



MINISTEPPER 2.1

GB

D

CZ

SK

HU

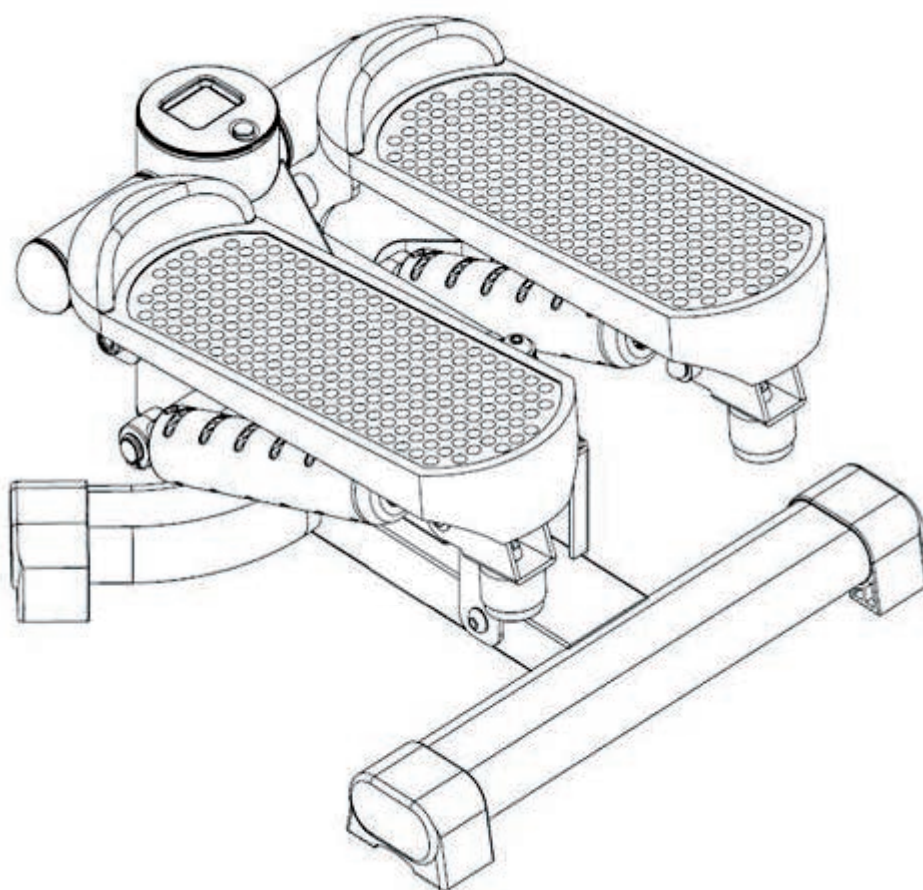


Table of contents - Inhaltsverzeichnis - Obsah - Obsah - Tájékoztató

English	P	3
Deutsch	P	7
Česky	P	11
Slovensky	P	15
Magyar	P	19

© The owner's manual is only for the customer reference. ENERGETICS can not guarantee for mistakes occurring due to translation or change in technical specification of the product.

© Die Gebrauchsanweisung dient nur zur Referenz für den Kunden. ENERGETICS übernimmt keine Haftung für Fehler die durch Übersetzung oder technische Änderungen des Produkts entstehen.

© Návod k použití je pouze doporučení pro zákazníky. ENERGETICS nepřebírá žádné ručení za chyby způsobené překladem či změnami v technické specifikaci výrobku.

© Tento návod je určený len pre potrebu zákazníkov. ENERGETICS nezodpovedá za chyby, ktoré sa môžu vyskytnúť kvôli chybnému prekladu alebo zmenám v technickej špecifikácii produktu.

© A használati útmutató kizárólag felhasználói referenciaként szolgál. az ENERGETICS nem vállal felelősséget a fordítási hibákból vagy a termék műszaki módosításaiból eredő hibákért.

© **Copyright by ENERGETICS**

Dear Customer,

Congratulations on your purchase of an ENERGETICS home exerciser. This product has been designed and manufactured to meet the needs and requirements of in-home use. Please carefully read the instructions prior to assembly and first use. Be sure to keep the instructions for reference and/or maintenance. If you have any further questions, please contact us. We wish you lots of success and fun while training,

Your  ENERGETICS - Team

Warranty

ENERGETICS offers high quality home exercisers that have been tested and certified according to European Norm EN 957.

Safety Instructions

1. Consult your physician before starting with any exercise programme to receive advice on the optimal training.
2. Warning: incorrect/ excessive training can cause health injuries. Stop using the home exerciser when feeling uncomfortable.
3. Ensure that training only starts after correct assembly, adjustment and inspection of the home exerciser.
4. Always start with a warm-up session.
5. Only use original ENERGETICS parts as delivered (see checklist).
6. Follow the steps of the assembly instruction carefully.
7. Only use suitable tools for assembly and ask for assistance if necessary.
8. Place the home exerciser on an even, non-slippery surface.
9. For all adjustable parts be aware of the maximum position to which they can be adjusted.
10. Tighten all adjustable parts to prevent sudden movement while training.
11. This product is designed for adults. Please ensure that children only use it under the supervision of an adult.
12. Ensure that those present are aware of possible hazards, e.g. movable parts during training.
13. The resistance level can be adjusted to your personal preference.
14. Ensure that sufficient space is available to use the home exerciser.
15. Be aware of non-fixed or moving parts whilst mounting or dismounting the home exerciser.

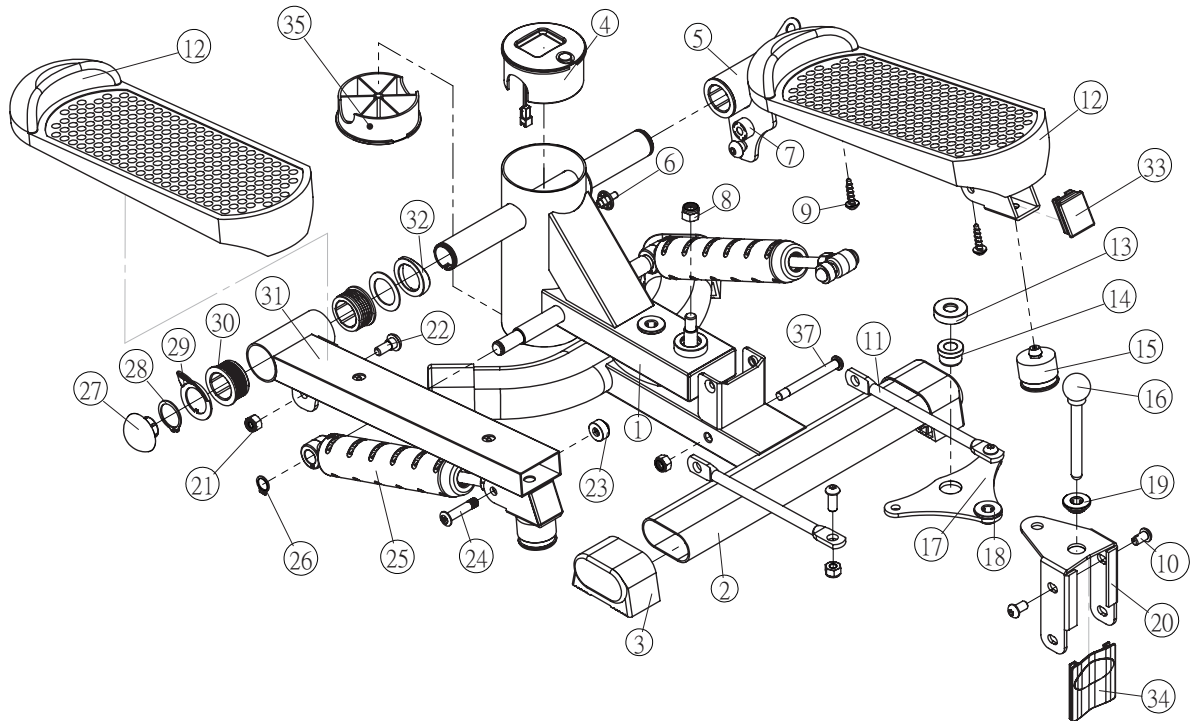
This product is made for home use only and tested up to a maximum body weight of 100 kilograms

Care and Maintenance

- The home exerciser should not be used or stored in a moist area because of possible corrosion.
- Check at least every 4 weeks that all connecting elements are tightly fitted and in good condition.
- In case of repair please ask your dealer for advice.
- Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repair.
- Only use original spare parts for repair.
- Use a damp cloth to clean the Home Exerciser and avoid the use of aggressive detergents when cleaning the bike.

After exercising, immediately wipe of the sweat; perspiration can ruin the appearance and proper function of the Home Exerciser.

Exploded drawing



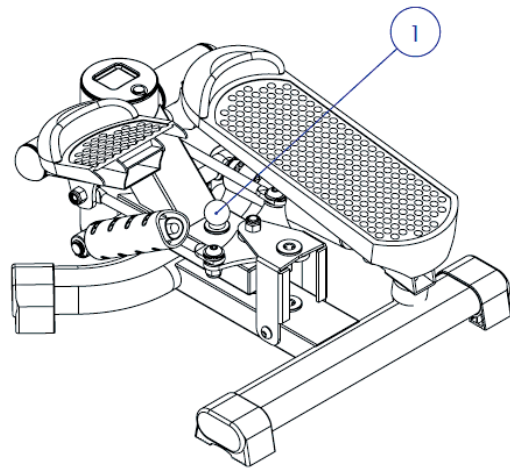
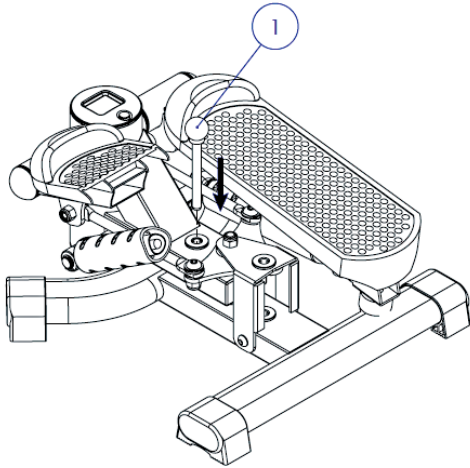
Part list

Part	Description	Qty	Part	Description	Qty
1	Main frame	1	19	Bushing	2
2	Main base	1	20	Retaining clevis	1
3	End cap	4	21	Nut M8	5
4	Computer	1	22	Bolt M8 x 20 mm	4
5	Leg support-R	1	23	Nut M8	2
6	Sensor	1	24	Bolt M8 x 37mm	2
7	Magnetic	1	25	Cylinder	2
8	Nut M10	1	26	C-ring	2
9	Self screw M6 x 25 mm	4	27	Plastic cap	2
10	Bolt M8 x 14 mm	4	28	Lock-ring	2
11	Diagonal connector	2	29	Washer Ø38 mm	2
12	Footrest	2	30	Plastic bush Ø38 mm	4
13	Plastic washer	1	31	Leg supper-L	1
14	Bushing	1	32	Plastic-bush Ø38 mm	2
15	Stopper	2	33	Plastic cap	2
16	Lock pin	1	34	Plastic-cover	1
17	Reversing plate	1	35	Plastic cap	1
18	Bushing	1	36	Bolt M8 x 75 mm	1

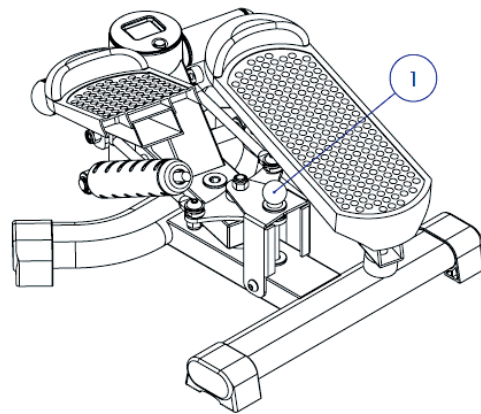
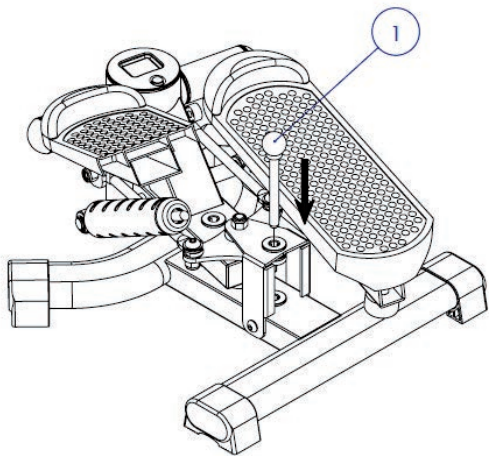
Using

To start the action of stepping:

1. Please insert the lock pin into the front aperture as the picture above, and make sure the lock pin is properly inserted, then you can start to step.



2. Please insert the lock pin into the back aperture as the picture above, and make sure the lock pin is properly inserted, then you can start to swing.



Computer



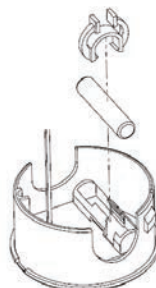
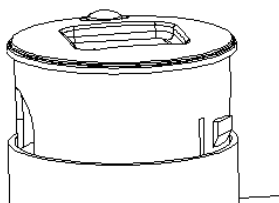
Press the gray button under the LCD to select each function. Hold the button for 3 seconds to reset all values to 0. Triangles on the LCD point to activated functions. The computer turns off automatically after 4 minutes of inactivity.

- TIME:** Counts exercise time from 0:00 to 99:59 in one second increments.
- COUNT:** Counts the number of strides taken during each workout.
- CALORIES:** Calculates the estimated number of calories burned during workout.
- SCAN:** Automatically displays each function in sequence.
- STRIDES/MIN:** Counts the number of strides taken per minute during workout.

Changing Battery

If the computer does not turn on when you begin exercising, the battery may need to be replaced.

1. Grasp the LCD face panel and pull it straight up. The computer unit will slide out from main unit.
2. Remove the clip that holds the battery in place.
3. Remove the battery from battery compartment and replace it with a fresh AAA battery. Observing proper +/- polarities according to the illustration in the battery compartment.
4. Replace the clip.
5. Replace the computer unit in the main unit. Ensure the LCD panel is properly oriented.



DANGER: Never mix the batteries and the storage cells with other waste



Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

wir gratulieren Ihnen zum Kauf eines ENERGETICS Heimtrainers. Dieses Produkt ist für den Heimbereich konzipiert um den Wünschen und Anforderungen dieses Bedarfs gerecht zu werden. Bitte lesen Sie vor dem Aufbau und dem ersten Gebrauch zunächst sorgfältig diese Anleitung. Bitte bewahren Sie die Anleitung als Referenz und für den richtigen Umgang mit Ihrem Fitness-Gerät auf. Bei weiteren Fragen dazu stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne zur Verfügung. Wir wünschen Ihnen viel Spaß und Erfolg bei Ihrem Training.

Ihr  ENERGETICS - Team

Garantie

ENERGETICS Qualitätsprodukte werden konstruiert und getestet um für ein engagiertes Fitness-Training eingesetzt zu werden. Dieses Gerät entspricht der europäischen Norm EN 957.

Sicherheitshinweise

1. Bei gesundheitlichen Einschränkungen oder für individuelle und persönliche Trainingsparameter konsultieren Sie bitte zunächst Ihren Arzt. Er kann Ihnen sagen, welche Art des Trainings und welche Belastung für Sie geeignet sind.
2. Achtung: Falsches oder exzessives Training kann Ihre Gesundheit gefährden.
3. Beginnen Sie erst mit dem Training, nachdem Sie sichergestellt haben, dass der Heimtrainer korrekt aufgebaut und eingestellt ist.
4. Starten Sie immer mit einer Aufwärm-Phase.
5. Verwenden Sie nur die der Lieferung beigelegten ENERGETICS Originalteile (siehe Check-Liste).
6. Gehen Sie beim Aufbau des Geräts exakt nach der Montageanweisung vor.
7. Verwenden Sie nur geeignetes Werkzeug für die Montage und lassen Sie sich ggf. von einer zweiten Person helfen
8. Stellen Sie das Gerät auf einem ebenen, rutschfesten Untergrund auf.
9. Stellen Sie bei allen verstellbaren Teilen sicher, dass die Maximalpositionen, in die sie verstellt werden können, richtig eingestellt sind.
10. Schrauben Sie vor dem Training alle verstellbaren Teile fest, um eine Lockerung während des Trainings zu vermeiden.
11. Das Gerät ist für das Training erwachsener Personen konzipiert. Stellen Sie sicher, dass eine Nutzung des Geräts von Kindern nur unter Aufsicht von Erwachsenen erfolgt.
12. Weisen Sie anwesende Personen auf Gefährdung, z.B. durch bewegliche Teile, hin.
13. Der Widerstand kann auf Ihre persönlichen Bedürfnisse eingestellt werden.
14. Stellen Sie sicher, dass ausreichend Platz vorhanden ist, um den Heimtrainer zu benutzen.
15. Beachten Sie die nicht fixierten oder beweglichen Teile während der Montage/Demontage des Heimtrainers.

Dieses Gerät ist ausschließlich für den Heimanwendungsbereich konzipiert und einem maximalen Körpergewicht von 100 Kilogramm getestet.

Sorgfalt und Wartung

Um die Gefahr von Korrosionsschäden zu vermeiden, verwenden oder lagern Sie dieses Heim-Fitness-Gerät nicht in feuchten Räumen.

Überprüfen Sie spätestens alle 4 Wochen, dass alle Verbindungen fest angezogen und in einem guten Zustand sind.

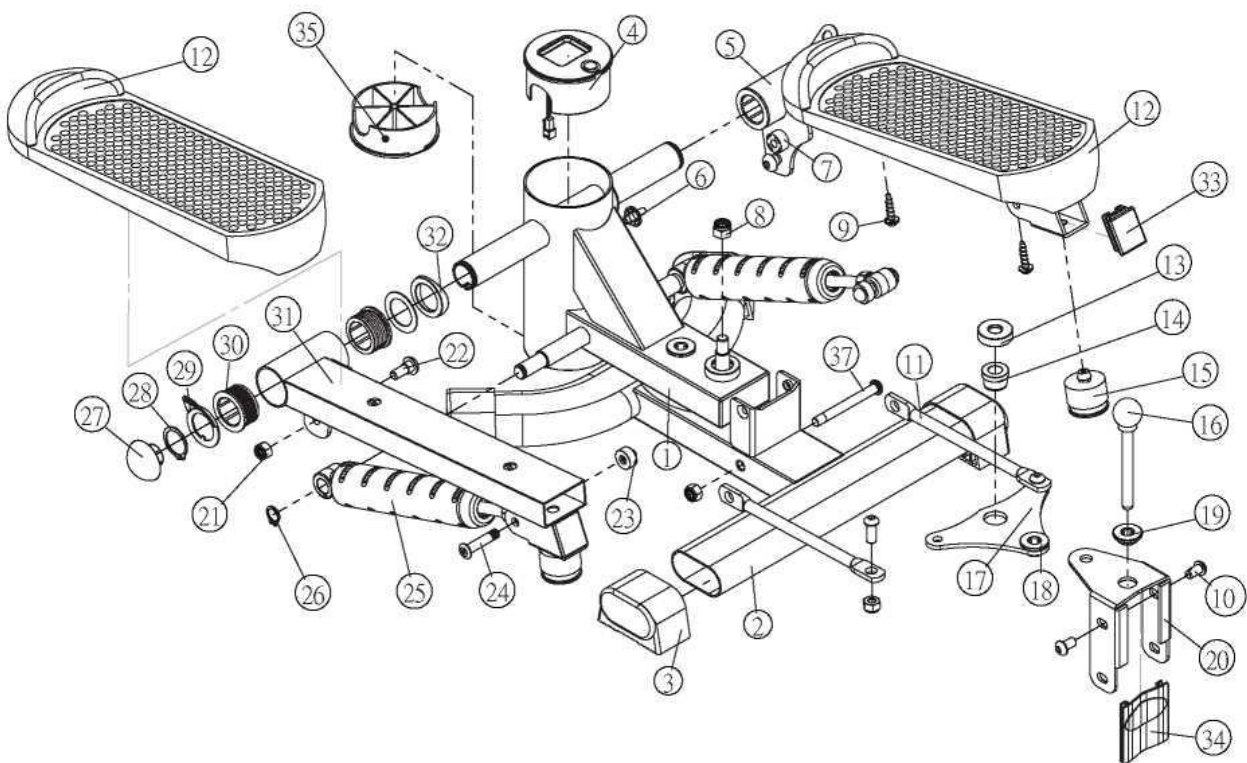
Im Falle einer Reparatur kontaktieren Sie bitte Ihren Händler.

Ersetzen Sie beschädigte Teile sofort und/oder verwenden Sie diese nicht bis sie repariert sind.

Bitte verwenden Sie für Reparaturen nur original Ersatzteile

Wischen Sie unmittelbar nach dem Training den Schweiß ab. Schweiß kann zu Schäden führen und die Funktion des Heim-Fitness-Gerätes beeinträchtigen.

Explosionszeichnung



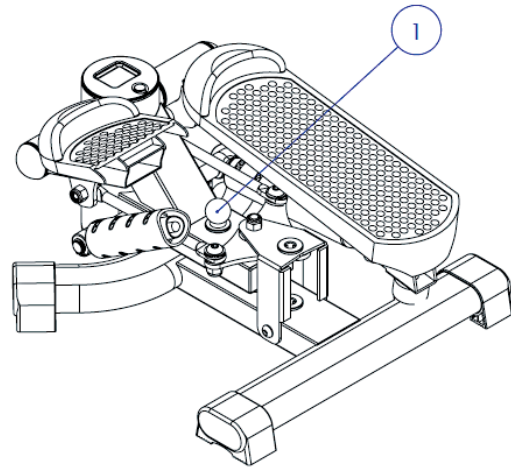
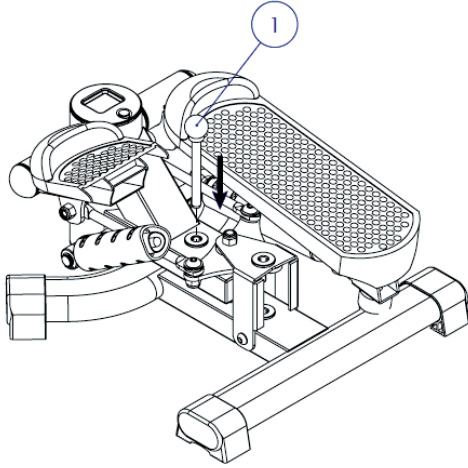
Teilleiste

Nr.	Bezeichnung	Stk.	Nr.	Bezeichnung	Stk.
1	Hauptrahmen	1	19	Buchse	2
2	Hauptfuß	1	20	Gabelkopf	1
3	Endkappe	4	21	Mutter M8	5
4	Computer	1	22	Schraube M8 x 20 mm	4
5	Pedalstütze rechts	1	23	Mutter M8	2
6	Sensor	1	24	Schraube M8 x 37 mm	2
7	Magnet	1	25	Zylinder	2
8	Mutter M10	1	26	Sägering	2
9	Treibschraube M6 x 25 mm	4	27	Endkappe	2
10	Schraube M8 x 14 mm	4	28	Verschlussring	2
11	Verbindungsstange	2	29	Beilagscheibe Ø38 mm	2
12	Trittbrett	2	30	Plastikbuchse Ø38 mm	4
13	Beilagscheibe	1	31	Pedalstütze links	1
14	Buchse	1	32	Plastikbuchse Ø38 mm	2
15	Stopper	2	33	Plastikkappe	2
16	Fixierstift	1	34	Plastikabdeckung	1
17	Rückplatte	1	35	Plastikkappe	1
18	Buchse	1	36	Schraube M8 x 75 mm	1

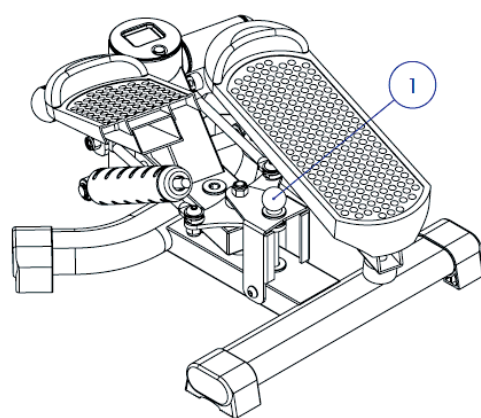
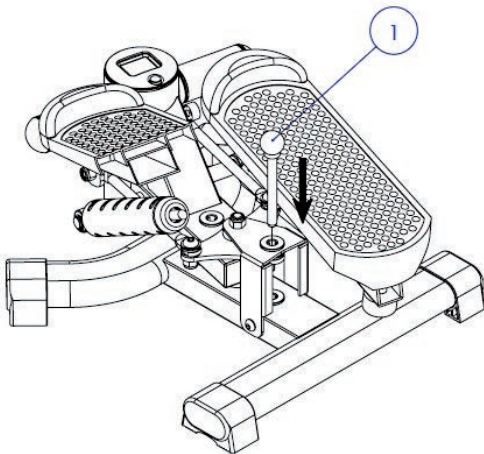
Anwendung

Beginnen Sie mit dem Training

1. Führen Sie den Fixierstift in die vordere Öffnung und vergewissern Sie sich, dass er fest in der Öffnung steckt und Sie mit dem steppen beginnen können.



2. Führen Sie den Fixierstift in die hintere Öffnung und vergewissern Sie sich, dass er fest in der Öffnung steckt und Sie mit dem steppen beginnen können.



Computer



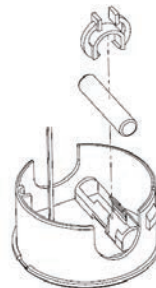
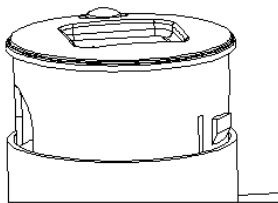
Drücken Sie den roten Knopf um die gewünschte Funktion auszuwählen. Halten Sie den Knopf 3 Sekunden gedrückt um alle Werte rückzustellen. Die Pfeile im Display zeigen Ihnen an welche Funktion aktuell ausgewählt ist. Der Computer schaltet nach 4 Minuten automatisch in den Standby Modus.

- TIME:** Zählt die ZEIT von 0:00 bis 99:59 in 1 Sekunden Schritten.
- COUNT:** Zählt die SCHRITTE während des Trainings.
- CALORIES:** Berechnet den ungefähren Kalorienverbrauch während des Trainings.
- SCAN:** Automatische Abfolge einer jeden Funktion.
- STRIDES/MIN:** Zählt die SCHRITTE/MIN während des Trainings.

Batteriewechsel

Wenn der Computer sich nicht einschaltet wenn Sie mit dem Training beginnen wechseln Sie die Batterie.

1. Ziehen Sie die Abdeckung gerade heraus. Der Computer löst sich vom Hauptrahmen.
2. Fassen Sie den Computer und ziehen sie ihn nach oben heraus.
3. Lösen Sie die Batteriehalterung.
4. Ersetzen Sie die alte Batterie durch eine neue AAA Batterie. Achten Sie darauf, dass die Batterie richtig eingesetzt wird (+/- Pol) wie im Batteriefach angegeben.
5. Setzen Sie die Batteriehalterung wieder ein.
6. Stecken Sie den Computer wieder in die Aufnahme und vergewissern Sie sich, dass er richtig positioniert ist.



WARNUNG: Die Batterien niemals mit dem Hausmüll entsorgen.



Vážený zákazníku,

Blahopřejeme k nákupu domácího trenažéru ENERGETICS. Tento výrobek byl navržen a vyroben, aby splňoval potřeby a doporučení pro domácí použití. Před montáží a prvním použitím si pečlivě přečtěte návod. Uchovejte návod jako referenci pro používání a údržbu. Pokud máte jakékoli další otázky, obraťte se prosím na nás. Přejeme vám mnoho úspěchů a zábavy při tréninku,

Váš  ENERGETICS tým

Záruka

Kvalitní výrobky ENERGETICS jsou konstruovány a zkoušeny a certifikovány podle Evropské Normy EN 957.

Bezpečnostní pokyny

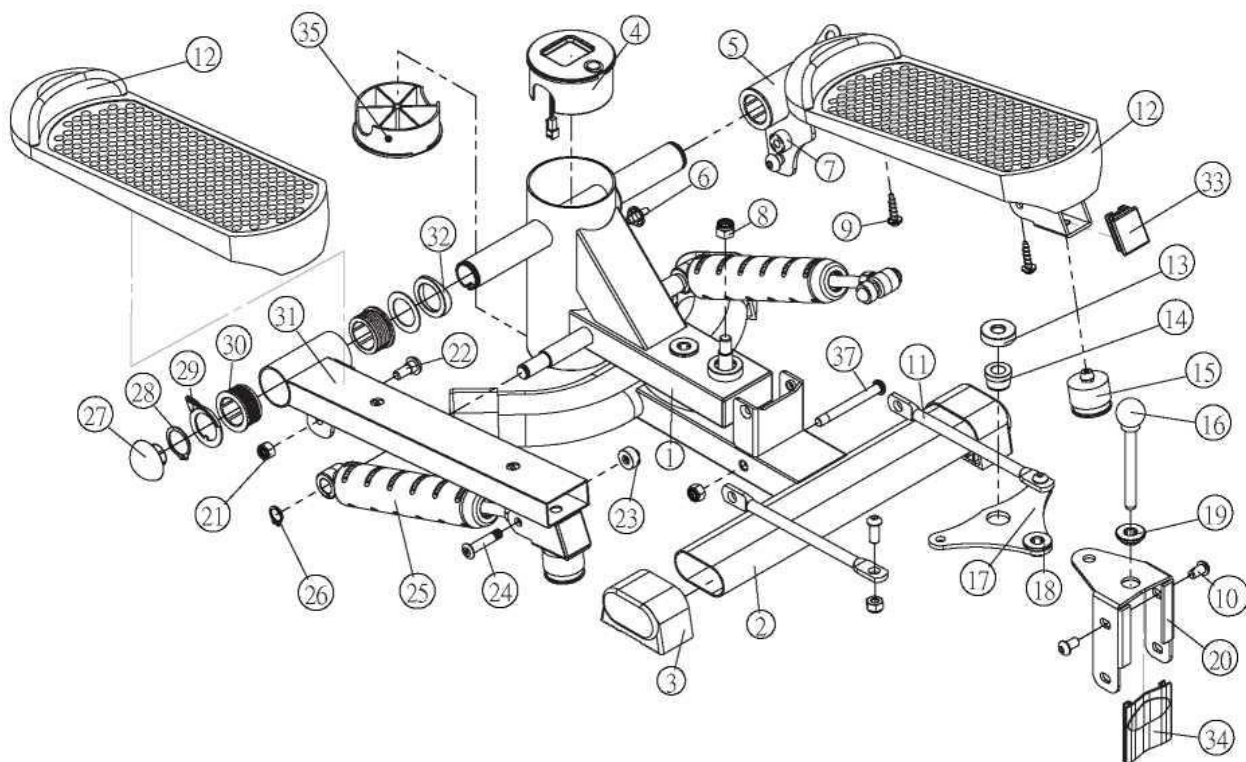
1. Dříve, než začnete s kterýmkoliv programem cvičení, poradte se se svým lékařem, aby Vám poradil s optimálním tréninkem.
2. Varování: nesprávný/ nadměrný trénink může způsobit poškození zdraví. Pokud se cítíte nepříjemně, přestaňte domácí trenažér používat.
3. Zajistěte, aby trénink začal až po správné montáži, nastavení a kontrole domácího trenažéru.
4. Začněte vždy zahřívacím kolem.
5. Používejte pouze originální díly ENERGETICS, jak jsou dodávány (viz kontrolní seznam).
6. Pečlivě dodržte montážní návod.
7. Pro montáž používejte pouze vhodné nástroje a v případě potřeby si vyžádejte pomoc.
8. Ujistěte se, že jsou přední kola umístěná ve správné poloze: viz montážní návod.
9. U nastavovacích dílů dbejte na maximální polohu, na kterou mohou být nastaveny.
10. Utáhněte všechny nastavovací díly, aby bylo zabráněno náhlým pohybům při tréninku.
11. Tento výrobek je určen pro dospělé. Zajistěte prosím, aby jej děti používaly výhradně pod dozorem dospělé osoby.
12. Zajistěte, aby byly přítomné osoby upozorněny na možná rizika při tréninku, např. na pohyblivé části.
13. Úroveň odporu lze nastavit podle Vaší osobní preference.
14. Zajistěte, aby byl pro používání domácího trenažéru dostatek prostoru.
15. Při montáži a demontáži domácího trenažéru dávejte pozor na neupevněné nebo pohyblivé díly.

Tento výrobek je vyroben výhradně pro domácí použití a je zkoušen pro maximální hmotnost osoby 100 kilogramů.

Péče a údržba

- Domácí trenažér by neměl být používán ani skladován ve vlhkých prostorách z důvodu možné koroze.
- Zkontrolujte nejméně jedenkrát za 4 týdny, zda jsou všechny spojovací díly těsně nasazeny a v dobrém stavu.
- V případě opravy požádejte prosím o radu svého prodejce.
- Vadné díly nahraďte okamžitě, nebo udržujte zařízení do opravy mimo provoz.
- Na opravu používejte výhradně originální náhradní díly.
- Na čištění rotopedu používejte vlhkou látku a vylučte použití agresivních detergentů.
- Po cvičení utřete okamžitě pot; pocení může znehodnotit vzhled a správnou funkci domácího trenažéru.

Rozvinutý výkres



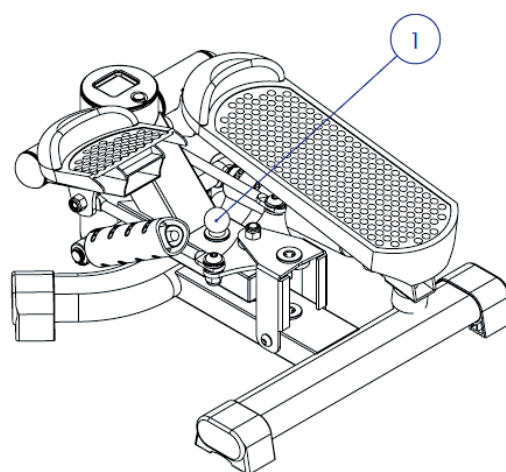
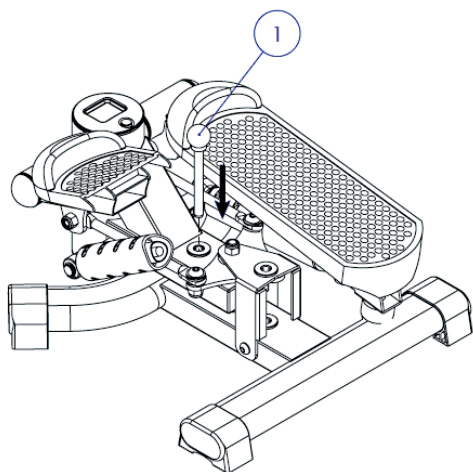
Seznam součástí

Součást	Popis	Počet	Součást	Popis	Počet
1	Hlavní rám	1	19	Pouzdro	2
2	Hlavní základna	1	20	Upevňovací třmen	1
3	Koncový kryt	4	21	Matka M8	5
4	Počítač	1	22	Šroub M8 x 20 mm	4
5	Podpěry nohy R	1	23	Matka M8	2
6	Snímač	1	24	Šroub M8 x 37 mm	2
7	Magnetický	1	25	válec	2
8	Matka M10	1	26	Kroužek C	2
9	Samorezný šroub M6 x 25 mm	4	27	Plastový kryt	2
10	Šroub M8 x 14 mm	4	28	Pojistný kroužek	2
11	Diagonální konektor	2	29	Kroužkové těsnění Ø38 mm	2
12	Opěrka nohou	2	30	Plastové pouzdro Ø38 mm	4
13	Plastová podložka	1	31	Podpěra nohy L	1
14	Pouzdro	1	32	Plastové pouzdro Ø38 mm	2
15	Zarážka	2	33	Plastový kryt	2
16	Pojistný kolík	1	34	Plastový kryt	1
17	Otočná deska	1	35	Plastový kryt	1
18	Pouzdro	1	36	Šroub M8 x 75 mm	1

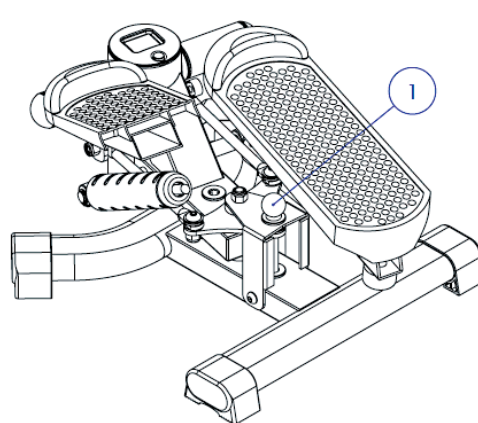
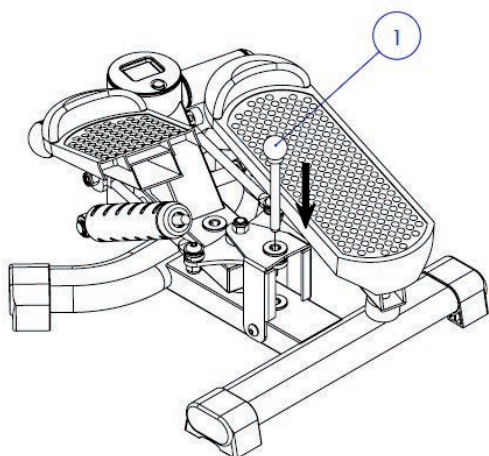
Používání

Pro zahájení cvičení:

1. Vložte závlačku do předního otvoru podle obrázku a přesvědčte se, že je správně zasunuta. Můžete začít s chůzí.



2. Vložte závlačku do zadního otvoru podle obrázku a přesvědčte se, že je správně zasunuta. Můžete začít s kolébáním.



Počítač



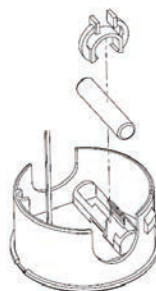
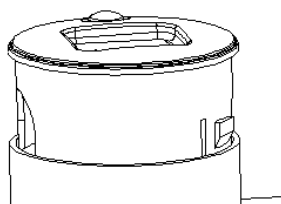
Stiskněte šedé tlačítko pod displejem LCD a zvolte funkci. Pro vynulování všech hodnot stiskněte a podržte tlačítko po dobu 3 sekund. Trojúhelníčky na displeji LCD ukazují na aktivované funkce. Po 4 minutách nečinnosti se počítač automaticky vypne.

- TIME:** Počítá dobu cvičení od 0:00 do 99:59 s přírůstkem jedné sekundy.
- COUNT:** Počítá kroky při každém cvičení.
- CALORIES:** Počítá odhadované množství kalorií spálených během cvičení.
- SCAN:** Automaticky postupně zobrazuje každou funkci.
- STRIDES/MIN:** Počítá kroky za minutu.

Výměna baterie

Nespustí-li se při zahájení cvičení počítač, vyměňte baterii.

1. Uchopte čelní panel LCD displeje a vytáhněte jej přímo nahoru. Počítač se vysune z hlavního rámu.
2. Sejměte klip baterie.
3. Vyměňte baterii z počítače a vložte novou baterii velikosti AAA. Dbejte na správnou polaritu +/- podle vyobrazení na bateriovém prostoru.
4. Vraťte klip na místo.
5. Vložte počítač do rámu. Zkontrolujte, zda je LCD panel správně otočen.



NEBEZPEČÍ: Nikdy nevyhazujte baterie a akumulátory do běžného odpadu



Vážení zákazník,

blahoželáme Vám, že ste si kúpili domáce cvičebné zariadenie od spoločnosti ENERGETICS. Tento výrobok bol navrhnutý a vyrobený tak, aby spĺňal potreby a požiadavky použitia v domácom prostredí. Pred zmontovaním a prvým použitím si pozorne prečítajte tento návod. Návod uschovajte pre prípad potreby a/alebo údržby. Obráťte sa na nás v prípade akýchkoľvek ďalších otázok. Želáme Vám veľa úspechov a zábavy počas cvičenia.

Váš  ENERGETICS tím

Záruka

Spoločnosť ENERGETICS ponúka vysoko kvalitné domáce cvičebné zariadenia odskúšané a certifikované v súlade s európskou normou EN 957.

Bezpečnostné pokyny

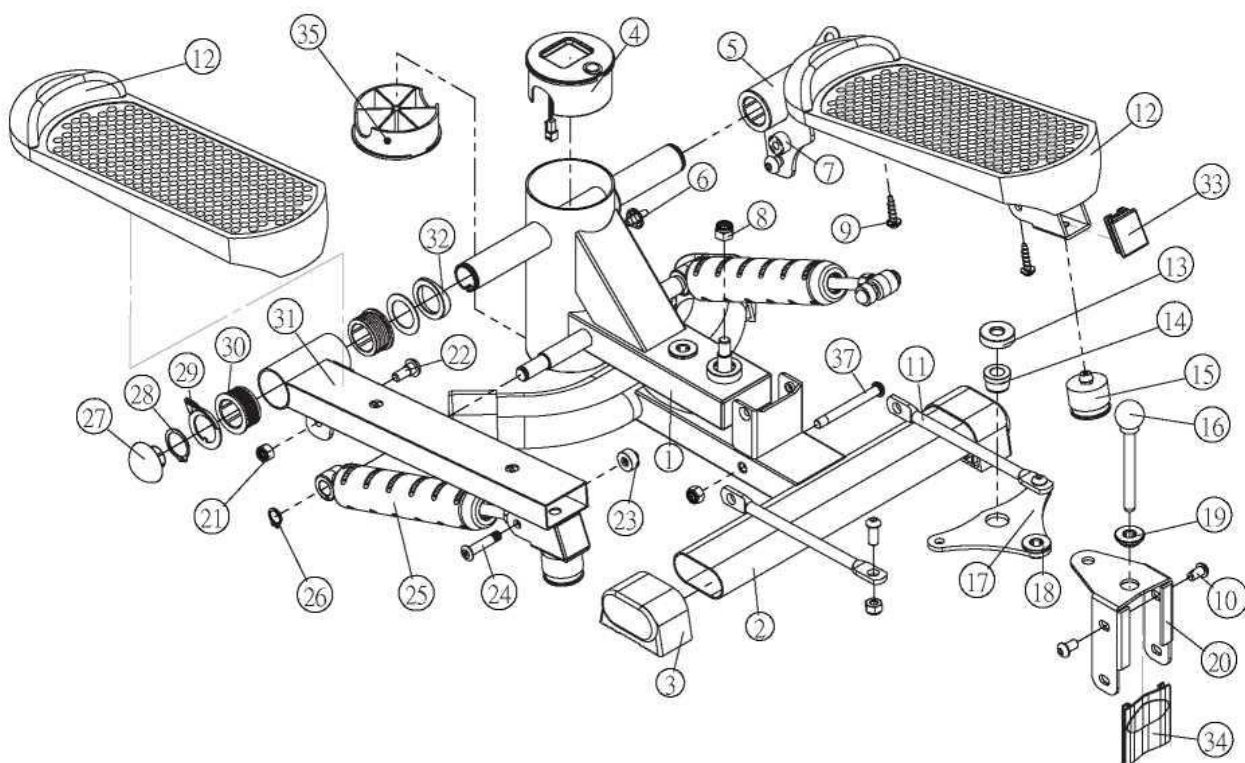
1. Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu sa poraďte so svojím lekárom o optimálnom cvičení.
2. Upozornenie: nesprávne/nadmerné cvičenie môže spôsobiť telesné zranenia. Prestaňte domáce cvičebné zariadenie používať, ak sa cítite neprijemne.
3. Uistite sa, že s cvičením začnete až po správnej montáži, nastavení a kontrole domáceho cvičebného zariadenia.
4. Vždy začnite fázou rozohriatia.
5. Používajte iba originálne časti, ktoré dodáva spoločnosť ENERGETICS (pozri kontrolný zoznam).
6. Pozorne dodržte kroky návodu na montáž.
7. Používajte iba náradie určené na montáž a v prípade potreby požiadajte o pomoc.
8. Umiestnite domáce cvičebné zariadenie na rovný nešmyklavý povrch.
9. Pri všetkých nastaviteľných častiach majte na pamäti maximálnu polohu, do ktorej môžu byť nastavené.
10. Dotiahnite všetky nastaviteľné časti, aby ste zabránili náhlemu pohybu počas cvičenia.
11. Tento výrobok je určený pre dospelých. Uistite sa, že deti ho budú používať iba pod dozorom dospelého.
12. Uistite sa, že prítomné osoby sú počas cvičenia informované o možných rizikách, napr. o pohyblivých častiach.
13. Úroveň odporu si môžete nastaviť podľa vášho osobného uprednostnenia.
14. Uistite sa, že na použitie domáceho cvičebného zariadenia je k dispozícii dostatok miesta.
15. Pri montáži alebo demontáži domáceho cvičebného zariadenia pamätajte na všetky neupevnené alebo pohyblivé časti.

Tento výrobok je určený iba na domáce použitie a je odskúšaný do maximálnej telesnej hmotnosti 100 kilogramov.

Starostlivosť a údržba

- Domáce cvičebné zariadenie nepoužívajte alebo neskladujete na vlhkom mieste kvôli novej korózii.
- Prinajmenšom každé štyri týždne skontrolujte, či sú všetky spájacie prvky pevne dotiahnuté a v dobrom stave.
- V prípade opravy požiadajte o radu predajcu.
- Okamžite vymeňte chybné časti a/alebo nepoužívajte zariadenie, kým nebude opravené.
- Na opravu používajte iba originálne náhradné diely.
- Domáce cvičebné zariadenie čistite vlhkou utierkou a pri čistení bicykla sa vyvarujte použitia agresívnych čistiacich prostriedkov.
- Po cvičení okamžite utrite pot; pot môže poškodiť vzhľad a správnu funkciu domáceho cvičebného zariadenia.

Zväčšený náčres



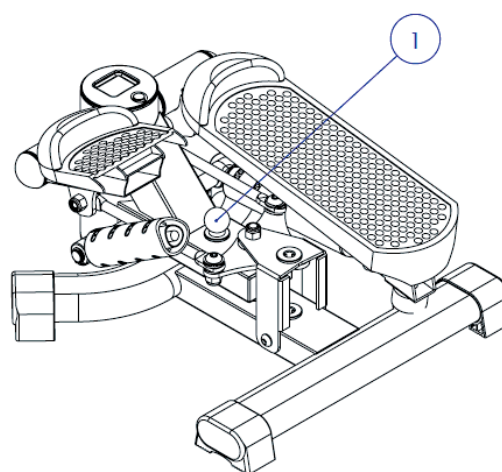
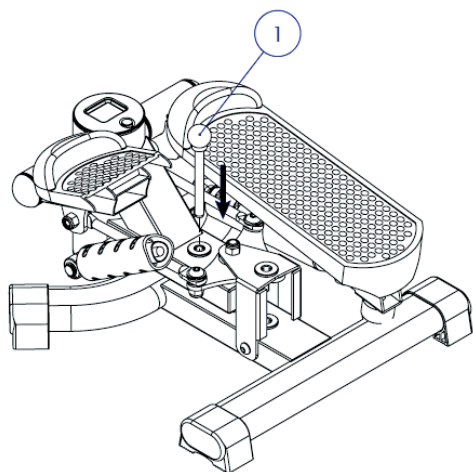
Zoznam dielov

Diel	Opis	Počet	Diel	Opis	Počet
1	Hlavný rám	1	19	Puzdro	2
2	Hlavná základňa	1	20	Upevňovacie strmene	1
3	Koncový kryt	4	21	Matka M8	5
4	Počítač	1	22	Skrutka M8 x 20 mm	4
5	Podpera nôh R	1	23	Matka M8	2
6	Snímač	1	24	Skrutka M8 x 37 mm	2
7	Magnetický	1	25	valec	2
8	Skrutka M10	1	26	Krúžok C	2
9	Samorezná skrutka M6 x 25 mm	4	27	Plastový kryt	2
10	Skrutka M8 x 14 mm	4	28	Poistný krúžok	2
11	Diagonálny spoj	2	29	Podložka Ø38 mm	2
12	Opierka nôh	2	30	Plastové puzdro Ø38 mm	4
13	Plastová podložka	1	31	Podpera nôh L	1
14	Puzdro	1	32	Plastová podložka Ø38 mm	2
15	Zarážka	2	33	Plastový kryt	2
16	Poistný kolík	1	34	Plastový kryt	1
17	Otočná doska	1	35	Plastový kryt	1
18	Puzdro	1	36	Skrutka M8 x 75 mm	1

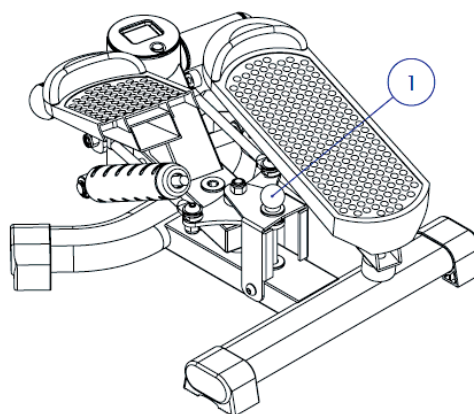
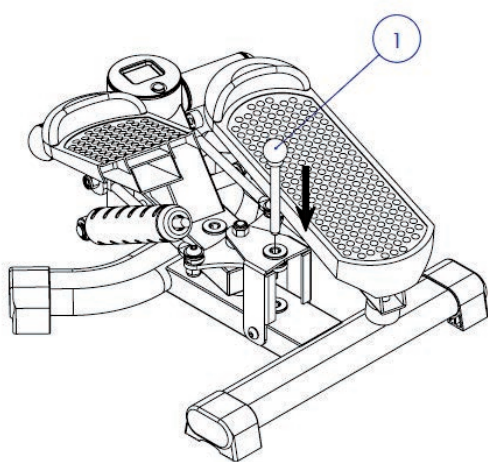
Používanie

Začatie cvičenia na stepperi:

1. Vložte poistný kolík predného otvoru podľa obrázka a uistite sa, či je správne zasunutý. Potom môžete začať cvičiť.



2. Vložte poistný kolík do zadného otvoru podľa obrázka a uistite sa, či je správne zasunutý. Potom sa môžete začať otáčať.



Počítač



Ak chcete vybrať jednotlivú funkciu, stlačte sivé tlačidlo pod LCD displejom. Na resetovanie všetkých hodnôt na nulu podržte tlačidlo 3 sekundy. Trojuholníky na LCD displeji ukazujú na aktívované funkcie. Počítač sa automaticky vypne po 4 minútach nečinnosti.

TIME (Čas) Počíta čas cvičenia od 0:00 do 99:59 po jednej sekunde.

COUNT (Počítadlo): Počíta počet krokov vykonaných počas každého cvičenia.

CALORIES (Kalórie) Vypočíta predpokladaný počet kalórií, ktoré sa spália počas cvičenia.

(Kalórie)

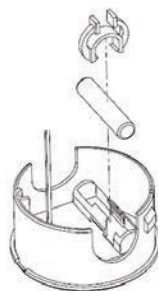
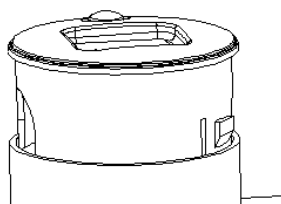
SCAN: Postupne sa automaticky zobrazia jednotlivé funkcie.

STRIDES/MIN (Počet krokov/min): Počíta počet krokov za minútu vykonaných počas cvičenia.

Výmena batérie

Ak sa počítač pri začatí cvičenia nezapne, je pravdepodobne potrebné vymeniť batériu.

1. Uchopte čelný LCD displej a potiahnite ho smerom hore. Počítač sa vysunie zo zariadenia.
2. Odstráňte svorku, ktorá drží batériu na mieste.
3. Vyberte batériu z priestoru pre batérie a nahraďte ju novou batériou typu AAA. Dodržiavajte správnu polaritu +/- podľa obrázka v priestore pre batériu.
4. Vráťte svorku na miesto.
5. Vráťte počítač späť do zariadenia. Skontrolujte, či je LCD displej správne orientovaný.



NEBEZPEČENSTVO: Batérie a batériové články nikdy nevhadzujte do komunálneho odpadu.



Tisztelt Ügyfelünk!

Ezúttal szeretnénk gratulálni, hogy az ENERGETICS szobabicikli edzőkészüléket választotta! A termék otthoni használatra került kifejlesztésre, az ilyen jellegű igények és követelmények kielégítése céljából. A készülék összeszerelése és használatbavétele előtt kérjük, gondosan tanulmányozza át ezt az útmutatót! Fitness-készülékének megfelelő használatának érdekében kérjük, őrizze meg az útmutatót a későbbi kérdések tisztázása céljából! További kérdések esetén természetesen örömmel állunk rendelkezésére. Sok sikert kívánunk az edzéshez!

Az Ön  ENERGETICS - csapata

Garancia

Az ENERGETICS minőségi termékek úgy kerültek kifejlesztésre és gyártásra, hogy azokat elkötelezett fitnessedzésre alkalmazzák. Ez a termék megfelel az EN 957 európai szabvány követelményeinek.

Biztonsági utalások

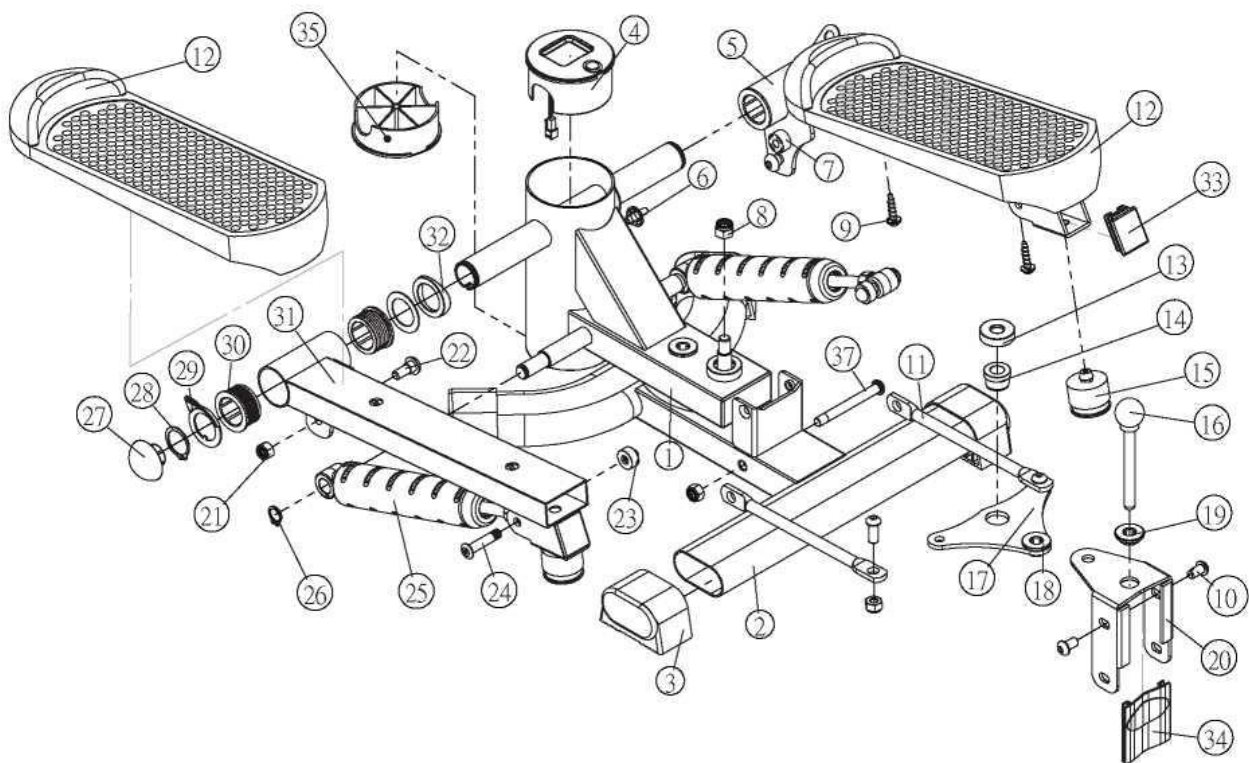
1. Egészségügyi korlátozások vagy egyéni és személyes edzési paraméterek esetén kérjük, forduljon először orvosához! Orvosa tud megfelelő felvilágosítással szolgálni, hogy Önnek milyen edzéstípus és terhelés a megfelelő.
2. Figyelem: A rosszul megválasztott és túlzott edzés veszélyeztetheti az Ön egészségét!
3. Az edzéshez csak akkor fogjon hozzá, miután meggyőződött róla, hogy a szobabicikli készüléket megfelelően szerelte össze és állította be!
4. Az edzést mindig bemelegítéssel kezdje!
5. Kizárólag a szállítási csomag részét képező eredeti ENERGETICS tartozékokat használjon (lásd ellenőrzőlista)!
6. A készülék összeszerelésekor pontosan az összeszerelési utasítások szerint járjon el!
7. Az összeszereléshez kizárólag alkalmas szerszámokat használjon; adott esetben vegye igénybe másik személy segítségét!
8. A készüléket sima, csúszásmentes felületen állítsa fel!
9. Minden állítható résznél ellenőrizze, hogy a legfelső állások megfelelően vannak beállítva!
10. Az edzés megkezdése előtt húzzon meg minden állítható részt annak érdekében, hogy megakadályozza az ilyen részek meglazulását az edzés közben!
11. A készülék felnőtt személyek edzésére lett kifejlesztve. Biztosítsa, hogy a készülék gyerekek általi használata kizárólag felnőttek felügyelete mellett történjen!
12. Figyelmeztesse a jelenlevő személyeket a lehetséges – például mozgó alkatrészek általi – veszélyekre!
13. Az ellenállás egyéni igényei szerint állítható be.
14. Győződjön meg róla, hogy a szobabicikli használatához megfelelő hely áll rendelkezésre!
15. A szobabicikli készülék össze- és szétszerelésekor ügyeljen a nem rögzített vagy mozgó alkatrészekre!

Ez a készülék kizárólag otthoni használatra lett kifejlesztve, maximális terhelhetősége 100 kilogramm.

Karbantartás

- Az edzőkészüléket mindig száraz és meleg helyiségben tárolja! Rendszeresen minden négy hét után ellenőrizze a készüléket, és húzza meg az összes csavart!
- Abban az esetben hogy elromlik a gép, lépjen kapcsolatban a eladóval akinél a gépet vásárolta.
- A javításhoz csak eredeti alkatrészeket használjon.
- A készülék tisztításához enyhén szappanos vizet használjon. Általában lágy tisztítószereket használjon, kerülje a súrolószereket!
- A edzés után törölje le a gépet egy nedves szappanos rongyal, ne használjon erős pucolószereket ehez.

Sematikus rajz



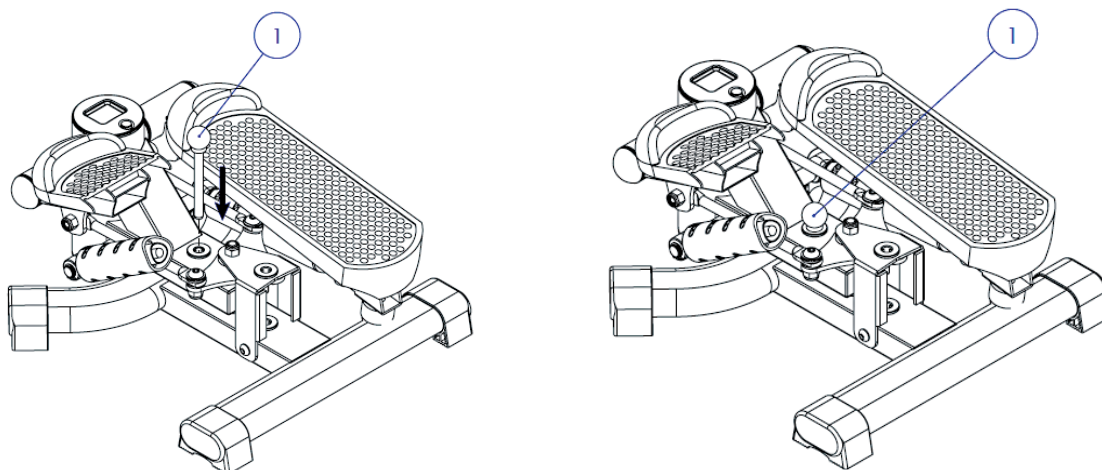
Alkatrészek listája

Alkatrész	Leírás	Menny.	Alkatrész	Leírás	Menny.
1	Fő váz	1	19	Csapágypersely	2
2	Fő alap	1	20	Rögzítőlemez	1
3	Végződésfedél	4	21	Anya M8	5
4	Számítógép	1	22	Csapszeg M8 x 20 mm	4
5	Lábtartó - Jobb	1	23	Anya M8	2
6	Érzékelő	1	24	Csapszeg M8 x 37 mm	2
7	Mágnes	1	25	Henger	2
8	Anya M10	1	26	C-gyűrű	2
9	Önrögzítő csavar M6 x 25 mm	4	27	Műanyag védőkupak	2
10	Csapszeg M8 x 14 mm	4	28	Zárógyűrű	2
11	Diagonális csatlakozó	2	29	Alátét Ø38 mm	2
12	Lábtartó	2	30	Műanyag csapágypersely Ø38 mm	4
13	Műanyag alátét	1	31	Lábtartó - Bal	1
14	Csapágypersely	1	32	Műanyag csapágypersely Ø38 mm	2
15	Stopper	2	33	Műanyag védőkupak	2
16	Zárókód	1	34	Műanyag fedél	1
17	Tolatólemez	1	35	Műanyag védőkupak	1
18	Csapágypersely	1	36	Csapszeg M8 x 75 mm	1

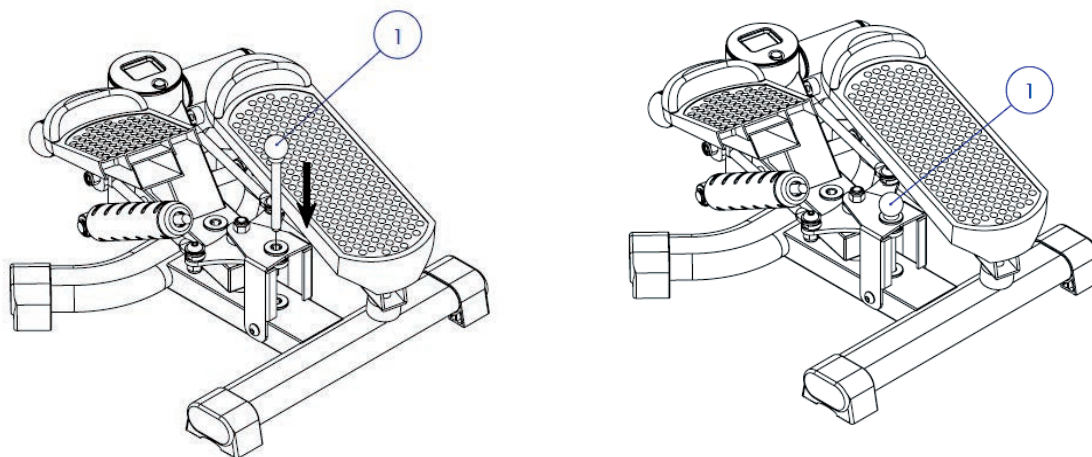
Használat

A szteppelés megkezdéséhez:

1. Az ábrán látható módon helyezze be a rögzítőcsapot az elülső nyílásba, és győződjön meg róla, hogy a rögzítőcsap megfelelően rögzüljön. Ezután elkezdheti a szteppelést.



2. Az ábrán látható módon helyezze be a rögzítőcsapot a hátsó nyílásba, és győződjön meg róla, hogy a rögzítőcsap megfelelően rögzüljön. Ezután elkezdheti a swing edzést.



Számítógép



Nyomja le az LCD alatt lévő szürke gombot a megfelelő funkció kiválasztásához. Az összes érték lenullázásához 3 másodpercig tartsa lenyomva a gombot. Az LCD-n lévő háromszögek az aktivált funkciókat jelölik. 4 perc inaktivitás után a számítógép automatikusan kikapcsol.

IDŐ: Az edzési időt számlálja 0:00-tól 99:59-ig, másodperces lépésenként.

SZÁMLÁLÓ: A lépések számát számlálja minden egyes edzés során.

KALÓRIÁK: Az edzés során elégetett kalóriák kb. számát számlálja.

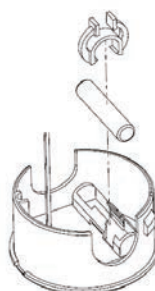
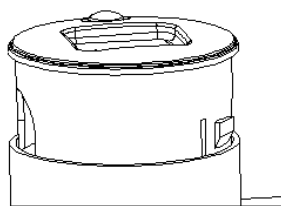
SCAN: Automatikusan megjeleníti egymás után az egyes funkciókat.

LÉPÉSEK/PERC: A lépések percenkénti számát számlálja az edzés során.

Elemcsere

Amennyiben a számítógép nem kapcsol be az edzés elején, előfordulhat, hogy az elemet ki kell cserélni.

1. Fogja meg az LCD felső paneljét, és húzza felfelé. A számítógép-egység kicsúszik a főegységből.
2. Távolítsa el az elemet rögzítő elemet.
3. Vegye ki az elemet az elemtartó rekeszből, és cserélje ki egy új AAA elemre. Ügyeljen az elemtartó rekeszben megjelölt +/- polarításra.
4. Tegye vissza a rögzítőelemet.
5. Helyezze vissza a számítógép-egységet a főegységbe. Győződjön meg róla, hogy az LCD panel megfelelően helyezkedik el.



VESZÉLY: Soha ne keverje össze az elemeket, és ne tárolja ezeket a többi hulladékkal



