

BH FITNESS



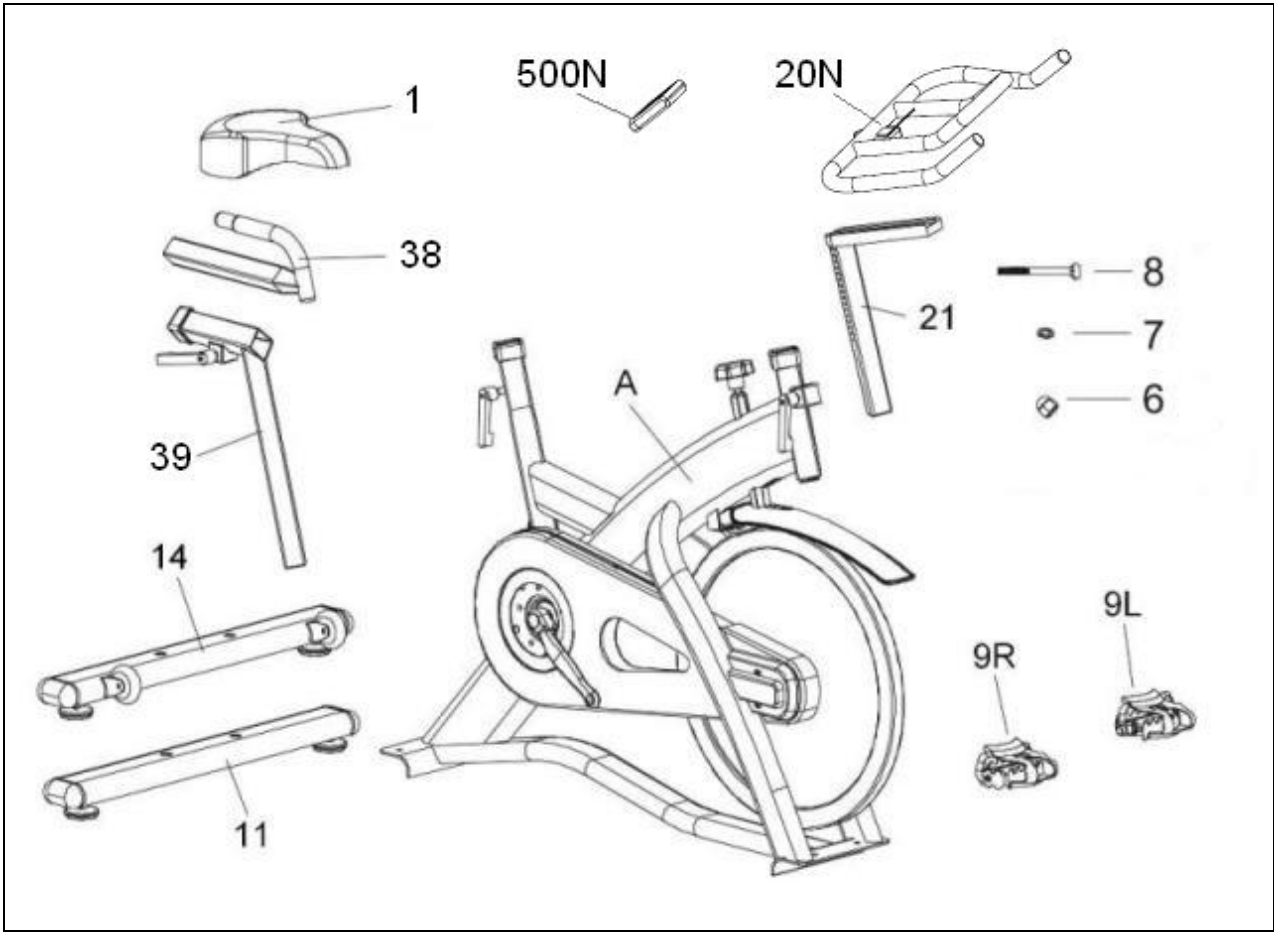
Návod k obsluze



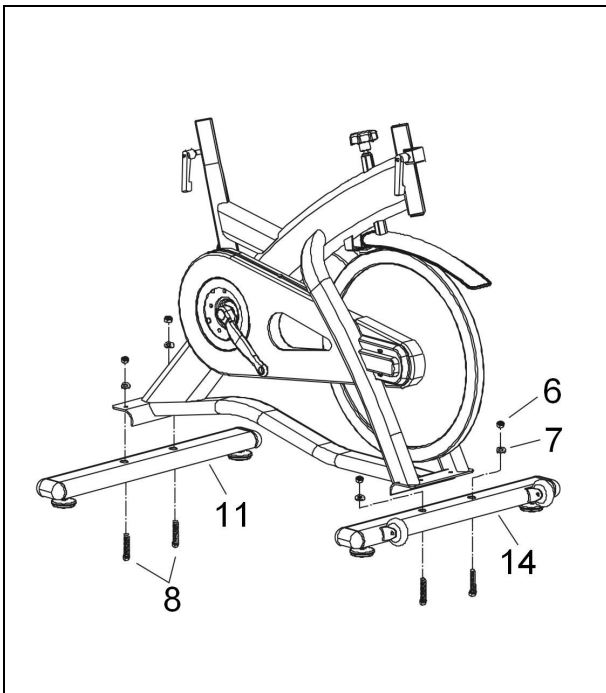
Cyklotrenažér BH Fitness DUKE ELECTRONICO

Návod k obsluze

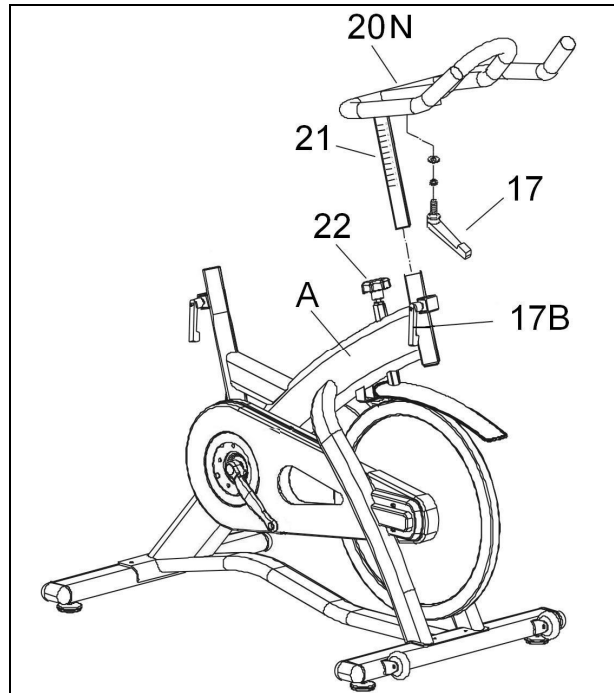
Obr.1



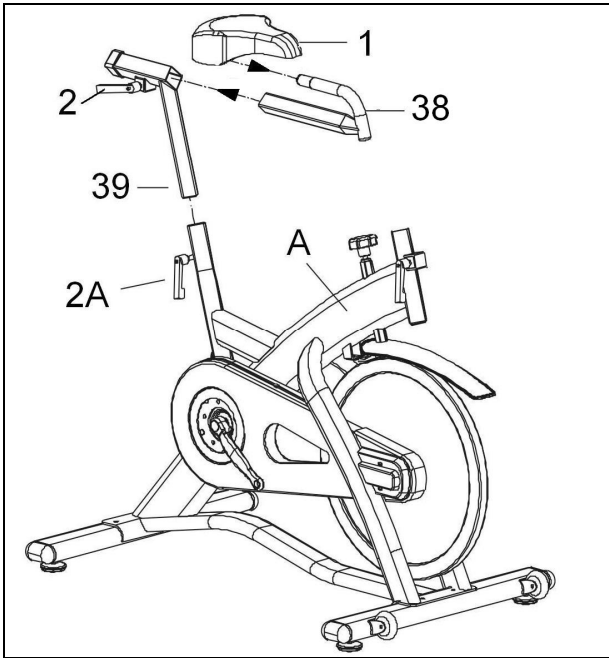
Obr.2



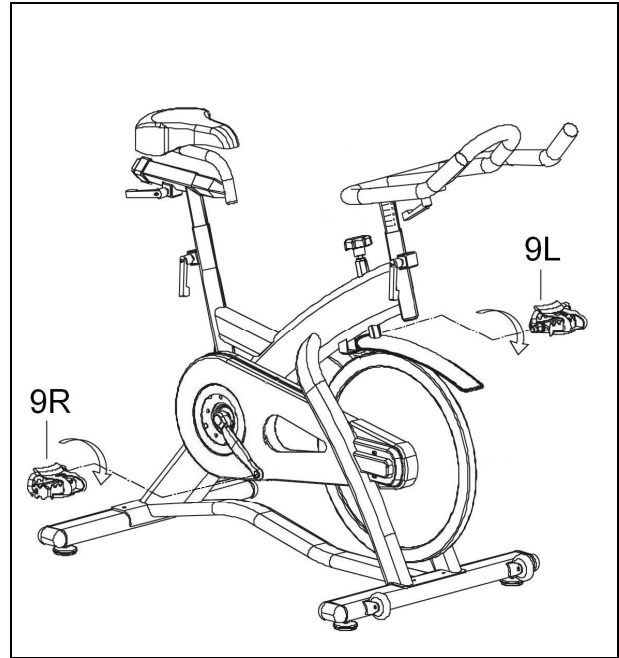
Obr.3



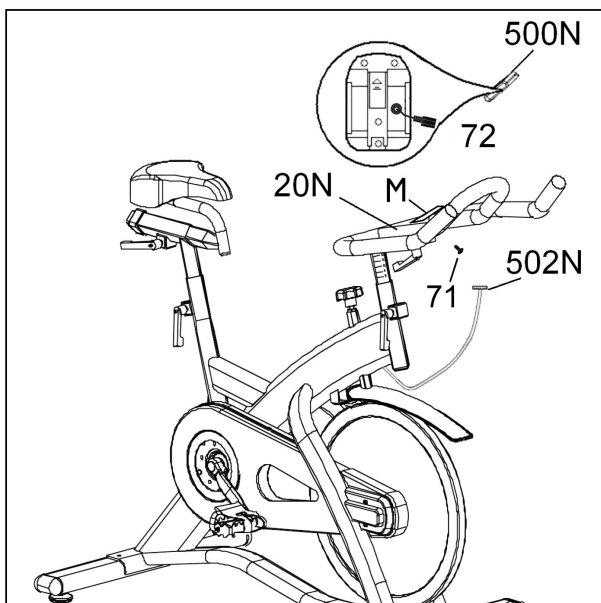
Obr.4



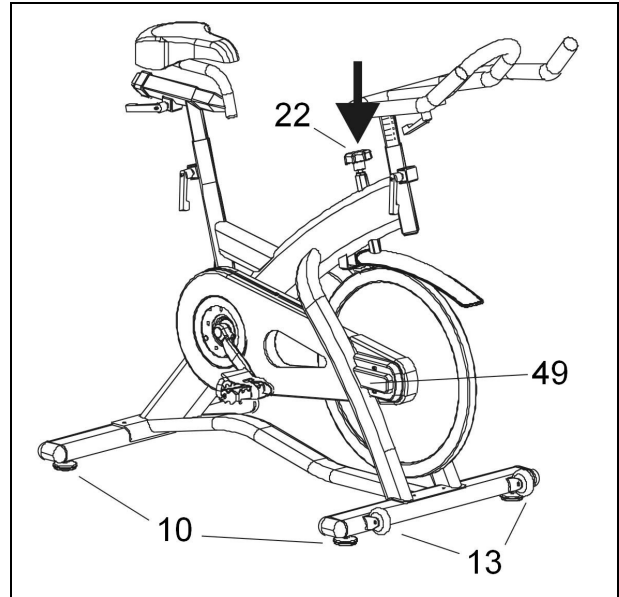
Obr.5



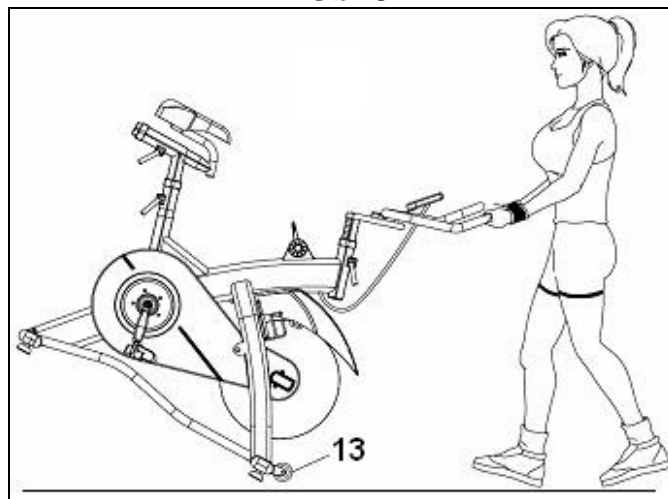
Obr.6



Obr.7



Obr.8



DŮLEŽITÁ BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ

Toto kolo bylo navrženo a vyrobeno tak, aby poskytovalo maximální bezpečí. Při používání stroje musí uživatel přijmout určitá bezpečnostní opatření. Před montáží a použitím kola si pozorně přečtěte celý tento manuál. Poskytne vám nezbytné informace o montáži, bezpečnosti a samotném používání stroje.

Dodržujte také následující bezpečnostní opatření:

1 Nenechávejte děti bez dozoru v místnosti s tímto strojem. Stroj nesmí být nikdy za žádných okolností používán jako hračka.

2 Na stroji může cvičit vždy jen jedna osoba.

3 Pokud se během cvičení na tomto kole objeví závratě, nevolnost, bolest na hrudi nebo jakékoli další příznaky, ZASTAVTE cvičení. OKAMŽITĚ vyhledejte lékařskou pomoc!

4 Stroj používejte na rovné ploše. NEPOUŽÍVEJTE kolo venku nebo v blízkosti vody.

5 Nedotýkejte se rukou pohyblivých částí stroje.

6 Noste oblečení, které je vhodné pro cvičení. Nepoužívejte příliš volné oblečení, mohlo by dojít k jeho zachycení v pohyblivých částech kola. Při cvičení noste vždy vhodné běžecké boty. Ujistěte se, že jsou šňůry správně uvázány.

7 Stroj může být použit pouze k účelům, které jsou popsány v tomto návodu. NEPOUŽÍVEJTE příslušenství, které není doporučeno výrobcem.

8 Nenechávejte ostré předměty v blízkosti stroje.

9 Osoby se zdravotním postižením by měli stroj používat pouze s dozorem kvalifikované osoby nebo lékaře.

10 Před cvičením se zahřejte vhodnými cviky.

11 Necvičte, pokud kolo nefunguje správně.

Upozornění: Před cvičením na kole se poradte se svým lékařem. Tato rada je obzvláště důležitá pro osoby starší 35 let nebo ty, kteří trpí zdravotními problémy.

Návod si uschovejte pro budoucí použití.

VŠEOBECNÉ POKYNY.

1 Přístroj je navržen pro profesionální využívání. Hmotnost osoby, která na stroji cvičí, je max.115kg.

2 Rodiče by měli mít na vědomí všeobecnou zvědavost dětí, která často vede k nebezpečným situacím a chování. Hrozí nehoda. Tento spotřebič nesmí být nikdy využíván jako hračka. Mějte své děti pod dozorem!

3 Majitel stroje odpovídá za to, že všechny osoby, které na něm cvičí, byli informovány o bezpečnostních opatřeních.

1.- INSTRUKCE K MONTÁŽI

K montáži tohoto stroje doporučujeme pomoc druhé osoby.

Vyndejte stroj z krabice a ujistěte se, že žádný díl nechybí - viz. obr.1

(A) Hlavní tělo; (20N) Řídítka; (21) Sloupek; (39) Sedlovka; (38) Horizontální trubka pod sedlo; (1) Sedlo; (11) Zadní stabilizátor s vyrovnávači; (14) Přední stabilizátor s kolečky; (9L) Levý pedál; (9R) Pravý pedál; (8) Šroub M-10; (7) Plochá podložka M-10; (6) Matice M-10; (500N) Monitor.

1. Umístěte zadní stabilizátor na zadní část stroje tak, jak je vidět na obr.2, vložte šrouby (8), podložky (7) a matky (6) a vše pevně utáhněte.

2. Umístěte přední stabilizátor s kolečky (14), na přední část stroje tak, jak radí červené tečky, kolečka směřují dopředu, dle obr. 2, vložte šrouby (8), podložky (7) a matky (6) a vše pevně utáhněte.

2.- MONTÁŽ ŘIDÍTEK

Umístěte řídítka (20N) na hlavní sloupek, viz. obr.3 a utáhněte knoflík (17) poté sloupek (21)vložte do otvoru na hlavním těle stroje (A), obr.3. Správně jej umístěte a srovnejte a vložte knoflík (17B), kterým otáčejte ve směru hodinových ručiček pro utažení.

HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ ŘIDÍTEK

Umístěte řídítka (20N) do vzdálenosti, která vám bude při cvičení pohodlná, pak utáhněte pevně knoflík (17) obr.3.

VERTIKÁLNÍ NASTAVENÍ ŘIDÍTEK

Umístěte řídítka (20N) do vzdálenosti, která vám bude při cvičení vyhovovat a pevně utáhněte knoflík (17B) obr.3.

3.- PŘIPOJENÍ SEDLA

Přípevněte sedlo (1), Obr.4, na horizontální trubku pod sedlo (38), jako na obr.4, Sedlo namontujte na správné místo a pevně ho utáhněte.

Pak protáhněte horizontální trubku (38) otvorem v sedlovce (39), obr.4, správně ji umístěte a utáhněte knoflík (2), obr.4.

Vložte sedlovku (39) na výstupek v hlavní části stroje (A), správně ji umístěte a dotáhněte pomocí nastavovacího knoflíku (2A), obr.4, kterým otáčejte ve směru hodinových ručiček.

NASTAVENÍ VÝŠKY SEDLA

Povolte mírně otočný knoflík pro nastavování sedla (2A) a to otáčením protisměru hodinových ručiček obr.4, posuňte sedlo do polohy, která vám bude pohodlná a utáhněte nastavovací knoflík (2A) otáčením po směru hodinových ručiček.

Držte se v rámci rozmezí 0-19 a nepřekračujte značku "MIN INSERT".

HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ SEDLA

Uvolněte knoflík (2) mírným otočením proti směru hodinových ručiček, obr.4, a posuňte sedlo do polohy, která je vám pohodlná. Poté knoflík (2) opět utáhněte otáčením proti směru hodinových ručiček.

Držte se rozmezí 0-17 a nepřekračujte značku "MIN INSERT".

4.- MONTÁŽ PEDÁLŮ

Montážní pokyny pro pedály musí být dodrženy podle písmene, kterým jsou pedály označeny. Nesprávná montáž by mohla poškodit závit šroubu na pedálu.

Pokyn "Vpravo a vlevo" se vztahují k poloze, kterou uživatel zaujímá, když sedí na sedle a cvičí.

Pravý pedál (9R), který je označen písmenem (R), přišroubujte na pravou kliku, rovněž označenou písmenem (R), a utáhněte ji otáčením ve směru hodinových ručiček - viz. obr.5.

Levý pedál (9L), který je označen písmenem (L), našroubujte na levou kliku, rovněž označenou písmenem (L), a utáhněte ho otáčením protisměru hodinových ručiček, obr.5.

5.- MONTÁŽ MONITORU

Nasuňte monitor (500N) ve směru šipky na desku (M) obr.6 a zajistěte ho šroubem (71).

Propojte kabel (502N), který vyčnívá z hlavního těla stroje (A) s terminálem (72) na zadní části monitoru (500N) obr.6.

6.- DALŠÍ NASTAVENÍ

Pro zajištění rovnoměrné námahy během cvičení je tento stroj vybaven regulací napnutí (22), které je umístěno na hlavním sloupku (A), obr.7. Díky tomu stroj poskytuje různé úrovně námahy.

Chcete-li zvýšit odpor pedálů, otáčejte ovladačem (22) ve směru hodinových ručiček (+) dokud vám nebude úroveň odporu vyhovovat.

Pro snížení odporu pedálů otáčejte ovladačem (22) protisměru hodinových ručiček (-).

Během cvičení, vždy když brzdíte, se setrvačnick zahřívá a tak je vhodné po skončení cvičení nastavit ovládání odporu (22) na minimum, abyste zabránili zatvrzení setrvačnicku.

DŮLEŽITÉ:

Toto ovládání (22) je vybaveno nouzovým brzdovým systémem, který pokud na něj velkou silou zatlačíte (znázorněno šipkou na obr.7) zastaví setrvačnick mnohem ostřeji.

7.- VYROVNÁNÍ

Jakmile je stroj sestaven do své konečné podoby, ujistěte se, že pevně sedí na podlaze a je ve vodorovné poloze. Toho můžete dosáhnout upravením vyrovnávačů (10) jak je znázorněno na obr.7.

8.- POHYB A SKLADOVÁNÍ

Kolo je vybaveno pohyblivými kolečky (13) obr.7, které usnadňují přesun stroje. Stačí lehce nadzvednout zadní část stroje a mírným zatlačením, obr.8, přesunout stroj. Kolo skladujte na suchém místě a nevystavujte ho výkyvům teplot.

9.- ÚDRŽBA

Ze zdravotních důvodů je nutné vyčistit řídítka a sedla po každém použití, a to dezinfekčním sprejem. Odstraňte pot i z rámu kola.

Pokaždé, když stoj čistíte (minimálně 1x za měsíc), aplikujte na setrvačnick antikorozní ochranu.

ÚDRŽBA PO 100 HODINÁCH POUŽÍVÁNÍ

1. UTAŽENÍ PEDÁLŮ

Opět zkontrolujte a pevně utáhněte pedály. Pravý pedál (označen písmenem R) utáhněte po směru hodinových ručiček, a levý (označen písmenem L) protisměru hodinových ručiček.

ÚDRŽBA

-Tenzi pedálů je potřeba zkontrolovat každý týden, a to pomocí šroubu a imbusového klíče 3mm
-Naneste trochu oleje na kontaktní místo klipu od pedálu, abyste se ujistili, že se správně napne.
- Olej na pružiny používejte pravidelně (pokyny jsou přiloženy).

2. KONTROLA NASTAVOVACÍCH KNOFLÍKŮ

Tři knoflíky pro nastavení by se měli uvolnit a promazat lubrikantem, aby se zajistilo, že zůstanou stále funkční.

ÚDRŽBA KAŽDÝCH 200 HODIN POUŽÍVÁNÍ

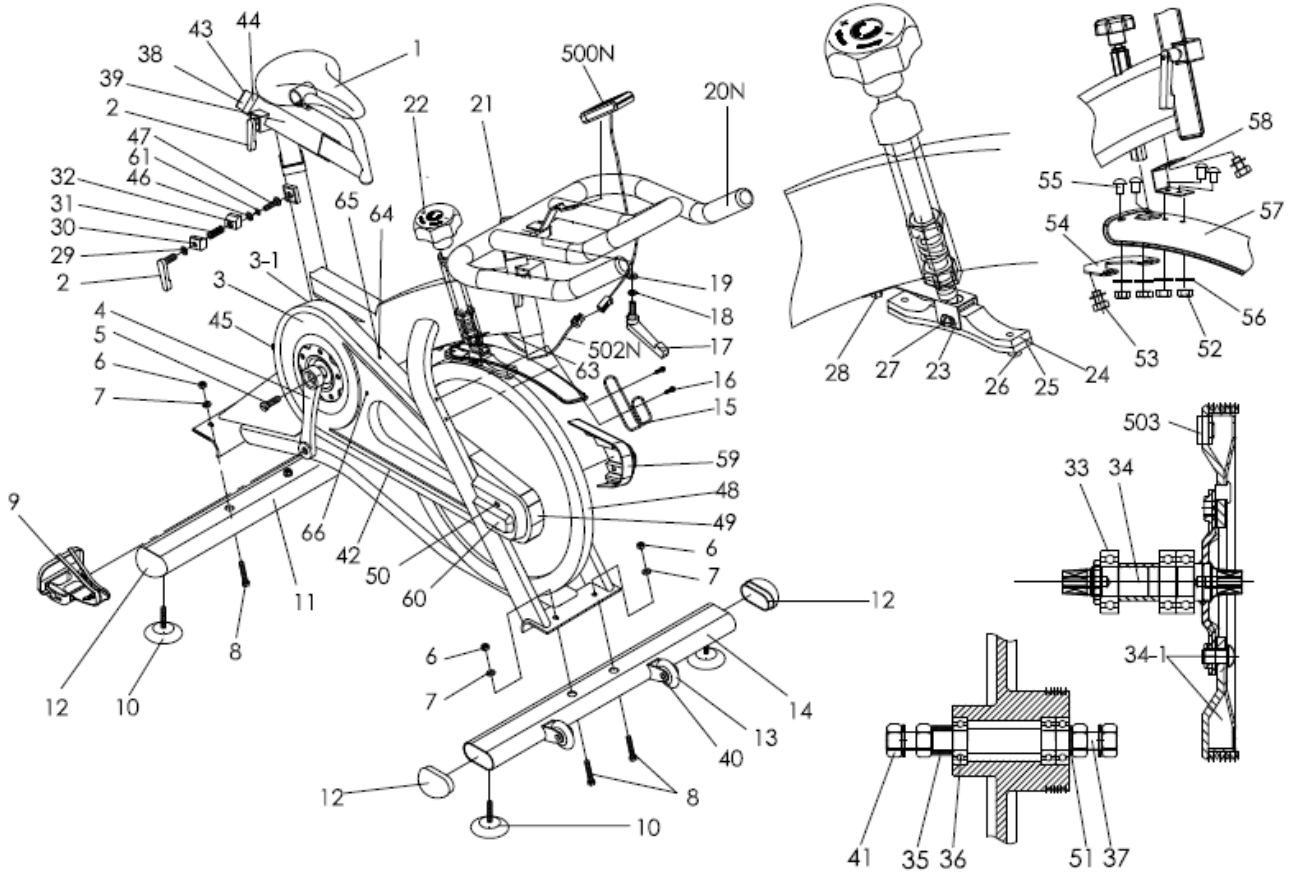
1. KONTROLA A SEŘÍZENÍ

- Zkontrolujte, zda je řemen správně napnutý. Pokud se řemen sklouzne, je nutné jej znovu napnout.
- Odstraňte boční kryty (49) a povolte matice maximálně o dvě otáčky.
- Utáhněte malé matice klíčem. Ujistěte se, že se matice otáčejí stejným počtem otáček na obou stranách stroje (obvykle by měly stačit 2 otáčky), jinak by se setrvačnick mohly zkosit, vytvářet mnohem větší hluk a umožnit i pád pásu.
- Matice znovu utáhněte a postranní kryty (49) nasadte zpět na místo.
- Kdykoli nastavujete napětí, zkontrolujte také brzdy.

BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ SVÝCH PRODUKTŮ, A TO BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

V případě jakýchkoli potíží kontaktujte svého dodavatele, viz. poslední strana návodu.

H920E

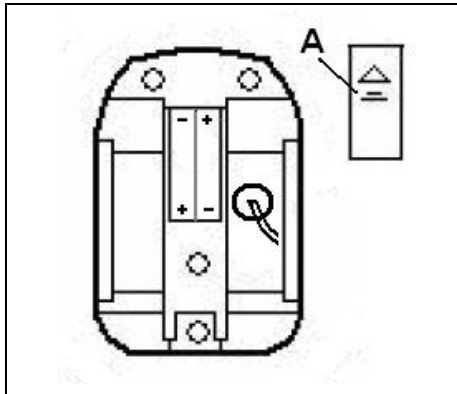


H920E

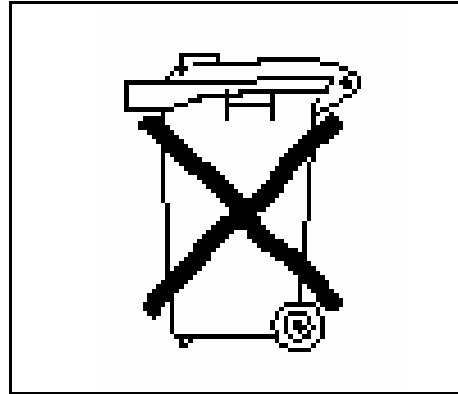


POČÍTAČ

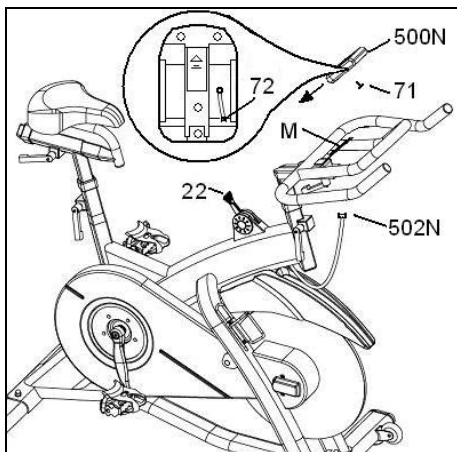
Obr.1



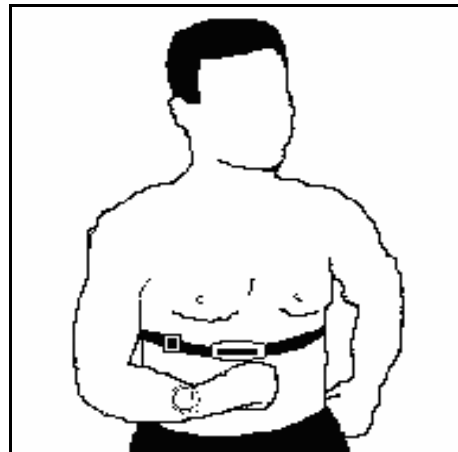
Obr.2



Obr.3



Obr.4



BATERIE

Počítač používá dvě alkalické baterie o 1.5 V. Chcete-li vložit baterie, odstraňte zadní kryt monitoru, obr.1 a opatrně vložte dvě baterie typu "AAA" do přihrádky a ujistěte se, že máte správně jejich polaritu (sledujte značky uvnitř přihrádky «+» a na baterii «+»). Po vložení baterií kryt zase zavřete.

Pokud monitor po zapnutí zobrazuje chyby, nebo nezobrazuje úplně celé segmenty, vyjměte baterie a vyčkejte 15 vteřin. Poté baterie vložte zpět. Slabé či vybité baterie vytvářejí pouze slabý digitální signál a na displeji je zobrazen velice špatný kontrast či dokonce chybné hodnoty.

Je potřeba baterie okamžitě vyměnit.

Pokud na stroji necvičíte, nebo nestisknete jakékoli tlačítko, monitor se po 4 minutách vypne.

Pokud na displeji bliká slovo BATT LOW - okamžitě vyměňte baterie.

Důležité: Elektronické komponenty je potřeba správně recyklovat, tak je vidět na obr. 2.

1.- MONTÁŽ MONITORU

Umístěte monitor (500N) ve směru šipky na desku (M) obr.3 a upevněte ho šrouby (71).

Připojte kabel (502N), který vyčnívá z hlavního těla stroje (A) do terminálu (72) na zadní straně monitoru (500N) obr.3.

2.- NASTAVENÍ ČASU

Když je stroj zastaven a obrazovka monitoru zobrazuje hodiny, podržte pravé tlačítko po dobu 6 vteřin a v nabídce nastavení se zobrazí slovo CLOCK. Pomocí levého tlačítka vyberte 24h nebo 12h - formát pro hodiny a stiskněte pravé tlačítko pro potvrzení.

Číslice začnou blikat a vy pomocí levého tlačítka nastavte aktuální čas - pravým tlačítkem vždy nastavení potvrdíte.

Až budete mít čas nastaven, stiskněte a přidržte levé tlačítko, dokud se nevrátíte zpět na hlavní obrazovku.

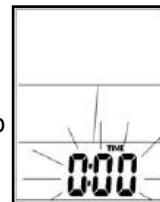


3. NASTAVENÍ

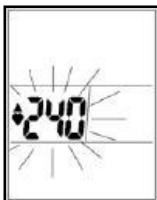
Až bude stroj zastaven, stiskněte levé tlačítko, aby se na displeji nezobrazovaly hodiny. Poté stiskněte pravé tlačítko po dobu 6 vteřin a tím se dostanete do menu pro další nastavení.



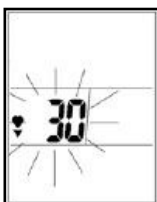
Na displeji se objeví TIME - pokud chcete nastavit čas potvrdte tuto volbu stisknutím pravého tlačítka a pomocí levého tlačítka nastavte čas cvičení.



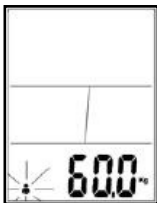
Další obrazovka slouží pro nastavení maximální tepové frekvence. Pro volbu stiskněte pravé tlačítko a levým tlačítkem si nastavte požadovanou hodnotu.



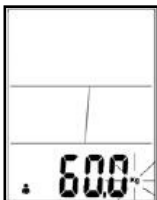
Minimální tepová frekvence se zobrazuje na displeji během cvičení vlevo.



Na obrazovce se objeví silueta muže a ženy. Pravým tlačítkem vyberete možnost nastavení. Pomocí levého tlačítka nastavíte vaše pohlaví a váhu.



Pravým tlačítkem vyberte svou hmotnost a levým tlačítkem ji potvrďte.



Stisknutím a podržením levého tlačítka se vrátíte na hlavní obrazovku.

Na hlavní obrazovce stiskněte pravé tlačítko a vyberte ikonu cvičebního programu. Monitor pípne pro potvrzení. Monitor také pípne, když se vychýlí vaše srdeční frekvence.



4.- MONITOR

Díky tomuto počítači budete mít větší kontrolu nad cvičením, zobrazuje rychlost, otáčky za minutu, uraženou vzdálenost, dobu cvičení, tepovou frekvenci, čas a spálené kalorie.

Obrazovka se automaticky zapne, jakmile začnete cvičit nebo stisknete-li libovolnou klávesu. Pomocí levého tlačítka vyberte požadované informace na monitoru.

Monitor se automaticky vypne, pokud necvičíte déle než 4 minuty a na obrazovce naskočí čas. Stisknutím pravého tlačítka aktivujete podsvícení.

5.- TEPOVÁ FREKVENCE

Pro měření vaší tepové frekvence během cvičení je potřeba nosit hrudní pás (VOLITELNĚ), viz. obr.4.

ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

Problém: Displej se zapne, ale je vidět pouze čas.

Řešení:

a.- Ujistěte se, že je připojen kabel.

Problém: Displej se nerozsvítí a nebo jsou vidět pouze části displeje.

Řešení:

a.- Zkontrolujte, zda jsou baterie správně vloženy.

b.- Zkontrolujte, zda jsou baterie nabité.

c.- Pokud nedojde ke spuštění počítače, vyměňte baterie.

Problém: Některé segmenty nejsou viditelné, nebo se zobrazuje chybová hláška pro konkrétní funkci.

Řešení:

- a.- Vyměňte baterie po dobu 15 vteřin a pak je vraťte zpět.
- b.- Zkontrolujte, zda jsou baterie nabitě. Vyměňte je.
- c.- Pokud výše uvedené kroky nepomohou, je potřeba vyměnit počítač.

Pro restartování načtených údajů je potřeba na počítači dlouze přidršet pravé tlačítko

Počítač nenechávejte na přímém slunci, mohlo by dojít k poškození displeje, který je z tekutých krystalů. Stejně tak ho nevystavujte nárazům a vodě.

Pokud máte dotazy, kontaktujte svého dodavatele - adresa je uvedena na konci tohoto návodu.

BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ SVÝCH PRODUKTŮ, A TO BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

DOVOZCE:

Trinteco spol. s r.o.

Na Strži 2102/61a

140 00 Praha 4 - Krč IČ:

052 54 175

DIČ: CZ05254175

