

ENERGETICS

ET 12.0 ERGOMETER



GB

DE

RU

SI

SE

FI

NL

CZ

HU

SK

HR

YU

**Assembly Instruction – Bedienungsanleitung – Инструкция - Navodila za montažo -
Bruksanvisning – Käyttöohje – Návod k obsluze - Assemblage instructies - Használati utasítás -
Návod na obsluhu - Upute za uporabu – Uputstvo za sastavljanje**

1. English	P.3
2. Deutsch	P.7
3. Русский язык	P.11
4. Slovensko	P.15
5. Svenska	P.19
6. Suomi	P.23
7. Nederlands	P.27
8. Český	P.31
9. Srpski	P.35
10. Slovensky	P.38
11. Hrvatski	P.42
12. Magyarul	P.46

- GB** © 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.
- DE** © Die Gebrauchsanweisung dient nur zur Referenz für den Kunden. ENERGETICS übernimmt keine Haftung für Fehler die durch Übersetzung oder technische Änderungen des Produkts entstehen.
- RU** © Инструкция служит только как информация для покупателя. ENERGETICS не несет ответственности за ошибочный перевод или за неточности, связанные с техническими изменениями продукта.
- SI** © Ta navodila so samo za kupca. ENERGETICS ne more garantirati za napake, ki se pojavijo zaradi prevajanja oziroma zaradi spremembe tehnične specifikacije proizvoda.
- SE** © Bruksanvisningen är enbart avsedd som upplysning till kunden. ENERGETICS avsäger sig ansvar för ev. felaktigheter till följd av översättningsfel eller tekniska ändringar på produkterna.
- FI** © Nämä käyttöohjeet ovat ainoastaan asiakasta varten. ENERGETICS ei takaa kielenkäännöksestä tai tuotteen teknisistä muunnoksista johtuvia virheitä.
- NL** © Deze bezittershandleiding is alleen voor gebruik door klanten geschikt. ENERGETICS geeft geen garantie voor fouten die ontstaan zijn door de vertaling of veranderingen in de technische beschrijving van het product.
- CZ** © Návod k použití je pouze doporučení pro zákazníky. ENERGETICS nepřebírá žádné ručení za chyby způsobené překladem či změnami v technické specifikaci výrobku.
- HU** © A vásárlók számára a jelen használati utasításnak csak ajánló jellege van. Az ENERGETICS cég nem vállal kezességet olyan jellegű hibákért, amelyek az eredeti szöveg fordításából, illetve a termék módosított műszaki specifikációjából származnak.
- SK** © 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.
- HR** © Uve upute za uporabu služe samo kao pomoć kupcu. ENERGETICS ne preuzima na sebe nikakvu odgovornost u slučaju greški nastalih prilikom prevođenja teksta ili tehničkih promjena u izradi.
- YU** © Ovo uputstvo za upotrebu namenjeno je da bude pomoć kupcu. ENERGETICS ne garantuje za moguće greške u prevodu ili izmene u tehničkoj specifikaciji proizvoda.

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.

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 2 years. The warranty period starts at the date the product was purchased (retain your sales receipt).

Safety Instructions

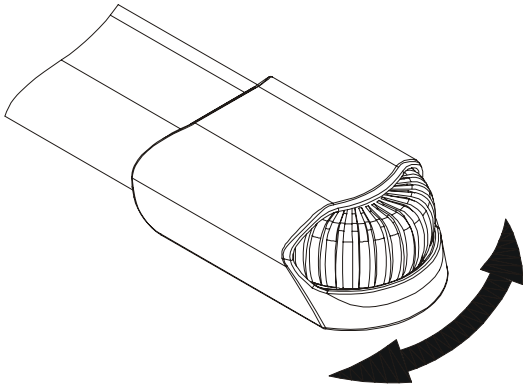
- This training equipment is not suitable for therapeutic purposes.
- Consult your physician before starting with any exercise programme to receive advice on the optimal training.
- Warning: incorrect/ excessive training can cause health injuries. Stop using the home exerciser when feeling uncomfortable.
- Please follow the advice for correct training as detailed in the training instructions.
- 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: see training instructions.
- 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.

- This home exerciser is speed-independent. The braking force is controlled by the distance between the magnetic block and the flywheel.
- The resistance can be changed by the computer.
- This product is made for home use only and tested up to a maximum body weight of 150 kilograms.

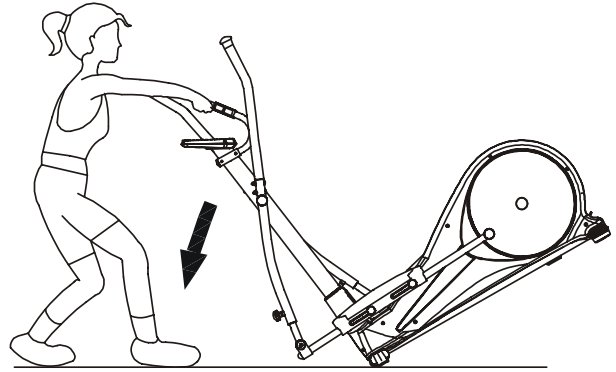
Handling

- 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.

A



B

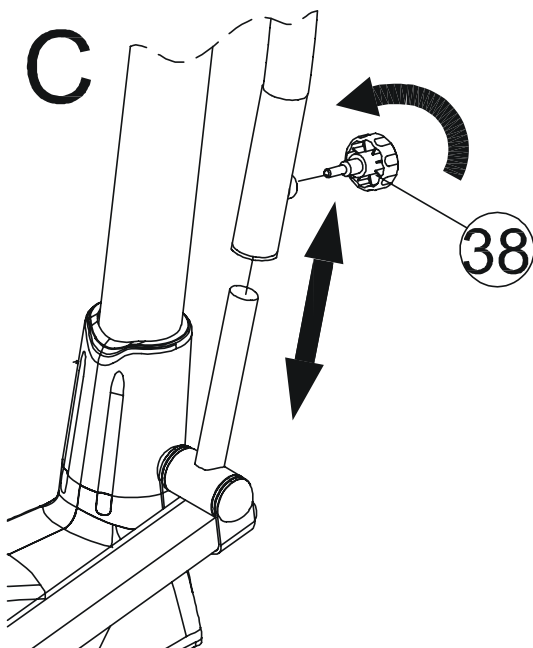


- C. The swivel tube (7) has several bores for adjusting to various positions. Position one of the bores so that it is aligned with the tapped hole in lower swivel handlebar (6). To lock this position, insert knob (38) and screw into the tapped hole.

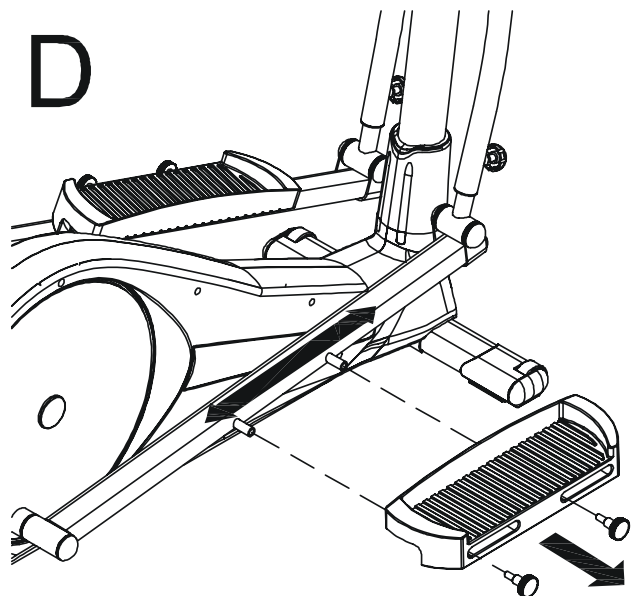
(Caution! The position thus set should always be the same on both sides. The positions can be changed as required at any time by unscrewing the knob (38) and moving the swivel tube (7).

- D. The pedals can be adjusted to personal preference. Remove the two knobs at side of the pedal and place the pedal in the desired location and secure in place by reattaching the knobs.

C



D



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.

Part list – ET 12.0 Ergometer - 2007

NO.	DESCRIPTION	SIZE	Q'TY	NO.	DESCRIPTION	SIZE	Q'TY
1	BASE FRAME		1	43	PLASTIC CAP		8
2	UPRIGHT TUBE WELDMENT		1	44	CHAIN COVER (L)		1
3	FIX HANDLEBAR		1	45	CHAIN COVER (R)		1
4	HANDLE BAR (L)		1	46	TURNING PEDAL DISC		2
5	HANDLE BAR (R)		1	47	DECORATE COVER		1
6	LOWER SWIVEL HANDLE BAR		2	48	PLUG AXLE SUPPORT		14
7	SWIVEL TUBE		2	49	PLASTIC INSERT		2
8	PEDAL TUBE WELDMENT (L)		1	50	OVAL CAP		2
9	PEDAL TUBE WELDMENT (R)		1	51	BELT		1
10	FRONT&REAR STABILIZER		2	52	SET SCREW	M10x28mm	4
11	TURNING PEDAL DISC TUBE		2	53	FIX HANDLEBAR FOAM GRIPS		1
12	AXLE FOR PULLEY		1	54	HANDLEBAR FOAM GRIPS		2
13	BUSH FOR AXLE		1	55	FIX HANDLEBAR FOAM GRIPS		2
14	AXLE SUPPORT		1	56	BUSHING		2
15	BUSH FOR LOWER H.B		2	57	PEDAL KNOB		4
16	SCREW	M8x15 mm	10	58	SCREW	#6x12mm	1
17	SCREW	#8-32 UNC	2	59	WASHER	DIA. 20	2
18	SCREW	M8x50mm	4	60	SENSOR BRACKET		1
19	SCREW (NYLON)	M8x20mm	2	61	MAGNET		1
20	SCREW	M8x90mm	2	62	SCREW	M5x12mm	2
21	ALLEN HEAD BOLT	M8x53mm	4	63	CONTROL BOARD		1
22	ALLEN HEAD BOLT	M6x14mm	5	64	COMPUTER		1
23	SCREW	M4x10mm	2	65	ADAPTOR		1
24	SCREW	M5x16mm	16	66	PULSE GRIP UNIT		2
25	SCREW	M5x30mm	8	67	PULSE WIRE		1
26	HEXAGON NUT	M8	4	68	COMPUTER CABLE (UPPER)		1
27	NYLON NUT	M8	3	69	SERVO MOTOR &COMPUTER CABLE (LOWER)		1
28	WASHER	M8x□38	4	70	SENSOR WIRE		1
29	WASHER	M8x□16	15	71	FLYWHEEL		1
30	WASHER CURVE	M8	4	72	SCREW	M4x16mm	2
31	SPRING WASHER	M8	6	73	DC CABLE		1
32	BEARING	<6004ZZ>	2	74	TURNING PLATE COVER		2
33	CLIP	C20	2	75	IDLE WHEEL BRACKET		1
34	END CAP		1	76	BRACKET OF SPRING		1
35	FRONT STABILIZER COVER(L)		1	77	IDLE WHEEL		1
36	FRONT STABILIZER COVER(R)		1	78	SCREW	M8x25mm	1
37	REAR STABILIZER COVER		2	79	WASHER	M6	4
38	KNOB		2	80	NYLON WASHER	M10	2
39	PEDAL (L)		1	81	CLIP	C12	1
40	PEDAL (R)		1	82	BEARING	<6001ZZ>	1
41	HANDLEBAR END CAP		2	83	SPRING (BIG)		1
42	FIX HANDLEBAR END CAP		2	84	WIRE OF FLYWHEEL		1

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.

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 2 Jahren offeriert. Die Garantiezeit beginnt mit dem Verkaufsdatum (bitte Kaufbeleg sorgfältig aufbewahren).

Sicherheitshinweise

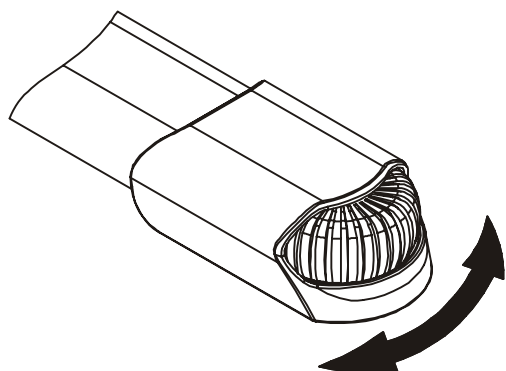
- Dieses Trainingsgerät ist nicht für den therapeutischen Einsatz gedacht.
- Bei gesundheitlichen Einschränkungen oder für individuelle und persönliche Trainingsparameter konsultieren Sie bitte zunächst Ihren Arzt. Er kann Ihnen sagen, welche Art des Trainings und welche Belastung für Sie geeignet sind.
- Achtung: Falsches oder exzessives Training kann Ihre Gesundheit gefährden.
- Für ein sicheres und effektives Training folgen Sie bitte den Hinweisen in der Trainingsanleitung.
- 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: siehe auch Trainingsanleitung.
- 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.

- Dieser Heimtrainer ist Geschwindigkeitsunabhängig. Die Bremskraft wird durch die Distanz vom Magneten zum Schwungrad kontrolliert.
- Der Widerstand kann durch den Computer verändert werden.
- Dieses Gerät ist ausschließlich für den Heimanwendungsbereich konzipiert und einem maximalen Körpergewicht von 150 Kilogramm getestet.

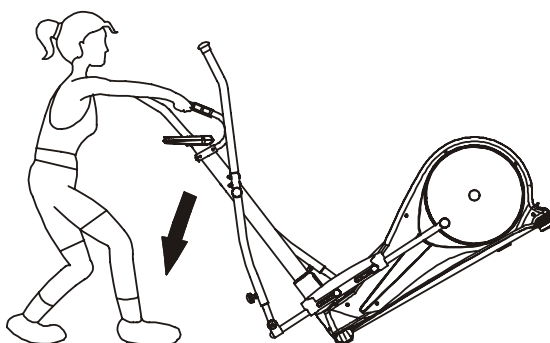
Handhabung

- 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. Drücken Sie einfach am Lenker bis die Rollen den Boden berühren. Dann rollen Sie den Heimtrainer an die gewünschte Stelle

A



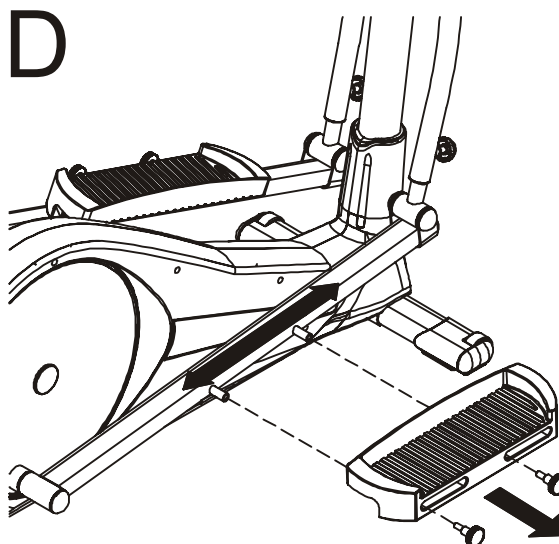
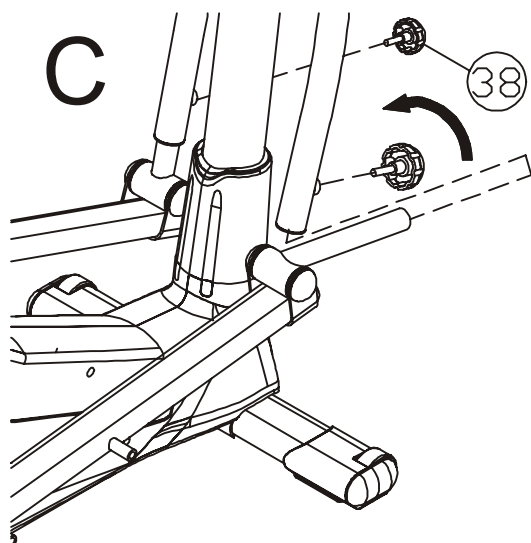
B



- C. Die Höhenverstellung (7) hat mehrere Bohrungen um unterschiedliche Positionen einzustellen. Verschieben Sie das Rohr so weit, bis eines der Löcher deckungsgleich mit dem Loch des Verstellknopfes an der unteren Handgriffstange (6) ist. Fixieren Sie diese Position mit dem Verstellknopf (38)

Achtung: Die Position muss auf beiden Seiten gleich sein. Die Position kann zu jeder Zeit auf die persönlichen Bedürfnisse eingestellt werden, indem man den Verstellknopf (38) und die Höhenverstellung (7) verändert.

- D. Die Pedale können auf Ihre persönlichen Bedürfnisse eingestellt werden. Entfernen Sie die beiden Verstellknöpfe seitlich des Fußrasters, verschieben diesen und fixieren ihn anschließend mit den Verstellknöpfen.



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
- Verwenden Sie zum reinigen einen feuchten Lappen und vermeiden Sie die Anwendung von aggressiven Reinigungsmitteln.
- Wischen Sie unmittelbar nach dem Training den Schweiß ab. Schweiß kann zu Schäden führen und die Funktion des Heim-Fitness-Gerätes beeinträchtigen.

Ersatzteilliste – ET 12.0 Ergometer - 2007

Nr..	Bezeichnung	Größe	Menge	Nr..	Bezeichnung	Größe	Menge
1	Grundrahmen		1	43	Plastikkappe		8
2	Griffstütze		1	44	Seitenverkleidung (L)		1
3	Fixierter Lenker		1	45	Seitenverkleidung (R)		1
4	Obere Handgriffstange (L)		1	46	Schwungscheibenschutz		2
5	Obere Handgriffstange (R)		1	47	Abdeckkappe Griffstütze		1
6	Untere Handgriffstange		2	48	Lager		14
7	Höhenverstellung		2	49	Kunststoffeinsatz		2
8	Fußstütze (L)		1	50	Kappe, oval		2
9	Fußstütze (R)		1	51	Riemen		1
10	Querstütze, vordere und hintere		2	52	Schraube	M10x28mm	4
11	Kreuzgstände		2	53	Handgriffüberzug		1
12	Achse		1	54	Handgriffüberzug		2
13	Hülse		1	55	Handgriffüberzug		2
14	Unterstützung Achse		1	56	Lager		2
15	Lagerstange		2	57	Verstellknopf		4
16	Schraube	M8x15 mm	10	58	Schraube	#6x12mm	1
17	Schraube	#8-32 UNC	2	59	Unterlegscheibe	DIA. 20	2
18	Schraube	M8x50mm	4	60	Sensor-befestigung		1
19	Schraube	M8x20mm	2	61	Magnet		1
20	Schraube	M8x90mm	2	62	Schraube	M5x12mm	2
21	Schraube	M8x53mm	4	63	Platine		1
22	Schraube	M6x14mm	5	64	Computer		1
23	Schraube	M4x10mm	2	65	Adapter		1
24	Schraube	M5x16mm	16	66	Handpuls		2
25	Schraube	M5x30mm	8	67	Pulskabel		1
26	Mutter	M8	4	68	Computerkabel (oberes)		1
27	Mutter, selbstsichern	M8	3	69	Servo-Motor mit Kabel		1
28	Unterlegscheibe	M8x□38	4	70	Sensor		1
29	Unterlegscheibe	M8x□16	15	71	Schwungrad		1
30	Unterlegscheibe, gewellt	M8	4	72	Schraube	M4x16mm	2
31	Unterlegscheibe	M8	6	73	Stromkabel		1
32	Lager	<6004ZZ>	2	74	Abdeckkappe Schwungscheibenschutz		2
33	Sprengring	C20	2	75	Spannrollenhalterung		1
34	Endkappe		1	76	Fixierung		1
35	Transportrolle (L)		1	77	Idler-Rolle		1
36	Transportrolle (R)		1	78	Schraube	M8x25mm	1
37	Höhenausgleichskappe		2	79	Unterlegscheibe	M6	4
38	Verstellknopf		2	80	Unterlegscheibe	M10	2
39	Fußraster (L)		1	81	Sprengring	C12	1
40	Fußraster (R)		1	82	Lager	<6001ZZ>	1
41	Endkappe		2	83	Feder (groß)		1
42	Endkappe		2	84	Stromkabel für Schwungrad		1

Уважаемый покупатель,

Энерджетикс поздравляет Вас с покупкой домашнего тренажера ENERGETICS. Этот продукт был разработан и произведен специально для использования в домашних условиях. Перед установкой и использованием тренажера прочтите внимательно инструкцию по его применению. Пожалуйста, храните инструкцию для дальнейшего правильного обслуживания с тренажером. Если у Вас возникли дальнейшие вопросы, мы будем рады ответить на них. Мы желаем Вам успехов и хорошего настроения при занятии спортом!

Ваш  ENERGETICS - Team

Гарантия

Высококачественные продукты ENERGETICS были сконструированы и опробованы для усиленных тренировок. Все тренажеры соответствуют Европейскому стандарту качества EN 957.

Энерджетикс предоставляет гарантию в течении 1-го года на все неисправности, вызванные использованием некачественного материала или производственными дефектами. Фирма не несет ответственность за нанесенные повреждения или поломку снаряда при его неадекватном использовании, а также не предоставляет гарантию на быстроизнашивающиеся детали. На электродетали предоставляется гарантия в течении двух лет. Гарантия вступает в действие с момента покупки (согласно квитанции об оплате или кассовому чеку).

Правила пользования

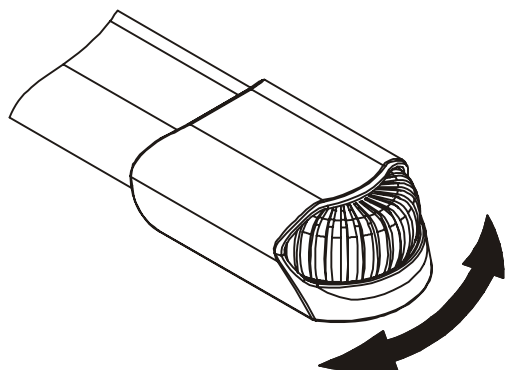
- Данное спортивное оборудование не предназначено для использования в лечебных целях.
- При наличии заболеваний, а также для установления индивидуальных нагрузок проконсультируйтесь с врачом. Врач определит, какие виды тренировок и какие нагрузки Вам подходят.
- Внимание: неправильные или чрезмерные тренировки может повредить Вашему здоровью!
- Для того, чтобы занятие спортом было правильным и эффективным, следуйте инструкции по тренировкам.
- Начинать занятие спортом только после того, как Вы удостоверитесь, что домашний тренажер правильно установлен и настроен.
- Всегда начинайте с разогрева мышц.
- Используйте исключительно детали ENERGETICS, входящие в комплект к снаряду (см. список деталей).
- При сборке снаряда точно следуйте пошаговому объяснению инструкции.
- Используйте при сборке только подходящий инструмент, и, если необходимо, воспользуйтесь помощью другого лица.
- Выберите для эллиптического тренажера место с ровной нескользящей поверхностью.
- Используйте оптимизированные настройки высоты задней горизонтальной опоры для достижения наиболее надежного положения эллиптического тренажера.
- Удостоверьтесь, что передние колесики стоят в правильном направлении (см. Монтаж)
- Удостоверьтесь, что предусмотренное максимальное смещение/растяжка подвижных частей могут быть достигнуты после сборки тренажера.
- Перед началом занятий спортом затяните накрепко винты у подвижных частей снаряда, чтобы не допустить их ослабление во время тренировок.
- Этот продукт был разработан для взрослых. Дети должны заниматься на тренажере лишь под наблюдением взрослых.
- Обратите внимание присутствующих лиц на потенциальную опасность, например со стороны подвижных частей снаряда.
- Вы можете изменить нагрузки в соответствии с Вашими индивидуальными потребностями (см. также инструкцию по тренировкам)
- Не занимайтесь на эллиптическом тренажере без обуви или в обуви, которая Вам велика.
- Удостоверьтесь, что для использования эллиптического тренажера имеется достаточно места.
- Во время сборки или демонтажа обращайтесь осторожно с незафиксированными или подвижными деталями домашнего тренажера.

- Скорость данного тренажера регулируется автономно. Сила торможения определяется расстоянием между магнитом и маховым колесом.
- Уровень нагрузки изменяется через компьютер.
- Этот снаряд разработан для использования в домашних условиях и рассчитан на максимальный вес 150 кг.

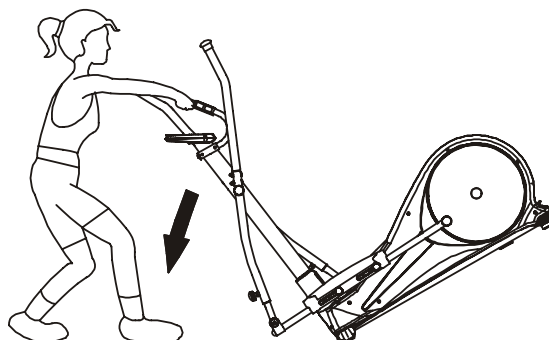
Обращение с тренажером

- A. После полной сборки с помощью изменения высоты задней поперечной опоры можно сгладить небольшие неровности пола. Для этого поворачивайте колесико на краю регулятора высоты до тех пор, пока неровность не будет выровнена.
- B. При помощи колесиков на передней поперечной опоре можно легко перемещать тренажер. Просто надавите на руль до тех пор, пока колесики не коснутся пола. Затем перекатите тренажер на желаемое место.

A



B

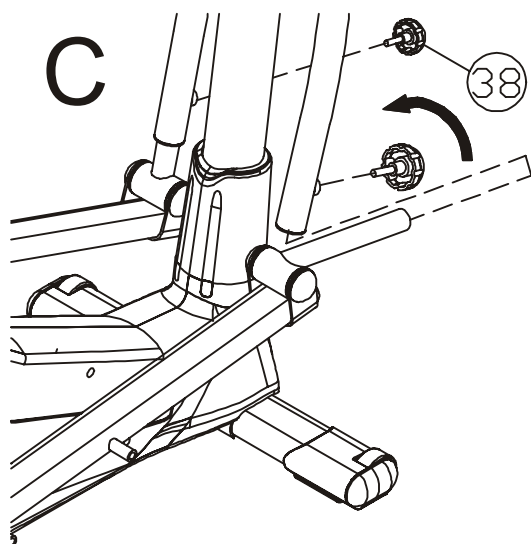


- C. Регулятор высоты колена педали (7) имеет несколько отверстий, что позволяет крепление на различной высоте. Отверстие находится на одном уровне с нарезным отверстием нижней части ручки (6). Чтобы закрепить детали в этой позиции, вставьте фиксатор (38) и ввинтите его в нарезное отверстие.

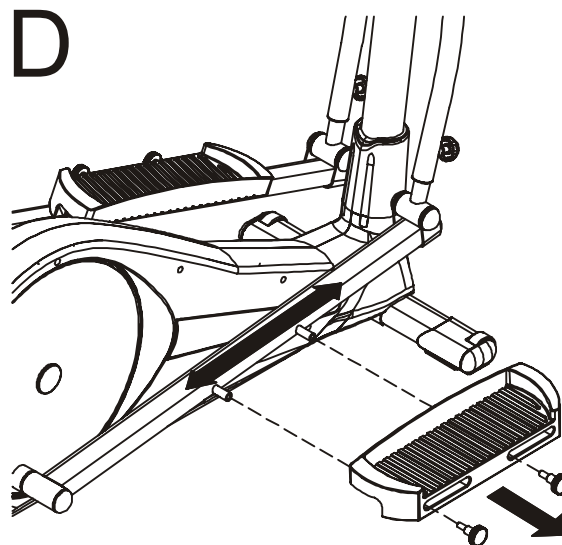
Внимание! С обеих сторон фиксатор должен быть закреплен на одной высоте!

- D. Вы можете установить педали в соответствии с Вашими индивидуальными требованиями. Для этого снимите фиксаторы, расположенные под педалью и передвиньте педаль на требуемое место. Закрепите педали фиксаторами.

C



D



Уход и техническое обслуживание

- Чтобы недопустить коррозионных повреждений металла не храните и не устанавливайте домашний тренажер в помещении с повышенной влажностью.
- Проверяйте минимум раз в 4 недели, все ли крепежи плотно затянуты и находятся в хорошем состоянии.
- В случае ремонта обращайтесь за консультацией к Вашему торговому агенту.
- Сразу же заменяйте поврежденные детали или откажитесь от их использования до полного ремонта.
- При ремонте тренажера используйте только запасные детали ENERGETICS!
- Протирайте тренажер слегка влажным куском ткани и не применяйте для чистки сильнодействующих и едких моющих средств.
- Сразу после тренировки вытрите со снаряда пот. Пот может повредить внешний вид и ухудшить функциональность Вашего домашнего тренажера.

Перечень деталей – ET 12.0 Ergometer - 2007

№	Наименование детали	Размер	Шт.	№	Наименование детали	Размер	Шт.
1	Основная рама		1	43	Защитный колпачок		8
2	Рулевая опора		1	44	Защитный кожух (левый)		1
3	Руль		1	45	Защитный кожух (правый)		1
4	Верхняя часть ручки (левая)		1	46	Защитный диск махового колеса		2
5	Верхняя часть ручки (правая)		1	47	Гнездо рулевой опоры		1
6	Нижняя часть ручки		2	48	Подшипник		14
7	Регулятор высоты ручки		2	49	Пластмассовая насадка		2
8	Профиль крепления педали (левый)		1	50	Овальная заглушка		2
9	Профиль крепления педали (правый)		1	51	Ремень		1
10	Поперечная опора, передняя и задняя		2	52	Болт	M10x28мм	4
11	Крестообразная основа		2	53	Паралоновый чехол		1
12	Ось		1	54	Паралоновый чехол		2
13	Втулка		1	55	Паралоновый чехол		2
14	Основание оси		1	56	Подшипник		2
15	Стойка подшипника		2	57	Фиксатор		4
16	Болт	M8x15 мм	10	58	Болт	#6x12мм	1
17	Болт	#8-32 UNC	2	59	Подкладная шайба	DIA. 20	2
18	Болт	M8x50мм	4	60	Крепежная деталь сенсоров		1
19	Болт	M8x20мм	2	61	Магнит		1
20	Болт	M8x90мм	2	62	Болт	M5x12мм	2
21	Болт	M8x53мм	4	63	Платина		1
22	Болт	M6x14мм	5	64	Компьютер		1
23	Болт	M4x10мм	2	65	Адаптер		1
24	Болт	M5x16мм	16	66	Сенсор пульса		2
25	Болт	M5x30мм	8	67	Кабель сенсоров пульса		1
26	Гайка	M8	4	68	Компьютерный кабель, верхний		1
27	Самозавинчивающаяся гайка	M8	3	69	Кабель мотора		1
28	Подкладная шайба	M8x□38	4	70	Сенсор		1
29	Подкладная шайба	M8x□16	15	71	Маховое колесо		1
30	Изогнутая подкладная шайба	M8	4	72	Болт	M4x16мм	2
31	Подкладная шайба	M8	6	73	Кабель электропитания		1
32	Подшипник	<6004ZZ>	2	74	Заглушка защитного диска		2
33	Пружинный фиксатор	C20	2	75	Крепежная деталь натяжного шкива		1
34	Заглушка		1	76	Уголок		1
35	Передняя ножка с транспортировочным колесиком (левая)		1	77	Натяжной шкив		1
36	Передняя ножка с транспортировочным колесиком (правая)		1	78	Болт	M8x25мм	1
37	Задняя ножка		2	79	Подкладная шайба	M6	4
38	Фиксатор		2	80	Подкладная шайба	M10	2
39	Педаль (левая)		1	81	Пружинный фиксатор	C12	1
40	Педаль (правая)		1	82	Подшипник	<6001ZZ>	1
41	Заглушка руля		2	83	Пружина (большая)		1
42	Заглушка		2	84	Кабель электропитания махового колеса		1

Čestitamo vam ob nakupu fitnes naprave za domačo vadbo ENERGETICS. Ta izdelek je bil oblikovan in izdelan za vašo zadovoljitev potreb pri domači uporabi. Prosimo vas, da natančno preberete navodila za montažo in uporabo. Navodila shranite za napotke in/ali vzdrževanje. Če imate kakršnokoli vprašanje, se brez oklevanja obrnite na vašega prodajalca. Želimo vam veliko uspeha in zabave pri vadbi.

Vaš  **ENERGETICS** - Tim

Jamstvo

ENERGETICS ponuja visoko kvalitetne naprave za vadbo, katere so testirane in potrjene v skladu z Evropsko Normo EN 957.

ENERGETICS prvotnemu kupcu daje triletno jamstvo na možne hibe v materialu in izdelavi. Iz jamstva so izključene poškodbe povzročene z nepravilno uporabo in obrabljeni deli. Vsi elektronski deli imajo jamstvo dve leti. Jamstvo začne teči na dan nakupa izdelka (shranite račune).

Varnostna opozorila

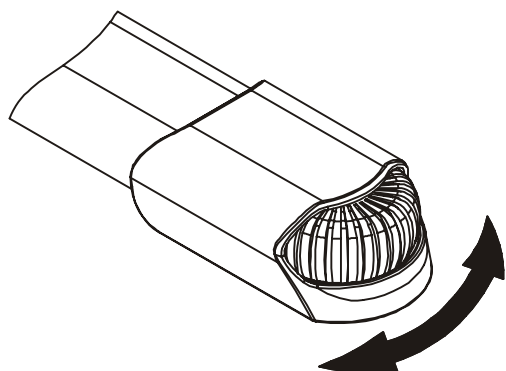
- Ta naprava za vadbo ni primerna za terapevtske namene.
- Posvetujte se z vašim zdravnikom pred začetkom kakršnega koli programa vadbe. On vam lahko svetuje, kakšna vadba in intenzivnost je za vas primerna.
- Opozorilo: nepravilna/pretirana vadba škoduje zdravju. Če se ne počutite dobro, takoj prekinite z vadbo.
- Prosimo vas, da upoštevate nasvete za pravilno vadbo, ki so podrobno navedeni v navodilih za vadbo.
- Z vadbo začnite po pravilni montaži in temeljitem pregledu kolesa.
- Vedno začnite vaditi s programom za ogrevanje.
- Uporabljajte le originalne dobavljene dele.
- Natančno upoštevajte vsa navodila faze sestavljanja.
- Pri sestavljanju uporabljajte le primerno orodje, in če je potrebno, prosite za pomoč pri sestavi.
- Napravo postavite na ravno, ne-drsečo podlago.
- Za stabilno nastavitvev nog uporabite nastavljive pokrovčke na nogah kolesa..
- Prepričajte se, ali so kolesca na prednji nogi pravilno nameščena (glej navodila za montažo).
- Pri nastavljivih delih vas prosimo, da upoštevate maksimalni položaj, na katerega jih lahko nastavite oziroma naravnate, privijte te dele.
- Privijte vse elemente, da ne bo prišlo do nenadne okvare med samo vadbo.
- Klop je namenjena vadbi odraslih oseb. Pazite, da je otroci ne uporabljajo brez nadzora odrasle osebe.
- Prisotne osebe opozorite na možne nevarnosti npr. zaradi premikajočih se delov naprave med opravljanjem vaj.
- Nivo obremenitve lahko nastavite glede na vaše preference (glejte navodila za vadbo).
- Pri vadbi vedno uporabljajte primerno športno obutev.
- Zagotovite, da bo zadosten prostor za vadbo na napravi.
- Med sestavljanjem in razstavljanjem naprave bodite pozorni na nepritrjene in gibljive dele.

- Vaša naprava za domačo vadbo ni odvisna od hitrosti. Zavorna sila se kontrolira z razdaljo med magnetnim blokom in vztrajnikom.
- Nivo obremenitve lahko spremenite prek računalnika.
- Naprava je narejena le za domačo uporabo in testirana za maksimalno telesno težo do **150 kilogramov**

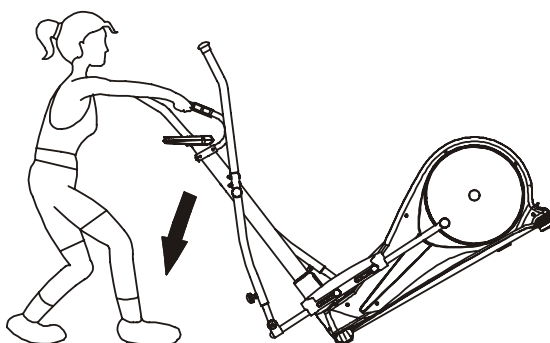
NAVODILA ZA ROKOVANJE IN SHRANJEVANJE NAPRAVE

- A. Po montaži lahko napravo še vedno prilagodite na neravna tla tako, da vrtite nastavljive pokrovčke na zadnjih nogah naprave – dokler ni naprava v stabilnem položaju.
- B. Že montirana transportna kolesca vam omogočajo nemoteno premikanje naprave. Potegnite nazaj za krmilo, dokler se kolesca ne dotaknejo tal. Nato premaknite napravo do zelenega prostora oz. lokacije

A



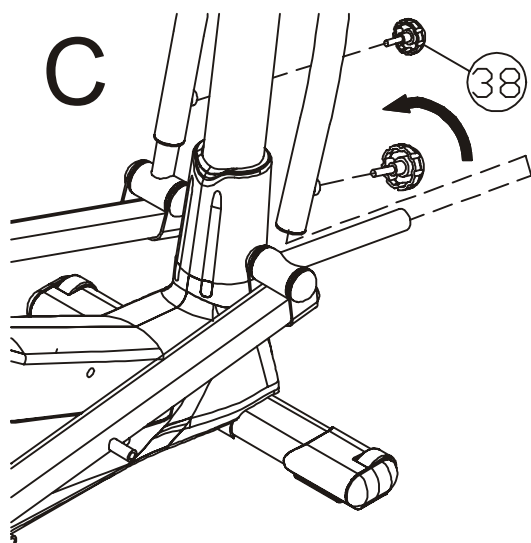
B



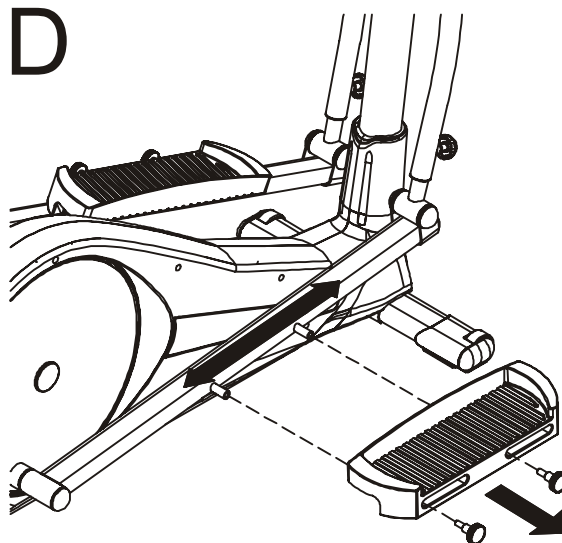
- C. Vrtljiva cev (7) ima kar nekaj lukenj za namestitvev na različne položaje. Namestite eno izmed lukenj tako, da bo uravnana z odprtino na spodnji vrtljivi ročki (6). Da bi utrdili in zaklenili izbrani položaj, vstavite gumb (38) in vijak skozi odprtini.

(Opozorilo! Izbrani položaj mora biti enak na obeh strani. Seveda lahko položaj po želji tudi spremenite in sicer tako, da odvijete gumb (38) in premaknete vrtljivo cev (7).

- D. Pedala lahko namestite po lastni želji. Odstranite oba gumba na straneh pedala in namestite pedalo na zelen položaj. Utrdite ga tako, da gumba pritrдите nazaj na osnovni položaj.



D



Nega in vzdrževanje

- Fitnes naprave za domačo vadbo ne smete uporabljati ali imeti shranjene v vlažnem prostoru, saj lahko pride do korozije oziroma zarjavelosti.
- Najmanj vsake štiri tedne preverite, če so vsi deli dobro pritrjeni in če so v dobrem stanju.
- V primeru popravila, za nasvet vprašajte vašega prodajalca.
- Pokvarjene dele nemudoma zamenjajte in/ali v času okvare naprave ne uporabljajte.
- Za popravilo uporabljajte le originalne rezervne dele.
- Za čiščenje naprave uporabljajte vlažno krpo, hkrati pa se pri čiščenju izogibajte agresivnih čistil.
- Po končani vadbi z naprave nemudoma obrišite pot oziroma znoj, saj lahko le ta uniči zunanost in pravilno delovanje naprave.

Seznam sestavnih delov – ET 12.0 Ergometer - 2007

Št.	OPIS	VELIKOST	KOL	Št.	OPIS	VELIKOST	KOL
1	OSNOVNI DROG		1	43	PLASTIČNA KAPICA		8
2	ZGORNJA ZVARJENA CEV		1	44	POKROV VERIGE (LEVI)		1
3	FIKSNA BALANSA		1	45	POKROV VERIGE (DESNI)		1
4	DROG ROČICE (LEVI)		1	46	DISK VRTLJIVEGA PEDALA		2
5	DROG ROČICE (DESNI)		1	47	DEKORATIVNI POKROV		1
6	SPODNJI TEČAJ NA DROGU ROČKE		2	48	PODPORA OSNEGA VTIKAČA		14
7	VRTLJIVA CEV		2	49	PLASTIČNI VMESNIK		2
8	ZVARJENA CEV PEDALA (LEVA)		1	50	OVALNO OBLIKOVANA KAPICA		2
9	ZVARJENA CEV PEDALA (DESNA)		1	51	PAS		1
10	SPREDNJI&ZADNJI STABILIZATOR		2	52	KOMPLET VIJAKOV	M10x28mm	4
11	DISKAST DROG VRTLJIVEGA PEDALA		2	53	PENASTO DRŽALO FIKSNE BALANSE		1
12	OS ŠKRIPČEVJA		1	54	PENASTO DRŽALO BALANSE		2
13	TESNILO OSI		1	55	PENASTO DRŽALO FIKSNE BALANSE		2
14	PODPORNIK OSI		1	56	LEŽAJNA BLAZINA		2
15	TESNILO ZA SPODNJO ROČKO		2	57	GUMB PEDALA		4
16	VIJAK	M8x15 mm	10	58	VIJAK	#6x12mm	1
17	VIJAK	#8-32 UNC	2	59	TESNILO	DIA. 20	2
18	VIJAK	M8x50mm	4	60	NOSILEC SENZORJA		1
19	VIJAK (NAJLONSKI)	M8x20mm	2	61	MAGNET		1
20	VIJAK	M8x90mm	2	62	VIJAK	M5x12mm	2
21	ALENOV VIJAK Z GLAVICO	M8x53mm	4	63	KONTROLNA PLOŠČA		1
22	ALENOV VIJAK Z GLAVICO	M6x14mm	5	64	RAČUNALNIK		1
23	VIJAK	M4x10mm	2	65	ADAPTER		1
24	VIJAK	M5x16mm	16	66	DRŽALO – ENOTA MERILCA UTRIPA		2
25	VIJAK	M5x30mm	8	67	ŽIČKA MERILCA UTRIPA		1
26	ŠESTEROKOTNA MATICA VIJAKA	M8	4	68	KABEL RAČUNALNIKA (ZGORNJI)		1
27	NAJLONSKA MATICA	M8	3	69	SERVO MOTOR &KABEL RAČUNALNIKA (SPODNJI)		1
28	TESNILO	M8x ϕ 38	4	70	ŽIČKA SENZORJA		1
29	TESNILO	M8x ϕ 16	15	71	VZTRAJNIK		1
30	KRIVULJNIK TESNILA	M8	4	72	VIJAK	M4x16mm	2
31	VZMETNO TESNILO	M8	6	73	DC KABEL		1
32	LEŽAJ	<6004ZZ>	2	74	POKROV VRTLJIVE PLOŠČE		2
33	SPONKA	C20	2	75	OKVIR PRENOSNEGA ZOBATEGA KOLESA		1
34	ZAKLJUČNI POKROVČEK		1	76	OKVIR VZMETI		1
35	POKROV SPREDNJEGA STABILIZATORJA (LEVI)		1	77	PRENOSNO ZOBATO KOLO		1
36	POKROV SPREDNJEGA STABILIZATORJA (DESNI)		1	78	VIJAK	M8x25mm	1
37	POKROV ZADNJEGA STABILIZATORJA		2	79	TESNILO	M6	4
38	GUMB		2	80	NAJLONSKO TESNILO	M10	2
39	PEDALO (LEVO)		1	81	SPONKA	C12	1
40	PEDALO (DESNO)		1	82	LEŽAJ	<6001ZZ>	1
41	ZAKLJUČNI POKROVČEK BALANSE		2	83	VZMET (VELIKA)		1
42	ZAKLJUČNI POKROVČEK FIKSNE BALANSE		2	84	ŽIČKA ZOBATEGA KOLESKA		1

Gratulerar till ett bra produktval! ENERGETICS träningsprodukter för hemmabruk är framtagna för att motsvara högt ställda krav. Läs noga igenom användarinstruktionen och monteringsanvisningarna innan produkten används första gången. Spara informationen för framtida behov. Vi önskar dig all glädje och framgång med din träning! Välkommen att kontakta oss om du har frågor.

Ditt  **ENERGETICS** Team

Garanti

ENERGETICS träningsprodukter för hemmabruk är kvalitetstestade och certifierade i enlighet med European Norm EN 957.

ENERGETICS erbjuder vid inköpstillfället 3 års garanti (För elektroniska komponenter gäller två års garanti.) mot ev. material- och tillverkningsfel. Garantin omfattar inte fel eller skada till följd av felaktig användning eller slitage på ingående delar. Garantin gäller från produktens inköpsdatum och mot uppvisande av giltigt kvitto.

Säkerhetsinstruktion

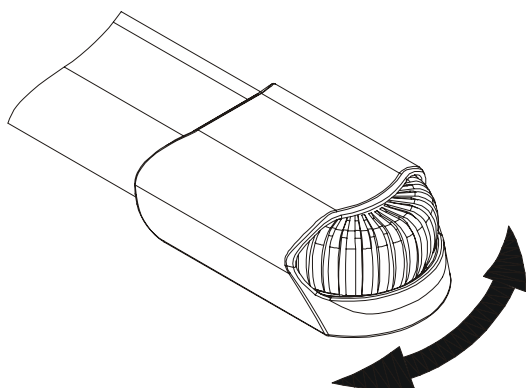
- Utrustningen är inte avsedd för medicinskt bruk eller annat behandlingsändamål.
- Kontakta alltid läkare innan du börjar träna för att få råd och anvisningar om bästa träningsmetod och träningsnivå.
- Varning: Felaktig/överdriven träning kan medföra hälsorisker. Avbryt träningen om du känner smärta eller obehag.
- Följ bifogade träningsinstruktion för bästa möjliga resultat och utbyte av din träning.
- Kontrollera att maskinen är korrekt monterad och i fullt funktionsdugligt skick innan du börjar träna.
- Börja varje träningspass med en stunds uppvärmning.
- Vid montering använd endast medlevererade ENERGETICS originaldelar (se checklistan).
- Följ monteringsanvisningarna steg för steg.
- Använd lämpliga verktyg vid monteringen. Kontakta din återförsäljare om du har frågor.
- Placera maskinen på ett plant, halkfritt underlag.
- Anpassa maskinen till underlaget med hjälp av den bakre justerskruven så att den står stabilt.
- Följ angivna inställningslägen (max/min) för justerbara delar.
- Dra fast alla justerbara delar så att de inte lossnar under träning.
- Produkten är avsedd att användas av vuxna. Barn skall stå under uppsikt av vuxen person.
- Tänk på säkerhetsavståndet för ev. rörliga delar när maskinen används.
- Motståndet kan ställas in på önskad nivå: se träningsinstruktionen.
- Träna aldrig utan (lämpliga) skor. Använd träningskor.
- Placera maskinen på en plats med ordentligt utrymme för träning.
- Observera lösa/rörliga delar vid montering/demontering.

- Denna träningscykel är hastighetsoberoende. Bromskraften kontrolleras genom avståndet mellan magneten och svänghjulet.
- Motståndet kan ställas in med hjälp av träningsdatorn.
- Produkten är endast avsedd för hemmabruk och testad för en kroppsvikt på max 150 kg.

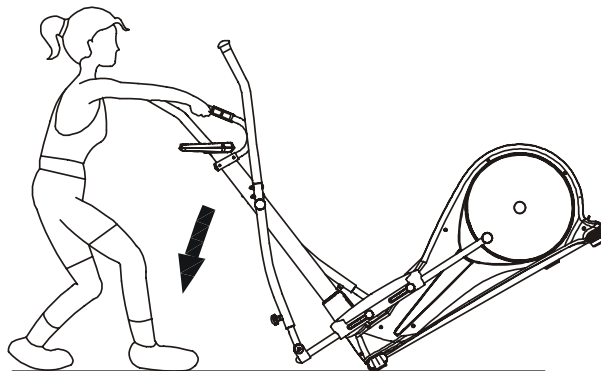
Handling

- A. Efter montering kan det bakre stödet anpassas till mindre ojämnheter i underlaget. Justera med hjälp av ändskruvarna på det bakre stödet.
- B. Produkten är försedd med smidiga transporthjul på det främre stödet. Dra bara handtagen bakåt så att hjulen rullar fritt mot underlaget.

A



B

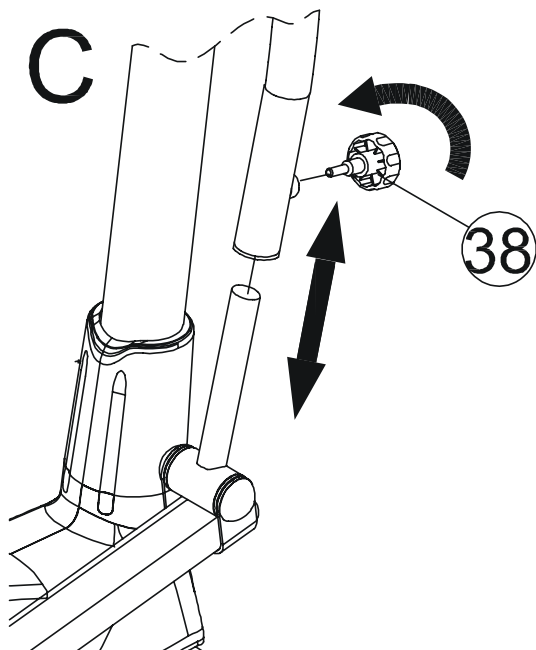


- C. Den vridbara delen har flera inställningslägen. Placera hålet i det nedre svängbara handtaget mitt för önskat urtag. Sätt i justerskruvarna och dra fast.

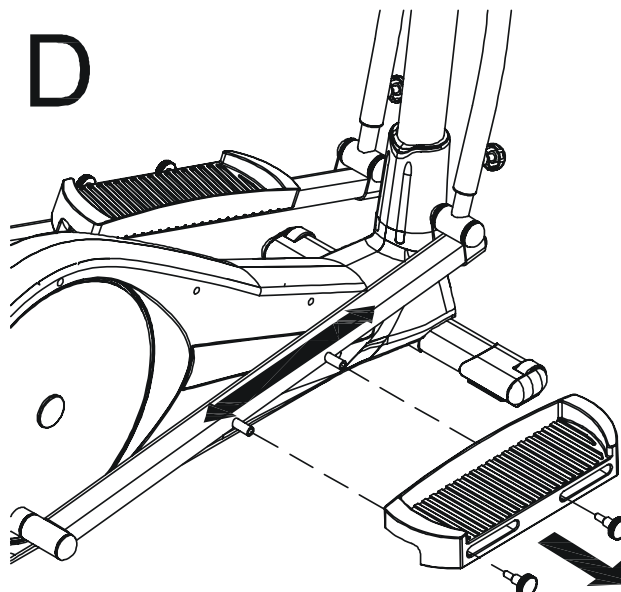
OBS! Kontrollera att justerskruvarna har samma höjdläge på båda sidor.

- D. Pedalerna kan justeras individuellt. Skruva loss de två skruvarna under pedalen och lyft av pedalen från fästet. Placera pedalerna i önskat läge och skruva åt.

C



D



Skötselinstruktion

- Produkten är ej avsedd att användas eller förvaras i våta eller fuktiga utrymmen pga korrosionsrisk.
- Kontrollera regelbundet att alla delar är ordentligt åtdragna och fullt funktionsdugliga.
- Kontakta närmaste återförsäljare vid ev. behov av reparation.
- Slitna eller skadade delar skall bytas omedelbart.
- Använd inte produkten i väntan på reparation/utbytesdelar.
- Använd enbart originaldelar.
- Torka av produkten efter varje användning med en mjuk trasa fuktad med vatten. Starka kemiska rengöringsmedel får ej användas.
- Vårda utrustningen väl så att du får största möjliga utbyte av din träning!

Reservdelistsa – ET 12.0 Ergometer - 2007

Nr.	Beskrivning	DIM	St	Nr.	Beskrivning	DIM	St
1	RAM		1	43	PLASTSKYDD		8
2	STYRSTOLPE		1	44	KEDJESKYDD (V)		1
3	HANDTAG (FAST)		1	45	KEDJESKYDD (H)		1
4	HANDTAG (V)		1	46	PEDALSKIVA (VRIDBAR)		2
5	HANDTAG (H)		1	47	DEKORSKYDD		1
6	NEDRE RÖRL HANDTAG		2	48	SUPPORT AXELTAPP		14
7	HANDTAGSRÖR		2	49	PLASTINSERT		2
8	PEDALFÄSTE (V)		1	50	OVALT SKYDD		2
9	PEDALFÄSTE (H)		1	51	DRIVREM		1
10	FRÄMRE & BAKRE STÖD		2	52	STÄLLSKRUV	M10x28mm	4
11	PEDALRÖR		2	53	SKUMGUMMIGREPP (FAST)		1
12	DRIVAXEL		1	54	SKUMGUMMIGREPP (RÖRL)		2
13	AXELBUSSNING		1	55	HANDTAGSGREPP (FAST)		2
14	AXELSTÖD		1	56	BUSSNING		2
15	BUSSNING		2	57	PEDALSKRUV		4
16	SKRUV	M8x15 mm	10	58	SKRUV	#6x12mm	1
17	SKRUV	#8-32 UNC	2	59	BRICKA	DIA. 20	2
18	SKRUV	M8x50mm	4	60	KABELKONSOL (SENSOR)		1
19	SKRUV (NYLON)	M8x20mm	2	61	MAGNET		1
20	SKRUV	M8x90mm	2	62	SKRUV	M5x12mm	2
21	INSEXBULT	M8x53mm	4	63	KONTROLLPANEL		1
22	INSEXBULT	M6x14mm	5	64	TRÄNINGSDATOR		1
23	SKRUV	M4x10mm	2	65	ADAPTER		1
24	SKRUV	M5x16mm	16	66	PULSGREPP (SET)		2
25	SKRUV	M5x30mm	8	67	SENSORKABEL		1
26	SEKANTSMUTTER	M8	4	68	DATORKABEL (ÖVRE)		1
27	NYLONMUTTER	M8	3	69	SERVOMOTOR & DATORKABEL (NEDRE)		1
28	BRICKA	M8x□38	4	70	SENSORKABEL		1
29	BRICKA	M8x□16	15	71	SVÄNGHJUL		1
30	BRICKA	M8	4	72	SKRUV	M4x16mm	2
31	FJÄDERBRICKA	M8	6	73	ELSLADD		1
32	LAGER	<6004ZZ>	2	74	SKYDD VRIDPLATTA		2
33	CLIPS	C20	2	75	KONSOL MELLANDREV		1
34	ÄNDSKYDD		1	76	FJÄDERKONSOL		1
35	SKYDD FRÄMRE STÖD (V)		1	77	MELLANDREV		1
36	SKYDD FRÄMRE STÖD (H)		1	78	SKRUV	M8x25mm	1
37	SKYDD BAKRE STÖD		2	79	BRICKA	M6	4
38	JUSTERSKRUV		2	80	NYLONBRICKA	M10	2
39	PEDAL (V)		1	81	CLIPS	C12	1
40	PEDAL (H)		1	82	LAGER	<6001ZZ>	1
41	ÄNDSKYDD HANDTAG		2	83	FJÄDER (BIG)		1
42	ÄNDSKYDD HANDTAG FAST		2	84	SVÄNGHJULSKABEL		1

Onnittelemme Sinua ENERGETICS-kotikuntolaitteen hankkimisesta. Laite on suunniteltu ja valmistettu kotikäyttötarpeiden ja -vaatimusten mukaisesti. Lue nämä ohjeet huolellisesti ennen laitteen kokoonpanoa ja ensimmäistä käyttöä. Säilytä ohjeet varmassa paikassa tulevaa tarvetta ja tarkoituksen mukaista käyttöä varten. Käännä puoleemme lisäkysymysten ilmetessä. Toivotamme Sinulle paljon iloa ja menestystä harjoitteluun.

Ystävällisesti  ENERGETICS - Team

Takuu

ENERGETICS -laatuotteet on suunniteltu ja testattu tehokasta kuntoharjoittelua varten. Tämä laite vastaa euroopan normia EN 957.

ENERGETICS myöntää kuluttajalle takuun, ettei tässä tuotteessa ole materiaali- ja valmistusvikaa 3 (kolmeksi) vuodeksi ostopäivästä alkaen. Tämä takuu ei kata vahinkoja, jotka johtuvat tuotteen väärinkäytöstä ja normaalista kulumisesta. Elektronisilla osilla on kahden vuoden takuu. Takuu on voimassa ostopäivästä alkaen (säilytä kuitti huolellisesti).

Turvaohjeet

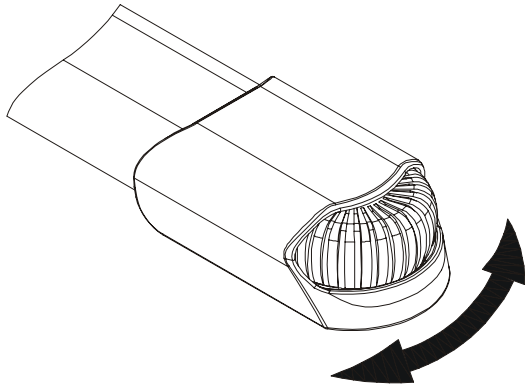
- Tämä kuntolaite ei ole tarkoitettu terapeuttisiin tehtäviin.
- Ota yhteys lääkäriin ennen minkään harjoitteluohjelman aloittamista samoin jos Sinulla on tervetysongelmia, saadaksesi harjoittelun tyyppiä ja tehoa koskevia neuvoja.
- VAROITUS: vääräntyyppinen/liiallinen harjoittelu voi aiheuttaa terveysongelmia!
- Noudata harjoitteluohjeiden yksilöityjä neuvoja oikean harjoittelun varmistamiseksi.
- Aloita harjoittelu vasta, kun laite on oikein koottu ja tarkistettu.
- Aloita aina lämmittelyvaiheella (verryttelyllä).
- Käytä vain pakkauslaatikossa olevia ENERGETICS-alkuperäisosa (katso tarkistuslistasta).
- Noudata tarkkaan laitteen kokoamisohjeita.
- Käytä ainoastaan sopivia työkaluja ja pyydä tarvittaessa apua laitteen kokoamista varten.
- Aseta laite tasaiselle, luistamattomalle alustalle.
- Käytä korkeudensäädinnuppea taemmassa ristivarressa, varmistaaksesi kotikuntolaitteen turvallien asennon.
- Huomio kaikkien säädettävien osien kohdalla ääriasennot, joihin ne voidaan säätää/kiristää.
- Kiristä kaikki säädettävät osat ennen harjoittelun alkamista, estääksesi niiden löystymisen harjoittelun aikana.
- Tarkista, että edessä olevat kuljetuspyörät ovat oikeassa asennossa (katso kokoamisohjeita).
- Tämä laite on suunniteltu aikuisille. Lasten on lupa käyttää laitetta ainoastaan aikuisen henkilön valvonnassa.
- Varmista, että läsnäolevat henkilöt ovat tietoisia liikkuvien osien aiheuttamasta vaarasta harjoittelun aikana.
- Vastusta voidaan säätää henkilöhohtaisen tarpeen mukaan: katso myös harjoitteluohjeita.
- Älä käytä kotikuntolaitetta ilman kenkiä tai aivoimilla jalkineilla.
- Varmista, että kotikuntolaitteen käyttöä varten on riittävästi tilaa.
- Huomioi löysät ja liikkuvat osat kotikuntolaitteen kokoonpanossa/purkamisessa.

- Tämä kotikuntolaite on nopeudesta riippumaton. Jarruvoimaa säädetään magneetin ja vauhtipyörän välisellä etäisyydellä.
- Digitaalimittari voidaan ohjelmoida niin, että se muuttaa vastuksen.
- Tämä kotikuntolaite on tehty ainoastaan kotikäyttöä varten ja testattu 150 kg painoista henkilöä varten.

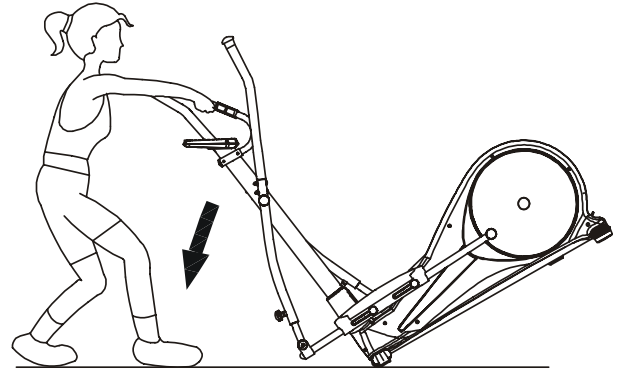
Käyttöohje

- A. Voit asettaa laitteen vaakatasoon, kokoonpanon jälkeen, kiertämällä korkeussäädintulppien päissä olevia säätimiä, lattian ollessa epätasainen.
- B. Etummaisessa tukijalassa olevien kuljetuspyörien avulla voit siirtää laitetta helposti. Vedä ohjaustangosta alaspäin, kunnes pyörät osuvat maahan. Siirrä kotikuntolaite sitten haluamaasi paikkaan.

A



B

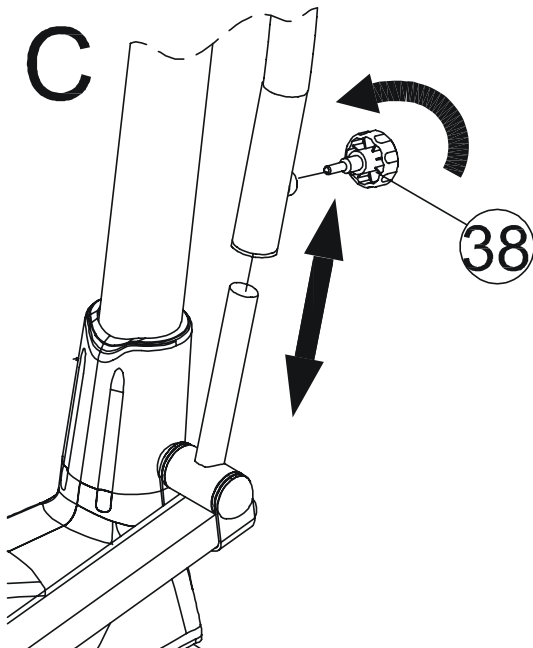


- C. Jalansijan korkeussäätötangossa (7) on useampi reikä sopivan korkeuden säätöä varten. Aseta tangoissa (7 ja 6) olevat reiät niin, että ne osuvat päällekkäin. Aseta säätönuppi (38) paikalleen kiristämällä sitä, jolloin säätämäsi korkeus on varmitettu.

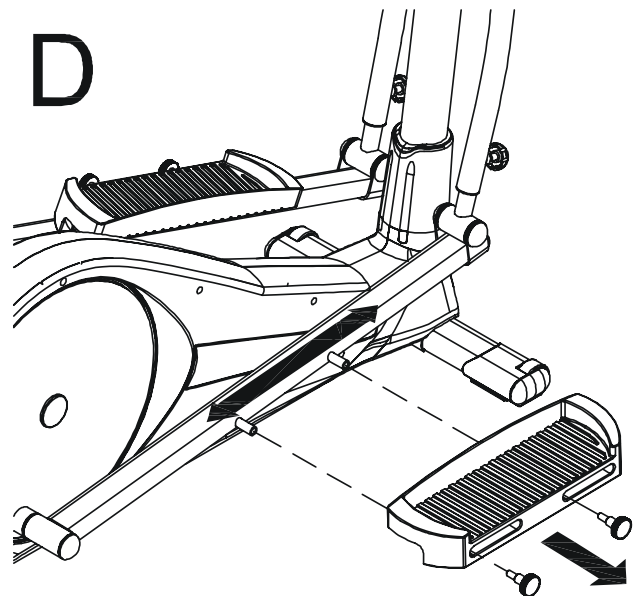
Huomio! Säätönupin asento tulee olla molemmin puolin samalla korkeudella. Voit säätää asentoa milloin tahansa omakohtaisten tarpeesi mukaan jalansijan korkeussäätötangossa (7) olevalla säätönupilla (38).

- D. Voit säätää polkimet haluamaasi asentoon. Irroita polkimien sivuilla olevat nupit, aseta ne sopivaan asentoon ja kiinnitä ne taas nupeilla paikoilleen.

C



D



Hoito ja huolto

- Älä käytä ja säilytä tätä kotikuntolaitetta kosteissa tiloissa, estääksesi ruotsumista.
- Tarkista viimeistään joka neljäs viikko, että kaikki osat ovat tiukasti kiini ja hyvässä kunnossa.
- Ota yhteys urheiluvälineliikkeeseen korjausta vaativassa tapauksessa.
- Vaihda vialliset osat välittömästi, äläkä käytä laitetta ennen kuin se on korjattu.
- Käytä varaosina ainoastaan alkuperäisosa.
- Käytä puhdistamiseen kosteata riepua ja vältä voimakkaita puhdistusaineita.
- Pyyhi hikoilun aiheuttama kosteus heti käytön jälkeen. Hiki voi aiheuttaa vaurioita ja haitata kotikuntolaitteen toimintaa.

Varaosaluettelo – ET 12.0 Ergometer - 2007

Nro.	Osan kuvaus	Koko	Määrä	Nro.	Osan kuvaus	Koko	Määrä
1	Perusrunko		1	43	Muovitulppa		8
2	Teline, kädensija		1	44	Vauhtipyörän suojus (V)		1
3	Paikoilleen kiinnitetty kädensija		1	45	Vauhtipyörän suojus (O)		1
4	Kädensijatanko, ylempi (V)		1	46	Vauhtipyörän päällys		2
5	Kädensijatanko, ylempi (O)		1	47	Kädensijan telineen päätytulppa		1
6	Kädensijatanko, alempi		2	48	Laakeri		14
7	Korkeudensäätöputki		2	49	Muovinen välikappale		2
8	Jalansijan tanko (V)		1	50	Tulppa, ovaalin muotoinen		2
9	Jalansijan tanko (O)		1	51	Hihna		1
10	Edessä ja takana oleva tukijaka		2	52	Ruuvi	M10x28mm	4
11	Ristivarsi		2	53	Kädensijan päällinen		1
12	Akseli		1	54	Kädensijan päällinen		2
13	Hylsy		1	55	Kädensijan päällinen		2
14	Akselin tukitanko		1	56	Laakeri		2
15	Laakeritanko		2	57	Säätönuppi		4
16	Ruuvi	M8x15 mm	10	58	Ruuvi	#6x12mm	1
17	Ruuvi	#8-32 UNC	2	59	Välilevy	DIA. 20	2
18	Ruuvi	M8x50mm	4	60	Anturin kiinnitys		1
19	Ruuvi	M8x20mm	2	61	Magneetti		1
20	Ruuvi	M8x90mm	2	62	Ruuvi	M5x12mm	2
21	Ruuvi	M8x53mm	4	63	Platine		1
22	Ruuvi	M6x14mm	5	64	Tietokone		1
23	Ruuvi	M4x10mm	2	65	Adaperti		1
24	Ruuvi	M5x16mm	16	66	Kämmensykemittari		2
25	Ruuvi	M5x30mm	8	67	Sykemittarin johto		1
26	Mutteri	M8	4	68	Tietokoneen johto (ylempi)		1
27	Mutteri, itselukkiutuva	M8	3	69	Servo-moottori johdolla		1
28	Välilevy	M8x□38	4	70	Anturi		1
29	Välilevy	M8x□16	15	71	Vauhtipyörä		1
30	Välilevy	M8	4	72	Ruuvi	M4x16mm	2
31	Välilevy	M8	6	73	Sähköjohto		1
32	Laakeri	<6004ZZ>	2	74	Vauhtipyörän päällyksen päätytulppa		2
33	Välirengas	C20	2	75	Rullan pidike		1
34	Päätytulppa		1	76	Jousi		1
35	Kuljetusrulla (V)		1	77	Idler-rulla		1
36	Kuljetusrulla (O)		1	78	Ruuvi	M8x25mm	1
37	Tasonsäätötulppa		2	79	Välilevy	M6	4
38	Säätönuppi		2	80	Välilevy	M10	2
39	Jalansija (V)		1	81	Välirengas	C12	1
40	Jalansija (O)		1	82	Laakeri	<6001ZZ>	1
41	Päätytulppa		2	83	Jousi (iso)		1
42	Päätytulppa		2	84	Vauhtipyörän sähköjohto		1

Gefeliciteerd met de aanschaf van een ENERGETICS product. Dit product is ontworpen en vervaardigd voor gebruik binnenshuis. Leest u alstublieft aandachtig de instructies voor u tot de assemblage en het eerste gebruik overgaat. Voor gebruik en onderhoud dient u de instructies goed te bewaren. Mocht u nog verdere vragen hebben dan kunt u contact met ons opnemen. Wij wensen u veel succes en plezier tijdens het trainen,

uw  **ENERGETICS** - Team

Garantie

ENERGETICS biedt Home Exercisers van hoge kwaliteit die zijn getest en gecertificeerd volgens de Europese Norm EN 957.

ENERGETICS geeft de oorspronkelijke koper 3 jaar garantie tegen eventuele mankementen in het materiaal of het product. Uitgesloten zijn schade veroorzaakt door verkeerd gebruik of slijtage. Alle elektronische onderdelen hebben een garantie van 2 jaar. De garantieperiode begint op de dag dat het product is gekocht. (bewaart u uw bon).

Veiligheidsaanwijzingen

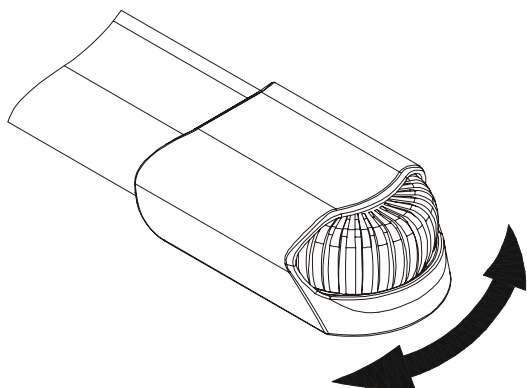
- Dit trainingsapparaat is niet geschikt voor therapeutisch gebruik.
- Voor u met een trainingsprogramma begint, dient u uw arts raad te plegen voor advies over een optimale training.
- Waarschuwing: verkeerde/overmatige training kan blessures veroorzaken. Stop met het gebruik van de Home Exerciser als u zich niet goed voelt.
- Houdt u zich aan het advies voor de juiste training, zoals die zijn uitgelegd in de trainingsinstructies.
- Begint u de training pas als u er zeker van bent dat de Home Exerciser juist is geassembleerd, afgesteld en gecontroleerd.
- Begin altijd met een warming-up.
- Gebruikt u alleen originele ENERGETICS onderdelen zoals die zijn bijgeleverd. (zie checklist).
- Volg de stappen van de assemblage nauwkeurig.
- Gebruik alleen geschikte gereedschappen voor de assemblage en vraag om hulp als dat nodig is.
- Plaats de Home Exerciser op een vlak, stroef oppervlak.
- Gebruik de hoogtaafstelkapjes van de achterste buis om een stabiele positie van de Home Exerciser te verkrijgen.
- Wees er zeker van dat de voorste wieltjes in de juiste positie staan: zie assemblage instructies.
- Bij alle verstelbare onderdelen moet u zich bewust zijn van de maximale positie waarop ze kunnen worden afgesteld.
- Draait u alle verstelbare onderdelen aan om plotselinge bewegingen tijdens het trainen te voorkomen.
- Dit product is voor volwassenen ontworpen. Zorg ervoor dat kinderen het alleen gebruiken met toezicht van een volwassene.
- Zorg ervoor dat aanwezigen zich bewust zijn van eventuele gevaren, bijv. beweegbare onderdelen tijdens de training.
- Het weerstandsniveau kan worden aangepast aan uw persoonlijke voorkeur: zie trainingsinstructies.
- Gebruikt u de Home Exerciser niet zonder schoenen of met losse schoenen.
- Wees er zeker van dat er voldoende ruimte is om de Home Exerciser te gebruiken.
- Kijk uit voor niet-vaste of bewegende onderdelen tijdens het opstappen of afstappen van de Home Exerciser.

- Deze home-exerciser is snelheidsonafhankelijk. De remkracht wordt bepaald door de afstand van de magneten tot het vliegwiel.
- De weerstand kan door de computer worden veranderd.
- Dit product is alleen geschikt voor thuisgebruik en is getest voor een maximaal lichaamsgewicht van 150 kilogram.

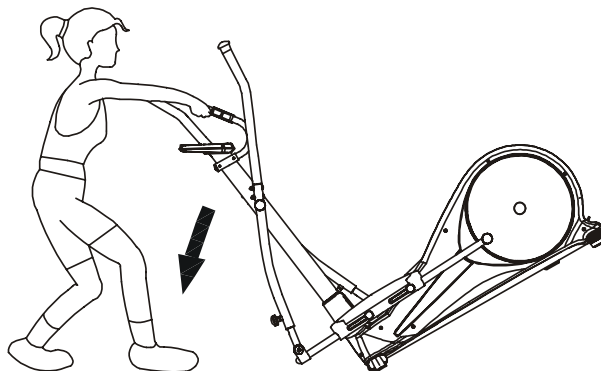
Bediening en opslag

- A. Na de assemblage kan de stabilisator aan de achterkant worden ingesteld op een enigszins ongelijke ondergrond. Draai aan de instellingsknoppen aan de uiteinden van de achterste buis, om de stabilisator gelijk te krijgen met de ondergrond.
- B. De vervoerswieltjes aan de voorste steunbuis, zorgen voor een gemakkelijke verplaatsing. Trekt u eenvoudig aan het stuur zodat de wieltjes de grond raken. Daarna u kunt het apparaat naar de gewenste locatie rollen.

A



B

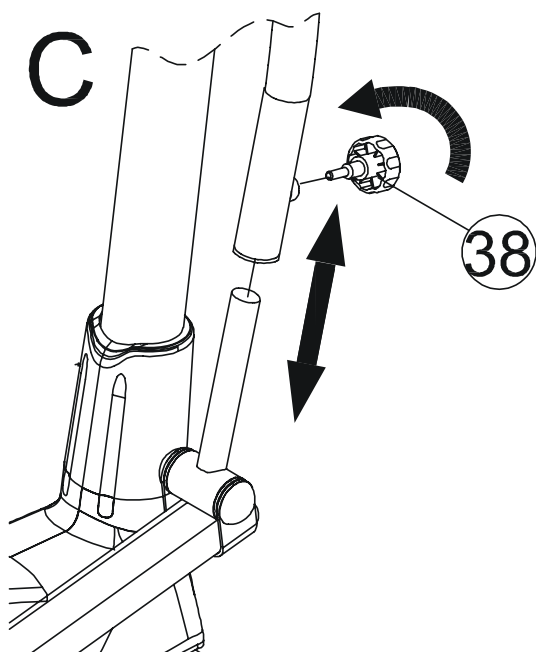


- C. Er zitten verschillende openingen in de schommel-buis (7) waarmee de verschillende posities kunnen worden ingesteld. Stel één van de openingen zo in dat hij op één lijn is met het geribde opening in de onderste buis van het schommel-stang (6). Om deze instelling vast te zetten, dient u de knop (38) en de schroef in de geribde opening te draaien.

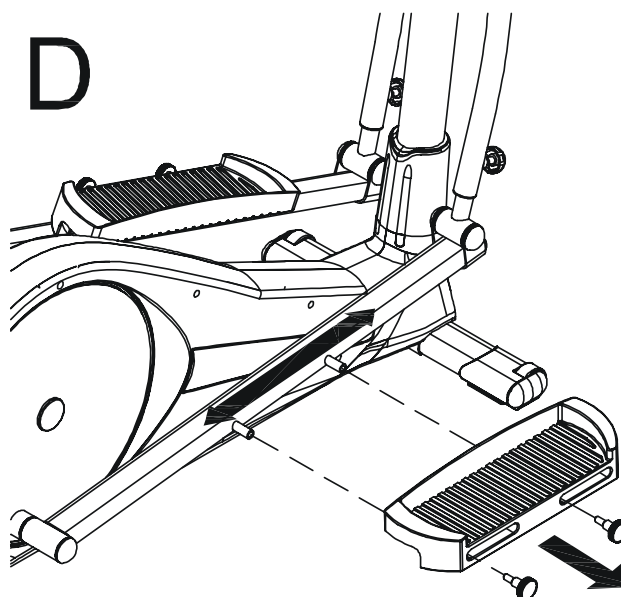
(Waarschuwing! De instelling moet altijd gelijk zijn aan beide kanten. De instellingen kunnen, wanneer dit nodig is, op ieder gewenst tijdstip worden veranderd door de knop (38) los te schroeven en de schommel-buis (7) te verplaatsen.)

- D. De pedalen kunnen naar believen worden ingesteld. Verwijder de twee knoppen aan de zijkant van de pedaal en plaats de pedaal in de gewenste positie. Maak daarna de knoppen weer vast.

C



D



Behandeling en onderhoud

- Bewaar de Home Exerciser niet in een vochtige ruimte, omdat er roest kan ontstaan.
- Controleer alle 4 weken of alle verbindende onderdelen nog stevig vast zitten en nog in een goede toestand zijn
- Mocht reparatie nodig zijn, vraag dan uw dealer voor advies.
- Vervang de kapotte onderdelen onmiddellijk en/of gebruik het apparaat niet totdat u het heeft gerepareerd.
- Gebruik alleen de originele reserveonderdelen voor reparatie.
- Gebruik een vochtige doek om de Home Exerciser schoon te maken en maak geen gebruik van agressieve schoonmaakmiddelen bij het schoonmaken van de Home Exerciser.
- Verwijder na een training onmiddellijk het zweet; zweet kan het uiterlijk en het fatsoenlijk functioneren van de Home Exerciser zwaar beschadigen.

Lijst van onderdelen – ET 12.0 Ergometer – 2007

Nr.	NAAM	OMSCHR.	Aantal	Nr.	NAAM	OMSCHR.	Aantal
1	FRAME VOETSTUK		1	43	PLASTIC KAPJES		8
2	STAANDE LASBUIS		1	44	BESCHERMING KETTING (L)		1
3	VAST STUUR		1	45	BESCHERMING KETTING (R)		1
4	HANDVATSTANG (L)		1	46	DRAAISCHIJF PEDALEN		2
5	HANDVATSTANG (R)		1	47	VERFRAAIENDE BESCHERMING		1
6	ONDERSTE DEEL SCHOMMELSTANG		2	48	PLUG VOOR ONDERSTEUNENDE AS		14
7	SCHOMMEL-BUIS		2	49	PLASTIC KAPJES		2
8	GELASTE BUIS VOOR PEDAAL (L)		1	50	OVALEN KAPJE		2
9	GELASTE BUIS VOOR PEDAAL (R)		1	51	RIEM		1
10	VOOR & ACHTER STEUNVOET		2	52	SETJE SCHROEVEN	M10x28mm	4
11	DRAAIKRUIS		2	53	SCHUIMRUBBER HANDVATEN VOOR VAST STUUR		1
12	DRAAGAS VOOR KATROL		1	54	SCHUIMRUBBER HANDVATEN		2
13	BUS VOOR DRAAGAS		1	55	SCHUIMRUBBER HANDVATEN VOOR VAST STUUR		2
14	DRAAGAS ONDERSTEUNING		1	56	SLUITRING		2
15	BUS VOOR ONDERSTE DEEL		2	57	INTELKNOP PEDAAL		4
16	SCHROEF	M8x15 mm	10	58	SCHROEF	#6x12mm	1
17	SCHROEF	#8-32 UNC	2	59	SLUITRING	DIA. 20	2
18	SCHROEF	M8x50mm	4	60	HOUDER SENSOR		1
19	SCHROEF (NYLON)	M8x20mm	2	61	MAGNEET		1
20	SCHROEF	M8x90mm	2	62	SCHROEF	M5x12mm	2
21	BOUT	M8x53mm	4	63	INTERNE COMPUTER		1
22	BOUT	M6x14mm	5	64	COMPUTER		1
23	SCHROEF	M4x10mm	2	65	ADAPTER		1
24	SCHROEF	M5x16mm	16	66	PULSHANDVAT EENHEID		2
25	SCHROEF	M5x30mm	8	67	PULSKABEL		1
26	HEXAGONALE MOER	M8	4	68	COMPUTER KABEL (BOVENSTE)		1
27	NYLON MOER	M8	3	69	KABEL MOTOR & COMPUTER (ONDERSTE)		1
28	SLUITRING	M8x□38	4	70	SENSOR KABEL		1
29	SLUITRING	M8x□16	15	71	VLIEGWIL		1
30	GEHOEKTE SLUITRING	M8	4	72	SCHROEF	M4x16mm	2
31	VEER SLUITRING	M8	6	73	DC KABEL		1
32	ASBLOK	<6004ZZ>	2	74	BESCHERMING ROTATIEWIEL		2
33	KLEMMETJE	C20	2	75	HOUDERTJE TUSSENWIEL		1
34	AFSLUITKAPJE		1	76	HOUDERTJE VEER		1
35	BESCHERMING STABILISATOR VOORKANT (L)		1	77	TUSSENWIEL		1
36	BESCHERMING STABILISATOR VOORKANT (R)		1	78	SCHROEF	M8x25mm	1
37	BESCHERMING STABILISATOR ACHTERKANT		2	79	SLUITRING	M6	4
38	KNOP		2	80	NYLON SLUITRING	M10	2
39	PEDAAL (L)		1	81	KLEMMETJE	C12	1
40	PEDAAL (R)		1	82	ASBLOK	<6001ZZ>	1
41	HANDVATSTANG AFSLUITKAPJE		2	83	VEER (GROOT)		1
42	AFSLUITKAPJES VASTE STUUR		2	84	VLIEGWIEL KABEL		1

blahopřejeme Vám ke koupi domácího tréninkového zařízení ENERGETICS. Tento výrobek je zkonstruován tak, aby vyhovoval Vaší potřebě a Vaším požadavkům. Prosím, čtěte pozorně návod k upotřebením před první montáží a prvním použitím. Prosím uschovejte návod k použití jako předlohu ke správnému zacházení s Vaším posilovacím přístrojem. V případě dodatečných dotazů jsme Vám rádi k dispozici. Přejeme Vám hodně úspěchu a pohody při Vašem tréninku.

Váš  **ENERGETICS** - Team

Garance - záruka

ENERGETICS jsou kvalitní výrobky, které jsou zkonstruované a testované pro náročný fitness-trénink. Tento přístroj odpovídá evropské normě EN 957.

ENERGETICS garantuje záruku na chyby materiálu a výrobní chyby po dobu 3 let. Záruka se nevztahuje na poruchy vzniklé neodborným zacházením a na úhradu součástí podléhajících opotřebením. Na elektronické součástky nabízíme záruku po dobu dvou let. Doba záruky počíná dnem prodeje (prosím uschovejte pečlivě kupní účet).

Bezpečnostní opatření

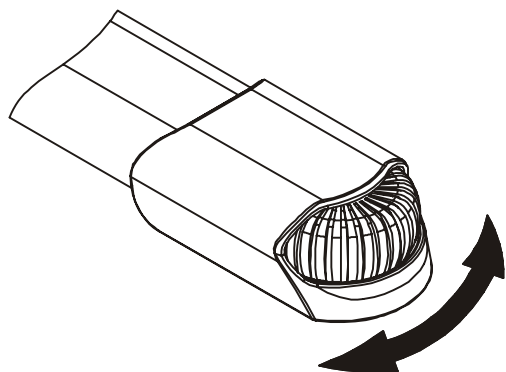
- Tento tréninkový přístroj není určen pro terapeutické účely.
- V případě zdravotního omezení či ke stanovení individuálních osobních tréninkových možností se poradíte s Vaším lékařem, který Vám doporučí jaký druh tréninku a jaké zatížení jsou pro Vás vhodné.
- Pozor: Nesprávný či přehnaný trénink může ohrozit Vaše zdraví !
- Pro jistý a účinný trénink řiďte se prosím příkazy v tréninkovém návodu.
- Před počátkem tréninku se nejdříve přesvědčte, zda je tréninkové zařízení správně zmontováno a nastaveno.
- Začínáte s tréninkem vždy až po zahřátí.
- Používejte pouze jen přiložené originální díly ENERGETICS (viz kontrolní dodací list - Check-Liste)
- Během montáže přístroje dodržujte přesně montážní návod.
- Při montáži používejte jenom vhodné nářadí a eventuelně si vyžádejte pomoc od druhé osoby.
- Přístroj je nutno postavit na rovném podkladě, který vylučuje možnost skluzu zařízení.
- Pro správné a jisté nastavení přístroje použijte nastavitelné hlavice, pro výškové nastavení, upevněné na koncích zadní vodorovné příčné podpěry.
- Zkontrolujte, zda přední transportní kolečka se nacházejí ve správné pozici (viz montážní návod).
- Přesvědčte se o tom, že všechny posuvné části jsou v přípustných rozmezích (max. pozice) správně nastaveny.
- Dotáhněte šrouby všech nastavitelných dílů před počátkem tréninku tak, aby nemohlo dojít k uvolnění těchto dílů během tréninku.
- Tréninkové zařízení je zkonstruováno pro dospělé osoby. Dbejte na to, aby případné použití dětmi bylo vždy jen pod dohledem dospělé osoby.
- Upozorněte osoby přítomné v blízkosti na možná nebezpečí, na př. nebezpečí zranění pohyblivými díly.
- Požadovaný tréninkový výkon je možno nastavit dle Vašich tréninkových požadavků: viz návod k nastavení tréninku.
- Během tréninku používejte jen pevnou sportovní obuv.
- Přesvědčte se zda je kolem přístroje dostatek místa k použití přístroje.
- Věnujte pozornost neupevněným a pohyblivým dílům během montáže a demontáže přístroje.

- Tento domácí tréninkový přístroj je nezávislý na rychlosti. Brzdná síla se kontroluje pomocí vzdálenosti mezi magnetem a setrvačником.
- Tréninkový odpor zařízení je nastavitelný pomocí počítače.
- Tento přístroj je zkonstruován výlučně pro domácí potřebu a dimensován pro max. tělesnou váhu 150 kilogramů

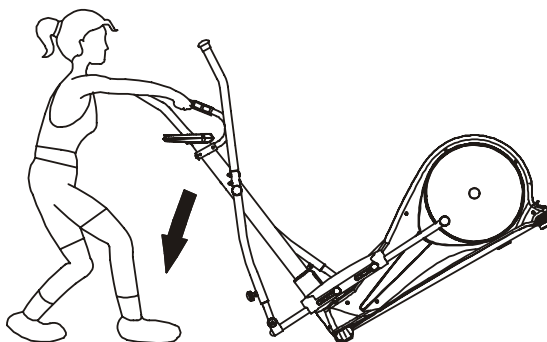
Zacházení s přístrojem

- A. Po montáži přístroje lze vyrovnat menší nerovnosti podlahy pomocí nastavitelných hlav na zadní příčné vodorovné podpěře. Nastavení lze dorovnat otáčením nastavovací kolečka na straně nastavovací hlavy (viz zobrazení A). Otáčejte kolečkem tak dlouho až dojde k vyrovnání.
- B. Transportní kolečka na přední příčné vzpěře dovolují snadný přesun přístroje. Naklopte jednoduše přístroj pomocí držadel řídítek dopředu, až se kolečka opřou o podlahu. Potom popojed'te přístrojem na požadovanou pozici (viz zobrazení B).

A



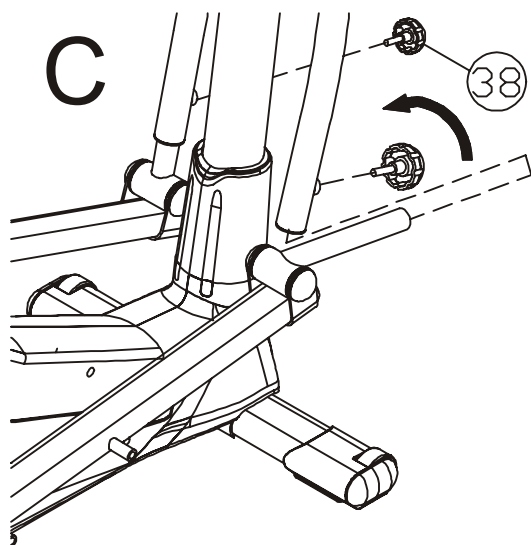
B



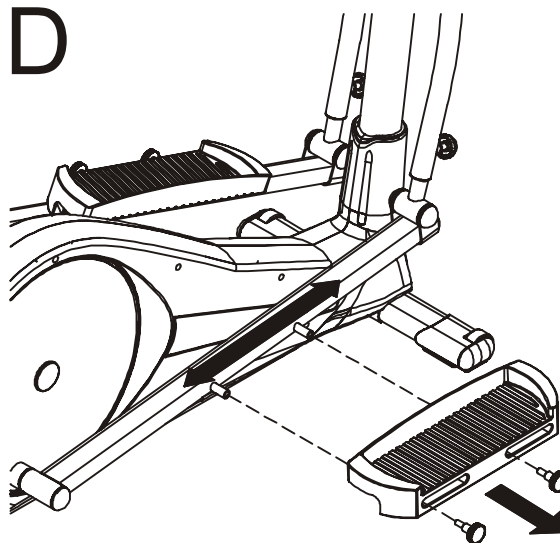
- C. Výškové nastavení (7) má několik děr pro nastavení různých pozic. Posuňte hlavěň tak aby se prokryly dře na výškovém nastavení a na podpěře držadel (6). Zafixujte tuhle pozici fixačním klíčkem (38).

Upozornění: Výškové nastavení musí být stejné na obou stranách. Výškové nastavení je možné kdykoliv změnit podle osobních potřeb změnou výškového nastavení (7) a fixačním kolíčkem(38).

- D. Šlapadla je možné nastavit pro Vaše osobní potřeby. Odstráňte postranní fixační kolíky, posuňte mřížku a opětovně je zafixujte fixačními kolíky.



D



Péče a údržba

- Z důvodu ochrany vůči korozi, používejte a uskladňujte přístroj v suchých prostorách.
- Nejpozději během každých 4 týdnů zkontrolujte veškerá spojení, zda jsou v dobrém stavu a dostatečně utažena.
- V případě opravy přístroje vyrozuměte Vašeho prodejce přístroje.
- Nahraděte ihned poškozené díly / nebo nepoužívejte přístroj do té doby než bude opraven.
- K opravě používejte prosím jen originální náhradní díly.
- Dbejte na to, aby ihned po tréninku byl přístroj očištěn od potu. Pot může přístroj poškodit a správná funkce přístroje může být narušena.
- K očištění přístroje používejte vlhkou látku. Nepoužívejte agresivní čisticí prostředky.

Seznam náhradních dílů – ET 12.0 Ergometer - 2007

Číslo.	OZNAČENÍ	Velikost	Počet	Číslo.	OZNAČENÍ	Velikost	Počet
1	Zakladní rám		1	43	Plastová mezivrstva		8
2	Podpěra držadel		1	44	Boční kryt (levý)		1
3	Fixace řídítek		1	45	Boční kryt (pravý)		1
4	Vrchní tyč rukojeti (Levá)		1	46	Ochranní kryt setrvačnicku		2
5	Vrchní tyč rukojeti (Pravá)		1	47	Ukončení podpěry držadel		1
6	Spodní tyč rukojeti		2	48	Ložisko		14
7	Výškové nastavení		2	49	Vložka z umělé hmoty		2
8	Nožní pedál (Levý)		1	50	Ovální mezivrstva		2
9	Nožní pedál (Pravý)		1	51	Řemen		1
10	Příční podpěra, přední a zadní		2	52	Šroub	M10x28mm	4
11	Křížová tyč		2	53	Potah držadel		1
12	Osa		1	54	Potah držadel		2
13	Objímka		1	55	Potah držadel		2
14	Podpěra osy		1	56	Ložisko		2
15	Ložisková tyč		2	57	Přestavovací kolík		4
16	Šroub	M8x15 mm	10	58	Šroub	#6x12mm	1
17	Šroub	#8-32 UNC	2	59	Podložka	DIA. 20	2
18	Šroub	M8x50mm	4	60	Upevnění senzoru		1
19	Šroub	M8x20mm	2	61	Magnet		1
20	Šroub	M8x90mm	2	62	Šroub	M5x12mm	2
21	Šroub	M8x53mm	4	63	Základní deska		1
22	Šroub	M6x14mm	5	64	Počítač		1
23	Šroub	M4x10mm	2	65	Nastavovací deska		1
24	Šroub	M5x16mm	16	66	Snímač ručního tepu		2
25	Šroub	M5x30mm	8	67	Impulsní kábel		1
26	Matice	M8	4	68	Počítačový kábel (vrchní)		1
27	Matice, samoistící	M8	3	69	Servomotor s káblem		1
28	Podložka	M8x□38	4	70	Senzor		1
29	Podložka	M8x□16	15	71	Setrvačnick		1
30	Podložka, zvlněná	M8	4	72	Šroub	M4x16mm	2
31	Podložka	M8	6	73	Kábel od napájení		1
32	Ložisko	<6004ZZ>	2	74	Ochranní odjímatelní kryt setrvačnicku		2
33	Vzpěrný kroužek	C20	2	75	Upevnění napínací cívky		1
34	Ukončení		1	76	Zpruha		1
35	Transportní kolečko (Levé)		1	77	Nosní váleček		1
36	Transportní kolečko (Pravé)		1	78	Šroub	M8x25mm	1
37	Ukončení výškového vyvážení		2	79	Podložka	M6	4
38	Přestavovací kolík		2	80	Podložka	M10	2
39	Mřížka na nohu (Levá)		1	81	Vzpěrný kroužek	C12	1
40	Mřížka na nohu (Pravá)		1	82	Ložisko	<6001ZZ>	1
41	Ukončení		2	83	Zpruha (velká)		1
42	Ukončení		2	84	Elektrický kábel pro setrvačnick		1

gratulálunk Önnek, hogy megvásárolta az otthoni ENERGETICS testedző készüléket. A jelen készülék úgy lett megszerkesztve, hogy kielégítse az Ön szükségleteit és igényeit. Kérjük, hogy a készülék első beszerelését, illetve első használatát megelőzően figyelmesen olvassa el a jelen utasításokat. Az Ön izomfejlesztési készülékének a helyes használata céljából a jelen használati utasítást, mint módszertani útmutatót, kérjük, őrizze meg. Az utólagos kérdések, tájékoztatások céljából készségesen állunk a rendelkezésére. A gyakorlatok során nagyon sok sikert és kellemes időtöltést kívánunk.

Az Ön  **ENERGETICS** - munkacsoportja

Garancia - szavatolás

Az ENERGETICS termékek magas minőségi szinten vannak kivitelezve, és a szerkezetük, illetve a próbatesztek kielégítik az igényes fitness-edzés rendszert is. A készülék megfelel az európai EN 957 szabvány követelményeinek.

Az ENERGETICS garantálja az anyag-, illetve a gyártási hibákra vonatkozó 3 év szavatolási időt. A szavatolás nem vonatkozik a készülék helytelen, szakszerűtlen használatából és az alkatrészek elhasználódásából eredő meghibásodásokra. Az elektronikai alkatrészekre két év garanciaidőt nyújtunk. A garanciaidő a készülék eladási napjával kezdődik (ezen okból kérjük gondosan megőrizni a vásárlási számlát).

Biztonsági intézkedések

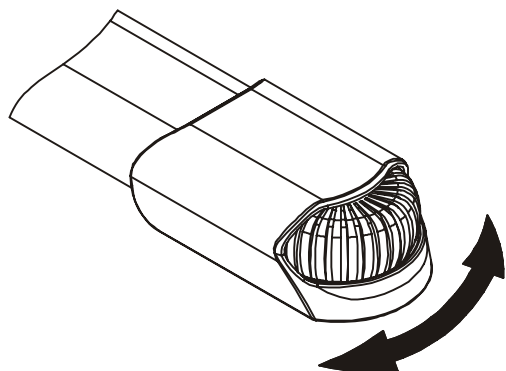
- A jelen edzőkészülék nem a gyógykezelési célokra van meghatározva.
- Amennyiben egészségügyi okok korlátoznák a testgyakorlásokat, illetve a személyi edzésterv teljesítés elkezdését megelőzően konzultálás céljából forduljon orvosához, aki tanácsot adhat az Ön alkalmas edzőmódjához, ennek helyes elvégzéséhez és hatásaihoz.
- Figyelem: A helytelen és eltúlozott edzés sérüléseket és egészség-károsodást eredményezhet!
- A biztos és hatásos edzés céljából tartsa be az edzési utasításokat.
- Az edzés kezdése előtt először győződjön meg arról, hogy a készülék helyesen van beszerelve és beállítva.
- Az edzést mindig csak a bemelegítés után kezdje el.
- Csak a mellékelt eredeti ENERGETICS alkatrészeket használja (lásd a - Check-Liste készletszállítási lapot).
- A készülék szerelésekor pontosan tartsa be a szerelési útmutatót.
- Szerelésre csak erre alkalmas szerszámokat használjon, és szükség esetén biztosítsa egy másik személy segédkezését is.
- A készüléket egyenes felületre kell állítani, amely kizárja a készülék elcsúszás lehetőségét.
- A készülék biztonságos rögzítése céljából használja a hátsó keresztámasz végződésen levő magasság beállító állványfejeket.
- Győződjön meg arról, hogy az elülső közlekedő kerekek a helyes pozícióban vannak (lásd a szerelési útmutatót).
- A mozgó részeknél vizsgálja meg azon beállítási állományt (maximális pozíciókat), amelyekbe a mozgó részeknek beállíthatóknak kel lenni.
- Az edzést megelőzően húzza szorosra az állító részek csavarjait úgy, hogy ezek ne legyenek képesek az edzési folyamat alatt meglazulni.
- A készülék felnőtt személyek számára van kivitelezve. Ügyeljen arra, hogy a gyerekek csak felnőtt személy jelenlétében használják a készüléket.
- Egyéb jelenlevőket figyelmeztesse az esetleges sérülési veszélyekre, pl. az edzés alatt mozgó részek által fenyegető veszélyekre.
- Az edzési teljesítmény beállítható az Ön edzés igényei szerint: lásd az edzés beállítási útmutatót.
- Az edzési folyamat alatt csak alkalmas, szilárd sportcipőt használjon.
- Győződjön meg arról, hogy a készülék közelében elegendő hely van az edzésre.
- Be- és leszerelés közben ügyeljen a készülék nem rögzített és mozgó részeire.

- A jelen otthoni edzőkészülék független a sebességtől. A kifejtett fékerő ellenőrizhető a mágnes és a lendítőkerék közötti távolság szerint.
- Az ellenállási fok a számítógép útján is beállítható.
- A jelen edzőberendezés csak otthoni használatra van kivitelezve a max. 150 kg testsúlyú személyek számára.

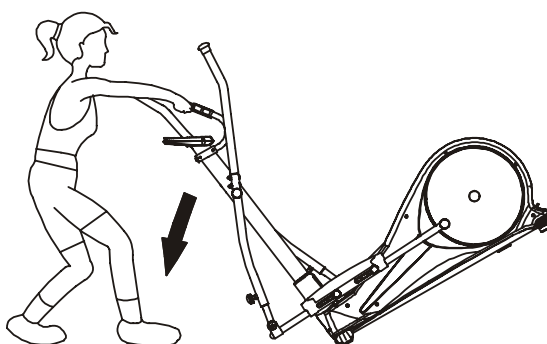
Készülék kezelése

- A. A készülék beszerelése előtt lehetséges a kisebb padlófelületi egyenlőtlenségeket kiegyenlíteni a hátsó vízszintes kereszt-támasztékon levő állító fejek segítségével. A beállítás pontosítható az állító fej oldalrészén levő beállító kerekecske forgatásával (lásd az 1.sz ábrát). A kerekecskét forgassa mindaddig, amíg eléri a pontosan kiegyenlített pozíciót.
- B. Az elülső kereszt-támaszon levő közlekedő kerekek megkönnyítik a teljes készülék mozgatását. A kormány megfogásával egyszerűen billentse előre a készüléket úgy, hogy a kerekecskék megérintsék a padlót. Ezt követően tolja a készüléket a meghatározott helyére (lásd a 2. sz ábrát).

A



B

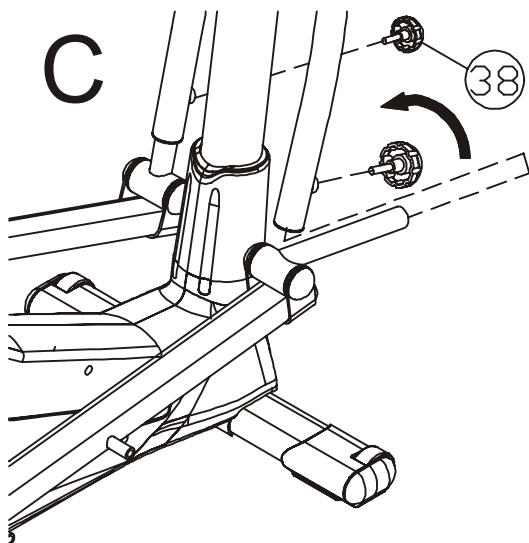


- C. A magasság beállítására (7) néhány lyuk áll rendelkezésre a különböző pozíciók állítására. A fedőcsövet húzza rá úgy, hogy ez lefedje a magasság állítón és az alátámasztón levő lyukakat (6). Ezt a pozíció merevítse a merevítő tolokával (38).

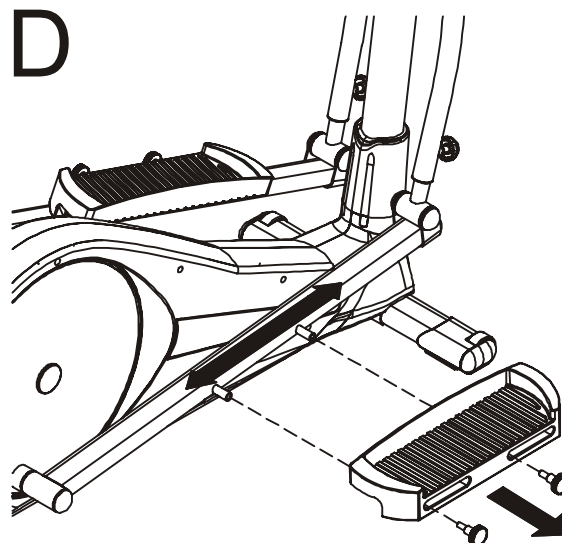
Figyelmeztetés: A beállított magassági szintnek azonosnak kel lenni mindkét oldalon. A magasság beállítást lehet bármikor módosítani a személyi szükséglet szerint a magasság változtatásával (7) és a rögzítő tolokával (38) való biztosítás útján.

- D. A pedálokat is állítani lehet az Ön személyes szüksége szerint. Távolítsa el a rögzítő tolokákat, tolja el a rácszatot, majd ismét tegye vissza a rögzítő tolokákat.

C



D



Gondozás és karbantartás

- A korróziós hatások csökkentése céljából a készüléket ne használja, ne tárolja nedves környezetben.
- Legalább minden 4 héten belül egy alkalommal ellenőrizze valamennyi csatlakozást, hogy ezek kielégítő, illetve szorosra húzott állapotban vannak-e.
- Amennyiben szükséges a készülék javítása, úgy lépjen kapcsolatba az Ön készülékének az elárusítójával, és közölje ezt vele.
- A meghibásodott alkatrészeket azonnal cserélni szükséges / illetve tilos a készülék használata mindaddig, amíg nem lesz megjavítva.
- Kérjük, hogy a javításra minden esetben csak az eredeti pótalkatrészeket használja.
- Ügyeljen arra is, hogy közvetlenül az edzést követően a készüléken levő izzadságcseppek le legyenek törölve. Az izzadság megrongálhatja a készüléket, illetve hátrányosan befolyásolhatja a helyes funkciókat is.
- A készüléket tisztítsa nedves ronggyal, és kerülje az agresszív hatású tisztítószer használátát.

blahoželáme vám k zakúpeniu si jedného z fitness strojov od firmy ENERGETICS. Tento výrobok je určený na domáce použitie tak, aby splňal všetky vaše želania a potreby. Prosíme, aby ste si skôr, než prikrôčíte k jeho montáži a používaniu, pozorne prečítali priložené pokyny. Dôsledne sa pridržujte návodu na použitie a/alebo jeho údržbu. Ak máte nejaké ďalšie otázky, prosím obráťte sa na nás. Počas cvičenia vám želáme veľa úspechov a zábavy.

Váš  **ENERGETICS** - Tím

Záruka

ENERGETICS ponúka vysokokvalitné produkty, ktoré sú testované a zodpovedajú európskej norme EN 957.

ENERGETICS poskytuje trojročnú záručnú lehotu vzťahujúcu sa na chyby materiálu, ako aj na výrobné chyby. Zo záruky sú vylúčené všetky škody vzniknuté nesprávnym zaobchádzaním a opotrebovaním súčiastok. Na elektronické komponenty vystavujeme dvojročnú záruku. Záručná doba sa začína dňom zakúpenia výrobku. (prosíme, uschovajte si bloček)

Bezpečnostné pokyny

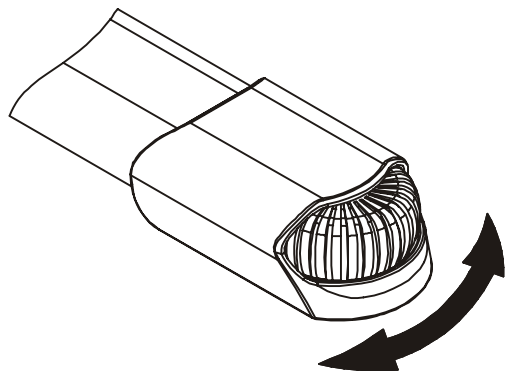
- Tento fitness prístroj nie je vhodný pre terapeutické účely.
- Skôr, ako začnete s cvičebným programom, poraďte sa so svojim lekárom.
- Upozornenie: nesprávne/ nadmerné cvičenie môže viesť k poškodeniu zdravia. Ak pocítite počas cvičenia nevoľnosť, prestaňte cvičiť.
- Prosíme, aby ste sa pridržovali tréningového plánu uvedeného v návode na cvičenie.
- Cvičenie začnite až po zabezpečení správnej montáže, nastavení a kontrole ergometru.
- Vždy začínajte rozcvičkou.
- Používajte iba originálne doručené súčiastky ENERGETICS (pozri zoznam)
- Dôsledne dodržiavajte montážny postup.
- Na montáž používajte iba vhodné nástroje, a ak treba požiadajte o pomoc.
- Ergometer umiestnite na rovnom, nešmykľavom povrchu.
- Na zabezpečenie stability ergometru použite matice na nastavenie výšky, nachádzajúce sa na zadnom stĺpiku.
- Presvedčte sa, či sú kolesá umiestnené v správnej polohe: pozri návod na montáž.
- Pamätajte na maximálne polohy všetkých nastaviteľných častí.
- Dotiahnite všetky posuvné časti tak, aby ste zabránili neočakávanému náhlemu pohybu počas cvičenia.
- Výrobok je určený pre dospelých. Prosíme, presvedčte sa, že deti ho používajú len pod dozorom dospeljej osoby.
- Uistite sa, že používatelia sú si vedomí možných rizík, napr. pohyblivých častí počas cvičenia.
- Úroveň odporu môže byť nastavená podľa Vás: pozri návod na cvičenie.
- Necvičte bosí a nepoužívajte ani voľnú obuv.
- Uistite sa, že na cvičenie na ergometre máte dostatok priestoru.
- Pamätajte na voľné a pohyblivé časti počas montáže a demontáže

- Tento fitness prístroj určený pre domáce účely pracuje nezávisle od rýchlosti. Brzdná sila sa reguluje prostredníctvom vzdialenosti magnetových plošiek a zotrvačníka.
- Úroveň odporu môže byť zmenená otáčaním odporového gombíka.
- Tento produkt je určený iba pre domáce využitie a jeho maximálna testovaná nosnosť e 150 kilogramov

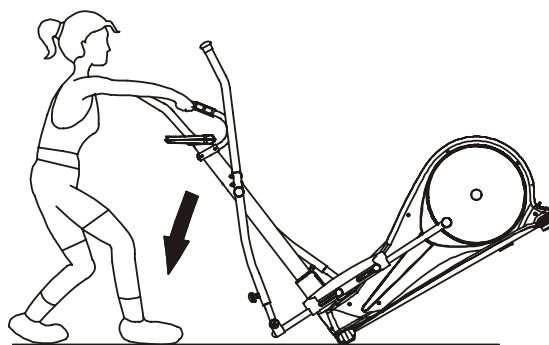
Manipulácia

- A. Po zmontovaní je možné zadný stabilizátor prispôbiť mierne nerovnému povrchu. Na vyváženie nerovností medzi zadným stabilizátorom a podlahou otáčajte nastavovacími gombíkmi na zadných pätiaciach.
- B. Transportné kolieska na predných pätiaciach umožňujú ľahké manévrowanie. Jednoducho ťahajte za rukoväť, pokiaľ sa kolieska nedotknú podlahy. Potom prevezte stroj na požadované miesto.

A



B

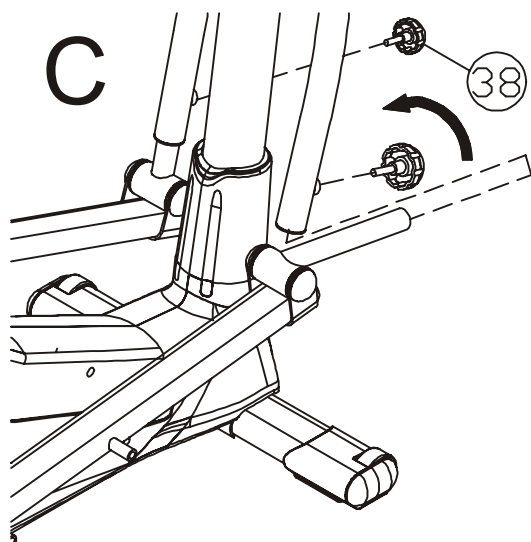


- C. Regulátor výšky (7) má viacero zárezov, aby sa dali nastaviť rôzne polohy. Posuňte tyč do tej miery, až kým je jeden z jej otvorov prekrytý na rovnakej úrovni s otvorom regulačného gombíka a spodnej tyči držadla (6). Regulačným gombíkom zaistíte túto polohu.(38)

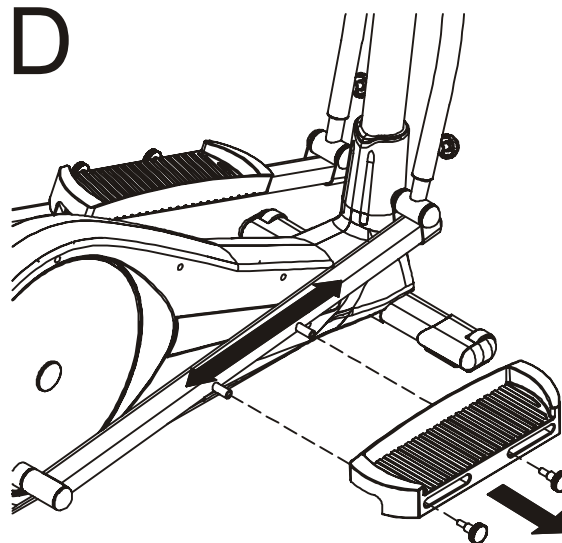
POZOR: Daná poloha musí byť rovnaká na oboch stranách. Požadovanú polohu si môžete nastaviť kedykoľvek podľa vlastných potrieb, tým že zmeníte nastavenie regulačného gombíka (38) a nastavenie regulátora výšky (7).

- D. Pedále si môžete nastaviť podľa vlastných potrieb. Odstráňte regulačné gombíky po stranách stúpadla, posuňte ich a upevnite ich pomocou regulačných gombíkov.

C



D



Starostlivosť a údržba

- Neskladujte a ani nepoužívajte domáci ergometer vo vlhkom prostredí, nakoľko hrozí vznik korózie.
- Pravidelne, vždy aspoň raz za mesiac skontrolujte, či sú všetky spoje dostatočne dotiahnuté a či nie sú poškodené.
- Ak sa chystáte niečo opravovať, prosíme, poraďte sa s Vaším predajcom.
- Poškodené súčiastky okamžite vymeňte a počas opravy stroj nepoužívajte.
- Používajte len originálne náhradné diely.
- Na čistenie ergometru používajte vlhkú handričku. Pri čistení sa vyhýbajte agresívnym čistiacim prostriedkom.
- Po ukončení ihneď poutierajte pot, nakoľko tento by mohol poškodiť vzhľad a správne fungovanie domáceho ergometra.

Zoznam náhradných dielov – ET 12.0 Ergometer - 2007

ČÍ	POPIS	VELKOSŤ	POČET	ČÍ.	POPIS	VELKOSŤ	POČET
1	Základný rám		1	43	Umelohmotná čiapočka		8
2	Podpera držadla		1	44	Bočný kryt (L)		1
3	Upevnené riadidlo		1	45	Bočný kryt (P)		1
4	Horná tyč držadla (L)		1	46	Ochrana zotrvačníka		2
5	Horná tyč držadla (P)		1	47	Krycia čiapočka podpery držadla		1
6	Spodná tyč držadla		2	48	Ložisko		14
7	Regulátor výšky		2	49	Umelohmotná násada		2
8	Podpera nôh (L)		1	50	Čiapočka, oválna		2
9	Podpera nôh (R)		1	51	Remeň		1
10	Priečna podpera, predná zadná		2	52	Skrutka	M10x28mm	4
11	Křížové tyče		2	53	Poťah držadla		1
12	Os		1	54	Poťah držadla		2
13	Objímka		1	55	Poťah držadla		2
14	Podporná os		1	56	Ložisko		2
15	Týč ložiska		2	57	Regulačný gombík		4
16	Skrutka	M8x15 mm	10	58	Skrutka	#6x12mm	1
17	Skrutka	#8-32 UNC	2	59	Podložka pod maticu	DIA. 20	2
18	Skrutka	M8x50mm	4	60	Upevnenie senzora		1
19	Skrutka	M8x20mm	2	61	Magnet		1
20	Skrutka	M8x90mm	2	62	Skrutka	M5x12mm	2
21	Skrutka	M8x53mm	4	63	Doska plošných spojov		1
22	Skrutka	M6x14mm	5	64	Počítač		1
23	Skrutka	M4x10mm	2	65	Adaptér		1
24	Skrutka	M5x16mm	16	66	Merač pulzu		2
25	Skrutka	M5x30mm	8	67	Kábel merača pulzu		1
26	Matica	M8	4	68	Kábel počítača horný		1
27	Matica, samoistiaca	M8	3	69	Servomotor s káblom		1
28	Podložka pod maticu	M8x□38	4	70	Senzor		1
29	Podložka pod maticu	M8x□16	15	71	Zotrvačník		1
30	Podložka pod maticu, zvlnená	M8	4	72	Skrutka	M4x16mm	2
31	Podložka pod maticu	M8	6	73	Elektrický kábel		1
32	Ložisko	<6004ZZ>	2	74	Krycia čiapočka ochrana zotrvačníka		2
33	Rozperný krúžok	C20	2	75	Upevnenie napínacích kladiek		1
34	Koncová čiapočka		1	76	Pružina		1
35	Transportné koliesko (L)		1	77	Valec vodiacej kladky		1
36	Transportné koliesko (P)		1	78	Skrutka	M8x25mm	1
37	Čiapočka na vyrovnanie výšky		2	79	Podložka pod maticu	M6	4
38	Regulačný gombík		2	80	Podložka pod maticu	M10	2
39	Stúpadlo ľavé		1	81	Rozperný krúžok	C12	1
40	Stúpadlo pravé		1	82	Ložisko	<6001ZZ>	1
41	Koncová čiapočka		2	83	Veľká pružina		1
42	Koncová čiapočka		2	84	Elektrický kábel zotrvačníka		1

čestitamo Vam na kupnji ENERGETICS kućanskog trenera. Ovaj produkt koncipiran je tako da zadovolji Vaše potrebe treniranja u kući. Prije sastavljanja i prve uporabe najprije pažljivo pročitajte ove upute. Sačuvajte ove upute kao referencu za održavanje. U slučaju bilo kakvih pitanja molimo Vas obratite se Vašem prodavcu. Želimo Vam ugodan trening.

Vaš  **ENERGETICS** tim.

Jamstvo

ENERGETICS nudi visoko kvalitetne naprave koje su konstruirane i testirane da odgovaraju europskoj normi EN 957.

ENERGETICS kupcu daje jamstvo na tri godine za eventualne griješke u materijalu ili izradi. Ovo jamstvo ne pokriva oštećenja nastala nepravilnom uporabom i zamjenljive dijelove. Elektronski dijelovi imaju jamstvo od dvije godine. Period jamstva počinje danom kupnje proizvoda (molimo Vas sačuvajte Vaš račun).

Sigurnosne upute

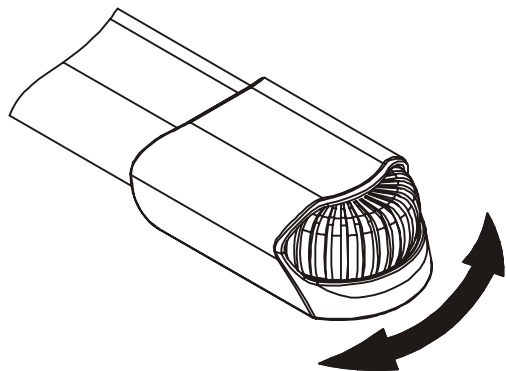
- Ovaj trenažer nije pogodan za uporabu kao terapijsko pomagalo.
- Prije otpočinjanja vježbi konsultirajte Vašeg liječnika. On Vam može pomoći u pravilnom odabiru vrste treninga i opterećenja.
- POZOR: nepravilan ili pretjeran trening može biti opasan po Vaše zdravlje
- Za optimalan i siguran trening molimo Vas pročitajte upute za trening.
- Otpočnite Vaš trening tek pošto utvrdite da je naprava pravilno sastavljena i podešena.
- Započnite vježbanje uvijek sa zagrijevanjem.
- Koristite samo originalne ENERGETICS dijelove (pogledajte listu dijelova).
- Pri sastavljanju pridržavajte se uputa sa montažu.
- Koristite samo prikladan alat i radite zajedno sa još nekim.
- Spravu postavite na ravnu i nesklisku površinu.
- Podesite visinu kako biste osigurali ravnotežu sprave.
- Uvjerite se da su pedale sprijeda učvršćene. (vidite upute za sastavljanje)
- Kod dijelova koje se mogu podešavati molimo Vas proverite maksimalnu poziciju do koje se mogu podešavati i provjerite da su pravilno namješteni.
- Prije početka treninga sve podesive dijelove čvrsto zavrnite kako se ne bi olabavili tijekom treninga.
- Trenažer je namjenjen odraslima. Pazite da djeca ne koriste spravu bez nazočnosti neke odrasle osobe.
- Prisutne osobe upozorite na moguće opasnosti od na primjer pokretnih dijelova.
- Otpor možete podesiti prema vašim potrebama: Vidjeti upute za trening
- Pri korišćenju uvijek nosite obuću.
- Pazite da ostavite dovoljno mjesta za trening.
- Obratite posebnu pozornost na pomjerljive i ne fiksirane dijelove pri sastavljanju i rastavljanju.

- Ovaj trenažer je neovisan od brzine. Silu kočenja kontrolira razdaljina magneta od pokretnoga točka.
- Otpor se može podesiti u računalu.
- Ova sprava je namjenjena isključivo uporabi kod kuće i testirana je do težine od 150 kg.

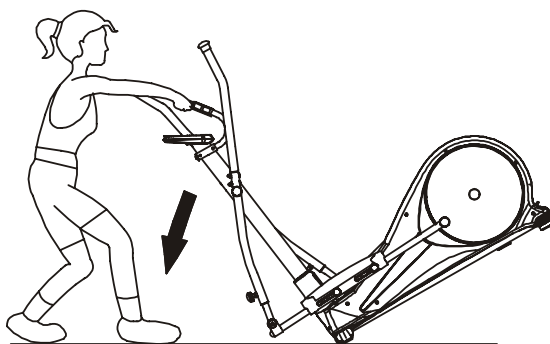
Uporaba i spremanje

- A. Nakon sastavljanja zadnji oslonci se mogu podešavati u slučaju da na podu postoje manje neravnine. Okretanjem točkića na zadnjem djelu naprave, možete spravu uravnati.
- B. Točkići naprijed omogućuju Vam nesmetan transport. Povucite korman nadole dok točkići ne dodirnu pod, a zatim spravu jednostavno odgurajte i pospremite na željeno mjesto.

A



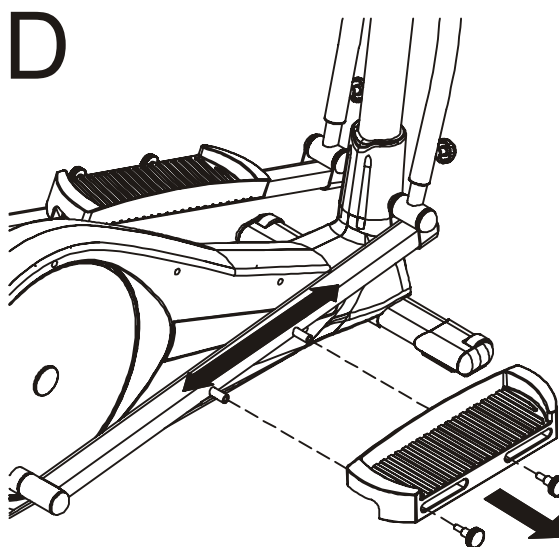
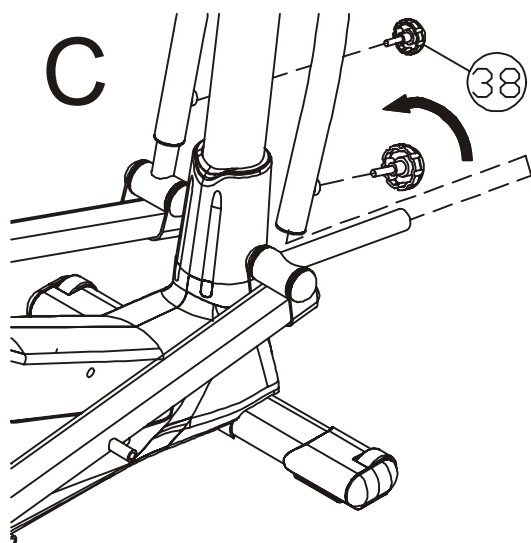
B



- C. Cijev za podešavanje visine (7) ima na sebi više otvora koji služe za odabir željene visine. Pomjerajte cijev za podešavanje visine dok se rupice na njoj ne poklope sa rupicama na donjoj drški (6). Zatim iz fiksirajte u pomoć zavrtnja (38).

Pažnja: Visina mora biti na objema stranama ista! Visina se može u svako doba i prema osobnim potrebama podesiti promijenom pozicija zavrtnja (38) i cijevi za podešavanje visine (7).

- D. Pedale možete podesiti prema osobnim potrebama skidanjem oba vijka za podešavanje, koji se nalaze sa strane oslonaca za noge. Kada ste ih odvrnuli pomerite oslonce po želji i potom ponovo učvrstite vijke.



Održavanje

- Kako biste vašeg kućanskog trenera zaštitili o pojave hrđe, ne koristite ga niti ga odlažite u vlažnim prostorijama.
- Provjerite barem svake četiri sedmice da li su svi spojevi čvrsti i u dobrome stanju.
- Ukoliko spravu treba popraviti kontaktirajte Vašeg prodavca.
- Promijenite oštećene dijelove odmah i/ili ne koristite ih dok ne budu opravljeni.
- Pri opravci koristite samo originalne dijelove.
- Za čišćenje koristite samo mokru krpu i ne koristite agresivna sredstva za čišćenje.
- Nakon treninga obrišite znoj sa stroja jer u suprotnom može doći do poremećaja u njegovom radu.

Lista dijelova – ET 12.0 Ergometer - 2007

BR.	OPIS	VELIČINA	KOM.	BR.	OPIS	VELIČINA	KOM.
1	Osnovni okvir		1	43	Plastični pokrov		8
2	Oslonac drški		1	44	Stranični pokrov (L)		1
3	Fiksirani korman		1	45	Stranični pokrov (D)		1
4	Gornja drška (L)		1	46	Zaštita točka		2
5	Gornja drška (D)		1	47	Kapica na dršci		1
6	Donja cijev drške		2	48	Ležaj		14
7	Cijev za podešavanje visine		2	49	Umjetni uložak		2
8	Oslonac za noge (L)		1	50	Ovalne kapice		2
9	Oslonac za noge (D)		1	51	Remen		1
10	Poprečni oslonci, prednji i zadnji		2	52	Vijak	M10x28mm	4
11	Križna šipka		2	53	Navlaka za drške		1
12	Osovina		1	54	Navlaka za drške		2
13	Čaura		1	55	Navlaka za drške		2
14	Pomoćna osovina		1	56	Ležaj		2
15	Šipka ležaja		2	57	Gumb za podešavanje		4
16	Vijak	M8x15 mm	10	58	Vijak	#6x12mm	1
17	Vijak	#8-32 UNC	2	59	Podloška	DIA. 20	2
18	Vijak	M8x50mm	4	60	Držač senzora		1
19	Vijak	M8x20mm	2	61	Magnet		1
20	Vijak	M8x90mm	2	62	Vijak	M5x12mm	2
21	Vijak	M8x53mm	4	63	Motor		1
22	Vijak	M6x14mm	5	64	Računalo		1
23	Vijak	M4x10mm	2	65	Adapter		1
24	Vijak	M5x16mm	16	66	Mjerač pulsa		2
25	Vijak	M5x30mm	8	67	Kabel pulsa		1
26	Matica	M8	4	68	Gornji kabel računala		1
27	Matica	M8	3	69	Servo-motor sa kablom		1
28	Podloška	M8x□38	4	70	Senzor		1
29	Podloška	M8x□16	15	71	Točak		1
30	Podloška, talasasta	M8	4	72	Vijak	M4x16mm	2
31	Podloška	M8	6	73	Strujni kabel		1
32	Ležaj	<6004ZZ>	2	74	Zaštita točka		2
33	Napregnuti prsten	C20	2	75	Držač valjka		1
34	Pokrov		1	76	Opruga		1
35	Transportni točak (L)		1	77	Idler-valjak		1
36	Transportni točak (D)		1	78	Vijak	M8x25mm	1
37	Vijak za izravnavanje		2	79	Podloška	M6	4
38	Zavrtanj za podešavanje visine		2	80	Podloška	M10	2
39	Pedala (L)		1	81	Napregnuti prsten	C12	1
40	Pedala (D)		1	82	Ležaj	<6001ZZ>	1
41	Kapica		2	83	Velika opruga		1
42	Kapica		2	84	Strujni kabel za točak		1

Čestitamo Vam na kupovini ENERGETICS kućnog trenažera. Ovaj proizvod je dizajniran i proizveden tako da zadovoljava uslove treniranja u kući. Molimo Vas da pažljivo pročitate uputstva pre sastavljanja i prve upotrebe. Sačuvajte ova uputstva kao pomoć i/ili za pravilno održavanje. Ukoliko imate pitanja, kontaktirajte nas. Želimo Vam mnogo uspeha i zabave u treniranju,

Vaš  **ENERGETICS** - tim

Garancija

ENERGETICS nudi visoko kvalitetne kućne trenažere koji su testirani i imaju evropski sertifikat EN 957.

ENERGETICS daje prvom kupcu garanciju od 3 godine na moguće greške u materijalu ili izradi. Garancija ne uključuje štete nastale nepravilnom upotrebom ili na habajućim delovima. Na svu elektroniku period garancije iznosi dve godine. Garancija počinje da teče danom kupovine proizvoda (sačuvajte Vaš originalni račun).

Sigurnosna uputstva

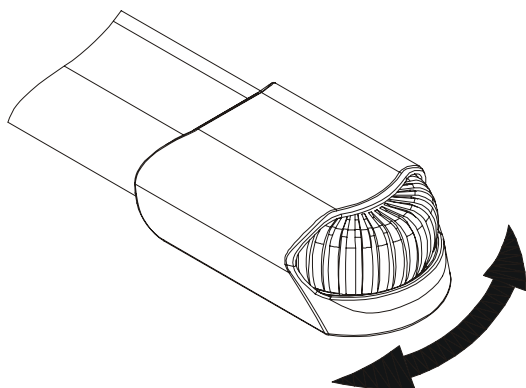
- Ovaj trenažer nije zamišljen za korišćenje u terapeutske svrhe.
- Konsultujte Vašeg lekara pre otpočinjanja vežbanja jer Vam on može dati savet za optimalan trening i opterećenje.
- Upozorenje: nepravilan ili preteran trening može da dovede do povreda. Kada se više ne osećate prijatno prekinite sa vežbanjem.
- Pratite savete za pravilno vežbanje koji se nalaze u priručniku za treniranje.
- Sa vežbama započnite tek nakon što ste sve pravilno sastavili, podesili i proverili na Vašem kućnom trenažeru.
- Na početku uvek radite vežbe zagrevanja,
- Koristite samo originalne ENERGETICS delove koji su Vam dostavljeni sa spravom (videti listu delova).
- Sledite pažljivo uputstva za sastavljanje.
- Koristite samo prigodan alat za sastavljanje i potražite stručnu pomoć ako je neophodno.
- Postavite trenažer na ravnu površinu koja se ne kliže.
- Pomoću podešivača visine na zadnjem osloncu postavite trenažer u stabilnu poziciju.
- Proverite da su prednji točkovi postavljeni pravilno: pogledajte u uputstvu za sastavljanje.
- Za sve delove koji se mogu podešavati pazite na maksimalnu podesivu poziciju.
- Pritegnite sve pomerljive delove kako se ne bi pomerali u toku treniranja.
- Ovaj proizvod je namenjen odraslim osobama. Ako deca koriste trenažer pazite da to bude uvek u prisustvu neke punoletne osobe.
- Prisutni treba da budu svesni moguće opasnosti od npr. pokretnih delova koji se mogu otkaçiti u toku treninga.
- Nivo otpora može se podesiti prema ličnim željama: videti uputstvo za treniranje.
- Ne koristite trenažer bosih nogu ili u obući koja lako spada.
- Obezbedite dovoljno mesta za trenažer.
- Pazite na pokretne i nefiksirane delove prilikom korišćenja ili prestanka korišćenja trenažera.

- Ovaj trenažer ne zavisi od brzine okretanja. Silu kočenja reguliše udaljenost magneta od pokretnog točka.
- Otpor menja računar
- Ovaj proizvod je namenjen za kućnu upotrebu i testiran je za telesne težine do 150 kg.

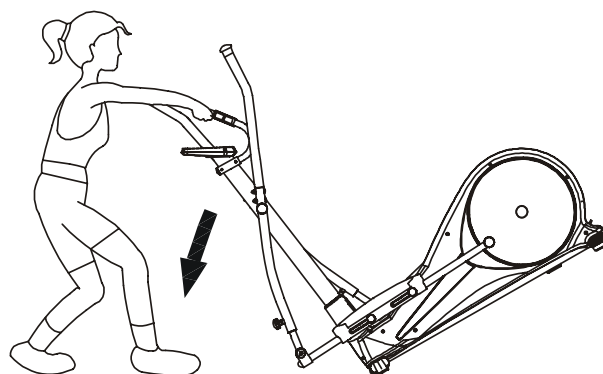
Rukovanje i odlaganje

- A. Posle sastavljanja zadnji stabilizator se može podešavati da bi se prilagodio manjim neravninama na podu. Odvrnite točkice na zadnjem stabilizatoru da biste izravnali trenažer.
- B. Točkovi za transportovanje na prednjem osloncu olakšavaju sklanjanje. Jednostavno povucite drške ka sebi sve dok točkovi ne dotaknu pod, a zatim trenažer odgurajte na željeno mesto.

A



B

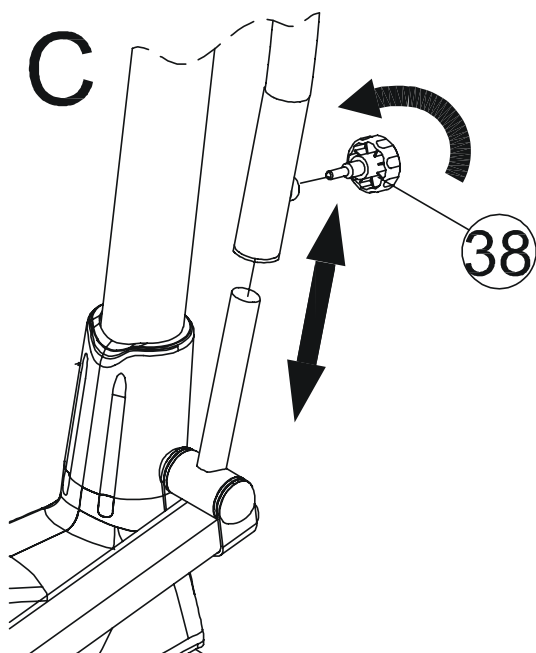


- C. Šipka za podešavanje visine drške (7) ima više rupica na koje se može podesiti visina. Pomerajte šipku dole dok jedna od rupica ne bude poravnata sa rupom na donjoj šipci drške (6). Zatim je fiksirajte koristeći se vijkom za učvršćivanje (38)

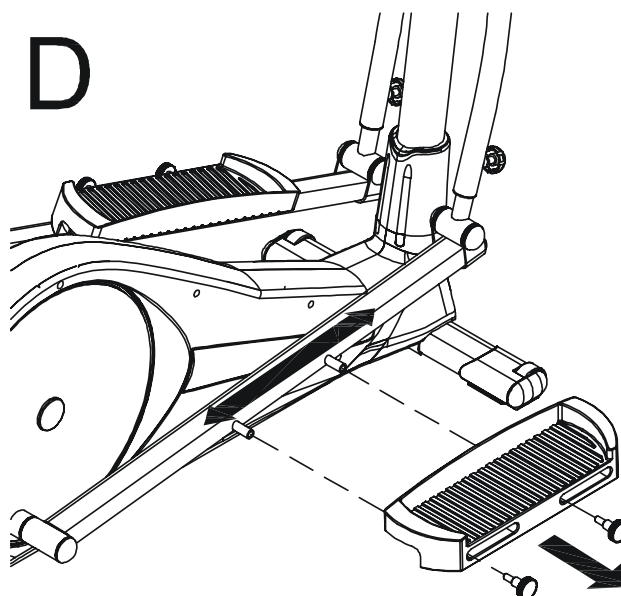
Pažnja: Visina šipki na obe strane MORA da bude jednaka. U svakom trenutku prema potrebi možete menjati visinu tako što ćete odvrnuti vijak za učvršćivanje (38) i izmeniti visinu na koju je šipka (7) postavljena.

- D. Pedale odnosno oslonce za noge možete namestiti po sopstvenoj želji. Skinite oba držača na stranici oslonca za noge, oslonac pomerite kako Vam odgovara i ponovo pričvrstite držače.

C



D



Nega i održavanje

- Kućni trenažer ne držati u vlažnim prostorijama zbog mogućnosti pojave rđe.
- Na svake 4 nedelje proverite da li su svi delovi cvrsto pritegnuti i da li su u dobrom stanju.
- Ako je potrebna opravka potražite savet Vašeg prodavca.
- Pokvarene delove zamenite odmah i/ili nemojte koristiti trenažer dok ne bude popravljen.
- Koristite samo originalne delove za opravku.
- Koristite vlažnu krpu za brisanje trenažera i izbegavajte korišćenje agresivnih sredstava za čišćenje.
- Po završetku vežbanja odmah obrišite znoj sa trenažera; znoj može da osteti trenažer i smanji mu funkcionalnost



**Woelflistrasse 2
CH-3006 Bern
Switzerland**

© Copyright ENERGETICS 2007