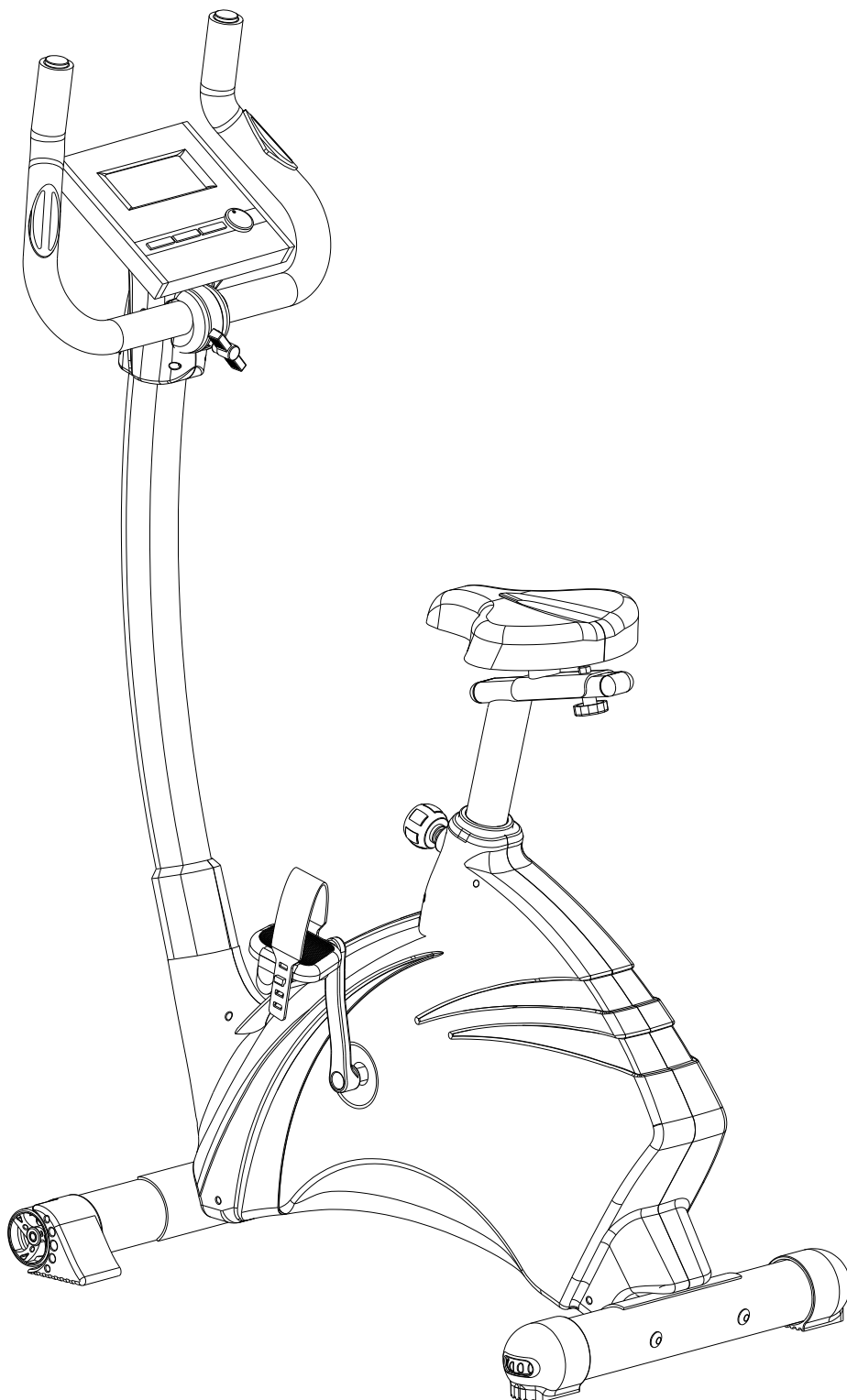




CT 610 ERGOMETER



GB

D

CZ

SK

HU

Table of contents - Inhaltsverzeichnis - Obsah - Obsah - Tájékoztató

| | | |
|-----------|---|----|
| English | P | 3 |
| Deutsch | P | 16 |
| Česky | P | 29 |
| Slovensky | P | 42 |
| Magyar | P | 55 |

© 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,

GB

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.

ENERGETICS warrants to the original purchaser 3 years against possible defects in material and workmanship. Excluded are damages caused by misuse and wearing parts. All electronic parts are warranted for a period of 1 year. The warranty period starts at the date the product was purchased (retain your sales receipt).

Safety instruction

- Consult your physician before starting with any exercise programme to receive advice on the optimal training.
- Warning: incorrect/ excessive training can cause health injuries. Stop using the home exerciser when feeling uncomfortable.
- Ensure that training only starts after correct assembly, adjustment and inspection of the home exerciser.
- Always start with a warm-up session.
- Only use original ENERGETICS parts as delivered (see checklist).
- Follow the steps of the assembly instruction carefully.
- Only use suitable tools for assembly and ask for assistance if necessary.
- Place the home exerciser on an even, non-slippery surface.
- Use the height adjustment caps on the rear tube to ensure a stable position of the home exerciser.
- Make sure the front wheels are placed in the correct position: see assembly instruction.
- For all adjustable parts be aware of the maximum position to which they can be adjusted.
- Tighten all adjustable parts to prevent sudden movement while training.
- This product is designed for adults. Please ensure that children only use it under the supervision of an adult.
- Ensure that those present are aware of possible hazards, e.g. movable parts during training.
- The resistance level can be adjusted to your personal preference.
- Do not use the home exerciser without shoes or loose shoes.
- Ensure that sufficient space is available to use the home exerciser.
- Be aware of non-fixed or moving parts whilst mounting or dismounting the home exerciser.

- The resistance can be changed by computer
- This product is made for home use only and tested up to a maximum body weight of 120 kilograms
- Keep special attention to the minimum insertion depth of the seat post.

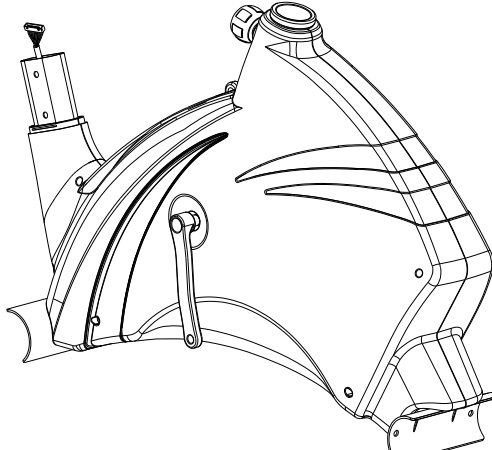
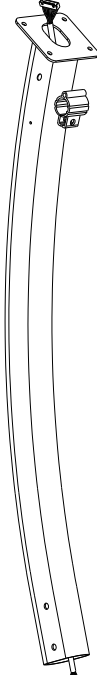
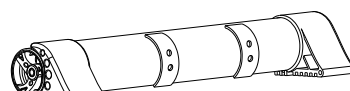

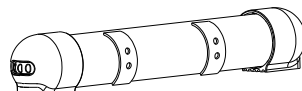


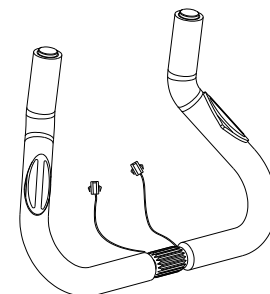

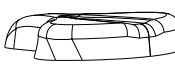



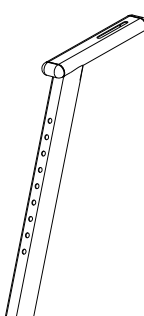
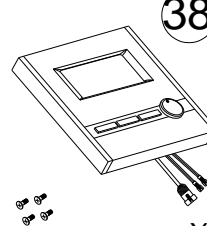

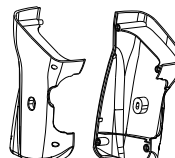
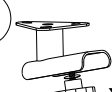






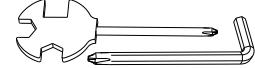


Handling

- A. After assembly, the rear stabilizer can be adjusted to accommodate slightly uneven ground. Turn the adjustment knobs on the ends of the rear foot caps to level the rear stabilizer to the floor.
- B. The transportation wheels on the front foot caps allow for easy manoeuvring. Simply pull back on the handlebars until the wheels touch the floor. Then roll the unit to a desired location.
- C. The handle bar can be adjusted to personal preference. Loosen the handle bar fixing tube. Rotate the handle bar to the desired position and retighten the fixing tube.
- D. The height of the seat post can be adjusted by first loosening the height adjustment knob, moving the seat post to the desired height then tightening the height adjustment knob.

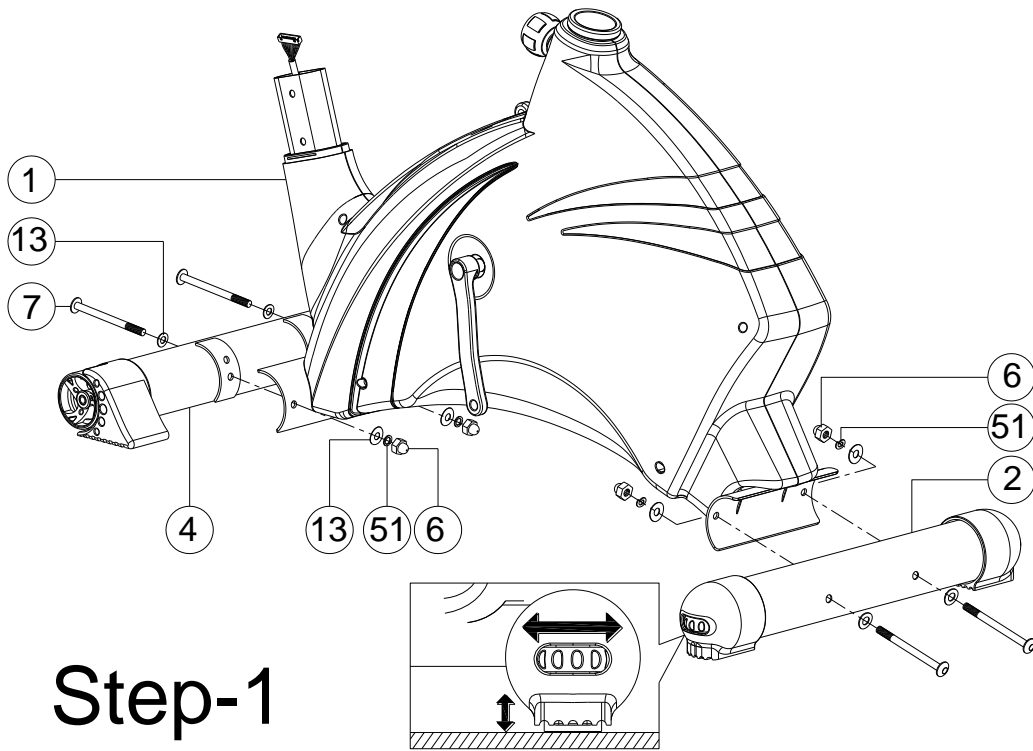
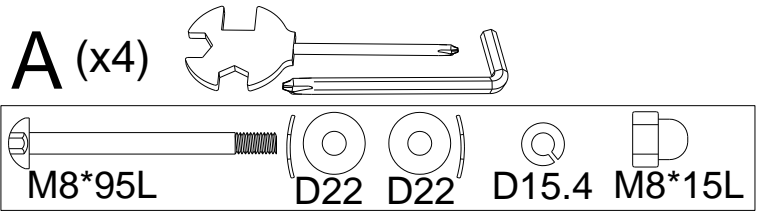
Care and Maintenance

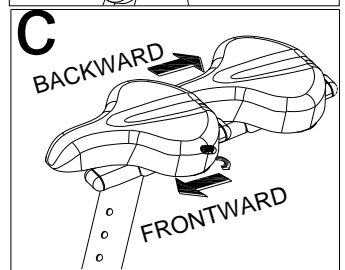
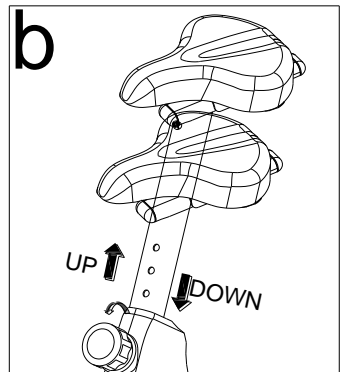
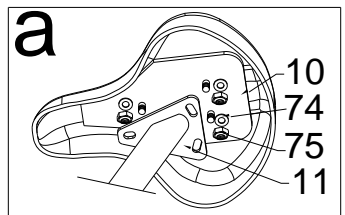
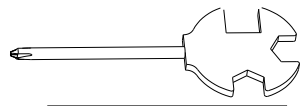
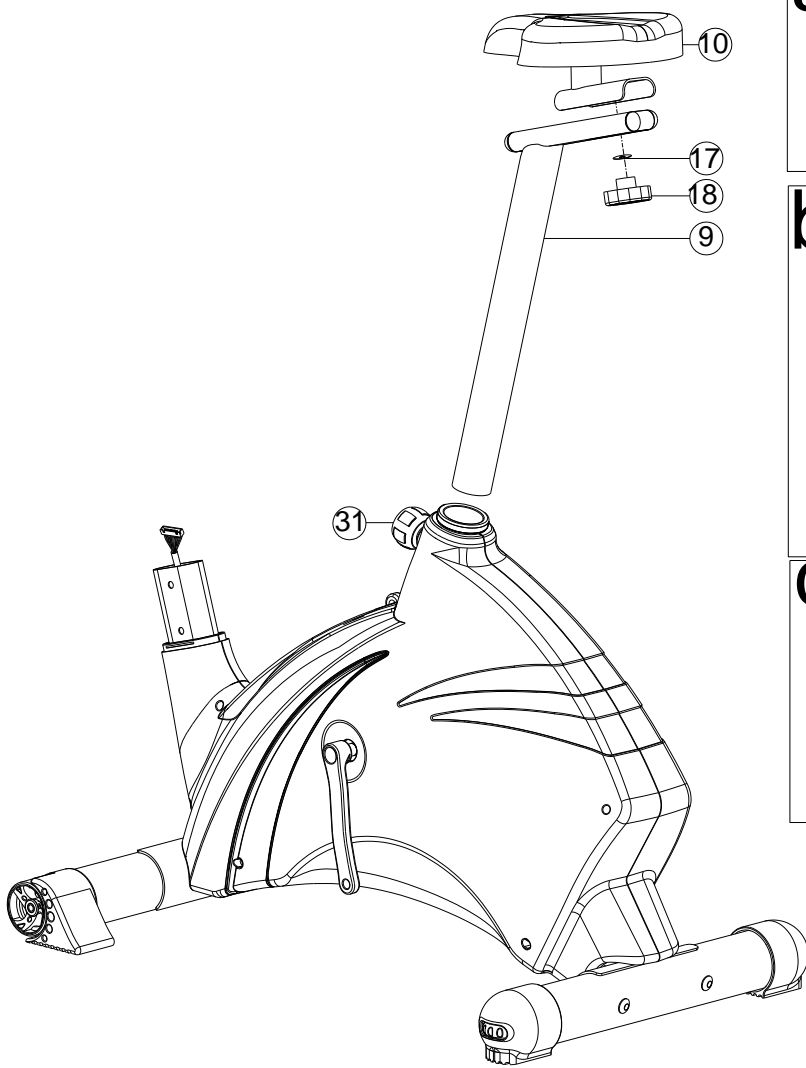
- The home exerciser should not be used or stored in a moist area because of possible corrosion.
- Check at least every 4 weeks that all connecting elements are tightly fitted and in good condition.
- In case of repair please ask your dealer for advice.
- Replace defective components immediately and/or 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.

Checklist

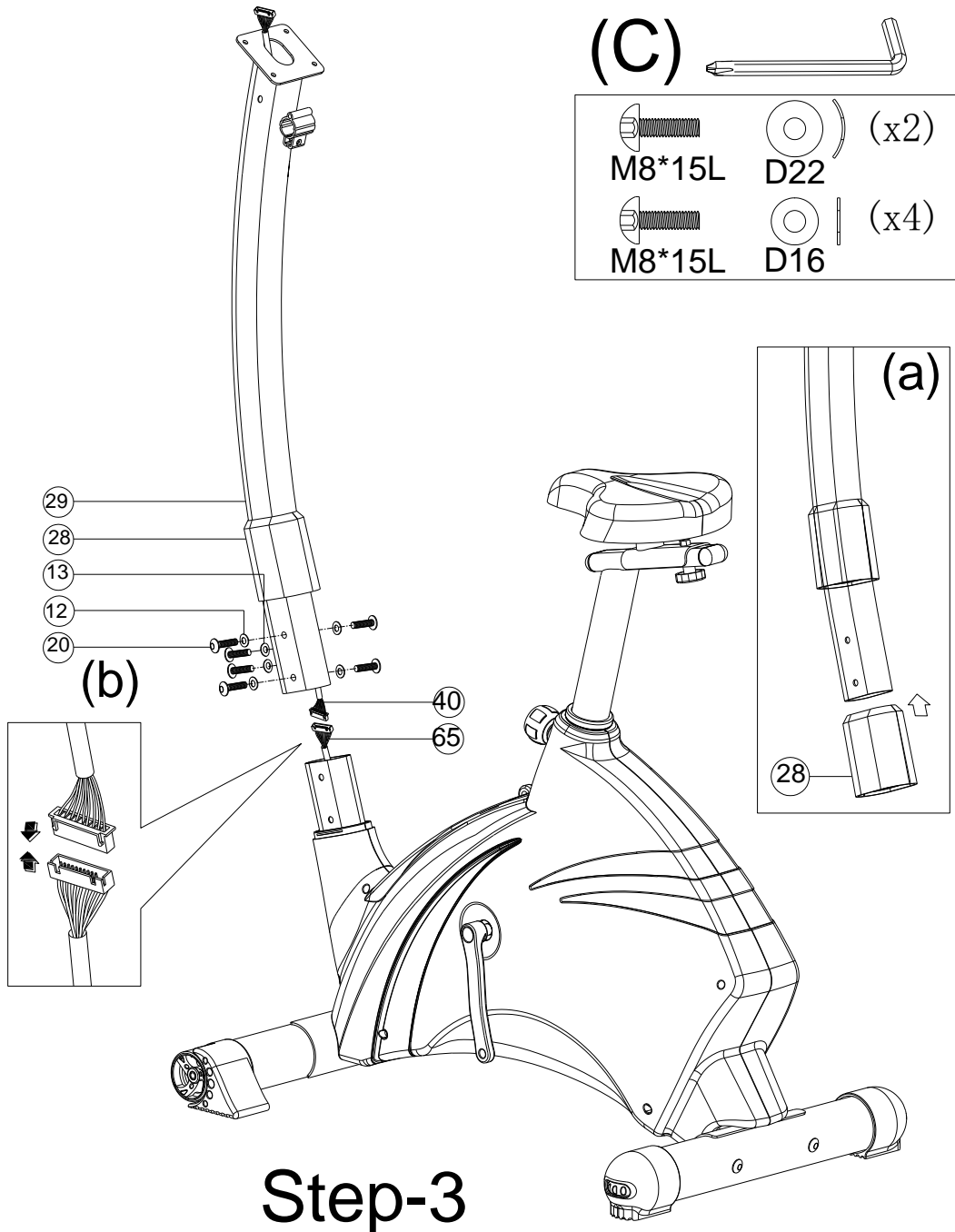
| | | | | | |
|--|-------------------|--|--|---|---------------------|
|  | | 1 x1 |  | | 29 x1 |
|  | 4 x1 |  | 28 x1 | | |
|  | 2 x1 |  | 42 x1 | 46L&R  | |
|  | 36 x1 |  | 45 x1 |  | |
| | |  | 44 x1 | 10 x1 | |
| | |  | 43 x1 | | |
| | |  | 37 x1 |  | |
|  | 38 x1 |  | 15 x1 | 41L&R  | |
|  | 11 x1 | | | 9 x1 | |
| 7  | M8*1.25*95L x4 | 13  | D22*D8.5*1.5T x10 | 51  | D15.4*D8.2*2T x4 |
| 20  | M8*1.25*15L x6 | 12  | D16*D8.5*1.2T x4 | 14  | M5*12L x2 |
|  | x1 | 6  | M8*1.25*15L x4 | 69  | ST4*15L x4 |

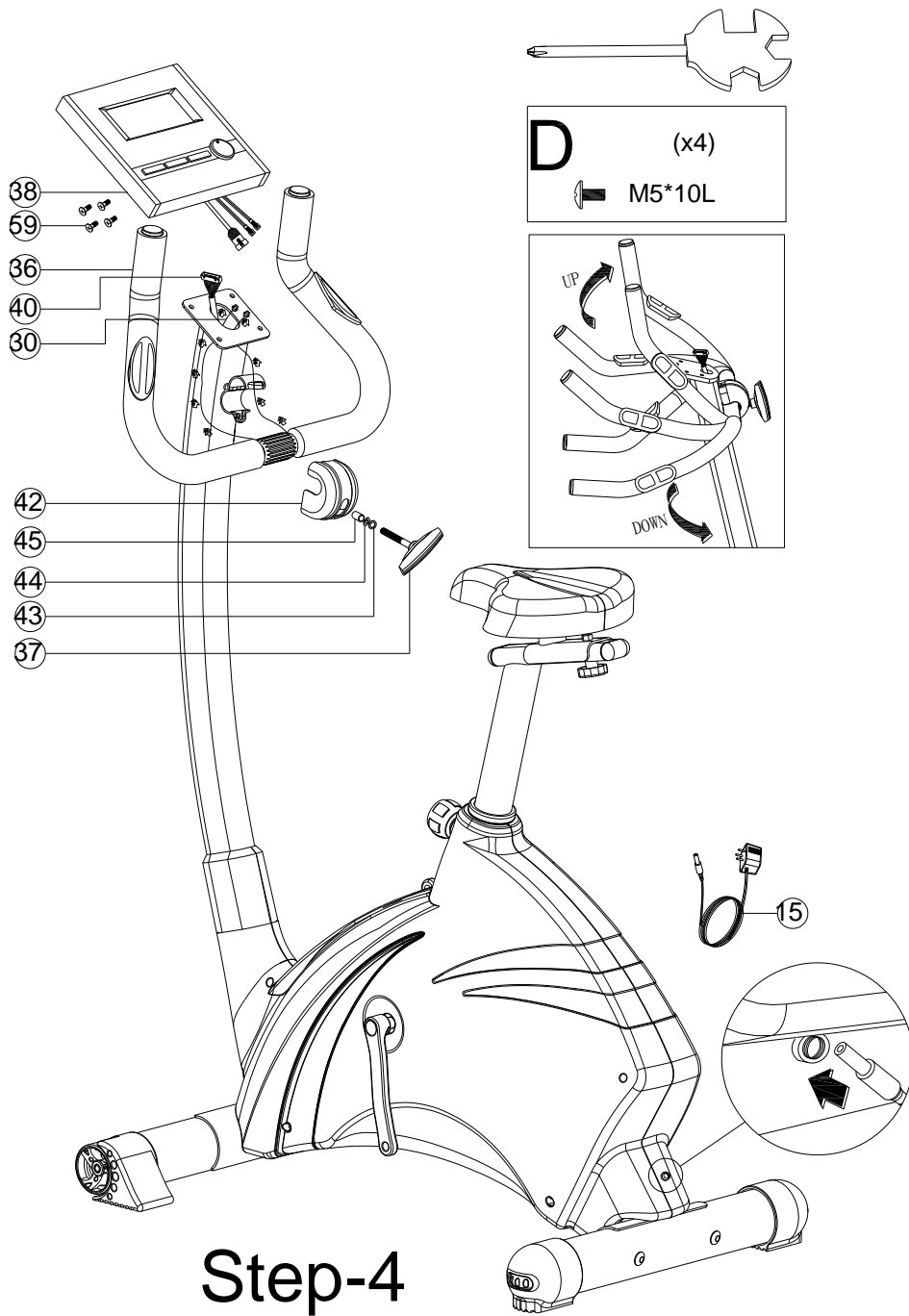
Assembly instruction

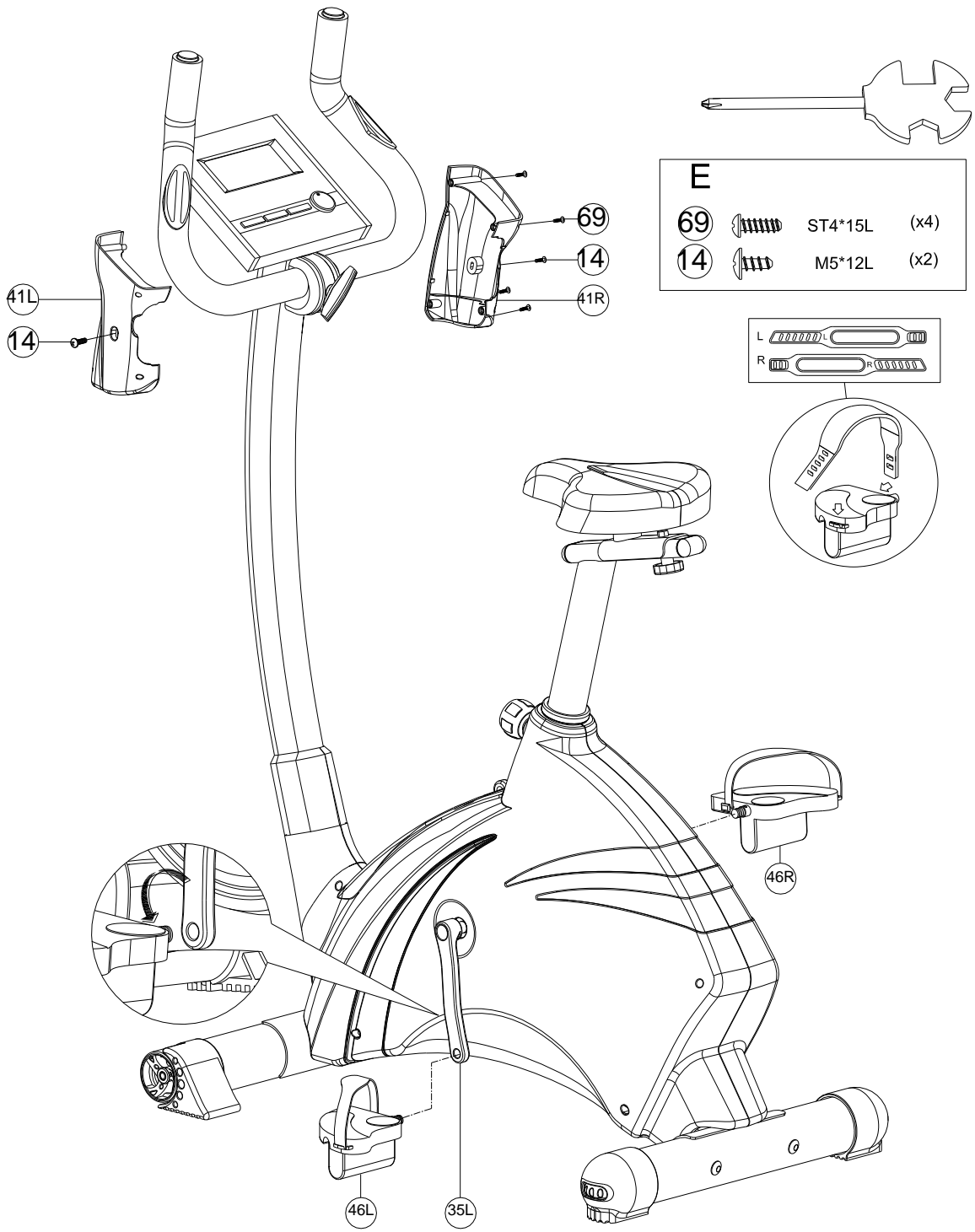




Step-2

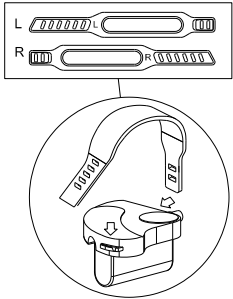






E

| | | | |
|----|--|---------|------|
| 69 | | ST4*15L | (x4) |
| 14 | | M5*12L | (x2) |



Step-5

Computer manual



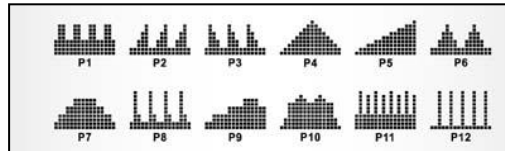
Function

| | |
|--------------|--|
| SCAN | Alternates between WATTS/CALORIES and RPM/SPEED. 6 seconds per display. |
| RPM | 0~15~999 |
| SPEED | 0.0~99.9 km/h |
| TIME | 0:00~99:59 The TM totals the riding time from the last RESET operation. |
| DISTANCE | 0.00~99.99 km |
| CALORIES | 0~999 |
| WATT | 0~999 |
| PULSE | 30~240 |
| HEART SYMBOL | ON/OFF flashes |
| MANUAL | 1~16 level |
| PROGRAM | P1~P12 |
| USER | U1~U4 |
| H.R.C | 55%、75%、90%、IND (TARGET) |
| USER DATA | U0 ~U4 (U1 ~ U4 memorized user data) |

FUNCTION DESCRIPTION

MANUAL Set the resistance level using the dot matrix display then (if required) set exercise parameters TIME/DISTANCE / CALORIES / PULSE then press ST/STOP to START manual program.

PROGRAM 12 automatic adjusting programs with control exercise (P1~P12), Resistance level can be adjusted during the program.



WATTS Default WATTS value is 100. User can adjust WATTS value using the UP / DOWN knob. The entered WATTS will be maintained automatically regardless of speed.

USER Create your own Program profile through U1~U4 by setting the resistance level for each individual segment. Then the Program will be automatically saved for future use. U0 ENTER can be set the same as U1~U4 but this Program cannot be saved.

H.R.C HEART RATE CONTROL- Select your own target Heart Rate of choose one of the preset programs 55%, 75%, or 90%. Please enter your age into the User Data to ensure that your target heart rate is set correctly. The PULSE display will flash when you have reached your target heart rate according to the Program you have chosen.

- i. 55% -- DIET PROGRAM
- ii. 75% -- HEALTH PROGRAM
- iii. 90% -- SPORTS PROGRAM
- iv. TARGET—USER SET TARGET HEART RATE

RECOVERY When you have finished your workout, press RECOVERY. For RECOVERY to function correctly, it needs your Heart Rate input. TIME will count - from 1 minute and then your fitness level from F1 to F6 will be displayed.

NOTE: during RECOVERY, no other displays will operate

| Score [Ⓢ] | Condition [Ⓢ] | Heart Rate [Ⓢ] (from test HR minus end HR) [Ⓢ] |
|--------------------|-------------------------------|--|
| F1 [Ⓢ] | Excellent [Ⓢ] | Above 50 [Ⓢ] |
| F2 [Ⓢ] | Good [Ⓢ] | 40 ~ 49 [Ⓢ] |
| F3 [Ⓢ] | Average [Ⓢ] | 30 ~ 39 [Ⓢ] |
| F4 [Ⓢ] | Fair [Ⓢ] | 20 ~ 29 [Ⓢ] |
| F5 [Ⓢ] | Poor [Ⓢ] | 10 ~ 19 [Ⓢ] |
| F6 [Ⓢ] | Very Poor [Ⓢ] | Under 10 [Ⓢ] |

USER DATA U0~U4 are user's Personal Programs (refer Personal). Users should enter their gender, age, height and weight. Only data for U1 to U4 will be saved. U0 is for casual users.

OPERATION

1. After power-on U1 by default but you can select any User ENTER by turning the UP/DOWN knob the press the ENTER key for confirmation. Thereafter, sex, age, height, weight and other personal information can changed top right display. please press ENTER key for confirmation again.
2. Function Control display will flash indicating you can select the Programs P1-P12 by turning UP/DOWN knob and then press ENTER key for confirmation. Any of the default values can be changed by pushing the ENTER key until the desired display is flashing. Press the ENTER key again for confirmation.
3. When the Program and other protocols are entered press START/STOP key and begin your workout.

KEY FUNCTIONS

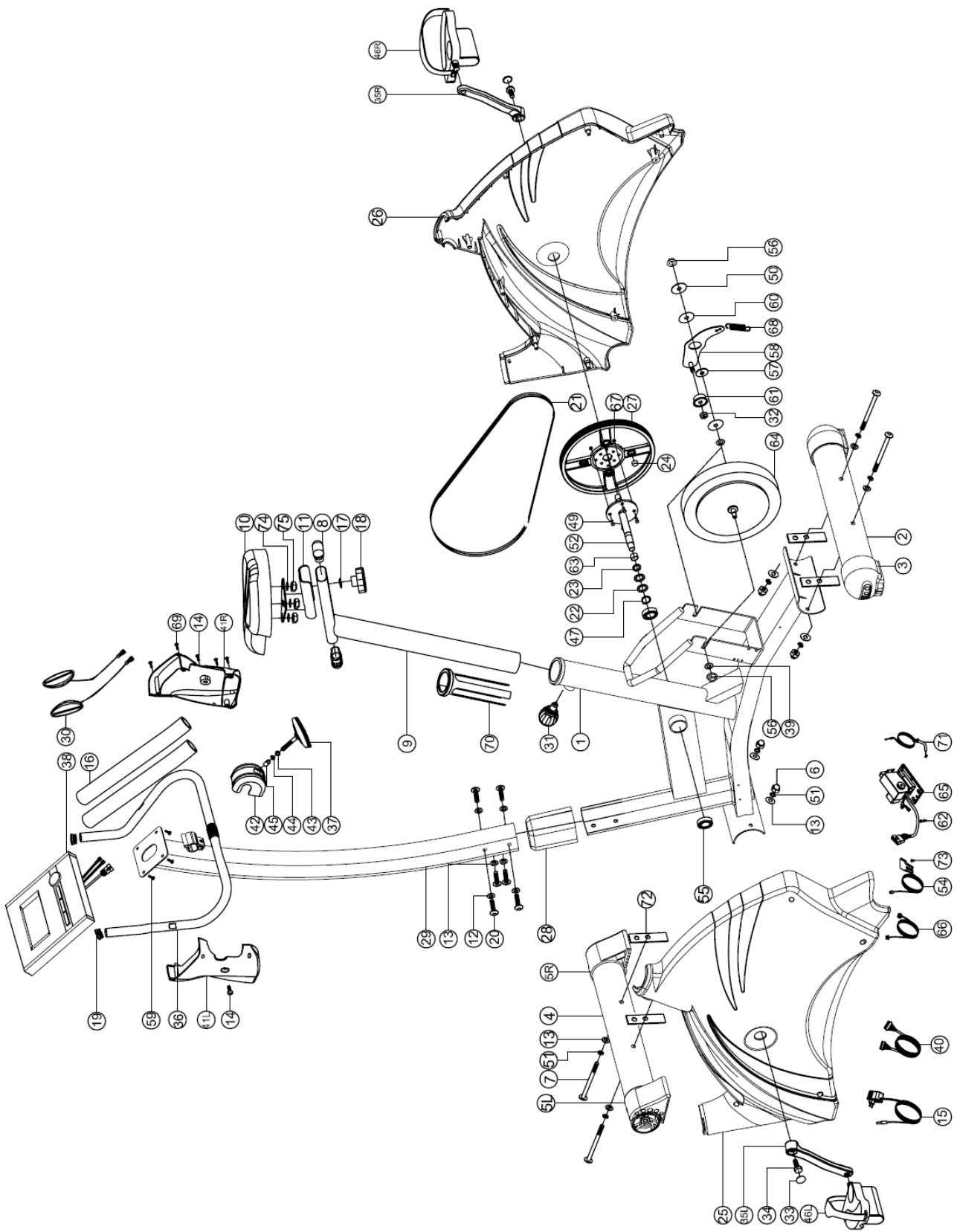
| | |
|--------------|--|
| ENTER KEY | Function select and confirmation key. PUSH |
| UP/DOWN KNOB | Increase and decrease or select option. ROTATE |
| RESET KEY | Reset all displays to default values. |
| ST/STOP KEY | Start/stop key |
| RECOVERY KEY | Fitness test by measuring your recovery rate. |

TIPS

Option: Plug in AC Adaptor (**6 VOLT, 1A**).

Keep moisture away from computer

Exploded drawing



Partlist

| No. | Description | Qty | No. | Description | Qty |
|-----|--------------------------------|-----|---------|-----------------------------|-----|
| 1 | Main frame | 1 | 39 | Flat washer D22*D10*2T | 2 |
| 2 | Rear stabilizer | 1 | 40 | Upper computer cable | 1 |
| 3 | Adjustable foot cap | 2 | 41L | Left computer bracket | 1 |
| 4 | Front stabilizer | 1 | 41R | Right computer bracket | 1 |
| 5L | Left moveable foot cap | 1 | 42 | Cover for handlebar | 1 |
| 5R | Right moveable foot cap | 1 | 43 | Flat washer D16*D8.5*1.2T | 1 |
| 6 | Domed nut | | 44 | Spring washer D15.4*D8.2*2T | 1 |
| 7 | Allen bolt M8*1.25*95L | 4 | 45 | Bushing | 1 |
| 8 | Oval cap 25*50*28L | 2 | 46L/46R | Pedal set | 1 |
| 9 | Seat post | 1 | 47 | C ring S-16 (1T) | 1 |
| 10 | Seat | 1 | 48 | Nylon nut M6*1.0*6T | 4 |
| 11 | Seat adjustable tube | 1 | 49 | Allen bolt M6*1.0*15L | 4 |
| 12 | Flat washer D16*D8.5*1.2T | 4 | 50 | Plastic washer D50*D10*1.0T | 2 |
| 13 | Curved washer D22*D8.5*1.5T | 10 | 51 | Spring washer D15.4*D8.2*2T | 4 |
| 14 | Cross screw M5*0.8*12L | 2 | 52 | Crank axle | 1 |
| 15 | Adaptor | 1 | 53 | Buffer | 4 |
| 16 | Foam 575L | 2 | 54 | Sensor cable | 1 |
| 17 | Flat washer D25*D8.5*2T | 1 | 55 | Bearing #99502 | 2 |
| 18 | Knob | 1 | 56 | Anti-loosen nut | 2 |
| 19 | Half ball cap | 2 | 57 | Metal flat washer | 1 |
| 20 | Allen bolt M8*1.25*15L | 6 | 58 | Fixing plate for idle wheel | 1 |
| 21 | Belt | 1 | 59 | Cross screw M5*10L | 4 |
| 22 | Waved washer D21*D16.2*0.3T | 2 | 60 | Flat washer D50*D10*2.0T | 1 |
| 23 | Flat washer D24*D16*1.5T | 1 | 61 | Idle wheel | 1 |
| 24 | Round magnet | 1 | 62 | Cross screw ST4.2*1.4*15L | 2 |
| 25 | Left chain cover | 1 | 63 | Spacer | 1 |
| 26 | Right chain cover | 1 | 64 | Magnetic system | 1 |
| 27 | Belt wheel | 1 | 65 | Motor | 1 |
| 28 | Upper protective cover | 1 | 66 | Electric cable | 1 |
| 29 | Handlebar post | 1 | 67 | Nylon nut M6*1.0*6T | 4 |
| 30 | Handle pulse | 2 | 68 | Spring | 1 |
| | Handle pulse cable | 2 | 69 | Cross screw ST4*1.41*15L | 4 |
| 31 | Ball knob | 1 | 70 | Inner tube | 1 |
| 32 | Nylon nut M10*1.5*10T | 1 | 71 | Tension cable | 1 |
| 33 | Bolt cover | 2 | 72 | Buffer | 4 |
| 34 | Allen bolt M8*1.25*25 | 2 | 73 | Cross bolt M5*0.8*10L | 1 |
| 35L | Left crank | 1 | 74 | Flat washer | 3 |
| 35R | Right crank | 1 | 75 | Nylon nut | 3 |
| 36 | Handlebar | 1 | | | |
| 37 | T knob | 1 | | | |
| 38 | Computer UM6609L2-7 | 1 | | | |

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

D

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.

ENERGETICS gewährt auf Material- und Verarbeitungsfehler eine Garantie von 3 Jahren. Von der Garantie ausgeschlossen sind sowohl Schäden, die durch unsachgemäße Anwendung des Produktes entstehen als auch auf Verschleißteile. Auf elektronische Komponenten wird eine Garantie von 1 Jahr offeriert. Die Garantiezeit beginnt mit dem Verkaufsdatum (bitte Kaufbeleg sorgfältig aufbewahren).

Sicherheitshinweise

- 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.
- Achtung: Falsches oder exzessives Training kann Ihre Gesundheit gefährden.
- Beginnen Sie erst mit dem Training, nachdem Sie sichergestellt haben, dass der Heimtrainer korrekt aufgebaut und eingestellt ist.
- Starten Sie immer mit einer Aufwärm-Phase.
- Verwenden Sie nur die der Lieferung beigelegten ENERGETICS Originalteile (siehe Check-Liste).
- Gehen Sie beim Aufbau des Geräts exakt nach der Montageanweisung vor.
- Verwenden Sie nur geeignetes Werkzeug für die Montage und lassen Sie sich ggf. von einer zweiten Person helfen
- Stellen Sie das Gerät auf einem ebenen, rutschfesten Untergrund auf.
- Verwenden Sie die Höhen-Einstellkappen an der hinteren Querstütze, um eine sichere Position des Heimtrainers zu gewährleisten.
- Stellen Sie sicher, dass die vorderen Transportrollen in der richtigen Position angebracht sind (siehe Aufbauanleitung).
- Stellen Sie bei allen verstellbaren Teilen sicher, dass die Maximalpositionen, in die sie verstellt werden können, richtig eingestellt sind.
- Schrauben Sie vor dem Training alle verstellbaren Teile fest, um eine Lockerung während des Trainings zu vermeiden.
- 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.
- Weisen Sie anwesende Personen auf Gefährdung, z.B. durch bewegliche Teile, hin.
- Der Widerstand kann auf Ihre persönlichen Bedürfnisse eingestellt werden.
- Verwenden Sie den Heimtrainer nicht ohne Schuhe oder mit losem Schuhwerk.
- Stellen Sie sicher, dass ausreichend Platz vorhanden ist, um den Heimtrainer zu benutzen.
- Beachten Sie die nicht fixierten oder beweglichen Teile während der Montage/Demontage des Heimtrainers.

- Der Widerstand kann durch den Computer verändert werden.
- Dieses Gerät ist ausschließlich für den Heimanwendungsbereich konzipiert und einem maximalen Körpergewicht von 120 Kilogramm getestet.
- Achten Sie besonders auf die niedrigste Einstellhöhe der Sattelstütze

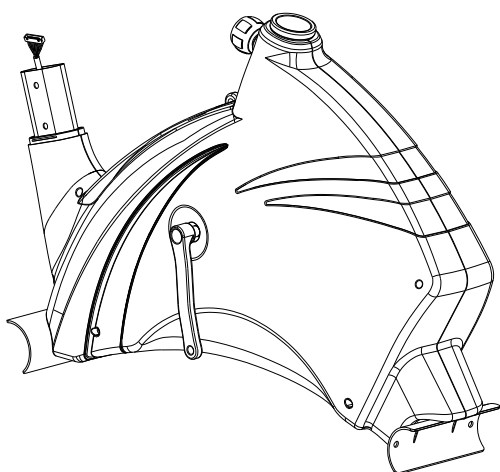

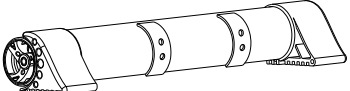

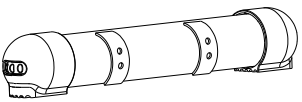

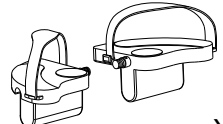
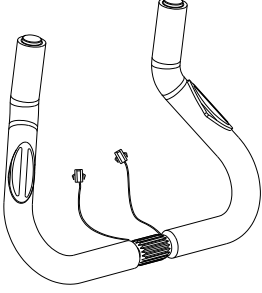

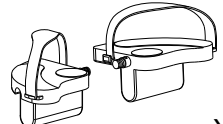




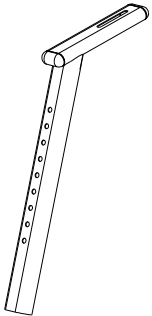
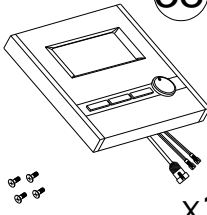

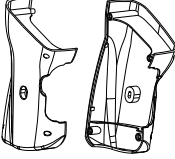
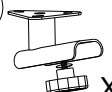






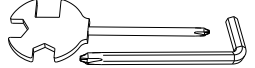


Handhabung

- A. Nach dem Aufbau kann die hintere Querstütze verstellt werden, um kleinere Unebenheiten auf dem Boden auszugleichen. Drehen Sie dazu am Verstellrad am Rand der Höhenausgleichskappen, bis die Unebenheit ausgeglichen ist.
- B. Die Transportrollen der vorderen Querstütze erlauben ein leichtes Verschieben. Stellen Sie sich vor den Heimtrainer und drücken Sie auf den Lenker, bis die Rollen den Boden berühren. Dann rollen Sie den Heimtrainer an die gewünschte Stelle.
- C. Der Lenker kann auf die persönlichen Bedürfnisse wie folgt eingestellt werden: Lösen Sie die Lenkerfixierung. Drehen Sie den Lenker in die gewünschte Position und fixieren ihn wieder.
- D. Die Höhe der Sattelstütze kann auf folgende Art verstellt werden: Lösen Sie den Knopf zur Sitzhöhenverstellung, dann bringen Sie die Sattelstütze in die gewünschte Position und anschließend fixieren Sie diese Position mit dem Verstellknopf.

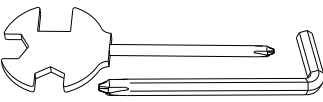
Sorgfalt und Wartung

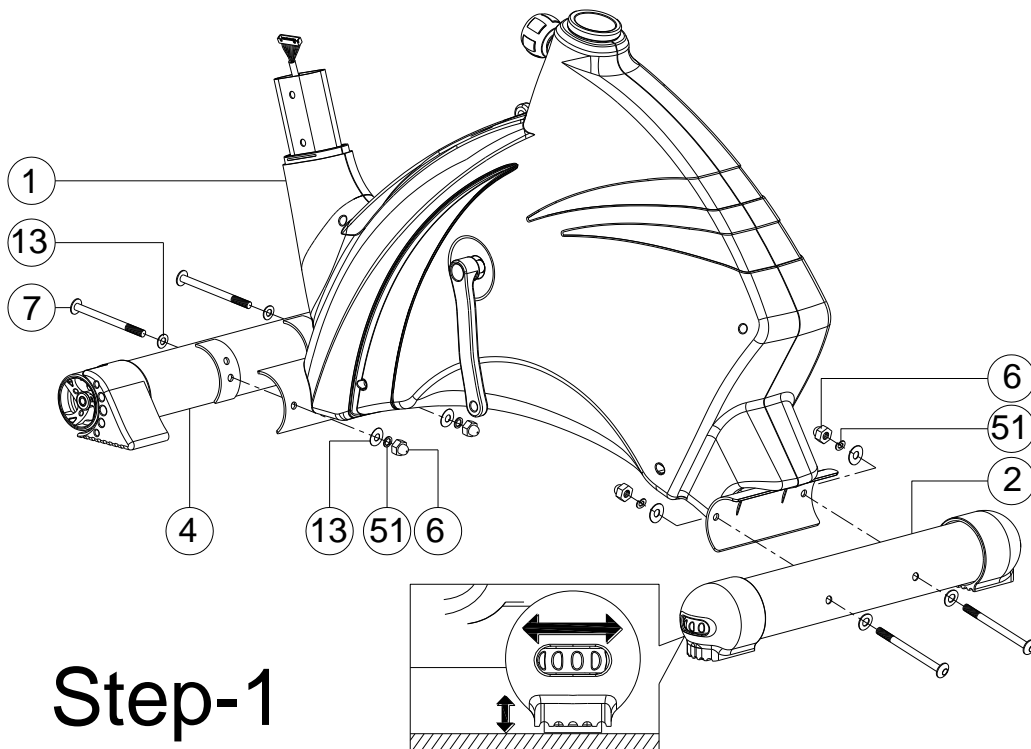
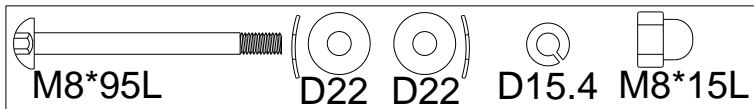
- Um die Gefahr von Korrosionsschäden zu vermeiden, verwenden oder lagern Sie dieses Heim-Fitness-Gerät nicht in feuchten Räumen.
- Überprüfen Sie spätestens alle 4 Wochen, dass alle Verbindungen fest angezogen und in einem guten Zustand sind.
- Im Falle einer Reparatur kontaktieren Sie bitte Ihren Händler.
- 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.

Checklist

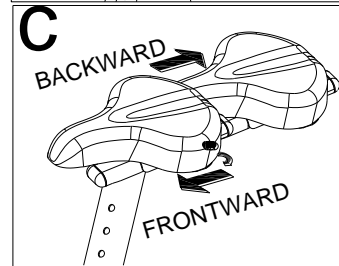
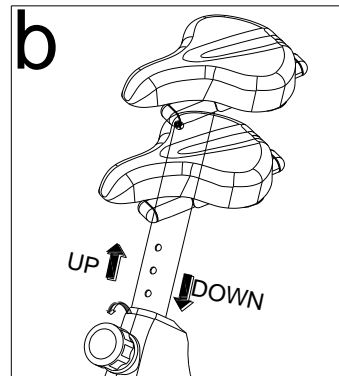
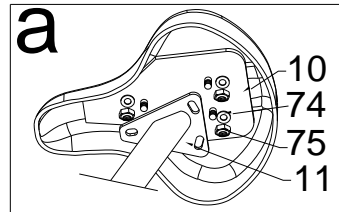
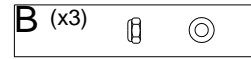
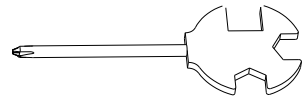
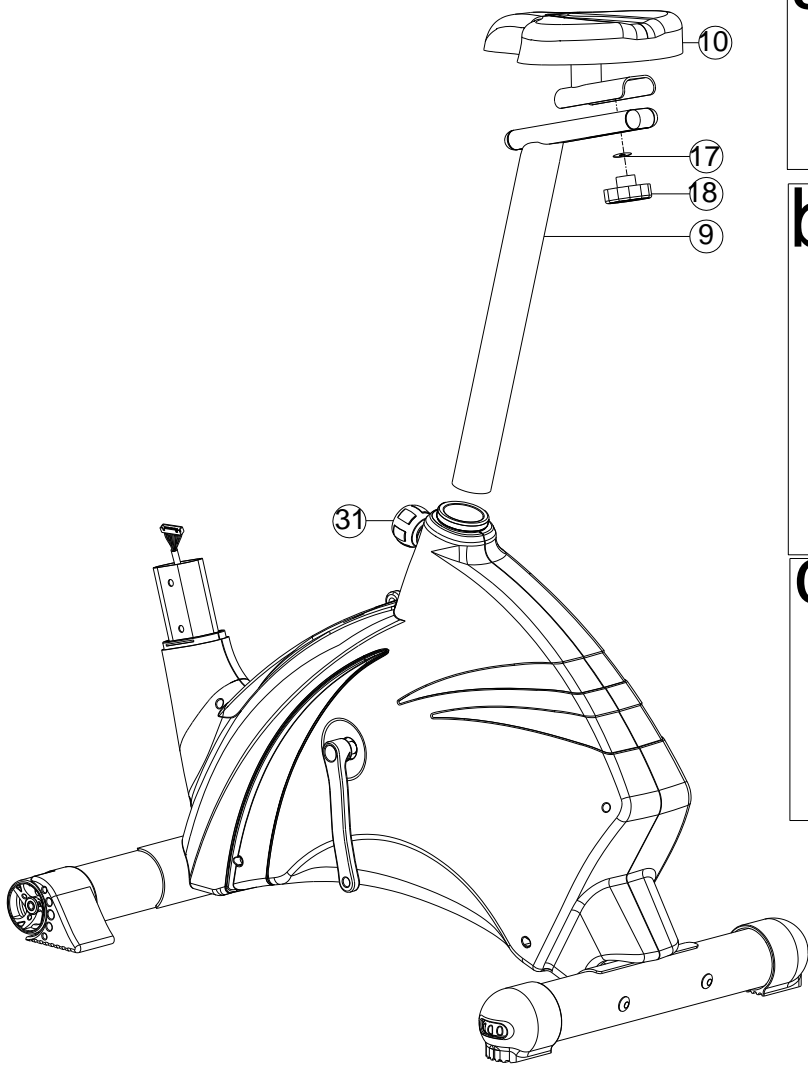
| | | | | | |
|--|-------------------|--|--|---|---------------------|
|  | | 1 x1 |  | | 29 x1 |
|  | 4 x1 |  | 28 x1 | | |
|  | 2 x1 |  | 42 x1 | 46L&R  | |
|  | 36 x1 |  | 45 x1 |  | |
| | |  | 44 x1 |  | |
| | |  | 43 x1 | 10 x1 | |
| | |  | 37 x1 | 9  | |
|  | 38 x1 |  | 15 x1 | 41L&R  | |
|  | 11 x1 | | | 9 x1 | |
| 7  | M8*1.25*95L x4 | 13  | D22*D8.5*1.5T x10 | 51  | D15.4*D8.2*2T x4 |
| 20  | M8*1.25*15L x6 | 12  | D16*D8.5*1.2T x4 | 14  | M5*12L x2 |
|  | x1 | 6  | M8*1.25*15L x4 | 69  | ST4*15L x4 |

Aufbauanleitung

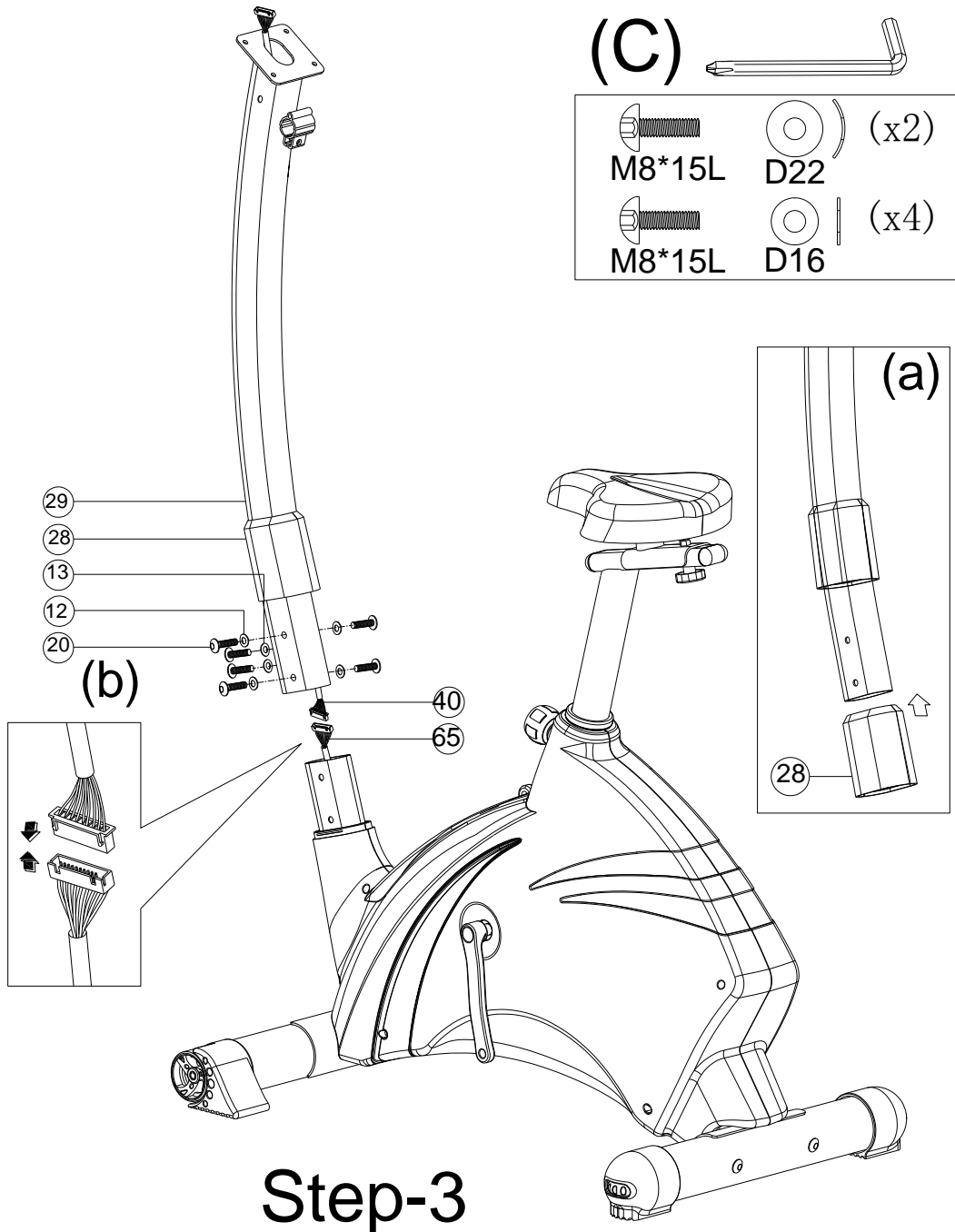
A (x4) 

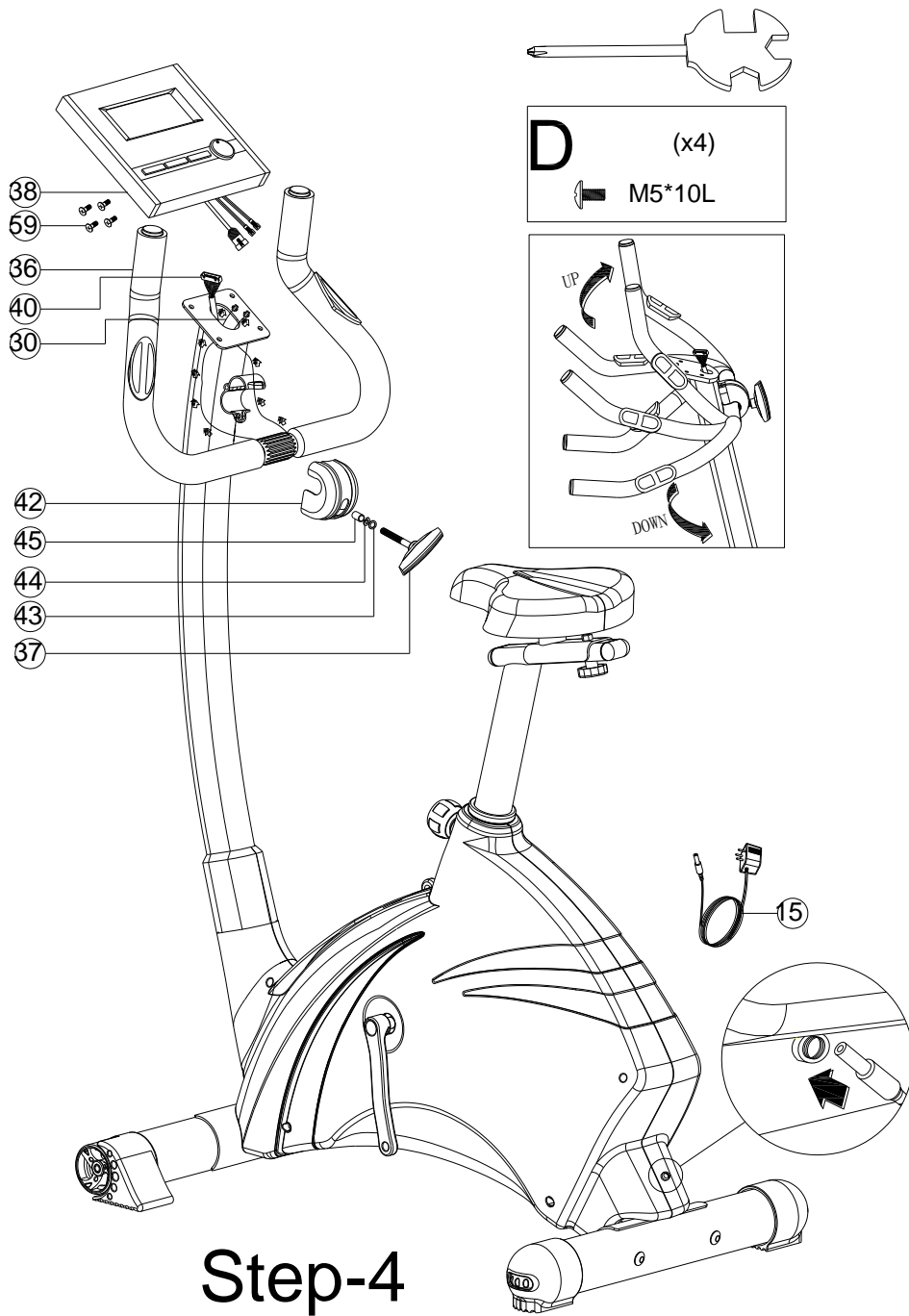


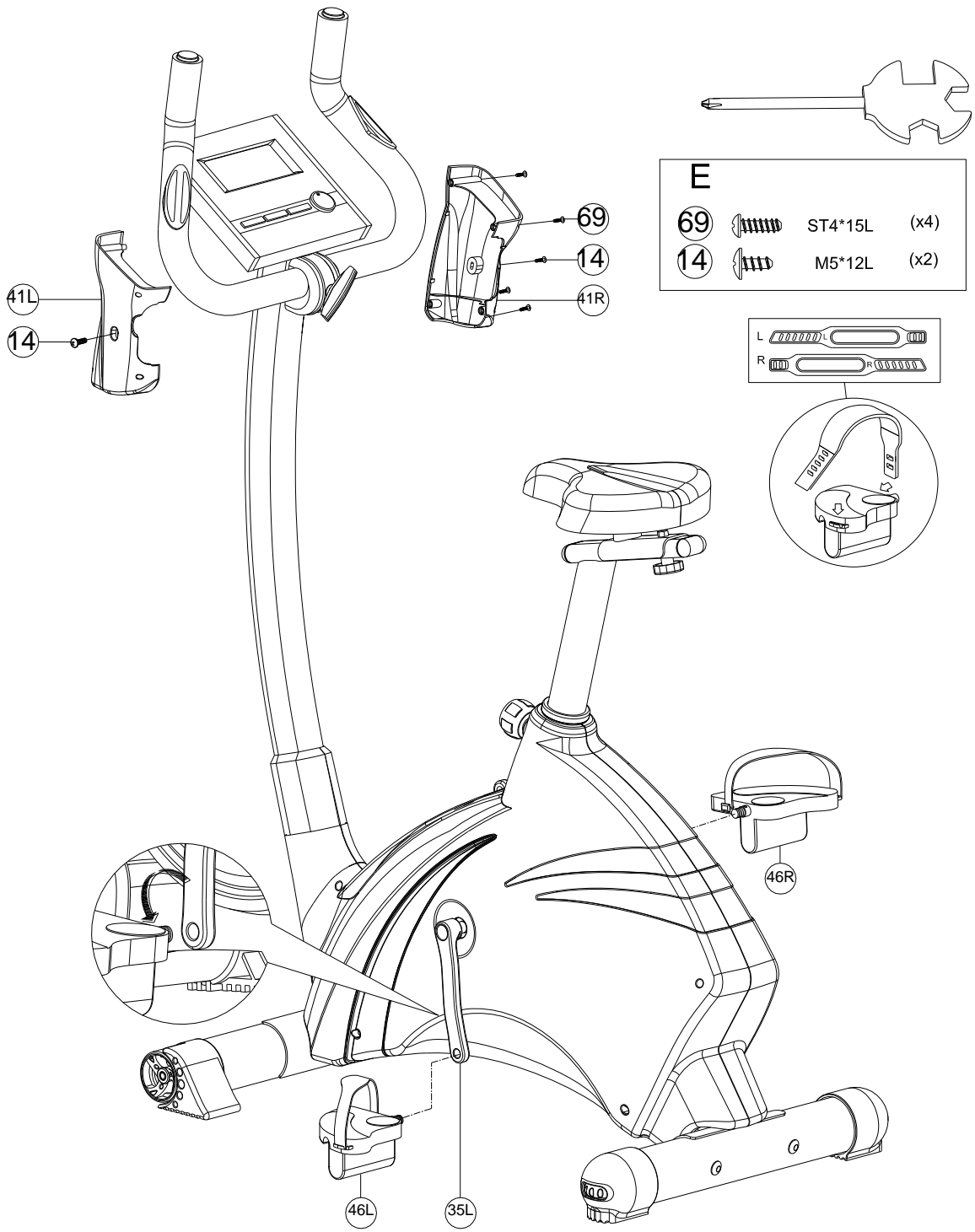
Step-1



Step-2

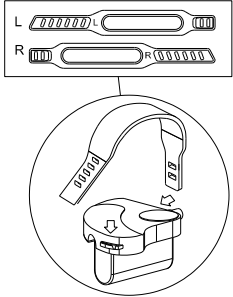






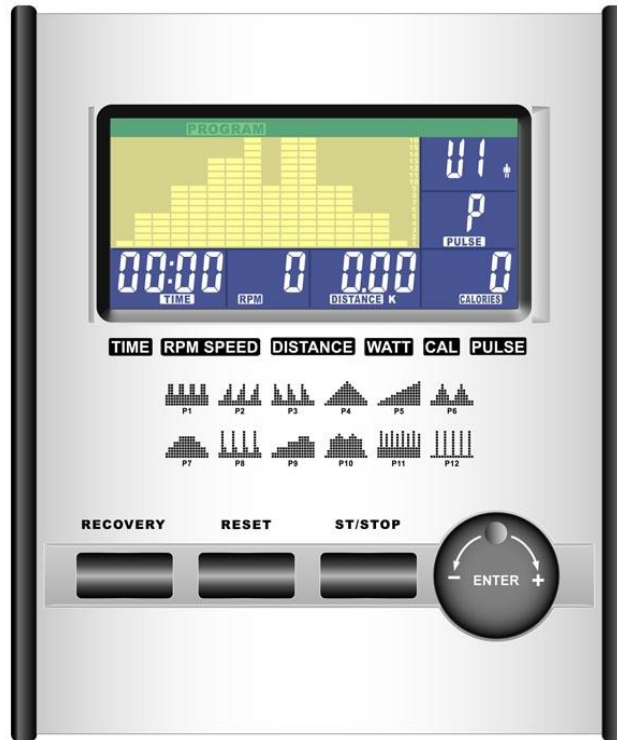
E

| | | | |
|----|--|---------|------|
| 69 | | ST4*15L | (x4) |
| 14 | | M5*12L | (x2) |



Step-5

Anleitung zum Computer



Funktion

| | |
|-------------------------------|---|
| SCAN | Schaltet zwischen WATTS/CALORIES und RPM/SPEED um. Das Umschalten erfolgt nach 6 Sekunden. |
| RPM (DREHZAHL) | 0~15~999 |
| SPEED (GESCHWINDIGKEIT) | 0,0 - 99,9 km/h |
| TIME (ZEIT) | 0:00~99:59 Die Angabe TM zählt die Trainingsdauer ab dem letzten rü ckstellen mittels der Taste RESET. |
| DISTANCE (ENTFERNUNG) | 0,00 - 99,99 km |
| CALORIES (KALORIEN) | 0~999 |
| WATT (LEISTUNG) | 0~999 |
| PULSE (PULS) | 30~240 |
| HEART SYMBOL (SYMBOL HERZ) | Es blinkt ON/OFF (EIN/AUS) |
| MANUAL (MANUELL) | Niveau 1-16 |
| PROGRAM | P1-P12 |
| USER (BENUTZER) | U1-U4 |
| H.R.C (PULSFREQUENZ) | 55%、75%、90%、IND (TARGET) |
| USER DATA (BENUTZER DATEN) | U0 -U4 (U1 - U4 Benutzerdefinierte Daten im Speicher) |

BESCHREIBUNG DER FUNKTION

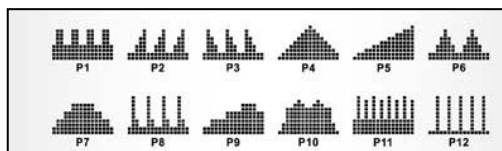
Stellen Sie die Belastung mittels des Computers ein.

MANUAL (MANUELL)

Danach (falls gewünscht) geben Sie die Trainingsparameter TIME/DISTANCE / CALORIES / PULSE (ZEIT-/ENTFERNUNG-/KALORIEN/PULS) ein und drücken Sie die Taste ST/STOP.

PROGRAMM

12 automatische Programme des gesteuerten Trainings (P1-P12), die Belastung kann während des Programms angepasst werden.



WATTS (LEISTUNG)

Der Ausgangswert WATTS ist 100. Der Nutzer kann diesen Wert mittels der Taste UP/ DOWN (AUFWÄRTS/ABWÄRTS) einstellen. Der eingegebene Wert wird ungeachtet der Geschwindigkeit gehalten.

USER
(BENUTZERDEFINIERT)

Erstellen Sie sich ein eigenes Programmprofil mithilfe der Werte U1 - U4, indem Sie für jedes einzelne Segment eine konkrete Belastung einstellen. Dann wird das Programm automatisch zur künftigen Verwendung gespeichert. Das Programm U0 ENTER kann ebenso wie U1 - U4 eingestellt, jedoch anschließend nicht gespeichert werden.

H.R.C
(PULSFREQUENZ)

PULSFREQUENZ – Wählen Sie Ihren eigenen Zielpuls, oder wählen Sie eines der vordefinierten Programme 55%, 75% oder 90% Ihres Maximalpulses. Geben Sie Ihr Alter ein damit Ihre Herzfrequenz richtig berechnet wird. Die Pulsanzeige beginnt zu blinken wenn Sie die vorgegebene Herzfrequenz erreicht haben.

- v. 55 % -- DIÄTPROGRAMM
- vi. 75 % -- GESUNDHEITSPROGRAMM
- vii. 90 % -- SPORTPROGRAMM
- viii. ZIEL -- ZIELPULSFREQUENZ

RECOVERY
(ERHOLUNG)

Nach Beendigung des Trainings drücken Sie die Taste RECOVERY. Damit die Funktion RECOVERY korrekt arbeitet, legen Sie Ihre Hände auf die Handpulssensoren. Es wird die Zeit gezählt – ab 1 Minute, und dann wird Ihr Konditionsniveau von F1 bis F6 angezeigt.

| Score [⊕] | Condition [⊕] | Heart Rate [⊕] (from test HR minus end HR) [⊕] |
|--------------------|-------------------------------|--|
| F1 [⊕] | Excellent [⊕] | Above 50 [⊕] |
| F2 [⊕] | Good [⊕] | 40 ~ 49 [⊕] |
| F3 [⊕] | Average [⊕] | 30 ~ 39 [⊕] |
| F4 [⊕] | Fair [⊕] | 20 ~ 29 [⊕] |
| F5 [⊕] | Poor [⊕] | 10 ~ 19 [⊕] |
| F6 [⊕] | Very Poor [⊕] | Under 10 [⊕] |

HINWEIS: Während der Erholung funktioniert keine andere Anzeige im Display.

USER DATA (BENUTZERDEFINIERTES DATEN)

U0 - U4 sind persönliche Programme des Nutzers. Die Nutzer sollten ihr Geschlecht, das Alter, die Größe und das Gewicht eingeben. Es werden nur Daten für die Programme U1 bis U4 gespeichert. U0 ist für wechselnde Nutzer vorgesehen.

BETRIEB

1. Nach dem Einschalten wird das Ausgangsprogramm U1 eingestellt, jedoch können Sie durch Drehen der Taste UP/DOWN ein jedwedes nutzerdefiniertes Programm wählen; zur Bestätigung drücken Sie die Taste ENTER. Dann können Sie das Geschlecht, Körpergröße, das Gewicht und weitere persönliche Daten auf dem oberen rechten Display ändern. Zur Bestätigung drücken Sie erneut die Taste ENTER.
2. Das Display der Funktionswahl blinkt, was bedeutet, dass Sie mittels Drehen der Taste UP/DOWN zwischen den Programmen P1-P12 wählen können; anschließend drücken Sie zur Bestätigung die Taste ENTER. Einen beliebigen Ausgangswert können Sie mittels Drücken der Taste ENTER ändern, solange nicht der gewünschte Wert blinkt. Zur Bestätigung drücken Sie erneut die Taste ENTER.
3. Nach der Eingabe des Programms und der sonstigen Werte drücken Sie die Taste START/STOP und beginnen Sie mit dem Training.

FUNKTIONEN DER TASTEN

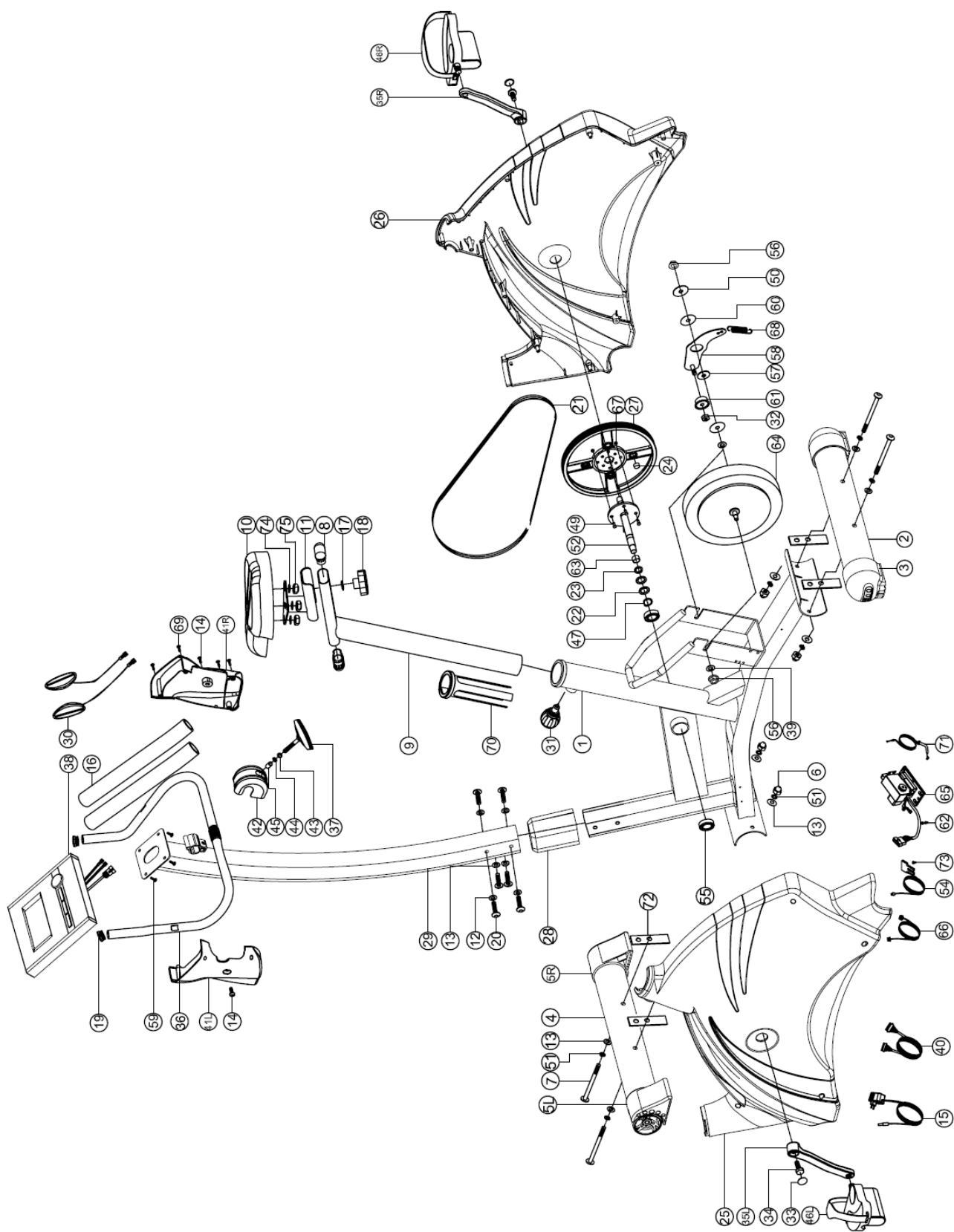
| | |
|----------------|---|
| TASTE ENTER | Auswahl der Funktion und Bestätigung. DRÜCKEN |
| TASTE UP/DOWN | Erhöhung oder Senkung oder Auswahl einer Möglichkeit. DREHEN |
| TASTE RESET | Stellt alle Werte auf die Ausgangsbasis zurück. |
| TASTE ST/STOP | Taste für das Starten (Beenden) |
| TASTE RECOVERY | Prüfung der körperlichen Kondition auf der Grundlage der Regeneration der Pulserneuerung. |

TIPPS

Möglichkeit: Schließen einen AC-Adapter an (**6 V, 1 A**).

Bewahren Sie den Computer nicht in feuchter Umgebung auf.

Explosionszeichnung



Teilleiste

| Nr. | Bezeichnung | Stk. | Nr. | Bezeichnung | Stk. |
|-----|---------------------------------|------|---------|------------------------------|------|
| 1 | Hauptrahmen | 1 | 39 | Beilagscheibe D22*D10*2T | 2 |
| 2 | Querstütze hinten | 1 | 40 | Computerkabel oben | 1 |
| 3 | Höhenausgleichskappe | 2 | 41L | Computerhalterung links | 1 |
| 4 | Querstütze vorne | 1 | 41R | Computerhalterung rechts | 1 |
| 5L | Endkappe vorne links | 1 | 42 | Lenkerabdeckung | 1 |
| 5R | Endkappe vorne rechts | 1 | 43 | Beilagscheibe D16*D8.5*1.2T | 1 |
| 6 | Hutmutter | | 44 | Sicherungsring D15.4*D8.2*2T | 1 |
| 7 | Inbusschraube M8*1.25*95L | 4 | 45 | Buchse | 1 |
| 8 | Endkappe 25*50*28L | 2 | 46L/46R | Pedal Set | 1 |
| 9 | Sattelstütze | 1 | 47 | Sägering S-16 (1T) | 1 |
| 10 | Sattel | 1 | 48 | Mutter M6*1.0*6T | 4 |
| 11 | Sitzschlitten | 1 | 49 | Inbusschraube M6*1.0*15L | 4 |
| 12 | Beilagscheibe D16*D8.5*1.2T | 4 | 50 | Beilagscheibe D50*D10*1.0T | 2 |
| 13 | Wellenscheibe D22*D8.5*1.5T | 10 | 51 | Sicherungsring D15.4*D8.2*2T | 4 |
| 14 | Schraube M5*0.8*12L | 2 | 52 | Kurbelachse | 1 |
| 15 | Adapter | 1 | 53 | Dämpfer | 4 |
| 16 | Schaumstoffüberzug 575L | 2 | 54 | Sensorkabel | 1 |
| 17 | Beilagscheibe D25*D8.5*2T | 1 | 55 | Lager #99502 | 2 |
| 18 | Verstellknopf | 1 | 56 | Sicherheitsmutter | 2 |
| 19 | Endkappe Lenker | 2 | 57 | Beilagscheibe | 1 |
| 20 | Inbusschraube M8*1.25*15L | 6 | 58 | Spannrollenhalterung | 1 |
| 21 | Riemen | 1 | 59 | Schraube M5*10L | 4 |
| 22 | Wellenscheibe D21*D16.2*0.3T | 2 | 60 | Beilagscheibe D50*D10*2.0T | 1 |
| 23 | Beilagscheibe D24*D16*1.5T | 1 | 61 | Spannrolle | 1 |
| 24 | Magnet | 1 | 62 | Schraube ST4.2*1.4*15L | 2 |
| 25 | Gehäuse links | 1 | 63 | Distanzscheibe | 1 |
| 26 | Gehäuse rechts | 1 | 64 | Schwungrad | 1 |
| 27 | Riemenscheibe | 1 | 65 | Motor | 1 |
| 28 | Gehäuseabdeckung oben | 1 | 66 | Stromkabel | 1 |
| 29 | Lenkerstütze | 1 | 67 | Mutter M6*1.0*6T | 4 |
| 30 | Handpuls | 2 | 68 | Feder | 1 |
| | Handpuls kabel | 2 | 69 | Schraube ST4*1.41*15L | 4 |
| 31 | Einstellknopf | 1 | 70 | Sattelstützenführung | 1 |
| 32 | Mutter M10*1.5*10T | 1 | 71 | Widerstandskabel | 1 |
| 33 | Abdeckkappe | 2 | 72 | Dämpfer | 4 |
| 34 | Inbusschraube M8*1.25*25 | 2 | 73 | Schraube M5*0.8*10L | 1 |
| 35L | Kurbel links | 1 | 74 | Beilagscheibe | 3 |
| 35R | Kurbel rechts | 1 | 75 | Mutter | 3 |
| 36 | Lenker | 1 | | | |
| 37 | T Knopf | 1 | | | |
| 38 | Computer UM6609L2-7 | 1 | | | |

Vážený zákazníku,

CZ

Blahopřejeme k nákupu domácího trenažeru 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 jakékoliv 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.

Na produkty ENERGETICS poskytuje původnímu kupci záruku 3 roky na možné závady materiálu a zpracování. Vyloučena jsou poškození způsobená špatným používáním a opotřebením dílů. Všechny elektronické díly mají záruku 1 rok. Záruční lhůta začíná datem, kdy byl výrobek zakoupen (ponechte si doklad o zakoupení).

Bezpečnostní pokyny

- Dříve, než začnete s kterýmkoliv programem cvičení, poradte se se svým lékařem, aby Vám poradil s optimálním tréninkem.
- Varování: nesprávný/ nadměrný trénink může způsobit poškození zdraví. Pokud se cítíte nepříjemně, přestaňte domácí trenažer používat.
- Zajistěte, aby trénink začal až po správné montáži, nastavení a kontrole domácího trenažeru.
- Začněte vždy zahřívacím kolem.
- Používejte pouze originální díly ENERGETICS, jak jsou dodávány (viz kontrolní seznam).
- Pečlivě dodržte montážní návod.
- Pro montáž používejte pouze vhodné nástroje a v případě potřeby si vyžádejte pomoc.
- Domácí trenažer postavte na rovný neklouzavý povrch.
- Pro zajištění stabilní polohy domácího trenažeru použijte nastavovací hlavice na zadní trubce.
- Ujistěte se, že jsou přední kola umístěná ve správné poloze: viz montážní návod.
- U nastavovacích dílů dbejte na maximální polohu, na kterou mohou být nastaveny.
- Utáhněte všechny nastavovací díly, aby bylo zabráněno náhlým pohybům při tréninku.
- Tento výrobek je určen pro dospělé. Zajistěte prosím, aby jej děti používaly výhradně pod dozorem dospělé osoby.
- Zajistěte, aby byly přítomné osoby upozorněny na možná rizika při tréninku, např. na pohyblivé části.
- Úroveň odporu lze nastavit podle Vaší osobní preference.
- Nepoužívejte domácí trenažer bez bot nebo s volnými botami.
- Zajistěte, aby byl pro používání domácího trenažeru dostatek prostoru.
- Při montáži a demontáži domácího trenažeru dávejte pozor na neupevněné nebo pohyblivé díly.

- Odpor lze změnit počítačem
- Tento výrobek je vyroben výhradně pro domácí použití a je zkoušen pro maximální hmotnost osoby 120 kilogramů.
- Zvláštní pozornost věnujte minimální hloubce vnoření sloupku sedačky

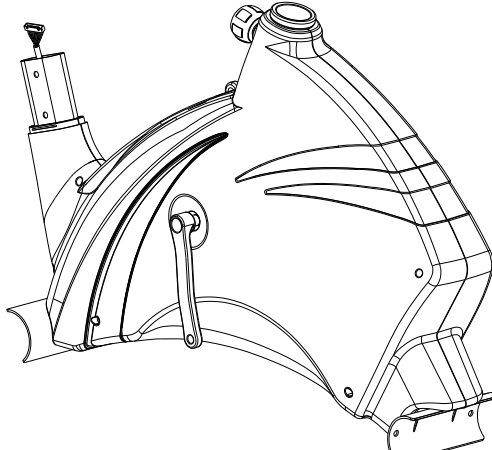
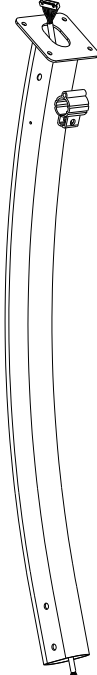
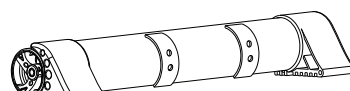

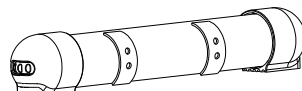


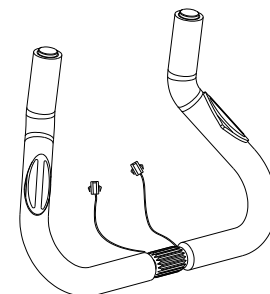

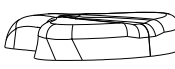



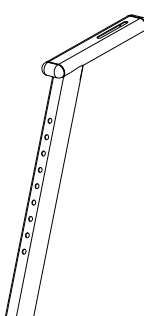
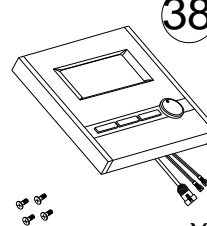

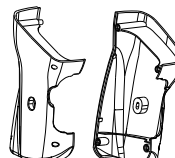
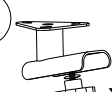






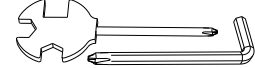


Manipulace

- A. Po montáži lze nastavit zadní stabilizátor, aby se přizpůsobil mírně nerovnému podkladu. Pro vyrovnaní zadního stabilizátoru na podlahu otáčejte knoflíky na koncích čepiček zadních nožiček.
- B. Přepravní kolečka na předních krytkách nožiček umožňují snadnou manipulaci. Jednoduše zatáhněte řídítka zpět, dokud se kolečka nedotknou podlahy. Pak popojedte trenážerem na požadované místo.
- C. Řídítka lze nastavit podle Vaší osobní preference. Uvolněte upevňovací trubku řídítek. Otočte řídítka do požadované polohy a utáhněte znovu upevňovací trubku.
- D. Výšku sloupku sedačky lze nastavit tak, že se nejprve povolí knoflík nastavení výšky, pak se posune sloupek sedačky na požadovanou výšku a pak se nastavovací knoflík opět utáhne.

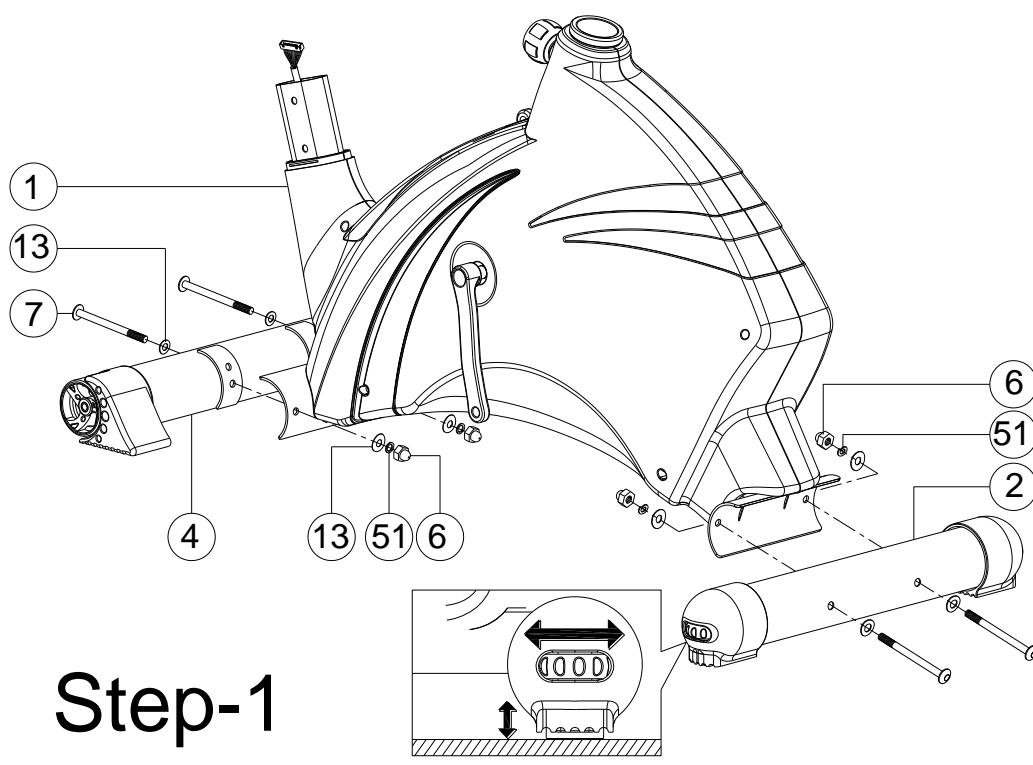
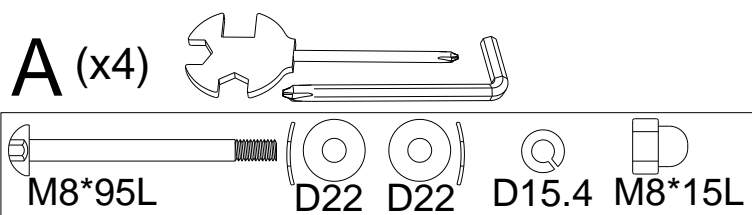
Péče a údržba

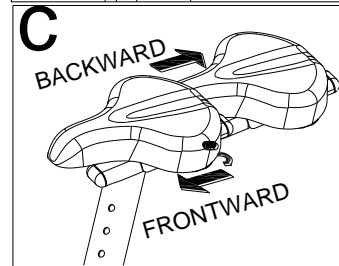
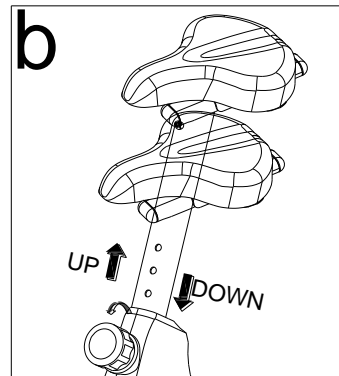
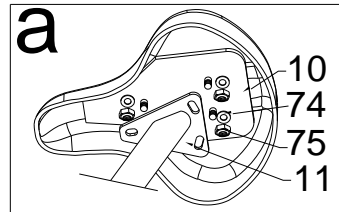
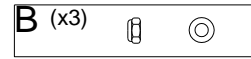
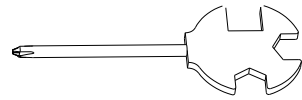
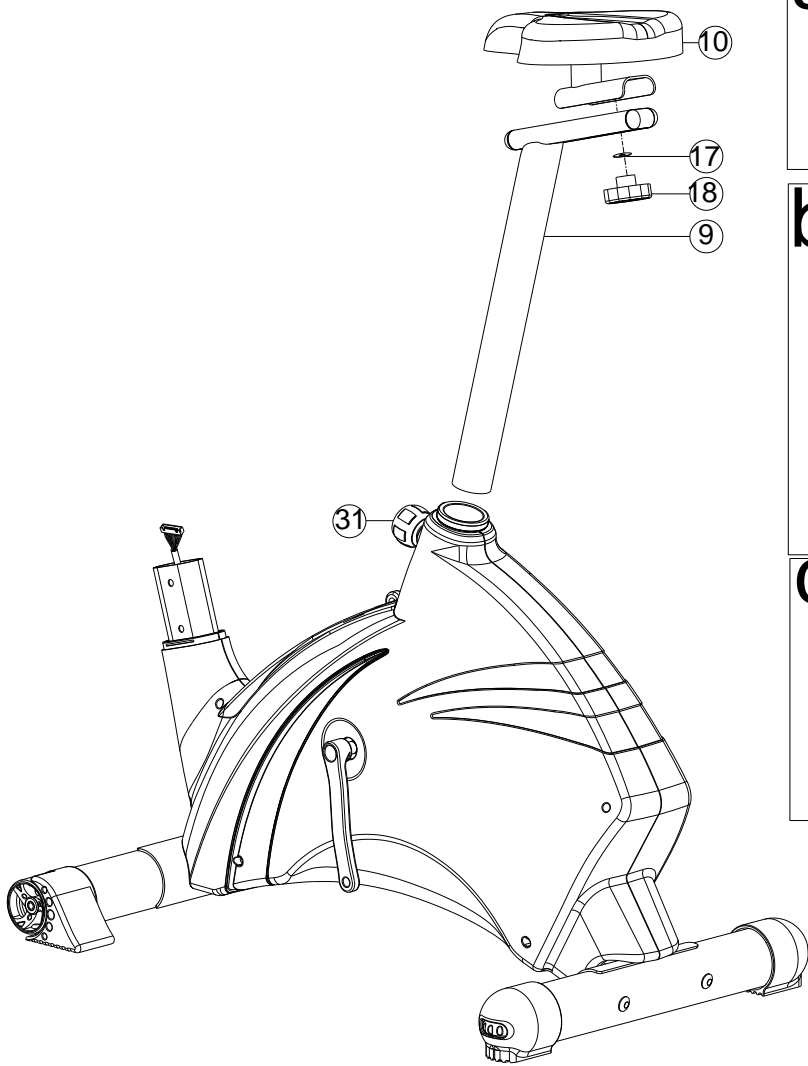
- Domácí trenážer by neměl být používán ani skladován ve vlhkých prostorách z důvodu možné koroze.
- Zkontrolujte nejméně jedenkrát za 4 týdny, zda jsou všechny spojovací díly těsně nasazeny a v dobrém stavu.
- V případě opravy požádejte prosím o radu svého prodejce.
- Vadné díly nahraďte okamžitě, nebo 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 trenážeru.

Kontroli seznam

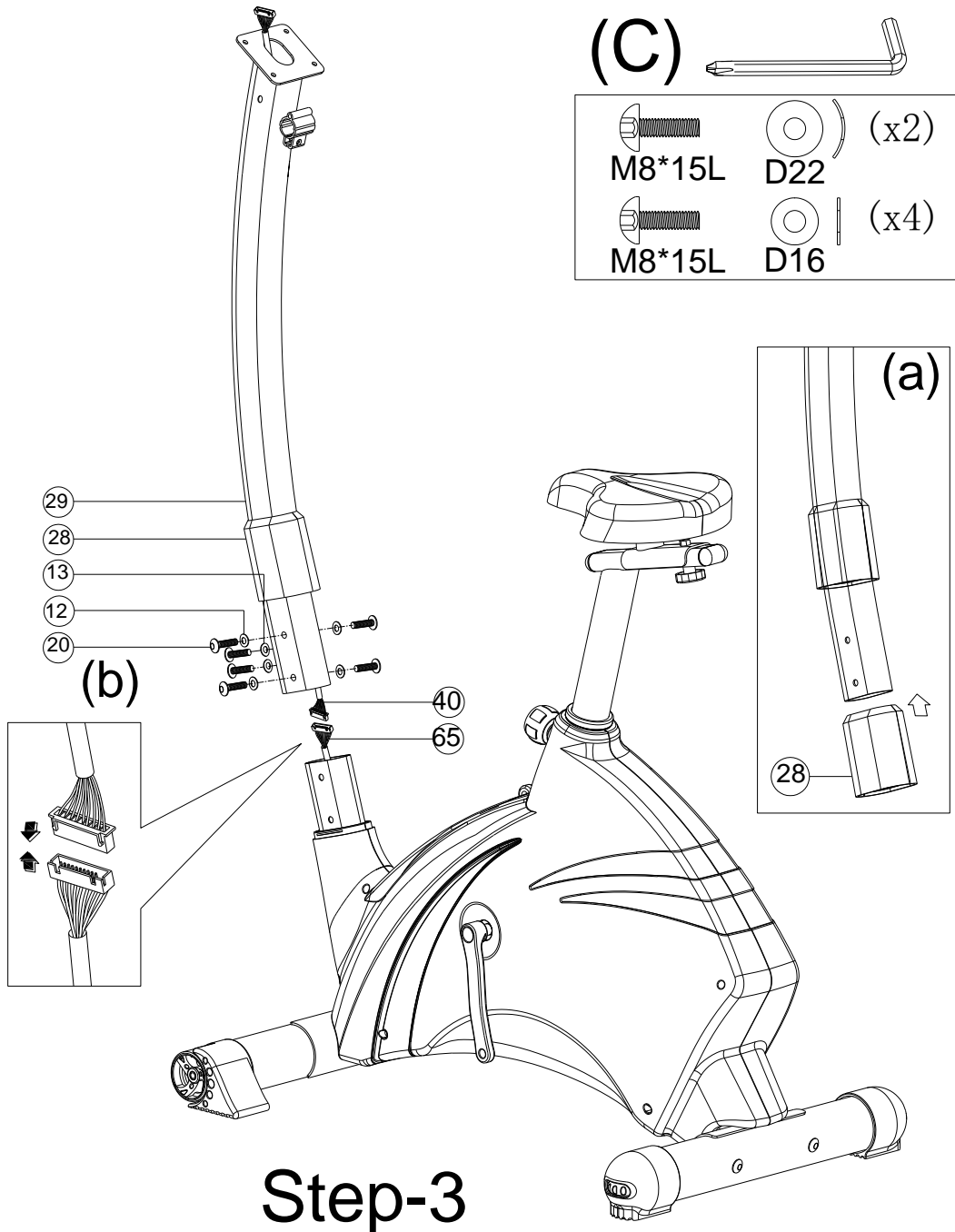
| | | | | | |
|---|--------------------------------|---|--|---|----------------------------------|
|  | | 1 x1 |  | | 29 x1 |
|  | 4 x1 |  | 28 x1 | | |
|  | 2 x1 |  | 42 x1 | 46L&R  | |
|  | 36 x1 |  | 45 x1 |  | |
| | |  | 44 x1 | 10 x1 | |
| | |  | 43 x1 | | |
| | |  | 37 x1 |  | |
|  | 38 x1 |  | 15 x1 | 41L&R  | |
| | |  | 11 x1 | 9 x1 | |
|  | 7 M8*1.25*95L x4 |  | 13 D22*D8.5*1.5T x10 |  | 51 D15.4*D8.2*2T x4 |
|  | 20 M8*1.25*15L x6 |  | 12 D16*D8.5*1.2T x4 |  | 14 M5*12L x2 |
|  | 6 x1 |  | 69 M8*1.25*15L x4 |  | 69 ST4*15L x4 |

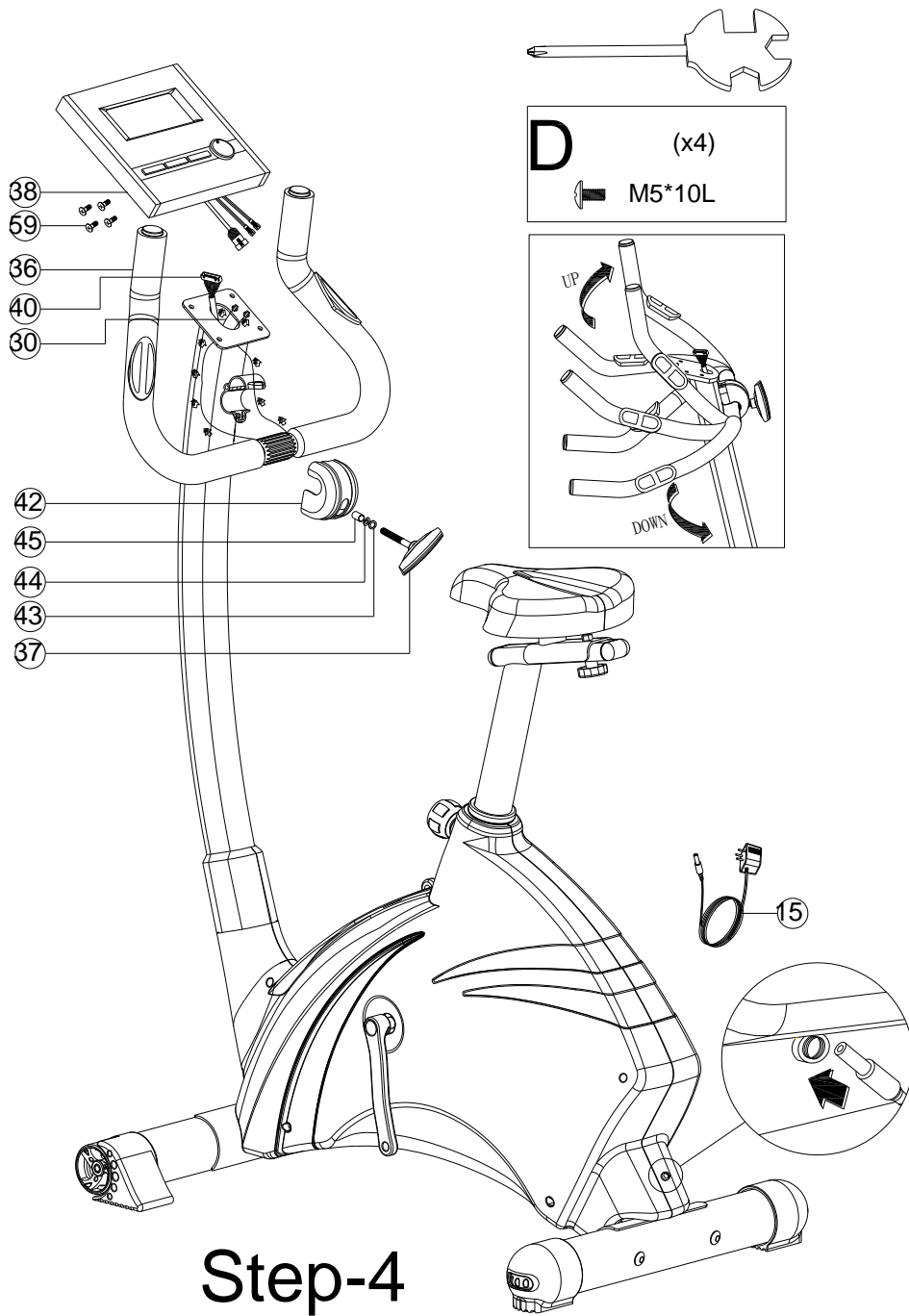
Montážní návod

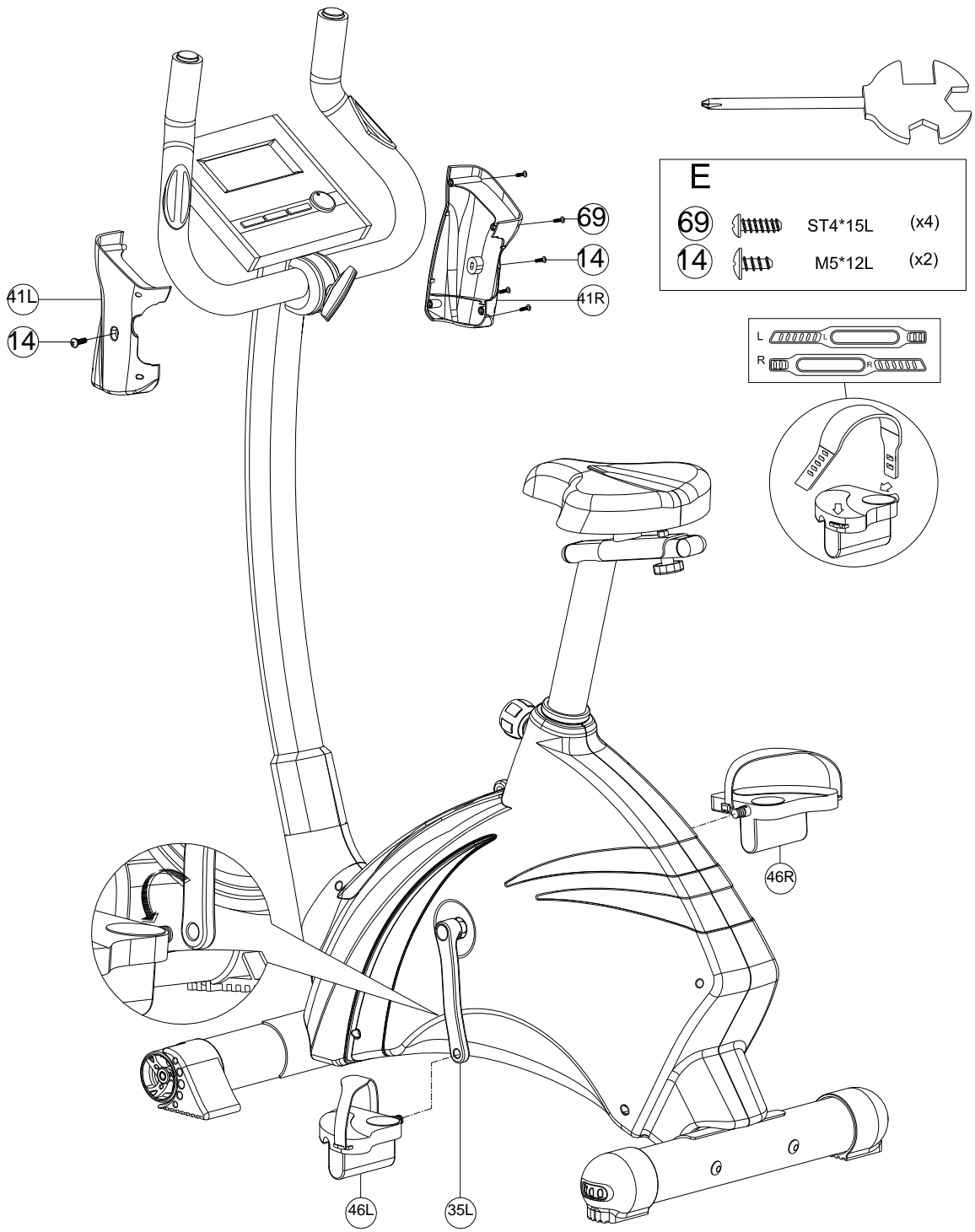




Step-2







Step-5

Příručka k počítači



Funkce

| | |
|-----------------------------|--|
| SCAN | Přepíná mezi WATTS/CALORIES a RPM/SPEED. K přepínání dochází po 6 sekundách. |
| RPM (OTÁČKY) | 0~15~999 |
| SPEED (RYCHLOST) | 0,0 - 99,9 km/hod. |
| TIME (ČAS) | 0:00~99:59 Údaj TM sčítá dobu jízdy od posledního vynulování pomocí tlačítka RESET. |
| DISTANCE (VZDÁLENOST) | 0,00 - 99,99 km |
| CALORIES (KALORIE) | 0~999 |
| WATT (WATTY) | 0~999 |
| PULSE (TEP) | 30~240 |
| HEART SYMBOL (SYMBOL SRDCE) | Bliká ON/OFF (ZAP/VYP) |
| MANUAL (MANUÁLNÍ) | Úroveň 1-16 |
| PROGRAM | P1-P12 |
| USER(UŽIVATELSKÝ) | U1-U4 |
| H.R.C (TEPOVÁ FREKVENCE) | 55%、75%、90%、IND (CÍL) |
| USER DATA (ÚDAJE UŽIVATELE) | U0 -U4 (U1 - U4 uživatelské údaje v paměti) |

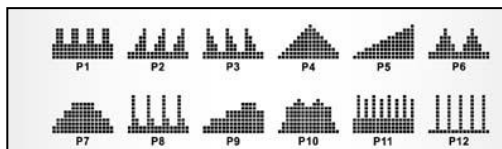
POPIS FUNKCE

MANUAL
(MANUÁLNÍ)

Nastavte zátěž pomocí maticového displeje, a pak (je-li to nutné) nastavte parametry cvičení TIME/DISTANCE / CALORIES / PULSE (ČAS/VZDÁLENOST/KALORIE/TEP) a stiskněte tlačítko ST/STOP pro zahájení manuálního programu.

PROGRAM

12 automatických programů řízeného cvičení (P1-P12), zátěž lze upravit během programu.



WATTS (WATTY)

Výchozí hodnota WATTS je 100. Uživatel může tuto hodnotu nastavit pomocí tlačítka UP / DOWN (NAHORU/DOLŮ). Zadaná hodnota WATTS bude automaticky udržována bez ohledu na rychlost.

USER(UŽIVATELSKÝ)

Vytvořte si vlastní profil programu pomocí hodnot U1 - U4 tak, že pro každý jednotlivý segment nastavíte konkrétní zátěž. Pak se program automaticky uloží pro budoucí použití. Program U0 ENTER může být nastaven stejně jako U1 - U4, ale nelze jej posléze uložit.

H.R.C (TEPOVÁ
FREKVENCE)

ŘÍZENÍ TEPOVÉ FREKVENCE - Vyberte si vlastní cílovou tepovou frekvenci nebo si zvolte jeden z přednastavených programů 55 %, 75 % nebo 90 %. Zadejte mezi uživatelské údaje svůj věk, abyste zajistili správné nastavení své cílové tepové frekvence. Displej PULSE bude blikat, když dosáhnete cílové tepové frekvence podle programu, který jste si vybrali.

ix. 55 % -- DIETNÍ PROGRAM

x. 75 % -- ZDRAVOTNÍ PROGRAM

xi. 90 % -- SPORTOVNÍ PROGRAM

xii. CÍL - UŽIVATELEM NASTAVENÁ CÍLOVÁ TEPOVÁ FREKVENCE

OBNOVA

Po ukončení cvičení stiskněte tlačítko RECOVERY. Aby mohla funkce RECOVERY fungovat správně, potřebuje znát vaše tepovou frekvenci. Bude se počítat čas - od 1 minuty, a poté se zobrazí vaše úroveň tělesné zdatnosti od F1 do F6.

POZNÁMKA: Během obnovy nebudou pracovat žádné jiné displeje.

| Score [Ⓢ] | Condition [Ⓢ] | Heart Rate [Ⓢ] (from test HR minus end HR) [Ⓢ] |
|--------------------|-------------------------------|--|
| F1 [Ⓢ] | Excellent [Ⓢ] | Above 50 [Ⓢ] |
| F2 [Ⓢ] | Good [Ⓢ] | 40 ~ 49 [Ⓢ] |
| F3 [Ⓢ] | Average [Ⓢ] | 30 ~ 39 [Ⓢ] |
| F4 [Ⓢ] | Fair [Ⓢ] | 20 ~ 29 [Ⓢ] |
| F5 [Ⓢ] | Poor [Ⓢ] | 10 ~ 19 [Ⓢ] |
| F6 [Ⓢ] | Very Poor [Ⓢ] | Under 10 [Ⓢ] |

USER DATA (ÚDAJE
UŽIVATELE)

U0 - U4 jsou osobní programy uživatele. Uživatelé by měli zadat své pohlaví, věk, výšku a hmotnost. Budou uloženy pouze údaje pro programy U1 až U4. U0 je určen pro střídající se uživatele.

PROVOZ

1. Po zapnutí bude nastaven výchozí program U1, ale otočením tlačítka UP/DOWN si můžete vybrat jakýkoliv uživatelský program; pro potvrzení stiskněte tlačítko ENTER. Pak můžete změnit pohlaví, výšku, hmotnost a další osobní údaje na horním pravém displeji. Pro potvrzení znovu stiskněte tlačítko ENTER.
2. Displej výběru funkce bude blikat, což znamená, že otočením tlačítka UP/DOWN můžete zvolit mezi programy P1-P12; poté pro potvrzení stiskněte tlačítko ENTER. Jakoukoliv výchozí hodnotu můžete změnit stisknutím tlačítka ENTER, dokud nebude blikat požadovaná hodnota. Pro potvrzení znovu stiskněte tlačítko ENTER.
3. Po zadání programu a ostatních hodnot stiskněte tlačítko START/STOP a začněte cvičit.

FUNKCE TLAČÍTEK

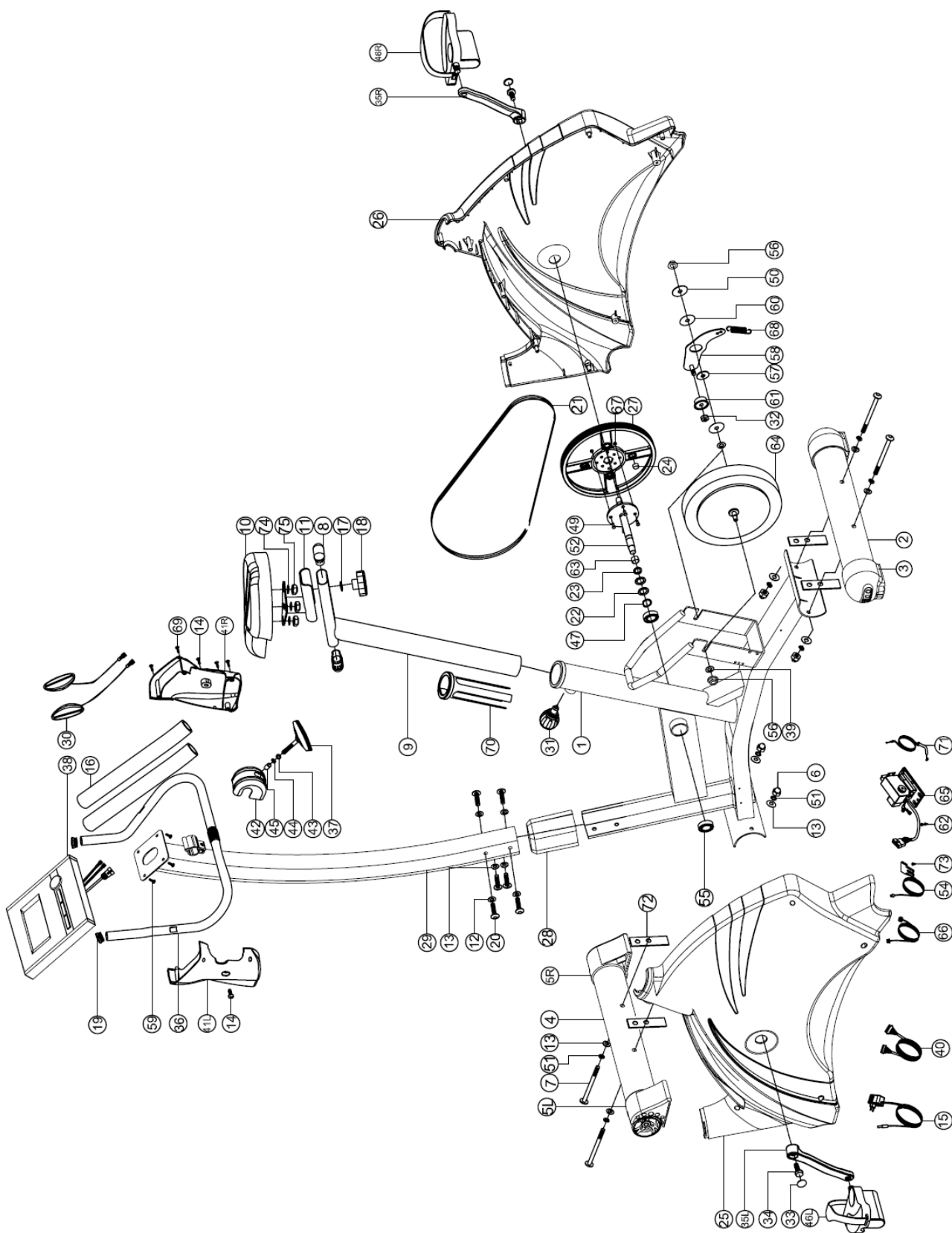
| | |
|-------------------|--|
| TLAČÍTKO ENTER | Výběr funkce a potvrzení. STISKNĚTE |
| TLAČÍTKO UP/DOWN | Zvýšení nebo snížení či výběr možnosti. OTÁČEJTE |
| TLAČÍTKO RESET | Obnoví na všech displejích výchozí hodnoty. |
| TLAČÍTKO ST/STOP | Tlačítko pro zahájení/ukončení |
| TLAČÍTKO RECOVERY | Zkouška tělesné zdatnosti na základě měření rychlosti obnovy tepu. |

TIPY

Možnost: Připojte AC adaptér (**6 V, 1 A**).

Uchovávejte počítač mimo vlhké prostředí

Rozvinutý výkres



Seznam dílů

| Č. | Popis | Množství | Č. | Popis | Množství |
|-----|------------------------------------|----------|-------------|----------------------------------|----------|
| 1 | Hlavní rám | 1 | 37 | T knoflík | 1 |
| 2 | Zadní stabilizátor | 1 | 38 | Počítač UM6609L2-7 | 1 |
| 3 | Víčko nastavitelné nohy | 2 | 39 | Plochá podložka D22*D10*2T | 2 |
| 4 | Přední stabilizátor | 1 | 40 | Horní kabel počítače | 1 |
| 5L | Víčko levé pohyblivé nohy | 1 | 41L | Levý úchyt počítače | 1 |
| 5R | Víčko pravé pohyblivé nohy | 1 | 41R | Pravý úchyt počítače | 1 |
| 6 | Polokruhová matice | | 42 | Kryt řídítek | 1 |
| 7 | Šestihranná matice M8*1.25*95L | 4 | 43 | Plochá podložka D16*D8.5*1.2T | 1 |
| 8 | Oválné víčko 25*50*28L | 2 | 44 | Odpružená podložka D15.4*D8.2*2T | 1 |
| 9 | Držák sedla | 1 | 45 | Pouzdro | 1 |
| 10 | Sedlo | 1 | 46L/ 46R | Souprava pedálu | 1 |
| 11 | Nastavitelná trubka sedla | 1 | 47 | C kroužek S-16 (1T) | 1 |
| 12 | Plochá podložka D16*D8.5*1.2T | 4 | 48 | Nylonová matice M6*1.0*6T | 4 |
| 13 | Zakřivená podložka D22*D8.5*1.5T | 10 | 49 | Šestihranný šroub M6*1.0*15L | 4 |
| 14 | Křížový šroub M5*0.8*12L | 2 | 50 | Plastová podložka D50*D10*1.0T | 2 |
| 15 | Adaptér | 1 | 51 | Odpružená podložka D15.4*D8.2*2T | 4 |
| 16 | Pěna 575L | 2 | 52 | Kliková náprava | 1 |
| 17 | Plochá podložka D25*D8.5*2T | 1 | 53 | Tlumič | 4 |
| 18 | Otočné tlačítko | 1 | 54 | Kabel čidla | 1 |
| 19 | Polokulové víčko | 2 | 55 | Ložisko #99502 | 2 |
| 20 | Šestihranný šroub M8*1.25*15L | 6 | 56 | Matice proti uvolnění | 2 |
| 21 | Pás | 1 | 57 | Kovová plochá podložka | 1 |
| 22 | Vnitřní podložka D21*D16.2*0.3T | 2 | 58 | Fixační destička pro mezikolo | 1 |
| 23 | Plochá podložka D24*D16*1.5T | 1 | 59 | Křížový šroub M5*10L | 4 |
| 24 | Kulatý magnet | 1 | 60 | Plochá podložka D50*D10*2.0T | 1 |
| 25 | Levý kryt řetězu | 1 | 61 | Mezikolo | 1 |
| 26 | Pravý kryt řetězu | 1 | 62 | Křížový šroub ST4.2*1.4*15L | 2 |
| 27 | Pásové kolo | 1 | 63 | Distanční kus | 1 |
| 28 | Horní ochranný kryt | 1 | 64 | Magnetický systém | 1 |
| 29 | Držák řídítek | 1 | 65 | Motor | 1 |
| 30 | Měření tepu na řídítkách | 2 | 66 | Elektrický kabel | 1 |
| | Kabel pro měření tepu na řídítkách | 2 | 67 | Nylonová matice M6*1.0*6T | 4 |
| 31 | Kulový knoflík | 1 | 68 | Pružina | 1 |
| 32 | Nylonová matice M10*1.5*10T | 1 | 69 | Křížový šroub ST4*1.41*15L | 4 |
| 33 | Kryt šroubu | 2 | 70 | Duše | 1 |
| 34 | Šestihranný šroub M8*1.25*25 | 2 | 71 | Napínací kabel | 1 |
| 35L | Levá klika | 1 | 72 | Tlumič | 4 |
| 35R | Pravá klika | 1 | 73 | Křížový šroub M5*0.8*10L | 1 |
| 36 | Řídítka | 1 | 74 | Plochá podložka | 3 |
| | | | 75 | Nylonová matice | 3 |

Vážený zákazník,

SK

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.

Spoločnosť ENERGETICS poskytuje pôvodnému zákazníkovi 3-ročnú záruku na možné poškodenia materiálu a vypracovanie. Záruka nezahŕňa poškodenia spôsobené nesprávnym používaním a opotrebovaním častí. Na všetky elektronické časti je 1-ročná záruka. Záručná lehota začína plynúť od dátumu kúpy výrobku (uschovajte doklad o predaji).

Bezpečnostné pokyny

- Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu sa poradte so svojím lekárom o optimálnom cvičení.
- Upozornenie: nesprávne/nadmerné cvičenie môže spôsobiť telesné zranenia. Prestaňte domáce cvičebné zariadenie používať, ak sa cítite nepríjemne.
- Uistite sa, že s cvičením začnete až po správnej montáži, nastavení a kontrole domáceho cvičebného zariadenia.
- Vždy začnite fázou rozohriatia.
- Používajte iba originálne časti, ktoré dodáva spoločnosť ENERGETICS (pozri kontrolný zoznam).
- Pozorne dodržte kroky návodu na montáž.
- Používajte iba náradie určené na montáž a v prípade potreby požiadajte o pomoc.
- Umiestnite domáce cvičebné zariadenie na rovný nešmykľavý povrch.
- Na zadnom stĺpiku použite nastaviteľné kryty na zabezpečenie stabilnej polohy domáceho cvičebného zariadenia.
- Uistite sa, že predné kolesá sú umiestnené v správnej polohe: pozri návod na montáž.
- Pri všetkých nastaviteľných častiach majte na pamäti maximálnu polohu, do ktorej môžu byť nastavené.
- Dotiahnite všetky nastaviteľné časti, aby ste zabránili náhlemu pohybu počas cvičenia.
- Tento výrobok je určený pre dospelých. Uistite sa, že deti ho budú používať iba pod dozorom dospelého.
- Uistite sa, že prítomné osoby sú počas cvičenia informované o možných rizikách, napr. o pohyblivých častiach.
- Úroveň odporu si môžete nastaviť podľa vášho osobného uprednostnenia.
- Nepoužívajte cvičebné zariadenie naboso alebo bez uviazanej obuvi.
- Uistite sa, že na použitie domáceho cvičebného zariadenia je k dispozícii dostatok miesta.
- Pri montáži alebo demontáži domáceho cvičebného zariadenia pamätajte na všetky neupevnené alebo pohyblivé časti.

- Počítačom môžete zmeniť odpor.
- Tento výrobok je určený iba na domáce použitie a je odskúšaný do maximálnej telesnej hmotnosti 120 kilogramov.
- Venujte osobitnú pozornosť minimálnej hĺbke vloženia stĺpika so sedadlom.

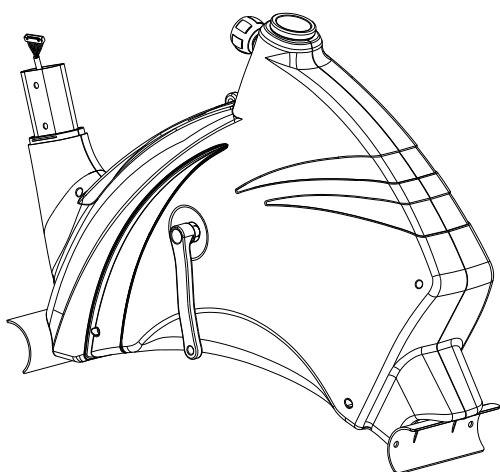

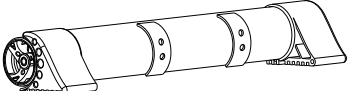

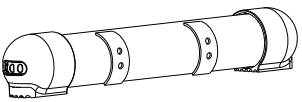

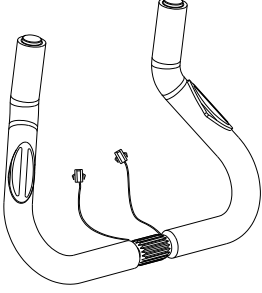

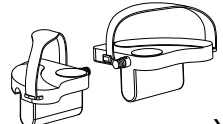




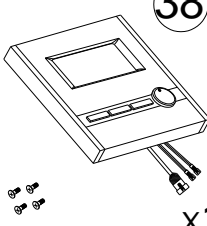

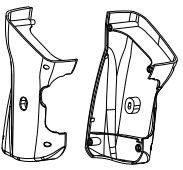
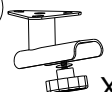
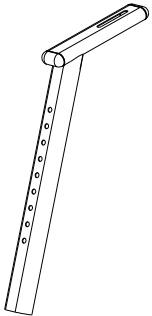






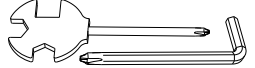


Manipulácia

- A. Po montáži je možné nastaviť zadný stabilizátor na vyrovnanie drobných nerovností na podlahe. Otočte nastaviteľné gombíky na koncoch zadných spodných krytov, aby ste vyrovnali zadný stabilizátor s podlahou.
- B. Prepravné kolieska na predných spodných krytoch umožňujú jednoduché manévrovanie. Jednoducho potiahnite späť riadidlá, kým sa kolesá nedotknú podlahy. Potom presuňte jednotku na požadované miesto.
- C. Riadidlá je možné nastaviť podľa vašich osobných preferencií. Uvoľnite upevňovaciu rúrku riadidiel. Otočte riadidlá do požadovanej polohy a znovu dotiahnite upevňovaciu rúrku.
- D. Výšku stĺpika so sedadlom môžete nastaviť, keď najprv uvoľníte nastaviteľný gombík, presuniete stĺpik so sedadlom do požadovanej výšky a potom dotiahnete gombík na nastavenie výšky.

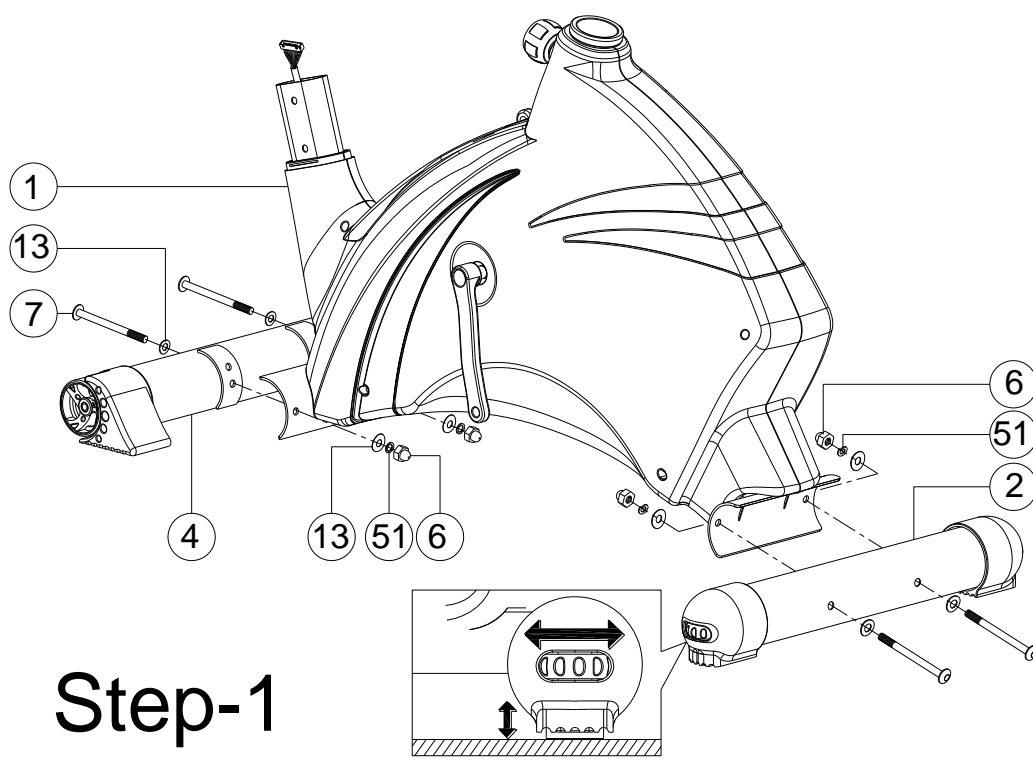
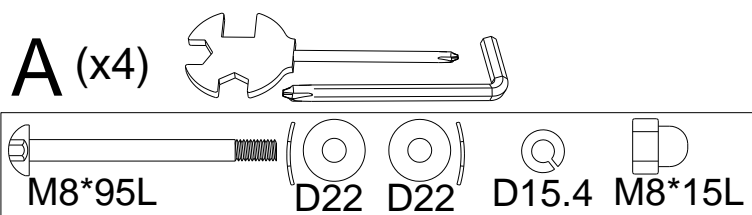
Starostlivosť a údržba

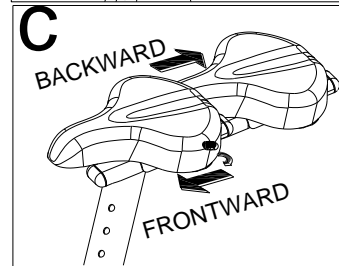
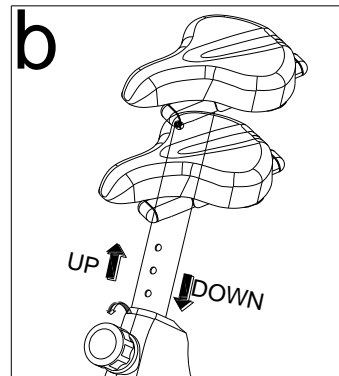
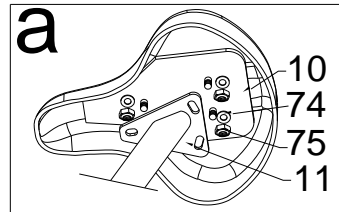
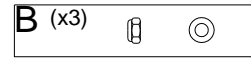
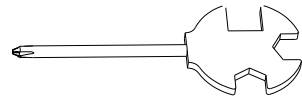
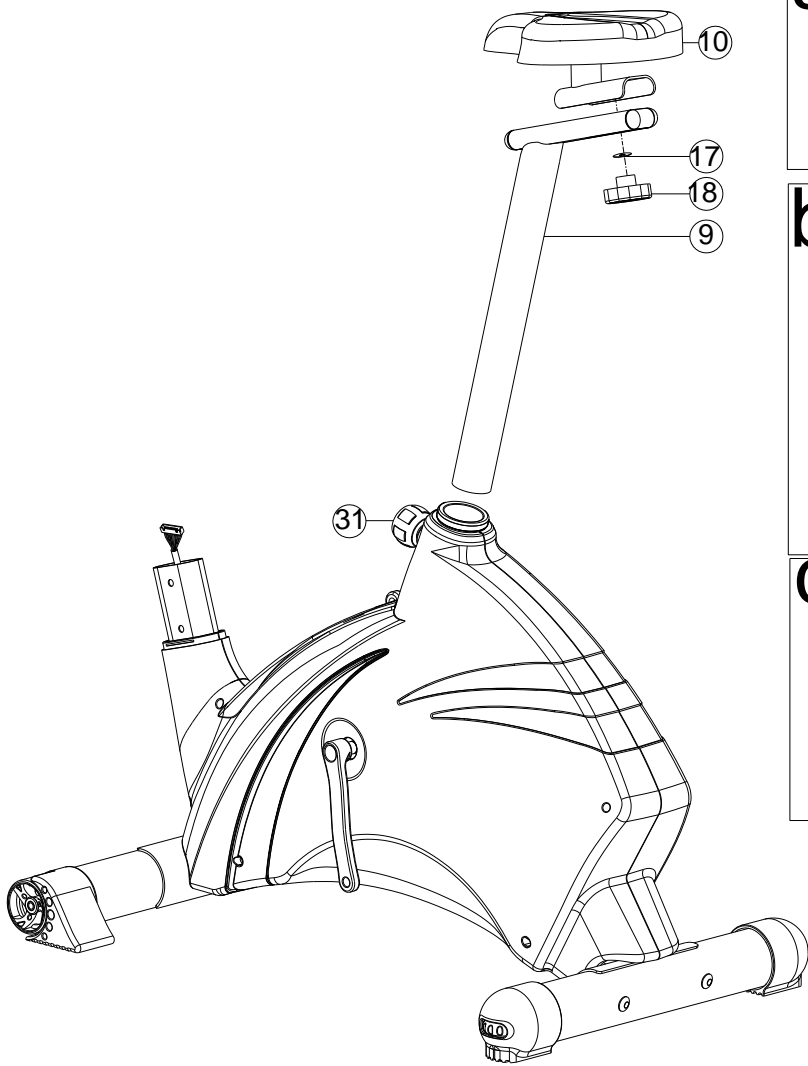
- Domáce cvičebné zariadenie nepoužívajte alebo neskladujete na vlhkom mieste kvôli novej korózii.
- Prinajmenšom každé štyri týždne skontrolujte, či sú všetky spájacie prvky pevne dotiahnuté a v dobrom stave.
- V prípade opravy požiadajte o radu predajcu.
- Okamžite vymeňte chybné časti a/alebo nepoužívajte 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.

Zoznam na kontrolu

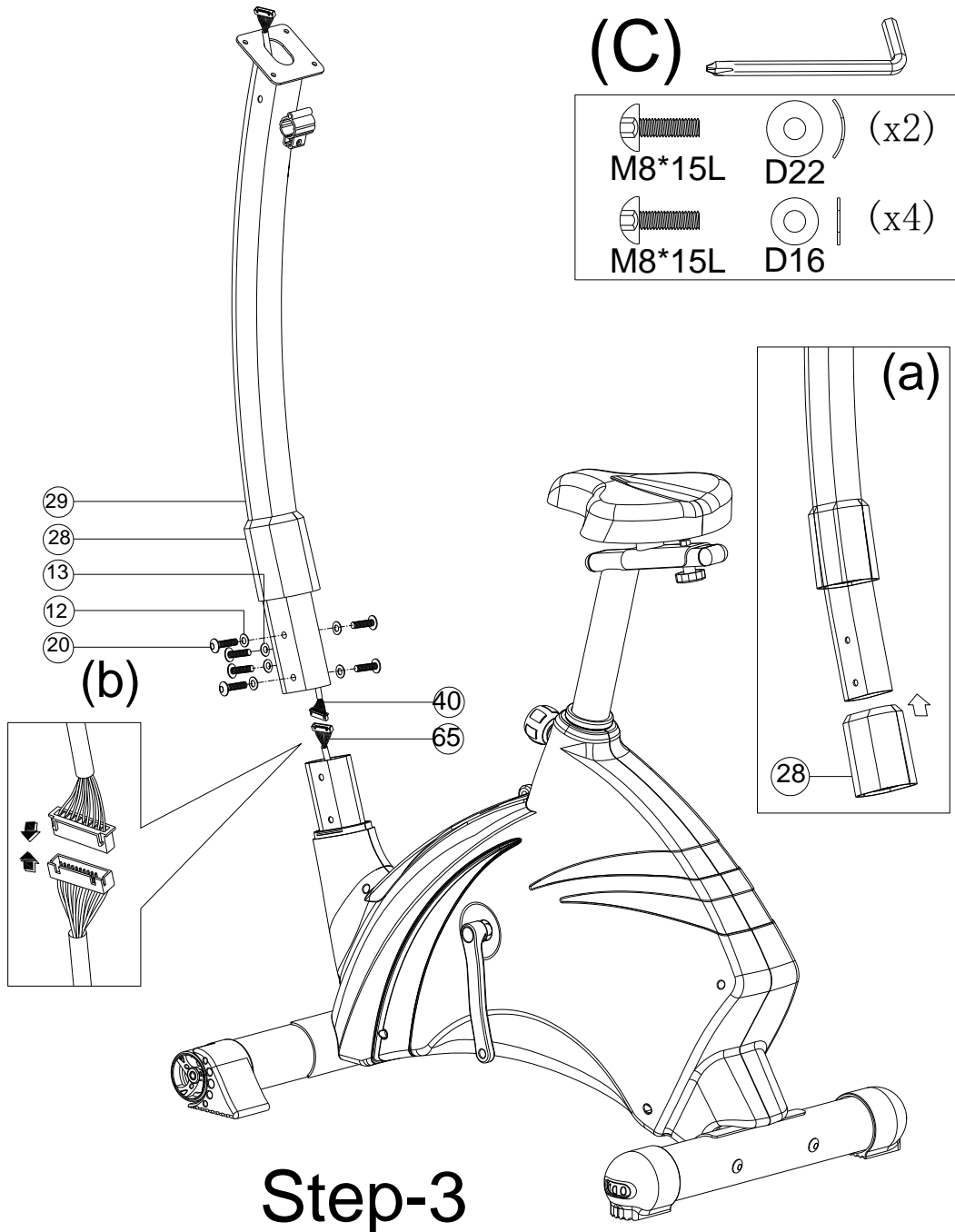
| | | | | | |
|---|--------------------------------|---|--|---|----------------------------------|
|  | | 1 x1 |  | | 29 x1 |
|  | 4 x1 |  | 28 x1 | | |
|  | 2 x1 |  | 42 x1 | | |
|  | 36 x1 |  | 45 x1 |  | |
| | |  | 44 x1 | x1 | |
| | |  | 43 x1 |  | |
| | |  | 37 x1 | 10 x1 | |
|  | 38 x1 |  | 15 x1 |  | |
|  | 11 x1 | 41L&R x1 | |  | |
|  | 7 M8*1.25*95L x4 |  | 13 D22*D8.5*1.5T x10 |  | 51 D15.4*D8.2*2T x4 |
|  | 20 M8*1.25*15L x6 |  | 12 D16*D8.5*1.2T x4 |  | 14 M5*12L x2 |
|  | 6 x1 |  | 6 M8*1.25*15L x4 |  | 69 ST4*15L x4 |

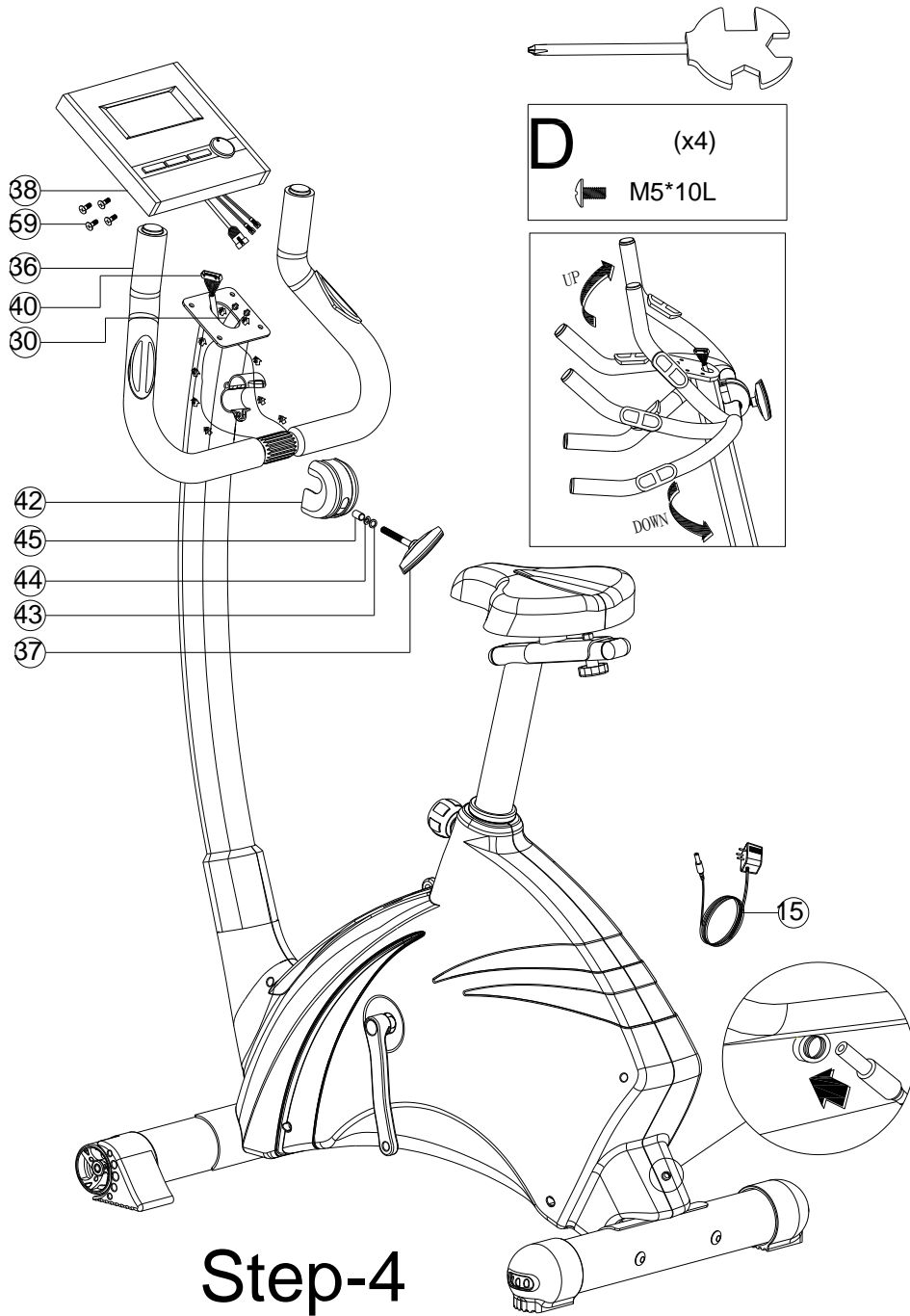
Montážny výkres

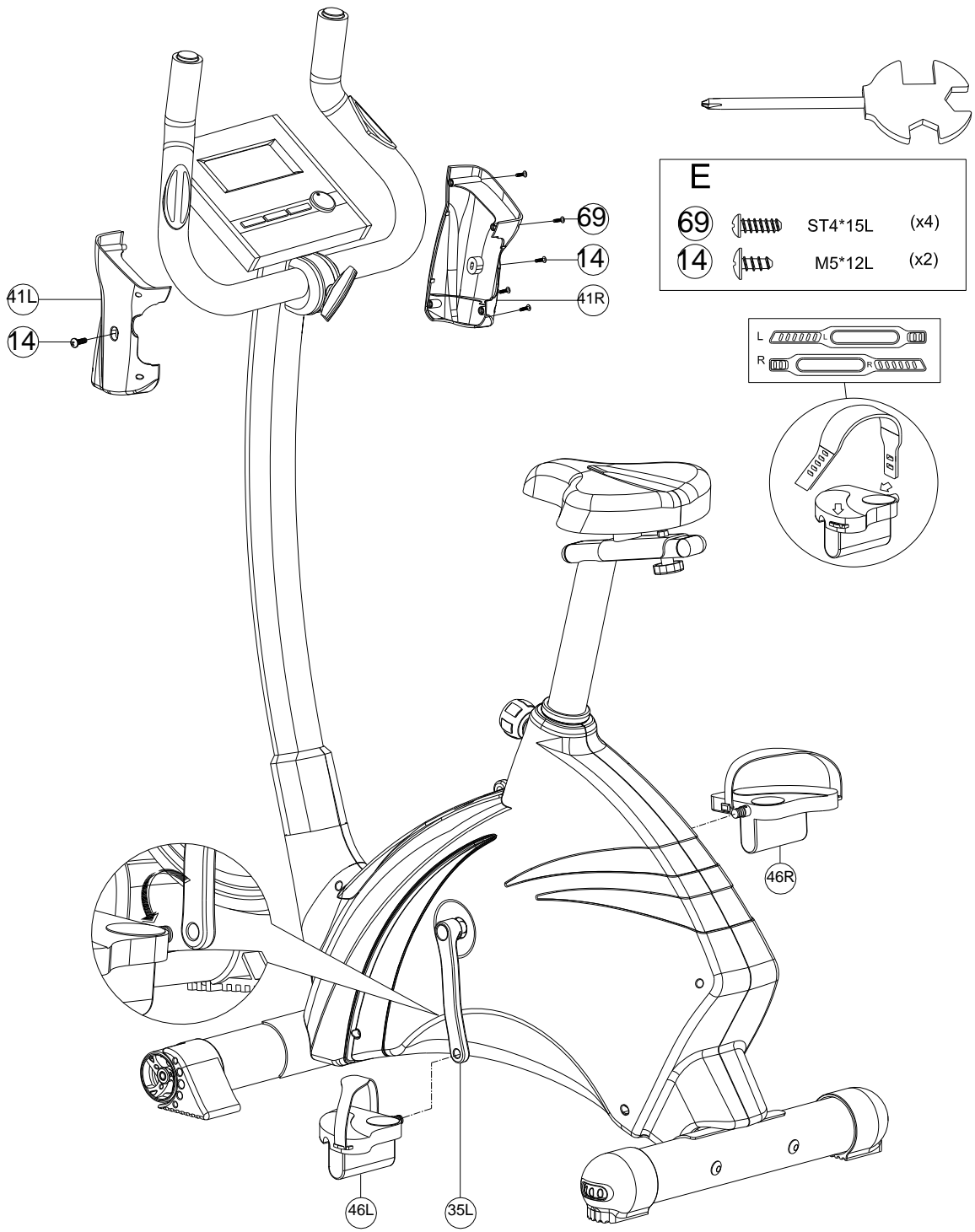




Step-2





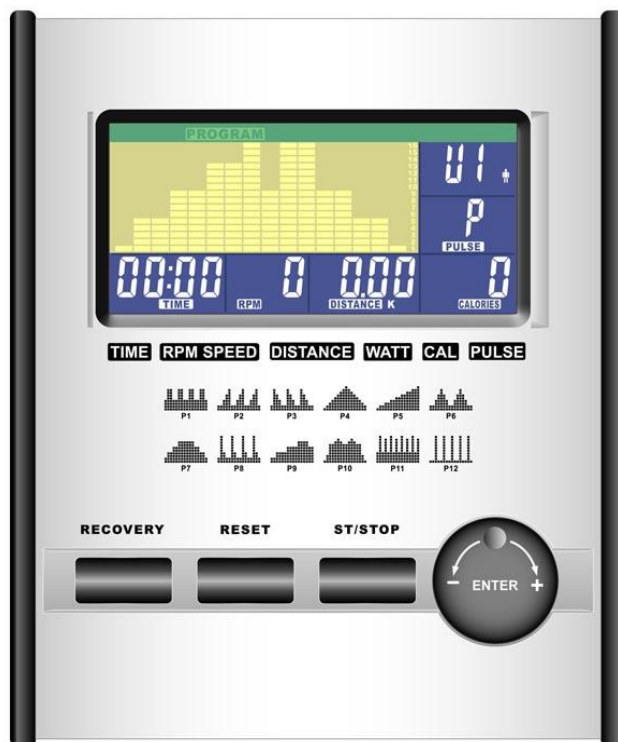


E

| | | | |
|----|--|---------|------|
| 69 | | ST4*15L | (x4) |
| 14 | | M5*12L | (x2) |

Step-5

Príručka k počítaču



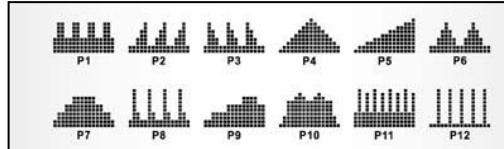
Funkcia

| | |
|-----------------------------|--|
| SCAN | Prepína medzi WATTS / CALORIES a RPM / SPEED. K prepínaniu dochádza po 6 sekundách. |
| RPM (OTÁČKY) | 0~15~999 |
| SPEED (RÝCHLOSŤ) | 0,0 - 99,9 km/hod. |
| TIME (ČAS) | 0:00~99:59 Údaj TM sčíta dobu jazdy od posledného vynulovania pomocou tlačidla RESET. |
| DISTANCE (VZDIALENOSŤ) | 0,00 - 99,99 km |
| CALORIES (KALÓRIE) | 0~999 |
| WATT (WATTY) | 0~999 |
| PULSE (PULZ) | 30~240 |
| HEART SYMBOL (SYMBOL SRDCE) | Bliká ON/OFF (ZAP/VYP) |
| MANUAL (MANUÁLNE) | Úroveň 1-16 |
| PROGRAM | P1-P12 |
| USER (UŽÍVATEĽSKÝ) | U1-U4 |
| HRC (PULZOVÁ FREKVENCIA) | 55%, 75%, 90%, IND (CIEĽ) |
| USER DATA (ÚDAJE UŽÍVATEĽA) | U0-U4 (U1 - U4 užívateľské údaje v pamäti) |

POPIS FUNKCIE

MANUAL (MANUÁLNE) Nastavte záťaž pomocou maticového displeja, a potom (ak je to potrebné) nastavte parametre cvičenia TIME/DISTANCE/CALORIES/PULSE (ČAS / VZDIALENOSŤ/KALÓRIE/PULZ) a stlačte tlačidlo ST/STOP pre začatie manuálneho programu.

PROGRAM 12 automatických programov riadeného cvičenia (P1-P12), záťaž možno upraviť počas programu.



WATTS (WATTY) Východisková hodnota WATTS je 100. Užívateľ môže túto hodnotu nastaviť pomocou tlačidla UP / DOWN (HORE / DOLE). Zadaná hodnota WATTS bude automaticky udržiavaná bez ohľadu na rýchlosť.

USER (UŽÍVATEĽSKÝ) Vytvorte si vlastný profil programu pomocou hodnôt U1 - U4 tak, že pre každý jednotlivý segment nastavíte konkrétnu záťaž. Potom sa program automaticky uloží pre budúce použitie. Program U0 ENTER môže byť nastavený rovnako ako U1 - U4, ale nemožno ho následne uložiť.

H.R.C. (PULZOVÁ FREKVENCIA) RIADENIE PULZOVEJ FREKVENCIE - Vyberte si vlastnú cieľovú pulzovú frekvenciu alebo si zvolte jeden z prednastavených programov 55%, 75 alebo 90%. Zadať medzi užívateľské údaje svoj vek, aby ste zaistili správne nastavenie svojej cieľovej pulzovej frekvencie. Displej PULSE bude blikať, keď dosiahnete cieľovú pulzovú frekvenciu podľa programu, ktorý ste si vybrali.

- xiii. 55% - DIÉTNY PROGRAM
- xiv. 75 % -- ZDRAVOTNÝ PROGRAM
- xv. 90 % -- ŠPORTOVÝ PROGRAM
- xvi. CIEĽ - UŽÍVATEĽOM NASTAVENÁ CIEĽOVÁ PULZOVÁ FREKVENCIA

OBNOVA Po ukončení cvičenia stlačte tlačidlo RECOVERY. Aby mohla funkcia RECOVERY fungovať správne, potrebuje poznať vašu pulzovú frekvenciu. Bude sa počítat čas - od 1 minúty, a potom sa zobrazí vaša úroveň telesnej zdatnosti od F1 do F6.

POZNÁMKA: Počas obnovy nebudú pracovať žiadne iné displeje.

| Score [Ⓢ] | Condition [Ⓢ] | Heart Rate [Ⓢ] (from test HR minus end HR) [Ⓢ] |
|--------------------|-------------------------------|--|
| F1 [Ⓢ] | Excellent [Ⓢ] | Above 50 [Ⓢ] |
| F2 [Ⓢ] | Good [Ⓢ] | 40 ~ 49 [Ⓢ] |
| F3 [Ⓢ] | Average [Ⓢ] | 30 ~ 39 [Ⓢ] |
| F4 [Ⓢ] | Fair [Ⓢ] | 20 ~ 29 [Ⓢ] |
| F5 [Ⓢ] | Poor [Ⓢ] | 10 ~ 19 [Ⓢ] |
| F6 [Ⓢ] | Very Poor [Ⓢ] | Under 10 [Ⓢ] |

USER DATA (ÚDAJE UŽÍVATEĽA) U0 - U4 sú osobné programy užívateľa. Užívateľia by mali zadať svoje pohlavie, vek, výšku a hmotnosť. Budú uložené iba údaje pre programy U1 až U4. U0 je určený pre striedajúcich sa užívateľov.

PREVÁDZKA

1. Po zapnutí bude nastavený východiskový program U1, ale otočením tlačidla UP/DOWN si môžete vybrať akýkoľvek užívateľský program; pre potvrdenie stlačte tlačidlo ENTER. Potom môžete zmeniť pohlavie, výšku, hmotnosť a ďalšie osobné údaje na hornom pravom displeji. Pre potvrdenie znovu stlačte tlačidlo ENTER.
2. Displej výberu funkcie bude blikať, čo znamená, že otočením tlačidla UP/DOWN môžete zvoliť medzi programami P1-P12; potom pre potvrdenie stlačte tlačidlo ENTER. Akúkoľvek východiskovú hodnotu môžete zmeniť stlačením tlačidla ENTER, kým nebude blikať požadovaná hodnota. Pre potvrdenie znovu stlačte tlačidlo ENTER.
3. Po zadaní programu a ostatných hodnôt stlačte tlačidlo START/STOP a začnite cvičiť.

FUNKCIE TLAČIDIEL

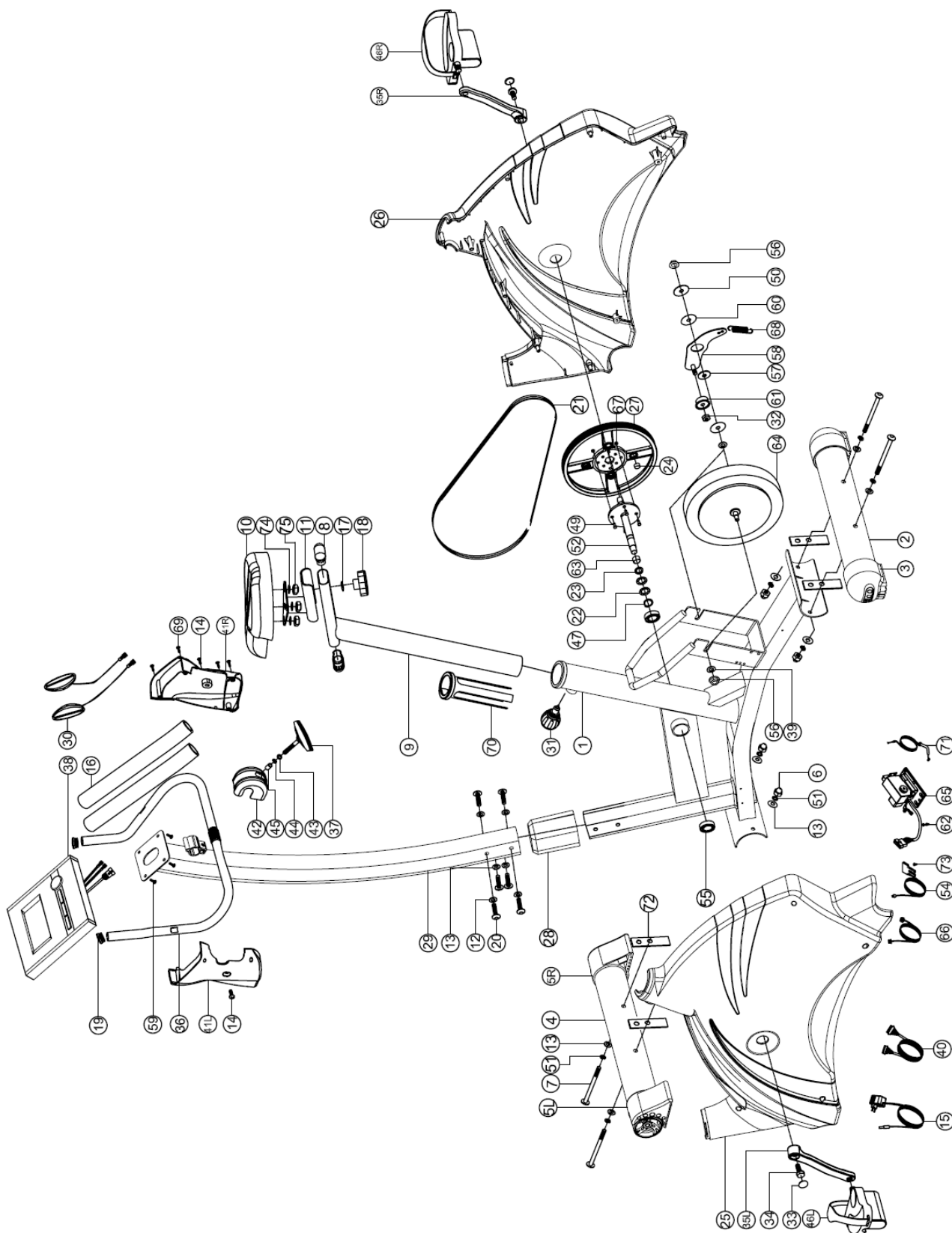
| | |
|-------------------|--|
| TLAČIDLO ENTER | Výber funkcie a potvrdenie. STLAČTE |
| TLAČIDLO UP/DOWN | Zvýšenie alebo zníženie alebo výber možnosti. OTÁČAJTE |
| TLAČIDLO RESET | Obnoví na všetkých displejoch východiskové hodnoty. |
| TLAČIDLO ST/STOP | Tlačidlo pre začatie/ukončenie |
| TLAČIDLO RECOVERY | Skúška telesnej zdatnosti na základe merania rýchlosti obnovy pulzu. |

TIPY

Možnosť: Pripojte AC adaptér **(6 V, 1 A)**.

Uchovávajte počítač mimo vlhké prostredie

Schematický výkres



Zoznam dielov

| Č. | Popis | Množstvo | Č. | Popis | Množstvo |
|-----|--------------------------------------|----------|-----|----------------------------------|----------|
| 1 | Hlavný rám | 1 | 38 | Počítač UM6609L2-7 | 1 |
| 2 | Zadný stabilizátor | 1 | 39 | Plochá podložka D22*D10*2T | 2 |
| 3 | Viečko nastaviteľnej nohy | 2 | 40 | Horný kábel počítača | 1 |
| 4 | Predný stabilizátor | 1 | 41L | Ľavý úchyt počítača | 1 |
| 5L | Viečko ľavej pohyblivej nohy | 1 | 41R | Pravý úchyt počítača | 1 |
| 5R | Viečko pravej pohyblivej nohy | 1 | 42 | Kryt riadidiel | 1 |
| 6 | Polkruhovú maticu | | 43 | Plochá podložka D16*D8.5*1.2T | 1 |
| 7 | Šesťhranná matica M8*1.25*95L | 4 | 44 | Odpružená podložka D15.4*D8.2*2T | 1 |
| 8 | Oválne viečko 25*50*28L | 2 | 45 | Puzdro | 1 |
| 9 | Držiak sedla | 1 | 46L | | |
| 10 | Sedlo | 1 | 46R | Súprava pedála | 1 |
| 11 | Nastaviteľná rúrka sedla | 1 | 47 | C krúžok S-16 (1T) | 1 |
| 12 | Plochá podložka D16*D8.5*1.2T | 4 | 48 | Nylonová matica M6*1.0*6T | 4 |
| 13 | Zakrivená podložka D22*D8.5*1.5T | 10 | 49 | Šesťhranná skrutka M6*1.0*15L | 4 |
| 14 | Krížová skrutka M5*0.8*12L | 2 | 50 | Plastová podložka D50*D10*1.0T | 2 |
| 15 | Adaptér | 1 | | Odpružená podložka D15.4*D8.2*2T | 4 |
| 16 | Pena 575L | 2 | 51 | Kľuková náprava | 1 |
| 17 | Plochá podložka D25*D8.5*2T | 1 | 52 | Tlmič | 4 |
| 18 | Otočné tlačidlo | 1 | 53 | Kábel snímača | 1 |
| 19 | Polguľaté viečko | 2 | 54 | Ložisko # 99502 | 2 |
| 20 | Šesťhranná skrutka M8*1.25*15L | 6 | 55 | Matica proti uvoľneniu | 2 |
| 21 | Pás | 1 | 56 | | |
| 22 | Vlnitá podložka D21*D16.2*0.3T | 2 | 57 | Kovová plochá podložka | 1 |
| 23 | Plochá podložka D24*D16*1.5T | 1 | 58 | Fixačná doštička pre medzikoleso | 1 |
| 24 | Okrúhly magnet | 1 | 59 | Krížová skrutka M5*10L | 4 |
| 25 | Ľavý kryt reťaze | 1 | 60 | Plochá podložka D50*D10*2.0T | 1 |
| 26 | Pravý kryt reťaze | 1 | 61 | Medzikoleso | 1 |
| 27 | Pásové koleso | 1 | 62 | Krížová skrutka ST4.2*1.4*15L | 2 |
| 28 | Horný ochranný kryt | 1 | 63 | Dištančný kus | 1 |
| 29 | Držiak riadidiel | 1 | 64 | Magnetický systém | 1 |
| 30 | Meranie pulzu na riadidlách | 2 | 65 | Motor | 1 |
| | Kábel pre meranie tepu na riadidlách | 2 | 66 | Elektrický kábel | 1 |
| 31 | Guľový gombík | 1 | 67 | Nylonová matica M6*1.0*6T | 4 |
| 32 | Nylonová matica M10*1.5*10T | 1 | 68 | Pružina | 1 |
| 33 | Kryt skrutky | 2 | 69 | Krížová skrutka ST4.*1.41*15L | 4 |
| 34 | Šesťhranná skrutka M8*1.25*25 | 2 | 70 | Duša | 1 |
| 35L | Ľavá kľuka | 1 | 71 | Napínací kábel | 1 |
| 35R | Pravá kľuka | 1 | 72 | Tlmič | 4 |
| 36 | Riadidlá | 1 | 73 | Krížová skrutka M5*0.8*10L | 1 |
| 37 | T gombík | 1 | 74 | Plochá podložka | 3 |
| | | | 75 | Nylonová matica | 3 |

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! Fitnesz-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 fitneszedzésre alkalmazzák. Ez a termék megfelel az EN 957 európai szabvány követelményeinek.

Az anyag- és feldolgozási hibákért az ENERGETICS három (3) év garanciát vállal. A garancia nem érvényes a termék nem rendeltetésszerű használatából eredő károkért, valamint a kopó alkatrészekre. A termék elektronikus összetevőire egy éves garancia érvényes. A garanciális időtartam a vásárlási dátumkor veszi kezdetét (a nyugtát kérjük gondosan megőrizni).

Biztonsági utalások

- 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.
- Figyelem: A rosszul megválasztott és túlzott edzés veszélyeztetheti az Ön egészségét!
- Az edzéshez csak akkor fogjon hozzá, miután meggyőződött róla, hogy a szobabicikli készüléket megfelelően szerelte össze és állította be!
- Az edzést mindig bemelegítéssel kezdje!
- Kizárólag a szállítási csomag részét képező eredeti ENERGETICS tartozékokat használjon (lásd ellenőrzőlista)!
- A készülék összeszerelésekor pontosan az összeszerelési utasítások szerint járjon el!
- Az összeszereléshez kizárólag alkalmas szerszámokat használjon; adott esetben vegye igénybe másik személy segítségét!
- A készüléket sima, csúszásmentes felületen állítsa fel!
 - Minden állítható résznél ellenőrizze, hogy a legfelső állások megfelelően vannak beállítva!
- Az edzés megkezdése előtt húzzon meg minden állítható részt annak érdekében, hogy megakadályozza az ilyen részek meglazulását az edzés közben!
- A készülék felnőtt személyek edzésére lett kifejlesztve. Biztosítsa, hogy a készülék gyerekek általi használata kizárólag felnőttek felügyelete mellett történjen!
- Figyelmeztesse a jelenlevő személyeket a lehetséges – például mozgó alkatrészek általi – veszélyekre!
- Az ellenállás egyéni igényei szerint állítható be.
- A szobabicikli készüléket soha ne használja cipő nélkül vagy laza lábbelivel!
- Győződjön meg róla, hogy a szobabicikli használatához megfelelő hely áll rendelkezésre!
- A szobabicikli készülék össze- és szétszerelésekor ügyeljen a nem rögzített vagy mozgó alkatrészekre!.

- A padló, szőnyeg sérülésének elkerülése érdekében helyezzen rongyot/pokrócot az edzőkészülék alá!
- Amennyiben nem használja a szobabicikli készüléket, kapcsolja ki azt!
- Biztosítsa, hogy a szobabiciklinek közvetlen közelében ne legyenek tárgyak!
- Ez a készülék kizárólag otthoni használatra lett kifejlesztve, maximális terhelhetősége 120 kilogramm.
- A szobabicikli használatából eredő személyi és anyagi károkért nem vállalunk felelősséget.

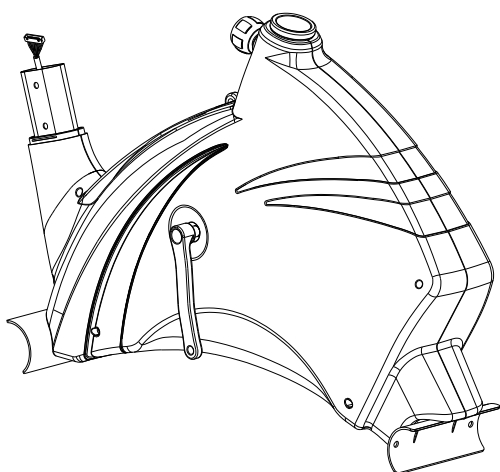

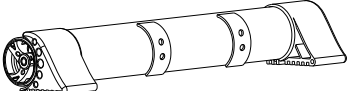

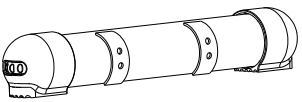

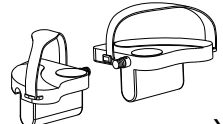
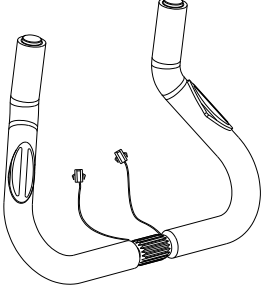






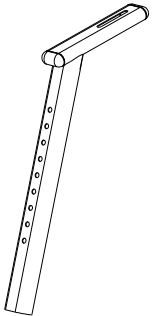
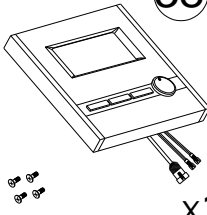

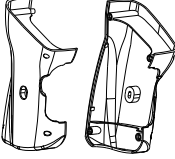
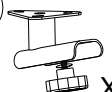






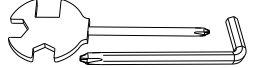


Kezelés

- A. A felépítés utána hátolso lábaknál betudja állítani a gépet hogy ne mozogjon a talajon Ebben az esetben csavarja a lábakon lévő beállitocsavarokat a jobb és a bal oldalán a lábaknak addig ameddig a gép mozgás nélkül a Adlon megáll.
- B. A első lábakon lévő tolókerekekkel megengedi hogy a gépet könnyen tologatja. Aljon a gép elé es döntse meg a kormányval a gépet és tolja a gépet oda ahova szeretné alítani a gépet.
- C. A kormányt be tudja állítani át ön kedve vagy is ahogy ön szeretne.Ehezz lazítja meg a kormánycsavart amivel a kormány rögzítve van és fordítja a kormányt abban a állásban amennyik önnek megfelel.
- D. Az ülőcső magasságát úgy tudja bealítani, miben meglazítja a ülőcsőben lévő elalítócsavart, húzza ki a ülőcsövet addig ameddig a magassága megfelel. Ezután rögzítje a beálltást a beállitocsavaral

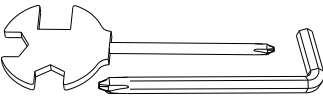
Karbantartás

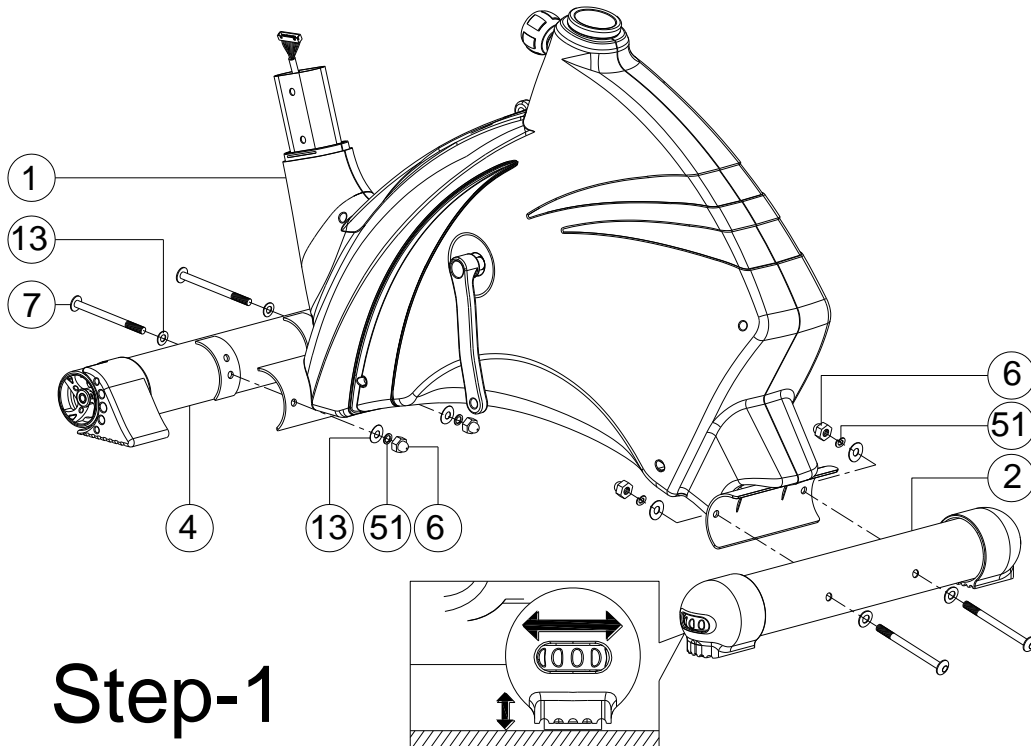
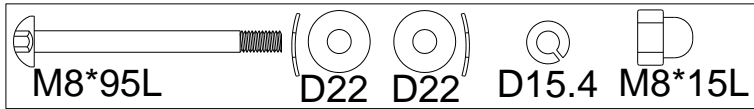
- Az edzőkészüléket mindig száraz és meleg helyiségben tárolja!Rendszeresen minden négy hét után ellenőrizze a készüléket, és húzza meg az összes csavart!
- Abban az esetben hogy elromlik a gép, lépjen kapcsolatban a eladóval akinél a gépet vásárolta.
- A javításhoz csak eredeti alkatrészeket használjon.
- 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 puculoszereket ehez.

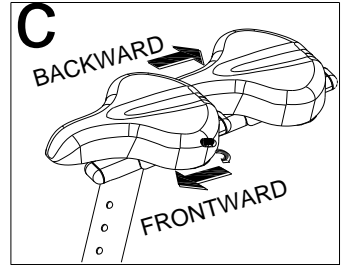
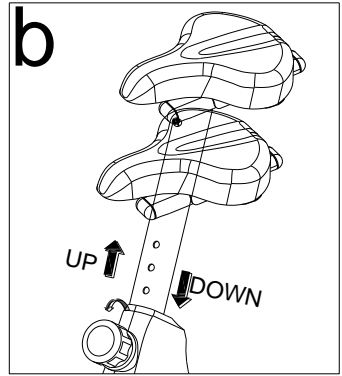
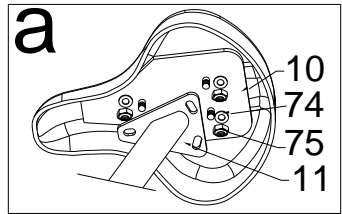
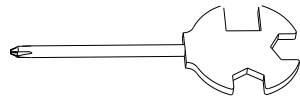
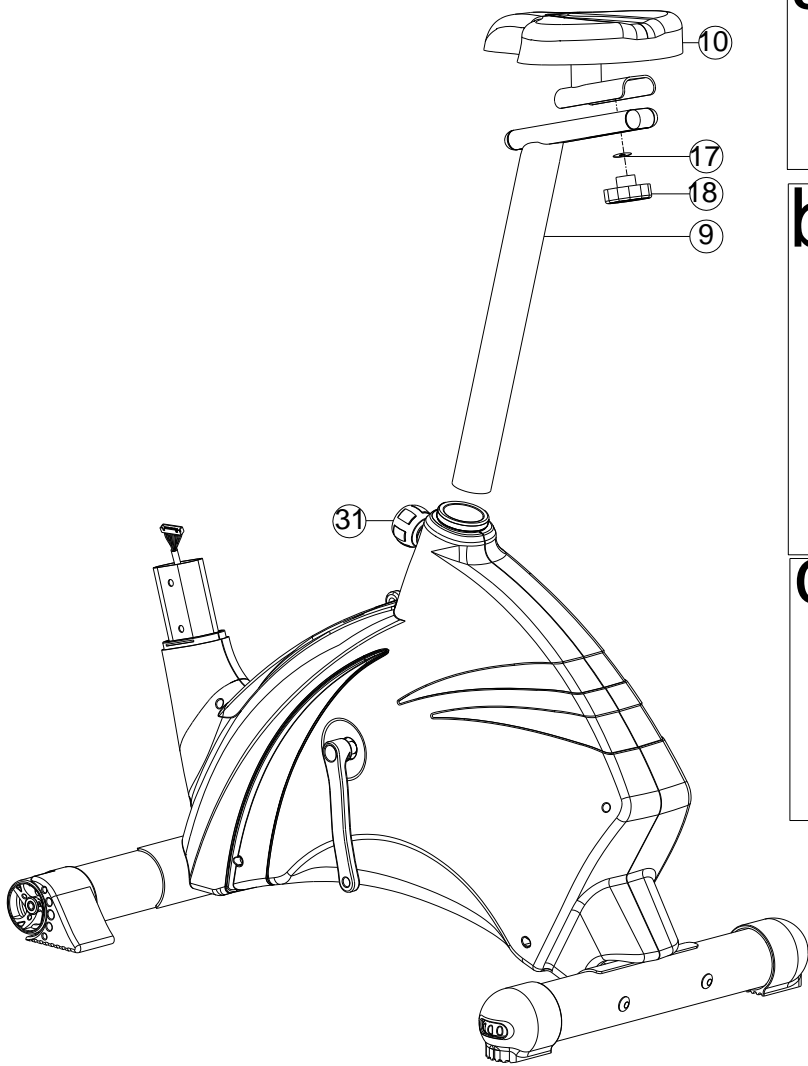
Checklist

| | | | | | |
|---|--------------------------------|---|--|---|----------------------------------|
|  | | 1 x1 |  | | 29 x1 |
|  | 4 x1 |  | 28 x1 | | |
|  | 2 x1 |  | 42 x1 | 46L&R  | |
|  | 36 x1 |  | 45 x1 |  | |
| | |  | 44 x1 |  | |
| | |  | 43 x1 | 10 x1 | |
| | |  | 37 x1 |  | |
|  | 38 x1 |  | 15 x1 | 41L&R  | |
| | |  | 11 x1 | 9 x1 | |
|  | 7 M8*1.25*95L x4 |  | 13 D22*D8.5*1.5T x10 |  | 51 D15.4*D8.2*2T x4 |
|  | 20 M8*1.25*15L x6 |  | 12 D16*D8.5*1.2T x4 |  | 14 M5*12L x2 |
|  | 6 x1 |  | 6 M8*1.25*15L x4 |  | 69 ST4*15L x4 |

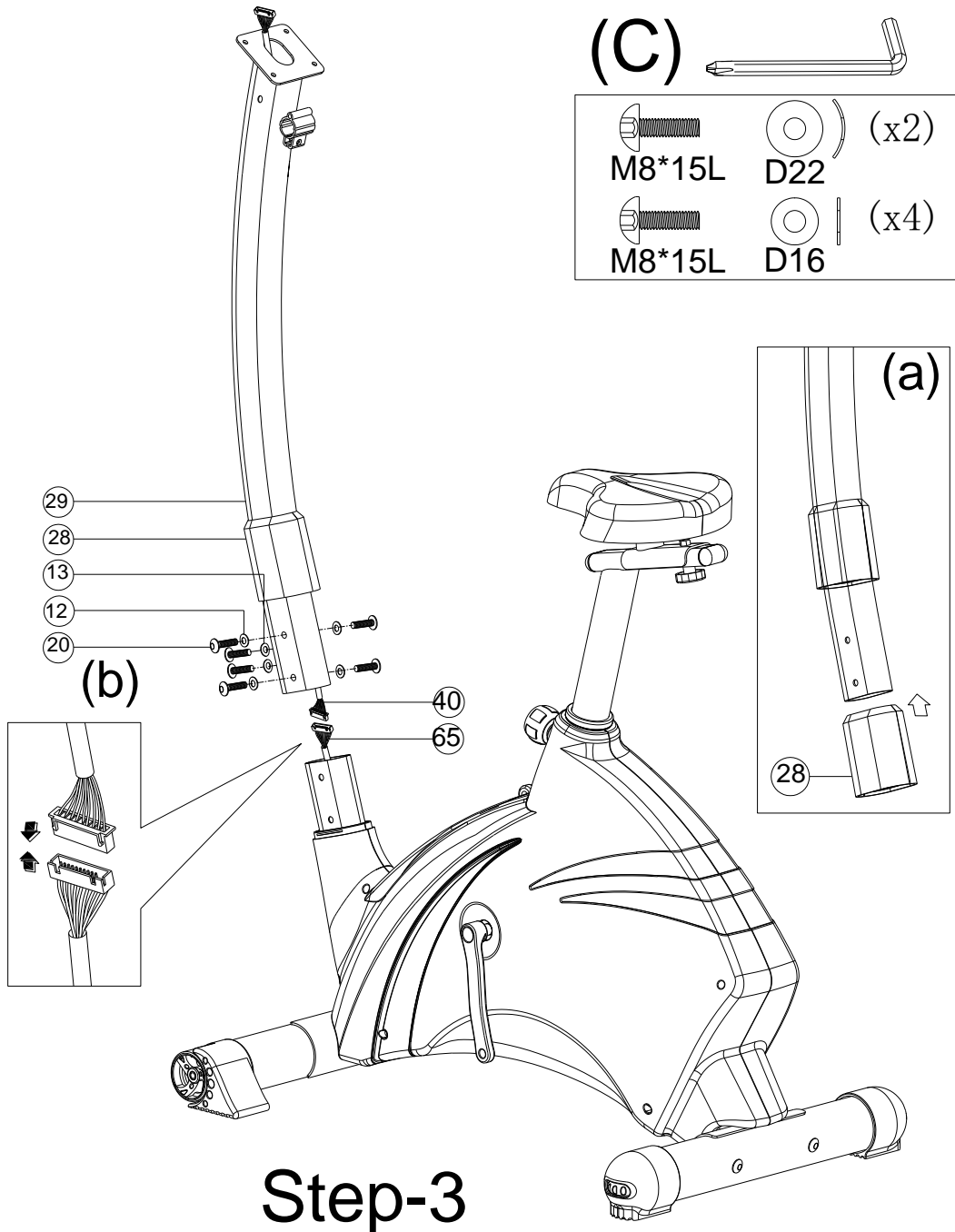
Assembly instruction

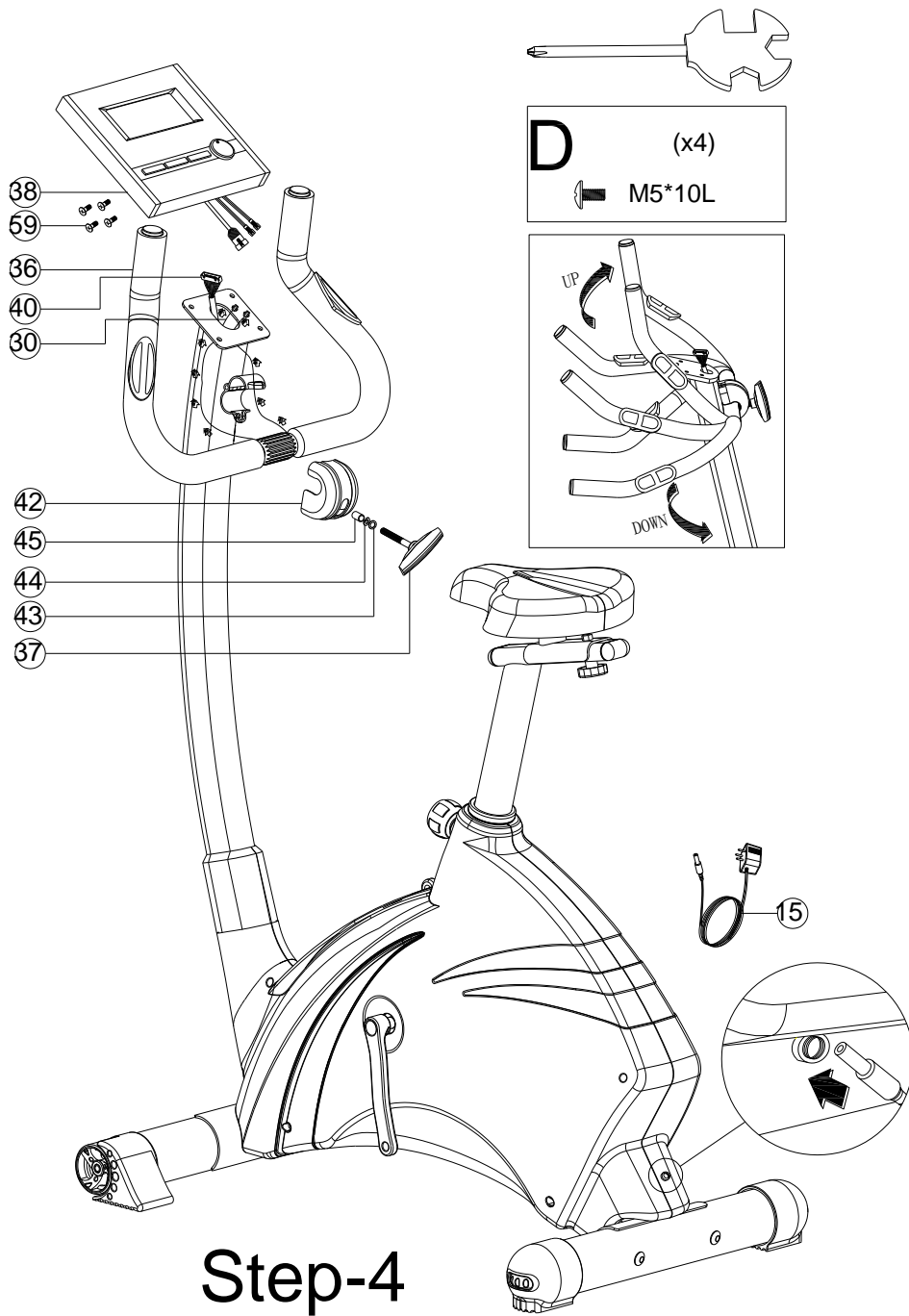
A (x4) 

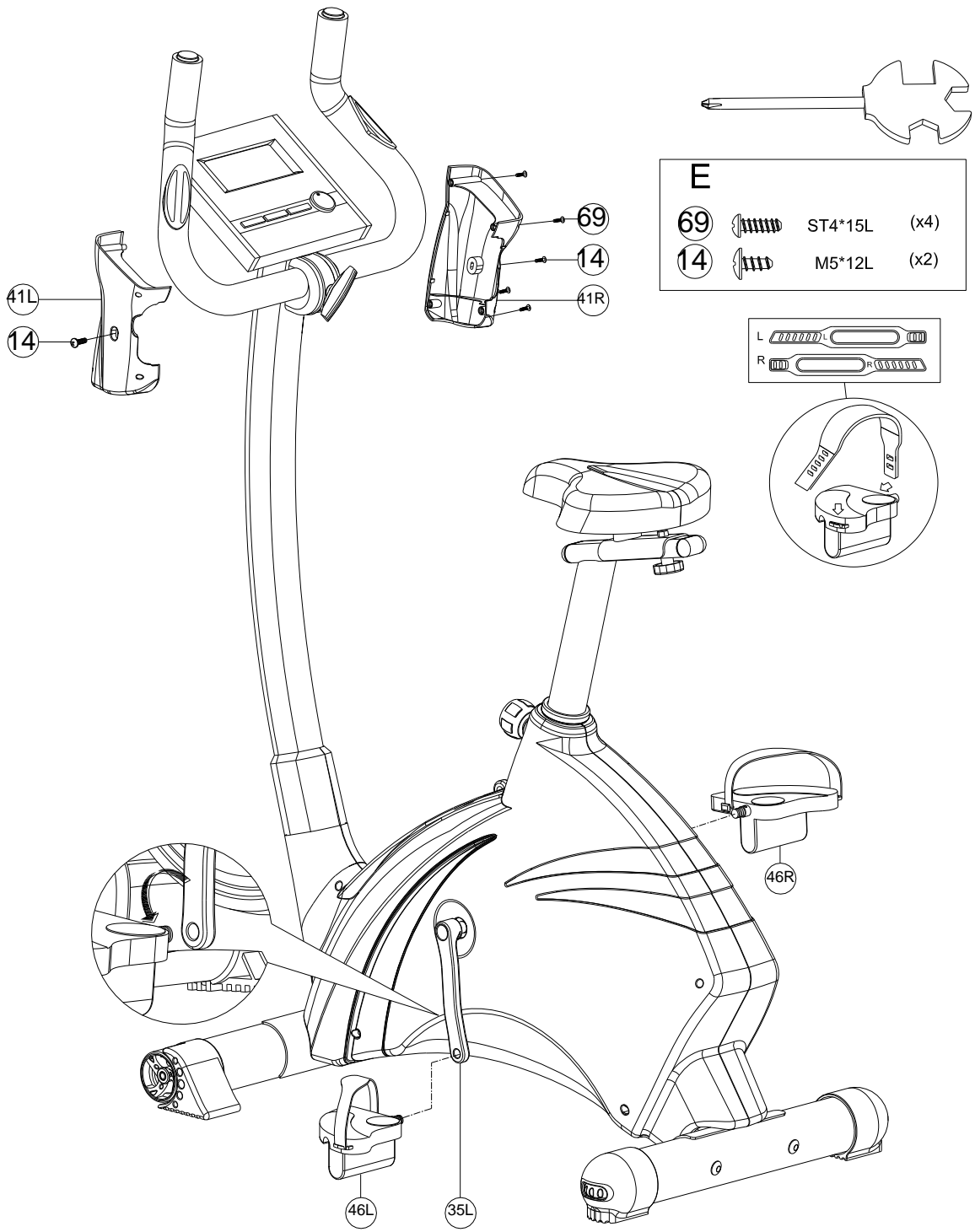




Step-2

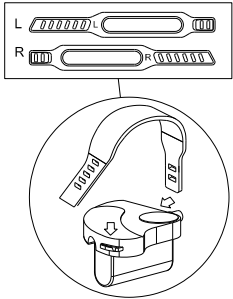






E

| | | | |
|----|--|---------|------|
| 69 | | ST4*15L | (x4) |
| 14 | | M5*12L | (x2) |



Step-5

Útmutató a számítógép használatához



Funkciók

SCAN

Átkapcsol a WATTS/CALORIES és a RPM/SPEED funkciók között. Az átkapcsolásra 6 másodpercenként kerül sor.

RPM (FORDULATSZÁM)

0~15~999

SPEED (SEBESSÉG)

0,0 - 99,9 km/óra

TIME (IDŐ)

0:00~99:59

A TM a RESET gombbal végrehajtott utolsó nullázástól számítja az eltelt időt.

DISTANCE (TÁVOLSÁG)

0,00 - 99,99 km

CALORIES (KALÓRIA)

0~999

WATT (WATT)

0~999

PULSE (PULZUS)

30~240

HEART SYMBOL (SZÍV JEL)

ON/OFF (Ki/Be) villog

MANUAL (MANUÁLIS)

1 - 16 szint

PROGRAM

P1 - P12

USER (FELHASZNÁLÓI)

U1 - U4

H.R.C (PULZUSSZÁM)

55%、75%、90%、IND (CÉL)

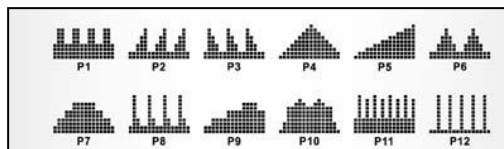
USER DATA (FELHASZNÁLÓI ADATOK)

U0 -U4 (U1 - U4 memóriában található felhasználói adatok)

A MŰKÖDTETÉS LEÍRÁSA

MANUAL (MANUÁLIS) A kijelző segítségével állítsa be a terhelést, és (ha szükséges, akkor) az edzés paramétereit is: TIME / DISTANCE / CALORIES / PULSE (idő / távolság / kalória / pulzus), majd nyomja meg a ST/STOP gombot a manuális program indításához.

PROGRAM 12 automatikus edzésprogram (P1 ÷ P12), a terhelést a programban lehet állítani.



WATT (WATT) A beállított alapérték: 100. A felhasználó ezt az értéket az UP / DOWN (fel / le) gombok segítségével megváltoztathatja. A megadott WATT érték a sebességtől függetlenül állandó értékű lesz.

USER (FELHASZNÁLÓI) Állítson be egyéni edzésprofil, az U1 ÷ U4 programokban, ehhez mindegyik edzésprofilban állítsa be a konkrét terheléseket. Ezek a beállítások elmentődnek a memóriába. Az U0 Enter programban az U1 ÷ U4 programokhoz hasonlóan lehet a terheléseket beállítani, de ez nem mentődik el a memóriába.

H.R.C (PULZUSSZÁM) Pulzusszám alapján vezérelt edzés - Állítson be egyéni cél pulzusszámot, vagy válasszon egyet az előre beállított programok közül: 55 %, 75 vagy 90 %. A cél pulzusszám helyes beállításához a felhasználói adatok között adja meg az életkorát. Amikor eléri a kiválasztott, vagy beállított cél pulzusszámot, akkor a PULSE villogni kezd.

- xvii. 55 % -- DIÉTÁS PROGRAM
- xviii. 75 % -- EGÉSZSÉGÜGYI PROGRAM
- xix. 90 % -- SPORT PROGRAM
- xx. CÉL - FELHASZNÁLÓ ÁLTAL BEÁLLÍTOTT CÉL PULZUSSZÁM

VISSZAÁLLÁS Az edzés befejezése után nyomja meg a RECOVERY gombot. A RECOVERY funkció megfelelő működéséhez a készüléknek ismernie kell a pulzusszámát. A készülék több mint 1 percig mér, majd a képernyőn F1 és F6 között mutatja az Ön állóképességét.

MEGJEGYZÉS: A visszaállítás alatt a kijelző már része nem működik.

| Score [Ⓜ] | Condition [Ⓜ] | Heart Rate [Ⓜ] (from test HR minus end HR) [Ⓜ] |
|--------------------|-------------------------------|--|
| F1 [Ⓜ] | Excellent [Ⓜ] | Above 50 [Ⓜ] |
| F2 [Ⓜ] | Good [Ⓜ] | 40 ~ 49 [Ⓜ] |
| F3 [Ⓜ] | Average [Ⓜ] | 30 ~ 39 [Ⓜ] |
| F4 [Ⓜ] | Fair [Ⓜ] | 20 ~ 29 [Ⓜ] |
| F5 [Ⓜ] | Poor [Ⓜ] | 10 ~ 19 [Ⓜ] |
| F6 [Ⓜ] | Very Poor [Ⓜ] | Under 10 [Ⓜ] |

USER DATA (FELHASZNÁLÓI ADATOK) U0 ÷ U4 felhasználói egyedi programok. A felhasználónak meg kell adnia a nemét, életkorát, testmagasságát és testsúlyát. A készülék csak az U1 ÷ U4 edzési programokat menti el. Az U0 csak egyszeri edzéshez szolgál (gyakori felhasználóváltás esetén).

HASZNÁLAT

1. A készülék bekapcsolás után az U1 felhasználói program töltődik be. Az UP/DOWN gombok segítségével kiválaszthat másik felhasználói programot is, a jóváhagyáshoz nyomja meg az ENTER gombot. Majd adja meg a nemét, életkorát, testmagasságát és testsúlyát (kijelző jobb felső része). Nyomja meg az ENTER gombot a megerősítéshez.
2. A funkció kiválasztó villog. Ez azt jelenti, hogy az UP/DOWN gomb elforgatásával választhat a P1 ÷ P12 programok közül, majd nyomja meg az ENTER gombot. Bármilyen értéket megváltoztathat az ENTER gomb megnyomásával (amíg villogni nem kezd az adott érték). Nyomja meg az ENTER gombot a megerősítéshez.
3. A program és az egyéb adatok megadása után nyomja meg a START/STOP gombot, majd kezdje meg az edzést.

A nyomógombok funkciói:

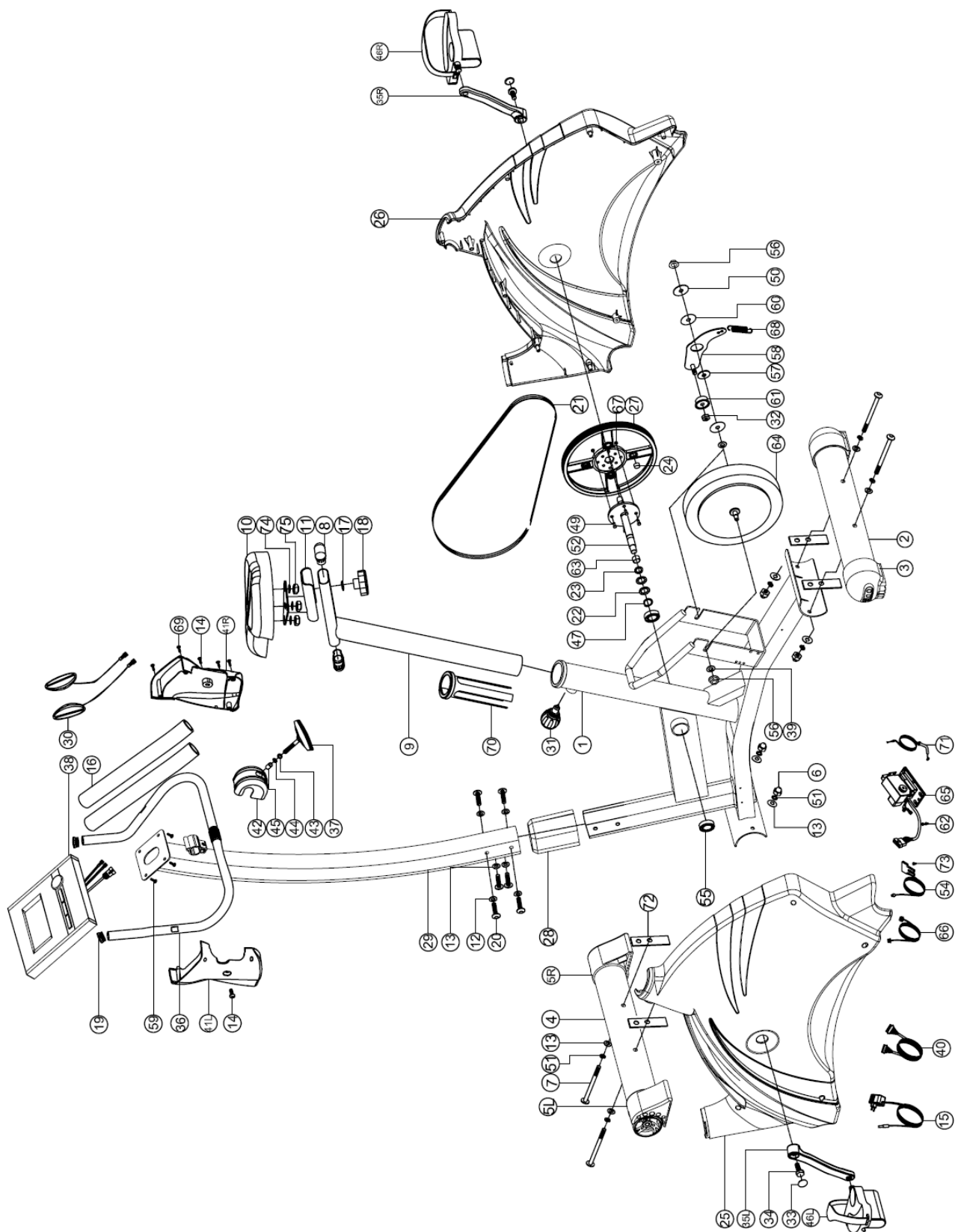
| | |
|--------------------|--|
| ENTER nyomógomb | Funkciók kiválasztása és jóváhagyás. A gombot meg kell NYOMNI. |
| UP/DOWN gomb | Az érték növelése vagy csökkentése, vagy választás. A gombot el kell FORGATNI. |
| RESET nyomógomb | Visszaállítja az alapbeállításokat, lenullázza az értékeket. |
| ST/STOP nyomógomb | Indítás és leállítás. |
| RECOVERY nyomógomb | A pulzusszám helyreállítását mérve megmutatja Önnek az állóképességét. |

Hasznos tanácsok:

Lehetőség: a készüléket adatterről is táplálhatja (AC, 6 V, 1 A).

A számítógépet nedves helyen ne használja.

Robbantó rajz



Alkatrészjegyzék

| Szám | Leírás | Mennyiség | Szám | Leírás | Mennyiség |
|------|----------------------------------|-----------|-------|-----------------------------------|-----------|
| 1 | Fő váz | 1 | 38 | UM6609L2-7 számítógép | 1 |
| 2 | Hátsó stabilizátor | 1 | 39 | Lapos alátét (22x10x2) | 2 |
| 3 | Állítható láb | 2 | 40 | Számítógép felső vezetéke | 1 |
| 4 | Mellső stabilizátor | 1 | 41L | Számítógép tartó, bal | 1 |
| 5L | Állítható talpdugó, bal | 1 | 41R | Számítógép tartó, jobb | 1 |
| 5R | Állítható talpdugó, jobb | 1 | 42 | Kormánybilincs | 1 |
| 6 | Koronás anya | | 43 | Lapos alátét (16x8,5x1,2) | 1 |
| 7 | Csavar (M8x1,25x95) | 4 | 44 | Rugós alátét (15,4x8,2x2) | 1 |
| 8 | Ovális dugó (25x50x28) | 2 | 45 | Persely | 1 |
| 9 | Nyeregtartó | 1 | 46L/4 | | |
| 10 | Nyereg | 1 | 6R | Pedál készlet (bal, jobb) | 1 |
| 11 | Nyeregcső, állítható | 1 | 47 | O-gyűrű (16x1) | 1 |
| 12 | Lapos alátét (16x8,5x1,2) | 4 | 48 | Műanyag anya (M6x1,0x6) | 4 |
| 13 | Alátét (22x8,5x1,5) | 10 | 49 | Hatlapú csavar (M6x1,0x15) | 4 |
| 14 | Kereszthornyú csavar (M5x0,8x12) | 2 | 50 | Műanyag alátét (50x10x1,0) | 2 |
| 15 | Adapter | 1 | 51 | Rugós alátét (15,4x8,2x2) | 4 |
| 16 | Habcső 575 mm | 2 | 52 | Pedál tengely | 1 |
| 17 | Lapos alátét (25x8,5x2) | 1 | 53 | Lengéscsillapító | 4 |
| 18 | Rögzítő gomb | 1 | 54 | Érzékelő kábel | 1 |
| 19 | Kormányvég dugó | 2 | 55 | Csapágy (99502) | 2 |
| 20 | Hatlapú csavar (M8x1,25x15) | 6 | 56 | Kontraanya | 2 |
| 21 | Szíj | 1 | 57 | Fém alátét | 1 |
| 22 | Hullámos alátét (21x16,2x0,3) | 2 | 58 | Himba | 1 |
| 23 | Lapos alátét (24x16x1,5) | 1 | 59 | Kereszthornyú csavar (M5x10) | 4 |
| 24 | Mágnes | 1 | 60 | Lapos alátét (50x10x2) | 1 |
| 25 | Burkolat, bal | 1 | 61 | Kerék | 1 |
| 26 | Burkolat, jobb | 1 | 62 | Kereszthornyú csavar (4,2x1,4x15) | 2 |
| 27 | Hajtókerék | 1 | 63 | Távtartó darab | 1 |
| 28 | Burkolat | 1 | 64 | Lendkerék | 1 |
| 29 | Kormánytartó cső | 1 | 65 | Motor | 1 |
| 30 | Pulzusmérő | 2 | 66 | Vezeték | 1 |
| | Pulzusmérő vezeték a kormányon | 2 | 67 | Műanyag anya (M6x1,0x6) | 4 |
| | | 2 | 68 | Rugó | 1 |
| 31 | Gömb rögzítő gomb | 1 | 69 | Kereszthornyú csavar (4x1,4x15) | 4 |
| 32 | Anyá (M10x1,5x10) | 1 | 70 | Persely | 1 |
| 33 | Csavarfej sapka | 2 | 71 | Vezeték | 1 |
| 34 | Hatlapú csavar (M8x1,25x25) | 2 | 72 | Lengéscsillapító | 4 |
| 35L | Hajtókar, bal | 1 | 73 | Kereszthornyú csavar (M5x0,8x10) | 1 |
| 35R | Hajtókar, jobb | 1 | 74 | Lapos alátét | 3 |
| 36 | Kormány | 1 | 75 | Műanyag anya | 3 |
| 37 | T-csavar | 1 | | | |