden Gesundheitsproblemen.

MONTAGE

1. Das Produkt sollte von einem Erwachsenen zusammengebaut werden.
2. Überprüfen Sie vor dem Zusammenbau, ob alle Teile vollständig sind.
3. Montieren Sie das Gerät gemäß der Anleitung unter Verwendung geeigneter Werkzeuge.
4. Vergewissern Sie sich nach dem Zusammenbau, dass alle Schrauben und Verbindungen fest angezogen sind.
5. Seien Sie bei der Montage vorsichtig – Verletzungsgefahr.

GEBRAUCH UND WARTUNG

1. Überprüfen Sie regelmäßig den technischen Zustand des Geräts (Verbindungen, Verschleiß der Teile).
2. Reinigen Sie das Gerät mit einem feuchten Tuch – verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel.
3. Verhindern Sie, dass Flüssigkeiten in das Gerät gelangen.
4. An einem trockenen Ort aufbewahren – Feuchtigkeit kann Korrosion verursachen.



TEILELISTE

NR.	BESCHREIBUNG	ANZAHL	NR.	BESCHREIBUNG	ANZAHL
1	Hauptrahmenbaugruppe	1	42	Buchse	2
2	Konsole	1	43	Transportrolle	2
3	Selbstschneidende Schraube M4×10	2	44	Befestigungsblock	1
4	Sensorkabel	2	45	Sitz-Montageplatte	2
5	Befestigungsblock	1	46	Sitz	1
6	Kreuzschlitzschraube M5×12	2	47	Innensechskantschraube M8×35	2
7	Konsolenhalterung	1	48	Selbstbohrende Schraube	4
8	Kreuzschlitzschraube M6×32	1	49	Flaschenhalter	1
9	Sechskantschraube M8×70	1	50	Anschlagblock	1
10	Nylon-Kontermutter M8	8	51	Endkappe	2
11	Kreuzschlitzschraube M10×75	1	52	Schaumstoffgriff	2
12	Schlauch	2	53	Griff	1
13	Riemenscheibe	1	54	Sechskantschraube M12×140	2
14	Flache Unterlegscheibe ø10	1	55 (L+R)	Fußstützen (links + rechts)	1
15	Nylon-Kontermutter M10	1	56	Stellfuß	1
16	Unterlegscheibe ø8	16	57	Sechskantmutter M8	2
17	Sechskantschraube M8x65L	1	58	Sechskantschraube	1
18	Magnetwiderstandsrahmen	1	59	Fußstützenachse	1
19	Feder	1	60	Vorderer Stabilisator	1
20	Sechskantschraube M6×60	1	61	Flache Unterlegscheibe Ø12	1
21	Sechskantmutter M6	2	62	Transportrad	2
22	Sechskantschraube M5×25	1	63	Sechskantmutter	5
23	Widerstandseinsteller	1	64	Stahlanschlag	2
24	Riemen	1	65	Schwungradwelle	1
25	C-Klammer	1	67	Federabdeckung	1
26	Gummistopfen	1	68	Lager 6201	2
27 (L+R)	Seitenabdeckung (links + rechts)	1	69	Schwungrad	1
28	Selbstschneidende Schraube M4×20	11	70	Schwungrad-Achsbuchse	1
29	Selbstbohrende Schraube M4,2×19	10	71	Magnetwiderstandsrahmen	1
30	Stufenschraube M8×24	4	72	Riemenscheibenblock	1
31	Endkappe	1	73	Kreuzschlitzschraube M5×12	7
32	Endkappe	4	74 (L+R)	Frontabdeckung (links + rechts)	1 Satz
33	Sechskantschraube M8×16	17	75	Vorderer Stabilisatorrohr	1
34	Schienenbaugruppe	1	76	Sechskantmutter	2
35	Anschlagblock	2	77	Widerstandsregler	2
36	Unterlegscheibe Ø8	9	78	Zugplatte	2
37	Hintere Stabilisatorbaugruppe	1	79	Nylon-Kontermutter M6	3
38	Buchse	4	80	Sechskantschlüssel S6	1
39	Rad	4	81	Gabelschlüssel 13–15	1
40	Buchse	2	82	Inbusschlüssel S10	1
41	Starrachse	2			



MONTAGEANLEITUNG

- 1** - Legen Sie die Hauptrahmenbaugruppe (A) auf eine saubere, ebene Fläche, um Beschädigungen zu vermeiden. Befestigen Sie den vorderen Stabilisator (B) mit Sechskantschrauben (33), Unterlegscheiben (16) und Federscheiben (36) und ziehen Sie ihn anschließend mit dem Sechskantschlüssel (80) fest. Montieren Sie den Nivellierfuß (56) und sichern Sie ihn mit der Sechskantmutter (57).
- 2** - Befestigen Sie die vorderen Abdeckungen (74L/R) am vorderen Stabilisator (D). Sichern Sie sie mit Kreuzschlitzschrauben (73) und ziehen Sie sie anschließend mit selbstschneidenden Schrauben (28) fest.
- 3** - Befestigen Sie den vorderen Stabilisator (D) mit den Stufenbolzen (30) an der Hauptrahmenbaugruppe (A) und ziehen Sie ihn mit dem Sechskantschlüssel (80) fest. Montieren Sie die Fußstützenachse (59) mit der Sechskantschraube (58) und der Sechskantmutter (57) und ziehen Sie sie anschließend mit dem Sechskantschlüssel (80) und dem Gabelschlüssel (81) fest.
- 4** - Befestigen Sie die Fußstützen (55L/R) mit den Sechskantschrauben (54) und ziehen Sie sie mit dem Inbusschlüssel (82) fest. Montieren Sie die Konsolenhalterung (7) auf dem Befestigungsblock (5) und sichern Sie sie mit der Kreuzschlitzschraube (8) und der Nylon-Sicherungsmutter (79). Befestigen Sie die Konsole (2) mit der Schraube (6) und schließen Sie dann das Sensorkabel (4) an.
- 5** - Schieben Sie den Sitzschlitten (I) in die Schienenbaugruppe (H) und achten Sie dabei auf die richtige Ausrichtung.
- 6** - Befestigen Sie die hintere Stabilisatorbaugruppe (K) mithilfe der Stufenschrauben (30), Sechskantschrauben (33), Federscheiben (36) und Unterlegscheiben (16) an der Schienenbaugruppe (H) und ziehen Sie die Schrauben anschließend mit dem Sechskantschlüssel (80) fest. Befestigen Sie den Sitz (46) mit den Sechskantschrauben (33) am Sitzschlitten (I) und achten Sie dabei auf die richtige Ausrichtung.
- 7** - Setzen Sie die Schienenbaugruppe (H) in die Hauptrahmenbaugruppe (A) ein. Befestigen Sie sie mit den Sechskantschrauben (33), Federscheiben (36) und Unterlegscheiben (16) und ziehen Sie sie anschließend mit dem Sechskantschlüssel (80) fest.

KONSOLENFUNKTIONEN

TASTEN

MODUS: Drücken, um Funktionen auszuwählen; gedrückt halten, um alle Werte (Zeit, Zählstand, Kalorien) zurückzusetzen.

SET: Drücken Sie diese Taste, um Zielwerte (Zeit, Anzahl, Kalorien) einzustellen, wenn Sie sich nicht im SCAN-Modus befinden.

RESET: Drücken, um aktuelle Werte (Zeit, Zählstand, Kalorien) zurückzusetzen.

FUNKTIONEN

SCAN: Drücken Sie MODE, bis „SCAN“ erscheint; das Display durchläuft automatisch alle Funktionen: Zeit → Entfernung → Kalorien → Zählstand → Gesamtzahlstand → Puls; jeder Wert wird ca. 4 Sekunden lang angezeigt.

ZEIT (00:00 – 99:59): Zeigt die Gesamtdauer des Trainings an; Drücken Sie MODE, bis „TIME“ angezeigt wird; Drücken Sie SET, um eine Zielzeit einzustellen; Der Monitor stoppt automatisch, sobald die eingestellte Zeit erreicht ist.

COUNT (CNT 0–9999): Zeigt die Anzahl der Schläge während der aktuellen Trainingseinheit an; Drücken Sie MODE, bis „CNT“ erscheint; Drücken Sie SET, um eine Zielanzahl festzulegen; Der Monitor stoppt automatisch, sobald das Ziel erreicht ist.

TOTAL COUNT (TCNT 0–9999): Zeigt die Gesamtzahl der Ruderschläge (kumulativer Wert) an.

DISTANZ (DIST 0,0–999,9): Zeigt die Gesamtdistanz an; Drücken Sie MODE, bis „DIST“ erscheint; Drücken Sie SET, um eine Zieldistanz festzulegen; Bei Erreichen der Zieldistanz ertönt ein Signalton.

KALORIES (kCAL 0,0 – 999,9): Zeigt den geschätzten Kalorienverbrauch an; Drücken Sie MODE, bis „CAL“ erscheint; Drücken Sie SET, um ein Kalorienziel festzulegen; Der Monitor stoppt automatisch, wenn das Ziel erreicht ist.

PULSE (falls verfügbar): Zeigt die Herzfrequenz an, wenn kompatible Sensoren verwendet werden.

HINWEISE: Wenn die Anzeige schwach oder nicht sichtbar ist, wechseln Sie die Batterien; Der Monitor schaltet sich nach ca. 4 Minuten Inaktivität automatisch aus; Der Monitor schaltet sich automatisch ein, wenn Sie mit dem Training beginnen oder eine Taste drücken; Der Monitor beginnt während des Trainings automatisch zu zählen und stoppt, wenn ca. 4 Sekunden lang keine Bewegung festgestellt wird.



SONSTIGES

APPS Diese Konsole kann über Bluetooth eine Verbindung zu den Apps Zwift und Kinomap auf dem Smart-Gerät herstellen.

1A – EINSTELLUNG DES FUSSRIEMENS Um den Fußriemen einzustellen, lösen Sie das Klettverschlussende von der Netzseite und ziehen Sie den Riemen nach oben und nach links, um ihn zu lockern. Sobald er gelöst ist, stellen Sie den Riemen ein, indem Sie ihn nach rechts ziehen. Zum Festziehen ziehen Sie den Riemen nach oben, dann nach rechts und nach unten und befestigen Sie ihn fest an der Netzseite.

2A – VERSTELLEN DER MASCHINE Um die Maschine zu versetzen, heben Sie das hintere Stützrohr an, bis die vorderen Transportrollen den Boden berühren. Sobald die Maschine in Position ist, rollen Sie sie mithilfe der Rollen an den gewünschten Standort.

3A – EINSTELLUNG DES WIDERSTANDS Stellen Sie den Widerstand durch Drehen des Reglers (23) ein: im Uhrzeigersinn, um den Widerstand zu erhöhen, gegen den Uhrzeigersinn, um ihn zu verringern.

4A – EINSTELLUNG DER FUSSTÜTZE Stellen Sie die Fußstütze (56) vor dem Gebrauch so ein, dass sie 3–5 mm über dem Boden liegt. Wenn sich die Vorderseite der Maschine während des Gebrauchs anhebt, stellen Sie die Fußstütze auf 5–10 mm über dem Boden ein.

5A – ANLEITUNG ZUM ZUSAMMENKLAPPEN Um das Gerät zusammenzuklappen, fassen Sie die hintere Stütze mit beiden Händen an und heben Sie sie in Pfeilrichtung an. Bei vertikaler Lagerung stellen Sie das Gerät an eine Wand oder auf eine stabile Unterlage und achten Sie darauf, dass es sicher und für Kinder unzugänglich steht, um Verletzungen zu vermeiden.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

1. Lea atentamente el manual de instrucciones antes de utilizar el producto.
2. Este producto está destinado exclusivamente al uso doméstico (Clase HC); no es adecuado para uso médico ni comercial.
3. Peso máximo del usuario: 120 kg.
4. El dispositivo solo puede ser utilizado por una persona a la vez.
5. Mantenga a los niños y a las mascotas alejados del dispositivo.
6. Antes de cada uso, compruebe que todos los componentes estén bien sujetos y en buen estado.
7. No utilice el dispositivo si está dañado; sustituya las piezas defectuosas antes de volver a utilizarlo.
8. Coloque el dispositivo sobre una superficie estable, nivelada y antideslizante.
9. Asegúrese de que haya al menos 0,6 m de espacio libre alrededor del dispositivo.
10. Durante el ejercicio, mantenga las manos en el manillar y los pies bien sujetos en los reposapiés.
11. No introduzca las manos ni otras partes del cuerpo en los componentes en movimiento.
12. Lleve ropa y calzado deportivo adecuados y que le queden bien.
13. No utilice el dispositivo si ha consumido alcohol o drogas.
14. Si experimenta mareos, dolor en el pecho o cualquier otro síntoma anormal, deje de hacer ejercicio inmediatamente y consulte a un médico.
15. Se recomienda consultar a un médico antes de comenzar el entrenamiento, especialmente si padece alguna afección médica.

MONTAJE

1. El producto debe ser montado por un adulto.
2. Compruebe que todas las piezas estén completas antes del montaje.
3. Monte el dispositivo siguiendo las instrucciones y utilizando las herramientas adecuadas.
4. Una vez montado, compruebe que todos los tornillos y conexiones estén bien apretados.
5. Tenga cuidado durante el montaje: riesgo de lesiones.

USO Y MANTENIMIENTO

1. Compruebe periódicamente el estado técnico del dispositivo (conexiones, desgaste de las piezas).
2. Limpie el dispositivo con un paño húmedo; no utilice productos de limpieza agresivos.
3. Evite que entren líquidos en el dispositivo.
4. Guárdelo en un lugar seco: la humedad puede provocar corrosión.



LISTA DE PIEZAS

N.º	DESCRIPCIÓN	CANT.	N.º	DESCRIPCIÓN	CANT.
1	Conjunto del bastidor principal	1	42	Casquillo	2
2	Consola	1	43	Rueda de transporte	2
3	Tornillo autorroscante M4×10	2	44	Bloque de montaje	1
4	Cable del sensor	2	45	Placa de montaje del asiento	2
5	Bloque de montaje	1	46	Asiento	1
6	Tornillo Phillips M5×12	2	47	Perno de cabeza hexagonal M8×35	2
7	Soporte de consola	1	48	Tornillo autoperforante	4
8	Tornillo Phillips M6×32	1	49	Portabotellas	1
9	Tornillo hexagonal M8×70	1	50	Tope	1
10	Tuerca de seguridad de nailon M8	8	51	Tapa final	2
11	Tornillo Phillips M10×75	1	52	Empuñadura de espuma	2
12	Tubo	2	53	Asa	1
13	Polea	1	54	Tornillo hexagonal M12×140	2
14	Arandela plana de φ10	1	55 (izquierda + derecha)	Reposapiés (izquierdo + derecho)	1
15	Tuerca de seguridad de nailon M10	1	56	Pata niveladora	1
16	Arandela plana φ8	16	57	Tuerca hexagonal M8	2
17	Tornillo hexagonal M8x65L	1	58	Perno hexagonal	1
18	Bastidor de resistencia magnética	1	59	Eje del reposapiés	1
19	Resorte	1	60	Estabilizador delantero	1
20	Tornillo hexagonal M6×60	1	61	Arandela plana Ø12	1
21	Tuerca hexagonal M6	2	62	Rueda de transporte	2
22	Tornillo hexagonal M5×25	1	63	Tuerca hexagonal	5
23	Ajustador de resistencia	1	64	Bloque de tope de acero	2
24	Correa	1	65	Eje del volante	1
25	Clip en C	1	67	Tapa del muelle	1
26	Tapón de goma	1	68	Rodamiento 6201	2
27 (izquierda + derecha)	Tapa lateral (izquierda + derecha)	1	69	Volante	1
28	Tornillo autorroscante M4×20	11	70	Manguito del eje del volante	1
29	Tornillo autoperforante M4,2×19	10	71	Marco de resistencia magnética	1
30	Perno escalonado M8×24	4	72	Polea	1
31	Tapa final	1	73	Tornillo Phillips M5×12	7
32	Tapa	4	74 (izquierda + derecha)	Tapa delantera (izquierda + derecha)	1 JUEGO
33	Tornillo hexagonal M8×16	17	75	Tubo estabilizador delantero	1
34	Conjunto de riel	1	76	Tuerca hexagonal	2
35	Bloque de tope	2	77	Ajustador de resistencia	2
36	Arandela plana Ø8	9	78	Placa de tracción	2
37	Conjunto del estabilizador trasero	1	79	Tuerca de seguridad de nailon M6	3
38	Casquillo	4	80	Llave hexagonal S6	1
39	Rueda	4	81	Llave de boca 13–15	1
40	Casquillo	2	82	Llave hexagonal S10	1
41	Eje fijo	2			



INSTRUCCIONES DE MONTAJE

1 - Coloque el conjunto del bastidor principal (A) sobre una superficie limpia y plana para evitar daños. Fije el estabilizador delantero (B) utilizando pernos hexagonales (33), arandelas planas (16) y arandelas elásticas (36), y apriete con la llave hexagonal (80). Instale el pie nivelador (56) y fíjelo con la tuerca hexagonal (57).

2 - Fije las cubiertas delanteras (74L/R) al estabilizador delantero (D). Fíjelas con tornillos Phillips (73) y, a continuación, apriételas con tornillos autorroscantes (28).

3 - Fije el estabilizador delantero (D) al conjunto del bastidor principal (A) utilizando los pernos escalonados (30) y apriete con la llave hexagonal (80). Instale el eje del reposapiés (59) utilizando el perno hexagonal (58) y la tuerca hexagonal (57), y luego apriete con la llave hexagonal (80) y la llave de boca abierta (81).

4 - Fije los reposapiés (55L/R) con los pernos hexagonales (54) y apriételos con la llave hexagonal (82). Instale el soporte de la consola (7) en el bloque de montaje (5) y fíjelo con el tornillo Phillips (8) y la tuerca de seguridad de nailon (79). Fije la consola (2) con el tornillo (6) y, a continuación, conecte el cable del sensor (4).

5 - Deslice el carro del asiento (I) en el conjunto de rieles (H), asegurándose de que la orientación sea correcta.

6 - Fije el conjunto del estabilizador trasero (K) al conjunto del riel (H) utilizando los pernos escalonados (30), los pernos hexagonales (33), las arandelas elásticas (36) y las arandelas planas (16); a continuación, apriete con la llave hexagonal (80). Fije el asiento (46) al carro del asiento (I) utilizando los pernos hexagonales (33), asegurándose de que la orientación sea correcta.

7 - Inserte el conjunto de riel (H) en el conjunto del bastidor principal (A). Fíjelo utilizando los pernos hexagonales (33), las arandelas elásticas (36) y las arandelas planas (16), y luego apriete con la llave hexagonal (80).

FUNCIONES DE LA CONSOLA

BOTONES

MODO: Pulsa para seleccionar funciones; mantén pulsado para restablecer todos los valores (tiempo, recuento, calorías).

SET: Pulse para establecer los valores objetivo (tiempo, recuento, calorías) cuando no se encuentre en modo SCAN.

RESET: Pulsa para restablecer los valores actuales (tiempo, recuento, calorías).

FUNCIONES

SCAN: Pulse MODE hasta que aparezca «SCAN»; la pantalla recorrerá automáticamente todas las funciones: Tiempo → Distancia → Calorías → Recuento → Recuento total → Pulso; cada valor se muestra durante aprox. 4 segundos.

TIEMPO (00:00 –99:59): Muestra el tiempo total de entrenamiento; pulsa MODE hasta que aparezca «TIME»; pulsa SET para establecer un tiempo objetivo; el monitor se detendrá automáticamente cuando se alcance el tiempo establecido.

RECuento (CNT 0-9999): Muestra el número de remadas durante la sesión actual; pulsa MODE hasta que aparezca «CNT»; pulsa SET para establecer un recuento objetivo; el monitor se detendrá automáticamente cuando se alcance el objetivo.

TOTAL COUNT (TCNT 0-9999): Muestra el número total de remadas (valor acumulado).

DISTANCIA (DIST 0,0 - 999,9): Muestra la distancia total; pulsa MODE hasta que aparezca «DIST»; pulsa SET para establecer una distancia objetivo; sonará una señal cuando se alcance la distancia objetivo.

CALORÍAS (kCAL 0,0 – 999,9): Muestra las calorías quemadas estimadas; pulsa MODE hasta que aparezca «CAL»; pulsa SET para establecer un objetivo de calorías; el monitor se detendrá automáticamente cuando se alcance el objetivo.

PULSO (si está disponible): Muestra la frecuencia cardíaca cuando se utilizan sensores compatibles.

NOTAS: Si la pantalla se ve borrosa o no se ve, cambie las pilas; el monitor se apagará automáticamente tras unos 4 minutos de inactividad; el monitor se enciende automáticamente al comenzar el ejercicio o al pulsar un botón; el monitor empieza a contar automáticamente durante el ejercicio y se detiene si no se detecta movimiento durante unos 4 segundos.



OTROS

APLICACIONES Esta consola puede conectarse a las aplicaciones Zwift y Kinomap en el dispositivo inteligente mediante Bluetooth.

1A - AJUSTE DE LA CORREA DEL PIE Para ajustar la correa del pie, separe el extremo de velcro del lado de malla y tire de la correa hacia arriba y hacia la izquierda para aflojarla. Una vez suelta, ajuste la correa tirando de ella hacia la derecha. Para apretarla, tire de la correa hacia arriba, luego hacia la derecha y hacia abajo, y fíjela firmemente al lado de malla.

2A - DESPLAZAMIENTO DE LA MÁQUINA Para desplazar la máquina, levante el tubo de soporte trasero hasta que las ruedas de transporte delanteras toquen el suelo. Una vez colocada, utilice las ruedas para desplazar la máquina hasta la ubicación deseada.

3A - AJUSTE DE LA RESISTENCIA Ajuste la resistencia girando el regulador (23): en sentido horario para aumentar la resistencia, en sentido antihorario para disminuirla.

4A - AJUSTE DE LA PLACA DE APOYO Antes de usarla, ajuste la placa de apoyo (56) de modo que quede a 3–5 mm del suelo. Si la parte delantera de la máquina se levanta durante el uso, ajuste la placa de apoyo a 5–10 mm del suelo.

5A - INSTRUCCIONES DE PLEGADO Para plegar la máquina, sujete el soporte trasero con ambas manos y levántelo en la dirección indicada por la flecha. Cuando la guarde en posición vertical, coloque la máquina contra una pared o una superficie estable y asegúrese de que quede fuera del alcance de los niños para evitar lesiones.

OHUTUSJUHE

1. Lugege enne kasutamist hoolikalt kasutusjuhendit.
2. Toode on mõeldud ainult koduseks kasutamiseks (klass HC); see ei sobi meditsiiniliseks ega äriliseks kasutamiseks.
3. Kasutaja maksimaalne kaal: 120 kg.
4. Seadet tohib korraga kasutada ainult üks inimene.
5. Hoidke lapsed ja lemmikloomad seadest eemal.
6. Enne iga kasutamist kontrollige, et kõik osad on korralikult kinnitatud ja heas seisukorras.
7. Ärge kasutage seadet, kui see on kahjustatud – vahetage defektsed osad enne edasist kasutamist välja.
8. Asetage seade stabiilsele, tasasele ja libisemiskindlale pinnale.
9. Tagage seadme ümber vähemalt 0,6 m vaba ruumi.
10. Treeningu ajal hoidke käed käepidemedel ja jalad korralikult jalatoetustes.
11. Ärge asetage käsi ega muid kehaosi liikuvatesse osadesse.
12. Kandke sobivat, hästi istuvat spordirõivastust ja -jalatsit.
13. Ärge kasutage seadet alkoholi või uimastite mõju all.
14. Kui tunnete peapööritust, valu rinnus või muid ebatavalisi sümptomeid, lõpetage treening kohe ja pöörduge arsti poole.
15. Enne treeningu alustamist on soovitatav konsulteerida arstiga, eriti olemasolevate terviseprobleemide korral.

KOOSTAMINE

1. Toote peab kokku panema täiskasvanu.
2. Kontrollige enne kokkupanekut, et kõik osad oleksid olemas.
3. Pange seade kokku vastavalt juhendile, kasutades sobivaid tööriistu.
4. Pärast kokkupanekut veenduge, et kõik kruvid ja ühendused on korralikult kinni keeratud.
5. Olge kokkupanekul ettevaatlik – vigastuste oht.

KASUTAMINE JA HOOLDUS

1. Kontrollige regulaarselt seadme tehnilist seisukorda (ühendused, osade kulumine).
2. Puhastage seadet niiske lapiga – ärge kasutage agressiivseid puhastusvahendeid.
3. Vältige vedelike sattumist seadmesse.
4. Hoidke kuivas kohas – niiskus võib põhjustada korrosiooni.



OSADE LOETELU

NR	KIRJELDUS	KOGUS	NR	KIRJELDUS	KOGUS
1	Põhirambi komplekt	1	42	Puks	2
2	Konsol	1	43	Transpordiratas	2
3	Isekeermestav kruvi M4×10	2	44	Kinnitusklots	1
4	Andurikaabel	2	45	Istme kinnitusplaat	2
5	Kinnitusklots	1	46	Istme	1
6	Phillips-kruvi M5×12	2	47	Kuuskantpult M8×35	2
7	Konsoli kinnitusklamber	1	48	Isepuuriv kruvi	4
8	Phillips-kruvi M6×32	1	49	Pudelipidike	1
9	Kuuskantpult M8×70	1	50	Tõkestusklots	1
10	Nailonist lukustusmutter M8	8	51	Kork	2
11	Phillips-kruvi M10×75	1	52	Vahukäepide	2
12	Toru	2	53	Käepide	1
13	Rihmaratas	1	54	Kuuskantpult M12×140	2
14	Lamell-alusplaat Ø10	1	55 (vasak + parem)	Jalatoed (vasak + parem)	1
15	Nailonist lukustusmutter M10	1	56	Reguleeritav jalg	1
16	Lame alusplaat Ø8	16	57	Kuusnurkne mutter M8	2
17	Kuuskantkruvi M8×65L	1	58	Kuuskantpult	1
18	Magnetvastupidavusraam	1	59	Jalatoe telg	1
19	Vedru	1	60	Eesmine stabilisaator	1
20	Kuuskantpult M6×60	1	61	Lame alusplaat Ø12	1
21	Kuusnurkne mutter M6	2	62	Transpordiratas	2
22	Kuuskantpult M5×25	1	63	Kuuskantmutter	5
23	Takistuse regulaator	1	64	Terasest piirklots	2
24	Rihm	1	65	Hõõdratta telg	1
25	C-klamber	1	67	Vedrukaas	1
26	Kummist tihend	1	68	Laager 6201	2
27 (L+R)	Külgkatte (vasak + parem)	1	69	Hõõdratas	1
28	Isekeermestav kruvi M4×20	11	70	Hõõdratta telje hülss	1
29	Isepuuriv kruvi M4,2×19	10	71	Magnetvastusraam	1
30	Astmepolt M8×24	4	72	Rihmaratas	1
31	Katteklaap	1	73	Phillips-kruvi M5×12	7
32	Korgid	4	74 (L+R)	Esikaas (vasak + parem)	1
				KOMPLEKT	
33	Kuuskantpult M8×16	17	75	Eesmine stabilisaatoritoru	1
34	Rööbaste komplekt	1	76	Kuusnurkne mutter	2
35	Tõkestusklots	2	77	Takistuse regulaator	2
36	Lame alusplaat Ø8	9	78	Tõmbeplaat	2
37	Tagumine stabilisaator	1	79	Nailonist lukustusmutter M6	3
38	Puks	4	80	Kuuskantvõti S6	1
39	Ratas	4	81	Lõtkvõti 13–15	1
40	Puks	2	82	Kuuskantvõti S10	1
41	Fikseeritud telg	2			



KOOSTAMISJUHEND

1 - Asetage põhiraami (A) puhtale, tasasele pinnale, et vältida kahjustusi. Kinnitage esistabilisaator (B) kuuskantpoltide (33), lamell- (16) ja vedru- (36) alusplaatide abil ning pingutage seejärel kuuskantvõtmega (80). Paigaldage reguleeritav jalg (56) ja kinnitage see kuuskantmutriga (57).

2 - Kinnitage esikaaned (74L/R) esistabilisaatorile (D). Kinnitage need ristpeaga kruvidega (73) ja seejärel kinnitage isekeermestavate kruvidega (28).

3 - Kinnitage esistabilisaator (D) põhiraami komplektile (A) astmepoltide (30) abil ja pingutage kuuskantvõtmega (80). Paigaldage jalatoe telg (59) kuuskantpolti (58) ja kuusnurkmutrit (57) kasutades, seejärel pingutage kuuskantvõtmega (80) ja avatud otsaga mutrivõtmega (81).

4 - Kinnitage jalatoed (55L/R) kuuskantpoltide (54) abil ja pingutage need kuuskantvõtmega (82). Paigaldage konsooli kinnitusklamber (7) kinnitusplokile (5) ja kinnitage see ristpeaga kruviga (8) ja nailonist lukustusmutteriga (79). Kinnitage konsool (2) kruvi (6) abil, seejärel ühendage andurikaabel (4).

5 - Lükake istmekäru (I) õiges asendis raudteekomplekti (H).

6 - Kinnitage tagumine stabilisaator (K) rööbaskonstruksioonile (H) astmepoltide (30), kuuskantpoltide (33), vedru- ja lamellaluste (16) abil ning pingutage seejärel kuuskantvõtmega (80). Kinnitage iste (46) istmekärule (I) kuuskantpoltide (33) abil, tagades õige suuna.

7 - Sisestage raudteekomplekt (H) põhiraami komplekti (A). Kinnitage see kuuskantpoltide (33), vedru- ja lamell-alusplaatide (36 ja 16) abil ning pingutage seejärel kuuskantvõtmega (80).

KONSOOLI FUNKTSIOONID

NUPUD

REŽIIM: Vajuta, et valida funktsioone; hoia all, et nullida kõik väärtused (aeg, kordade arv, kalorid).

SET: vajutage, et määrata sihtväärtused (aeg, loend, kalorid), kui seade ei ole SCAN-režiimis.

RESET: vajutage, et nullida praegused väärtused (aeg, loend, kalorid).

FUNKTSIOONID

SCAN: Vajutage nuppu MODE, kuni kuvatakse „SCAN“; ekraanil kuvatakse automaatselt kõik funktsioonid: aeg → vahemaa → kalorid → loend → koguloend → pulss; iga väärtus kuvatakse umbes 4 sekundit.

AEG (00:00 –99:59): Näitab treeningu koguaega; vajuta nuppu MODE, kuni ekraanile ilmub „TIME“; vajuta nuppu SET, et määrata sihtkestus; monitor peatub automaatselt, kui määratud aeg on täis.

COUNT (CNT 0–9999): kuvab praeguse treeningu jooksul tehtud tõmbeid; vajutage nuppu MODE, kuni kuvatakse „CNT“; vajutage nuppu SET, et määrata sihtmärk; monitor peatub automaatselt, kui sihtmärk on saavutatud.

TOTAL COUNT (TCNT 0–9999): kuvab tõmbe koguarvu (kumulatiivne väärtus).

DISTANCE (DIST 0,0–999,9): Näitab läbitud kogudistsantsi; vajuta nuppu MODE, kuni ekraanile ilmub „DIST“; vajuta nuppu SET, et määrata sihtdistsants; sihtdistsantsi saavutamisel kostab helisignaali.

KALORID (kCAL 0,0 – 999,9): Näitab hinnangulist kulutatud kalorite arvu; Vajutage nuppu MODE, kuni kuvatakse „CAL“; Vajutage nuppu SET, et määrata kalorite sihtmärk; Seade lülitub automaatselt välja, kui sihtmärk on saavutatud.

PULSE (kui saadaval): Näitab südame löögisagedust, kui kasutatakse ühilduvaid andureid.

MÄRKUSED: Kui ekraan on tuhm või ei ole näha, vahetage patareid; monitor lülitub automaatselt välja umbes 4 minuti pärast, kui seda ei kasutata; monitor lülitub automaatselt sisse, kui treening algab või kui vajutatakse nuppu; monitor hakkab treeningu ajal automaatselt arvestama ja peatub, kui umbes 4 sekundi jooksul liikumist ei tuvastata.



MUUD

RAKENDUSED See konsool saab Bluetoothi kaudu ühenduda nutiseadmes rakendustega Zwift ja Kinomap.

1A – JALAREMMI REGULEERIMINE Jalaremmi reguleerimiseks eemaldage klapi ots võrgustikupoolelt ja tõmmake rihma ülespoole ja vasakule, et seda lõdvendada. Kui rihm on vabastatud, reguleerige seda, tõmmates seda paremale. Pingutamiseks tõmmake rihma ülespoole, seejärel paremale ja alla ning kinnitage see kindlalt võrgustikupoolle.

2A – SEADME LIIKUMINE Seadme liikumiseks tõstke tagumist tugitoru, kuni esimesed transpordirattad puudutavad põrandat. Kui seade on õiges asendis, kasutage rattaid, et viia seade soovitud asukohta.

3A – VASTUPANU REGULEERIMINE Reguleerige vastupanu regulaatori (23) pööramisega: vastupanu suurendamiseks pöörake regulaatorit päripäeva, vastupanu vähendamiseks vastupäeva.

4A – JALATUGE REGULEERIMINE Enne kasutamist reguleerige jalatuge (56) nii, et see oleks 3–5 mm kõrgusel põrandast. Kui masina esiosa tõuseb kasutamise ajal üles, reguleerige jalatuge 5–10 mm kõrgusele põrandast.

5A – KOKKUKLAPIMISE JUHEND Seadme kokkuklapimiseks haarake mõlemaga kätega tagumist tugiposti ja tõstke seda noole suunas. Vertikaalsel hoiustamisel asetage seade seinale või stabiilse pinna vastu ning veenduge, et see asub lastele ohutult kättesaamatus kohas, et vältida vigastusi.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

1. Lisez attentivement le mode d'emploi avant utilisation.
2. Ce produit est destiné à un usage domestique uniquement (classe HC) ; il n'est pas adapté à un usage médical ou commercial.
3. Poids maximal de l'utilisateur : 120 kg.
4. L'appareil ne peut être utilisé que par une seule personne à la fois.
5. Tenez les enfants et les animaux domestiques éloignés de l'appareil.
6. Avant chaque utilisation, vérifiez que tous les composants sont correctement fixés et en bon état.
7. N'utilisez pas l'appareil s'il est endommagé ; remplacez les pièces défectueuses avant de l'utiliser à nouveau.
8. Placez l'appareil sur une surface stable, plane et antidérapante.
9. Veillez à laisser au moins 0,6 m d'espace libre autour de l'appareil.
10. Pendant l'exercice, gardez les mains sur la poignée et les pieds bien calés dans les repose-pieds.
11. Ne placez pas vos mains ou d'autres parties du corps dans les composants en mouvement.
12. Portez des vêtements et des chaussures de sport adaptés et bien ajustés.
13. N'utilisez pas cet appareil si vous êtes sous l'emprise de l'alcool ou de drogues.
14. Si vous ressentez des vertiges, des douleurs thoraciques ou tout autre symptôme anormal, arrêtez immédiatement l'entraînement et consultez un médecin.
15. Il est recommandé de consulter un médecin avant de commencer l'entraînement, en particulier si vous souffrez d'un problème de santé.

ASSEMBLAGE

1. Le produit doit être assemblé par un adulte.
2. Vérifiez que toutes les pièces sont présentes avant le montage.
3. Assemblez l'appareil conformément aux instructions, à l'aide d'outils appropriés.
4. Une fois le montage terminé, assurez-vous que toutes les vis et tous les raccords sont bien serrés.
5. Soyez prudent lors du montage – risque de blessure.

UTILISATION ET ENTRETIEN

1. Vérifiez régulièrement l'état technique de l'appareil (raccords, usure des pièces).
2. Nettoyez l'appareil avec un chiffon humide – n'utilisez pas de produits nettoyants agressifs.
3. Évitez que des liquides ne pénètrent dans l'appareil.
4. Conservez-le dans un endroit sec – l'humidité peut provoquer de la corrosion.

LISTE DES PIÈCES

N°	DESCRIPTION	QTÉ	N°	DESCRIPTION	QTÉ
1	Ensemble châssis principal	1	42	Douille	2
2	Console	1	43	Roue de transport	2
3	Vis autotaraudeuse M4×10	2	44	Bloc de montage	1
4	Câble du capteur	2	45	Plaque de fixation du siège	2
5	Bloc de fixation	1	46	Siège	1
6	Vis cruciforme M5×12	2	47	Boulon à six pans creux M8×35	2
7	Support de console	1	48	Vis autoperceuse	4
8	Vis cruciforme M6×32	1	49	Porte-bouteille	1
9	Vis à tête hexagonale M8×70	1	50	Butée	1
10	Écrou de blocage en nylon M8	8	51	Embout	2
11	Vis cruciforme M10×75	1	52	Poignée en mousse	2
12	Tube	2	53	Poignée	1
13	Poulie	1	54	Boulon hexagonal M12×140	2
14	Rondelle plate Ø10	1	55 (G+D)	Repose-pieds (gauche + droite)	1
15	Écrou de blocage en nylon M10	1	56	Pied de mise à niveau	1
16	Rondelle plate Ø8	16	57	Écrou hexagonal M8	2
17	Vis à tête hexagonale M8x65L	1	58	Boulon à six pans	1
18	Cadre à résistance magnétique	1	59	Axe du repose-pieds	1
19	Ressort	1	60	Stabilisateur avant	1
20	Vis à six pans creux M6×60	1	61	Rondelle plate Ø12	1
21	Écrou hexagonal M6	2	62	Roue de transport	2
22	Vis à tête hexagonale M5×25	1	63	Écrou hexagonal	5
23	Régulateur de résistance	1	64	Butée en acier	2
24	Courroie	1	65	Axe du volant	1
25	C-clip	1	67	Couvercle de ressort	1
26	Bouchon en caoutchouc	1	68	Roulement 6201	2
27 (G+D)	Couvercle latéral (gauche + droite)	1	69	Volant	1
28	Vis autotaraudeuse M4×20	11	70	Douille d'axe de volant	1
29	Vis autoperceuse M4,2 × 19	10	71	Cadre à résistance magnétique	1
30	Vis à pas M8×24	4	72	Poulie	1
31	Embout	1	73	Vis cruciforme M5×12	7
32	Embout	4	74 (G+D)	Couvercle avant (gauche + droite)	1 jeu
33	Boulon hexagonal M8×16	17	75	Tube de stabilisateur avant	1
34	Ensemble de rail	1	76	Écrou hexagonal	2
35	Butée	2	77	Régulateur de résistance	2
36	Rondelle plate Ø8	9	78	Plaque de traction	2
37	Ensemble stabilisateur arrière	1	79	Écrou de blocage en nylon M6	3
38	Douille	4	80	Clé hexagonale S6	1
39	Roue	4	81	Clé à fourche 13–15	1
40	Douille	2	82	Clé hexagonale S10	1
41	Essieu fixe	2			



INSTRUCTIONS DE MONTAGE

- 1** - Placez l'ensemble du châssis principal (A) sur une surface propre et plane pour éviter tout dommage. Fixez le stabilisateur avant (B) à l'aide des boulons hexagonaux (33), des rondelles plates (16) et des rondelles élastiques (36), puis serrez à l'aide de la clé hexagonale (80). Installez le pied de mise à niveau (56) et fixez-le à l'aide de l'écrou hexagonal (57).
- 2** - Fixez les caches avant (74L/R) au stabilisateur avant (D). Maintenez-les en place à l'aide des vis cruciformes (73), puis serrez-les avec les vis autotaraudeuses (28).
- 3** - Fixez le stabilisateur avant (D) à l'ensemble du châssis principal (A) à l'aide des boulons à gradins (30) et serrez à l'aide de la clé hexagonale (80). Installez l'axe du repose-pieds (59) à l'aide du boulon hexagonal (58) et de l'écrou hexagonal (57), puis serrez à l'aide de la clé hexagonale (80) et de la clé plate (81).
- 4** - Fixez les repose-pieds (55L/R) à l'aide des boulons hexagonaux (54) et serrez-les à l'aide de la clé hexagonale (82). Installez le support de console (7) sur le bloc de montage (5) et fixez-le à l'aide de la vis cruciforme (8) et de l'écrou de blocage en nylon (79). Fixez la console (2) à l'aide de la vis (6), puis branchez le câble du capteur (4).
- 5** - Glissez le chariot de siège (I) dans l'ensemble de rail (H), en veillant à ce qu'il soit correctement orienté.
- 6** - Fixez l'ensemble stabilisateur arrière (K) à l'ensemble rail (H) à l'aide des boulons à gradins (30), des boulons hexagonaux (33), des rondelles élastiques (36) et des rondelles plates (16), puis serrez à l'aide de la clé hexagonale (80). Fixez le siège (46) au chariot de siège (I) à l'aide des boulons hexagonaux (33), en veillant à ce qu'il soit correctement orienté.
- 7** - Insérez l'ensemble rail (H) dans l'ensemble châssis principal (A). Fixez-le à l'aide des boulons hexagonaux (33), des rondelles élastiques (36) et des rondelles plates (16), puis serrez à l'aide de la clé hexagonale (80).

FONCTIONS DE LA CONSOLE

BOUTONS

MODE : Appuyez pour sélectionner les fonctions ; maintenez enfoncé pour réinitialiser toutes les valeurs (temps, nombre, calories).

SET : Appuyez pour définir les valeurs cibles (temps, nombre, calories) lorsque vous n'êtes pas en mode SCAN.

RESET : Appuyez pour réinitialiser les valeurs actuelles (temps, nombre, calories).

FONCTIONS

SCAN : Appuyez sur MODE jusqu'à ce que « SCAN » s'affiche ; l'écran passe automatiquement en revue toutes les fonctions : Temps → Distance → Calories → Nombre → Nombre total → Pouls ; chaque valeur s'affiche pendant environ 4 secondes.

TIME (00:00 – 99:59) : affiche la durée totale de l'entraînement ; appuyez sur MODE jusqu'à ce que « TIME » s'affiche ; appuyez sur SET pour définir une durée cible ; l'écran s'éteindra automatiquement lorsque la durée définie sera atteinte.

COUNT (CNT 0-9999) : affiche le nombre de coups effectués pendant la séance en cours ; appuyez sur MODE jusqu'à ce que « CNT » s'affiche ; appuyez sur SET pour définir un nombre cible ; le moniteur s'arrêtera automatiquement lorsque la cible sera atteinte.

TOTAL COUNT (TCNT 0-9999) : affiche le nombre total de coups (valeur cumulative).

DISTANCE (DIST 0,0 – 999,9) : affiche la distance totale ; appuyez sur MODE jusqu'à ce que « DIST » s'affiche ; appuyez sur SET pour définir une distance cible ; une alerte retentit lorsque la distance cible est atteinte.

CALORIES (kCAL 0,0 – 999,9) : affiche les calories brûlées estimées ; appuyez sur MODE jusqu'à ce que « CAL » s'affiche ; appuyez sur SET pour définir un objectif de calories ; le moniteur s'arrête automatiquement lorsque l'objectif est atteint.

PULSE (si disponible) : Affiche la fréquence cardiaque lorsque vous utilisez des capteurs compatibles.

REMARQUES : Si l'affichage est faible ou invisible, remplacez les piles ; le moniteur s'éteint automatiquement après environ 4 minutes d'inactivité ; le moniteur s'allume automatiquement lorsque l'exercice commence ou lorsqu'on appuie sur un bouton ; le moniteur commence à compter automatiquement pendant l'exercice et s'arrête si aucun mouvement n'est détecté pendant environ 4 secondes.



AUTRES

APPLICATIONS Cette console peut se connecter aux applications Zwift et Kinomap sur un appareil intelligent via Bluetooth.

1A - RÉGLAGE DE LA SANGLE DE PIED Pour régler la sangle de pied, détachez l'extrémité Velcro du côté en maille et tirez la sangle vers le haut et vers la gauche pour la desserrer. Une fois libérée, ajustez la sangle en la tirant vers la droite. Pour la serrer, tirez la sangle vers le haut, puis vers la droite et vers le bas, et fixez-la fermement au côté en maille.

2A - DÉPLACEMENT DE L'APPAREIL Pour déplacer l'appareil, soulevez le tube de support arrière jusqu'à ce que les roulettes de transport avant touchent le sol. Une fois en place, utilisez les roulettes pour déplacer l'appareil jusqu'à l'emplacement souhaité.

3A - RÉGLAGE DE LA RÉSISTANCE Réglez la résistance en tournant le bouton de réglage (23) : dans le sens horaire pour augmenter la résistance, dans le sens antihoraire pour la diminuer.

4A - RÉGLAGE DU REPOSE-PIEDS Avant utilisation, réglez le repose-pieds (56) de manière à ce qu'il se trouve à 3–5 mm au-dessus du sol. Si l'avant de l'appareil se soulève pendant l'utilisation, réglez le repose-pieds à 5–10 mm au-dessus du sol.

5A - INSTRUCTIONS DE PLIAGE Pour plier l'appareil, saisissez le support arrière à deux mains et soulevez-le dans le sens de la flèche. Lorsqu'il est rangé à la verticale, placez l'appareil contre un mur ou une surface stable et assurez-vous qu'il est placé hors de portée des enfants afin d'éviter tout risque de blessure.

BIZTONSÁGI ÚTMUTATÓ

1. Használat előtt figyelmesen olvassa el a használati utasítást.
2. Ez a termék kizárólag otthoni használatra készült (HC osztály); orvosi vagy kereskedelmi célra nem alkalmas.
3. A felhasználó maximális testsúlya: 120 kg.
4. A készüléket egyszerre csak egy személy használhatja.
5. Tartsa távol a gyermekeket és a háziállatokat a készüléktől.
6. Minden használat előtt ellenőrizze, hogy minden alkatrész megfelelően rögzítve van-e és jó állapotban van-e.
7. Ne használja a készüléket, ha sérült – a további használat előtt cserélje ki a hibás alkatrészeket.
8. Helyezze a készüléket stabil, vízszintes és csúszásmentes felületre.
9. Gondoskodjon legalább 0,6 m szabad térről a készülék körül.
10. Edzés közben tartsa a kezét a fogantyún, és a lábát megfelelően rögzítve a lábtartókban.
11. Ne tegye a kezét vagy más testrészeit a mozgó alkatrészek közé.
12. Viseljen megfelelő, jól illeszkedő sportruházatot és cipőt.
13. Ne használja a készüléket alkohol vagy kábítószer hatása alatt.
14. Ha szédülést, mellkasi fájdalmat vagy bármilyen más rendellenes tünetet tapasztal, azonnal hagyja abba a gyakorlást, és forduljon orvoshoz.
15. Javasolt orvoshoz fordulni az edzés megkezdése előtt, különösen meglévő egészségügyi problémák esetén.

ÖSSZESZERELÉS

1. A terméket fel kell szerelni.
2. Az összeszerelés előtt ellenőrizze, hogy minden alkatrész megvan-e.
3. Szerelje össze a készüléket az utasításoknak megfelelően, megfelelő szerszámok használatával.
4. Az összeszerelés után ellenőrizze, hogy minden csavar és csatlakozás megfelelően meg van-e húzva.
5. Legyen óvatos az összeszerelés során – sérülésveszély áll fenn.

HASZNÁLAT ÉS KARBANTARTÁS

1. Rendszeresen ellenőrizze a készülék műszaki állapotát (csatlakozások, alkatrészek kopása).
2. Tisztítsa meg a készüléket nedves ruhával – ne használjon agresszív tisztítószerkeket.
3. Ne engedje, hogy folyadék kerüljön a készülékbe.
4. Száraz helyen tárolja – a nedvesség korróziót okozhat.



ALKATRÉSZLISTA

SZÁM	LEÍRÁS	MENNYISÉG	SZÁM	LEÍRÁS	MENNYISÉG
1	Főváz szerelvény	1	42	Persely	2
2	Konzol	1	43	Szállítókerék	2
3	Önmetsző csavar M4×10	2	44	Rögzítőblokk	1
4	Érzékelő kábel	2	45	Ülés rögzítőlemez	2
5	Rögzítőblokk	1	46	Ülés	1
6	Phillips csavar M5×12	2	47	M8×35-es hatlapfejű csavar	2
7	Konzol tartó	1	48	Önfúró csavar	4
8	Phillips csavar M6×32	1	49	Palacktartó	1
9	M8×70-es hatlapfejű csavar	1	50	Ütköző	1
10	Nylon rögzítőanya M8	8	51	Végdugó	2
11	Phillips csavar M10×75	1	52	Habfogantyú	2
12	Cső	2	53	Fogantyú	1
13	Csiga	1	54	M12×140-es hatlapfejű csavar	2
14	Lapos alátét Ø10	1	55 (bal + jobb)	Lábtámaszok (bal + jobb)	1
15	Nylon rögzítőanya M10	1	56	Szintező láb	1
16	Lapos alátét Ø8	16	57	M8-as hatlapú anya	2
17	M8×65L hatlapfejű csavar	1	58	Hatszögletű csavar	1
18	Mágneses ellenállás keret	1	59	Lábtartó tengely	1
19	Rugó	1	60	Első stabilizátor	1
20	M6×60-as hatlapfejű csavar	1	61	Lapos alátét Ø12	1
21	M6-os hatlapú anya	2	62	Szállítókerék	2
22	M5×25-ös hatlapfejű csavar	1	63	Hatszögletű anya	5
23	Ellenállás-beállító	1	64	Acél ütköző	2
24	Öv	1	65	Lendkerék-tengely	1
25	C-kapocs	1	67	Rugófedél	1
26	Gumi dugó	1	68	6201-es csapág	2
27 (bal + jobb)	Oldalsó burkolat (bal + jobb)	1	69	Hajtókerék	1
28	Önmetsző csavar M4×20	11	70	Lendkerék-tengelyhüvely	1
29	Önfúró csavar M4,2×19	10	71	Mágneses ellenállás keret	1
30	Lépcsős csavar M8×24	4	72	Csigás emelő	1
31	Végdugó	1	73	Phillips csavar M5×12	7
32	Végdugó	4	74 (bal + jobb)	Első fedél (bal + jobb)	1 KÉSZLET
33	M8×16-os hatlapfejű csavar	17	75	Első stabilizátorcső	1
34	Sín szerelvény	1	76	Hatszögletű anya	2
35	Ütköző	2	77	Ellenállás-beállító	2
36	Lapos alátét Ø8	9	78	Húzólemez	2
37	Hátsó stabilizátor szerelvény	1	79	Nylon rögzítőanya M6	3
38	Persely	4	80	S6-os imbuszkulcs	1
39	Kerék	4	81	Csavarkulcs 13–15	1
40	Persely	2	82	S10 imbuszkulcs	1
41	Rögzített tengely	2			



ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ

1 - Helyezze a fővázszerelvényt (A) tiszta, sík felületre a sérülések elkerülése érdekében. Rögzítse az előlő stabilizátort (B) hatlapfejű csavarokkal (33), lapos alátétekkel (16) és rugós alátétekkel (36), majd húzza meg a hatlapfejű kulccsal (80). Szerelje fel a szintező lábat (56) és rögzítse a hatlapfejű anyával (57).

2 - Rögzítse az előlő burkolatokat (74L/R) az előlő stabilizátorhoz (D). Rögzítse őket Phillips csavarokkal (73), majd rögzítse önmetsző csavarokkal (28).

3 - Rögzítse az előlő stabilizátort (D) a fővázszerelvényhez (A) a lépcsős csavarok (30) segítségével, majd húzza meg a hatlapú kulccsal (80). Szerelje be a lábtartó tengelyét (59) a hatlapú csavar (58) és a hatlapú anya (57) segítségével, majd húzza meg a hatlapú kulccsal (80) és a villáskulccsal (81).

4 - Rögzítse a lábtámaszokat (55L/R) a hatlapfejű csavarokkal (54), majd húzza meg őket a hatlapfejű kulccsal (82). Szerelje fel a konzol tartóelemet (7) a rögzítőtömb (5) és rögzítse a Phillips csavarral (8) és a nejlón rögzítőanyával (79). Rögzítse a konzolt (2) a csavarral (6), majd csatlakoztassa az érzékelő kábelt (4).

5 - Csúsztassa be az ülés kocsi (I) a sínekbe (H), ügyelve a helyes irányra.

6 - Rögzítse a hátsó stabilizátor-szerelvényt (K) a sínekhez (H) a lépcsős csavarok (30), a hatlapfejű csavarok (33), a rugós alátétek (36) és a lapos alátétek (16) segítségével, majd húzza meg a hatlapfejű csavarkulccsal (80). Rögzítse az ülést (46) az ülészállítóhoz (I) a hatlapfejű csavarok (33) segítségével, ügyelve a helyes tájolásra.

7 - Helyezze be a sín szerelvényt (H) a főváz szerelvénybe (A). Rögzítse a hatlapfejű csavarok (33), a rugós alátétek (36) és a lapos alátétek (16) segítségével, majd húzza meg a hatlapfejű kulccsal (80).

A KONZOL FUNKCIÓI

GOMBOK

MÓD: Nyomja meg a funkciók kiválasztásához; tartsa lenyomva az összes érték (idő, számlálás, kalória) visszaállításához.

SET: Nyomja meg a célértékek (idő, számlálás, kalória) beállításához, ha nem SCAN módban van.

RESET: Nyomja meg az aktuális értékek (idő, számlálás, kalória) visszaállításához.

FUNKCIÓK

SCAN: Nyomja meg a MODE gombot, amíg meg nem jelenik a „SCAN” felirat; a kijelző automatikusan végigfut az összes funkción: Idő → Távolság → Kalória → Számlálás → Összes számlálás → Pulzus; minden érték körülbelül 4 másodpercig látható.

TIME (00:00 – 99:59): Megjeleníti az edzés teljes időtartamát; nyomja meg a MODE gombot, amíg meg nem jelenik a „TIME” felirat; nyomja meg a SET gombot a célidő beállításához; a kijelző automatikusan leáll, amikor eléri a beállított időt.

COUNT (CNT 0-9999): Megjeleníti az aktuális edzés során végzett evezésszámot; nyomja meg a MODE gombot, amíg meg nem jelenik a „CNT” felirat; nyomja meg a SET gombot a célszám beállításához; a monitor automatikusan leáll, amikor eléri a célt.

TOTAL COUNT (TCNT 0-9999): Megjeleníti a teljes evezésszámot (összesített érték).

TÁVOLSÁG (DIST 0,0 – 999,9): Megjeleníti a teljes megtett távolságot; nyomja meg a MODE gombot, amíg meg nem jelenik a „DIST” felirat; nyomja meg a SET gombot a cél távolság beállításához; a cél távolság elérésekor hangjelzés hallható.

KALÓRIA (kCAL 0,0 – 999,9): Megjeleníti a becsült kalóriaégetést; Nyomja meg a MODE gombot, amíg meg nem jelenik a „CAL” felirat; Nyomja meg a SET gombot a célkalória beállításához; A monitor automatikusan leáll, amikor eléri a célt.

PULSE (ha elérhető): Megjeleníti a pulzusszámot kompatibilis érzékelők használata esetén.

MEGJEGYZÉSEK: Ha a kijelző halvány vagy nem látható, cserélje ki az elemeket; A monitor körülbelül 4 perc inaktivitás után automatikusan kikapcsol; A monitor automatikusan bekapcsol, amikor megkezdődik a testmozgás, vagy ha megnyomnak egy gombot; A monitor automatikusan elkezd a számlálást a testmozgás során, és leáll, ha körülbelül 4 másodpercig nem érzékel mozgást.



EGYÉB

ALKALMAZÁSOK Ez a konzol Bluetooth-on keresztül csatlakozhat az okoseszközön található Zwift és Kinomap alkalmazásokhoz.

1A – A LÁBHEVEDER BEÁLLÍTÁSA A lábszík beállításához válassza le a tépőzáras végét a hálós oldalról, majd húzza a hevedert felfelé és balra, hogy meglazuljon. Miután meglazult, állítsa be a hevedert úgy, hogy jobbra húzza. A meghúzáshoz húzza a hevedert felfelé, majd jobbra és lefelé, és rögzítse szorosan a hálós oldalhoz.

2A – A GÉP ÁTMOZGATÁSA A gép átmozgatásához emelje meg a hátsó támasztócsövet, amíg az előlő szállítókerékek meg nem érintik a padlót. Miután a gép a kívánt helyzetbe került, a kerekek segítségével tolja a gépet a kívánt helyre.

3A – AZ ELLENÁLLÁS BEÁLLÍTÁSA Az ellenállást a szabályozó (23) elforgatásával állítsa be: az óramutató járásával megegyező irányba forgatva növeli, az óramutató járásával ellentétes irányba forgatva csökkenti az ellenállást.

4A – A LÁBTÁMASZ BEÁLLÍTÁSA Használat előtt állítsa be a lábtámaszt (56) úgy, hogy 3–5 mm-re legyen a padlótól. Ha a gép eleje használat közben felemelkedik, állítsa be a lábtámaszt 5–10 mm-re a padlótól.

5A – ÖSSZHÁROZÁSI ÚTMUTATÓ A gép összecukásához fogja meg mindkét kezével a hátsó támaszt, és emelje fel a nyíl irányába. Függőleges tárolás esetén helyezze a gépet a falhoz vagy egy stabil felülethez, és ügyeljen arra, hogy a sérülések elkerülése érdekében gyermekektől biztonságos távolságra legyen.

ISTRUZIONI DI SICUREZZA

1. Leggere attentamente il manuale di istruzioni prima dell'uso.
2. Questo prodotto è destinato esclusivamente all'uso domestico (Classe HC); non è adatto all'uso medico o commerciale.
3. Peso massimo dell'utente: 120 kg.
4. Il dispositivo può essere utilizzato da una sola persona alla volta.
5. Tenere bambini e animali domestici lontani dal dispositivo.
6. Prima di ogni utilizzo, verificare che tutti i componenti siano fissati correttamente e in buone condizioni.
7. Non utilizzare il dispositivo se è danneggiato: sostituire le parti difettose prima di continuare a utilizzarlo.
8. Posizionare il dispositivo su una superficie stabile, piana e antiscivolo.
9. Assicurarsi che vi siano almeno 0,6 m di spazio libero intorno all'attrezzo.
10. Durante l'allenamento, tenere le mani sulle maniglie e i piedi ben fissati nei poggiatesta.
11. Non inserire le mani o altre parti del corpo nei componenti in movimento.
12. Indossare abbigliamento e calzature sportive adeguate e ben aderenti.
13. Non utilizzare il dispositivo sotto l'effetto di alcol o sostanze stupefacenti.
14. In caso di vertigini, dolore al petto o altri sintomi anomali, interrompere immediatamente l'allenamento e consultare un medico.
15. Si raccomanda di consultare un medico prima di iniziare l'allenamento, specialmente in caso di patologie preesistenti.

MONTAGGIO

1. Il prodotto deve essere montato da un adulto.
2. Verificare che tutte le parti siano presenti prima del montaggio.
3. Montare l'attrezzo seguendo le istruzioni e utilizzando gli strumenti appropriati.
4. Dopo il montaggio, assicurarsi che tutte le viti e i collegamenti siano ben serrati.
5. Prestare attenzione durante il montaggio – rischio di lesioni.

UTILIZZO E MANUTENZIONE

1. Controllare regolarmente le condizioni tecniche del dispositivo (collegamenti, usura delle parti).
2. Pulire l'apparecchio con un panno umido – non utilizzare detergenti aggressivi.
3. Evitare che liquidi entrino nel dispositivo.
4. Conservare in un luogo asciutto – l'umidità può causare corrosione.



ELENCO DEI COMPONENTI

N.	DESCRIZIONE	Q.T.	N.	DESCRIZIONE	Q.T.
1	Gruppo telaio principale	1	42	Boccola	2
2	Console	1	43	Ruota di trasporto	2
3	Vite autofilettante M4×10	2	44	Blocco di montaggio	1
4	Cavo sensore	2	45	Piastra di montaggio del sedile	2
5	Blocco di montaggio	1	46	Sedile	1
6	Vite a croce M5×12	2	47	Bullone a testa esagonale M8×35	2
7	Staffa di supporto	1	48	Vite autofilettante	4
8	Vite a croce M6×32	1	49	Portabottiglie	1
9	Vite a testa esagonale M8×70	1	50	Blocco di arresto	1
10	Dado di bloccaggio in nylon M8	8	51	Tappo terminale	2
11	Vite a croce M10×75	1	52	Impugnatura in schiuma	2
12	Tubo	2	53	Maniglia	1
13	Puleggia	1	54	Bullone esagonale M12×140	2
14	Rondella piatta Ø10	1	55 (S+D)	Poggiatesta (sinistro + destro)	1
15	Dado di bloccaggio in nylon M10	1	56	Piede livellatore	1
16	Rondella piatta Ø8	16	57	Dado esagonale M8	2
17	Vite esagonale M8×65L	1	58	Bullone esagonale	1
18	Telaio a resistenza magnetica	1	59	Asse poggiatesta	1
19	Molla	1	60	Stabilizzatore anteriore	1
20	Bullone esagonale M6×60	1	61	Rondella piatta Ø12	1
21	Dado esagonale M6	2	62	Ruota di trasporto	2
22	Bullone esagonale M5×25	1	63	Dado esagonale	5
23	Regolatore di resistenza	1	64	Blocco di arresto in acciaio	2
24	Cinghia	1	65	Asse del volante	1
25	C-clip	1	67	Copertura molla	1
26	Tappo in gomma	1	68	Cuscinetto 6201	2
27 (S+D)	Copertura laterale (sinistra + destra)	1	69	Volante	1
28	Vite autofilettante M4×20	11	70	Boccola per albero del volante	1
29	Vite autofilettante M4,2×19	10	71	Telaio a resistenza magnetica	1
30	Bullone a gradini M8×24	4	72	Pulsante	1
31	Tappo terminale	1	73	Vite a croce M5×12	7
32	Tappo terminale	4	74 (S+D)	Copertura anteriore (sinistra + destra)	1 SET
33	Bullone esagonale M8×16	17	75	Tubo stabilizzatore anteriore	1
34	Gruppo binario	1	76	Dado esagonale	2
35	Blocco di arresto	2	77	Regolatore di resistenza	2
36	Rondella piatta Ø8	9	78	Piastra di trazione	2
37	Gruppo stabilizzatore posteriore	1	79	Dado di bloccaggio in nylon M6	3
38	Boccola	4	80	Chiave esagonale S6	1
39	Ruota	4	81	Chiave a forchetta 13–15	1
40	Boccola	2	82	Chiave esagonale S10	1
41	Asse fisso	2			



ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

1 - Posizionare il gruppo telaio principale (A) su una superficie pulita e piana per evitare danni. Fissare lo stabilizzatore anteriore (B) utilizzando bulloni esagonali (33), rondelle piatte (16) e rondelle elastiche (36), quindi serrare con la chiave esagonale (80). Installare il piedino di livellamento (56) e fissarlo con il dado esagonale (57).

2 - Fissare i coperchi anteriori (74L/R) allo stabilizzatore anteriore (D). Fissarli utilizzando le viti a croce (73), quindi serrarli con le viti autofilettanti (28).

3 - Fissare lo stabilizzatore anteriore (D) al gruppo telaio principale (A) utilizzando i bulloni a gradini (30) e serrare con la chiave esagonale (80). Installare l'asse del poggiatesta (59) utilizzando il bullone esagonale (58) e il dado esagonale (57), quindi serrare con la chiave esagonale (80) e la chiave fissa (81).

4 - Fissare i poggiatesta (55L/R) utilizzando i bulloni esagonali (54) e serrarli con la chiave esagonale (82). Montare la staffa della console (7) sul blocco di montaggio (5) e fissarlo con la vite a croce (8) e il controdado di bloccaggio in nylon (79). Fissare la console (2) utilizzando la vite (6), quindi collegare il cavo del sensore (4).

5 - Far scorrere il carrello del sedile (I) nel gruppo guida (H), assicurandosi che l'orientamento sia corretto.

6 - Fissare il gruppo stabilizzatore posteriore (K) al gruppo guida (H) utilizzando i bulloni a gradini (30), i bulloni esagonali (33), le rondelle elastiche (36) e le rondelle piatte (16), quindi serrare con la chiave esagonale (80). Fissare il sedile (46) al carrello del sedile (I) utilizzando i bulloni esagonali (33), assicurandosi che l'orientamento sia corretto.

7 - Inserire il gruppo binario (H) nel gruppo telaio principale (A). Fissarlo utilizzando i bulloni esagonali (33), le rondelle elastiche (36) e le rondelle piatte (16), quindi serrare con la chiave esagonale (80).

FUNZIONI DELLA CONSOLE

PULSANTI

MODALITÀ: Premere per selezionare le funzioni; tenere premuto per azzerare tutti i valori (Tempo, Conteggio, Calorie).

SET: Premere per impostare i valori target (Tempo, Conteggio, Calorie) quando non si è in modalità SCAN.

RESET: Premere per azzerare i valori correnti (Tempo, Conteggio, Calorie).

FUNZIONI

SCAN: Premere MODE fino a quando non appare "SCAN"; il display scorrerà automaticamente tutte le funzioni: Tempo → Distanza → Calorie → Conteggio → Conteggio totale → Pulsazioni; ogni valore viene visualizzato per circa 4 secondi.

TIME (00:00 – 99:59): Visualizza la durata totale dell'allenamento; premere MODE fino a quando non compare "TIME"; premere SET per impostare un tempo obiettivo; il monitor si fermerà automaticamente al raggiungimento del tempo impostato.

COUNT (CNT 0-9999): Visualizza il numero di vogate durante la sessione corrente; Premere MODE fino a quando non appare "CNT"; Premere SET per impostare un conteggio target; Il monitor si fermerà automaticamente quando il target sarà raggiunto.

TOTAL COUNT (TCNT 0-9999): Visualizza il numero totale di vogate (valore cumulativo).

DISTANZA (DIST 0,0 - 999,9): Visualizza la distanza totale; premere MODE fino a quando non compare "DIST"; premere SET per impostare una distanza obiettivo; quando la distanza obiettivo viene raggiunta, verrà emesso un segnale acustico.

CALORIE (kCAL 0,0 – 999,9): Visualizza le calorie bruciate stimate; Premere MODE fino a quando non appare "CAL"; Premere SET per impostare un obiettivo di calorie; Il monitor si spegnerà automaticamente quando l'obiettivo sarà raggiunto.

PULSE (se disponibile): Visualizza la frequenza cardiaca quando si utilizzano sensori compatibili.

NOTE: Se il display è poco visibile o non si vede, sostituire le batterie; Il monitor si spegne automaticamente dopo circa 4 minuti di inattività; Il monitor si accende automaticamente all'inizio dell'allenamento o quando si preme un pulsante; Il monitor inizia a contare automaticamente durante l'allenamento e si ferma se non viene rilevato alcun movimento per circa 4 secondi.



ALTRO

APP Questa console può connettersi alle app Zwift e Kinomap sul dispositivo smart tramite Bluetooth.

1A - REGOLAZIONE DELLA CINTURINA PER I PIEDI Per regolare la cinturina per i piedi, staccare l'estremità in velcro dal lato in rete e tirare la cinturina verso l'alto e a sinistra per allentarla. Una volta allentata, regolare la cinturina tirandola verso destra. Per stringere, tirare la cinturina verso l'alto, poi a destra e verso il basso, e fissarla saldamente al lato in rete.

2A - SPOSTAMENTO DELLA MACCHINA Per spostare la macchina, sollevare il tubo di supporto posteriore finché le ruote anteriori di trasporto non toccano il pavimento. Una volta in posizione, utilizzare le ruote per spostare la macchina nel punto desiderato.

3A - REGOLAZIONE DELLA RESISTENZA Regolare la resistenza ruotando il regolatore (23): in senso orario per aumentare la resistenza, in senso antiorario per diminuirla.

4A - REGOLAZIONE DEL PIEDINO Prima dell'uso, regolare il piedino (56) in modo che si trovi a 3–5 mm dal pavimento. Se la parte anteriore della macchina si solleva durante l'uso, regolare il piedino a 5–10 mm dal pavimento.

5A - ISTRUZIONI PER LA CHIUSURA Per ripiegare la macchina, afferrare il supporto posteriore con entrambe le mani e sollevarlo nella direzione indicata dalla freccia. Quando viene riposta in posizione verticale, appoggiare la macchina contro una parete o una superficie stabile e assicurarsi che sia posizionata in un luogo sicuro, lontano dalla portata dei bambini, per evitare incidenti.

SAUGOS NURODYMAI

1. Prieš naudojimą atidžiai perskaitykite naudojimo instrukciją.
2. Šis gaminys skirtas tik namų naudojimui (HC klasė); jis netinka medicininiam ar komerciniam naudojimui.
3. Maksimalus vartotojo svoris: 120 kg.
4. Prietaisą vienu metu gali naudoti tik vienas asmuo.
5. Laikykitės vaikus ir gyvūnus atokiau nuo prietaiso.
6. Prieš kiekvieną naudojimą patikrinkite, ar visos dalys yra tinkamai pritvirtintos ir geros būklės.
7. Nenaudokite prietaiso, jei jis yra pažeistas – prieš toliau jį naudojant, pakeiskite sugedusias dalis.
8. Pastatykite prietaisą ant stabilios, lygaus ir neslidus paviršiaus.
9. Užtikrinkite, kad aplink prietaisą būtų ne mažiau kaip 0,6 m laisvos erdvės.
10. Treniruotės metu laikykite rankas ant rankenų, o kojas tinkamai pritvirtinkite prie atramų.
11. Nekiškite rankų ar kitų kūno dalių į judančias dalis.
12. Dėvėkite tinkamus, gerai prigludančius sportinius drabužius ir avalynę.
13. Nenaudokite prietaiso, jei esate apsvaigęs nuo alkoholio ar narkotikų.
14. Jei jaučiate galvos svaigimą, krūtinės skausmą ar kitus neįprastus simptomus, nedelsdami nutraukite treniruotę ir kreipkitės į gydytoją.
15. Prieš pradėdami treniruotes rekomenduojama pasikonsultuoti su gydytoju, ypač jei turite sveikatos problemų.

SURINKIMAS

1. Produktą turi surinkti suaugęs asmuo.
2. Prieš surinkimą patikrinkite, ar yra visos dalys.
3. Surinkite prietaisą pagal instrukcijas, naudodami tinkamus įrankius.
4. Surinkus įsitikinkite, kad visi varžtai ir jungtys būtų tinkamai priveržti.
5. Montuodami būkite atsargūs – yra sužalojimo pavojus.

NAUDOJIMAS IR PRIEŽIŪRA

1. Reguliariai tikrinkite prietaiso techninę būklę (jungtis, detalių nusidėvėjimą).
2. Prietaisą valykite drėgnu skudurėliu – nenaudokite agresyvių valymo priemonių.
3. Neleiskite, kad į prietaisą patektų skysčiai.
4. Laikykitės sausoje vietoje – drėgmė gali sukelti koroziją.



DALIŲ SĄRAŠAS

NR.	APRAŠYMAS	KIEKIS	NR.	APRAŠYMAS	KIEKIS
1	Pagrindinio rėmo komplektas	1	42	Įvorė	2
2	Konsolė	1	43	Transporto ratas	2
3	Savaime įsiskverbiantis varžtas M4×10	2	44	Tvirtinimo blokas	1
4	Jutiklio kabelis	2	45	Sėdynės tvirtinimo plokštė	2
5	Tvirtinimo blokas	1	46	Sėdynė	1
6	Kryžminis varžtas M5×12	2	47	Šešiakampis varžtas su įvorė M8×35	2
7	Konsolės laikiklis	1	48	Savaime įsiskverbiantis varžtas	4
8	Kryžminis varžtas M6×32	1	49	Butelių laikiklis	1
9	Šešiakampis varžtas M8×70	1	50	Fiksavimo blokas	1
10	Nailono fiksavimo veržlė M8	8	51	Galinis dangtelis	2
11	Phillips varžtas M10×75	1	52	Putų rankena	2
12	Vamzdelis	2	53	Rankena	1
13	Skriemulys	1	54	Šešiakampis varžtas M12×140	2
14	Plokščia poveržlė Ø10	1	55 (kairė + dešinė)	Kojų atramos (kairė + dešinė)	1
15	Nailono fiksavimo veržlė M10	1	56	Reguliuojama kojelė	1
16	Plokščia poveržlė Ø8	16	57	Šešiakampė veržlė M8	2
17	Šešiakampė varžtas M8×65L	1	58	Šešiakampis varžtas	1
18	Magnetinio pasipriešinimo rėmas	1	59	Pėdų atramos ašis	1
19	Pavaros	1	60	Priekinis stabilizatorius	1
20	Šešiakampis varžtas M6×60	1	61	Plokščia poveržlė Ø12	1
21	Šešiakampė veržlė M6	2	62	Transporto ratas	2
22	Šešiakampis varžtas M5×25	1	63	Šešiakampė veržlė	5
23	Atsparumo reguliatorius	1	64	Plieninis stabdymo blokas	2
24	Diržas	1	65	Sparno dangtelis	1
25	C-formos spaustukas	1	67	Pavaros dangtelis	1
26	Guminis kamštis	1	68	Guolis 6201	2
27 (kairė + dešinė)	Šoninis dangtelis (kairysis + dešinysis)	1	69	Sparno ratas	1
28	Savaime įsiskverbiantis varžtas M4×20	11	70	Sparno rato ašies įvorė	1
29	Savaime įsiskverbiantis varžtas M4,2×19	10	71	Magnetinio atsparumo rėmas	1
30	Fiksavimo varžtas M8×24	4	72	Skriemulio blokas	1
31	Galinis dangtelis	1	73	Kryžminis varžtas M5×12	7
32	Galinis dangtelis	4	74 (kairė + dešinė)	Priekinis dangtelis (kairysis + dešinysis)	1 RINKINYS
33	Šešiakampis varžtas M8×16	17	75	Priekinis stabilizatoriaus vamzdis	1
34	Bėgių komplektas	1	76	Šešiakampė veržlė	2
35	Sustabdymo blokas	2	77	Atsparumo reguliatorius	2
36	Plokščia poveržlė Ø8	9	78	Traukimo plokštelė	2
37	Galinio stabilizatoriaus komplektas	1	79	Nailono fiksavimo veržlė M6	3
38	Įvorė	4	80	Šešiakampis raktas S6	1
39	Ratai	4	81	Atviro galu raktas 13–15	1
40	Įvorė	2	82	Šešiakampis raktas S10	1
41	Fiksuota ašis	2			



SURINKIMO INSTRUKCIJA

- 1** - Pagrindinį rėmo mazgą (A) padėkite ant švaraus, lygaus paviršiaus, kad išvengtumėte pažeidimų. Priekinį stabilizatorių (B) pritvirtinkite šešiakampiais varžtais (33), plokščiosiomis poveržlėmis (16) ir spyruoklinėmis poveržlėmis (36), tada priveržkite šešiakampiu raktu (80). Sumontuokite reguliuojamą kojelę (56) ir pritvirtinkite ją šešiakampiu varžtu (57).
- 2** - Prikabinkite priekinius dangčius (74L/R) prie priekinio stabilizatoriaus (D). Prisukite juos kryžminiais varžtais (73), tada pritvirtinkite savaime įsiskverbiantys varžtais (28).
- 3** - Prie pagrindinio rėmo mazgo (A) pritvirtinkite priekinį stabilizatorių (D) naudodami pakopinius varžtus (30) ir priveržkite šešiakampiu raktu (80). Įstatykite atramos ašį (59) naudodami šešiakampį varžtą (58) ir šešiakampę varželę (57), tada priveržkite šešiakampiu raktu (80) ir atviru raktu (81).
- 4** - Prikabinkite atramas kojoms (55L/R) naudodami šešiakampius varžtus (54) ir priveržkite šešiakampiu raktu (82). Sumontuokite konsolės laikiklį (7) ant tvirtinimo bloko (5) ir pritvirtinkite jį kryžminiu varžtu (8) bei nailono fiksavimo varžle (79). Prikabinkite konsolę (2) naudodami varžtą (6), tada prijunkite jutiklio laidą (4).
- 5** - Įstumkite sėdynės vežimėlį (I) į bėgių sąranką (H), užtikrindami teisingą orientaciją.
- 6** - Prikabinkite galinio stabilizatoriaus mazgą (K) prie bėgių mazgo (H) naudodami laiptinius varžtus (30), šešiakampius varžtus (33), spyruoklines poveržles (36) ir plokščias poveržles (16), tada priveržkite šešiakampiu raktu (80). Pritvirtinkite sėdynę (46) prie sėdynės vežimėlio (I) naudodami šešiakampius varžtus (33), užtikrindami teisingą orientaciją.
- 7** - Įdėkite bėgių mazgą (H) į pagrindinio rėmo mazgą (A). Prikabinkite jį šešiakampiais varžtais (33), spyruoklinėmis poveržlėmis (36) ir plokščiomis poveržlėmis (16), tada priveržkite šešiakampiu raktu (80).

KONSOLĖS FUNKCIJOS

MYGTUKAI

REŽIMAS: Paspauskite, kad pasirinkite funkcijas; Paspauskite ir laikykite nuspaudę, kad iš naujo nustatytumėte visas reikšmes (laiką, skaičių, kalorijas).

SET: Paspauskite, kad nustatytumėte tiksles vertes (laikas, skaičius, kalorijos), kai nėra SCAN režimo.

RESET: Paspauskite, kad iš naujo nustatytumėte dabartines vertes (Laikas, Skaičius, Kalorijos).

FUNKCIJOS

SCAN: Spauskite MODE, kol pasirodys „SCAN“; Ekranas automatiškai peržiūrės visas funkcijas: Laikas → Atstumas → Kalorijos → Skaičius → Bendras skaičius → Pulsas; Kiekviena reikšmė rodoma apie 4 sekundes.

LAIKAS (00:00 – 99:59): rodo bendrą treniruotės trukmę; spauskite mygtuką MODE, kol ekrane pasirodys „TIME“; spauskite mygtuką SET, kad nustatytumėte norimą laiką; pasiekus nustatytą laiką, monitorius automatiškai išsijungs.

SKAIČIUS (CNT 0–9999): rodo smūgių skaičių per dabartinę sesiją; spauskite MODE, kol pasirodys „CNT“; spauskite SET, kad nustatytumėte tikslų skaičių; monitorius automatiškai sustos, kai bus pasiektas tikslas.

TOTAL COUNT (TCNT 0–9999): rodo bendrą smūgių skaičių (bendrą vertę).

ATSTUMAS (DIST 0,0–999,9): rodo bendrą nuvažiuotą atstumą; spauskite mygtuką MODE, kol ekrane pasirodys „DIST“; spauskite mygtuką SET, kad nustatytumėte tikslų atstumą; pasiekus tikslą, skambės signalas.

KALORIJOS (kCAL 0,0 – 999,9): rodo apytikriai sudegintas kalorijas; spauskite MODE, kol pasirodys „CAL“; spauskite SET, kad nustatytumėte tiksles kalorijas; pasiekus tikslą, monitorius automatiškai išsijungs.

PULSE (jei yra): rodo širdies ritmą, kai naudojami suderinami jutikliai.

PASTABOS: Jei ekranas šviesos silpnas arba nematomas, pakeiskite baterijas; Monitorius automatiškai išsijungs praėjus maždaug 4 minutėms neveikimo; Monitorius išsijungia automatiškai, kai pradeda mankštintis arba paspaudžiate mygtuką; Monitorius automatiškai pradeda skaičiuoti mankštintis ir sustoja, jei maždaug 4 sekundes neaptinka jokio judesio.



KITA

PROGRAMĖLĖS Ši konsolė gali prisijungti prie programėlių „Zwift“ ir „Kinomap“ išmaniajame įrenginyje per „Bluetooth“.

1A – PĖDOS DIRŽELIO REGULIAVIMAS Norėdami reguliuoti pėdos dirželį, atsegkite „Velcro“ galą nuo tinklinės pusės ir patraukite dirželį į viršų ir į kairę, kad jį atlaisvintumėte. Atlaisvinę dirželį, reguliuokite jį traukdami į dešinę. Norėdami priveržti, patraukite dirželį į viršų, tada į dešinę ir žemyn, ir tvirtai pritvirtinkite jį prie tinklinės pusės.

2A – STAKLIŲ PERKĖLIMAS Norėdami perkelti stakles, pakelkite galinį atraminį vamzdį, kol priekiniai transportavimo ratukai palies grindis. Kai staklės bus reikiamoje padėtyje, naudokite ratukus, kad jas perkelti į norimą vietą.

3A – PASIPRIEŠINIMO REGULIAVIMAS Reguliokite pasipriešinimą sukdami reguliatorių (23): pagal laikrodžio rodyklę – didinkite pasipriešinimą, prieš laikrodžio rodyklę – mažinkite.

4A – PĖDŲ ATRAMOS REGULIAVIMAS Prieš naudojimą nustatykite pėdų atramą (56) taip, kad ji būtų 3–5 mm virš grindų. Jei treniruoklio priekinė dalis pakyla naudojimo metu, nustatykite pėdų atramą taip, kad ji būtų 5–10 mm virš grindų.

5A – SULANKSTYMO INSTRUKCIJOS Norėdami sulankstyti aparatą, abiem rankomis suimkite galinę atramą ir pakelkite ją rodyklės nurodyta kryptimi. Laikydami aparatą vertikaliai, pastatykite jį prie sienos arba ant tvirto paviršiaus ir užtikrinkite, kad jis būtų saugiai pastatytas toliau nuo vaikų, siekiant išvengti sužalojimų.

DROŠĪBAS NORĀDĪJUMI

1. Pirms lietošanas rūpīgi izlasiet lietošanas instrukciju.
2. Šis produkts ir paredzēts tikai lietošanai mājās (HC klase); tas nav piemērots medicīniskai vai komerciālai lietošanai.
3. Maksimālais lietotāja svars: 120 kg.
4. Ierīci vienlaikus drīkst lietot tikai viena persona.
5. Nelaidiet bērnus un mājdzīvniekus pie ierīces.
6. Pirms katras lietošanas pārbaudiet, vai visas detaļas ir pareizi nostiprinātas un labā stāvoklī.
7. Nelietojiet ierīci, ja tā ir bojāta – pirms turpmākas lietošanas nomainiet bojātās detaļas.
8. Novietojiet ierīci uz stabilas, līdzsvaras un neslidošas virsmas.
9. Nodrošiniet vismaz 0,6 m brīvas telpas ap ierīci.
10. Vingrojumu laikā turiet rokas uz rokturiem un kājas pareizi nostiprinātas kāju balstos.
11. Nelietojiet rokas vai citas ķermeņa daļas kustīgajās detaļās.
12. Valkājiet atbilstošu, labi pieguļošu sporta apģērbu un apavus.
13. Nelietojiet ierīci, ja esat alkohola vai narkotisko vielu ietekmē.
14. Ja jūtat reiboni, sāpes krūtīs vai citus neparastus simptomus, nekavējoties pārtrauciet treniņu un konsultējieties ar ārstu.
15. Pirms treniņa sākšanas ieteicams konsultēties ar ārstu, īpaši, ja ir kādas veselības problēmas.

MONTAŽA

1. Ierīci drīkst montēt tikai pieaugušais.
2. Pirms montāžas pārbaudiet, vai visas detaļas ir klāt.
3. Montējiet ierīci saskaņā ar instrukcijām, izmantojot atbilstošus instrumentus.
4. Pēc montāžas pārliecinieties, ka visas skrūves un savienojumi ir pareizi pievilkti.
5. Montāžas laikā esiet uzmanīgi – pastāv traumu risks.

LIETOŠANA UN APKOPE

1. Regulāri pārbaudiet ierīces tehnisko stāvokli (savienojumus, detaļu nodilumu).
2. Ierīci tīriet ar mitru drānu – nelietojiet agresīvus tīrīšanas līdzekļus.
3. Nelaidiet šķidrumus iekārtā.
4. Uzglabājiet sausā vietā – mitrums var izraisīt koroziju.



DETALJU SARAKSTS

NR.	APRAKSTS	SKAITS	NR.	APRAKSTS	SKAITS
1	Galvenā rāmja komplekts	1	42	Ieliktnis	2
2	Konsoles	1	43	Transporta riteņi	2
3	Pašvītņojošā skrūve M4×10	2	44	Montāžas bloks	1
4	Sensora kabelis	2	45	Sēdekļa montāžas plāksne	2
5	Stiprinājuma bloks	1	46	Sēdekļs	1
6	Krustveida skrūve M5×12	2	47	Sešstūra uzgrieznis M8×35	2
7	Konsoles kronšteins	1	48	Pašurbjošā skrūve	4
8	Krustveida skrūve M6×32	1	49	Pudeles turētājs	1
9	Sešstūra skrūve M8×70	1	50	Fiksators	1
10	Nilona fiksējošā uzgriežņa M8	8	51	Gala vāciņš	2
11	Krustveida skrūve M10×75	1	52	Putas rokturis	2
12	Tuba	2	53	Rokturis	1
13	Skriemelis	1	54	Sešstūra skrūve M12×140	2
14	Plakana paplāksne φ10	1	55 (kreisais + labais)	Kāju balsti (kreisais + labais)	1
15	Nilona fiksējošā uzgriežņa M10	1	56	Nivelēšanas kājiņa	1
16	Plakana paplāksne φ8	16	57	Sešstūra uzgrieznis M8	2
17	Sešstūra skrūve M8x65L	1	58	Sešstūra skrūve	1
18	Magnētiskā pretestības rāmis	1	59	Kāju balsta ass	1
19	Pavasaris	1	60	Priekšējais stabilizators	1
20	Sešstūra skrūve M6×60	1	61	Plakana paplāksne Ø12	1
21	Sešstūra uzgrieznis M6	2	62	Transporta ritenis	2
22	Sešstūra skrūve M5×25	1	63	Sešstūra uzgrieznis	5
23	Pretestības regulētājs	1	64	Tērauda apturēšanas bloks	2
24	Siksna	1	65	Svārsta ass	1
25	C-veida skava	1	67	Pavasara vāciņš	1
26	Gumijas aizbāznis	1	68	Gultnis 6201	2
27 (kreisais + labais)	Sānu vāks (kreisais + labais)	1	69	Svārsts	1
28	Pašvītņojošā skrūve M4×20	11	70	Svārsta ass uzmava	1
29	Pašurbjošā skrūve M4,2×19	10	71	Magnētiskā pretestības rāmis	1
30	Kāpņu skrūve M8×24	4	72	Rullīšu bloks	1
31	Gala vāciņš	1	73	Krustveida skrūve M5×12	7
32	Gala vāciņš	4	74 (kreisais + labais)	Priekšējais vāks (kreisais + labais)	1
33	Sešstūra skrūve M8×16	17	75	Priekšējā stabilizatora caurule	1
34	Slīdes komplekts	1	76	Sešstūra uzgrieznis	2
35	Fiksators	2	77	Pretestības regulētājs	2
36	Plakana paplāksne Ø8	9	78	Velkšanas plāksne	2
37	Aizmugurējā stabilizatora komplekts	1	79	Nilona fiksējošā uzgriežņa M6	3
38	Ieliktnis	4	80	Sešstūra atslēga S6	1
39	Riteņa	4	81	Atvērtā galā atslēga 13–15	1
40	Ieliktnis	2	82	Sešstūra atslēga S10	1
41	Fiksēta ass	2			



MONTAŽAS INSTRUKCIJA

1 - Lai novērstu bojājumus, novietojiet galveno rāmja mezglu (A) uz tīras, līdzenas virsmas. Pievienojiet priekšējo stabilizatoru (B), izmantojot sešstūra skrūves (33), plakanās paplāksnes (16) un atsperes paplāksnes (36), pēc tam pievelciet ar sešstūra atslēgu (80). Uzstādiet izlīdzinošo kājiņu (56) un nostipriniet to ar sešstūra uzgali (57).

2 - Pievienojiet priekšējos vākus (74L/R) priekšējam stabilizatoram (D). Nostipriniet tos ar krustgalvainajām skrūvēm (73), pēc tam pieskrūvējiet ar pašvītņojošajām skrūvēm (28).

3 - Pievienojiet priekšējo stabilizatoru (D) galvenajam rāmim (A), izmantojot pakāpju skrūves (30), un pievelciet ar sešstūra atslēgu (80). Uzstādiet kāju balsta asi (59), izmantojot sešstūra skrūvi (58) un sešstūra uzgali (57), pēc tam pievelciet ar sešstūra atslēgu (80) un atvērtā gala atslēgu (81).

4 - Pievienojiet kāju balstus (55L/R), izmantojot sešstūra skrūves (54), un pievelciet ar sešstūra atslēgu (82). Uzstādiet konsoles kronšteinu (7) uz montāžas bloka (5) un nostipriniet to ar krustveida skrūvi (8) un neilona fiksējošo uzgriezni (79). Pievienojiet konsoli (2), izmantojot skrūvi (6), pēc tam pievienojiet sensora kabeli (4).

5 - Ievietojiet sēdekļa rāmi (I) sliedes mezglā (H), pārliecinoties par pareizo orientāciju.

6 - Pievienojiet aizmugurējo stabilizatora mezglu (K) sliedes mezglam (H), izmantojot pakāpju skrūves (30), sešstūra skrūves (33), atsperes paplāksnes (36) un plakanās paplāksnes (16), pēc tam pievelciet ar sešstūra atslēgu (80). Pievienojiet sēdekli (46) sēdekļa rāmim (I), izmantojot sešstūra skrūves (33), pārliecinoties par pareizo orientāciju.

7 - Ievietojiet sliedes mezglu (H) galvenajā rāmja mezglā (A). Nostipriniet to, izmantojot sešstūra skrūves (33), atsperes paplāksnes (36) un plakanās paplāksnes (16), pēc tam pievelciet ar sešstūra atslēgu (80).

KONSOLES FUNKCIJAS

POGAS

REŽĪMS: Nospiediet, lai izvēlētos funkcijas; nospiediet un turiet nospiešanu, lai atiestatītu visas vērtības (laiks, skaits, kalorijas).

SET: Nospiediet, lai iestatītu mērķa vērtības (laiks, skaits, kalorijas), ja nav ieslēgts SCAN režīms.

RESET: Nospiediet, lai atiestatītu pašreizējās vērtības (laiks, skaits, kalorijas).

FUNKCIJAS

SCAN: Nospiediet MODE, līdz parādās "SCAN"; Displejs automātiski pārslēgsies starp visām funkcijām: Laiks → Attālums → Kalorijas → Skaitlis → Kopējais skaitlis → Pulss; Katra vērtība tiek parādīta aptuveni 4 sekundes.

LAIKS (00:00 – 99:59): parāda kopējo treniņa laiku; nospiediet pogu MODE, līdz parādās uzraksts „TIME”; nospiediet pogu SET, lai iestatītu mērķa laiku; monitors automātiski apstāsies, kad tiks sasniegts iestatītais laiks.

COUNT (CNT 0–9999): parāda airu griezienu skaitu pašreizējā sesijā; nospiediet MODE, līdz parādās "CNT"; nospiediet SET, lai iestatītu mērķa skaitu; monitors automātiski apstāsies, kad tiks sasniegts mērķis.

TOTAL COUNT (TCNT 0–9999): parāda kopējo airu griezienu skaitu (kumulatīvo vērtību).

ATTĀLUMS (DIST 0,0–999,9): parāda kopējo attālumu; nospiediet pogu MODE, līdz parādās „DIST”; nospiediet pogu SET, lai iestatītu mērķa attālumu; sasniedzot mērķa attālumu, atskanēs brīdinājuma signāls.

KALORIJAS (kcal 0,0 – 999,9): parāda aptuveno sadedzināto kaloriju skaitu; nospiediet MODE, līdz parādās "CAL"; nospiediet SET, lai iestatītu mērķa kaloriju skaitu; monitors automātiski apstāsies, kad tiks sasniegts mērķis.

PULSE (ja pieejams): parāda sirdsdarbības ātrumu, ja tiek izmantoti saderīgi sensori.

PIEZĪMES: Ja displejs ir neskaidrs vai nav redzams, nomainiet baterijas; Monitors automātiski izslēdzas pēc aptuveni 4 minūtēm bezdarbības; Monitors ieslēdzas automātiski, sākot vingrot vai nospiežot kādu pogu; Monitors automātiski sāk skaitīt vingrošanas laikā un apstājas, ja aptuveni 4 sekundes netiek fiksēta kustība.



CITI

LIETOTNES Šī konsole var savienoties ar lietotnēm Zwift un Kinomap viedierīcē, izmantojot Bluetooth.

1A – KĀJU SIKNAS REGULĒŠANA Lai regulētu kāju siksnu, atvienojiet Velcro galu no tīkla puses un velciet siksnu uz augšu un pa kreisi, lai to atbrīvotu. Kad siksnas ir atbrīvotas, regulējiet to, velkot to pa labi. Lai siksnu pievilktu, velciet to uz augšu, tad pa labi un uz leju, un stingri piestipriniet to pie tīkla puses.

2A – IERĪCES PĀRVIETOŠANA Lai pārvietotu ierīci, paceliet aizmugurējo atbalsta cauruli, līdz priekšējie transporta riteņi pieskaras grīdai. Kad ierīce ir novietota, izmantojiet riteņus, lai to pārvietotu uz vēlamo vietu.

3A – PRETESTĪBAS REGULĒŠANA Regulējiet pretestību, pagriežot regulētāju (23): pulkstenrādītāja virzienā, lai palielinātu pretestību, pretēji pulkstenrādītāja virzienam, lai to samazinātu.

4A – KĀJU PALIKTŅA REGULĒŠANA Pirms lietošanas noregulējiet kāju paliktņi (56) tā, lai tā atrastos 3–5 mm virs grīdas. Ja trenāziera priekšgals lietošanas laikā paceļas, noregulējiet kāju paliktņi tā, lai tā atrastos 5–10 mm virs grīdas.

5A – SALIKŠANAS NORĀDĪJUMI Lai saliktu ierīci, ar abām rokām satveriet aizmugurējo atbalstu un paceliet to bultiņas norādītajā virzienā. Uzglabājot ierīci vertikālā stāvoklī, novietojiet to pie sienas vai uz stabilas virsmas un pārliecinieties, ka tā atrodas drošā attālumā no bērniem, lai novērstu traumas.

VEILIGHEIDSLINSTRUCTIES

1. Lees de gebruiksaanwijzing zorgvuldig door voor gebruik.
2. Dit product is uitsluitend bedoeld voor thuisgebruik (klasse HC); het is niet geschikt voor medisch of commercieel gebruik.
3. Maximaal gebruikersgewicht: 120 kg.
4. Het apparaat mag slechts door één persoon tegelijk worden gebruikt.
5. Houd kinderen en huisdieren uit de buurt van het apparaat.
6. Controleer voor elk gebruik of alle onderdelen goed vastzitten en in goede staat verkeren.
7. Gebruik het apparaat niet als het beschadigd is – vervang defecte onderdelen voordat u het verder gebruikt.
8. Plaats het apparaat op een stabiele, vlakke en antislip ondergrond.
9. Zorg voor minimaal 0,6 m vrije ruimte rondom het apparaat.
10. Houd tijdens het trainen uw handen aan de handgrepen en uw voeten goed vast in de voetsteunen.
11. Steek geen handen of andere lichaamsdelen in bewegende onderdelen.
12. Draag geschikte, goed passende sportkleding en -schoenen.
13. Gebruik het apparaat niet onder invloed van alcohol of drugs.
14. Als u last krijgt van duizeligheid, pijn op de borst of andere abnormale symptomen, stop dan onmiddellijk met trainen en raadpleeg een arts.
15. Het wordt aanbevolen om een arts te raadplegen voordat u met de training begint, vooral als u reeds gezondheidsproblemen heeft.

MONTAGE

1. Het product moet door een volwassene worden gemonteerd.
2. Controleer of alle onderdelen aanwezig zijn voordat u begint met de montage.
3. Monteer het apparaat volgens de instructies en gebruik hiervoor geschikt gereedschap.
4. Controleer na de montage of alle schroeven en verbindingen goed zijn vastgedraaid.
5. Wees voorzichtig tijdens de montage – gevaar voor letsel.

GEBRUIK EN ONDERHOUD

1. Controleer regelmatig de technische staat van het apparaat (aansluitingen, slijtage van onderdelen).
2. Reinig het apparaat met een vochtige doek – gebruik geen agressieve reinigingsmiddelen.
3. Voorkom dat er vloeistoffen in het apparaat terechtkomen.
4. Bewaar op een droge plaats – vocht kan corrosie veroorzaken.



ONDERDELENLIJST

NR.	BESCHRIJVING	AANTAL	NR.	BESCHRIJVING	AANTAL
1	Hoofdframe	1	42	Bus	2
2	Console	1	43	Transportwiel	2
3	Zelfborende schroef M4×10	2	44	Montageblok	1
4	Sensorkabel	2	45	Zitplaatsbevestigingsplaat	2
5	Bevestigingsblok	1	46	Zadel	1
6	Phillips-schroef M5×12	2	47	Zeskantbout M8×35	2
7	Consolebeugel	1	48	Zelfborende schroef	4
8	Phillips-schroef M6×32	1	49	Fleshouder	1
9	Zeskantbout M8×70	1	50	Aanslagblok	1
10	Nylon borgmoer M8	8	51	Eindkap	2
11	Kruiskopbout M10×75	1	52	Schuimrubberen handgreep	2
12	Buis	2	53	Handvat	1
13	Katrol	1	54	Zeskantbout M12×140	2
14	Vlakke sluitring Ø10	1	55 (L+R)	Voetsteunen (links + rechts)	1
15	Nylon borgmoer M10	1	56	Stelpoot	1
16	Vlakke sluitring Ø8	16	57	Zeskantmoer M8	2
17	Zeskantschroef M8×65L	1	58	Zeskantbout	1
18	Magnetisch weerstandsframe	1	59	Voetsteunas	1
19	Veer	1	60	Voorste stabilisator	1
20	Zeskantbout M6×60	1	61	Vlakke sluitring Ø12	1
21	Zeskantmoer M6	2	62	Transportwiel	2
22	Zeskantbout M5×25	1	63	Zeskantmoer	5
23	Weerstandsregelaar	1	64	Stalen aanslagblok	2
24	Riem	1	65	Vliegwielas	1
25	C-klem	1	67	Veerafdekking	1
26	Rubberen stop	1	68	Lager 6201	2
27 (L+R)	Zijafdekking (links + rechts)	1	69	Vliegwiel	1
28	Zelfborende schroef M4×20	11	70	Vliegwielasbus	1
29	Zelfborende schroef M4,2×19	10	71	Magnetisch weerstandsframe	1
30	Stapbout M8×24	4	72	Katrolblok	1
31	Eindkap	1	73	Phillips-schroef M5×12	7
32	Eindkap	4	74 (L+R)	Voorpaneel (links + rechts)	1 SET
33	Zeskantbout M8×16	17	75	Stabilisatorbuis voorzijde	1
34	Railassemblage	1	76	Zeskantmoer	2
35	Aanslagblok	2	77	Weerstandsregelaar	2
36	Vlakke sluitring Ø8	9	78	Trekplaat	2
37	Achterste stabilisatorassemblage	1	79	Nylon borgmoer M6	3
38	Buss	4	80	Inbussleutel S6	1
39	Wiel	4	81	Steeksleutel 13–15	1
40	Bus	2	82	Inbussleutel S10	1
41	Vaste as	2			



MONTAGE-INSTRUCTIES

- 1** - Plaats het hoofdframe (A) op een schoon, vlak oppervlak om schade te voorkomen. Bevestig de voorste stabilisator (B) met zeskantbouten (33), platte ringen (16) en veerringen (36) en draai deze vervolgens vast met de inbussleutel (80). Installeer de stelpoot (56) en zet deze vast met de zeskantmoer (57).
- 2** - Bevestig de voorste afdekkappen (74L/R) aan de voorste stabilisator (D). Zet ze vast met kruiskopschroeven (73) en draai ze vervolgens vast met zelftappende schroeven (28).
- 3** - Bevestig de voorste stabilisator (D) aan het hoofdframe (A) met behulp van de trapbouten (30) en draai deze vast met de inbussleutel (80). Monteer de voetsteunas (59) met behulp van de inbusbout (58) en de inbusmoer (57) en draai deze vervolgens vast met de inbussleutel (80) en de steeksleutel (81).
- 4** - Bevestig de voetsteunen (55L/R) met behulp van de zeskantbouten (54) en draai ze vast met de inbussleutel (82). Monteer de consolebeugel (7) op het montageblok (5) en zet deze vast met de kruiskopschroef (8) en de nylon borgmoer (79). Bevestig de console (2) met de schroef (6) en sluit vervolgens de sensorkabel (4) aan.
- 5** - Schuif de stoelwagen (I) in de railconstructie (H) en zorg ervoor dat deze in de juiste richting staat.
- 6** - Bevestig de achterste stabilisator (K) aan de railconstructie (H) met behulp van de trapbouten (30), zeskantbouten (33), veerringen (36) en platte ringen (16), en draai deze vervolgens vast met de inbussleutel (80). Bevestig de stoel (46) aan de stoelwagen (I) met behulp van de zeskantbouten (33) en zorg ervoor dat de juiste oriëntatie wordt aangehouden.
- 7** - Plaats de railconstructie (H) in de hoofdframeconstructie (A). Zet deze vast met de zeskantbouten (33), veerringen (36) en platte ringen (16) en draai ze vervolgens vast met de inbussleutel (80).

FUNCTIES VAN DE CONSOLE

KNOPPEN

MODUS: Druk hierop om functies te selecteren; houd ingedrukt om alle waarden (tijd, aantal, calorieën) te resetten.

SET: Druk hierop om streefwaarden (tijd, aantal, calorieën) in te stellen wanneer u zich niet in de SCAN-modus bevindt.

RESET: Druk hierop om de huidige waarden te resetten (tijd, telling, calorieën).

FUNCTIES

SCAN: Druk op MODE totdat "SCAN" verschijnt; Het display doorloopt automatisch alle functies: Tijd → Afstand → Calorieën → Telling → Totale telling → Hartslag; Elke waarde wordt ongeveer 4 seconden weergegeven.

TIJD (00:00 – 99:59): Geeft de totale trainingstijd weer; Druk op MODE totdat „TIME“ verschijnt; Druk op SET om een streeftijd in te stellen; De monitor stopt automatisch wanneer de ingestelde tijd is bereikt.

COUNT (CNT 0-9999): Geeft het aantal slagen tijdens de huidige sessie weer; Druk op MODE totdat "CNT" verschijnt; Druk op SET om een streeftotaal in te stellen; De monitor stopt automatisch wanneer het streeftotaal is bereikt.

TOTAL COUNT (TCNT 0-9999): Geeft het totale aantal slagen weer (cumulatieve waarde).

AFSTAND (DIST 0,0 – 999,9): Geeft de totale afstand weer; Druk op MODE totdat „DIST“ verschijnt; Druk op SET om een streefafstand in te stellen; Er klinkt een signaal wanneer de streefafstand is bereikt.

CALORIES (kCAL 0,0 – 999,9): Geeft het geschatte aantal verbrande calorieën weer; Druk op MODE totdat "CAL" verschijnt; Druk op SET om een caloriendoel in te stellen; De monitor stopt automatisch wanneer het doel is bereikt.

PULSE (indien beschikbaar): Geeft de hartslag weer bij gebruik van compatibele sensoren.

OPMERKINGEN: Als het display vaag of niet zichtbaar is, vervang dan de batterijen; De hartslagmeter schakelt automatisch uit na ongeveer 4 minuten inactiviteit; De hartslagmeter schakelt automatisch in wanneer u begint met sporten of wanneer u op een knop drukt; De hartslagmeter begint automatisch te tellen tijdens het sporten en stopt als er gedurende ongeveer 4 seconden geen beweging wordt gedetecteerd.



OVERIG

APPS Deze console kan via Bluetooth verbinding maken met de apps Zwift en Kinomap op het smart device.

1A - VERSTELLING VAN DE VOETRIEM Om de voetriem te verstellen, maakt u het klittenband los van de mesh-zijde en trekt u de riem omhoog en naar links om deze los te maken. Zodra de riem los is, verstelt u deze door hem naar rechts te trekken. Om de riem vast te zetten, trekt u de riem omhoog, vervolgens naar rechts en naar beneden, en zet u hem stevig vast aan de mesh-zijde.

2A - DE MACHINE VERPLAATSEN Om de machine te verplaatsen, tilt u de achterste steunbuis op totdat de voorste transportwielen de vloer raken. Zodra de machine op zijn plaats staat, gebruikt u de wielen om hem naar de gewenste locatie te verplaatsen.

3A - WEERSTAND INSTELLEN Stel de weerstand in door aan de regelaar (23) te draaien: met de klok mee om de weerstand te verhogen, tegen de klok in om deze te verlagen.

4A - VOETSTEUN INSTELLEN Stel vóór gebruik de voetsteun (56) zo in dat deze 3–5 mm boven de vloer hangt. Als de voorkant van de machine tijdens het gebruik omhoog komt, stel de voetsteun dan in op 5–10 mm boven de vloer.

5A - OPVOUWINSTRUCTIES Om de machine op te vouwen, pakt u de achterste steun met beide handen vast en tilt u deze in de richting van de pijl op. Wanneer u de machine verticaal opbergt, zet u deze tegen een muur of een stabiele ondergrond en zorgt u ervoor dat hij buiten het bereik van kinderen staat om letsel te voorkomen.

INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

1. Leia atentamente o manual de instruções antes de utilizar o produto.
2. Este produto destina-se exclusivamente a uso doméstico (Classe HC); não é adequado para uso médico ou comercial.
3. Peso máximo do utilizador: 120 kg.
4. O aparelho só pode ser utilizado por uma pessoa de cada vez.
5. Mantenha crianças e animais de estimação afastados do aparelho.
6. Antes de cada utilização, verifique se todos os componentes estão devidamente fixados e em bom estado.
7. Não utilize o dispositivo se estiver danificado – substitua as peças defeituosas antes de continuar a utilizá-lo.
8. Coloque o dispositivo sobre uma superfície estável, nivelada e antiderrapante.
9. Certifique-se de que existe pelo menos 0,6 m de espaço livre à volta do aparelho.
10. Durante o exercício, mantenha as mãos no punho e os pés devidamente fixados nos apoios para os pés.
11. Não coloque as mãos ou outras partes do corpo em componentes em movimento.
12. Use roupa e calçado desportivos adequados e que se ajustem bem.
13. Não utilize o aparelho sob a influência de álcool ou drogas.
14. Se sentir tonturas, dores no peito ou quaisquer outros sintomas anormais, interrompa imediatamente o exercício e consulte um médico.
15. Recomenda-se consultar um médico antes de iniciar o treino, especialmente em caso de problemas de saúde pré-existent.

MONTAGEM

1. O produto deve ser montado por um adulto.
2. Verifique se todas as peças estão completas antes da montagem.
3. Monte o aparelho de acordo com as instruções, utilizando ferramentas adequadas.
4. Após a montagem, certifique-se de que todos os parafusos e ligações estão bem apertados.
5. Tenha cuidado durante a montagem – risco de ferimentos.

UTILIZAÇÃO E MANUTENÇÃO

1. Verifique regularmente o estado técnico do dispositivo (ligações, desgaste das peças).
2. Limpe o dispositivo com um pano húmido – não utilize produtos de limpeza agressivos.
3. Evite que líquidos entrem no dispositivo.
4. Armazene num local seco – a humidade pode causar corrosão.

LISTA DE PEÇAS

N.º	DESCRIÇÃO	QTD	N.º	DESCRIÇÃO	QTD
1	Conjunto da estrutura principal	1	42	Bucha	2
2	Console	1	43	Roda de transporte	2
3	Parafuso auto-roscante M4×10	2	44	Bloco de montagem	1
4	Cabo do sensor	2	45	Placa de montagem do assento	2
5	Bloco de montagem	1	46	Assento	1
6	Parafuso Phillips M5×12	2	47	Parafuso de cabeça sextavada M8×35	2
7	Suporte da consola	1	48	Parafuso autoperfurante	4
8	Parafuso Phillips M6×32	1	49	Suporte para garrafa	1
9	Parafuso sextavado M8×70	1	50	Bloco de batente	1
10	Porca de bloqueio em nylon M8	8	51	Tampa	2
11	Parafuso Phillips M10×75	1	52	Punho de espuma	2
12	Tubo	2	53	Pega	1
13	Polia	1	54	Parafuso sextavado M12×140	2
14	Arruela plana Ø10	1	55 (E+D)	Apoios para os pés (esquerdo + direito)	1
15	Porca de bloqueio de nylon M10	1	56	Pé de nivelamento	1
16	Arruela plana Ø8	16	57	Porca sextavada M8	2
17	Parafuso sextavado M8x65L	1	58	Parafuso sextavado	1
18	Estrutura de resistência magnética	1	59	Eixo do apoio para os pés	1
19	Mola	1	60	Estabilizador dianteiro	1
20	Parafuso sextavado M6×60	1	61	Arruela plana Ø12	1
21	Porca sextavada M6	2	62	Roda de transporte	2
22	Parafuso sextavado M5×25	1	63	Porca sextavada	5
23	Ajustador de resistência	1	64	Bloco de paragem em aço	2
24	Correia	1	65	Eixo do volante	1
25	Clipe em C	1	67	Tampa da mola	1
26	Tampa de borracha	1	68	Rolamento 6201	2
27 (E+D)	Tampa lateral (esquerda + direita)	1	69	Volante	1
28	Parafuso auto-roscante M4×20	11	70	Manga do eixo do volante	1
29	Parafuso autoperfurante M4,2×19	10	71	Estrutura de resistência magnética	1
30	Parafuso escalonado M8×24	4	72	Bloco de roldanas	1
31	Tampa	1	73	Parafuso Phillips M5×12	7
32	Tampa	4	74 (E+D)	Tampa frontal (esquerda + direita)	1
				CONJUNTO	
33	Parafuso sextavado M8×16	17	75	Tubo estabilizador dianteiro	1
34	Conjunto de trilhos	1	76	Porca sextavada	2
35	Bloco de batente	2	77	Ajustador de resistência	2
36	Arruela plana Ø8	9	78	Placa de tração	2
37	Conjunto do estabilizador traseiro	1	79	Porca de bloqueio de nylon M6	3
38	Bucha	4	80	Chave hexagonal S6	1
39	Roda	4	81	Chave de boca 13–15	1
40	Bucha	2	82	Chave hexagonal S10	1
41	Eixo fixo	2			



INSTRUÇÕES DE MONTAGEM

- 1** - Coloque o Conjunto da Estrutura Principal (A) sobre uma superfície limpa e plana para evitar danos. Fixe o Estabilizador Dianteiro (B) utilizando parafusos sextavados (33), anilhas planas (16) e anilhas elásticas (36) e, em seguida, aperte com a chave sextavada (80). Instale o Pé de Nivelamento (56) e fixe-o com a porca sextavada (57).
- 2** - Fixe as tampas dianteiras (74L/R) ao estabilizador dianteiro (D). Prenda-as com parafusos Phillips (73) e, em seguida, aperte com parafusos auto-roscentes (28).
- 3** - Fixe o estabilizador dianteiro (D) ao conjunto da estrutura principal (A) utilizando os parafusos de fixação (30) e aperte com a chave hexagonal (80). Instale o eixo do apoio para os pés (59) utilizando o parafuso hexagonal (58) e a porca hexagonal (57) e, em seguida, aperte com a chave hexagonal (80) e a chave de boca (81).
- 4** - Fixe os apoios para os pés (55L/R) utilizando os parafusos sextavados (54) e aperte-os com a chave sextavada (82). Instale o suporte da consola (7) no bloco de montagem (5) e fixe-o com o parafuso Phillips (8) e a porca de bloqueio de nylon (79). Fixe a consola (2) utilizando o parafuso (6) e, em seguida, ligue o cabo do sensor (4).
- 5** - Deslize o carro do assento (I) para dentro do conjunto de calhas (H), garantindo a orientação correta.
- 6** - Fixe o conjunto do estabilizador traseiro (K) ao conjunto do trilho (H) utilizando os parafusos escalonados (30), os parafusos sextavados (33), as anilhas elásticas (36) e as anilhas planas (16) e, em seguida, aperte com a chave sextavada (80). Fixe o assento (46) ao carro do assento (I) utilizando os parafusos sextavados (33), garantindo a orientação correta.
- 7** - Insira o Conjunto de Trilhos (H) no Conjunto da Estrutura Principal (A). Fixe-o utilizando os Parafusos Sextavados (33), as Arruelas de Mola (36) e as Arruelas Planas (16) e, em seguida, aperte com a Chave Sextavada (80).

FUNÇÕES DO CONSOLE

BOTÕES

MODO: Prima para seleccionar funções; mantenha premido para reiniciar todos os valores (Tempo, Contagem, Calorias).

SET: Prima para definir os valores-alvo (Tempo, Contagem, Calorias) quando não estiver no modo SCAN.

RESET: Prima para reiniciar os valores atuais (Tempo, Contagem, Calorias).

FUNÇÕES

SCAN: Prima MODE até aparecer «SCAN»; O visor irá percorrer automaticamente todas as funções: Tempo → Distância → Calorias → Contagem → Contagem total → Pulsação; Cada valor é apresentado durante aproximadamente 4 segundos.

TEMPO (00:00 – 99:59): Apresenta o tempo total do treino; prima MODE até aparecer «TIME»; prima SET para definir um tempo-alvo; o monitor irá parar automaticamente quando o tempo definido for atingido.

CONTAGEM (CNT 0-9999): Apresenta o número de remadas durante a sessão atual; Prima MODE até aparecer «CNT»; Prima SET para definir uma contagem alvo; O monitor irá parar automaticamente quando a meta for atingida.

TOTAL COUNT (TCNT 0-9999): Apresenta o número total de remadas (valor acumulado).

DISTÂNCIA (DIST 0,0 - 999,9): Apresenta a distância total; Prima MODE até aparecer «DIST»; Prima SET para definir uma distância-alvo; Soará um alerta quando a distância-alvo for atingida.

CALORIAS (kCAL 0,0 – 999,9): Apresenta as calorias queimadas estimadas; Prima MODE até aparecer «CAL»; Prima SET para definir uma meta de calorias; O monitor irá parar automaticamente quando a meta for atingida.

PULSO (se disponível): Apresenta a frequência cardíaca quando se utilizam sensores compatíveis.

NOTAS: Se o visor estiver fraco ou não for visível, substitua as pilhas; O monitor desliga-se automaticamente após cerca de 4 minutos de inatividade; O monitor liga-se automaticamente quando se inicia o exercício ou quando se pressiona um botão; O monitor começa a contar automaticamente durante o exercício e pára se não for detetado qualquer movimento durante cerca de 4 segundos.



OUTROS

APLICAÇÕES Esta consola pode ligar-se às aplicações Zwift e Kinomap no dispositivo inteligente através de Bluetooth.

1A - AJUSTE DA CORREIA DO PÉ Para ajustar a correia do pé, solte a extremidade de velcro do lado da malha e puxe a correia para cima e para a esquerda para a afrouxar. Depois de solta, ajuste a correia puxando-a para a direita. Para apertar, puxe a correia para cima, depois para a direita e para baixo, e fixe-a firmemente ao lado da malha.

2A - DESLOCAR A MÁQUINA Para deslocar a máquina, levante o tubo de suporte traseiro até que as rodas de transporte dianteiras toquem no chão. Uma vez posicionada, utilize as rodas para deslocar a máquina para o local pretendido.

3A - REGULAÇÃO DA RESISTÊNCIA Regule a resistência rodando o regulador (23): no sentido horário para aumentar a resistência, no sentido anti-horário para a diminuir.

4A - AJUSTE DO SUPORTE PARA OS PÉS Antes de utilizar, ajuste o suporte para os pés (56) de modo a ficar 3–5 mm acima do chão. Se a parte da frente da máquina se levantar durante a utilização, ajuste o suporte para os pés para 5–10 mm acima do chão.

5A - INSTRUÇÕES DE DOBRAR Para dobrar a máquina, segure o suporte traseiro com ambas as mãos e levante-o na direção da seta. Quando a guardar na vertical, encoste a máquina a uma parede ou a uma superfície estável e certifique-se de que fica posicionada num local seguro, longe do alcance das crianças, para evitar ferimentos.

INSTRUȚIUNI DE SIGURANȚĂ

1. Citiți cu atenție manualul de instrucțiuni înainte de utilizare.
2. Acest produs este destinat exclusiv utilizării casnice (Clasa HC); nu este adecvat pentru utilizare medicală sau comercială.
3. Greutatea maximă a utilizatorului: 120 kg.
4. Dispozitivul poate fi utilizat de o singură persoană la un moment dat.
5. Țineți copiii și animalele de companie la distanță de aparat.
6. Înainte de fiecare utilizare, verificați dacă toate componentele sunt fixate corespunzător și se află în stare bună.
7. Nu utilizați dispozitivul dacă este deteriorat – înlocuiți piesele defecte înainte de a-l folosi din nou.
8. Așezați dispozitivul pe o suprafață stabilă, plană și antiderapantă.
9. Asigurați-vă că există cel puțin 0,6 m de spațiu liber în jurul aparatului.
10. În timpul exercițiilor, țineți mâinile pe mâner și picioarele bine fixate în suporturile pentru picioare.
11. Nu introduceți mâinile sau alte părți ale corpului în componentele în mișcare.
12. Purtați îmbrăcăminte și încălțăminte sport adecvată și bine ajustată.
13. Nu utilizați dispozitivul sub influența alcoolului sau a drogurilor.
14. Dacă simțiți amețeli, dureri în piept sau orice alte simptome anormale, opriți-vă imediat din exerciții și consultați un medic.
15. Se recomandă consultarea unui medic înainte de a începe antrenamentul, în special în cazul unor afecțiuni medicale existente.

ASAMBLARE

1. Produsul trebuie asamblat de un adult.
2. Verificați dacă toate piesele sunt complete înainte de asamblare.
3. Asamblați dispozitivul conform instrucțiunilor, folosind unelte adecvate.
4. După asamblare, asigurați-vă că toate șuruburile și îmbinările sunt strânse corespunzător.
5. Aveți grijă în timpul asamblării – risc de rănire.

UTILIZARE ȘI ÎNTREȚINERE

1. Verificați periodic starea tehnică a dispozitivului (conexiuni, uzura pieselor).
2. Curățați dispozitivul cu o cârpă umedă – nu folosiți agenți de curățare agresivi.
3. Evitați pătrunderea lichidelor în dispozitiv.
4. Păstrați-l într-un loc uscat – umezeala poate provoca coroziune.



LISTA PIESELOR

NR.	DESCRIERE	CANT	NR.	DESCRIERE	CANT
1	Ansamblu cadru principal	1	42	Bucșă	2
2	Consolă	1	43	Roată de transport	2
3	Șurub autofiletant M4×10	2	44	Bloc de montare	1
4	Cablu senzor	2	45	Placă de montare a scaunului	2
5	Bloc de montare	1	46	Scaun	1
6	Șurub Phillips M5×12	2	47	Șurub cu cap hexagonal M8×35	2
7	Suport consolă	1	48	Șurub autofiletant	4
8	Șurub Phillips M6×32	1	49	Suport pentru sticlă	1
9	Șurub hexagonal M8×70	1	50	Bloc de oprire	1
10	Piuliță de blocare din nailon M8	8	51	Capac de închidere	2
11	Șurub Phillips M10×75	1	52	Mâner din spumă	2
12	Tub	2	53	Mâner	1
13	Scriptetă	1	54	Șurub hexagonal M12×140	2
14	Șaibă plată φ10	1	55 (stânga + dreapta)	Suporturi pentru picioare (stânga + dreapta)	1
15	Piuliță de blocare din nailon M10	1	56	Picior de nivelare	1
16	Șaibă plată φ8	16	57	Piuliță hexagonală M8	2
17	Șurub hexagonal M8×65L	1	58	Șurub hexagonal	1
18	Cadru cu rezistență magnetică	1	59	Ax pentru suportul pentru picioare	1
19	Arc	1	60	Stabilizator față	1
20	Șurub hexagonal M6×60	1	61	Șaibă plată Ø12	1
21	Piuliță hexagonală M6	2	62	Roată de transport	2
22	Șurub hexagonal M5×25	1	63	Piuliță hexagonală	5
23	Regulator de rezistență	1	64	Bloc de oprire din oțel	2
24	Curea	1	65	Axul volantului	1
25	Clemă C	1	67	Capac arc	1
26	Dop de cauciuc	1	68	Rulment 6201	2
27 (stânga + dreapta)	Capac lateral (stânga + dreapta)	1	69	Volant	1
28	Șurub autofiletant M4×20	11	70	Manșon ax volant	1
29	Șurub autofiletant M4,2×19	10	71	Cadru de rezistență magnetică	1
30	Șurub cu cap plat M8×24	4	72	Bloc de scripeti	1
31	Capac de capăt	1	73	Șurub Phillips M5×12	7
32	Capac de închidere	4	74 (stânga + dreapta)	Capac frontal (stânga + dreapta)	1 SET
33	Șurub hexagonal M8×16	17	75	Țeavă stabilizator față	1
34	Ansamblu șină	1	76	Piuliță hexagonală	2
35	Bloc de oprire	2	77	Regulator de rezistență	2
36	Șaibă plată Ø8	9	78	Placă de tragere	2
37	Ansamblu stabilizator spate	1	79	Piuliță de blocare din nailon M6	3
38	Bucșă	4	80	Cheie hexagonală S6	1
39	Roată	4	81	Cheie fixă 13–15	1
40	Bucșă	2	82	Cheie hexagonală S10	1
41	Ax fix	2			



INSTRUCȚIUNI DE ASAMBLARE

- 1** - Așezați ansamblul cadrului principal (A) pe o suprafață curată și plană pentru a preveni deteriorarea. Fixați stabilizatorul frontal (B) folosind șuruburi hexagonale (33), șaibe plate (16) și șaibe elastice (36), apoi strângeți cu cheia hexagonală (80). Instalați piciorul de nivelare (56) și fixați-l cu piulița hexagonală (57).
- 2** - Fixați capacele frontale (74L/R) pe stabilizatorul frontal (D). Fixați-le cu șuruburi Phillips (73), apoi strângeți-le cu șuruburi autofiletante (28).
- 3** - Fixați stabilizatorul frontal (D) la ansamblul cadrului principal (A) folosind șuruburile cu trepte (30) și strângeți-le cu cheia hexagonală (80). Instalați axul suportului pentru picioare (59) folosind șurubul hexagonal (58) și piulița hexagonală (57), apoi strângeți-le cu cheia hexagonală (80) și cheia fixă (81).
- 4** - Fixați suporturile pentru picioare (55L/R) folosind șuruburile hexagonale (54) și strângeți-le cu cheia hexagonală (82). Montați suportul consolei (7) pe blocul de fixare (5) și fixați-l cu șurubul cruciform (8) și piulița de blocare din nailon (79). Fixați consola (2) folosind șurubul (6), apoi conectați cablul senzorului (4).
- 5** - Glisați căruciorul scaunului (I) în ansamblul șinei (H), asigurându-vă că orientarea este corectă.
- 6** - Fixați ansamblul stabilizatorului spate (K) de ansamblul șinei (H) folosind șuruburile cu cap în trepte (30), șuruburile hexagonale (33), șaibe elastice (36) și șaibe plate (16), apoi strângeți cu cheia hexagonală (80). Fixați scaunul (46) la căruciorul scaunului (I) folosind șuruburile hexagonale (33), asigurându-vă că orientarea este corectă.
- 7** - Introduceți ansamblul șinei (H) în ansamblul cadrului principal (A). Fixați-l folosind șuruburile hexagonale (33), șaibe cu arc (36) și șaibe plate (16), apoi strângeți cu cheia hexagonală (80).

FUNCȚIILE CONSOLEI

BUTOANE

MOD: Apăsați pentru a selecta funcțiile; țineți apăsat pentru a reseta toate valorile (Timp, Număr, Calorii).

SET: Apăsați pentru a seta valorile țintă (Timp, Număr, Calorii) când nu vă aflați în modul SCAN.

RESET: Apăsați pentru a reseta valorile curente (Timp, Număr, Calorii).

FUNCTII

SCAN: Apăsați MODE până când apare „SCAN”; Afișajul va parcurge automat toate funcțiile: Timp → Distanță → Calorii → Număr → Număr total → Puls; Fiecare valoare este afișată timp de aprox. 4 secunde.

TIME (00:00 – 99:59): Afișează durata totală a antrenamentului; Apăsați butonul MODE până când apare „TIME”; Apăsați butonul SET pentru a seta o durată țintă; Monitorul se va opri automat la atingerea duratei setate.

COUNT (CNT 0-9999): Afișează numărul de bătăi din sesiunea curentă; Apăsați MODE până când apare „CNT”; Apăsați SET pentru a seta un număr țintă; Monitorul se va opri automat când se atinge ținta.

TOTAL COUNT (TCNT 0-9999): Afișează numărul total de vâsliri (valoare cumulativă).

DISTANȚĂ (DIST 0,0–999,9): Afișează distanța totală; Apăsați butonul MODE până când apare „DIST”; Apăsați butonul SET pentru a seta o distanță țintă; Se va auzi un semnal sonor când se atinge distanța țintă.

CALORII (kCAL 0,0 – 999,9): Afișează estimarea caloriilor arse; Apăsați MODE până când apare „CAL”; Apăsați SET pentru a seta o țintă de calorii; Monitorul se va opri automat când ținta este atinsă.

PULSE (dacă este disponibil): Afișează ritmul cardiac atunci când se utilizează senzori compatibili.

NOTĂ: Dacă afișajul este slab sau nu se vede, înlocuiți bateriile; Monitorul se va opri automat după aproximativ 4 minute de inactivitate; Monitorul se pornește automat la începerea exercițiului sau la apăsarea unui buton; Monitorul începe să numere automat în timpul exercițiului și se oprește dacă nu se detectează nicio mișcare timp de aproximativ 4 secunde.

ALTE ↓

APLICAȚII Această consolă se poate conecta la aplicațiile Zwift și Kinomap de pe dispozitivul inteligent prin Bluetooth.

1A - REGLAREA CURELEI PENTRU PICIOARE Pentru a regla cureaua pentru picioare, detașați capătul cu Velcro de partea cu plasă și trageți cureaua în sus și spre stânga pentru a o slăbi. Odată eliberată, reglați cureaua trăgând-o spre dreapta. Pentru a o strânge, trageți cureaua în sus, apoi spre dreapta și în jos, și fixați-o ferm de partea cu plasă.

2A - DEPLASAREA APARATULUI Pentru a deplasa aparatul, ridicați tubul de susținere din spate până când roțile de transport din față ating podeaua. Odată ajuns în poziție, folosiți roțile pentru a deplasa aparatul în locul dorit.

3A - REGLAREA REZISTENȚEI Reglați rezistența rotind regulatorul (23): în sensul acelor de ceasornic pentru a crește rezistența, în sens invers acelor de ceasornic pentru a o reduce.

4A - REGLAREA TALPII DE SPRIJIN Înainte de utilizare, reglați talpa de sprijin (56) astfel încât să se afle la 3–5 mm deasupra podelei. Dacă partea din față a aparatului se ridică în timpul utilizării, reglați talpa de sprijin la 5–10 mm deasupra podelei.

5A - INSTRUCȚIUNI DE PLIERE Pentru a plia aparatul, apucați suportul din spate cu ambele mâini și ridicați-l în direcția săgeții. Când îl depozitați în poziție verticală, așezați aparatul lângă un perete sau pe o suprafață stabilă și asigurați-vă că este amplasat într-un loc sigur, departe de copii, pentru a preveni accidentele.

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

1. Pred použitím si pozorne prečítajte návod na použitie.
2. Tento výrobok je určený výhradne na domáce použitie (trieda HC); nie je vhodný na lekárske ani komerčné použitie.
3. Maximálna hmotnosť používateľa: 120 kg.
4. Zariadenie môže používať vždy len jedna osoba.
5. Udržujte deti a domáce zvieratá v dostatočnej vzdialenosti od zariadenia.
6. Pred každým použitím skontrolujte, či sú všetky súčasti riadne upevnené a v dobrom stave.
7. Zariadenie nepoužívajte, ak je poškodené – pred ďalším používaním vymeňte poškodené časti.
8. Zariadenie umiestnite na stabilný, rovný a neklzký povrch.
9. Zabezpečte voľný priestor aspoň 0,6 m okolo zariadenia.
10. Počas cvičenia držte ruky na rukoväti a nohy riadne zaistené v opierkach na nohy.
11. Nevkladajte ruky ani iné časti tela do pohybujúcich sa častí.
12. Noste vhodné, dobre padnúce športové oblečenie a obuv.
13. Zariadenie nepoužívajte pod vplyvom alkoholu alebo drog.
14. Ak pocítite závraty, bolesť na hrudi alebo akékoľvek iné neobvyklé príznaky, okamžite prestaňte cvičiť a poraďte sa s lekárom.
15. Pred začatím tréningu sa odporúča poradiť sa s lekárom, najmä v prípade existujúcich zdravotných problémov.

MONTÁŽ

1. Produkt by mal montovať dospelý.
2. Pred montážou skontrolujte, či sú všetky diely kompletne.
3. Zariadenie zmontujte podľa návodu pomocou vhodného náradia.
4. Po montáži sa uistite, že sú všetky skrutky a spoje riadne dotiahnuté.
5. Pri montáži postupujte opatrne – hrozí nebezpečenstvo poranenia.

POUŽÍVANIE A ÚDRŽBA

1. Pravidelne kontrolujte technický stav zariadenia (spojenia, opotrebenie dielov).
2. Zariadenie čistite vlhkou handričkou – nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky.
3. Zabráňte vniknutiu tekutín do zariadenia.
4. Skladujte na suchom mieste – vlhkosť môže spôsobiť koróziu.

ZOZNAM DIELOV

Č.	POPIS	MNOŽSTVO	Č.	POPIS	MNOŽSTVO
1	Hlavný rám	1	42	Puzdro	2
2	Konzola	1	43	Prepravné koliesko	2
3	Samorezný skrutka M4×10	2	44	Montážny blok	1
4	Kábel snímača	2	45	Montážna doska sedadla	2
5	Montážny blok	1	46	Sedadlo	1
6	Krížová skrutka M5×12	2	47	Šesťhranná skrutka M8×35	2
7	Konzolový držiak	1	48	Samovrtný skrutka	4
8	Krížová skrutka M6×32	1	49	Držiak na fľašu	1
9	Šesťhranná skrutka M8×70	1	50	Zarážka	1
10	Nylonová poistná matica M8	8	51	Koncovka	2
11	Krížová skrutka M10×75	1	52	Penová rukoväť	2
12	Trubica	2	53	Rukoväť	1
13	Kladka	1	54	Šesťhranná skrutka M12×140	2
14	Plochá podložka φ10	1	55 (L+R)	Opierky nôh (ľavá + pravá)	1
15	Nylonová poistná matica M10	1	56	Vyrovňavacia nožička	1
16	Plochá podložka φ8	16	57	Šesťhranná matica M8	2
17	Šesťhranná skrutka M8×65L	1	58	Šesťhranná skrutka	1
18	Rám s magnetickým odporom	1	59	Osa opierky nôh	1
19	Pružina	1	60	Predný stabilizátor	1
20	Šesťhranná skrutka M6×60	1	61	Plochá podložka Ø12	1
21	Šesťhranná matica M6	2	62	Prepravné koliesko	2
22	Šesťhranná skrutka M5×25	1	63	Šesťhranná matica	5
23	Nastavovač odporu	1	64	Oceľový dorazový blok	2
24	Pás	1	65	Osa zotrvačníka	1
25	C-spona	1	67	Kryt pružiny	1
26	Gumená zátk	1	68	Ložisko 6201	2
27 (L+R)	Bočný kryt (ľavý + pravý)	1	69	Zotrvačník	1
28	Samorezný skrutka M4×20	11	70	Puzdro hriadeľa zotrvačníka	1
29	Samovrtný skrutka M4,2×19	10	71	Rám s magnetickým odporom	1
30	Krokový skrutka M8×24	4	72	Kladkostroj	1
31	Koncovka	1	73	Krížová skrutka M5×12	7
32	Koncovka	4	74 (L+R)	Predný kryt (ľavý + pravý)	1 SADA
33	Šesťhranná skrutka M8×16	17	75	Predná stabilizačná rúrka	1
34	Súprava kofajnice	1	76	Šesťhranná matica	2
35	Zarážka	2	77	Nastavovač odporu	2
36	Plochá podložka Ø8	9	78	Ťahová doska	2
37	Zadná stabilizačná zostava	1	79	Nylonová poistná matica M6	3
38	Puzdro	4	80	Imbusový kľúč S6	1
39	Koleso	4	81	Nastaviteľný kľúč 13–15	1
40	Puzdro	2	82	Imbusový kľúč S10	1
41	Pevná os	2			



NÁVOD NA MONTÁŽ

- 1** - Umiestnite hlavný rám (A) na čistú, rovnú plochu, aby nedošlo k jeho poškodeniu. Pripevnite predný stabilizátor (B) pomocou šesťhranných skrutiek (33), plochých podložiek (16) a pružných podložiek (36) a následne dotiahnite šesťhranným kľúčom (80). Namontujte vyrovnávaciu nohu (56) a zaistíte ju šesťhrannou maticou (57).
- 2** - Pripevnite predné kryty (74L/R) k prednému stabilizátoru (D). Upevnite ich pomocou krížových skrutiek (73) a následne dotiahnite samoreznými skrutkami (28).
- 3** - Pripevnite predný stabilizátor (D) k hlavnej konštrukcii rámu (A) pomocou stupňovitých skrutiek (30) a utiahnite ich imbusovým kľúčom (80). Namontujte os opierky nôh (59) pomocou imbusovej skrutky (58) a imbusovej matice (57), potom utiahnite imbusovým kľúčom (80) a otvoreným kľúčom (81).
- 4** - Pripevnite opierky nôh (55L/R) pomocou šesťhranných skrutiek (54) a dotiahnite ich šesťhranným kľúčom (82). Namontujte držiak konzoly (7) na montážny blok (5) a zaistíte ju krížovou skrutkou (8) a nylonovou poistnou maticou (79). Pripevnite konzolu (2) pomocou skrutky (6), potom pripojte kábel snímača (4).
- 5** - Zasuňte vozík sedadla (I) do zostavy koľajnice (H) a dajte pozor na správnu orientáciu.
- 6** - Pripevnite zostavu zadného stabilizátora (K) k zostave koľajnice (H) pomocou stupňovitých skrutiek (30), imbusových skrutiek (33), pružných podložiek (36) a plochých podložiek (16) a následne dotiahnite imbusovým kľúčom (80). Pripevnite sedadlo (46) k nosiču sedadla (I) pomocou šesťhranných skrutiek (33) a dbajte na správnu orientáciu.
- 7** - Vložte zostavu koľajnice (H) do zostavy hlavného rámu (A). Zaistíte ju pomocou šesťhranných skrutiek (33), pružných podložiek (36) a plochých podložiek (16) a potom dotiahnite šesťhranným kľúčom (80).

FUNKCIE KONZOLY

TLAČIDLÁ

REŽIM: Stlačením vyberiete funkcie; podržaním tlačidla vynulujete všetky hodnoty (čas, počet, kalórie).

SET: Stlačte pre nastavenie cieľových hodnôt (čas, počet, kalórie), ak nie ste v režime SCAN.

RESET: Stlačte pre vynulovanie aktuálnych hodnôt (čas, počet, kalórie).

FUNKCIE

SCAN: Stlačte tlačidlo MODE, kým sa nezobrazí „SCAN“; Displej automaticky prejde všetkými funkciami: Čas → Vzdialenosť → Kalórie → Počet → Celkový počet → Pulz; Každá hodnota sa zobrazuje približne 4 sekundy.

ČAS (00:00 – 99:59): Zobrazuje celkový čas tréningu; Stlačte tlačidlo MODE, kým sa nezobrazí „TIME“; Stlačte tlačidlo SET na nastavenie cieľového času; Monitor sa automaticky zastaví po dosiahnutí nastaveného času.

COUNT (CNT 0–9999): Zobrazuje počet záberov počas aktuálnej relácie; Stlačte tlačidlo MODE, kým sa nezobrazí „CNT“; Stlačte tlačidlo SET na nastavenie cieľového počtu; Monitor sa automaticky zastaví po dosiahnutí cieľa.

TOTAL COUNT (TCNT 0–9999): Zobrazuje celkový počet záberov (kumulatívna hodnota).

VZDIALENOSŤ (DIST 0,0 – 999,9): Zobrazuje celkovú vzdialenosť; Stlačte tlačidlo MODE, kým sa nezobrazí „DIST“; Stlačte tlačidlo SET na nastavenie cieľovej vzdialenosti; Po dosiahnutí cieľovej vzdialenosti zaznie zvukový signál.

KALÓRIE (kCAL 0,0 – 999,9): Zobrazuje odhadovaný počet spálených kalórií; Stlačte tlačidlo MODE, kým sa nezobrazí „CAL“; Stlačte tlačidlo SET na nastavenie cieľového počtu kalórií; Monitor sa automaticky zastaví, keď sa dosiahne cieľ.

PULSE (ak je k dispozícii): Zobrazuje srdcovú frekvenciu pri použití kompatibilných senzorov.

POZNÁMKY: Ak je displej slabý alebo neviditeľný, vymeňte batérie; Monitor sa automaticky vypne po cca 4 minútach nečinnosti; Monitor sa automaticky zapne pri začatí cvičenia alebo stlačením tlačidla; Monitor začne automaticky merať počas cvičenia a zastaví sa, ak sa približne 4 sekundy nezaznamená žiadny pohyb.



ĎALŠIE

APLIKÁCIE Táto konzola sa môže pripojiť k aplikáciám Zwift a Kinomap na inteligentnom zariadení prostredníctvom Bluetooth.

1A – NASTAVENIE POPRUHU NA NOHU Na nastavenie popruhu na nohu odopnite koniec suchého zipsu zo sieťovanej strany a potiahnite popruh nahor a doľava, aby sa uvoľnil. Po uvoľnení nastavte popruh potiahnutím doprava. Na utiahnutie potiahnite popruh nahor, potom doprava a nadol a pevne ho pripevnite k sieťovanej strane.

2A – PRESUN STROJA Ak chcete stroj presunúť, zdvihnite zadnú opornú rúrku, až sa predné transportné kolieska dotknú podlahy. Akonáhle je stroj v požadovanej polohe, presuňte ho pomocou koliesok na požadované miesto.

3A – NASTAVENIE ODPORU Nastavte odpor otočením regulátora (23): v smere hodinových ručičiek na zvýšenie odporu, proti smeru hodinových ručičiek na jeho zníženie.

4A – NASTAVENIE PODLOŽKY NA NOHY Pred použitím nastavte podložku na nohy (56) tak, aby bola 3–5 mm nad podlahou. Ak sa predná časť stroja počas používania zdvihne, nastavte podložku na nohy na 5–10 mm nad podlahou.

5A – NÁVOD NA SKLADANIE Ak chcete stroj zložiť, uchopte zadnú oporu oboma rukami a zdvihnite ju v smere šípky. Pri vertikálnom uskladnení umiestnite stroj k stene alebo na stabilný povrch a dajte pozor, aby bol umiestnený mimo dosahu detí, aby nedošlo k úrazu.

VARNOSTNA NAVODILA

1. Pred uporabo pazljivo preberite navodila za uporabo.
2. Ta izdelek je namenjen izključno za domačo uporabo (razred HC); ni primeren za medicinsko ali komercialno uporabo.
3. Največja teža uporabnika: 120 kg.
4. Napravo lahko uporablja le ena oseba naenkrat.
5. Otroke in hišne živali držite stran od naprave.
6. Pred vsako uporabo preverite, ali so vsi sestavni deli pravilno pritrjeni in v dobrem stanju.
7. Naprave ne uporabljajte, če je poškodovana – pred nadaljnjo uporabo zamenjajte poškodovane dele.
8. Napravo postavite na stabilno, ravno in protizdrsko površino.
9. Zagotovite vsaj 0,6 m prostega prostora okoli naprave.
10. Med vadbo držite roke na ročaju, noge pa naj bodo pravilno pritrjene v opore za noge.
11. Ne vstavljajte rok ali drugih delov telesa v gibljive dele.
12. Nosite ustrezna, dobro prilegajoča športna oblačila in obutev.
13. Naprave ne uporabljajte pod vplivom alkohola ali drog.
14. Če se pojavijo omotičnost, bolečine v prsih ali kateri koli drugi neobičajni simptomi, takoj prenehajte z vadbo in se posvetujte z zdravnikom.
15. Priporočljivo je, da se pred začetkom vadbe posvetujete z zdravnikom, še posebej v primeru obstoječih zdravstvenih težav.

MONTAŽA

1. Izdelek mora sestaviti odrasla oseba.
2. Pred sestavo preverite, ali so vsi deli prisotni.
3. Napravo sestavite v skladu z navodili in z ustreznim orodjem.
4. Po sestavi preverite, ali so vsi vijaki in spoji pravilno priviti.
5. Pri sestavljanju bodite previdni – nevarnost poškodb.

UPORABA IN VZDRŽEVANJE

1. Redno preverjajte tehnično stanje naprave (priključke, obrabo delov).
2. Napravo očistite z vlažno krpo – ne uporabljajte agresivnih čistil.
3. Preprečite vdor tekočin v napravo.
4. Shranjujte na suhem mestu – vlaga lahko povzroči korozijo.



SEZNAM DELOV

ŠT.	OPIS	KOLIČINA	ŠT.	OPIS	KOLIČINA
1	Sklop glavnega okvira	1	42	Vložek	2
2	Konzola	1	43	Transportno kolo	2
3	Samorezni vijak M4×10	2	44	Montažni blok	1
4	Kabel senzorja	2	45	Plošča za pritrditev sedeža	2
5	Pritrdilni blok	1	46	Sedež	1
6	Phillips vijak M5×12	2	47	Vijak z notranjim šestkotnim ključem M8×35	2
7	Nosilec konzole	1	48	Samovrtalni vijak	4
8	Vijak Phillips M6×32	1	49	Nosilec za steklenico	1
9	Šestkotni vijak M8×70	1	50	Zaporni blok	1
10	Najlonska zaklepna matica M8	8	51	Zadnji pokrovček	2
11	Vijak Phillips M10×75	1	52	Penasti ročaj	2
12	Cev	2	53	Ročaj	1
13	Škripec	1	54	Šestkotni vijak M12×140	2
14	Ploščata podložka φ10	1	55 (L+R)	Stopalke (levo + desno)	1
15	Najlonska matica M10	1	56	Nastavljiva noga	1
16	Ploščata podložka φ8	16	57	Šestkotna matica M8	2
17	Šestkotni vijak M8×65L	1	58	Šestkotni vijak	1
18	Okvir z magnetnim uporom	1	59	Os za oporo za noge	1
19	Vzmet	1	60	Sprednji stabilizator	1
20	Šestkotni vijak M6×60	1	61	Ploščata podložka Ø12	1
21	Šestkotna matica M6	2	62	Transportno kolo	2
22	Šestkotni vijak M5×25	1	63	Šestkotna matica	5
23	Nastavnik upora	1	64	Jekleni zatič	2
24	Pas	1	65	Os letečega kolesa	1
25	C-sponka	1	67	Pokrov vzmeti	1
26	Gumijasti zamašek	1	68	Ležaj 6201	2
27 (L+R)	Stranski pokrov (levi + desni)	1	69	Vztrajnik	1
28	Samorezni vijak M4×20	11	70	Vložek osi vztrajnika	1
29	Samovrtalni vijak M4,2×19	10	71	Okvir z magnetnim upornikom	1
30	Vijak za stopnico M8×24	4	72	Sklop koles	1
31	Končna zapora	1	73	Vijak Phillips M5×12	7
32	Zadnji pokrovček	4	74 (L+R)	Sprednji pokrov (levi + desni)	1 KOMPLET
33	Šestkotni vijak M8×16	17	75	Sprednja stabilizatorska cev	1
34	Sklop vodila	1	76	Šestkotna matica	2
35	Zaporni blok	2	77	Nastavitev upora	2
36	Ploščata podložka Ø8	9	78	Vlečna plošča	2
37	Sklop zadnjega stabilizatorja	1	79	Najlonska varovalna matica M6	3
38	Vložek	4	80	Šestkotni ključ S6	1
39	Kolo	4	81	Odpri ključ 13–15	1
40	Vložek	2	82	Šestkotni ključ S10	1
41	Fiksna os	2			



NAVODILA ZA MONTAŽO

- 1** - Glavni okvir (A) postavite na čisto, ravno površino, da se ne poškoduje. Sprednji stabilizator (B) pritrdite s šestkotnimi vijaki (33), ploščatimi podložkami (16) in vzmetnimi podložkami (36), nato pa ga zategnite s ključem za šestkotne vijake (80). Namestite izravnalno nogo (56) in jo pritrdite s šestkotno matico (57).
- 2** - Sprednja pokrova (74L/R) pritrdite na sprednji stabilizator (D). Najprej ju pritrdite s križnimi vijaki (73), nato pa z vijaki za samorezanje (28).
- 3** - Sprednji stabilizator (D) pritrdite na glavni okvir (A) s pomočjo stopničastih vijakov (30) in jih zategnite s ključem za šestkotne vijake (80). Namestite os za oporo za noge (59) s pomočjo šesterokotnega vijaka (58) in šesterokotne matice (57), nato pa jo zategnite s ključem za šestkotne vijake (80) in ključem z odprtim koncem (81).
- 4** - Priključite opore za noge (55L/R) s pomočjo šestkotnih vijakov (54) in jih privijte s ključem za šestkotne vijake (82). Namestite nosilec konzole (7) na pritrdilni blok (5) in ga pritrdite s križnim vijakom (8) ter najlonsko varovalno matico (79). Priključite konzolo (2) z vijakom (6), nato pa priključite senzorski kabel (4).
- 5** - Vstavite nosilec sedeža (I) v vodilni sklop (H) in poskrbite za pravilno usmeritev.
- 6** - Z vijaki s stopničastim glavo (30), šestkotnimi vijaki (33), vzmetnimi podložkami (36) in ravnimi podložkami (16) pritrdite sklop zadnjega stabilizatorja (K) na sklop vodila (H), nato pa vijake privijte s ključem za šestkotne vijake (80). Sedež (46) pritrdite na nosilec sedeža (I) s pomočjo šestkotnih vijakov (33) in pri tem pazite na pravilno usmeritev.
- 7** - Vstavite sklop vodil (H) v sklop glavnega okvira (A). Priključite ga s pomočjo šestkotnih vijakov (33), vzmetnih podložk (36) in ravnih podložk (16), nato pa ga zategnite s ključem za šestkotne vijake (80).

FUNKCIJE KONSOLE

GUMBI

NAČIN: Pritisnite za izbiro funkcij; pritisnite in držite, da ponastavite vse vrednosti (čas, število, kalorije).

SET: Pritisnite za nastavitve ciljnih vrednosti (čas, število, kalorije), ko niste v načinu SCAN.

RESET: Pritisnite za ponastavitev trenutnih vrednosti (čas, število, kalorije).

FUNKCIJE

SCAN: Pritisnite MODE, dokler se ne prikaže »SCAN«; zaslon bo samodejno preklapljal med vsemi funkcijami: čas → razdalja → kalorije → število → skupno število → srčni utrip; vsaka vrednost se prikaže za približno 4 sekunde.

ČAS (00:00 – 99:59): Prikaže skupni čas vadbe; pritisnite tipko MODE, dokler se ne prikaže »TIME«; pritisnite tipko SET, da nastavite želeni čas; monitor se bo samodejno ustavil, ko bo dosežen nastavljeni čas.

COUNT (CNT 0–9999): Prikaže število zaveslajev med trenutno vadbo; pritisnite MODE, dokler se ne prikaže »CNT«; pritisnite SET, da nastavite ciljno število; monitor se bo samodejno ustavil, ko bo dosežen cilj.

TOTAL COUNT (TCNT 0–9999): Prikaže skupno število zaveslajev (kumulativna vrednost).

RAZDALJA (DIST 0,0–999,9): Prikaže skupno prevoženo razdaljo; pritisnite tipko MODE, dokler se ne prikaže »DIST«; pritisnite tipko SET, da nastavite ciljno razdaljo; ko dosežete ciljno razdaljo, se oglasi zvočni signal.

KALORIJE (kCAL 0,0 – 999,9): Prikaže ocenjeno število porabljenih kalorij; pritisnite MODE, dokler se ne prikaže »CAL«; pritisnite SET, da nastavite ciljno število kalorij; monitor se bo samodejno ustavil, ko bo cilj dosežen.

PULSE (če je na voljo): Prikaže srčni utrip pri uporabi združljivih senzorjev.

OPOMBE: Če je prikaz slabo viden ali ga ni videti, zamenjajte baterije; Monitor se samodejno izklopi po približno 4 minutah nedejavnosti; Monitor se samodejno vklopi ob začetku vadbe ali ob pritisku na gumb; Monitor samodejno začne šteti med vadbo in se ustavi, če približno 4 sekunde ne zazna gibanja.



DRUGO

APLIKACIJE Ta konzola se lahko prek Bluetootha poveže z aplikacijama Zwift in Kinomap na pametni napravi.

1A – NASTAVITEV PASU ZA STOPALA Za nastavitve pasu za stopala odlepите konec z velcro trakom od mrežaste strani in potegnite pas navzgor in v levo, da ga popustite. Ko se sprost, nastavite pas tako, da ga potegneta v desno. Za zategnitev potegnite pas navzgor, nato v desno in navzdol ter ga trdno pritrdite na mrežasto stran.

2A – PREMIKANJE NAPRAVE Za premikanje naprave dvignite zadnjo nosilno cev, dokler se sprednja transportna kolesa ne dotaknejo tal. Ko je naprava v ustreznem položaju, jo s pomočjo koles premaknite na želeno mesto.

3A – NASTAVITEV ODPORA Odpor nastavite z vrtenjem regulatorja (23): v smeri urinega kazalca za povečanje odpora, v nasprotni smeri urinega kazalca za zmanjšanje odpora.

4A – NASTAVITEV STOPALNE PODLAGE Pred uporabo nastavite stopalno podlago (56) tako, da je 3–5 mm nad tlemi. Če se sprednji del naprave med uporabo dvigne, nastavite stopalno podlago na 5–10 mm nad tlemi.

5A – NAVODILA ZA ZLOŽITEV Za zložitev naprave z obema rokama primite zadnjo oporo in jo dvignite v smeri puščice. Pri navpičnem shranjevanju napravo postavite ob steno ali na stabilno površino ter poskrbite, da je varno oddaljena od otrok, da se prepreči poškodbe.

SÄKERHETSANVISNINGAR

1. Läs bruksanvisningen noggrant före användning.
2. Denna produkt är endast avsedd för hemmabruk (klass HC); den är inte lämplig för medicinskt eller kommersiellt bruk.
3. Maximal användarvikt: 120 kg.
4. Enheten får endast användas av en person åt gången.
5. Håll barn och husdjur borta från enheten.
6. Kontrollera före varje användning att alla delar sitter ordentligt fast och är i gott skick.
7. Använd inte enheten om den är skadad – byt ut defekta delar innan du använder den igen.
8. Placera enheten på en stabil, plan och halkfri yta.
9. Se till att det finns minst 0,6 m fritt utrymme runt enheten.
10. Håll händerna på handtagen och fötterna ordentligt fastspända i fotstöden under träningen.
11. Placera inte händer eller andra kroppsdelar i rörliga delar.
12. Använd lämpliga, välsittande sportkläder och skor.
13. Använd inte enheten om du är påverkad av alkohol eller droger.
14. Om du känner yrsel, bröstsmärtor eller andra onormala symtom, avbryt träningen omedelbart och uppsök läkare.
15. Det rekommenderas att du konsulterar en läkare innan du börjar träna, särskilt om du har befintliga hälsoproblem.

MONTERING

1. Produkten ska monteras av en vuxen.
2. Kontrollera att alla delar finns med innan montering.
3. Montera enheten enligt anvisningarna med lämpliga verktyg.
4. Kontrollera efter monteringen att alla skruvar och anslutningar är ordentligt åtdragna.
5. Var försiktig vid montering – risk för skador.

ANVÄNDNING OCH UNDERHÅLL

1. Kontrollera regelbundet enhetens tekniska skick (anslutningar, slitage på delar).
2. Rengör enheten med en fuktig trasa – använd inte starka rengöringsmedel.
3. Se till att inga vätskor tränger in i enheten.
4. Förvara på en torr plats – fukt kan orsaka korrosion.

DELFÖRTECKNING

NR	BESKRIVNING	ANTAL	NR	BESKRIVNING	ANTAL
1	Huvudram	1	42	Bussning	2
2	Konsol	1	43	Transporthjul	2
3	Självgående skruv M4×10	2	44	Monteringsblock	1
4	Sensorkabel	2	45	Sätesmonteringsplatta	2
5	Monteringsblock	1	46	Sadel	1
6	Korsskruv M5×12	2	47	Insexskruv M8×35	2
7	Konsolfäste	1	48	Självbörande skruv	4
8	Korsskruv M6×32	1	49	Flaskhållare	1
9	Sexkantskruv M8×70	1	50	Stoppblock	1
10	Nylonlås-mutter M8	8	51	Ändlock	2
11	Korsskruv M10×75	1	52	Skumgrepp	2
12	Rör	2	53	Handtag	1
13	Remskiva	1	54	Sexkantskruv M12×140	2
14	Plattbricka Ø10	1	55 (V+H)	Fotstöd (vänster + höger)	1
15	Lås-mutter i nylon M10	1	56	Justerbar fot	1
16	Platt bricka Ø8	16	57	Sexkantsmutter M8	2
17	Sexkantskruv M8×65L	1	58	Sexkantskruv	1
18	Magnetisk motståndsräm	1	59	Fotstöds-axel	1
19	Fjäder	1	60	Framstabilisator	1
20	Sexkantskruv M6×60	1	61	Plattbricka Ø12	1
21	Sexkantsmutter M6	2	62	Transporthjul	2
22	Sexkantskruv M5×25	1	63	Sexkantsmutter	5
23	Motståndsjusterare	1	64	Stoppblock i stål	2
24	Rem	1	65	Svänghjul-saxel	1
25	C-klämma	1	67	Fjäderhölje	1
26	Gummipropp	1	68	Lager 6201	2
27 (V+H)	Sidokåpa (vänster + höger)	1	69	Svänghjul	1
28	Självgående skruv M4×20	11	70	Svänghjul-saxelhylsa	1
29	Självbörande skruv M4,2×19	10	71	Magnetisk motståndsräm	1
30	Stegbult M8×24	4	72	Block	1
31	Ändlock	1	73	Korsskruv M5×12	7
32	Ändlock	4	74 (V+H)	Frontlock (vänster + höger)	1 SET
33	Sexkantskruv M8×16	17	75	Framre stabilisatorrör	1
34	Skenmontering	1	76	Sexkantsmutter	2
35	Stoppblock	2	77	Motståndsjusterare	2
36	Platt bricka Ø8	9	78	Dragplatta	2
37	Bakre stabilisator	1	79	Lås-mutter i nylon M6	3
38	Bussning	4	80	Insexnyckel S6	1
39	Hjul	4	81	Skiftnyckel 13–15	1
40	Bussning	2	82	Insexnyckel S10	1
41	Fast axel	2			

MONTERINGSANVISNING

- 1** - Placera huvudramen (A) på en ren, plan yta för att undvika skador. Fäst den främre stabilisatorn (B) med sexkantskruvar (33), platta brickor (16) och fjäderbrickor (36) och dra sedan åt med insexnyckeln (80). Montera nivelleringsfoten (56) och fäst den med sexkantsmuttern (57).
- 2** - Fäst de främre kåporna (74L/R) på den främre stabilisatorn (D). Fäst dem med krysskruvar (73) och dra sedan åt med självgående skruvar (28).
- 3** - Fäst den främre stabilisatorn (D) på huvudramen (A) med hjälp av stegskruvarna (30) och dra åt med insexnyckeln (80). Montera fotstödsaxel (59) med hjälp av insexbulten (58) och insexmuttern (57), dra sedan åt med insexnyckeln (80) och skiftnyckeln (81).
- 4** - Fäst fotstöden (55L/R) med sexkantskruvarna (54) och dra åt dem med insexnyckeln (82). Montera konsolfästet (7) på monteringsblocket (5) och fäst den med krysskruven (8) och låsmuttern i nylon (79). Fäst konsolen (2) med skruven (6) och anslut sedan sensorkabeln (4).
- 5** - Skjut in sätessvagnen (I) i skenan (H) och se till att den är riktad rätt.
- 6** - Fäst den bakre stabilisatornheten (K) på skenenheten (H) med hjälp av stegskruvarna (30), sexkantskruvarna (33), fjäderbrickorna (36) och de plana brickorna (16), och dra sedan åt med insexnyckeln (80). Fäst sätet (46) på sätessvagnen (I) med sexkantskruvarna (33) och se till att riktningen är korrekt.
- 7** - För in skenan (H) i huvudramen (A). Fäst den med sexkantskruvar (33), fjäderbrickor (36) och platta brickor (16) och dra sedan åt med insexnyckeln (80).

KONSOLFUNKTIONER

KNAPPAR

LÄGE: Tryck för att välja funktioner; håll intryckt för att återställa alla värden (tid, antal, kalorier).

SET: Tryck för att ställa in målvärden (tid, antal, kalorier) när du inte är i SCAN-läge.

RESET: Tryck för att återställa aktuella värden (tid, antal, kalorier).

FUNKTIONER

SCAN: Tryck på MODE tills "SCAN" visas; Displayen bläddrar automatiskt igenom alla funktioner: Tid → Distans → Kalorier → Antal → Totalt antal → Puls; Varje värde visas i ca 4 sekunder.

TID (00:00–99:59): Visar den totala träningstiden; Tryck på MODE tills "TIME" visas; Tryck på SET för att ställa in en måltid; Monitorn stannar automatiskt när den inställda tiden har nåtts.

COUNT (CNT 0–9999): Visar antalet tag under den aktuella sessionen; Tryck på MODE tills "CNT" visas; Tryck på SET för att ställa in ett målvärde; Monitorn stannar automatiskt när målet nås.

TOTAL COUNT (TCNT 0–9999): Visar det totala antalet tag (ackumulerat värde).

AVSTÅND (DIST 0,0–999,9): Visar den totala sträckan; Tryck på MODE tills "DIST" visas; Tryck på SET för att ställa in ett avståndsmål; En signal hörs när avståndsmålet har uppnåtts.

KALORIER (kCAL 0,0 – 999,9): Visar uppskattad kaloriförbrukning; Tryck på MODE tills "CAL" visas; Tryck på SET för att ställa in ett kalorigsmål; Monitorn stannar automatiskt när målet nås.

PULSE (om tillgängligt): Visar hjärtfrekvensen när kompatibla sensorer används.

ANMÄRKNINGAR: Om displayen är svag eller inte syns ska du byta batterierna; Monitorn stängs av automatiskt efter cirka 4 minuters inaktivitet; Monitorn slås på automatiskt när du börjar träna eller när du trycker på en knapp; Monitorn börjar räkna automatiskt under träningen och stannar om ingen rörelse registreras under cirka 4 sekunder.

ÖVRIGT

APPAR Denna konsol kan ansluta till apparna Zwift och Kinomap på smartenheten via Bluetooth.

1A – JUSTERING AV FOTREMMEN För att justera fotremmen, lossa kardborrebandet från nåtdelen och dra remmen uppåt och åt vänster för att lossa den. När den är lossad, justera remmen genom att dra den åt höger. För att dra åt, dra remmen uppåt, sedan åt höger och nedåt, och fäst den ordentligt på nåtdelen.

2A – FLYTTA MASKINEN För att flytta maskinen lyfter du det bakre stödröret tills de främre transporthjulen vidrör golvet. När maskinen är på plats använder du hjulen för att flytta den till önskad plats.

3A – JUSTERING AV MOTSTÅNDET Justera motståndet genom att vrida på reglaget (23): medurs för att öka motståndet, moturs för att minska det.

4A – JUSTERING AV FOTSTÖDET Justera fotstödet (56) före användning så att det ligger 3–5 mm över golvet. Om maskinens framsida lyfts under användning, justera fotstödet till 5–10 mm över golvet.

5A – FÄLLNINGSANVISNINGAR För att fälla ihop maskinen, ta tag i det bakre stödet med båda händerna och lyft det i pilens riktning. När maskinen förvaras stående ska den placeras mot en vägg eller en stabil yta. Se till att den placeras på ett säkert ställe utom räckhåll för barn för att undvika skador.

ІНСТРУКЦІЇ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

1. Перед використанням уважно прочитайте інструкцію з експлуатації.
2. Цей виріб призначений виключно для домашнього використання (клас HC); він не підходить для медичного або комерційного використання.
3. Максимальна вага користувача: 120 кг.
4. Прилад може використовуватися лише однією особою одночасно.
5. Тримайте дітей та домашніх тварин подалі від пристрою.
6. Перед кожним використанням переконайтеся, що всі компоненти надійно закріплені та знаходяться у належному стані.
7. Не використовуйте пристрій, якщо він пошкоджений — перед подальшим використанням замініть несправні деталі.
8. Поставте пристрій на стійку, рівну та неслизьку поверхню.
9. Забезпечте принаймні 0,6 м вільного простору навколо пристрою.
10. Під час тренування тримайте руки на ручці, а ноги – надійно зафіксованими на підніжках.
11. Не кладіть руки або інші частини тіла на рухомі деталі.
12. Носіть відповідний, добре облягаючий спортивний одяг та взуття.
13. Не використовуйте пристрій у стані алкогольного або наркотичного сп'яніння.
14. Якщо ви відчуваєте запаморочення, біль у грудях або будь-які інші незвичайні симптоми, негайно припиніть тренування та зверніться до лікаря.
15. Перед початком тренувань рекомендується проконсультуватися з лікарем, особливо якщо у вас є захворювання.

ЗБИРАННЯ

1. Збірку виробу повинен здійснювати дорослий.
2. Перед складанням перевірте, чи всі деталі є в наявності.
3. Зберіть пристрій відповідно до інструкції, використовуючи відповідні інструменти.
4. Після складання переконайтеся, що всі гвинти та з'єднання надійно затягнуті.
5. Будьте обережні під час монтажу – існує ризик травмування.

ЕКСПЛУАТАЦІЯ ТА ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

1. Регулярно перевіряйте технічний стан пристрою (з'єднання, зношеність деталей).
2. Очищайте прилад вологою ганчіркою – не використовуйте агресивні миючі засоби.
3. Не допускайте потрапляння рідини всередину пристрою.
4. Зберігайте в сухому місці – волога може спричинити корозію.



ПЕРЕЛІК ДЕТАЛЕЙ

№	ОПИС	К-Т	№	ОПИС	К-Т
1	Комплект основної рами	1	42	Втулка	2
2	Консоль	1	43	Транспортне колесо	2
3	Саморізний гвинт M4×10	2	44	Монтажний блок	1
4	Кабель датчика	2	45	Кріпильна пластина сидіння	2
5	Кріпильний блок	1	46	Сидіння	1
6	Гвинт Філіпса M5×12	2	47	Гвинт з шестигранною головкою M8×35	2
7	Кронштейн консолі	1	48	Саморізний гвинт	4
8	Гвинт Phillips M6×32	1	49	Тримач для пляшки	1
9	Шестигранний болт M8×70	1	50	Стопорний блок	1
10	Нейлонова контргайка M8	8	51	Заглушка	2
11	Гвинт з хрестоподібною головкою M10×75	1	52	Пінопластова рукоятка	2
12	Трубка	2	53	Ручка	1
13	Шків	1	54	Шестигранний болт M12×140	2
14	Плоска шайба ф10	1	55 (ліва + права)	Підніжки (ліва + права)	1
15	Нейлонова контргайка M10	1	56	Регульовальна ніжка	1
16	Плоска шайба ф8	16	57	Шестигранна гайка M8	2
17	Шестигранний гвинт M8x65L	1	58	Шестигранний болт	1
18	Рама магнітного опору	1	59	Ось підніжки	1
19	Пружина	1	60	Передній стабілізатор	1
20	Шестигранний болт M6×60	1	61	Плоска шайба Ø12	1
21	Шестигранна гайка M6	2	62	Транспортне колесо	2
22	Шестигранний болт M5×25	1	63	Шестигранна гайка	5
23	Регулятор опору	1	64	Сталеий упорний блок	2
24	Ремінь	1	65	Ось маховика	1
25	С-кліпса	1	67	Кришка пружини	1
26	Гумова заглушка	1	68	Підшипник 6201	2
27 (лівий + правий)	Бічна кришка (ліва + права)	1	69	Маховик	1
28	Саморізний гвинт M4×20	11	70	Втулка осі маховика	1
29	Саморізний гвинт M4,2×19	10	71	Магнітна опорна рама	1
30	Кріпильний болт M8×24	4	72	Блок шківів	1
31	Заглушка	1	73	Гвинт з хрестоподібною головкою M5×12	7
32	Заглушка	4	74 (ліва + права)	Передня кришка (ліва + права)	1 комплект
33	Шестигранний болт M8×16	17	75	Передня труба стабілізатора	1
34	Збірка рейки	1	76	Шестигранна гайка	2
35	Стопорний блок	2	77	Регулятор опору	2
36	Плоска шайба Ø8	9	78	Тягова пластина	2
37	Задній стабілізатор у зборі	1	79	Нейлонова контргайка M6	3
38	Втулка	4	80	Шестигранний ключ S6	1
39	Колесо	4	81	Гайковий ключ 13–15	1
40	Втулка	2	82	Шестигранний ключ S10	1
41	Фіксована вісь	2			



ІНСТРУКЦІЯ З МОНТАЖУ

- 1** - Покладіть основний каркас (А) на чисту рівну поверхню, щоб уникнути пошкодження. Прикріпіть передній стабілізатор (В) за допомогою шестигранних болтів (33), плоских шайб (16) і пружинних шайб (36), а потім затягніть шестигранним ключем (80). Встановіть вирівнювальну ніжку (56) і зафіксуйте її шестигранною гайкою (57).
- 2** - Прикріпіть передні кришки (74L/R) до переднього стабілізатора (D). Закріпіть їх за допомогою гвинтів з хрестоподібною головкою (73), а потім зафіксуйте саморізами (28).
- 3** - Прикріпіть передній стабілізатор (D) до основної рами (А) за допомогою ступінчастих болтів (30) і затягніть шестигранним ключем (80). Встановіть вісь підніжки (59) за допомогою шестигранного болта (58) і шестигранної гайки (57), а потім затягніть шестигранним ключем (80) і гайковертом (81).
- 4** - Прикріпіть підніжки (55L/R) за допомогою шестигранних болтів (54) і затягніть їх шестигранним ключем (82). Встановіть кронштейн консолі (7) на монтажний блок (5) і закріпіть його гвинтом з хрестоподібною головкою (8) та нейловою контргайкою (79). Прикріпіть консоль (2) за допомогою гвинта (6), а потім підключіть кабель датчика (4).
- 5** - Всуňte каретку сидіння (I) у рейковий вузол (H), переконавшись у правильному орієнтуванні.
- 6** - Прикріпіть задній стабілізатор (K) до рейкового вузла (H) за допомогою ступінчастих болтів (30), шестигранних болтів (33), пружинних шайб (36) і плоских шайб (16), а потім затягніть їх шестигранним ключем (80). Прикріпіть сидіння (46) до каретки сидіння (I) за допомогою шестигранних болтів (33), переконавшись у правильному орієнтуванні.
- 7** - Вставте рейковий вузол (H) в основний рамочний вузол (A). Закріпіть його за допомогою шестигранних болтів (33), пружинних шайб (36) та плоских шайб (16), а потім затягніть шестигранним ключем (80).

ФУНКЦІЇ КОНСОЛІ

КНОПКИ

РЕЖИМ: Натисніть, щоб вибрати функції; натисніть і утримуйте, щоб скинути всі значення (час, кількість, калорії).

SET: Натисніть, щоб встановити цільові значення (час, кількість, калорії), коли прилад не перебуває в режимі SCAN.

RESET: Натисніть, щоб скинути поточні значення (час, кількість, калорії).

ФУНКЦІЇ

SCAN: Натискайте MODE, доки не з'явиться «SCAN»; дисплей автоматично перемикатиметься між усіма функціями: Час → Відстань → Калорії → Кількість → Загальна кількість → Пульс; кожне значення відображається приблизно 4 секунди.

TIME (00:00 – 99:59): Відображає загальний час тренування; Натискайте MODE, доки не з'явиться напис «TIME»; Натисніть SET, щоб встановити цільовий час; Монітор автоматично зупиниться після досягнення встановленого часу.

COUNT (CNT 0–9999): Відображає кількість гребків під час поточного сеансу; натискайте MODE, доки не з'явиться «CNT»; натисніть SET, щоб встановити цільове значення; монітор автоматично зупиниться після досягнення цільового значення.

TOTAL COUNT (TCNT 0–9999): відображає загальну кількість гребків (сумарне значення).

ДИСТАНЦІЯ (DIST 0,0–999,9): Відображає загальну дистанцію; Натискайте MODE, доки не з'явиться «DIST»; Натисніть SET, щоб встановити цільову дистанцію; Після досягнення цільової дистанції пролунає звуковий сигнал.

КАЛОРІЇ (kCAL 0,0 – 999,9): Відображає приблизну кількість спалених калорій; Натискайте MODE, доки не з'явиться «CAL»; Натисніть SET, щоб встановити цільову кількість калорій; Монітор автоматично зупиниться, коли буде досягнуто цільового значення.

ПУЛЬС (якщо доступно): Відображає частоту серцебиття при використанні сумісних датчиків.

ПРИМІТКИ: Якщо дисплей тьмянний або його не видно, замініть батарейки; Монітор автоматично вимкнеться приблизно через 4 хвилини бездіяльності; Монітор автоматично вмикається при початку тренування або при натисканні кнопки; Монітор автоматично починає відлік під час тренування і зупиняється, якщо протягом приблизно 4 секунд не виявляється рух.



ІНШЕ

ДОДАТКИ Ця консоль може підключатися до додатків Zwift і Kinomap на смарт-пристрої через Bluetooth.

1А — РЕГУЛЮВАННЯ РЕМЕНЯ ДЛЯ НОГИ Щоб відрегулювати ремінь для ноги, від'єднайте кінець на липучці від сітчастої сторони та потягніть ремінь вгору та вліво, щоб ослабити його. Після ослаблення відрегулюйте ремінь, потягнувши його вправо. Щоб затягнути, потягніть ремінь вгору, потім вправо та вниз і надійно закріпіть його на сітчастій стороні.

2А — ПЕРЕМІЩЕННЯ АПАРАТА Щоб перемістити апарат, підніміть задню опорну трубу, доки передні транспортні колеса не торкнуться підлоги. Після встановлення апарата на місце використовуйте колеса, щоб перемістити його у потрібне місце.

3А — РЕГУЛЮВАННЯ ОПІРУ Регулюйте опір, повертаючи регулятор (23): за годинниковою стрілкою — для збільшення опору, проти годинникової стрілки — для зменшення.

4А — РЕГУЛЮВАННЯ НІЖКИ Перед використанням відрегулюйте ніжку (56) так, щоб вона знаходилася на відстані 3–5 мм над підлогою. Якщо під час використання передня частина тренажера піднімається, відрегулюйте ніжку так, щоб вона знаходилася на відстані 5–10 мм над підлогою.

5А — ІНСТРУКЦІЯ З СКЛАДАННЯ Щоб скласти прилад, візьміть задню опору обома руками та підніміть її у напрямку, вказаному стрілкою. При вертикальному зберіганні поставте прилад біля стіни або на стійку поверхню та переконайтеся, що він розташований у безпечному місці, недоступному для дітей, щоб уникнути травм.



EN: The marking of the equipment with the crossed-out waste container symbol indicates that it is prohibited to place used electrical and electronic equipment with other waste. According to the WEEE Directive on the management of used electrical and electronic waste, separate disposal methods must be used for this type of equipment.

The user who intends to dispose of this product is obliged to take it to a collection point for used electrical and electronic equipment, thus contributing to reuse, recycling or recovery and thus to the protection of the environment. To do this, please contact the point from which the appliance was purchased or your local authority. Hazardous components contained in electronic equipment may cause long-term adverse effects on the environment, as well as harmful effects on human health.

PL: Oznakowanie sprzętu symbolem przekreślonego kontenera na odpady informuje o zakazie umieszczania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami. Zgodnie z Dyrektywą WEEE o sposobie gospodarowania zużytymi odpadami elektrycznymi i elektronicznymi, dla tego typu sprzętu należy stosować oddzielne sposoby utylizacji.

Użytkownik, który zamierza pozbyć się tego produktu, zobowiązany jest do oddania go do punktu zbierania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego, dzięki czemu przyczynia się do ponownego użycia, recyklingu, bądź odzysku, a tym samym do ochrony środowiska naturalnego. W tym celu należy skontaktować się z punktem w którym urządzenie zostało nabyte, lub z przedstawicielami władz lokalnych. Składniki niebezpieczne zawarte w sprzęcie elektronicznym mogą powodować długo utrzymujące się niekorzystne zmiany w środowisku naturalnym, jak również działać szkodliwie na zdrowie ludzi.

CZ: Označení zařízení symbolem přeškrtnutého kontejneru na odpad znamená, že je zakázáno odkládat použitá elektrická a elektronická zařízení společně s jiným odpadem. Podle směrnice WEEE o nakládání s použitým elektrickým a elektronickým odpadem je nutné pro tento typ zařízení používat oddělené metody likvidace.

Uživatel, který hodlá tento výrobek zlikvidovat, je povinen jej odevzdat na sběrném místě pro použitá elektrická a elektronická zařízení, čímž přispěje k opětovnému použití, recyklaci nebo využití, a tím i k ochraně životního prostředí. Za tímto účelem se obraťte na místo, kde byl spotřebič zakoupen, nebo na místní úřad. Nebezpečné součásti obsažené v elektronických zařízeních mohou způsobit dlouhodobé nepříznivé účinky na životní prostředí i škodlivé účinky na lidské zdraví.

DA: Mærkningen af udstyret med det overstregede affaldsbeholdersymbol angiver, at det er forbudt at anbringe brugt elektrisk og elektronisk udstyr sammen med andet affald. I henhold til WEEE-direktivet om håndtering af brugt elektrisk og elektronisk affald skal der anvendes separate bortskaffelsesmetoder for denne type udstyr.

Den bruger, der har til hensigt at bortskaffe dette produkt, er forpligtet til at aflevere det på et indsamlingssted for brugt elektrisk og elektronisk udstyr og på den måde bidrage til genbrug, genanvendelse eller genvinding og dermed til beskyttelse af miljøet. For at gøre dette skal du kontakte det sted, hvor apparatet blev købt, eller dine lokale myndigheder. Farlige komponenter i elektronisk udstyr kan forårsage langsigtede negative virkninger på miljøet samt skadelige virkninger på menneskers sundhed.

DE: Die Kennzeichnung des Geräts mit dem Symbol des durchgestrichenen Abfallbehälters zeigt an, dass es verboten ist, gebrauchte Elektro- und Elektronikgeräte zusammen mit anderem Abfall zu entsorgen. Gemäß der WEEE-Richtlinie über die Entsorgung von Elektro- und Elektronik-Altgeräten müssen für diese Art von Geräten getrennte Entsorgungsmethoden verwendet werden.

Der Benutzer, der dieses Produkt entsorgen will, ist verpflichtet, es zu einer Sammelstelle für Elektro- und Elektronik-Altgeräte zu bringen und so zur Wiederverwendung, zum Recycling oder zur Verwertung und damit zum Schutz der Umwelt beizutragen. Wenden Sie sich dazu bitte an die Stelle, bei der Sie das Gerät gekauft haben, oder an Ihre Gemeindeverwaltung. Die in elektronischen Geräten enthaltenen gefährlichen Bestandteile können langfristige negative Auswirkungen auf die Umwelt sowie schädliche Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit haben.

ES: El marcado del aparato con el símbolo del contenedor de residuos tachado indica que está prohibido depositar aparatos eléctricos y electrónicos usados junto con otros residuos. De acuerdo con la Directiva RAEE sobre la gestión de residuos eléctricos y electrónicos usados, deben utilizarse métodos de eliminación separados para este tipo de aparatos.

El usuario que pretenda deshacerse de este producto está obligado a llevarlo a un punto de recogida de aparatos eléctricos y electrónicos usados, contribuyendo así a su reutilización, reciclado o valorización y, por tanto, a la

protección del medio ambiente. Para ello, póngase en contacto con el punto donde adquirió el aparato o con las autoridades locales. Los componentes peligrosos contenidos en los equipos electrónicos pueden causar efectos adversos a largo plazo en el medio ambiente, así como efectos nocivos para la salud humana.

ET: Seadme tähistamine läbi kriipsutatud jäätmemahuti sümboliga näitab, et kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmeid on keelatud paigutada koos muude jäätmetega. Vastavalt kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmete jäätmete käitlemisele direktiivile tuleb seda tüüpi seadmete puhul kasutada eraldi kõrvaldamismeetodeid.

Kasutaja, kes kavatseb seda toodet kõrvaldada, on kohustatud viima selle kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmete kogumispunkti, aidates sellega kaasa korduvkasutamisele, ringlussevõtule või taaskasutamisele ja seega ka keskkonnakaitsele. Selleks pöörduge palun seadme ostukoha või kohaliku omavalitsuse poole. Elektroonikaseadmetes sisalduvad ohtlikud komponendid võivad avaldada pikaajalist kahjulikku mõju keskkonnale ning samuti kahjustada inimeste tervist.

FR : Le marquage de l'équipement avec le symbole de la poubelle barrée indique qu'il est interdit de placer les équipements électriques et électroniques usagés avec d'autres déchets. Conformément à la directive DEEE sur la gestion des déchets électriques et électroniques usagés, des méthodes d'élimination distinctes doivent être utilisées pour ce type d'équipement.

L'utilisateur qui a l'intention de se débarrasser de ce produit est tenu de l'apporter à un point de collecte des équipements électriques et électroniques usagés, contribuant ainsi à la réutilisation, au recyclage ou à la valorisation et donc à la protection de l'environnement. Pour ce faire, veuillez contacter le point de vente où l'appareil a été acheté ou les autorités locales. Les composants dangereux contenus dans les équipements électroniques peuvent avoir des effets néfastes à long terme sur l'environnement, ainsi que des effets nocifs sur la santé humaine.

HU: A berendezésen az áthúzott hulladéktároló szimbólummal történő jelölés azt jelzi, hogy a használt elektromos és elektronikus berendezéseket tilos más hulladékkal együtt elhelyezni. A használt elektromos és elektronikus hulladékok kezeléséről szóló WEEE-irányelv szerint az ilyen típusú berendezések esetében külön ártalmatlanítási módszereket kell alkalmazni.

Az a felhasználó, aki ezt a terméket ártalmatlanítani kívánja, köteles azt a használt elektromos és elektronikus berendezések gyűjtőhelyére vinni, hozzájárulva ezzel az újrafelhasználathoz, újrafeldolgozáshoz vagy hasznosításhoz, és ezáltal a környezet védelméhez. Ennek érdekében kérjük, forduljon a készüléket megvásárló ponthoz vagy a helyi hatósághoz. Az elektronikus berendezésekben található veszélyes összetevők hosszú távon káros hatással lehetnek a környezetre, valamint káros hatással lehetnek az emberi egészségre.

IT: La marcatura dell'apparecchiatura con il simbolo del contenitore dei rifiuti barrato indica che è vietato collocare le apparecchiature elettriche ed elettroniche usate insieme ad altri rifiuti. Secondo la direttiva RAEE sulla gestione dei rifiuti elettrici ed elettronici usati, per questo tipo di apparecchiature devono essere utilizzati metodi di smaltimento separati.

L'utente che intende smaltire questo prodotto è tenuto a portarlo in un punto di raccolta per apparecchiature elettriche ed elettroniche usate, contribuendo così al riutilizzo, al riciclaggio o al recupero e quindi alla protezione dell'ambiente. A tal fine, rivolgersi al punto vendita presso il quale è stato acquistato l'apparecchio o alle autorità locali. I componenti pericolosi contenuti nelle apparecchiature elettroniche possono causare effetti negativi a lungo termine sull'ambiente e sulla salute umana.

LT: Įrangos žymėjimas perbraukto atliekų konteinerio simboliu reiškia, kad panaudotą elektros ir elektroninę įrangą draudžiama dėti kartu su kitomis atliekomis. Pagal EEJ atliekų tvarkymo direktyvą dėl naudotų elektros ir elektroninių atliekų tvarkymo šio tipo įrangai turi būti taikomi atskiri šalinimo būdai.

Naudotojas, ketinantis atsikratyti šio gaminio, privalo jį pristatyti į naudotos elektros ir elektroninės įrangos surinkimo punktą, taip prisidedamas prie pakartotinio naudojimo, perdirbimo ar utilizavimo ir taip saugodamas aplinką. Norėdami tai padaryti, kreipkitės į punktą, kuriame prietaisas buvo įsigytas, arba į vietos valdžios instituciją. Elektroninėje įrangoje esantys pavojingi komponentai gali sukelti ilgalaikį neigiamą poveikį aplinkai, taip pat žalingą poveikį žmonių sveikatai.

LV: Iekārtas marķējums ar pārsvītrotā atkritumu konteinerā simbolu norāda, ka nolietais elektriskās un elektroniskās iekārtas ir aizliegts novietot kopā ar citiem atkritumiem. Saskaņā ar EEIA direktīvu par nolietais elektrisko un elektronisko iekārtu atkritumu apsaimniekošanu šāda veida iekārtām jāizmanto atsevišķas iznīcināšanas metodes.

Lietotājam, kurš vēlas atbrīvoties no šī produkta, ir pienākums to nogādāt nolietais elektrisko un elektronisko iekārtu savākšanas punktā, tādējādi veicinot atkārtotu izmantošanu, pārstrādi vai reģenerāciju un tādējādi vides aizsardzību. Lai to izdarītu, lūdzu, sazināties ar punktu, kurā ierīce tika iegādāta, vai ar vietējo pašvaldību. Elektroniskajās iekārtās esošās bīstamās sastāvdaļas var radīt ilgtermiņa nelabvēlīgu ietekmi uz vidi, kā arī kaitīgu ietekmi uz cilvēka veselību.

NL: De markering van de apparatuur met het symbool van de doorgekruiste afvalcontainer geeft aan dat het verboden is om gebruikte elektrische en elektronische apparatuur bij ander afval te plaatsen. Volgens de WEEE-richtlijn betreffende het beheer van afgedankte elektrische en elektronische apparatuur moeten aparte verwijderingsmethoden worden gebruikt voor dit type apparatuur.

De gebruiker die van plan is om dit product weg te gooien, is verplicht om het naar een inzamelpunt voor gebruikte elektrische en elektronische apparatuur te brengen en zo bij te dragen aan hergebruik, recycling of terugwinning en dus aan de bescherming van het milieu. Neem hiervoor contact op met het punt waar u het apparaat hebt gekocht of met uw gemeente. Gevaarlijke onderdelen in elektronische apparatuur kunnen op lange termijn schadelijke gevolgen hebben voor het milieu en de menselijke gezondheid.

PT: A marcação do equipamento com o símbolo de contentor de resíduos riscado indica que é proibido colocar equipamentos eléctricos e electrónicos usados juntamente com outros resíduos. De acordo com a Diretiva REEE relativa à gestão de resíduos eléctricos e electrónicos usados, devem ser utilizados métodos de eliminação separados para este tipo de equipamento.

O utilizador que pretenda desfazer-se deste produto é obrigado a levá-lo a um ponto de recolha de equipamentos eléctricos e electrónicos usados, contribuindo assim para a reutilização, reciclagem ou recuperação e, consequentemente, para a proteção do ambiente. Para tal, contacte o ponto de recolha onde o aparelho foi adquirido ou a sua autoridade local. Os componentes perigosos contidos nos equipamentos electrónicos podem causar efeitos adversos a longo prazo no ambiente, bem como efeitos nocivos para a saúde humana.

RO: Marcarea echipamentului cu simbolul containerului de deșeuri barat indică faptul că este interzisă plasarea echipamentelor electrice și electronice uzate împreună cu alte deșeuri. În conformitate cu Directiva DEEE privind gestionarea deșeurilor electrice și electronice uzate, pentru acest tip de echipament trebuie utilizate metode separate de eliminare.

Utilizatorul care intenționează să elimine acest produs este obligat să îl ducă la un punct de colectare a echipamentelor electrice și electronice uzate, contribuind astfel la reutilizare, reciclare sau recuperare și, astfel, la protecția mediului. Pentru a face acest lucru, vă rugăm să contactați punctul de la care a fost achiziționat aparatul sau autoritatea locală. Componentele periculoase conținute în echipamentele electronice pot provoca efecte negative pe termen lung asupra mediului, precum și efecte nocive asupra sănătății umane.

SK: Označenie zariadenia symbolom preškrtnutého kontajnera na odpad znamená, že je zakázané umiestňovať použité elektrické a elektronické zariadenia spolu s iným odpadom. Podľa smernice WEEE o nakladaní s použitým elektrickým a elektronickým odpadom sa pre tento typ zariadenia musia používať oddelené metódy likvidácie.

Používateľ, ktorý má v úmysle zlikvidovať tento výrobok, je povinný odovzdať ho na zberné miesto použitých elektrických a elektronických zariadení, čím prispeje k opätovnému použitiu, recyklácii alebo zhodnoteniu, a tým aj k ochrane životného prostredia. Za týmto účelom sa obráťte na miesto, kde bol spotrebič zakúpený, alebo na miestny úrad. Nebezpečné komponenty obsiahnuté v elektronických zariadeniach môžu spôsobiť dlhodobé nepriaznivé účinky na životné prostredie, ako aj škodlivé účinky na ľudské zdravie.

SL: Oznaka opreme s simbolom prečrtanega zabojsnika za odpadke pomeni, da je prepovedano odlagati izrabljeno električno in elektronsko opremo med druge odpadke. V skladu z Direktivo OEEO o ravnanju z izrabljenimi električnimi in elektronskimi odpadki je treba za to vrsto opreme uporabljati ločene metode odstranjevanja.

Uporabnik, ki namerava ta izdelek odstraniti, ga mora odnesti na zbirno mesto za rabljeno električno in elektronsko opremo ter tako prispevati k ponovni uporabi, recikliranju ali predelavi in s tem k varovanju okolja. V ta namen se obrnite na točko, kjer je bila naprava kupljena, ali na lokalne oblasti. Nevarne komponente, ki jih vsebuje elektronska oprema, lahko povzročijo dolgoročne škodljive vplive na okolje in tudi škodljive vplive na zdravje ljudi.

SV: Märkningen av utrustningen med den överkorsade symbolen för avfallsbehållare anger att det är förbjudet att placera begagnad elektrisk och elektronisk utrustning tillsammans med annat avfall. Enligt WEEE-direktivet om hantering av använt elektriskt och elektroniskt avfall måste separata metoder för avfallshantering användas för denna typ av utrustning.

Den användare som avser att göra sig av med denna produkt är skyldig att lämna den till en samlingsplats för begagnad elektrisk och elektronisk utrustning och på så sätt bidra till återanvändning, återvinning eller återvinning och därmed till skyddet av miljön. För att göra detta, vänligen kontakta den plats där apparaten köptes eller din lokala myndighet. Farliga komponenter som ingår i elektronisk utrustning kan orsaka långsiktiga negativa effekter på miljön och skadliga effekter på människors hälsa.

UK: Маркування обладнання символом перекресленого контейнера для відходів вказує на те, що відпрацьоване електричне та електронне обладнання заборонено викидати разом з іншими відходами. Відповідно до Директиви WEEE про управління використаними електричними та електронними відходами, для цього типу обладнання повинні використовуватися окремі методи утилізації.

Користувач, який має намір утилізувати цей виріб, зобов'язаний здати його в пункт прийому відпрацьованого електричного та електронного обладнання, сприяючи таким чином повторному використанню, переробці або відновленню і, таким чином, захисту навколишнього середовища. Для цього, будь ласка, зверніться до магазину, в якому було придбано прилад, або до місцевої влади. Небезпечні компоненти, що містяться в електронному обладнанні, можуть спричинити довгостроковий негативний вплив на навколишнє середовище, а також шкідливий вплив на здоров'я людини.



HMS-FITNESS.COM



IMPORTER: **ABISAL SP. Z O.O.**, ul. Pyskowska 17, 41-807 Zabrze, Polska

DISTRIBUTOR: ABISTORE SPORT S.R.O, U Cihelny 230/3, 74801 Hlučín, Česká Republika

SERVICE: serwis@abisal.pl

abisal@abisal.pl www.abisal.pl