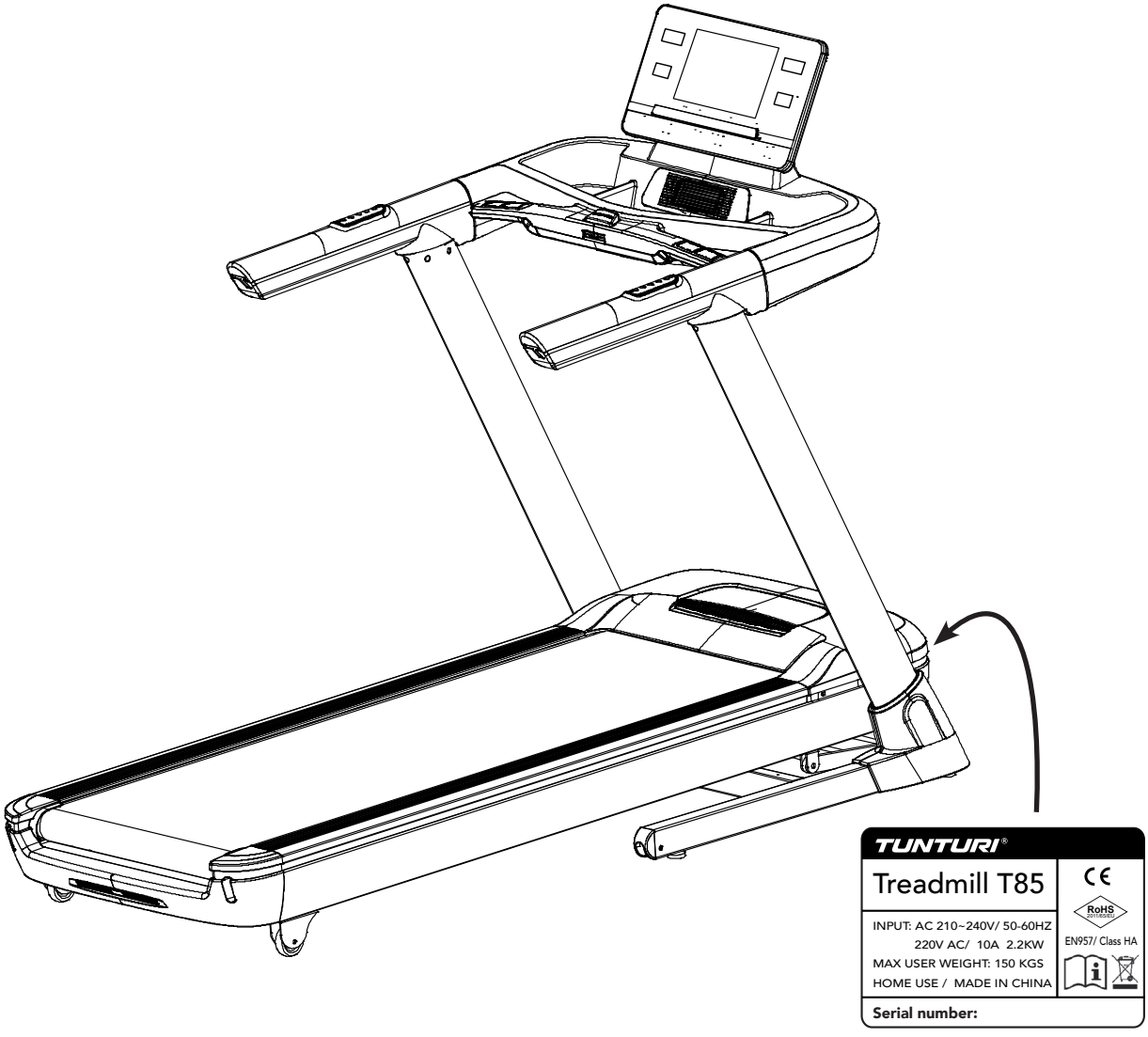
TUNTURI®

# T85 Běžecký trenažér

## Uživatelský návod




www.tunturi.com

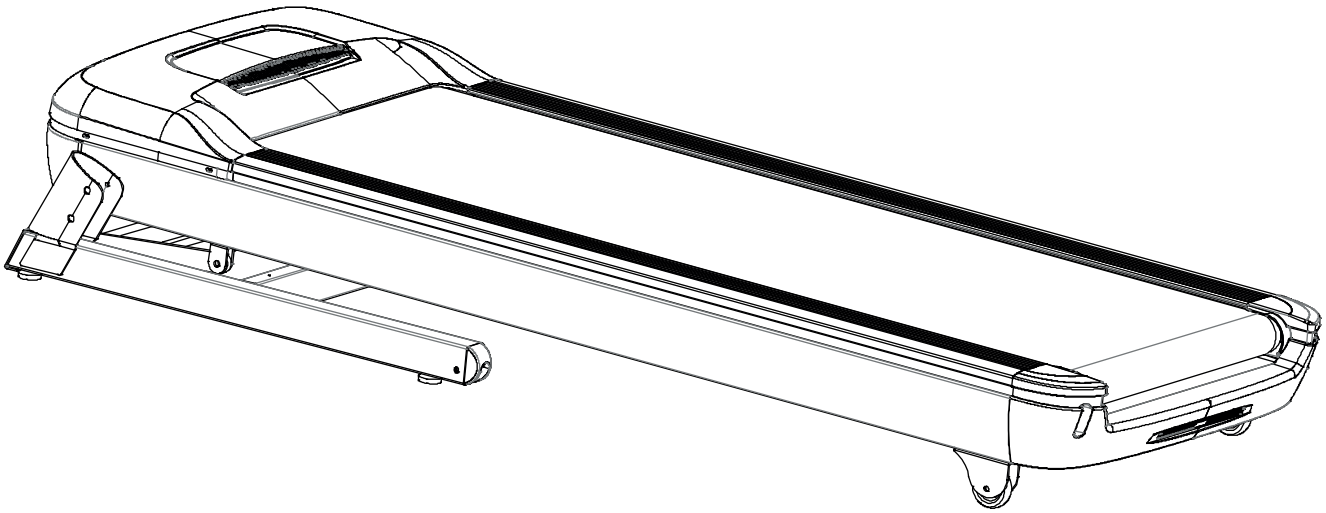
### Upozornění

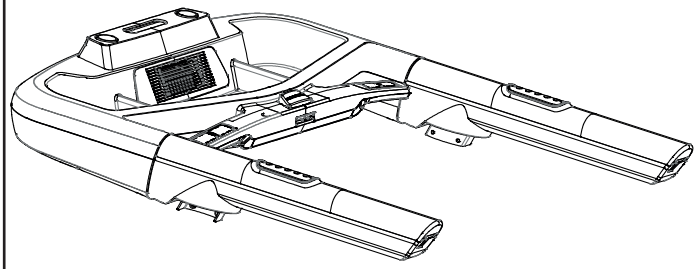
Před použitím si pečlivě přečtěte tento návod a prohlédněte obrázky k sestavení stroje.

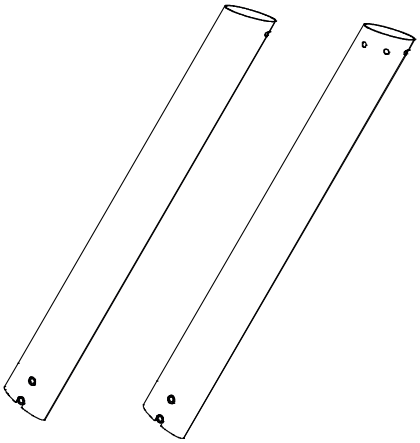
# A

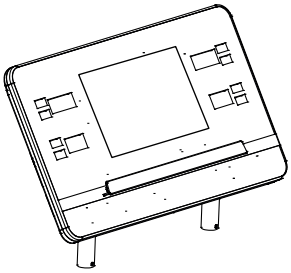
ENDURANCE

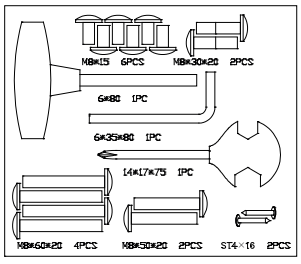
# B

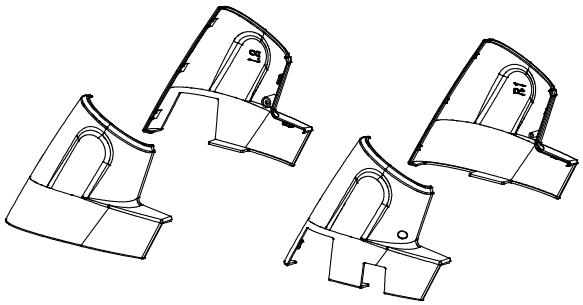




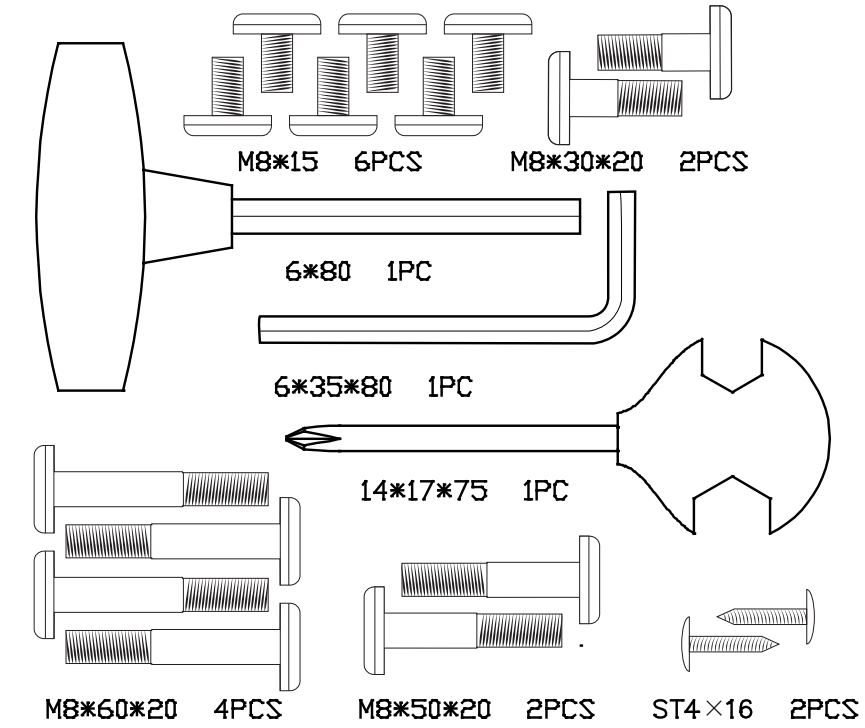




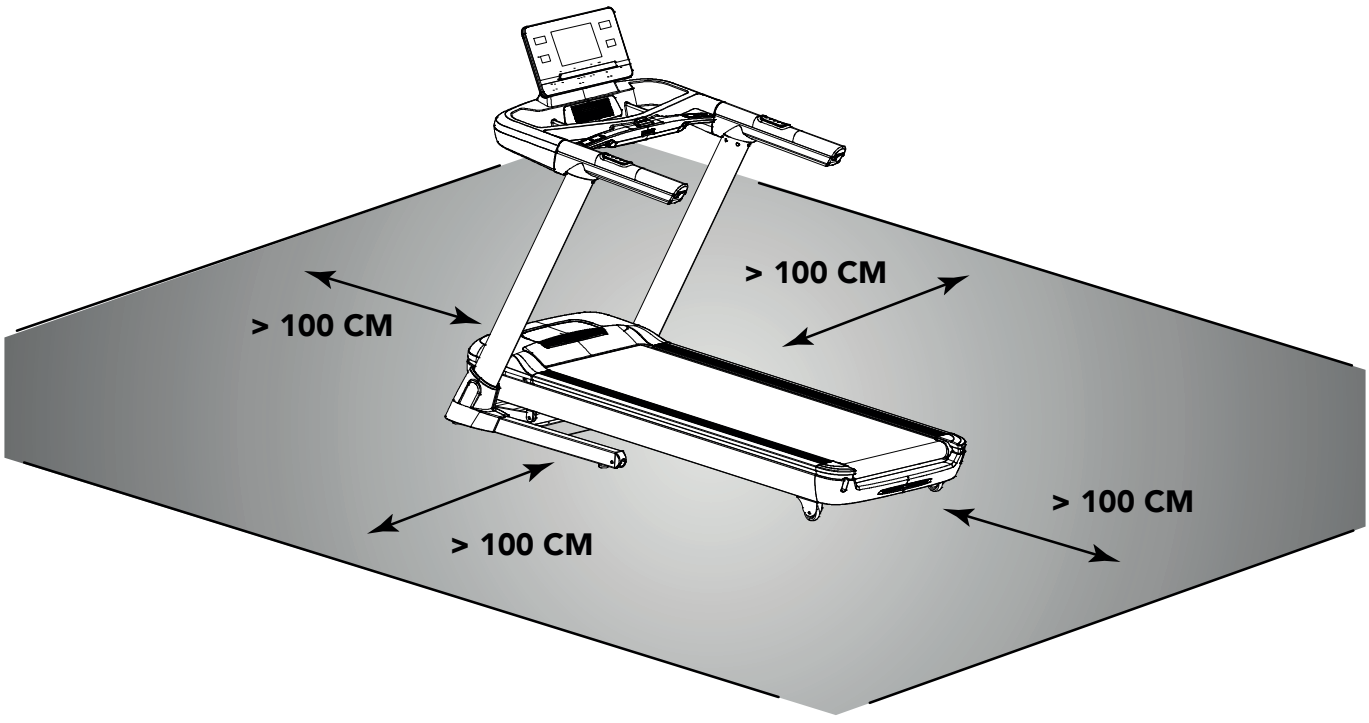

M8*15 6PCS
M8*30*20 2PCS
6*80 1PC
6*35*80 1PC
14*17*75 1PC
M8*60*20 4PCS
M8*50*20 2PCS
ST4*16 2PCS


L1
R1

# C



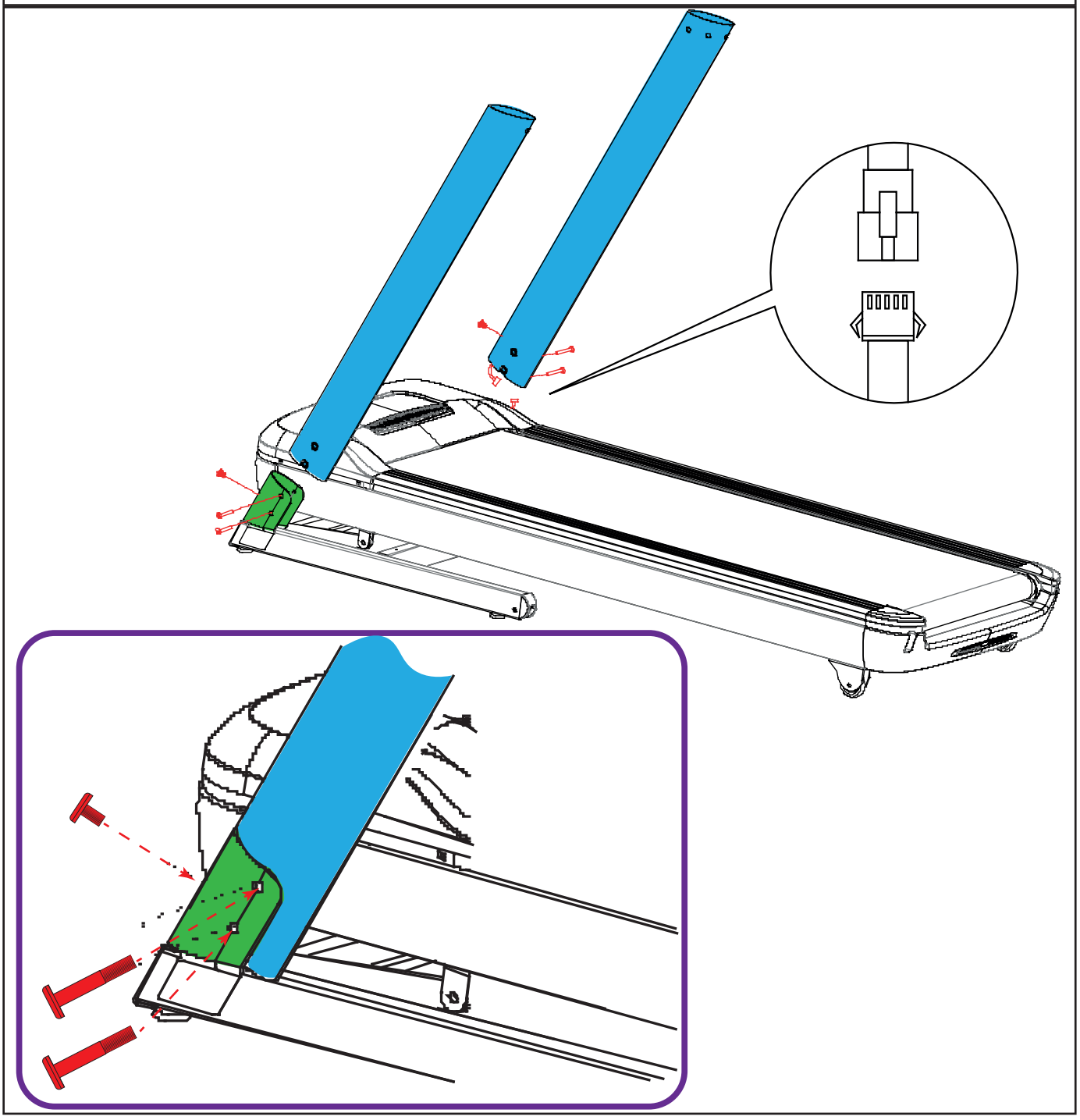

# D-0

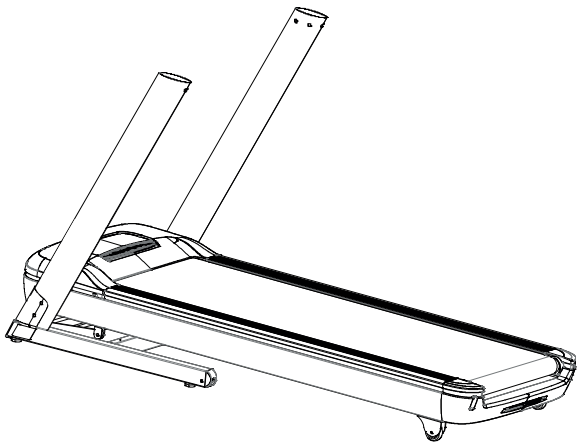


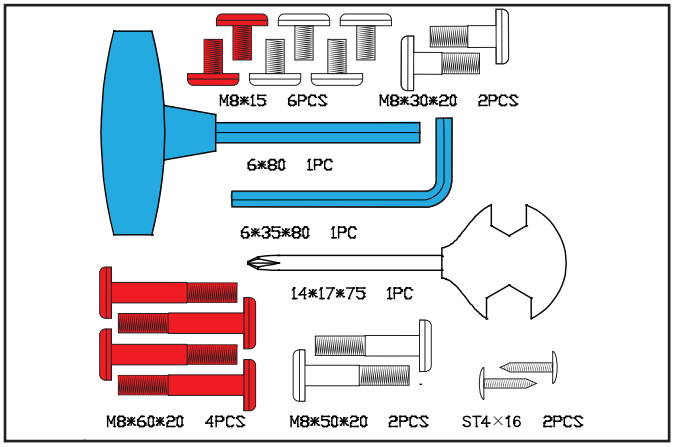



ENDURANCE

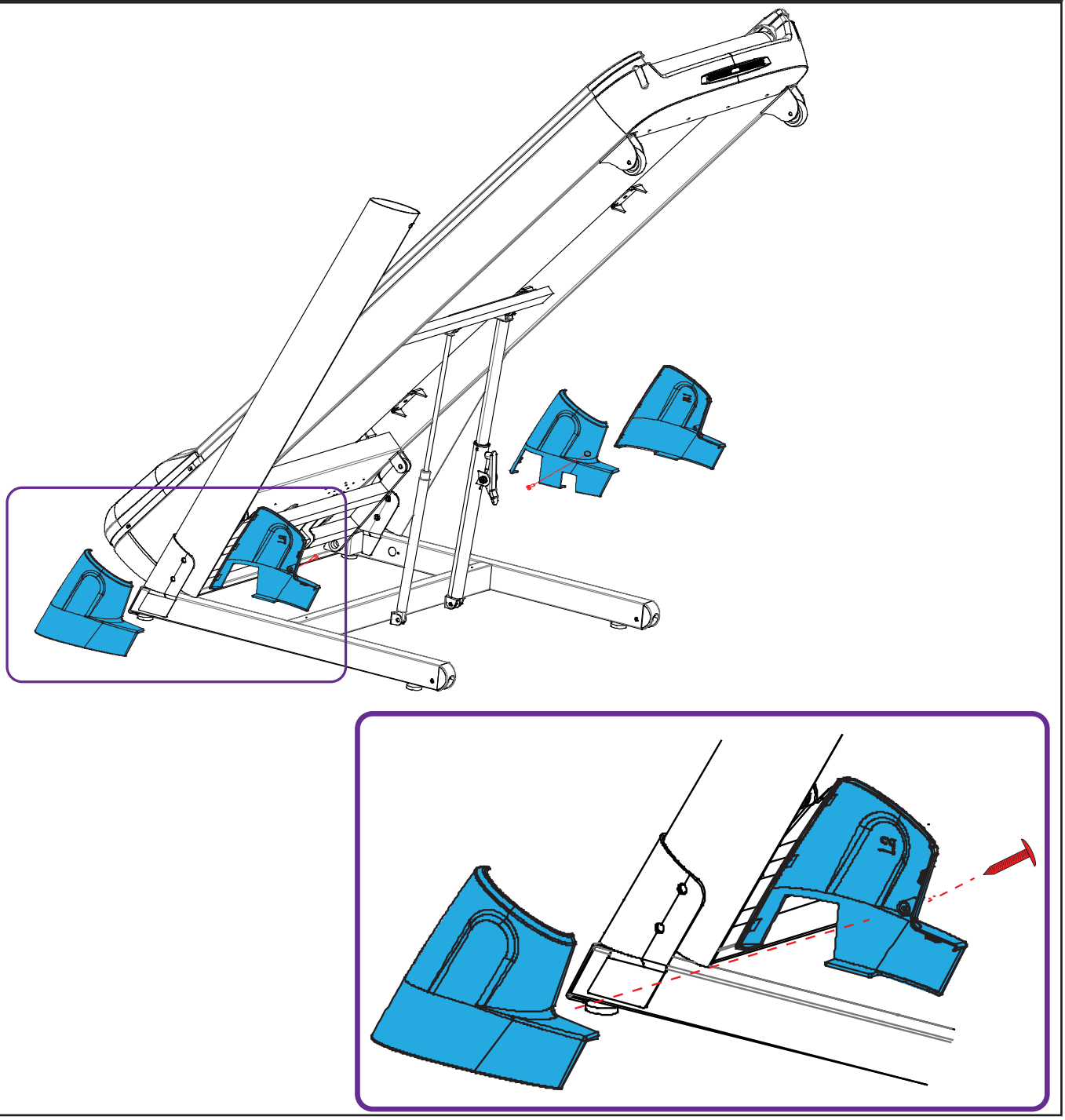
# D-1

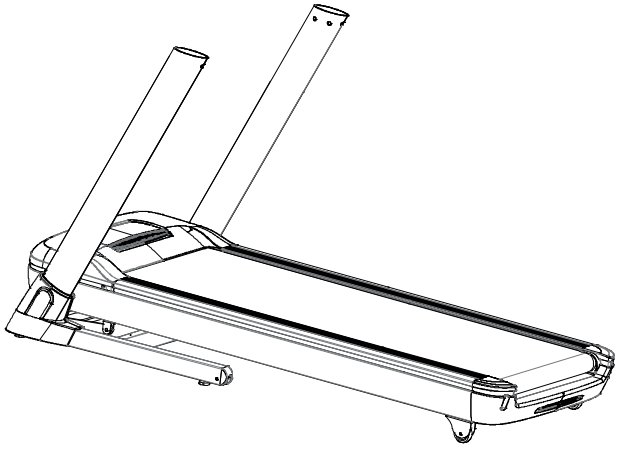


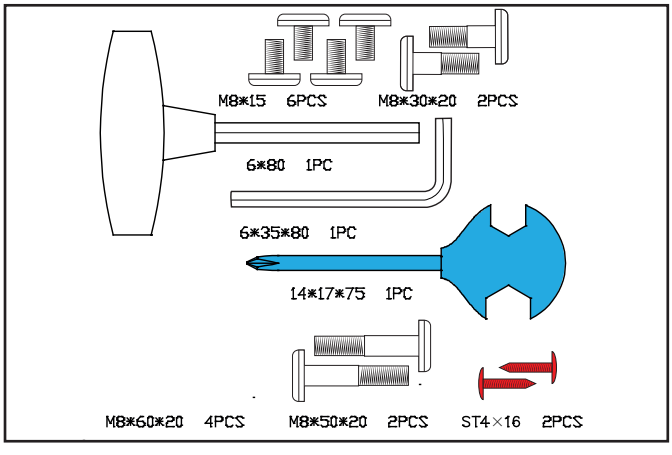



M8*15 6PCS
M8*30*20 2PCS
6*80 1PC
6*35*80 1PC
14*17*75 1PC
M8*60*20 4PCS
M8*50*20 2PCS
ST4×16 2PCS

# D-2



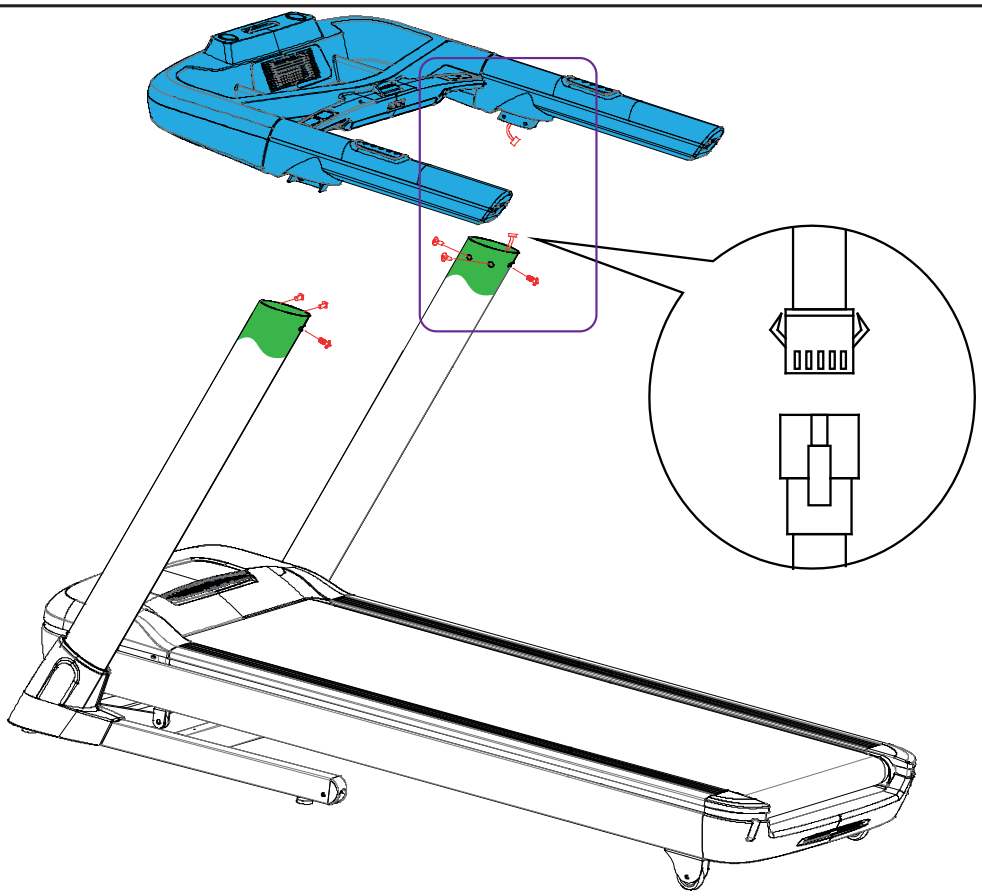


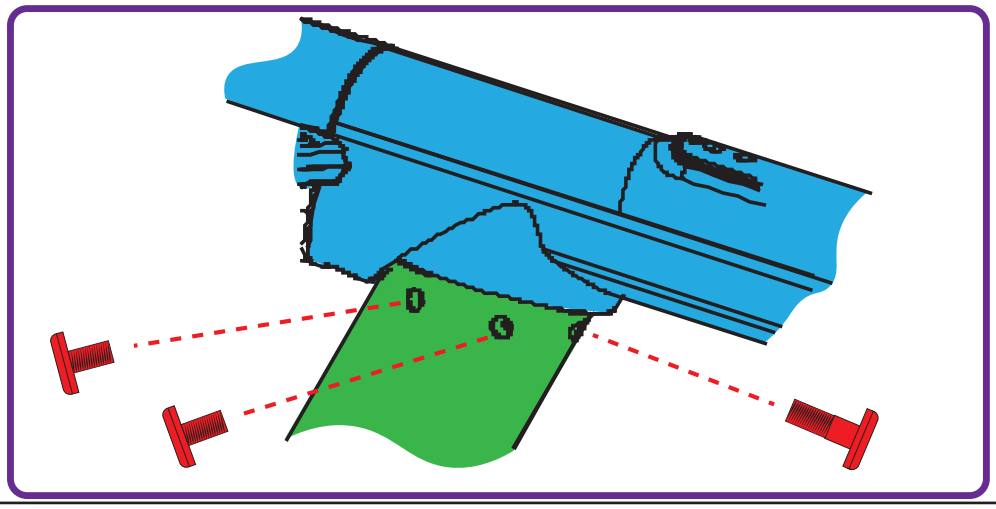


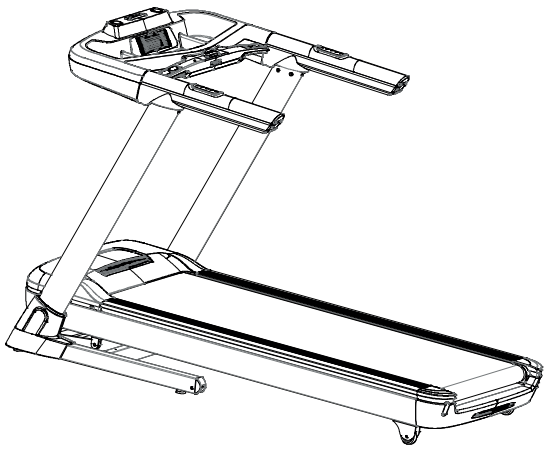


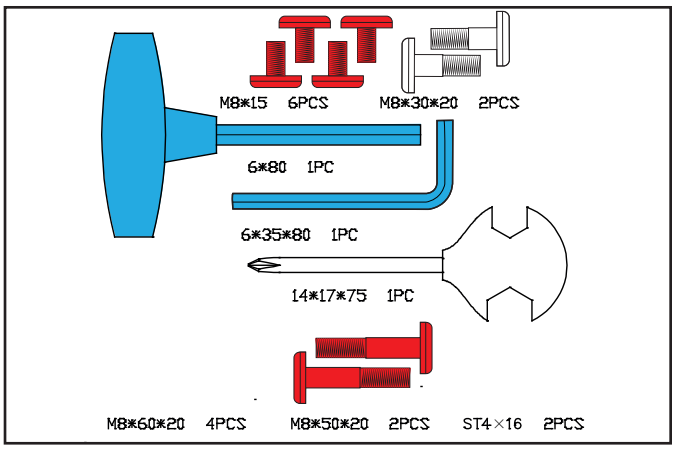

ENDURANCE

# D-3

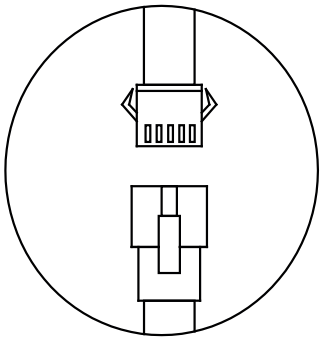


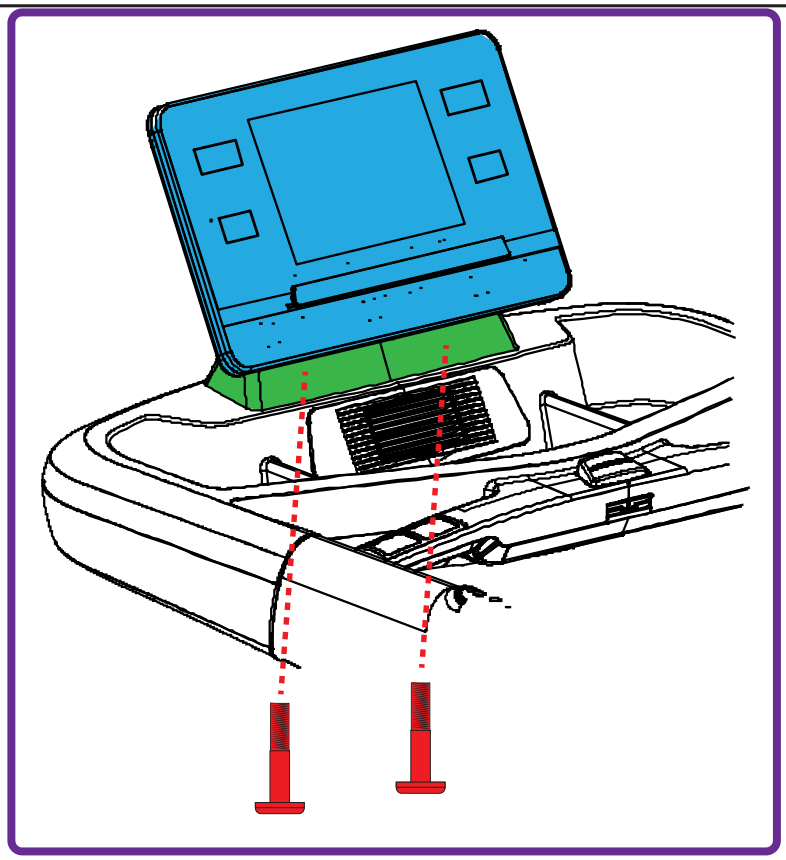


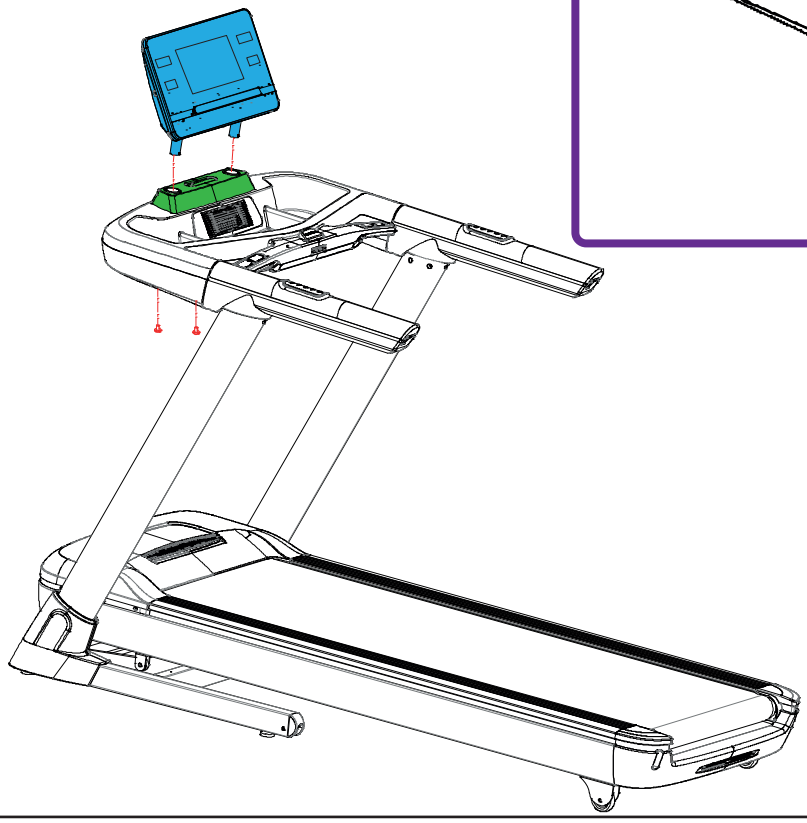


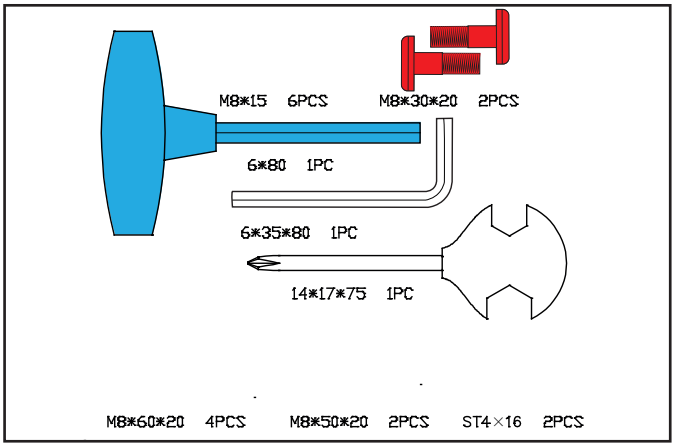

M8*15 6PCS
M8*30*20 2PCS
6*80 1PC
6*35*80 1PC
14*17*75 1PC
M8*60*20 4PCS
M8*50*20 2PCS
ST4×16 2PCS

# D-4









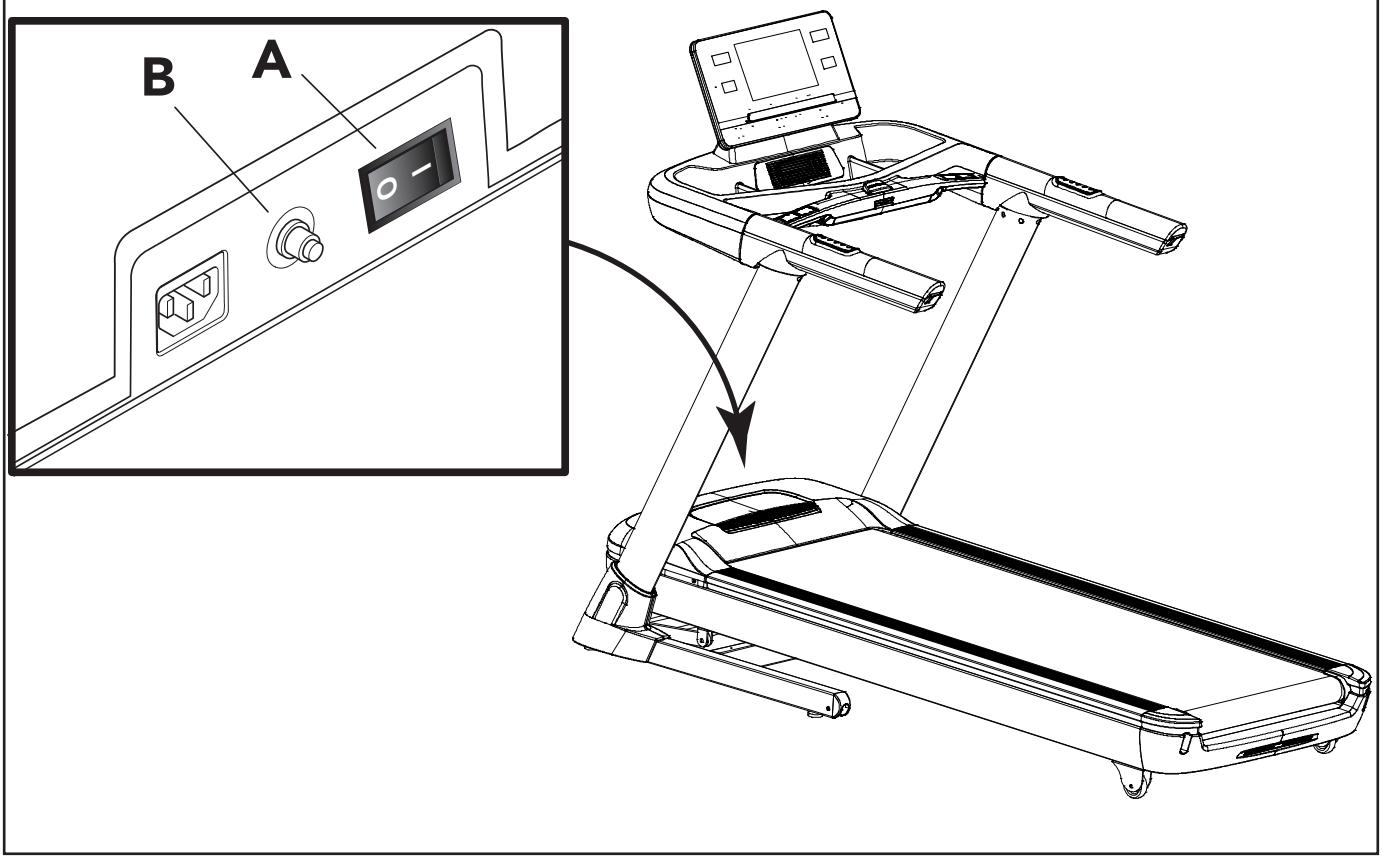



ENDURANCE

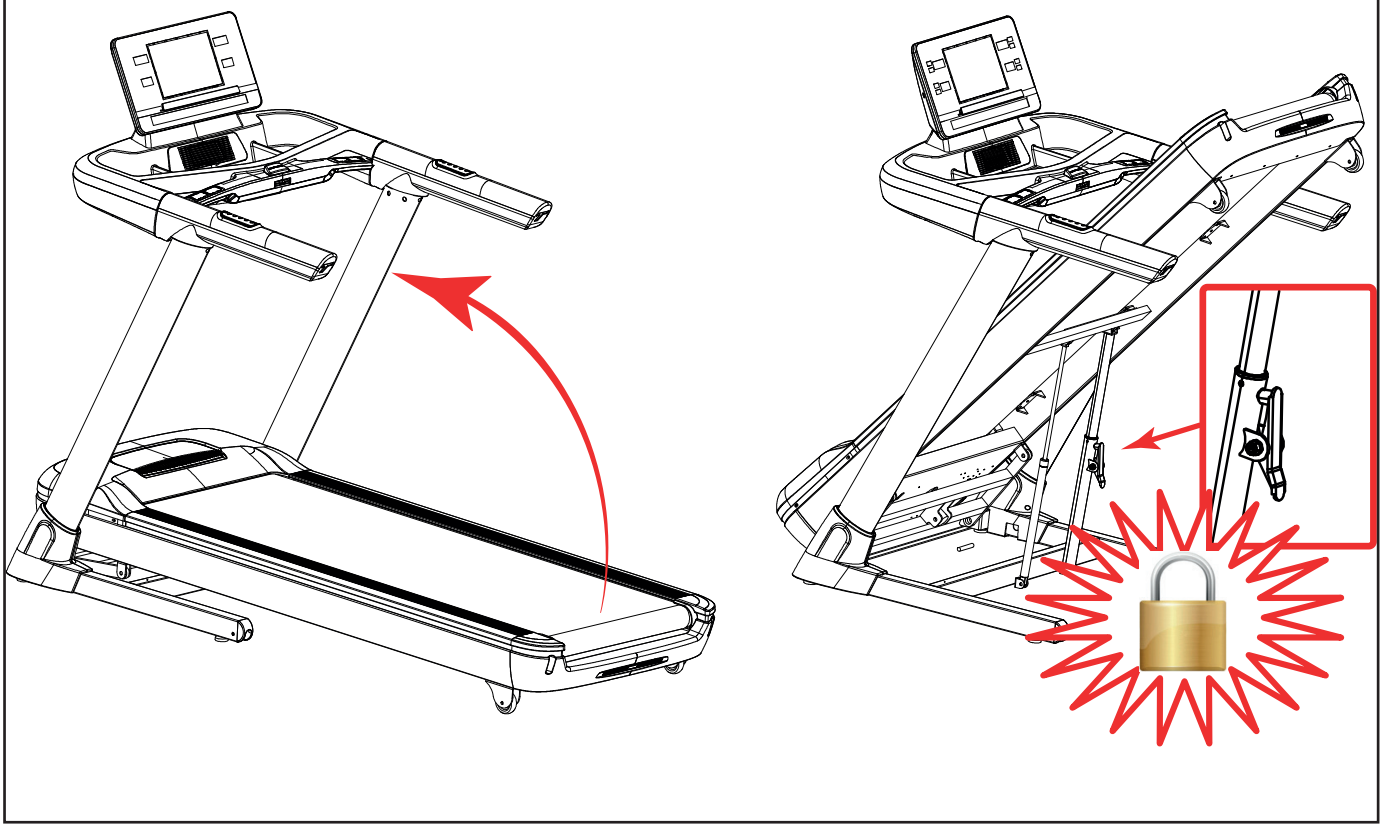
# E-1

TUNTURI®
TIME
STEP
HEART
INCLINE
CALORIES
DISTANCE
STAND BY
SPEED
energy efficient
TUNTURI®
0
5
10
USER
ENTER START
BACK STOP
SELECT
12
9
6
INCLINE
SPEED

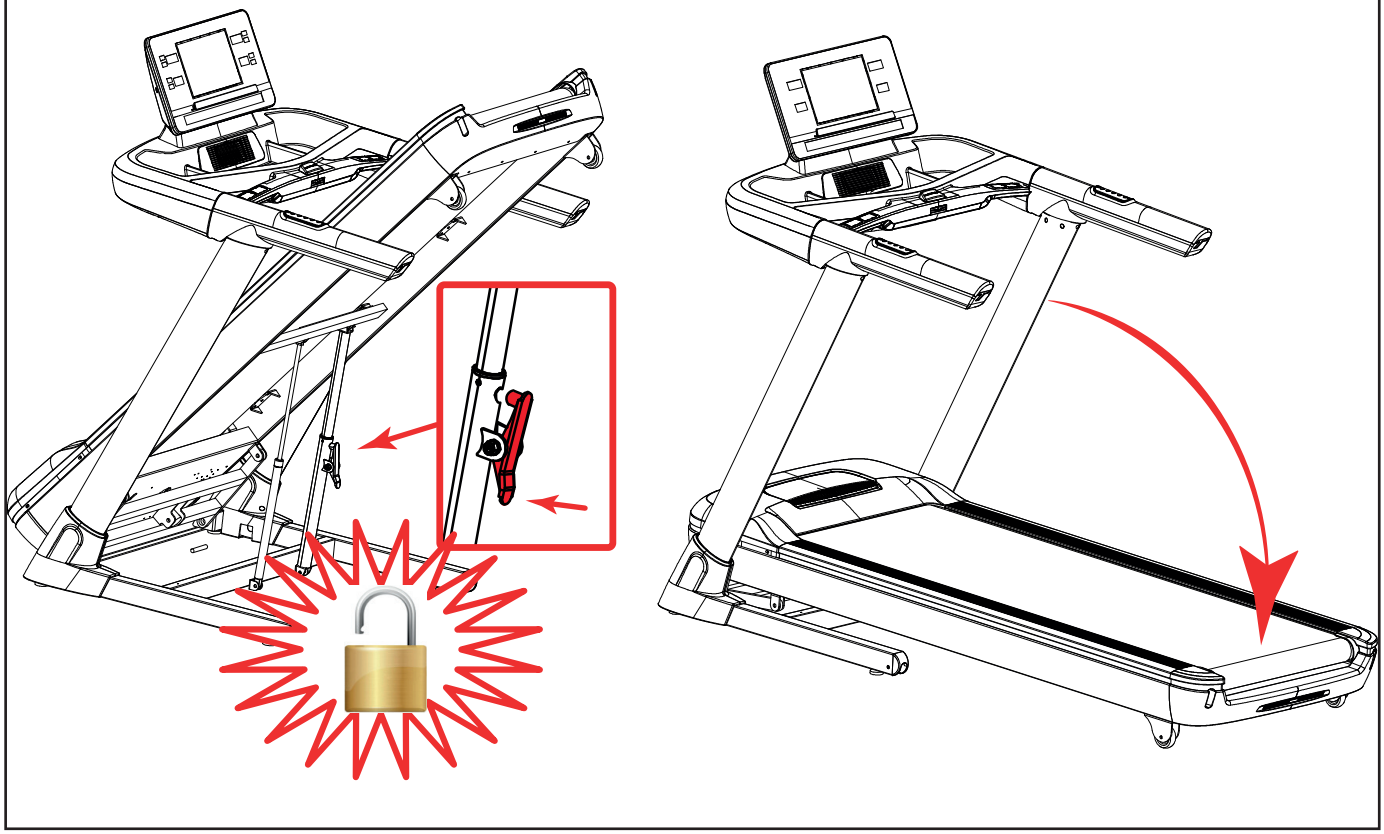
# E-2


B
A
O –

## F-1



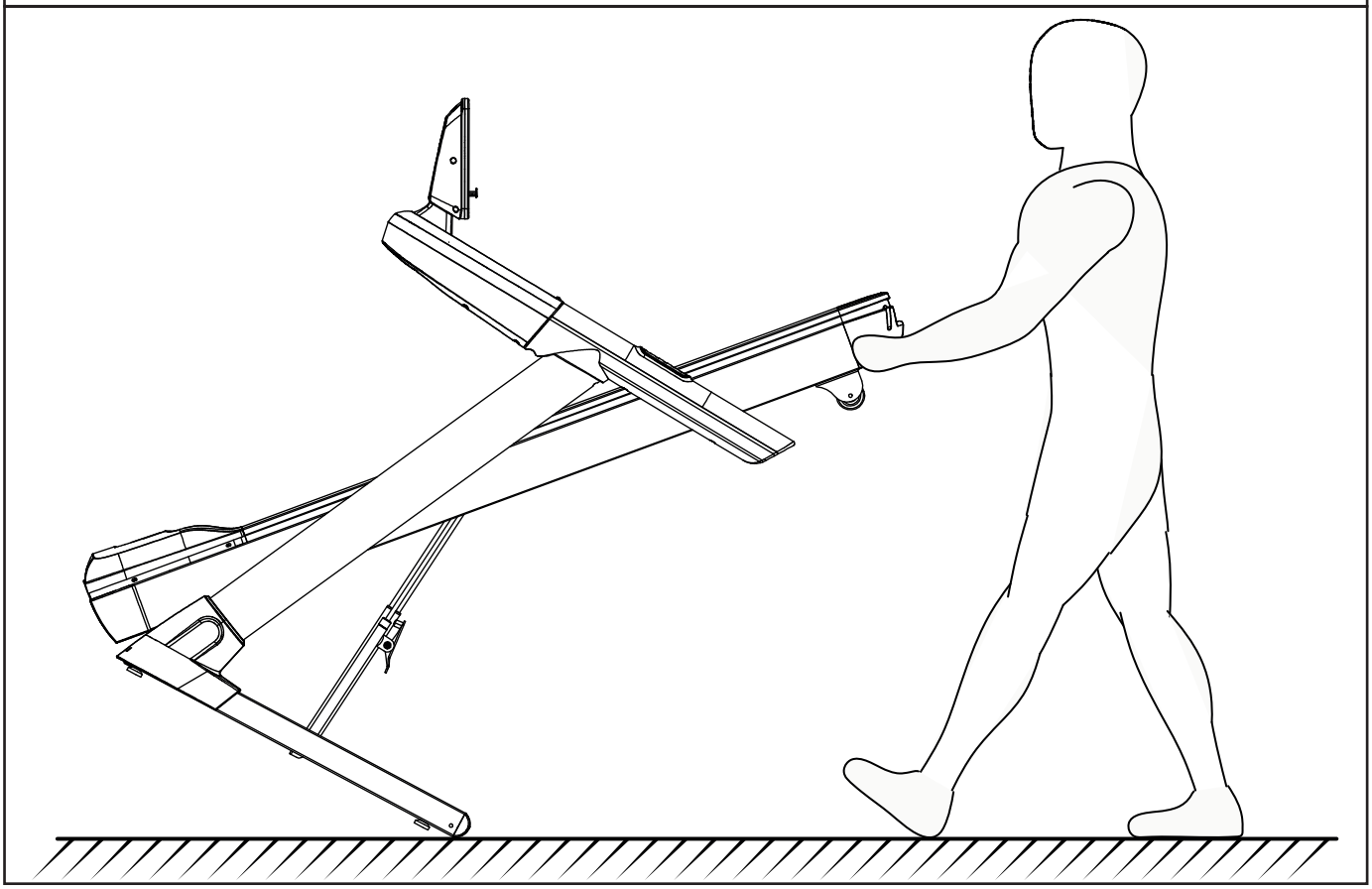
## F-2



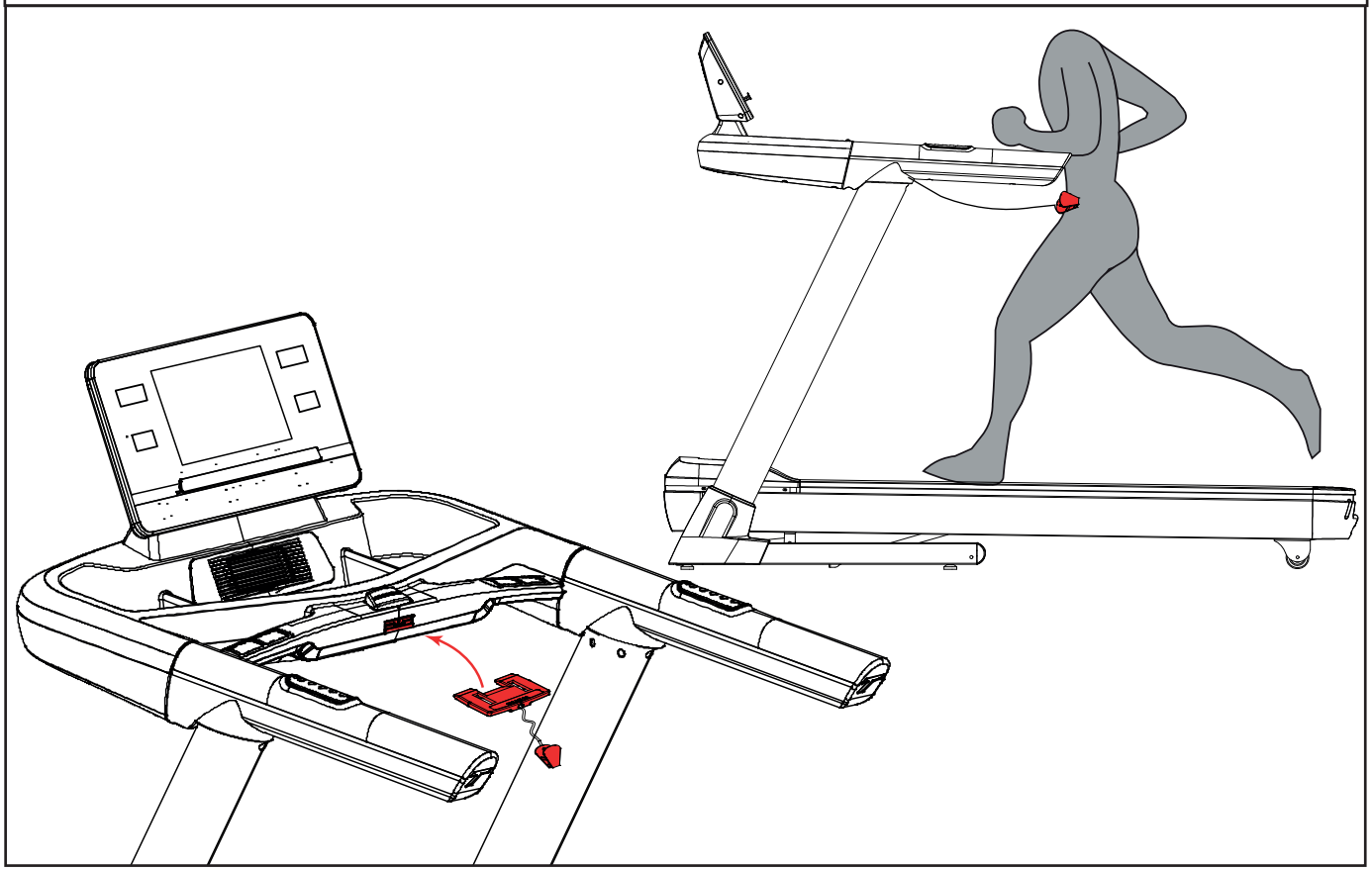


ENDURANCE

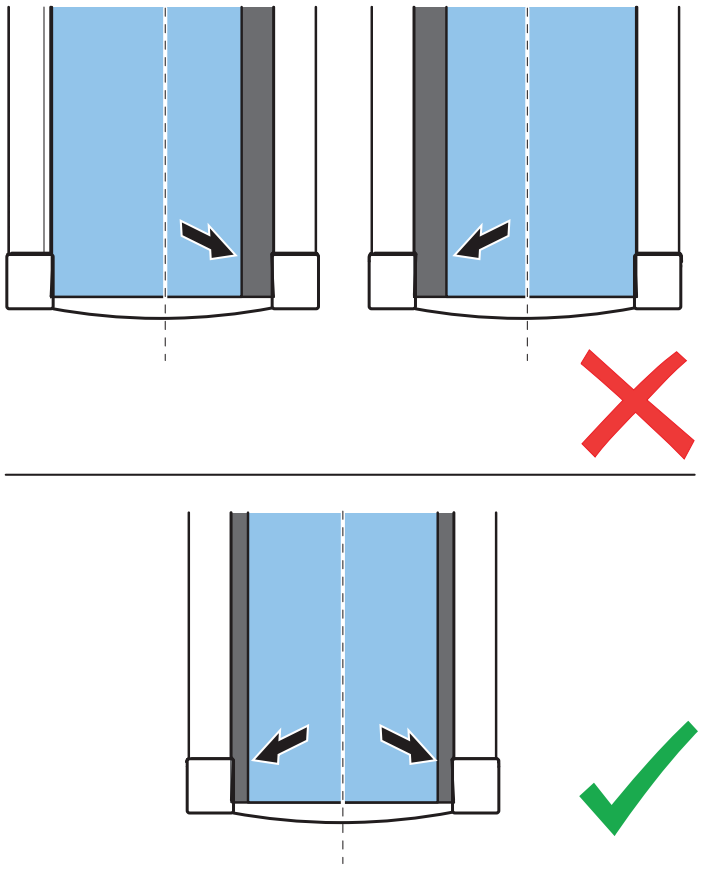
## F-3



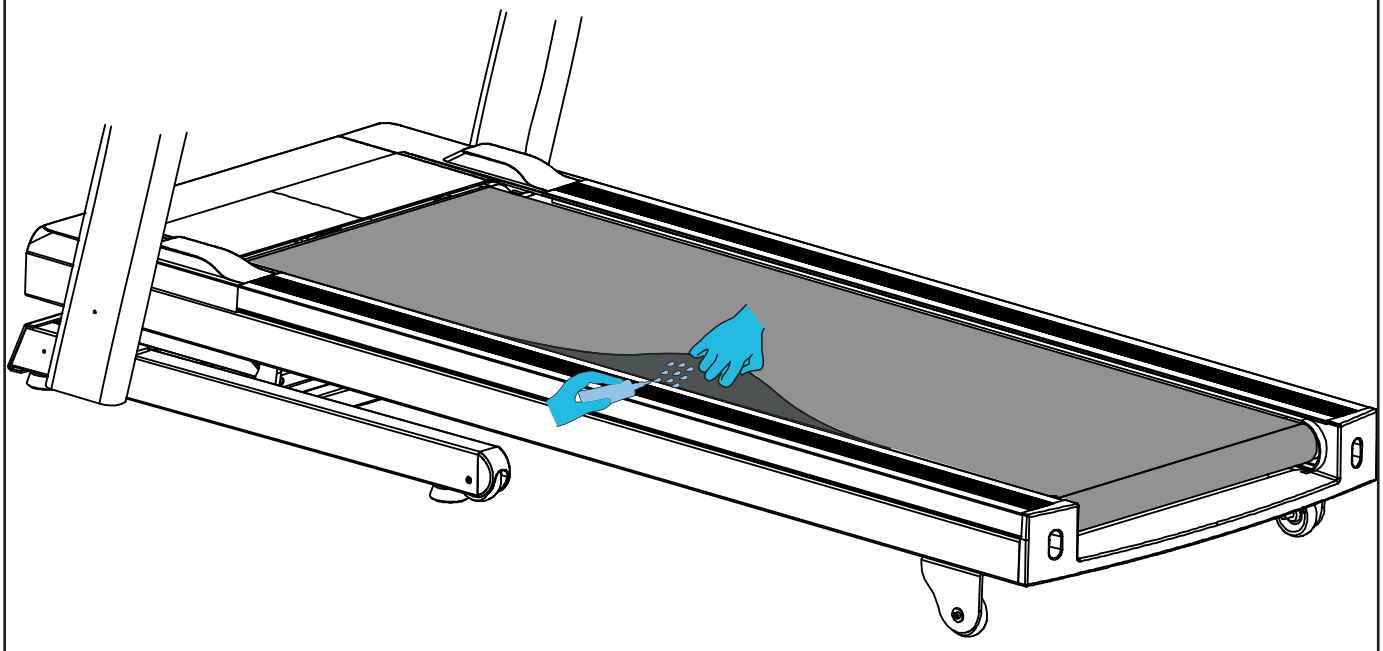
## F-4



## F-5



## F-6





ENDURANCE

# G

**P1 Rolling Hill**

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Km/h | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 3.0 | 4.0 | 3.0 | 2.0 | 3.0 | 4.0 | 3.0 | 2.0 | 3.0 | 3.0 | 2.0 | 2.0 | 3.0 | 3.0 | 2.0 | 2.0 |
| Mp/H | 1.2 | 1.2 | 1.2 | 1.2 | 1.8 | 2.5 | 1.8 | 1.2 | 1.8 | 2.5 | 1.8 | 1.2 | 1.8 | 1.8 | 1.2 | 1.2 | 1.8 | 1.8 | 1.2 | 1.2 |
| % | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

**P2 Hill Climb**

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Km/h | 2.0 | 2.0 | 3.0 | 3.0 | 4.0 | 5.0 | 8.0 | 7.0 | 7.0 | 6.0 | 5.0 | 4.0 | 3.0 | 3.0 | 2.0 | 2.0 | 3.0 | 3.0 | 2.0 | 2.0 |
| Mp/H | 1.2 | 1.2 | 1.8 | 1.8 | 2.5 | 3.1 | 5.0 | 4.3 | 4.3 | 3.7 | 5.0 | 2.5 | 1.8 | 1.8 | 1.2 | 1.2 | 1.8 | 1.8 | 1.2 | 1.2 |
| % | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

**P3 Cross Country**

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Km/h | 2.0 | 2.0 | 4.0 | 4.0 | 6.0 | 8.0 | 8.0 | 7.0 | 7.0 | 6.0 | 5.0 | 4.0 | 3.0 | 3.0 | 2.0 | 2.0 | 3.0 | 3.0 | 2.0 | 2.0 |
| Mp/H | 1.2 | 1.2 | 2.5 | 2.5 | 3.7 | 5.0 | 5.0 | 4.3 | 4.3 | 3.7 | 3.1 | 2.5 | 1.8 | 1.8 | 1.2 | 1.2 | 1.8 | 1.8 | 1.2 | 1.2 |
| % | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

**P4 Stamina**

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| KM/H | 1.0 | 1.0 | 3.0 | 3.0 | 6.0 | 7.0 | 7.0 | 8.0 | 8.0 | 7.0 | 7.0 | 6.0 | 3.0 | 3.0 | 1.0 | 1.0 | 3.0 | 3.0 | 1.0 | 1.0 |
| Mp/H | 0.6 | 0.6 | 1.8 | 1.8 | 3.7 | 4.3 | 4.3 | 5.0 | 5.0 | 4.3 | 4.3 | 3.7 | 3.7 | 1.8 | 0.6 | 0.6 | 1.8 | 1.8 | 0.6 | 0.6 |
| % | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

**P5 Power Interval**

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Km/h | 1.0 | 1.0 | 7.0 | 7.0 | 2.0 | 9.0 | 9.0 | 2.0 | 2.0 | 9.0 | 9.0 | 2.0 | 7.0 | 7.0 | 1.0 | 1.0 | 7.0 | 7.0 | 1.0 | 1.0 |
| Mp/H | 0.6 | 0.6 | 4.3 | 4.3 | 1.2 | 1.2 | 5.6 | 1.2 | 1.2 | 5.6 | 5.6 | 1.2 | 4.3 | 4.3 | 0.6 | 0.6 | 4.3 | 4.3 | 0.6 | 0.6 |
| % | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

**P6 Fatburner 1**

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Km/h | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 |
| Mp/H | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 |
| % | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 3.0 | 4.0 | 3.0 | 2.0 | 3.0 | 4.0 | 3.0 | 2.0 | 3.0 | 3.0 | 2.0 | 2.0 | 3.0 | 3.0 | 2.0 | 2.0 |

**P7 Fatburner 2**

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Km/h | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 |
| Mp/H | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 |
| % | 2.0 | 2.0 | 3.0 | 3.0 | 4.0 | 5.0 | 6.0 | 7.0 | 7.0 | 8.0 | 8.0 | 6.0 | 4.0 | 4.0 | 2.0 | 2.0 | 4.0 | 4.0 | 2.0 | 2.0 |

**P8 Cardio Strength**

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Km/h | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 |
| Mp/H | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 |
| % | 2.0 | 2.0 | 4.0 | 4.0 | 6.0 | 8.0 | 8.0 | 7.0 | 7.0 | 6.0 | 5.0 | 4.0 | 3.0 | 3.0 | 2.0 | 2.0 | 3.0 | 3.0 | 2.0 | 2.0 |

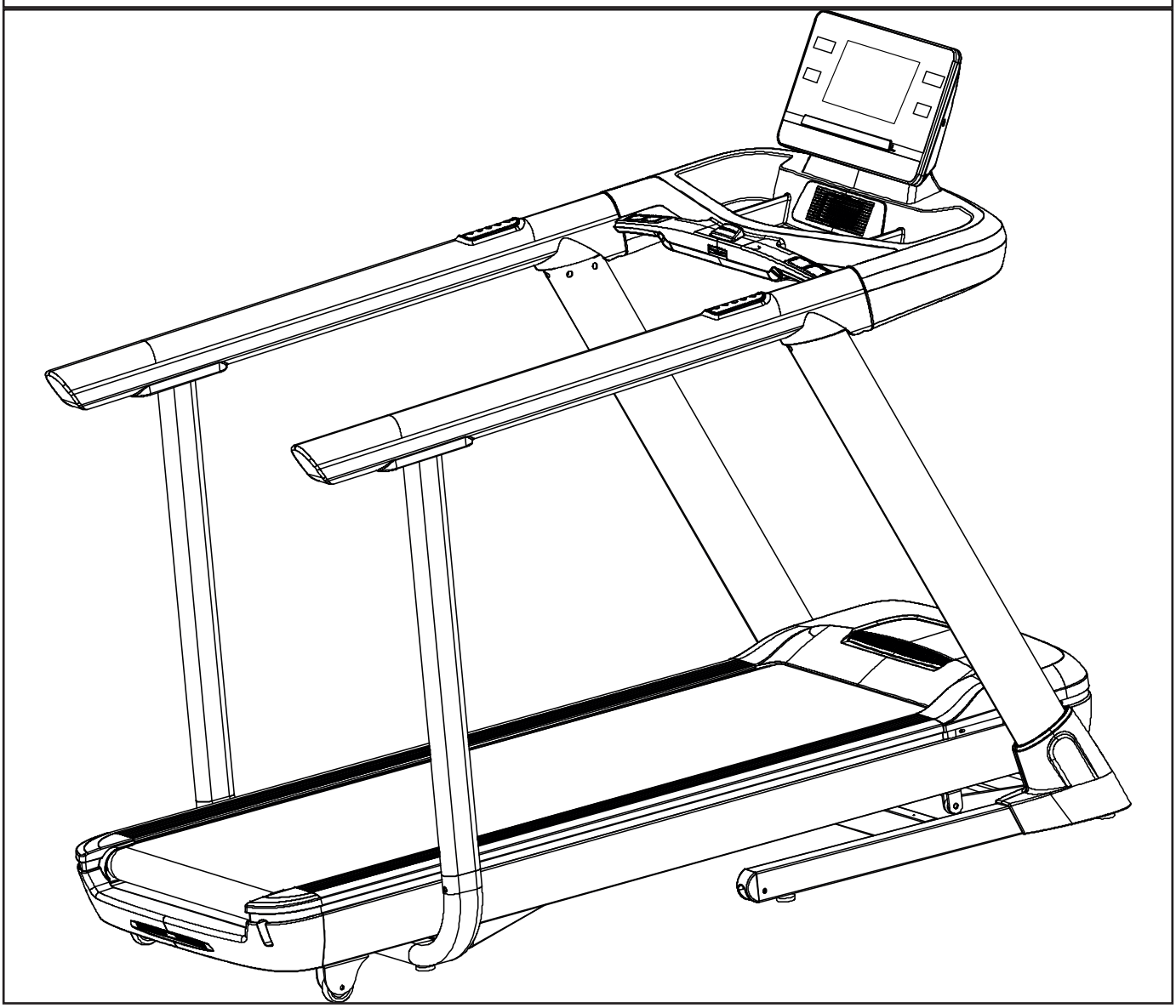
**P9 Cardio Climb**

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Km/h | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 |
| Mp/H | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 |
| % | 1.0 | 1.0 | 3.0 | 3.0 | 6.0 | 7.0 | 7.0 | 8.0 | 8.0 | 7.0 | 7.0 | 6.0 | 3.0 | 3.0 | 1.0 | 1.0 | 3.0 | 3.0 | 1.0 | 1.0 |

**P10 Hill Interval**

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Km/h | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 |
| Mp/H | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.3 |
| % | 1.0 | 1.0 | 7.0 | 7.0 | 2.0 | 9.0 | 9.0 | 2.0 | 2.0 | 9.0 | 9.0 | 2.0 | 7.0 | 7.0 | 1.0 | 1.0 | 7.0 | 7.0 | 1.0 | 1.0 |

# H



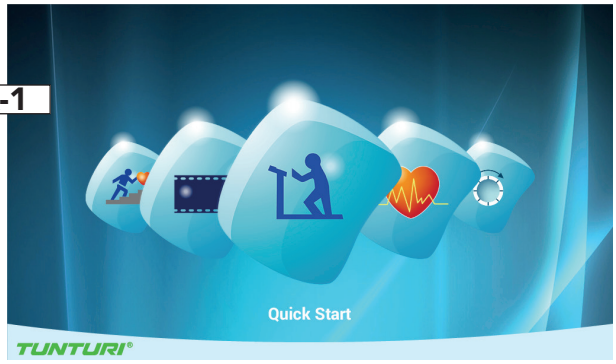
# J

| | MUŽI / PŘÍSUN KYSLÍKU VO2MAX | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1= Velmi slabý 7= Skvělý | | | | | | |
| Věk | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 18-19 | <33 | 33-38 | 39-44 | 45-51 | 52-57 | 58-63 | >63 |
| 20-24 | <32 | 32-37 | 38-43 | 44-50 | 51-56 | 57-62 | >62 |
| 25-29 | <31 | 31-35 | 36-42 | 43-48 | 49-53 | 54-59 | >59 |
| 30-34 | <29 | 29-34 | 35-40 | 41-45 | 46-51 | 52-56 | >56 |
| 35-39 | <28 | 28-32 | 33-38 | 39-43 | 44-48 | 49-54 | >54 |
| 40-44 | <26 | 26-31 | 32-35 | 36-41 | 42-46 | 47-51 | >51 |
| 45-49 | <25 | 25-29 | 30-34 | 35-39 | 40-43 | 44-48 | >48 |
| 50-54 | <24 | 24-27 | 28-32 | 33-36 | 37-41 | 42-46 | >46 |
| 55-59 | <22 | 22-26 | 27-30 | 31-34 | 35-39 | 40-43 | >43 |
| 60-65 | <21 | 21-24 | 25-28 | 29-32 | 33-36 | 37-40 | >40 |

| | ŽENY/ PŘÍSUN KYSLÍKU VO2MAX | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1= Velmi slabý 7= Skvělý | | | | | | |
| Věk | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 18-19 | <28 | 28-32 | 33-37 | 38-42 | 43-47 | 48-52 | >52 |
| 20-24 | <27 | 27-31 | 32-36 | 37-41 | 42-46 | 47-51 | >51 |
| 25-29 | <26 | 26-30 | 31-35 | 36-40 | 41-44 | 45-49 | >49 |
| 30-34 | <25 | 25-29 | 30-33 | 34-37 | 38-42 | 43-46 | >46 |
| 35-39 | <24 | 24-27 | 28-31 | 32-35 | 36-40 | 41-44 | >44 |
| 40-44 | <22 | 22-25 | 26-29 | 30-33 | 34-37 | 38-41 | >41 |
| 45-49 | <21 | 21-23 | 24-27 | 28-31 | 32-35 | 36-38 | >38 |
| 50-54 | <19 | 19-22 | 23-25 | 26-29 | 30-32 | 33-36 | >36 |
| 55-59 | <18 | 18-20 | 21-23 | 24-27 | 28-30 | 31-33 | >33 |
| 60-65 | <16 | 16-18 | 19-21 | 22-24 | 25-27 | 28-30 | >30 |

# K

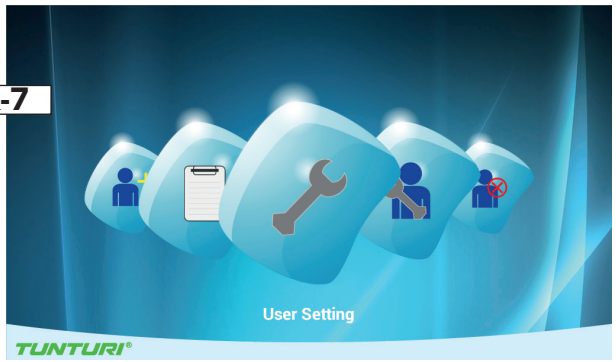
K-1



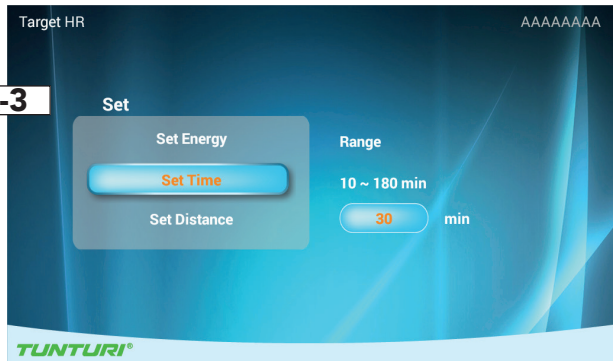

K-6

K-2

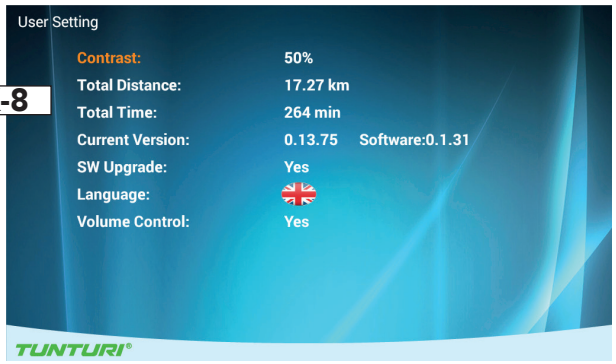
K-7




K-3



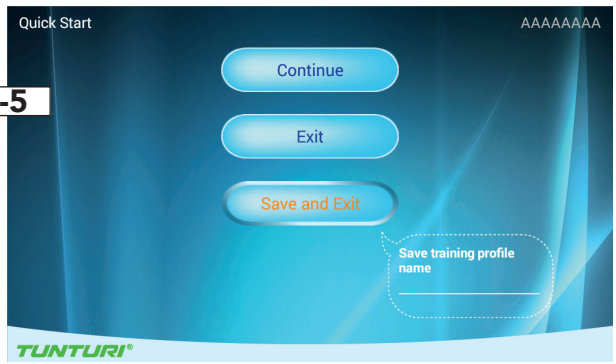

K-8




K-4

K-9

K-5




K-10

# Obsah

**Vítejte** ..... **17**
**Bezpečnostní instrukce** ..... **17**
Bezpečnost elektrických zařízení 17
**Montážní instrukce** ..... **18**
Popis (Obr. A) 18
Obsah balení (Obr. B&C) 18
Montáž (Obr. D) 18
Doplňky (Obr. H) ..... 18
**Cvičení** ..... **18**
Cvičební instrukce 18
Srdeční puls 19
**Použití** ..... **19**
**Počítač (Obr. E-1)** ..... **20**
Tlačítka 20
Vysvětlení displeje (Obr. H) 20
USB Funkce 21
**Programy** ..... **21**
Quick start 21
Pauza / Ukončení tréninku 21
Cíl. hodnota pulsu 21
Manuální program 22
Přednastavené programy 22
Vlastní trénink 22
Fitness Test 23
T-Road 23
Bluetooth & APP 23
**Uživatel** **23**
**Péče a údržba** ..... **23**
Mazání (Obr. F-4) 25
**Chyby a poruchy** ..... **26**
Nastavení jednotek 26
Error kódy 26
**Přesun a skladování** ..... **26**
**Technické údaje** ..... **26**
**Záruka** ..... **26**

## Vítejte

Vážení zákazníci, vítáme Vás ve světě Tunturi! Děkujeme Vám za zakoupení toho fitness produktu, který je určený pro domácí použití. Informace k používání posilovacího stroje a způsobů účinného tréninku naleznete na internetových stránkách Tunturi www.tunturi.cz.

Před montáží, používáním a údržbou svého posilovacího stroje si pročtěte pozorně tuto příručku. Prosím uložte příručku na bezpečné místo; poskytne vám nyní i v budoucnu informace, které potřebujete k používání a údržbě svého stroje. Tyto pokyny vždy pečlivě dodržujte.

## Bezpečnostní instrukce

⚠ *Upozornění*

• Přečtěte si pečivě tuto příručku. Při nedodržení pokynů může dojít ke zranění osoby nebo poškození trenažéru.

⚠ *Upozornění*

Měření srdečního pulsu je pouze orientační a může být nepřesné. Pokud během cvičení pocítíte slabost či nevolnost, okamžitě vyhledejte lékaře.

- Trenažér je určen pouze pro domácí použití. Nepatří do komerčních
zařízení.
- Trenažér nepoužívejte více než maximálně 6 hodin denně.
- Pokud mají stroj povoleno používat děti nebo osoby se sníženou mentální orientací, je zapotřebí
zajistit dohled a poučit je, jak stroj správně používat, přičemž je třeba mít na zřeteli fyzický a duševní rozvoj dítěte a jeho povahu.
- Než začnete s dlouhodobějším tréninkem, dejte si svým lékařem
vyšetřit zdravotní stav..
- Pokud během cvičení pocítíte nevolnost, závratě nebo jiné nezvyklé příznaky, přerušte okamžitě trénink a vyhledejte lékaře.
- Abyste předešli bolestem a napětí ve svalech, zahajte každý trénink rozcvičkou a zakončete zklidňovací fází (pomalým šlapáním při nízkém odporu). Nezapomeňte se na konci tréninku protáhnout..
- Stroj není určen pro používání venku.
- Dbejte na to, aby bylo cvičební prostředí dostatečně větrané. Abyste předešli nachlazení, necvičte v průvanu.
- Během tréninku snáší stroj teploty prostředí +10°C až +35° C. Stroj lze skladovat při teplotách 5°C až +45°C. Vlhkost vzduchu při tréninku ani skladování nesmí překročit 80 %.
- Trenažér používejte pouze ke cvičení.
- Než začnete používat stroj, přesvědčte se, že funguje ve všech ohledech správně. Vadný stroj nepoužívejte.
- Udržujte ruce, chodidla a jiné části těla mimo pohyblivé části.
- Pozor na zachycení vlasů do pohyblivých částí.
- Cvičte ve vhodném oděvu a obuvi.
- Pozor na zachycení oděvu nebo šperků do pohyblivých částí.
- Stroj smí používat vždy pouze jeden člověk. Stroj nesmí používat
osoby s hmotností vyšší než 150 kg.
- Nepokoušejte se o žádné opravy nebo seřizování, které nejsou uvedeny v tomto návodu. Všechno ostatní
musíte přenechat servisnímu centru.

## Bezpečnost elektrických zařízení

(Pokud je váš trenažér elektricky napájen)
• Před použitím zkontrolujte voltáž svého přístroje a elektrické zásuvky, musí být shodné
• Nepoužívejte prodlužovací kabel ani rozdvojky
•Přívodní elektrický kabel nesmí být vystaven zvýšené teplotě, přijít do styku s oleji či ostrými předměty
•Nepoužívejte adaptéry
•Nepoužívejte zařízení pokud je přívodní kabel poškozen, kontaktujte svého prodejce
•Kabel musí být plně odmotán, bez smyček
•Kabel nesmí být veden pod žádnými předměty ani uložen pod kobercem
•Kabel nesmí viset přes okraj stolu
•Kabel musí být veden místem, kde není možné o něj zakopnout či jinak se zachytit
•Nikdy nenechávejte zařízení bez dozoru, když je zapojeno do elektrické sítě
•Kabel ze zásuvky vytahujte pouze za jeho zakončení, nikdy netahejte kabel celý
•Vypojte zařízení z elektrické zásuvky pokud jej nepoužíváte, chcete přemisťovat či uskladnit

⚠ *Varování*

Pokud se voltáž zařízení a elektrické zásuvky liší a vy ji přesto použijete, může dojít k poškození stroje, na které se nevztahuje záruka. V případě rozdílné voltáže kontaktujte elektrikáře pro zkušební test.



ENDURANCE

⚠ *Varování*
• Nikdy nepoužívejte adaptér elektrických zásuvek.
• Zajistěte, aby se přívodní kabel nezachytil do pohyblivých částí stroje.

**Uzemnění trenažéru**

Tento běžecký trenažér má konec svého přívodního elektrického kabelu vybaven uzemňovacím kolíkem. Používejte jej tedy pouze do v zásuvkách vybavených zdířkou pro uzemnění zařízení.

⚠ Upozornění
Pokud byste použili zásuvku, která není uzemněna, mohlo by dojít k poškození a elektrickému šoku.

⚠ *Upozornění*
Nesprávné uzemnění může vést k poškození trenažéru a k ohrožení vašeho zdraví. Pokud si nejste jisti typem svých zásuvek nebo uzemněním trenažéru, kontaktujte elektrikáře.

## Montážní instrukce

### Popis (Obr. A)

Tento trenažér je určený pro domácí použití. Simuluje reálný běh bez zatěžování kloubů.

### Obsah balení (Obr. B&C)

- Balení obsahuje součástky uvedené na obrázku B.
- V balení naleznete šroubky a matice uvedené v obrázku C.

‼ *Poznámka*
Pokud některá součástka chybí, kontaktujte svého prodejce.

### Montáž (Obr. D)

⚠*Upozornění*
• Montáž provádějte v pořadí, jak je uvedeno na obrázcích.
• S trenažérem manipulujte vždy jen za pomoci druhé osoby.

⚠ *Varování*
• Trenažér umisťujte vždy jen na rovný a pevný povrch.
• Doporučujeme vyžít ochrannou podložku, aby nedošlo k poškození podlahy.
• Zajistěte nejméně 100 cm volného prostoru kolem všech stran stroje.
• Při montáži postupujte dle obrázků.

### Doplňky (Obr. H)

‼ Poznámka
• Na obrázcích je zobrazen trenažér i s doplňkovými madly, které je třeba zakoupit zvlášť
• Doplňková madla žádejte u svého prodejce
• Číslo položky je: 19TRNRH000

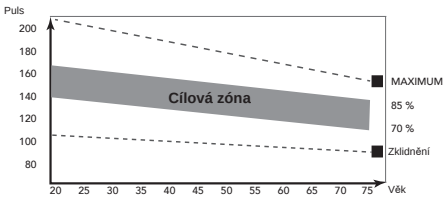
## Cvičení

Trénink na tomto trenažéru je skvělé aerobní cvičení, vycházející z principu, že cvičení by mělo být patřičně lehké, ale přitom dlouhodobé. Aerobní cvičení vychází ze zlepšování maximálního tělesného příjmu kyslíku, což naopak vede ke zlepšování vytrvalosti a kondice.
Cvičit byste měli nejméně třikrát týdně po 30 minutách, abyste dosáhli základní kondiční úrovně. Udržet se na této úrovni vyžaduje několik tréninků týdně. Po dosažení základní kondice je možno ji snadno zlepšovat pouhým zvyšováním počtu tréninků.
Cvičení se vždy projeví hmotnostním úbytkem, protože jde o jediný způsob, jak doplňovat energii spalovanou tělem. Právě proto je vždy vhodné kombinovat pravidelné cvičení se zdravou dietou. Člověk držící dietu by měl cvičit denně – zpočátku 30minut nebo méně a postupně zvyšovat denní tréninkovou dávku až na jednu hodinu.
Měli byste začít pomalu a při nízké zátěži, protože náročné cvičení může vystavit srdce a oběhový systém nadměrné zátěži. Se zlepšující se kondicí můžete postupně zvyšovat zátěž a rychlost.

## Cvičební instrukce

**Rozcvičení a zahřátí**
Správné rozcvičení pomůže zrychlit proudění krve ve Vašem těle, zrychlí tep a připraví svaly na vykonání zátěže. Předejdete křečím a svalovému poškození.

**Fáze posilování**
Fáze, kdy je Vaše tělo nejvíce namáháno a svaly jsou nejpružnější. Během cvičení je důležité udržovat stálé tempo bez výkyvů. Měli byste dosáhnout následujících hodnot srdečního pulsu pro nejefektivnější výkon.
Hodnota správného pulsu závisí také na Vašem věku.




V cílové zóně pulsu cvičte nejméně 12 minut, ideálně 15-20 minut.

**Zklidnění a protažení**
Fáze, ve které se zklidňuje Váš kardiovaskulární systém a svaly se uvolňují. Zvolněte tempo a pokračujte zvolna 5 minut a poté se protáhněte. Doporučujeme cvičení rozdělit rovnoměrně během týdne a režim dodržovat, necvičte nárazově.

**Rýsování svalů**
Pokud chcete dosáhnout vyrýsování svalů, je potřeba mít nastaven co nejvyšší odpor. Cvičení musí být intenzivní a namáhavé.

**Snížení váhy**
Důležité je pravidelný cvičební režim. Čím déle a pravidelněji budete cvičit, tím více kalorií spálíte. Dodržujte hodnotu svého ideálního srdečního pulsu během cvičení, při těchto hodnotách je spalování kalorií nejefektivnější.

## Srdeční puls

**Měření pulsu (pomocí ručních senzorů)**
Senzory na rukojetích zaznamenají Vás tep, pokud budete mít dlaně položeny na obou senzorech zároveň. Pro správné měření musí být Vaše pokožka lehce vlhká a dlaně položeny na senzorech nepřetržitě.

Poznámka
• Nepoužívejte ruční senzory zároveň s hrudním pásem
• Pokud nastavíte limit pulsu a tento limit je přesáhnut, ozve se alarm

**Měření srdečního pulsu (pomocí hrudního pásu)**
Poznámka
• Hrudní pás není součástí trenažéru. Je třeba jej zakoupit jako doplněk k tomuto stroji.
Měření pomocí hrudního pásu je nejpřesnějším typem měření. Měření probíhá díky elektrodám umístěných na hrudním pásu, který použijete dle instrukcí uvedených na jeho obalu. Elektrody vysílají zaznamenaný puls do přijímače na počítači a ten hodnoty zobrazí. Pro správné měření musí
být Vaše pokožka lehce vlhká a kontakt na senzorech nepřetržitý. Pokud je Vaše kůže příliš suchá nebo příliš vlhká,může být měření nepřesné.

⚠ *Upozornění*
Pokud máte kardiostimulátor, konzultujte použití hrudního pásu se svým lékařem!

⚠ *Varování*
• Pokud se v místnosti vyskytují další zařízení (hrudní pásy), mohou se jejich signály navzájem rušit, proto dodržujte nejméně 1,5m rozestup mezi jejich užitím.
• Pokud je aktivní jen jeden přijímač (na počítači) a více vysílačů (pásů), zajistěte, aby pouze jeden vysílač byl v dosahu přijímače.

‼ *Poznámka*
• Nepoužívejte hrudní pás zároveň s ručními senzory
• Hrudní pás vždy umisťujte na holou kůži pod oblečení. Pokud byste pás umístili na oblečení, žádný signál by nebyl zaznamenán.
• Pokud nastavíte maximální limit pro měření pulsu, alarm se ozve pokaždé, když tento limit přesáhnete.
• Vysílač na hrudním pásu musí být v dosahu 1m od metru od přijímače (počítače) a elektrody dostatečně navlhčeny, aby byl signál správně zachycen.
• Některé látky v oblečení (polyester, polyamid atd.)
• vytváření statickou elektřinu a mohou ovlivnit naměřený výsledek.
• Mobilní telefony, televize a jiná elektronická zařízení vytvářejí elektromagnetické pole, které může ovlivnit výsledek měření.

**Maximální srdeční tep (během tréninku)**
Nejdříve si zjistěte
svou maximální tepovou frekvenci, tj. Stav, kdy vaše tepová frekvence při zvyšující se zátěži už dál nestoupá. Pokud neznáte svou maximální tepovou frekvenci, použijte prosím jako vodítko následující
vzorec: 220 – věk Jde o průměrné hodnoty, maximální hodnota je individuální.

⚠ *Upozornění*
• Nikdy svůj maximální tepový limit nepřekračujte!
• Pokud patříte do rizikové skupiny, kontaktuje svého lékaře.

**Začátečník 50-60% maxima srdečního tepu**
Vhodné také pro osoby snažící se udržet hmotnost, rekonvalescenty a ty, kteří dlouho necvičili. Doporučují se tři cvičení týdně v délce alespoň půl hodiny.
Pravidelným cvičením se značně zlepší výkonnost dýchacího a oběhového systému a toto zlepšení rychle pocítíte.
**Pokročilý 60-70% maxima srdečního tepu**
Perfektní pro zlepšování a udržování kondice.
Už přiměřená zátěž rozvíjí účinně srdce a plíce, pokud trénujete minimálně 30 minut alespoň třikrát týdně. Pro další zlepšování kondice zvyšujte buď frekvenci, nebo zátěž, ale ne obojí současně!
**Expert 70-80 % maxima srdečního tepu**
Cvičení na této úrovni vyhovuje pouze nejzdatnějším jedincům a předpokládá dlouhodobé vytrvalostní tréninky.

## Použití

**Hlavní vypínač (obr. E-2A)**
Hlavní vypínač – trenažér je vybaven hlavním vypínačem viz obrázek E-2A

**Zapnutí trenažéru:**
• Vsuňte přívodní kabel do trenažéru.
• Vsuňte konec kabelu do elektrické zásuvky
• Zapněte hlavní vypínač do pozice ON

**Vypnutí trenažéru**
• Vypněte hlavní vypínač do pozice OFF
• Vytáhněte přívodní kabel z elektrické zásuvky
• Vytáhněte kabel ze zařízení

**Bezpečnostní klíč (obr F-4)**
Trenažér je vybaven bezpečnostním klíčem, který chrání uživatele v případě nehody či pádu. Vložte bezpečnostní klíč do příslušné zdířky a při užívaní trenažéru umístěte jeho druhý konec na své oblečení. V případě pádu se klíč ze zdířky vytrhne a stroj se okamžitě zastaví. Trenažér není možné spustit dokud není klíč znovu ve zdířce. Po ukončení cvičení sejměte konec klíče ze svého oblečení.
‼ Poznámka
• na počítači se zobrazí kód E7 pokud není bezpečnostní klíč vložen nebo pokud je vložen nesprávně

‼ Poznámka
• na počítači se zobrazí kód E7 pokud není bezpečnostní klíč vložen nebo pokud je vložen nesprávně



ENDURANCE

**Pojistky (obr. E-2B)**
Trenažér je vybaven pojistkami, které chrání stroj v případě elektrického přepětí. Pokud dojde k přepětí je nutné pojistku stisknout.

⚠ *Upozornění*
Dříve než stisknete pojistku, ujistěte se, zda je přívodní kabel vypojen z elektrické sítě. Pokud je trenažér vypnutý, vypojte jej z elektrické sítě, stiskněte pojistky a znovu trenažér zapojte do elektriky. Pokud dojde k vypnutí pojistek trenažéru, zkontrolujte také vaše domácí pojistky.

‼ *Poznámka*
Některé pojistky v domácnost nejsou uzpůsobeny na použití elektrických zařízení s vysokým napětím, může se stát, že trenažér bude vaše domácí pojistky vyhazovat. V tomto případě kontaktujte elektrikáře.

## Skládání a rozkládání trenažéru (obr. F1-F2)

Trenažér může být rozložen ke cvičení (obr. F1) a složen pro přesun a skladování (obr. F2).
Podívejte se na obrázky, jak to správně udělat.

⚠ *Varování*
Před skládáním se ujistěte, že je sklon nastaven na 0%. Pokud by nebyl, mohlo by dojí k poškození mechanismu.

**Nastavení podpěr trenažéru**
Stroj je vybaven 4 podpěrami trenažéru. Nejsou napevno, je možné je nastavit dle potřeby, pokud stroj není stabilní.
1. Otáčejte podpěrou, dokud není stroj ve stabilní poloze.
‼ Poznámka
• Trenažér je nejstabilnější, pokud jsou všechny podpěry vsunuty zcela dovnitř. Před nastavení stability e vždy všechny zcela zatáhněte dovnitř a teprve poté opatrně vytahujte.

## Počítač (Obr. E-1)

### ⚠ Upozornění:

· Počítač musí být z dosahu přímého slunečního záření · Počítač
osušte, pokud jste jej navlhčili Vaší potem
· O počítač se neopírejte
· Displeje se nedotýkejte ostrými předměty ani dlouhými nehty.

‼ *Poznámka*
Pokud není počítač používán, po 4 minutách nečinnosti se automaticky přepne do režimu spánku.

### Tlačítka

**Enter/ Start**
- Slouží pro potvrzení
- Potvrzení výběru Uživatele - User/ Nastavení - Setting
- Potvrzení položky při nastavení
- Potvrzení nastavených hodnot
- Přepíná mezi bpm (tepy za minutu) / incline profile (profil sklonu)
- Přepíná mezi Video / a profilem T-Road

**Back/ Stop**
- Vrací o krok zpět
- Zastaví běžící trénink

**User (uživatel) / + (zvýšení)**
- Otevře uživatelské nastavení
- Zvýší zátěž během tréninku
  Stiskněte 1x pro zvýšení 1%
  Stiskněte a držte pro rychlejší změnu nastavení

‼ Poznámka
• Není možné změnit profil programu, takže nejvyšší bod je také nejvyšší možnou hodnotou zátěže.

**Select (výběr) / - (snížení)**
- Přepíná LED displej
- Snižuje hodnotu zátěže během tréninku
  Stiskněte 1x pro snížení 1%
  Stiskněte a držte pro rychlejší změnu nastavení

‼ Poznámka
- Není možné změnit profil programu, takže nejnižší bod je také nejnižší možnou hodnotou zátěže.

**Rychlost +**
• Tlačítko zvyšuje rychlost v rozmezí 0,5 – 16 km/h
• Jeden stisk zvyšuje rychlost o 0,1 km/h
• Dlouhým stiskem měníte hodnotu rychleji
• Vybírá programy a mění hodnoty

**Rychlost -**
• Tlačítko snižuje rychlost v rozmezí 0,5 – 16 km/h
• Jeden stisk snižuje rychlost o 0,1 km/h
• Dlouhým stiskem měníte hodnotu rychleji
• Vybírá programy a mění hodnoty

**Zkratky rychlosti:**
Zkratky rychlosti jsou 6, 9, 12.
Pokud chcete okamžitě nastavit rychlost na 9 km/h stiskněte zkratku 9.

**Tlačítka rychlosti na madlech:**
- + Stejné jako tlačítko rychlost +.
- – Stejné jako tlačítko rychlost –.

**Incline + Sklon +**
• Mění sklon v rozmezí 0%-15% (+-1%)
• Vybírá programy a mění hodnoty

**Incline - Sklon -**
• Mění sklon v rozmezí 0%-15% (+-1%)
• Vybírá programy a mění hodnoty

**Zkratky sklonu**
Zkratky nastavení sklonu jsou 0, 5, 10.
Pokud chcete nastavit sklon na úroveň 5 stiskněte zkratku 5.

**Nastavení sklonu na madlech:**
- + : Stejné jako tlačítko sklonu +.
- - : Stejné jako tlačítko sklonu –.

## Vysvětlení okének displeje (obr. H)

**Speed (rychlost)**
• Zobrazuje aktuální rychlost pásu

**Incline (Sklon)**
• Zobrazuje aktuální nastavení sklonu

**Distance (Vzdálenost**
• Zobrazuje uběhnutou vzdálenost
• Zobrazuje zbývající vzdálenost daného programu.

**Time (Čas)**
• Zobrazuje čas od začátku tréninku
• Zobrazuje zbývající čas daného programu

**Kroky**
Počítač umí spočítat počet kroků během tréninku.

**Srdíčko –** zaznamenává signál srdečního pulsu nebo zobrazí "P" pokud puls nebyl nalezen.

**Kalorie**
- Zobrazuje počet kalorií spálených během cvičení
- Zobrazuje počet zbývajících kalorií pro dosažení cíle

‼ Poznámka
• Naměřené údaje jsou pouze orientační, nemohou byt považovány za lékařsky přesné.

‼ Poznámka
• Displej pro Čas/ Kroky, Srdce/ Sklon a kalorie/ vzdálenost se mění každých 5 vteřin

**Obecný popis displeje**
- Spodní linka zobrazuje čas v minutách a pohybuje se zleva doprava, minuty 0~30. Aktualizuje se každých 15 minut během tréninku.
- Levý sloupec zobrazuje úroveň sklonu nebo počet tepů za minutu. Během tréninku stiskněte “Enter/ Start” pro přepínání mezi hodnotami (sklon se zobrazuje modře/ počet tepů za minutu červeně.)
- Pravý sloupec zobrazuje rychlost.
- bílá tečkovaná linka zobrazuje váš pokrok během tréninku a pohybuje se směrem vpravo, tak jak ubíhá čas. Nejdelší možná doba tréninku je 5 hodin.
- Oranžová křivka zobrazuje aktuální puls, který stoupá a klesá dle tlukotu srdce uživatele.

## USB funkce

Uživatel si může nabíjet své chytré zařízení přes USB port. Voltáž/ Proud: 5VDC/ 1.0 Amp

# Programy

### Quick start (Obr. F-1) - Okamžitý start

- Použijte tlačítka “Rychlost a Sklon + / - “ pro přepínání v hlavním menu a vyberte “Quick start“.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a spustí se 3 vteřinový odpočet, poté se program spustí.
- Trenažér se spustí minimální rychlostí a není potřeba žádných jiných nastavení..

**Během tréninku**
- Použijte tlačítka “Rychlosti”pro nastavení požadované hodnoty rychlosti.
- Použijte tlačítka “Sklonu” pro nastavení požadované hodnoty sklonu.

### Pauza / Ukončení tréninku (Obr. K-5)

Stiskněte “Back/ Stop” tlačítko když chcete pozastavit aktivní trénink. Trenažér bude v režimu pauzy zobrazovat 3 možnosti. Použijte “Rychlost a Sklon + / - “ pro výběr jedné z možností.

**Continue - Pokračovat:**
Vyberte ”Continue” pro pokračování v tréninku. Spustí se 3 vteřinový odpočet a poté pokračuje trénink.

**Exit - Ukončit:**
Vyberte ”Exit” pro ukončení tréninku. Na displeji se zobrazí “Last session” výsledky a hodnoty naměřené během tréninku

**Save&Exit - Uložit a ukončit:**
Vyberte “Save&Exit” pro uložení tréninku do sekce “Own Trainings - Vlastní tréninky”
- Po stisku bubliny “Save&Exit” se zobrazí pojmenování složky.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro otevření editace textu, zobrazuje se “A”
- Změňte název pomocí tlačítek “Rychlost a Sklon + / - “ a potvrďte písmenka stiskem “Enter/ Start”
- Stejným způsobem vyplňte všechna okénka.
- Po vyplnění názvu stiskněte “V” a displej zobrazí “Last session” výsledky a hodnoty naměřené během tréninku

‼ Poznámka
• Pro uložení tréninku je třeba, aby trval nejméně 10 minut nebo bylo uběhnutou alespoň 3 km
• Hodnoty není možné uložit pokud probíhá Fitness test nebo používáte T-Road mode.

### Cílová hodnota srdečního pulsu

- Použijte tlačítka “Rychlost a Sklon + / - “ pro přepínání v hlavním menu a vyberte “Target HR“
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a přesun na obrazovku nastavení.

**Nastavení programu**
Displej zobrazuje “cílovou hodnotu pulsu 80 - 220 bpm”
- Použijte tlačítka “Rychlost a Sklon + / - “ pro nastavení cílové hodnoty pulsu a potvrďte stiskem “Enter / Start.
- Poté co změníte parametry pro puls, změní se také maximální hodnota pulsu, v závislosti na věku uživatele.

**Nastavení hodnot tréninku**
- Použijte tlačítka “Rychlost a Sklon + / - “ pro nastavení hodnot pro energii, čas, vzdálenost a potvrďte stiskem “Enter / Start.
- Použijte tlačítka “Rychlost a Sklon + / - “ pro nastavení délky tréninku a potvrďte stiskem “Enter / Start.
  Energie: Rozmezí 50 ~ 2000 Přednastaveno 200 ± 50.
  Čas : Rozmezí 10 ~ 180 Přednastaveno 200 ± 30.
  Distance: Rozmezí 3 ~ 100 Přednastaveno 10 ± 1.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a spustí se 3 vteřinový odpočet před spuštěním programu“Target HR”.

Program je ovládán srdečním pulsem.
Zátěž a intenzita trénink se bude měnit tak, aby bylo dosaženo cílové hodnoty pulsu.
Pokud je váš puls pod cílovou hodnotou, intenzita se zvýší.
Pokud je váš puls nad hodnotou, intenzita se sníží.

**Během tréninku**
- Použijte tlačítka “Rychlosti”pro upravení rychlosti během tréninku.
- Použijte tlačítka “Sklonu”pro upravení rychlosti během tréninku.



ENDURANCE

‼ Poznámka
• Pokud manuálně upravíte intenzitu tréninku, počítač se bude stále chovat dle závislosti na pulsu.
• Hláška“No Heart Rate” se zobrazí, pokud není puls zaznamenán.

Pro “Pauzu/ ukončení tréninku” si přečtěte předcházející kapitolu.

## Manuální režim

- Použijte tlačítka “Rychlost a Sklon + / - “ pro přepínání v hlavním menu a vyberte “manual“
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a přechod na obrazovku nastavení

**Nastavení hodnot tréninku**
- Použijte tlačítka “Rychlost a Sklon + / - “ pro nastavení hodnot pro energii, čas, vzdálenost a potvrďte stiskem “Enter / Start.
- Použijte tlačítka “Rychlost a Sklon + / - “ pro nastavení délky tréninku a potvrďte stiskem “Enter / Start.
  Energie: Rozmezí 50 ~ 2000 Přednastaveno 200 ± 50.
  Čas : Rozmezí 10 ~ 180 Přednastaveno 200 ± 30.
  Distance: Rozmezí 3 ~ 100 Přednastaveno 10 ± 1.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a spustí se 3 vteřinový odpočet před spuštěním programu..

Přednastavené programy mění intenzitu tréninku automaticky.

**Během tréninku**
- Použijte tlačítka “Rychlosti”pro upravení rychlosti během tréninku.
- Použijte tlačítka “Sklonu”pro upravení rychlosti během tréninku

Pro “Pauzu/ ukončení tréninku” si přečtěte předcházející kapitolu.

## Přednastavené programy (Obr. K-2)

Použijte “Rychlost a Sklon + / - “ pro přepínání v hlavním menu a vyberte “Preset Programs“
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a spuštění obrazovky nastavení
- Použijte “Rychlost a Sklon + / - “ pro výběr požadovaného programu z nabídky:
  5 profilů s nastavenou rychlostí
  Grafický náhled se zobrazuje zeleně
  5 profilů s nastaveným sklonem
  Grafický náhled se zobrazuje modře
  Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a další obrazovku nastavení.

**Nastavení hodnot tréninku**
- Použijte tlačítka “Rychlost a Sklon + / - “ pro nastavení hodnot pro energii, čas, vzdálenost a potvrďte stiskem “Enter / Start.
- Použijte tlačítka “Rychlost a Sklon + / - “ pro nastavení délky tréninku a potvrďte stiskem “Enter / Start.
  Energie: Rozmezí 50 ~ 2000 Přednastaveno 200 ± 50.
  Čas : Rozmezí 10 ~ 180 Přednastaveno 200 ± 30.
  Distance: Rozmezí 3 ~ 100 Přednastaveno 10 ± 1.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a spustí se 3 vteřinový odpočet před spuštěním programu..

Přednastavené programy mění intenzitu tréninku automaticky.

**Během tréninku**
- Použijte tlačítka “Rychlosti”pro upravení rychlosti během tréninku.
- Použijte tlačítka “Sklonu”pro upravení rychlosti během tréninku
- Použijte “Uživatel/ + (nahoru)/ Select/ - (dolů)”pro zvýšení / snížení programu jako celku.

‼ Poznámka
• Pokud manuálně nastavíte rychlost, projeví se změna pouze u právě aktivní sekce profilu.
• Pokud manuálně nastavíte sklon, projeví se změna pouze u právě aktivní sekce profilu..
• Maximální/ minimální možnost nastavení je závislá na nejnižším a nejvyšším bodu profilu, nemůže být překročena.

Pro “Pauzu/ ukončení tréninku” si přečtěte předcházející kapitolu.

## Vlastní tréninky

Použijte tlačítka “Rychlost a sklon + / - “ pro přepínání v hlavním menu a vyberte “Own Trainings“
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a přesun na obrazovku nastavení.

‼ Poznámka
- Hláška “No saved trainings where found” se zobrazí, pokud zde nejsou uložený žádné tréninky.

- Použijte tlačítka “Speed & Incline + / - “ pro výběr tréninku z “Own training”, and
  Dostupné programy s nastavenou rychlostí: Grafický profil se zobrazuje zeleně
  Dostupné programy s nastaveným sklonem: Grafický profil se zobrazuje modře
  Stiskněte“Enter/ Start” pro potvrzení a další obrazovku nastavení

Použijte “Rychlost a Sklon + / - “ pro výběr “Replay”, “Edit” nebo “Delete.

**“Replay - Znovu přehrát”**
- Stiskněte “Replay”: Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a spustí se 3 vteřinový odpočet před spuštěním programu.

**“Edit” - Upravit**

- Použijte “Rychlost a Sklon + / - “ pro nastavení vybraného cíle a poté stiskněte “Enter / Start.
  Čas : Rozmezí 10 ~ 180 Přednastaveno 200 ± 30.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a spustí se 3 vteřinový odpočet před spuštěním programu.

**“Delete - Smazat”**
- Stiskněte “Enter/ Start”pro potvrzení a výběr z vlastních profilů “Own profile”, který chcete vymazat

**Během tréninku**
- Použijte tlačítka “Rychlosti”pro upravení rychlosti během tréninku.
- Použijte tlačítka “Sklonu”pro upravení rychlosti během tréninku
- Použijte “Uživatel/ + (nahoru)/ Select/ - (dolů)”pro zvýšení / snížení programu jako celku.

‼ Poznámka
• Pokud manuálně nastavíte rychlost, projeví se změna pouze u právě aktivní sekce profilu.
• Pokud manuálně nastavíte sklon, projeví se změna pouze u právě aktivní sekce profilu..
• Maximální/ minimální možnost nastavení je závislá na nejnižším a nejvyšším bodu profilu, nemůže být překročena.

Pro “Pauzu/ ukončení tréninku” si přečtěte předcházející kapitolu.

### Fitness test

Použijte “Rychlost a sklon + / - “ pro přepínání v hlavním menu a vyberte “Fitness Test“
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a spuštění obrazovky nastavení.

‼ Poznámka
• Pro spuštění fitness testu musí být vybrán uživatel.
Pokud není uživatel vybrán, počítač vás upozorní.
• Výsledky fitness testu budou uloženy ve složce “User log”.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a spustí se 3 vteřinový odpočet před spuštěním programu.

**Během tréninku**
- Pro dokončení fitness testu je potřeba běžet alespoň 12 minut.
- V těchto 12-ti minutách můžete měnit rychlost “Rychlost” tlačítky, čím více uběhnete, tím bude váš výsledek lepší.
- Pro výsledek fitness testu je nutné také měřit srdeční puls

. **Ukončení “Fitness testu”**
- Test je dokončen po 12-ti minutách, displej zobrazí “Last session” a ukáže výsledky.
- Výsledky “Fitness testu” budou uloženy ve složce “User log”.

‼ Poznámka
• Pokud je test přerušen dříve než dosáhne 12-ti minut, bude měření neplatné.
• Pokud není zaznamenán puls, počítač vás upozorní.

### T-Road

Použijte “Rychlost a Sklon+ / - “ pro přepínání v hlavním menu a vyberte “T-Road“
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a spuštění obrazovky nastavení.
- Použijte “Rychlost a Sklon + / - “ pro výběr jednoho ze 3 profilů T-road.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a spustí se 3 vteřinový odpočet před spuštěním programu.

**Během tréninku**
- Pro T-road profily je nastaven pevný cíl času v závislosti na vzdálenosti vybraného profilu
- Sklon se mění v závislosti na vybraném profilu. Změna profilu je možná, ale počítač jej automaticky vrátí na původní hodnotu.
- Pomocí tlačítek “Rychlost” upravte rychlost dle potřeby.
- Pomocí “Enter/ Start” přepínejte mezi videem a profilem programu.
Displej videa: Zobrazuje virtuální trasu, změny rychlosti se projeví v rychlosti běhu videa a okolí a sklon také.
Profil programu: Zobrazuje aktuální profil programu.

Pro “Pauzu/ ukončení tréninku” si přečtěte předcházející kapitolu.

### Bluetooth připojení

‼ Poznámka
• - Počítač lze připojit k vašemu chytrému zařízení pomocí Bluetooth (iOS & Android).
- Stáhněte si aplikaci APP a přes ni spojte s trenažérem přes Bluetooth.

Použijte “Rychlost a sklon + / - “ pro přepínání v hlavním menu a vyberte “Bluetooth mode“
- Stiskněte“Enter/ Start” pro potvrzení a obrazovku nastavení. Zapněte Bluetooth.
Zobrazí se adresa BT
- Stiskněte “Start/ Stop” pro ukončení BT připojení a vypnutí BT pokud není spárován

‼ Poznámka
• Tunturi pouze nabízí možnost propojení přes Bluetooth a není zodpovědné
za jakékoliv poškození a poruchy vzniklé na jiných zařízeních.
• Podívejte se na webové stránky pro více informací.

## Uživatel

Stiskněte “User/ + (nahoru)” pro vstup do uživatelského menu.

- Pomocí “Rychlost a Sklon + / - “ pro výběr jednoho z 6-ti podkategorií
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a vstup do výběru kategorií.

### User Log

User log zobrazuje vaše naměřené a uložené hodnoty během posledního tréninku “Latest Session”.. - Stiskněte “Enter/ Start” pro zobrazení veškerých uživatelských údajů.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro ukončení“User Log” menu.

### Uživatelské nastavení

V uživatelském nastavení “User setting” menu můžete nastavit vlastní preference a zobrazení hodnot. :
- Nastavte “Contrast”: Jas obrazovky (Přednastaveno=50%)
- Prohlédněte si “Total Distance”: Celkovou vzdálenost trenažéru.
- Prohlédněte si “Total Time”: Celkový čas trenažéru.
- Prohlédněte si “Current Version”: Aktuální instalovanou verzi softwaru.
- Nastavte “SW Upgrade”: Software režim aktualizace..
Yes /Ano: Aktualizujte software přes USB. No / Ne: Nelze aktualizovat přes USB.
- Nastavte “Language”: Nastavte jazyk výběrem vlajky..
- Nastavte “Volume Control”: Hlasitost zvuku
on (zapnuto) off (vypnuo). Některé zvukové upozornění

nelze upravit.

**Změna nastavení**
- Použijte “Rychlost a sklon + / - “ pro výběr jednoho z parametrů.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a nastavení.
- Použijte “Rychlost a sklon + / - “ a nastavte parametr.
- Stiskněte“Enter/ Start” pro potvrzení.

- Stiskněte“Back/ Stop” pro ukončení uživatelského nastavení.

### Úprava nastavení

V “User setting” menu můžete změnit parametry, které již nejsou aktuální.
Podívejte se na sekci “Create User” jak nastavit a uložit nové parametry.

- Stiskněte “Back/ Stop” pro ukončení “User Setting” menu.



ENDURANCE

### Vymazání uživatele

V“User setting” menu můžete vymazat uložený uživatelský profil.

- Použijte“Rychlost a Sklon + / - “ tlačítko pro výběr uživatele, kterého chcete smazat.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a výběr z vlastních profilů “Own profile”a ten bude bez dalšího upozornění vymazán.

- Stiskněte “Back/ Stop” pro ukončení “User Setting” menu.

### Změna uživatele

V “Change User” menu můžete změnit vybraný uživatelský profil .
- Pomocí “Rychlost a Sklon + / - “ tlačítek vyberte požadovaný profil.
- Stiskněte“Back/ Stop” pro ukončení“User Setting” menu.

### Vytvoření uživatele

Stiskněte “User/ + (nahoru)” tlačítko pro spuštění “Create User” menu. vytvoření nového uživatele.

- Pomocí tlačítek “Rychlost a Sklon + / - “ vyberte jeden z 9-ti parametrů.
- Stiskněte“Enter/ Start” Por potvrzení a nastavení dalšího parametru.

**User name - Uživatelské jméno:**
- Stiskněte “Enter/ Start” pro otevření textového editoru a zobrazuje se “A”
- Změňte písmena pomocí “Rychlost a Sklon + / - “ tlačítka potvrzujte každé písmenko pomocí “Enter/ Start”
- Napište tímto způsobem své jméno.
- Po vyplnění jména klikněte na “√”, jméno se uloží a vrátíte se zpět na “Create User” menu.

**Units - Jednotky, Displej**
- Použijte “Rychlost a Sklon + / - “ pro výběr požadovaných jednotek

| | Rychlost | Vzdálenost | Výška | Váha |
|---|---|---|---|---|
| Metrické | Km/ H | Km | Cm | Kg |
| Imperiální | Mph | Mile | Ft/ Inch | Lbs |

- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a návrat do “Create User” menu.

**Displej**
- Pomocí “Rychlost a Sklon + / - “ vyberte požadovaný displej.
  Přičítání: přednastavený čas / vzdálenost se budou přičítat
  Odpočet: přednastavený čas / vzdálenost se budou odečítat
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a návrat do “Create User” menu.

**Gender - Pohlaví**
- Pomocí “Rychlost a Sklon + / - “ vyberte pohlaví.
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a návrat do “Create User” menu.

**Age - Věk**
- Pomocí “Rychlost a Sklon + / - “ nastavte věk.
  Rozmezí: 10 ~ 99 ± 1
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a návrat do “Create User” menu.

**Height - Výška**

- Použijte“Rychlost a Sklon + / - “ pro nastavení výšky uživatele.
  Rozmezí: Metrické 110 ~ 210 ± 1 / Imperiální: 3’7 ~ 6’10 ± 0’1
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a návrat do “Create User” menu..

**Weight - Hmotnost**

- Použijte “Rychlost a Sklon + / - “ a nastavte hmotnost uživatele.
  Metrické: 30 ~ 150 ± 1 / Imperiální: 66 ~ 330 ± 1
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a návrat do “Create User” menu.

**Max HR - Maximální hodnota pulsu**
Max HR parameter je automaticky vypočítaná hodnota v závislosti na věku a pohlaví. Přesto si můžete také nastavit vlastní limit.
Muž: 220 - věk je Max. HR
Žena: 226 - věk Max. HR.

- Použijte“Rychlost a Sklon + / - “ pro upravení hodnoty maxima..
  Rozmezí: 80 ~ 220 ± 1
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a návrat do “Create User” menu.

**Maximální rychlost**

- Použijte“Rychlost a Sklon + / - “ pro nastavení hodnoty maximální rychlosti.
  Metrické: 0.5 ~ 16.0 ± 0.1 / Imperiální: 0.3 ~ 10.0 ± 0.1
- Stiskněte “Enter/ Start” pro potvrzení a návrat do “Create User” menu..

!! Poznámka
• Maximální rychlost bude nastavena jak u manuálního programu tak u přednastavených programů.

## Péče a údržba

*Upozornění*
• Před zahájením péče a údržby odpojte přístroj z elektrické sítě
• K čistění nepoužívejte ředidlo
• Nezakrývejte ventilační otvory. Udržujte ventilační otvory čisté, bez prachu a špíny či jiných nečistot
• Stroj čistěte hladkou absorpční látkou po každém cvičení
• Viditelné části stroje můžete vyčistit vysavačem nastaveným na nejnižší stupeň sání
• Pravidelně kontrolujte všechny šrouby a matice

**Běžecká deska a běžecký pás**
Váš běžecký pás používá velmi vysoce účinné těsnění s nízkým třením. Výkon se maximalizuje, pokud je běžecká plocha co nejčistší. Použijte měkkou vlhkou utěrku nebo papírovou utěrku, abyste utřeli okraj pásu a oblast mezi okrajem řemene a rámu. Utírejte také pod pásem, jak nejdál dosáhnete. To by se mělo provádět jednou za měsíc, aby se prodloužila životnost pásu a běžecké plochy. Čistěte pouze vodou, nepoužívejte žádná ředidla ani jiné čistící prostředky. Horní plochu pásu můžete očistit mýdlovým

**Mazání (Obr. F-4)**

Běžecký pás je třeba pravidelně kontrolovat, zda je správně namazán. Trenažér je vybaven funkcí, která vás po 300 hodinách užívání upozorní na kontrolu mazání. Okénko “TIME WINDOW” zobrazí“OIL” a také se ozve pípnutí každých 10 vteřin. Udělejte následující kroky ke kontrole maziva a poté oznámení “OIL” zrušíte stisknutím “STOP” po dobu 3 vteřin. Stiskněte jej během varovného pípnutí.

⚠ Upozornění
• Před promazáváním odpojte přístroj z elektrické sítě

⚠ Varování
• Doporučujeme kontrolovat mazání pásu nejméně 1x měsíčně, mazání lze ovlivnit mnoha faktory
• Pás promazávejte pouze pokud je to nezbytné. Pokud stroj promažete příliš moc, může sklouznout následkem nízkého tření
• Na pásu stůjte vzpřímeně.
• Chytněte se předního madla a chodidly posouvejte páse dopředu a dozadu. Pás se musí pohybovat hladce a bez jakýchkoliv zvuků.
• Pokud se pás nepohybuje hladce nebo nepohybuje vůbec, sáhněte prsty pod pás a zkontrolujte promazání
• Pokud jsou vaše prsty lesklé od mazu, je zde dostatečné množství mazadla
• Pokud jsou vaše prsty suché nebo od prachu, aplikujte (15-20 ml) maziva. Aplikujte
do prostřední části pod pás a poté nechte přístroj běžet rychlostí 5km/h po dobu 5 minut.
• Po promazání stroj neskládejte, dokud neproběhne alespoň 20-ti minutové cvičení v rychlosti 5 km/h. Mazivo se rovnoměrně rozetře po páse.
Video: https://www.youtube.com/watch?v=N9jv_3TwaNE

**Prach na pásu**
Pokud je trenažér delší dobu nepoužíván, může se něm usadit vrstva prachu. Před použitím otřete plochu pásu navlhčeným hadrem.

**Běžný úklid**
V domácnosti se běžně stává, že na trenažéru ulpí částečky prachu, nečistoty, vlasy nebo chlupy a mohly by ucpat ventilaci stroje. Minimálně jednou měsíčně vysajte pod trenažérem. Jednou za rok by bylo vhodné také otevřít kryt motoru a vysát nečistoty usazení v něm. Vždy nejdříve odpojte elektrický kabel před manipulací s trenažérem.

**Vycentrování běžeckého pásu**

Výkon trenažéru závisí na rovnosti rámu trenažéru. Pokud není rám vyrovnaný, přední a zadní válec nemohou běžet paralelně a může se stát, že bude třeba často seřizovat pás.
Běžecký pás je navržen tak, aby během používání udržoval běžecký pás přiměřeně vycentrovaný. Je normální, že některé pásy driftují blízko jedné strany, když na nich nikdo neběží. Po pár minutách používání by se měl pás sám vystředit. Pokud se pás během používání nadále pohybuje směrem k jedné straně, je nutné provést úpravy.

VÝJIMKA:

Během rehabilitace, kdy uživatel používá jednu nohu mnohem silněji než druhou, se může stát, že se běžecký pás posunuje na jednu stranu. V těchto případech byste jej neměli seřizovat, dokud se běžecký pás sám nevystředí během normálního používání.

**Nastavení běžeckého pásu (Obr. F-5)**

K nastavení zadního válce je dodáván imbusový klíč 10 mm. Proveďte úpravy nastavení pouze z levé strany. Nastavte rychlost pásu na přibližně 3 až 5 km / h.
Pamatujte, že malá úprava může dramaticky změnit rozdíl v použití.! Otáčením šroubu ve směru hodinových ručiček se pás posune doprava. Proti směru hodinových ručiček se přesunete doleva. Otočte šroub pouze o 1/4 otáčky a počkejte několik minut, než se pás sám nastaví. Pokračujte v otáčení o 1/4 otáčky, dokud se pás nestabilizuje ve středu běžecké desky.
Trenažér může vyžadovat pravidelné seřizování pásu v závislosti na používání a vlastnostech chůze / běhu.Každý uživatel ovlivní běh pásu odlišně. Očekávejte, že bude třeba vycentrovat pás dle pokynů výše. Údržba je snadnější, pokud je pás pravidelně používán. Za správnou údržbu pásu zodpovídá uživatel.

Poznámka
• Na poškození způsobená špatnou údržbou pásu se nevztahuje záruka.

## Chyby a poruchy

I přes pravidelnou kontrolu kvality, defektů či funkční poruch, může dojít v individuálních případech k poruše v zařízení. Ve většině případů není nutné opravovat celý stroj, ale pouze jednotlivou část.
• Pokud přístroj nefunguje správně, kontaktujte svého prodejce.

• Poskytněte číslo modelu a sériové číslo stroje svému prodejci. Vysvětlete problém, stav opotřebování a datum nákupu.

### Nastavení jednotek

Pokud naměřené hodnoty neodpovídají vašim očekáváním, může být počítač přepnut na jiný systém jednotek.
Metrický: Min./ Max. rychlost:
0.8 Km/h/ 24.0 Km/h.
Imperiální: Min./ Max. rychlost/:
0.5 Mls/h/ 15.0 Mls/h.

**Jednotky změníte:**

Vytáhněte bezpečnostní klíč ( Počítač zobrazí E7)
Stiskněte a držte “Prog” & “Mode” tlačítka zároveň po dobu 3 vteřin. Počítač krátce zobrazí:
- 0.5 Pokud jsou nastaveny imperiální jednotky
- 0,8 Pokud jsou nastaveny metrické jednotky
Vraťte bezpečnostní klíč zpět do počítače.

### Error kódy

Pokud se na displeji zobrazí error kód (označen E a číslo), re-startujte
přístroj a zkontrolujte, jestli přístroj stále ukazuje
chybu. Pokud ano, svého prodejce.

!! Poznámka
• E7 znamená, že není vložen bezpečnostní klíč

## Přesun a uskladnění

*Upozornění*
• Před zahájením péče a údržby vždy přístroj odpojte z elektrické
zásuvky.
• Stroj přemisťujte alespoň ve dvou lidech.
• Ujistěte se, zda nejsou pod strojem žádné předměty nebo osoby.
• Při skládání stroje se vždy ujistěte, že jste slyšeli zaklapnutí zámku, předejte pádu pásu.
*Varování*
• Před skládáním stroje se ujistěte, zda je sklon na 0%, jinak by mohl být poškozen mechanismus stroje.
• Uchopte přední část stroje a pevně držte za madla. Zvedněte přední část tak, aby zadní část byla na
kolečkách a stroj pomalu posunujte (obr.F3) a poté položte. Stroj umístěte na ochrannou podložku, abyste předešli poškození
podlahy. Na nerovných površích zacházejte se strojem velmi opatrně. Po schodech
nahoru a dolů stroj neposunujte po kolečkách, ale přenášejte jej v rukou.
• Stroj skladujte jako na obr. F1 na suchém místě s malými výkyvy
teplot .

## Technické údaje

| Parametry | Jednotky | Hodnota |
|---|---|---|
| Voltáž | VAC | 210 ~ 240 |
| Frekvence | HZ | 50 ~ 60 |
| Motor | HP | 2.5<br>5.5 Max. |
| Rychlost | Km/H | 0.5 ~ 16.0 |
| Rychlost | Mph | 0.3 ~ 10.0 |
| Sklon | Úroveň | 0 ~ 15 |
| Délka (složeno) | Cm | 193.0<br>(137.0) |
| Délka (složeno) | Inch | 76.0<br>(53.9) |
| Šířka | Cm | 82.5 |
| Šířka | Inch | 32.5 |
| Výška (složeno) | Cm | 149.0<br>(155.0) |
| Výška (složeno) | Inch | 58.7<br>(61.0) |
| Hmotnost | Kg | 117.0 |
| Hmotnost | Lbs | 257.9 |
| Max. uživ. hmotnost | Kb | 150 |
| Max. uživ. hmotnost | Lbs | 330 |
| HR. přijímač | Khz | 5.3 Khz |

## Záruka

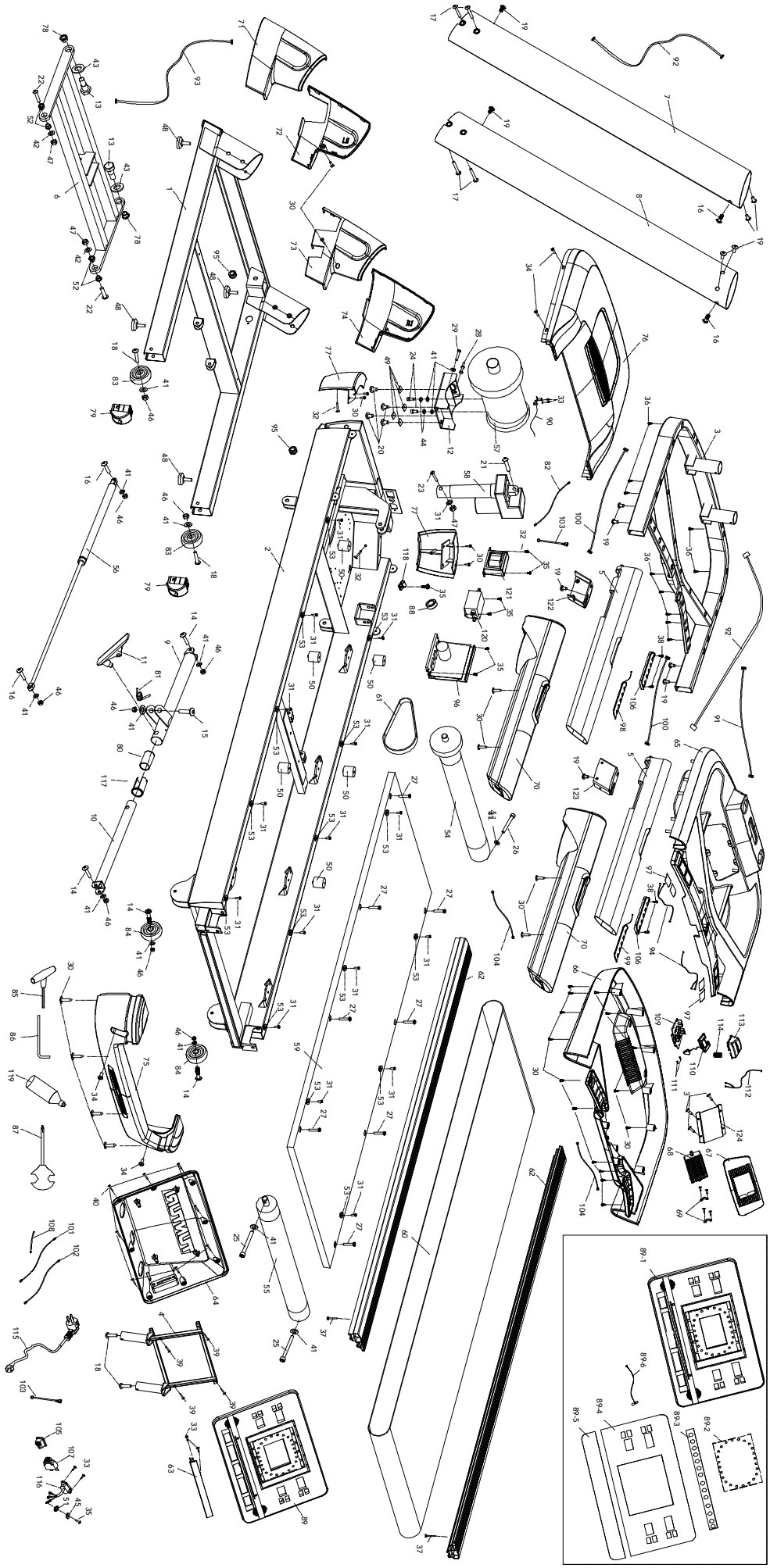
Dovozce:
FITNESS STORE s.r.o.
Marešova 643/6
198 00 Praha 9

Výrobce:
Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
Nizozemsko

| Č. | Popis | Specifikace | Ks |
|---|---|---|---|
| 1 | Base Frame | | 1 |
| 2 | Main Frame | | 1 |
| 3 | Console Frame | | 1 |
| 4 | Display Frame | | 1 |
| 5 | Handle Bar Frame | | 2 |
| 6 | Incline Frame | | 1 |
| 7 | Upright Post (L) | | 1 |
| 8 | Upright Post (R) | | 1 |
| 9 | Outside Extension Tube | | 1 |
| 10 | Inside Extension Tube | | 1 |
| 11 | Side Landing Frame | | 1 |
| 12 | Motor Installation Panel | | 1 |
| 13 | Hex Half Thread Screw | M12*Ø14*35*19 | 2 |
| 14 | Allen C.K.S Half Thread Screw | M8*40*20 | 4 |
| 15 | Allen C.K.S Half Thread Screw | M8*45*20 | 1 |
| 16 | Allen C.K.S Half Thread Screw | M8*30*20 | 4 |
| 17 | Allen C.K.S Half Thread Screw | M8*60*20 | 4 |
| 18 | Allen C.K.S Half Thread Screw | M8*50*20 | 4 |
| 19 | Allen C.K.S Full Thread Screw | M8*15 | 8 |
| 20 | Hex Full Thread Screw | M8*20 | 4 |
| 21 | Allen C.K.S Full Thread Screw | M10*35*15 | 1 |
| 22 | Allen C.K.S Full Thread Screw | M10*35*20 | 2 |
| 23 | Allen C.K.S Full Thread Screw | M10*65*20 | 1 |
| 24 | Allen Socket Full Thread Screw | M8*15 | 2 |
| 25 | Allen Socket Full Thread Screw | M8*75 | 2 |
| 26 | Allen Socket Full Thread Screw | M8*65 | 1 |
| 27 | Allen Countersunk Head Full Thread Screw | M6*30*Ø16 | 8 |
| 28 | Motor Bolt Welding | M8*65 | 1 |
| 29 | Hex Full Thread Screw | M8*75 | 1 |
| 30 | Philips C.K.S.Self-Tapping Screw | ST4*16 | 38 |
| 31 | Philips C.K.S.Self-Tapping Screw | ST4*16 | 20 |
| 32 | Philips C.K.S.Self-Tapping Screw | ST4*50 | 2 |
| 33 | Philips Countersunk Head Self-Tapping Screw | ST3*10 | 4 |
| 34 | Philips C.K.S. Full Thread Screw | M5*10 | 6 |
| 35 | Philips C.K.S. Full Thread Screw | M4*10 | 9 |
| 36 | Philips C.K.S.Self-Tapping Screw | ST4*16 | 11 |
| 37 | Philips C.K.S.Self-Tapping Screw | ST4*40 | 4 |
| 38 | Philips Pan Head. Full Thread Screw | M3*28 | 4 |
| 39 | Philips C.K.S.Self-Tapping Screw | ST4*20 | 4 |
| 40 | Philips Washer Head End Cutting.Self-Tapping Screw | ST4*12 | 8 |
| 41 | Flat Washer | Ø8 | 19 |
| 42 | Flat Washer | Ø10 | 3 |
| 43 | Flat Washer | Ø14 | 2 |
| 44 | Spring Washer | Ø8 | 2 |
| 45 | Spring Washer | Ø5 | 3 |
| 46 | Hex Nut | M8 | 9 |
| 47 | Hex Nut | M10 | 3 |
| 48 | Adjusting Foot Pad | Ø35*37*12*M8 | 4 |
| 49 | Square Cushion | 35*35*t5.0*Ø8 | 4 |
| 50 | Cylinder Cushion | Ø30*30*M6*6 | 6 |
| 51 | Serrated Lock Washers | Ø5 | 3 |

| Č. | Popis | Specifikace | Ks |
|---|---|---|---|
| 52 | Incline Shaft Sleeve | Ø25*Ø17*Ø10*6*1 | 4 |
| 53 | Round Side Rail Guider | Ø25*Ø5*4.5 | 20 |
| 54 | Front Roller | Ø95×Ø50×Ø17×613×661 | 1 |
| 55 | Rear Roller | Ø50×Ø17×586×646 | 1 |
| 56 | Hydraulic Compl. Assy | 702*330*Ø10*Ø8.2*600N | 1 |
| 57 | Motor | 1500W/DC180V/4600RPM/Ø32/ | 1 |
| 58 | Incline Motor | 1/15HP/110mm/AC220V | 1 |
| 59 | Running Deck | 1350*650*t21 | 1 |
| 60 | Running Belt | 3150×550×t1.8 | 1 |
| 61 | Motor Belt | 180PJ6 | 1 |
| 62 | Side Landing | 93*36.5*1424 | 2 |
| 63 | Ipad Holder | 300*25*20 | 1 |
| 64 | Console Back Housing | 480*270*83 | 1 |
| 65 | Console Shell (Up) | 908*458*130 | 1 |
| 66 | Console Shell (Down) | 908*458*100 | 1 |
| 67 | Outlet Assembling Part | 300*84*25 | 1 |
| 68 | Outlet | 148*51*18 | 1 |
| 69 | Pressing Plate | 22*7.0*6.0 | 2 |
| 70 | Pu Handle Bar Cover | 636*64*137 | 2 |
| 71 | Base Cover L (L) | 295*92*228 | 1 |
| 72 | Base Cover L (R) | 295*92*228 | 1 |
| 73 | Base Cover R (L) | 295*92*228 | 1 |
| 74 | Base Cover R (R) | 295*92*228 | 1 |
| 75 | Rear Cover | 737*157*147 | 1 |
| 76 | Motor Cover T85 Incl. Decals | 739*382*95 | 1 |
| 77 | Front Base Cover | 148*88*111.5 | 2 |
| 78 | Powder Metallurgy Set | Ø24*Ø19*Ø14*14*3 | 2 |
| 79 | Curve Open Tube Plug | 40*60*t2.0 | 2 |
| 80 | Hollow Round Tube Plug | Ø31.5*55 | 1 |
| 81 | Common Cylindrical Spiral Torsion Spring | 2219/Ø14*Ø2*14 | 1 |
| 82 | Power Line | L-300mm | 1 |
| 83 | Wheels | Ø62*Ø8.0*t22 | 2 |
| 84 | Wheels | Ø62*Ø8.0*t22 | 2 |
| 85 | T Shape Wrench | 6*80 | 1 |
| 86 | L Shape Wrench | 6*35*80 | 1 |
| 87 | Cross Open Wrench | 14*17*75 | 1 |
| 88 | Magnet Ring | Ø31*Ø19*t16 | 1 |
| 89 | Console T85 Compl. Assy | | 1 |
| 90 | Speed Sensor | L-500 | 1 |
| 91 | Communication Upper | L_800mm | 1 |
| 92 | Communication Middle | L-1300mm | 2 |
| 93 | Communication Lower | L-950mm | 1 |
| 94 | Handle Pulse Communication Wire | L-800mm | 2 |
| 95 | Wire Protect Ring | Ø21*Ø12*9 | 2 |
| 96 | Power Board T85 | DC220V/1-16KM/H | 1 |
| 97 | Handle Pulse Set | t0.3*42*60 | 4 |
| 98 | Incline Handble Quick Key Pcb | L-450mm | 1 |
| 99 | Speed Handble Quick Key Pcb | L-450mm | 1 |
| 100 | Handle Pulse Set Wire | L-1100mm | 2 |
| 101 | Power Line | L-350mm | 1 |
| 102 | Power Line | L-350mm | 1 |

| Č. | Popis | Specifikace | Ks |
|---|---|---|---|
| 103 | Communication Line( Ground Line) | L-200mm | 2 |
| 104 | Communication Line( Ground Line) | L-200mm | 2 |
| 105 | Switch | | 1 |
| 106 | Handle Quick Key Cover | 126*34.5*12 | 2 |
| 107 | Self-Reset Switch | 10A/250VAC | 1 |
| 108 | Power Line | L-100mm | 1 |
| 109 | Safety Key Fix Plate | 106*54*18 | 1 |
| 110 | Safety Key Pull Piece | L-700mm | 1 |
| 111 | Safety Key Clips | t0.8*29*5 | 2 |
| 112 | Safety Key Connecting Wire | L-500mm | 1 |
| 113 | Safety Key Press Piece | 83.5*42.7*33.2 | 1 |
| 114 | Pressure Spring | Ø11.8*Ø0.8*24 | 1 |
| 115 | Seperated Porwer Cord | 3*1.5mm2*2000 | 1 |
| 116 | Seperated Porwer Cord Socket | 250V/10A | 1 |
| 117 | Hollow Round Tube Plug | Ø35*t1.2 | 3 |
| 118 | Cable Clamp | | 2 |
| 119 | Silicon Oil | 50ml | 1 |
| 120 | Filter | 10A | 1 |
| 121 | Choke | 10A/L-500 | 1 |
| 122 | Console Frame Bracket L | t3.0×125×120/1260×3000 | 1 |
| 123 | Console Frame Bracket R | t3.0×125×120/1260×3000 | 1 |
| 124 | Outlet Cover | t1.0×125×92/1260×3000 | 1 |
| | | | |
| 89 | Console T85 Compl. Assy | | 1 |
| 89-1 | Panel | 480×270×22 | 1 |
| 89-2 | Display Pcb | | 1 |
| 89-3 | Keyboard Pcb | | 1 |
| 89-4 | Display Overlay | | 1 |
| 89-5 | Keyboard Overlay | | 1 |
| 89-6 | Usb Port Socket | | 1 |
| | | | |
| | Incline quick key overlay sticker | 32.1×120.7(10 5 0 + -/INCLINE | 1 |
| | Speed quick key overlay sticker | 32.1×120.7(12 9 6 + -/SPEED | 1 |
| | | | |
| HK | Hardware Kit | | 1 |



**Tunturi New Fitness BV**
Purmerweg 1 NL - 1311 XE Almere
P.O. Box 60001 NL - 1320 AA Almere
The Netherlands
www.tunturi.com
info@tunturi.com

20191219