

# TAURUS®

## Instrukcja montażu i obsługi



max. 150 kg



~ 60 Min.



51 kg

L 250 | B 63 | H 124

TFROWX.01.06

Nr art. TF-ROW-X

Wioślarz ROW X



# Spis treści

<b>1</b>	<b>INFORMACJE OGÓLNE</b>	<b>7</b>
1.1	Dane techniczne	7
1.2	Bezpieczeństwo użytkownika	8
1.3	Bezpieczeństwo elektryczne	9
1.4	Miejsce rozstawienia	10
<b>2</b>	<b>MONTAŻ</b>	<b>11</b>
2.1	Wskazówki ogólne	11
2.2	Zakres dostawy	12
2.3	Montaż	13
2.4	Ustawienia / konfigurowanie wiosłarza	16
<b>3</b>	<b>INSTRUKCJA OBSŁUGI</b>	<b>18</b>
3.1	Programy sterowane pulsem	18
3.2	Funkcje przycisków	19
3.3	Obsługa	20
3.4	Programy	21
3.4.1	Quick Start	21
3.4.2	P1 – Tryb ręczny (Manual Mode)	21
3.4.3	P2 – Czas zadany (Goal Time)	21
3.4.4	P3 – Docelowe kalorie (Goal Calorie)	21
3.4.5	P4 – Zadany dystans (Goal Distance)	21
3.4.6	P5 – Wyścig (Race)	21
3.4.7	P6 – P9 – Trening interwałowy o wysokiej intensywności (HIIT)	22
3.5	Instrukcje prawidłowego wiosłowania	25
<b>4</b>	<b>PRZECHOWYWANIE I TRANSPORT</b>	<b>28</b>
4.1	Wskazówki ogólne	28
4.2	Kółka transportowe	28
4.3	Odłączanie i łączenie monoszyny	29
4.3.1	Odłączanie monoszyny od wiosłarza	29
4.3.2	Łączenie monoszyny z wiosłarzem	30
<b>5</b>	<b>USUWANIE BŁĘDU, PIELEGNACJA I KONSERWACJA</b>	<b>31</b>
5.1	Uwagi ogólne	31
5.2	Usterki i diagnostyka błędów	31
5.3	Harmonogram konserwacji i przeglądów	32

6	UTYLIZACJA	32
7	ZALECENIE DOTYCZĄCE AKCESORIÓW	33
8	ZAMAWIANIE CZĘŚCI ZAMIENNYCH	34
8.1	Numer seryjny i oznaczenie modelu	34
8.2	Lista części	35
8.3	Rysunek w rozbiciu na części	37
9	GWARANCJA	38
10	KONTAKT	40



## Szanowny Kliencie!

Dziękujemy za zakup wysokiej jakości urządzenia treningowego marki Taurus. Marka Taurus oferuje sprzęt sportowy i sprzęt fitness do zaawansowanego użytkowania w domu oraz wyposażenie dla obiektów fitness i klientów biznesowych. Sprzęt fitness Taurus 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](http://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, półprofesjonalnego i profesjonalnego. Zastosowanie półprofesjonalne obejmuje na przykład instytucje, takie jak szpitale, szkoły, hotele i kluby. Zastosowanie profesjonalne odnosi się do użytkowania komercyjnego, np. w 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 Taurus 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

### LED – wyświetlanie

- + Uderzenia wiosłami na minutę
- + Czasu treningu w min
- + Odległość w metrach
- + Czas / 500 m: średni/chwilowy
- + Spalone kalorie w kcal
- + Puls (z pasem piersiowym)
- + Moc
- + Stopień oporu

System oporu: opór powietrzny i magnetyczny  
Poziom oporu: 16

Łączna liczba programów treningowych: 10

### Ciężar i wymiary:

Ciężar artykułu (brutto, z opakowaniem): 53,2 kg  
Ciężar artykułu (netto, bez opakowania): 44,3 kg  
Wymiary opakowania (dł. x szer. x wys.): ok. 1245 mm x 1055 mm x 420 mm  
Wymiary po zmontowaniu (dł. x szer. x wys.): ok. 2500 mm x 628 mm x 1240 mm

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.
- + Jeśli urządzenie jest wyposażone w klucz bezpieczeństwa (Safety Key), klips klucza bezpieczeństwa musi być przymocowany do ubrania przed rozpoczęciem treningu. W razie upadku można wyzwolić wyłącznik awaryjny urządzenia.
- + 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, skózanymi 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 porażenia.
- + 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 tego czasu 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

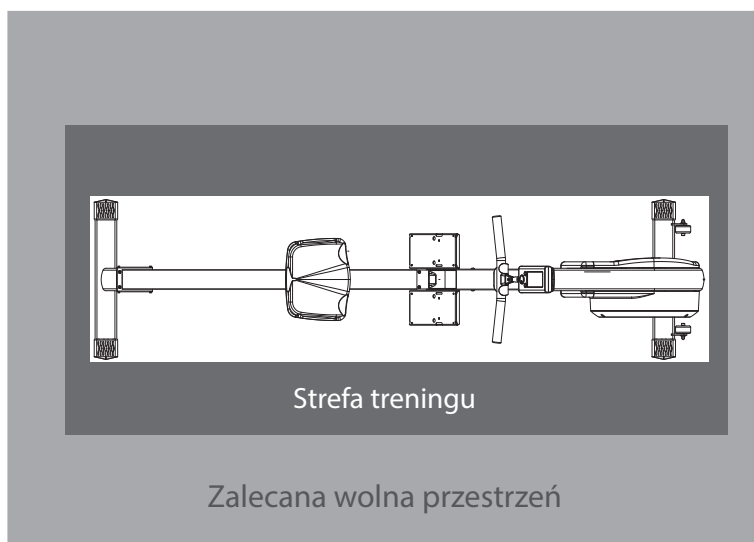
- + Nie stawiać urządzenia w głównych przejściach ani drogach ewakuacyjnych.

### ⚠ 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 dodatkowej osoby, która posiada wiedzę techniczną.



#### **UWAGA**

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



#### **WSKAZÓWKA**

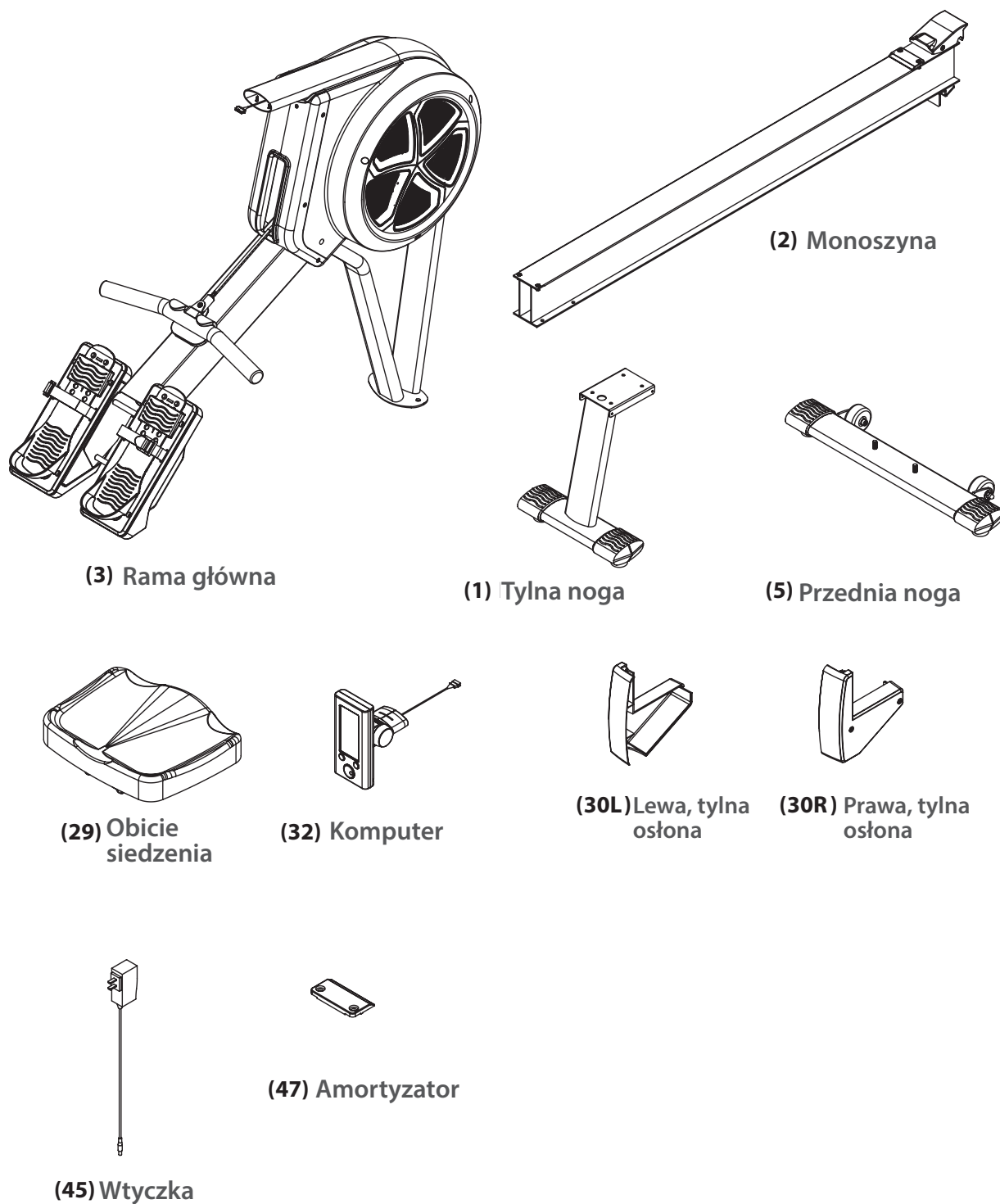
- + Aby przeprowadzenie montażu było tak łatwe, jak to tylko możliwe, niektóre śruby i nakrętki, które będą używane, mogą być już wstępnie zmontowane.
- + Montaż urządzenia najlepiej przeprowadzać w późniejszym, docelowym miejscu instalacji.

## 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

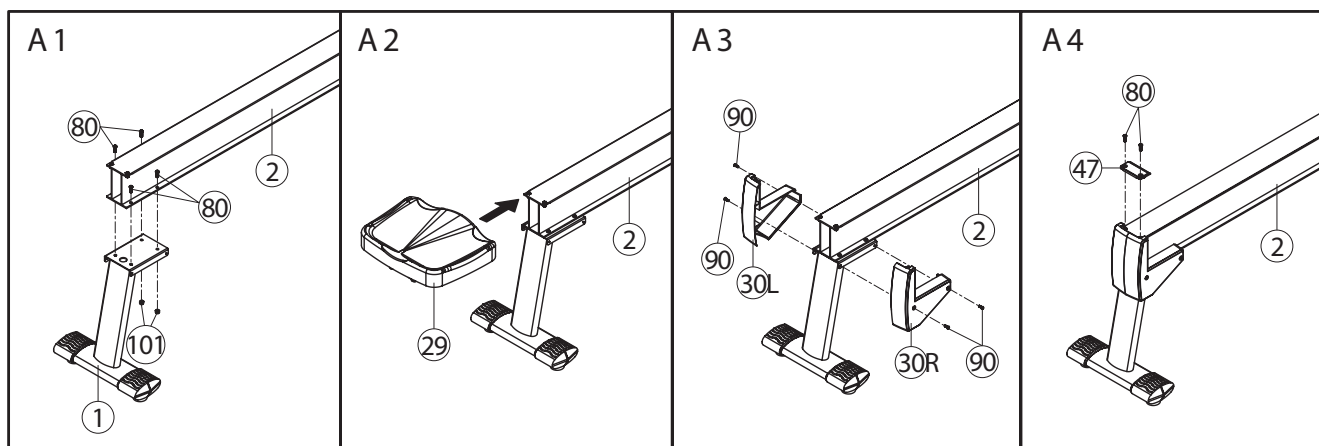
Przed montażem dokładnie przejrzeć poszczególne etapy montażu, a następnie przeprowadzić montaż w podanej kolejności.

### ❗ WSKAZÓWKA

- + Najpierw przykręcić wszystkie dostarczone luzem elementy i sprawdzić ich dopasowanie. Następnie dokręcić śruby za pomocą narzędzia, gdy będzie to konieczne.
- + W przypadku trudności z rozpoznaniem grafiki zalecamy otwarcie instrukcji PDF zapisanej na stronie internetowej na urządzeniu końcowym (np. smartfonie, tablecie lub komputerze). Tam masz możliwość przybliżenia obrazu. Pamiętaj, że aby otworzyć plik, na Twoim urządzeniu końcowym musi być zainstalowany program Adobe Acrobat Reader.

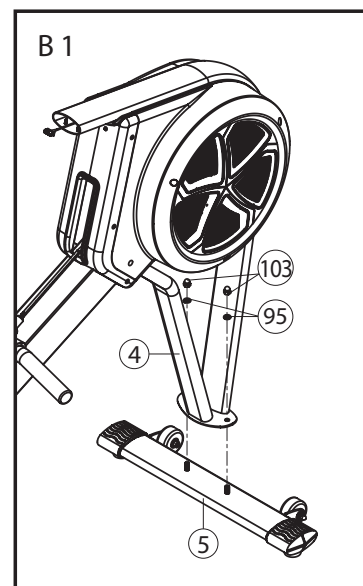
### Etap 1: Montaż tylnej nogi i monoszyny

1. Zamocować tylną nogę (1) do monoszyny (2) za pomocą czterech śrub sześciokątnych M6 X 16L (80) i dwóch nakrętek nylonowych M6 (101). Dokręcić mocno śruby (patrz rys. A1).
2. Nasunąć obicie siedzenia (29) na monoszynę (2) (patrz rys. A2).
3. Przymocować lewą (30L) i prawą tylną (30R) osłonę za pomocą czterech śrub M4 X 12L (90) (patrz rys. A3).
4. Przymocować amortyzator (47) do monoszyny (2) za pomocą dwóch śrub sześciokątnych M6 X 16L (80). Upewnić się, że lewa (30L) i prawa tylna osłona (30R) są prawidłowo ustawione (patrz rys. A4). Następnie mocno dokręcić wszystkie śruby.

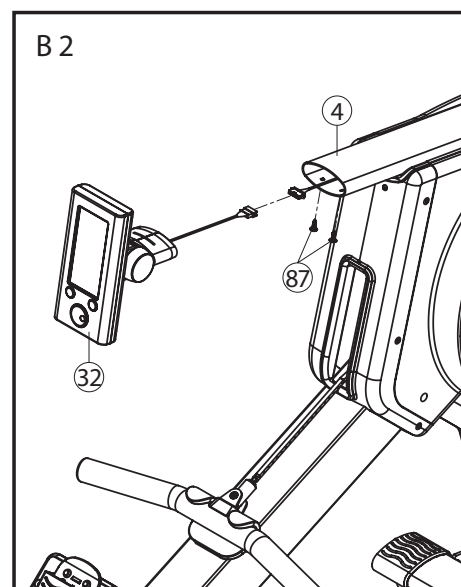


## Etap 2: Montaż przedniej nogi i komputera

1. Przymocować przednią nogę (5) do przedniej ramy (4) za pomocą dwóch podkładek sprężystych 3/8" (95) i dwóch nakładek 3/8" (103) (patrz rys. B1). Mocno dokręcić wszystkie śruby.

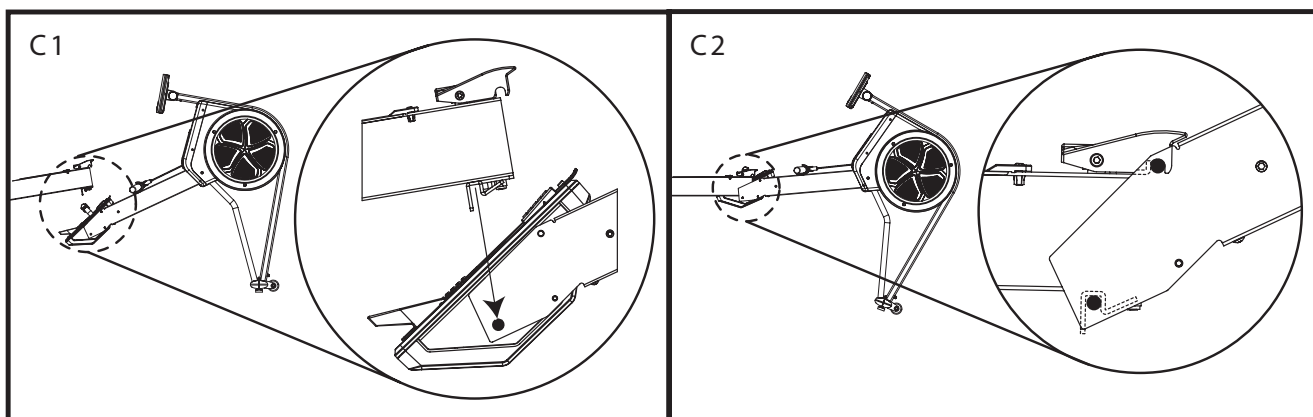
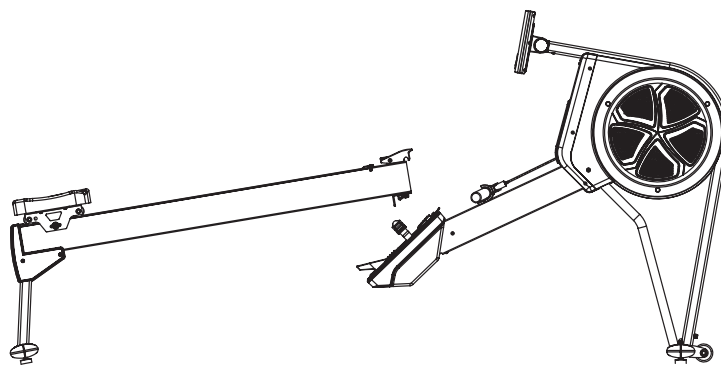


2. Przymocować komputer (32) do przedniej ramy (4) za pomocą dwóch zamontowanych wstępnie śrub 3/16" X 16L (87). Upewnić się, że komputer (32) jest prawidłowo ustawiony (patrz rys. B2). Następnie mocno dokręcić śruby.



### Etap 3: Połączenie monoszyny z ramą główną

1. Podnieść główną ramę za pętlę na stopy, ostrożnie poprowadzić monoszynę na łącznik (patrz rys. C1).
2. Sprawić, aby połączenia mocno się zatrzasnęły (patrz rys. C2).

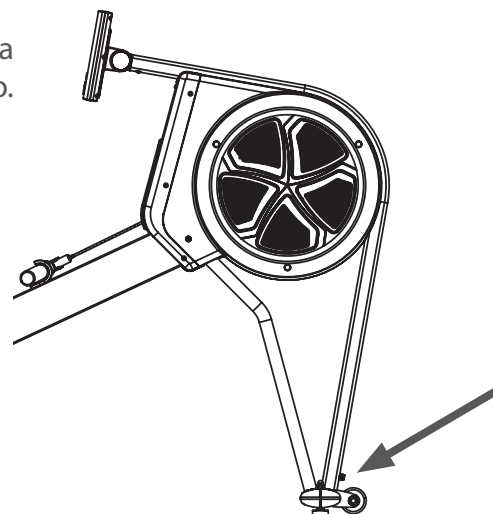


### Etap 4: Podłączanie urządzenia do sieci

#### ► UWAGA

Urządzenie nie może być podłączone do gniazda wtykowego wielokrotnego, ponieważ w przeciwnym razie nie można zagwarantować, że urządzenie będzie zasilane odpowiednim prądem. Skutkiem tego mogą być błędy techniczne.

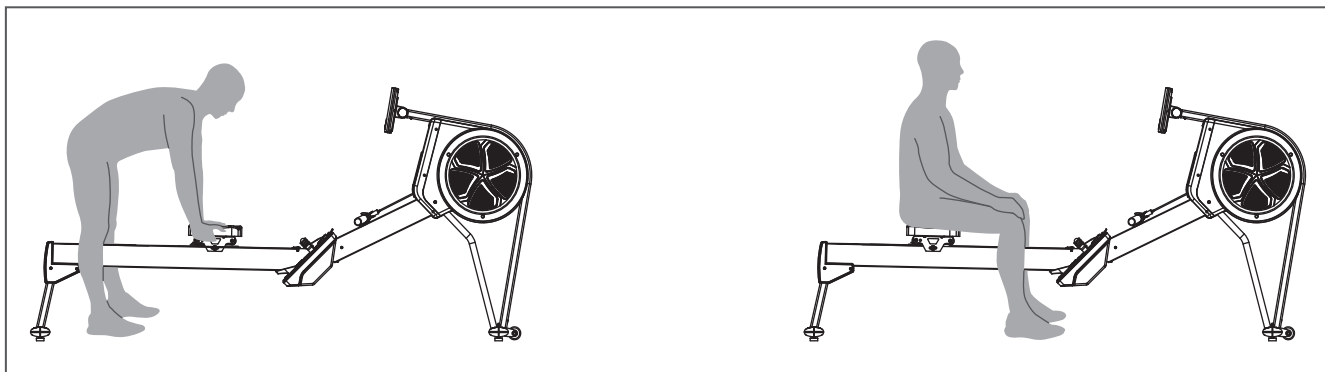
Podłączyć wtyczkę do gniazdka (45), które spełnia wymagania zawarte w rozdziale dotyczącym bezpieczeństwa elektrycznego.



## 2.4 Ustawienia / konfigurowanie wioślarza

### Bezpieczne siadanie

1. Stań tak, aby aluminiowa szyna znajdowała się pośrodku i ustawić siedzenie.
2. Wyregulować wygodną pozycję siedzącą, a następnie powoli usiąść.
3. Dostosować kąt widzenia względem komputera, przesuując go w górę lub w dół.



## Ustawianie podpory pod piętę i pętli

Istnieje kilka ustawień podpory pod piętę. Przed rozpoczęciem treningu należy prawidłowo ustawić podporę pod piętę.

1. Pociągnąć w górę nakładkę tak, aby pięta była podparta i aby pętla stopy leżała na najszerszym miejscu stopy.



2. Dociągnąć pętlę.
3. W celu zwolnienia pętli należy pchnąć na zewnątrz małą spinkę.



## Ustawianie konsoli

1. Przesunąć siedzenie na taką odległość, która umożliwi osiągnięcie do konsoli ręką, bez konieczności pochylania się do przodu.
2. Obracać wyświetlacz w górę i w dół, aż dopasuje się dogodny kąt widzenia.

**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 Programy sterowane pulsem**

<b>Stroke Rate</b>	Pokazuje idealną częstotliwość uderzeń serca dla treningu interwałowego o wysokiej intensywności (High Intensity Intervall) w programie HIIT. W przypadku wszystkich innych programów wyświetlana jest tutaj tylko częstotliwość uderzeń serca.
<b>Exercise (2. duże okno)</b>	Różne przedstawienia graficzne treningu, np. krzywa siły lub wykres słupkowy – naciskając przycisk Mode, można przełączać się między widokami.  Służy również do wybierania programu treningowego (P1–P9) za pomocą małego pokrętła.
<b>Time / 500 m (Ø)</b>	Wskazuje, ile czasu aktualnie potrzebuje użytkownik na pokonanie 500 m. Im niższa wartość, tym wyższa wydajność treningu.
<b>WATT (Ø)</b>	Wyświetla szacowaną moc ruchu wiosła w watach.
<b>PULS</b>	Wyświetla bieżący puls podczas używania kompatybilnego paska piersiowego.
<b>TIME</b>	Pokazuje dotychczasowy czas trwania treningu w minutach: sekundach.
<b>CALORIES (kcal/h)</b>	Pokazuje szacowane spalanie kilokalorii na godzinę.
<b>POZIOM</b>	Wyświetla aktualnie ustawiony stopień oporu (1–16).
<b>DISTANCE (metry lub mile)</b>	Pokazuje dystans pokonany podczas treningu.

### 3.2 Funkcje przycisków

<b>Kółko Enter</b>	Przez obracanie pokrętłem można poruszać się po różnych opcjach lub zwiększać ew. zmniejszać intensywność podczas treningu. Naciśnięcie pokrętła potwierdza wybór.
<b>Mode</b>	Naciśnięcie przycisku przełącza różne opcje wyświetlania podczas treningu, na przykład podczas wyświetlania danych, np. między wartościami bieżącymi i średnimi, w polu Exercise, np. Trening --> Krzywa siły --> Wykres słupkowy, itp.
<b>Przycisk Reset</b>	Nacisnąć Reset, aby wrócić do poprzedniej opcji lub wskazania. Przytrzymanie przycisku przez 3 sekundy sprawi, że trening zostanie zatrzymany i nastąpi powrót do menu startowego.

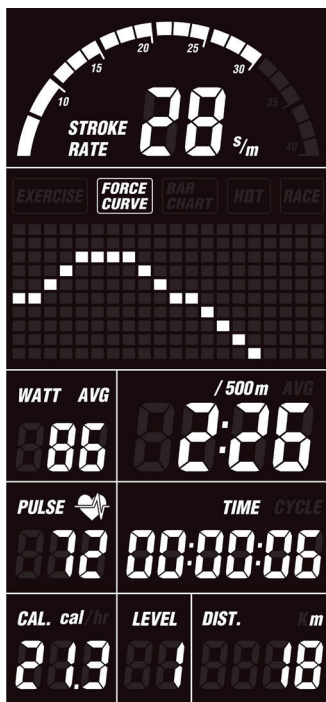


## 3.3 Obsługa

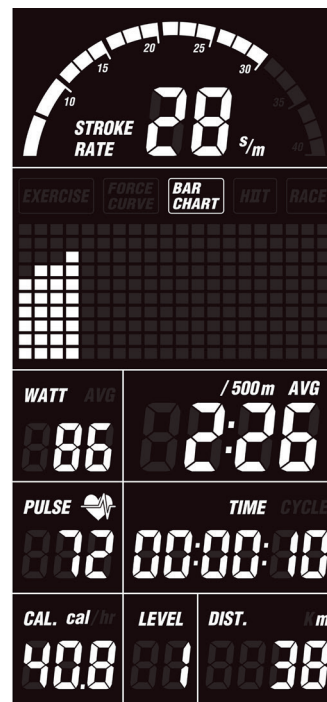
### Wskazania wyświetlacza



Trening



Krzywa siły



Wykres słupkowy

Wyświetlacz treningowy pokazuje jedną z czterech ocen uderzeń wiosła użytkownika:



Brak uderzenia wiosła



Wolna częstotliwość uderzeń



Umiarkowana częstotliwość uderzeń



Wysoka częstotliwość uderzeń



## 3.4 Programy

### 3.4.1 Quick Start

Jeśli użytkownik zaczyna wiosłowanie z menu startowego, program Quick Start uruchamia się automatycznie. Podstawową wartość oporu można zmienić w dowolnym momencie podczas treningu za pomocą pokrętła. Naciskając przycisk Mode, można zmienić opcje wyświetlania. Nacisnąć RESET, aby w każdej chwili wrócić do wyboru programu.

### 3.4.2 P1 – Tryb ręczny (Manual Mode)

Po wybraniu P1 za pomocą pokrętła i naciśnięciu w celu potwierdzenia nastąpi przejście do programu ręcznego. Ustawić stopień oporu przed rozpoczęciem treningu i potwierdzić przez naciśnięcie ENTER. Aby uruchomić program, należy rozpocząć wiosłowanie. Nacisnąć i przytrzymać przycisk RESET przez 3 sekundy, aby zatrzymać trening i powrócić do wyboru programu.

### 3.4.3 P2 – Czas zadany (Goal Time)

Wybrać P2 za pomocą ENTER. Ustawić czas oraz stopień oporu i potwierdzić przez naciśnięcie ENTER. Aby uruchomić program, należy rozpocząć wiosłowanie. Nacisnąć i przytrzymać przycisk RESET przez 3 sekundy, aby zatrzymać trening i powrócić do wyboru programu.

### 3.4.4 P3 – Docelowe kalorie (Goal Calorie)

Wybrać P3 za pomocą ENTER. Ustawić docelowe kalorie oraz stopień oporu i potwierdzić przez naciśnięcie ENTER. Aby uruchomić program, należy rozpocząć wiosłowanie. Nacisnąć i przytrzymać przycisk RESET przez 3 sekundy, aby zatrzymać trening i powrócić do wyboru programu.

### 3.4.5 P4 – Zadany dystans (Goal Distance)

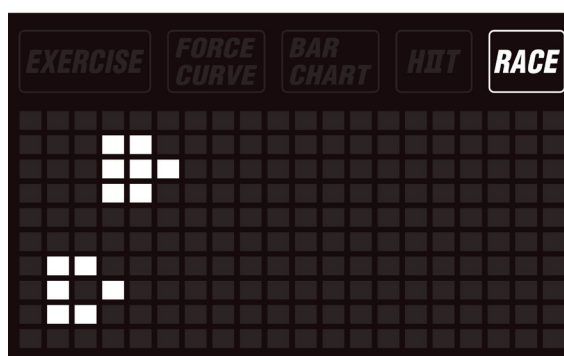
Wybrać P4 za pomocą ENTER. Ustawić zadany dystans oraz stopień oporu i potwierdzić przez naciśnięcie ENTER. Aby uruchomić program, należy rozpocząć wiosłowanie. Nacisnąć i przytrzymać przycisk RESET przez 3 sekundy, aby zatrzymać trening i powrócić do wyboru programu.

### 3.4.6 P5 – Wyścig (Race)

Wybrać P5 za pomocą ENTER. Ustawić trasę oraz stopień oporu i potwierdzić przez naciśnięcie ENTER. Aby uruchomić program, należy rozpocząć wiosłowanie. Nacisnąć i przytrzymać przycisk RESET przez 3 sekundy, aby zatrzymać trening i powrócić do wyboru programu.

Uruchamianie komputera

Uruchamianie użytkownika



### 3.4.7 P6 – P9 – Trening interwałowy o wysokiej intensywności (HIIT)

Program HIIT (High intensity Interval Training) jest podzielony na cztery fazy:

Rozgrzewka: Rozgrzej swoje ciało i ustaw potrzebny stopień oporu.

Faza HIIT: W tej fazie wymagana jest najwyższa możliwa intensywność / częstotliwość uderzeń. Należy uważać, aby nie przekroczyć swojego poziomu sprawności.

Faza spokojna: Spokojna częstotliwość uderzeń, aby pooddychać i przygotować się do następnej fazy tempa.

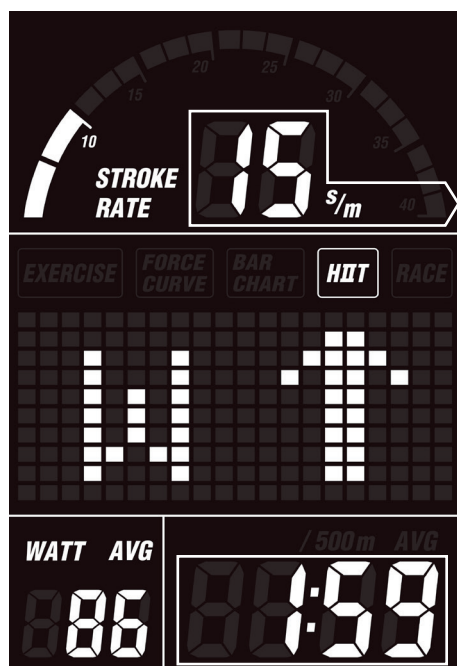
Faza ochłonięcia: Program dobiega końca i umożliwia odpoczynek po treningu.

**P6 (HIIT)** P6 to trwający 20 min program dla początkujących.

**P7 (HIIT)** P7 to trwający 20 min program standardowy.

**P8 (HIIT)** P8 to trwający 30 min program standardowy.

**P9 (HIIT)** P9 to trwający 30 min program z dużą częstotliwością uderzeń podczas fazy tempa dla zaawansowanych.



Faza rozgrzewki

Minimalna docelowa częstotliwość uderzeń

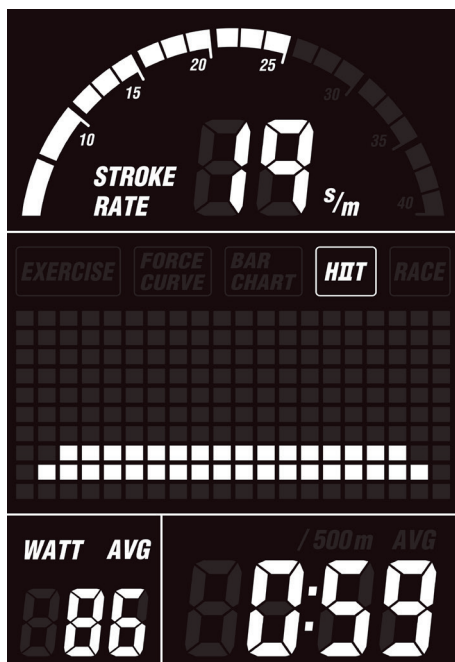
Bieżąca moc

Czas: odliczenie w dół



Faza ochłonięcia

Podczas jednoczynutowego odliczania, należy wiosłować tak szybko, jak to możliwe w programie HIIT, aby dotrzeć na szczyt piramidy.



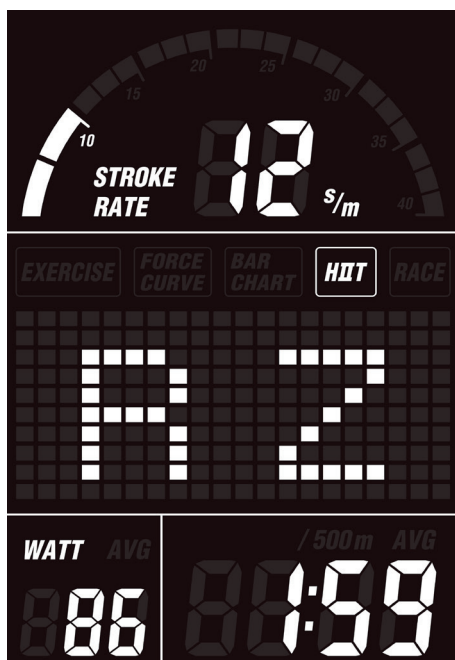
Minimalna docelowa częstotliwość uderzeń

Bieżąca moc

Błąd: poza zakresem docelowym

Czas: odliczanie w dół

Podczas dwuminutowej fazy odpoczynku należy zmniejszyć częstotliwość uderzeń, aby pooddychać i przygotować się na następną dawkę tempa.

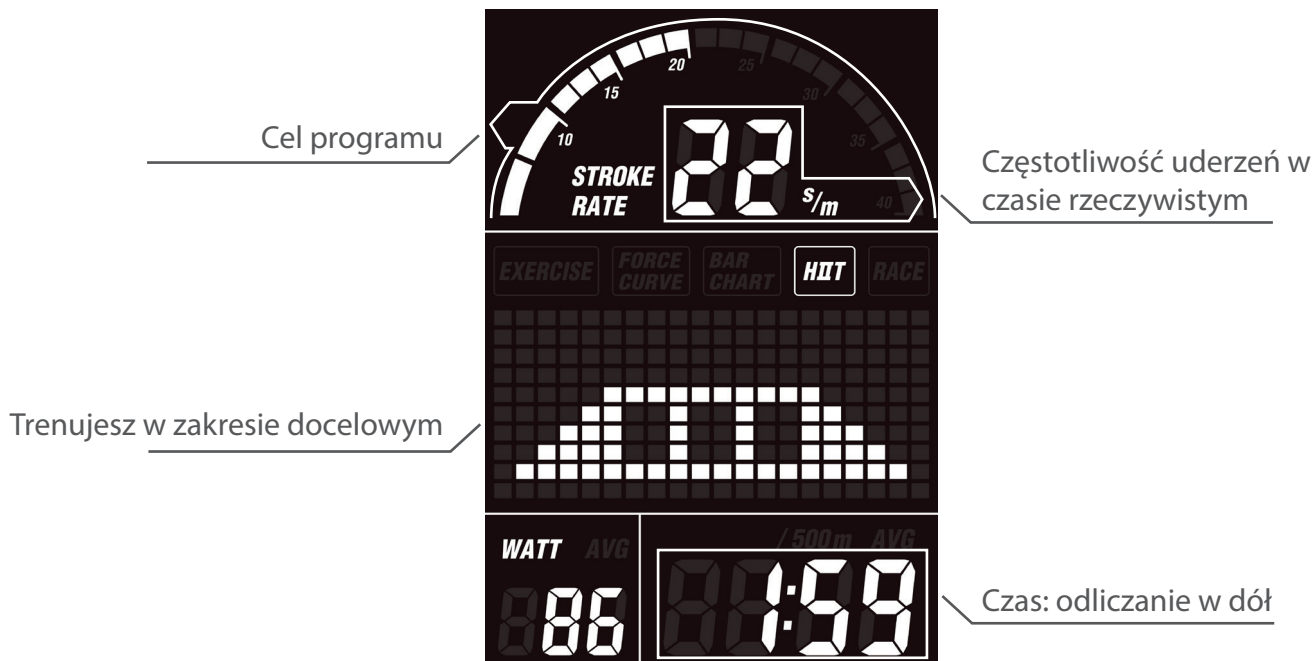


Minimalny cel: zmniejszony podczas fazy odpoczynku

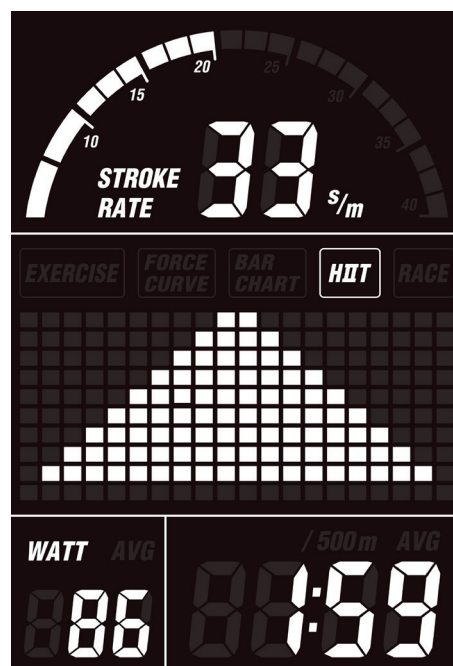
Podczas fazy odpoczynku: odliczanie 2 minut

Czas: odliczanie w dół

## Tworzenie piramidy



Znakomicie, trenujesz z ponadprzeciętną mocą.



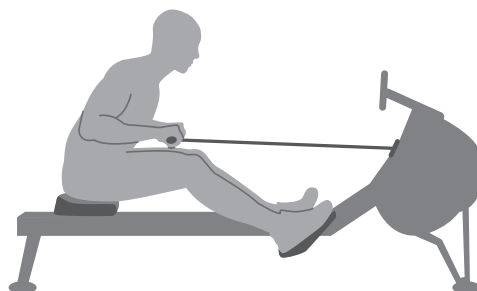
Udało Ci się dotrzeć na szczyt piramidy i trenujesz na poziomie profesjonalnym.

## 3.5 Instrukcje prawidłowego wiosłowania

**Tułów porusza się w kierunku uchwytu.**

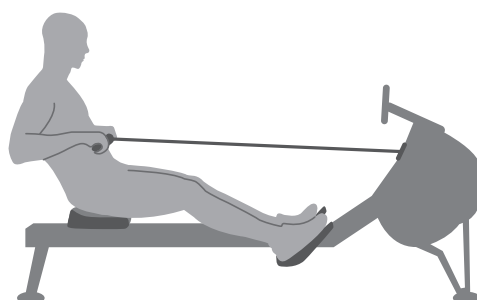
### **Źle**

Na końcu ruchu tułów jest wyciągany w kierunku uchwytu, a to uchwyt powinien być ciągnięty w kierunku tułowia.



### **Dobrze**

Na końcu ruchu użytkownik opiera się lekko plecami, trzyma nogi na dole, tułów ma wyprostowany i ciągnie uchwyt do tułowia.



### **Wyciągnięte łokcie**

### **Źle**

Łokcie użytkownika na końcu ruchu są oddalone od tułowia, uchwyt znajduje się na wysokości klatki piersiowej.



### **Dobrze**

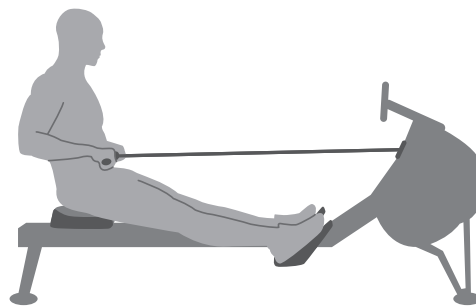
Ciągnąć uchwyt do tułowia z wyprostowanymi nadgarstkami i łokciami bezpośrednio przy tułowiu. Łokcie są prowadzone za tułów, natomiast uchwyt jest ciągnięty do talii.



## Kolana przeciągnięte

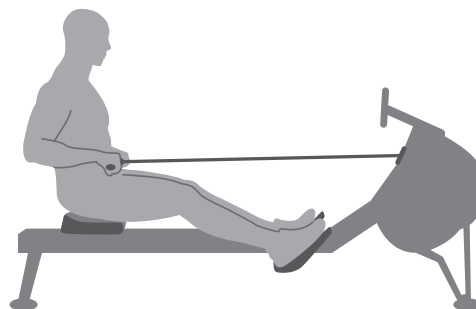
### Źle

Na końcu ruchu użytkownik całkowicie prostuje nogę i kolana.



### Dobrze

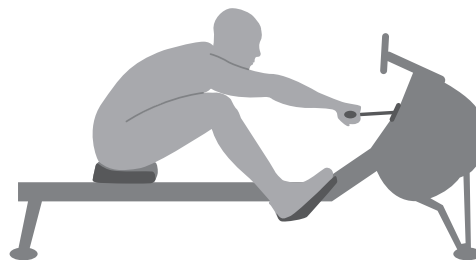
Również na końcu ruchu użytkownik ma kolana lekko ugięte, a nie całkowicie wyprostowane.



## Za duże pochylenie do przodu

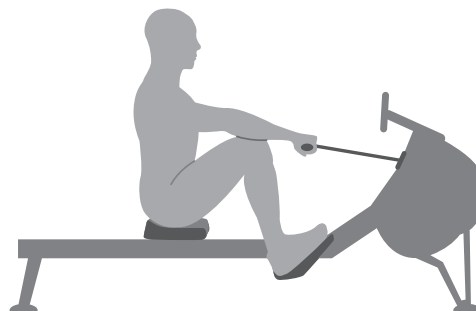
### Źle

Tułów jest za bardzo pochylony do przodu. Piszczyle mogą nie być już pionowe. Głowa i ramiona kierują się do stóp. Tułów znajduje się więc w słabej pozycji do wykonania ruchu.



### Dobrze

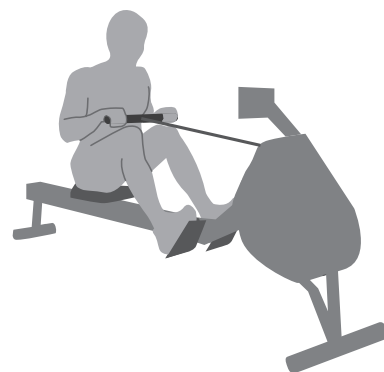
Piszczyle są pionowe. Tułów jest dociskany do nóg, ramiona są całkowicie wyciągnięte do przodu, a tułów jest pochylony lekko do przodu. Pozycja ta powinna być przyjemna.



## Wiosłowanie ze zgiętymi ramionami

### Źle

Użytkownik zaczyna ruch ramionami zamiast pchać nogami.



### Dobrze

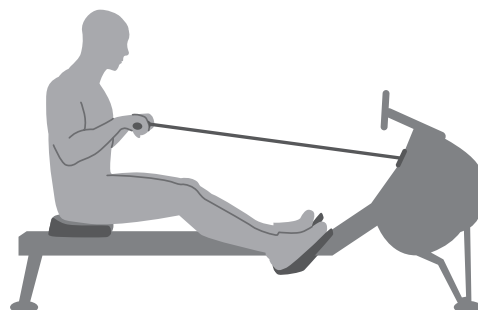
Użytkownik zaczyna od pchania nogami, naprężania płaców, z wyciągniętymi ramionami.



## Ugięte nadgarstki

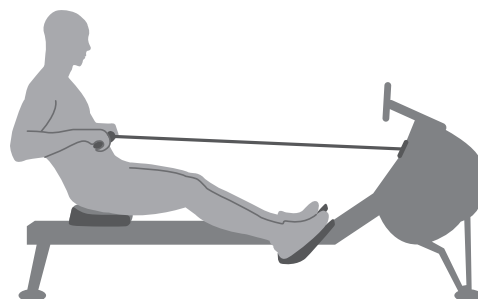
### Źle

Użytkownik podczas ruchu zgina nadgarstki.



### Dobrze

Podczas wiosłowania ruchy powinny być zawsze wykonywane z prostymi nadgarstkami.



### 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

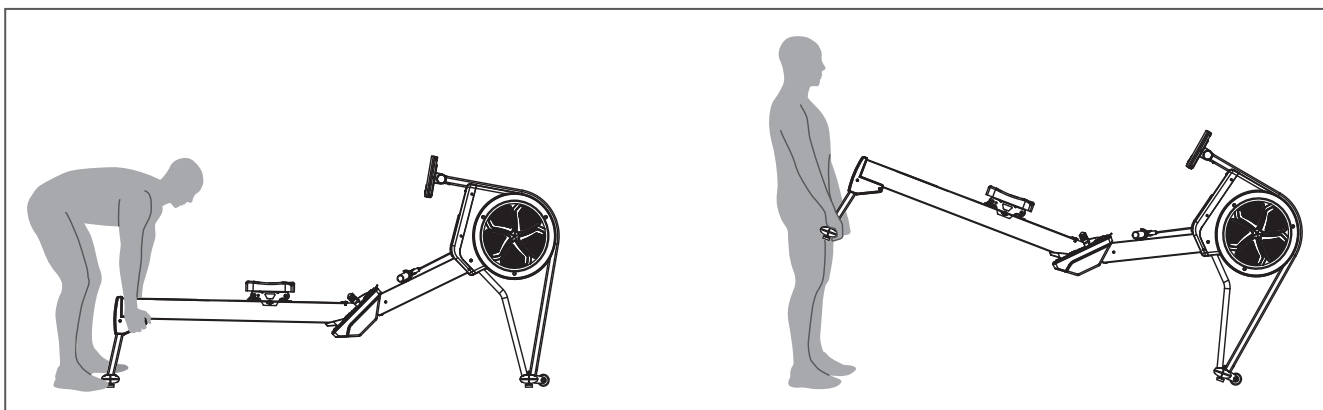
- + Miejsce przechowywania należy wybrać tak, aby można było wykluczyć nieuzasadnione użycie przez osoby trzecie lub dzieci.
- + Jeśli urządzenie nie jest wyposażone w kółka transportowe, to musi zostać zdemontowane przed transportem.

### 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. Stańc 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.





## 4.3 Odłączanie i łączenie monoszyny

### ⚠ OSTRZEŻENIE

Odłączyć lub połączyć monoszynę z pomocą przynajmniej jednej dodatkowej osoby. Nie próbować podnosić ramy głównej, jeśli występują ograniczenia ruchowe. Aby uniknąć obrażeń, trzymać palce i ręce z dala od mechanizmu składania.

### ℹ WSKAZÓWKA

Wioślarz jest składany i dlatego zajmuje mało miejsca podczas przechowywania. Ułatwia to także transport.

### 4.3.1 Odłączanie monoszyny od wioślarza

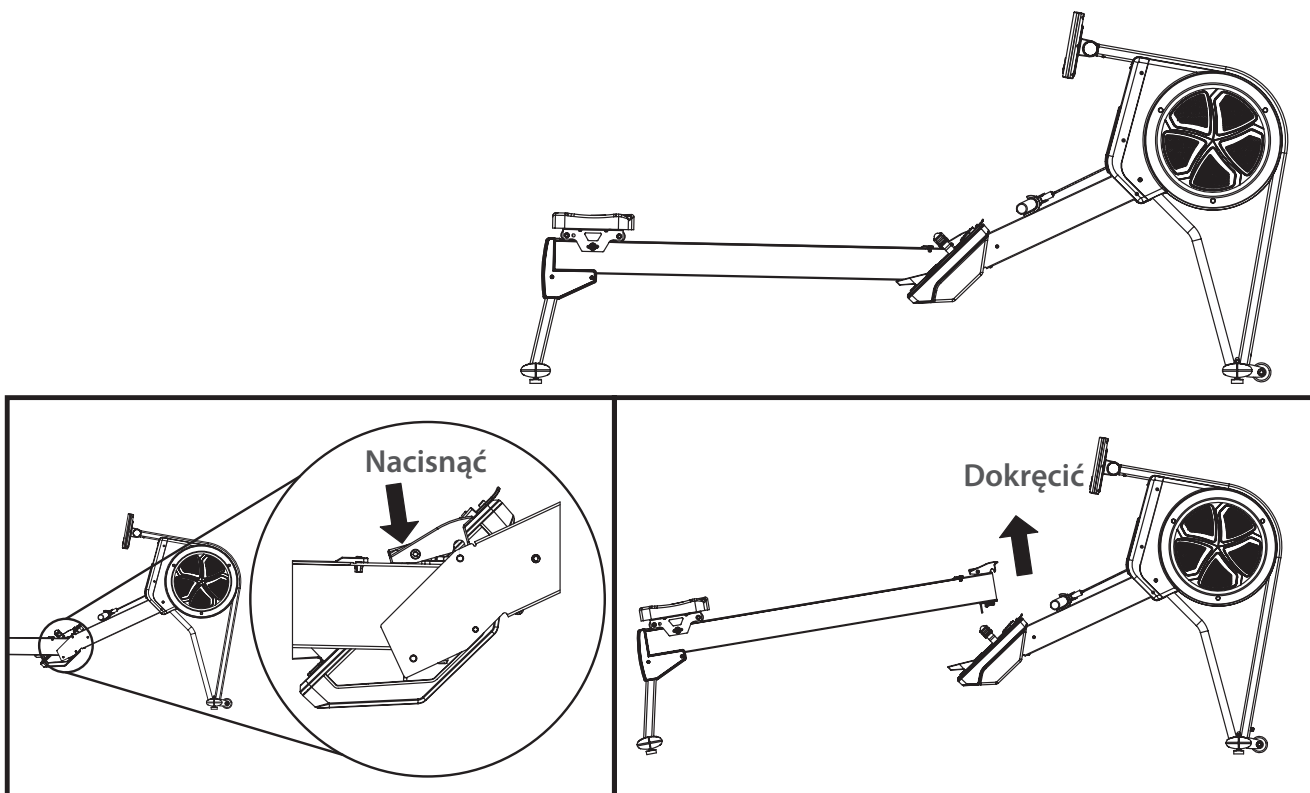
#### ⚠ OSTRZEŻENIE

+ Nie podłączać urządzenia w stanie zdemontowanym do prądu. Nie próbować uruchamiać urządzenia w stanie zdemontowanym.

#### ⚠ OSTROŻNIE

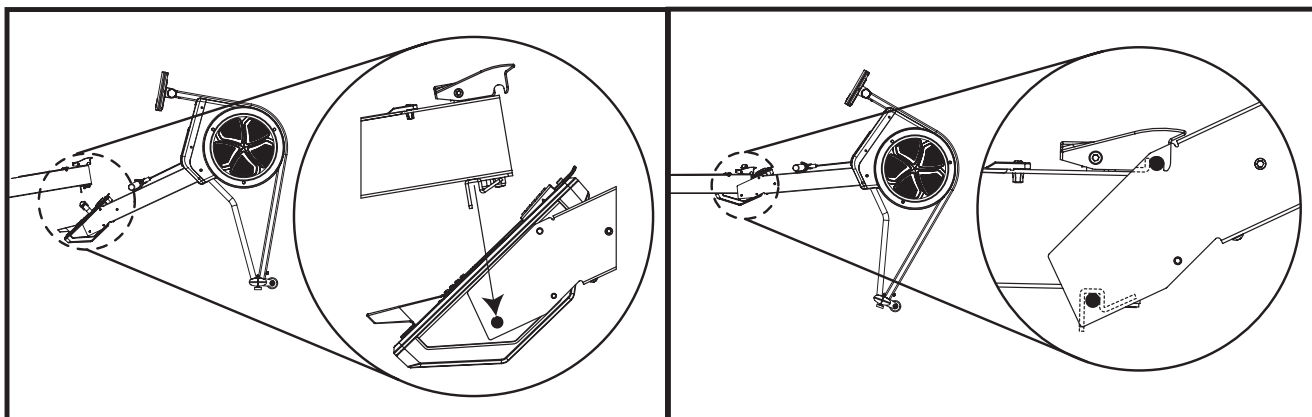
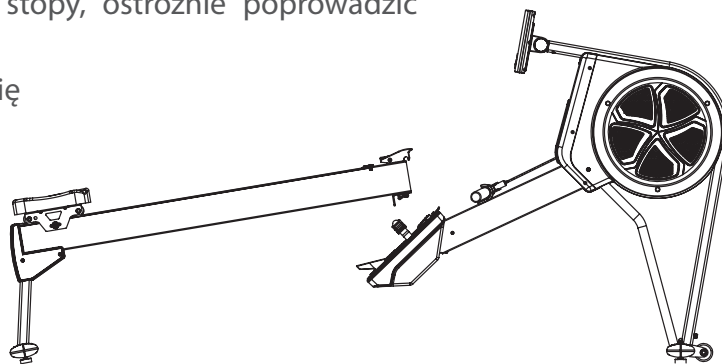
+ Nie opierać się o urządzenie w stanie zdemontowanym i nie kłaść na nim niczego, co mogłyby spowodować jego niestabilność lub przewrócenie.

1. Wyłączyć urządzenie i wyciągnąć wtyczkę z gniazdka.
2. Trzymając główną ramę za pętlę stopy, nacisnąć duży łącznik dźwigenkowy, aby zwolnić zatrzask.
3. Ostrożnie unieść monoszynę i wyjąć ją z ramy głównej. Czynności tej nie przeprowadzać samodzielnie.



### 4.3.2 Łączenie monoszyny z wioślarzem

1. Podnieść główną ramę za pętlę na stopy, ostrożnie poprowadzić monoszynę na łącznik.
2. Sprawić, aby połączenia mocno się zatrzasnęły.



## 5.1 Uwagi ogólne

### OSTRZEŻENIE

- + Nie dokonywać nieprofesjonalnych 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 wymiany należy 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; mogą być one wykonywane wyłącznie przez autoryzowanych techników serwisowych.

## 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 błędy 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
Brak odbioru sygnału pulsu	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Źródła usterek w pomieszczeniu.</li> <li>+ Nieodpowiedni pas piersiowy.</li> <li>+ Nieodpowiednia pozycja pasa piersiowego.</li> <li>+ Rozładowane baterie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Usunąć źródła zakłóceń (np. telefon komórkowy, głośnik, WLAN, robot do koszenia trawy, robot odkurzający, itp.).</li> <li>+ Założyć odpowiedni pas piersiowy (patrz zalecane akcesoria).</li> <li>+ Ustawić ponownie pas piersiowy i/ lub zwilżyć elektrody.</li> <li>+ Wymienić baterie.</li> </ul>
Na wyświetlaczu nie ma żadnych wskazań.	Konsola nie jest wyposażona w podłączenie do prądu	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Wcisnąć i przytrzymać przycisk RESET, aby uruchomić ponownie konsolę.</li> <li>+ Uruchomić ponownie konsolę, odłączając przewód zasilający na ok. 15 sekund.</li> <li>+ Rozłączyć i ponownie połączyć przewody, patrz instrukcja montażu.</li> <li>+ Skontaktować się z technikiem serwisu celem ewentualnej wymiany konsoli.</li> </ul>

## 5.3 Harmonogram konserwacji i przeglądów

Aby uniknąć uszkodzeń spowodowanych działaniem potu, urządzenie należy czyścić po każdym treningu wilgotnym ręcznikiem (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	
Plastikowe osłony	C	P			
Śruby i połączenia przewodów		P			
Objaśnienie: C = czyszczenie; P = przegląd					

### Smarowanie łańcucha

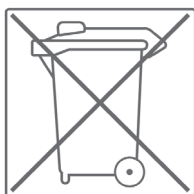
Nasmarować łańcuch przynajmniej co sześć miesięcy, a najlepiej po około 50 godzinach pracy. W tym celu używać szmatki niepozostawiającej włókien i oleju do silnika 20 W lub oleju uniwersalnego. Nasączyć szmatkę kroplami oleju o przybliżonej objętości małej łyżeczki. Następnie ostrożnie wyciągnąć łańcuch przy uchwycie aż do oporu. Przetrzeć cały łańcuch szmatką kilka razy. Następnie usunąć nadmiar oleju za pomocą suchej szmatki.

### Czyszczenie szyny jezdnej

Przed każdym treningiem użyć wilgotnej szmatki do przetarcia szyny jezdnej, aby usunąć z niej kurz.

## 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. W przypadku wioślarze może to być na przykład **mata podłogowa**, która sprawia, że sprzęt fitness stoi stabilniej i chroni podłogę przed potem, lub **silikon w sprayu**, który utrzymuje ruchome części w dobrym stanie. Zalecamy także używanie **rękawiczek wioślarskich**. W przypadku wioślarzy z oporem wodnym należy koniecznie zakupić tabletki chlorowe.

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.

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



Rękawiczki wioślarskie



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:**

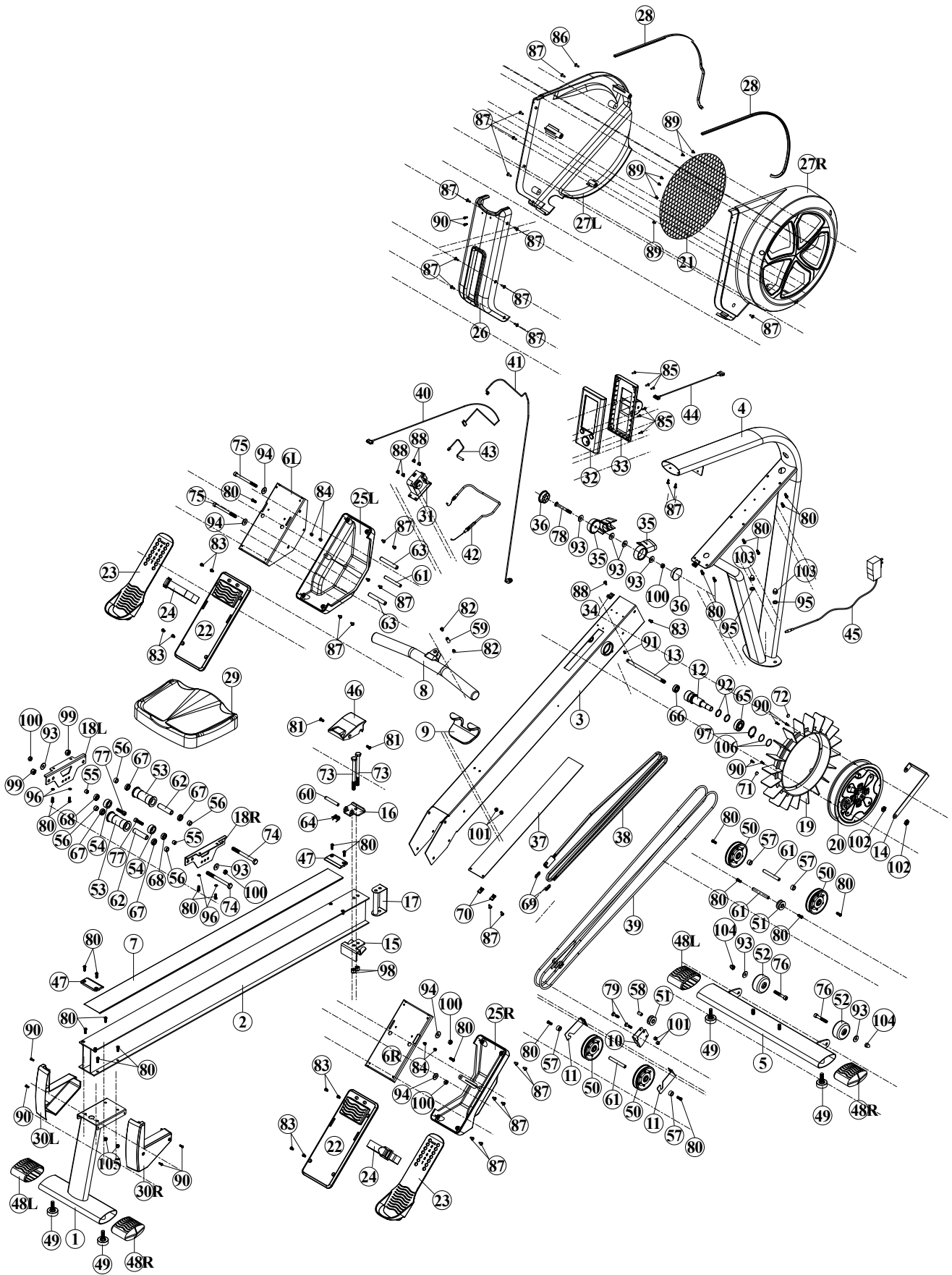
## 8.2 Lista części

Nr	Liczba	Nazwa (ENG)	Nr	Liczba	Nazwa (ENG)
1	1	Rear Stabilizer	28	2	Binding Of Plastic Cover
2	1	Monorail	29	1	Seat Pad
3	1	Main Frame	30L	1	Rear Left Cover
4	1	Front Frame	30R	1	Rear Right Cover
5	1	Front Stabilizer	31	1	Motor
6L	1	Left Belly Foot Stretcher	32	1	Computer (Monitor)
6R	1	Right Belly Foot Stretcher	33	1	Computer Bracket
7	1	Monorail Cover	34	1	Sensor Bracket
8	1	Handle	35	2	Computer Hinge
9	1	Handle Hook	36	2	Computer Hinge Cap
10	1	Traveling Pulley Bracket	37	1	Robber Rope Cover
11	2	Cable Retainer Plate	38	1	Chain
12	1	Belt Shaft	39	1	Robber Rope
13	1	Axle	40	1	8 Pins Upper Connector Cable
14	1	L Plate	41	1	Power Cord Connector
15	1	Lower Hanger Plate	42	1	Connecting Cable
16	1	Upper Hanger Plate	43	1	Sensor Cable
17	1	Monorail Bolt Support	44	1	8 Pins Upper Cable
18L	1	Left Seat Carriage	45	1	Power Adapter
18R	1	Right Seat Carriage	46	1	Upper Plastic Hanger
19	1	Flywheel Fan	47	2	Bumper
20	1	Flywheel	48L	2	Left Foot End Cap
21	1	Damper	48R	2	Right Foot End Cap
22	2	Pedal	49	4	Height Adjuster
23	2	Heel Rest	50	4	Pulley
24	2	Foot Strap With Buckle	51	2	Idler Pulley
25L	1	Left Foot Stretcher Cover	52	2	Front Stabilizer Wheel
25R	1	Right Foot Stretcher Cover	53	2	Seat Roller
26	1	Plastic Cover	54	2	Housing
27L	1	Left Plastic Cover	55	2	Ø8mm Spacer
27R	1	Right Plastic Cover	56	4	Ø10mm X 8.5L Spacer

Nr	Liczba	Nazwa (ENG)	Nr	Liczba	Nazwa (ENG)
57	4	Φ10mm X 10L Spacer	82	2	M6 X 10L Screw
58	1	Tube For Idler Pulley	83	9	M5 X 10L Screw
59	1	Axle For Handle	84	4	M5 X 8L Screw
60	1	Axle For Plastic Hanger	85	6	M4 X 12L Screw
61	4	Axle For Pulley	86	1	3/16 X 19L Screw
62	2	Axle For Seat Pad	87	27	3/16" X 16L Screw
63	2	Tube For Foot Stretcher Cover	88	5	3/16" X 12L Screw
64	1	Spring	89	6	M4 X 8L Screw
65	1	Ob6203lb Bearing	90	10	M4 X 12L Screw
66	1	Ob6000z Bearing	91	1	M6 X 10L Set Screw
67	4	Ob6900 Bearing	92	2	Ring
68	2	Ob608 Bearing	93	8	M8 Larger Washer
69	2	Chain Connector	94	4	M8 Smaller Washer
70	2	Balance Clip	95	2	3/8" Spring Washer
71	1	Magnet Blancer	96	4	M6 Spring Washer
72	1	Magnet	97	1	C-Ring
73	2	3/8" X 5" Hex Bolt	98	2	3/8" Nylon Nut
74	2	M10 X 110 Hex Bolt	99	2	M10 Nylon Nut
75	2	M8 X 100L Bolt	100	5	M8 Nylon Nut
76	2	M8 X 50L Bolt	101	4	M6 Nylon Nut (6M/M H)
77	2	M8 X 30L Round Inner Allen Bolt	102	2	3/8" Nut
78	1	M8 X 70L Hex Socken Dome Bolt	103	2	3/8" Cap For Nut
79	2	M6 X 25L Hex Socken Dome Bolt	104	2	M8 Cap For Nut
80	26	M6 X 16L Hex Socken Dome Bolt	105	2	M6 Nylon Nut (8M/M H)
81	2	M6 X 15L Screw	106	2	22Mm Od. Bumper



### 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**

Z dniem dostawy towaru rozpoczyna się okres gwarancji. Okres gwarancji poszczególnych produktów znajduj 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><b>TECHNIK</b></p> <p> +49 4621 4210-900</p> <p> +49 4621 4210-698</p> <p> technik@sport-tiedje.de</p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p> <p><b>SERVICE</b></p> <p> 0800 20 20277 (kostenlos)</p> <p> info@sport-tiedje.de</p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p>	<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p> 80 90 16 50</p> <p>+49 4621 4210-945</p> <p> info@fitshop.dk</p> <p> Åbningstider kan findes på hjemmesiden.</p>	<p><b>TECHNIQUE &amp; SERVICE</b></p> <p> +33 (0) 172 770033</p> <p>+49 4621 4210-933</p> <p> service-france@fitshop.fr</p> <p> Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet.</p>
	PL	BE
	<p><b>TECHNIKA I SERWIS</b></p> <p> 22 307 43 21</p> <p>+49 4621 42 10-948</p> <p> info@fitshop.pl</p> <p> Godziny otwarcia można znaleźć na stronie głównej.</p>	<p><b>TECHNIQUE &amp; SERVICE</b></p> <p> 02 732 46 77</p> <p>+49 4621 42 10-932</p> <p> info@fitshop.be</p> <p> Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet.</p>

UK	NL	INT
<p><b>CUSTOMER CARE</b></p> <p> +44 141 737 2249 or +44 141 876 3972</p> <p> customercare@powerhouse-fitness.co.uk</p> <p> You can find the opening hours on our homepage.</p>	<p><b>TECHNISCHE DIENST &amp; SERVICE</b></p> <p> +31 172 619961</p> <p> info@fitshop.nl</p> <p> De openingstijden vindt u op onze homepage.</p>	<p><b>TECHNICAL SUPPORT &amp; SERVICE</b></p> <p> +49 4621 4210-944</p> <p> service-int@sport-tiedje.de</p> <p> You can find the opening hours on our homepage.</p>
	AT	CH
	<p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 0800 20 20277 (Freecall)</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p> info@sport-tiedje.at</p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p>	<p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 0800 202 027</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p> info@sport-tiedje.ch</p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</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-flie](http://www.fitshop.pl/nasze-flie)

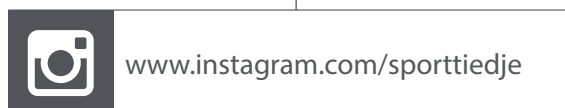
# ŻYJEMY DLA FITNESSU

## 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**



Notatki



# TAURUS®