

BH FITNESS

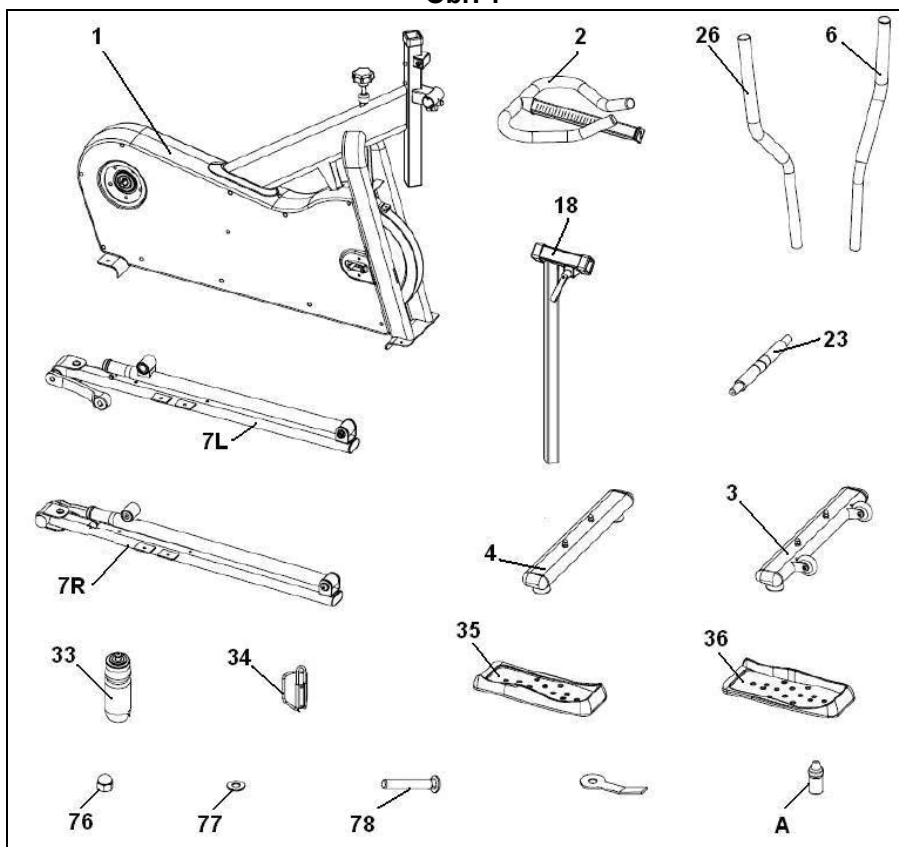


Návod k obsluze

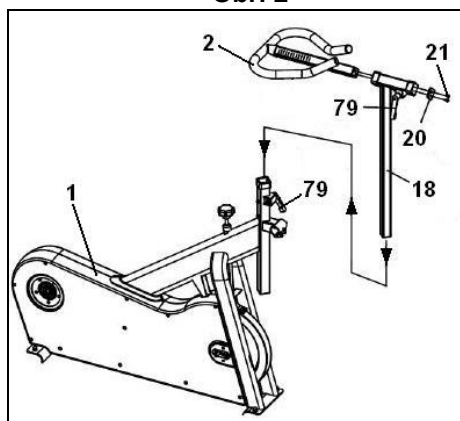


Návod k obsluze
Eliptický trenažér BH Fitness Fitwalking
CZ

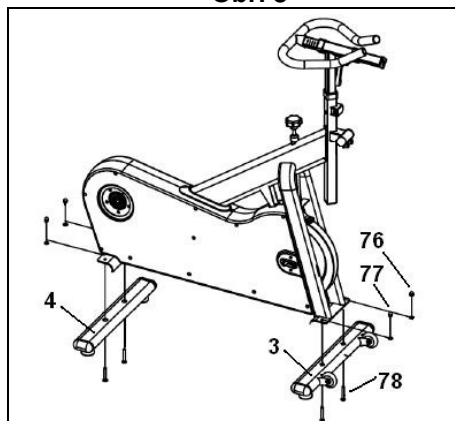
Obr. 1



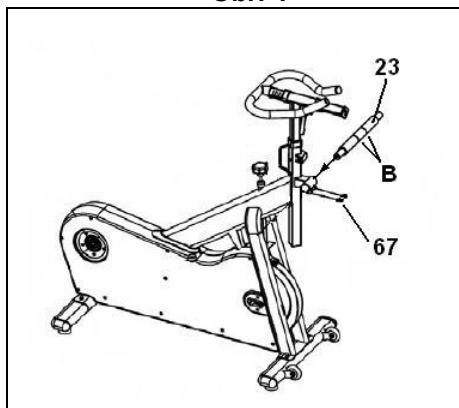
Obr. 2



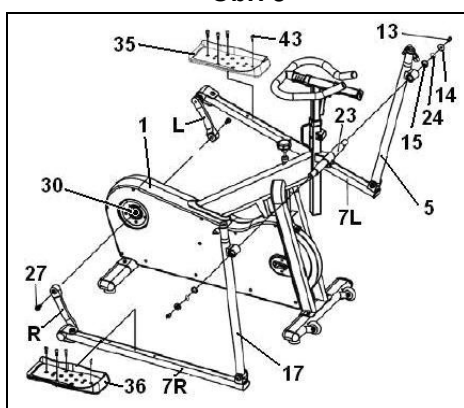
Obr. 3



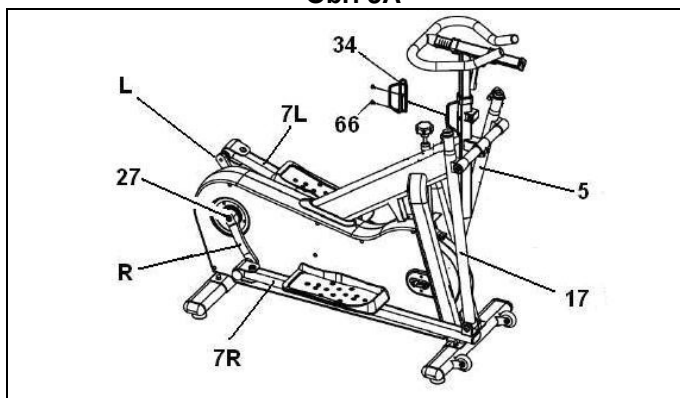
Obr. 4



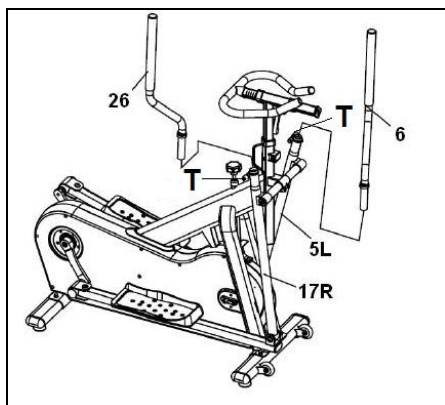
Obr. 5



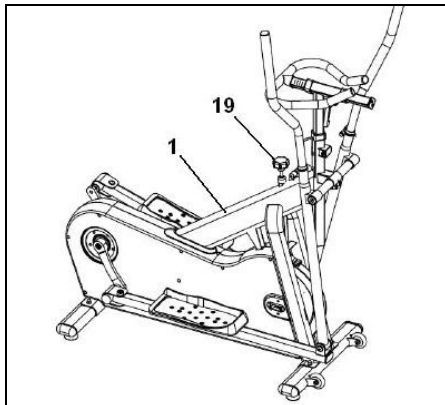
Obr. 5A



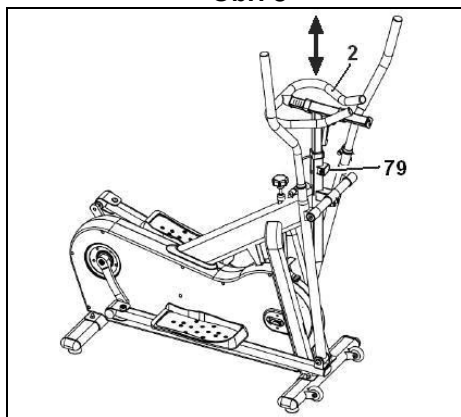
Obr. 6



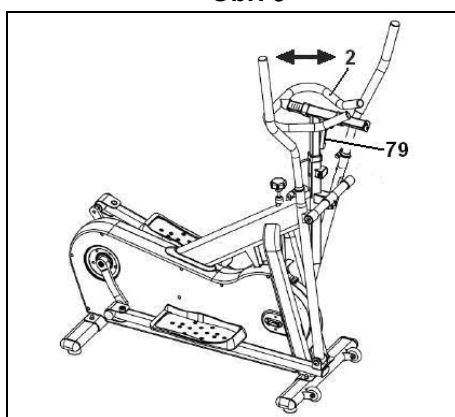
Obr. 7



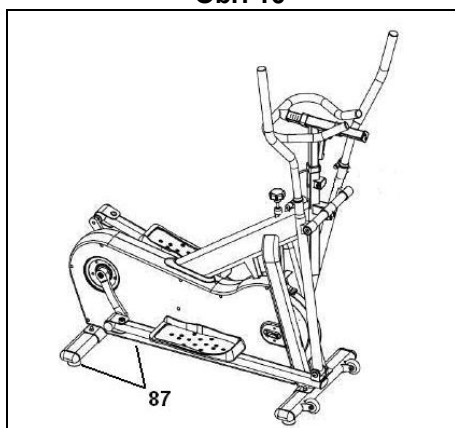
Obr. 8



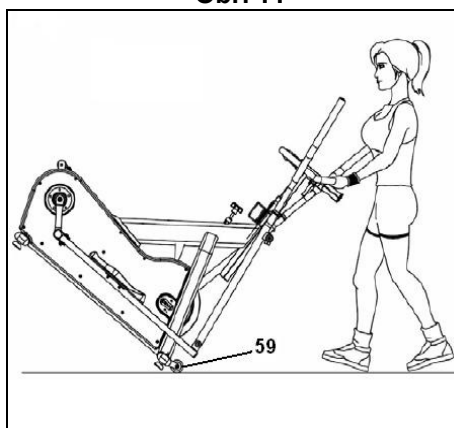
Obr. 9



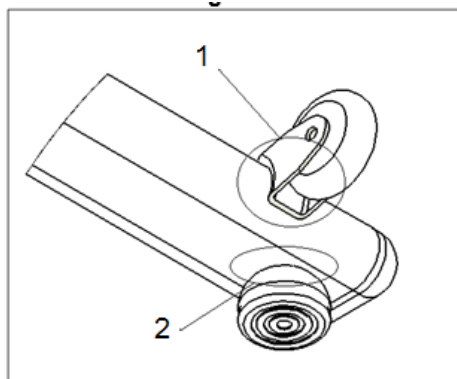
Obr. 10



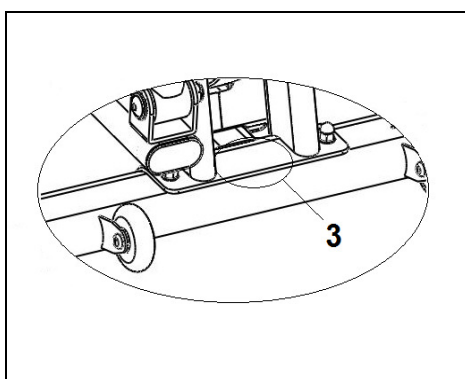
Obr. 11



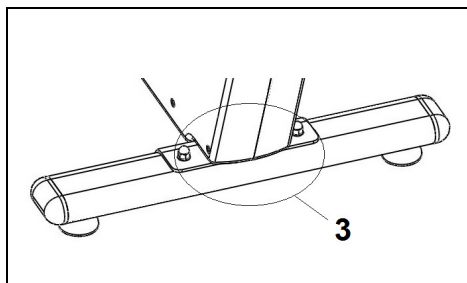
Obr. 12



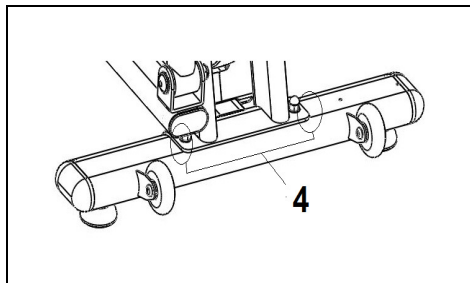
Obr. 13



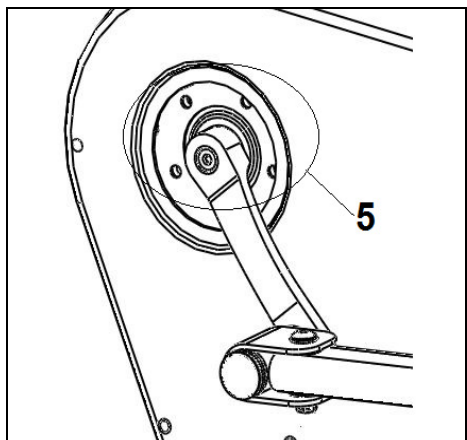
Obr. 14



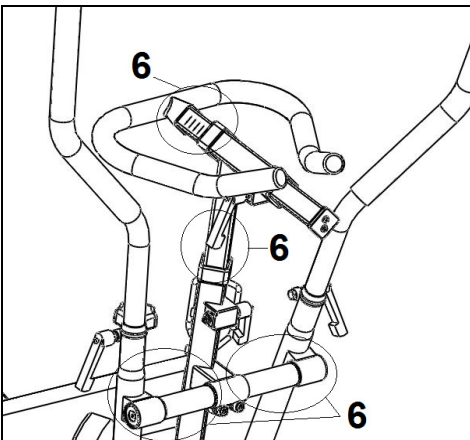
Obr. 15



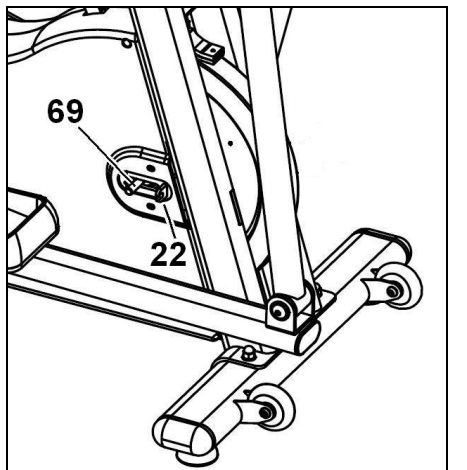
Obr. 16



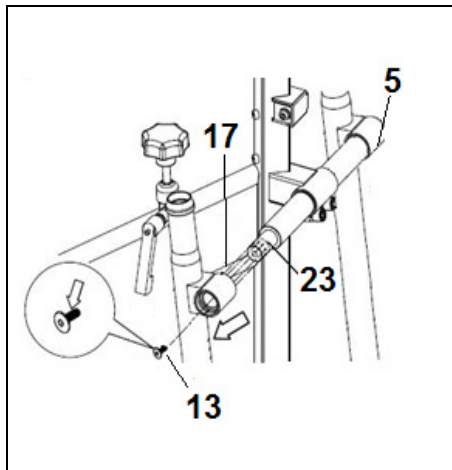
Obr. 17



Obr. 18



Obr. 19



BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Před zahájením jakéhokoli cvičebního programu se poraďte se svým lékařem. Je vhodné podstoupit kompletní vyšetření vašeho zdravotního stavu. Cvičte na doporučené úrovni, nepřepínejte se. Pokud ucítíte bolest nebo se nebudete cítit pohodlně, ihned přestaňte cvičit a další postup konzultujte se svým lékařem. Eliptický trenažér používejte na pevném a rovném povrchu s ochranou podlahy nebo koberce. Z bezpečnostních důvodů je třeba, aby okolo trenažéru zůstalo alespoň 0,5 m volného prostoru. Nenechávejte děti, aby si s trenažérem nebo v jeho blízkosti hrály. Než začnete cvičit, zkontrolujte trenažér, abyste se ujistili, že všechny součásti jsou připojeny a že matice, šrouby a pedály byly před použitím utaženy. Nenoste volné oblečení, obuv s koženou podrážkou či vysokými podpatky. Trenažér byl testován a vyhovuje normě EN957 v rámci třídy S.C. Max. hmotnost uživatele je 115 kg. Brzdění nezávisí na rychlosti.

DŮLEŽITÉ:

Před montáží trenažéru si pečlivě přečtěte pokyny. Vyjměte všechny komponenty z krabice a porovnejte je se seznamem dílů, abyste se ujistili, že žádný neschází.

Krabici nevyhazujte, dokud není trenažér zcela sestaven. Trenažér vždy používejte v souladu s pokyny. Pokud během montáže nebo kontroly zařízení zjistíte vadnou součást nebo pokud během cvičení uslyšíte neobvyklý zvuk, přestaňte s danou činností. Trenažér nepoužívejte, dokud nebude problém vyřešen.

1) Model G290 má setrvačnick s pevnou setrvačností 20 kg a smí se používat pouze pod odborným dohledem.

2) Je velmi důležité, aby byl model G290 správně sestaven, proto doporučujeme, aby lidé, kteří jej sestavují, měli odpovídající kvalifikaci.

3) Při cvičení je vhodné nastavit tyč k řídítkům do správné výšky dle vašich požadavků. Ujistěte se, že je bezpečně a pevně utažena a nekývá se. Pečlivě si přečtěte část 9-10, jak nastavit výšku tyče k řídítkům.

4) Model G290 musí ležet na rovném povrchu, aby se nepohyboval. Pod zadním a předním stabilizátorem (3) jsou umístěny vyrovnávače nerovností. Otočte nimi doleva nebo doprava, aby byla jednotka na podlaze zcela stabilní.

5) Regulátor brzdy funguje také jako bezpečnostní brzda otočením páky úrovně námahy do maximální polohy.

6) Zajistěte, aby za trenažérem byl dostatečný volný prostor bez překážek.

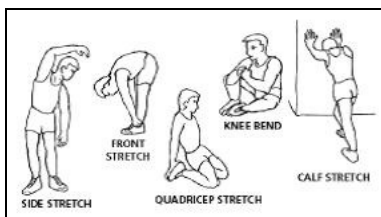
7) Abyste zajistili dlouhodobé bezproblémové používání trenažéru, přečtěte si podrobný program údržby na posledních stránkách příručky.

POKYNY K CVIČENÍ

Cvičení na trenažéru přináší různé výhody, např. zlepšuje kondici, svalový tonus a ve spojení s dietou vám pomůže s redukcí hmotnosti.

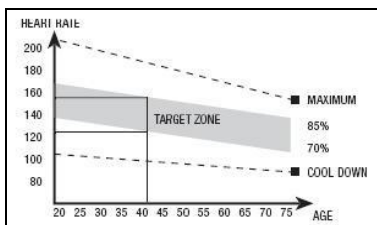
1. Fáze zahřátí

Dochází k zrychlení krevního oběhu a přípravě svalů na cvičení, snižuje se riziko vzniku křečí nebo podvrtnutí. Doporučuje se provést několik protahovacích cviků, které jsou znázorněny na obrázku níže. Každý protahovací cvik by měl trvat cca 30 sekund. Svaly nepřetěžujte, a pokud ucítíte bolest, přestaňte cvičit.



2. Fáze cvičení

Tato fáze je fyzicky nejobtížnější. Pravidelným cvičením docílíte pružnějších svalů na nohou. Dodržujte stálý rytmus. Rytmus cvičení by měl být dostatečně rychlý tak, aby se vaše srdeční frekvence dostala do cílové oblasti, jak je znázorněno v následujícím grafu:



Tato fáze by měla trvat minimálně 12 minut, přestože začátečníci by dle doporučení měli cvičit pouze 10-15 minut.

3. Fáze zklidnění

Tato fáze umožňuje kardiovaskulární a svalové soustavě odpočívat. Skládá se ze zahřívacích cvičení, např. snížením rychlosti na trenažéru po dobu přibližně 5 minut. Znovu se protáhněte, ale nepřetěžujte svaly. Postupně budou vaše tréninky delší a intenzivnější. Je vhodné cvičit alespoň 3 dny v týdnu.

Rýsování svalů

Pokud chcete rýsovat svaly, měli byste zvolit vyšší zátěž během cvičení. Svaly nohou se více namáhají, a proto je rozumné dobu cvičení zkrátit. Pokud si navíc přejete zlepšit celkovou fyzickou kondici, měli byste změnit svůj tréninkový program. Zahřívací i zklidňující fázi provádějte obvyklým způsobem, ale když se blíží konec fáze cvičení, zvolte vyšší zátěž a nechte nohy intenzivněji pracovat. Snižte rychlost a udržujte srdeční frekvenci v cílové oblasti.

Hubnutí

V tomto případě je důležitým faktorem vynaložené úsilí. Čím déle a intenzivněji cvičíte, tím více kalorií spálíte. I když podáváte výkon jako při zlepšování kondice, cíl je jiný.

VŠEOBECNÉ POKYNY

Pečlivě si prostudujte pokyny obsažené v této příručce. Naleznete zde důležité informace o montáži, bezpečnosti a používání trenažéru.

1 Trenažér je určen pro profesionální použití. Hmotnost uživatele nesmí překročit 115 kg.

2 Udržujte ruce dostatečně daleko od pohyblivých částí.

3 Rodiče a osoby zodpovědné za péči o děti musí vždy 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.

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

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

6 Používejte vhodný oděv a obuv, dbejte na zavázané tkaničky.

1. MONTÁŽNÍ NÁVOD

POZOR: Při montáži trenažéru je vhodná asistence další osoby.



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

BUDETE POTŘEBOVAT

Momentový klíč kód 0190245 (*)
BH inhibitor rzi kód 0190236 (*)
Čisté utěrky (*)
Lubrikační sprej Multilube Wurth kód 0190249 (*)
Mýdlo Meguiar's Nxt kód 0190244 (*)
BH chránič kol kód 0190237 (*)

(*) Volitelné, není součástí balení.

Všechny díly vyjměte z krabice a ujistěte se, že jsou v ní níže uvedené části, viz obr. 1.

- (1) Tělo trenažéru
 - (2) Řídková tyč
 - (3) Přední stabilizátor s kolečky
 - (4) Zadní stabilizátor s vyrovnávači nerovností
 - (6) Levá horní kyvná páka
 - (7L) Levý nášlap
 - (7R) Pravý nášlap
 - (18) Sloupek k řídkům
 - (23) Vřeteno kyvné páky
 - (26) Pravá horní kyvná páka
 - (35) Levý pedál
 - (36) Pravý pedál
 - (76) Samojistné matice M-8
 - (77) Ploché podložky M-8
 - (78) Šroub M-8x50
- Klíč s hvězdicovým šroubovákem

2. MONTÁŽ TYČE K ŘÍDÍTKŮM

Vezměte tyč k řídítkům (2) spolu s tělem trenažéru (1) a zasuněte ji do sloupku řídítek (18) ve směru šipky, obr. 2. Utáhněte aretační šroub (79) otáčením ve směru hodinových ručiček a nasadte koncový kryt (20) a zajistěte jej pomocí šroubů (21). Poté zasuněte sloupek řídítek do výstupku na těle trenažéru (1), jak je znázorněno na obr. 2. Umístěte jej do průměrné výšky a utáhněte otočením zajišťovacího šroubu (79) ve směru hodinových ručiček, obr. 2.

3. MONTÁŽ STABILIZÁTORŮ

Vezměte zadní stabilizátor s vyrovnávači nerovností (4), obr. 3, vložte šrouby (78); namontujte podložky (77) a matice (76) a bezpečně je utáhněte. Dejte přední stabilizátor s kolečky (3) k tělu trenažéru (1) a umístěte kolečka v přední části jednotky, obr. 3. Vložte šrouby (78), namontujte podložky (77) a matice (76). Klíčem je bezpečně utáhněte.

4. MONTÁŽ VŘETENA KYVNÉ PÁKY

Protáhněte vřeteno kyvné páky (23) vodorovnou podpěrou na hlavním sloupku, obr. 4 a ponechte jej uprostřed mezi dvěma čarami (B) vyznačenými na vřetenu. Pevně utáhněte šrouby (67).

5. MONTÁŽ NÁŠLAPŮ

Vezměte pravý nášlap (7R) a nasadte pouzdro na kyvnou páku (17) na vřeteno (23) obr.5. Dále nasadte ojnici (R) na čtvercový hřídel (30), obr. 5 a

šroubem (27) pevně utáhněte ojnici. Vezměte šroub (13) spolu s podložkou (14) a bezpečně jej utáhněte na vřeteno (23), obr. 5.

POZOR: Vezměte levý nášlap (7L) a proveďte stejný postup montáže jako u pravého nášlapu (7R), přičemž se ujistěte, že levá ojnice (L) je v úhlu 180° vůči pravé ojnici, jak je znázorněno na obr. 5A .

Pomocí šroubů (66), obr. 5A, připevněte držák na láhev (34) na držák sloupku řídítek na těle trenažéru (1).

VAROVÁNÍ:

Po několika hodinách cvičení je důležitě znova znovu utáhnout všechny šrouby, přičemž zvláštní pozornost věnujte šroubům (27) pro spojovací tyče (R) a (L), obr. 5A.

6. MONTÁŽ PEDÁLŮ

Umístěte levý pedál (35) označený písmenem „L“ na horní část levého nášlapu (7L), obr. 5 (levou a pravou stranou se má na mysli poloha, kterou uživatel zaujme při cvičení). Zašroubujte šrouby (43) a bezpečně je utáhněte.

Poté umístěte pravý pedál (36) označený písmenem „R“ na pravý nášlap (7R), našroubujte zpět šrouby (43) a bezpečně je utáhněte.

7. MONTÁŽ HORNÍCH KYVNÝCH PÁK

Vezměte levou horní kyvnou páku (6) (označenou písmenem L). Vložte ji do levé spodní kyvné páky (5L), srovnejte písmena (L), obr. 6, utáhněte šroub (T) na spodní kyvné páce (5L) 8mm imbusovým klíčem. Stejně postupujte i s pravou horní kyvnou pákou (26).

8. NASTAVENÍ ODPORU

Aby byla zajištěna rovnoměrná námaha během cvičení, je tento trenážér vybaven ovládacím prvkem napínání (19), obr. 7. Chcete-li zvýšit odpor pedálu, otočte ovladačem napínání (19) ve směru hodinových ručiček (+), dokud úroveň námahy nejlépe nevyhovuje vašim požadavkům. Pro snížení odporu pedálu otočte ovladačem napínání (19) proti směru hodinových ručiček (-).

9. NASTAVENÍ VÝŠKY ŘÍDÍTEK

1) Povolte páčku (79) umístěnou na svislé trubce na těle trenážéru (1), obr. 8, otočením proti směru hodinových ručiček.

2) Posuňte tyč k řídítkům (2) nahoru nebo dolů do požadované výšky a poté dotáhněte páku (79) otočením ve směru hodinových ručiček, obr. 8.

10. HORIZONTÁLNÍ NASTAVENÍ ŘÍDÍTEK

1) Povolte páčku (79) umístěnou na svislé trubce na těle trenážéru (1), obr. 9, otočením proti směru hodinových ručiček.

2) Posuňte tyč k řídítkům (2) dozadu nebo dopředu do požadované polohy a poté dotáhněte páku (79) otočením ve směru hodinových ručiček, obr. 9.

POZOR:

Přibližně po týdnu používání je důležité dotáhnout všechny šrouby, abychom zabránili případnému poškození trenážéru.

VYROVNÁNÍ

Jakmile trenážér umístíte na stálé místo, ujistěte se, že je rovně na podlaze. Pro vyrovnaní můžete použít vyrovnávače nerovností (87), viz obr. 10.

MANIPULACE A SKLADOVÁNÍ

Jednotka je vybavena kolečky (59) pro snadnější manipulaci. Pomocí dvou předních koleček je možné trenážér přemístit na zvolené místo mírným nadzvednutím, obr. 11. Trenážér uchovávejte na suchém místě a nevystavujte ho teplotním výkyvům.

ÚKONY PŘED ZAČÁTKEM

1. Zkontrolujte, zda jsou všechny součásti řádně namontovány:

Matice stojanů musí být utažené momentem 20 Nm.

Sedlo a řídítka musí být pro uživatele správně nastaveny.

2. BH inhibitor rzi musí být aplikován na kontaktní plochy uvedené na obrázcích 12-17.

Aplikační místa pro BH inhibitor rzi:

a. Plášť nastavitelných nohou předního a zadního stojanu. Obr. 12.

b. Plochy konzol transportních koleček, obr. 12.

- c. Přední a zadní plochy držáku stojanu. Obr. 13 a 14.
- d. Oblast, kde jsou stojany upnuty k rámu. Obr. 15.
- e. Spoj mezi pedálem a klikou. Obr. 16.
- f. Chromované povrchy sloupků řídítek a vodorovné plochy, kde je sloupek řídítek zajištěn. Obr. 17.

APLIKACE:

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

Bezpečnostní opatření při manipulaci

Vyvarujte se všech zdrojů vznícení (jiskra nebo plamen). NĚDOVOLTE 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. Prostředek BH chránič kol naneste čistým hadříkem a produkt vyleštete.

Aplikace: Chránič kol by měl být nanesen na celé kolo. Nastříkejte BH chránič na ošetřovaný povrch. Poté rozetřete čistým hadříkem. Otřete dosucha hadříkem. Nenechávejte trenážer samoschnout.

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

PREVENTIVNÍ ÚDRŽBA TRENAŽERU

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.

Každý týden

1. Důkladně zkontrolujte součásti trenážeru, abyste se ujistili, že jsou v řádném stavu. Zkontrolujte šrouby, matice, pedály, sedlo, aretační šrouby, atd.

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.-Napnutí řetězu -

1) Uvolněte bezpečnostní šroub na setrvačniku (69) obr. 18.

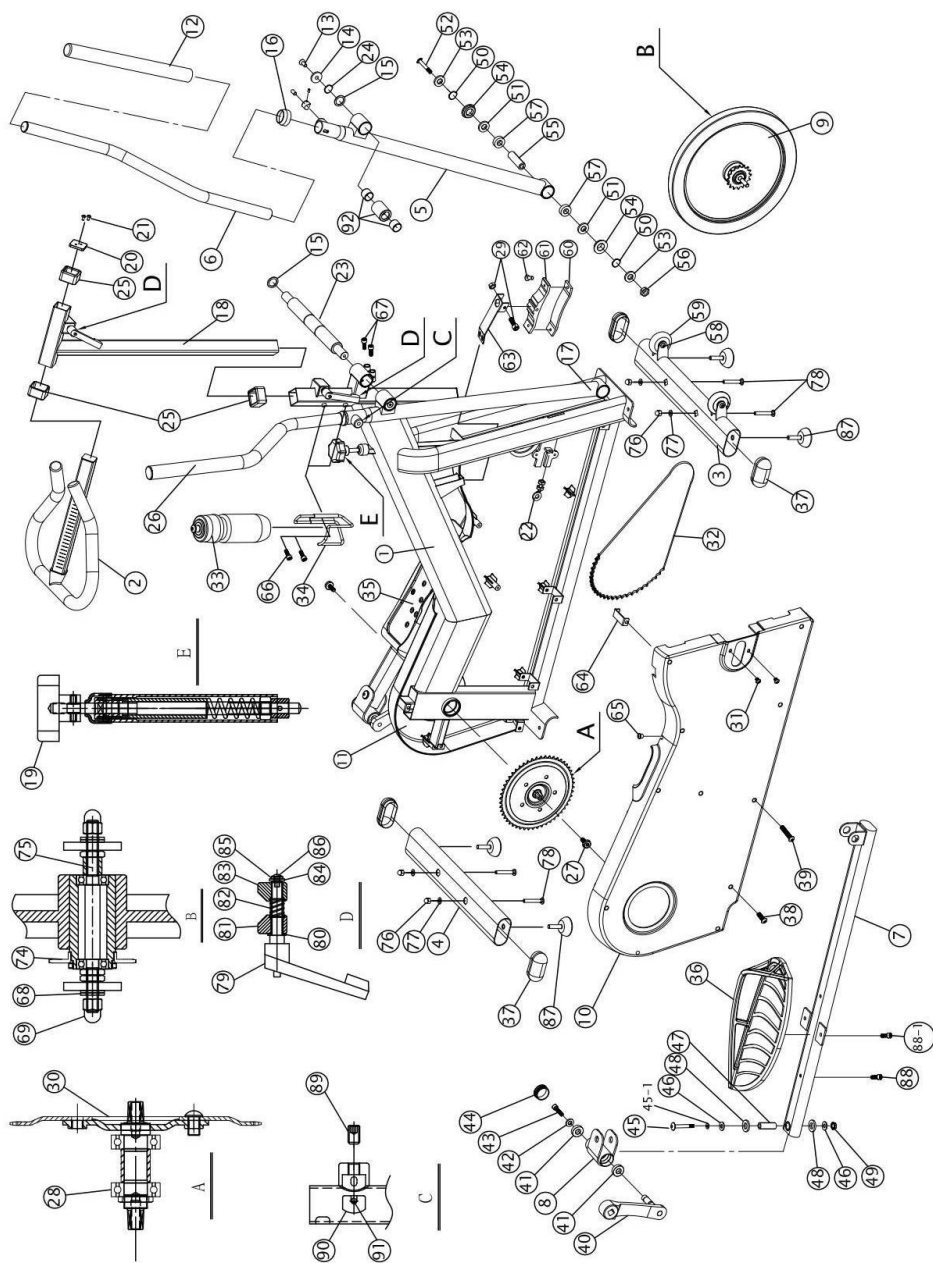
2) Upravte napnutí řetězu otáčením nastavovacích matic (22) proti směru hodinových ručiček (na straně znázorněné na obrázku) a ve směru hodinových ručiček na druhé straně.

3) Doporučujeme pokaždé otočit o 1/4 na obou stranách setrvačniku.

4) Seřizovací matice příliš neotáčejte, jinak by došlo

k přetažení řetězu a mohlo by dojít k poškození hřídele i ložisek setrvačníku. 5) Po dokončení výše uvedených kroků znovu utáhněte bezpečnostní matice (69) na obou stranách setrvačníku.	1.- Uvolněte přídržný šroub (13) na hřídeli (23), viz obr. 1. 2. - Demontujte levé rameno (5) ve směru šipky. 3. - Naneste několik kapek maziva na konec hřídele (23). 4. - Namontujte zpět rameno na hřídel a pevně utáhněte šroub.
2. Oblasti, které jsou v kontaktu s potem, navoskujte. Není nutné voskovat celý stroj, ale je velmi důležité voskovat ty oblasti, které jsou v přímém kontaktu s potem, protože jsou náchylnější ke korozi. Aplikujte cyklistický chránič BH a očistěte oblast čistým suchým hadříkem. Poté otřete do sucha.	VAROVÁNÍ: Nedodržení pokynů při čištění a údržbě může mít za následek zkrácení životnosti trenážeru a vážné zranění uživatele. Nedodržení těchto pokynů vede ke ztrátě záruky.
3. Tři aretační šrouby by se měly uvolnit a nastříkat lubrikantem Wurth, aby zůstaly funkční.	ZÁRUKA SE NEVZTAHUJE NA:
Každý rok	Nesprávnou údržbu. Nesprávnou montáž kupujícím. Nedodržení montážních pokynů uvedených v příložené příručce. Poškození způsobené zarážkami bot. Protahovací cvičení by měla být prováděna na vhodném místě a nikdy ne na trenážeru.
1. Očistěte přípravkem MEGUIAR'S NXT - mýdlo dejte do vody v misce. Protřepejte, abyste vytvořili pěnu. Aplikujte vlhkou houbou a osušte.	Pokud máte jakékoli dotazy, obraťte se na naši technickou asistenční službu (viz poslední strana manuálu).
2. Oblasti zobrazené na obrázcích 12 až 17 by měly být chráněny BH inhibítorem rzi - aplikujte po dobu tří hodin.	BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.
3. Naneste BH chránič vnitřních kol na vyčištěnou oblast čistým suchým hadříkem. Po aplikaci otřete do sucha. 4. Mazání pouzdra hřídele / ramene Pravé rameno (17). - 1. - Povolte přídržný šroub (13) na hřídeli (23), viz obr. 1. 2. - Sejměte pravé rameno (17) ve směru šipky. 3. - Naneste několik kapek maziva na konec hřídele (23). 4. - Namontujte zpět rameno na hřídel a pevně utáhněte šroub. Levé rameno (5). -	

G290





RPM 288

WATT
CAL. 888

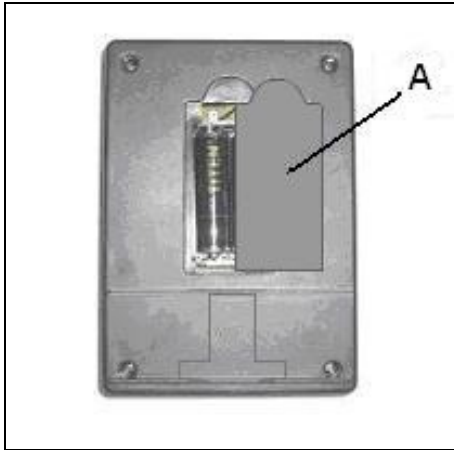
DIST. 888.8

TIME 88:88

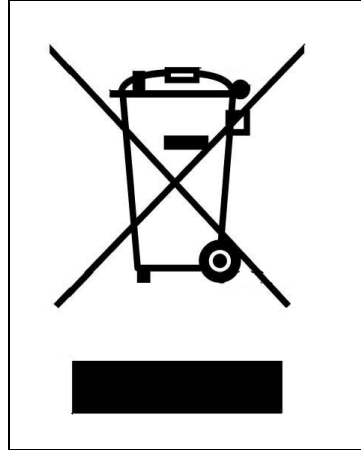
♥
288

MONITOR

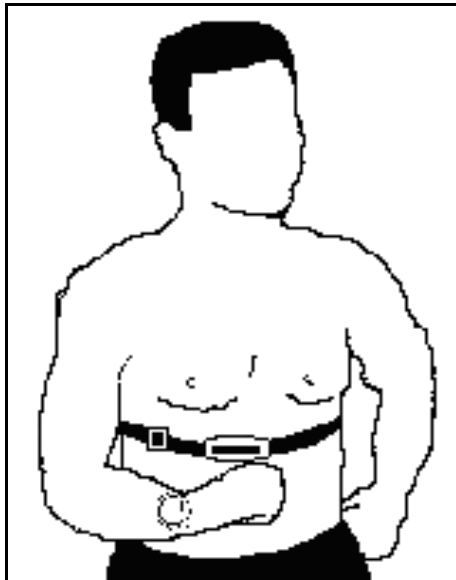
Obr. 1



Obr. 2



Obr. 3



MONTÁŽ BATERIÍ

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) a ujistěte se, že je polarita baterií správná (odpovídající pólu baterie „+“ značka «+» uvnitř prostoru pro baterie a značka «-» odpovídající značce «-»). Zavřete kryt. Viz obr. 1. 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. Ihned je vyměňte.

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

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 nebo stisknutím jakéhokoliv tlačítka.

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

A. FUNKCE RYCHLOSTI

Tato funkce zobrazuje rychlost v km/h.

B. FUNKCE POČTU OTÁČEK ZA MINUTU

Tato funkce zobrazuje počet otáček za minutu.

C. FUNKCE ČASU

Tato funkce se počítá v krocích od jedné sekundy do maxima 99:59 sekund.

D. FUNKCE VZDÁLENOSTI

Tato funkce se počítá v krocích po 0,01 km/ml, maximálně do 99,99 km/ml.

E. FUNKCE KALORIÍ

Tato funkce se počítá v krocích po jedné kalorií, maximálně do 999,9 kalorií.

F. TELEMETRICKÁ TEPOVÁ FREKVENCE

Pro měření tepové frekvence během cvičení je třeba mít nasazený hrudní pás (VOLITELNÉ). Obr. 3.

PRŮVODCE ŘEŠENÍM PROBLÉMU

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 nabité.

c.- Pokud jsou vybité, vyměňte je za nové.

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 mohlo dojít k poškození displeje z tekutých krystalů. Obdobně jej nevystavujte vodě ani nárazům.

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

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

Dovozce a distributor pro
Českou a Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a,
140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175
DIČ:CZ05254175



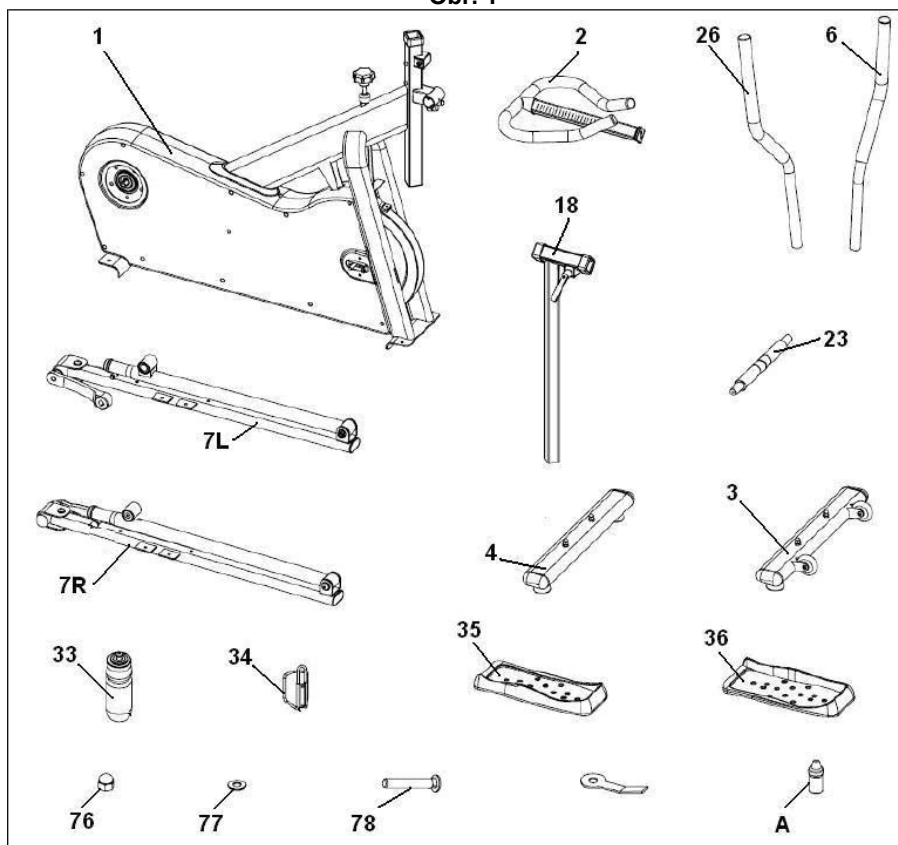
Dovozce a distributor pro Českou a Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a, 140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175 DIČ:CZ05254175

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

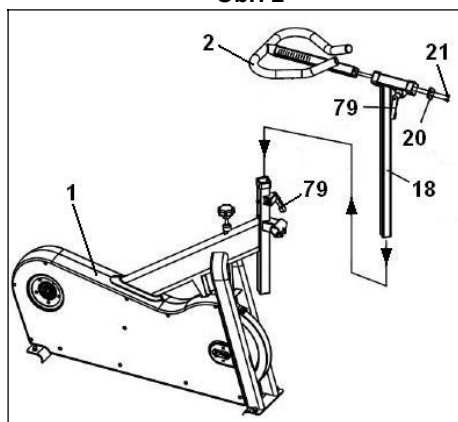


Návod na obsluhu
Eliptický trenažér BH Fitness Fitwalking
SK

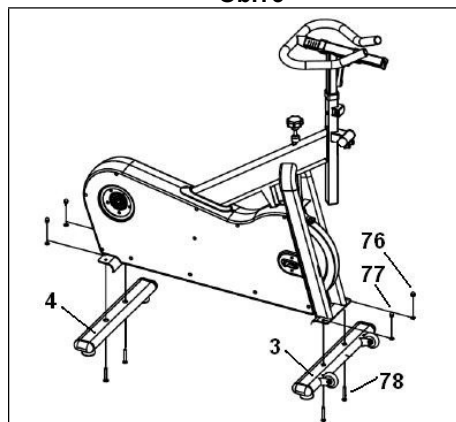
Obr. 1



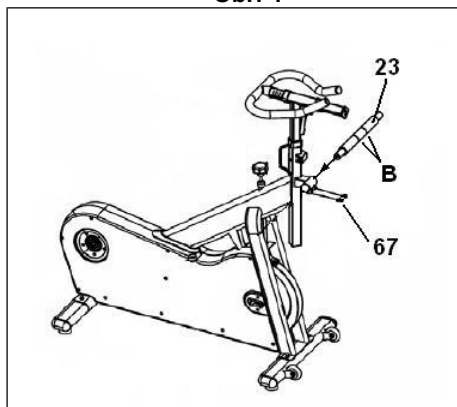
Obr. 2



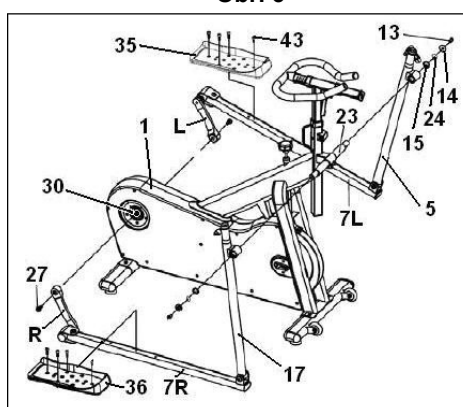
Obr. 3



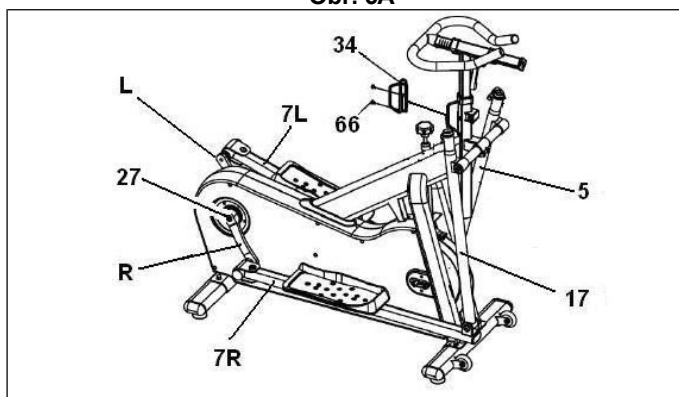
Obr. 4



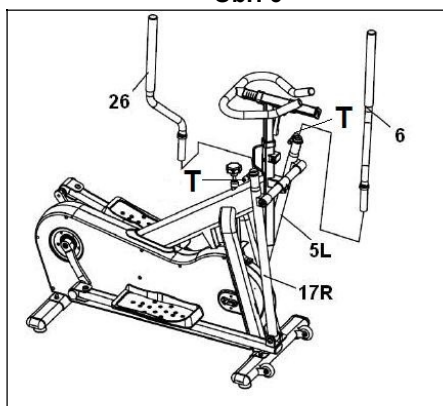
Obr. 5



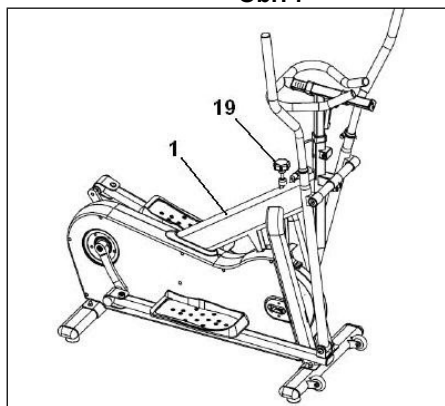
Obr. 5A



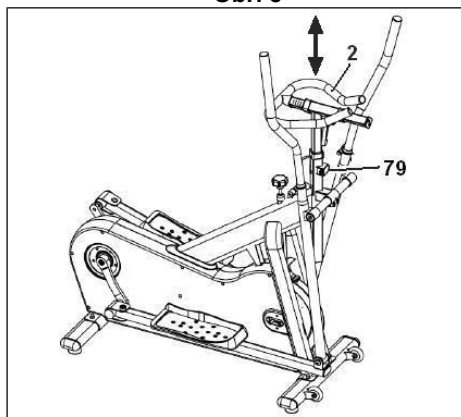
Obr. 6



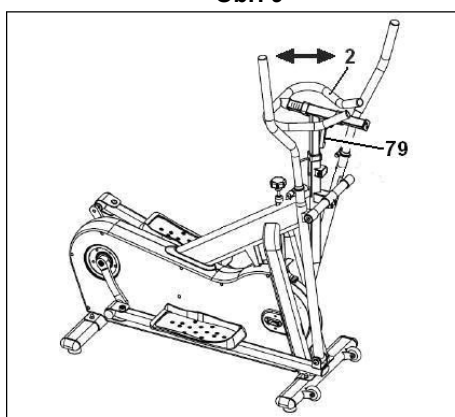
Obr. 7



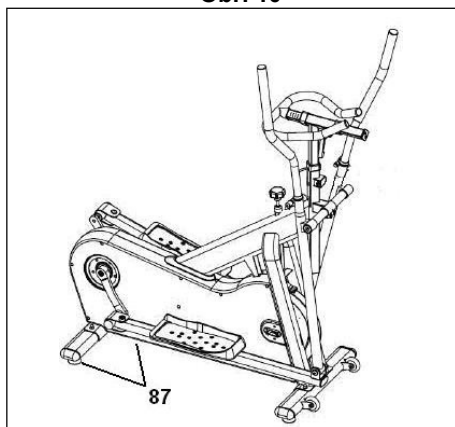
Obr. 8



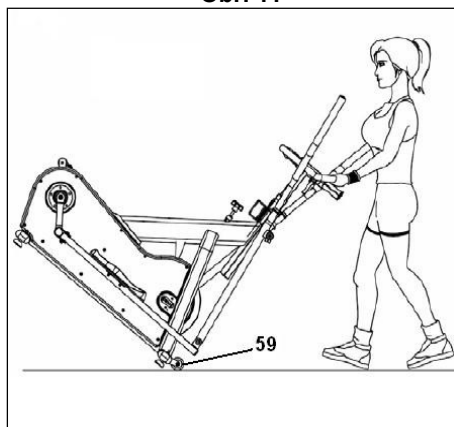
Obr. 9



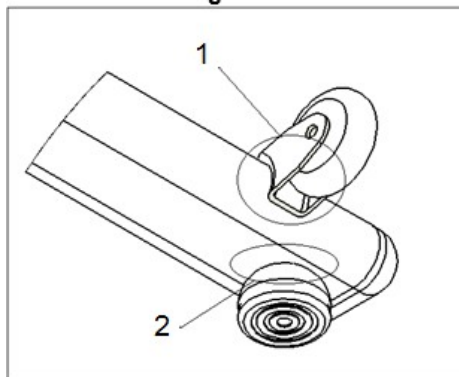
Obr. 10



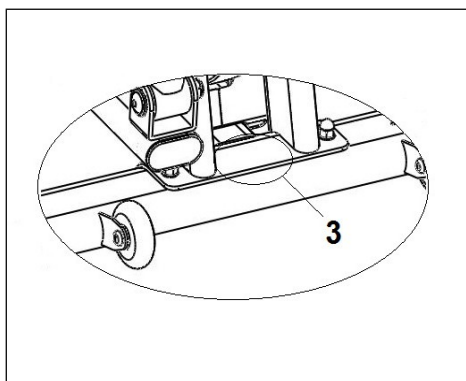
Obr. 11



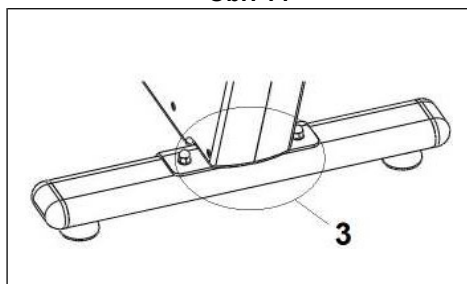
Obr. 12



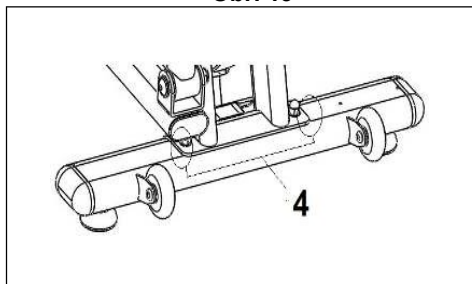
Obr. 13



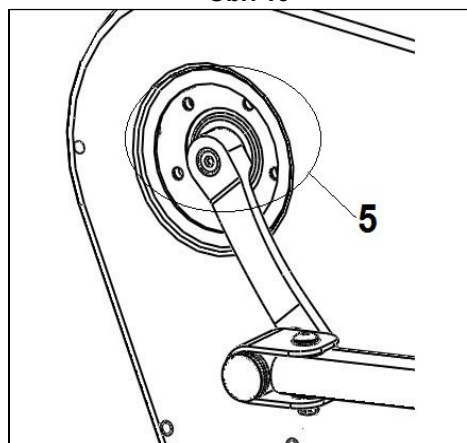
Obr. 14



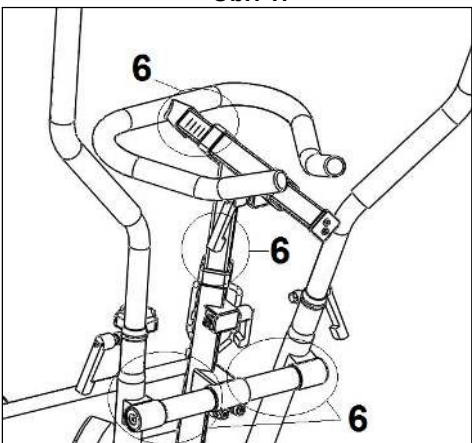
Obr. 15



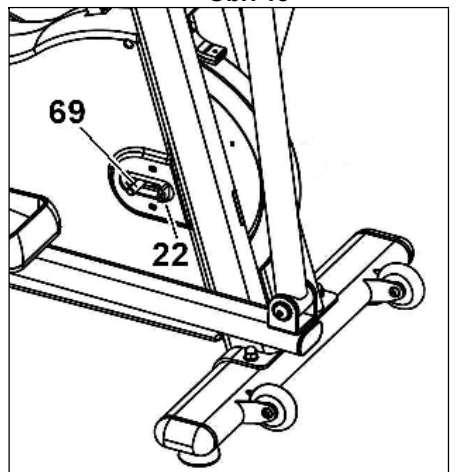
Obr. 16



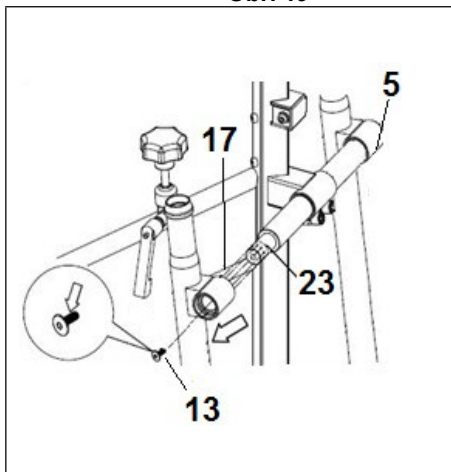
Obr. 17



Obr. 18



Obr. 19



BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Pred začatím akéhokolvek cvičebného programu sa poraďte so svojim lekárom. Odporúča sa absolvovať kompletne vyšetrenie vášho zdravotného stavu. Cvičte na odporúčanej úrovni, nepreháňajte cvičenie. Ak pociťujete bolesť alebo sa cítite neprijemne, okamžite prestaňte cvičiť a poraďte sa so svojim lekárom o ďalšom postupe. Eliptický trenažér používajte na pevnom, rovnom povrchu s ochranou podlahy alebo koberca. Z bezpečnostných dôvodov by ste mali okolo eliptického trenažéra ponechať aspoň 0,5 m voľného priestoru. Nedovoľte deťom, aby sa hrali s eliptickým trenažérom alebo v jeho blízkosti. Pred začatím cvičenia skontrolujte trenažér, či sú všetky časti pripojené a či boli matice, skrutky a pedále pred použitím dotiahnuté. Nenoste voľný odev, obuv s koženou podrážkou ani vysoké podpätky. Trenažér bol testovaný a spĺňa požiadavky normy EN957 v rámci triedy S.C. Maximálna hmotnosť používateľa je 115 kg. Brzdzenie nezávisí od rýchlosti.

DÔLEŽITÉ:

Pred zostavením trenažéra si pozorne prečítajte návod na použitie. Vyberte všetky komponenty z krabice a porovnajte ich so zoznamom dielov, aby ste sa uistili, že žiadny nechýba.

Krabicu nevyhadzujte, kým nie je trenažér úplne zostavený. Trenažér vždy používajte v súlade s návodom na použitie. Ak počas montáže alebo kontroly zariadenia objavíte chybnú časť alebo ak počas cvičenia počujete nezvyčajný zvuk, prerušte činnosť. Trenažér nepoužívajte, kým sa problém nevyrieši.

1) Model G290 má zotrvačník s pevnou zotrvačnosťou 20 kg a smie sa používať iba pod odborným dohľadom.

2) Je veľmi dôležité, aby sa zariadenie G290 zostavilo správne, preto odporúčame, aby osoby, ktoré ho zostavujú, mali príslušnú kvalifikáciu.

3) Pri cvičení sa odporúča nastaviť tyč na riadidlá do správnej výšky podľa vašich požiadaviek. Uistite sa, že je bezpečne a pevne utiahnutá a nevíkla sa. Pozorne si prečítajte časť 9-10 o tom, ako nastaviť tyč na riadidlá do výšky.

4) Zariadenie G290 musí byť na rovnom povrchu, aby sa nepohybovalo. Pod zadným a predným stabilizátorom (3) (4) sú umiestnené vyrovnávače nerovností. Otočte ich doľava alebo doprava, aby bola jednotka na podlahe úplne stabilná.

5) Regulátor brzdzenia funguje aj ako bezpečnostná brzda otočením páčky úrovne úsilia do maximálnej polohy.

6) Uistite sa, že za trenažerom je dostatočný voľný priestor bez prekážok.

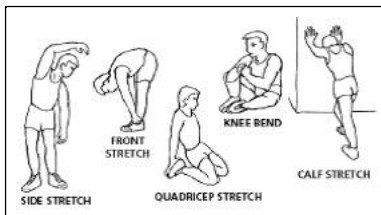
7) Na zabezpečenie dlhodobého bezproblémového používania trenažera si prečítajte podrobný program údržby na posledných stranách príručky.

NÁVOD NA CVIČENIE

Cvičenie na bežiacom páse prináša rôzne výhody, napríklad zlepšenie kondície, svalového tonusu a v spojení s diétou pomáha znižovať hmotnosť.

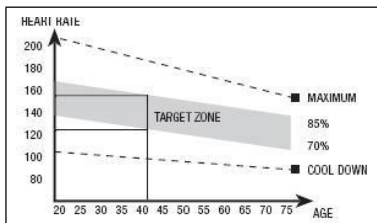
1. Zahrievacia fáza

Zrýchľuje krvný obeh a pripravuje svaly na cvičenie, čím znižuje riziko kŕčov alebo vyvrtnutia. Odporúča sa vykonávať niekoľko strečingových cvičení, ktoré sú znázornené na obrázku nižšie. Každý strečingový cvik by mal trvať približne 30 sekúnd. Svaly nepreťažujte a ak pocítite bolesť, cvičenie prerušte.



2. Fáza cvičenia

Táto fáza je fyzicky najnáročnejšia. Pravidelným cvičením dosiahnete pružnejšie svaly nôh. Udržujte stabilný rytmus. Rytmus cvičenia by mal byť dostatočne rýchly, aby sa vaša srdcová frekvencia dostala do cieľového rozsahu, ako je znázornené v nasledujúcej tabuľke:



Táto fáza by mala trvať aspoň 12 minút, hoci začiatočníkom sa odporúča cvičiť len 10-15 minút.

3. Fáza upokojenia

V tejto fáze si kardiovaskulárny a svalový systém oddýchne. Pozostáva zo zahrievacích cvičení, napr. zníženie rýchlosti na bežiacom páse na približne Päť minút. Opäť sa natiahnite, ale svaly nepreťažujte. Postupne budú vaše tréningy dlhšie a intenzívnejšie. Odporúča sa cvičiť aspoň 3 dni v týždni.

Rysovanie svalov

Ak chcete vyrysovať svaly, mali by ste počas cvičenia zvoliť vyššiu záťaž. Svaly nôh sú viac namáhané, preto je rozumné skrátiť čas cvičenia. Okrem toho, ak chcete zlepšiť svoju celkovú fyzickú kondíciu, mali by ste zmeniť tréningový program. Fázy zahrievania a ochladzovania vykonávajte obvyklým spôsobom, ale keď sa blíži koniec cvičebnej fázy, zvolte vyššiu záťaž a nechajte nohy pracovať intenzívnejšie. Znížte rýchlosť a udržiavajte srdcovú frekvenciu v cieľovom rozsahu.

Chudnutie

V tomto prípade je dôležitým faktorom úsilie. Čím dlhšie a intenzívnejšie cvičíte, tým viac kalórií spálite. Aj keď vykonávate ako pri zlepšovaní svojej kondície, cieľ je iný.

VŠEOBECNÉ POKYNY

Pozorne si prečítajte pokyny v tejto príručke. Nájdete v ňom dôležité informácie o montáži, bezpečnosti a používaní trenažéra.

1 Trenažér je určený na profesionálne použitie. Hmotnosť používateľa nesmie presiahnuť 115 kg.

2 Ruky držte v dostatočnej vzdialenosti od pohyblivých častí.

3 Rodičia a opatrovatelia musia vždy brať do úvahy zvedavosť detí, aby sa predišlo zbytočným nehodám. Deti sa nesmú hrať v blízkosti trenažéra a trenažér sa nikdy nesmie používať ako hračka.

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

5 Na trenažéri môže naraz cvičiť len jedna osoba.

6 Noste vhodné oblečenie a obuv, uistite sa, že máte zaviazané šnúrky.

1. MONTÁŽNY NÁVOD

POZOR: Pri montáži trenažéra sa odporúča, aby vám pomáhala ďalšia osoba.



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

BUDETE POTREBOVAŤ

Momentový kľúč kód 0190245 (*)
BH kód inhibítora hrdze 0190236 (*)
Čisté utierky (*)
Mazací sprej Multilube Wurth kód 0190249 (*)
Mydlo Meguiar's Nxt kód 0190244 (*)
Chránič kolies BH kód 0190237 (*)

(*)Voliteľné, nie je súčasťou dodávky.

Vyberte všetky diely zo škatule a uistite sa, že sú v nej uložené diely uvedené nižšie, pozri obrázok 1.

- (1) Telo trénera
 - (2) Riadidlá
 - (3) Predný stabilizátor s kolesami
 - (4) Zadný stabilizátor s protišmykovými tyčami
 - (6) Ľavé horné vahadlo
 - (7L) Ľavá noha
 - (7R) Pravá noha
 - (18) Stĺpik riadidiel
 - (23) Vreteno výkyvného ramena
 - (26) Pravé horné vahadlo
 - (35) Ľavý pedál
 - (36) Pravý pedál
 - (76) Samojistiace matice M-8
 - (77) Ploché podložky M-8
 - (78) Skrutka M-8x50
- Kľúč s hviezdicovým skrutkovačom

2. MONTÁŽ TYČE NA RIADIDLÁ

Vezmite tyč riadidiel (2) spolu s telom trenažéra (1) a vložte ju do stĺpika riadidiel (18) v smere šípku, obr. 2. Utiahnite poistnú skrutku (79) otáčaním v smere hodinových ručičiek a nasadte koncovú krytku (20) a zaistite ju skrutkami (21). Potom vložte stĺpik riadidiel do výstupku na telese trenažéra (1), ako je znázornené na obr. 2. Umiestnite ho do priemernej výšky a utiahnite ho otáčaním poistnej skrutky (79) v smere hodinových ručičiek, obr. 2.

3. MONTÁŽ STABILIZÁTOROV

Vezmite zadný stabilizátor s vyrovnávačmi nerovností (4), obr. 3, vložte skrutky (78); nainštalujte podložky (77) a matice (76) a pevne ich utiahnite.

Predný stabilizátor s kolieskami (3) umiestnite k telu trenažéra (1) a kolieska umiestnite pred jednotku, obr. 3. Vložte skrutky (78), nasadte podložky (77) a matice (76). Pevne ich utiahnite pomocou kľúča.

4. MONTÁŽ VRETENÁ KYVNÉ PÁKY

Pretiahnite vreteno kyvnej páky (23) vodorovnou podperou na hlavnom stĺpiku, obr. 4 a ponechajte ho uprostred medzi dvoma čiarami (B) vyznačenými na vretene. Pevne utiahnite skrutky (67).

5. MONTÁŽ NÁŠĽAPOV

Vezmite pravú pätku (7R) a nasadte objímku výkyvného ramena (17) na vreteno (23) Obr.5. Ďalej nasadte ojnicu (R) na štvorcový hriadeľ (30), obr. 5 a

Pevne utiahnite spojovaciu tyč pomocou skrutky (27). Zoberte skrutku (13) spolu s podložkou (14) a pevne ho utiahnite na vretene (23), obr. 5.

POZOR: Vezmite ľavú pätku (7L) a postupujte rovnako ako pri montáži pravej pätky (7R), pričom dbajte na to, aby ľavá spojovacia tyč (L) bola v uhle 180° k pravej spojovacej tyči, ako je znázornené na obrázku 5A .

Pomocou skrutiek (66), obr. 5A, pripevnite držiak fľaše (34) k držiaku stĺpika riadidiel na telese trenažéra (1).

VAROVANIE:

Po niekoľkých hodinách praxe je dôležité dotiahnuť všetky skrutky, pričom osobitnú pozornosť venujte skrutkám (27) spojovacích tyčí (R) a (L), obr. 5A.

6. MONTÁŽ PEDÁLOV

Umiestnite ľavý pedál (35) označený písmenom "L" na ľavú nášľapnú dosku (7L), obr. 5 (ľavá a pravá strana sa vzťahuje na polohu, ktorú používateľ zaujme počas cvičenia). Zaskrutkujte skrutky (43) a pevne ich utiahnite.

Potom nasadte pravý pedál (36) s označením "R" na pravý nožný pedál (7R), zaskrutkujte skrutky (43) a pevne ich utiahnite.

7. MONTÁŽ HORNÝCH VÝKYVNÝCH PÁK

Vezmite ľavú hornú výkyvnú páku (6) (označenú písmenom L). Vložte ju do ľavej dolnej výkyvnej páky (5L), zarovnajajte písmená (L), obr. 6, utiahnite skrutku (T) na spodnom výkyvnom ramene (5L) pomocou imbusového kľúča 8 mm. Rovnako postupujte aj s pravou hornou kyvnou pákou (26).

8. NASTAVENIE ODPORU

Na zabezpečenie rovnomernej námahy počas cvičenia je tento trénažér vybavený regulátorom napätia (19), obr. 7. Ak chcete zvýšiť odpor pedálov, otáčajte regulátorom napätia (19) v smere hodinových ručičiek (+), až kým nie je úroveň námahy najlepšia. vyhovuje vašim požiadavkám. Ak chcete znížiť odpor pedálov, otáčajte ovládačom napätia (19) proti smeru hodinových ručičiek (-).

9. NASTAVENIE VÝŠKY RIADIDIEL

1) Uvoľnite páku (79) umiestnenú na vertikálnej rúrke na telese trénažéra (1), obr. 8, otáčaním proti smeru hodinových ručičiek.

2) Posuňte tyč riadidiel (2) nahor alebo nadol do požadovanej výšky a potom utiahnite páku (79) otáčaním v smere hodinových ručičiek, obr. 8.

10. HORIZONTÁLNE NASTAVENIE RIADIDIEL

1) Uvoľnite páku (79) umiestnenú na vertikálnej rúrke na telese trénažéra (1), obr. 9, otáčaním proti smeru hodinových ručičiek.

2) Posuňte tyč riadidiel (2) dozadu alebo dopredu do požadovanej polohy a potom utiahnite páku (79) otáčaním v smere hodinových ručičiek, obr. 9.

POZOR:

Približne po týždni používania je dôležité dotiahnuť všetky skrutky, aby sa zabránilo možnému poškodeniu trénažéra.

VYROVNÁVANIE

Po umiestnení trénažéra na trvalé miesto sa uistite, že je na podlahe rovný. Na jeho vyrovnanie môžete použiť vyrovnávač nerovností (87), pozri obrázok 10.

MANIPULÁCIA A SKLADOVANIE

Jednotka je vybavená kolieskami (59) na jednoduchú manipuláciu. Pomocou dvoch predných koliesok možno trénažér premiestniť na zvolené miesto miernym nadvihnutím, obr. 11. Trénažér skladujte na suchom mieste a nevystavujte ho teplotným výkyvom.

ÚKONY PRED ZAČIATKOM

1. Skontrolujte, či sú všetky komponenty správne namontované: Stojanové matice musia byť utiahnuté momentom 20 Nm. Sedlo a riadidlá musia byť správne nastavené pre používateľa.
2. Na kontaktné plochy znázornené na obrázkoch 12-17 sa musí naniesť inhibítor hrdze BH.

Miesta použitia inhibítora hrdze BH:

- a. Plášť nastaviteľných predných a zadných nôh nosiča. Obr. 12.
- b. Plochy držiakov prepravných kolies, obr. 12.

- c. Predné a zadné plochy držiaka stojana. Obrázky 13 a 14.
- d. Oblasť, v ktorej sú stojany pripevnené k rámu. Obr. 15.
- e. Spojenie medzi pedálom a kľukou. Obr. 16.
- f. Chrómované plochy stĺpika riadiel a vodorovné plochy, na ktorých je stĺpik riadiel upevnený. Obr. 17.

APLIKÁCIE:

Pred použitím dobre pretrepte. Pomocou predlžovacej trubice držte nádobu vo vzdialenosti 20 až 30 cm od striekaného povrchu. Počkejte dve minúty, kým sa produkt stabilizuje. Prípravok rovnomerne rozotrite čistou handričkou, pričom zanechajte ľahký film a prebytok zotrite. Na miesta so zlým prístupom aplikujte výrobok pomocou štetca. Nechajte zaschnúť približne 3 hodiny.

Bezpečnostné opatrenia pri manipulácii

Vyhňte sa všetkým zdrojom vznietenia (iskry alebo plameňa). NEDOVOLTE, aby sa materiál dostal do kontaktu s očami alebo pokožkou. Pri manipulácii používajte vhodné ochranné prostriedky. Nádobu udržiavajte 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. Vyhňte sa všetkým zdrojom vznietenia (iskry alebo plameňa). Skladujte v rozmedzí od 4,4° C do 49 ° C. Všetky materiály skladujte na suchom, dobre vetranom mieste. Zabráňte vdychovaniu výparov. BH Wheel Protector naneste čistou handričkou a výrobok vyleštite.

Použitie: Chránič kolesa by sa mal aplikovať na celé koleso. Nastriekajte BH ochranný prostriedok na kolesá na ošetrovaný povrch. Potom rozotrite čistou handričkou. Utrite do sucha handričkou. Nenechávajte trenážer samovoľne zaschnúť.

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.

Každý týždeň

1. Dôkladne skontrolujte komponenty trenážera, aby ste sa uistili, že sú v správnom stave. Skontrolujte skrutky, matice, pedále, sedlo, poistné skrutky atď.

Znečistené časti, ktoré sú v trvalom kontakte s potom, čistite 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.-Napätie v reťazci -

1) Uvoľnite bezpečnostnú skrutku na zotrvačníku (69) Obr. 18.

2) Nastavte napnutie reťaze otáčaním nastavovacích matíc (22) proti smeru hodinových ručičiek (na strane zobrazenej na obrázku) a na druhej strane v smere hodinových ručičiek.

3) Odporúčame otočiť vždy o 1/4 na oboch stranách zotrvačníka.

4) Nastavovacími maticami príliš neotáčajte, inak sa

reťaz by mohla byť preťažená a mohlo by dôjsť k poškodeniu hriadeľa a ložísk zotrvačníka.

5) Po vykonaní vyššie uvedených krokov dotiahnite poistné matice.
(69) na oboch stranách zotrvačníka.

2. 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. Aplikujte ochranný prostriedok na bicykle BH a očistite oblasť čistou suchou handričkou. Potom ho utrite do sucha.

3. Tri poistné skrutky by sa mali uvoľniť a nastriekať mazivom Wurth, aby zostali funkčné.

Každý rok

1. Očistite prípravkom MEGUIAR'S NXT - mydlo dajte do vody v miske. Pretrepte, aby ste vytvorili penu. Aplikujte vlhkou špongiou a osušte.

2. Plochy znázornené na obrázkoch 12 až 17 by sa mali chrániť prostriedkom proti hrdzi BH - aplikujte ho na tri hodiny.

3. Na vyčistené miesto naneste čistou suchou handričkou ochranný prostriedok BH Inner Wheel Protector. Po aplikácii utrite do sucha.

4. Mazanie puzdra hriadeľa/ramena Pravé rameno (17). -

1. - Uvoľnite upevňovaciu skrutku (13) na hriadeľ (23), pozri obr. 1.

2. - Odstráňte pravé rameno (17) v smere šípky.

3. - Na koniec hriadeľa (23) naneste niekoľko kvapiek maziva.

4. - Rameno opäť nasadte na hriadeľ a pevne utiahnite skrutku.

Ľavé rameno (5). -

1.- Uvoľnite upevňovaciu skrutku (13) na hriadeľ (23), pozri obr. 1.

2. - Odstráňte ľavé rameno (5) v smere šípky.

3. - Na koniec hriadeľa (23) naneste niekoľko kvapiek maziva.

4. - Rameno opäť nasadte na hriadeľ a pevne utiahnite skrutku.

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

ZÁRUKA SA NEVZŤAHUJE NA:

Nesprávnu údržbu.

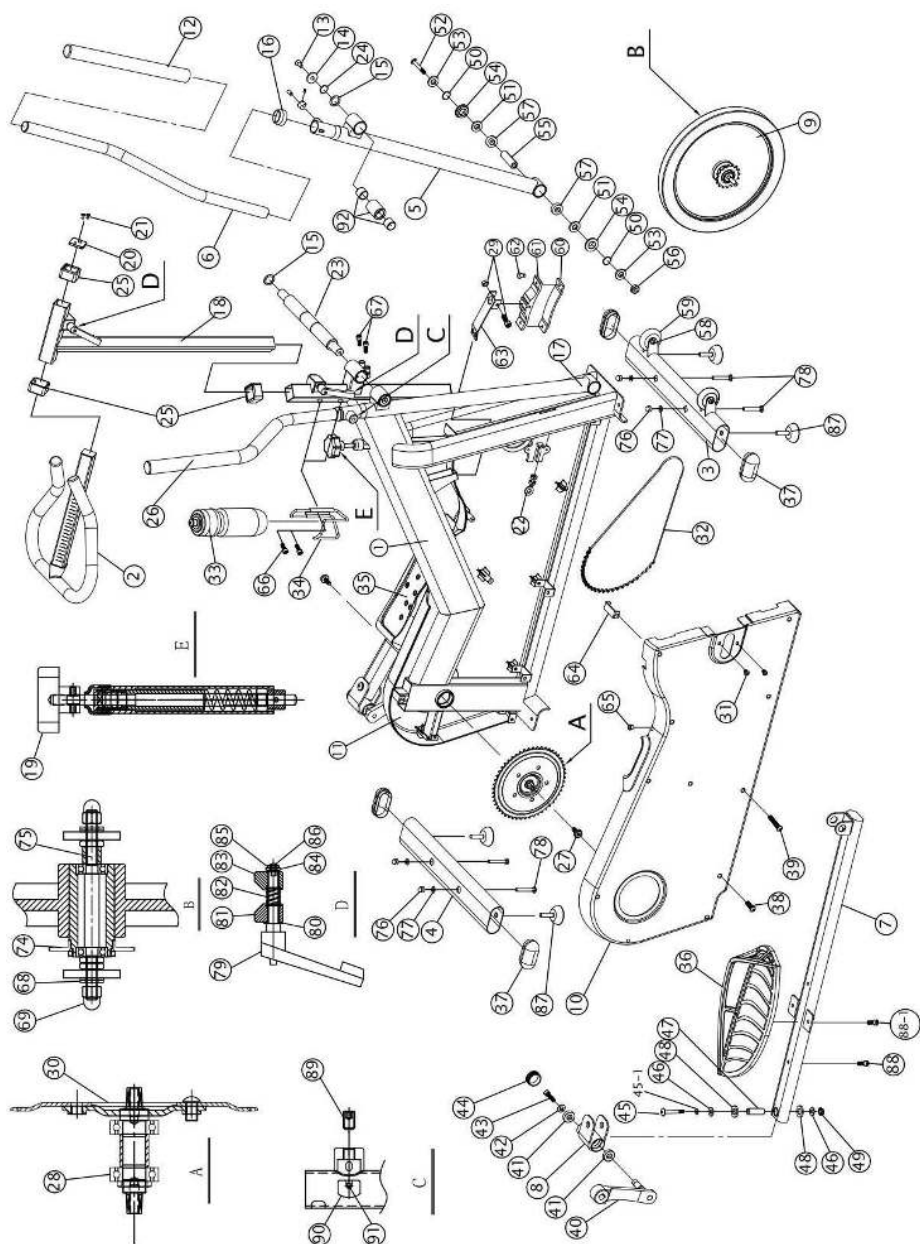
Nesprávnu montáž kupujúcim.

Nedodržanie montážnych pokynov uvedených v priloženej príručke.

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

Ak máte akékoľvek otázky, obráťte sa na našu technickú asistenčnú službu (pozri poslednú stranu príručky).

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





RPM 288

WATT
CAL. 888

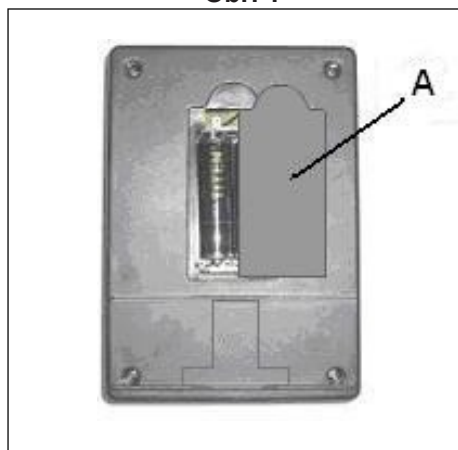
DIST. 888.8

TIME 88-88

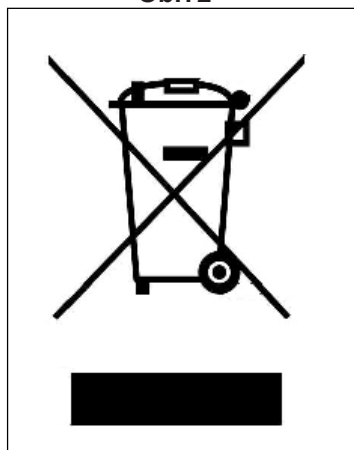
♥
288

MONITOR

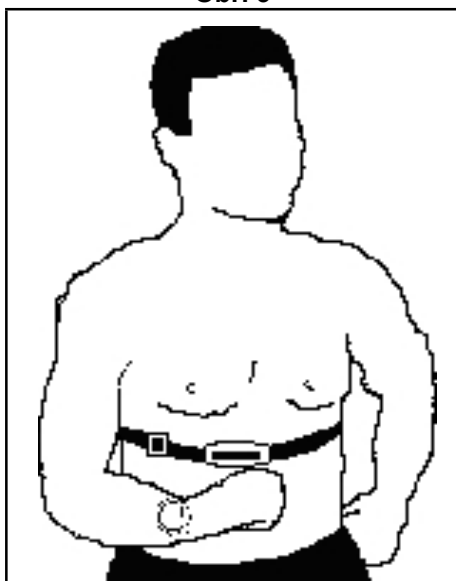
Obr. 1



Obr. 2



Obr. 3



INŠTALÁCIA BATÉRIE

Monitor funguje na dve 1,5 V ALKALICKEJ BATÉRIE. Ak chcete batérie vložiť, odstráňte zadný kryt monitora, obr. 1, a opatrne vložte dve batérie typu R-6 do priestoru pre batérie (A) a uistite sa, že je polarita batérií správna (zodpovedajúca pólu batérie „+“ značka «+» vo vnútri priestoru pre batérie a značka «-» zodpovedajúcej značke «-»). Zatvorte kryt. Vid' obr. 1. Ak po zapnutí monitor zobrazuje chyby alebo iba čiastočné segmenty, vyberte batérie a počkajte približne 15 sekúnd, než ich znovu vložíte. Slabé vybité batérie spôsobujú zlý kontrast zobrazenia na digitálnom displeji a chybné hodnoty. Ihneď ich vymeňte.

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

MONITOR

Pre lepšiu kontrolu nad tréningom je tento prístroj vybavený súbežnými údajmi o rýchlosti, vzdialenosti, otáčkach za minútu, čase cvičenia a spálených kalóriách. Obrazovka sa automaticky zapne hneď, ako začnete cvičiť alebo stlačením ľubovoľného tlačidla.

Monitor sa automaticky vypne, ak je jednotka nečinná dlhšie ako 45 sekúnd, a všetky hodnoty sa vynulujú.

A. RÝCHLOSTNÁ FUNKCIA

Táto funkcia zobrazuje rýchlosť v km/h.

B. FUNKCIA OTÁČOK

Táto funkcia zobrazuje počet otáčok za minútu.

C. FUNKCIA ČASU

Táto funkcia sa počíta v krokoch po jednej sekunde až do maximálneho času 99:59 sekúnd.

D. FUNKCIA VZDIALENOSTI

Táto funkcia sa počíta v krokoch po 0,01 km/ml až do maximálnej hodnoty 99,99 km/ml.

E. FUNKCIA KALÓRIÍ

Táto funkcia počíta v krokoch po jednej kalórii až do maximálnej hodnoty 999,9 kalórií.

F. TELEMETRICKÁ SRDCOVÁ FREKVENCIA

Na meranie srdcovej frekvencie počas cvičenia je potrebné nosiť hrudný pás (VOLITELNÉ). Obr. 3.

SPRIEVODCA PROBLÉMOV

RIEŠENIE

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 nabité.
- c.- Ak sú vybité, vymeňte ich za nové.

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

Riešenie:

- a.- Vyberte batérie na 15 sekúnd a potom ich znovu správne vložte.
- b.- Skontrolujte nabitie batérií. Ak sú vybité, vymeňte ich za nové.
- c.- Ak vyššie uvedené kroky nepomôžu, vymeňte monitor.

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

Ak máte akékoľvek otázky, obráťte sa na našu technickú asistenčnú službu (pozri poslednú stranu príručky).

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

Dovozca a distribútor pre Českú a
Slovenskú republiku Trinteco spol.
s r.o.

Na Strži 2102/61a, 140
00 Praha 4 - Krč
ID: 052 54 175 DIC:CZ05254175



Dovozce a distributor pro Českou a Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a, 140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175 DIC:CZ05254175

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