

BH FITNESS

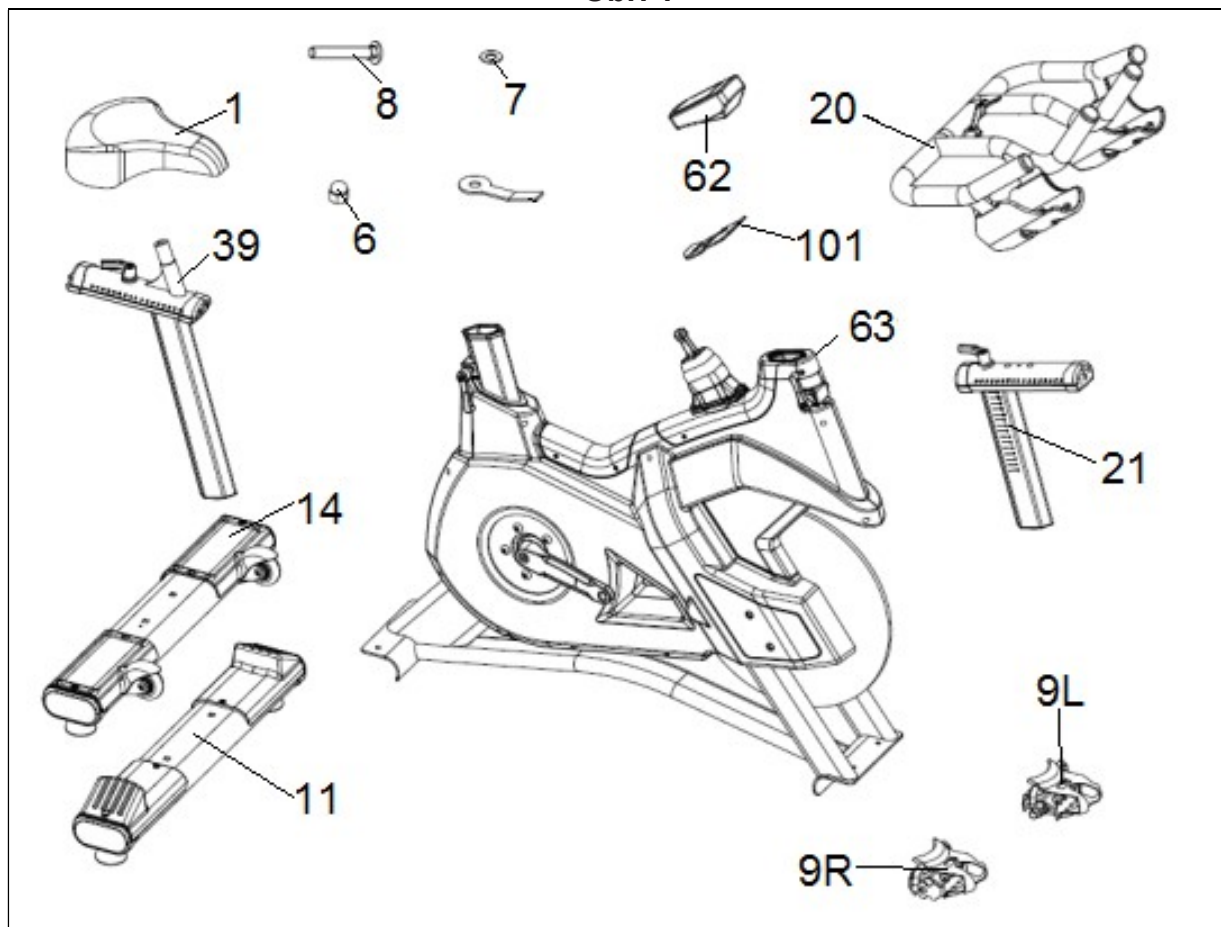


Návod k obsluze

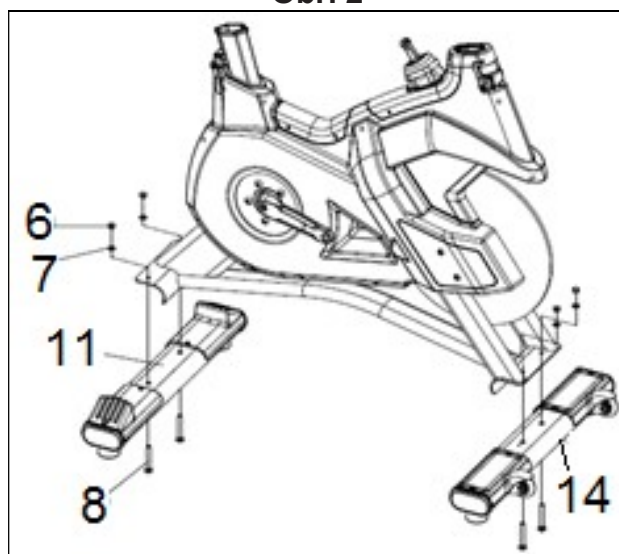


**Návod k obsluze
Cyklotrenažér BH FITNESS DUKE**

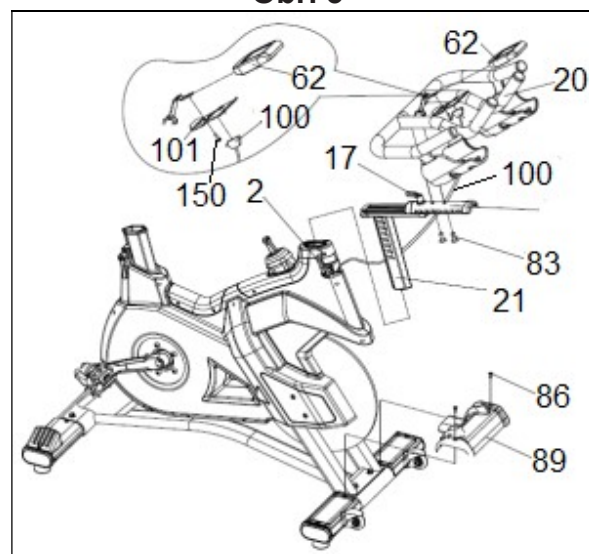
Obr. 1



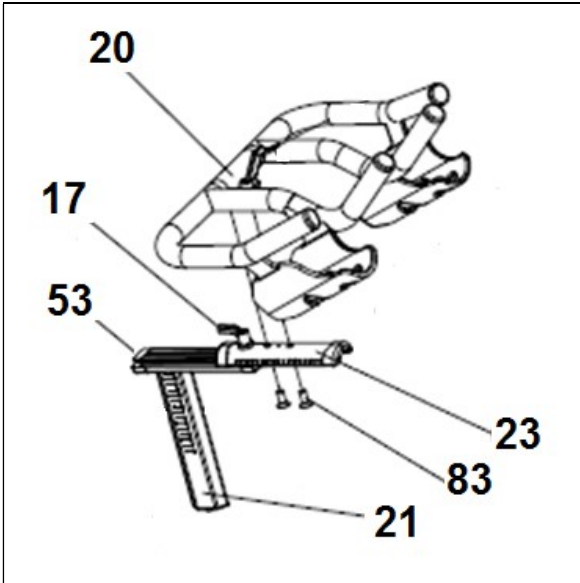
Obr. 2



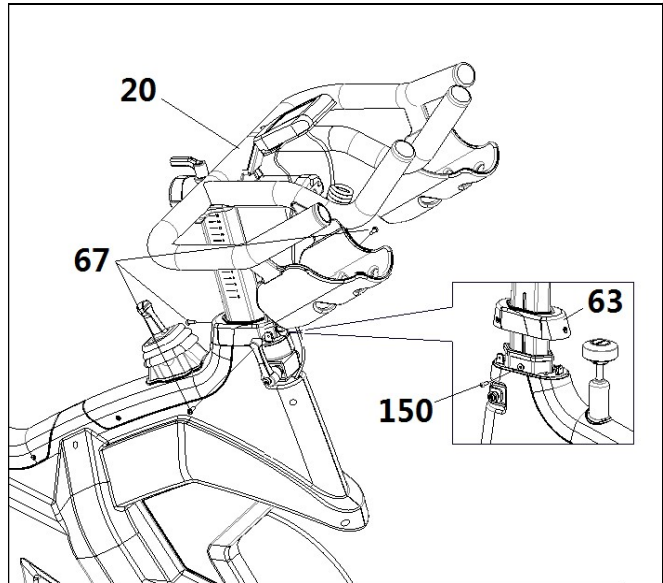
Obr. 3



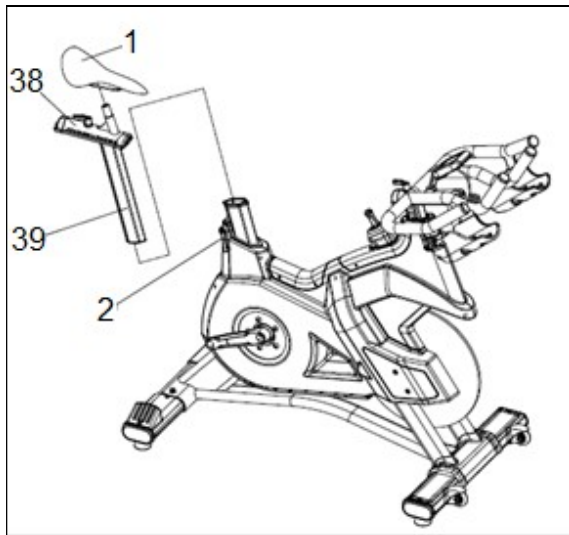
Obr. 3A



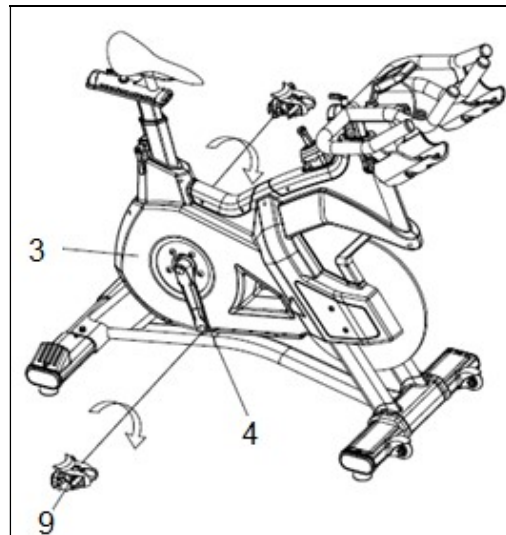
Obr. 3B



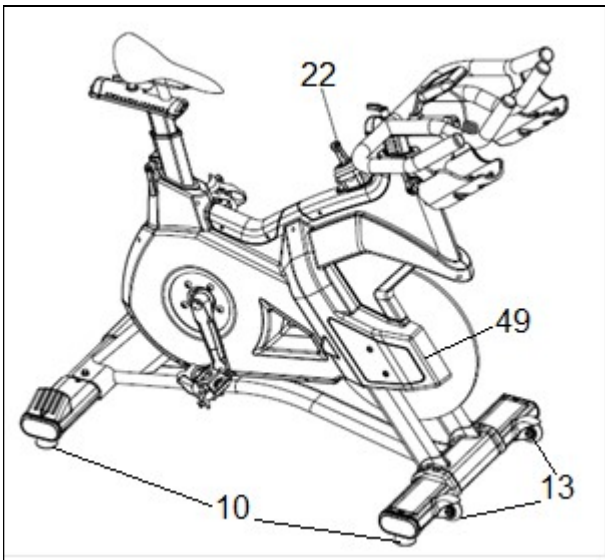
Obr. 4



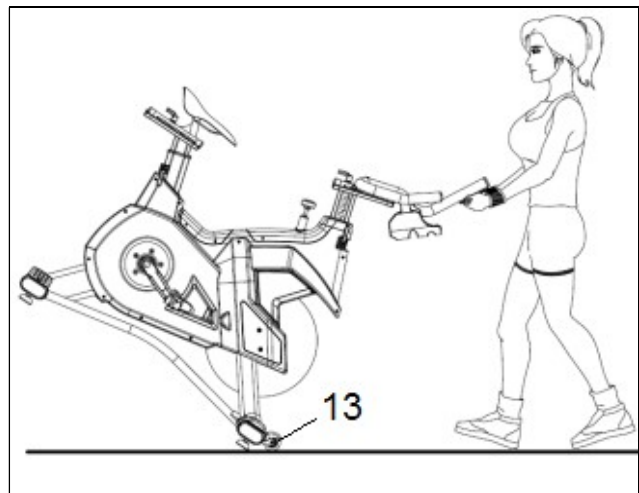
Obr. 5



Obr. 6



Obr. 7



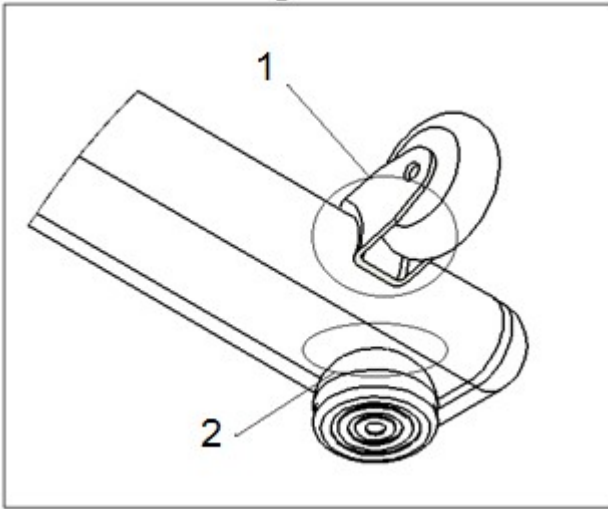
Obr. 8



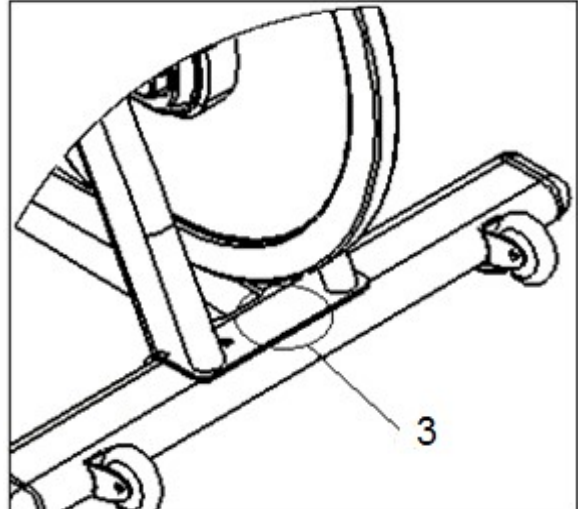
Obr. 9



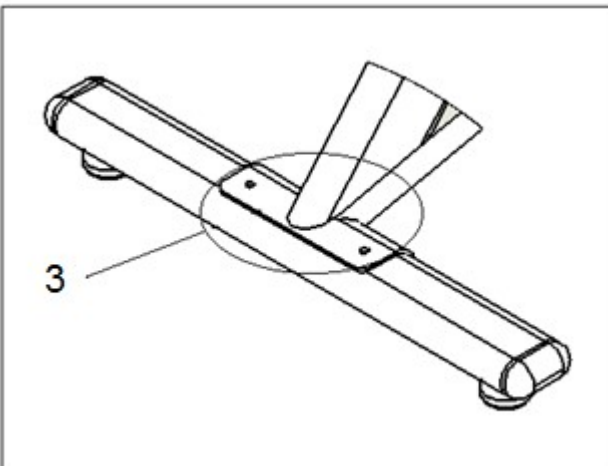
Obr. 10



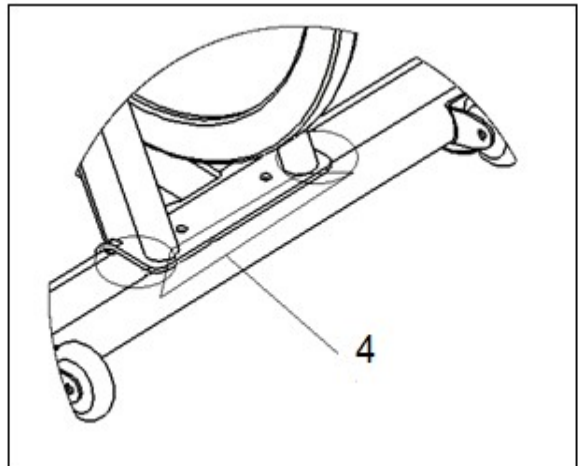
Obr. 11



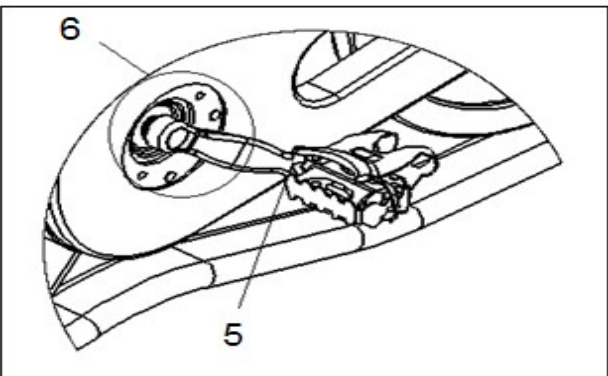
Obr. 12



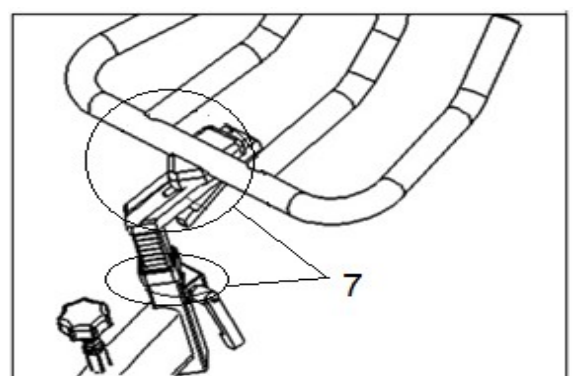
Obr. 13



Obr. 14



Obr. 15



DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Trenažér byl navržen a vyroben pro maximálně bezpečné použití. Přesto je při jeho použití třeba dodržovat určité zásady. Před montáží a cvičením si pečlivě přečtete 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 neumistujte žádné ostré předměty.
- 9 Lidé s postižením by neměli používat trenažér bez pomoci kvalifikované osoby nebo lékaře.
- 10 Před použitím trenažéru proveďte několik zahřívacích 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.

Pokyny uschovejte pro případné budoucí využití.

VŠEOBECNÉ POKYNY

- 1 Jednotka byla navržena pro profesionální využití. Hmotnost uživatele nesmí překročit 150 kg.
- 2 Rodiče a osoby zodpovědné za péči dětí 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.

MONTÁŽNÍ NÁVOD

Při montáži je doporučena pomoc další osoby.



VAROVÁNÍ: Výměna jakékoli součásti za jinou, která nedodává společnost BH, zruší platnost záruky.

BUDETE POTŘEBOVAT:

Šestihranný klíč (55) (součástí dodávky)	Loctite 242 Cod 0190248 (*)
2x klíč na matice M8 (*)	BH inhibitor rzi cod 0190236 (*)
Momentový klíč cod 0190245 (*)	čisté utěrky (*)
Klíč na matice M6 (*)	Sprej na mazání 0190249 (*)
3 mm imbus. klíč (*)	mýdlo Meguiar's Nxt
Phillips šroubovák(*)	BH chránič kol 0190237 (*)

(*)Není součástí dodávky (volitelné).

Vyjměte jednotku z krabice a ujistěte se, že jsou zde všechny díly (obr. 1):

(A) Tělo trenažéru; (20) říditka; (21) trubka k říditkům; (39) sedlový sloupek; (38) horizontální sedlová trubka;(1) sedlo; (63) kryt k říditkům; (11) zadní stabilizátor s vyrovnávači nerovnosti; (14) řední stabilizátor s kolečky; (9L) levý pedál; (9R) pravý pedál; (8) šroub s drážkou M10; (7) plochá podložka M10; (6) Cap nut M-10; (15) držák lahve; (62) konzola; oboustranný klíč..

1. Umístěte zadní stojan trenažéru na zadní stabilizátor (11), jak je znázorněno na obr. 2, vložte šrouby (8), nasadte ploché podložky (7) a převlečné matice (6) a poté utáhněte.

2. Umístěte přední stabilizátor s kolečky (14), dávejte pozor na červené tečky a kolečka otočená dopředu, jak je znázorněno na obr. 2, vložte šrouby (8), nasadte ploché podložky (7) a převlečné matice (6) a utáhněte.

MONTÁŽ ŘIDÍTEK

Demontujte zátku (53) a umístěte říditka (20) do polohy nejbližší aretačnímu šroubu (G03) pomocí dvou šroubů. Vložte horní část trenažéru(23) do trubky k říditkům (21) a před nasazením víčka (53) zkontrolujte, zda je aretační šroub (G03) řádně utažen. Obr. 3A.

Nasadte kryt řídítek (63) do sloupku řídítek. Umístěte říditka (20) na říditkovou trubku (21), obr. 3, utáhněte aretační šroub (17) a poté zasuňte trubku k říditkům (21) do otvoru na hlavním těle (A), obr. 3.

Umístěte ji správně a poté utáhněte aretační šroub (2) otáčením ve směru hodinových ručiček. Připevněte přední kryt (89) na tělo (A), zajistěte jej šroubem (86).

Vložte a utáhněte šroub (150), na sloupku řídicítek, nasadte kryt řídicítek(63) a zašroubujte jej šrouby (67). Obr. 3B.

HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ ŘÍDÍTEK

Umístěte řídicítko (20) do pohodlné vzdálenosti pro cvičení a pevně utáhněte aretační šroub (17), obr. 3.

VERTIKÁLNÍ NASTAVENÍ ŘÍDÍTEK

Umístěte řídicítko (20) do pohodlné vzdálenosti pro cvičení a bezpečně utáhněte aretační šroub (2), obr. 3. Nepřekročte značku „MIN INSERT“.

MONTÁŽ MONITORU

Umístěte monitor (62) ve směru šipky a posuňte jej na přídržnou desku (101) obr. 3 a zajistěte jej šroubem (150). Připojte svorku (100) kabelu vyčnívajícího z hlavního těla, obr. 3.

MONTÁŽ SEDLA

Nasadte držák sedla (1), obr. 4, na vodorovnou sedlovou trubku (38), jak je znázorněno na obr. 4, nasadte sedlo a pevně utáhněte matice na držáku. Dále zasuněte vodorovnou sedlovou trubku (38) otvorem na sedlovém sloupku (39), obr. 4, správně ji umístěte a utáhněte aretační šroub (2), obr. 4. Vložte sedlový sloupek (39) do výstupku na hlavním těle (A), správně jej umístěte a utáhněte sedlový sloupek pomocí aretačního šroubu (2A), obr. 4, otočením ve směru hodinových ručiček.

ADJUSTING THE SADDLE HEIGHT.-

Loosen the saddle post adjustment knob (2A) slightly by turning it anticlockwise, Fig.4, move the saddle to a position comfortable for doing exercise and then tighten the adjustment knob (2A) securely by turning it clockwise.

Stay within the references 0-19 without going beyond the "MIN INSERT" mark.

HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ SEDLA

Mírně uvolněte aretační šroub (2) otáčením proti směru hodinových ručiček, obr. 4, posuňte sedlo do polohy vhodné pro cvičení a poté aretační šroub (2) pevně utáhněte otočením ve směru hodinových ručiček.

MONTÁŽ PEDÁLŮ

Pokyny k montáži pedálů musí být přesně dodrženy, protože nesprávné nasazení by mohlo poškodit závit šroubu na pedálu nebo klice. Pravou a levou stranou se má na mysli poloha, kterou uživatel zaujme při cvičení, když sedí na trenažéru.

Pravý pedál (9R) označený písmenem (R) přišroubujte na pravou kliku označenou písmenem (R) ve směru hodinových ručiček a pevně utáhněte. Obr. 5. Levý pedál (9L) označený písmenem (L) přišroubujte na levou kliku označenou také písmenem(L) proti směru hodinových ručiček pevně utáhněte. Obr. 5.

NASTAVENÍ ODPORU

Pro zajištění rovnoměrné námahy během cvičení je trenažér vybaven ovládacím prvkem napínání (22) umístěným na dřívku hlavního těla (A), obr. 6. To umožňuje různá nastavení námahy při otáčení ve směru hodinových ručiček. Chcete-li zvýšit odpor pedálu, otáčejte ovladačem napínání (22) ve směru hodinových ručiček (+), dokud úroveň námahy nejlépe nevyhovuje vašim požadavkům na cvičení. Pro snížení odporu pedálu otočte ovladačem napínání (22) proti směru hodinových ručiček (-).

Důležité: Tato regulace napínání (22) je vybavena systémem nouzového brzdění, který při působení síly (jak je znázorněno šipkou na obr. 6) vytváří mnohem ostřejší brzdový účinek.

VYROVNÁNÍ

Jakmile je jednotka umístěna do finální polohy, ujistěte se, že sedí rovně na podlaze a že je vodorovná. Toho lze dosáhnout zašroubováním nastavitelných nožek (10) směrem nahoru nebo dolů, viz obr. 6.

PŘESUN A SKLADOVÁNÍ

Jednotka je pro snadnější pohyb vybavena kolečkem(13) obr. 6. Kolečka umístěná v přední části jednotky usnadňují její přesun do zvolené polohy mírným zvednutím zadní části jednotky a jejím zatlačením, jak je znázorněno na obr. 7. Mějte jednotku na suchém místě, pokud možno bez teplotních výkyvů.

ÚKONY PŘED ZAČÁTKEM

1.- Zkontrolujte, zda jsou všechny součásti řádně namontovány: Matice stojanů musí být utažené momentem 20 Nm.

Pedály musí být utěsněny přípravkem Loctite 242 a utaženy příslušným momentem (musí být aplikován moment 46 Nm).

Sedlo a řídicítko musí být pro uživatele správně nastaveny.

2.- 2. - BH inhibitor rzi (110) musí být aplikován na kontaktní plochy uvedené na obrázcích 10-16. Aplikací místa pro BH inhibitor rzi (110):)

- a. Plášť nastavitelných nohou předního a zadního stojanu. Obr. 10.
- b. Plochy konzol transportních koleček, obr. 10.
- c. Přední a zadní plochy držáku stojanu. Obr. 11 a 12.
- d. Oblast, kde jsou stojany upnuty k rámu. Obr. 13.
- e. Spoj mezi pedálem a klikou. Obr. 14.
- f. Spoj mezi klikou a středovým rámem. Obr. 14.
- g. Chromované povrchy sloupků řídicítek a vodorovné plochy, kde je sloupek řídicítek zajištěn. Obr. 15.

Aplikace:

Před použitím dobře protřepejte. Držte plechovku 20 až 30 cm od povrchu, který má být nastříkán, pomocí prodlužovací trubice. Počkejte dvě minuty, než se produkt stabilizuje. Rovnoměrně prostředek rozetřete čistým hadříkem, ponechte lehký film a přebytek setřete. Pro oblasti se špatným přístupem naneste přípravek štětcem. Nechte asi 3 hodiny zachnout.

Bezpečnostní opatření při manipulaci

Vyvarujte se všech zdrojů vznícení (jiskra nebo plamen). NEDOVOLTE styku materiálu s očima nebo pokožkou. Při manipulaci noste vhodné ochranné prostředky. Nádobu udržujte uzavřenou. Zamezte vdechování par. Používejte pouze při řádném větrání. Po manipulaci si důkladně umyjte ruce a potřísněný oděv.

Skladování

Uchovávejte výrobek na chladném a dobře větraném místě. Vyvarujte se všech zdrojů vznícení (jiskra nebo plamen). Skladujte mezi 4,4 ° C a 49 ° C. Uchovávejte všechny materiály na suchém, dobře větraném místě. Zamezte vdechování par. 3. - BH chránič kol (111) naneste čistým hadříkem a produkt vyleštete.

Aplikace

Chránič kol pro vnitřní cyklistiku by měl být nanesen na celé kolo, dokud je suché. Nastříkejte BH chránič (111) na ošetřovaný povrch. Poté rozetřete čistým hadříkem. Otřete dosucha hadříkem. Nenechávejte trenážer samoschnout.

Poznámka

V případě, že je třeba vyměnit jakoukoli součást, postupujte stejným způsobem, jak je popsáno výše. Používejte pouze originální náhradní díly BH.

PREVENTIVNÍ ÚDRŽBA TRENAŽÉRU

Při každém cvičení
1. Uživatel musí zkontrolovat, zda je přístroj bezpečný a vhodný pro cvičení.
2. Po ukončení cvičení by se měl k odstranění potu použít hadřík nebo ručník.
První měsíc každý týden
1. Zkontrolujte utažení pedálu a kliky momentovým klíčem. Utahovací moment musí být 46 Nm.
Každý týden
1. Důkladně zkontrolujte součásti trenážeru, abyste se ujistili, že je v řádném stavu. Zkontrolujte šrouby, matice, pedály, řídítka, sedlo, aretační šrouby, popruhy pedálů atd.
2. Špinavé části, které jsou v trvalém kontaktu s potem, očistěte teplou vodou a hadříkem.

3. Pokud chcete použít mýdlo, použijte jemné mýdlo MEGUIAR'S NXT, které nepoškodí barvu. V takovém případě použijte i chránič kol BH a očistěte oblast čistým suchým hadříkem. Poté otřete do sucha.
--

Každý měsíc

1. Zkontrolujte utažení pedálu a kliky momentovým klíčem. Utahovací moment musí být 46 Nm.
--

2. Zkontrolujte a seřídte pás.

Pokud pás proklouzne, bude nutné jej utáhnout:

- Sejměte boční kryty (49) a povolte matice maximálně o dvě otáčky, obr. 6.
- Utáhněte malé matice klíčem. Ujistěte se, že se matice otáčejí stejným počtem otáček na obou stranách trenážeru (obv. budou stačit 2 otáčky).
- Matice opět utáhněte a nasadte boční kryty (49) zpět.
- Jakmile nastavíte napětí, seřídte také brzdy.

3. Oblasti, které jsou v kontaktu s potem, navoskujte. Není nutné voskovat celý stroj, ale je velmi důležité voskovat ty oblasti, které jsou v
--

přímém kontaktu s potem, protože jsou náchylnější ke korozi.

Aplikujte cyklistický chránič BH a očistěte oblast čistým suchým hadříkem. Poté otřete do sucha.

4. Tři aretační šrouby by se měly uvolnit a nastříkat lubrikantem Wurth, aby zůstaly funkční.

Každý rok

1. Očistěte přípravkem MEGUIAR'S NXT a přidejte mýdlo do vody v misce. Protřepejte, abyste vytvořili pěnu. Aplikujte vlhkou houbou a osušte hadříkem.

2. Oblasti zobrazené na obrázcích 10 až 16 by měly být chráněny BH inhibítorem rzi. Nechte působit 3 hodiny.
--

3. Naneste BH chránič vnitřních kol na vyčištěnou oblast čistým suchým hadříkem. Po aplikaci otřete do sucha.

VAROVÁNÍ: Nedodržení pokynů při čištění a údržbě může mít za následek zkrácení životnosti trenážeru a vážné zranění uživatele. Nedodržení těchto pokynů vede ke ztrátě záruky.

ZÁRUKA SE NEVZTAHUJE NA:

Nesprávnou údržbu.

Nesprávnou montáž kupujícím.

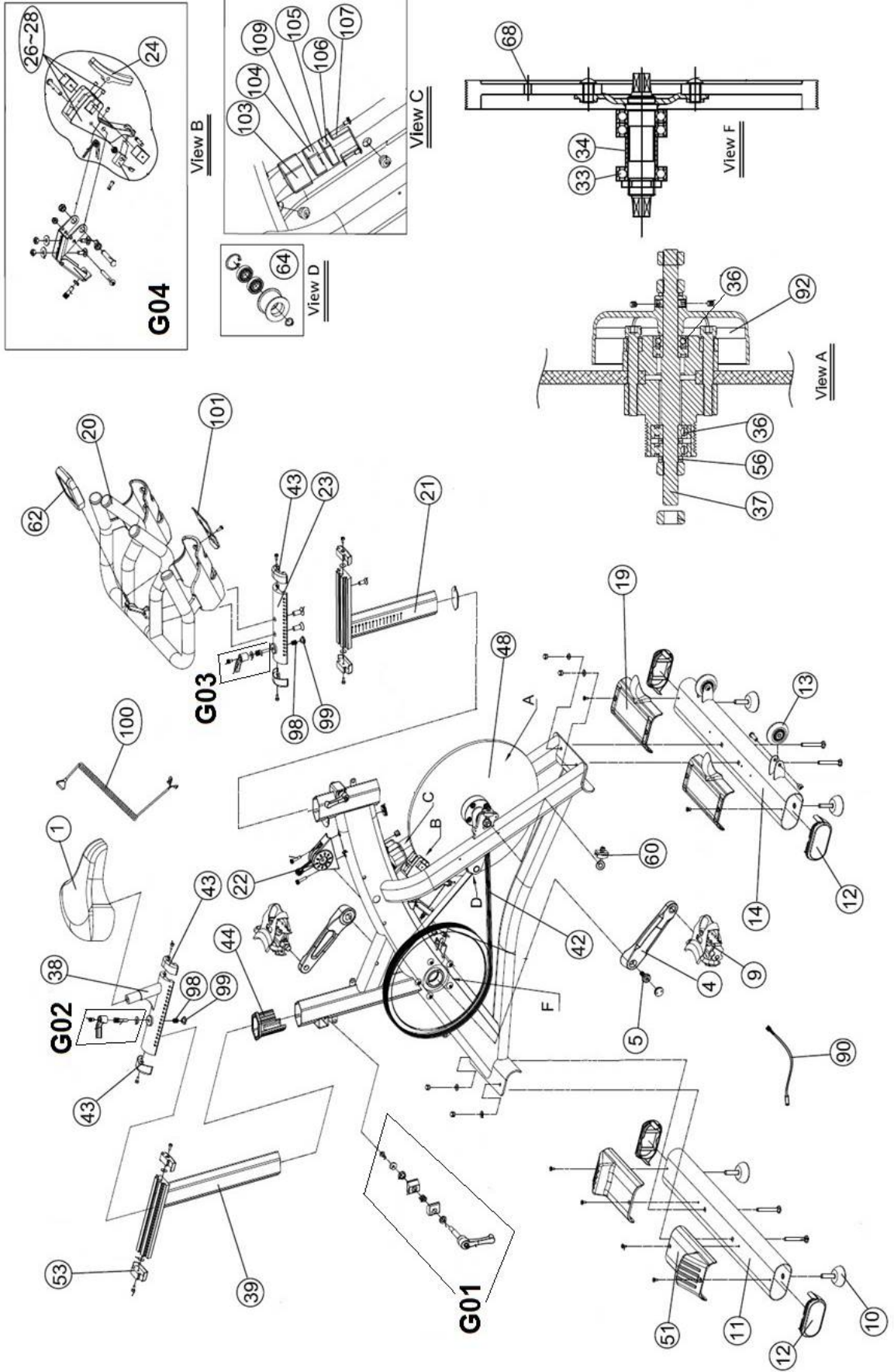
Nedodržení montážních pokynů uvedených v příložené příručce.

Poškození způsobené zárázkami bot. Protahovací cvičení by měla být prováděna na vhodném místě a nikdy ne na trenážeru.

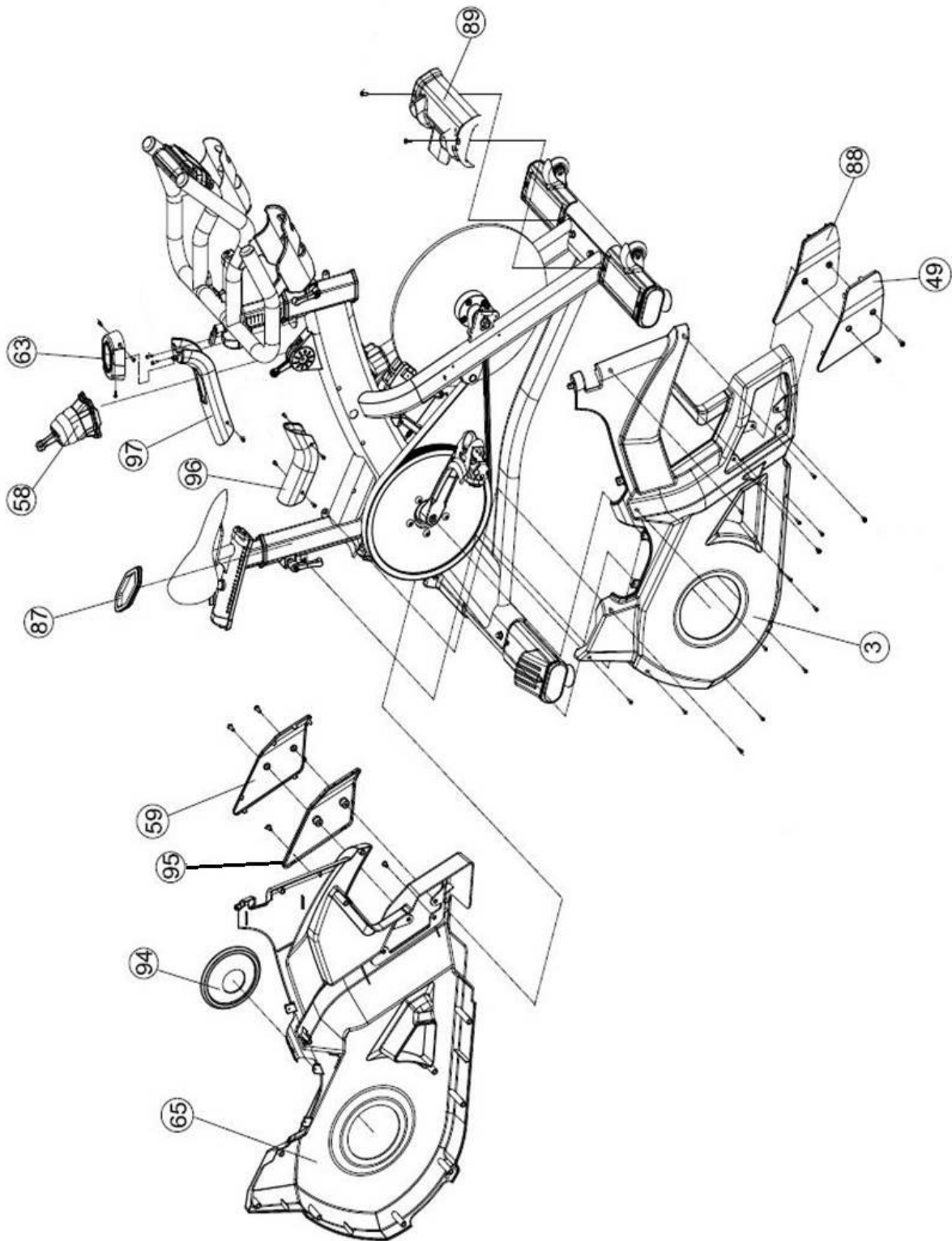
Pokud máte jakékoli dotazy, obraťte se na naši technickou asistenční službu (viz poslední strana manuálu).

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

H945



H945

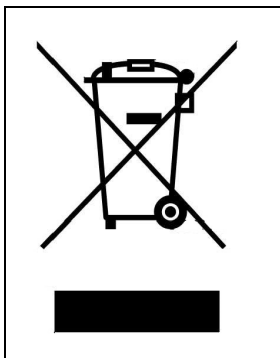


H945

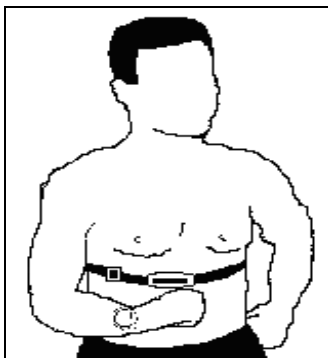


MONITOR

Obr. 1



Obr. 2



1. MONITOR

Pro lepší kontrolu nad cvičením, je tato jednotka vybavena simultánním odečtem rychlosti, vzdálenosti, otáček za minutu, doby cvičení a spálených kalorií.

Obrazovka se automaticky zapne stiskem libovolné klávesy.

Po skončení cvičení se na monitoru zobrazí po dobu 60 sekund:

TIME - čas cvičení
DIST - ujetá vzdálenost
AVG RPM - průměrná kadence
AVG PULSE - prům. tepová frekvence
KCAL - spálené kalorie
AVG WATT - průměrné watt

Monitor se automaticky vypne, pokud je jednotka nečinná více než 60 sekund.

Důležité: Elektronické součástky vyhazujte do speciálních kontejnerů, viz obr. 1.

2. TELEMETRICKÁ TEPOVÁ FREKVENCE

Pro měření tepové frekvence během cvičení budete potřebovat hrudní pás (není součástí balení). Obr. 2.

Viz návod k telemetrické tepové frekvenci.

PRŮVODCE ŘEŠENÍM PROBLÉMŮ

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

Řešení:

- a.- Zkontrolujte správnost propojení kabelů.
- b.- Zkontrolujte nabití baterií. Pokud jsou vybité, vyměňte je za nové (dobíjecí).
- c.- Pokud výše uvedené kroky nepomohou, vyměňte monitor. Nenechávejte monitor na přímém slunečním světle, protože by to mohlo poškodit displej z tekutých krystalů. Obdobně jej nevystavujte vodě ani nárazům.

K výměně opotřebovaných součástí doporučujeme použít originální náhradní díly. Použití jiných náhradních dílů může způsobit zranění nebo ovlivnit výkon stroje.

Pokud máte jakékoli dotazy, obraťte se na naši technickou asistenční službu (viz poslední strana manuálu).

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

