

FLOWFITNESS



CF5i Crosstrainer Návod

ČEŠTINA

1.	Důležité informace	3
	Obsah balení	4
2.	Úvod	5
	Důležité části.....	5
	Specifikace	6
3.	Montáž	7
	1. Montáž předních a zadních stabilizátorů.....	7
	2. Montáž sloupku řídítek	8
	3. Montáž opěrných trubek.....	9
	4. Montáž pedálů.....	10
	5. Montáž řídítek.....	11
	6. Montáž počítače	12
	7. Montáž krytů	13
	8. Vyrovnání a připojení adaptéru	14
	Skladování, přesouvání a používání	15
	Údržba	16
4.	Použití	17
	Počítač	17
	Cvičení s aplikacemi.....	27
5.	Informace o produktu	29
	Nákres	29
	Seznam dílů.....	30
6.	Záruka	31
	Záruka	31

1 Důležité informace

Zdraví:

DŮLEŽITÉ: před samotným používáním stroje si pečlivě přečtěte tento návod a řiďte se jeho pokyny.

- Pro stanovení optimální úrovně tréninku je nejlepší se poradit s odborníkem.
- Pokud se při cvičení objeví závratě, nevolnost či jiné fyzické problémy, okamžitě přestaňte cvičit a konzultujte svůj zdravotní stav se svým lékařem.
- Při tréninku pravidelně kontrolujte svůj srdeční tep. Pokud budou jeho hodnoty nestandardní, okamžitě přestaňte cvičit.
- Doporučujeme se před tréninkem rozehrát vhodným cvičením, které by mělo trvat 5 - 10 minut. Po skončení tréninku se protáhněte. Díky tomuto procesu předcházíte případnému zranění a bolesti svalů.

Bezpečnost

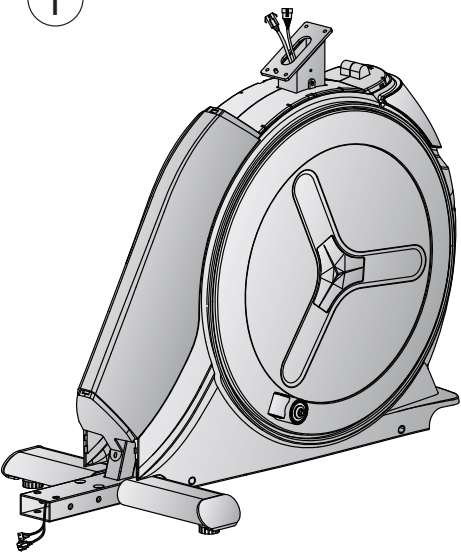
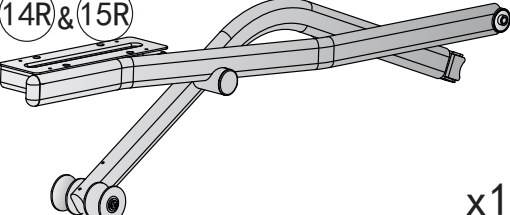
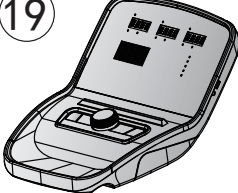
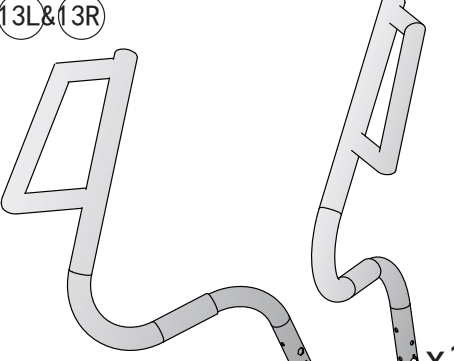
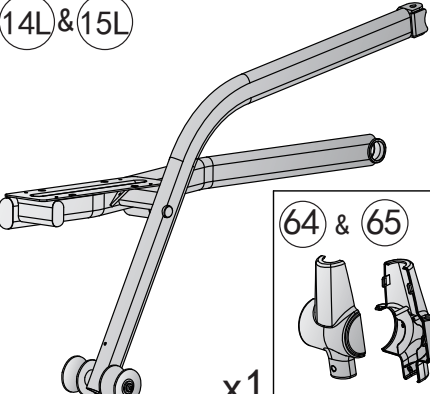


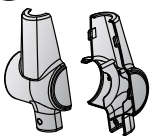
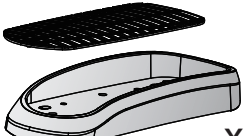


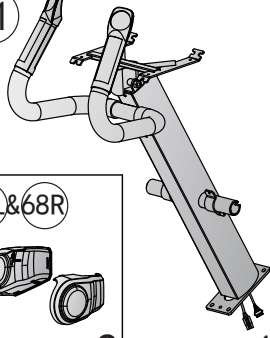
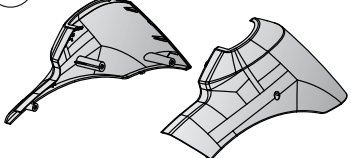
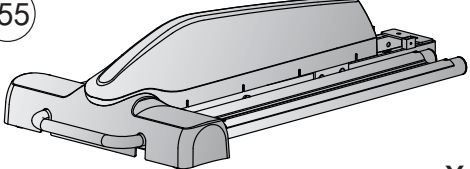

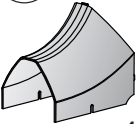
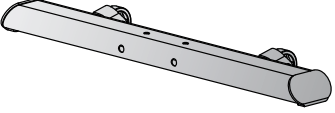
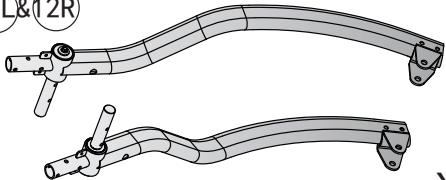

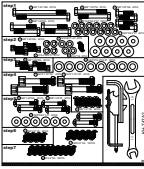
- Stroj používejte pouze k určenému účelu a tak, jak je uvedeno v návodu.
- Před cvičením zkontrolujte, že je stroj funkční. Pokud zjistíte, že je cokoli v nepořádku, necvičte a kontaktujte svého prodejce.
- Pokud je stroj nefunkční, necvičte.
- Stroj je určen je pro domácí používání a musí být umístě na rovné ploše.
- Nosnost běžeckého pásu je 180 kg.
- Před cvičením se ujistěte, že kolem sebe máte dostatek volného prostoru. Ideálně 1 metr.
- Na stroji nic nepřilepujte a ani na něj nic nelepte.
- Dbejte na to, aby ke stroji neměli přístup děti a domácí zvířata.
- Osoby se zdravotním postižením by měli mít souhlas lékaře před zahájením cvičení.
- Nestrkejte ruce a nohy pod stroj.
- Během tréninku nikdy nezadržujte dech. Dýchání by mělo být pravidelné a plynulé, a to v závislosti na intenzitě cvičení.
- S tréninkovým plánem začínejte pomalu a postupně ho budujte.
- Během cvičení noste vhodné oblečení. Nenoste nic, co je příliš volné a mohlo by se snadno zachytit v pohyblivých částech stroje.
- Při přesouvání stroje používejte vhodnou zvedací techniku, abyste předešli případnému zranění.
- Šrouby pravidelně kontrolujte a dotahujte.
- Majitel stroje zodpovídá za to, že všichni jeho uživatelé jsou poučeni a vědí o možných nebezpečích tak, jak je popsáno v tomto návodu.
- Tento stroj není vhodný pro terapeutické či profesionální používání.
- Stroj používejte pouze v suchém a čistém prostředí. Skladování v chladných a vlhkých prostorách může vést k poškození stroje.



WARNING

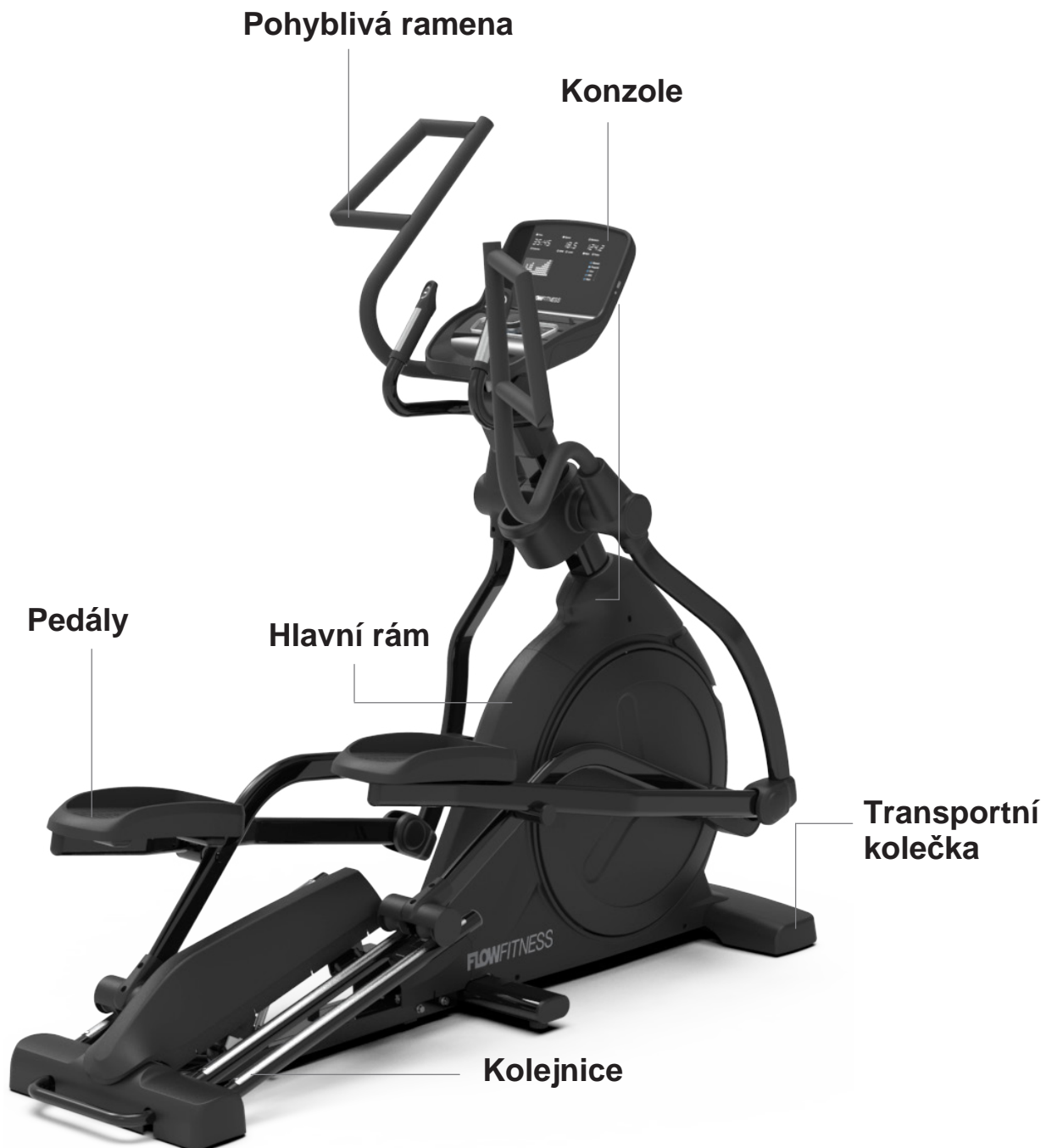
Než začnete cvičit, konzultujte svůj zdravotní stav se svým lékařem. Toto opatření je důležité zejména pro osoby starší 35 let nebo osoby, které mají jiné zdravotní problémy. Před používáním si přečtěte všechny pokyny. Společnost Flow Fitness neodpovídá za žádné zranění osob či poškození majetku, které vznikne používáním tohoto stroje. Tento produkt není vhodný k pronajímání nebo používání v komerčním prostředí.

Obsah balení

<p>1</p>  <p>x1</p>	<p>14R & 15R</p>  <p>x1</p>	<p>19</p>  <p>x1</p>	
<p>13L & 13R</p>  <p>x1</p>	<p>14L & 15L</p>  <p>x1</p>	<p>118</p>  <p>x1</p>	
	<p>39 & 40</p>  <p>x1</p>	<p>64 & 65</p>  <p>x2</p>	<p>44 & 45</p>  <p>x2</p>
	<p>98 & 99</p>  <p>x1</p>	<p>63</p>  <p>x2</p>	<p>11</p>  <p>x1</p>
<p>30L & 30R</p>  <p>x1</p>	<p>155</p>  <p>x1</p>	<p>117</p>  <p>x1</p>	<p>33</p>  <p>x1</p>
<p>2</p>  <p>x1</p>	<p>12L & 12R</p>  <p>x1</p>	<p>71</p>  <p>x2</p>	 <p>x1</p>

2 Úvod

Důležité části



Specifikace

iConsole

24 Programů celkem
1 Manuální program 12
Přednastavených programů
4 Uživatelské programy
4 Programy řízené tepovou frekvencí
1 Target program
1 WATT

Recovery test
Volitelný hrudní pás přes
bluetooth
USB
Bluetooth 4.0

Aplikace

iConsole
Kinomap

Technické parametry

69 Úrovní odporu
32 kg Setrvačnick

Rozměry
Délka: 211 cm
Výška: 188 cm
Šířka: 82 cm
Váha: 127,3 kg

Ergonomie







Sklon 0 - 10 úrovní

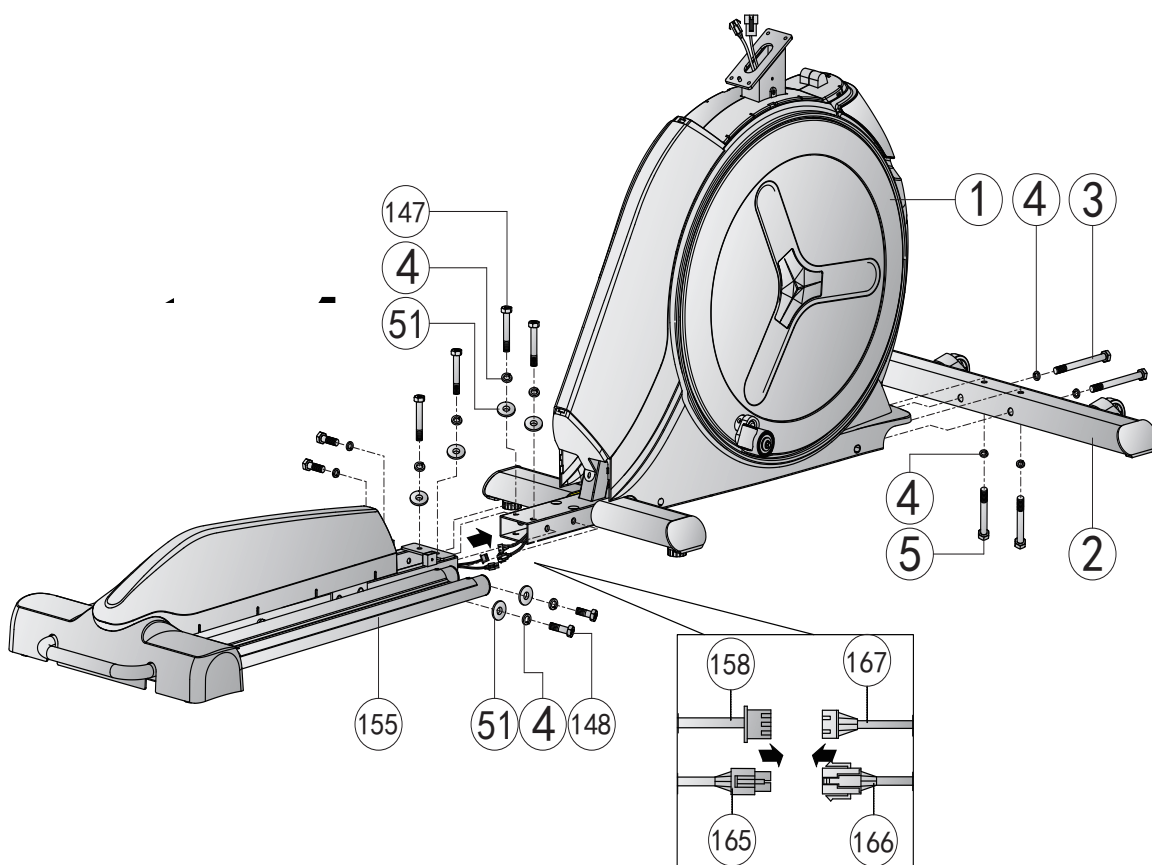
3 Montáž

1. Montáž předních a zadních stabilizátorů

Připojte kabely ze zadního stabilizátoru (158) (156) ke kabelům z hlavního rámu (166) (167). Upevněte všechny šrouby a podložky podle obrázku níže.







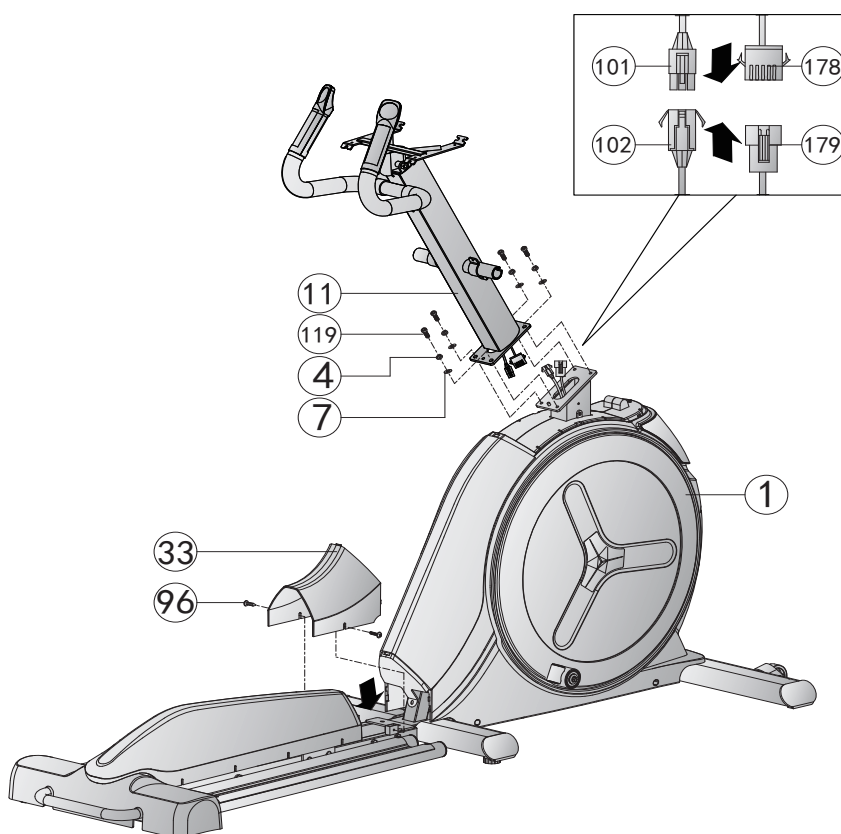
3	 M8*1.25*120L	x2
5	 M8*1.25*70L	x2
147	 M8*1.25*55L	x4
148	 M8*1.25*35L	x4
4	 D15.4*D8.2*2T	x12
51	 D25*D8.5*2T	x8



2. Montáž sloupku řídicítek

Připojte kabely z hlavního rámu (102) (179) ke kabelům ze sloupku řídicítek (101) (178). Po připojení sloupku můžete šrouby a podložky utáhnout, tak jak je znázorněno na obrázku níže. Nasadte zadní kryt (33), dle obrázku a utáhněte šrouby s křížovou hlavou (96).

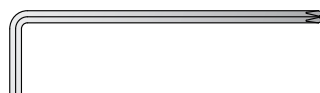
119		M8*1.25*25L	x4
4		D15.4*D8.2*2T	x4
7		D16xD8.5x1.2T	x4
96		ST4.2*15L	x2



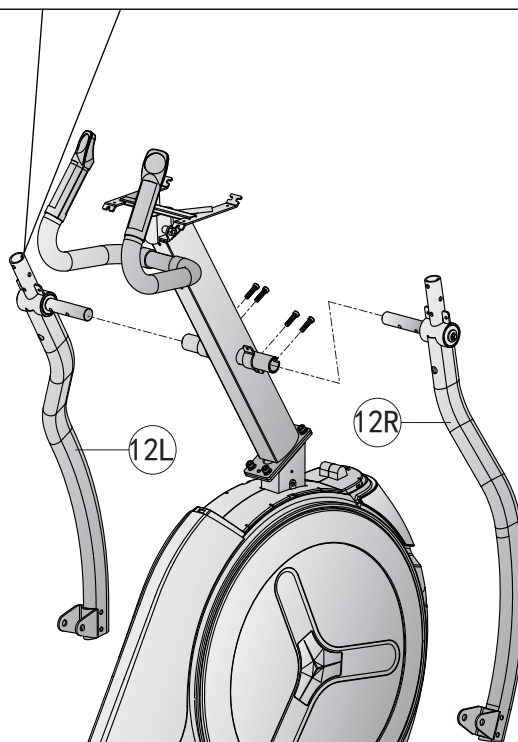
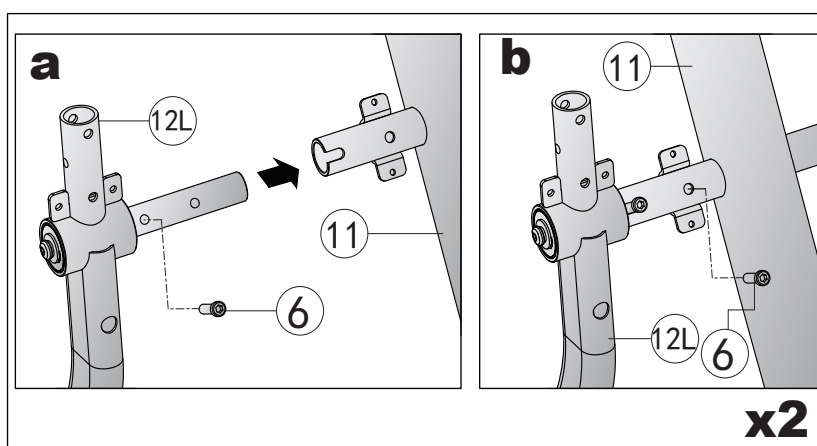
3 Montáž

3. Montáž opěrných trubek

Zasaňte opěrnou trubku (12) do trubky, která je umístěna na boku řídicího panelu, viz obrázek a., a zajistěte ji pomocí imbusových šroubů (6), viz obr. b). Pak to samé udělejte s druhou nosnou trubkou.

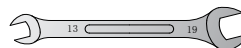


6		M8*1.25*20L	x4
---	--	-------------	----

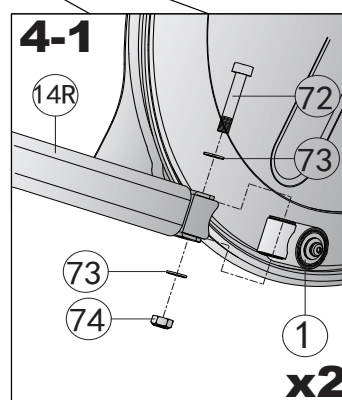
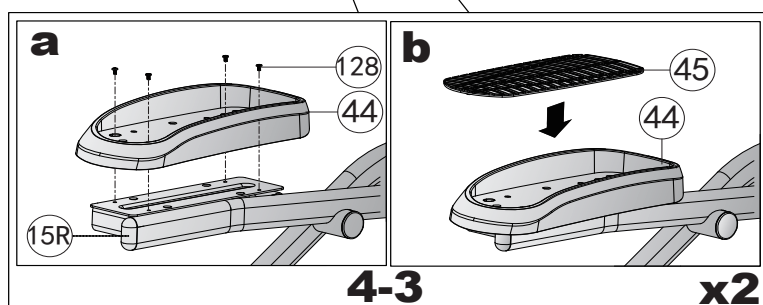
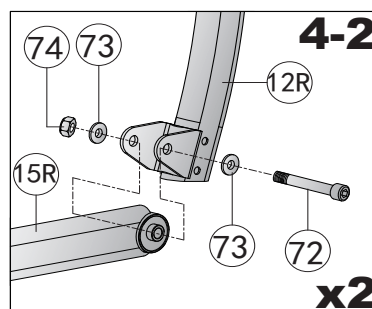
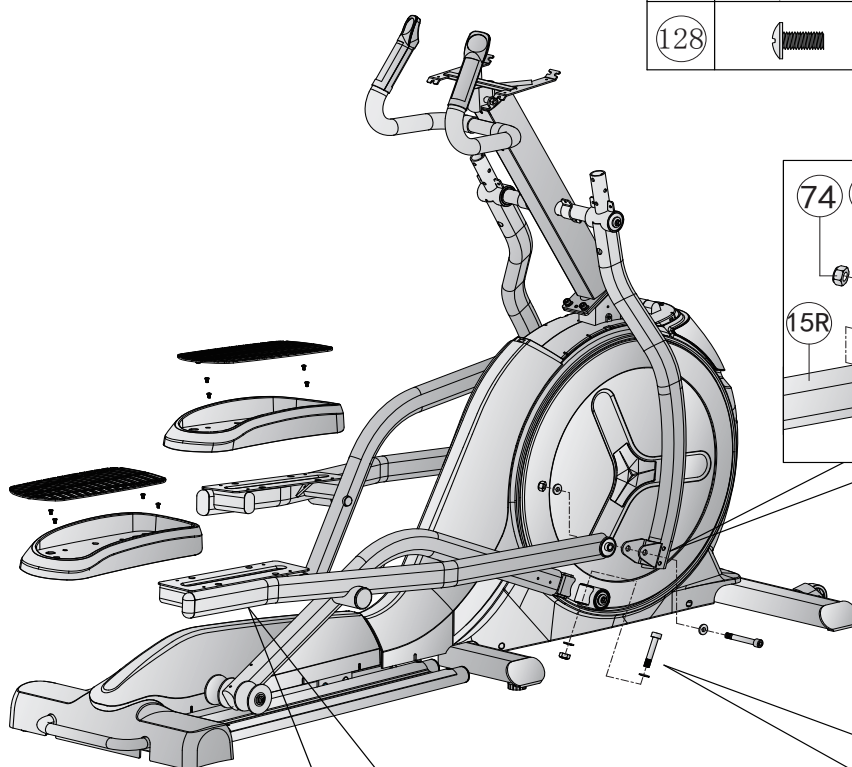


4. Montáž pedálů

Umístěte kola pedálů na kolejnici. Připojte soupravu (14) od pedálů k hlavnímu rámu (1) a pomocí šroubů a podložek (viz. obr. 4-1) ji upevněte. Poté namontujte držák pedálů (15) a upevněte ho pomocí šroubů a podložek tak, jak je vidět na obrázku 4-2. Připevněte pedál (44) k držáku (15) pomocí křížových šroubů (128). Poté vložte do pedálu vložku (45) tak, jak je vidět na obrázku 4-3.



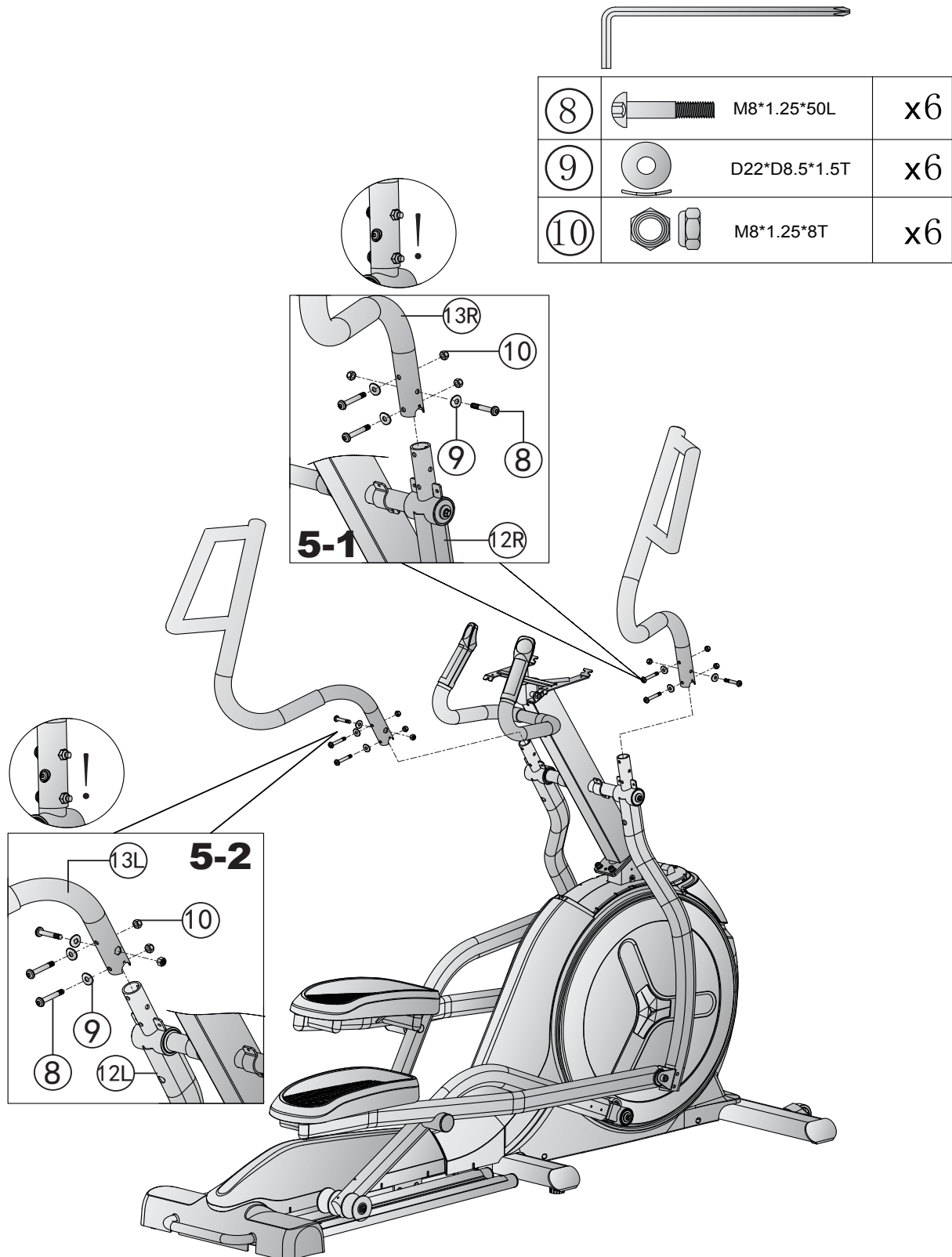
72		M12*1.75*70L	x4
73		D24*D13.5*D2.5T	x8
74		M12*1.75*12T	x4
128		M6*1.0*15L	x8



3 Montáž

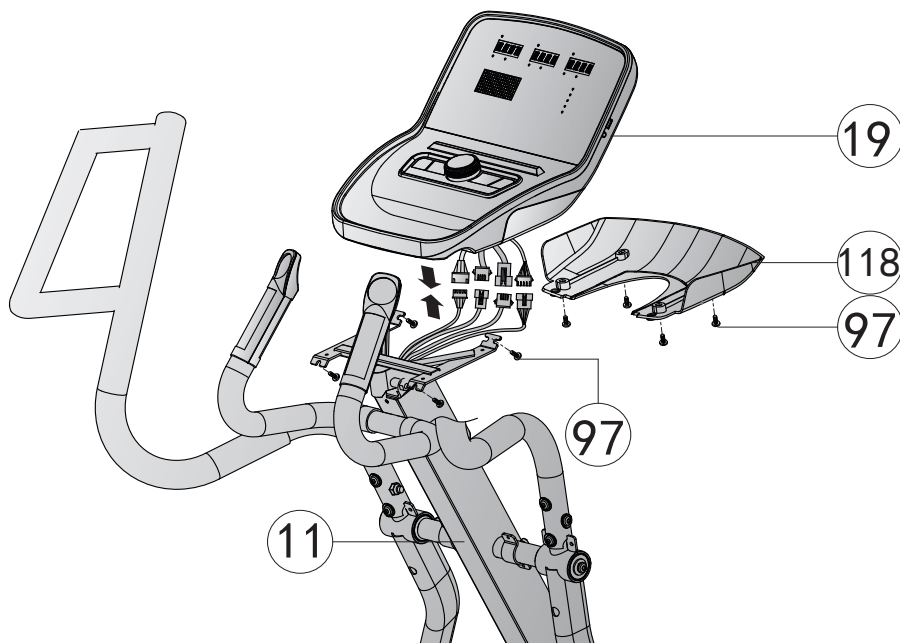
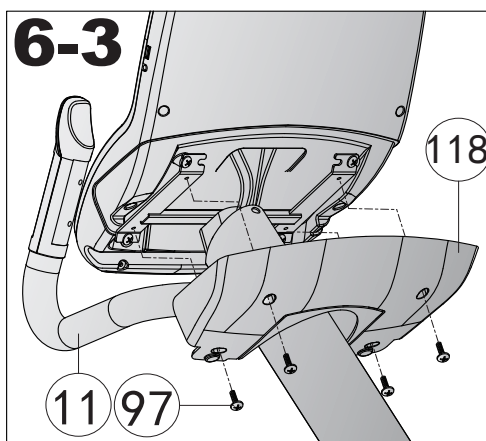
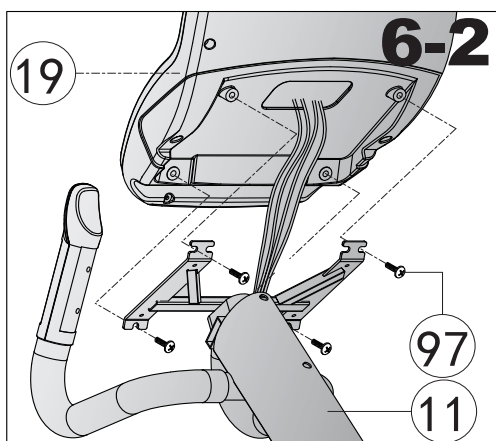
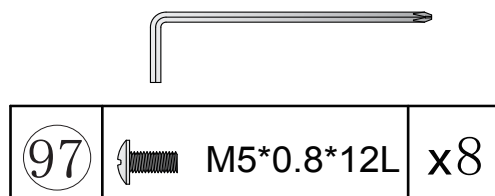
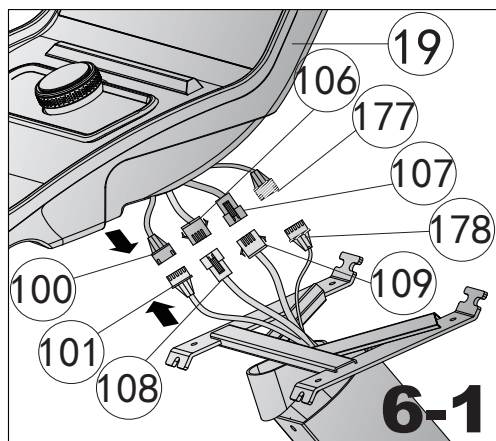
5. Montáž řídítek

Připojte soupravu řídítek (13) k nosné trubce pro pohyblivá ramena (12) pomocí šroubů a podložek (8), (9), (10).



6. Montáž počítače


Propojte kabely z konzole (100) (106) (107) (177) ke kabelům ze sloupku říditek (101) (108) (109) (178) tak, jak je vidět na obrázku 6-1. Poté umístěte počítač na říditka a zajistěte jej křížovými šrouby (97), viz. 6-2. Poté umístěte zadní kryt počítače (118) na spodní část konzole a zajistěte jej pomocí křížových šroubů (97).





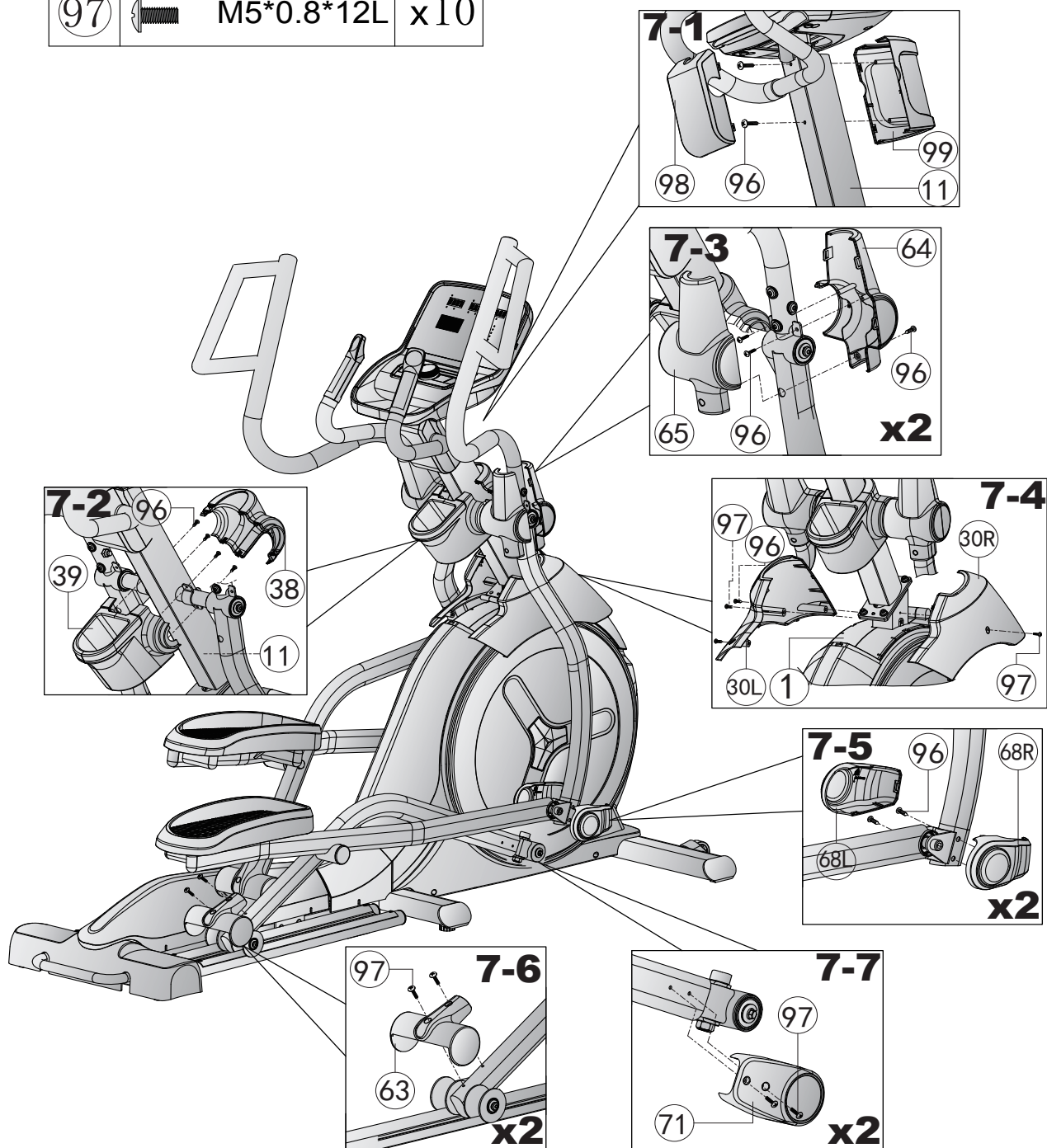
3 Montáž

7. Montáž krytů

Sestavte všechny kryty podle obrázku níže, počínaje krytem 98 a 99.

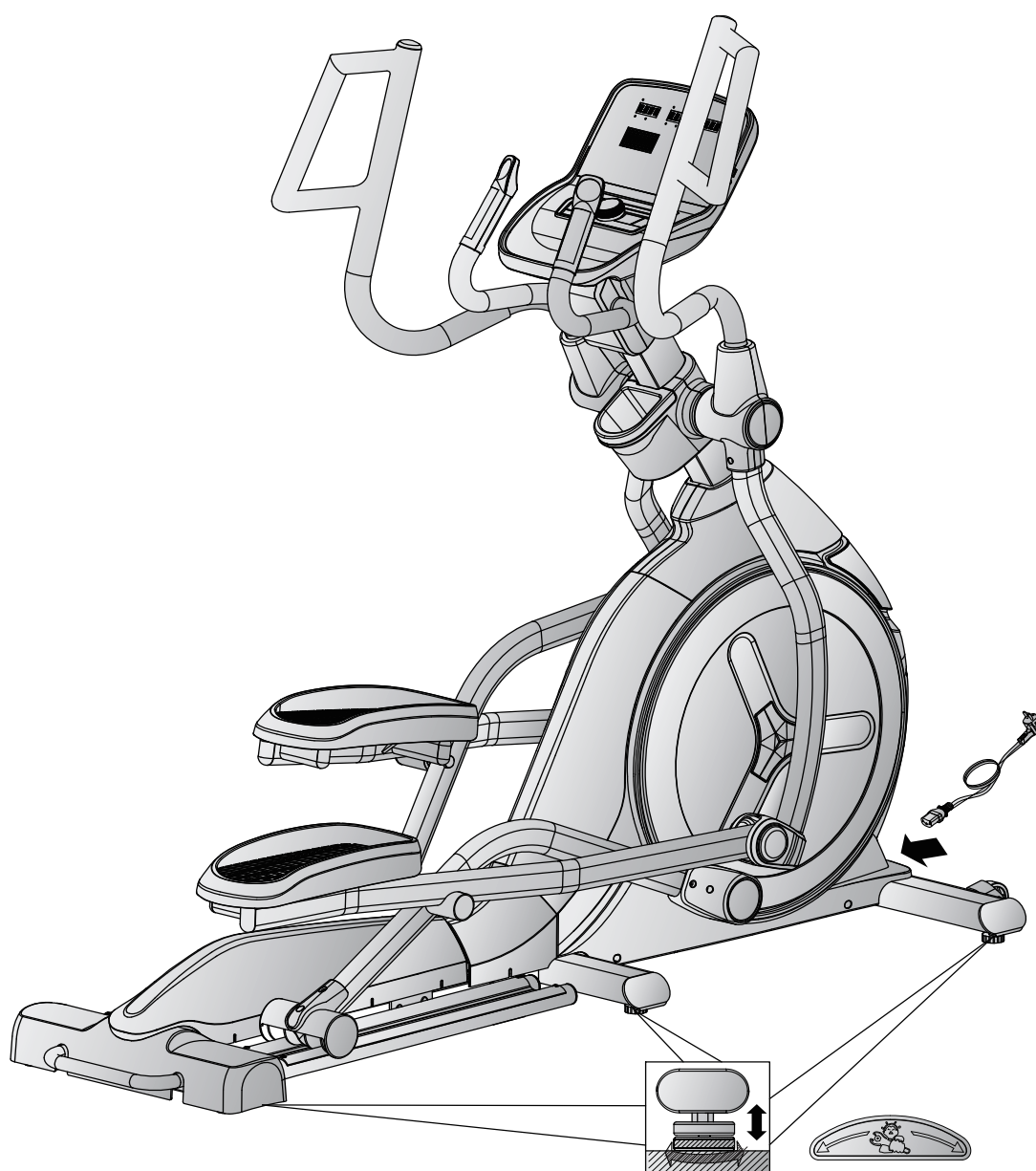


96		ST4.2*15L	x18
97		M5*0.8*12L	x10



8. Vyrovnání a připojení adaptéru

Když je CF5i kompletně a správně smontován, můžete zapojit napájecí adaptér. CF5i můžete vyrovnat pomocí otáčení nastavitelných nohou.



3 Montáž

Skladování, přesouvání a používání

Před stěhováním elipticalu CF5i se ujistěte, že je stroj odpojen od zásuvky. Pro snadnou manipulaci ho pevně držte oběma rukama a nakloňte jeho váhu na přepravní kolečka. Nyní ho můžete přesunout na požadované místo. Jakmile ho přesunete, je potřeba stroj znovu vyrovnat. Nyní znovu připojte stroj k zásuvce.

Údržba

Flow Fitness doporučuje, abyste šrouby a matice kontrolovali každých 6 týdnů a v případě potřeby je dotáhly. Vždy používejte pouze nástroje, které byly se strojem dodány.

Po každém tréninku otřete pot ze všech částí stroje. To zabraňuje tvorbě kruhů a nebo dokonce rzi.

Kovové a plastové díly čistěte standardními čisticími prostředky po každém tréninku. Před dalším použitím se však ujistěte, že jsou všechny části stroje zcela suché.

Před použitím eliptického trenážeru je důležité řádně promazat kolejnice dodaným mazivem. Jednou za tři měsíce tento postup zopakujte.

Abyste předcházeli zbytečnému opotřebení stroje, používejte ho pouze v interiéru a v suchém prostředí.

Flow Fitness doporučuje pravidelnou údržbu. Pro další informace nás můžete kontaktovat na support@flowfitness.com.

4 Použití

Počítač



RECOVERY
Analyzuje vaši kondici po tréninku, a to na základě srdeční frekvence

BODY FAT
Měření tělesného tuku

INCLINE -
Snížení sklonu



RESET
Resetuje všechny aktuální hodnoty nebo při cvičení vás vrátí do hlavní nabídky

START/STOP
Spustí nebo zastaví cvičení.

INCLINE +
Zvýšení sklonu

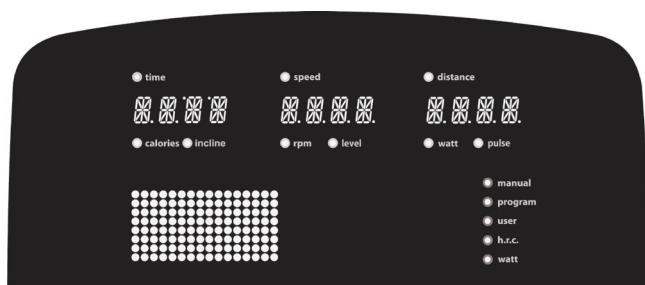
KNOFLÍK
Otáčením nastavíte hodnoty nebo úroveň odporu. Stisknutím potvrdíte

Zobrazované hodnoty

TIME	Uběhnutý nebo zbývající čas - podle nastavení.
SPEED	Uběhnutá vzdálenost
RPM	Počet otáček za minutu
	Hodnota RPM se zobrazuje v grafu na levé straně obrazovky, nad rychlostí.
DISTANCE	Uběhnutá nebo zbývající vzdálenost - záleží podle nastavení.
CALORIES	Indikuje počet spálených kalorií.
PULSE	Zobrazuje srdeční frekvenci v BPM (údery za minutu). Tato hodnota je viditelná pouze při nošení volitelného hrudního pásu FLOW Fitness nebo pokud držíte senzory tepové frekvence na řídítkách. Hodnota PULSE se zobrazuje v grafu na pravé straně obrazovky
WATT	Aktuální výstup ve WATT
INCLINE	Aktuální nastavení sklonu

Start

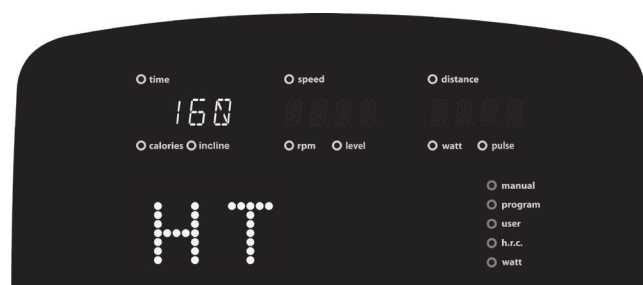
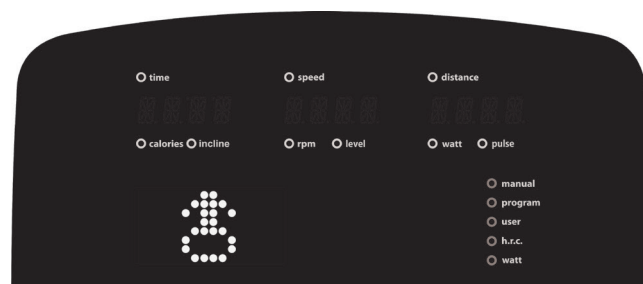
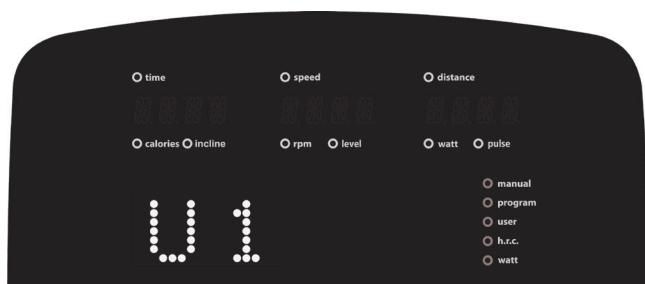
Připojte adaptér ke stroji a zásuvce, obrazovka se zapne a zobrazí informace viz níže. Při zapnutí vydá počítač zvukový signál.



4 Použití

Nastavení uživatelského profilu

Můžete si nastavit až čtyři uživatelské profily. Po zapnutí si zvolte pomocí knoflíku mezi U1 - U4. Výběr potvrďte stisknutím knoflíku. Lze nastavit uživatelské hodnoty jako pohlaví, věk (AGE), výšku (HT) a hmotnost (WT). Data v uživatelském profilu budou použita pro test recovery a test tělesného tuku. Data se také používají pro výpočet maximální srdeční frekvence pro programy, které jsou řízeny tepovou frekvencí. Proto je důležité je správně vyplnit. Pro každý uživatelský profil je možné uložit i jeden uživatelský program.



Program

Manual	Manuální program
Program	12 přednastavených programů
User	Uživatelský program
HRC (Heart Rate Control)	Program řízený tepovou frekvencí
Watt constant	WATT



Otáčením knoflíku můžete procházet jednotlivé programy. ENTER (stisknutí knoflík) vyberete trénink. Po zadání hodnot zahájíte cvičení stisknutím START / STOP. Počítá se automaticky spustí v režimu SCAN. Hodnoty jako RPM, SPEED, TIME, DISTANCE, CALORIES, WATT a PULSE se po několik sekund budou zobrazovat v hlavním okně obrazovky. Stisknutím klávesy ENTER lze aktuální hodnotu upravit v jejím hlavním okně. Mezi hodnotami můžete přepínat stisknutím klávesy ENTER, dokud se v okně nezobrazí požadovaná hodnota. Všechny hodnoty jsou zobrazeny v dolní části obrazovky.

Manuální program

Otáčením knoflíku vyberte volbu "M" a potvrďte výběr.

RYCHLÝ START: Stisknutím START / STOP můžete rovnou začít cvičit. všechny hodnoty budou začínat na 0 a načítají se.

Je také možné nejprve nastavit jednu z následujících hodnot: LEVEL (úroveň), TIME (čas), DISTANCE (vzdálenost), CALORIES (kalorie) a PULSE (puls). Nastavení můžete provést pomocí otočného knoflíku. Každou hodnotu potvrďte stisknutím ENTER. Cvičení zahájíte stisknutím START / STOP. Během tréninku můžete stále nastavit odpor pomocí knoflíku. Cvičení bude ukončeno po dosažení nastavených hodnot - jakmile jedna z hodnot bude na nule. Cvičení můžete pozastavit stisknutím START/STOP a stejným tlačítkem ho opět spustit. Pokud stisknete RESET, vrátíte se do hlavního menu.



4 Použití

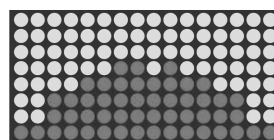
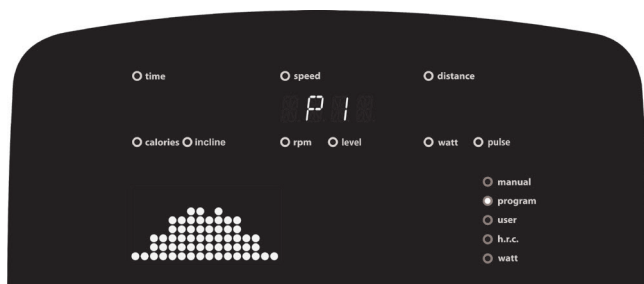
Program - Přednastavené programy

V hlavní nabídce vyberte ikonu jednoho z přednastavených programů. Můžete si vybrat z 12 různých tréninků. Pokud jste si vybrali trénink, na displeji se zobrazí jeho průběhu a odpor.

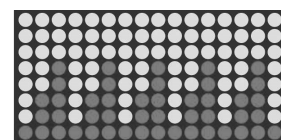
Až se zobrazí trénink, který chcete, potvrďte výběr stisknutím ENTER.

1. Nyní si nastavte požadovanou úroveň odporu.
2. Nastavte si délku tréninku (max. 99 minut).
3. Stisknutím START / STOP začnete cvičit.

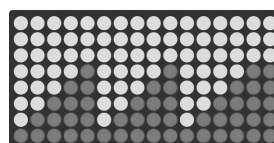
Cvičení skončí po uplynutí nastaveného času. Cvičení můžete pozastavit stisknutím START / STOP. Stejným tlačítkem cvičení opět spustíte. Stisknutím RESET ukončíte trénink a vrátíte se zpět do hlavní nabídky.



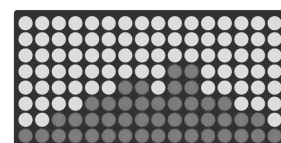
P1



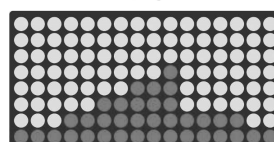
P2



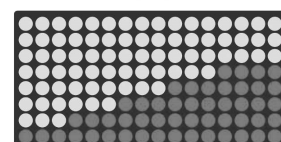
P3



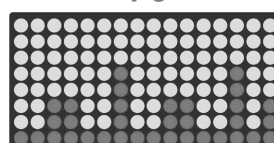
P4



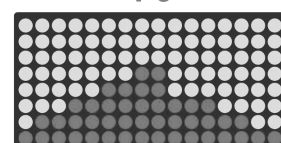
P5



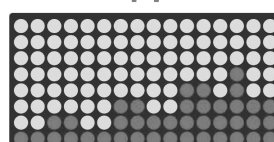
P6



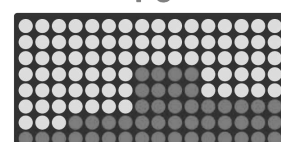
P7



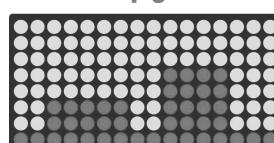
P8



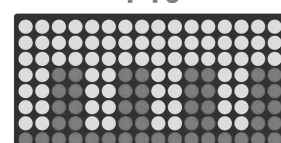
P9



P10



P11



P12

Uživatelské programy.

V programu USER si můžete vytvořit svůj vlastní uživatelský program. Na jednom uživatelském profilu může být uložen pouze jeden uživatelský program.

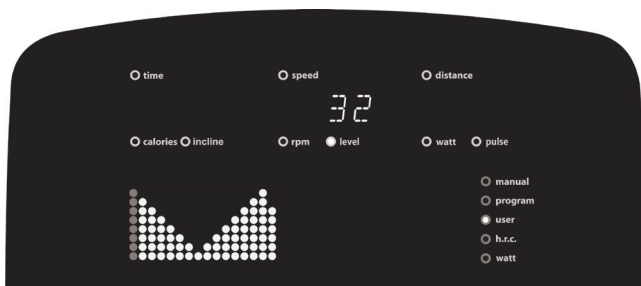
Otáčením knoflíku vyberte "U" a potvrďte výběr stisknutím tlačítka.

1. Program se skládá z 8 segmentů. V každém segmentu můžete nastavit úroveň odporu. Mezi segmenty přepínáte pomocí ENTER a odpor měníte pomocí otáčení kolečka.
2. Až budete hotoví, opusťte nabídku stisknutím klávesy ENTER po dobu 4 vteřin.
3. Nyní nastavte čas tréninku (max. 99 minut)
4. Stiskněte START/STOP a začněte cvičit.

Během tréninku můžete nastavit odpor pomocí knoflíku pro výběr.

Během tréninku můžete měnit odpor aktuálního segmentu.

Cvičení skončí po uplynutí nastaveného času. Cvičení můžete pozastavit stisknutím START / STOP. Stejným tlačítkem cvičení opět spustíte. Stisknutím RESET ukončíte trénink a vrátíte se zpět do hlavní nabídky.



4 Použití

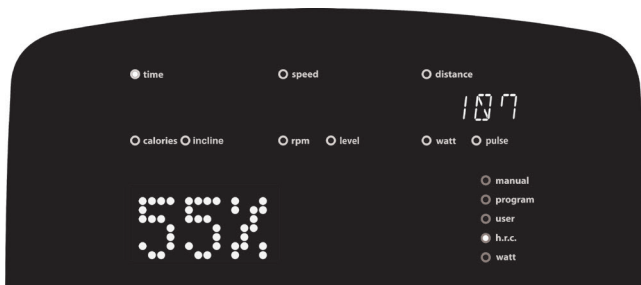
HRC - Programy řízené tepovou frekvencí

V nabídce vyberte ikonu pro trénink řízený tepovou frekvencí. Můžete trénovat v procentech své maximální tepové frekvence nebo si sami nastavit cílovou tepovou frekvenci (TARGET). Počítač automaticky vypočítává maximální srdeční frekvenci na základě vašeho uživatelského profilu. Maximální srdeční frekvence se počítá podle vzorce $220 - \text{váš věk}$. Tepová frekvence se měří volitelným hrudním pásem Flow Fitness nebo držením senzorů tepové frekvence na řídítkách, a to během celého tréninku.

1. Můžete si vybrat ze tří možností maximální tepové frekvence: 55%, 75%, 90% nebo TA (TARGET). Provedte výběr a potvrďte.
2. Pokud zvolíte TARGET, můžete si nyní nastavit požadovanou cílovou tepovou frekvenci.
3. Nastavte si čas cvičení.
4. Stiskněte START/STOP a začněte cvičit.

Pokud počítač nepřijme signál srdeční frekvence po dobu 5 vteřin, zobrazí se na displeji chybová zpráva. Zkontrolujte, zda hrudní pás funguje a je správně nasazen.

Cvičení skončí po uplynutí nastaveného času. Cvičení můžete pozastavit stisknutím START / STOP. Stejným tlačítkem cvičení opět spustíte. Stisknutím RESET ukončíte trénink a vrátíte se zpět do hlavní nabídky.



WATT Program

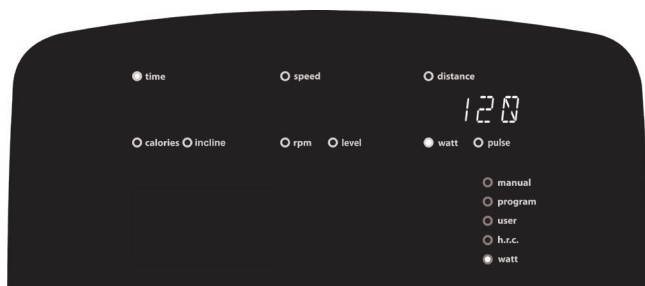
S programem WATT počítač automaticky upraví odpor tak, aby udržoval WATT příkon.

Otočením knoflíku vyberte volbu "W" a potvrďte.

1. Vyberte hodnotu WATT a potvrďte.
2. Nastavte délku cvičení (max. 99 minut).
3. Stiskněte START/STOP a začněte cvičit.

Během tréninku můžete změnit WATT hodnotu, a to otáčením kola.

Cvičení skončí po uplynutí nastaveného času. Cvičení můžete pozastavit stisknutím START / STOP. Stejným tlačítkem cvičení opět spustíte. Stisknutím RESET ukončíte trénink a vrátíte se zpět do hlavní nabídky.



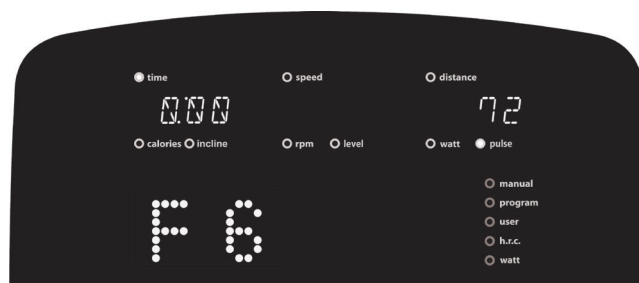
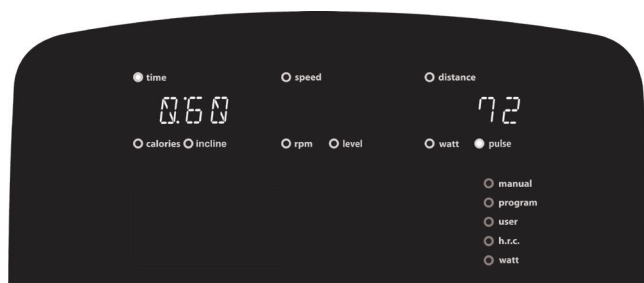
4 Použití

Recovery test

Pomocí této funkce můžete měřit svou fyzickou výdrž.

Stiskněte tlačítko recovery a časovač začne odpočítávat od 00:60 do 00:00. Pak se na obrazovce zobrazí vaše kondice ve formě F1 (nejlepší) až F6 (nejhorší).

Pokud chcete funkci zrušit během odpočítávání, stačí stisknout opět tlačítko recovery.



Měření tělesného tuku

A. Nastavte svůj osobní profil.

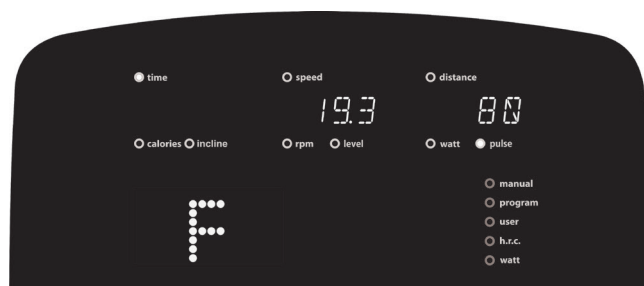
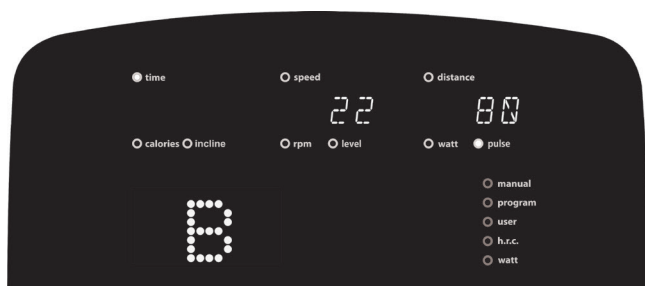
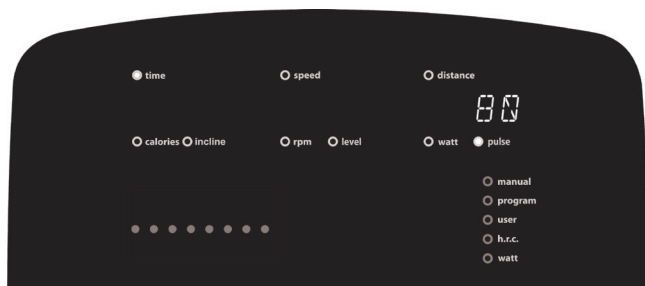
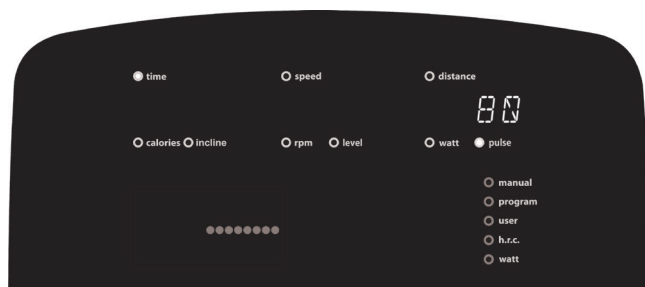
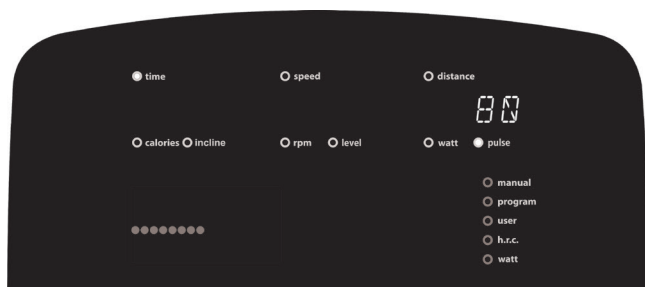
B. Stisknutím tlačítka "BODY FAT" spustíte měření tělesného tuku. V tuto chvíli uchopíte senzory pro měření tepové frekvence a počítač zobrazí hodnotu.

Pokud se na displeji zobrazí následující, jedná se o chybu:

"E-1" - Nejsou správně uchopeny senzory tepové frekvence. Prosím, zkuste to znovu.

"E-4" - Hodnota je neměřitelná (5% - 50% BMI).

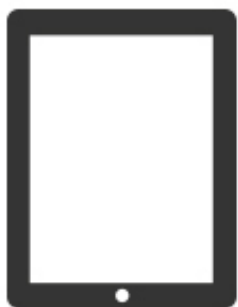
Po dokončení testování se na displeji zobrazí jak FAT%, tak BMI, stiskněte tlačítko "BODY FAT" pro zrušení tohoto testování a můžete pokračovat ve cvičení.



4 Použití

Cvičení s aplikacemi

Ke cvičení můžete používat i tablet nebo chytrý telefon. Podporovány jsou následující přístroje:



iPad 3 nebo novější
iPad air 1 nebo novější
iPad pro 1 nebo novější



iPad Mini
nebo novější



iPhone 4s
nebo novější



iPod touch
(3gen)
nebo novější



Android tablet
OS4.3 nebo vyšší



Android Phone
OS4.3 nebo vyšší

Připojení CF5i k zařízení

Pro připojení přes Bluetooth k elipticalu CF5i, prosím, dodržujte následující postup:

1. V nastavení svého mobilního zařízení zapněte funkci bluetooth.
2. Postupujte podle pokynů aplikace, které jsou podporovány.

Podporované aplikace

Abyste mohli trénovat pomocí svého telefonu nebo tabletu, musíte si stáhnout jednu z následujících aplikací. Níže uvedené aplikace jsou kompatibilní s CF5i. Nové aplikace budou uvedeny na našem webu; www.flowfitness.com.



Kinomap

Využijte váš trenažér na plný výkon a ještě zábavněji. Vyberte si video v aplikaci Kinomap a jedte! Vaše pozice je zobrazena ve videu a na mapě, vaším cílem je s videem udržet krok. Je k dispozici i režim až pro 10 hráčů, kdy všichni mohou trénovat u jednoho videa. Aplikace a některá videa jsou zdarma. Abyste měli přístup ke všem videím, je potřeba mít předplatné.

Aplikaci si můžete stáhnout v App store nebo Play store. Do vyhledávání zadejte "Kinomap Fitness" nebo použijte jeden z níže uvedených odkazů.

Apple iOS App store

<https://itunes.apple.com/nl/app/kinomap/id611177969?mt=8>

Google Android Play Store

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.kinomap.training>

Pro podporu navštivte

<https://www.flowfitness.com/manual/kinomap.html>



iConsole+ Training

Aplikace iC+ training umožňuje pomocí telefonu nebo tabletu ovládat váš trenažér. Do této aplikace můžete také zaznamenávat své dosažené výsledky a nebo začít trénovat kdekoli na světě pomocí google map a street view (zobrazuje ulice). Tato aplikace je zdarma.

Aplikaci si můžete stáhnout v App store nebo Play store. Do vyhledávání a app store zadejte "iC+ training" / a v play store "iConsole+ training" nebo použijte jeden z níže uvedených odkazů.

Apple iOS App store

<https://itunes.apple.com/us/app/ic-training/id1347028353?mt=8>

Google Android Play Store

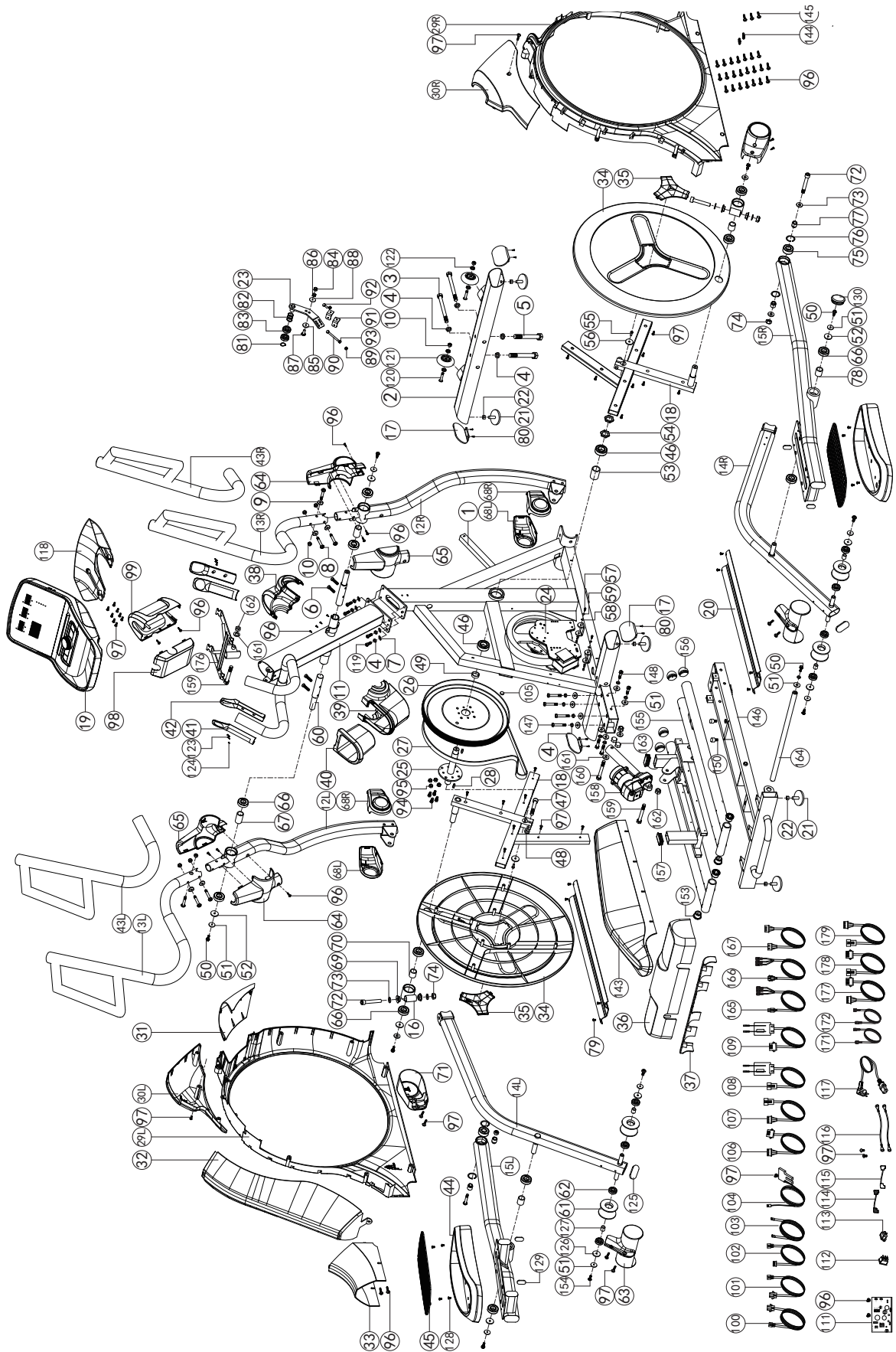
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.changyow.icp4th>

Pro podporu navštivte

<https://www.flowfitness.com/manual/iconsole.html>

5 Informace o produktu

Nákres



Seznam dílů

Nr.	Part	Quantity	Nr.	Part	Quantity
1	main frame	1	76	c-clip	2
2	front stabilizer	1	77	bushing	4
3	hex bolt	2	78	sleeve	2
4	spring washer	16	79	cross screw	8
5	hex bolt	2	80	cross screw	8
6	allen bolt	4	81	c-clip	1
7	flat washer	4	82	waved washer	3
8	allen bolt	6	83	bearing	2
9	curved washer	6	84	anti-loose nut	1
10	anti-loose nut	8	85	flat washer	1
11	handlebar post welding	1	86	hex nut	1
12L	supporting tube for left movable handlebar	1	87	hex bolt	1
12R	supporting tube for right movable handlebar	1	88	plastic washer	1
13L	left handlebar welding set	1	89	anti-loose nut	2
13R	right handlebar welding set	1	90	hex bolt	1
14L	left pedal bottom tube welding set	1	91	fixing plate	2
14R	right pedal bottom tube welding set	1	92	hex bolt	2
15L	bracket for left pedal	1	93	hex nut	3
15R	bracket for right pedal	1	94	hex bolt	4
16	pedal bottom bracket welding set	2	95	anti-loose nut	4
17	foot tube sealing piece	4	96	cross screw	61
18	crank welding set	2	97	cross screw	37
19	computer	1	98	computer bracket(front)	1
20	sliding beam guiding plate	2	99	computer bracket(rear)	1
21	adjustable wheel	6	100	upper computer cable	1
22	allen nut	6	101	middle computer cable	1
23	fixing plate for idle wheel	1	102	lower computer cable	1
24	electric magnetic system	1	103	system connect cable	1
25	crank axle welding set	1	104	sensor cable	1
26	pulley Wheel	1	105	round magnet	1
27	multi-groove Belt	1	106	quick key upper cable(1)	1
28	C clip	2	107	quick key upper cable(2)	1
29L	left chain cover	1	108	quick key lower cable(1)	1
29R	right chain cover	1	109	quick key lower cable(1)	1
30L	left front chain cover	1	111	control board	1
30R	right front chain cover	1	112	switching mode power supplier	1
31	front decorative cover	1	113	socket	1
32	upper decorative cover	1	114	live wire (1)	1
33	rear decorative cover	1	115	neutral wire(2)	1
34	round disc	2	116	grounding cable(2)	2
35	Side cover	2	117	electric cable	1
36	cover for rear stabilizer	1	118	computer back cover	1
37	inside cover for rear stabilizer	1	119	allen bolt	4
38	water bottle holder(front)(black)	1	120	allen bolt	2
39	water bottle holder(rear)(black)	1	121	transporting wheel	2
40	water bottle holder	1	122	bushing	4
41	upper handle pulse cover	2	123	cross screw	4
42	lower handle pulse cover	2	124	cross screw	2
43L	left dipped foam	1	125	oval square	2
43R	right dipped foam	1	126	buffer	4
44	pedal	2	127	spacer	4
45	pedal inlay	2	128	cross screw	8
46	bearing	2	129	oval square	4
47	allen bolt	2	130	square cap	2
48	hex nut	4	143	rear cover	1
49	spacer	1	144	pin	2
50	hex bolt	8	145	cross screw	3
51	flat washer	20	146	rear stabilizer welding set	1
52	buffer	6	147	hex bolt	4
53	sleeve	1	148	hex bolt	4
54	fixing nut	2	150	buffer	2
55	allen screw	2	153	bushing	6
56	flat washer	2	154	allen bolt	4
57	allen screw	4	155	slide beam welding set	1
58	flat washer	4	156	ball cap	4
59	spring washer	4	157	square cap	2
60	movable axle	2	158	incline	1
61	moving wheel	4	159	hex bolt	2
62	bearing	8	160	hex bolt	1
63	moving wheel cover	2	161	flat washer	3
64	front handlebar protective cover(black)	2	162	anti-loose nut	3
65	rear handlebar protective cover(black)	2	163	bolt cover	2
66	bearing	12	164	circumgyrate axle	1
67	sleeve(2)	2	165	incline control cable(1)	1
68L	front foot cover (left)(black)	2	166	incline control cable(2)	1
68R	front foot cover (right)(black)	2	167	VR control cable	1
69	bushing	4	171	neutral wire	1
70	liner	2	172	live wire	1
71	front pedal axle cover	2	176	computer Fixing Plate	1
72	allen screw	4	177	signal upper cable	1
73	flat washer	8	178	signal middle cable	1
74	anti-loose nut	4	179	signal lower cable	1
75	bearing	2			

6 Záruka

Záruka

Záruku poskytuje dovozce Flow Fitnes ve vaší zemi a prodejce, kde jste výrobek zakoupili. Pro kontaktní informace navštivte stránku:

<http://www.flowfitness.nl/en/dealers/locations.php>

DOVOZCE:

Trinteco s.r.o.

Na Strži 2102/61a

140 00 Praha 4 - Krč

IČ: 052 54 175

DIČ: CZ05254175





A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for taking notes.

CF5i

Elliptical

www.flowfitness.com