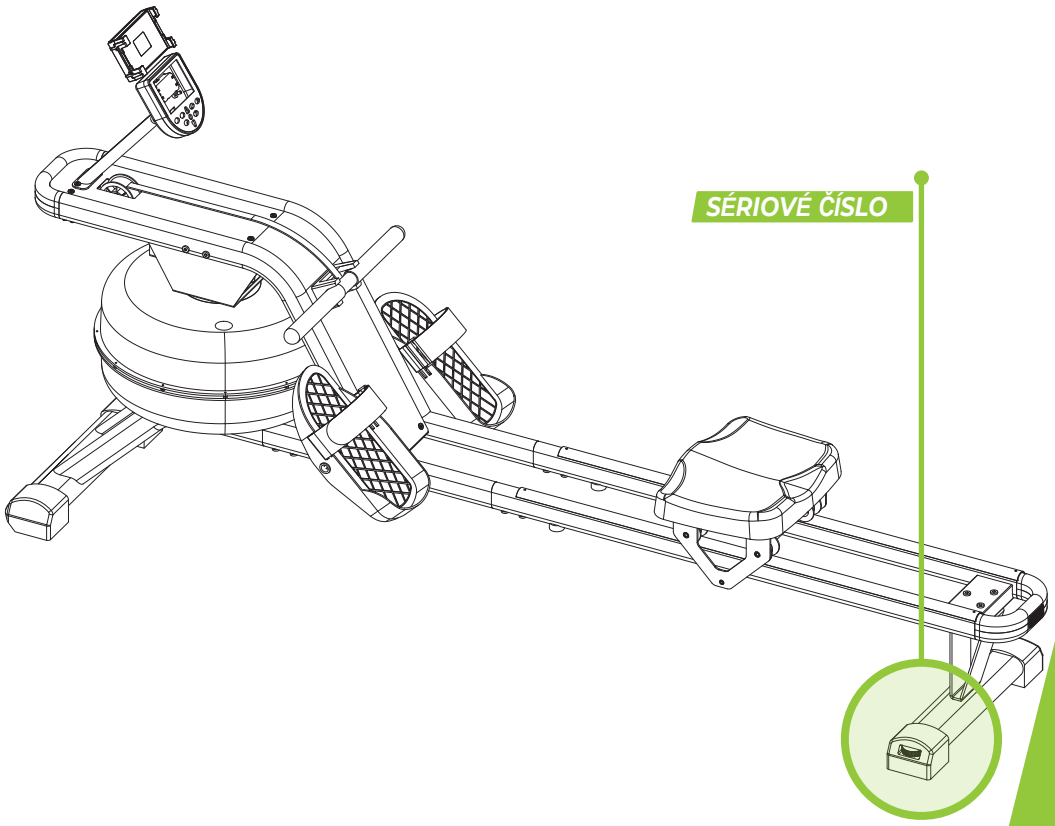
virtufit

AQUA200i

VF20506



UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČCKA

HOW TO RECYCLE

ASSEMBLY VIDEO

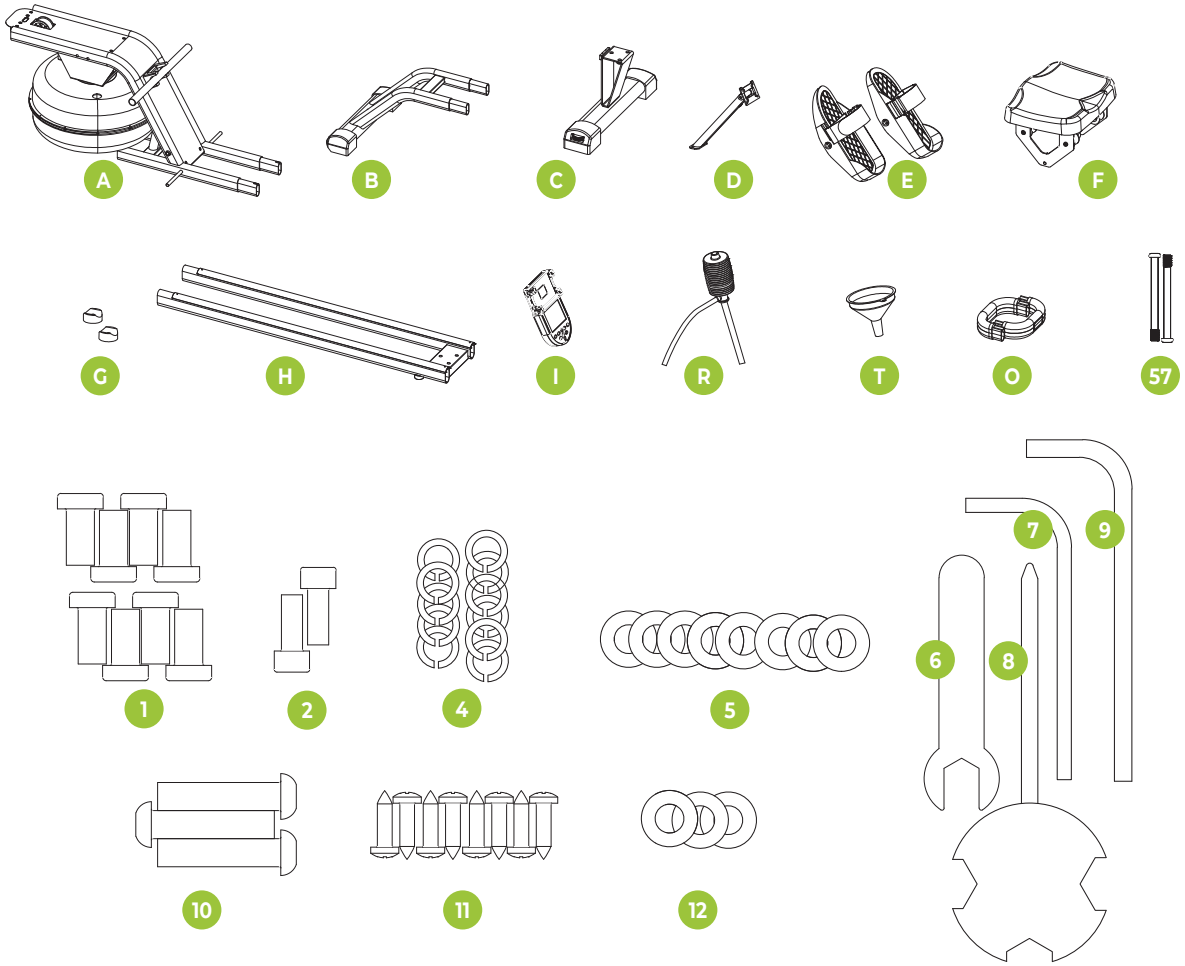
@virtufit_fitness

VirtuFit

www.virtufit.com

virtufit

SEZNAM DÍLŮ

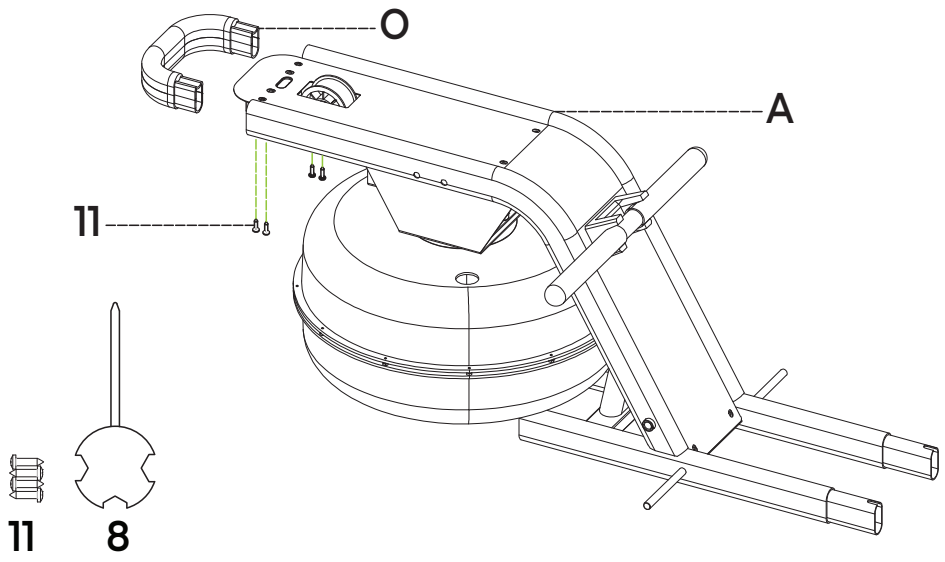


#	POPIS	POČET
A	Hlavní rám	1
B	Sestava přední lišty	1
C	Zadní podpěrná sestava	1
D	Držák konzoly	1
E	Patka	2
F	Sestava sedadla	1
G	Omezovací blok	2

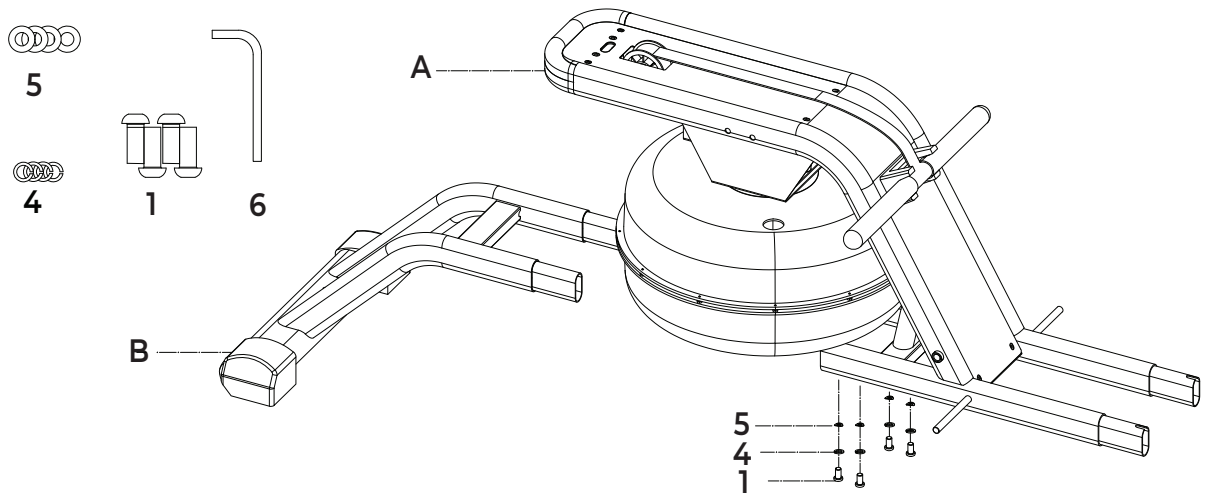
#	POPIS	POČET
57	Hřídel pedálu	2
T	Trychtýř	1
H	Sestava posuvné kolejnice	1
I	Konzole	1
J	Sada nářadí	1
R	Pumpa	1
O	Kryt ruky	2

virtufit

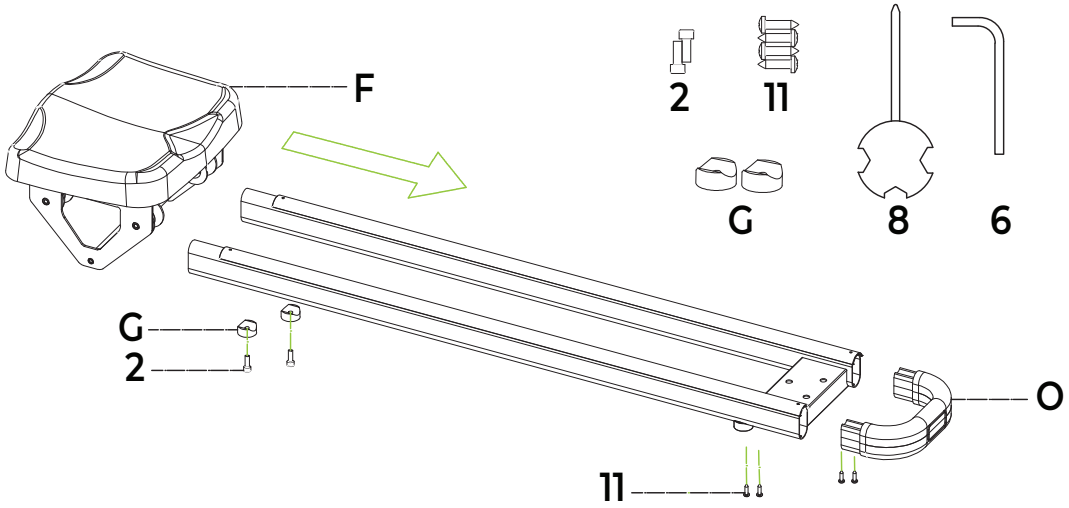
KROK 01



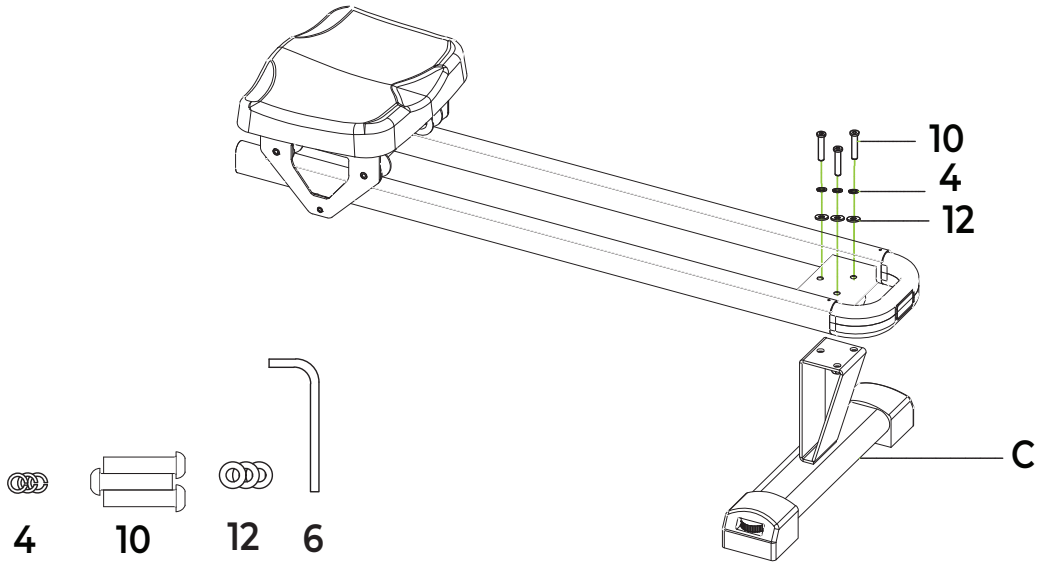
KROK 02



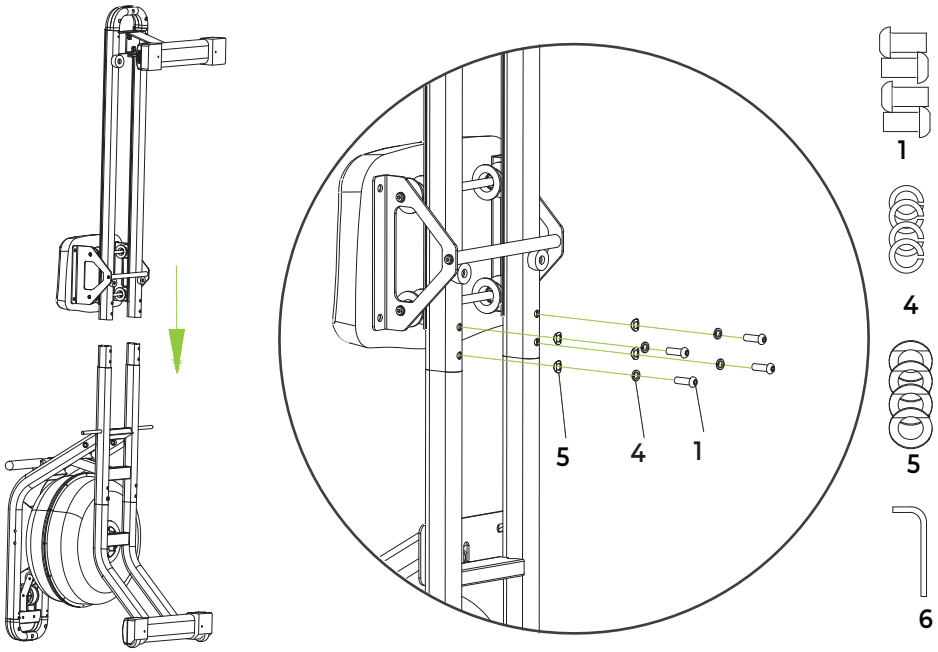
KROK 03



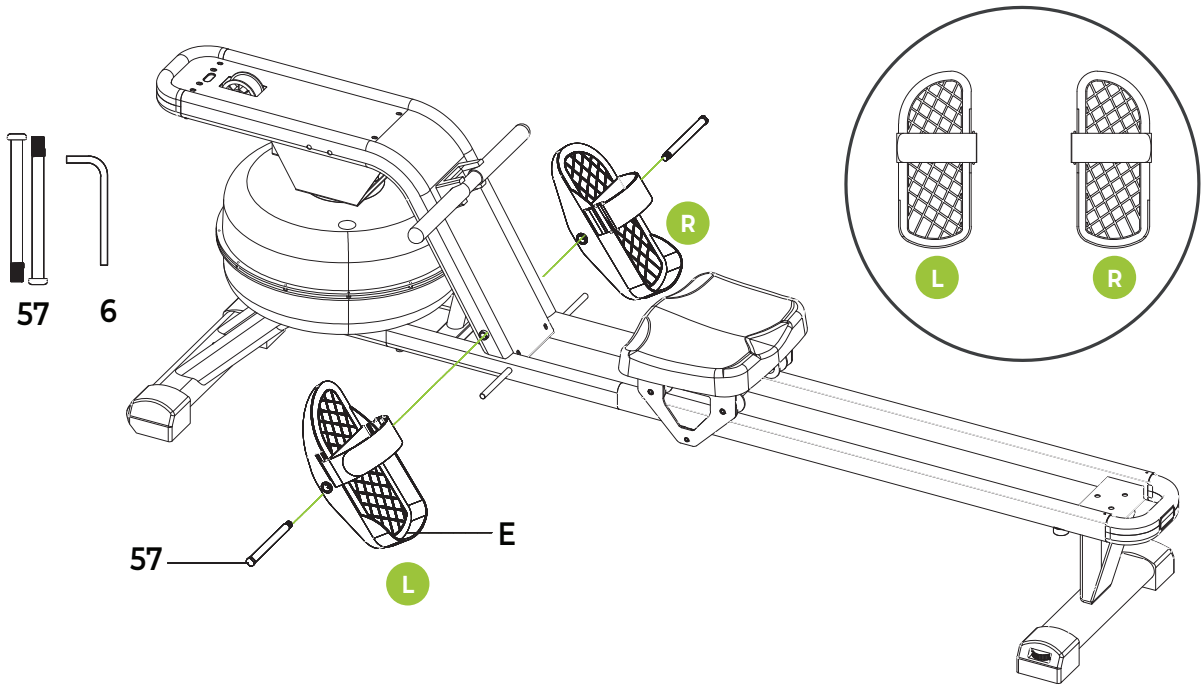
KROK 04



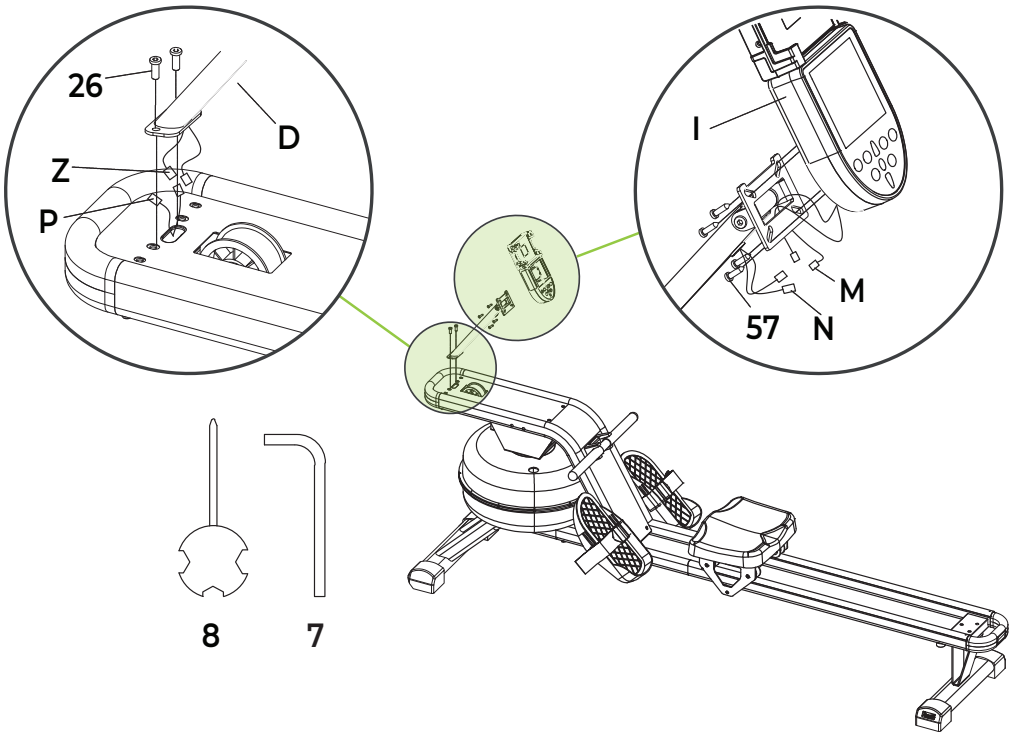
KROK 05



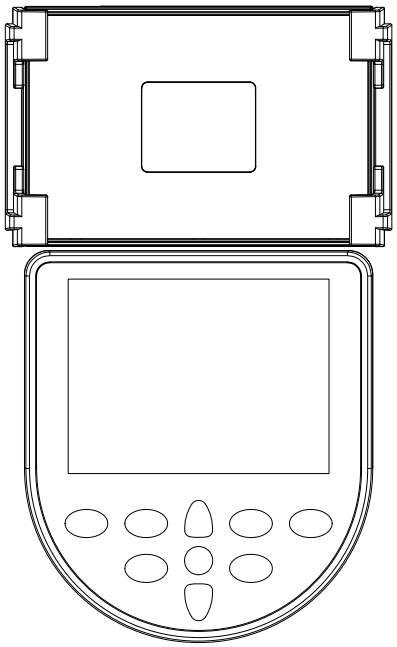
KROK 06



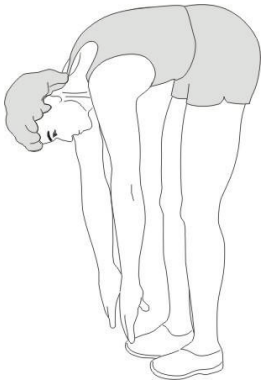
KROK 07



OBR. A



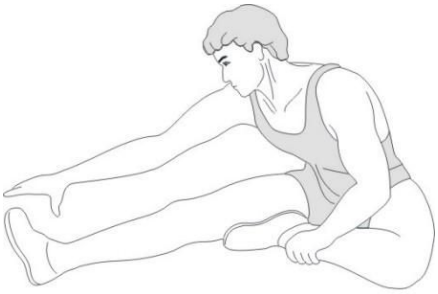
OBR. B



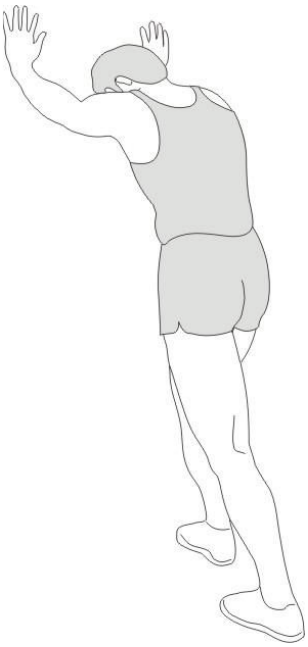
1



2



3



4



5

ČEŠTINA

virtufit

OBSAH

Bezpečnostní pokyny 09
Záruka 09
Montážní pokyny 09
Nastavení 10
Přesun a skladování 10
Nádržka na vodu 10
Trénink s fitness aplikacemi 11
Údržba 11
Konzole 12
Tréninkové pokyny 12

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

VAROVÁNÍ

Před zahájením cvičení se poraďte se svým lékařem. To je obzvláště důležité pro osoby se zdravotními problémy. Před použitím stroje si prosím přečtěte všechny pokyny. VirtuFit nepřebírá žádnou odpovědnost za zranění ani škody na majetku vzniklé v důsledku používání tohoto zařízení. Před sestavením a/nebo použitím stroje si prosím pečlivě přečtěte tento návod k použití.

• Před použitím se ujistěte, že je stroj správně sestaven a že všechny matice a šrouby jsou pevně utažené.

• Všechny pohyblivé části každoročně promažte vazelínou (bez obsahu kyselin) nebo silikonovým sprejem.

• Nenoste volné oblečení, abyste se nezachytili o pohyblivé části.

• Jednotku instalujte a používejte na pevném a rovném povrchu.

• Při používání spotřebiče vždy noste čistou sportovní obuv.

• Během používání držte děti a domácí zvířata v dostatečné vzdálenosti od spotřebiče.

• Při používání zařízení udržujte rovnováhu.

• Nevkládejte prsty ani jiné předměty do pohyblivých částí.

• Před cvičením se poraďte se svým lékařem, aby určil vhodnou frekvenci, trvání a intenzitu cvičení pro váš věk a fyzickou kondici. Okamžitě přestaňte cvičit, pokud se u vás objeví nevolnost, dušnost, mdloby, bolest hlavy, bolest na hrudi, tlak nebo jakékoli jiné nepohodlí.

• Při pohybu nedržte stroj za sedadlo.

• Tento stroj by měla používat pouze jedna osoba najednou.

• Tento stroj je určen pro domácí použití a maximální hmotnost uživatele je 120 kg.

• Abyste předešli nehodám, ponechte za strojem 1–2 metry volného prostoru.

• Umístěte přístroj na čistý, rovný povrch. Neumisťujte jej na silný koberec, mohlo by to bránit větrání přístroje. Neumisťujte přístroj venku ani do blízkosti vody.

• Udržujte skladovací prostor suchý, čistý a rovný, aby nedošlo k poškození. Nepoužívejte zařízení k žádnému jinému účelu než k tréninku..

• Používejte zařízení pouze v prostředí, kde je okolní teplota mezi 10 °C a 35 °C. Zařízení skladujte pouze v prostředí, kde je teplota mezi 5 °C a 45 °C.

ZÁRUKA

Reklamace ze záruky jsou vyloučeny, pokud je příčinou vady:

• Údržba a opravy neprováděné oficiálním prodejcem.
• Nesprávné použití, nedbalost a/nebo špatná údržba.
• Nedodržení pokynů výrobce k údržbě spotřebiče.

MONTÁŽNÍ POKYNY (KROK 01-07)

Chybějící díly: Pokud v balení chybí nějaké díly, pečlivě zkontrolujte polystyrenovou pěnu a samotné zařízení. Některé díly (šrouby, vruty atd.) jsou již k zařízení připevněny.

Chybové hlášky: Ujistěte se, že všechny kabely jsou pečlivě připojeny. Hliníkové nožky konzole jsou velmi citlivé a musí zůstat rovné. Pokud se po sestavení zařízení na konzoli objeví chybová zpráva, mohou být hliníkové nožky ohnuté. Narovnání hliníkových nožek může způsobit, že chybová zpráva zmizí.

Šrouby s šestihrannou hlavou: Ujistěte se, že imbusový klíč je zasunut do šroubu, než na něj budete působit silou. Tím zabráníte otáčení hlavy šroubu se šestihrannou hlavou.

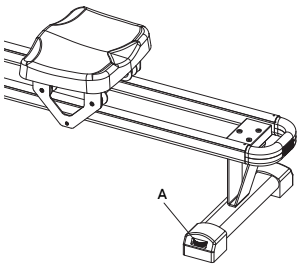
virtufit

NASTAVENÍ

Vyrovnání

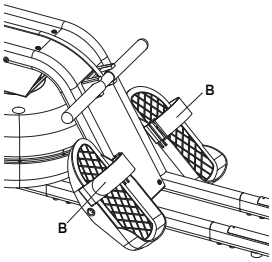
Otáčením kola seřiďte nastavitelné koncové krytky na zadní straně zadního stabilizátoru (A).

POZNÁMKA! Mezi pohyblivými částmi, jako je například sedadlo, se mohou zachytit prsty. Při nastavování a používání jednotky se nedotýkejte kolejnic.



Nastavení pedálů

Popruh na pedál (B) je nastavitelný a lze jej přizpůsobit velikosti nohy uživatele.

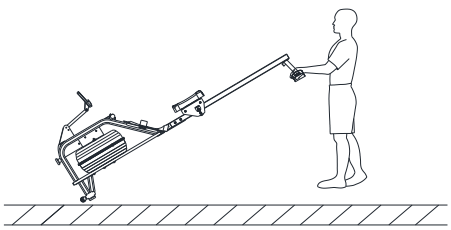


SKLADOVÁNÍ A PŘESUN

POZNÁMKA! Posuňte sedadlo dopředu k kolejnicím, jinak se sedadlo bude posouvat, když bude jednotka ve svislé poloze.

Přesun

Zvedněte zadní stabilizátor, dokud se přední kola stabilizátoru nedotknou země. S koly na zemi lze stroj snadno zvednout. Pohyblivé části, jako je sedadlo, mohou způsobit rozdrcení a pořezání. Udržujte se na požadovaném místě.

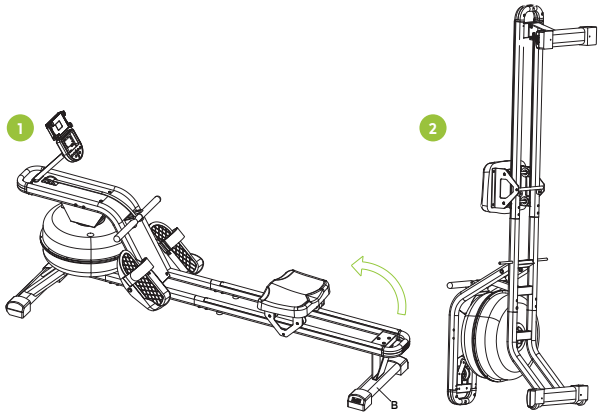


POZNÁMKA! Sedadlo se posouvá, když je stroj ve svislé poloze.

Skladování

POZOR! Nářadí skladujte na suchém místě mimo dosah dětí. Ujistěte se, že je nářadí stabilní a bezpečné, aby nemohlo spadnout na děti nebo zvířata.

Přesuňte jednotku na požadované místo a zvedněte zadní stabilizátor (B) zcela nahoru, dokud veslovací trenažér nebude ve svislé poloze.

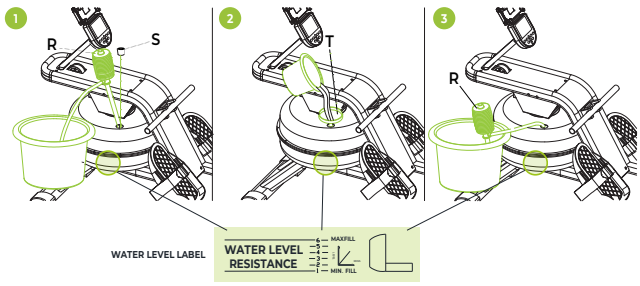


POZNÁMKA! Pokud se veslovací trenažér nepoužívá déle než jeden měsíc, nejprve vyprázdněte nádržku na vodu.

PLNĚNÍ A VYPRÁZDŇOVÁNÍ NÁDRŽKY NA VODU

POZOR!

- Nádržku vždy plňte pouze vodou z kohoutku a přidejte tabletu na čištění vody. Nikdy nepoužívejte chlorovanou vodu ani chlór. Může to poškodit nádržku a vést ke ztrátě záruky.
- Přidejte tabletu na čištění vody jednou za šest měsíců. Pokud voda zůstane zakalená, vyměňte vodu v nádržce.
- Voda v nádržce není spotřebovatelná. Vodu po odčerpání z nádržky vylijte.



Naplňte nádržku na vodu (1+2)

- Sejměte víčko nádržky na vodu (S) z horního otvoru nádržky na vodu. Nádržku na vodu lze naplnit dvěma způsoby.

• Ruční vodní čerpadlo (R): Vložte konec hadice ručního vodního čerpadla (R) do kbelíku naplněného vodou a vložte druhý konec hadice do otvoru nádrže na vodu. Stiskněte tlačítko ručního vodního čerpadla (R) pro naplnění nádrže na vodu.

• Trychtýř (T): Vložte trychtýř (T) do otvoru nádrže na vodu a nalijte jím kbelík plný vody do nádrže na vodu.

• Podívejte se na bok nádrže na vodu, abyste zjistili, jaká je hladina vody v nádrži.

• Nasaďte zpět uzavírací uzávěr nádrže na vodu (S) na otvor nádrže na vodu tak, aby byl správně uzavřen.

POZNÁMKA!

• Hladinu vody si můžete přečíst na boku nádrže. Naplňte po maximální úroveň 6. Záruka zaniká, pokud je nádrž na vodu naplněna nad úroveň 6.

• Odpor závisí na hladině vody v nádrži. Úroveň 1 je nejnižší odpor a úroveň 6 je nejvyšší odpor.

Vyprázdnění nádržky na vodu (3)

• Sejměte víčko nádrže na vodu (S) z horního otvoru nádrže na vodu.

• Umístěte prázdný kbelík vedle nádrže na vodu a vložte konec hadice ručního vodního čerpadla (R) do prázdného kbelíku. Vložte druhý konec hadice do otvoru nádrže na vodu. Stiskněte ruční vodní čerpadlo (R) a vyprázdněte nádrž na vodu.

• Když je nádrž na vodu prázdná, osušte ji hadříkem.

• Nasaďte zpět uzavírací víčko nádrže na vodu (S) na otvor nádrže na vodu tak, aby bylo správně uzavřeno.

TRÉNINK S FITNESS APLIKACEMI

VirtuFit neposkytuje služby pro fitness aplikace třetích stran, jako jsou Kinomap, iConsole, FitShow atd. Pokud narazíte na problémy s fitness aplikací třetí strany, kontaktujte vývojáře dané aplikace.

Instrukce

• Pro naskenování QR kódu telefonem či tabletem se systémem Android nebo iOS je vyžadován skener QR kódů. Aplikaci pro skenování QR kódů lze stáhnout z App Storu nebo Obchodu Google Play.
• Naskenujte jeden z níže uvedených QR kódů a přejděte přímo na stránku v App Storu nebo Obchodu Google Play, kde si můžete fitness aplikaci stáhnout.
• Naskenujte QR kód vpravo a zpřístupněte si manuál k fitness aplikaci Manuál krok za krokem popisuje, jak fitness aplikaci připojit k zařízení, jak funguje a jaké jsou její funkce.

Fitshow

APP STORE GOOGLE PLAY MANUAL

Kinomap

APP STORE GOOGLE PLAY MANUAL

ÚDRŽBA

Bezpečného a efektivního používání lze dosáhnout pouze tehdy, je-li zařízení správně nainstalováno a udržováno. Je vaší odpovědností zajistit pravidelnou údržbu zařízení. Jakékoli opotřebované a/nebo poškozené díly musí být před dalším použitím zařízení vyměněny. Zařízení by mělo být používáno a skladováno pouze v uzavřených prostorách. Dlouhodobé vystavení povětrnostním vlivům a změnám teploty/vlhkosti může vážně poškodit elektrické součásti a pohyblivé části jednotky. Před čištěním nebo servisem vždy odpojte napájecí kabel od zařízení.

Denní údržba

• Po každém použití očistěte zařízení a odstraňte pot a vlhkost.

• Zkontrolujte, zda je zařízení čisté a bez prachu a nečistot.

• Nepoužívejte agresivní čisticí prostředky a udržujte zařízení mimo dosah vlhkosti.

Půlroční údržba

• Po každém použití očistěte zařízení a odstraňte pot a vlhkost.

• Zkontrolujte, zda je zařízení čisté a bez prachu a nečistot.

• Nepoužívejte agresivní čisticí prostředky a udržujte zařízení mimo vlhkost.

POZOR!

- Veškeré opravy musí provádět odborný technik, pokud není dodavatelem nebo výrobcem uvedeno jinak.

Čištění

Obecné čištění stroje prodlužuje jeho životnost. Udržujte stroj čistý pravidelným utíráním prachu. Pravidelná údržba prodlužuje životnost stroje a předchází nehodám! Pro více informací navštivte prosím https://www.virtufit.nl/service/faq/

POZOR! Noste čistou obuv, abyste snížili riziko znečištění stroje.

Baterie

AA BATERIE

Displej používá baterie typu AA, které jsou vyměnitelné na zadní straně displeje. Baterie musí být vloženy správně.

Pokud je obrazovka nečitelná nebo fungují pouze části obrazu, postupujte následovně:

- Vyjměte baterie a počkejte 15 sekund.
- Vložte baterie správně.

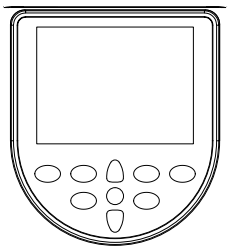
Tipy pro používání baterie

- Vyjměte baterie z displeje, když jsou vybité nebo pokud zařízení nebude delší dobu používáno.
- Baterie nepřeplňujte, nerozebírejte a nespalujte je.
- Při vkládání baterií věnujte pozornost polaritě (+ a -). Při výměně baterií se doporučuje vyměnit všechny baterie současně, nemíchejte staré a nové baterie.
- Doporučuje se používat alkalické baterie, mají delší životnost než běžné baterie.
- Baterie by měly být vyměněny, pokud displej ztrácí jas nebo přestane fungovat.

Výměna baterky

- Pokud displej nezobrazuje správně, doporučuje se vyměnit baterie.
- Pro napájení použijte 2 × baterie AA.

KONZOLE (OBR. A)



Tlačítka

- ON/OFF – Krátce stiskněte pro zapnutí zařízení. Podržte tři sekundy pro jeho vypnutí.
- MODE – Přepínání mezi různými režimy.
- ▲ UP – Zvýšení hodnoty.
- ▼ DOWN – Snížení hodnoty.
- RESET – Krátce stiskněte pro reset aktuálního nastavení. Podržte tři sekundy pro reset všech hodnot.
- CAL – Zobrazuje spálené kalorie.
- STROKES – Zobrazuje počet tahů.
- KM/MI – Zobrazuje ujetou vzdálenost.

POZNÁMKA!

- Pokud nedojde k pohybu po dobu delší než 4 minuty, konzole se automaticky vypne.
- Při propojení s aplikací konzole automaticky nepřejde do úsporného režimu.

TRÉNINKOVÉ POKYNY (OBR. B, 1-5)

Úspěšný tréninkový program zahrnuje zahřátí, samotný trénink a uklidnění. Kompletní tréninkový program provádějte alespoň dvakrát, ideálně třikrát týdně a mezi jednotlivými tréninky zařaďte den odpočinku. Po několika měsících lze zvýšit intenzitu tréninku, například na čtyři či pět tréninků týdně.

Rozcvička

Cílem zahřátí je připravit tělo na trénink a snížit riziko zranění. Zahřejte své tělo po dobu dvou až pěti minut před začátkem kardio nebo silového tréninku. Provádějte cviky, které zvyšují tepovou frekvenci a zahřejí pracující svaly. Příklady takových aktivit jsou běh, klus, dřepy s výskokem, přeskočení přes švihadlo a běh na místě.

virtufit

Protahování

Protahování zahřátých svalů je velmi důležité po kvalitním zahřátí a uklidnění. Snižuje riziko zranění. Protahovací cviky by měly být drženy 15–30 sekund. Zde jsou některé příklady protahovacích cviků:

- Dotyk špiček nohou (obr. B-1)
- Protažení vnitřní strany stehna (obr. B-2)
- Protažení hamstringů (zadní strany stehen) (obr. B-3)
- Protažení Achillovy šlachy (obr. B-4)
- Boční protažení (obr. B-5)

Zklidnění

Cílem uklidnění je vrátit tělo na jeho (téměř) normální klidovou úroveň na konci tréninku. Správné uklidnění postupně snižuje tepovou frekvenci a podporuje regeneraci.

virtufit

OBSAH

Bezpečnostné pokyny 14
Záruka 14
Montážné pokyny 14
Nastavenie 15
Presun a skladovanie 15
Nádržka na vodu 15
Tréning s fitness aplikáciami 16
Údržba 16
Konzola 17
Tréningové pokyny 17

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

VAROVANIE

Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom. To je obzvlášť dôležité pre osoby so zdravotnými problémami. Pred použitím stroja si, prosím, prečítajte všetky pokyny. VirtuFit neprijíma žiadnu zodpovednosť za zranenia ani škody na majetku vzniknuté v dôsledku používania tohto zariadenia. Pred zostavením a/alebo použitím stroja si, prosím, dôkladne prečítajte tento návod na použitie.

• Pred použitím sa uistite, že je stroj správne zostavený a že všetky matice a skrutky sú pevne dotiahnuté.

• Všetky pohyblivé časti každoročne premažte vazelínou (bez obsahu kyselín) alebo silikónovým sprejom.

• Nenoste voľné oblečenie, aby ste sa nezachytili o pohyblivé časti.

• Jednotku inštalujte a používajte na pevnom a rovnom povrchu.

• Pri používaní spotrebiča vždy noste čistú športovú obuv.

• Počas používania držte deti a domáce zvieratá v dostatočnej vzdialenosti od spotrebiča.

• Pri používaní zariadenia udržujte rovnováhu.

• Nevkladajte prsty ani iné predmety do pohyblivých častí.

• Pred cvičením sa poraďte so svojím lekárom, aby určil vhodnú frekvenciu, trvanie a intenzitu cvičenia podľa vášho veku a fyzickej kondície. Okamžite prestaňte cvičiť, ak sa u vás objaví nevoľnosť, dýchavičnosť, mdloby, bolesť hlavy, bolesť na hrudi, tlak alebo akékoľvek iné nepohodlie.

• Pri pohybe sa nedržte stroja za sedadlo.

• Tento stroj by mala používať iba jedna osoba naraz.

• Tento stroj je určený na domáce použitie a maximálna hmotnosť používateľa je 120 kg.

• Aby ste predišli nehodám, nechajte za strojom 1–2 metre voľného priestoru.

• Umiestnite prístroj na čistý, rovný povrch. Neumiestňujte ho na hrubý koberec, mohlo by to brániť ventilácii prístroja. Neumiestňujte prístroj vonku ani v blízkosti vody.

• Udržujte skladovací priestor suchý, čistý a rovný, aby nedošlo k poškodeniu. Nepoužívajte zariadenie na iný účel než na tréning.

• Používajte zariadenie iba v prostredí, kde je okolitá teplota medzi 10 °C a 35 °C. Zariadenie skladujte iba v prostredí, kde je teplota medzi 5 °C a 45 °C.

ZÁRUKA

Reklamácie zo záruky sú vylúčené, ak je príčinou vady:

• Údržba a opravy neuskutočnené oficiálnym predajcom.

• Nesprávne použitie, nedbalosť a/alebo zlá údržba.

• Nedodržanie pokynov výrobcu na údržbu zariadenia.

MONTÁŽNÉ POKYNY (KROK 01-07)

Chýbajúce diely: Pokiaľ v balení chýbajú nejaké diely, starostlivo skontrolujte polystyrénovú penu a samotné zariadenie. Niektoré diely (skrutky, skrutky atď.) sú už k zariadeniu pripevnené.

Chybové hlášky: Uistite sa, že všetky káble sú dôkladne pripojené. Hliníkové nožičky konzoly sú veľmi citlivé a musia zostať rovné. Ak sa po zostavení zariadenia na konzole zobrazí chybové hlásenie, môžu byť hliníkové nožičky ohnuté. Narovnanie hliníkových nožičiek môže spôsobiť, že chybové hlásenie zmizne.

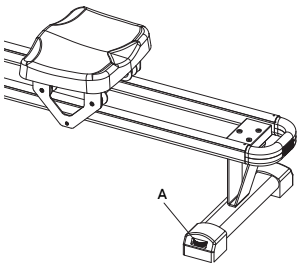
Skrutky so šesťhrannou hlavou: Uistite sa, že imbusový kľúč je zasunutý do skrutky, než naň budete pôsobiť silou. Tým zabránite otáčaniu hlavy skrutky so šesťhrannou hlavou.

NASTAVENIE

Vyrovnanie

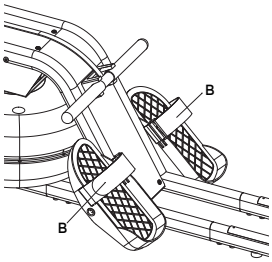
Otáčaním kolieska nastavte nastaviteľné koncové krytky na zadnej strane zadného stabilizátora (A).

POZNÁMKA! Medzi pohyblivými ***č***as***ť***ami, ako je napríklad sedadlo, sa môžu zachyti***ť*** prsty. Pri nastavovaní a používaní jednotky sa nedotýkajte ko***ľ***ajníc.



Nastavenie pedálov

Popruh na pedál (B) je nastaviteľný a dá sa prispôsobiť veľkosti nohy používateľa.

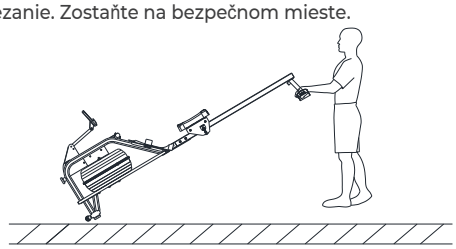


SKLADOVANIE A PRESUN

POZNÁMKA! Posu***ň***te sedadlo dopredu k ko***ľ***ajniciam, inak sa sedadlo bude posúva***ť***, ke***ď*** bude jednotka vo zvislej polohe.

Presun

Zdvihnite zadný stabilizátor, kým sa predné kolieska stabilizátora nedotknú zeme. Keď sú kolieska na zemi, zariadenie sa dá ľahko zdvihnúť. Pohyblivé časti, ako je sedadlo, môžu spôsobiť rozdrvenie alebo porezanie. Zostaňte na bezpečnom mieste.

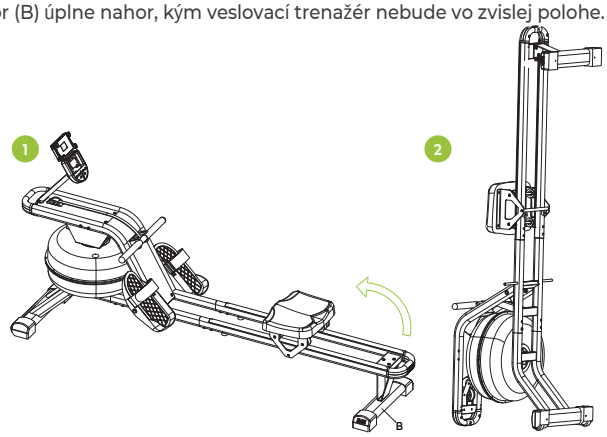


POZNÁMKA! Sedadlo sa posúva, ke***ď*** je zariadenie vo zvislej polohe.

Skladování

POZOR! Náradie skladujte na suchom mieste mimo dosah detí. Uistite sa, že je náradie stabilné a bezpe***č***né, aby nemohlo spadnú***ť*** na deti alebo zvieratá.

Presuňte jednotku na požadované miesto a zdvihnite zadný stabilizátor (B) úplne nahor, kým veslovací trenažér nebude vo zvislej polohe.

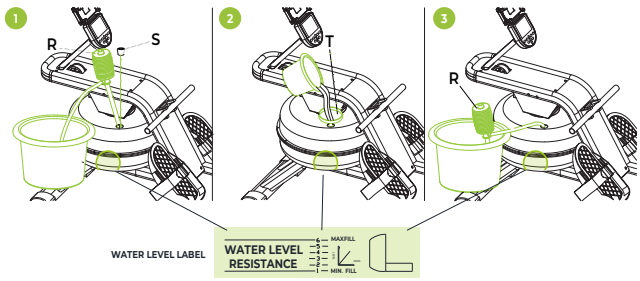


POZNÁMKA! Ak sa veslovací trenažér nepoužíva dlhšie než jeden mesiac, najprv vyprázdnite nádržku na vodu.

PLNENIE A VYPRÁZD***Ň***OVANIE NÁDRŽKY NA VODU

POZOR!

- Nádržku vždy naplňte iba vodou z vodovodu a pridajte tabletu na čistenie vody. Nikdy nepoužívajte chlorovanú vodu ani chlór. Môže to poškodiť nádržku a viesť k strate záruky.
- Tabletu na čistenie vody pridajte raz za šesť mesiacov. Ak voda zostane zakalená, vymieňte vodu v nádržke.
- Voda v nádržke nie je určená na konzumáciu. Po vyčerpaní vody z nádržky ju vylejte.



Naplňte nádržku na vodu (1+2)

- Odoberte viečko nádržky na vodu (S) z horného otvoru nádržky na vodu. Nádržku na vodu je možné naplniť dvoma spôsobmi.

• Ručné vodné čerpadlo (R): Vložte koniec hadice ručného vodného čerpadla (R) do vedra naplneného vodou a druhý koniec hadice vložte do otvoru nádržky na vodu. Stlačte tlačidlo ručného vodného čerpadla (R) pre naplnenie nádržky.

• Lievik (T): Vložte lievik (T) do otvoru nádržky na vodu a nalejte ním vedro vody do nádržky.

• Skontrolujte bočnú stranu nádržky, aby ste zistili hladinu vody.

• Nasaďte späť uzatvárací uzáver nádržky na vodu (S) na otvor nádržky tak, aby bol správne uzatvorený.

POZNÁMKA!

• Hladinu vody môžete odčítať na boku nádržky. Naplňte ju maximálne po úroveň 6. Záruka prestáva platiť, ak je nádržka naplnená nad úroveň 6.

• Odpor závisí od hladiny vody v nádržke. Úroveň 1 predstavuje najnižší odpor a úroveň 6 najvyšší odpor.

Vyprázdnenie nádržky na vodu (3)

• Zložte viečko nádržky na vodu (S) z horného otvoru nádržky.

• Umiestnite prázdne vedro vedľa nádržky a vložte koniec hadice ručného vodného čerpadla (R) do prázdneho vedra. Druhý koniec hadice vložte do otvoru nádržky. Stlačte ručné vodné čerpadlo (R) a vyprázdnite nádržku na vodu.

• Keď je nádržka prázdna, osušte ju handrou.

• Nasaďte späť uzatváracie viečko nádržky na vodu (S) na otvor nádržky tak, aby bolo správne uzatvorené.

TRÉNING S FITNESS APLIKÁCIAMI

VirtuFit neposkytuje služby pre fitness aplikácie tretích strán, ako sú Kinomap, iConsole, FitShow atď. Ak narazíte na problémy s fitness aplikáciou tretej strany, kontaktujte vývojárov danej aplikácie.

Instrukcie

• Na naskenovanie QR kódu telefónom alebo tabletom so systémom Android alebo iOS je potrebný skener QR kódov. Aplikáciu na skenovanie QR kódov si môžete stiahnuť z App Storu alebo Obchodu Google Play.

• Naskenujte jeden z nižšie uvedených QR kódov a prejdite priamo na stránku v App Store alebo Obchode Google Play, kde si môžete stiahnuť fitness aplikáciu.

• Naskenujte QR kód vpravo a získajte prístup k manuálu k fitness aplikácii. Manuál krok za krokom popisuje, ako pripojiť fitness aplikáciu k zariadeniu, ako funguje a aké sú jej funkcie.

Fitshow

APP STORE GOOGLE PLAY MANUAL

Kinomap

APP STORE GOOGLE PLAY MANUAL

ÚDRŽBA

Bezpečného a efektívního používania je možné dosiahnuť iba vtedy, ak je zariadenie správne nainštalované a udržiavané. Je vašou zodpovednosťou zabezpečiť pravidelnú údržbu zariadenia. Akékoľvek opotrebované a/alebo poškodené diely musia byť pred ďalším použitím zariadenia vymenené. Zariadenie by malo byť používané a skladované iba v uzavretých priestoroch. Dlhodobé vystavenie poveternostným vplyvom a zmenám teploty/vlhkosti môže vážne poškodiť elektrické súčiastky a pohyblivé časti jednotky. Pred čistením alebo servisom vždy odpojte napájací kábel zo zariadenia.

Denná údržba

• Po každom použití očistite zariadenie a odstráňte pot a vlhkosť.

• Skontrolujte, či je zariadenie čisté a bez prachu a nečistôt.

• Nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky a udržujte zariadenie mimo dosahu vlhkosti.

Půlročná údržba

• Po každom použití očistite zariadenie a odstráňte pot a vlhkosť.

• Skontrolujte, či je zariadenie čisté a bez prachu a nečistôt.

• Nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky a udržujte zariadenie mimo vlhkosť.

POZOR!

• Všetky opravy musí vykonávať odborný technik, ak nie je dodávateľom alebo výrobcom uvedené inak.

Čistenie

Všeobecné čistenie stroja predlžuje jeho životnosť. Udržiavajte stroj čistý pravidelným utieraním prachu. Pravidelná údržba predlžuje životnosť stroja a predchádza nehodám! Pre viac informácií navštívte prosímhttps://www.virtufit.nl/service/faq/

POZOR! Noste čistú obuv, aby ste znížili riziko znečistenia stroja.

Baterie

AA BATERIE

Displej používa batérie typu AA, ktoré sú vymeniteľné na zadnej strane displeja. Batérie musia byť vložené správne.

Ak je obrazovka nečitateľná alebo fungujú len časti zobrazenia, postupujte nasledovne:

• Vyberte batérie a počkajte 15 sekúnd.
• Vložte batérie správne.

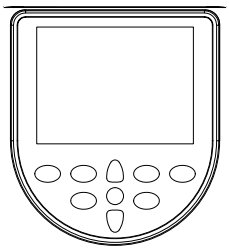
Tipy na používanie batérií

• Vyberte batérie z displeja, keď sú vybité alebo ak zariadenie nebude dlhšiu dobu používané.
• Batérie nepreplňujte, nerozoberajte a nespalujte.
• Pri vkladaní batérií dbajte na polaritu (+ a -). Pri výmene batérií sa odporúča vymeniť všetky batérie naraz, nemiešajte staré a nové batérie.
• Odporúča sa používať alkalické batérie, majú dlhšiu životnosť než bežné batérie.
• Batérie by mali byť vymenené, ak displej stráca jas alebo prestane fungovať.

Výmena baterky

• Ak displej nezobrazuje správne, odporúča sa vymeniť batérie. • Pre napájanie použite 2 × batérie AA.

KONZOLA (OBR. A)



Tlačidlá

• ON/OFF – Krátce stiskněte pro zapnutí zařízení. Podržte tři sekundy pro jeho vypnutí.
• MODE – Přepínání mezi různými režimy.
• ▲ UP – Zvýšení hodnoty.
• ▼ DOWN – Snížení hodnoty.
• RESET – Krátce stiskněte pro reset aktuálního nastavení. Podržte tři sekundy pro reset všech hodnot.
• CAL – Zobrazuje spálené kalorie.
• STROKES – Zobrazuje počet tahů.
• KM/MI – Zobrazuje ujetou vzdálenost.

POZNÁMKA!

• Ak nedôjde k pohybu po dobu dlhšiu než 4 minúty, konzola sa automaticky vypne.
• Pri prepojení s aplikáciou konzola automaticky nepríde do úsporného režimu.

TRÉNINGOVÉ POKYNY (OBR. B, 1-5)

Úspešný tréningový program zahŕňa rozcvičku, samotný tréning a ukľudnenie. Kompletný tréningový program vykonávajte aspoň dvakrát, ideálne trikrát týždenne, a medzi jednotlivými tréningami si zabezpečte deň oddychu. Po niekoľkých mesiacoch je možné zvýšiť intenzitu tréningu, napríklad na štyri alebo päť tréningov týždenne.

Rozcvička

Cieľom rozcvičky je pripraviť telo na tréning a znížiť riziko zranenia. Pred začiatkom kardio alebo silového tréningu sa rozhýbte dve až päť minút. Vykonávajte cvičenia, ktoré zvyšujú tepovú frekvenciu a zahrievajú pracujúce svaly. Príklady takýchto aktivít sú beh, jogging, jumping jacks, preskakovanie švihadla alebo beh na mieste.

Pretiahnutie

Preťahovanie zahrievaných svalov je veľmi dôležité po kvalitnej rozcvičke a ukľudnení. Znižuje riziko zranenia. Preťahovacie cviky by sa mali držať 15–30 sekúnd. Tu je niekoľko príkladov preťahovacích cvikov:

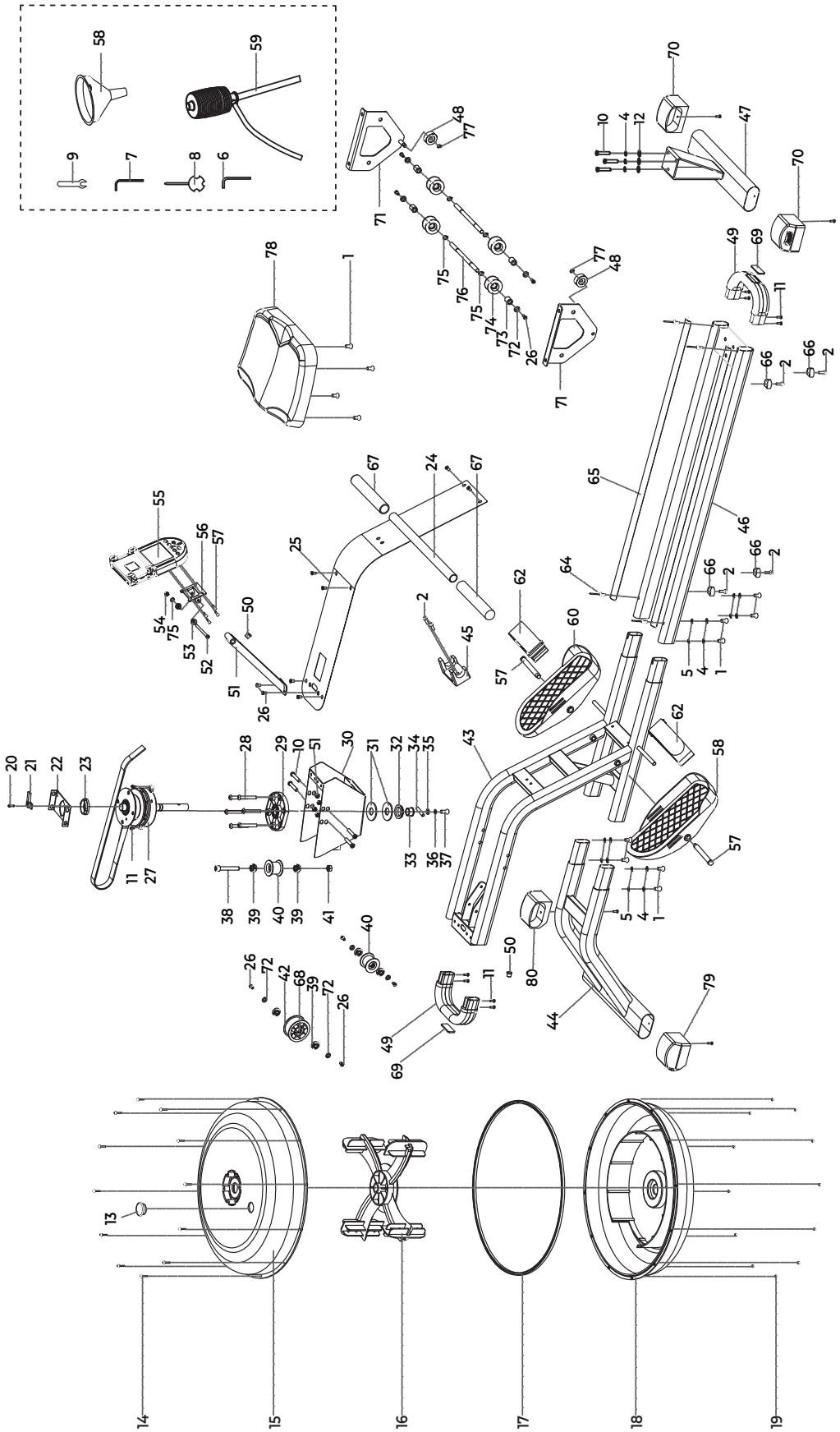
- Dotyk špičiek nôh (obr. B-1)
- Preťahovanie vnútornej strany stehna (obr. B-2)
- Preťahovanie hamstringov (zadná strana stehien) (obr. B-3)
- Preťahovanie Achillovej šľachy (obr. B-4)
- Bočné preťahovanie (obr. B-5)

Upokojenie

Cieľom upokojenia je vrátiť telo na jeho (takmer) normálnu pokojovú úroveň na konci tréningu. Správne upokojenie postupne znižuje tepovú frekvenciu a podporuje regeneráciu.

VÝKRES

virtufit



SEZNAM DÍLŮ/ZOZNAM DIELOV

virtufit

#	ČESKY	SLOVENSKY	MN.
1	Vnitřní šestihranný šroub M8×15	Vnútorný šesťhranný skrutka M8×15	8
2	Vnitřní šestihranný válcový šroub M6*16	Vnútorný šesťhranný valcový skrutka M6*16	4
3	Vnitřní šestihranný šroub M8*30	Vnútorný šesťhranný skrutka M8*30	2
4	Pružná podložka D8	Pružná podložka D8	11
5	Oblouková podložka D8	Oblúková podložka D8	8
6	Imbusový klíč S4	Imbusový kľúč S4	1
7	Imbusový klíč S5	Imbusový kľúč S5	1
8	Křížový šroubovák	Krížový skrutkovač	1
9	Otevřený klíč č. 10	Otvorený kľúč č. 10	1
10	Vnitřní šestihranný šroub M8×40	Vnútorný šesťhranný skrutka M8×40	7
11	Křížový vrut ST4.2x16	Krížová vrutka ST4.2x16	22
12	Plochá podložka	Plochá podložka	3
13	Zátka nádržky	Zátka nádržky	1
14	Šroub s křížovou hlavou M3x20	Skrutka s krížovou hlavou M3x20	12
15	Víko nádržky	Veko nádržky	1
16	Sekáč	Sekáč	1
17	Těsnicí kroužek nádržky	Tesniaci krúžok nádržky	1
18	Spodní víko nádržky	Spodné veko nádržky	1
19	Nylonová matice M3	Nylónová matica M3	12
20	Křížový vrut ST4.2*10	Krížová vrutka ST4.2*10	2
21	Snímací hlava	Snímacia hlava	1
22	Upevňovací deska navíječe	Upevňovacia doska navíjača	1
23	Horní objímka	Horná objímka	1
24	Pancéřová hadice	Pancierová hadica	1
25	Kryt	Kryt	1
26	Vnitřní šestihranný plochý šroub M6*10	Vnútorný šesťhranný plochý skrutka M6*10	16
27	Zpětná sestava	Spätná zostava	1
28	Vnitřní šestihranný šroub M6*25	Vnútorný šesťhranný skrutka M6*25	6
29	Plastové ložiskové pouzdro	Plastové ložiskové puzdro	1
30	Montážní sestava navíječe	Montážna zostava navíjača	1
31	Gumové těsnění	Gumové tesnenie	2
32	Gumová podložka	Gumová podložka	1
33	Hřídelová objímka nádržky	Hriadeľová objímka nádržky	1
34	Pevný čep	Pevný čap	1
35	Plochá podložka	Plochá podložka	1
36	Pružná podložka	Pružná podložka	1
37	Vnitřní šestihranný šroub M8×20	Vnútorný šesťhranný skrutka M8×20	1
38	Vnitřní šestihranný válcový šroub M10*55	Vnútorný šesťhranný valcový skrutka M10*55	1
39	Kuličkové ložisko s hlubokou drážkou	Guľôčkové ložisko s hlbokou drážkou	6
40	Malá tkaninová kladka	Malá tkaninová kladka	2

SEZNAM DÍLŮ/ZOZNAM DIELOV

virtufit

#	ČESKY	SLOVENSKY	MN.
41	Nylonová matice M10	Nylónová matica M10	1
42	Nová velká kladka	Nová veľká kladka	1
43	Sestava rámu	Zostava rámu	1
44	Sestava předního kluznice	Zostava predného klznice	1
45	Držadlo	Rukoväť	1
46	Sestava kluznice	Zostava klznice	1
47	Sestava zadní nožní trubky	Zostava zadnej nohovej trubky	1
48	Omezovací kolečko	Obmedzovacie koliesko	2
49	Kryt rukojeti	Kryt rukoväte	2
50	Kabelová zástrčka	Káblová zástrčka	2
51	Sestava elektronického držáku	Zostava elektronického držiaka	1
52	Vnitřní šestihranný válcový šroub M6*70	Vnútorný šesťhranný valcový skrutka M6*70	1
53	Hřídelové pouzdro	Hriadeľové puzdro	2
54	Nylonová matice M6	Nylónová matica M6	1
55	Elektronický měřič	Elektronický merač	1
56	Upevňovací deska elektronického měřiče	Upevňovacia doska elektronického merača	1
57	Šroub s křížovou hlavou	Skrutka s krížovou hlavou	4
58	Nálevka	Nálevka	1
59	Ruční pumpa	Ručná pumpa	1
60	Pedálová osa	Pedálová os	2
61	Levá noha	Ľavá noha	1
62	Suchý zip	Suchý zips	2
63	Pravá noha	Pravá noha	1
64	Dutý nýt	Dutý nit	4
65	Lemování	Lemovanie	2
66	Omezovací podložka	Obmedzovacia podložka	2
67	PVC rukojeti	PVC rukoväte	2
68	Hřídel tkaninové kladky	Hriadeľ tkaninovej kladky	2
69	Gumová podložka 2	Gumová podložka 2	2
70	Nastavitelná zadní nožní objímka	Nastaviteľná zadná nohová objímka	2
71	Distanční svařovaná sestava	Dištančná zváraná zostava	2
72	Plochá podložka D6	Plochá podložka D6	11
73	PVC hnací trubka	PVC hnacie potrubie	4
74	Podložkový váleček	Podložkový valček	4
75	Os s pojistným kroužkem D10	Os s poistným krúžkom D10	8
76	Sedačková os	Sedačková os	2
77	Os s pojistným kroužkem D8	Os s poistným krúžkom D8	2
78	Polštář	Vankúš	1
79	Levá přední nožní objímka	Ľavá predná nohová objímka	1
80	Pravá přední nožní objímka	Pravá predná nohová objímka	1

virtufit

VIRTUFIT
Twekkelerweg 263
7553 LZ Hengelo
The Netherlands
info@virtufit.nl



Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a, 140 00 Praha 4 – Krč
Česká republika
IČ: 052 54 175 DIČ:CZ05254175

Email: info@trinteco.cz
Telefón: +420 725 552 257