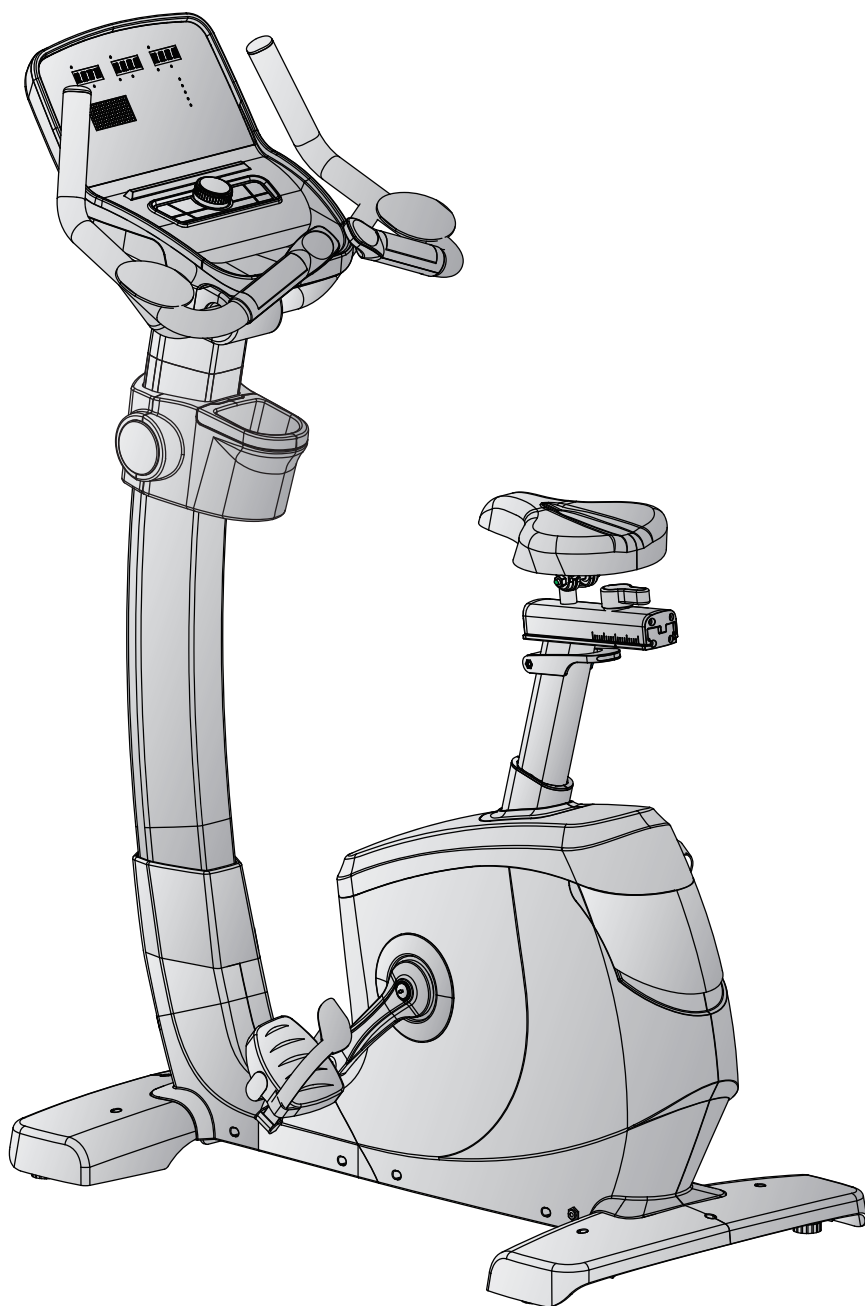


# TAURUS®

## Instrukcja montażu i obsługi



max. 180 kg



~ 90 Min.



58 kg

dł. 122 | szer. 61 | wys. 154

FSTFUB105.02.02

Nr art. TF-UB105-2

**Rower stacjonarny X10.5 Pro**



# Spis treści

<b>1</b>	<b>INFORMACJE OGÓLNE</b>	<b>8</b>
1.1	Dane techniczne	8
1.2	Bezpieczeństwo użytkownika	9
1.3	Bezpieczeństwo elektryczne	10
1.4	Miejsce rozstawienia	11
<b>2</b>	<b>MONTAŻ</b>	<b>12</b>
2.1	Wskazówki ogólne	12
2.2	Zakres dostawy	13
2.3	Montaż	14
<b>3</b>	<b>INSTRUKCJA OBSŁUGI</b>	<b>22</b>
3.1	Wyświetlacz konsoli	22
3.2	Funkcje przycisków	23
3.3	Włączanie urządzenia	24
3.4	Tryb czuwania	24
3.5	MANUAL (Programy sterowane ręcznie)	25
3.5.1	Program szybkiego startu	25
3.5.2	Programy docelowe	25
3.6	PROGRAM (Programy profilowe)	26
3.7	USER (Program zdefiniowany przez użytkownika)	28
3.8	H.R.C. (Programy sterowane tętnem)	29
3.9	WATT (Program sterowany mocą)	30
3.10	RECOVERY (Test ortostatyczny)	30
3.11	BODY FAT (Pomiar tkanki tłuszczowej)	31
3.12	Technologia bezprzewodowa i aplikacje fitness	32
<b>4</b>	<b>PRZECHOWYWANIE I TRANSPORT</b>	<b>33</b>
4.1	Wskazówki ogólne	33
4.2	Kółka transportowe	33
<b>5</b>	<b>USUWANIE BŁĘDU, PIELĘGNACJA I KONSERWACJA</b>	<b>34</b>
5.1	Wskazówki ogólne	34
5.2	Usterki i diagnostyka błędów	34
5.3	Kody i lokalizacja błędów	35
5.4	Harmonogram konserwacji i przeglądów	35
<b>6</b>	<b>UTYLIZACJA</b>	<b>35</b>

<b>7</b>	<b>ZALECENIE DOTYCZĄCE AKCESORIÓW</b>	<b>36</b>
<b>8</b>	<b>ZAMAWIANIE CZĘŚCI ZAMIENNYCH</b>	<b>37</b>
8.1	Numer seryjny i oznaczenie modelu	37
8.2	Lista części	38
8.3	Rysunek w rozbiciu na części	42
<b>9</b>	<b>GWARANCJA</b>	<b>43</b>
<b>10</b>	<b>KONTAKT</b>	<b>45</b>

## Szanowny Kliencie!

dziękujemy za wybór wysokiej jakości sprzętu treningowego marki TAURUS®. Taurus oferuje urządzenia fitness do uprawiania sportu w warunkach domowych oraz do wyposażenia klubów fitness, siłowni i klientów biznesowych. Sprzęt fitness marki Taurus skupia się na tym, co w sporcie najważniejsze: na maksymalnej wydajności! Dlatego urządzenia są opracowywane w ścisłej współpracy ze sportowcami i specjalistami w dziedzinie sportu. To właśnie sportowcy wiedzą najlepiej, co czyni sprzęt fitness idealnym.

Więcej informacji można znaleźć na stronie [www.fitshop.pl](http://www.fitshop.pl).

### 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

Fitshop 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

© TAURUS jest to zarejestrowana marka firmy Fitshop GmbH. Wszelkie prawa zastrzeżone. Wszelkie wykorzystanie marki bez pisemnej zgody firmy Fitshop jest zabronione.

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

# FITSHOP

Europe's No.1 for Home Fitness

## 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.

Urządzenia treningowe muszą być klasyfikowane według dokładności i zastosowania. Klasy dokładności mają zastosowanie wyłącznie do urządzeń wyświetlających dane treningowe.

### Klasy dokładności

Klasa A: wysoka dokładność.

Klasa B: średnia dokładność.

Klasa C: niska dokładność.

Klasy użytkowania wyjaśniają przeznaczenie urządzenia.

### Klasy użytkowania

**Klasa S** (Studio): zastosowanie profesjonalne i/lub komercyjne.

Te urządzenia treningowe są przeznaczone do użytku w salach treningowych obiektów, takich jak kluby sportowe, obiekty szkolne, hotele, kluby i studia, w których dostęp i nadzór są specjalnie regulowane przez właściciela (osobę odpowiedzialną prawnie).

**Klasa H** (użytek domowy): Do użytku domowego.

Te stacjonarne urządzenia treningowe są przeznaczone do użytku w domach prywatnych, gdzie dostęp do urządzenia treningowego jest regulowany przez właściciela (osobę odpowiedzialną prawnie).

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 nieznacznych 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

### LCD - Wyświetlacz:

- + Czas szkolenia w min.
- + Prędkość w km/h
- + Dystans treningowy w km
- + Kalorie w kcal
- + Poziom oporu
- + Tętno (w przypadku korzystania z czujników ręcznych lub pasa na klatkę piersiową)
- + Kadencja (obroty na minutę)
- + Watt

Układ hamulcowy:	elektromagnetyczny hamulec indukcyjny
Poziomy oporu:	32
Masa koła zamachowego:	10 kg

### Watts

Regulowany zakres w programie mocy:	10-350 W
Min. i maks. Watt przy 60 obr/min:	20-300 W
Min. i maks. Watt przy 100 RPM:	73-569 W

Pamięć użytkownika:	4
Programy szkoleniowe ogółem:	23
Programy szybkiego startu:	1
Programy docelowe:	4
Programy sterowane tętnem:	4
Zaprogramowane programy:	12
Programy niestandardowe:	4 (jeden na użytkownika)
Programy watowe:	1

### Waga i wymiary:

Wymiary opakowania (dł. x szer. x wys.):	123 cm x 36 cm x 78 cm
Wymiary zestawu (dł. x szer. x wys.):	122 cm x 61 cm x 154 cm
Masa przedmiotu (brutto, łącznie z opakowaniem):	69 kg
Waga przedmiotu (netto, bez opakowania):	58 kg

Maksymalna waga użytkownika:	180 kg
------------------------------	--------

Klasa użytkowa:	S
-----------------	---



## 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.
- + Właściciel musi przekazać wszystkim użytkownikom wszystkie ostrzeżenia i instrukcje.

### **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.
- + W przypadku braku wolnego koła istnieje ryzyko obrażeń spowodowanych obracającymi się pedałami i/lub odsłoniętym kołem zamachowym. Nigdy nie wsiadaj ani nie zsiadaj z urządzenia, gdy pedały lub koło zamachowe są w ruchu. Należy zawsze upewnić się, że pedały lub koło zamachowe całkowicie się zatrzymały.
- + Podczas wsiadania i zsiadania z roweru należy trzymać się kierownicy co najmniej jedną ręką. Z urządzenia należy zsiadać dopiero po całkowitym zatrzymaniu pedałów.
- + 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 boso.

### **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.
- + Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy zawsze dokręcić pasek pedałów, aby zapobiec ześlizgnięciu się stóp.

### **OSTROŻNIE**

- + Należy upewnić się, że wystające elementy regulacyjne mogą utrudniać użytkownikowi poruszanie się.

### **UWAGA**

- + Do otworów urządzenia nie wolno wkładać żadnych przedmiotów.
- + Aby chronić urządzenie przed użyciem przez nieupoważnione osoby trzecie, należy zawsze odłączać kabel zasilający (jeśli dostępny), gdy urządzenie nie jest używane i przechowywać je w bezpiecznym miejscu, niedostępnym dla osób nieupoważnionych (np. Dzieci).
- + Korbowe urządzenia treningowe klasy B i C nie nadają się do celów wymagających wysokiej dokładności.

## 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.
- + Jeśli zakupione urządzenie posiada konsolę TFT, należy regularnie przeprowadzać aktualizacje oprogramowania. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby przeprowadzić aktualizację.
- + Systemy i oprogramowanie urządzeń z konsolami TFT są dostrojone do preinstalowanych aplikacji. Nie instaluj żadnych innych aplikacji na konsoli.

### **WSKAZÓWKA**

- + Preinstalowane aplikacje w konsolach TFT są aplikacjami zewnętrznych producentów. Fitshop nie ponosi odpowiedzialności za dostępność, funkcjonalność i zawartość tych aplikacji.

## 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.
- + 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.
- + Wolny obszar w kierunku, z którego uzyskuje się dostęp do urządzenia treningowego, musi być o co najmniej 0,6 m większy niż obszar ćwiczeń.
- + 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.
- + W przypadku klasy użytkowania S urządzenie może być używane wyłącznie w obszarach, w których dostęp, nadzór i kontrola są specjalnie regulowane przez właściciela.

### 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**

- + 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**

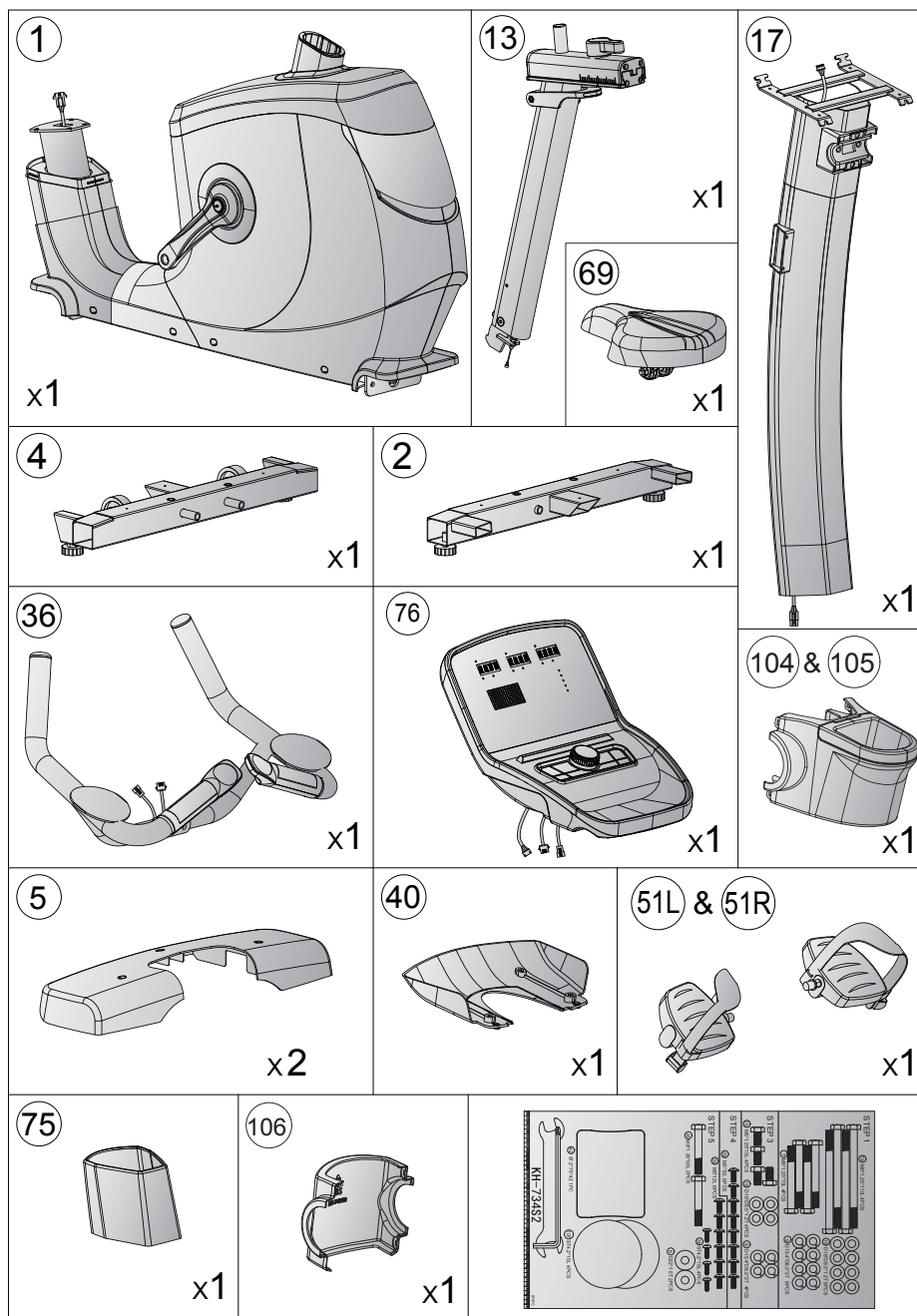
- + Aby przeprowadzenie montażu było tak łatwe, jak to tylko możliwe, niektóre śruby i nakrętki, które będą używane, mogą być już wstępnie zmontowane.
- + Montaż urządzenia najlepiej przeprowadzać w późniejszym, docelowym miejscu instalacji.

## 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.

### WSKAZÓWKA

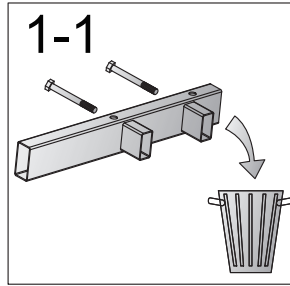
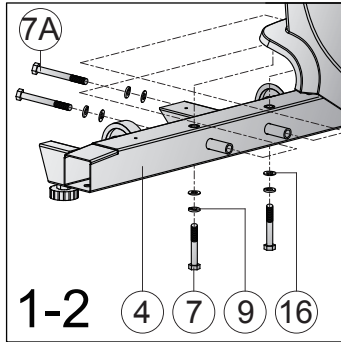
- + Najpierw przykręcić wszystkie dostarczone luzem elementy i sprawdzić ich dopasowanie. Następnie dokręcić śruby za pomocą narzędzia, gdy będzie to konieczne.
- + W przypadku trudności z rozpoznaniem grafiki zalecamy otwarcie instrukcji PDF zapisanej na stronie internetowej na urządzeniu końcowym (np. 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.

### Krok 1: Montaż przedniej i tylnej podstawy

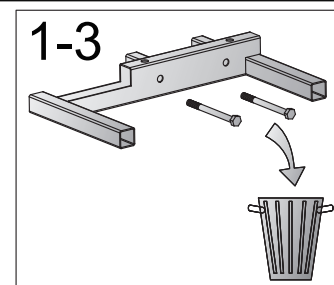
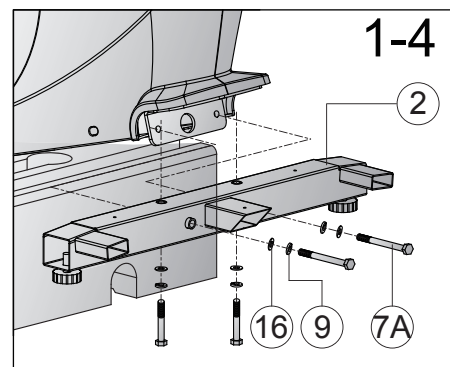
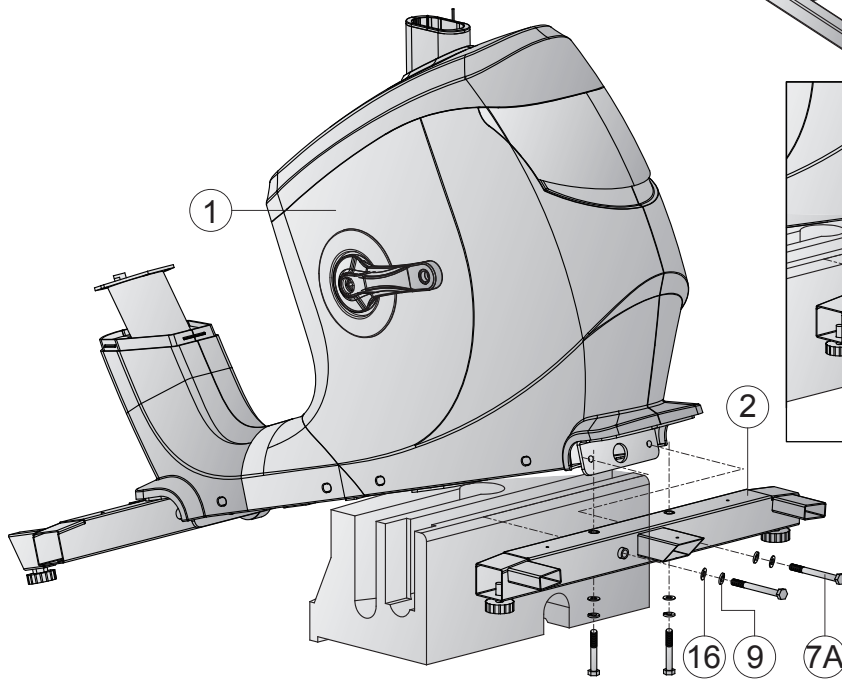
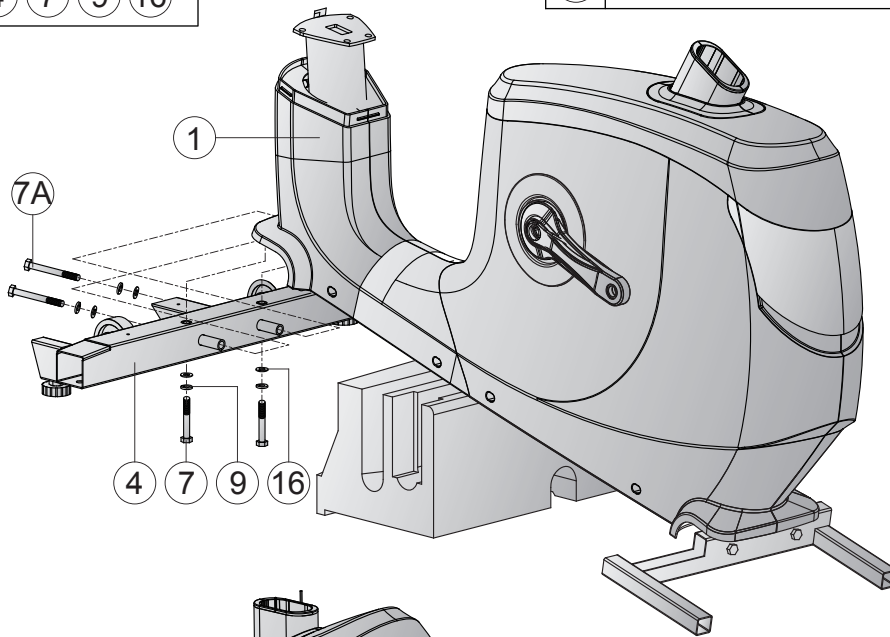
#### UWAGA

W tym kroku montażowym urządzenie musi zostać podniesione z jednej strony. Aby to zrobić, skorzystaj z pomocy drugiej osoby. Dla dodatkowej stabilizacji możesz użyć styropianu z opakowania i umieścić go pod urządzeniem.

1. Zdejmij i wyrzuć przednie mocowanie wraz z dwoma śrubami (patrz Rys. 1-1). Te elementy nie będą potrzebne do montażu.
2. Podnieś ramę przednią i zamontuj przednią podstawę (4) do ramy głównej (1) za pomocą czterech podkładek (16), czterech podkładek sprężystych (9), dwóch śrub (7A), dwóch śrub (7) (patrz rys. 1-2) a następnie mocno dokręć śruby.
3. Zdejmij i wyrzuć tylne mocowanie wraz z dwoma śrubami (patrz rys. 1-3). Te elementy nie będą potrzebne do montażu.
4. Unieś tylną ramę i zamontuj tylną podstawę (2) do ramy głównej (1) za pomocą czterech podkładek (16), czterech podkładek sprężystych (9), dwóch śrub (7A), dwóch śrub (7) (patrz rys. 1-4) a następnie mocno dokręć śruby.



7		M8x1.25x70L	x4
7A		M8x1.25x110L	x4
9		D15.4xD8.2x2T	x8
16		D16xD8.5x1.2T	x8

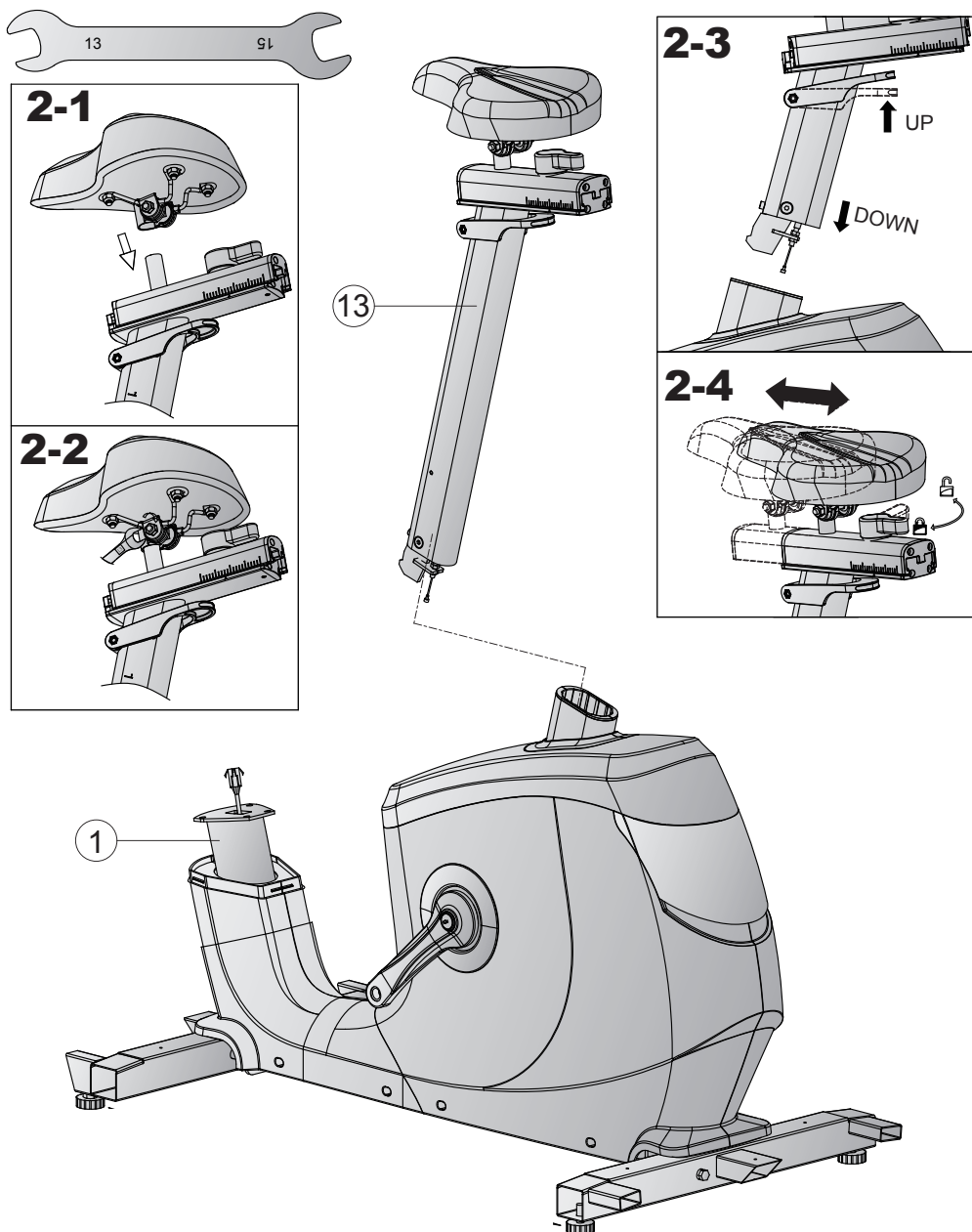


## Krok 2: Montaż siodełka

1. Zamontuj siodełko na sztycy podsiodłowej (13) i dokręć mocno nakrętki za pomocą narzędzia (patrz rys. 2-1 i 2-2).
2. Przyciągnij blokadę na sztycy podsiodłowej (13) w kierunku siodełka i włóż sztycę podsiodłową (13) do ramy głównej (1) (patrz rys. 2-3).

### ❶ WSKAZÓWKA

Jeżeli po zakończeniu montażu pozycja siedzenia nie spełnia Twoich oczekiwań, możesz wyregulować wysokość siedzenia i jego ustawienie boczne, jak pokazano na rysunkach 2-3 i 2-4.





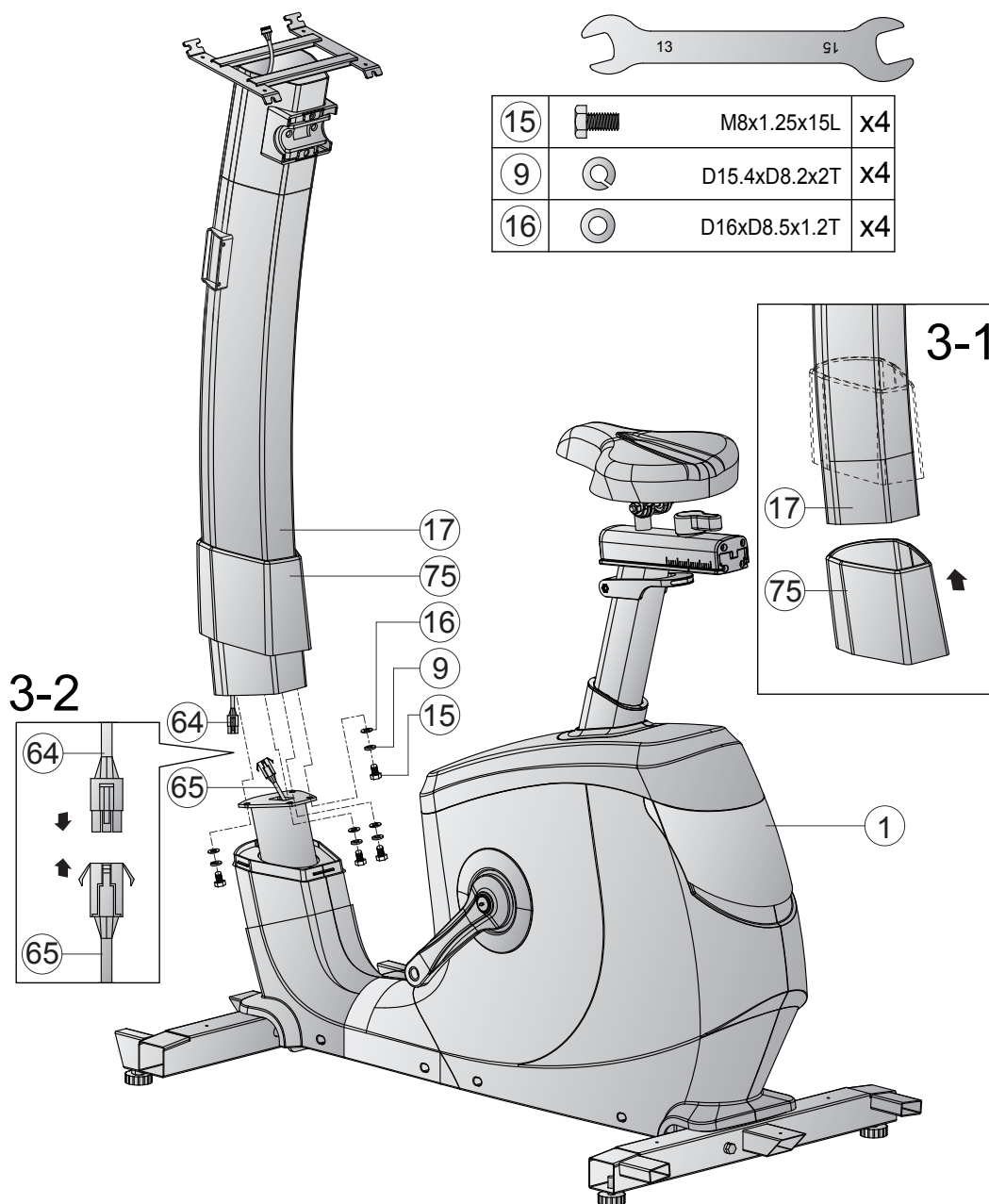
### Krok 3: Montaż masztu konsoli

1. Przesuń pokrywę (75) na maszcie konsoli (17) do góry (patrz rys. 3-1).
2. Połącz ze sobą dwa przewody konsoli (64 & 65) (patrz rys. 3-2).

► **UWAGA**

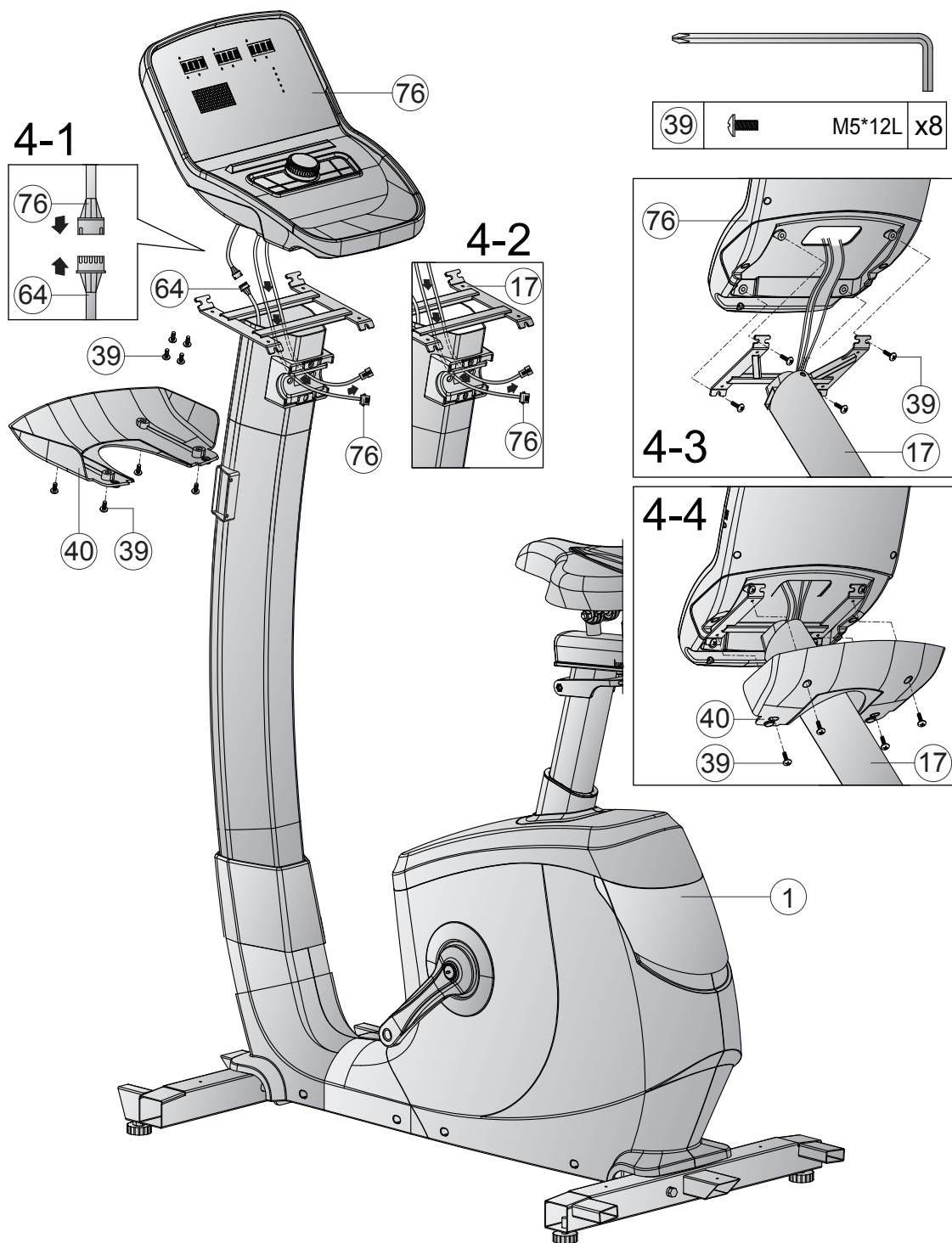
Uważaj, aby nie przytrzasnąć przewodów podczas wykonywania kolejnych czynności.

3. Umieść maszt konsoli (17) na ramie głównej i zamontuj go za pomocą czterech podkładek (16), czterech podkładek sprężystych (9) i czterech śrub (15).
4. Przesuń pokrywę (75) w dół aż do momentu zatrzaśnięcia.



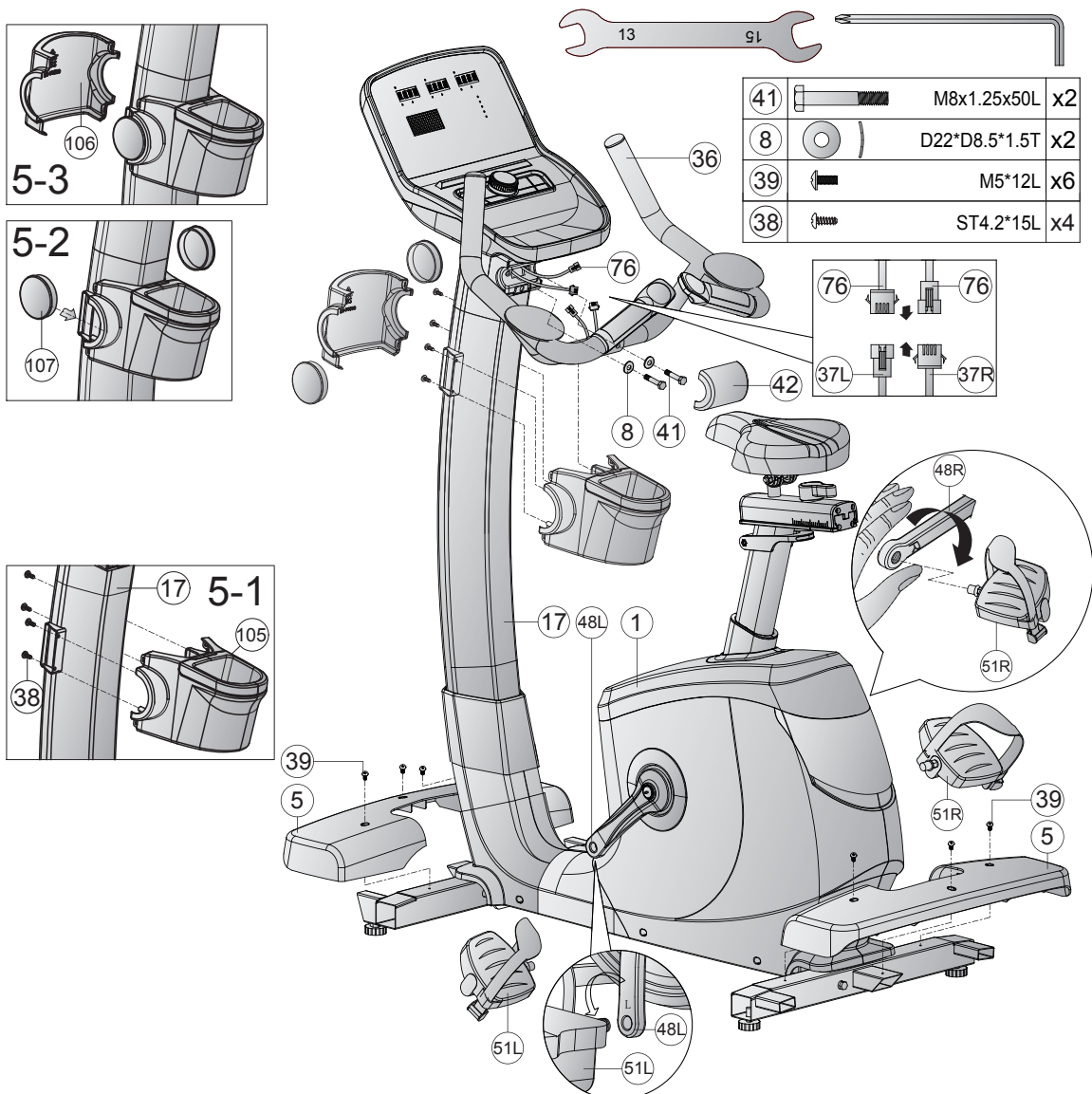
## Krok 4: Montaż konsoli

1. Połącz przewód konsoli (64) z przewodem konsoli (76) tak jak pokazano na Rys. 4-1.
2. Przełóż pozostałe przewody konsoli wychodzące z konsoli (76) przez otwór w maszcie konsoli (17) (patrz Rys. 4-2).
3. Zamontuj konsolę (76) na maszcie konsoli (17) za pomocą czterech śrub (39) (patrz rys. 4-3) a następnie mocno dokręć śruby.
4. Zamontuj osłonę dolną konsoli (40) na maszcie konsoli (17) za pomocą czterech śrub (39) (patrz rys. 4-4) a następnie mocno dokręć śruby.



## Krok 5: Montaż uchwytów

1. Połącz przewody konsoli (76) z przewodami przycisków szybkiego wyboru (37L i 37R).
2. Zamontuj uchwyty (36) do masztu konsoli (17) za pomocą dwóch podkładek falistych (8) i dwóch śrub (41). Następnie mocno dokręć śruby.
3. Załóż osłonę (42) na mocowanie śrubowe.
4. Zamocuj uchwyt na butelki (105) do masztu konsoli (17) za pomocą czterech śrub (38) (patrz rys. 5-1).
5. Włóż dwie boczne nakładki (107) na uchwyt na butelki (105) (patrz rys. 5-2).
6. Zatrzaśnij osłonę (106) na uchwycie na butelkę (105) w sposób pokazany na rysunku (patrz rys. 5-3).



## Krok 6: Montaż pedałów i pokryw podstaw

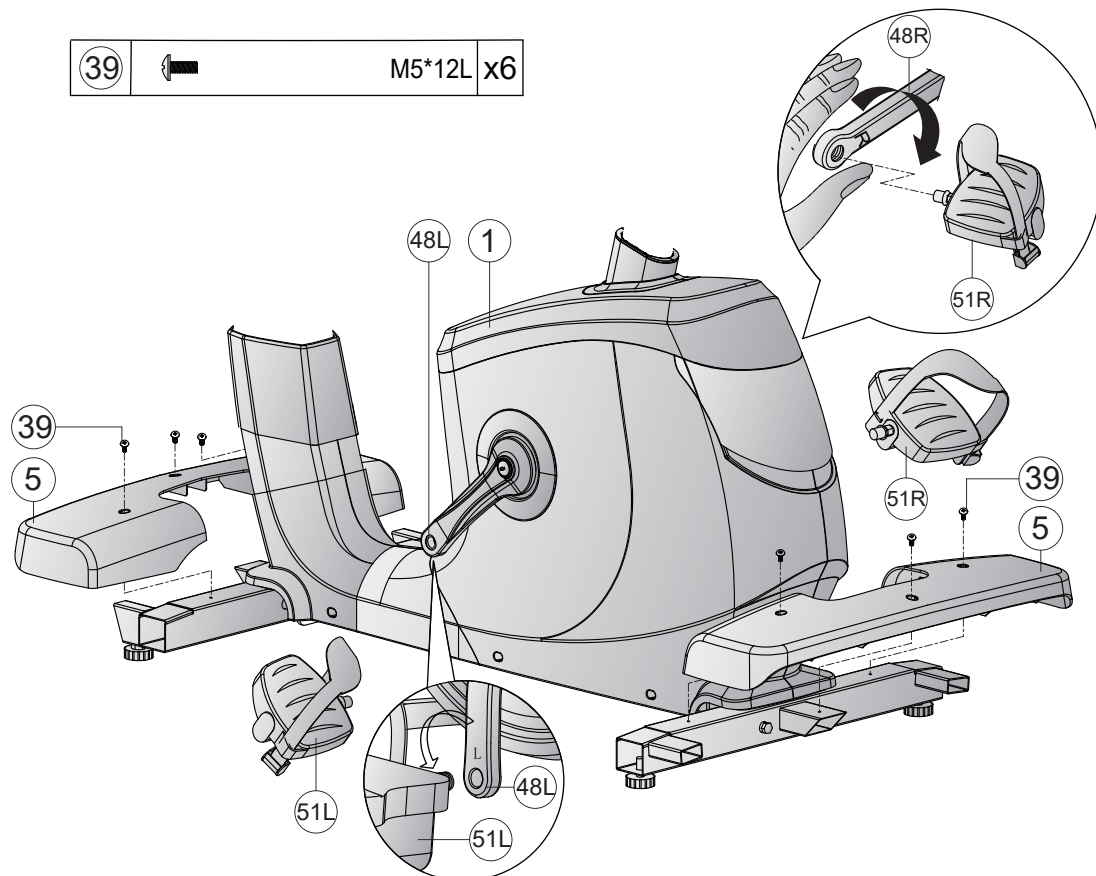
1. Zamocuj lewy pedał (51L) kręcąc w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara na lewej korbie (48L) na ramie głównej (1).
2. Zamocuj prawy pedał (51R) kręcąc w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara na prawej korbie (48R) na ramie głównej (1).



### UWAGA

Upewnij się, że pedały są całkowicie wkręcone.

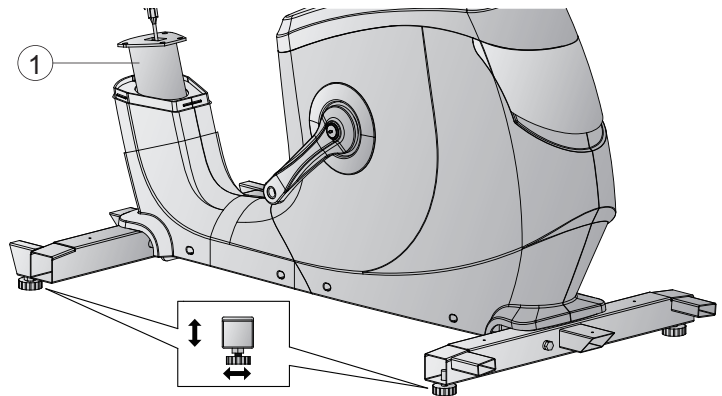
3. Umieść tylną i przednią pokrywę (5) na tylnej i przedniej podstawie (2 i 4) i zamontuj pokrywy (5) za pomocą trzech śrub (39) każdą.



## Krok 7: Wyrównanie nóżek

Jeśli podłoga jest nierówna, należy ustabilizować urządzenia, obracając dwie śruby regulacyjne pod ramą główną.

1. Podnieść urządzenia na wybraną stronę i przekręcić śrubę regulacyjną pod ramą główną.
2. Obrócić śrubę w prawo, aby ją odkręcić i podnieść urządzenia.
3. W celu obniżenia urządzenia, obrócić śrubę w lewo.

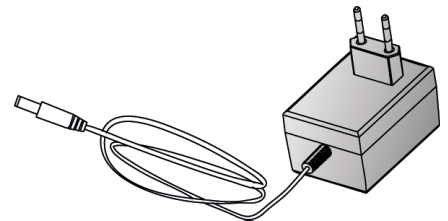


## Krok 8: Podłączanie urządzenia do sieci

### ► UWAGA

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

Podłączyć wtyczkę zasilania do gniazdka, które spełnia wymagania opisane w rozdziale dotyczącym bezpieczeństwa elektrycznego.



### ❗ WSKAZÓWKA

Z gniazdka sieciowego należy korzystać tylko wtedy, gdy poziom naładowania baterii jest niewystarczający.

Dołączony do zestawu adapter służy do ładowania akumulatora, który jest zainstalowany wewnątrz konsoli.

Należy przestrzegać następujących środków ostrożności, w przeciwnym razie wydajność akumulatora może ulec pogorszeniu:

1. Jeśli akumulator jest głęboko rozładowany, należy go ładować przez 8 do 10 godzin.
2. Jeśli akumulator jest częściowo rozładowany, należy go ładować przez 1 do 4 godzin.
3. Jeśli urządzenie nie będzie używane przez dłuższy czas, przed odłożeniem go na miejsce należy całkowicie naładować akumulator.
4. W pełni naładowany akumulator należy ponownie naładować po miesiącu przechowywania.

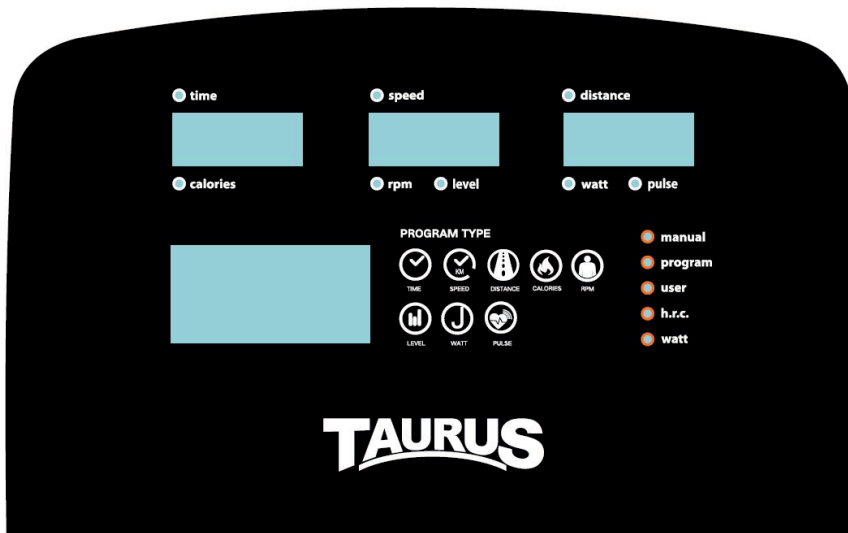
## Prawidłowe wchodzenie i schodzenie

1. Aby wsiąść, chwycić uchwyty obiema rękami i najpierw wejść na lewy pedał lewą stopą lub na prawy pedał prawą stopą, a następnie wejść drugą stopą.
2. Aby zsiąść, należy chwycić uchwyty obiema rękami i postawić jedną stopę obok urządzenia, a następnie drugą.

## ① WSKAZÓWKA

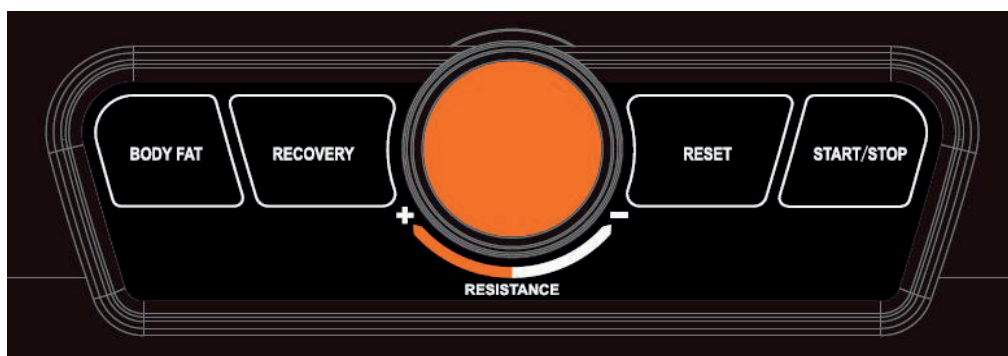
- + Przed rozpoczęciem treningu należy zapoznać się ze wszystkimi funkcjami i możliwościami regulowania urządzenia. Należy zwrócić się do specjalisty o objaśnienie zasad prawidłowego używania produktu.
- + Trening należy zawsze rozpoczynać od niskiego obciążenia i zwiększać je równomiernie i delikatnie. Trening należy zakończyć fazą schładzania. W razie jakichkolwiek pytań lub wątpliwości należy skontaktować się z lekarzem rodzinnym.

## 3.1 Wyświetlacz konsoli



WYŚWIETLACZ	OPIS
<b>TIME(czas)</b>	+ Wyświetlanie czasu treningu (0:00-99:59) + Ustawienie czasu docelowego za pomocą enkodera (pokrętko) (0:00-99:00) w krokach co 1-min.-.
<b>SPEED (Prędkość)</b>	Wyświetlanie aktualnej prędkości treningowej (maks. 99,9)
<b>DISTANCE (Dystans)</b>	+ Wyświetlanie odległości (0.00-99.99) + Ustawienie odległości docelowej za pomocą enkodera (pokrętko) (0.00-99.0) w krokach co 1
<b>CALORIES (Spalone kalorie)</b>	+ Wyświetlanie spalonych kalorii (0-9999) + Ustawienie wartości docelowej za pomocą enkodera (pokrętko) (0-9999) w krokach co 10 kcal-.
<b>RPM</b>	Wyświetlanie aktualnych obrotów na minutę (RPM) (0-999)
<b>LEVEL(Opór)</b>	Wskazanie aktualnego poziomu oporu
<b>WATTS</b>	Wyświetlanie mocy (0-999)
<b>PULSE (Tętno)</b>	+ Wyświetlanie tętna (0-230) + Ustawienie wartości docelowej za pomocą enkodera (pokrętko) (0-30-230) w krokach co 1-

## 3.2 Funkcje przycisków



PRZYCISK	OPIS
<b>Encoder (Pokrętło)</b>	+ Zwiększenie wartości ustawienia lub oporu treningowego + Zmniejszenie wartości ustawienia lub oporu treningowego + Zatwierdzenie ustawień
<b>BODY FAT</b>	Badanie procentowej zawartości tłuszczu w organizmie
<b>RECOVERY</b>	Sprawdzenie tętna spoczynkowego
<b>RESET</b>	W trybie ustawień lub wyboru, naciśnij, aby powrócić do trybu treningu początkowego. Aby ponownie uruchomić konsolę, naciśnij i przytrzymaj przez 2 sekundy.
<b>START/STOP</b>	Rozpoczęcie/zatrzymanie treningu

### 3.3 Włączanie urządzenia

Po podłączeniu urządzenia do sieci elektrycznej konsola uruchamia się automatycznie. Wszystkie segmenty zostaną podświetlone.

1. Wybierz profil użytkownika (U1 - U4).
2. Wprowadź swoją płeć (SEX), wiek (AGE), wzrost (HEIGHT) i wagę (WEIGHT).

*Zostaniesz przekierowany do menu głównego*

W menu głównym możesz teraz wybierać pomiędzy poszczególnymi programami:

- + MANUAL (szybki start i programy docelowe)
- + PROGRAM (programy profilowe)
- + USER PROGRAM (program użytkownika)
- + H.R.C (programy sterowane tętnem)
- + WATT (program watowy)



### 3.4 Tryb czuwania

Po czterech minutach bez wprowadzania danych i/lub ruchu użytkownika, konsola przejdzie w tryb czuwania-. Gdy tylko konsola zarejestruje ruch, wychodzi z trybu gotowości.



## 3.5 MANUAL (Programy sterowane ręcznie)

W sekcji MANUAL możesz wybrać pomiędzy programem Quick Start a używaniem programów docelowych. Dla programów docelowych możliwe są ustawienia czasu (TIME), dystansu (DISTANCE), kalorii (CALORIES), tętna (PULSE).

### 3.5.1 Program szybkiego startu

1. Wybierz w menu głównym program MANUAL i potwierdź wybór jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.
2. Aby uruchomić program Quick Start, naciśnij bezpośrednio przycisk Start.



*Wszystkie wartości będą wzrastać.*

3. Aby wstrzymać program, naciśnij ponownie przycisk START/STOP.
4. Aby zakończyć program, naciśnij przycisk RESET.

### 3.5.2 Programy docelowe

Istnieją dwie opcje dla programów docelowych. Dla programów docelowych można określić jedną lub więcej wartości docelowych.

#### Trening w oparciu o wartość docelową

1. Wybierz program MANUAL w menu głównym i potwierdź wybór jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.
2. Ustaw żadaną wartość docelową dla czasu, kalorii, dystansu lub tętna za pomocą pokrętki i potwierdź wartość jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.



#### **OSTRZEŻENIE**

Twoje urządzenie do ćwiczeń nie jest sprzętem medycznym. Pomiar tętna z tego urządzenia może być niedokładny. Na dokładność wyświetlanego tętna mogą wpływać różne czynniki. Wyświetlane tętno służy wyłącznie jako pomoc treningowa.

3. Aby uruchomić program, naciśnij przycisk START / STOP.



#### **WSKAZÓWKA**

Podczas treningu możliwe jest dostosowanie poziomu oporu za pomocą enkodera.

*Ustawiona wartość jest odliczana w dół, pozostałe wartości są odliczane w górę.*

4. Aby wstrzymać program, naciśnij ponownie przycisk START/STOP.
5. Aby zakończyć program, naciśnij przycisk RESET.

## Trening w oparciu o kilka wartości docelowych

1. Wybierz program MANUAL z menu głównego i potwierdź wybór jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.
2. Ustaw żadaną wartość docelową dla czasu, kalorii, dystansu i/lub tętna za pomocą pokrętki i potwierdź wartość jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.

### **OSTRZEŻENIE**

Twoje urządzenie do ćwiczeń nie jest sprzętem medycznym. Pomiar tętna z tego urządzenia może być niedokładny. Na dokładność wyświetlanego tętna mogą wpływać różne czynniki. Wyświetlane tętno służy wyłącznie jako pomoc treningowa.

3. Aby uruchomić program, naciśnij przycisk START / STOP.

### **WSKAZÓWKA**

Podczas treningu możliwe jest dostosowanie poziomu oporu za pomocą enkodera.

*Ustawione wartości są odliczane w dół, pozostałe wartości są odliczane w górę.*

4. Aby wstrzymać program, naciśnij ponownie przycisk START/STOP.
5. Aby zakończyć program, naciśnij przycisk RESET.

## 3.6 PROGRAM (Programy profilowe)

Do dyspozycji masz w sumie 12 programów profilowych.

1. Wybierz PROGRAM w menu głównym i potwierdź wybór jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.
2. Wybierz jeden z programów profilowych za pomocą pokrętki i potwierdź wybór, jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.
3. Użyj enkodera, aby ustawić żądany czas treningu i potwierdź wybór jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.
4. Aby rozpocząć program, naciśnij przycisk START/STOP.



### **WSKAZÓWKA**

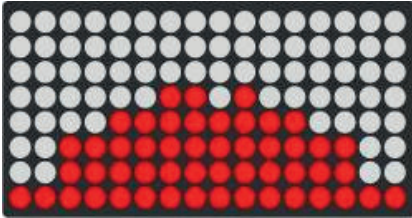
Podczas treningu możliwe jest dostosowanie poziomu oporu za pomocą enkodera.

5. Aby wstrzymać program, naciśnij ponownie przycisk START/STOP.

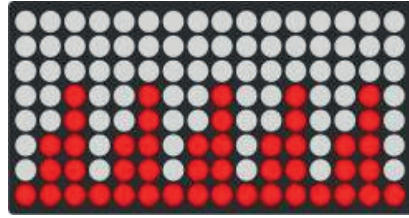
### **WSKAZÓWKA**

Podczas gdy program jest wstrzymany, można ponownie ustawić czas treningu.

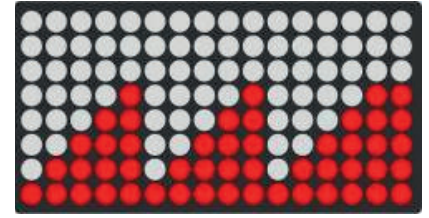
6. Aby zakończyć program, naciśnij przycisk RESET.



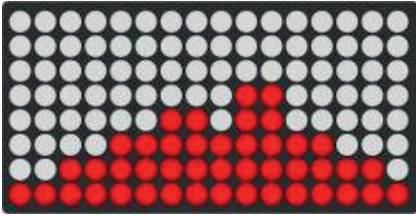
P1



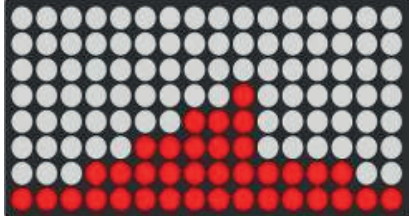
P2



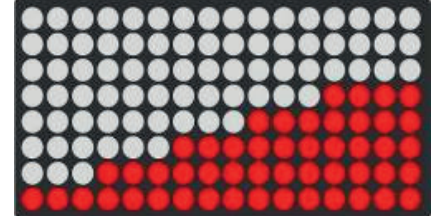
P3



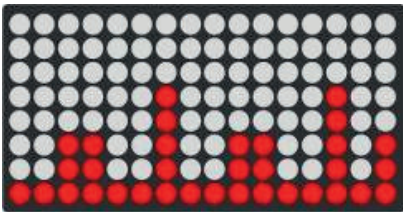
P4



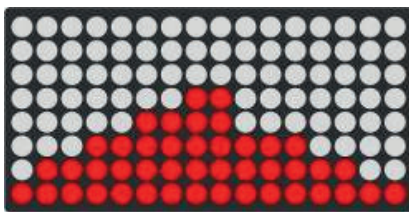
P5



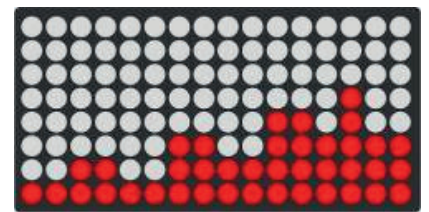
P6



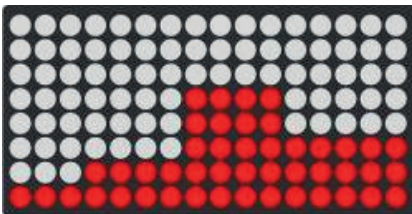
P7



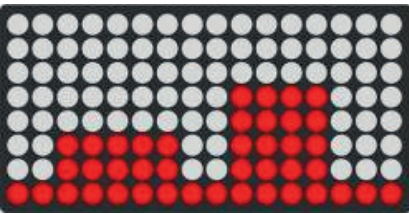
P8



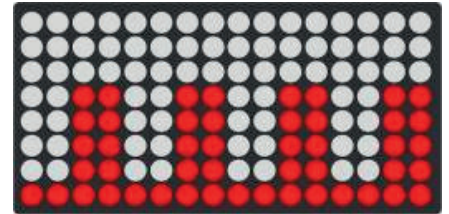
P9



P10



P11



P12

### 3.7 USER (Program zdefiniowany przez użytkownika)

W programie zdefiniowanym przez użytkownika dostępnych jest 16 segmentów.

1. Wybierz program USER w menu głównym i potwierdź wybór jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.
2. Ustaw wartości oporu dla każdego segmentu i potwierdź każdą wartość jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.
3. Aby zakończyć ustawianie wartości, naciśnij i przytrzymaj koder przez 2 sekundy.



Na wyświetlaczu pokazywana jest ostatnio ustawiona wartość

Następnie masz możliwość ustawienia czasu za pomocą enkodera.

4. Ustaw wartość czasu za pomocą enkodera i potwierdź wybór jednokrotnym naciśnięciem pokrętki lub naciśnij przycisk START/STOP, aby rozpocząć trening bezpośrednio.

#### **WSKAZÓWKA**

Podczas treningu możliwe jest dostosowanie poziomu oporu za pomocą enkodera.

5. Aby wstrzymać program, naciśnij ponownie przycisk START/STOP.
6. Aby zakończyć program, naciśnij przycisk RESET.

## 3.8 H.R.C. (Programy sterowane tętnem)

### ⚠ OSTRZEŻENIE

Urządzenie treningowe nie jest urządzeniem medycznym. Wykonywany przez urządzenie pomiar tętna może być niedokładny. Wiele różnych czynników może mieć wpływ na dokładność wskazywania pulsu. Wskazywanie pulsu służy wyłącznie za pomoc w trenowaniu.

Do dyspozycji masz trzy programy sterowane tętnem. Wybierz jedno z trzech wstępnie ustawionych docelowych wartości tętna (55%, 75% lub 90% Twojego maksymalnego tętna) lub wybierz TARGET i wprowadź ręcznie inną docelową wartość tętna. Twoje maksymalne tętno jest określone przez konsolę na podstawie wprowadzonego wieku. Do tych programów zalecamy pas na klatkę piersiową.



1. Wybierz H.R.C. w menu głównym i potwierdź wybór jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.
2. Wybierz jedną z zaprogramowanych wartości tętna lub TARGET za pomocą pokrętki i potwierdź wybór jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.
3. Jeśli wybrałeś opcję TARGET, ustaw docelowe tętno za pomocą pokrętki i potwierdź wartość jednokrotnym naciśnięciem pokrętki.

### 📘 WSKAZÓWKA

Domyślną wartością TARGET jest 100.

- 3.1. Opcjonalnie możesz następnie ustawić wartość dla czasu i potwierdzić ją przez jednokrotne naciśnięcie pokrętki.
4. Aby rozpocząć program, naciśnij przycisk START/STOP i umieść ręce na czujnikach pulsu lub użyj opcjonalnego pasa na klatkę piersiową.

*Podczas treningu wyświetlane jest aktualne tętno.*

### 📘 WSKAZÓWKA

Jeśli tętno nie zostanie zarejestrowane, na wyświetlaczu pojawi się komunikat:



5. Aby wstrzymać program, naciśnij ponownie przycisk START/STOP.
6. Aby zakończyć program, naciśnij przycisk RESET.

### 3.9 WATT (Program sterowany mocą)

1. Wybierz program WATT w menu głównym i potwierdź wybór jednokrotnym naciśnięciem pokrętła.
2. Ustaw docelową wartość za pomocą enkodera i potwierdź jednokrotnym naciśnięciem pokrętła.



**WSKAZÓWKA**

Domyślną wartością jest 120.

3. Użyj enkodera, aby ustawić żądany czas treningu i potwierdź wpis, naciskając enkoder jeden raz lub naciśnij przycisk START/STOP, aby bezpośrednio rozpocząć trening.

**WSKAZÓWKA**

Wartość oporu jest automatycznie dostosowywana do ustawionej wartości mocy.

4. Aby wstrzymać program, naciśnij ponownie przycisk START/STOP.
5. Aby zakończyć program, naciśnij przycisk RESET.

### 3.10 RECOVERY (Test ortostatyczny)

Użyj funkcji regeneracji po sesji treningowej, aby zmierzyć tętno spoczynkowe.

Aby uruchomić funkcję regeneracji, naciśnij przycisk RECOVERY i umieść dłonie na czujnikach pulsu lub użyj opcjonalnego pasa na klatkę piersiową.

Na wyświetlaczu pojawi się odliczanie od 00:60 do 00:00.



**WSKAZÓWKA**

Aby wyjść z funkcji regeneracji, należy ponownie nacisnąć przycisk RECOVERY.

Na podstawie końcowego tętna, po zakończeniu odliczania, otrzymasz wynik kondycji od F1 do F6:

F1	Bardzo dobry
F2	Dobry
F3	Średni
F4	Dostateczny
F5	Słaby
F6	Bardzo słaby

### 3.11 BODY FAT (Pomiar tkanki tłuszczowej)

1. Wybierz swój profil użytkownika (U1-U4).
2. Aby rozpocząć pomiar zawartości tłuszczu w organizmie, naciśnij przycisk BODY FAT w menu głównym i umieść dłonie na ręcznych czujnikach pulsu.

**WSKAZÓWKA**

Jeśli na wyświetlaczu pojawi się „E-1” to oznacza to, że nieprawidłowo zostały ułożone dłonie na czujnikach pomiaru pulsu

**WSKAZÓWKA**

Aby przerwać pomiar tkanki tłuszczowej i powrócić do poprzedniego programu, należy ponownie nacisnąć przycisk BODY FAT.

Po zakończeniu testu zobaczysz wartości procentowej zawartości tłuszczu (FAT%) i swojego BMI.

**WSKAZÓWKA**

Jeśli wynik testu nie mieści się w zakresie 5%-50%, na wyświetlaczu pojawi się kod błędu E-4.



## 3.12 Technologia bezprzewodowa i aplikacje fitness

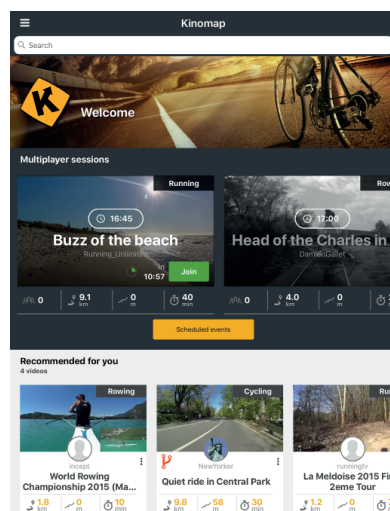
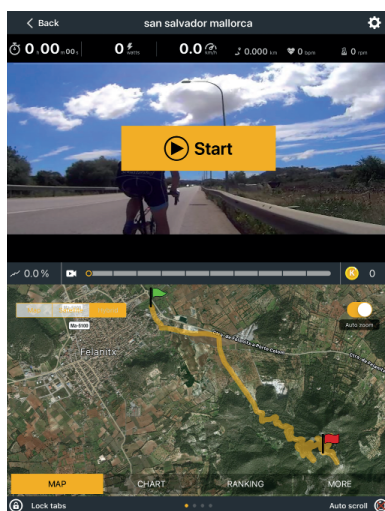
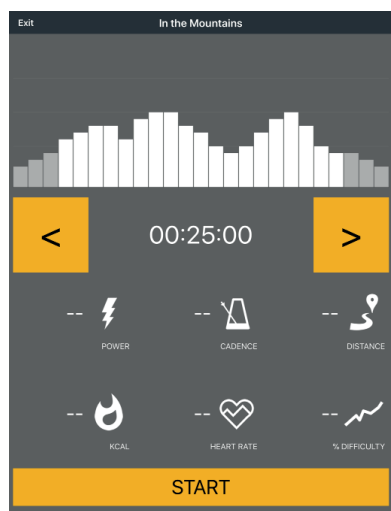
Konsola tego urządzenia wyposażona jest w funkcję technologia bezprzewodowa. Pamiętaj, że Twoje urządzenie mobilne musi być kompatybilne z interfejsem technologia bezprzewodowa urządzenia fitness.

Aby korzystać z aplikacji treningowych, włącz technologia bezprzewodowa na swoim urządzeniu mobilnym (tablet lub smartfon) i otwórz aplikację fitness. Wybierz swoje urządzenie fitness. Aby to zrobić, postępuj zgodnie z instrukcjami w aplikacji. Nazwę swojego urządzenia znajdziesz na małej naklejce z tyłu konsoli.

Aplikacje treningowe znajdziesz w sklepach z aplikacjami google lub Apple. Znajdziesz tam na przykład aplikacje "Kinomap" lub "Zwift". Pamiętaj, że są to aplikacje pochodzące od zewnętrznych producentów. Fitshop/Fitshop nie ponosi odpowiedzialności za dostępność, funkcjonalność i zawartość tych programów.

### WAŻNA INFORMACJA

Preinstalowane aplikacje są produkowane i dostarczane przez zewnętrznych producentów. Mogą wystąpić zmiany i zakłócenia w dostępności tych aplikacji. Fitshop nie ponosi odpowiedzialności za dostępność, funkcjonalność i zawartość tych aplikacji. Aby zapewnić funkcjonalność preinstalowanych aplikacji, muszą być one regularnie aktualizowane. Każda z aplikacji poinformuje Cię o tym w odpowiednim momencie. Do przeprowadzenia aktualizacji potrzebne jest konto Google. Wystarczy adres e-mail Google. Aby przeprowadzić odpowiednią aktualizację, wystarczy postępować zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie. Należy pamiętać, że system jest dostosowany do preinstalowanych aplikacji. Nie instaluj żadnych innych aplikacji na konsoli. Nie można zagwarantować, że będą one działać prawidłowo. Instalowanie dodatkowych aplikacji może prowadzić do problemów technicznych.



Przykład: Kinomap



## 4.1 Wskazówki ogólne

### ⚠ 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.

### ► UWAGA

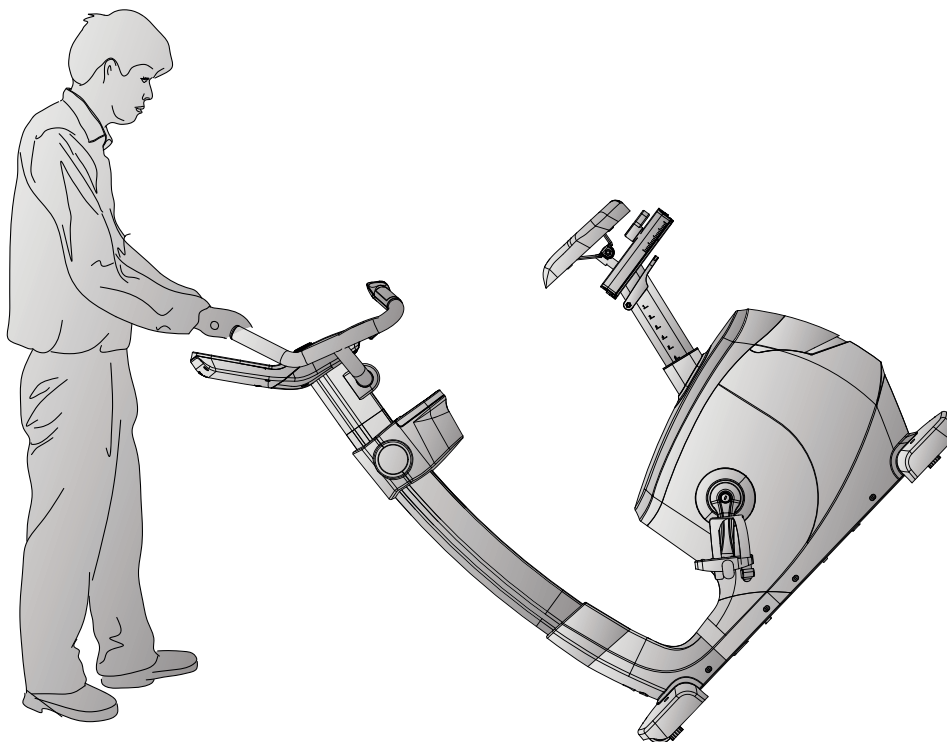
- + Upewnić się, że w wybranym miejscu przechowywania urządzenie jest chronione przed wilgocią, kurzem i brudem. Miejsce przechowywania powinno być suche i dobrze wentylowane, ze stałą temperaturą otoczenia od 10°C do 35°C.

## 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"> <li>+ Źródła zakłóceń w pomieszczeniu</li> <li>+ Nieodpowiedni pasek na klatce piersiowej</li> <li>+ Nieprawidłowa pozycja paska na klatce piersiowej</li> <li>+ Uszkodzony pasek na klatce piersiowej lub wyczerpana bateria</li> <li>+ Uszkodzony wskaźnik tętna</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Usunąć źródła zakłóceń (np. telefon komórkowy, WLAN, kosiarka robotyczna lub odkurzacz robotyczny itp.)</li> <li>+ Użyć odpowiedniego paska na klatce piersiowej (patrz ZALECENIE DOTYCZĄCE AKCESORIÓW)</li> <li>+ Poprawić ułożenie paska na klatce piersiowej i/lub zwilżyć elektrody</li> <li>+ Wymienić baterie</li> <li>+ Sprawdzić, czy możliwe jest wyświetlanie tętna w oparciu o tętno ręki</li> </ul>

## 5.3 Kody i lokalizacja błędów

Układ elektroniczny urządzenia przez cały czas wykonuje testy. W razie odchyłek na wyświetlaczu pojawia się kod błędu i następuje zatrzymanie normalnej pracy ze względu na bezpieczeństwo użytkownika.

**W celu uzyskania technicznej obsługi klienta należy skontaktować się z partnerem umowy.**

## 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
Wyświetlacz konsoli	C	P
Plastikowe osłony	C	P
Śruby i połączenia przewodów		P
Sprawdź, czy pedały są dobrze zamocowane		P
Objaśnienie: C = czyszczenie; P = przegląd		

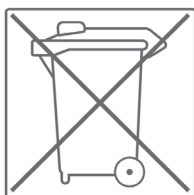


Jeśli nie możesz zeskanować kodów-QR, możesz uzyskać dostęp do wszystkich filmów Fitshop na YouTube, otwierając YouTube i wpisując "Fitshop" w polu wyszukiwania.

Po zeskanowaniu kodu-QR za pomocą funkcji aparatu fotograficznego lub aplikacji do skanowania kodów-QR w smartfonie, w serwisie YouTube otworzy się film na temat ogólnej konserwacji roweru stacjonarnego. Film służy do zilustrowania punktów konserwacji opisanych w niniejszej instrukcji. Pamiętaj, że film może nie być dostępny w Twoim języku lub z odpowiednimi napisami.

## 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 rowerów stacjonarnych 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. W przypadku wielu rowerów stacjonarnych można również wymienić **siodełko** lub **pedały**, ponieważ są to zazwyczaj takie same mocowania jak w rowerach tradycyjnych.

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!



Pokrowiec na siodełko



Pas piersiowy



Żel kontaktowy



Mata podłogowa



Siodełko



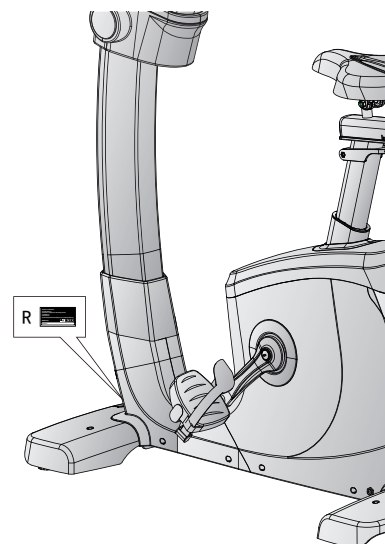
Spray silikonowy

## 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)	Prod. Numer części	Specyfikacja	Liczba
1	Main frame	734G1-3-1000-BA0		1
2	Rear stabilizer	734S0-3-2112-BA0		1
3	Adjustable round wheel	76100-6-2174-B0	D50*M10*1.5	4
4	Front stabilizer	734S0-3-2100-BA0		1
5	Front stabilizer cover	734S0-6-2186-B0	600*190.2*79.4	2
6	Allen bolt	50308-5-0040-F3	M8*1.25*40L	2
7	Bolt	50108-5-0070-F4	M8*1.25*70L	4
7A	Bolt	50108-5-0110-F5	M8*1.25*110L	4
8	Curved washer	55108-3-2215-FA	D22xD8.5x1.5T	2
9	Spring washer	55108-2-1520-FA	D15.4xD8.2x2T	12
10L	Front left decorative cover(black)	734G0-6-4523-B0	483.5*98.3*256.6	1
10R	Front right decorative cover(black)	734G0-6-4546-B0	483.5*101.7*256.6	1
11	Upper decorative cover	734S0-6-4520-B0	629.3*170.6*114	1
12	Rear cover	734S0-6-4514-B20	191.9*172.1*138.4	1
13	Seat post welding set	734S0-3-2200-A40		1
14	Inner tube	734S0-6-1071-B0	50*100*340L	2
15	Hext bolt	50108-5-0015-F0	M8*1.25*15L	4
16	Flat washer	55108-1-1612-FA	D16*D8.5*1.2T	12
17	Front post	734S2-3-2000-BA1		1
18	Adjustable handle	734S0-6-4084-B0	80*D43*31	1
19	End cap(1)	734S0-6-2286-B0	60*41.8*10T	2
20	End cap(2)	734S0-6-2287-B0	60*28.7*10T	2
21	Bearing	58006-6-1042-00	#6004-2RS(C0) (SKF)	2
22	Waved washer	55120-5-2705-DA	D27*D20.3*0.5T	1
23	Screw	54203-2-0030-F0	M3*0.5*30L	4
24	C ring	55519-1-2312-DA	D22.5*D18.5*1.2T	2
25	Cross screw	54203-2-0012-F0	M3*0.5*12L	2
26	Crank Axle	734S0-3-2903-00		1
27	Pulley wheel	58008-6-1037-D0	D260*25*3T	1
28	Anti-loosen nut	55206-1-2006-FA	M6*1.0*6T	5
29	Hex bolt	50106-5-0015-C0	M6x1.0x15L	4

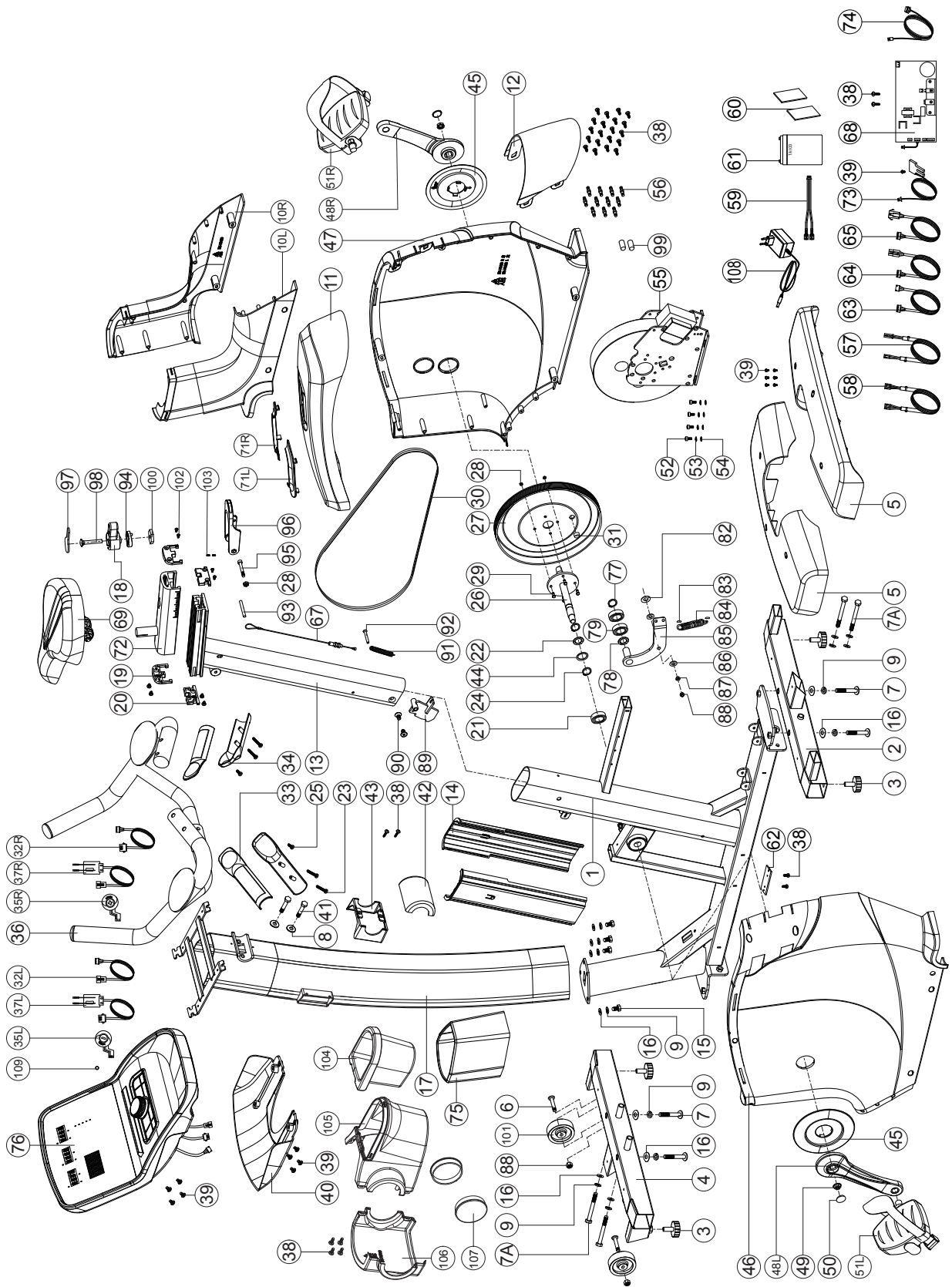
30	Multi-groove belt	58004-6-1114-00	450 PJ8	1
31	Round magnet	174R4-6-2574-00	M02	1
32L	Upper cable for quick button(2)	734S0-6-2539-00	400L	1
32R	Upper cable for quick button(1)	734S0-6-2542-00	400L	1
33	Upper cover for handpulse	747S0-6-2517-B0	184.5*20.8*50	2
34	Lower cover for handpulse	747S0-6-2518-B0	184.5*35.2*50	2
35L	Membrane button(-)	734S0-6-2534-00	D39	1
35R	Membrane button (+)	734S0-6-2533-00	D39	1
36	Handlebar	734S0-3-2400-J1		1
37L	Lower cable for quick button(2)	747S0-6-2536-00	850L	1
37R	Lower cable for quick button(1)	747S0-6-2544-00	850L	1
38	Screw	52842-2-0015-F0	ST4.2*15L	32
39	Cross bolt	52605-2-0012-F0	M5*0.8*12L	16
40	Back cover for console	747S0-6-2529-B0	337.6*225.5*58.4	1
41	Bolt	50108-5-0050-F3	M8*1.25*50L	2
42	Rear protective cover for handlebar	734S0-6-3781-B0	97.2*75*42	1
43	Front protective cover for handlebar	734S0-6-3780-B0	100*77.1*42	1
44	Flat washer	55120-1-2615-NA	D26*D21*1.5T	1
45	Crank cover	734S0-6-4524-C0	D150*D41*14.2	2
46	Left chain cover	73402-6-4501-B0	728*98.3*519	1
47	Right chain cover	734S0-6-4502-B0	728*101.7*519	1
48L	Left crank	58007-6-1093-C0	170Lx9/16"-20BC	1
48R	Right crank	58007-6-1094-C0	170Lx9/16"-20BC	1
49	Anti-loosen nut	734S0-6-2775-N0	M10*1.25*9T	2
50	Bolt cover	734S0-6-2779-C0	D29*11.5L	2
51L&51R	Pedal	58029-6-1105-B0	JD-36A	1
52	Screw	54006-5-0015-D0	M6*1.0*15L	4
53	Spring washer	55106-2-1013-NA	D10.5*D6.1*1.3T	4
54	Flat washer	55106-1-1310-NA	D13*D6.5*1.0T	4
55	Self-generator system	734G0-3-3102-00	D242.7*84.5*13.5kg	1
56	Pin	71600-6-4586-60	D6*26.5*7.7	12
57	Connecting cable	738G0-6-3177-00	500L	1

58	Connecting cable(2)	747G0-6-3182-00	1000L	1
59	"Battery connecting cable "	818G0-6-2553-01	750L	1
60	Buffer	818G0-6-2594-B0	25*2T*80	2
61	Chargeable battery	818G0-6-2554-00	12V 2.6Ah	1
62	Fixing board(1)	818G0-6-1085-BA0	77*48*2.0T	1
63	Upper computer cable	747G0-6-2572-00	300L	1
64	Middle computer cable	734G0-6-2587-00	1000L	1
65	Lower computer cable	734G0-6-2573-00	1350L	1
67	Tension cable	734S1-6-2603-00	D1.5x465L	1
68	Controller	818G0-6-2597-00	GEM-C03	1
69	Saddle	58001-6-1352-B0	LS-A13	1
71L	Left gasket for chain cover	734S0-6-4548-B0	179.9*52.1*21.2	1
71R	Right gasket for chain cover	734S0-6-4549-B0	179.9*52.1*21.2	1
72	Adjustable tube for saddle	734S0-3-4000-A40		1
73	Sensor cable	805S0-6-2576-00	500L	1
74	Power delivery cable	807S1-6-2596-00	700L	1
75	Upper protective cover	734S0-6-4580-B0	170*147*125.5	1
76	Computer	734G1-6-2501-B0	SR-8627-31	1
77	C ring	55517-1-0010-00	S-17(1T)	1
78	Waved washer	55117-5-2203-DA	D17*D22*0.3T	3
79	Bearing	58006-6-1044-00	6203-2RS SKF	2
82	Flat washer	55108-1-2830-NA	D28*D8.5*3T	1
83	Plastic cover	803K0-6-1082-00	D3*30L	2
84	Spring	58003-6-1013-N1	D2.2*D14*55L	1
85	Fixing plate for idle wheel	734S0-3-1600-00		1
86	Plastic flat washer	55110-1-2404-BF	D10*D24*0.4T	2
87	Hex nut	55208-2-2006-NA	M8*1.25*6T	1
88	Nylon nut	55208-1-2008-FA	M8*1.25*8T	3
89	Adjustable rod	734S0-3-2225-N0		1
90	Allen bolt	51608-5-0016-F0	M8*1.25*16L	2
91	Spring	58003-6-1078-N0	D1.5*D14*50L	1
92	Bolt	53205-2-0040-N0	M5*0.8*40L	1
93	Fixing bar	734S0-6-2210-N0	D6*49L	1



94	Tighten gasket	734S0-6-4086-B0	D38*11T	1
95	Allen screw	54006-5-0045-F3	M6*1.0*45L	1
96	Pull handle	734S0-6-2274-B0	152.5*53*32.2	1
97	End cap for adjustable handle	734S0-6-4085-B0	74*D37*3T	1
98	Square neck bolt	50508-5-0050-D3	M8x1.25x50L	1
99	Buffer	55308-4-0020-G9	D10.5*20L	2
100	Block plate	734S0-6-4073-N0	31*31*6T	1
101	Moving wheel	26100-6-1087-B0	D65*24	2
102	Round head cross screw	50805-2-0010-F0	M5x0.8x10L	4
103	Inner hex fastening screw	54605-2-0012-D0	M5*0.8*12L	2
104	Water bottle holder	747S0-6-2074-B0	113*138.3*120.5	1
105	Water bottle holder(rear)(black)	749S0-6-2092-B0	203.1*189*157.4	1
106	Water bottle holder(front)(black)	749S0-6-2091-B0	189*154.2*67.9	1
107	Cap	55376-1-0016-B8	D76*16	4
108	Adaptor	831D2-6-2584-00	output 12V,2A	1
109	Earphone plug	747S0-6-4590-B0	10*9.5*5	1
	Allen spanner	58030-6-1031-N1	M6	1
	Open spanner	58030-6-1035-N1	155*30*5T	1

## 8.3 Rysunek w rozbiciu na części



Produkty TAURUS® są poddawane surowej kontroli jakości. Jeśli jednak zakupione u nas urządzenia treningowe nie działają 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 Fitshop 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 znajdują 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 wygaśnięciu okresu gwarancyjnego posiadacz gwarancji ponosi koszty części, konserwacji, naprawy, instalacji 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.

## 10 KONTAKT

DE	DK	UK
<p><b>TECHNIK</b></p> <p> +49 4621 4210-900</p> <p> +49 4621 4210-698</p> <p> <a href="mailto:technik@fitshop.de">technik@fitshop.de</a></p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p> <p><b>SERVICE</b></p> <p> 0800 20 20277 (kostenlos)</p> <p> 04621 4210 - 0</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.de">info@fitshop.de</a></p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: <a href="https://stg.fit/statita">https://stg.fit/statita</a></p>	<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p> 80 90 16 50</p> <p>+49 4621 4210-945</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.dk">info@fitshop.dk</a></p> <p> Åbningstider kan findes på hjemmesiden: <a href="https://stg.fit/statit7">https://stg.fit/statit7</a></p> <p><b>FR</b></p> <p><b>TECHNIQUE &amp; SERVICE</b></p> <p> +33 (0) 189 530984</p> <p>+49 4621 42 10 933</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.fr">info@fitshop.fr</a></p> <p> Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet: <a href="https://stg.fit/statit4">https://stg.fit/statit4</a></p>	<p><b>CUSTOMER SUPPORT</b></p> <p> 00800 2020 2772</p> <p>+494621 4210 944</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.co.uk">info@fitshop.co.uk</a></p> <p> You can find the opening hours on our homepage: <a href="https://stg.fit/statitc">https://stg.fit/statitc</a></p> <p><b>BE</b></p> <p><b>TECHNIQUE &amp; SERVICE</b></p> <p> 02 732 46 77</p> <p>+49 4621 4210 933</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.be">info@fitshop.be</a></p> <p> Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet: <a href="https://stg.fit/statit8">https://stg.fit/statit8</a></p>
<p><b>ES</b></p> <p><b>TECNOLOGÍA Y SERVICIOS</b></p> <p> 911 238 029</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.es">info@fitshop.es</a></p> <p> Consulta nuestro horario de apertura en la página web: <a href="https://stg.fit/statit5">https://stg.fit/statit5</a></p>	<p><b>NL</b></p> <p><b>TECHNISCHE DIENST &amp; SERVICE</b></p> <p> +31 172 619961</p> <p> <a href="mailto:service@fitshop.nl">service@fitshop.nl</a></p> <p> De openingstijden vindt u op onze homepage: <a href="https://stg.fit/statit3">https://stg.fit/statit3</a></p>	<p><b>INT</b></p> <p><b>TECHNICAL SUPPORT &amp; SERVICE</b></p> <p> +49 4621 4210-944</p> <p> <a href="mailto:service-int@fitshop.de">service-int@fitshop.de</a></p> <p> You can find the opening hours on our homepage: <a href="https://stg.fit/statita">https://stg.fit/statita</a></p>
<p><b>PL</b></p> <p><b>DZIAŁ TECHNICZNY I SERWIS</b></p> <p> 22 307 43 21</p> <p>+49 4621 42 10-948</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.pl">info@fitshop.pl</a></p> <p> Godziny otwarcia można znaleźć na stronie głównej: <a href="https://stg.fit/statit6">https://stg.fit/statit6</a></p>	<p><b>AT</b></p> <p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 0800 20 20277 (Freecall)</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.at">info@fitshop.at</a></p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: <a href="https://stg.fit/statitb">https://stg.fit/statitb</a></p>	<p><b>CH</b></p> <p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 0800 202 027</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.ch">info@fitshop.ch</a></p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: <a href="https://stg.fit/statit9">https://stg.fit/statit9</a></p>

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

[www.fitshop.pl/nasze-filie](http://www.fitshop.pl/nasze-filie)

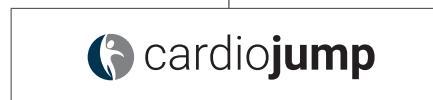
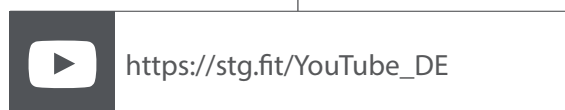
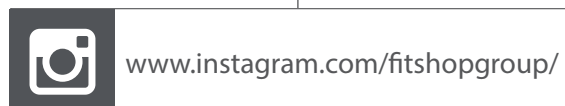
# ŻYJEMY DLA FITNESSU

## SKLEP INTERNETOWY I MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

Obecnie firma Fitshop, z ponad 70 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 Fitshop 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<sup>®</sup>**

**Rower stacjonarny UB10.5 Pro**