BHFITNESS



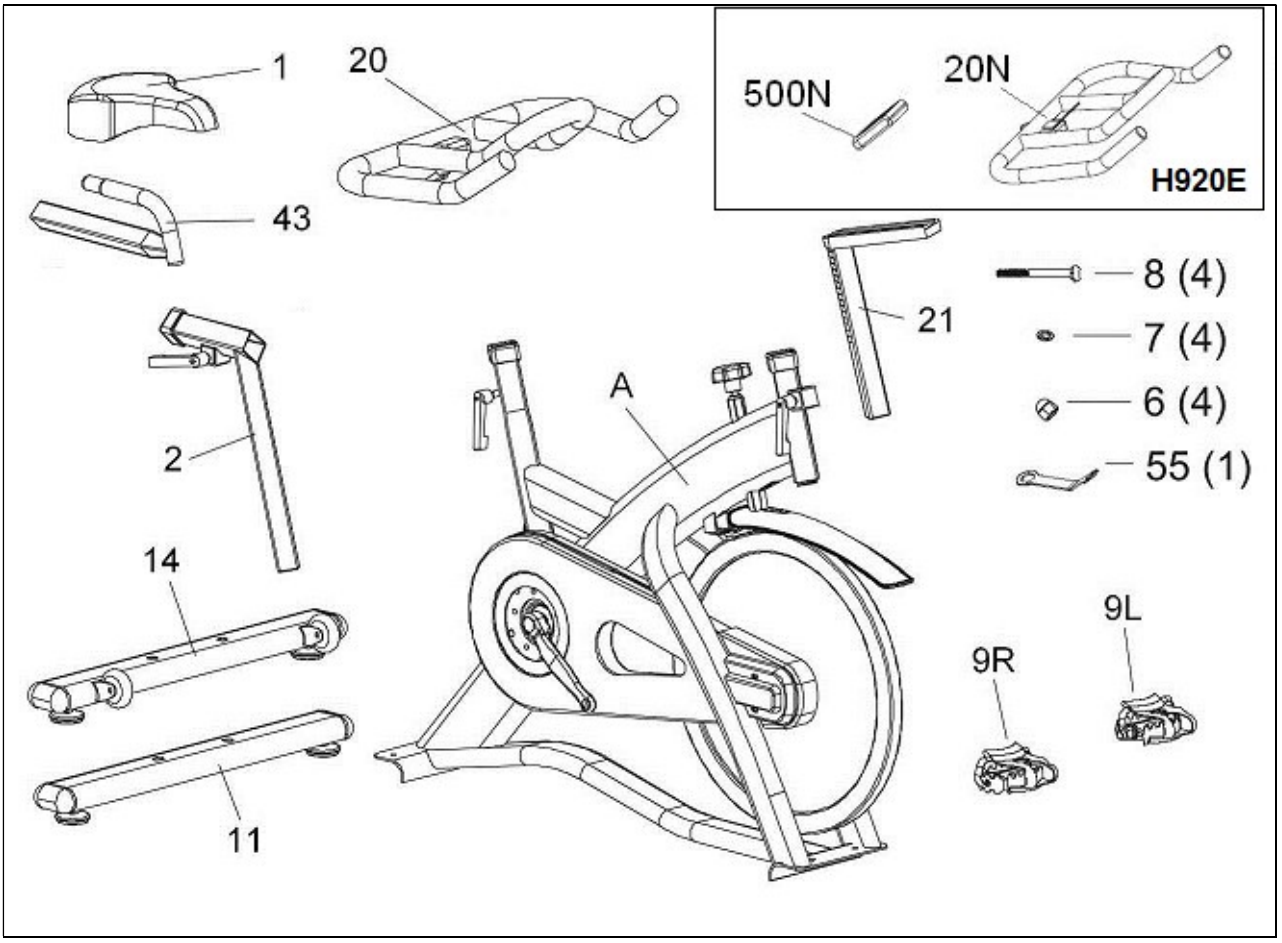

# Návod k obsluze

# H920 / H920E

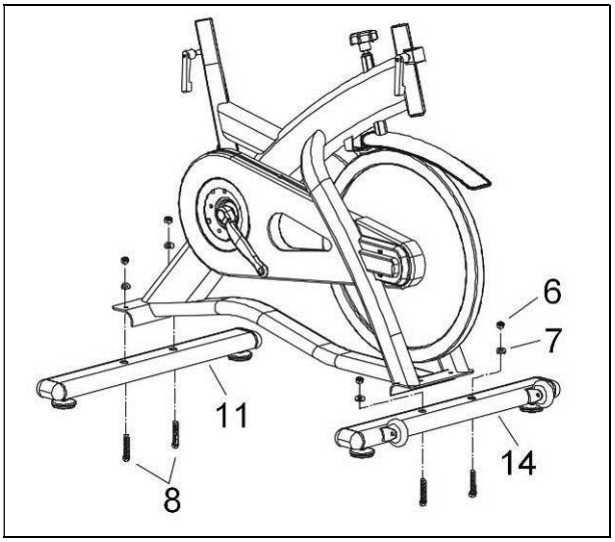



**Návod k obsluze**
**Cyklotrenažér BH FITNESS DUKE**
**CZ**

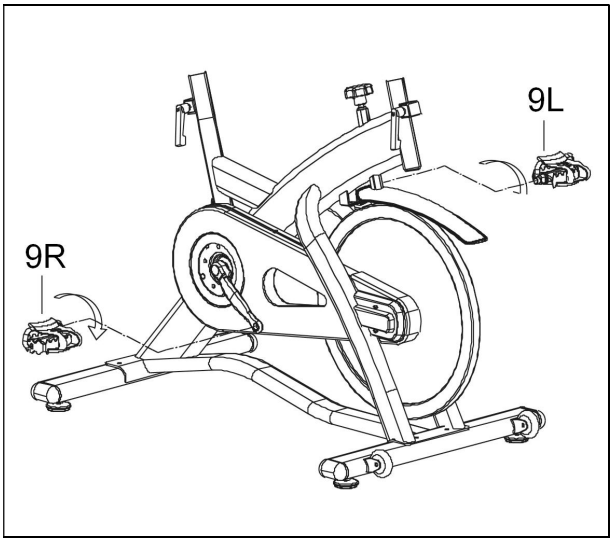
**Obr. 1**



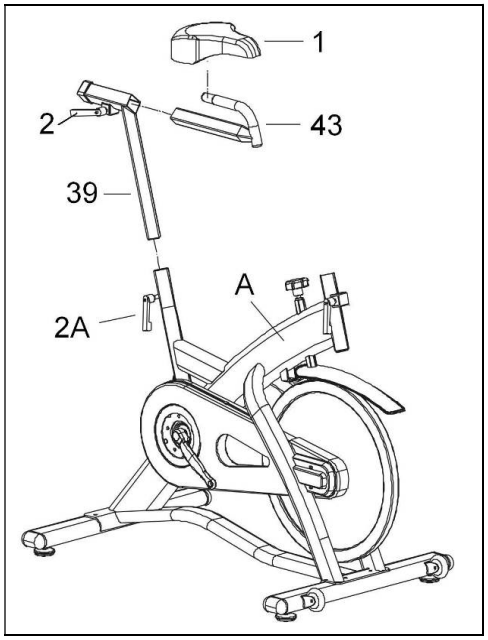

**Obr. 2**



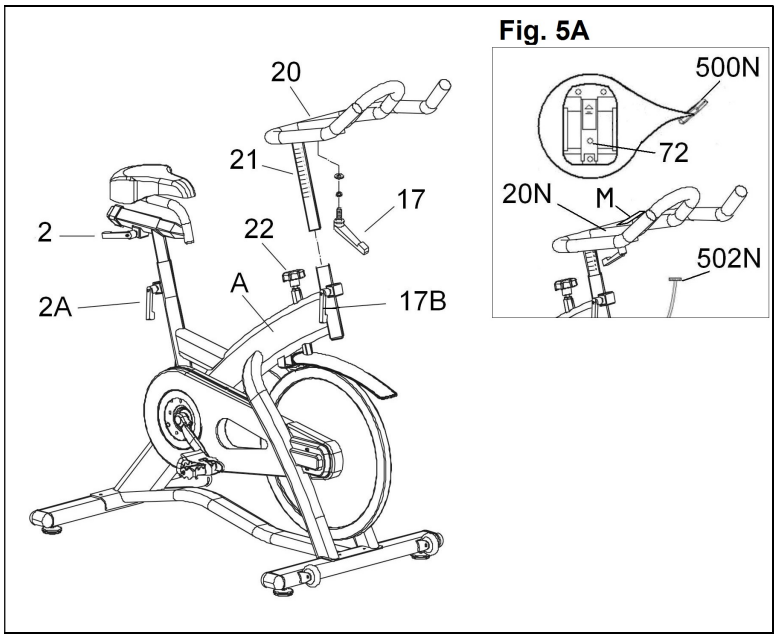

**Obr.3**



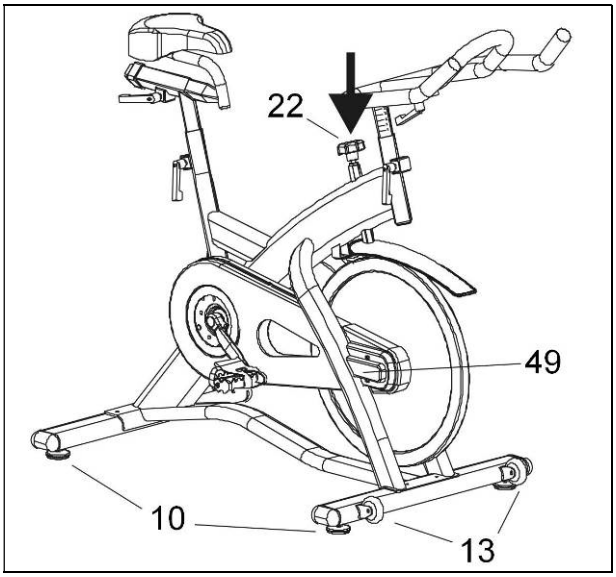
**Obr.4**



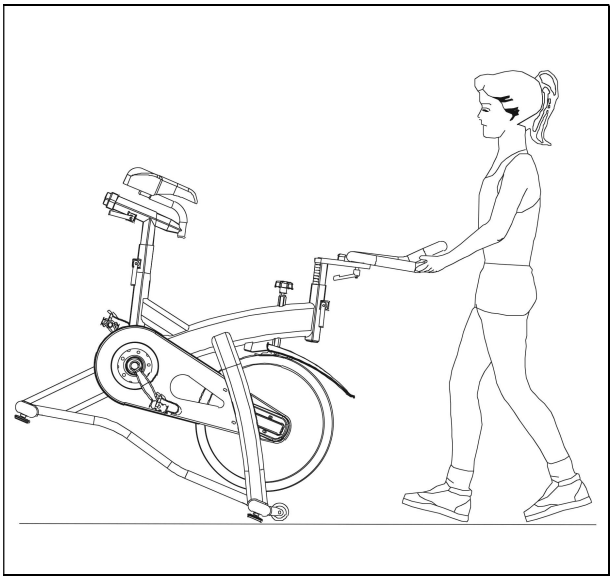

**Obr.5**




**Obr.6**




**Obr.7**



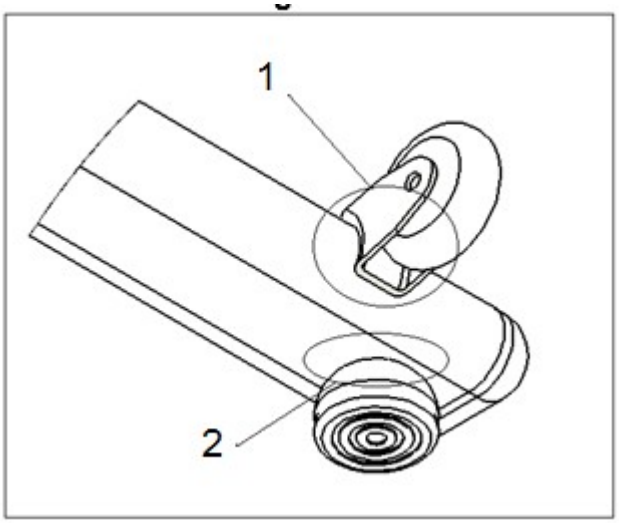
**Obr.8**



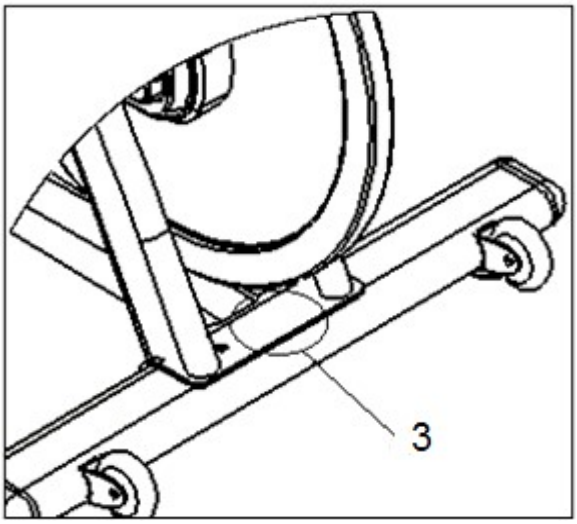
**Obr.9**



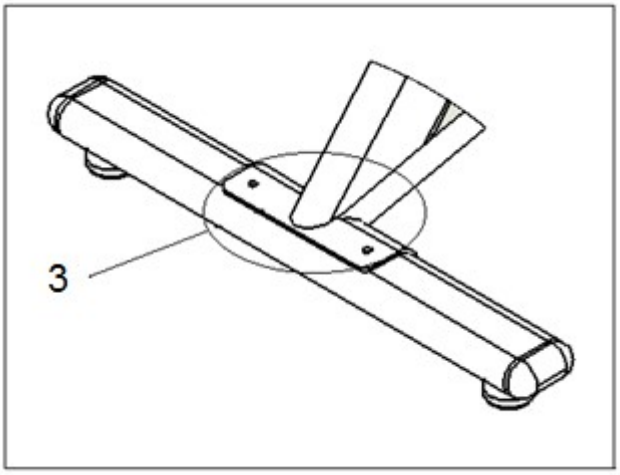
**Obr.10**



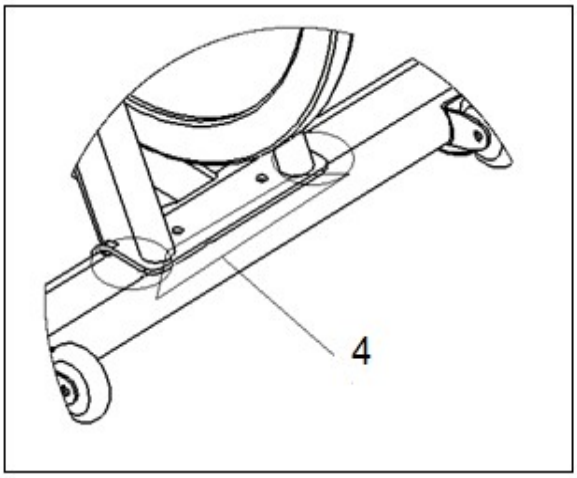

**Obr.11**



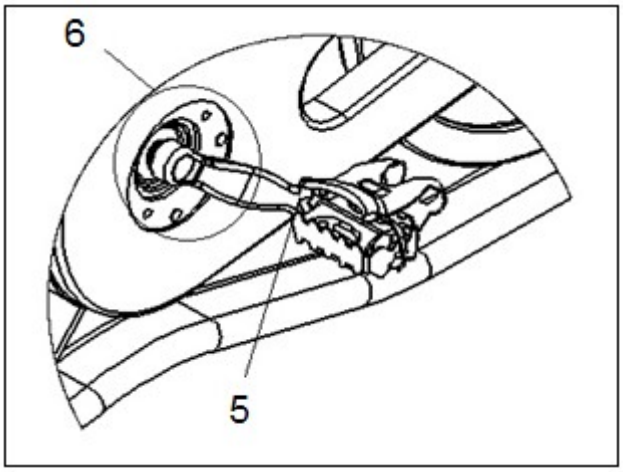

**Obr.12**



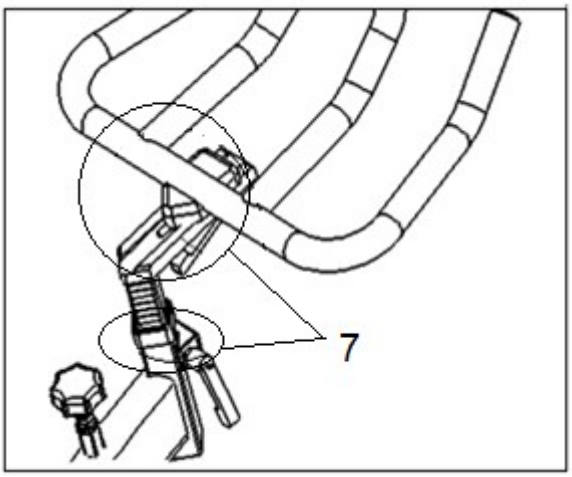

**Obr.13**




**Obr.14**




**Obr.15**



## DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

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 neumisťujte 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.**

**Než začnete cvičit, prostudujte si následující pokyny.**

**VAROVÁNÍ: Při montáži postupujte podle kroků popsaných v této příručce. Nepřeskakujte, nevyměňujte ani neupravujte postupy v této sestavě, protože při nedodržení pokynů zaniká záruka.**

## VŠEOBECNÉ POKYNY

1 Jednotka byla navržena pro profesionální využití. Hmotnost uživatele nesmí překročit 150 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.

## POKYNY K MONTÁŽI

**Při montáži je doporučena pomoc další osoby.**



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

## POTŘEBNÉ NÁŘÁDÍ

| | |
|---|---|
| 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 Multilube Wurth |
| 3 mm imbus. klíč (*) | Meguiar's Nxt soap |
| 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) Hlavní tělo trenažéru; (20) řídítka; (21) představec na řídítka ; (2) sedlový sloupek; (43) horizontální sedlová trubka;(1) sedlo; (11) zadní stabilizátor s vyrovnávači nerovností; (14) přední stabilizátor s kolečky; (9L) levý pedál; (9R) pravý pedál; (8) Šroub s drážkou M-10; (7) podložka M-10; (6) Převlečná matice M-10; (55) oboustranný klíč.
**H920E** (500N) konzola.

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

**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), nasaďte ploché podložky (7) a převlečné matice (6 ) a utáhněte momentovým klíčem momentem.

## 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.

Očistěte pedály čistým hadříkem. Naneste Loctite 242 (není součástí dodávky) na závity pedálu, neaplikujte na první závit, obr. 8. Zatlačte Loctite do závitů, aby vyplnil všechny mezery. Naneste produkt také na závity kliky. Utáhněte momentovým klíčem momentem 46 Nm. Obr. 9.

Pravý pedál (9R) označený písmenem (R) přišroubujte na pravou kliku označenou písmenem (R) ve směru hodinových ručiček.

Levý pedál (9L) označený písmenem (L) přišroubujte na levou kliku označenou také písmenem(L) proti směru hodinových ručiček.

## MONTÁŽ SEDLA

Nasaďte držák sedla (1), obr. 4, na vodorovnou sedlovou trubku (43), jak je znázorněno na obr. 4, nasaďte sedlo a pevně utáhněte matice na držáku. K utažení matic se doporučuje použít dva klíče pro matice M8 (nejsou součástí dodávky).

Dále zasuňte vodorovnou sedlovou trubku (43) 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.

### NASTAVENÍ VÝŠKY SEDLA

Otočením proti směru hodinových ručiček mírně povolte aretační šroub sedla (2A), obr. 5, posuňte sedlo do polohy vhodné pro cvičení a poté aretační šroub pevně utáhněte otočením ve směru hodinových ručiček.
Nepřekročte značku „MIN INSERT“.

### HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ SEDLA

Mírně uvolněte aretační šroub (2) otáčením proti směru hodinových ručiček, obr. 5, posuňte sedlo do polohy vhodné pro cvičení a poté aretační šroub (2) pevně utáhněte otočením ve směru hodinových ručiček.
Nepřekročte značku „MIN INSERT“.

## MONTÁŽ ŘÍDÍTEK

Umístěte řídítka (20) na představce (21), obr. 5, utáhněte aretační šroub (17) a poté zasuňte představce (21) do otvoru na hlavním těle (A), obr. 5. Umístěte jej správně a poté utáhněte aretační šroub (17B) otáčením ve směru hodinových ručiček.

### HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ ŘÍDÍTEK

Umístěte řídítka (20) do pohodlné vzdálenosti pro cvičení a pevně utáhněte aretační šroub (17), obr. 5.

### VERTIKÁLNÍ NASTAVENÍ ŘÍDÍTEK

Umístěte řídítka (20) do pohodlné vzdálenosti pro cvičení a bezpečně utáhněte aretační šroub (17B), obr. 5.

Nepřekročte značku „MIN INSERT“.

## MONTÁŽ MONITORU H920E

Umístěte monitor (500 N) ve směru šipky a posuňte jej na přídržnou desku (M) obr. 5A a zajistěte jej šroubem (71).

Připojte svorku (502N) kabelu vyčnívajícího z hlavního těla (A) do svorky (72) zadní části monitoru (500N) obr. 5A.

## NASTAVENÍ VÝKONU

Pro zajištění rovnoměrné námahy během cvičení je trenažér vybaven ovládacím prvkem napínání (22) umístěným na dříku 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 (-).

Během cvičení se setrvačník v důsledku brzdného účinku zahřeje, takže když skončíte s cvičením, je vhodné nastavit ovládací prvek napínání (22) na minimum, abyste zabránili zatvrdnutí brzdové čelisti.

**Důležité:**
Tato regulace napínání (22) je vybavena systémem nouzového brzdění, který při působení síly (jak je znázorněno šipkou na obr. 6) vytváří mnohem ostřejší brzdný 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 kolečky(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 řídítka musí být pro uživatele správně nastaveny.
2. - BH inhibitor rzi (110) musí být aplikován na kontaktní plochy uvedené na obrázcích 10-15.
Aplikační místa pro BH inhibitor rzi (110):

1. Plášť nastavitelných nohou předního a zadního stojanu. Obr. 10.
2. Plochy konzol transportních koleček, obr. 10.
3. Přední a zadní plochy držáku stojanu. Obr. 11 a 12.
4. Oblast, kde jsou stojany upnuty k rámu. Obr. 13.
5. Spoj mezi pedálem a klikou. Obr. 14.
6. Spoj mezi klikou a středovým rámem. Obr. 14.
7. Chromované povrchy sloupků řídítek a vodorovné plochy, kde je sloupek řídítek 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, ponechejte 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 vyleštěte.
**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 trenažér 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 trenažéru, 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 seřiďte pás.<br>Pokud pás proklouzne, bude nutné jej utáhnout:<br>- Sejměte boční kryty (49) a povolte matice maximálně o dvě otáčky, obr. 6.<br>- Utáhněte malé matice klíčem. Ujistěte se, že se matice otáčí stejným počtem otáček na obou stranách trenažéru (obv. budou stačit 2 otáčky).<br>- Matice opět utáhněte a nasaďte boční kryty (49) zpět.<br>- Jakmile nastavíte napětí, seřiďte 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.<br>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 15 by měly být chráněny BH inhibitorem rzi. |
| 3. Naneste BH chránič vnitřních kol na vyčištěnou oblast čistým suchým hadříkem. Po aplikaci otřete do sucha. |

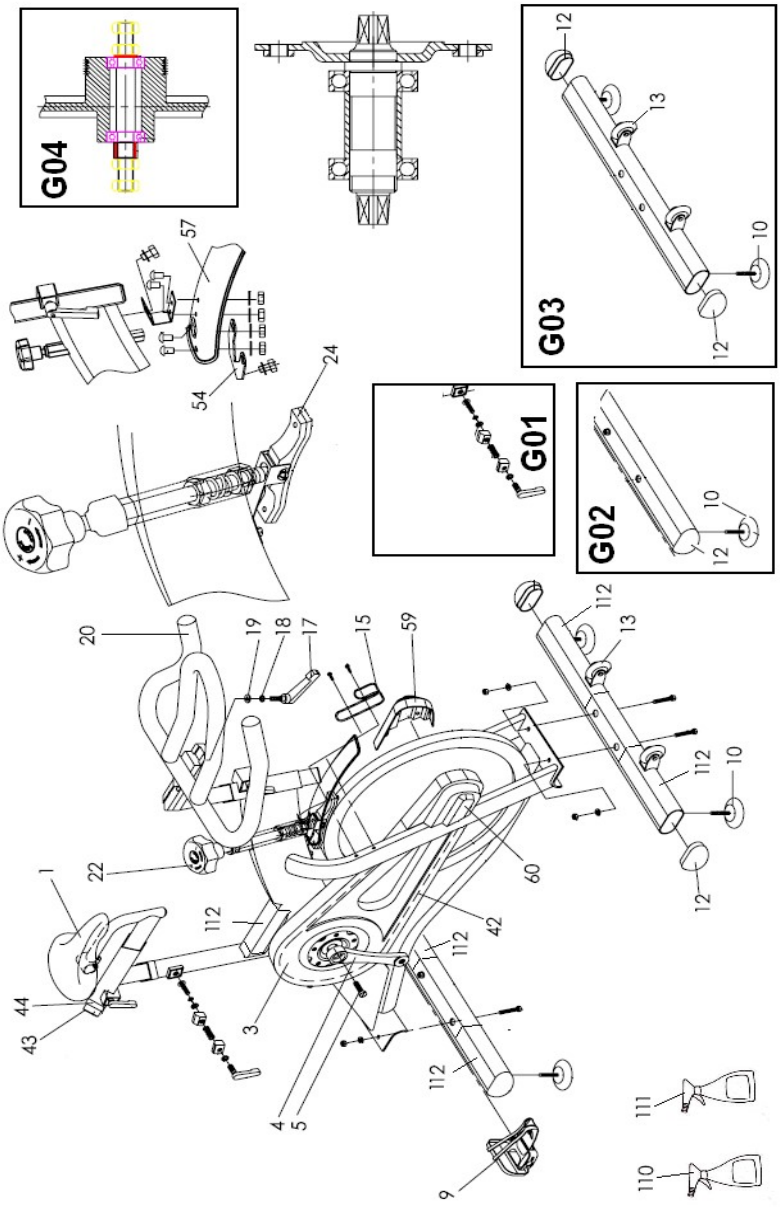
**VAROVÁNÍ: Nedodržení pokynů při čištění a údržbě může mít za následek zkrácení životnosti trenažéru a vážné zranění uživatele. Nedodržení těchto pokynů vede ke ztrátě záruky.**

**ZÁRUKA SE NEVZTAHUJE NA:**
Nesprávnou údržbu.
Nesprávnou montáž kupujícím.
Nedodržení montážních pokynů uvedených v přiložené příručce.
Poškození způsobené zarážkami bot. Protahovací cvičení by měla být prováděna na vhodném místě a nikdy ne na trenažéru.

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

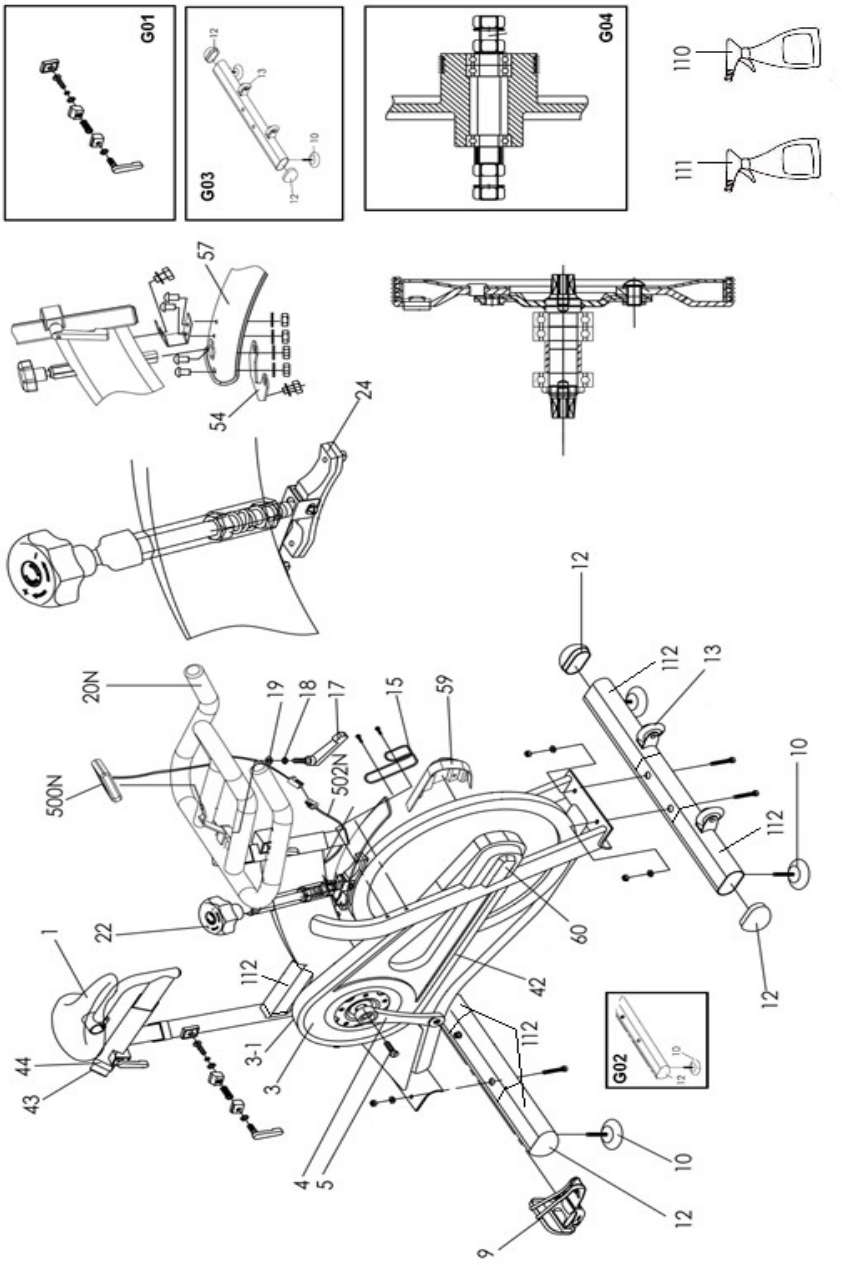
**BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.**

# H920




| NO | English Description | Descripción Español | Code |
|---|---|---|---|
| 1 | Saddle | Sillín | H920001 |
| 3 | outer chain guard | Tapa cadena | H920003 |
| 3-1 | inner chain guard | Tapa cadena interior | H920003-1 |
| 4 | crank set | Set biela | H920004 |
| 5 | crank bolt | Tornillo biela | H920005 |
| 9 | Pedal set Wellgo 9/16" | Set pedal Wellgo Spinn. 9/16" | 0190714 |
| 9-1 | Quick release set Wellgo | Set Enganche rapido QBS Wellgo | 0190715 |
| 10 | adjuster level cushion | Patas ajustables | H920010 |
| 12 | foot end cap | Tapón caballete | H920012 |

# H920E



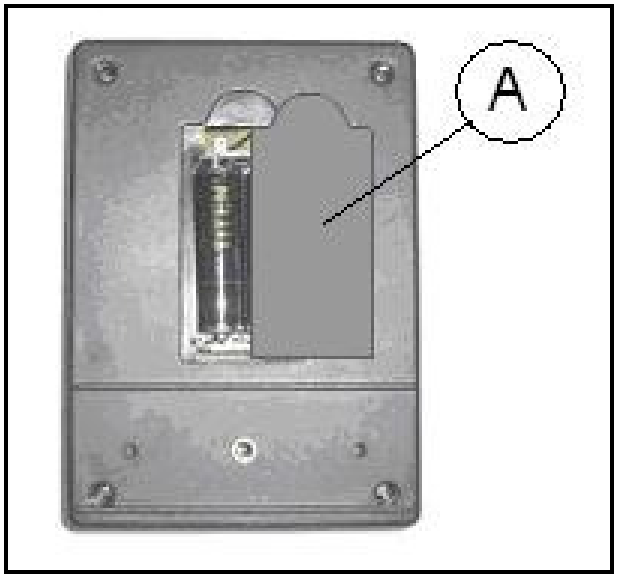

| NO | English Description | Descripción Español | Code |
|---|---|---|---|
| 1 | Saddle | Sillín | H920E001 |
| 3 | outer chain guard | Tapa cadena | H920E003 |
| 3-1 | inner chain guard | Tapa cadena interior | H920E003-1 |
| 4 | crank set | Set biela | H920E004 |
| 5 | crank bolt | Tornillo biela | H920E005 |
| 9 | Pedal set Wellgo 9/16" | Set pedal Wellgo Spinn. 9/16" | 0190714 |
| 9-1 | Quick release set Wellgo | Set Enganche rapido QBS Wellgo | 0190715 |
| 10 | adjuster level cushion | Patas ajustables | H920E010 |
| 11 | rear foot tube (complete) | Caballete trasero | H920E011 |

# H-920

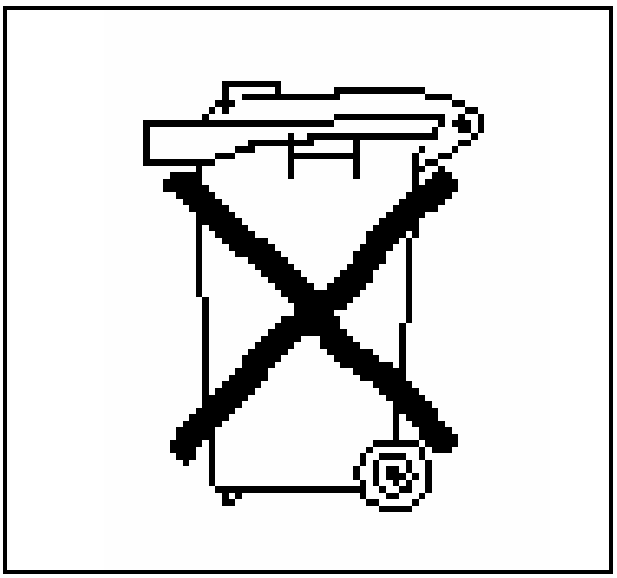



## MONITOR

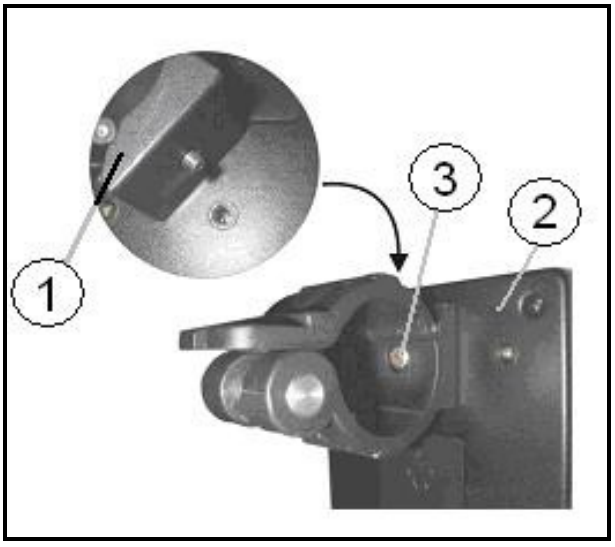
**Obr. 1**



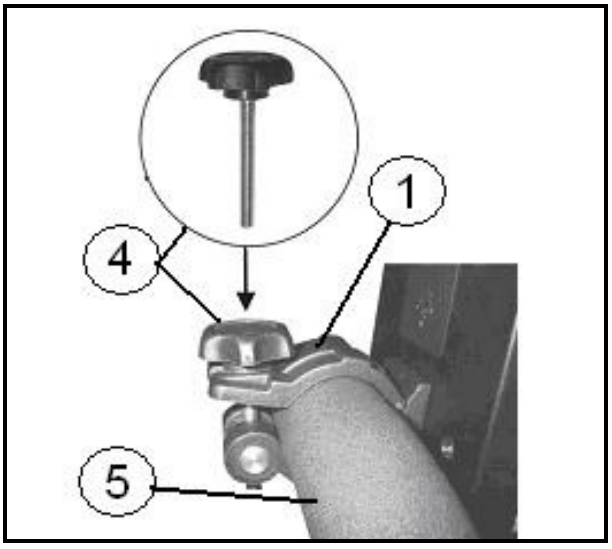

**Obr. 2**



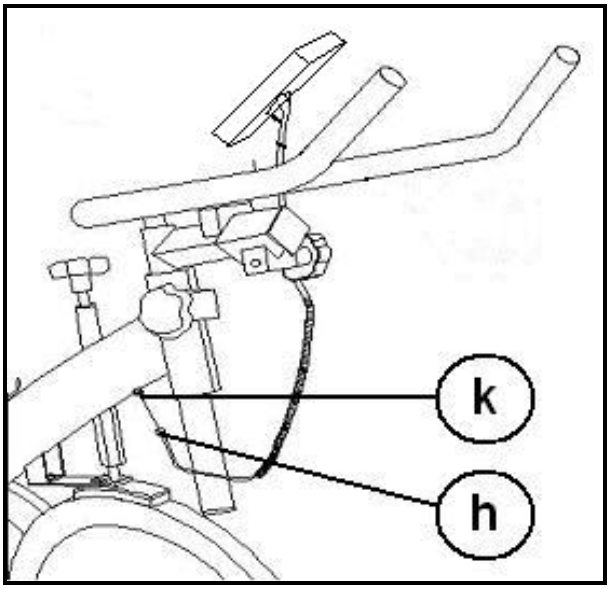
**Obr. 3**




**Obr. 4**




**Obr. 5**



## VLOŽENÍ BATERIÍ

Tento monitor funguje na dvě 1,5 V ALKALICKÉ BATERIE. Chcete-li baterie vložit, sejměte zadní kryt monitoru, obr. 1, a opatrně vložte dvě baterie typu „R-6“ do prostoru pro baterie a ujistěte se, že je polarita baterie správná (odpovídající pólu baterie „+“ s značka «+» uvnitř prostoru pro baterie a svorka «-» se značkou «-»). Zavřete kryt.

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

Slabé vybité baterie způsobují špatný kontrast zobrazení na digitálním displeji a chybné hodnoty. Okamžitě je vyměňte.

Pokud jednotka zůstane nehybná po dobu 5 minut, monitor se automaticky vypne.

Pokud na displeji bliká nápis BATT LOW, okamžitě vyměňte baterie za nové.

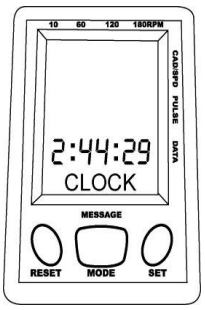
**Důležité.** Vyřazené baterie musí být vyhozeny do speciálních kontejnerů, obr. 2.

## 1. MONTÁŽ MONITORU

Vezměte monitor (2) a držák (1), jak je znázorněno na obr. 3, a přišroubujte je dohromady pomocí šroubu (3). Umístěte držák (1) na řídítka, nasaďte aretační šroub (4), jak je znázorněno na obr. 4, a utáhněte jej.

Zasuňte svorku (h) prostředního kabelu do svorky (k) pro monitor, obr. 5.

## 2. NASTAVENÍ ČASU




Když jsou baterie vloženy do prostoru pro baterie na monitoru (A), obr.1, na displeji se zobrazí zpráva CLOCK.

Stiskněte a podržte klávesu SET několik sekund dokud se neobjeví zpráva SET CLOCK,





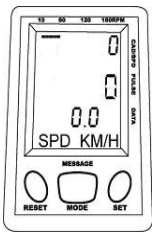


tlačítky ▼ ▲ zvolte 24 nebo12hodinový formát a potvrďte stiskem klávesy MODE. Dále budou blikat číslice hodin, pomocí tlačítek ▼ ▲ zvolte hodiny a potvrďte stisknutím tlačítka MODE.
Dále budou blikat číslice minut, pomocí tlačítek ▼ ▲ zvolte minuty a potvrďte stiskem klávesy MODE. Poté začnou blikat sekundy, pomocí kláves ▼ ▲ zvolte sekundy a potvrďte stisknutím tlačítka MODE.



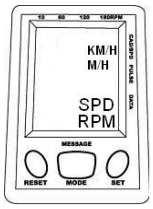

Stisknutím a podržením tlačítka MODE na několik sekund přejdete na další obrazovku.

## 3.- ZMĚNA KM NA MÍLE




Stiskněte klávesu MODE a zvolte vedlejší obrazovku, zobrazí se zpráva SPD (rychlost) KM / H nebo MAX SPD. stiskněte a podržte tlačítko SET

po dobu několika sekund, dokud se neobjeví sousední obrazovka. Když bliká km/h, stisknutím tlačítka vyberte km/h nebo mph. Stiskněte tlačítko MODE a začne




blikat SPD, tlačítky ▼▲ nastavte SPD or RPM (otáčky za minutu ), počkejte několik sekund a přejdete zpět na hlavní obrazovku.

# 4. 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, jakmile začnete cvičit, a zobrazuje otáčky (otáčky za minutu) a rychlost. Pomocí tlačítka MODE vyberte jednu z informačních zpráv na monitoru.

TIME - Čas cvičení
MAX SPD - Maximální rychlost
AVG SPD - Průměrná rychlost
TRIP KM - Ujetá vzdálenost
CADENCE - Rychlost šlapání

MAX CAD - Maximálné kadence
AVG CAD - Průměrná kadence
MAX ♥ - Max. tepová frekvence

AVG ♥ - Prům. tepová frekvence

KCAL - Spálené kilokalorie
SCAN - Zobrazení zprávy jedné po druhé

Monitor se automaticky vypne, pokud je jednotka nečinná déle než 5 minut.

## 1. FUNKCE ČASU

Chcete-li zvolit funkci ČASU, stiskněte opakovaně klávesu MODE, dokud se nezobrazí soused. obrazovka.




Stiskněte tlačítko SET a Zobrazí se NASTAVENÝ ČAS, tlačítky ▼▲ zvolte požadovaný čas cvičení, počkejte několik sekund a na obrazovce se zobrazí zpráva TM DOWN (odpočítávání času).
Začněte cvičit a čas se bude odpočítávat, dokud nedosáhne nuly. V tomto okamžiku se čas začne počítat nahoru a zobrazí zprávu TIME. Tato funkce se počítá v krocích po jedné sekundě, maximálně 9,59: 59 sekund. Stisknutím tlačítka RESET na více než dvě sekundy se resetují všechny hodnoty.

## 2. FUNKCE MAXIMÁLNÍ RYCHLOSTI

Pro výběr funkce MAX SPD (maximální rychlost) stiskněte tlačítko MODE, dokud se nezobrazí sousední obrazovka. Stiskněte tlačítko SET a objeví se MAX SPD a můžete zahájit cvičení.




Stisknutím tlačítka RESET na více než dvě sekundy se resetují všechny hodnoty.

## 3. PRŮM. RYCHLOST

Chcete-li vybrat funkci AVG SPD (průměrná rychlost), stiskněte opakovaně klávesu MODE, dokud se nezobrazí sousední obrazovka. Začněte cvičit.



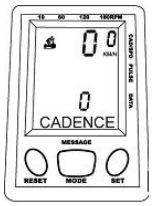

Stisknutím tlačítka RESET na více než dvě sekundy se resetují všechny hodnoty.

## 4. FUNKCE "TRIP"




Chcete-li vybrat TRIP funkci (vzdálenost) stiskněte tlačítko MODE, dokud se nezobrazí sousední obrazovka. Začněte cvičit. Tato funkce se počítá v krocích 0,01 km/ml, maximálně 999,99 km / ml.
Stisknutím tlačítka RESET na více než dvě sekundy se resetují všechny hodnoty.

## 5. FUNKCE KADENCE

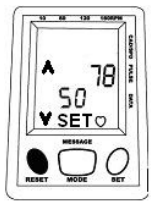



Chcete-li vybrat funkci kadence stiskněte tlačítko MODE, dokud se nezobrazí sousední obrazovka. Začněte cvičit.

Pro zobrazení maximální a průměrné kadence stiskněte klávesu MODE.
Stisknutím tlačítka RESET na více než dvě sekundy se resetují všechny hodnoty.

## 6. TEPOVÁ FUNKCE

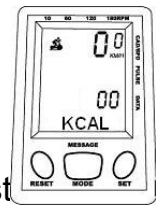
Pro měření tepové frekvence během cvičení budete potřebovat hrudní pás (není součástí balení).




Chcete-li zvolit funkci PULSE, stiskněte klávesu MODE, dokud se nezobrazí sousední obrazovka. Stiskněte a podržte tlačítko SET na několik sekund a během cvičení začnou blikat hodnoty maximální tepové frekvence. Tlačítky▼▲ zvolte max. frekvenci a potvrďte ji stisknutím MODE. Nyní začnou blikat hodnoty pro minimální tepovou frekvenci , tlačítky ▼▲ zvolte min. hodnoty, počkejte několik sekund a vrátíte se zpět na hlavní obrazovku.
Začněte cvičit. Pokud překročíte stanovenou maximální tepovou frekvenci, budou tato čísla blikat, pokud nedosáhnete stanovené minimální hodnoty, bude blikat minimální hodnota.

## 7. FUNKCE KALORIÍ

Chcete-li zvolit funkci KCAL, stiskněte opakovaně klávesu MODE, dokud se nezobrazí sousední obrazovka.



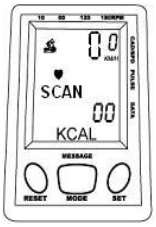

Stiskněte a podržte tlačítko SET na několik sekund a začnou blikat čísla pro nastavení vaší hmotnosti Tlačítky ▼▲ zvolte hmotnost a stiskněte MODE pro potvrzení. Poté stejným způsobem zadáte pohlaví. Pokud stisknete klávesu MODE, můžete přejít z kilogramů na libry, pokud nechcete změnit jednotky, počkejte několik sekund a vrátíte se zpět na hlavní obrazovku. Tato funkce se počítá postupně po jedné kalorii, maximálně 999,9 kalorií.
Stisknutím tlačítka RESET na více než dvě sekundy se resetují všechny hodnoty, kromě těch, které se týkají osobních údajů.

## 8. FUNKCE SKENOVÁNÍ

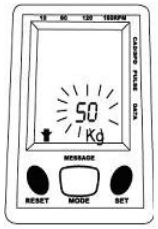
V režimu SKENOVÁNÍ počítač během cvičení nepřetržitě skenuje a zobrazuje všechny funkce každých 6 sekund. Řádek zprávy zobrazený v režimu SKENOVÁNÍ:

CLOCK - hodiny
TIME - čas cvičení
MAX SPD - maximální rychlost
AVG SPD - průměrná rychlost
TRIP KM - ujetá vzdálenost
CADENCE - rychlost šlapání

MAX CAD - Maximální kadence
AVG CAD - Průměrná kadence.
MAX ♥ - Maximální tep. frekvence
AVG ♥ - Průměrná tep. frekvence
KCAL - Spálené kilokalorie
Zobrazovaná funkce bude uprostřed řádku.
Výběr funkce SKENOVÁNÍ a vašich osobních údajů:




Stiskněte klávesu MODE a vyberte sousední obrazovku. Zobrazí se zpráva KCAL, stiskněte klávesu MODE a objeví se SCAN, použijte klávesy ▼ ▲ vyberte váhu v kg nebo librách, potvrďte stisknutím tlačítka MODE a použijte tlačítka▼▲ a zvolte mužský/ženský profil, počkejte několik sekund, než se vrátíte na hlavní obrazovku. Začněte cvičit.




Stisknutím tlačítka RESET na více než dvě sekundy se resetují všechny hodnoty, kromě těch, které se týkají osobních údajů.

# PRŮVODCE ŘEŠENÍM PROBLÉMŮ

**Problém:** Displej se rozsvítí, ale funguje pouze funkce Čas.

**Řešení:**
a.- Zkontrolujte, zda je připojen připojovací kabel.

**Problém:** Displej se nerozsvítí nebo jsou zobrazené segmenty velmi slabé.

**Řešení:**
a.- Zkontrolujte, zda jsou baterie správně vloženy.
b. - Zkontrolujte, zda jsou baterie nebité.
c. - Pokud jsou vybité, vyměňte je za nové.

**Problém:** Na displeji se zobrazí „Batt Low“.

**Řešení:**
a. - Okamžitě vyměňte baterie.

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

**Řešení:**
a. - Vyjměte baterie na 15 sekund a poté je znovu správně vložte.
b. - Zkontrolujte nabití baterií. Pokud jsou vybité, vyměňte je za nové.
c. - Pokud výše uvedené kroky nepomohou, vyměňte monitor.

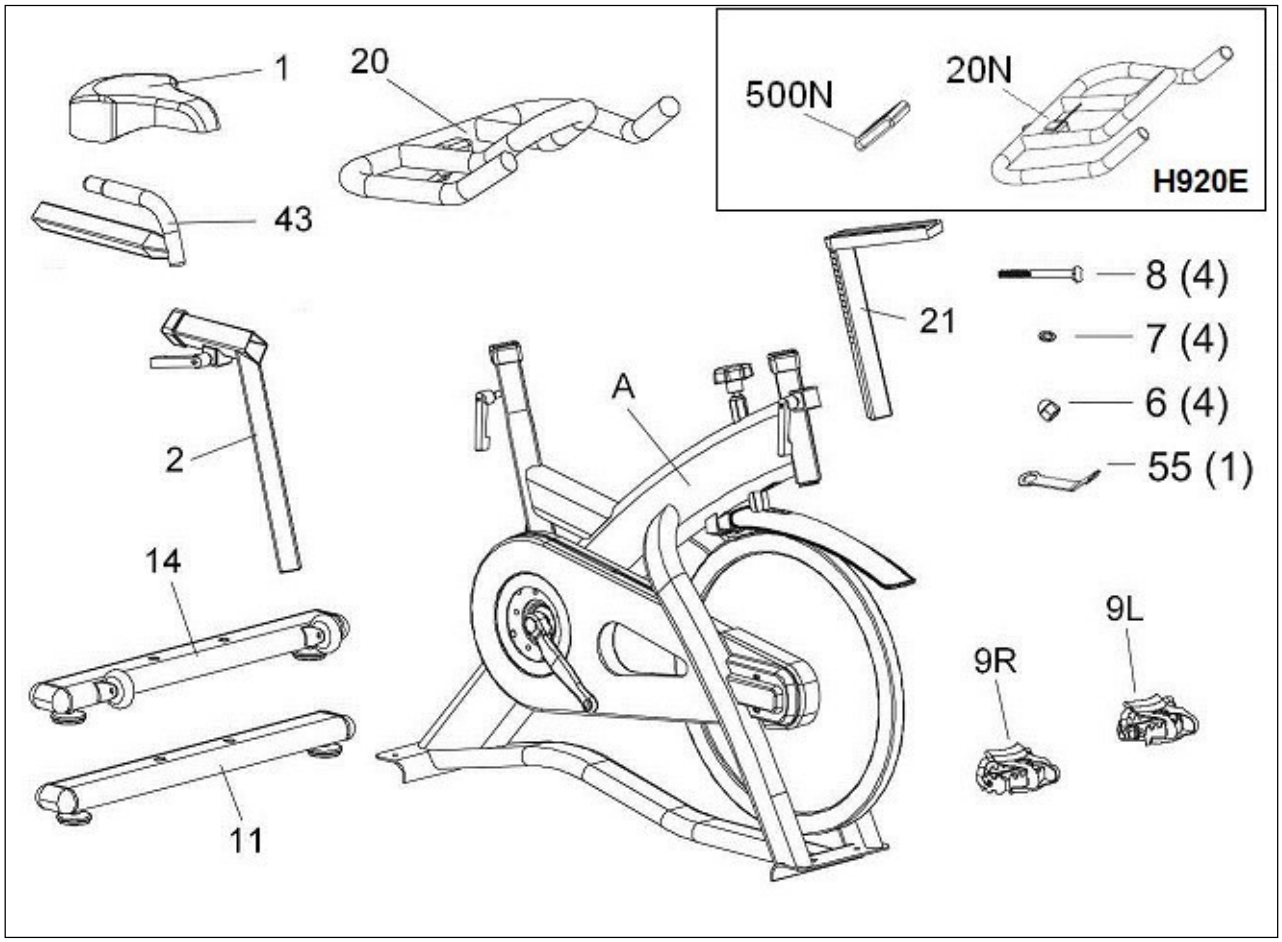
Nenechávejte monitor na přímém slunečním světle, protože by to mohlo poškodit displej z tekutých krystalů. Obdobně jej nevystavujte vodě ani nárazům.

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

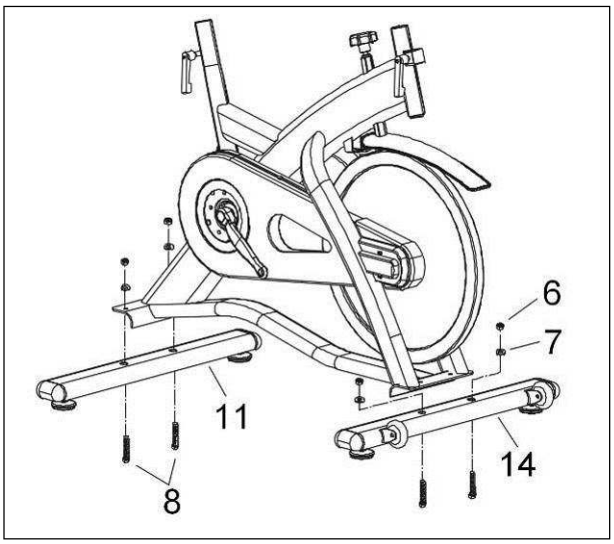



**Návod na použitie Cyclotrainer**
**BH FITNESS DUKE**
**SK**

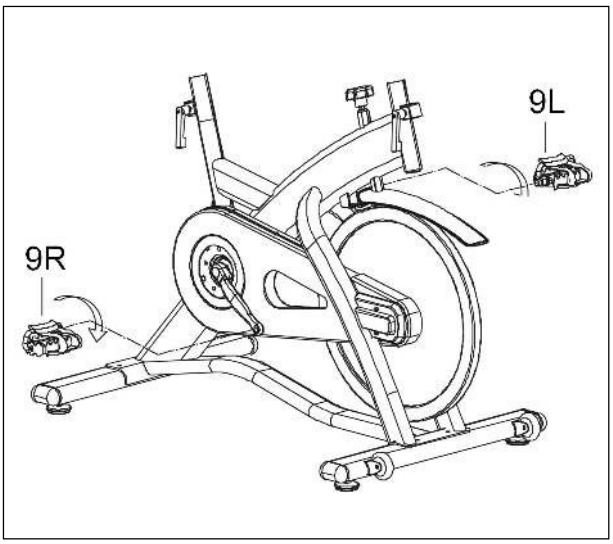
**Obr. 1**



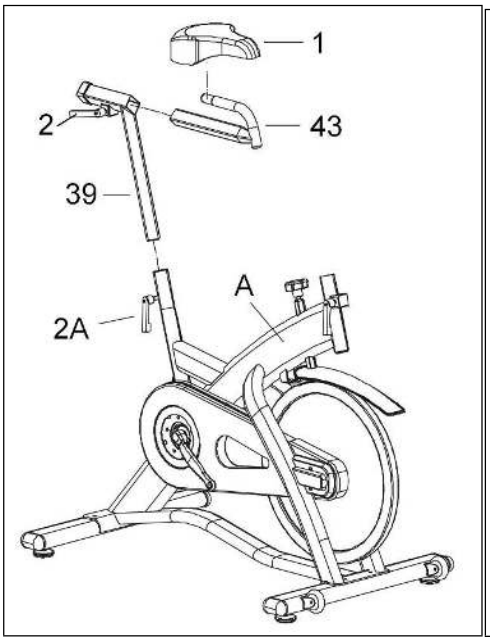

**Obr. 2**



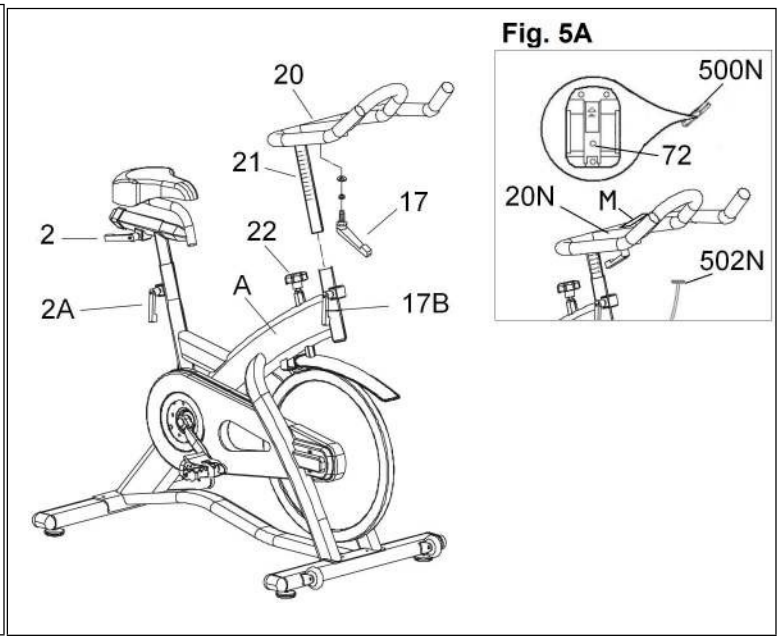

**Obr.3**



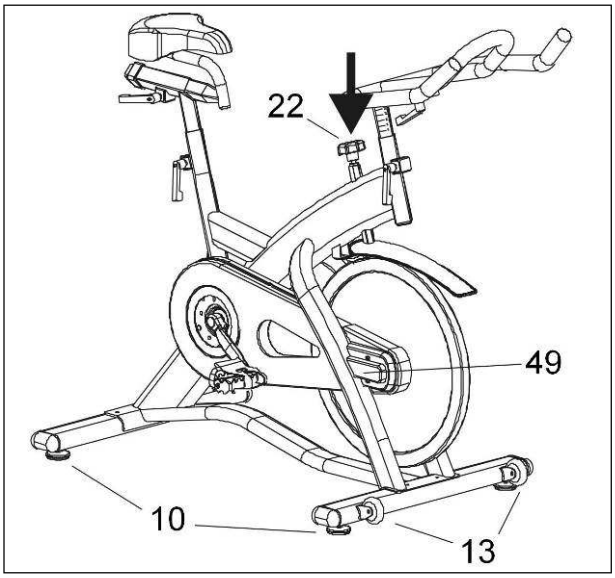
**Obr.4**



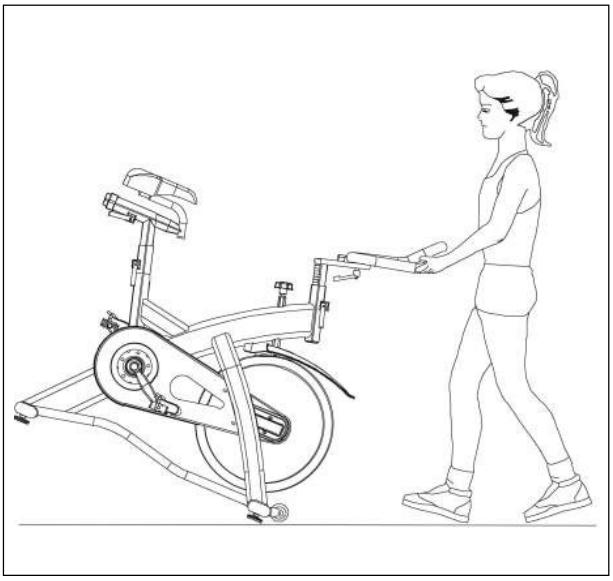

**Obr.5**




**Obr.6**




**Obr.7**



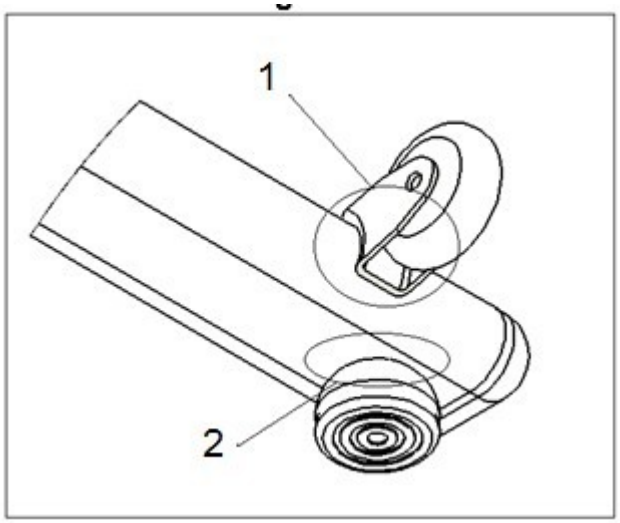
**Obr.8**



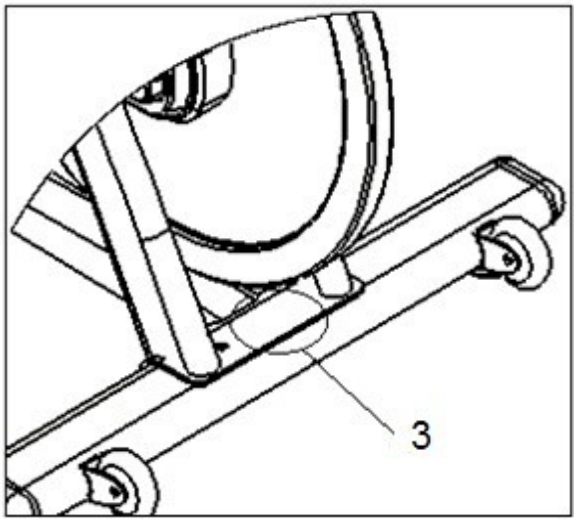
**Obr.9**



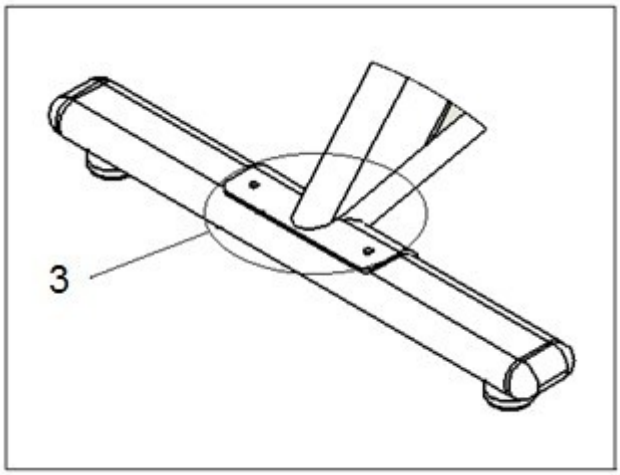
**Obr.10**



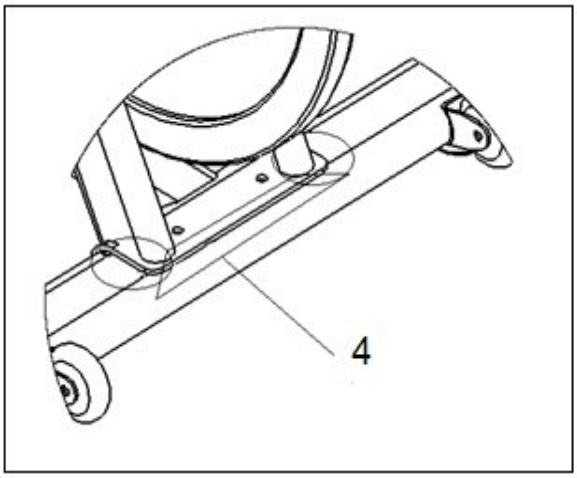

**Obr.11**



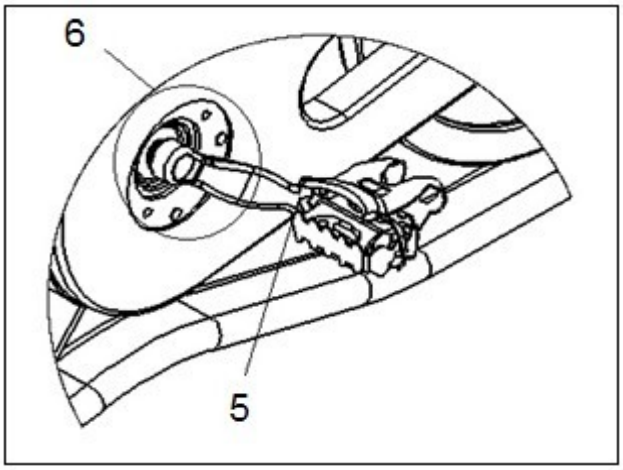

**Obr.12**



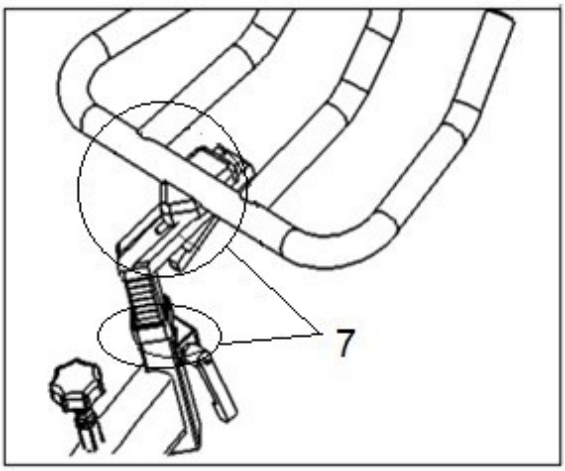

**Obr.13**




**Obr.14**




**Obr.15**



## DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Tento trenažér bol navrhnutý a vyrobený s ohľadom na maximálnu bezpečnosť. Pri jeho používaní je však potrebné dodržiavať určité zásady. Pred zostavením a cvičením si pozorne prečítajte celú príručku. Mali by ste dodržiavať nasledujúce bezpečnostné opatrenia:

1 Tréner vždy uchovávajte mimo dosahu detí. Nenechávajte ich bez dozoru v miestnosti, kde sa zariadenie nachádza.

2 Na trenažéri môže naraz cvičiť len jedna osoba.

3 Ak počas cvičenia pocítite závraty, nevoľnosť alebo bolesť na hrudníku, okamžite prestaňte cvičiť a okamžite vyhľadajte lekársku .4 Bežecký pás používajte na rovnom a pevnom povrchu. Nepoužívajte ho vonku alebo v blízkosti vody. 5 Ruky držte v dostatočnej vzdialenosti od pohyblivých častí.

6 Noste vhodné oblečenie na cvičenie. Nenoste voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť do trenažéra. Vždy noste športovú obuv. Uistite sa, že máte správne zaviazané šnúrky alebo rôzne šnúrky .

7 Tréner sa môže používať len na účely opísané na v pokynoch. NEPOUŽÍVAJTE príslušenstvo, ktoré nie je odporúčané priamo výrobcom.

8 Do blízkosti trenažéra neumiestňujte žiadne ostré predmety.

9 Osoby so zdravotným postihnutím by nemali používať bežecký pás bez pomoci kvalifikovanej osoby alebo lekára.

10 Pred použitím trenažéra vykonajte niekoľko zahrievacích cvičení.

11 Ak trenažér nefunguje správne, nepoužívajte ho.

**Varovanie: Pred začatím cvičenia na bežeckom páse sa poraďte so svojím lekárom, najmä ak máte viac ako 35 rokov alebo akékoľvek zdravotné problémy.**

**Skôr ako začnete cvičiť, prečítajte si nasledujúce pokyny.**

**VAROVANIE: Pri inštalácii postupujte podľa krokov opísaných v tejto príručke. Nevynechávajte, nenahrádzajte ani neupravujte postupy v tejto montáži, pretože nedodržanie pokynov má za následok stratu záruky.**

## VŠEOBECNÉ POKYNY

1 Zariadenie bolo navrhnuté na profesionálne použitie. Hmotnosť používateľa nesmie presiahnuť 150 kg. 2 Rodičia a osoby zodpovedné za starostlivosť o deti musia brať do úvahy detskú zvedavosť, aby sa predišlo zbytočným nehodám. Deti sa nesmú hrať v blízkosti trenažéra a trenažér sa v žiadnom prípade nesmie používať ako hračka.

3 Vlastník zariadenia je zodpovedný za to, aby každá osoba, ktorá používa trenažér, bola riadne informovaná o bezpečnostných opatreniach.

## POKYNY K MONTÁŽI

**Pri montáži je odporúčaná pomoc ďalšej osoby.**

**VAROVANIE: Výmena akéhokoľvek dielu za iný diel, ktorý nedodala spoločnosť BH, bude mať za následok stratu záruky.**

## POTREBNÉ VYBAVENIE

| | |
|---|---|
| Šesťhranný kľúč (55) (súčasť dodávky) | Loctite 242 Cod 0190248 (*) |
| 2x kľúč na matice M8 (*) | BH inhibítor hrdze kód 0190236 (*) |
| Momentový kľúč kód 0190245 (*) | čisté utierky (*) |
| Kľúč na matice M6 (*) | Mazací sprej Multilube Wurth |
| 3 mm imbusový kľúč (*) | Mydlo Meguiar's Nxt |
| Krížový skrutkovač(*) | Chránič kolies BH 0190237 (*) |

(*)Nie je súčasťou dodávky (voliteľné).

Vyberte jednotku z krabice a skontrolujte, či sú všetky diely (Obr. 1):
(A) Hlavné telo trenažéra; (20) riadidlá; (21) predstavec riadidiel ; (2) sedadlo; (43) vodorovná sedlová trubka; (1) sedlo; (11) zadný stabilizátor s vyrovnávačmi nárazov; (14) predný stabilizátor s kolieskami; (9L) ľavý pedál; (9R) pravý pedál; 8) skrutka s drážkou M-10; 7) podložka M-10; (6) poistná matica M-10; (55) obojstranný kľúč.
H920E (500N) konzola.

**1.** Umiestnite zadný stojan trenažéra na zadnú stabilizačnú tyč (11), ako je znázornené na obrázku 2, vložte skrutky (8), nainštalujte ploché podložky (7) a poistné matice (6) a potom ich utiahnite momentovým kľúčom.

**2.** Umiestnite predný stabilizátor s kolieskami (14), dávajte pozor na červené body a kolieska smerujúce dopredu, ako je znázornené na obrázku 2, vložte skrutky (8), nainštalujte ploché podložky (7) a poistné matice (6) a utiahnite ich momentovým kľúčom.

## MONTÁŽ PEDÁLOV

Pokyny na montáž pedálov sa musia presne dodržiavať, pretože nesprávna montáž by mohla poškodiť závity skrutky pedálu alebo kľuky. Pravá a ľavá strana sa vzťahuje na polohu, ktorú používateľ zaujme, keď sedí na trenažéri počas cvičenia.

Pedále vyčistite čistou handričkou. Naneste Loctite 242 (nie je súčasťou dodávky) na závity pedála, neaplikujte na prvý závit, obr. 8. Loctite zatlačte do závitov, aby ste vyplnili prípadné medzery. Prípravok naneste aj na závity kľuky. Utiahnite momentovým kľúčom na 46 Nm. Obr. 9.

Pravý pedál (9R) označený písmenom (R) priskrutkujte na pravú kľučku označenú písmenom (R) v smere hodinových ručičiek.

Naskrutkujte ľavý pedál (9L) označený písmenom (L) na ľavú rukoväť tiež označenú písmenom (L) proti smeru hodinových ručičiek.

## MONTÁŽ SEDADLA

Umiestnite držiak sedla (1), obr. 4, na vodorovnú sedlovú trubku (43), ako je znázornené na obr. 4, nasaďte sedlo a pevne utiahnite matice na držiaku. Na utiahnutie matíc sa odporúča použiť dva kľúče M8 (nie sú súčasťou dodávky).

Potom vložte vodorovnú sedlovú trubku (43) cez otvor na stĺpiku sedadla (39), obr. 4, správne ju umiestnite a utiahnite poistnú skrutku (2), obr. 4.

Vložte stĺpik sedadla (39) do výstupku na hlavnom tele (A), správne ho umiestnite a utiahnite stĺpik sedadla pomocou poistnej skrutky (2A), obr. 4, otáčaním v smere hodinových ručičiek.

### NASTAVENIE VÝŠKY SEDLA

Mierne uvoľnite poistnú skrutku sedla (2A) otáčaním proti smeru hodinových ručičiek, obr. 5, posuňte sedlo do polohy vhodnej na cvičenie a potom pevne utiahnite poistnú skrutku otáčaním v smere hodinových ručičiek.
Neprekračujte značku "MIN INSERT".

### HORIZONTÁLNE NASTAVENIE SEDLA

Mierne uvoľnite poistnú skrutku (2) otáčaním proti smeru hodinových ručičiek, obr. 5, posuňte sedlo do polohy vhodnej na cvičenie a potom pevne utiahnite poistnú skrutku (2) otáčaním v smere hodinových ručičiek.
Neprekračujte značku "MIN INSERT".

## MONTÁŽ RIADIEK

Umiestnite riadidlá (20) na predstavce (21), obr. 5, utiahnite aretačnú skrutku (17) a potom zasuňte predstavce (21) do otvoru na hlavnom tele (A), obr. 5. Umiestnite ho správne a potom utiahnite aretačnú skrutku (17B) otáčaním v smere hodinových ručičiek.

### HORIZONTÁLNE NASTAVENIE RIADIDIEL

Umiestnite riadidlá (20) do pohodlnej vzdialenosti na cvičenie a pevne utiahnite poistnú skrutku (17), obr. 5.

### VERTIKÁLNE NASTAVENIE RIADIDIEL

Umiestnite riadidlá (20) do pohodlnej vzdialenosti na cvičenie a pevne utiahnite poistnú skrutku (17B), obr. 5.

Neprekračujte značku "MIN INSERT".

## INŠTALÁCIA MONITORA H920E

Monitor (500 N) umiestnite v smere šípky, nasaďte ho na prídržnú dosku (M) obr. 5A a zaistite ho skrutkou (71).

Pripojte svorku (502N) kábla vyčnievajúceho z hlavného telesa (A) k svorke (72) na zadnej strane monitora (500N) Obr. 5A.

## NASTAVENIA VÝKONU

Pre zaistenie rovnomernej námahy počas cvičenia je trenažér vybavený ovládacím prvkom napínania (22) umiestneným na drieku hlavného tela (A), obr. 6. To umožňuje rôzne nastavenia námahy pri otáčaní v smere hodinových ručičiek.

Ak chcete zvýšiť odpor pedálu, otáčajte ovládačom napätia (22) v smere hodinových ručičiek (+), kým úroveň námahy nebude najlepšie vyhovovať vašim požiadavkám na cvičenie.

Ak chcete znížiť odpor pedálu, otočte ovládačom napätia (22) proti smeru hodinových ručičiek (-).

Počas cvičenia sa zotrvačník zahrieva v dôsledku brzdného účinku, preto po skončení cvičenia je vhodné nastaviť regulátor napnutia (22) na minimum, aby sa zabránilo stvrdnutiu brzdovej čeľuste.

**Dôležité:**
Táto regulácia napínania (22) je vybavená systémom núdzového brzdenia, ktorý pri pôsobení sily (ako je znázornené šípkou na obr. 6) vytvára oveľa ostrejší brzdný účinok.

## VYROVNÁVANIE

Po umiestnení jednotky do jej konečnej polohy sa uistite, že leží na podlahe a je v rovine. To sa dá dosiahnuť priskrutkovaním nastaviteľných nožičiek (10) nahor alebo nadol, pozri obrázok 6.

## PRESUN A SKLADOVANIE

Jednotka je vybavená kolieskami na uľahčenie presunu(13) Obr. 6. Kolieska umiestnené v prednej časti jednotky uľahčujú jej presun do zvolenej polohy miernym zdvihnutím zadnej časti jednotky a jej zatlačením, ako je znázornené na obr. 7 Majte jednotku na suchom mieste, pokiaľ možno bez teplotných výkyvov.

## ÚKONY PRED ZAČIATKOM

1.- Skontrolujte, či sú všetky komponenty správne namontované: Stojanové matice musia byť utiahnuté na 20 Nm.
Pedále musia byť utesnené pomocou Loctite 242 a utiahnuté príslušným krútiacim momentom (46 Nm).
Sedlo a riadidlá musia byť správne nastavené pre používateľa.
2. - BH inhibítor hrdze (110) musí byť aplikovaný na kontaktné plochy uvedené na obrázkoch 10-15. Aplikačné miesta pre BH inhibítor hrdze (110):

1. Plášť nastaviteľných predných a zadných nôh nosiča. Obr. 10.
2. Plochy držiakov prepravných kolies, obr. 10.
3. Predné a zadné plochy držiaka . Obrázky 11 a 12.
4. Oblasť, v ktorej sú stojany pripevnené k rámu. Obr. 13.
5. Spojenie medzi pedálom a kľukou. Obr. 14.
6. Spoj medzi rukoväťou a stredovým rámom. Obr. 14.
7. Chrómované plochy stĺpika riadidiel a vodorovné plochy, na ktorých je stĺpik riadidiel upevnený. Obr. 15.

**Aplikácia:**
Pred použitím dobre pretrepte.
Pomocou predlžovacej trubice držte nádobu vo vzdialenosti 20 až 30 cm od striekaného povrchu.
Počkajte dve minúty, kým sa výrobok stabilizuje.
Produkt rovnomerne rozotrite čistou handričkou, pričom zanechajte ľahký film, a prebytok zotrite. Na zle prístupné miesta naneste výrobok pomocou štetca.
Nechajte pôsobiť približne 3 hodiny.

**Bezpečnostné opatrenia pri manipulácii**
Vyhnite sa všetkým zdrojom vznietenia (iskry alebo plameňa).
NEDOVOĽTE, aby sa materiál dostal do kontaktu s očami alebo pokožkou. Pri manipulácii používajte vhodné ochranné prostriedky. Uchovávajte nádobu uzavretú. Zabráňte vdychovaniu výparov. Používajte len pri riadnom vetraní. Po manipulácii si dôkladne umyte ruky a kontaminovaný odev.

**Skladovanie**
Výrobok skladujte na chladnom a dobre vetranom mieste. Vyhnite sa všetkým zdrojom vznietenia (iskry alebo plameňa). Skladujte v rozmedzí od 4,4° C do °
C. Všetky materiály skladujte na suchom, dobre vetranom mieste. Zabráňte vdychovaniu výparov.
3. - Čistou handričkou naneste BH Wheel Protector (111) a výrobok vyleštite.
**Použitie:**Chránič bicyklov pre vnútornú cyklistiku by mal byť nanesený na celé koleso, kým je suché.
Nastriekajte BH chránič (111) na ošetrovaný povrch.
Potom rozotrite čistou handričkou. Utrite dosucha handričkou. Nenechávajte trenažér sám uschnúť.
**Poznámka:** Ak je potrebné vymeniť niektorý diel, postupujte rovnako, ako je opísané vyššie. Používajte len originálne náhradné diely BH.

**PREVENTÍVNA ÚDRŽBA TRENAŽÉRA**

| **Počas každého cvičenia** |
|---|
| 1. Používateľ musí skontrolovať, či je zariadenie bezpečné a vhodné na cvičenie. |
| 2. Po cvičení by sa mala použiť utierka alebo uterák na odstránenie potu. |
| **Prvý mesiac každý týždeň** |
| 1. Skontrolujte dotiahnutie pedálu a kľuky momentovým kľúčom. Uťahovací moment musí byť 46 Nm. |
| **Každý týždeň** |
| 1. Dôkladne skontrolujte súčasti trenažéra, aby ste sa uistili, že je v správnom . Skontrolujte skrutky, matice, pedále, riadidlá, sedlo, poistné skrutky, remienky na pedále atď. |
| 2. Znečistené časti, ktoré sú v trvalom kontakte s potom, očistite teplou vodou a handričkou. |
| 3. Ak chcete použiť mydlo, použite jemné mydlo MEGUIAR'S NXT, ktoré nepoškodí farbu. V takom prípade použite aj ochranný prostriedok na kolesá BH a miesto očistite čistou suchou handričkou. Potom utrite do sucha. |
| **Každý mesiac** |
| 1. Skontrolujte dotiahnutie pedálu a kľuky momentovým kľúčom. Uťahovací moment musí byť 46 Nm. |
| 2. Skontrolujte a nastavte remeň.<br>Ak remeň prešmykuje, je potrebné ho utiahnuť:<br>- Odstráňte bočné kryty (49) a uvoľnite matice maximálne o dve otáčky, obr. 6.<br>- Malé matice utiahnite kľúčom. Dbajte na to aby sa matice otočili o rovnaký počet otáčok na oboch stranách trenažéra (zvyčajne stačí 2 otáčky).<br>- Opäť utiahnite matice a nasaďte bočné kryty (49).<br>- Po nastavení napätia nastavte aj brzdy. |
| 3. Voskujte miesta, ktoré sú v kontakte s potom. Nie je potrebné voskovať celý stroj, ale je veľmi dôležité voskovať tie miesta, ktoré sú v priamom kontakte s potom, pretože sú náchylnejšie na koróziu.<br>Aplikujte cyklistický chránič BH a očistite oblasť čistou suchou handričkou. Potom utrite do sucha. |
| 4. Tri poistné skrutky by sa mali uvoľniť a nastriekať mazivom Wurth, aby zostali funkčné. |
| **Každý rok** |
| 1. Čistite pomocou prípravku MEGUIAR'S NXT a do vody v miske pridajte mydlo. Pretrepte, aby sa vytvorila pena. Naneste vlhkou špongiou a osušte handričkou. |
| 2. Oblasti znázornené na obrázkoch 10 až 15 by mali byť chránené inhibítorom hrdze BH. |
| 3. Na vyčistené miesto naneste čistou suchou handričkou ochranný prostriedok BH Inner Wheel Protector. Po aplikácii utrite do sucha. |

**VAROVANIE: Nedodržanie pokynov na čistenie a údržbu môže mať za následok skrátenie životnosti trenažéra a vážne zranenie používateľa. Nedodržanie týchto pokynov má za následok stratu záruky.**

**SA NEVZŤAHUJE NA:**

Nesprávnu údržbu.

Nesprávnu montáž kupujúcim.

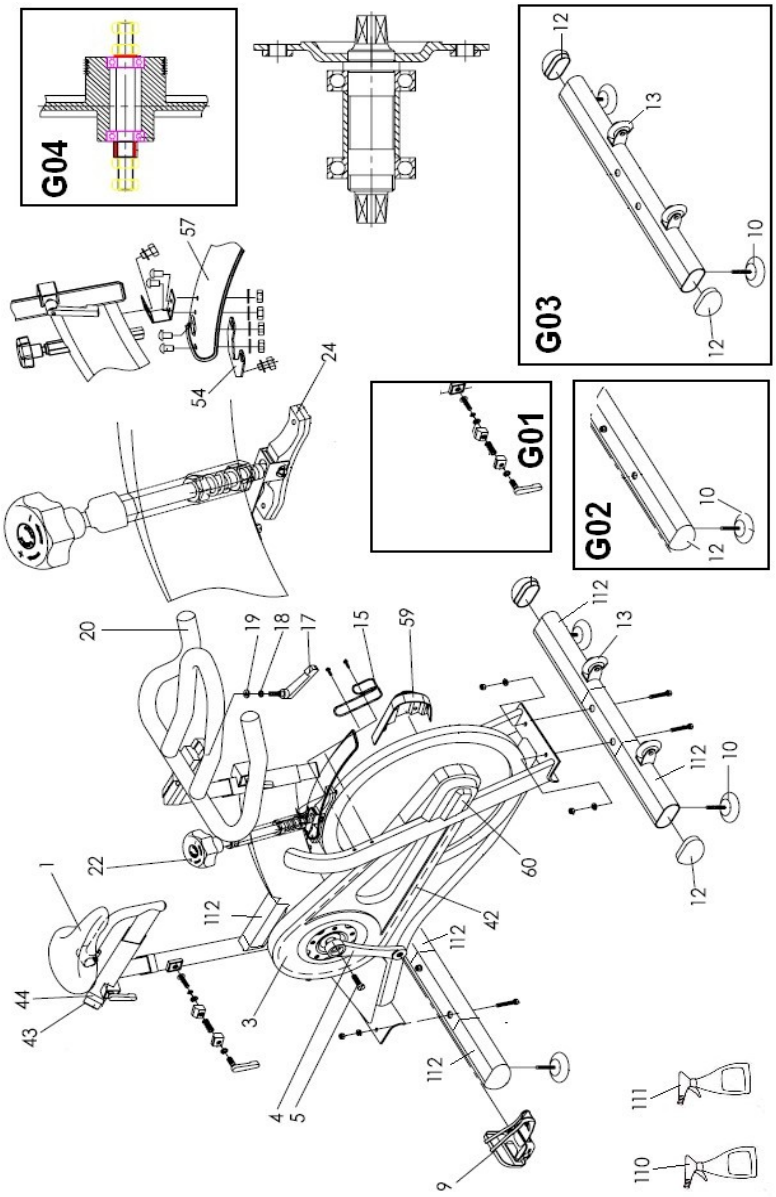
Nedodržanie montážnych pokynov uvedených v priloženej príručke.

Poškodenie spôsobené zarážkami topánok. Naťahovacie cvičenia by mali byť vykonávané na vhodnom mieste a nikdy nie na trenažéri.

Ak máte akékoľvek otázky, obráťte sa na našu technickú asistenčnú službu (viď posledná strana manuálu).

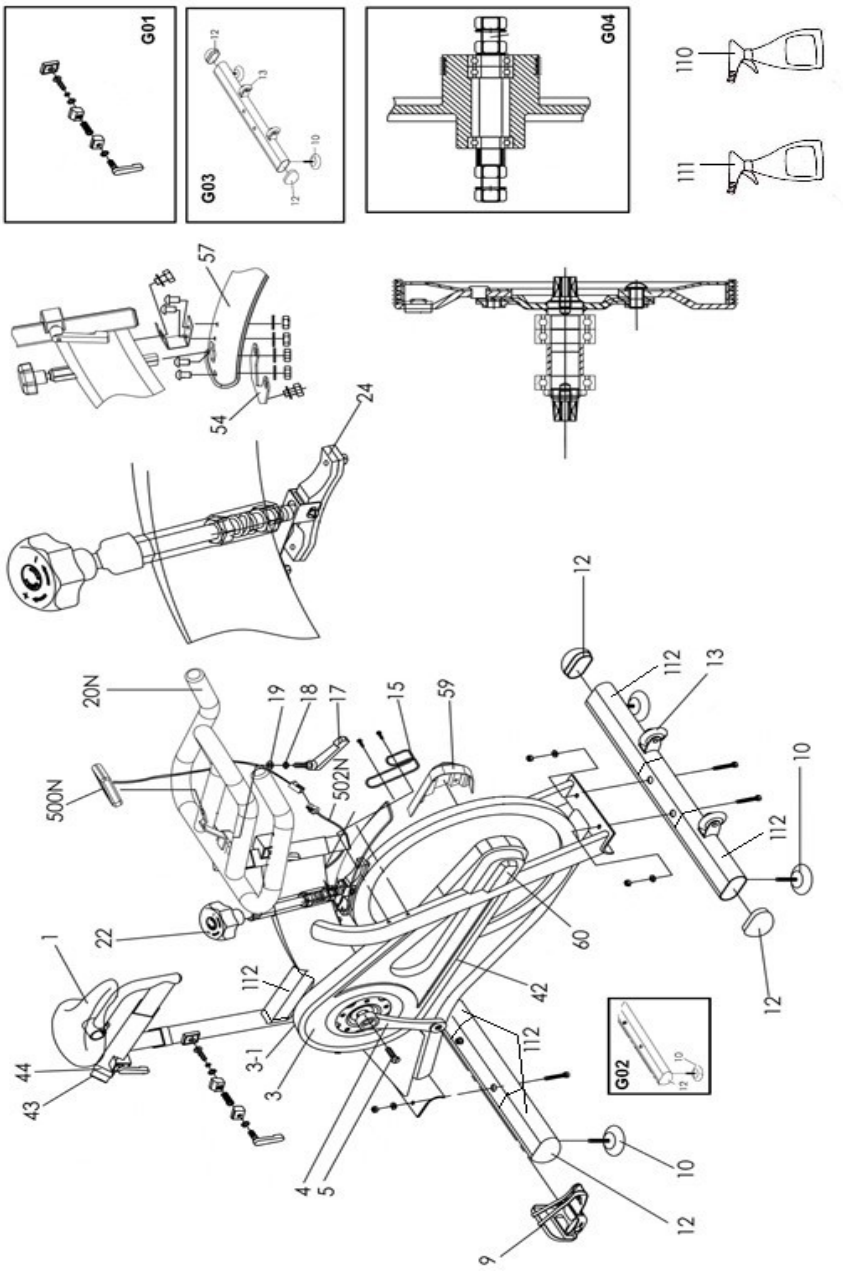
**BH FITNESS SI VYHRADZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU ŠPECIFIKÁCIÍ BEZ PREDCHÁDZAJÚCEHO UPOZORNENIA.**

**H920**




| NO | Slovenský popis | Descripción Español | Kód |
|---|---|---|---|
| 1 | Sedlo | Sillin | H920001 |
| 3 | vonkajší ochranný kryt reťaze | Tapa cadena | H920003 |
| 3-1 | vnútorný ochranný kryt reťaze | Tapa cadena interiér | H920003-1 |
| 4 | sada kľukoviek | Nastaviť bielu farbu | H920004 |
| 5 | kľuková skrutka | Tornillo biela | H920005 |
| 9 | Sada pedálov Wellgo 9/16" | Set pedálov Wellgo Spinn. 9/16" | 0190714 |
| 9-1 | Rýchloupínacia súprava Wellgo | Set Enganche rapido QBS Wellgo | 0190715 |
| 10 | nastavovací vankúš úrovne | Nastaviteľné pates | H920010 |
| 12 | koncový uzáver nohy | Tapón caballete | H920012 |

## H920E

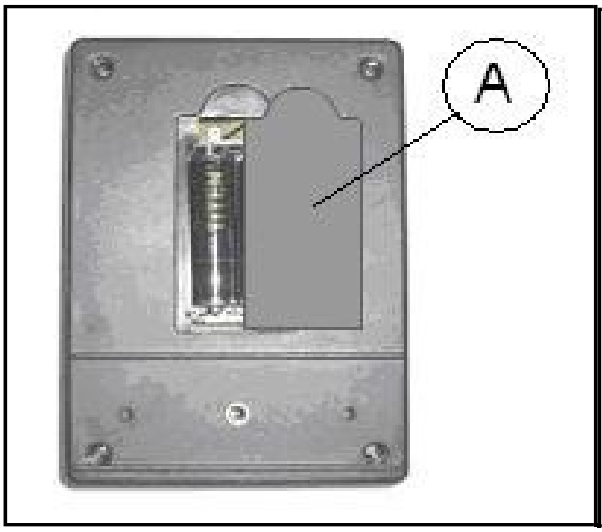



| NO | Slovenský popis | Descripción Español | Kód |
|---|---|---|---|
| 1 | Sedlo | Sillin | H920E001 |
| 3 | vonkajší ochranný kryt reťaze | Tapa cadena | H920E003 |
| 3-1 | vnútorný ochranný kryt reťaze | Tapa cadena interiér | H920E003-1 |
| 4 | sada kľukoviek | Nastaviť bielu farbu | H920E004 |
| 5 | kľuková skrutka | Tornillo biela | H920E005 |
| 9 | Sada pedálov Wellgo 9/16" | Set pedálov Wellgo Spinn. 9/16" | 0190714 |
| 9-1 | Rýchloupínacia súprava Wellgo | Set Enganche rapido QBS Wellgo | 0190715 |
| 10 | nastavovací vankúš úrovne | Nastaviteľné pates | H920E010 |
| 11 | zadná pätná rúrka (kompletná) | Caballete trasero | H920E011 |

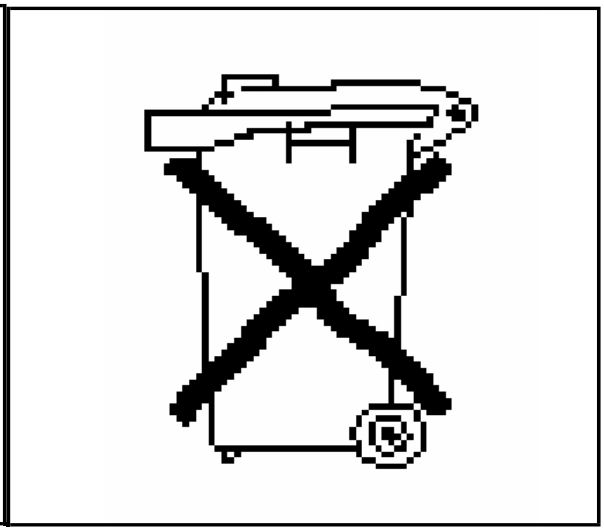

10
60
120
180 RPM
185
KM/H
120
0:16:38
TIME
CAD/SPD
PULSE
DATA
MESSAGE
RESET
MODE
SET

## MONITOR

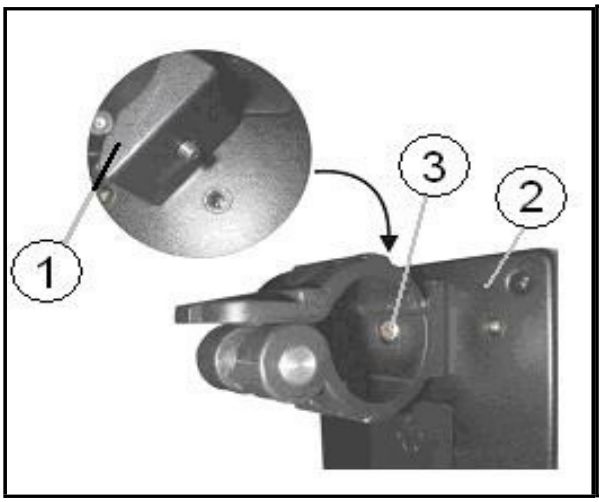
**Obr. 1**



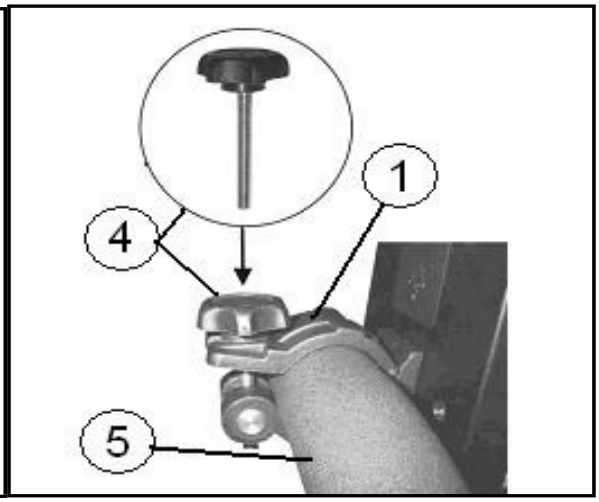

**Obr. 2**



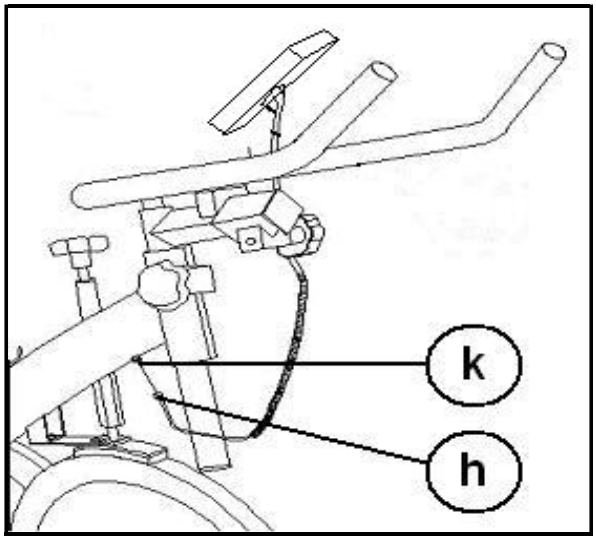
**Obr. 3**




**Obr. 4**




**Obr. 5**



## VLOŽENIE BATÉRIÍ

Tento monitor funguje na dve 1,5V ALKALICKÉ BATÉRIE.
na vloženie batérií odstráňte zadný kryt monitora, obrázok 1, a opatrne vložte dve batérie "R-6" do priestoru pre batérie, pričom dbajte na správnu polaritu batérií (porovnajte pól "+" batérie so značkou "+" vo vnútri priestoru pre batérie a pól "-" so značkou "-"). Zatvorte kryt.

Ak monitor po zapnutí zobrazuje chyby alebo len čiastočné segmenty, vyberte batérie a pred ich opätovným vložením počkajte približne 15 sekúnd.

Vybité batérie spôsobujú slabý kontrast digitálneho displeja a chybné údaje. Okamžite ich vymeňte.

Ak jednotka zostane stáť 5 minút, monitor sa automaticky vypne.

Ak na displeji bliká BATT LOW, okamžitě vyměňte baterie za nové.

**Dôležité.** Vyradené batérie sa musia vyhadzovať do špeciálnych nádob, obr. 2.

## 1. MONTÁŽ MONITORA

Vezmite monitor (2) a držiak (1), ako je znázornené na obrázku 3, a priskrutkujte k sebe skrutkou (3). Umiestnite držiak (1) na riadidlá, vložte zaisťovaciu skrutku (4), ako je znázornené na obrázku 4, a utiahnite ju.

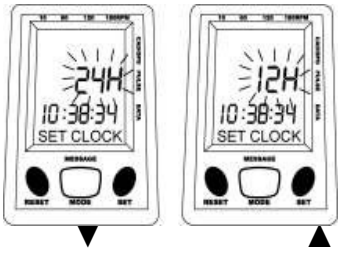
Zasuňte svorku (h) stredného kábla do svorky (k) monitora, obr. 5.

## 2. NASTAVENIE ČASU

Po vložení batérií do priestoru pre batérie na monitore (A), obr. 1, sa na displeji zobrazí správa CLOCK.




Stlačte a podržte kláves SET niekoľko sekúnd, kým sa nezobrazí správa SET CLOCK, tlačidlá vyberte 24- alebo 12-hodinový formát a potvrďte stlačením tlačidla MODE. Následne budú blikať číslice hodín, pomocou tlačidla




Tlačidlami ▼▲ vyberte hodiny a potvrďte stlačením tlačidla MODE.

Ďalej na stránke budú blikať číslice minút, pomocou tlačidiel ▼▲ vyberte minúty a potvrďte stlačením tlačidla MODE. Potom budú blikať sekundy, použite tlačidlami ▼▲vyberte sekundy a potvrďte stlačením tlačidla MODE.

Stlačením a podržaním tlačidla MODE na niekoľko sekúnd prejdete na ďalšiu obrazovku.

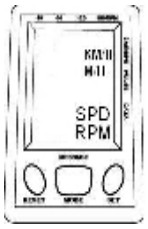



## 3.- ZMENA KM NA MÍLE

Stlačte tlačidlo MODE a vyberte ďalšiu obrazovku, zobrazí sa správa SPD (rýchlosť) KM/H alebo MAX SPD. stlačte a podržte stlačené tlačidlo SET



po dobu niekoľkých sekúnd, kým sa neobjaví susedná obrazovka.
Keď bliká km/h, stlačením tlačidla vyberte km/h alebo mph.




SPD bliká, pomocou tlačidiel▼▲ nastavte SPD alebo RPM (otáčky za minútu), počkajte niekoľko sekúnd a vráťte sa na hlavnú obrazovku.

# 4. MONITOR

Pre lepšiu kontrolu nad cvičením je tento prístroj vybavený súbežnými údajmi o rýchlosti, vzdialenosti, otáčkach za minútu, čase cvičenia a spálených kalóriách.
Obrazovka sa automaticky zapne, keď začnete cvičiť, a zobrazí otáčky za minútu a rýchlosť. Pomocou tlačidla MODE vyberte jedno z informačných hlásení na monitore.

TIME - Čas cvičenia
MAX SPD - maximálna rýchlosť
AVG SPD - priemerná rýchlosť
TRIP KM - prejdená vzdialenosť
CADENCE -rýchlosť šliapania

MAX CAD - maximálna kadencia
AVG CAD - priemerná kadencia
MAX♥ - maximálna srdcová frekvencia

AVG♥ - Priemerná srdcová frekvencia

KCAL - Spálené kilokalórie
SCAN -Zobrazenie správy jednej po druhej

Monitor sa automaticky vypneje jednotka nečinná dlhšie ako 5 minút.

## 1. FUNKCIA ČASU

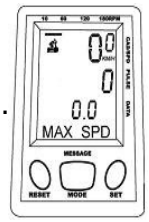
Ak chcete vybrať funkciu TIME, opakovane stlačte tlačidlo MODE, kým sa nezobrazí susedná obr
Stlačte tlačidlo SET a zobrazí sa SET TIME, pomocou tlačidiel▼▲ vyberte požadovaný čas cvičenia, počkajte na niekoľko sekúnd a na obrazovke sa zobrazí správa TM DOWN (čas odpočítavania).




Začnite cvičiť a čas sa bude odpočítavať, kým nedosiahne nulu. V tomto okamihu sa čas začne odpočítavať a zobrazí sa správa TIME. Táto funkcia počíta v jednosekundových krokoch až do maximálnej hodnoty 9.59:59 sekúnd. Stlačením tlačidla RESET na viac dve sekundy sa vynulujú všetky hodnoty.

## 2. FUNKCIA MAXIMÁLNEJ RÝCHLOSTI

Ak chcete vybrať MAX SPD (maximálna rýchlosť), stlačte tlačidlo Tlačidlo MODE, kým sa nezobrazí susedná obrazovka. Stlačte tlačidlo SET a zobrazí sa MAX SPD a môžete začať cvičenie.




Stlačením tlačidla RESET na viac dve sekundy sa vynulujú všetky hodnoty.

## 3. RÝCHLOSŤ

Ak chcete vybrať funkciu AVG SPD (priemerná rýchlosť), opakovane stlačte tlačidlo MODE, kým sa nezobrazí susedná obrazovka. Začnite cvičiť.



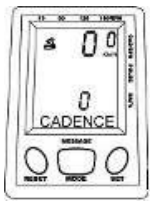

Stlačením tlačidla RESET na viac dve sekundy sa vynulujú všetky hodnoty.

**4. FUNKCIA "TRIP"**




Výber položky TRIP (vzdialenosť), stláčajte tlačidlo MODE, kým sa nezobrazí susedná obrazovka. Začnite cvičiť.
Táto funkcia počíta v krokoch po 0,01 km/ml, maximálne 999,99 km/ml.
Stlačením tlačidla RESET na viac dve sekundy sa vynulujú všetky hodnoty.

**5. FUNKCIE KADENCIE**




Ak chcete vybrať funkciu kadencie stlačte tlačidlo MODE, kým sa nezobrazí susedné obrazovka. Začnite cvičiť.

Stlačením tlačidla MODE zobrazíte maximálnu a priemernú kadenciu.
Stlačením tlačidla RESET na viac dve sekundy vynulujete všetky hodnoty.

**6. TEPOVÁ FUNKCIA**

Na meranie srdcovej frekvencie počas cvičenia budete potrebovať hrudný pás (nie je súčasťou balenia).




Ak chcete zvoliť funkciu PULSE, stlačte kláves MODE, kým sa nezobrazí susedné obrazovka. Stlačte a podržte tlačidlo SET na niekoľko sekúnd a počas cvičenia začnú blikať hodnoty maximálnej tepovej frekvencie. Pomocou tlačidiel▼▲ vyberte maximálnu frekvenciu a potvrďte stlačením tlačidla MODE. Hodnoty pre minimálnu srdcovú frekvenciu teraz začnú blikať, pomocou tlačidiel ▼▲ vyberte minimálne hodnoty, počkajte niekoľko sekúnd a na hlavnú obrazovku.
Začnite cvičiť. Ak prekročíte nastavenú maximálnu tepovú frekvenciu, tieto čísla budú blikať, ak nedosiahnete nastavenú minimálnu hodnotu, bude blikať minimálna hodnota.

**7. FUNKCIA KALÓRIÍ**



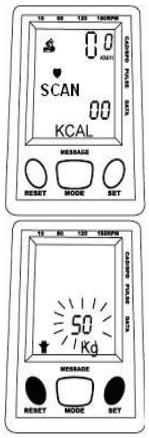

Ak chcete vybrať funkciu KCAL, opakovane stláčajte tlačidlo MODE, kým sa nezobrazí susedná obrazovka. Stlačte a podržte tlačidlo SET na niekoľko sekúnd a začnú blikaťčísla na nastavenie hmotnosti.
Pomocou tlačidiel▼▲ vyberte hmotnosť a stlačte tlačidlo MODE na potvrdenie. Potom kliknite na . zadajte pohlavie rovnakým spôsobom.
Ak stlačíte tlačidlo MODE, môžete zmeniť jednotku z kilogramov na libry, ak nechcete zmeniť jednotky, počkajte niekoľko sekúnd a vrátite sa na hlavnú obrazovku. Táto funkcia počíta po jednej kalórii, maximálne do 999,9 kalórií.
Stlačením tlačidla RESET na viac dve sekundy sa vynulujú všetky hodnoty okrem hodnôt týkajúcich sa osobných údajov.

**8. FUNKCIA SKENOVANIA**

V režime SCAN počítač počas cvičenia každých 6 sekúnd nepretržite skenuje a zobrazuje všetky funkcie.
Riadok správy zobrazený v režime SKENOVANIA:

CLOCK - hodiny
TIME - čas cvičenia
MAX SPD - maximálna rýchlosť
AVG SPD - priemerná rýchlosť
TRIP KM - prejdená vzdialenosť
CADENCE - rýchlosť šliapania

MAX CAD - maximálna kadencia
AVG CAD - priemerná kadencia.
MAX♥ - Maximálna srdcová frekvencia
AVG♥ - Priemerná srdcová frekvencia
KCAL - Kilokalórie spálené
Zobrazená funkcia bude v strede riadku.
Vyberte funkciu SCAN a svoje osobné údaje:




Stlačte tlačidlo MODE a vyberte susednú obrazovku. Zobrazí sa správa KCAL, stlačte tlačidlo MODE a SCAN použite ▼ ▲ vyberte hmotnosť v kg alebo librách, potvrďte stlačením tlačidla MODE a použite tlačidlá▼▲ a vyberte mužský/ženský profil, počkajte niekoľko sekúnd a potom sa vráťte na hlavnú obrazovku. Začnite cvičiť.
Stlačením tlačidla RESET na viac dve sekundy sa vynulujú všetky hodnoty okrem hodnôt týkajúcich sa osobných údajov.

## PRÍRUČKA NA RIEŠENIE PROBLÉMOV

**Problém:** Displej svieti, ale funguje len funkcia Čas.

**Riešenie:**
a.- Skontrolujte, či je pripojený pripojovací kábel.

**Problém:** Displej sa nerozsvieti alebo sú zobrazené segmenty veľmi slabé.

**Riešenie:**
a.- Skontrolujte, či sú batérie správne vložené.
b. - Skontrolujte, či sú batérie nebité.
c. - Ak sú vybité, vymeňte ich za nové.

**Problém:** Na displeji sa zobrazuje "Batt Low."

**Riešenie:**
a. - Batérie okamžite vymeňte.

**Problém:** Segmenty zobrazenia načítanej funkcie nie sú viditeľné alebo sa zobrazujú chybové hlásenia pre konkrétnu funkciu.

**Riešenie:**
a. - Na 15 sekúnd vyberte batérie a potom ich znovu správne vložte.
b. - Skontrolujte nabitie batérie. Ak sú nízke, vymeňte ich za nové.
c. - Ak vyššie uvedené kroky nepomôžu, monitor vymeňte.

Monitor nenechávajte na priamom slnečnom svetle, pretože môže dôjsť k poškodeniu displeja z tekutých kryštálov. Rovnako ho nevystavujte vode ani nárazom.

**BH FITNESS SI VYHRADZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU ŠPECIFIKÁCIÍ BEZ PREDCHÁDZAJÚCEHO UPOZORNENIA.**

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