



Instrukcja montażu i obsługi



max. 150 kg



~ 30-60 Min.



50 kg

D103 | S 54 | W 145

CSTBX90.01.06

Nr art. CST-BX90

Rower stacjonarny BX90

Spis treści

1	INFORMACJE OGÓLNE	7
1.1	Dane techniczne	7
1.2	Bezpieczeństwo użytkownika	8
1.3	Bezpieczeństwo elektryczne	9
1.4	Miejsce rozstawienia	10
2	MONTAŻ	11
2.1	Wskazówki ogólne	11
2.2	Zakres dostawy	12
2.3	Montaż	13
3	INSTRUKCJA OBSŁUGI	19
3.1	Wyświetlacz konsoli	19
3.2	Funkcje przycisków	21
3.3	Ustawienia użytkownika	22
3.4	Programy	22
3.4.1	Program ręczny - MANUAL	23
3.4.2	Programy profilowe - PROGRAM	23
3.4.3	Program sterowany mocą - WATT	24
3.4.4	Programy użytkownika - PERSONAL	25
3.4.5	Program losowy - RANDOM	25
3.4.6	Programy pulsu - H.R.C.	26
3.5	Test spoczynkowy - RECOVERY	27
3.6	Informacje ogólne	27
4	PRZECHOWYWANIE I TRANSPORT	28
4.1	Wskazówki ogólne	28
4.2	Kółka transportowe	28
5	USUWANIE BŁĘDU, PIELĘGNACJA I KONSERWACJA	29
5.1	Wskazówki ogólne	29
5.2	Usterki i diagnostyka błędów	29
5.3	Wskazówki dotyczące dłuższej żywotności akumulatora	30
5.4	Harmonogram konserwacji i przeglądów	31
6	UTYLIZACJA	31
7	ZALECENIE DOTYCZĄCE AKCESORIÓW	32

8	ZAMAWIANIE CZĘŚCI ZAMIENNYCH	33
8.1	Numer seryjny i oznaczenie modelu	33
8.2	Lista części	34
8.3	Rysunek w rozbiciu na części	38
9	GWARANCJA	39
10	KONTAKT	41

Szanowny Kliencie!

Dziękujemy za zakup wysokiej jakości urządzenia treningowego marki cardiostrong. Marka cardiostrong oferuje sprzęt sportowy i sprzęt fitness do zaawansowanego użytkowania w domu oraz wyposażenie dla obiektów fitness i klientów biznesowych. Sprzęt fitness cardiostrong reprezentuje to, o co przede wszystkim chodzi w sporcie: maksymalną wydajność! Dlatego urządzenia są opracowywane w ścisłej współpracy ze sportowcami i naukowcami z dziedziny sportu. Ponieważ sportowcy wiedzą najlepiej, czym jest doskonały sprzęt fitness.

Więcej informacji można znaleźć na stronie www.sport-tiedje.com.

Użytkowanie zgodne z przeznaczeniem

Urządzenie może być używane wyłącznie w celu zgodnym z jego przeznaczeniem.

Urządzenie jest przeznaczone do użytku domowego i półprofesjonalnego (np. szpitale, kluby, hotele, szkoły, itp.). Urządzenie nie jest przeznaczone do użytku komercyjnego lub profesjonalnego (np. studio fitness).

STOPKA REDAKCYJNA

Sport-Tiedje GmbH
Nr 1 w Europie w zakresie fitnessu domowego

International Headquarters
Flensburger Straße 55
24837 Schleswig
Niemcy

Prezes:
Christian Grau
Sebastian Campmann
Dr Bernhard Schenkel
Rejestr handlowy HRB 1000 SL
Sąd Rejonowy Flensburg
Numer identyfikacyjny VAT DE813211547

OGRANICZENIE ODPOWIEDZIALNOŚCI



©2011 cardiostrong jest to zarejestrowana marka firmy Sport-Tiedje GmbH. Wszelkie prawa zastrzeżone. Wszelkie wykorzystanie marki bez pisemnej zgody firmy Sport-Tiedje jest zabronione.

Produkt i instrukcja mogą zostać zmienione. Dane techniczne mogą zostać zmienione bez wcześniejszego powiadomienia.

DOTYCZY NINIEJSZEJ INSTRUKCJI

Przed montażem i pierwszym użyciem urządzenia należy dokładnie zapoznać się z całą instrukcją. Instrukcja pomoże w szybkim montażu i objaśni zasady bezpiecznego korzystania z urządzenia. Wszystkie osoby trenujące na urządzeniu (zwłaszcza dzieci i osoby z niepełnosprawnością fizyczną, sensoryczną, psychiczną i motoryczną) muszą zostać najpierw poinformowane o niniejszej instrukcji i jej zawartości. W razie wątpliwości odpowiednie osoby muszą nadzorować używanie urządzenia.



W związku z ciągłymi zmianami i optymalizacją oprogramowania może zaistnieć konieczność dostosowania instrukcji. Jeśli podczas instalacji lub użytkowania zauważą Państwo jakiegokolwiek niezgodności, prosimy o zapoznanie się z instrukcjami zawartymi w sklepie internetowym. Znajdują się tam zawsze najbardziej aktualne instrukcje.

Urządzenie zostało skonstruowane zgodnie z najnowszym stanem wiedzy w zakresie bezpieczeństwa i techniki. Potencjalne źródła zagrożeń, które mogłyby spowodować uraz, zostały wyeliminowane, na ile było to możliwe. Montaż należy przeprowadzić prawidłowo, zgodnie z instrukcją montażu. Wszystkie elementy urządzenia muszą być prawidłowo zamocowane. W razie potrzeby instrukcję należy przeczytać jeszcze raz w celu usunięcia ewentualnych usterek.

Należy ściśle przestrzegać podanych zasad bezpieczeństwa i konserwacji. Każde użycie niezgodne z powyższymi zasadami może skutkować zagrożeniem dla zdrowia, wypadkami lub uszkodzeniami urządzenia, za które ani producent ani sprzedawca nie ponoszą odpowiedzialności.

Następujące wskazówki dotyczące bezpieczeństwa można znaleźć w niniejszej instrukcji obsługi:

► UWAGA

Ta wskazówka oznacza możliwe wystąpienie szkodliwych sytuacji, które w razie jej nieprzestrzegania mogą spowodować szkody materialne.

⚠ OSTROŻNIE

Wskazówka ta oznacza możliwe wystąpienie szkodliwych sytuacji, które w przypadku jej nieprzestrzegania mogą prowadzić do lekkich lub nieznaczących obrażeń!

⚠ OSTRZEŻENIE

Wskazówka ta oznacza możliwe wystąpienie szkodliwych sytuacji, które w przypadku jej naruszania mogą prowadzić do ciężkich obrażeń lub śmierci!

⚠ NIEBEZPIECZEŃSTWO

Wskazówka ta oznacza możliwe wystąpienie szkodliwych sytuacji, które w przypadku jej naruszenia prowadzą do ciężkich obrażeń lub śmierci!

📘 WSKAZÓWKA

Tego rodzaju wskazówka zawiera pozostałe, przydatne informacje.

Niniejszą instrukcję należy starannie przechowywać jako źródło informacji na temat prac konserwacyjnych i zamawiania części zamiennych!

1.1 Dane techniczne

Wyświetlacz LCD pokazuje:

- + Prędkość w km/h
- + Czas treningu w min
- + Odległość treningu w km
- + Częstotliwość kroków (obroty na minutę)
- + Spalanie kalorii
- + Puls (przy używaniu czujników dłoni i pasa piersiowego)
- + Moc w watach
- + Stopień oporu

System oporu: Hamulec wiroprądowy / układ hamulcowy generatora

Stopnie oporu: 24

Moc: 10–350 W (w krokach po 5 watów)

Łączna liczba programów treningowych:	24
Program ręczny:	1
Programy profilowe:	12
Program sterowany mocą:	1
Program pulsu:	4
Programy użytkownika:	4
Program losowy:	1

Ciężar i wymiary

Ciężar artykułu (brutto, z opakowaniem) 58,31 kg

Ciężar artykułu (netto, bez opakowania): 50,07 kg

Wymiary opakowania (dł. × szer. × wys.): ok. 98 cm × 33 cm × 88 cm

Wymiary montażowe (dł. × szer. × wys.): 103 cm × 54 cm × 145 cm

Maksymalna waga użytkownika: 150 kg

1.2 Bezpieczeństwo użytkownika

NIEBEZPIECZEŃSTWO

- + Przed rozpoczęciem używania urządzenia należy zapytać lekarza rodzinnego, czy trening jest odpowiedni ze zdrowotnego punktu widzenia. Dotyczy to przede wszystkim osób, które mają dziedziczną skłonność do nadciśnienia lub schorzeń serca, osób powyżej 45. roku życia, palaczy, osób o podwyższonym poziomie cholesterolu, osób otyłych i/lub osób, które w ciągu ostatniego roku nie uprawiały regularnie żadnego sportu. Jeśli znajdujesz się pod farmakologiczną opieką medyczną mającą wpływ na tętno, wówczas absolutnie konieczne jest zasięgnięcie konsultacji lekarskiej.
- + Należy pamiętać, że zbyt intensywny trening może poważnie zagrażać zdrowiu. Należy również mieć na uwadze, że systemy kontroli pulsu mogą być niedokładne. W razie wystąpienia oznak osłabienia, nudności, zawrotów głowy, bólów, duszności lub innych nieprawidłowych symptomów należy natychmiast przerwać trening i w razie potrzeby skontaktować się z lekarzem rodzinnym.

OSTRZEŻENIE

- + Korzystanie z tego urządzenia przez dzieci poniżej 14 roku życia jest niedozwolone.
- + Dzieci nie powinny przebywać bez opieki w pobliżu urządzenia.
- + Osoby niepełnosprawne muszą posiadać zgodę lekarską i pozostawać pod ścisłym nadzorem zawsze, gdy korzystają z urządzenia treningowego.
- + Z urządzenia nie może korzystać kilka osób jednocześnie.
- + Ręce, stopy i inne części ciała, włosy, odzież i osoby należy trzymać z dala od ruchomych elementów urządzenia, ponieważ mogą zaczepić się w urządzeniu.
- + Podczas używania urządzenia nie nosić luźnej odzieży; używać odpowiedniej odzieży sportowej. Obuwie sportowe powinno mieć odpowiednie podeszwy, najlepiej z gumy lub innych antypoślizgowych materiałów. Nieodpowiednie są buty z obcasami, skórzanymi podeszwami, korkiem lub kolcami. Nigdy nie trenować na bosą.

OSTROŻNIE

- + Jeśli urządzenie wymaga podłączenia do sieci za pomocą przewodu zasilającego, należy upewnić się, że nie stwarza on potencjalnego ryzyka potknięcia.
- + Podczas trenowania w strefie ruchów urządzenia nie mogą przebywać żadne inne osoby, aby uniknąć zagrożenia względem użytkownika i osób postronnych.

UWAGA

- + Do otworów urządzenia nie wolno wkładać żadnych przedmiotów.

1.3 Bezpieczeństwo elektryczne

NIEBEZPIECZEŃSTWO

- + Aby zapobiec niebezpieczeństwu porażenia prądem elektrycznym, po zakończeniu treningu, przed zmontowaniem lub rozmontowaniem oraz przed konserwacją lub czyszczeniem urządzenia należy wyciągnąć jego wtyczkę z gniazdka. Podczas wyciągania wtyczki nie ciągnąć za przewód.

OSTRZEŻENIE

- + Dopóki wtyczka jest podłączona do gniazdka ściennego, nie wolno zostawiać urządzenia bez nadzoru. W czasie nieobecności przewód zasilający należy odłączyć w celu uniemożliwienia nieprawidłowego używania urządzenia przez osoby postronne lub dzieci.
- + W razie uszkodzenia lub usterki przewodu zasilającego lub wtyczki należy zwrócić się do autoryzowanego przedstawiciela. Do czasu naprawy nie użytkować urządzenia.

► UWAGA

- + Urządzenie wymaga podłączenia do sieci 220-230 V z napięciem sieciowym 50 Hz.
- + Urządzenie można podłączać wyłącznie za pomocą dostarczonego z nim przewodu zasilającego bezpośrednio do uziemionego gniazdka. Przedłużacze muszą spełniać wymagania przepisów VDE. Przewód zasilający należy całkowicie rozwinąć.
- + Gniazdko musi być zabezpieczone bezpiecznikiem zwłocznym 16 A.
- + Nie wprowadzać żadnych zmian w przewodzie ani we wtyczce.
- + Przewód zasilający należy chronić przed wodą, wysoką temperaturą, olejem i ostrymi krawędziami. Nie umieszczać przewodu pod urządzeniem lub dywanem i nie stawiać na nim żadnych przedmiotów.

1.4 Miejsce rozstawienia

OSTRZEŻENIE

- + Nie stawiać urządzenia w głównych przejściach ani drogach ewakuacyjnych.

OSTROŻNIE

- + Sugeruje się postawić urządzenie w miejscu, które zapewnia swobodny dostęp do niego. Po bokach urządzenia zaleca się zachowanie odległości min. 30 cm, a z przodu i z tyłu min. 15 cm. Są to minimalne odległości gwarantujące bezpieczeństwo podczas ćwiczeń. W celu zapewnienia wyższego komfortu podczas treningu zaleca się minimalny odstęp 60 cm po bokach i 45 cm przed i za urządzeniem.
- + Upewnić się, że sala treningowa jest dobrze wentylowana podczas ćwiczeń i że nie ma przeciągów.
- + Wybrać miejsce ustawienia urządzenia tak, aby zarówno przed urządzeniem, jak i obok niego zostawiona była odpowiednio duża wolna przestrzeń/strefa bezpieczeństwa.
- + Powierzchnia ustawienia i montażowa urządzenia powinna być równa, wytrzymała i solidna.

UWAGA

- + Urządzenie może być używane wyłącznie w budynku, w odpowiednio ogrzewanych i suchych pomieszczeniach (temperatura otoczenia od 10°C do 35°C). Niedozwolone jest używanie pod gołym niebem oraz w pomieszczeniach o dużej wilgotności powietrza (powyżej 70%), takich jak baseny.
- + W celu ochrony cennych materiałów podłogowych (parkiet, laminat, korek, dywany) i wygładzenia drobnych nierówności, należy zastosować ochronną matę na podłogę.

2.1 Wskazówki ogólne



NIEBEZPIECZEŃSTWO

- + Nie zostawiać narzędzi ani materiałów opakowaniowych, takich jak folie lub drobne części, ponieważ dzieci mogłyby się nimi udusić. Podczas montażu urządzenia dzieci nie mogą znajdować się w pobliżu.



OSTRZEŻENIE

- + Aby zmniejszyć ryzyko obrażeń, przestrzegać instrukcji dołączonych do urządzenia.



OSTROŻNIE

- + Nie otwierać opakowania urządzenia, gdy leży na boku.
- + Podczas montażu należy zapewnić sobie wystarczającą przestrzeń na ruch w każdym kierunku.
- + Montaż urządzenia muszą przeprowadzić min. dwie osoby dorosłe. W razie wątpliwości należy skorzystać z pomocy trzecia osoby, która posiada wiedzę techniczną.



UWAGA

- + Aby zapobiec uszkodzeniu urządzenia i podłogi, wykonywać montaż na podkładce lub opakowaniu kartonowym.



WSKAZÓWKA

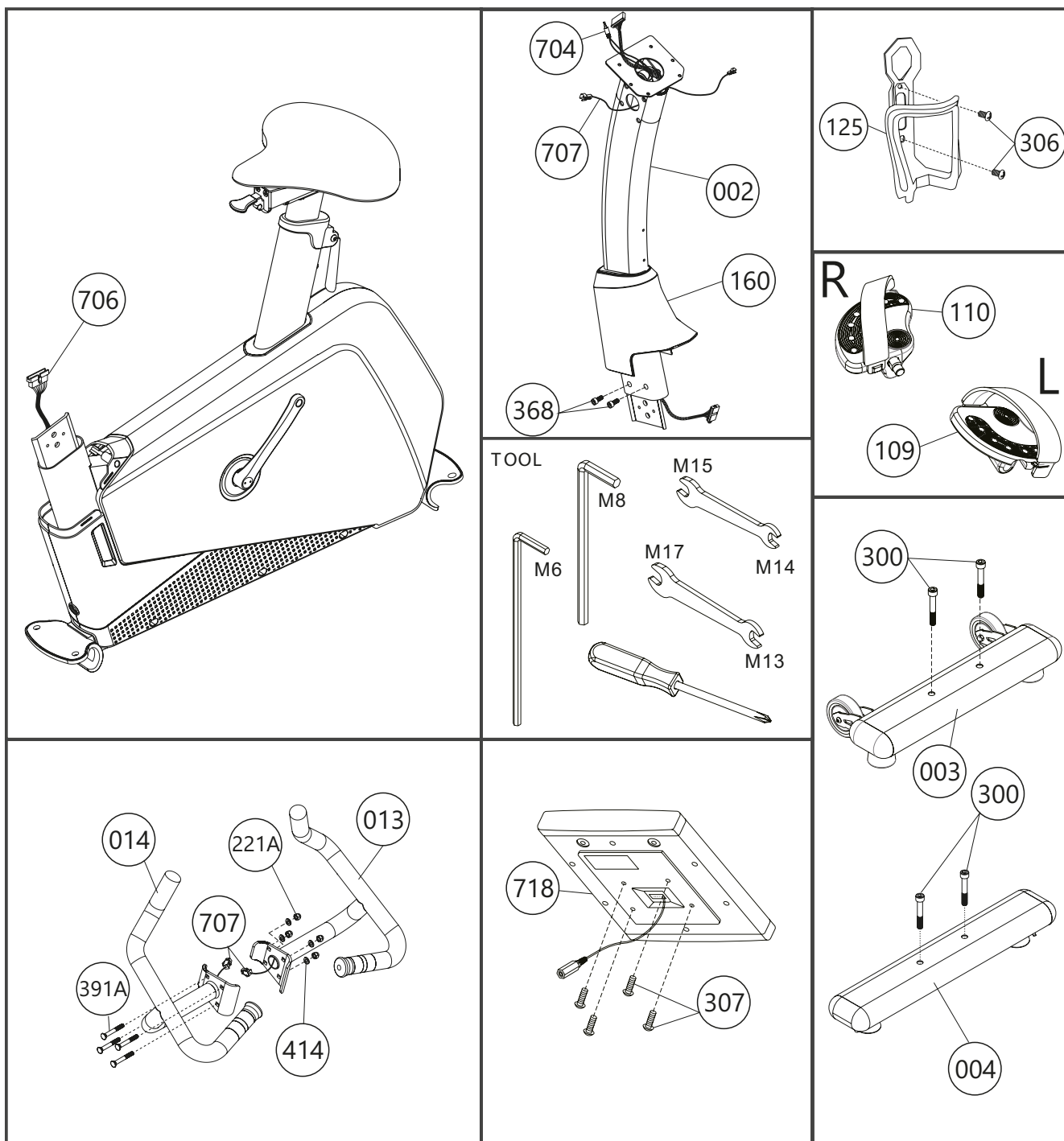
- + Aby przeprowadzenie montażu było tak łatwe, jak to tylko możliwe, niektóre śruby i nakrętki, które będą używane, mogą być już wstępnie zmontowane.
- + Montaż urządzenia najlepiej przeprowadzać w późniejszym, docelowym miejscu instalacji.

2.2 Zakres dostawy

Zakres dostawy składa się z poniżej przedstawionych elementów. Na początku należy sprawdzić, czy dostawa zawiera wszystkie elementy urządzenia i wszystkie narzędzia, oraz czy nie zostały one uszkodzone. W razie reklamacji należy skontaktować się bezpośrednio z autoryzowanym przedstawicielem.

⚠ OSTROŻNIE

Jeśli brakuje części z zakresu dostawy lub są one uszkodzone, nie należy przeprowadzać montażu.



2.3 Montaż

Przed montażem dokładnie przejrzeć poszczególne etapy montażu, a następnie przeprowadzić montaż w podanej kolejności.

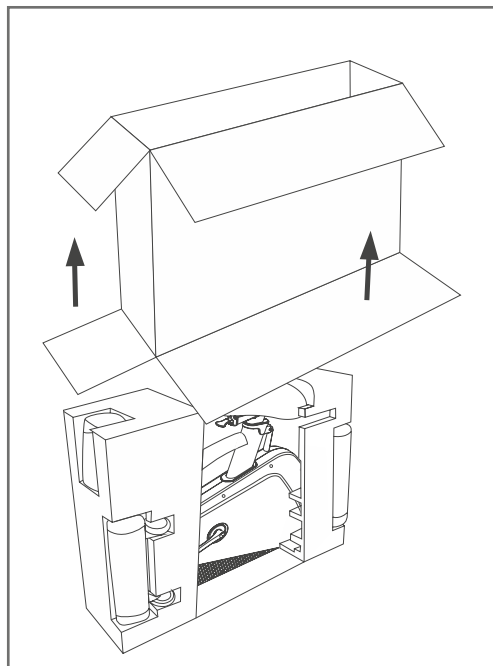
❶ WSKAZÓWKA

Najpierw przykręcić wszystkie dostarczone luzem elementy i sprawdzić ich dopasowanie. Następnie dokręcić śruby za pomocą narzędzia, gdy będzie to konieczne.

Przed montażem należy również przygotować wystarczająco dużą powierzchnię roboczą (ok. 2x2 m).

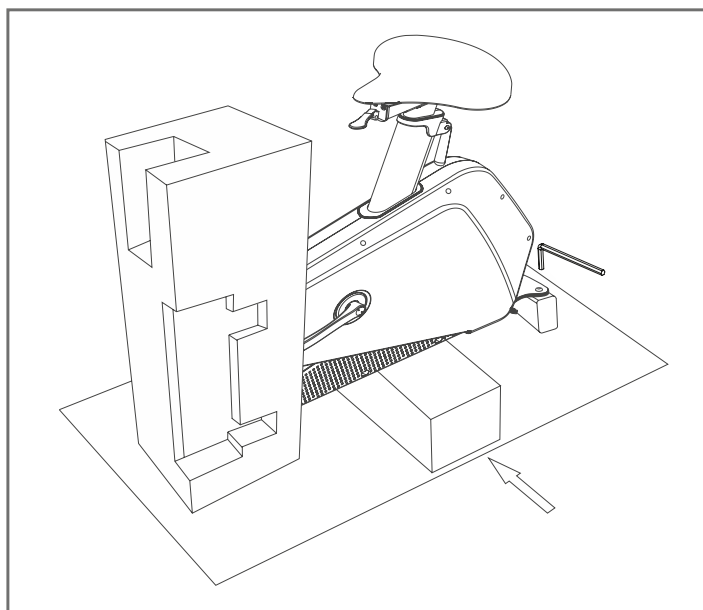
Etap 1

1. Najpierw ostrożnie otworzyć karton ostrym nożem.
2. Usunąć luźne materiały opakowaniowe, takie jak taśma klejąca. Osłony ochronne i materiał tłumiący należy zdejmować tylko w razie potrzeby.
3. Na podstawie listy kontrolnej sprawdzić, czy wszystkie części wchodzą w zakres dostawy.



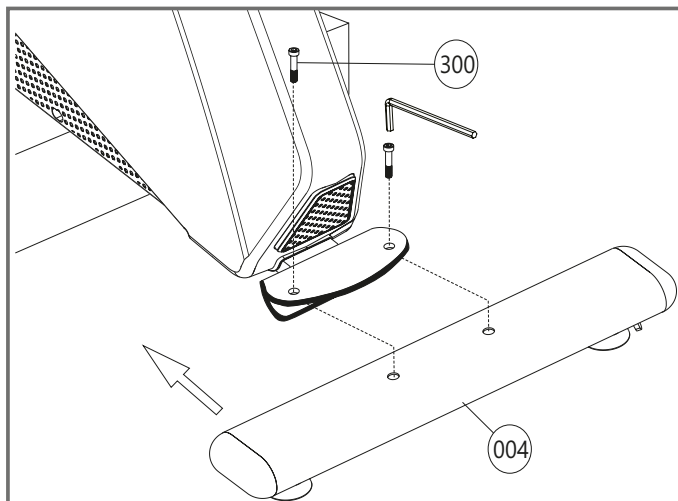
Etap 2

1. Podnieść tylną część urządzenia i wsunąć jeden z bloków styropianowych pod urządzenie. Usunąć materiał opakowania.
2. Poluzować 2 śruby [300] na wsporniku stopy i zdjąć blok uchwytu.



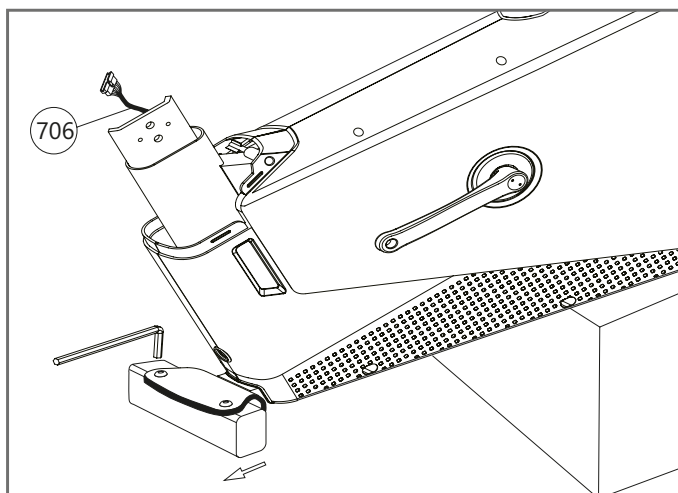
Etap 3

1. Zamocować tylną podstawę za pomocą 2 śrub i mocno dokręcić.
2. Zdjąć blok styropianowy i wsunąć go pod przednią część ergometru.



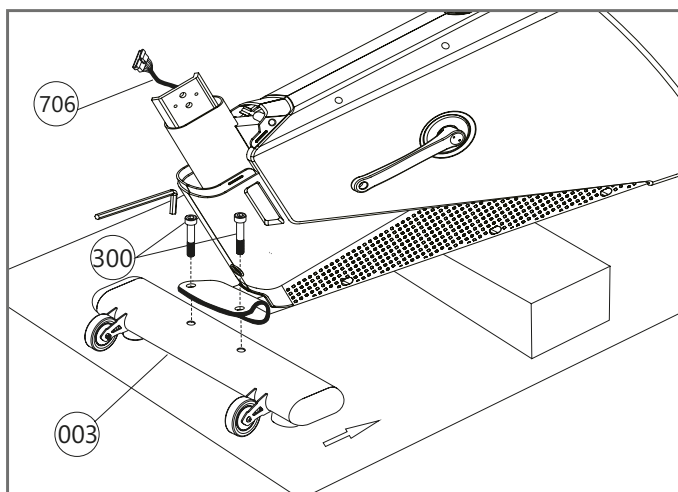
Etap 4

1. Najpierw należy usunąć pozostałości materiału opakowaniowego z części przedniej.
2. Poluzować 2 śruby [300] na wsporniku stopy i zdjąć blok uchwytu.



Etap 5

1. Zamocować przednią podstawę [003] za pomocą 2 śrub [300] i mocno dokręcić.
2. Usunąć blok styropianowy.



Etap 6

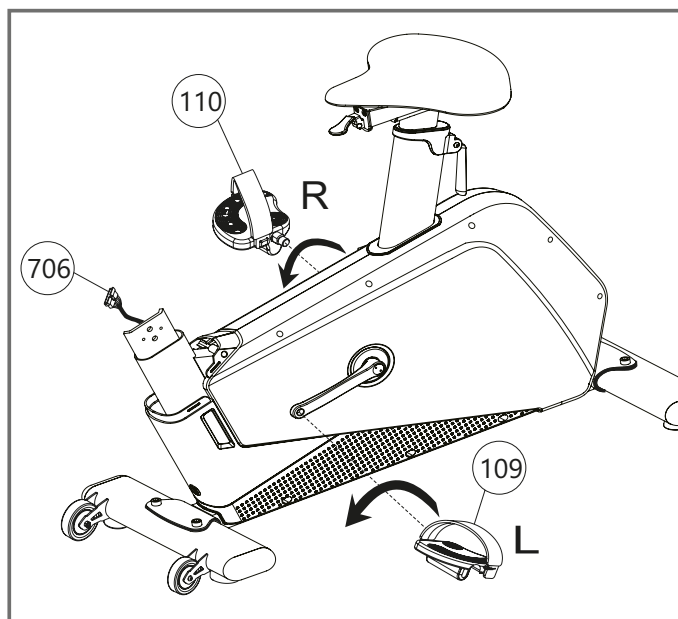
► UWAGA

Nie próbować wpychać pedałów do uchwytów. Jeśli nie można ich łatwo wkręcić, należy użyć niewłaściwego pedału lub obrócić pedały w niewłaściwym kierunku. W pierwszej kolejności należy wykluczyć te dwa przypadki na zasadzie prób i błędów.

⚠ OSTROŻNIE

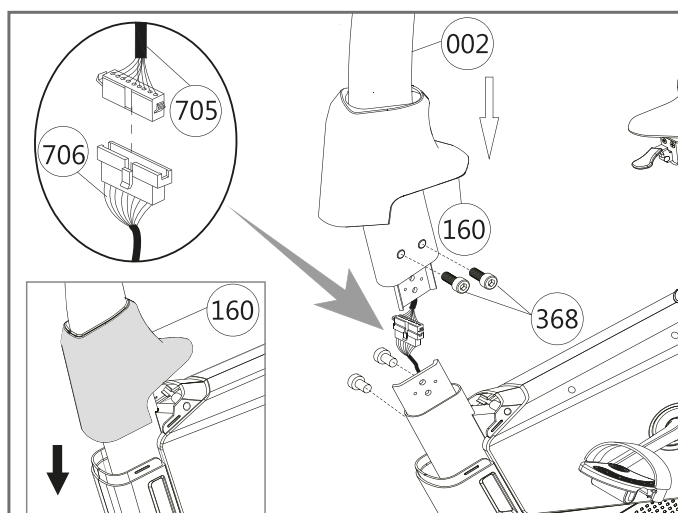
Upewnij się, że pedały są całkowicie wkręcone.

Przymocować pedały do ramienia pedałów. Lewy i prawy pedał są oznaczone odpowiednio literą L lub R na śrubie. Obrócić lewy pedał w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara, dokręcić prawy pedał w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara.



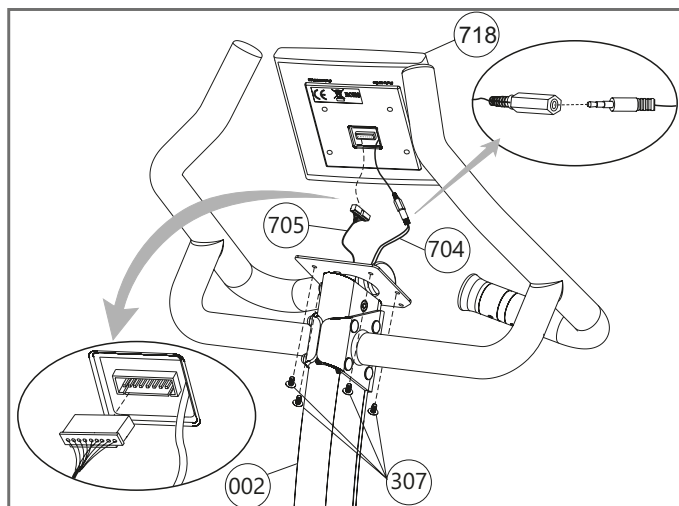
Etap 7

1. Uwaga: Upewnić się, że obudowa [160] została wsunięta na maszt konsoli [002] przed wykonaniem kolejnych czynności.
2. Przytrzymać maszt konsoli [002] w prawidłowym kierunku nad ramą główną [001] i podłączyć dwa złącza kablowe [705 i 706].
3. Teraz ostrożnie wsunąć maszt konsoli do ramy głównej. Upewnić się, że kable nie są zakleszczone.
4. Podnieść pokrywę masztu [160] i zamocować ramę 4 śrubami [368]. Dokręcić mocno śruby, a następnie ponownie docisnąć obudowę, aż będzie prawidłowo dopasowana.



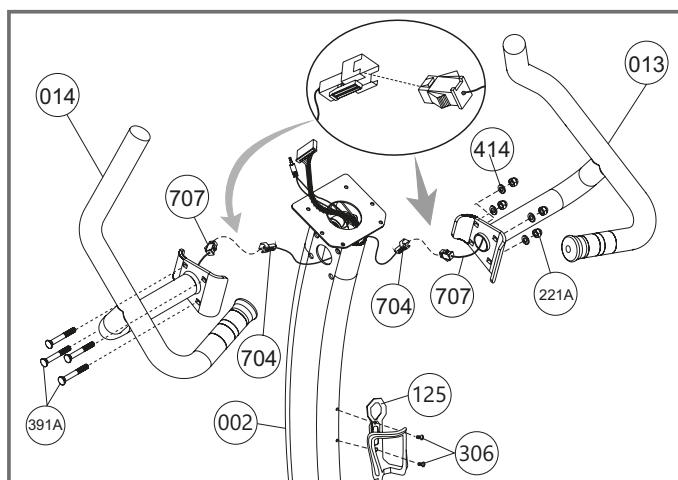
Etap 8

1. Przytrzymać konsolę nad masztem konsoli i podłączyć kabel oporowy [705] oraz kabel impulsowy [704] do odpowiednich złączy konsoli [718].
2. Ponownie sprawdzić, czy połączenia wtykowe są prawidłowo osadzone. Ostrożnie włożyć nadmiar kabla do masztu konsoli, upewniając się, że kabel pozostaje nieuszkodzony.
3. Wsunąć konsolę na płytę montażową i przykręcić ją 4 śrubami [307].



Etap 9

1. Chwycić lewy uchwyt [014] i połączyć ręczny przewód impulsowy [707] z kablem impulsowym komputera [704]. To samo należy zrobić z prawym uchwytem [013] po drugiej stronie.
2. Teraz przytrzymać oba uchwyty na maszcie konsoli i przykręcić je 4 śrubami [391A], 4 podkładkami [414] i ponownie nakrętkami [221A]. W tym celu należy skorzystać z pomocy drugiej osoby. Należy uważać, aby nie zakleszczyć lub nie uszkodzić kabli.
3. Wykręcić dwie śruby [306] z masztu konsoli. Wyrównać uchwyt na butelkę z otworami i zamocować go tymi samymi dwiema śrubami [306].



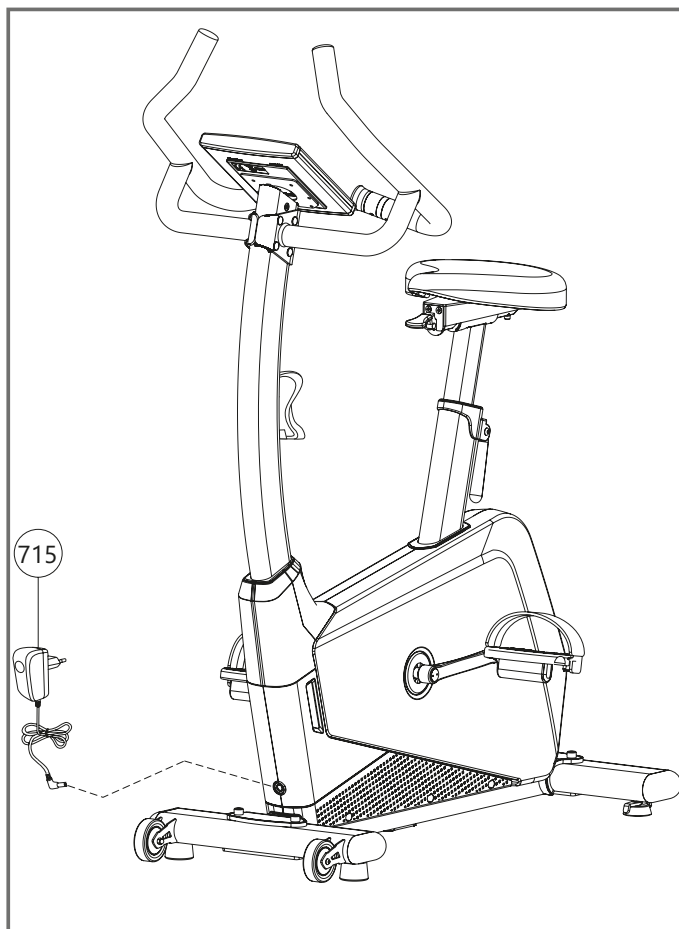
Etap 10

1. Podłączyć zasilacz sieciowy [715] do gniazdka ściennego.
2. Teraz podłączyć wtyczkę sieciową do urządzenia fitness.
3. Konsola powinna się w tym momencie zaświecić. Jeśli konsola nie działa, odłączyć przewód zasilający i sprawdzić wszystkie połączenia kablowe w etapach 8, 9 i 10.

❗ WSKAZÓWKA

Ładowanie akumulatora:

Twoje urządzenie fitness jest nowe, więc najpierw należy naładować akumulator. Akumulator był w pełni naładowany, gdy urządzenie zostało wyprodukowane. Ponieważ jednak baterie mogą być częściowo rozładowane od momentu wyprodukowania, ważne jest, aby najpierw naładować urządzenie. Użyć dołączonej wtyczki sieciowej i podłączyć urządzenie do sieci zasilającej na co najmniej 30 minut.



❗ WSKAZÓWKA

Odłączanie urządzenia od sieci elektrycznej:

Ważne jest, aby po naładowaniu odłączyć urządzenie od źródła zasilania. Akumulator należy naładować po długim okresie nieużywania.

Funkcje energetyczne

Zasilacz sieciowy: Po całkowitym zmontowaniu urządzenia i zainstalowaniu go w miejscu przeznaczenia należy podłączyć urządzenie do zasilania prądem zmiennym. Komputer włączy się automatycznie, a wszystkie segmenty LCD zaświecą się na chwilę. W przypadku wystąpienia błędów należy najpierw sprawdzić wszystkie połączenia wtykowe i postępować zgodnie z instrukcjami zawartymi w rozdziale „Rozwiązywanie problemów”. W razie problemów skontaktować się z przedstawicielem.

Automatyczny start: Wyświetlacz uruchamia się automatycznie po użyciu urządzenia lub naciśnięciu przycisku.

Automatyczne wyłączenie: Komputer treningowy automatycznie przejdzie w tryb oszczędzania energii, jeśli urządzenie nie będzie używane dłużej niż jedną minutę.

Układ hamulcowy generatora

To urządzenie ma:

hamulec wiroprądowy Koło zamachowe wyposażone jest w aluminiową taśmę i magnesy, które są napędzane przez silnik elektryczny. Im bliżej magnesów znajduje się aluminium, tym większy jest prąd wirowy i tym większa jest oporność.

Minigenerator: Mały silnik elektryczny, który jest ładowany przez ruch koła zamachowego – jak dynamo rowerowe.

Bateria litowo-jonowa: W akumulatorze podczas rozładowywania jony przechodzą od elektrody ujemnej do dodatniej. Natomiast podczas ładowania proces ten przebiega w odwrotnym kierunku.

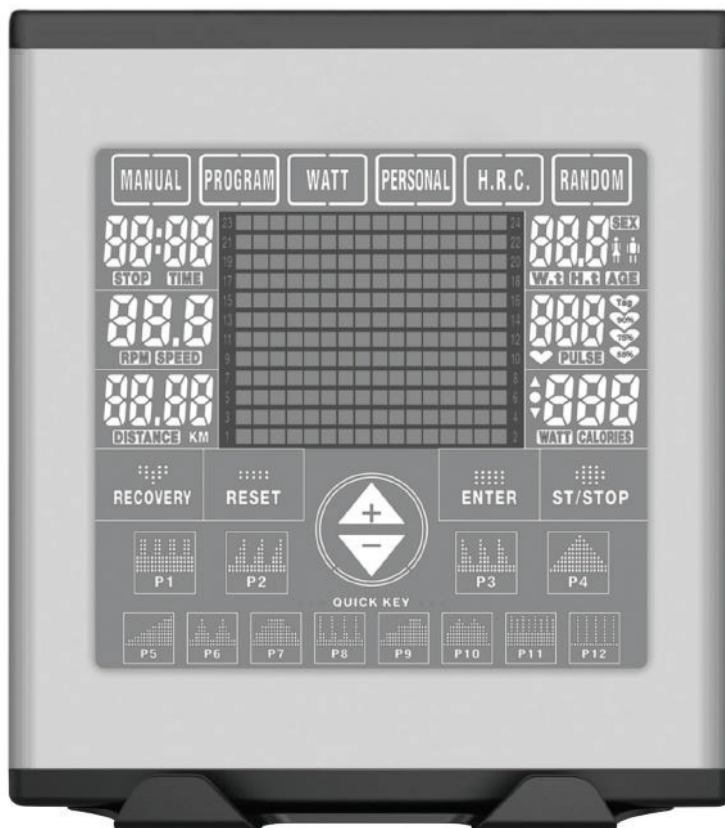
► UWAGA

Należy przestrzegać wytycznych dotyczących utylizacji baterii i artykułów elektronicznych.

❶ WSKAZÓWKA

Przed rozpoczęciem treningu należy zapoznać się ze wszystkimi funkcjami i możliwościami regulowania urządzenia. Należy zwrócić się do specjalisty o objaśnienie zasad prawidłowego używania produktu.

3.1 Wyświetlacz konsoli



TIME	Wyświetla czas treningu w minutach i sekundach.
STOP MODE	Zapala się, gdy trening jest wstrzymany lub zatrzymany.
RPM i SPEED	RPM: Obroty na minutę lub częstotliwość kroków SPEED: Prędkość w km/h ❶ WSKAZÓWKA RPM i SPEED są wyświetlane w tym samym oknie. Wyświetlana wartość zmienia się co sześć sekund.
DISTANCE	Przebyta odległość

<p>USER SELECT</p>	<p>Wybór jednego z czterech użytkowników: U1, U2, U3, U4.</p> <p>❶ WSKAZÓWKA U0 = gość. Wprowadzone dane nie zostaną zapisane.</p> <p>SEX: kobieta lub mężczyzna AGE: wiek w latach HEIGHT: wzrost w cm WEIGHT: waga w kg</p> <p>❶ WSKAZÓWKA Wprowadzone dane użytkownika mają wpływ na obliczanie kalorii. Dodatkowo strefy tętna określane są na podstawie wprowadzonego wieku użytkownika.</p>
<p>PULSE</p>	<p>Puls użytkownika jest wyrażany jako liczba uderzeń serca na minutę. Pomiar jest dokonywany za pomocą paska piersiowego (dostępny jest fotokomórkowy) lub czujników pulsu montowanych na dłoni.</p> <p>❶ WSKAZÓWKA Wyświetlacz P wskazuje, że komputer nie otrzymuje informacji o pulsie.</p>
<p>WATT i CALORIES</p>	<p>WATT: wskazywanie watów (jeden W odpowiada jednemu dzułowi na sekundę) CALORIES: wskazywanie spalonych kalorii w kcal</p> <p>❶ WSKAZÓWKA Waty i kalorie są wyświetlane w tym samym oknie. Wyświetlana wartość zmienia się co sześć sekund.</p>
<p>BAR GRAPH</p>	<p>Wyświetlanie profilu programu i komunikatów. 12 wersów = 24 poziomy oporu 16 kolumn = 16 interwałów czasowych</p>
<p>RESISTANCE LEVEL</p>	<p>24 poziomy oporu Poziom 1 = minimalny opór Poziom 24 = maksymalny opór</p>

3.2 Funkcje przycisków

RECOVERY	Nacisnąć ten przycisk, aby określić puls odpoczynkowy.
RESET	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reset: Nacisnąć przycisk, aby powrócić do menu głównego. 2. Restart: nacisnąć i przytrzymać przycisk, aby ponownie uruchomić komputer. Dane dotyczące treningu nie są przechowywane. Funkcja ta jest przydatna, gdy komputer nie odpowiada.
UP and DOWN	<ol style="list-style-type: none"> 1. Przed treningiem: użyć klawiszy strzałek, aby wybrać opcje i ustawić wartości docelowe. 2. W trakcie treningu: użyć klawiszy strzałek, aby zmienić poziom trudności lub cel w watach. <p>❗ WSKAZÓWKA Należy pamiętać, że klawisze strzałek są wyłączone podczas wszystkich programów sterowanych pulsem.</p>
PROGRAM Keys	<p>Przyciski programowe:</p> <ul style="list-style-type: none"> + MANUAL: 1 program ręczny + PROGRAM: 12 programów profilowych (P1 do P12) + WATT: 1 program sterowany watami + PERSONAL: 4 programy użytkownika (U1, U2, U3, U4) + H.R.C. : 4 programy sterowane pulsem (55%, 75%, 90%, TAG (= tętno docelowe)) + RANDOM: Losowo utworzony program profilowy
Programy PROFILE QUICK Keys	Przyciski szybkiego wyboru: prowadzą one bezpośrednio do wybranego programu profilowego.
START/STOP	<ol style="list-style-type: none"> 1. Szybki start: pominąć wszystkie dalsze wpisy i rozpocząć bezpośrednio w trybie ręcznym. 2. Przed treningiem: wybrany program uruchamia się po wprowadzeniu żądanych opcji programu. 3. W trakcie treningu: zatrzymać lub zakończyć program. <p>❗ WSKAZÓWKA Po czterominutowej przerwie komputer przechodzi w tryb uśpienia, ale program nadal pozostaje wstrzymany.</p>
ENTER	<ol style="list-style-type: none"> 1. Przed treningiem: potwierdzić ustawione opcje programowe wybranego programu. 2. Podczas zatrzymanego programu: nacisnąć, aby przełączać pomiędzy możliwymi celami tego programu. 3. Program użytkownika: nacisnąć i przytrzymać przycisk ENTER przez dwie sekundy, aby pominąć wszystkie inne ustawienia. <p>❗ WSKAZÓWKA Przycisk nie działa podczas treningu.</p>

3.3 Ustawienia użytkownika

Po uruchomieniu komputera wyświetlacz LCD zaświeci się i poprosi o wprowadzenie następujących danych:

Wybór użytkownika: U0 lub U1 do U4

Komputer może przechowywać niektóre dane specyficzne dla użytkownika. Są one wykorzystywane do sprawniejszego obliczania kalorii i określania stref tętna.

❗ WSKAZÓWKA

U0 = gość. Komputer nie zapisuje wprowadzonych danych specyficznych dla użytkownika.

1. Użyć klawiszy strzałek, aby wybrać użytkownika.
2. Nacisnąć ENTER, aby zatwierdzić wybór.

Wprowadzanie danych specyficznych dla użytkownika

Użyć klawiszy strzałek, aby wprowadzić swoje dane. Potwierdzić swój wpis za pomocą przycisku ENTER.

- + SEX – należy wybrać płeć: FEMALE – kobieta lub MALE – mężczyzna.
- + AGE – należy podać swój wiek.
- + HEIGHT – należy podać swój wzrost w centymetrach.
- + WEIGHT – należy podać swoją wagę w kilogramach.

Zostaniesz przeniesiony do menu głównego.

3.4 Programy

Konsola oferuje 24 programy:

- + 1 program ręczny
- + 12 programów profilowych
- + 1 program sterowany mocą
- + 4 programy użytkownika (U1, U2, U3, U4), które pozostają w pamięci na stałe.
- + 4 programy pulsu: 55%, 75%, 90% i puls docelowy
- + 1 program losowy
- + 1 test spoczynkowy

W menu głównym można wybrać żądane programy za pomocą sześciu przycisków na górze lub nacisnąć jeden z dwunastu przycisków programów profilowych. Po naciśnięciu START natychmiast rozpoczyna się trening w programie ręcznym.

Aby powrócić do menu głównego podczas treningu, należy nacisnąć RESET. Aby powrócić do menu podczas treningu, należy wstrzymać program za pomocą przycisku STOP, a następnie nacisnąć RESET. Jeśli to nie działa, należy nacisnąć i przytrzymać przycisk RESET przez dwie sekundy.

3.4.1 Program ręczny - MANUAL

Program ręczny jest bardzo prostym programem. Zaczyna się na poziomie oporu 1.

Szybki start

Nacisnąć przycisk START w menu głównym, a trening rozpocznie się natychmiast.

Normalny start z celami

1. Wybrać opcję MANUAL z menu głównego, aby wyszukać program.
2. Za pomocą przycisków strzałek można określić opór rozruchu. Potwierdzić wybór za pomocą przycisku ENTER.
3. Aby ustawić wartości docelowe dla czasu, odległości, kalorii lub alarmu impulsowego, należy naciskać przycisk ENTER aż do osiągnięcia prawidłowej wartości. Użyć klawiszy strzałek, aby ustawić wartość docelową.
4. Potwierdzić wybór przyciskiem ENTER.
5. Przycisk RESET umożliwia powrót do menu głównego.
6. Trening rozpoczyna się przyciskiem START.

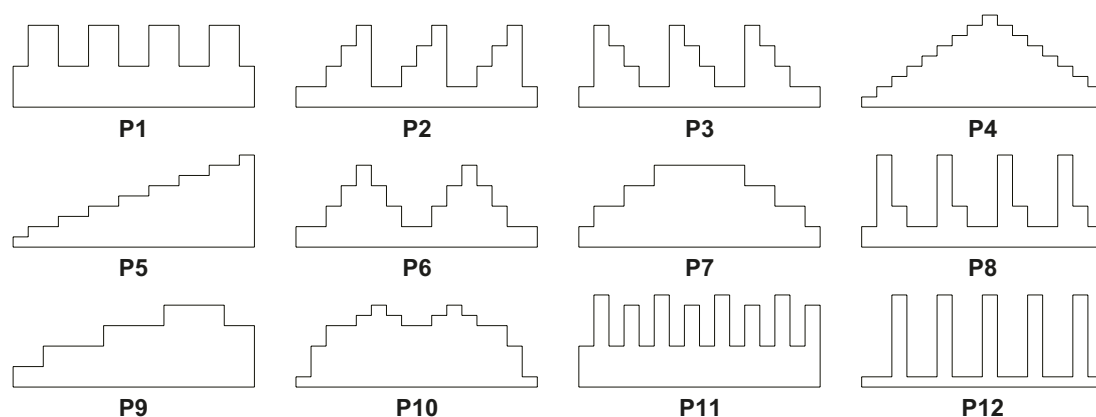
❗ WSKAZÓWKA

Opór można zmienić w dowolnym momencie treningu za pomocą klawiszy strzałek.

3.4.2 Programy profilowe - PROGRAM

W programach profilowych opór jest dostosowywany automatycznie na podstawie profilu programu. Ogólny opór można również regulować za pomocą klawiszy strzałek.

Do wyboru jest 12 programów profilowych:



1. Szybki wybór: Nacisnąć jeden z dwunastu przycisków prędkości.

❗ WSKAZÓWKA

Nacisnąć START, aby uruchomić program bez dalszych ustawień. Aby powrócić do menu głównego, należy nacisnąć przycisk RESET.

2. Aby ustawić cel, należy naciskać przycisk ENTER aż do osiągnięcia żądanej wartości. Ustawić cel za pomocą przycisków strzałek i potwierdzić przyciskiem ENTER. Można ustawić wiele celów.
3. Trening rozpoczyna się przyciskiem START.

❗ WSKAZÓWKA

Opór można zmienić w dowolnym momencie treningu za pomocą klawiszy strzałek.

3.4.3 Program sterowany mocą - WATT

W programie sterowanym mocą ustawiona moc oporu jest utrzymywana w sposób ciągły – bez względu na szybkość pedałowania. Z tego względu jest szczególnie zalecany do monitorowania wydajności.

❗ WSKAZÓWKA

Poziomy oporu nie mają żadnej funkcji w programie sterowanym mocą.

Definiowanie docelowej wartości mocy: od 10 W do 350 W (w krokach po 5 watów)

1. Wybrać program sterowany mocą w menu głównym.
2. Wybrać wartość mocy za pomocą klawiszy strzałek i potwierdzić przyciskiem ENTER.
3. Nacisnąć przycisk START, aby rozpocząć trening bez dalszego wprowadzania danych.
4. Aby ustawić cel, należy naciskać przycisk ENTER aż do osiągnięcia żądanej wartości. Ustawić cel za pomocą przycisków strzałek i potwierdzić przyciskiem ENTER. Można ustawić wiele celów.
5. Przycisk RESET umożliwia powrót do menu głównego.
6. Trening rozpoczyna się przyciskiem START.

❗ WSKAZÓWKA

Wstępnie ustawioną wartość mocy można zmienić w dowolnym momencie treningu za pomocą klawiszy strzałek.

ALARM WATT

Program sterowany mocą ma funkcję alarmu, która emituje dźwięk, gdy wartość mocy jest wyższa lub niższa od ustawionej. Alarm sygnalizuje, że należy wykonywać kroki szybciej lub wolniej, aby osiągnąć ustawioną moc. Alternatywnie można zmienić ustawioną wartość za pomocą klawiszy strzałek.

Uwaga nt. sterowania Watt

za szybko = zmniejsz prędkość ▲

prawidłowa prędkość ●

za wolno = zwiększ prędkość ▼

3.4.4 Programy użytkownika - PERSONAL

W przypadku programów użytkownika poziom oporu jest automatycznie dostosowywany do profilu programu zdefiniowanego przez użytkownika. Każdy z czterech zapisanych użytkowników (od U1 do U4) może utworzyć własny program profilowy i zapisać go na stałe. Podczas treningu można regulować poziom oporu za pomocą klawiszy strzałek.

1. Nacisnąć przycisk PERSONAL w menu głównym i wybrać program użytkownika.
2. START rozpoczyna trening bez żadnych dodatkowych ustawień.
3. Ustawianie profilu: istnieje 16 kolumn, z których każda ma 24 poziomy oporu. Użyć klawiszy strzałek, aby ustawić poziom w kolumnie. Nacisnąć ENTER, aby potwierdzić ustawienie i przejść do następnej kolumny.
4. Aby pominąć ustawienie kolumny, nacisnąć i przytrzymać przycisk ENTER przez dwie sekundy. Spowoduje to bezpośrednie przejście do ustawień wartości docelowych.
5. START rozpoczyna trening bez żadnych dodatkowych ustawień.
6. Aby ustawić cel, należy naciskać przycisk ENTER aż do osiągnięcia żądanej wartości. Ustawić cel za pomocą przycisków strzałek i potwierdzić przyciskiem ENTER. Można ustawić wiele celów.
7. Przyciskiem START można rozpocząć trening.

❗ WSKAZÓWKA

Opór można zmienić w dowolnym momencie treningu za pomocą klawiszy strzałek. Jeśli zmienisz poziom oporu podczas treningu, zmiana zostanie zapisana.

3.4.5 Program losowy - RANDOM

Poziom oporu jest automatycznie ustawiany zgodnie z losowo wygenerowanym profilem programu.

1. Wybrać RANDOM z menu głównego, aby utworzyć losowy profil programu.
2. Za pomocą przycisku START możesz rozpocząć trening bez dalszych ustawień, a za pomocą przycisku RESET wrócić do menu głównego.
3. Aby ustawić cel, należy naciskać przycisk ENTER aż do osiągnięcia żądanej wartości. Ustawić cel za pomocą przycisków strzałek i potwierdzić przyciskiem ENTER. Można ustawić wiele celów.
4. Trening rozpoczyna się przyciskiem START.

❗ WSKAZÓWKA

Opór można zmienić w dowolnym momencie treningu za pomocą klawiszy strzałek.

3.4.6 Programy pulsu - H.R.C.

OSTRZEŻENIE

Urządzenie treningowe nie jest urządzeniem medycznym. Pomiar pulsu na tym urządzeniu może być niedokładny. Wiele różnych czynników może mieć wpływ na dokładność wskazywania pulsu. Wskazywanie pulsu służy wyłącznie jako pomoc w trenowaniu.

W przypadku programów pulsu opór jest regulowany tak, aby puls pozostawał stały na ustawionej wartości. W tym celu komputer sprawdza puls co 30 sekund i odpowiednio dostosowuje opór. Programy pulsu wymagają sygnału pulsu – albo z kompatybilnego paska piersiowego, albo poprzez czujniki dłoni do pomiaru pulsu. Programy % obliczają strefy pulsu na podstawie wieku wpisanego w danych użytkownika.

WSKAZÓWKA

W trakcie programu pulsu nie można regulować poziomu oporu.

OSTROŻNIE

Polecamy, aby początkujący trenowali na poziomie 55% maksymalnego pulsu, tak aby mogli osiągnąć podstawowy poziom wytrzymałości. Podstawową zasadą maksymalnego pulsu jest: 220 minus wiek.

1. Nacisnąć przycisk H.R.C. w menu głównym, aby wyświetlić programy pulsu.
2. Za pomocą klawiszy strzałek można wybrać żądany zakres pulsu, a następnie potwierdzić wpis za pomocą ENTER. Aby rozpocząć trening bez dalszego wprowadzania danych, należy nacisnąć przycisk START. Nacisnąć RESET, aby powrócić do menu głównego. Można wybrać wartość w % maksymalnego tętna lub docelowe tętno (TAG). Za pomocą klawiszy strzałek wprowadzić wartość pulsu pomiędzy 30 a 240 uderzeń na minutę i potwierdzić za pomocą ENTER.
3. Aby ustawić cel, należy naciskać przycisk ENTER aż do osiągnięcia żądanej wartości. Ustawić cel za pomocą przycisków strzałek i potwierdzić przyciskiem ENTER. Można ustawić wiele celów.
4. Naciśnięcie przycisku START rozpoczyna trening.

3.5 Test spoczynkowy - RECOVERY

Dzięki temu programowi można łatwo sprawdzić swoją sprawność fizyczną i postępy. Program określa sprawność fizyczną w oparciu o wartość pulsu spoczynkowego. Dlatego też uderzenia serca są mierzone przez minutę po treningu. Ważne jest, aby w tej minucie chwycić czujniki dłoni do pomiaru pulsu lub założyć pasek piersiowy. Po upływie minuty wyświetlana jest ocena od F1 do F6, gdzie F1 oznacza bardzo dobrą kondycję, a F6 bardzo złą kondycję.

Nacisnąć przycisk RECOVERY natychmiast po zakończeniu treningu.

Komputer będzie teraz monitorował tętno przez jedną minutę, a następnie przekaże ocenę sprawności fizycznej. Aby zakończyć test spoczynkowy, nacisnąć ponownie przycisk RECOVERY.

Ocena	Twoja kondycja fizyczna
F1	Doskonała
F2	Bardzo dobra
F3	Dobra
F4	Wystarczająca
F5	Niedostateczna
F6	Bardzo zła

3.6 Informacje ogólne

Określenie celu

TIME (czas) – DISTANCE (dystans) – CALORIES (kalorie) – określanie celu jest optymalne. Jeśli nie zostaną wpisane żadne cele, komputer będzie po prostu zliczał wartości. Ustawienie celów powoduje, że odliczanie będzie wykonywane w dół od podanej wartości. Program treningowy kończy się w chwili osiągnięcia pierwszego z wyznaczonych celów. Można wyznaczyć jeden lub więcej celów.

Czas trwania treningu (TIME) można ustawić w zakresie od 1 min do 99 min.

Odległość (DISTANCE) można ustawić w zakresie od 0,5 km do 99,5 km.

Kalorie (CALORIES) można ustawić w zakresie od 10 do 990.

Aby ustawić cel, należy naciskać przycisk ENTER aż do osiągnięcia żądanej wartości. Ustawić cel za pomocą przycisków strzałek i potwierdzić przyciskiem ENTER. Można ustawić wiele celów. Następnie nacisnąć START, aby uruchomić program treningowy.

Alarm pulsu

Alarm pulsu włącza się w zakresie od 30 do 240 po osiągnięciu wcześniej wprowadzonej wartości pulsu. Program ręczny, programy profilowe, program sterowany mocą, program losowy i programy użytkownika mają opcjonalnie regulowany alarm pulsu.

4.1 Wskazówki ogólne

► UWAGA

- + Upewnić się, że w wybranym miejscu przechowywania urządzenie jest chronione przed wilgocią, kurzem i brudem. Miejsce przechowywania powinno być suche i dobrze wentylowane, ze stałą temperaturą otoczenia od 5°C do 45°C.

⚠ OSTRZEŻENIE

- + Miejsce przechowywania należy wybrać tak, aby można było wykluczyć nieuzasadnione użycie przez osoby trzecie lub dzieci.
- + Jeśli urządzenie nie jest wyposażone w kółka transportowe, to musi zostać zdemontowane przed transportem.

4.2 Kółka transportowe

► UWAGA

Jeśli urządzenie ma być przemieszczane po szczególnie delikatnych i miękkich podłogach, takich jak parkiet, deski podłogowe lub laminaty, należy obłożyć trasę transportu, na przykład kartonem lub podobnym materiałem, aby uniknąć ewentualnego uszkodzenia podłoża.

1. Stanąć za urządzeniem i podnosić je, aż ciężar przejdzie na kółka transportowe. Następnie można łatwo ustawić urządzenie do nowej pozycji. W przypadku dłuższych odcinków transportowych urządzenie należy zdemontować i bezpiecznie zapakować.
2. Wybrać nowe miejsce ustawienia, przestrzegając wskazówek w rozdziale 1.4 zawartym w niniejszej instrukcji obsługi.

5.1 Wskazówki ogólne



OSTRZEŻENIE

- + Nie dokonywać niewłaściwych zmian w urządzeniu.



OSTROŻNIE

- + Uszkodzone lub zużyte elementy mogą negatywnie wpływać na bezpieczeństwo użytkownika i trwałość urządzenia. Dlatego uszkodzone i zużyte elementy należy natychmiast wymieniać. W takich przypadkach należy zwracać się do autoryzowanego przedstawiciela. Nie wolno używać urządzenia, dopóki nie zostanie ono naprawione. W razie potrzeby używać wyłącznie oryginalnych części zamiennych.

UWAGA

- + Oprócz wymienionych tutaj instrukcji i zaleceń dotyczących konserwacji i pielęgnacji, mogą być wymagane dodatkowe usługi serwisowe i/lub usługi naprawcze – uprawnienia do ich wykonywania mają wyłącznie autoryzowani technicy serwisowi.

5.2 Usterki i diagnostyka błędów

Podczas produkcji urządzenie jest poddawane regularnym kontrolom jakości. Mimo to mogą wystąpić usterki i nieprawidłowe działanie. Często przyczynami takich usterek są pojedyncze elementy i zwykle wystarczy je wymienić. Najczęstsze usterki i sposoby ich usuwania można znaleźć w poniższym przeglądzie. Jeśli pomimo wykonania tych czynności urządzenie nie działa prawidłowo, należy zwrócić się do swojego autoryzowanego przedstawiciela.

Błąd	Przyczyna	Usuwanie
Trzeszczenie z obszaru pedałów	Poluzowane pedały	Dokręcić pedały
Urządzenie chwieje się	Urządzenie nie stoi prosto	Wyregulować nóżki
Kierownica / siodełko kiwają się	Poluzowane śruby	Dokręcić śruby
Wyświetlacz nic nie pokazuje / nie działa	Wyczerpane baterie lub poluzowane połączenia kablowe	Wymienić baterie lub sprawdzić połączenia wtykowe / sprawdzić zasilacz
Brak wyświetlania tętna	<ul style="list-style-type: none"> + Źródła zakłóceń w pomieszczeniu + Nieodpowiedni pasek na klatce piersiowej + Nieprawidłowa pozycja paska na klatce piersiowej + Uszkodzony pasek na klatce piersiowej lub wyczerpana bateria + Uszkodzony wskaźnik tętna 	<ul style="list-style-type: none"> + Usunąć źródła zakłóceń (np. telefon komórkowy, WLAN, kosiarka robotyczna lub odkurzacz robotyczny itp.) + Użyć odpowiedniego paska na klatce piersiowej (patrz ZALECENIE DOTYCZĄCE AKCESORIÓW) + Poprawić ułożenie paska na klatce piersiowej i/lub zwilżyć elektrody + Wymienić baterie + Sprawdzić, czy możliwe jest wyświetlanie tętna w oparciu o tętno ręki

5.3 Wskazówki dotyczące dłuższej żywotności akumulatora

Zasilacz sieciowy: Adapter DC 9 V 1000 mA AC

Należy używać tylko dostarczonego zasilacza.

Smart Battery Charger

Ładowarka kończy proces ładowania, gdy bateria jest w pełni naładowana. Dzięki tej funkcji możliwe jest ładowanie urządzenia w nocy. Odradzamy jednak stałe podłączenie urządzenia do zewnętrznego źródła zasilania.

Typ akumulatora: DC7.4 V 2200 mAh 16,28 Wh

Akumulatory nie mają nieograniczonej żywotności. Jednak zastosowanie się do tych wskazówek umożliwia znaczne wydłużenie żywotności akumulatorów.

Ładowanie w trakcie treningu

Jedna osoba trenuje średnio 20 minut przez trzy dni w tygodniu. Akumulator został zaprojektowany z myślą o takiej częstotliwości użytkowania. Przy powyższym obciążeniu treningowym poziom naładowania akumulatora oscyluje w optymalnym zakresie od 40% do 80%. W przypadku częstszych treningów ładowanie akumulatora osiągnie 100% – nie jest to szkodliwe. Unikać jednak należy spadku poziomu naładowania poniżej 30% lub nawet do 0%.

Ładowanie do 100%

Jeśli podczas treningu akumulator nie naładuje się do 100%, zalecamy pełne ładowanie urządzenia za pomocą zasilacza co dwa miesiące, np. przez noc.

Długoterminowe przechowywanie

Jeśli urządzenie nie będzie używane przez dłuższy czas, należy je całkowicie naładować przed przechowywaniem. Poziom naładowania będzie spadał o ok. 5–10 % miesięcznie. Dlatego co trzy miesiące należy w pełni ładować urządzenie. W żadnym wypadku poziom naładowania nie powinien spaść do 0% (rozładowanie resztkowe), ponieważ spowoduje to uszkodzenie akumulatora.

Żywotność akumulatora

Akumulator litowo-jonowy można ładować około 300–500 razy (cykle ładowania). Należy pamiętać, że cykl ładowania waha się od 0% do 100%. Dlatego ważne jest, aby nigdy nie dopuścić do spadku poziomu naładowania akumulatora do 0%. W ten sposób możliwa będzie większa liczba ładowań.

Zdecydowanie należy unikać:

- a) spadku poziomu naładowania akumulatora do 0%;
- b) wystawiania akumulatora na działanie temperatur poniżej zera, akumulator nie jest ładowany w temperaturach poniżej zera;
- c) wystawiania akumulatora na działanie temperatur powyżej 45°C;
- d) zbyt wysokiej wilgotności powietrza.

Ostrzeżenie akumulatora

Gdy pojawi się komunikat „Ostrzeżenie akumulatora”, należy podłączyć urządzenie do sieci elektrycznej na maksymalnie 20 minut, aby naładować akumulator.

Poziom naładowania akumulatora

40%: Jeśli przy w pełni podświetlonym wyświetlaczu pojawi się ostrzeżenie o stanie naładowania akumulatora, oznacza to, że poziom naładowania wynosi 40%. Naładować akumulator przez maksymalnie 20 minut po treningu.

30%: Jeśli przy migającym wyświetlaczu pojawi się ostrzeżenie o stanie naładowania akumulatora, oznacza to, że poziom naładowania wynosi 30%, a komputer może nie mieć wystarczająco dużo energii. Dostępne są dwie możliwości:

a) Można spróbować dokończyć trening, wykonując wystarczająco szybkie kroki, aby zasilić komputer za pomocą minigeneratora. Naładować akumulator przez maksymalnie 20 minut po treningu.

b) Natychmiast zakończyć trening. Naładować akumulator przez maksymalnie 20 minut.

20%: Pojawia się tylko słabo podświetlony symbol baterii, wyświetlacz nie jest podświetlony. Poziom naładowania akumulatora wynosi poniżej 20%. Zakończyć trening i naładować akumulator przez maksymalnie 20 minut.

5.4 Harmonogram konserwacji i przeglądów

Aby uniknąć uszkodzeń spowodowanych działaniem potu, urządzenie należy czyścić po każdym treningu za pomocą wilgotnego ręcznika (bez rozpuszczalników!).

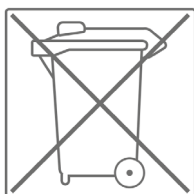
W podanych odstępach czasu należy wykonywać następujące rutynowe czynności:

Element	Co tydzień	Co miesiąc	Co kwartał	Co pół roku	Co roku
Wyświetlacz konsoli	C	P			
Smarowanie elementów ruchomych				P	
Plastikowa osłona	C	P			
Śruby i połączenia przewodów		P			
Sprawdź, czy pedały są dobrze zamocowane		P			

Objaśnienie: C = czyszczenie; P = przegląd

6 UTYLIZACJA

Po zakończeniu okresu użytkowania urządzenia nie wolno go wyrzucać razem z odpadami gospodarczymi, tylko należy je oddać do recyklingu za pośrednictwem punktu zbierania zużytych urządzeń elektrycznych i elektronicznych. Bliższe informacje na ten temat można uzyskać od właściwej instytucji gminnej zajmującej się usuwaniem odpadów.



Materiały mogą być powtórnie wykorzystywane zgodnie z ich oznaczeniem. Ponowne wykorzystanie jako surowce wtórne lub inne formy ponownego wykorzystania zużytych urządzeń jest ważnym wkładem w ochronę środowiska.

7 ZALECENIE DOTYCZĄCE AKCESORIÓW

Aby Twój trening był jeszcze przyjemniejszy, wydajniejszy i piękniejszy, do urządzenia fitness zalecamy dodanie odpowiednich akcesoriów. Może to być przykładowo **mata podłogowa**, która sprawi, że Twoje urządzenie będzie stabilnie przylegać do podłoża, a także ochroni podłogę przed opadającym potem, albo dodatkowe uchwyty boczne (w przypadku niektórych bieżni) lub **silikonowy spray**, który zadba o dobrą kondycję ruchomych elementów urządzenia.

Jeżeli zakupiłeś urządzenie fitness do treningu bazującym na pulsie i chcesz trenować w zgodzie z częstotliwością uderzeń serca, to konieczne polecamy używanie pasa piersiowego, zapewniającego optymalne przenoszenie częstotliwości uderzeń serca. W przypadku stacji do treningu siłowego można dokupić dodatkowe **uchwyty** lub **obciążniki**.



Nasza oferta akcesoriów zapewnia najwyższą jakość i sprawia, że trening jest jeszcze lepszy. Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o kompatybilnych akcesoriach, najlepiej przejść do strony szczegółów produktu w naszym sklepie internetowym (najprostszym sposobem jest wprowadzenie numeru artykułu w polu wyszukiwania powyżej), a następnie do zalecanych akcesoriów na tej stronie. Ewentualnie można użyć dostarczonego kodu QR. Oczywiście można również skontaktować się z naszym działem obsługi klienta: telefonicznie, przez e-maila, w jednym z naszych oddziałów lub za pośrednictwem naszych kanałów w mediach społecznościowych. Chętnie doradzimy!



Mata podłogowa



Pas piersiowy



Ręczniki



Spray silikonowy



Żel kontaktowy

8.1 Numer seryjny i oznaczenie modelu

W celu zagwarantowania możliwie jak najlepszej obsługi, należy przygotować **nazwę modelu**, **numer artykułu**, **numer seryjny**, **rysunek złożeniowy** oraz **zestawienie części**. Odpowiednie możliwości kontaktu można znaleźć w rozdziale 10 niniejszej instrukcji obsługi.

❗ WSKAZÓWKA

Numer seryjny urządzenia jest unikalny. Znajduje się on na białej naklejce. Dokładne położenie tej naklejki pokazano na poniższym rysunku.



Wprowadzić numer seryjny w odpowiednim polu.

Numer seryjny:

Marka/kategoria:

Oznaczenie modelu:

Numer artykułu:

8.2 Lista części

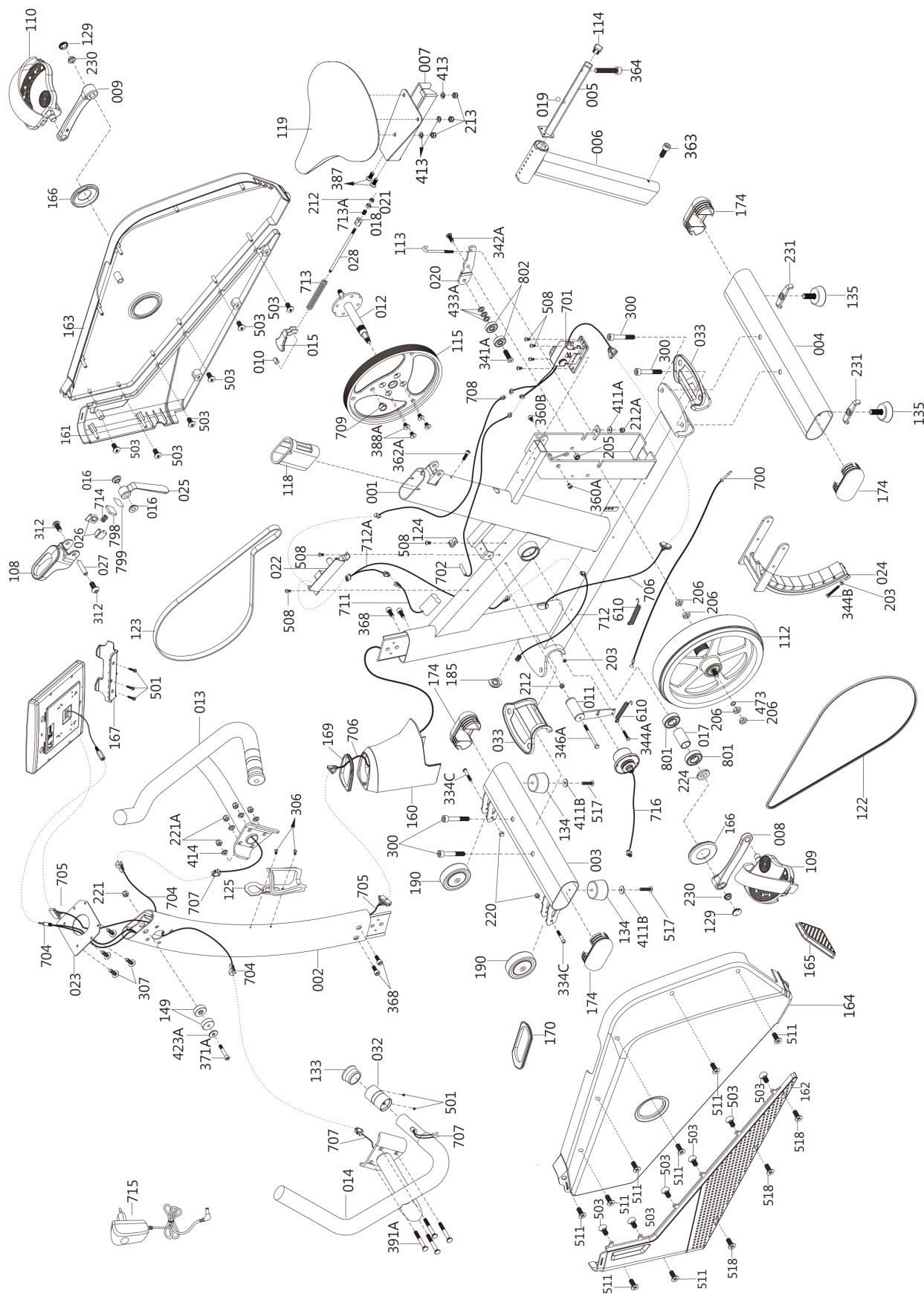
Nr	Nazwa (ENG)	Liczba
001	MAIN FRAME	1
002	HANDLE BAR POST	1
003	STABILIZER - FRONT	1
004	STABILIZER - BACK	1
005	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER	1
006	SEAT POST	1
007	SEAT HOLDER	1
008	CRANK - LEFT	1
009	CRANK - RIGHT	1
010	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER- NUT	1
011	GENERATOR BRACKET	1
012	MAIN AXLE	1
013	HANDLE BAR - RIGHT	1
014	HANDLE BAR - LEFT	1
015	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER - HANDLE	1
016	VERTICAL SEAT ADJUSTER - BUSHING	2
017	CASING	1
018	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER - SLIDER	1
019	BALL BEARING	1
020	TENSION WHEEL BRACKET	1
021	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER - SPACER	1
022	EMS CONTROLLER	1
023	Console METAL PLATE	1
024	MAGNET HOLDER WITH MAGNET	1
025	SEAT POST ADJUSTER - HANDLE	1
026	SEAT POST ADJUSTER - CLAMP BLOCKS	2
027	SEAT POST ADJUSTER - THREADED SPACER	1
028	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER - ROD	2
132	HAND PULSE ASSEMBLY	2
133	STABILIZER RUBBER MOUNTING	2
108	SEAT POST ADJUSTER - CAP	1

109	PEDAL - LEFT	1
110	PEDAL - RIGHT	1
112	FLYWHEEL	1
113	J - BOLT	1
114	PLUG	1
115	DRIVE PULLEY	1
118	SEAT POST ADJUSTER- SLIDERPLUG	1
119	SEAT	1
122	POLY V DRVE BELT J2	1
123	POLY V DRVE BELT J6	1
124	SENSOR - HOLDER	1
125	WATER BOTTLE HOLDER	1
129	CRANK PLUG	2
133	PLUG	2
134	STABILIZER PADS	2
135	STABILIZER LEVELER	2
149	BUSHING	2
160	HAT COVER	1
161	SHROUD SMALL - FRONT RIGHT	1
162	SHROUD SMALL - FRONT LEFT	1
163	SHROUD LARGE- FRONT RIGHT	1
164	SHROUD LARGE- FRONT LEFT	1
165	SHROUD - INSERT	1
166	SHROUD - CRANK INSERT	2
167	PHONE STAND	1
169	HAT COVER - INSERT	1
170	SHROUD - SEAT POST INSERT	1
174	PLUG	4
185	RESISTANCE ADJUSTMENT- A/C CABLE HOLDER	1
190	TRANSPORTATION WHEEL	2
203	NUT	2
205	NUT	1
206	NUT	4
212	NUT	2

212A	NUT	1
213	NUT	3
220	NUT	2
221	NUT	1
221A	NUT	1
224	NUT	1
230	NUT	2
231	NUT	2
300	BOLT	4
306	BOLT	2
307	BOLT	4
312	BOLT	2
334C	BOLT	2
341A	BOLT	1
342A	BOLT	1
344A	BOLT	1
344B	BOLT	1
346A	BOLT	1
360A	BOLT	1
360B	BOLT	1
362A	BOLT	1
363	BOLT	1
364	BOLT	1
368	BOLT	4
371A	BOLT	1
387	BOLT	2
388A	BOLT	4
391A	BOLT	4
411A	WASHER	1
411B	WASHER	2
413	WASHER	3
414	WASHER	4
423A	WASHER	1
433A	WASHER	3

473	WASHER	1
501	SCREW	4
503	SCREW	12
508	SCREW	7
511	SCREW	8
517	SCREW	2
518	SCREW	6
610	TENSION WHEEL- SPRING	2
700	TENSION CABLE	1
701	MOTOR WITH CABLE	1
702	Console CABLE WITH SENSOR	1
704	HAND PULSE CABLE	1
705	Console CABLE	1
706	Console CABLE	1
707	HANDLEBAR HAND PULSE CABLE	2
708	DC & MOTOR CABLE	1
709	SENSOR - MAGNET	1
711	BATTERY WITH CABLE	1
712	A/C ADAPTOR CABLE	1
712A	BATTERY & AC ADAPTOR CABLE	1
713	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER - SPRING	1
713A	SEAT ADJUSTER - SPRING	1
714	SEAT POST ADJUSTER - SPRING	1
715	A/C ADAPTOR	1
716	GENERATOR WITH CABLE	1
718	Console	1
798	SEAT POST ADJUSTER - THICK PLATE	1
799	SEAT POST ADJUSTER - THIN S/S PLATE	1
801	BEARING 6004ZZ	2
802	BEARING 6200ZZ	2

8.3 Rysunek w rozbiciu na części



Urządzenia treningowe cardiostrong® są poddawane surowej kontroli jakości. Jeśli jednak zakupione u nas urządzenie treningowe nie działa prawidłowo, prosimy wtedy o kontakt z naszymi podanymi punktami serwisowymi. Chętnie pomożemy również telefonicznie za pośrednictwem infolinii technicznej.

Opis usterek

Urządzenie treningowe może stale zapewniać trening wysokiej jakości. Jeśli jednak wystąpią problemy, należy najpierw zapoznać się z instrukcją obsługi. W sprawie dalszego rozwiązywania problemów należy zwracać się do firmy Sport-Tiedje lub zadzwonić na naszą bezpłatną infolinię serwisową. W celu jak najszybszego rozwiązania problemu należy jak dokładnie opisać usterkę.

Dodatkowo, oprócz gwarancji ustawowej, udzielamy gwarancji na wszystkie zakupione u nas urządzenia treningowe zgodnie z poniższymi warunkami.

Jednocześnie Twoje ustawowe uprawnienia nie zostają naruszone.

Właściciel gwarancji

Właścicielem gwarancji jest pierwsza osoba kupująca lub każda osoba, która otrzymała nowo zakupiony produkt od pierwszej osoby kupującej.

Okresy gwarancji

Obowiązują poniższe okresy gwarancji liczone od przekazania urządzenia.

Okresy gwarancji

Z dniem dostawy towaru rozpoczyna się okres gwarancji. Okres gwarancji poszczególnych produktów znajdą Państwo na naszej stronie online.

Koszty naprawy

Wedle naszego uznania przeprowadzimy naprawę, wymianę uszkodzonych elementów lub kompletną wymianę. Części zamienne, które są montowane podczas montażu urządzenia przez klienta, zostaną wymienione przez właściciela gwarancji i nie są elementem naprawy. Po upływie okresu gwarancji obowiązuje tylko gwarancja na części, która nie obejmuje kosztów naprawy, montażu i wysyłki.

Okresy użytkowania są zgodne z poniższą deklaracją:

- + Używanie w domu: wyłącznie używanie prywatne, tylko w prywatnych gospodarstwach domowych do 3 godzin dziennie
- + Użytkowanie półprofesjonalne: do 6 godzin dziennie (np. rehabilitacja, hotele, kluby, firmowe siłownie)
- + Używanie profesjonalne: więcej niż 6 godzin dziennie (np. studio fitness)

Serwis gwarancyjny

W okresie gwarancji urządzenia mające wady materiału lub wykonania zostaną przez nas naprawione lub wymienione. Wymienione urządzenia i ich części stają się naszą własnością. Świadczenia gwarancyjne nie powodują wydłużenia okresu gwarancji ani nie rozpoczynają nowej gwarancji.

Warunki gwarancyjne

W celu dochodzenia roszczeń gwarancyjnych należy koniecznie podjąć następujące działania:

Skontaktować się poprzez e-mail lub telefonicznie z serwisem. Jeśli produkt na gwarancji wymaga przesłania do naprawy, koszty pokrywa sprzedający. Po upływie okresu gwarancji kupujący ponosi koszty transportu i ubezpieczenia. Jeśli usterka podlega gwarancji, otrzymają Państwo naprawione lub nowe urządzenie.

Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń wskutek:

- + nieodpowiedniego, nieprawidłowego obchodzenia się z produktem,
- + czynników atmosferycznych (wilgoć, wysoka temperatura, przepięcie, pył, itp.),
- + nieprzestrzegania zasad bezpieczeństwa, którym podlega produkt,
- + nieprzestrzegania zaleceń instrukcji obsługi,
- + użycia nadmiernej siły (np. uderzenia, spadnięcia),
- + ingerencji, które nie zostały wykonane przez autoryzowanego technika serwisowego
- + prób naprawy na własną rękę.

Dowód zakupu i numer seryjny

W razie usterki na gwarancji wymagane jest przedstawienie odpowiedniej faktury. W celu umożliwienia jednoznacznej identyfikacji wersji modelu oraz na potrzeby naszej kontroli jakości, przy każdym zgłoszeniu serwisowym potrzebny jest nam numer seryjny urządzenia. Numer seryjny i numer klienta należy mieć już przy kontaktowaniu się z naszą infolinią serwisową. Ułatwi to nam dalsze załatwianie sprawy.

W razie problemów ze znalezieniem numeru seryjnego urządzenia treningowego dalszych informacji udzielić może personel naszego serwisu.

Serwis pogwarancyjny

Indywidualną ofertę możemy złożyć również w przypadku usterek urządzenia treningowego po upływie okresu gwarancji lub w przypadkach nieobjętych gwarancją, np. normalne zużycie. W celu szybkiego i taniego rozwiązania problemu należy skontaktować się z naszym serwisem. W takich przypadkach klient ponosi koszty przesyłki.

Komunikacja

Wiele problemów można rozwiązać już na etapie rozmowy z nami jako specjalistą. Wiemy, jak ważne dla użytkowników sprzętu treningowego jest szybkie i proste rozwiązywanie problemów, aby mogli oni bez przerw kontynuować swoje treningi. Dlatego również my jesteśmy zainteresowani szybkim rozwiązaniem problemów – bez zbędnej biurokracji. W związku z tym należy przed rozmową przygotować swój numer klienta oraz numer seryjny niesprawnego urządzenia.

DE	DK	FR
<p>TECHNIKA</p> <p> +49 4621 4210-900 +49 4621 4210-698 technik@sport-tiedje.de</p> <p> Pon - Pt 08:00–18:00 Sob 09:00–18:00</p> <p>SERWIS</p> <p> 0800 20 20 277 (bezpłatnie)</p> <p> info@sport-tiedje.de</p> <p> Pon - Pt 08:00–21:00 Sob 09:00–21:00 Niedziela 10:00–18:00</p>	<p>TECHNIKA I SERWIS</p> <p> 80 90 16 50 +49 4621 4210-945 info@fitshop.dk</p> <p> Pon - Pt 08:00–18:00 Sob 09:00–18:00</p>	<p>TECHNIKA I SERWIS</p> <p> +33 (0) 172 770033 +49 4621 4210-933 service-france@fitshop.fr</p> <p> Pon - Pt 08:00–18:00 Sob 09:00–18:00</p>
	PL	BE
	<p>TECHNIKA I SERWIS</p> <p> 22 307 43 21 +49 4621 42 10-948 info@fitshop.pl</p> <p> Pon - Pt 08:00–18:00 Sob 09:00–18:00</p>	<p>TECHNIKA I SERWIS</p> <p> 02 732 46 77 +49 4621 42 10-932 info@fitshop.be</p> <p> Pon - Pt 08:00–18:00 Sob 09:00–18:00</p>

UK	NL	INT
<p>TECHNIKA</p> <p> +44 141 876 3986 support@powerhousefitness.co.uk</p> <p>SERWIS</p> <p> +44 141 876 3972 Pon - Pt 09:00–17:00</p>	<p>TECHNIKA I SERWIS</p> <p> +31 172 619961 info@fitshop.nl</p> <p> Pon - Czw 9:00–17:00 Pt 09:00–21:00 Sob 10:00–17:00</p>	<p>TECHNIKA I SERWIS</p> <p> +49 4621 4210-944 service-int@sport-tiedje.de</p> <p> Pon - Pt 08:00–18:00 Sob 09:00–18:00</p>
	AT	CH
	<p>TECHNIKA I SERWIS</p> <p> 0800 20 20 277 (bezpłatnie) +49 4621 42 10-0 info@sport-tiedje.at</p> <p> Pon - Pt 08:00–18:00 Sob 09:00–18:00</p>	<p>TECHNIKA I SERWIS</p> <p> 0800 202 027 +49 4621 42 10-0 info@sport-tiedje.ch</p> <p> Pon - Pt 08:00–18:00 Sob 09:00–18:00</p>

Na tej stronie internetowej można znaleźć szczegółowy przegląd włącznie z adresem i godzinami otwarcia wszystkich oddziałów grupy Sport-Tiedje zarówno w kraju, jak i za granicą:

www.fitshop.pl/nasze-filie

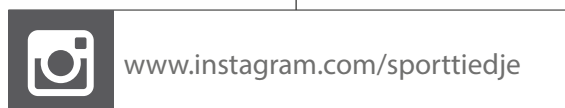
ŻYJEMY DLA FITNESSU

SKLEP INTERNETOWY I MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

Obecnie firma Sport-Tiedje, z 80 oddziałami, jest największym w Europie sprzedawcą domowych urządzeń fitness i jednym z najbardziej renomowanych sprzedawców internetowych sprzętu fitness na świecie. Klienci prywatni zamawiają produkty za pośrednictwem 25 sklepów internetowych w swoim języku narodowym lub wybierają opcję złożenia na miejscu. Ponadto firma zaopatruje obiekty fitness, hotele, kluby sportowe, firmy i placówki fizjoterapeutyczne w profesjonalny sprzęt do treningu wytrzymałościowego i siłowego.

Firma Sport-Tiedje oferuje szeroki wybór sprzętu fitness znanych producentów, wysokiej jakości rozwiązania własne i kompleksowe usługi, np. usługi montażowe oraz doradztwo w zakresie nauk o sporcie przed i po zakupie. Ponadto przedsiębiorstwo zatrudnia wielu sportowców, trenerów fitness i sportowców wyczynowych.

Odwiedź nas na naszych kanałach mediów społecznościowych lub na naszym blogu!



TAURUS

cardiostrong

BODYCRAFT

cardiojump



