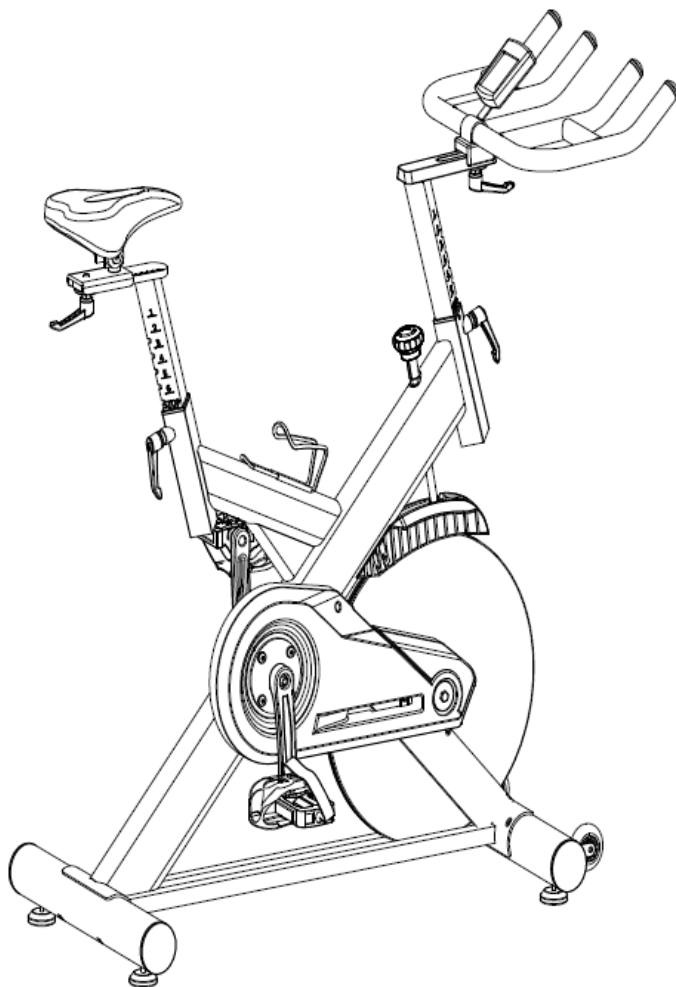


BH FITNESS

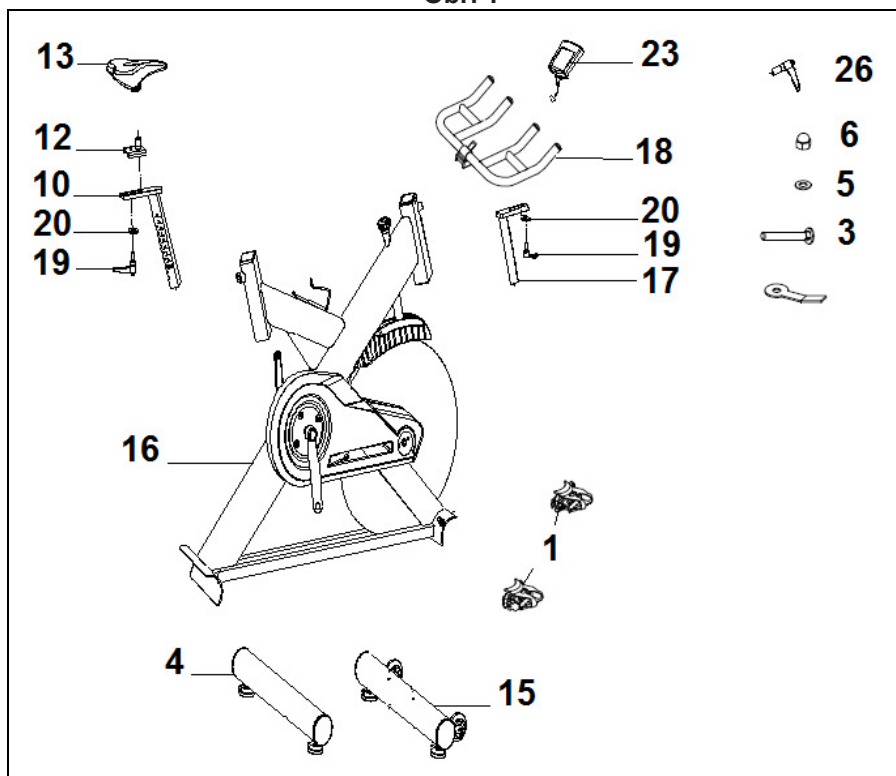


Návod k obsluze

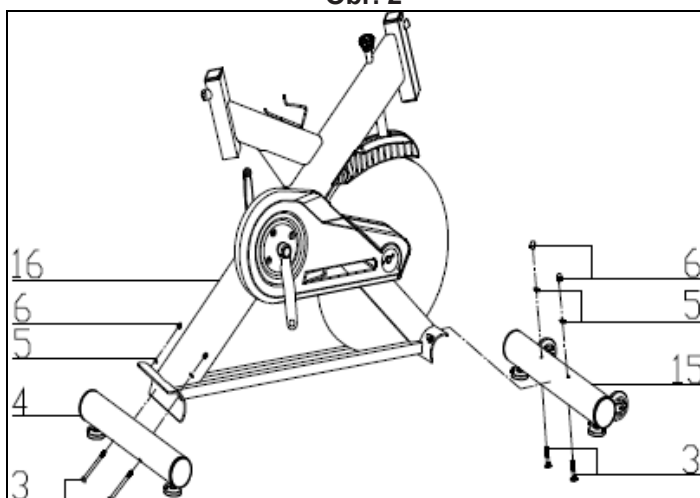


**Návod k obsluze
Cyklotrenažér BH Fitness STRATOS**

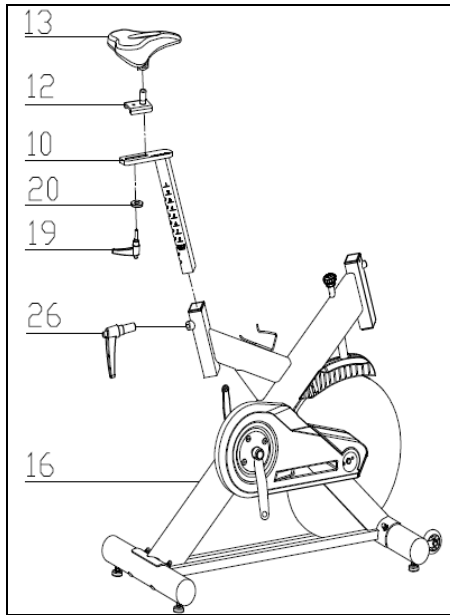
Obr. 1



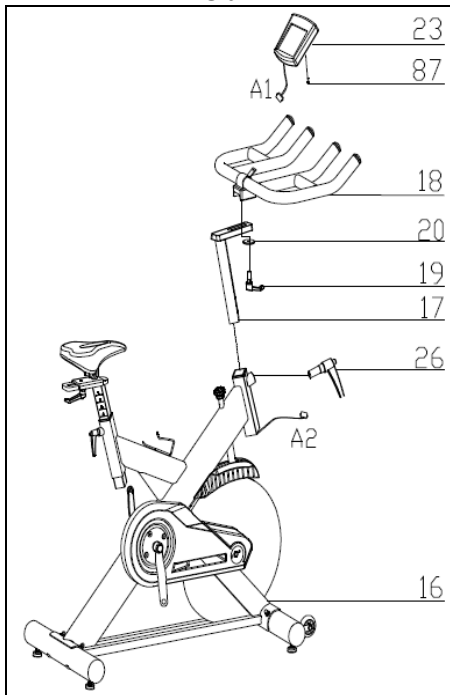
Obr. 2



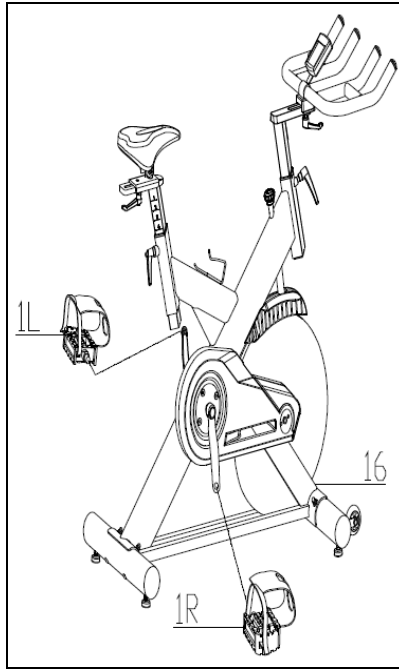
Obr. 3



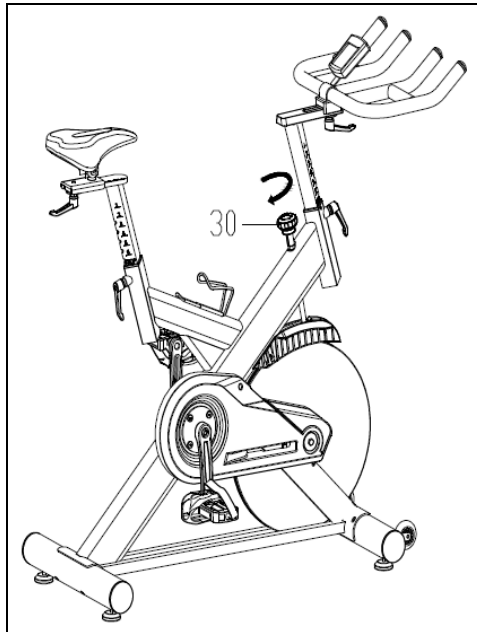
Obr. 4



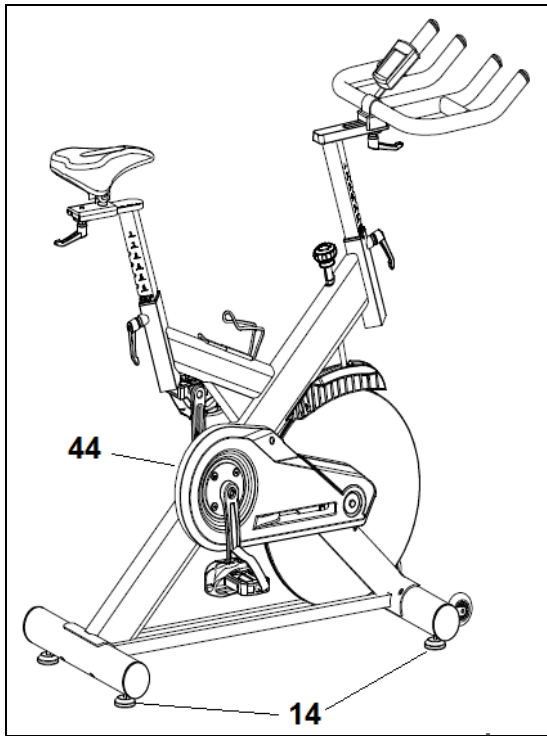
Obr. 5



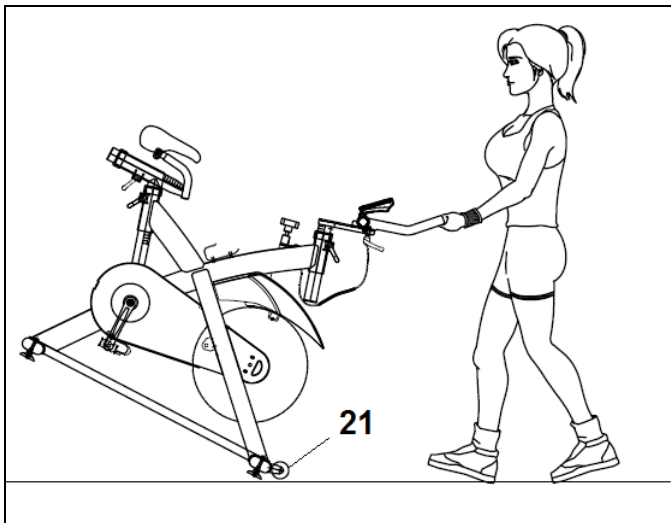
Obr. 6



Obr. 7



Obr. 8



DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Tento trenažér byl navržen a vyroben pro maximálně bezpečné použití. Přesto je při jeho použití třeba dodržovat určité zásady. Před montáží a cvičením si pečlivě přečtěte celý návod. Měli byste dodržovat následující bezpečnostní opatření:

1 Trenažér vždy udržujte mimo dosah dětí. Nenechávejte je bez dozoru v místnosti, kde se zařízení nachází.

2 Na trenažéru může v daném čase cvičit pouze jedna osoba.

3 Pokud během cvičení ucítíte závrať, nevolnost nebo bolest na hrudi, ihned přestaňte cvičit a neprodleně vyhledejte lékařskou pomoc.

4 Trenažér používejte na rovném a pevném povrchu. Nepoužívejte jej venku nebo v blízkosti vody.

5 Ruce udržujte dostatečně daleko od pohyblivých částí.

6 Na cvičení noste vhodný oděv. Nenoste volné oblečení, které se může zachytit v trenažéru. Vždy používejte sportovní obuv. Ujistěte se, že tkaničky či různé šňůrky máte řádně zavázané.

7 Trenažér smí být používán pouze k účelům popsáným v návodu. NEPOUŽÍVEJTE příslušenství, které není doporučeno přímo výrobcem.

8 Do blízkosti trenažéru neumísťujte žádné ostré předměty.

9 Lidé s postižením by neměli používat trenažér bez pomoci kvalifikované osoby nebo lékaře.

10 Před použitím trenažéru proveďte několik zahřívacích protahovacích cviků.

11 Nepoužívejte trenažér, pokud nefunguje správně.

Varování: Před začátkem cvičení na trenažéru se poraďte se svým lékařem, zejména, pokud je vám víc než 35 let nebo máte nějaké zdravotní problémy. Než začnete cvičit, prostudujte si následující pokyny.

-

Tento návod uschovejte pro případné budoucí využití.

VŠEOBECNÉ POKYNY

1 Jednotka byla navržena pro domácí využití. Hmotnost uživatele nesmí překročit 130 kg.

2 Rodiče a osoby zodpovědné za péči děti musí brát zřetel na dětskou zvědavost, aby nedošlo ke zbytečným úrazům. Děti si nesmí hrát v blízkosti trenažéru a trenažér v žádném případě nesmí sloužit jako hračka.

3 Majitel zařízení je zodpovědný za to, že každá osoba, která trenažér použije, je řádně informována o bezpečnostních opatřeních.

1. MONTÁŽNÍ NÁVOD

Při montáži tretražeru je vhodná pomoc druhé osoby. Všechny díly vyjměte z krabice a ujistěte se, že jsou v ní uvedené části, viz obr. 1.

1. (23) Monitor; (16) tělo tretražeru; (18) řídítka; (17) tyč k řídítkům; (10) sloupek pro sedlo; (12) horizontální sedlová tyč; (14) sedlo; (4) zadní stabilizátor s vyrovnávači nerovností; (21) přední stabilizátor s kolečky; (1L) levý pedál; (1R) pravý pedál; (26) aretační šroub; (3) šroub s drážkou M-10; (5) podložka M 10; (6) převlečná matice M 10; oboustranný klíč.

2. Umístěte zadní stojan tretražeru na zadní stabilizátor (4), jak je znázorněno na obr. 2, zasuňte šrouby (3), nasadte ploché podložky (5) a převlečné matice (6) a poté pevně utáhněte. Umístěte přední stabilizátor s kolečky (21), dávejte pozor na červené tečky a s koly otočenými dopředu, jak je znázorněno na obr. 2, vložte šrouby (3), nasadte ploché podložky (5) a převlečné matice (6) a bezpečně utáhněte.

2. MONTÁŽ SEDLA

Nasadte držák sedla (14), obr. 3, na horizontální sedlovou tyč (12), jak je znázorněno na obr. 3, nasadte sedlo na místo a pevně utáhněte matice na držáku. Dále zasuňte horizontální sedlovou tyč (12) otvorem na sedlovém sloupku (10), obr. 3, správně ji umístěte a utáhněte aretační šroub (19), obr. 3. Vložte sloupek pro sedlo (10) do výstupku na hlavním těle (16), správně ho umístěte a utáhněte sloupek pro sedlo pomocí aretačního šroubu (26), obr. 3, otáčením ve směru hodinových ručiček.

NASTAVENÍ VÝŠKY SEDLA

Otáčením proti směru hodinových ručiček mírně povolte aretační šroub sedlového sloupku (26), obr. 3, posuňte sedlo do polohy vhodné pro cvičení a poté pevně utáhněte aretační šroub (26) otočením ve směru hodinových ručiček.

HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ SEDLA

Mírně uvolněte aretační šroub (19) otočením proti směru hodinových ručiček, obr. 3, posuňte sedlo do polohy vhodné pro cvičení a poté aretační šroub (19) pevně utáhněte otočením ve směru hodinových ručiček.

3. MONTÁŽ ŘÍDÍTEK

Umístěte řídítka (18) na tyč k řídítkům (17), obr. 4, utáhněte aretační šroub (19) a poté zasuňte tyč k řídítkům (17) do otvoru na hlavním těle (16), obr. 3. Umístěte jej správně a poté utáhněte aretační šroub (26) otáčením ve směru hodinových ručiček.

HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ ŘÍDÍTEK

Position the handlebar (18) at a comfortable distance for doing exercise but without going beyond the "MIN" marks, now tighten knob (19) securely, Fig.4.

VERTIKÁLNÍ NASTAVENÍ ŘÍDÍTEK

Umístěte řídítka (18) do pohodlné vzdálenosti při cvičení, ale nepřekročte značky „MIN“, nyní pevně utáhněte aretační šroub (26), obr. 4.

4. MONTÁŽ MONITORU

Nasaďte monitor (23), obr. 4, do držáku a pevně jej utáhněte šroubem. Konektor (A2) vycházející z hlavního rámu zapojte do konektoru (A1) vycházejícího z monitoru.

5. MONTÁŽ PEDÁLŮ

Při montáži pedálů postupujte přesně dle návodu, aby nedošlo k poškození závitů šroubu nebo kliky.

Pravou a levou stranou se má na mysli poloha, kterou cvičící na sedle zaujme při cvičení.

Pravý pedál (1), označený písmenem (R), přišroubujte na pravou kliku, rovněž označenou (R), ve směru hodinových ručiček. Bezpečně utáhněte, obr. 5

Levý pedál (1), označený písmenem (L), přišroubujte na levou kliku, rovněž označenou (L), proti směru hodinových ručiček. Bezpečně utáhněte, obr. 5.

6. NASTAVENÍ NÁMAHY

Aby byla zajištěna rovnoměrná námaha při cvičení, je treňažér vybaven ovládacím prvkem napínání (30) umístěným na dřívku těla treňažéru, obr.6. Můžete nastavit různé stupně námahy při otáčení ve směru hodinových ručiček.

Chcete-li zvýšit odpor pedálu, otáčejte ovladačem napínání (30) ve směru hodinových ručiček (+), dokud úroveň námahy nejlépe nevyhovuje vašim požadavkům.

Pro snížení odporu pedálu otočte ovladačem napínání (30) proti směru hodinových ručiček (-).

Důležité: Tento ovládací prvek napínání (30) je vybaven systémem nouzového brzdění, který při působení síly (jak je znázorněno šipkou na obr. 6) vytváří mnohem ostřejší brzdny účinek.

7. VYROVNÁNÍ

Jakmile treňažér umístíte na stálé místo, ujistěte se, že je vodorovně na rovné podlaze. Můžete použít vyrovnávač nerovností (14) umístěný na zadním stabilizátoru, obr. 7.

8. MANIPULACE A SKLADOVÁNÍ

Jednotka je pro snadnější manipulaci vybavena kolečky (21) obr. 8. Kolečka umístěná v přední části usnadňují přesun do zvolené polohy mírným nadzvednutím zadní části jednotky a jejím zatlačením, viz obr. 8.

ÚDRŽBA TREŇAŽÉRU

Po každém cvičení je důležité vyčistit řídítka a sedlo dezinfekčním sprejem a také odstranit pot z rámu treňažéru. Pokaždé, když treňažér čistíte, nebo alespoň jednou za měsíc, naneste na setrvačnickou antikorozi ochranu. Treňažér pravidelně promazávejte.

ÚDRŽBA KAŽDÝCH 100 HODIN

1. UTAŽENÍ PEDÁLŮ

Přestože jsou pedály namontovány, pravý pedál (označený R) šroubujte ve směru hodinových ručiček, zatímco levý pedál (označený L) proti směru hodinových ručiček.

Údržba:

- Napnutí svorky pedálu s pedálem by mělo být kontrolováno každý týden pomocí 3mm imbusového klíče k nastavení stavěcího šroubu.
- Naneste trochu oleje na kontaktní místo svorky pedálu s pedálem, aby bylo zajištěno zapadnutí. Pravidelně aplikujte olej na pružiny pedálů.

2. KONTROLA UTAHOVACÍCH ŠROUBŮ

Tři utahovací šrouby by se měly uvolnit a nastříkat mazivem, aby zůstaly funkční.

ÚDRŽBA KAŽDÝCH 200 HODIN

1. KONTROLA A SEŘÍZENÍ ŘEMENE

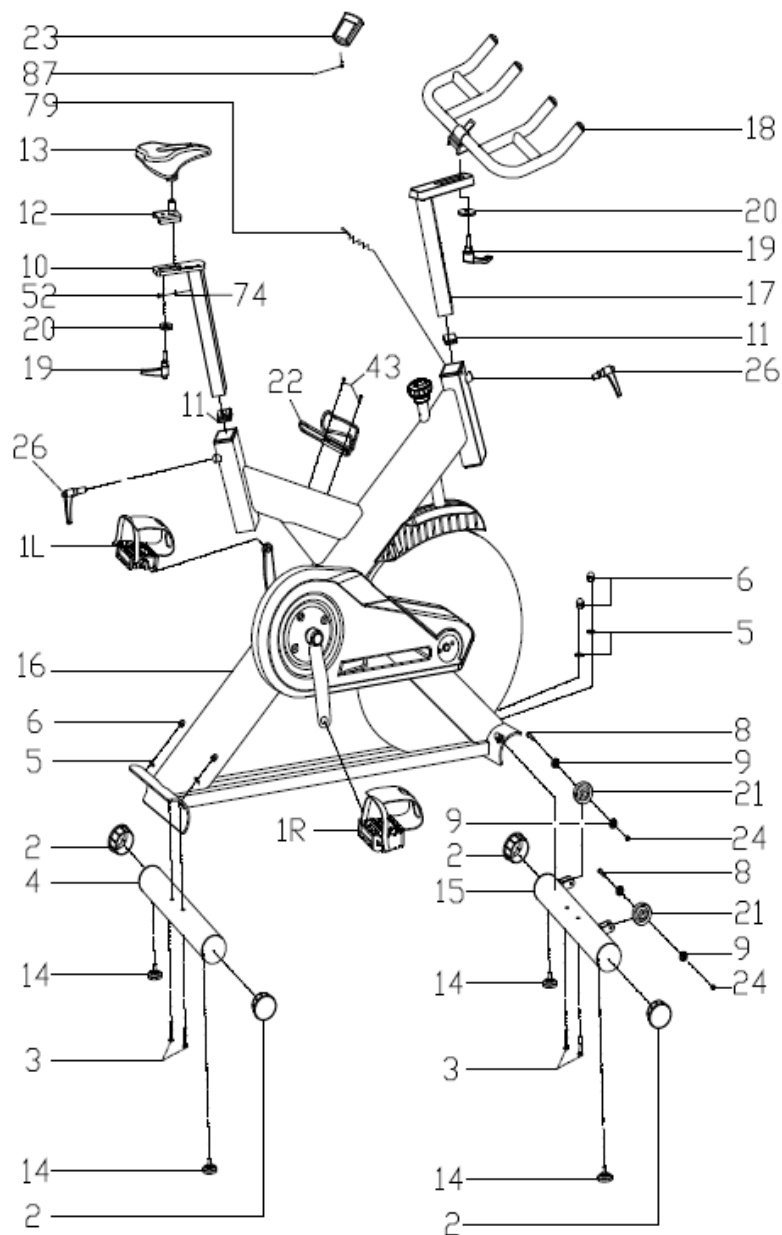
- Zkontrolujte, zda je řemen správně napnutý. Pokud prokluzuje, bude nutné jej utáhnout.
- Sejměte boční kryty (44) a povolte matice maximálně o dvě otáčky obr. 7.

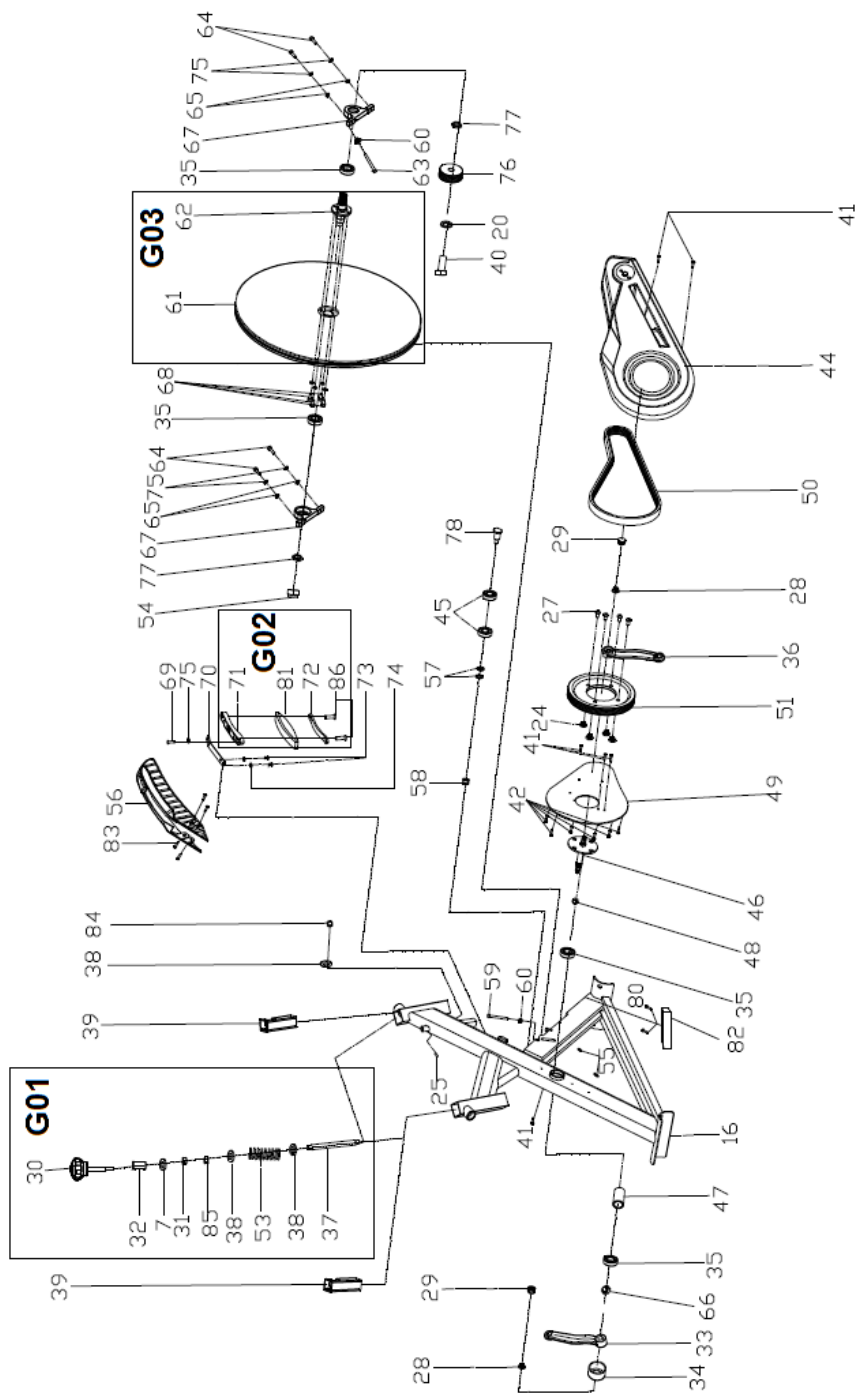
- Utáhněte malé matice klíčem. Zajistěte, aby se matice otáčely na obou stranách stroje se stejným počtem otáček (obvykle postačují 2 otáčky), jinak by mohlo dojít k vychýlení hnacího řetězového kola, což by způsobilo mnohem větší hluk a mohlo by způsobit spadnutí řemene.
- Matice znovu utáhněte a boční kryty (44) vraťte na své místo.
- Kdykoli je seřízeno nastavení napětí trenážéru, seřídte také brzdy.

Pokud máte jakékoli dotazy, neváhejte se obrátit na vašeho dodavatele. Kontakt na něj je uveden na poslední straně této příručky.

BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

H9178







RPM 288

WATT
CAL. 888

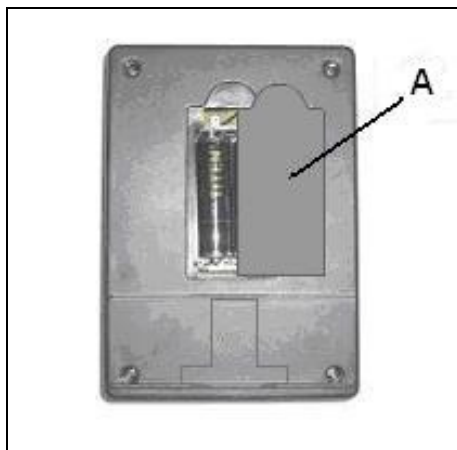
DIST. 888.8

TIME 88-88

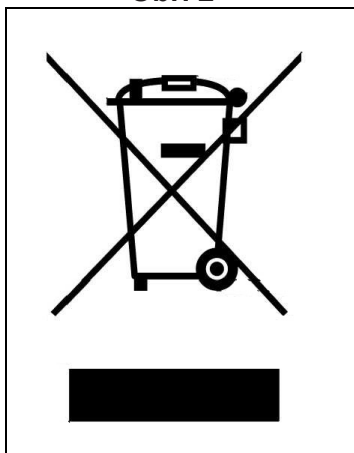
▼
288

MONITOR

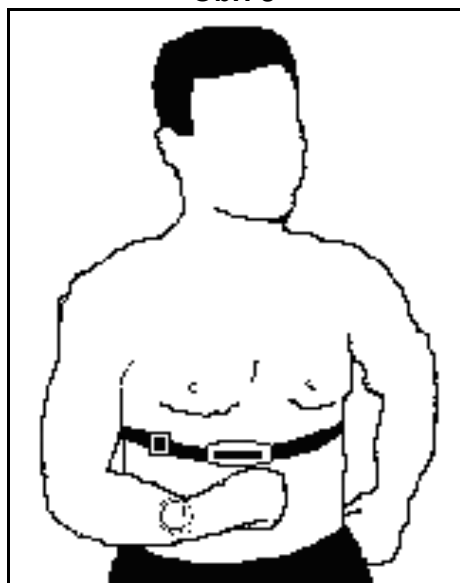
Obr. 1



Obr. 2



Obr. 3



MONTÁŽ BATERÍ

Monitor funguje na dvě 1,5 V ALKALICKÉ BATERIE.

Chcete-li vložit baterie, sejměte zadní kryt monitoru, obr. 1, a opatrně vložte dvě baterie typu „R-6“ do prostoru pro baterie (A), přičemž dbejte na správnou polaritu baterie (odpovídající terminál se znakem« + »uvnitř prostoru pro baterie a terminál« - »se symbolem« - »). Zavřete kryt, jak je znázorněno na obr. 1.

Pokud se po zapnutí monitoru zobrazují chyby nebo pouze částečné segmenty, vyjměte baterie a počkejte přibližně 15 sekund, než je znovu vložíte.

Slabé nebo vybité baterie způsobují špatný kontrast na digitálním displeji, nutné je ihned vyměnit.

Důležité: použité baterie vyhazujte do speciálních kontejnerů, obr. 2.

MONITOR

Díky monitoru získáme větší kontrolu nad cvičením. Zobrazuje se zde:

Rychlost; R.P.M. (otáčky za minutu), kalorie, vzdálenost, čas a tepová frekvence (volitelná funkce).

Obrazovka se automaticky zapne, jakmile začnete cvičit.

Monitor se automaticky vypne, pokud je jednotka nečinná déle než 45 sekund, a vynuluje všechny hodnoty parametrů zpět na nulu.

A. FUNKCE RYCHLOSTI

Tato funkce zobrazuje rychlost v km/h.

B. FUNKCE OTÁČEK ZA MINUTU

Tato funkce zobrazuje otáčky za minutu.

C. FUNKCE ČASU

Funkce počítá od jedné sekundy do maxima 99:59 sekundy.

D. FUNKCE "VÝLET"

Tato funkce se počítá od 0,01 km / mil do 99,99 km / mil.

E. FUNKCE KALORIÍ

Tato funkce se počítá od jedné kalorie, do maximálně 999,9 kalorií.

F. TELEMETRICKÁ TEPOVÁ FREKVENCE

Pro měření tepové frekvence během cvičení budete muset mít na sobě hrudní pás. Obr. 3.

PRŮVODCE ŘEŠENÍM PROBLÉMU

Problém: Displej se rozsvítí, ale funguje pouze funkce času.

Řešení:

a.- Zkontrolujte, zda je připojen připojovací kabel.

Problém: Displej se nerozsvítí nebo jsou zobrazené segmenty velmi slabě viditelné.

Řešení:

a.- Zkontrolujte, zda jsou baterie vloženy správně.

b. - Zkontrolujte nabití baterie.

c. - Pokud jsou vybité, okamžitě je vyměňte.

Problém: Segmenty displeje načtené funkce nejsou viditelné nebo se zobrazí chybové zprávy pro konkrétní funkci.

Řešení:

a. - Vyjměte baterie na 15 sekund a poté je správně vložte zpět.

b. - Zkontrolujte nabití baterie. Pokud jsou vybité, vyměňte baterie.

c. - Pokud výše uvedené kroky nepomohou, vyměňte monitor.

Nenechávejte monitor na přímém slunečním světle, protože by to mohlo poškodit displej z tekutých krystalů. Nevystavujte jej vodě ani nárazům.

Pokud máte jakékoli dotazy, neváhejte se obrátit na vašeho dodavatele. Kontakt na něj je uveden na poslední straně této příručky.

BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

DOVOZCE:

Trinteco spol. s r.o.

Na Strži 2102/61a

140 00 Praha 4 - Krč

IČ: 052 54 175

DIČ: CZ05254175

