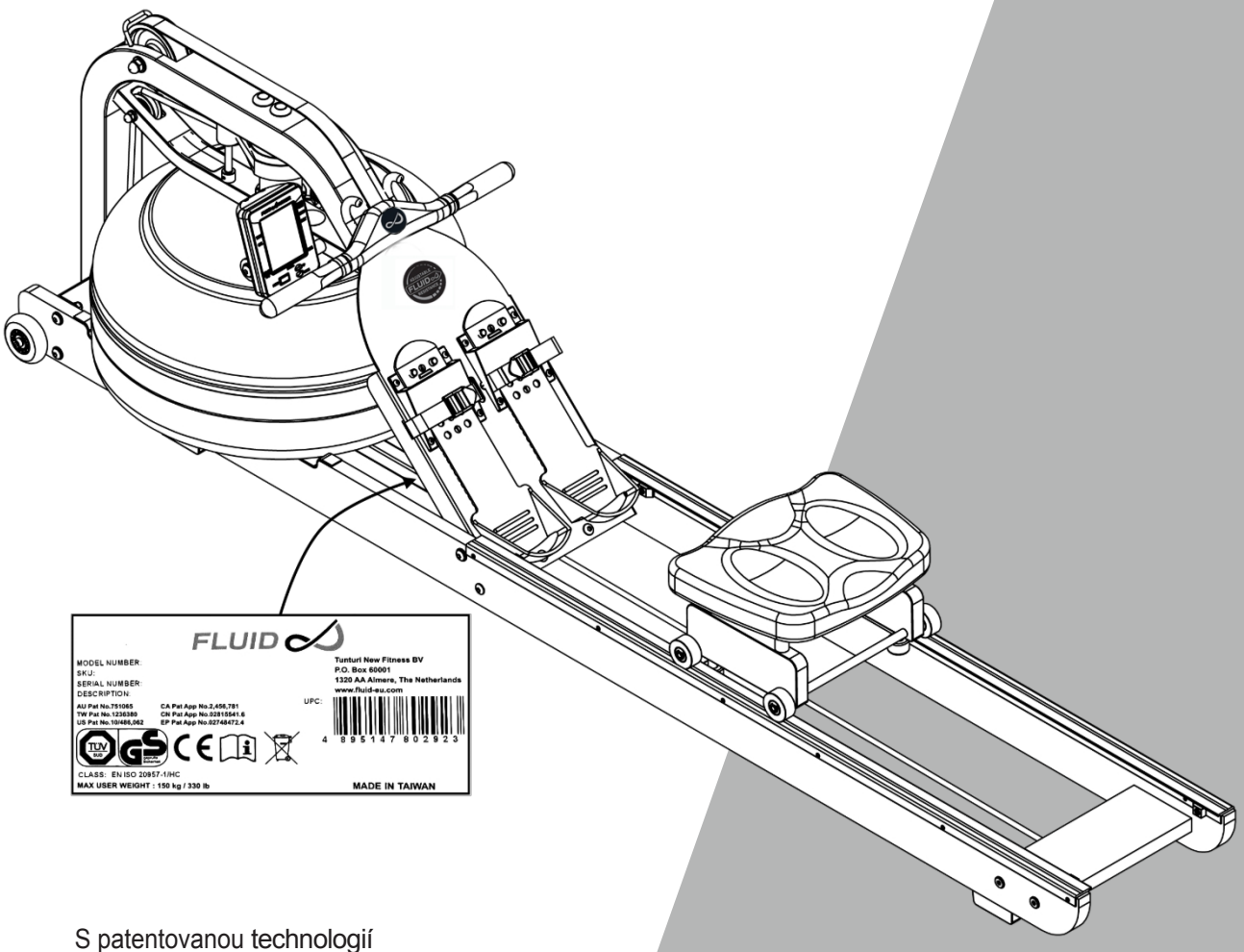
FLUID

NÁVOD PRO UŽIVATELE

APOLLO XL

23FAPWX0E0



S patentovanou technologií
nastavitelného odporu kapaliny

WWW.FLUID-EU.COM

Obsah

Česky

Úvod....2
Bezpečnost....3
Montáž....5
Rower Box 1 a 2 Obsah....6
Návod k montáži....7
Návod k obsluze....10
Monitor s automatickým nastavením Bluetooth....13
Postup kalibrace....13
Připojení monitoru a APP....14
Párování srdečního tepu přes Bluetooth....14
Odpojení trenažéru....14
Opětovné nasazení trenažéru....15
Údržba....16
Řešení problémů....16
Návod k použití podpůrného držáku úložiště....17
Mezinárodní záruka....18

English

Introduction....36
Safety....36
Assembly....38
Rower Box 1 & 2 Contents....41
Assembly Instructions....42
Operation Instructions....46
Bluetooth Auto-Adjust Monitor....49
Calibration Procedure....49
Monitor and APP Connectivity....49
Bluetooth Heart Rate Pairing....49
Detaching the Rower Belt....50
Reattaching the Rower Belt....50
Maintenance....52
Troubleshooting....52
Storage Support Bracket Instructions....51
International Warranty....51

Slovensky

Úvod....19
Bezpečnosť....19
Montáž....21
Rower Box 1 a 2 Obsah....22
Návod na montáž....23
Návod na obsluhu....26
Monitor s automatickým nastavením Bluetooth....29
Postup kalibrácie....29
Pripojenie monitora a APP....30
Párovanie srdcového tepu cez Bluetooth....30
Odpojenie trenažéru....30
Opätovné nasadenie trenažéru....31
Údržba....32
Riešenie problémov....32
Návod na použitie podporného držiaka úložiska....33
Medzinárodná záruka....34

Deutsch

Einführung....52
Sicherheit....53
Aufbau....56
Inhalt der Rower Packung....57
Montageanweisungen....58
Bedienungsanweisungen....61
Automatisch einstellbarer Bluetooth-Monitor....64
Kalibrierung....64
Konnektivität für Konsole und APP....65
Bluetooth-Herzfrequenz koppeln....65
Abnehmen des Rudergurtes....65
Montieren des Rudergurtes....66
Wartung....67
Fehlerbehebung....67
Anweisungen zur Aufbewahrungsstützhalterung....68
Garantie....69

Úvod

Blahopřejeme vám k zakoupení trenažéru.
Společnost FLUID hrdě představuje Rower jako výrobek pro domácí použití s patentovaným nastavitelným odporem tekutin.
Naše jedinečná kombinace přesných ocelových a masivních dřevěných rámů obsahuje pouze nejkvalitnější americký jasan, který je získáván pomocí nejnovějších technologií udržitelné těžby z obnovitelných plantáží.
Vezměte na vědomí, že drobné barevné odchylky jsou normální a jsou součástí umění matky přírody. Díky vzorům dřeva a jemným odstínům je každá jednotka Rower velmi individuální a je navržena tak, aby doplňovala jakékoli prostředí.
Při správné montáži, plnění nádrže, úpravě vody, servisu a údržbě pečlivě dodržujte všechny pokyny. bezpečnosti.
Přístup k naší celosvětové distribuční a servisní síti je k dispozici na adrese www.fluid-eu.com Před montáží zkontrolujte obsah krabice 1 a 2, zda jsou všechny díly přítomny a správné.

Trénink s trenažérem

1. Stejně jako u jakéhokoli jiného fitness zařízení se před zahájením cvičebního programu na trenažéru poraďte se s lékařem.
2. Při správné poloze nohou a základních technikách veslování postupujte podle pokynů uvedených v této příručce.
3. Podrobnější informace o technikách veslování naleznete na našich mezinárodních webových stránkách www.fluid-eu.com

Bezpečnost

Bezpečnostní informace

- Před použitím tohoto výrobku je nutné si přečíst CELÝ návod k obsluze a VŠECHNY pokyny. Trenažér je určen výhradně k použití způsobem popsaným v tomto návodu.
- JE DŮLEŽITÉ POROZUMĚT KAŽDÉMU UPOZORNĚNÍ V PLNÉM ROZSAHU.
- Stejně jako u jakéhokoli jiného fitness zařízení se před zahájením cvičení na trenažéru poraďte s lékařem.
- Uvědomte si, že jakémukoli fitness režimu před jeho zahájením nejlépe předchází lékařská prohlídka u certifikovaného lékaře.
- Při nesprávném nebo nadměrném tréninku může dojít k poškození zdraví.
- Pokud se na řemenech, kladkách a lanech objeví známky nadměrného opotřebení, okamžitě stroj zastavte. Přístroj nepoužívejte, dokud nebudou uvedené díly opraveny nebo vyměněny.
- Nedovolte dětem bez dozoru přístup ke stroji.
- Před zvednutím trenažéru do svislé polohy posuňte sedadlo dopředu.
- Trenažér může stát ve svislé poloze pro uskladnění. Přitom postupujte podle pokynů uvedených v návodu.
- Pokud by některé z nastavovacích zařízení zůstalo vyčnívat, mohlo by uživateli překážet v pohybu.
- Neskladujte v mrazu s vodou v nádrži, protože může dojít k jejímu rozpínání a prasknutí součástí.
- Konzola je navržena tak, aby poskytovala přesné údaje o tréninku v reálném čase. V zájmu vašeho zdraví a bezpečnosti se však nespoléhejte pouze na tyto údaje. Pokud pocítíte jakékoli potíže, okamžitě přestaňte cvičit a poraďte se s lékařem.
- Pod zařízení vždy umístěte protiskluzovou podložku, abyste snížili riziko uklouznutí.
- Před použitím zkontrolujte, zda nádržka nejeví známky netěsnosti. V případě zjištění úniku okamžitě přestaňte zařízení používat.
- Zařízení pravidelně kontrolujte a v případě potřeby vyměňte baterie, aby byl zachován bezpečný provoz.

Správné používání

- Nepoužívejte zařízení jiným způsobem, než je navrženo nebo určeno výrobcem. Je nezbytné, aby zařízení FLUID bylo používáno správně, aby nedošlo ke zranění.
- Při nesprávném nebo nadměrném cvičení může dojít ke zranění. Před zahájením cvičebního programu se doporučuje, aby se všichni jedinci poradili s lékařem. Pokud kdykoli během cvičení pocítíte mdloby, závratě nebo bolesti, PŘESTAŇTE CVIČIT a poraďte se s lékařem.
- Aby nedošlo ke zranění, udržujte části těla (ruce, nohy, vlasy atd.), oblečení a šperky mimo dosah pohyblivých částí.
- Dodržujte pokyny uvedené v této příručce pro správnou polohu nohou a základní techniky veslování.
- Podrobnější informace o technikách veslování naleznete na našich mezinárodních webových stránkách www.fluid-eu.com.

Kontrola

- NEPOUŽÍVEJTE ani nepovolujte používání zařízení, které je poškozené a/nebo má opotřebované nebo poškozené části. Pro všechna zařízení FLUID používejte pouze náhradní díly dodané společností FLUID.
- Kabely a řemeny představují mimořádnou odpovědnost, pokud jsou používány roztřepené. Vždy vyměňte jakýkoli kabel nebo řemen při prvních známkách opotřebení (v případě nejistoty se obraťte na společnost FLUID).
- ÚDRŽBA ZAŘÍZENÍ - Preventivní údržba je klíčem k bezproblémovému provozu zařízení a také k udržení vaší odpovědnosti na minimu. Zařízení je třeba pravidelně kontrolovat.
- Ujistěte se, že každá osoba (osoby), která provádí seřízení nebo jakoukoli údržbu či opravu, je k tomu kvalifikovaná.
- NEPOKOUŠEJTE SE POUŽÍVAT NEBO OPRAVOVAT ŽÁDNÉ PŘÍSLUŠENSTVÍ SCHVÁLENÉ PRO POUŽITÍ S KAPALINOVÝM ZAŘÍZENÍM, KTERÉ SE JEVÍ JAKO POŠKOZENÉ NEBO OPOTŘEBOVANÉ.
- Pravidelně kontrolujte všechny řemeny, kladky a lana, zda nevykazují známky opotřebení, a v případě potřeby je vyměňte.
- Pravidelně kontrolujte a dodržujte všechny pokyny pro údržbu uvedené v této příručce.
- Okamžitě vyměňte všechny vadné díly a neprovozujte jednotku, dokud nebudou dokončeny všechny opravy.
- Úroveň bezpečnosti zařízení lze udržet pouze tehdy, pokud se pravidelně kontroluje, zda nedošlo k poškození a opotřebení, např. lan, kladek, spojovacích bodů.

Bezpečnost

Provozní upozornění

- Zabraňte přístupu dětí k zařízení. Pokud je zařízení používáno v přítomnosti dětí, musí rodiče nebo jiné osoby vykonávající dohled nad dětmi zajistit pečlivý dohled nad dětmi.
- Nedovolte uživatelům, aby při používání zařízení nosili volné oblečení nebo šperky. Doporučujeme také, aby si uživatelé zajistili dlouhé vlasy dozadu a nahoru, aby se vyhnuli kontaktu s pohyblivými částmi.
- Všechny okolostojící osoby se musí během provozu stroje držet mimo dosah všech uživatelů, pohyblivých částí a připojeného příslušenství a součástí.
- VAROVÁNÍ Nevkládejte prsty do nádrže!
- UPOZORNĚNÍ Po veslování nechte přístroj 5 minut stát, než jej postavíte k uskladnění.
- UPOZORNĚNÍ Nenaplňujte nádrž za kalibrační značku uvedenou na nálepce hladiny v nádrži, jinak může dojít k rozlití vody.
- VAROVÁNÍ Nikdy neprovozujte tento veslařský trenažér bez nohou řádně upevněných v popruzích na nohy nebo bez zajištěné posuvné části posuvné desky na nohy!

⚠ UPOZORNĚNÍ

- Udržujte ruce a prsty mimo dosah pohyblivých částí, jak je uvedeno v tomto návodu.
- Trenažér může při skladování stát ve svislé poloze. Ujistěte se, že je vybráno bezpečné místo, například v rohu místnosti nebo u zdi na rovném, bezpečném povrchu.
- Doporučuje se nevystavovat stroj přímému slunečnímu záření. To může způsobit zrychlené stárnutí plastového materiálu, zkrátit životnost pláště nádrže a dokonce vést k jeho deformaci a prasknutí.

⚠ POZNÁMKA:

Pokud není skladovací plocha rovná, je zapotřebí přídavné upevnění (prodává se samostatně), které udrží trenažér v rovině stabilní při vertikální skladovací poloze.

Montáž

Specifikace výrobku

Třída výrobku: 1: HC

Brzdný systém: vodní

Hmotnost netto: 32,7 kg Hmotnost brutto: 39,96 kg

(88,10 lb)

Minimální bezpečná provozní plocha: 0,5 m: 333 cm (131,09") x 172 cm (67,71").

Rozměry: 2130 mm (83,86") délka x 540 mm (21,26") šířka x 560 mm (22,04") výška

Maximální hmotnost uživatele: 150kg (330lb)

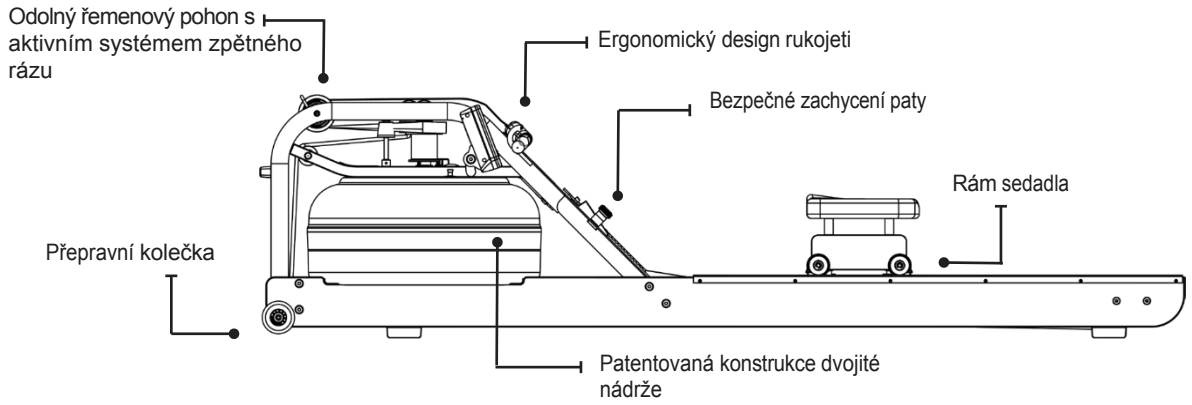
Kompaktní půdorys: 2130 x 540 mm nebo ve svislé poloze 560 x 540 mm

Použití v interiéru

Instalace

- Pro maximální stabilitu umístěte během používání na stabilní, rovný povrch ve vodorovné poloze.
- Pravidelně kontrolujte všechny řemeny, kladky a bungee šňůry, zda nevykazují známky opotřebení, a v případě potřeby je vyměňte.
- Pravidelně kontrolujte a dodržujte všechny pokyny pro údržbu uvedené v této příručce.
- Okamžitě vyměňte všechny vadné díly a neprovozujte jednotku, dokud nebudou všechny opravy dokončeny.

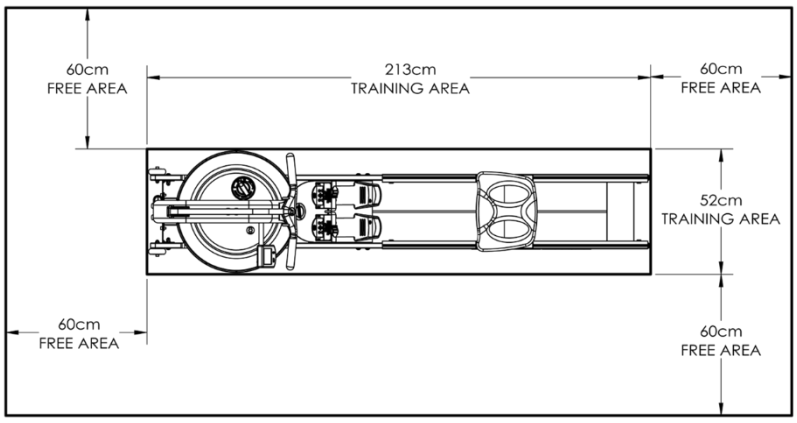
Nejdůležitější informace o výrobku



Chcete-li použít transportní kolečka pro přesun veslovacího trenažéru, stačí zvednout zadní nohy do úhlu většího než 15 stupňů. To vám umožní snadnou přepravu zařízení.

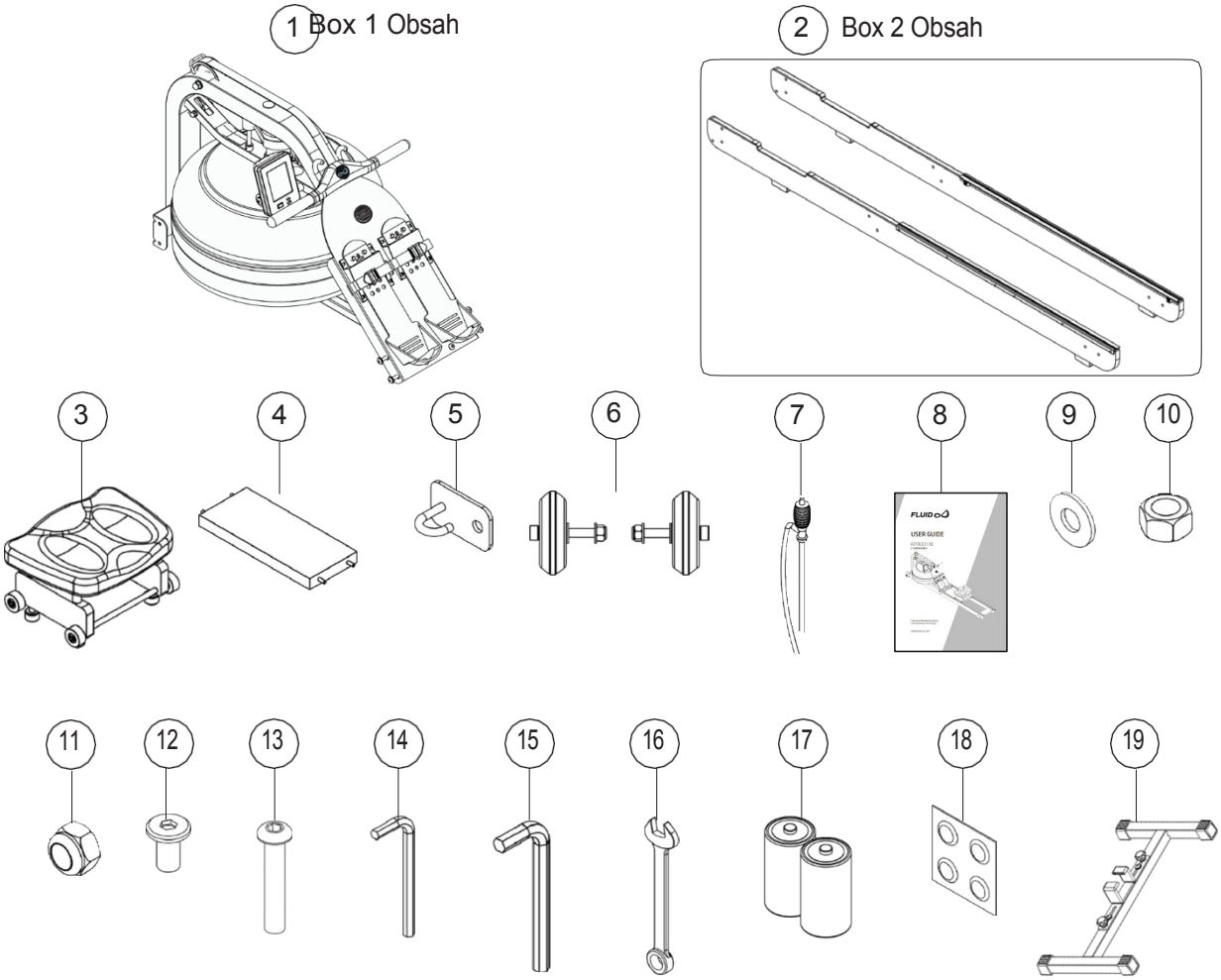
Živá plocha a tréninková plocha

Plocha pod napětím musí být nejméně o 60 cm (23,62") větší než tréninková plocha ve směrech, ze kterých se k zařízení přistupuje. Plocha pod napětím musí zahrnovat také prostor pro nouzové sesednutí.



Poznámka: trenažér není vhodný pro terapeutické účely.
Pokud je zařízení umístěno vedle sebe, může být hodnota volné plochy společná.

Obsah boxu 1 a 2 veslovacího trenažéra



Položka	Množství.	Popis	Položka	Množství	Popis
1	1	Hlavní rám	5	1	Upevnění na háček
2	2	Levá / pravá boční lišta	6	2	Sestava přepravního kola
3	1	Sedadlo veslaře	7	1	Sifon
4	1	Zadní výztuha	8	1	Uživatelská příručka
SADA hardwaru					
9	16	Podložka M8	14	1	5mm imbusový klíč
10	8	Standardní matice M8	15	1	6mm imbusový klíč
11	8	Matice M8 Nyloc	16	1	13mm klíč
12	4	Šroub M6x15mm	17	2	Baterie D
13	8	Šroub M8x45 mm	18	4	Tableta na úpravu vody
Volitelné vybavení (není součástí dodávky)					
19	1	Podpěrný držák pro skladování	21	1	Dotyková rukojeť pro měření srdečního tepu
20	1	Sada Elevate	22	1	Držák na chytrý telefon

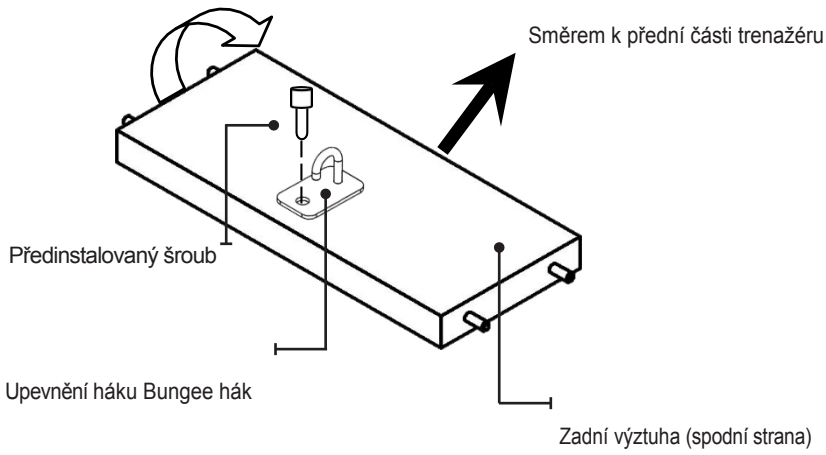
Návod k montáži

KROK 1 Instalace zadní výztuhy a sestavy přepravního kola na boční lišty

POŽADOVANÉ

Boční lišta vlevo/vpravo [2]
Zadní výztuha [4]
Uchycení háku [5] Sestava přepravního kola [6] 4x šrouby M6x15 mm [12].

A) Začněte zadní výztuhou a na spodní straně najdete předem nainstalovaný šroub. Ze sady hardwaru vezměte držák Bungee Hook a nainstalujte jej na zadní výztuhu, jak je znázorněno na obrázku. Všimněte si orientace výztuhy a háku musí být správné, aby držely konec Bungee Shock Cord, jak je znázorněno šipkou na obrázku, která směřuje k přední části trenažéru.



UPOZORNĚNÍ

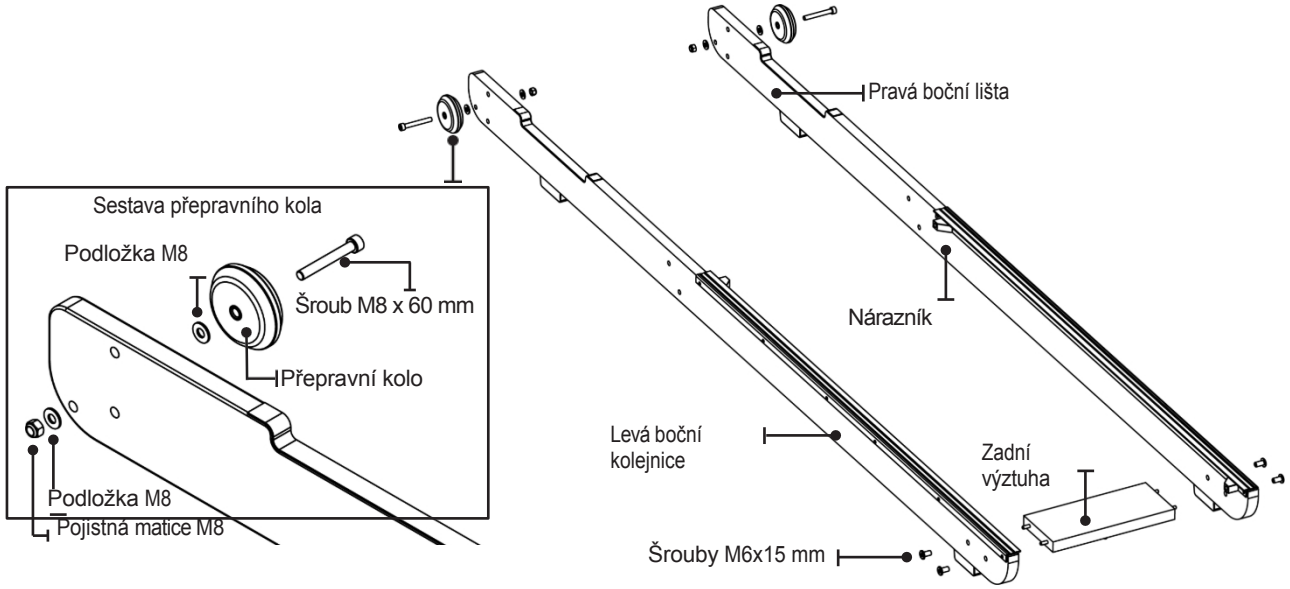
Před montáží na boční lišty otočte zadní výztuhu do správné orientace.

POZNÁMKA

Přepravní kola musí být namontována na vnější straně bočních kolejnic, jak je znázorněno níže. Osy transportních kol příliš neutahujte, protože by to mohlo bránit otáčení transportních kol.

B) Dále spojte Boční kolejnici vlevo a Boční kolejnici vpravo[2] pomocí 4x šroubů M6x15 mm[12] a Zadní výztuhy[4]. NEDOTAHUJTE.
Tip: Pro správnou orientaci montáže směřujte zarážky dovnitř kolejnice.

C) Po montáži zadní výztuhy a bočních kolejnic namontujte sestavu přepravních kol[6] na levou/pravou boční kolejnici[2]. Poznámka: Jedna podložka je na vnější straně a jedna na vnitřní straně boční lišty.



Návod k montáži

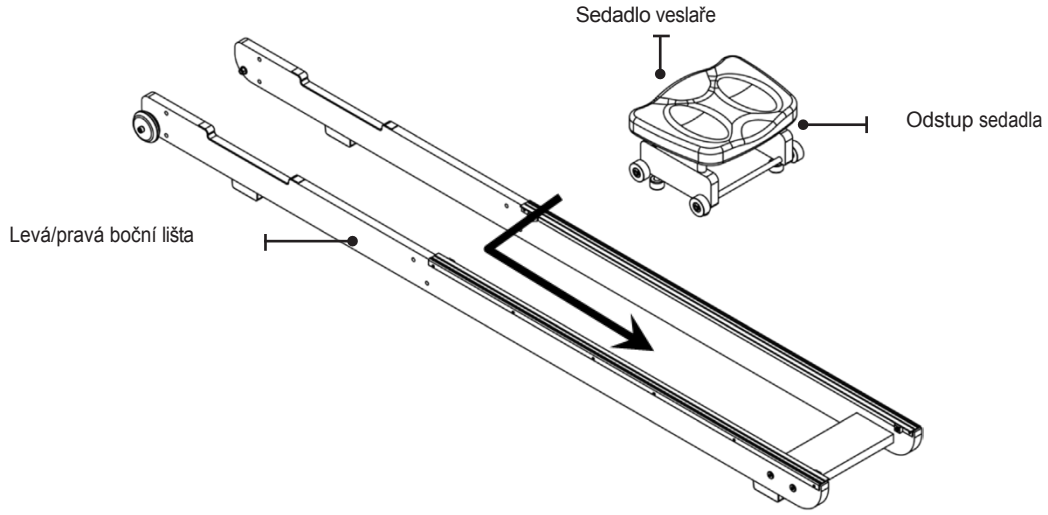
KROK 2

Montáž sedadla veslaře a horního hlavního rámu

POŽADOVANÉ
Levá/pravá boční lišta [2]
Sedadlo veslaře [3]

Pro instalaci sedadla veslaře mírně roztáhněte levé/pravé boční lišty[2] a spusťte sedadlo veslaře [3] do dráhy.

Poznámka: Odstup sedadla musí směřovat dozadu.



KROK 3

Montáž sedadla veslaře a horního hlavního rámu

POŽADOVANÉ
Hlavní rám [1]
Sestava bočních lišt [2] 16x podložky M8 [9]
8x standardní matice M8 [10]
8x matice M8 [11]
8x šrouby M8x45mm [13]

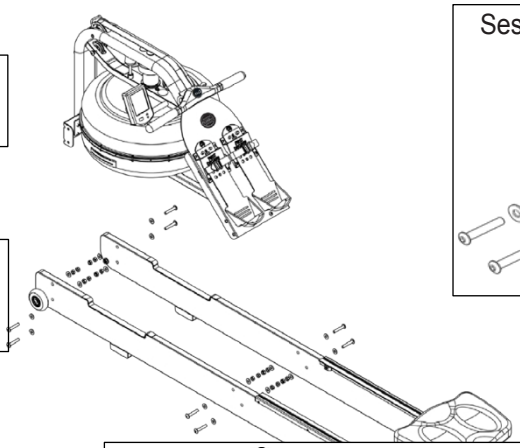
Poté nainstalujte hlavní rám[1] na sestavu bočních kolejnic[2] podle obrázku. Budete potřebovat 8x šrouby M8x45 mm[13], 16x podložky M8[9], 8x standardní matice M8[10] a 8x matice M8 Nyloc[11].
Nejprve upevněte přední spodní konzolu a poté desku nohou, ale NEUTESŇUJTE. Může se stát, že šrouby spodní konzoly budou obtížně přístupné. Tyto šrouby můžete zcela dotáhnout, jakmile bude rotoped stát ve svislé poloze, takže v tuto chvíli pouze vyrovnejte a volně zašroubujte spodní šrouby/ matice.

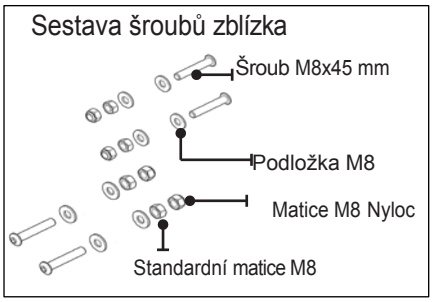
⚠ POZOR

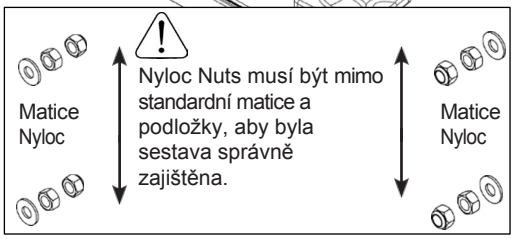
Nyloc Nuts musí být mimo standardní matice a podložky, aby byla montáž řádně zajištěna.

⚠ POZNÁMKA

Týdenní čištění kol a kolejnic měkkým suchým hadříkem, aby se snížila rychlost opotřebení kol i pásů.

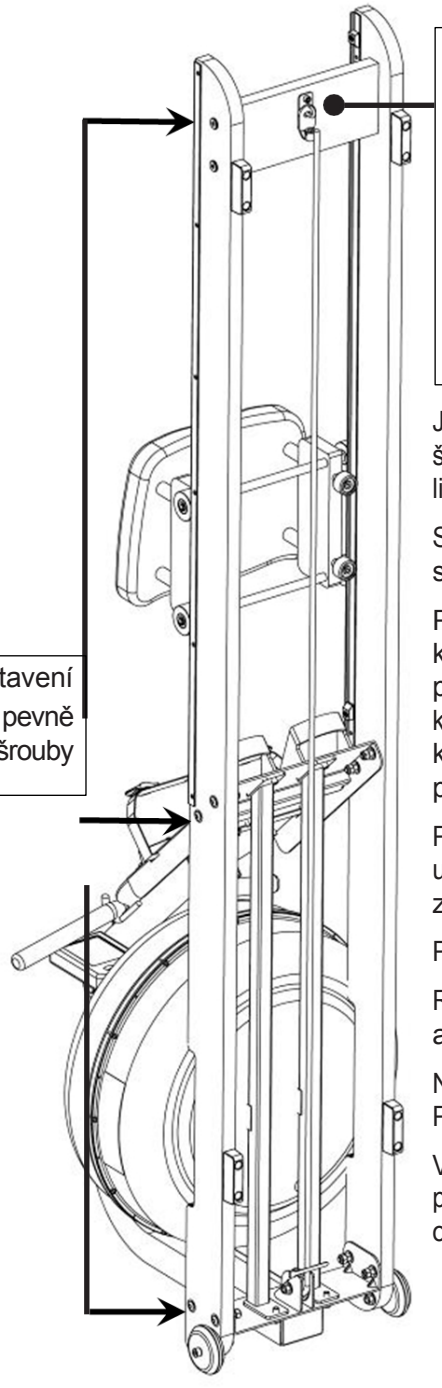






Návod k montáž

KROK 4 Připevněte Bungee hák a dokončete sestavu trenažéru



Po postavení trenažéru pevně utáhněte šrouby rámu.

Vytáhněte Bungee Cord a zahákněte konec Bungee na držák Bungee Hook[5], jak je znázorněno na obrázku.



⚠ Neodstřihujte Bungee karabinu předtím, než je Bungee šňůra připevněna k zadní části trenažéra, jak je znázorněno zde.

Jakmile je Bungee šňůra připevněna k zadní výztuze, utáhněte šrouby držící desku nohou, šrouby hlavního rámu k bočním lištám, protože jsou lépe přístupné ze svislé polohy.

Spusťte rotoped zpět do vodorovné polohy a vyzkoušejte, zda se bungee lanko správně odvíjí.

Před usednutím na sedadlo trenažéru zkontrolujte, zda nejsou v kolečkách sedadla/běžcích nečistoty nebo úlomky. Drobné předměty zachycené mezi válečky sedadla a pojezdovými kolečky mohou poškodit kolečka nebo pojezdovou plochu. Před každým použitím zkontrolujte, zda nejsou Runners znečištěné, a pravidelně je čistěte.

Poznámka: Šrouby rámu trenažéru vyžadují pravidelnou kontrolu utažení. Provádějte to na konci prvního měsíce používání a znovu po každých 12 měsících.

Při postavení výrobku ke skladování zvolte vhodné místo.

Rám trenažéru lze vyleštit jakýmkoli kvalitním leštidlem na nábytek, aby se ještě více zvýraznil bohatý lesk dřevěného povrchu.

Nainstalujte dodanou baterii 2x D a zkontrolujte funkci monitoru. Podrobnosti týkající se naleznete v části Monitor v této příručce.

Vyberte si rovný a rovný povrch, na kterém budete trenažér používat, abyste se vyhnuli houpání a případnému předčasnému opotřebení.

Návod k obsluze

Nádrž s nastavitelným odporem (AR)

Nádrž s nastavitelným odporem (AR), vyvinutá a patentovaná společností FLUID, nabízí skutečný víceúrovňový zážitek. Voda se pohybuje mezi "zásobní" a "aktivní" komorou nádrže AR Tank. Váš nový veslovací ergometr se může přizpůsobit - otočením kolečka - odporu, který každý uživatel preferuje.

Začínáme

Chcete-li dosáhnout minimálního odporu, zvolte na regulátoru nádrže hodnotu "1". K naplnění centrální (zásobní) nádrže je zapotřebí 10 zdvihů, přičemž ve vnější (aktivní) nádrži zůstane minimální množství vody. Tento postup je nutný vždy, pokud je požadován minimální odpor. Veslujte usilovně v rovnoměrném tempu (20 až 25 záběrů za minutu [SPM]) a do záběru vkládejte určité úsilí, přičemž dbejte na správnou formu. Během veslování můžete upravovat úroveň odporu. Vaše nádrž AR se téměř okamžitě přizpůsobí zvýšení odporu, ale bude trvat až 10 záběrů, než se sníží potřebné úsilí, protože se naplní centrální (zásobní) nádrž.

Vývoj vašeho tréninku

Jakmile naleznete úroveň, která vám poskytne požadované cvičení, můžete provádět změny SPM a intenzity záběrů, abyste dále měnili svůj energetický vklad. Intervalový trénink používá většina veslařů, kde se střídá období nízké intenzity s krátkými intervaly vysoké intenzity. Veslovací ergometr FLUID umožňuje změny "za chodu", aby bylo možné dosáhnout více úrovní odporových profilů během jediného tréninku. Další informace o cvičebních sestavách naleznete na našich webových stránkách na adrese www.fluid-eu.com

Plnění nádrže a postupy úpravy vody

POŽADOVANÉ

Sifon [7]

⚠ POZOR

Nastavovač odporu musí být nastaven na ÚROVEŇ 10, aby byla zajištěna přesná kapacita plnění.

⚠ VAROVÁNÍ

Nepřeplňujte nádrž nad maximální indikovanou úroveň 20 litrů. Řiďte se štítkem s označením hladiny v nádrži na spodní straně nádrže.

⚠ POZNÁMKA

V oblastech, kde je známa špatná kvalita vody z vodovodu, doporučuje společnost FLUID používat destilovanou vodu.

A) Odstraňte zátku nádrže z horní části nádrže.

B) Umístěte velký kbelík s vodou vedle roveru. Umístěte Sifon [7] s pevnou hadicí v kbelíku a ohebnou hadicí v nádrži.

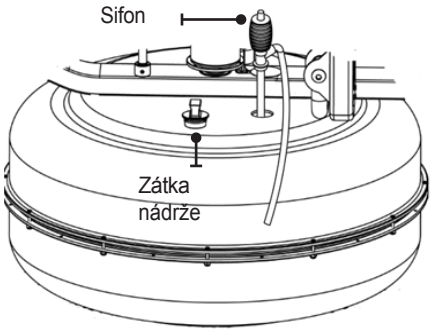
POZNÁMKA: Před použitím sifonu se ujistěte, že je malý odvzdušňovací ventil na sifonu uzavřen.

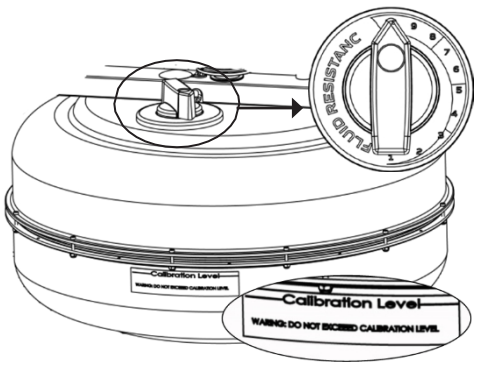
naplnění

C) Stisknutím sifonu začněte plnit. Důležité: Nádrž nepřeplňujte.

D) Po naplnění otevřete ventil na horní části sifonu, aby mohla přebytečná voda uniknout.

E) Po dokončení plnění postupujte podle níže uvedeného plánu úpravy vody, poté vyměňte zátku nádrže.



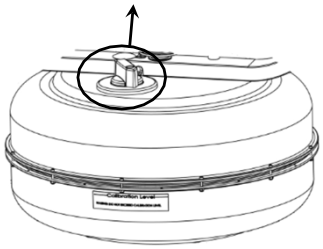


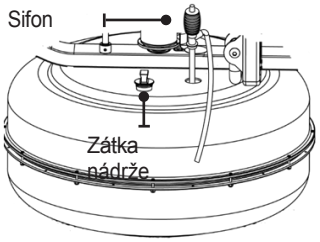
Úroveň 1: Při tomto nastavení zůstává část vody v rezervě a vytváří odolnost proti světlu.
Úroveň 10 : Toto nastavení umožňuje, aby se do setrvačníku dostalo maximální množství vody pro nejtěžší odpor .

Návod k obsluze

Odstranění/výměna vody z nádrže







A) Nastavte regulační knoflík do polohy "1".
B) Řádkujte alespoň deset tahů, aby se zásobní nádrž naplnila co nejúplněji. abyste zásobník naplnili co nejlépe.
C) Vyjměte zátku nádrže.
D) Zasuňte pevný konec sifonu do nádrže a ohebnou hadici do velkého sifonu. kbelíku.
E) Vypusťte nádrž (zůstane přibližně 40 % vody) a poté ji znovu naplňte podle pokynů pro plnění nádrže popsaných v části Plnění nádrže v tomto návodu.

POZNÁMKA:

- Ventil v horní části sifonu musí být uzavřen, aby bylo možné správně vypustit vodu.
  vypouštění vody.
- Úprava vody vyloučí nutnost výměny vody v nádrži, pokud je dodržován plán úpravy.
- Další tableta na úpravu vody je nutná pouze v případě, že se ve vodě objeví změna barvy.
- Vystavení plnému slunečnímu záření zkracuje životnost tablet pro úpravu vody. Uložení roveru mimo dosah přímého slunečního světla prodlouží dobu mezi jednotlivými ošetřeními vody.
- V nádrži zůstane přibližně 40 % vody. Bez demontáže není možné nádrž A/R zcela vypustit.

POZNÁMKA: Pro jednoduché, rychlé a efektivní naplnění a/nebo vyprázdnění nádrže máme jako volitelné příslušenství k dispozici bateriové čerpadlo (dobíjitelné přes USB). Doporučujeme ji všem komerčním zařízením s více jednotkami, která mají potřebu čas od času vypouštět a doplňovat Nádrže. Pro zakoupení kontaktujte nejbližšího distributora FLUID nebo navštivte naše webové stránky na adrese www.fluid-eu.com, kde naleznete podrobnosti.

⚠ POZOR Důrazně doporučujeme použít pod nádrží hadr na kapky, kdykoli je zátka nádrže otevřena kvůli úpravě vody.

Počáteční úprava vody

Přidejte jednu tabletu na úpravu vody na plnou nádrž. V ŽÁDNÉM PŘÍPADĚ NEPOUŽÍVEJTE JINÉ TABLETY NA ÚPRAVU VODY NEŽ TY, KTERÉ JSOU SOUČÁSTÍ DODÁVKY.
Zakoupená jednotka obsahuje 4xTablety na úpravu vody, což postačuje na několik let používání. Doba mezi jednotlivými ošetřeními vody se může značně lišit v závislosti na umístění vaší jednotky a vystavení slunečnímu záření. Obvykle lze očekávat, že vodu v nádrži budete ošetřovat každých 12-24 měsíců.
Pokud voda změní barvu nebo vykazuje známky růstu řas / bakterií, jednoduše přidejte jednu tabletu na úpravu vody. Chcete-li zakoupit další tablety na úpravu vody, obraťte se na nejbližšího regionálního prodejce/distributora nebo se podívejte na naše webové stránky www.fluid-eu.com.

Jak nastavit odpor

Zvolte preferovaný odpor kapaliny.
POZNÁMKA: Úroveň monitoru bude automaticky odrážet zvolený Odpor kapaliny v nádrži.
Při nastavování úrovně odporu počkejte dva tahy, abyste pocítili nárůst a deset tahů, abyste pocítili pokles.



MINIMUM

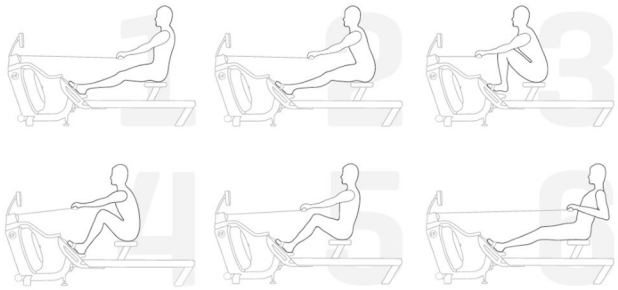


MAXIMÁLNÍ

Návod k obsluze

Začněte veslovat

Veslařský záběr se dokončuje v šesti fázích



1. Posaďte se s rovnýma nohama a zády, v bocích se mírně předkloňte, paže natáhněte rovně a ruce položte na úroveň dolních žeber. Švihněte dozadu.
2. Rovné nohy a záda, mírný předklon v bocích, ruce natažené dopředu. Předkloňte se a sklouzněte dopředu. Poznámka: Ruce by nyní měly být kolem kolen, nohy držte rovně.
3. Nohy jdou dopředu a snaží se dostat holeně do svislé polohy. Záda jsou stále rovná a postoj mírně předkloněný, paže stále natažené dopředu. Nyní jeďte tvrdě, toto je CATCH.
4. Kolena částečně narovnáme, takže sed je nyní v polovině dráhy, záda a paže jsou stále rovné. Udržujte tah.
5. Kolena jsou téměř rovná, záda jsou stále rovná, ale nyní se mírně naklánějí z boků dozadu. Paže jsou rovné. Nyní se protáhněte.
6. Nohy jsou nyní zcela natažené. Záda rovná a mírně zakloněná, nyní přitáhněte paže tak, aby byly blízko hrudníku, předloktí vodorovně a lokty blízko hrudního koše. Toto je DOKONČENÍ.

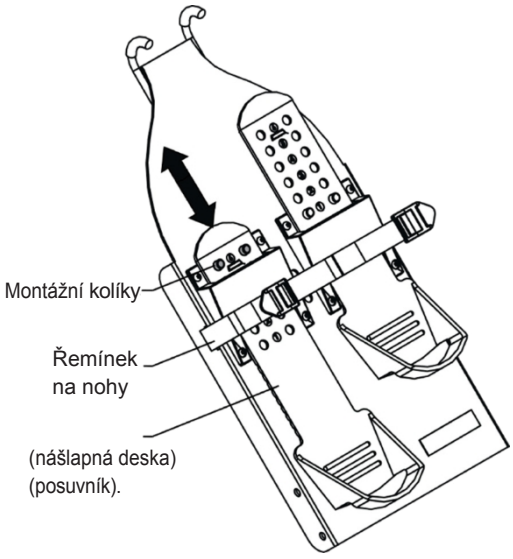
Další informace o správné technice veslování a tipy na trénink najdete na našich webových stránkách.
www.fluid-eu.com

⚠ UPOZORNĚNÍ: Před zahájením cvičebního programu se vždy poraďte s lékařem. Pokud pocítíte mdloby nebo závratě, okamžitě přestaňte.

⚠ POZOR: Neveslujte na jednu stranu.

Nastavení stupaček

Posuvník nášlapné desky se přizpůsobí většině velikostí chodidel a je navržen tak, aby vaše nohy při veslování bezpečně držely na místě. Chodidla by měla být umístěna tak, aby nášlapný pásek zakrýval tu část chodidla, která se při veslování přirozeně ohýbá. (Např. deska chodidla)
K NASTAVENÍ:
Zvedněte horní část nášlapné desky z montážních kolíků a posuňte ji vertikálně mezi 1-6 tak, aby vyhovovala délce vašeho chodidla.



Zajistěte zaháknutím nášlapné desky zpět na montážní kolíky a pevně zatlačte, abyste jej zajistili v dané poloze. Umístěte nožičky na a utáhněte řemínky, aby chodidla pevně seděla na patních úchytech.
Poznámka: Zachycovač paty by se měl ohýbat, aby se vaše chodidlo mohlo při veslování přirozeně otáčet.

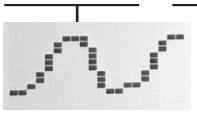
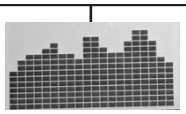
⚠ VAROVÁNÍ: Nikdy neprovozujte tento veslovací trenažér, aniž by chodidla byla řádně upevněna v Footstrapech nebo aniž by posuvná část posuvníku nášlapné desky byla zajištěna v dané poloze!

Monitor s automatickým nastavením Bluetooth

Automatické spuštění: Zahájení cvičení pro aktivaci.
Vynulujte všechny hodnoty: Stiskněte a podržte tlačítko RESET po dobu 3 sekund.
Automatické vypnutí: Po více než 5 minutách. Po opětovném spuštění se všechny hodnoty vrátí na nulu.



500M ČAS: Čas na veslování 500 metrů.
WATT: Jednotka výkonu aktualizovaná na jeden veslařský záběr.
DISTANCE (Vzdálenost): Aktualizováno každou sekundu.
POWER GRAPH (Graf výkonu): Stisknutím tlačítka RESET změníte zobrazení z křivky výkonu na kumulativní graf výkonu v sekundách.

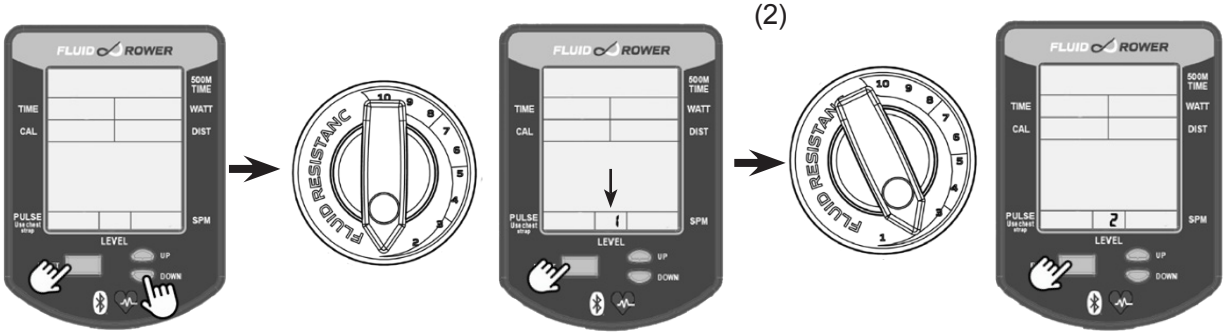
SPM: Údery za minutu aktualizované při každém záběru.
ÚROVEŇ: Automatické nastavení úrovně podle regulačního knoflíku na nádrži.
PULSE: Kompatibilní s hrudním pásem Polar H7,H10 a rukojetí pro měření tepové frekvence FLUID Touch (volitelně).
CAL: Kalorie spálené za hodinu při aktuálním výkonu ve wattech. Zobrazuje celkové spálené kalorie po ukončení cvičení.
ČAS: Automatické spuštění uplynulého času.

WATT: Měří špičkový výkon ve wattech, počítá sílu a zrychlení, které jsou k dispozici pro přesné měření výkonu uživatele.
TRÉNINKOVÉ ÚDAJE: Data získaná z každého tréninku se zobrazují ve formě výkonové křivky a grafu kumulativního výkonu, což umožňuje srovnání v reálném čase pro efektivní progresivní trénink.
AUTOMATICKÉ NASTAVENÍ ÚROVNĚ: Vestavěný potenciometr automaticky nastavuje úroveň odporu monitoru podle polohy regulačního knoflíku na nádrži.
BLUETOOTH CONNECTIVITY: Každý trenažér je vybaven nejmodernější technologií Monitor, která umožňuje připojení Bluetooth k jakémukoli kompatibilnímu chytrému zařízení. Monitor je navržen pro integraci s veslařskými a fitness aplikacemi a pomáhá s efektivním tréninkovým pokrokem, zaznamenáváním a porovnáváním dat pro soutěživé jedince. Včetně aplikace FLUID Rowing APP, která je k dispozici na webových stránkách FLUID. Je kompatibilní s APP třetích stran a aktualizací softwaru přes Bluetooth.
POZNÁMKA: Hrudní pás pro měření srdečního tepu a dotyková rukojeť pro měření srdečního tepu se prodávají samostatně.
UPOZORNĚNÍ K BATERIÍM: Abyste zabránili vytečení baterií, vyjměte je z monitoru, pokud zařízení neplánujete používat déle než 30 dní.
UPOZORNĚNÍ: Systémy monitorování srdečního tepu mohou být nepřesné, Nadměrné cvičení může mít za následek vážné zranění nebo smrt. Pokud pocítíte mdloby, okamžitě přestaňte cvičit a vyhledejte odbornou lékařskou pomoc.

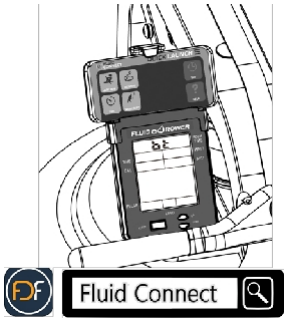
Kalibrační postup

1) Stiskněte a podržte tlačítka Reset a Down po dobu 5 sekund. Na displeji se zobrazí " Úroveň 1" Otočte rukojetí nádrže na úroveň 1.
   Stiskněte tlačítko Reset. Na displeji se nyní zobrazí úroveň 2. Kalibrace úrovně 1 je dokončena.
2) Otočte rukojetí nádrže na úroveň 2. Stiskněte tlačítko Reset.
   Na displeji se nyní zobrazí úroveň 3. Kalibrace úrovně 2 je dokončena.
3) Opakujte pro 3,4,5,6,7,8,9,10. Úroveň 10 Reset. Kalibrace je dokončena.

(1)



Připojení monitoru a aplikace



1. Stáhněte si aplikaci "Fluid Connect" na [App store] nebo [Google Play].
2. Když je monitor zapnutý, spustí se skenování Bluetooth pro propojení s telefonem/papírem.
3. Zapněte aplikaci FLUID CONNECT v telefonu.
4. Stiskněte libovolnou ikonu cvičení, APP vyhledá dostupný monitor v okolí.
5. Vyberte monitor, který chcete propojit.
6. Po propojení monitoru s aplikací APP se na displeji monitoru zobrazí pouze BT.

Párování přes Bluetooth pro měření srdečního tepu

POZNÁMKA: Hrudní pás pro měření srdečního tepu a dotyková rukojeť pro měření srdečního tepu se prodávají samostatně.



Monitor se automaticky spáruje s nejbližším zařízením pro měření srdečního tepu Bluetooth.

Po dokončení párování začne monitor zobrazovat srdeční tep.

Srdeční frekvence

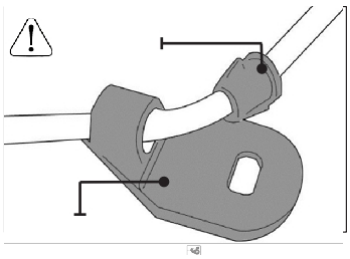
Prohlášení výrobce

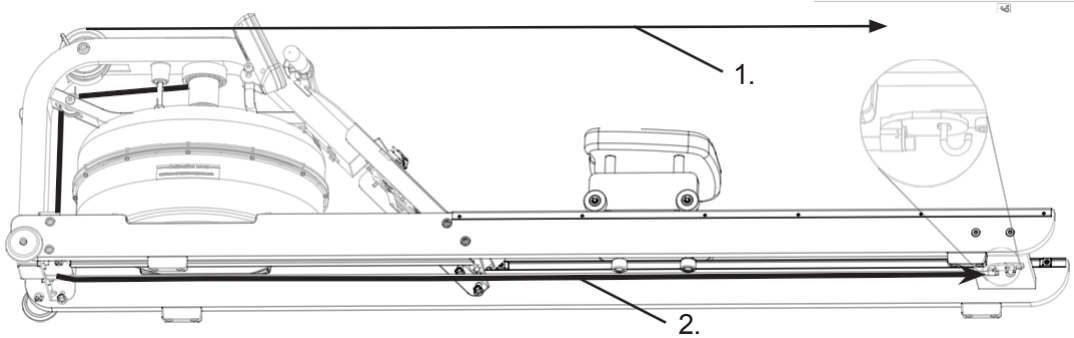
Společnost Tunturi New Fitness BV prohlašuje, že výrobek je ve shodě s následujícími normami a směrnicemi: RoHS (2011/65/EU) Nařízení o obecné bezpečnosti výrobků (GPSR) - (EU) 2023/988 Nařízení o bateriích (EU) 2023/1542

Společnost Tunturi New Fitness BV tímto prohlašuje, že rádiové zařízení typu : Apollo Pro XL je v souladu se směrnicí 2014/53/EU. Úplné znění EU prohlášení o shodě je k dispozici na této internetové adrese: https://doc.tunturi.com Tunturi New Fitness BV.
Purmerweg 1
1311 XE Almere
Nizozemsko

Odpojení veslařského pásu

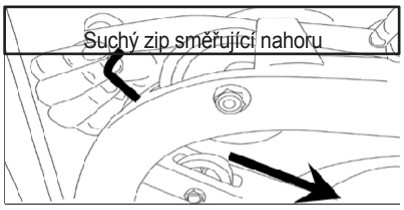
1. Chcete-li pás odepnout, jednoduše zatáhněte mimo rozsah běžného veslovacího záběru, dokud se pás neodpojí od řemenice.
   Tip: Těsně před odpojením pásu uslyšíte, jak se suchý zip odděluje.
2. Odpojte tlumicí šňůru od zadní výztuhy. Poté vytlačte vnitřní svorku z háčku Bungee. protáhněte Bungee skrz vnitřní svorku, dokud se neuvolní. To umožní úplné vytažení Bungee Shock Cord z hlavního rámu až ke kladce Bungee pás, kde bude znovu připevněna, jakmile bude pás trenažéru ve správné poloze.





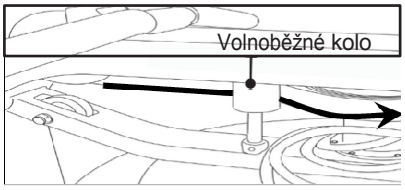
Opětovné připevnění veslovacího pásu

KROK 1



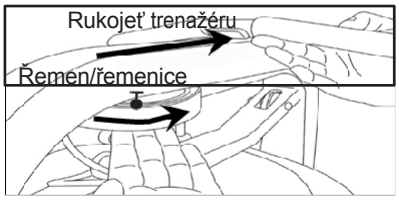
Začněte znovu připevňovat pás rotopedu navlékáním kolem kladky trenažéru stranou se suchým zipem směrem nahoru, jak je znázorněno na obrázku.

KROK 2



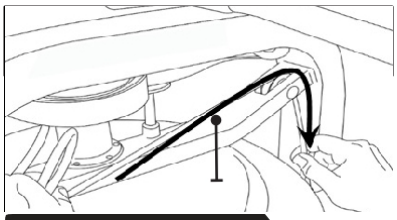
Poté navlékněte řemen kolem volnoběžného kola, jak je znázorněno na obrázku. Po obtočení volnoběžného kola připevněte řemen trenažéru k řemenici.
V místě uchycení je zřejmý "okraj".

KROK 3



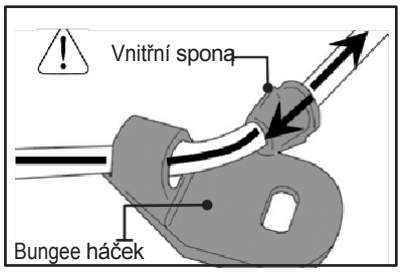
Navíjejte řemen trenažéru na řemenovou kladku, dokud nebude rukojeť rotopedu v nejzazší poloze vpředu.

KROK 4



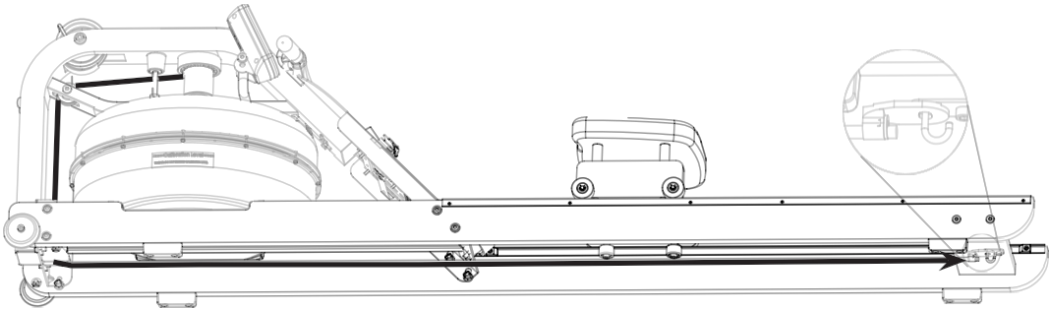
Znovu navlékněte tlumicí šňůru Bungee (na opačné straně volnoběžného kola). zpět přes Bungee Pulley a přivažte se k upevňovacímu bodu.

KROK 5 Opětovné připevnění pásu veslaře



Napětí zpětného rázu se časem sníží, jak se bungee šoková šňůra natahuje. Chcete-li zvýšit zpětné napnutí, jednoduše zezadu vysuňte vnitřní klip z Bungee háku, protáhněte vnitřní klip potřebným množstvím Bungee a nahraďte vnitřní klip do Bungee háku, jak je znázorněno níže.

Tip: Před opětovným připevněním vnitřní svorky/ Bungee háku uvažte pod mírným napětím na spodní kladce Bungee uzel. Tím udržíte Bungee v napětí při opětovné montáži Bungee háku.



Údržba

Všechny činnosti preventivní údržby je třeba provádět pravidelně. Provádění běžných činností preventivní údržby může pomoci zajistit bezpečný a bezproblémový provoz všech zařízení FLUID.

Společnost FJLID není zodpovědná za provádění pravidelných kontrolních a údržbových činností vašich strojů. Poučte všechny pracovníky o činnostech kontroly a údržby zařízení a také o hlášení a evidenci nehod.

⚠ UPOZORNĚNÍ

Nádrž, kolejnice a sedací kola otřete a vyčistěte čistou vodou. Nepoužívejte žádné chemické čisticí prostředky.

Položka	Časový rámec	Pokyny
Kolejnice a kolečka sedadel	Týdenní	Otřete boční lišty a kolečka sedadel hadříkem, který nepouští vlákna.
Rám	Týdně	Otřete rám hadříkem, který nepouští vlákna.
Skořepina nádrže	Týdně	K otírání pláště nádrže používejte pouze vodu a čistý hadřík. K otírání pláště nádrže NEPOUŽÍVEJTE žádné chemické čisticí prostředky.
Ošetření nádrže a vody	12 měsíců až 2 roky	Postupujte podle pokynů uvedených v části "Postup úpravy vody" této příručky.
Šňůra s motouzem (Bungee Cord)	Každých sto hodin zkontrolujte správné napnutí a známky opotřebení.	Bungee lano by mělo vydržet mnoho let. Pokud je nutná výměna Bungee Cord, obraťte se na svého místního servisního zástupce nebo navštivte internetovou stránku www.fluid-eu.com, kde naleznete další informace.
Veslařský pás	Každých sto hodin zkontrolujte správné napnutí a na známky opotřebení.	Veslovací řemen by měl zajistit mnoho let bezproblémového používání. Pokud je nutná výměna veslovacího řemene, obraťte se na místního servisního zástupce nebo další podrobnosti naleznete online na adrese www.fluid-eu.com.

Odstraňování problémů

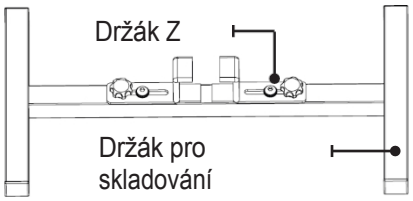
Závada	Pravděpodobná příčina	Řešení
Voda mění barvu nebo se zakalí.	Veslař je na přímém slunečním světle nebo neprošel úpravou vody. Místní voda z vodovodu je špatná kvality.	Změňte umístění roveru, aby byl méně vystaven přímému slunečnímu záření. Přidejte úpravu vody nebo vyměňte vodu v nádrži podle pokynů v části Úprava vody v tomto návodu. Zvažte použití destilovanou vodu pro doplnění nádrže.
Sklouzávání řemene z řemene/řemenice.	Bungee není dostatečně napnutá. Navíjení není dostatečně silné.	Utáhněte lanko Bungee podle pokynů v části "Opětovné připevnění rotopedu" v této kapitole. "Krok 5".
Nekonzistentní údaje na monitoru pro 500metrový interval a SPM (počet zdvihů za minutu).	Mezera ve snímači Vadný snímač Snímač se posunul mimo svou polohu Kabelový svazek	Použijte kryt baterie monitoru jako "nástroj pro kontrolu mezery" a zkontrolujte mezeru mezi hlavou snímače a magnetickým kroužkem nebo zjistěte, zda se hlava snímače nepohnula ze své polohy. Obraťte se na nejbližší středisko služeb zákazníkům společnosti FLUID, abyste získali informace o podrobnosti.
Monitor se po instalaci baterie nerozsvítí.	Baterie jsou nainstalovány nesprávně nebo je třeba je vyměnit.	Vyměňte/znovu nainstalujte baterie na správné místo a zkuste to znovu. Pokud se obrazovka LCD nerozsvítí, zkuste baterie v monitoru mírně pootočit. Pokud se to nepodaří, obraťte se na místní servisní středisko.
Obrazovka monitoru se rozsvítí, ale nerozsvítí se při veslování nezaznamená.	Uvolněné nebo nefunkční připojení. Příliš velká mezera mezi snímači	Zkontrolujte, zda je správně připojen kabel monitoru. Pokud je připojen, obraťte se na místní servisní středisko. Zkontrolujte snímač mezeru.
Úroveň monitoru není synchronizována se snímačem ÚROVEŇ v nádrži.	Monitor LEVEL je třeba překalibrovat.	Viz "Postup kalibrace" strana 13 této příručky.

Pokyny k úložnému držáku

Sadu podpěrného držáku pro skladování ve svislé poloze lze zakoupit samostatně.

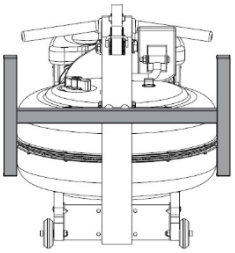
KROK 1

Nainstalujte držák Z na úložnou základnu.
Poznámka: Knoflík a šroub nedotahujte.



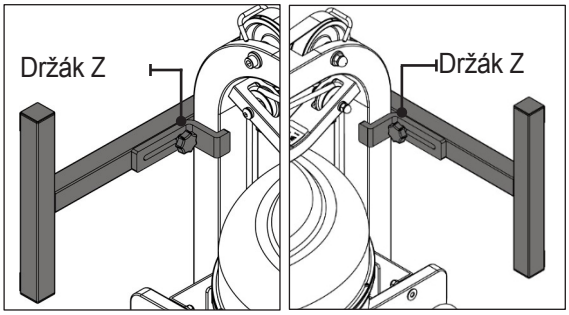
KROK 2

Nainstalujte držák na trenažér podle obrázku.



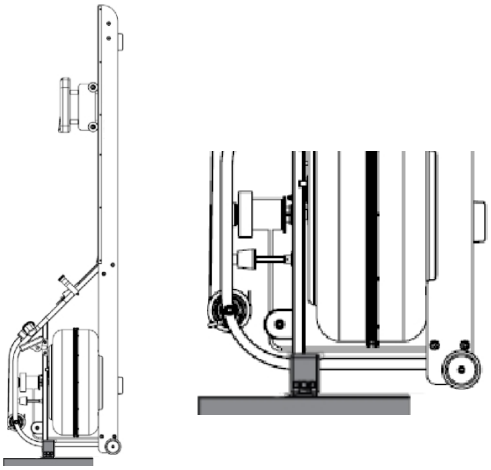
KROK 3

Utáhněte knoflík držáku Z, aby se připevnil k trenažéru. Poznámka: Ujistěte se, že je držák Z pod středovou příčkou zajištěn.



KROK 4

Postavte rotoped do svislé polohy s hlavním ramenem na podlahu. Pomocí 8mm imbusového klíče utáhněte šrouby.



Mezinárodní záruka

PLNÉ KOMERČNÍ VYUŽITÍ

Společnost Tunturi New Fitness BV zaručuje, že trenažér APOLLO PRO XL (model APPX), zakoupený u autorizovaného zástupce a v nepoškozeném originálním balení, je bez vad materiálu a zpracování. Společnost Tunturi New Fitness BV nebo její zástupce podle svého uvážení opraví nebo vymění díly, které se stanou vadnými během záruční doby, s výhradou níže uvedených specifických výjimek a zahrnutí.

Hlavní rám - 10letá omezená záruka
Společnost Tunturi New Fitness BV opraví nebo vymění kovový hlavní rám rotopedu v případě, že se porouchá z důvodu jakékoli vady materiálu nebo zpracování, a to do 10 let od původního zakoupení. Záruka se nevztahuje na povrchovou úpravu rámu.

Polykarbonátová nádrž a těsnění - 5letá omezená záruka

Společnost Tunturi New Fitness BV opraví nebo vymění polykarbonátovou nádrž nebo těsnění, pokud selžou z důvodu jakékoli vady materiálu nebo zpracování, a to do 5 let od původního zakoupení.

Mechanické součásti (nenosné povahy) - 2letá omezená záruka

Společnost Tunturi New Fitness BV opraví nebo vymění jakoukoli mechanickou součást, pokud selže z důvodu jakékoli vady materiálu nebo zpracování, a to do 2 let od původního zakoupení.

Specifické součásti

- Rám sedadla
- Kolejnice
- sedadla
- Sestava hřídele a oběžného kola

Všechny ostatní součásti (opotřebitelné) - 2letá omezená záruka

Společnost Tunturi New Fitness BV opraví nebo vymění jakoukoli součást v případě jejího selhání z důvodu vady materiálu nebo zpracování do 2 let od původního nákupu.

Specifické součásti

- Navíjecí šňůra Bungee
- Ruční madla a popruhy na nohy
- Polyesterový veslařský
- pás Sedadlo a běhouny
- sedadla
- Všechny kladky, válečky a ložiska
- Všechny pryžové součásti
- Monitor a snímač rychlosti (kromě vyměnitelných baterií) Plochy
- na nohy (otočné a posuvné)

Obecné výjimky

- Poškození povrchové úpravy jakékoli části stroje
- poškození způsobené zanedbáním, zneužitím, nesprávnou montáží nebo používáním stroje
- Jakékoli poplatky za přepravu nebo celní odbavení spojené s vrácením nebo odesláním dílů Jakékoli
- poškození nebo ztráta zboží během přepravy jakéhokoli druhu
- Jakékoli náklady na práci spojené se záruční reklamací

Všeobecné podmínky

- Sériové číslo stroje musí být správně zaregistrováno u společnosti Tunturi New Fitness BV nebo u jednoho z jejích jmenovaných distributorů.
- Společnost Tunturi New Fitness BV si vyhrazuje právo přezkoumat jakýkoli díl, u kterého je požadována výměna v rámci záruky.
- Záruční doba se vztahuje pouze na původního kupujícího od data nákupu a je nepřenosná.
- Výrobek musí být vrácen do místa nákupu v původním obalu, přičemž dopravu, pojištění a související poplatky hradíte vy a riziko ztráty nebo poškození nesete vy sami
- Společnost Tunturi New Fitness BV neposkytuje žádné další záruky kromě zde uvedených a výslovně se zříká všech záruk. které nejsou uvedeny v této záruce. Společnost Tunturi New Fitness BV ani její společníci nenesou odpovědnost za náhodné nebo následné škody.
- Záruka výrobce začíná automaticky platit po prodeji výrobku koncovému uživateli nebo po uplynutí doby platnosti. (1) roku od měsíce výroby, podle toho, co nastane dříve.



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

Úvod

Blahoželáme vám k nákupu trenažéru.
Spoločnosť FLUID je hrdá na to, že vám môže predstaviť trenažér ako výrobok na domáce použitie s patentovaným nastaviteľným odporom tekutín.
Naša jedinečná kombinácia precízne skonštruovaných oceľových a masívnych drevených rámov obsahuje iba najkvalitnejší americký jaseň, ktorý sa získava pomocou najnovších technológií udržateľnej ťažby z obnoviteľných plantáží.
Upozorňujeme, že mierne farebné odchýlky sú normálne a sú súčasťou umenia matky prírody. Vďaka vzorom dreva a jemným odtieňom je každá jednotka Rower veľmi individuálna a navrhnutá tak, aby doplnila akékoľvek prostredie.
Dôsledne dodržiavajte všetky pokyny pre správnu inštaláciu, plnenie nádrže, úpravu vody, servis a údržbu. bezpečnosť.
Prístup do našej celosvetovej distribučnej a servisnej siete je k dispozícii na www.fluid-eu.com.
Pred montážou skontrolujte obsah boxov 1 a 2 a uistite sa, že všetky diely sú prítomné a správne.

Tréning s trenažorom

1. Tak ako pri iných fitnes zariadeniach, pred začatím cvičebného programu na trenažéru sa poraďte so svojím lekárom.
2. Dodržiavajte pokyny uvedené v tejto príručke pre správnu polohu nôh a základné techniky veslovania.
3. Podrobnejšie informácie o technikách veslovania nájdete na našej medzinárodnej webovej stránke www.fluid-eu.com.

Bezpečnosť

Bezpečnostné informácie

- Pred použitím tohto výrobku si musíte prečítať CELÝ návod na použitie a VŠETKY pokyny. Veslovací trenažér je určený len na používanie podľa opisu v tomto návode.
- JE DÔLEŽITÉ ČO NAJLEPŠIE POROZUMIEŤ KAŽDÉMU UPOZORNENIU.
- Tak ako pri každom fitnes zariadení sa pred začatím cvičenia na trenažéri poraďte s lekárom. Program.
- Uvedomte si, že akémukoľvek fitnes režimu pred jeho začatím najlepšie predchádza lekárska prehliadka u certifikovaného lekára.
- Nesprávny alebo nadmerný tréning môže spôsobiť poškodenie vášho zdravia.
- Ak bungee pásy, kladky a šnúry vykazujú akékoľvek známky nadmerného opotrebovania, stroj okamžite zastavte. Stroj nepoužívajte, kým nebudú uvedené časti opravené alebo vymenené.
- Nedovoľte deťom bez dozoru prístup k stroju.
- Pred zdvihnutím bicykla do vzpriamenej polohy posuňte sedadlo dopredu.
- Na uskladnenie môže rotoped stáť vo vzpriamenej polohe. Postupujte pritom podľa pokynov v príručke.
- Ak by niektoré z nastavovacích prvkov zostali trčať von, mohli by používateľovi prekážať v pohybe.
- Neskladujte v mrazivom počasí s vodou v nádrži, pretože sa môže rozpínať a prasknúť komponenty.
- Konzola je navrhnutá tak, aby poskytovala presné údaje o cvičení v reálnom čase. V záujme vášho zdravia a bezpečnosti sa však nespoliehajte len na tieto údaje. Ak pocítite akékoľvek ťažkosti, okamžite prestaňte cvičiť a poraďte sa s odborníkom.
- Pod zariadenie vždy umiestnite protišmykovú podložku, aby ste znížili riziko pošmyknutia.
- Pred použitím skontrolujte nádrž, či nevykazuje známky netesnosti. Ak zistíte netesnosť, zariadenie okamžite prestaňte používať.
- Zariadenie pravidelne kontrolujte a v prípade potreby vymeňte batérie, aby ste zachovali bezpečnú prevádzky.

Správne používanie

- Zariadenie nepoužívajte iným spôsobom, ako je navrhnutý alebo určený výrobcom. Je nevyhnutné, aby zariadenie FLUID používa správne, aby sa predišlo zraneniu.
- Ak sa zariadenie nepoužíva správne alebo ak sa používa nadmerne, môže dôjsť k zraneniu. Pred začatím cvičebného programu sa všetkým osobám odporúča poradiť sa s lekárom. Ak kedykoľvek počas cvičenia pocítite mdloby, závraty alebo bolesť, PRESTAŇTE CVIČIŤ a poraďte sa s lekárom.
- Aby ste predišli poraneniu, udržujte časti tela (ruky, nohy, vlasy atď.), oblečenie a šperky mimo dosahu pohyblivých častí.
- Dodržiavajte pokyny uvedené v tejto príručke pre správne umiestnenie nôh a základné techniky veslovania.
- Podrobnejšie informácie o technikách veslovania nájdete na našej medzinárodnej webovej stránke www.fluid-eu.com.

Skontrolujte strav.

- NEPOUŽÍVAJTE ani nedovoľte používať zariadenie, ktoré je poškodené a/alebo má opotrebované alebo poškodené časti. Pre všetky zariadenia FLUID používajte len náhradné diely dodávané spoločnosťou FLUID.
- Káble a remene predstavujú mimoriadnu zodpovednosť, ak sa používajú roztrhané. Vždy vymeňte akýkoľvek kábel alebo remeň pri prvom náznaku opotrebovania (ak si nie ste istí, kontaktujte spoločnosť FLUID).
- ÚDRŽBA ZARIADENIA - Preventívna údržba je kľúčom k bezproblémovej prevádzke zariadenia a na udržanie vášho zodpovednosti na minimum. Zariadenie by sa malo pravidelne kontrolovať.
- Uistite sa, že osoba(y) vykonávajúca(é) nastavenie alebo akúkoľvek údržbu alebo opravu je(sú) na to kvalifikovaná(é).
- NEPOKÚŠAJTE SA POUŽÍVAŤ ALEBO OPRAVOVAŤ ŽIADNE PRÍSLUŠENSTVO SCHVÁLENÉ NA POUŽÍVANIE S KVAPALNÝM ZARIADENÍM, KTORÉ SA ZDÁ BYŤ POŠKODENÉ ALEBO OPOTREBOVANÉ.
- Pravidelne kontrolujte všetky remene, remenice a káble, či nevykazujú známky opotrebovania, a v prípade potreby ich vymeňte.
- Pravidelne kontrolujte a dodržiavajte všetky pokyny na údržbu uvedené v tejto príručke.
- Všetky poškodené diely okamžite vymeňte a zariadenie neprevádzkujte, kým nebudú dokončené všetky opravy.
- Úroveň bezpečnosti zariadenia možno zachovať len vtedy, ak sa pravidelne kontroluje, či nie sú poškodené a opotrebované, napr. káble, remenice, miesta pripojenia.

Bezpečnosť

Prevádzkové oznámenia

- Zabráňte deťom v prístupe k zariadeniu. Ak sa zariadenie používa v prítomnosti detí, rodičia alebo iné osoby vykonávajúce dohľad nad deťmi musia zabezpečiť, aby boli deti pod starostlivým dohľadom.
- Nedovoľte používateľom, aby počas používania zariadenia nosili voľné oblečenie alebo šperky. Odporúčané stránky tiež, aby si používatelia upevnili dlhé vlasy dozadu a hore, aby sa vyhli kontaktu s pohyblivými časťami.
- Všetky okolostojace osoby sa musia počas prevádzky zariadenia držať ďalej od všetkých používateľov, pohyblivým častiam a pripojenému príslušenstvu a komponentom.
- VAROVANIE Nevkladajte prsty do nádrže!
- UPOZORNENIE Po skončení veslovania nechajte prístroj 5 minút stáť a až potom ho uložte.
- VAROVANIE Nádrž nenapĺňajte nad kalibračnú značku uvedenú na nálepke hladiny v nádrži, inak môže dôjsť k vyliatiu vody.
- VAROVANIE Nikdy nepoužívajte tento veslovací trenažér bez toho, aby ste mali nohy riadne upevnené v popruhoch na nohy alebo bez upevnenej posuvnej časti dosky na nohy!

⚠ VAROVANIE

- Udržujte ruky a prsty mimo pohyblivých častí, ako je uvedené v tomto návode.
- Bicykel môže počas skladovania stáť vo vzpriamenej polohe. Uistite sa, že je vybrané bezpečné miesto, napríklad v rohu miestnosti alebo pri stene na rovnom, bezpečnom povrchu.
- Odporúča sa nevystavovať stroj priamemu slnečnému žiareniu. To môže spôsobiť urýchlené starnutie plastového materiálu, skrátiť životnosť plášťa nádrže a dokonca viesť k jej deformácii a prasknutiu.

⚠ POZNÁMKA:

Ak nie je povrch na skladovanie rovný, je potrebné dodatočné upevnenie (predáva sa samostatne), aby bol trenažér na cvičenie stabilný, keď je uložený vo zvislej polohe.

Montáž

Špecifikácie výrobku

Trieda výrobku: 1: HC

Brzdový systém: Hmotnosť netto výrobku: 32,7 kg

Hmotnosť brutto výrobku: 39,96 kg

Minimálna bezpečná pracovná plocha: 333 cm (131,09") x 172 cm (67,71")

Rozmery: Dĺžka 2130 mm (83,86") x šírka 540 mm (21,26") x výška 560 mm (22,04")

Maximálna hmotnosť používateľa: 150 kg

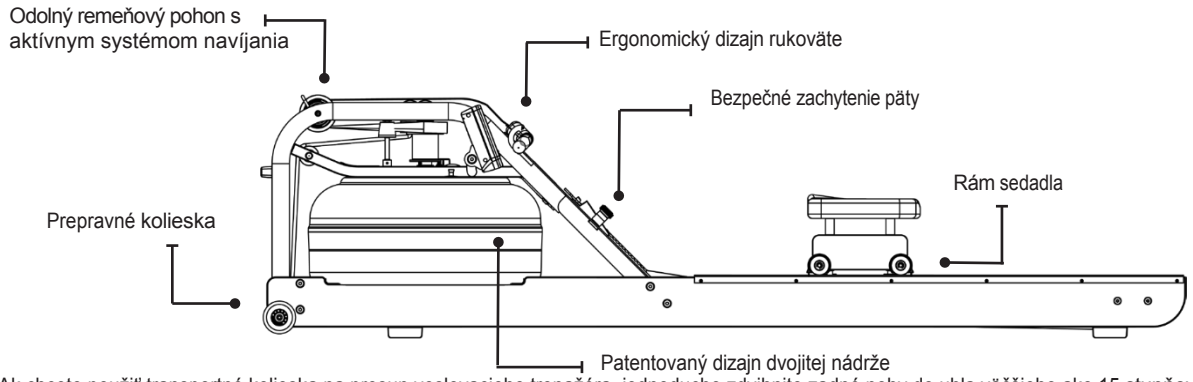
Kompaktná plocha: 2130 x 540 mm alebo vertikálne 560 x 540 mm

Použitie v interiéri

Inštalácia

- Počas používania umiestnite na stabilný, rovný povrch vo vodorovnej polohe, aby ste dosiahli maximálnu stabilitu.
- Pravidelne kontrolujte všetky remena, kladky a bungee šnúry, či nevykazujú známky opotrebovania, a v prípade potreby ich vymeňte.
- Pravidelne kontrolujte a dodržiavajte všetky pokyny na údržbu uvedené v tejto príručke.
- Okamžite vymeňte všetky chybné diely a neprevádzkujte jednotku, kým nebudú dokončené všetky opravy.

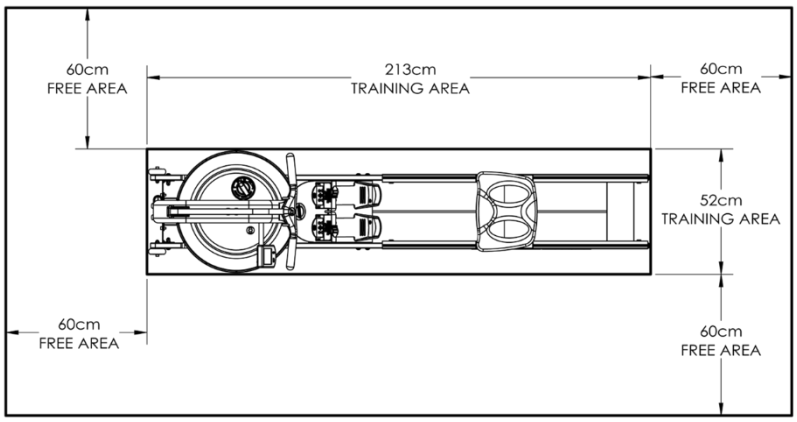
Najdôležitejšie informácie o výrobku



Ak chcete použiť transportné kolieska na presun veslovacieho trenažéra, jednoducho zdvihnite zadné nohy do uhla väčšieho ako 15 stupňov. To vám umožní jednoduchú prepravu zariadenia.

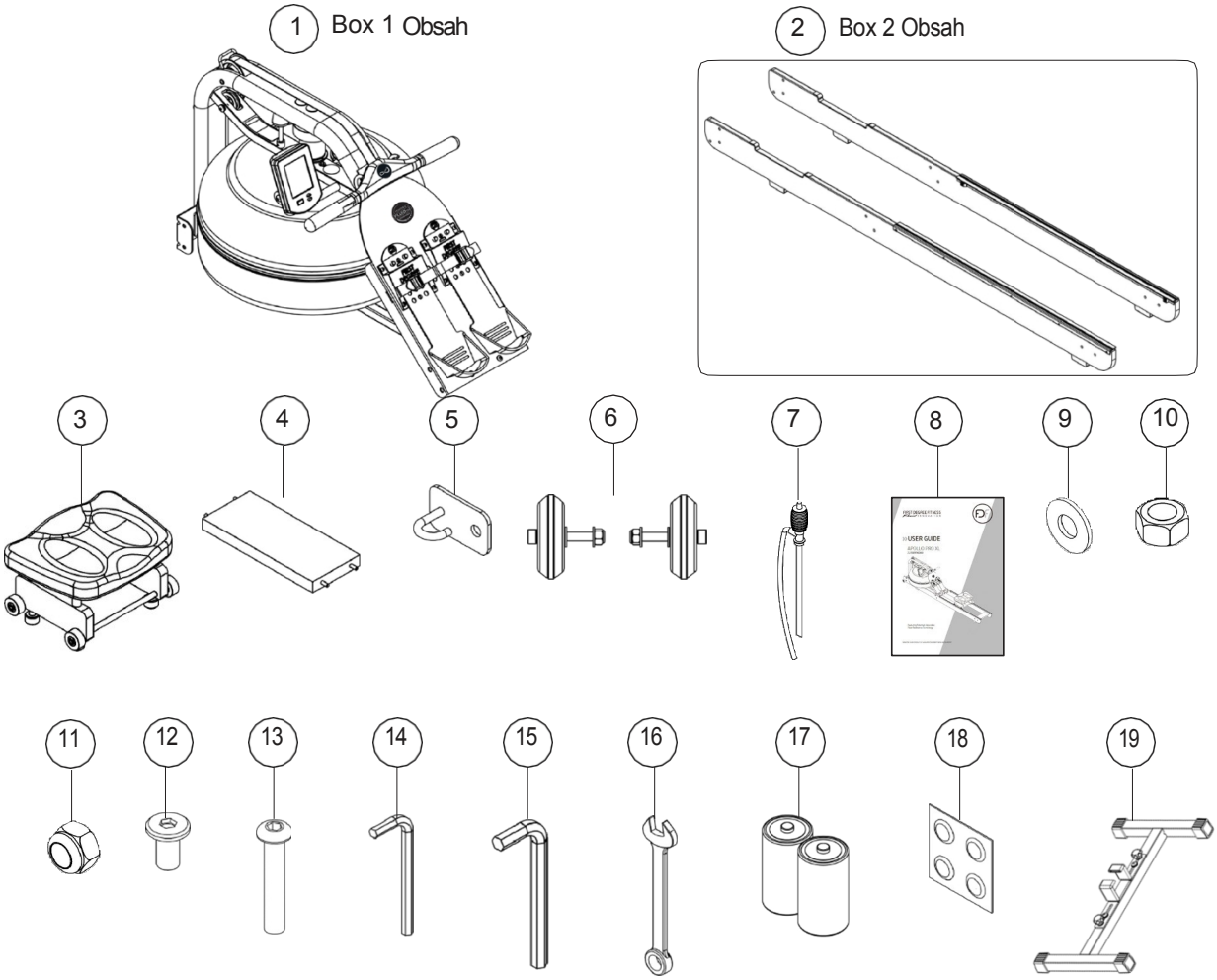
Živá plocha a tréningová plocha

Priestor pod napätím musí byť najmenej o 60 cm (23,62") väčší ako tréningový priestor v smeroch, z ktorých sa k zariadeniu pristupuje. Priestor pod napätím musí zahŕňať aj priestor na núdzové zosadnutie.



Poznámka: Trenažér je vybavený brzdami nie je vhodný na terapeutické účely.
Ak je zariadenie umiestnené vedľa seba, hodnota voľnej plochy môže byť spoločná.

Obsah boxu 1 a 2 veslovacieho trenažéra



Položka	Množstvo.	Popis	Položka	Množstvo	Popis
1	1	Hlavný rám	5	1	Upevnenie háku
2	2	Ľavá / pravá bočná lišta	6	2	Zostava prepravného kolesa
3	1	Veslovacie sedadlo	7	1	Sifón
4	1	Zadná výstuha	8	1	Používateľská príručka
Súprava hardvéru					
9	16	Podložka M8	14	1	5 mm imbusový kľúč
10	8	Štandardná matica M8	15	1	6mm imbusový kľúč
11	8	Nyloc matica M8	16	1	13mm kľúč
12	4	Skrutka M6x15mm	17	2	Batéria D
13	8	Skrutka M8x45 mm	18	4	Tablety na úpravu vody
Voliteľné vybavenie (nie je súčasťou dodávky)					
19	1	Podporný držiak na uskladnenie	21	1	Dotyková rukoväť na meranie srdcovej frekvencie
20	1	Súprava Elevate	22	1	Držiak na smartfón

Návod na montáž

KROK 1

Inštalácia zadnej výstuhy a zostavy prepravného kolesa na boku koľajničky

POŽADOVANÉ

Ľavá/pravá bočná tyč [2] Zadná výstuha [4] Upevnenie háku [5] Zostava pojazdového kolesa [6] 4x skrutky M6x15 mm [12].

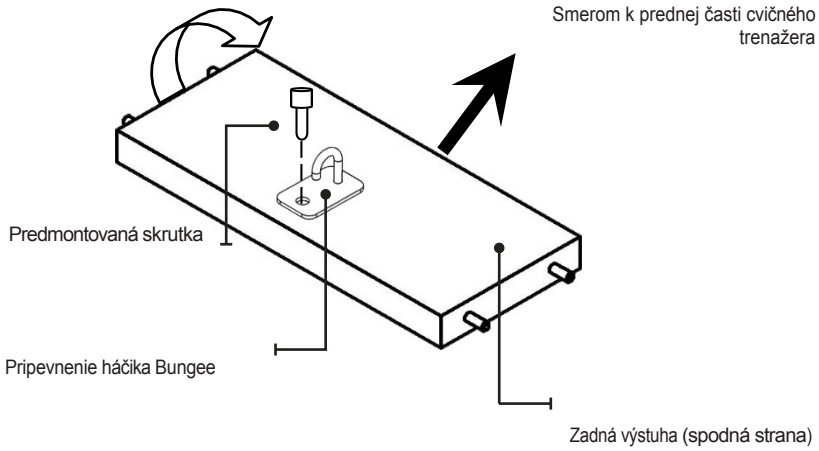
UPOZORNENIE

Pred montážou na bočné koľajnice otočte zadnú výstuhu do správnej orientácie.

POZNÁMKA

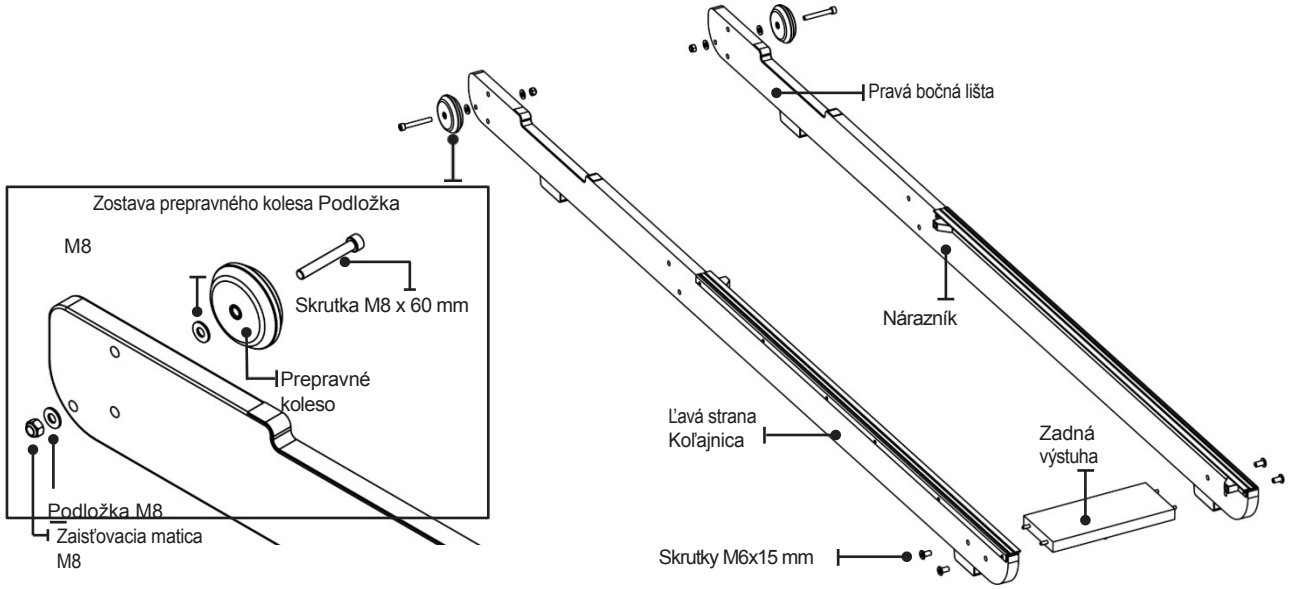
Transportné kolieska musia byť namontované na vonkajšej strane bočných koľajníc, ako je znázornené nižšie. Osy transportných kolies príliš neutiahnite, pretože to môže zabrániť otáčaniu transportných kolies.

A) Začnite zadnou vzperou a na jej spodnej časti nájdete predinštalovanú skrutku. Vezmite držiak Bungee hák zo súpravy hardvéru a nainštalujte ho na zadnú výstuhu podľa obrázka. Všimnite si, že orientácia vzpery a háku musí byť správna, aby držali koniec Bungee Shock Cord, ako ukazuje šípka na obrázku smerujúca k prednej časti trenažera.



B) Potom spojte bočnú lištu na ľavej strane a bočnú lištu na pravej strane [2] pomocou 4x Skrutky M6x15 mm[12] a zadná výstuha[4]. NEDOŤAHUJTE.
Tip: Pre správnu montážnu orientáciu nasmerujte zarážky dovnútra koľajnice.

C) Po montáži zadnej výstuhy a bočných koľajníc namontujte zostavu prepravného kolesa[6] na ľavú/pravú bočnú koľajnicu[2]. Poznámka: Jedna podložka je na vonkajšej a jedna na vnútornej strane bočnej koľajnice.



Návod na montáž

KROK 2

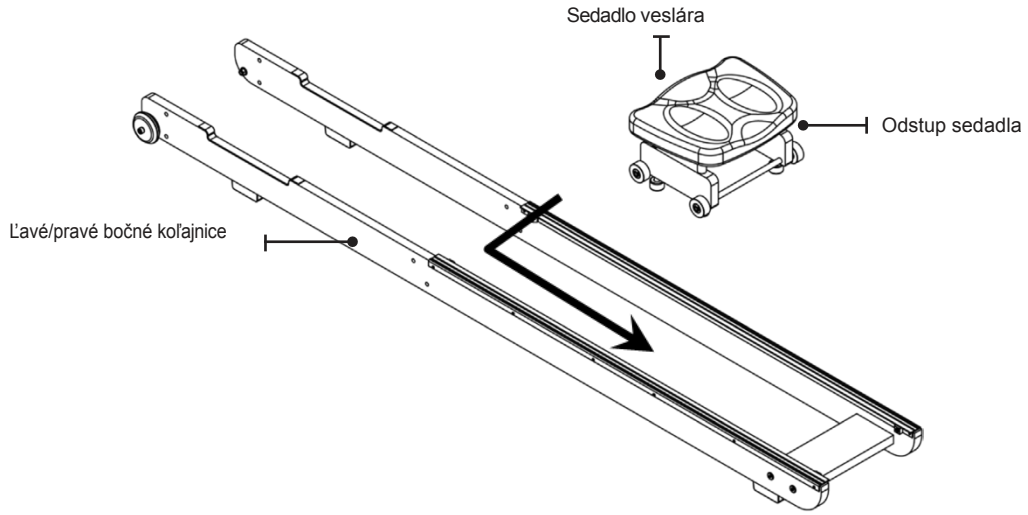
Sedadlo veslára a horná zostava hlavného rámu

POŽADOVANÉ

Ľavá/pravá bočná lišta [2] Veslá-
ra sedadlo [3]

Ak chcete nainštalovať sedadlo veslára, mierne predĺžte ľavú/pravú bočnú lištu [2] a spustite sedadlo veslára [3] do koľajnice.

Poznámka: Rozpätie sedadla musí smerovať dozadu.



KROK 3

Sedadlo veslára a horná zostava hlavného rámu

POTREBNÉ

Hlavný rám [1]
Zostava bočných koľajníc [2] 16x
podložky M8 [9]
8x štandardné matice M8 [10] 8x
matice M8 [11]
8x skrutky M8x45 mm [13]

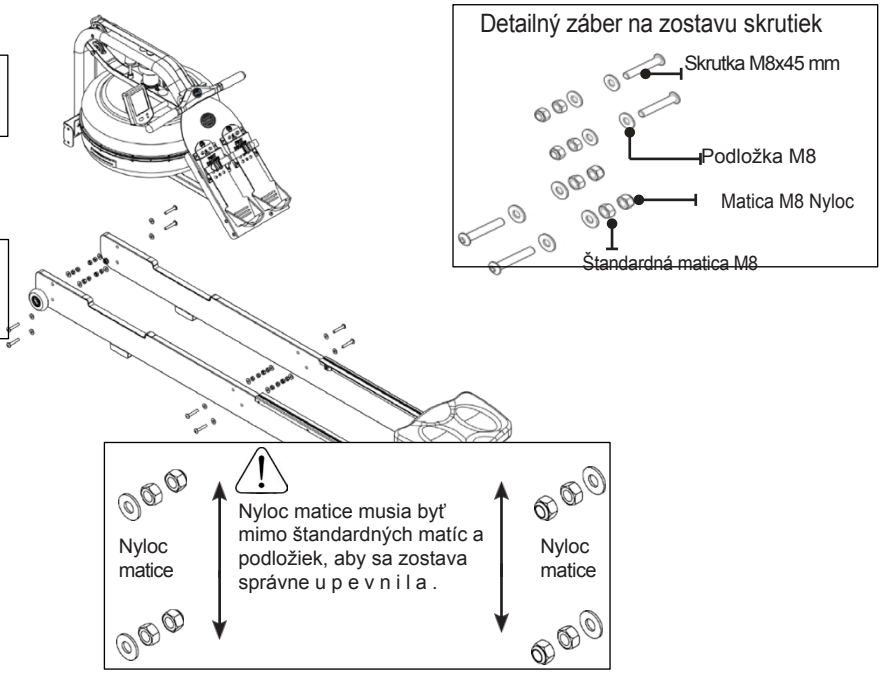
Potom namontujte hlavný rám[1] na zostavu bočných koľajníc[2] podľa obrázka. Budete potrebovať 8x skrutky M8x45 mm[13], 16x podložky M8[9], 8x štandardné matice M8[10] a 8x matice M8 Nyloc[11].
Najprv upevnite predný spodný držiak a potom pätku, ale NEUPEVNITE ju. Skrutky spodného držiaka môžu byť ťažko prístupné. Tieto skrutky môžete úplne dotiahnuť, keď je cvičný trenažer vo vzpriamenej polohe, takže v tomto okamihu len zarovnajte a voľne naskrutkujte spodné skrutky/matice.

POZOR

Nyloc Nuts musia byť mimo štandardných matíc a podložiek, aby sa zostava správne upevnila.

POZNÁMKA

Kolesá a koľajnice čistite každý týždeň mäkkou suchou handričkou, aby ste znížili mieru opotrebovania kolies a koľajníc.



Návod na montáž

KROK 4 Pripojte kód Bungee na dokončenie montáže bežeckého pásu



Po postavení cvičného trenažera pevne dotiahnite skrutky rámu.

Vytiahnite šnúru Bungee a zaháknite jej koniec za držiak Bungee háku [5], ako je znázornené na obrázku



Neodstrihávajte Bungee karabinu skôr, ako je Bungee Cord pripevnený k zadnej časti trenažera, ako je znázornené na obrázku.

Po pripevnení Bungee šnúry k zadnej výstuhe utiahnite skrutky držiace nášľapnú dosku, skrutky hlavného rámu k bočným lištám, pretože sú prístupnejšie zo vzpriamenej polohy.

Spustite cvičný trenažer späť do vodorovnej polohy a vyskúšajte, či sa bungee šnúra správne odvíja.

Predtým, ako si sadnete na sedadlo trenažera, skontrolujte, či nie sú kolesá sedadla/bežky znečistené alebo či na nich nie sú nečistoty. Malé predmety zachytené medzi valcami sedadla a pojazdovými kolesami môžu poškodiť kolesá alebo pojazdovú plochu. Pred každým použitím skontrolujte, či nie sú bežecké kolieska znečistené, a pravidelne ich čistite.

Poznámka: Skrutky rámu trenažéra si vyžadujú pravidelnú kontrolu dotiahnutia. Urobte to na konci prvého mesiaca používania a potom znovu po každých 12 mesiacoch.

Pri uskladňovaní výrobku vyberte vhodné miesto.

Rám cvičného bicykla možno vyleštiť ľubovoľným kvalitným leštidlom na nábytok, aby sa ešte viac zvýraznil bohatý lesk dreveného povrchu.

Nainštalujte dodanú batériu 2xD a skontrolujte funkciu monitora. Podrobnosti nájdete v časti Monitor v tejto príručke.

Vyberte si rovný a rovný povrch, na ktorom budete trenažer používať, aby ste sa vyhli kolísaniu a možnému predčasnému opotrebovaniu.

Návod na obsluhu

Nádrž s nastaviteľným odporom (AR)

Nádrž s nastaviteľným odporom (AR), ktorú vyvinula a patentovala spoločnosť FLUID, ponúka skutočný viacúrovňový zážitok. Voda sa pohybuje medzi "zásobnými" a "aktívnymi" komorami nádrže AR. Váš nový veslovací ergometer sa dokáže prispôsobiť - otáčaním kolieska - odporu, ktorý každý používateľ preferuje.

Začíname

Ak chcete dosiahnuť minimálny odpor, vyberte na regulátore nádrže hodnotu "1". Naplnenie centrálnej (zásobnej) nádrže trvá 10 zdvihov, pričom vo vonkajšej (aktívnej) nádrži zostane minimálne množstvo vody. Tento postup je potrebný vždy, ak sa vyžaduje minimálny odpor. Veslujte intenzívne rovnomerným tempom (20 až 25 záberov za minútu [SPM]), pričom do záberu vložte určité úsilie a zachovajte správnu formu. Počas veslovania môžete upravovať úroveň odporu. Vaša nádrž AR sa takmer okamžite prispôsobí zvýšeniu odporu, ale bude trvať až 10 záberov, kým sa zníži potrebné úsilie, keď sa naplní centrálna (rezervná) nádrž.

Vývoj vášho tréningu

Keď ste našli úroveň, ktorá vám poskytuje požadované cvičenie, môžete vykonávať zmeny SPM a intenzity záberov, aby ste ďalej menili svoj energetický vklad. Intervalový tréning využíva väčšina veslárov, kde sa striedajú obdobia nízkej intenzity s krátkymi intervalmi vysokej intenzity. Veslovací ergometer FLUID umožňuje zmeny "za chodu", aby sa dosiahlo viacero odporových profilov počas jedného tréningu. Viac informácií o cvičebných zostavách nájdete na našej webovej stránke
www.fluid-eu.com

Plnenie nádrže a postupy úpravy vody

POŽADOVANÉ
Sifón [7]

⚠ POZOR

Nastavovač odporu musí byť nastavený na úroveň 10, aby sa zabezpečila presná kapacita plnenia.

⚠ VAROVANIE

Nádrž neprepĺňajte nad maximálnu indikovanú úroveň 20 litrov. Sledujte označenie hladiny v nádrži na spodnej časti nádrže.

⚠ POZNÁMKA

V oblastiach, kde je známa zlá kvalita vody z vodovodu, spoločnosť FLUID odporúča používať destilovanú vodu.

A) Odstráňte zátku nádrže z hornej časti nádrže.

B) Vedľa trenažera umiestnite veľké vedro s vodou. Umiestnite Sifón [7] s pevnou hadicou do vedra a ohybnú hadicu do nádrže.

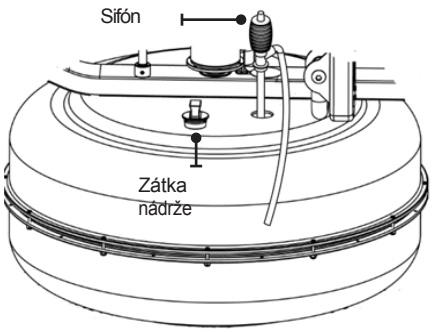
POZNÁMKA: Pred použitím sifónu sa uistite, že je malý odvzdušňovací ventil na sifóne zatvorený.

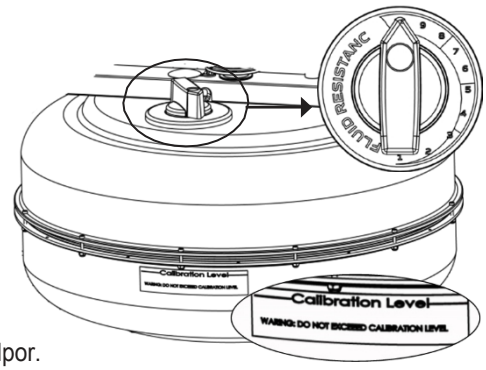
Plnenie.

C) Stlačením sifónu začnite plnenie. Dôležité: Nádrž nepreplňujte.

D) Po naplnení otvorte ventil v hornej časti sifónu, aby ste umožnili prebytok aby voda mohla uniknúť.

E) Po dokončení plnenia postupujte podľa nižšie uvedeného plánu úpravy vody a potom vymeňte zátku nádrže.

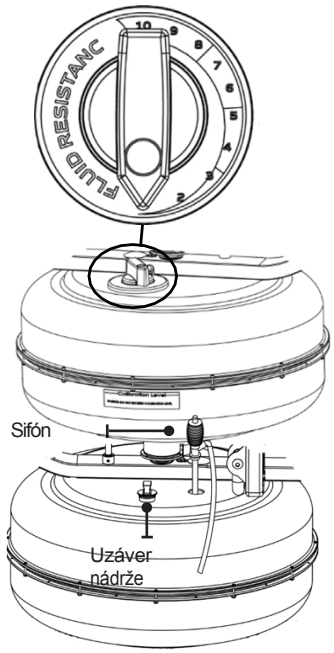




Úroveň 1: Pri tomto nastavení zostáva časť vody v rezerve a vytvára svetelný odpor.
Úroveň 10 : Toto nastavenie umožňuje, aby sa do zotrvačníka dostalo maximálne množstvo vody pre najťažší odpor .

Návod na obsluhu

Odstránenie/výmena vody z nádrže



A) Nastavte ovládací gombík do polohy "1".
B) Vykonajte najmenej desať zdvihov, aby ste zásobník čo najviac naplnili. aby sa nádržka naplnila čo najviac.
C) Odstráňte zátku nádrže.
D) Vložte pevný koniec sifónu do nádrže a ohybnú hadicu do veľkého sifónu. vedra.
E) Vypustite nádrž (zostane približne 40 % vody) a potom nádrž znovu naplňte podľa pokynov na plnenie popísaných v časti Plnenie nádrže tohto návodu.

POZNÁMKY:

- Ventil v hornej časti sifónu musí byť uzavretý, aby sa voda správne vypúšťala. vypúšťanie vody.
- Úprava vody odstráni potrebu výmeny vody v nádrži, ak sa dodržiava plán úpravy.
- Dodatočná tableta na úpravu vody je potrebná len v prípade, že je odfarbenie.
- Vystavenie plnému slnečnému žiareniu skracuje životnosť tabliet na úpravu vody. Umiestnením rovera mimo priameho slnečného svetla sa predĺži čas medzi jednotlivými ošetreniami vody.
- Približne 40 % vody zostane v nádrži. Nádrž A/R nie je možné úplne vypustiť bez demontáže.

POZNÁMKA: Na jednoduché, rýchle a efektívne plnenie a/alebo vyprázdňovanie nádrže máme ako voliteľné príslušenstvo batériovú pumpu (dobíjateľnú cez USB). Odporúčame ho všetkým komerčným zariadeniam s viacerými jednotkami, ktoré majú potrebu z času na čas vyprázdniť a doplniť nádrže. Ak si ho chcete zakúpiť, obráťte sa na najbližšieho distribútora spoločnosti FLUID alebo navštívte našu webovú stránku www.fluid-eu.com, kde nájdete podrobné informácie.

⚠ POZOR Dôrazne odporúčame používať pod nádržou handričku na kvapky vždy, keď sa otvorí uzáver nádrže na úpravu vody.

Počiatočná úprava vody

Na každú plnú nádrž pridajte jednu tabletu na úpravu vody. ZA ŽIADNYCH OKOLNOSTÍ NEPOUŽÍVAJTE INÉ TABLETY NA ÚPRAVU VODY AKO TIE, KTORÉ SÚ SÚČASŤOU DODÁVKY.

Zakúpená jednotka obsahuje 4x tablety na úpravu vody, čo postačuje na niekoľko rokov používania. Čas medzi jednotlivými ošetreniami vody sa môže výrazne líšiť v závislosti od umiestnenia jednotky a vystavenia slnečnému žiareniu. Zvyčajne môžete očakávať, že vodu v nádrži budete upravovať každých 12 až 24 mesiacov.

Ak voda zmení farbu alebo vykazuje známky rastu rias/baktérií, jednoducho pridajte jednu tabletu na úpravu vody. Ak chcete zakúpiť ďalšie tablety na úpravu vody, obráťte sa na najbližšieho regionálneho predajcu/distribútora alebo si pozrite našu webovú stránku www.fluid-eu.com.

Ako nastaviť odpor

Zvoľte preferovaný odpor kvapaliny.

POZNÁMKA: Hladina monitora bude automaticky odrážať zvolený odpor kvapaliny v nádrži.

Pri nastavovaní úrovne odporu počkajte dva ťahy, aby ste pocítili zvýšenie, a desať ťahov, aby ste pocítili zníženie.



MINIMUM

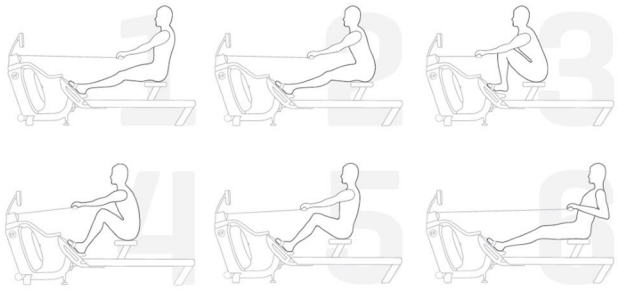


MAXIMÁLNA

Návod na obsluhu

Začnite veslovať

Veslovací záber sa dokončí v šiestich fázach



1. Posaďte sa s rovnými nohami a chrbtom, boky mierne pokrčené, ruky vystreté rovno a ruky na úrovni spodných rebier. Hojdajte sa dozadu.
2. Rovné nohy a chrbát, mierne pokrčené boky, ruky vystreté dopredu. Predkloňte sa a posuňte sa dopredu. Poznámka: Ruky by teraz mali byť okolo kolien, nohy nechajte rovné.
3. Nohy idú dopredu, snažte sa dostať holene do zvislej polohy. Chrbát udržujte rovný a postoj mierne predsunutý, ruky stále vystreté dopredu. Teraz choďte tvrdo, toto je CATCH.
4. Kolená čiastočne narovnajte, takže sed je teraz v polovici, chrbát a ruky sú stále rovné. Udržujte ťah.
5. Kolená sú takmer rovné, chrbát je stále rovný, ale teraz sa z bokov mierne nakláňa dozadu. Paže sú rovné. Teraz sa natiahnite.
6. Nohy sú teraz úplne vystreté. Chrbát je rovný a mierne pokrčený, teraz pritiahnite ruky tak, aby boli blízko hrudníka, predlaktia vodorovne a lakte blízko hrudného koša. Toto je DOKONČENIE.

Viac informácií o správnej technike veslovania a tréningových tipoch nájdete na našej webovej stránke.
www.fluid-eu.com

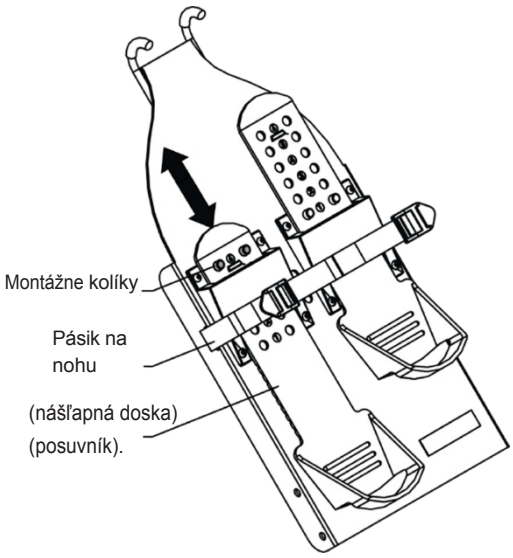
⚠ VAROVANIE: Pred začatím cvičebného programu sa vždy poraďte s lekárom. Ak pocítite mdloby alebo závraty, okamžite prestaňte.

⚠ VAROVANIE: Neveslujte na jednej strane.

Nastavenie podnožiek

Posuvník na chodidlá sa prispôsobí väčšine veľkostí chodidiel a je navrhnutý tak, aby počas veslovania udržal vaše chodidlá bezpečne na mieste. Chodidlá by mali byť umiestnené tak, aby nášľapná doska zakrývala tú časť chodidla, ktorá sa pri veslovaní prirodzene ohýba. (napr. plôška chodidla).
NASTAVENIE:

Zdvihnite hornú časť nášľapnej dosky z montážnych kolíkov a posuňte ju vertikálne v rozmedzí 1-6, aby sa prispôsobila dĺžke vášho chodidla.



Upevnite nášľapnú dosku späť na montážne kolíky a
Pevným stlačením ho zaistite v polohe. Nasaďte nohy a utiahnite popruhy tak, aby nohy pevne sedeli na pätných úchytoch.
Poznámka: Pätný úchyt by sa mal ohýbať, aby sa chodidlo mohlo počas veslovania prirodzene otáčať.

⚠ VAROVANIE: Nikdy nepoužívajte tento veslovací trenažér bez toho, aby ste mali chodidlá riadne upevnené v remienkoch na nohy alebo bez toho, aby bola posuvná časť jazdca pätovej dosky zaistená v správnej polohe!

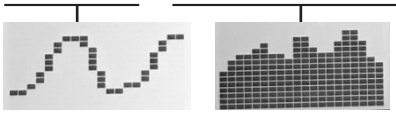
Monitor s automatickým nastavením Bluetooth

Automatické spustenie: spustite cvičenie na aktiváciu.
Obnovenie všetkých hodnôt: Stlačte a podržte tlačidlo RESET na 3 sekundy.
Automatické vypnutie: po viac ako 5 minútach. Po opätovnom spustení sa všetky hodnoty vrátia na nulu.



500M TIME (Čas 500 metrov): Čas na odveslovanie 500 metrov.
WATT: Jednotka výkonu aktualizovaná na jeden veslovací záber. DISTANCE (Vzdialenosť): Aktualizuje sa každú sekundu.

POWER GRAPH (Graf výkonu): Stlačením tlačidla RESET zmeníte zobrazenie z výkonovej krivky na kumulatívny graf výkonu v sekundách.



SPM: Počet úderov za minútu aktualizovaný pri každom zábere.

LEVEL (ÚROVEŇ): Automaticky upravuje hladinu podľa regulačného gombíka na nádrži.

PULSE: Kompatibilný s hrudným pásom Polar H7,H10 a snímačom tepovej frekvencie FLUID Touch (voliteľný). CAL: Kalórie spálené za hodinu pri aktuálnom výkone vo wattoch. Zobrazuje celkový počet spálených kalórií na konci tréningu. TIME (Čas): Automatické spustenie merania uplynulého času.

WATT: Meria maximálny výkon vo wattoch, vypočítava výkon a zrýchlenie, ktoré sú k dispozícii na presné meranie výkonu používateľa. TRÉNINGOVÉ DÁTA: Údaje zozbierané z každého tréningu sa zobrazujú ako výkonová krivka a graf kumulatívneho výkonu, čo umožňuje porovnanie v reálnom čase pre efektívny progresívny tréning.
Vstavaný potenciometer automaticky nastavuje úroveň odporu monitora podľa polohy ovládacieho gombíka na nádrži.
BLUETOOTH CONNECTIVITY: Každý trenažér je vybavený najnovšou technológiou Monitor, ktorá umožňuje pripojenie Bluetooth k akémukoľvek kompatibilnému inteligentnému zariadeniu. Monitor je navrhnutý na integráciu s aplikáciami pre veslovanie a fitness a pomáha pri efektívnom tréningovom pokroku, zaznamenávaní a porovnávaní údajov pre súťažiacich jednotlivcov. Obsahuje aplikáciu FLUID Rowing APP, ktorá je k dispozícii na webovej lokalite FLUID. Je kompatibilný s aplikáciami tretích strán a aktualizáciami softvéru cez Bluetooth.
POZNÁMKA: Hrudný pás na meranie tepovej frekvencie a dotyková rukoväť na meranie tepovej frekvencie sa predávajú samostatne.
UPOZORNENIE O BATÉRIÁCH: Aby ste zabránili vybitiu batérií, vyberte ich z monitora, ak neplánujete zariadenie používať dlhšie ako 30 dní. UPOZORNENIE: Systémy na monitorovanie srdcovej frekvencie môžu byť nepresné, Nadmerné cvičenie môže mať za následok vážne zranenie alebo smrť. Ak sa u vás vyskytnú mdloby, okamžite prestaňte cvičiť a vyhľadajte odbornú lekársku pomoc.

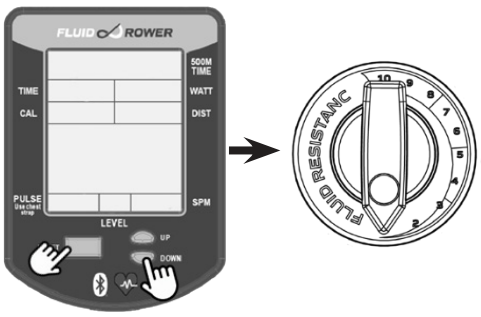
Kalibračný postup

1) Stlačte a podržte tlačidlá Reset a Down na 5 sekúnd. Na displeji sa zobrazí " Úroveň 1" Otočte rukoväťou nádrže na úroveň 1.
Stlačte tlačidlo Reset. Na displeji sa teraz zobrazí úroveň 2. Kalibrácia úrovne 1 je dokončená.

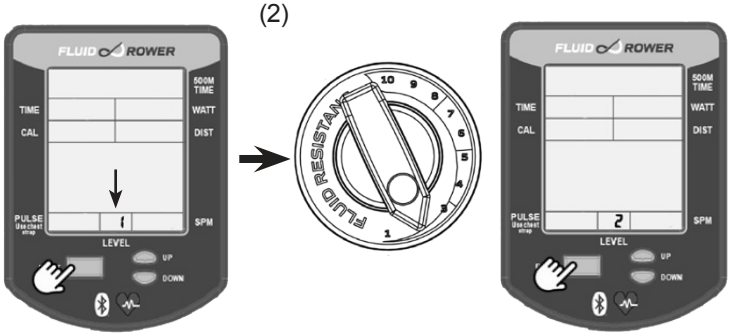
2) Otočte rukoväť nádrže na úroveň 2. Stlačte tlačidlo Reset.
Na displeji sa teraz zobrazuje úroveň 3. Kalibrácia úrovne 2 je dokončená.

3) Opakujte pre 3,4,5,6,7,8,9,10. Kalibrácia je dokončená.

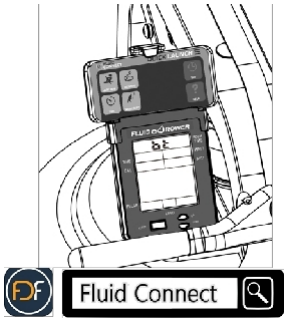
(1)



(2)



Pripojenie monitora a aplikácie



1. Stiahnite si aplikáciu "Fluid Connect" v obchode [App store] alebo [Google Play].
2. Po zapnutí monitora sa spustí skenovanie Bluetooth na pripojenie k telefónu/papierovi.
3. Zapnite aplikáciu FLUID CONNECT v telefóne.
4. Stlačte ľubovoľnú ikonu cvičenia, APP vyhľadá dostupný monitor v okolí.
5. Vyberte monitor, ktorý chcete pripojiť.
6. Keď je monitor pripojený k APP, na obrazovke monitora sa zobrazí iba BT.

Párovanie cez Bluetooth na meranie srdcovej frekvencie

POZNÁMKA: Hrudný pás na meranie srdcovej frekvencie a dotyková rukoväť na meranie srdcovej frekvencie sa predávajú samostatne.



Monitor sa automaticky spáruje s najbližším zariadením na meranie tepovej frekvencie Monitor srdcovej frekvencie Bluetooth.

Po dokončení párovania začne monitor zobrazovať vašu srdcovú frekvenciu.

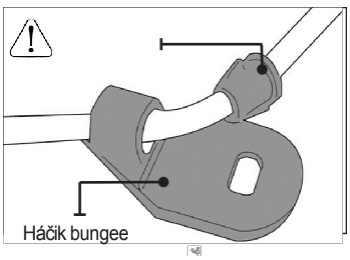
Srdcová frekvencia

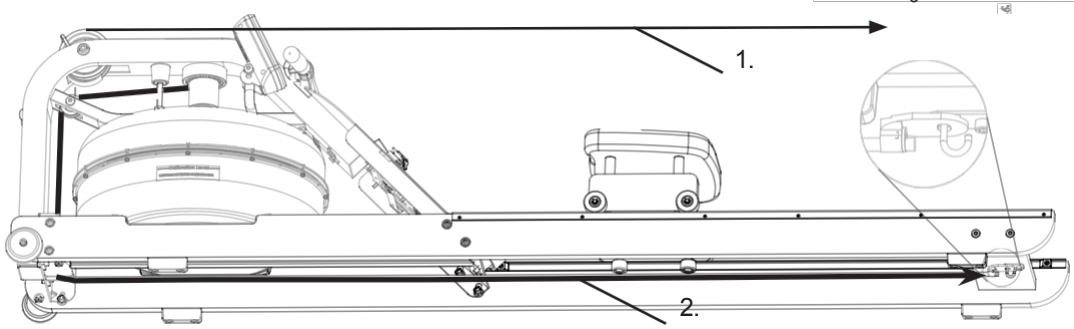
Vyhlásenie výrobcu

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV vyhlasuje, že výrobok je v súlade s nasledujúcimi normami a smernicami.
Nariadenie o všeobecnej bezpečnosti výrobkov (GPSR) - (EÚ) 2023/988 Nariadenie
o batériách (EÚ) 2023/1542
Spoločnosť Tunturi New Fitness BV týmto vyhlasuje, že rádiové zariadenie typu : Apollo Pro XL je v súlade so smernicou 2014/53/EÚ. Úplné znenie EÚ vyhlásenia o zhode je k dispozícii na tejto webovej stránke: https://doc.tunturi.com Tunturi New Fitness BV. Purmerweg 1
1311 XE Almere
Holandsko

Odpojenie veslovacieho pásu

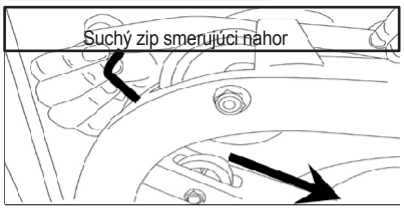
1. Ak chcete pás odopnúť, jednoducho potiahnite mimo rozsahu veslovacieho záberu, kým sa pás neodpojí od remenice.
   Tip: Tesne pred odopnutím remeňa budete počuť, ako sa suchý zip odopína.
2. Odpojte nárazovú šnúru od zadnej vzpery. Potom zatlačte vnútornú svorku z Bungee háčika. ťahajte Bungee cez vnútornú svorku, kým sa neuvoľní. To umožní úplné vytiahnutie Bungee Shock Cord z hlavného rámu až ku kladke Bungee Belt, kde sa opäť znovu pripevní, keď bude trenažér v správnej polohe.





Opätovné pripevnenie veslovacieho pásu

KROK 1



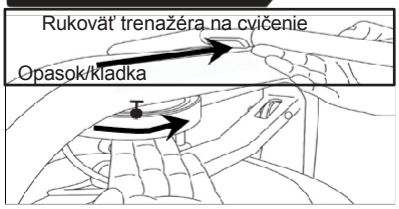
Začnite opätovne pripevňovať veslársky pás tak, že ho navlečiete okolo remenice veslárskeho pásu stranou so suchým zipsom smerom nahor, ako je znázornené na obrázku.

KROK 2



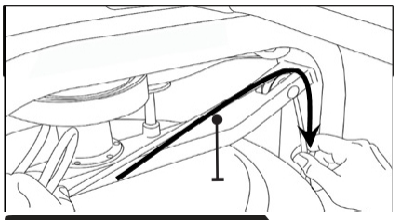
Potom remeň navlečte okolo napínacej kladky, ako je znázornené na obrázku. Po omotaní napínacieho kolesa okolo napínacieho kolesa pripevnite remeň trenažéra k remenici.
V mieste upevnenia je zjavný "okraj".

KROK 3



Navíjajte remeň trenažéra na remenicu, až kým sa rukoväť trenažéra nedostane do najprudšej polohy.

KROK 4

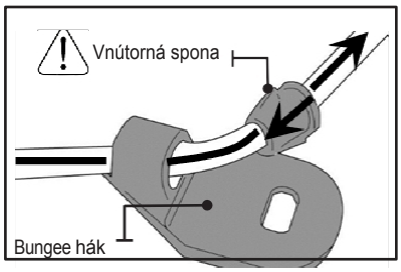


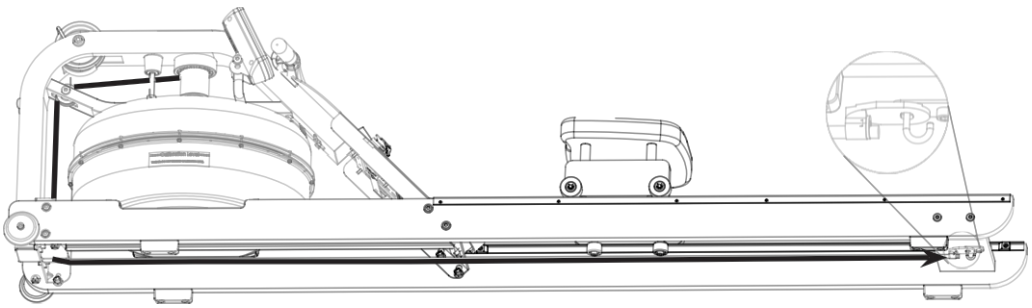
Znovu navlečte tlmiacu šnúru bungee (na opačnej strane voľnobežky).
späť cez Bungee Pulley a priviažte sa k upevňovaciemu bodu.

KROK 5 Opätovné pripevnenie veslárskeho pásu

Napätie pri opätovnom naviják sa časom zníži, keď sa bungee šnúra natiahne. Ak chcete zvýšiť napnutie spätného rázu, jednoducho vysuňte vnútornú sponu zozadu z Bungee háku, natiahnite vnútornú sponu potrebným množstvom Bungee a nahraďte vnútornú sponu do Bungee háku, ako je znázornené nižšie.

Tip: Pred opätovným nasadením vnútorného klipu/ Bungee háku zväžte uzol Bungee pod mierou. Ten udrží Bungee v napätí pri opätovnej montáži Bungee háčika.





Údržba

Všetky činnosti preventívnej údržby sa musia vykonávať pravidelne. Vykonávanie rutinných činností preventívnej údržby môže pomôcť zabezpečiť bezpečnosť a bezproblémovú prevádzku všetkých zariadení FLUID.

Spoločnosť FJLID nie je zodpovedná za vykonávanie bežných činností kontroly a údržby vašich strojov. Poučte všetkých zamestnancov o činnostiach kontroly a údržby zariadení, ako aj o hlásení a zaznamenávaní nehôd.

⚠ UPOZORNENIE

Nádrž, koľajnice a kolesá sedadla utierajte a čistite čistou vodou. Nepoužívajte žiadne chemické čistiace prostriedky.

Položka	Časový rámec	Pokyny
Koľajnice a kolesá sedadla	Týždenne	Utrite bočné koľajnice a kolieska sedadla handričkou, ktorá nepúšťa vlákna.
Rám	Týždenne	Rám utrite handričkou, ktorá nepúšťa vlákna.
Plášť nádrže	Týždenne	Na utieranie plášťa nádrže používajte iba vodu a čistú handričku. Na utieranie plášťa nádrže NEPOUŽÍVAJTE žiadne chemické čistiace prostriedky.
Ošetrenie nádrže a vody	12 mesiacov až 2 roky	Postupujte podľa pokynov uvedených v časti "Postup úpravy vody" tejto príručky.
Šnúra na zavesenie	Každých 100 hodín skontrolujte správne napnutie a známky opotrebovania.	Bungee kábel by mal vydržať mnoho rokov. Ak je potrebné Bungee Cord vymeniť, kontaktujte miestneho servisného zástupcu alebo navštívte stránku www.fluid-eu.com, kde nájdete ďalšie informácie.
Veslovací pás	Každých 100 hodín skontrolujte správne napnutie a známky opotrebovania.	Veslovací pás by mal poskytovať mnoho rokov bezproblémového používania. Ak je potrebná výmena lopatkového remeňa, obráťte sa na miestneho servisného zástupcu alebo navštívte stránku www.fluid-eu.com, kde nájdete ďalšie podrobnosti.

Odstraňovanie problémov

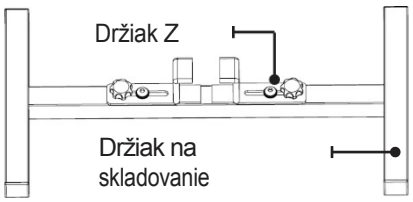
Porucha	Pravdepodobná Príčina	Riešenie
Voda je zafarbená alebo zakalená.	Veslár je na priamom slnečnom svetle alebo neprešiel úpravou vody. Miestna voda z vodovodu je zlá kvality.	Zmeňte umiestnenie roveru tak, aby bol menej vystavený priamemu slnečnému žiareniu. Pridajte úpravu vody alebo vymeňte vodu v nádrži podľa pokynov uvedených v časti Úprava vody v tejto príručke. Zvážte použitie destilovanú vodu na doplnenie nádrže.
Skĺznutie remeňa remeňa/ remenice.	Remienok nie je dostatočne napnutý. Vinutie nie je dostatočne silné.	Utiahnite bungee šnúru podľa pokynov v časti "Opätovné upevnenie cvičného trenažera" v tejto kapitole. "Krok 5".
Nesúhlasné údaje na monitore pre interval 500 m a SPM (počet zdvihov za minútu).	Medzera medzi snímačmi Chybný snímač Snímač sa posunul z pozície Káblový zväzok	Použite kryt batérie monitora ako "nástroj na kontrolu medzery" na kontrolu medzery medzi hlavou snímača a magnetickým krúžkom alebo na zistenie, či sa hlava snímača nepohla z miesta. Obráťte sa na najbližšie stredisko služieb zákazníkom spoločnosti FLUID, kde získate informácie a podrobnosti.
Monitor sa po vložení batérie nerozsvieti.	Batérie sú nesprávne nainštalované alebo ich treba vymeniť.	Vymeňte/opätovne nainštalujte batérie na správne miesto a skúste to znova. Ak sa obrazovka LCD nerozsvieti, skúste mierne otočiť batérie v monitore. Ak to nefunguje, obráťte sa na miestne servisné stredisko.
Obrazovka monitora sa rozsvieti, ale pri veslovaní sa nerozsvieti.	Uvoľnené alebo poškodené spojenie. Príliš veľká medzera medzi snímačmi	Skontrolujte, či je kábel monitora správne pripojený. Ak je pripojený, obráťte sa na miestne servisné stredisko. Skontrolujte snímač Medzera medzi snímačmi.
Úroveň monitora nie je synchronizovaná so snímačom LEVEL v nádrži.	Monitor LEVEL musí byť znovu nakalibrovať.	Pozrite si časť "Postup kalibrácie" na strane 13 tejto príručky.

Pokyny k úložnému držáku

Súpravu podporného držiaka na vertikálne skladovanie je možné zakúpiť samostatne.

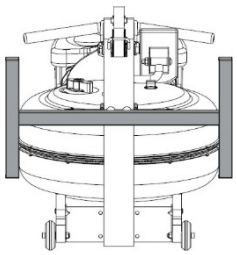
KROK 1

Nainštalujte držiak Z na úložnú základňu.
Poznámka: Nedoťahujte gombík a skrutku.



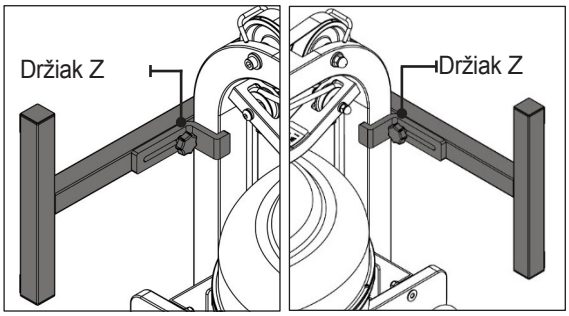
KROK 2

Nainštalujte držiak na cvičebný trenažer podľa obrázka.



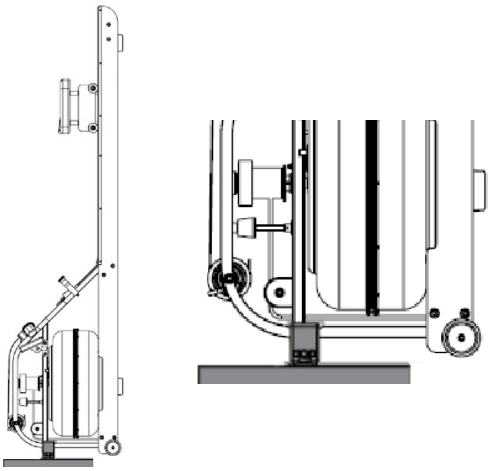
KROK 3

Utiahnite gombík držiaka Z, aby ste ho upevnili na cvičebný trenažer. Poznámka: Uistite sa, že je Z konzola zaistená pod stredovou tyčou.



KROK 4

Postavte cvičný trenažer do zvislej polohy s hlavným ramenom na podlahe. Na utiahnutie skrutiek použite 8 mm imbusový kľúč.



Medzinárodná záruka

PLNOHODNOTNÉ KOMERČNÉ POUŽITIE

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV zaručuje, že trenažér APOLLO PRO XL (model APPX), zakúpený u autorizovaného zástupcu a v pôvodnom nepoškodenom obale, je bez materiálových a výrobných chýb. Spoločnosť Tunturi New Fitness BV alebo jej zástupca podľa vlastného uváženia opraví alebo vymení diely, ktoré sa stanú chybnými počas záručnej doby, s výhradou nižšie uvedených špecifických výnimiek a zahrnutí.

Hlavný rám - 10-ročná obmedzená záruka
Spoločnosť Tunturi New Fitness BV opraví alebo vymení kovový hlavný rám trenažéra, ak sa pokazí z dôvodu akejkoľvek materiálovej alebo výrobnej chyby do 10 rokov od pôvodného zakúpenia. Záruka sa nevzťahuje na povrchovú úpravu rámu.

Polykarbonátová nádrž a tesnenie - 5 rokov obmedzená záruka

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV opraví alebo vymení polykarbonátovú nádrž alebo tesnenie, ak sa pokazí z dôvodu akejkoľvek vady materiálu alebo spracovania, a to do 5 rokov od pôvodnej kúpy.

Mechanické súčasti (nenosného charakteru) - 2 roky obmedzená záruka

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV opraví alebo vymení akýkoľvek mechanický komponent, ak zlyhá z dôvodu akejkoľvek materiálovej alebo výrobnej chyby do 2 rokov od pôvodného nákupu.

Špecifické komponenty

- Rám sedadla
- Koľajnice
- sedadla
- Hriadeľ a zostava obežného kolesa

Všetky ostatné komponenty (opotrebiteľné diely) - 2 roky obmedzená záruka

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV opraví alebo vymení akúkoľvek súčiastku, ak zlyhá v dôsledku chyby materiálu alebo spracovania do 2 rokov od pôvodného nákupu.

Špecifické komponenty

- Sťahovacia šnúra Bungee
- Ručné držadlá a popruhy na nohy
- Polyesterový veslovací pás
- Sedadlo a behúne sedadla
- Všetky kladky, valčeky a ložiská
- Všetky gumové komponenty
- Monitor a snímač rýchlosti (okrem vymeniteľných batérií) Opierky nôh
- (otočné a posuvné)

Všeobecné výnimky

- Poškodenie povrchovej úpravy akejkoľvek časti stroja
- Poškodenie spôsobené zanedbaním, zneužitím, nesprávnou inštaláciou alebo používaním stroja
- Akékoľvek prepravné alebo colné poplatky spojené s vrátením alebo prepravou dielov Akékoľvek poškodenie alebo strata
- tovaru počas prepravy akéhokoľvek druhu
- Akékoľvek náklady na prácu spojené so záručnými nárokmi

Všeobecné zmluvné podmienky

- Sériové číslo stroja musí byť správne zaregistrované u spoločnosti Tunturi New Fitness BV alebo u jedného z jej zástupcov distribútorov.
- Spoločnosť Tunturi New Fitness BV si vyhradzuje právo preskúmať akýkoľvek diel, ktorého výmena sa vyžaduje v rámci záruky.
- Záručná doba sa vzťahuje len na pôvodného kupujúceho od dátumu nákupu a je neprenosná.
- Výrobok musí byť vrátený na miesto nákupu v pôvodnom obale, pričom dopravu, poistenie a súvisiace poplatky hradíte vy a riziko straty alebo poškodenia nesiete vy.
- Spoločnosť Tunturi New Fitness BV neposkytuje žiadne iné záruky okrem tých, ktoré sú uvedené v tomto dokumente, a výslovne sa zrieka všetkých záruk. ktoré nie sú uvedené v tejto záruke. Spoločnosť Tunturi New Fitness BV ani jej partneri nenesú zodpovednosť za náhodné alebo následné škody.
- Záruka výrobcu sa začína automaticky po predaji výrobku konečnému používateľovi alebo po uplynutí záručnej doby. (1) roka od mesiaca výroby, podľa toho, čo nastane skôr.



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

Safety

Safety Information

- Before using this product, it is essential to read this ENTIRE operation manual and ALL instructions. The Rower is intended for use solely in the manner described in this manual.
- UNDERSTANDING EACH AND EVERY WARNING TO THE FULLEST IS IMPORTANT
- As with any piece of fitness equipment, consult a physician before beginning your Rower exercise program.
- Please be aware that any fitness regime, before being undertaken, is best preceded by a physical checkup from a certified physician.
- Injuries to health may result from incorrect or excessive training.
- Stop the machine immediately if any signs of excessive wearing is present on the Belts, Pulleys and Bungee cords. Do not use unit until said parts are repaired or replaced.
- Do not allow children unattended access to the machine.
- Move the Seat forword before lifting the Rower to a vertical position.
- The Rower can stand vertically for storage. When doing so, please follow the instructions given in the manual.
- If any of the adjustment devices are left projecting, they could interfere with the user's movement.
- Do not store in freezing conditions with water in the Tank as it can expand and crack the components.
- The console is designed to provide accurate real-time workout data. However, for your health and safety, please do not rely solely on these readings. If you experience any discomfort, stop exercising immediately and consult a healthcare professional.
- Always place a non-slip mat under the equipment to reduce the risk of slipping.
- Inspect the tank for any signs of leakage before use. If leakage is detected, stop using the equipment immediately.
- Periodically inspect the equipment and replace batteries when needed to maintain safe operation.

Proper Usage

- Do not use any equipment in any way other than designed or intended by the manufacturer. It is imperative that FLUID equipment is used properly to avoid injury.
- Injuries may result if exercising improperly or excessively. It is recommended that all individuals consult a physician prior to commencing an exercise program. If at any time during exercise you feel faint, dizzy or experience pain, STOP EXERCISING and consult your physician.
- Keep body parts (hands, feet, hair, etc.), clothing and jewelry away from moving parts to avoid injury.
- Follow instructions provided in this manual for correct foot position and basic rowing techniques.
- For more detailed rowing techniques, please refer to our International website www.fluid-eu.com

Inspection

- DO NOT use or permit use of any equipment that is damaged and/or has worn or broken parts. For all FLUID equipment use only replacement parts supplied by FLUID.
- Cables and Belts pose an extreme liability if used when frayed. Always replace any cable or Belt at first sign of wear (consult FLUID if uncertain).
- EQUIPMENT MAINTENANCE - Preventative maintenance is the key to smooth operating quipment as well as to keep your liability to a minimum. Equipment needs to be inspected at regular intervals.
- Ensure that any person(s) making adjustments or performing maintenance or repair of any kind is qualified to do so.
- DO NOT ATTEMPT TO USE OR REPAIR ANY ACCESSORY APPROVED FOR USE WITH THE FLUID EQUIPMENT WHICH APPEARS TO BE DAMAGED OR WORN.
- Check all Belts, pulleys and bungee cords regularly for signs of wear, and replace if needed.
- Check regularly and follow all instructions for maintenance as specified in this manual.
- Replace immediately any defective parts and do not operate unit until all repairs are complete.
- The safety level of the equipment can be maintained only if it is examined regularly for damage and wear, e.g. ropes, pulleys, connection points.

Safety

Operating Warnings

- Keep children away from the equipment. Parents or others supervising children must provide close supervision of children if the equipment is used in the presence of children.
- Do not allow users to wear loose fitting clothing or jewelry while using quipment. It is also recommended to have users secure long hair back and up to avoid contact with moving parts.
- All bystanders must stay clear of all users, moving parts and attached accessories and components while machine is in operation.
- **WARNING** Do not insert fingers into Tank!
- **CAUTION** After rowing exercise, please allow the unit to sit for 5 minutes before standing it up for storage.
- **CAUTION** Do not fill past the calibration mark as indicated on the Tank level sticker or water spillage can occur.
- **WARNING** Never operate this Rower without feet properly secured in Footstraps, or without the sliding portion of the Slider Footplate locked into position!

⚠ CAUTION

- Keep hands and fingers away from moving parts, as indicated in this manual.
- The Rower can stand vertically for storage. Make sure a secure location is chosen, such as the corner of a room or against a wall on an even, secure surface.
- It is recommended not to expose the machine to the direct sunlight. It may cause accelerated aging of the plastic material, reduce the life of the tank shell and even lead to deformation and rupture.

⚠ NOTE

If the storage area is not level, an additional fixture is required (sold separately) to keep the Rower stable with vertical storage position.

Assembly

Product Specifications

Product Class: HC

Braking System: Speed Independent

Product Net Weight: 32.7kg (72.09lb)

Product Gross Weight: 39.96kg (88.10lb)

Minimum Safe Operating Surface Area: 333cm (131.09”) x 172cm (67.71”)

Dimensions: 2130mm (83.86”) Length x 540mm (21.26”) Width x 560mm (22.04”) Height

Maximum User Weight: 150kg (330lb)

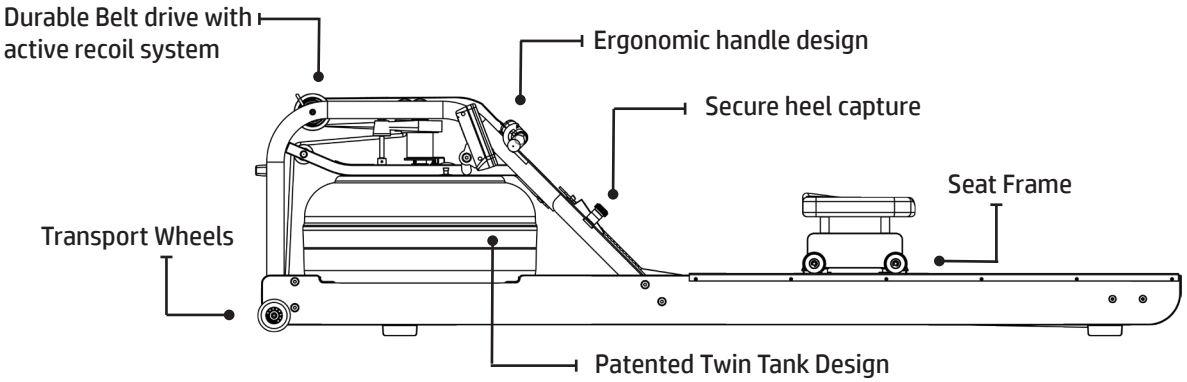
Compact Footprint: 2130 x 540mm or upright 560 x 540mm

Indoor use

Installation

- Place on a stable, flat surface in a horizontal position during use for maximum stability.
- Check all Belts, pulleys and bungee cords regularly for signs of wear, and replace if needed.
- Check regularly and follow all instructions for maintenance as specified in this manual.
- Replace immediately any defective parts and do not operate unit until all repairs are complete.

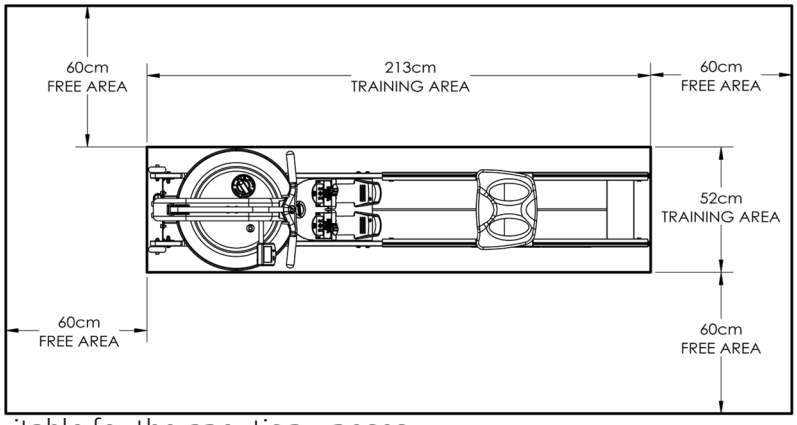
Product Highlights



To use the Transport Wheels for moving the rowing machine, simply lift the rear legs to an angle greater than 15 degrees. This will allow you to easily transport the equipment.

Live Area and Training Area

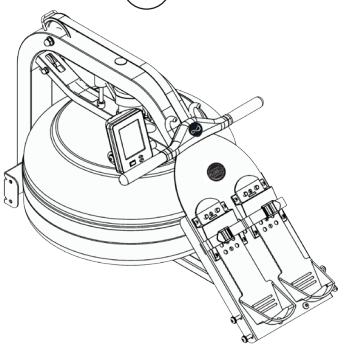
The live area shall be at least 60cm (23.62”) greater than the training area in the directions from which the equipment is accessed. The live area must also include the area for emergency dismount.



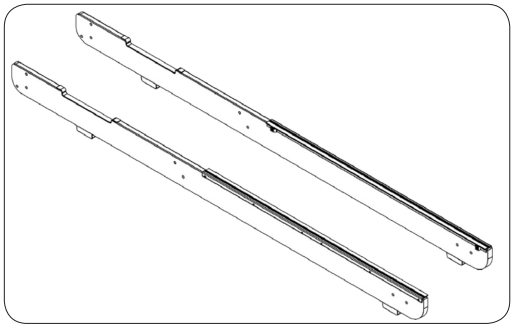
Note: Rower is not suitable for therapeutic purposes.
Where equipment is positioned adjacent to each other the value of the free area may be shared.

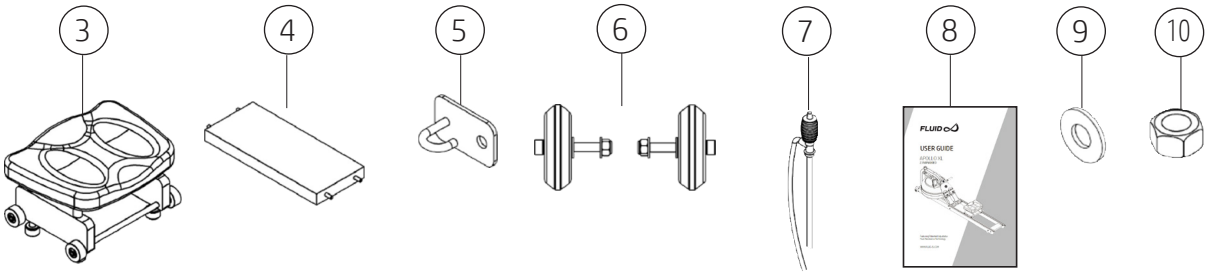
Rower Box 1 & 2 Contents

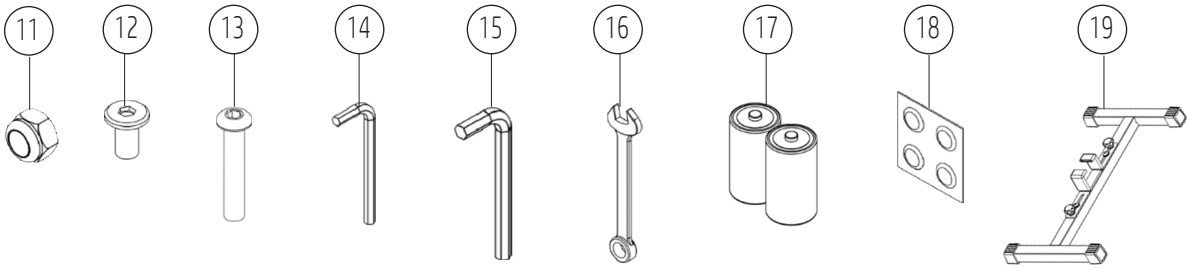
1 Box 1 Contents



2 Box 2 Contents







Item	Qty.	Description	Item	Qty.	Description
1	1	Main Frame	5	1	Bungee Hook Mount
2	2	Left / Right Side Rail	6	2	Transport Wheel Assembly
3	1	Rower Seat	7	1	Siphon
4	1	Rear Brace	8	1	User Guide
Hardware KIT					
9	16	M8 Washer	14	1	5mm Allen Key
10	8	M8 Standard Nut	15	1	6mm Allen Key
11	8	M8 Nyloc Nut	16	1	13mm Spanner
12	4	M6x15mm Bolt	17	2	D Cell Battery
13	8	M8x45mm Bolt	18	4	Water Treatment Tablet
Optional Equipment (Not Included)					
19	1	Storage Support Bracket	21	1	Touch Heart Rate Handle
20	1	Elevate Kit	22	1	Smart Phone Holder

Assembly Instructions

STEP 1 Installing the Rear Brace and Transport Wheel Assembly to the Side Rails

REQUIRED

Side Rail Left / Right [2]
Rear Brace [4]
Bungee Hook Mount [5]
Transport Wheel Assembly [6]
4x M6x15mm Bolts [12]

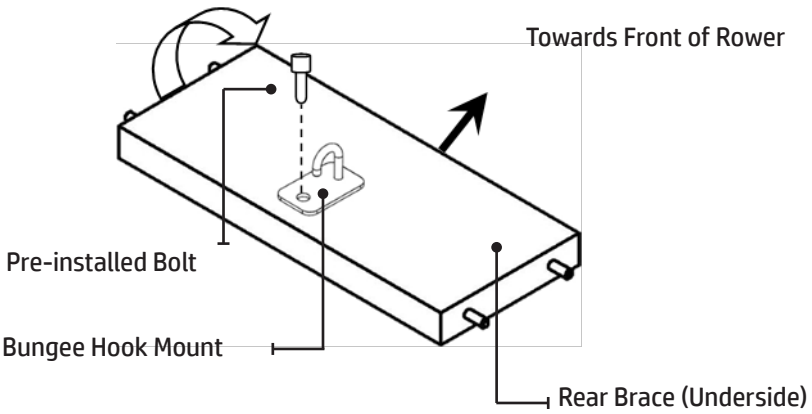
WARNING

Rotate Rear Brace to correct orientation before assembly onto Side Rails

NOTE

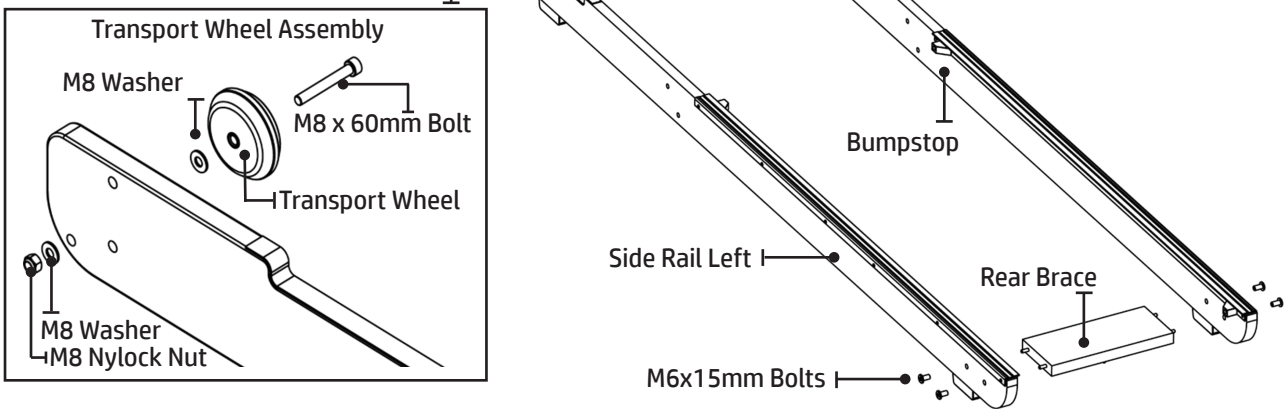
Transport Wheels must be mounted on the outside of Side Rails as shown below. Do not over tighten the Transport Wheel Axle as it may inhibit Transport Wheel rotation.

A) Start with the Rear Brace and on the underside you will find a Pre-installed bolt. From the Hardware Kit, take the Bungee Hook Mount and install it onto the Rear Brace as shown. Note the orientation of the Brace and Hook must be correct in order to hold the end of the Bungee Shock Cord as depicted by the arrow in the illustration, which points toward the front of Rower.



B) Next, connect the Side Rail Left and Side Rail Right[2] using 4x M6x15mm Bolts[12] and Rear Brace[4]. DO NOT TIGHTEN.
Tip: Bumpstops facing inside of rail for correct assembly orientation.

C) Once the Rear Brace and Side Rails are assembled, mount the Transport Wheel Assembly[6] onto the Left/Right Side Rails[2].
Note: One Washer on outside and one Washer on the inside of the side rail.



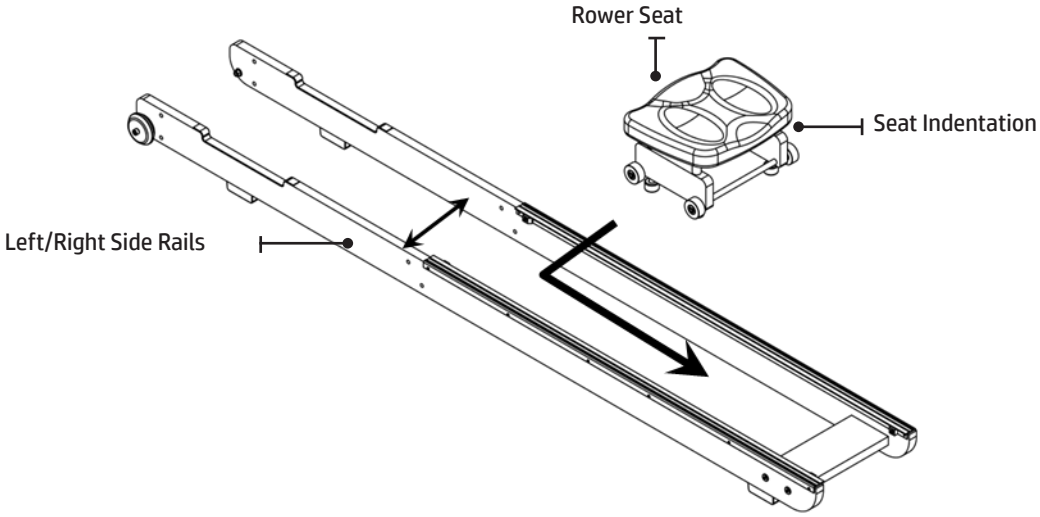
Assembly Instructions

STEP 2 Mounting Rower Seat and Upper Main Frame

REQUIRED
Left / Right Side Rail [2]
Rower Seat [3]

To Install the Rower Seat, spread the Left/Right Side Rails[2] slightly and drop the Rower Seat[3] into the track.

Note: Seat Indentation must face rearward.



STEP 3 Mounting Rower Seat and Upper Main Frame

REQUIRED
Main Frame [1]
Side Rails Assembly [2]
16x M8 Washers [9]
8x M8 Standard Nuts [10]
8x M8 Nyloc Nuts [11]
8x M8x45mm Bolts [13]

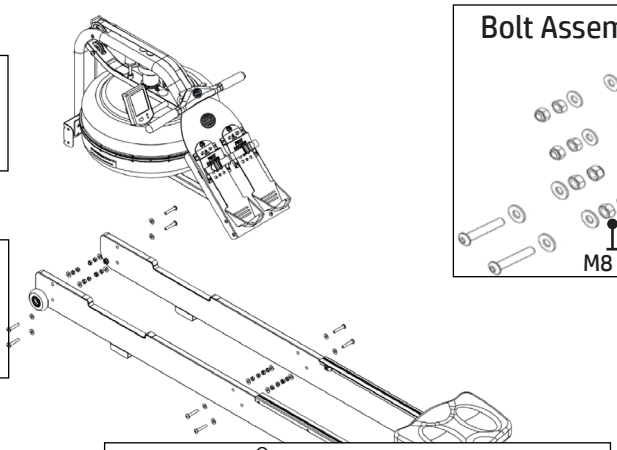
Next, install the Main Frame[1] onto the Side Rail Assembly[2] as shown. You will need **8x M8x45mm Bolts[13], 16x M8 Washers[9], 8x M8 Standard Nuts[10] and 8x M8 Nyloc Nuts[11].**
Secure the front Lower Bracket first, then the Footboard but DO NOT TIGHTEN. You may find that the Lower Bracket Bolts can be difficult to access. You can tighten these bolts completely once the Rower is standing in the vertical position so for the moment, simply align and loosely thread lower Bolts/Nuts.

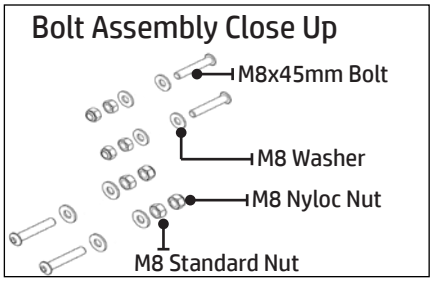
⚠ CAUTION

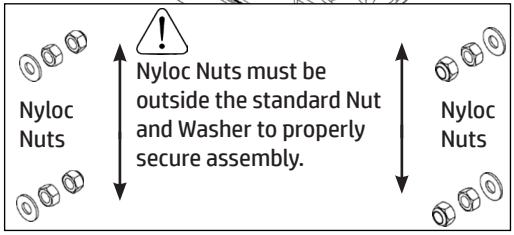
Nyloc Nuts must be outside the standard Nut and Washer to properly secure assembly.

⚠ NOTE

Clean Wheels and tracks weekly with a soft dry cloth in order to decrease the rate of wear on both Wheels and track.

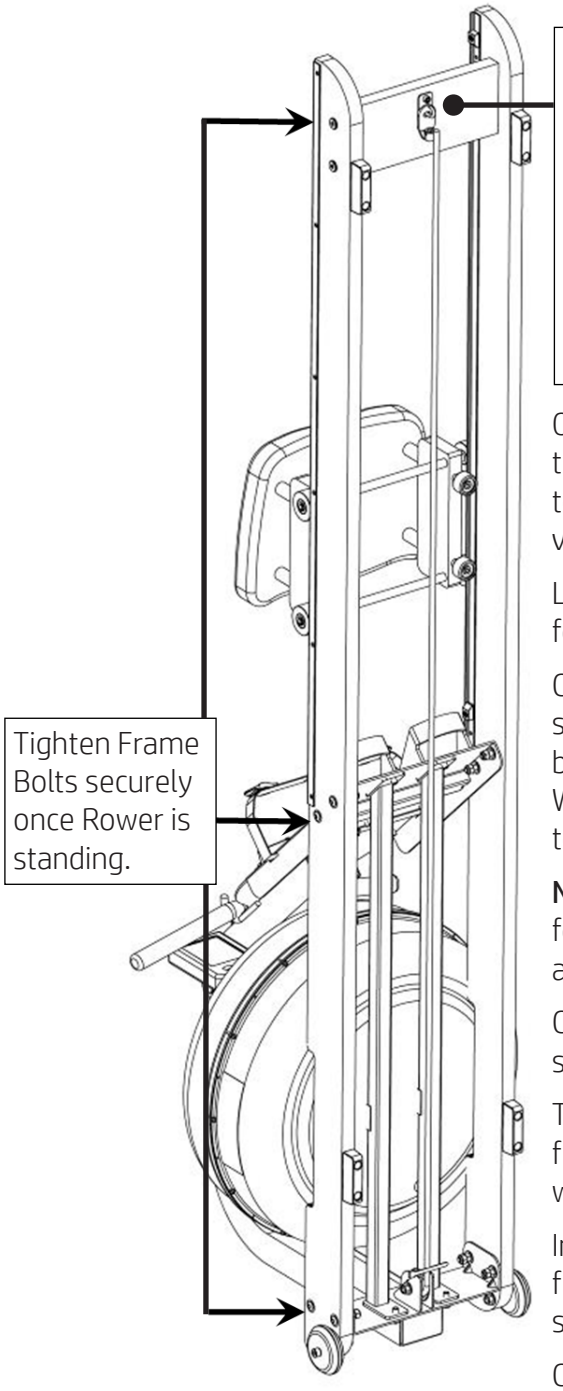






Assembly Instructions

STEP 4 Attach Bungee Code And Completing the Rower Assembly



Pull Bungee Cord and Hook Bungee End onto the Bungee Hook Mount[5] as shown.



⚠ Do not cut Bungee tie wrap before Bungee cord is attached to rear of Rower as shown here.

Once the Bungee Cord is attached to the Rear Brace, tighten the Bolts holding the Footboard, the Main Frame to Side Rail Bolts as they are easier to access from the vertical position.

Lower the Rower back to the Horizontal position and test for proper bungee recoil.

Check Seat Rollers/Runners for dirt or debris before sitting on the Rower Seat. Small objects captured between the Seat Rollers and Runners can damage the Wheels or running surface. Check Runners for debris prior to each use and clean regularly.

Note: The Rower Frame Bolts require periodic checking for tightness. Do this at the end of the first month of use and again after every 12 months.

Choose a suitable location when standing the product for storage.

The Rower Frame can be polished with any high grade furniture polish to further highlight the rich luster of the wood finish.

Install supplied 2x D Cell Battery and check Monitor function. Details regarding can be found in the Monitor section of this manual.

Choose a flat, level surface on which to use your Rower, to avoid rocking and potential premature wear.

Operation Instructions

Adjustable Resistance (AR) Tank

The adjustable resistance (AR) Tank, developed and patented by FLUID. offers a true multi-level experience. Water is moved between the "storage" and "active" chambers of the AR Tank. Your new rowing ergometer can adapt - at the turn of a dial - to the resistance preferred by each user.

Getting Started

To achieve minimum resistance, select "1" on the Tank adjuster. It takes 10 strokes to fill the central (storage) tank, leaving a minimal amount of water in the outer (active) tank. This process is always required if minimum resistance is desired. Row hard at a steady pace (20 to 25 strokes per minute [SPM]) and put some effort into the stroke, ensuring that good form is maintained. You can make adjustments to the resistance level while you row. Your AR Tank will adapt almost instantly to increases in resistance but will take up to 10 strokes to reduce the effort required, as the central (storage) Tank fills up.

Developing Your Routine

Once you have found a level that gives you the exercise required, changes can be made to SPM and to stroke intensity to further vary your energy input. Interval training is used by most Rowers, where a period of low intensity is combined with short intervals of high intensity. Your rowing ergometer allows for changes 'on the fly', to achieve multi-level resistance profiles during a single workout. For more information on exercise routines, please visit our website at
www.fluid-eu.com

Tank Filling and Water Treatment Procedures

REQUIRED
Siphon [7]

⚠ CAUTION

Resistance adjuster must be set to LEVEL 10 to allow for accurate filling capacity.

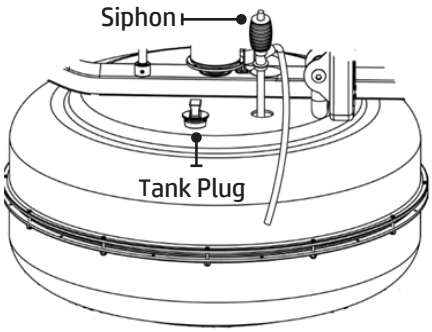
⚠ WARNING

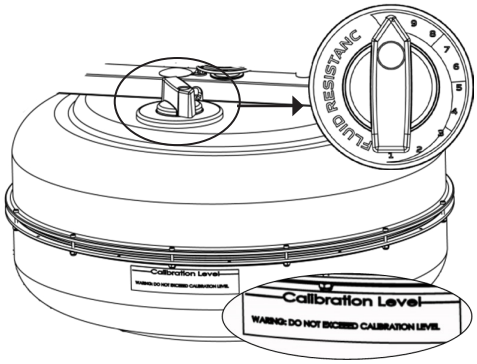
Do not overfill the tank beyond the maximum indicated level of 20 liters. Refer to the Tank Level decal on the lower side of the tank.

⚠ NOTE

In areas where tap water quality is known to be poor, FLUID recommends the use of distilled water.

A) Remove Tank Plug from the top of the Tank.
B) Place a large bucket of water next to the Rower. Position the Siphon[7] with rigid hose in the bucket,and flexible hose in the Tank. **NOTE:** Make sure small breather valve on siphon is closed before filling.
C) Squeeze siphon to begin filling. Important: Do not overfill Tank.
D) When full, open the valve on the top of the Siphon to allow excess water to escape.
E) Once filling is completed follow the water treatment schedule below, then replace the Tank Plug.



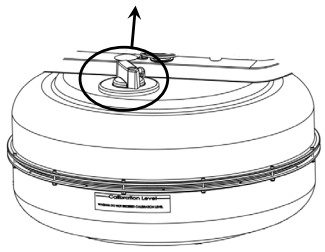


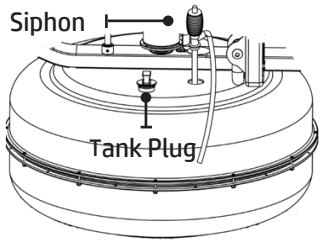
Level 1: This setting keeps a portion of the water in reserve creating light resistance.
Level 10 : This setting allows the maximum amount of water to reach the flywheel for heaviest resistance .

Operation Instructions

Removing/Changing Tank Water







A) Set Adjuster Knob to “1”
B) Row at least ten strokes to fill the storage reservoir as completely as possible.
C) Remove Tank Plug.
D) Insert rigid end of siphon into the Tank, and flexible hose into a large bucket.
E) Drain Tank (approx. 40% of water will remain) and then refill following directions for Tank filling as described in the Tank Filling section of this manual.

NOTE:

- The valve on top of the siphon must be closed to allow proper drainage.
- Water treatment will preclude the need to change tank water if the treatment schedule is maintained.
- Additional Water Treatment Tablet is required only when discoloration appears in the water.
- Exposure to full sunlight reduces the life of the Water Treatment Tablets. Storing the Rower away from direct sunlight will extend the time between water treatments.
- Approximately 40% of tank water will remain. It is not possible to completely drain the A/R tank without disassembly.

NOTE: For simple, fast and efficient filling and/or drainage of the Tank, we have a battery operated pump (rechargeable via USB) available as an option. We recommend this to any commercial facility, with multiple units, that has a need to drain and refill Tanks from time to time. To purchase, contact your nearest Tunturi New Fitness BV distributor or go to our website on www.fluid-eu.com for details.

⚠CAUTION It is strongly recommended that a drop cloth be used under the Tank whenever the Tank Plug is opened for water treatment.

Initial Water Treatment

Add One Water Treatment Tablet per full Tank. DO NOT, UNDER ANY CIRCUMSTANCE, USE A WATER TREATMENT TABLET OTHER THAN THOSE SUPPLIED WITH YOUR UNIT.
Your unit purchase includes 4xWater Treatment Tablets, which is sufficient for several years of use. The amount of time between water treatments can vary greatly depending on your unit’s location and exposure to sunlight. Typically you can expect to treat your Tank water every 12-24 months. If water becomes discolored or shows signs of algae / bacterial growth simply add one Water Treatment Tablet. To purchase additional Water Treatment Tablets, please consult your nearest regional dealer/distributor or check our website at www.fluid-eu.com

How to Adjust Resistance

Select your preferred Fluid Resistance.
NOTE: The Monitor level will automatically reflect the Fluid Resistance selected at the Tank.
When adjusting resistance level, allow two strokes to feel an increase and ten strokes to feel a decrease.



MINIMUM

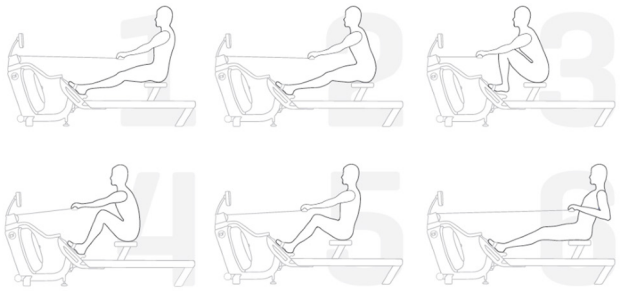


MAXIMUM

Operation Instructions

Start Rowing

There are six phases to completing a rowing stroke



1. Sit with straight legs and back, leaning forward slightly at the hips with arms out straight and hands level with the lower ribs. Swing back.
2. Legs and back straight, leaning slightly forward from the hips, arms out in front. Lean and slide forward.
   Note: Hands should now be around your knees, keeping legs straight.
3. Legs come forward, aiming to get the shins vertical. Back is still straight, and posture leaning slightly forward with arms still out front. Now drive hard, this is the CATCH.
4. Knees partially straightened so seat is now at mid-point of travel, back and arms still straight. Maintain the stroke.
5. Knees are nearly straight, back is still straight but now leaning slightly back from the hips. Arms straight. Now squeeze through.
6. Legs now fully extended. Back straight and leaning slightly back, now pull with the arms so they are close to the chest, forearms horizontal and elbows close in to the rib cage. This is the FINISH.

For more information on correct rowing technique and workout tips visit our website www.fluid-eu.com

⚠ **CAUTION:** Always consult a doctor before beginning an exercise program. Stop immediately if you feel faint or dizzy.

⚠ **CAUTION:** Do not row to one side.

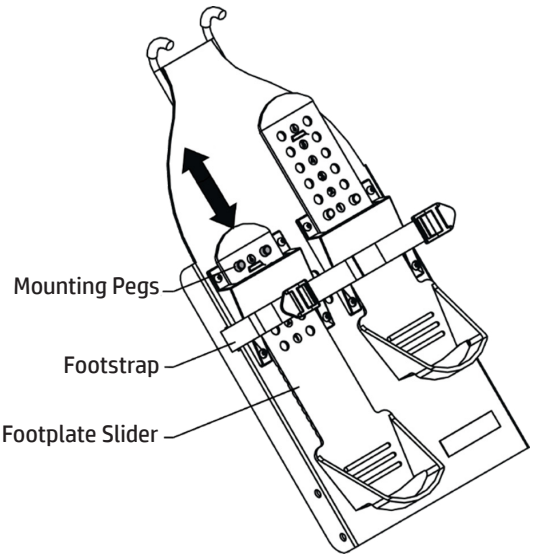
Adjust Footplates

The Footplate Slider accommodates most foot sizes, and is designed to keep your feet securely in place as you row. The feet should be positioned so that the foot strap covers the section of the foot naturally bend as row. (e.g. The board of the foot)

TO ADJUST:

Lift the top of the Footplate from the mounting pegs and slide vertically between 1-6 to suit your foot length. Secure by hooking the Footplate back onto the mounting pegs and pushing down firmly to lock it into position. Place feet on the foot plates and tighten the Footstraps to ensure your feet sit firmly against the heel captures.

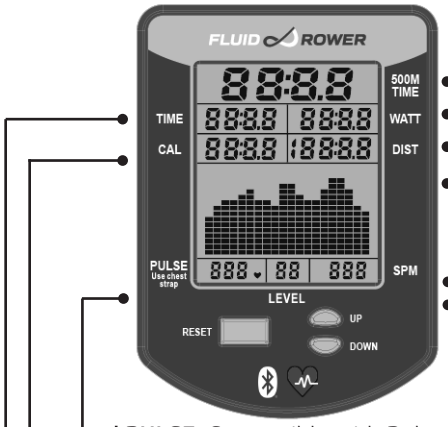
Note: The heel capture should bend to allow your foot to pivot naturally as you row.



⚠ **WARNING:** Never operate this Rower without feet properly secured in Footstraps, or without the sliding portion of the Footplate Slider locked into position!

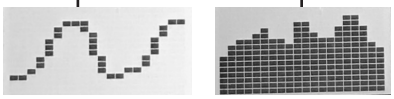
Bluetooth Auto-Adjust Monitor

Auto Start: Commence exercise to activate.
Reset all values: Press and hold RESET button for 3 seconds.
Auto Power Down: Over 5 minutes. All values revert to zero after restart.



500M TIME: Time to row 500 meters.
WATT: Unit of power updated per rowing stroke.
DISTANCE: Updated every second.

POWER GRAPH: Press RESET to change display from Power Curve to Cumulative Power Graphsecond.



SPM: Strokes per minute updated each stroke.

LEVEL: Auto-level adjust to the Adjuster Knob on the tank.

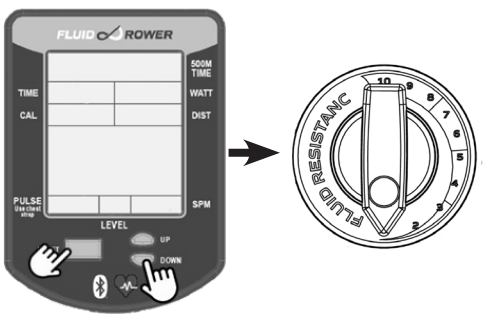
PULSE: Compatible with Polar H7,H10 Chest Strap and FLUID Touch Heart Rate Handle (Optional).
CAL: Calories burned per hour at the current Watts. Shows total calories burned when exercise is stopped.
TIME: Auto start elapsed time.

WATT: Measures peak power in watts, calculating the strength and acceleration provided to accurately measure a user's power.
TRAINING DATA: Data gathered from each workout is displayed in a power curve and cumulative power graph, enabling real-time comparisons for effective progressive training.
AUTO ADJUST LEVEL: Built in potentiometer automatically adjusts the monitor's resistance level according to the position of the Adjuster Knob on the tank.
BLUETOOTH CONNECTIVITY: Each Rower is fitted with the most advanced Monitor technology, enabling Bluetooth connectivity with any compatible smart device. Designed to integrate with rowing and fitness apps, the Monitor will assist with effective training progression, capturing and comparing data for the competitive individual. Including FLUID Rowing APP available via FLUID Website. It is compatible with 3rd party APP and Software Update via Bluetooth.
NOTE: Heart Rate Chest Strap and Touch Heart Rate Handle is sold separately.
BATTERY WARNING: To prevent batteries from leaking, remove them from the Monitor if you plan on not using the equipment for more then 30 days.
WARNING: Heart rate monitoring systems may be inaccurate, Over exercising may result in serious injury or death. If you feel faint stop exercising immediately and seek professional medical advice.

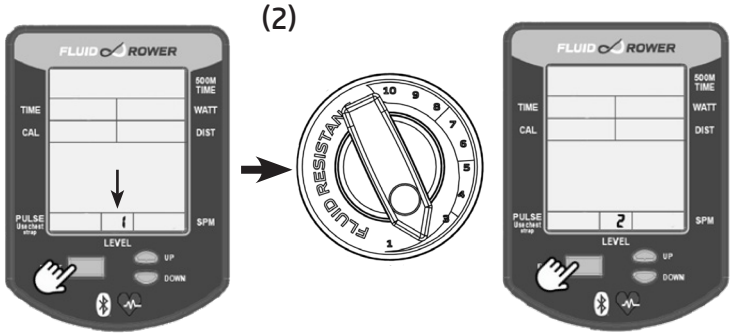
Calibration Procedure

1) Press and hold **Reset** and **Down** for 5 seconds. Display will show " Level 1"
   Turn the Tank Handle to Level 1.
   Press **Reset**. Display will now show Level 2. Level 1 Calibration is complete.
2) Turn the Tank Handle to Level 2. Press **Reset**.
   Display will now show Level 3. Level 2 Calibration is complete.
3) Repeat for 3,4,5,6,7,8,9,10. Level 10 ress **Reset**. Calibration is complete.

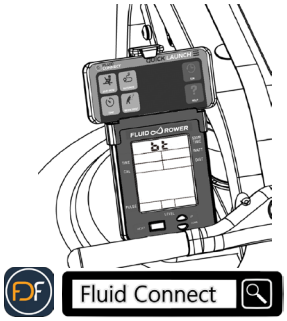
(1)



(2)



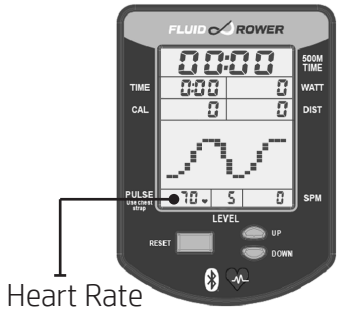
Monitor and APP Connectivity



1. Download the “Fluid Connect” App on the [App store] or [Google Play].
2. While the Monitor is ON, the Bluetooth will start scanning to link to the Phone/Pad.
3. Turn on the FLUID CONNECT app in you phone.
4. Push any work out icon, the APP will search the available Monitor near by.
5. Choose the Monitor that you wish to link.
6. After the Monitor link to the APP, the display of the Monitor will only show BT on the screen.

Bluetooth Heart Rate Pairing

NOTE: Heart Rate Chest Strap and Touch Heart Rate Handle is sold separately.



The Monitor will automatically pair with the nearest Bluetooth heart rate device.

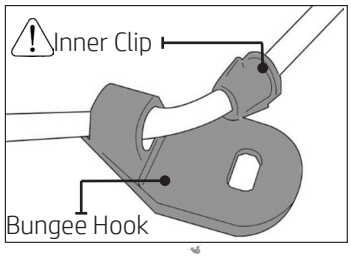
When pairing is complete, the Monitor will begin to display the heart rate.

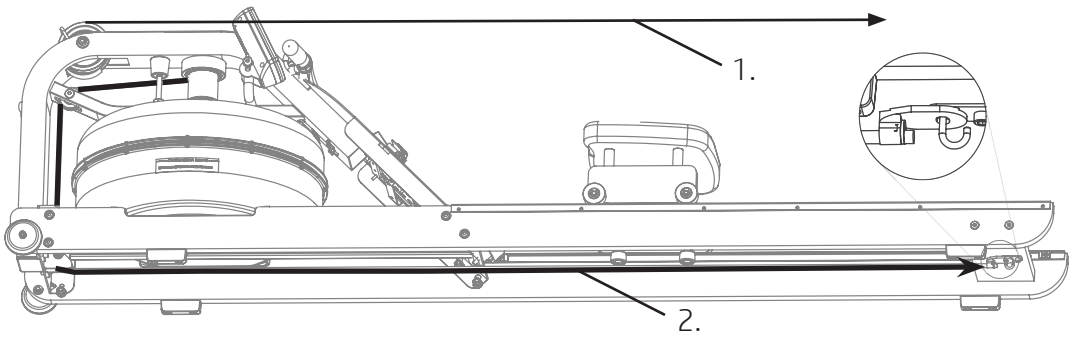
Declaration of the manufacturer

Tunturi New Fitness BV declares that the product is in conformity with the following standards and directives:
RoHS Directive (2011/65/EU)
General Product Safety Regulation (GPSR) – (EU) 2023/988
Battery Regulation (EU) 2023/1542
Hereby, Tunturi New Fitness BV declares that the radio equipment type: Apollo XL is in compliance with Directive 2014/53/EU.
The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: https://doc.tunturi.com
Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

Detaching the Rower Belt

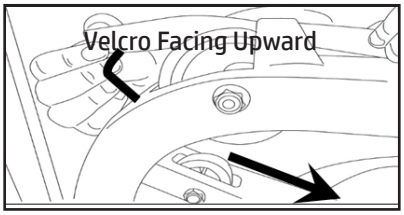
1. To detach Belt, simply pull beyond the range of the normal rowing stroke until the Belt detaches from the Belt bungee pulley.
   Tip: You’ll hear the Velcro separating just before the Belt detaches.
2. Unhook the Bungee Shock Cord from the Rear Brace. Then, push out the Inner Clip from the Bungee Hook.Pull the Bungee through the Inner Clip until free. This will allow for the Bungee Shock Cord to be threaded completely out of the Main Frame and up to the Belt Bungee Pulley where it will be re-attached once the Rower Belt is in the proper position.





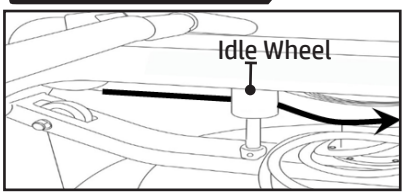
Reattaching the Rower Belt

STEP 1



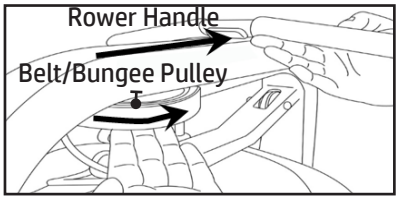
Begin reattaching the Rower Belt by threading around the Rower Belt Pulley with the Velcro side facing upward as illustrated.

STEP 2



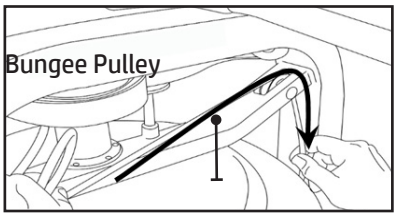
Next, thread the Belt around the Idle Wheel as shown. Once around the Idle Wheel, attach the Rower Belt to the Belt/Bungee Pulley. There is an obvious “lip” at the attachment point.

STEP 3



Wind the Rower Belt onto the Belt/Bungee Pulley until the Rower Handle is as it’s furthest forward position.

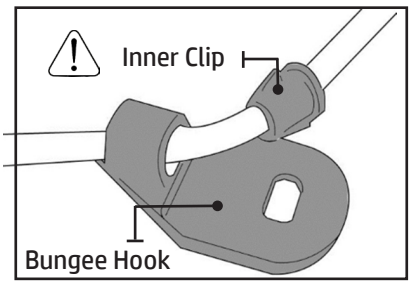
STEP 4



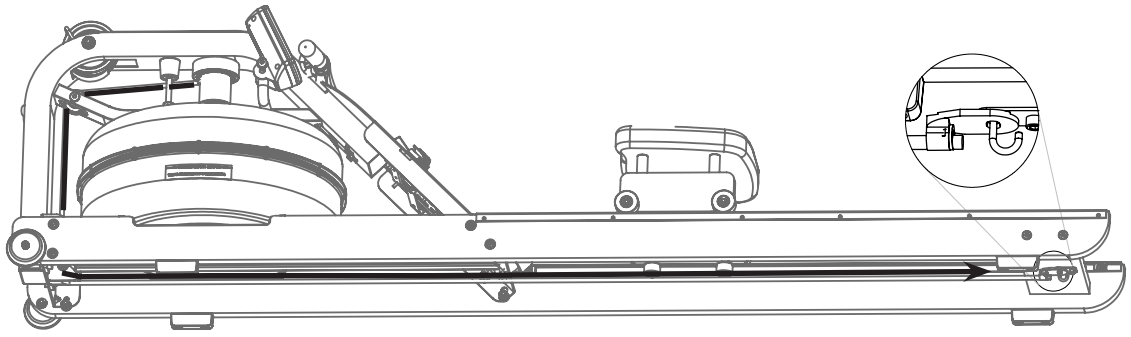
Rethread the Bungee Shock Cord (on opposite side of the Idle Wheel) back through the Bungee Pulleys and tie off at the Attachment Point.

STEP 5 Reattaching the Rower Belt

Recoil tension will decrease over time as the Bungee Shock Cord stretches. To increase recoil tension, simply push the Inner Clip out of the Bungee Hook from behind, pull the required amount of Bungee through the Inner Clip and replace the Inner Clip into the Bungee Hook as shown below.



Hint: Before reattaching the Inner Clip/Bungee Hook, tie a slip knot under slight tension at the Lower Bungee Pulley. This will keep the Bungee under tension while reassembling the Bungee Hook.



Maintenance

All preventive maintenance activities must be performed on a regular basis. Performing routine preventive maintenance actions can aid in providing safe, trouble-free operation of all FLUID equipment.

FLUID is not responsible for performing regular inspection and maintenance actions for your machines. Instruct all personnel in equipment inspection and maintenance actions and also in accident reporting and recording.

⚠CAUTION Wipe and clean the Tank, Rails, and the Seat Wheels with clean water.
Do not use any chemical cleaner.

Item	Time Frame	Instructions
Seat Rails and Wheels	Weekly	Wipe down Side Rails and Seat Wheels with lint free cloth.
Frame	Weekly	Wipe down Frame with lint free cloth.
Tank Shell	Weekly	Only use water and a clean cloth to wipe the Tank Shell. Do NOT use any chemical cleaner to wipe the Tank Shell
Tank and Water Treatment	12 months to 2 years	Follow instructions as specified in the “Water Treatment Procedure” section of this manual.
Bungee Cord	Check every hundred hours for correct tension and for signs of wear.	The Bungee Cord should last for many years. If a Bungee Cord change is required, please contact your local service representative or go online at www.fluid-eu.com for further details.
Rowing Belt	Check every hundred hours for correct tension and for signs of wear.	The Rowing Belt should provide many years of trouble free use. If a Rowing Belt change is required, please contact your local service representative or go online at www.fluid-eu.com for further details.

Troubleshooting

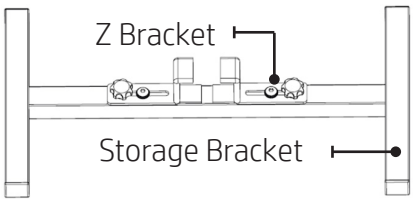
Fault	Probable Cause	Solution
Water changes color or becomes cloudy.	Rower is in direct sunlight or has not had water treatment. Local tap water is of poor quality.	Change Rower location to reduce direct exposure to sunlight. Add Water Treatment or change Tank water as directed in the Water Treatment section of this manual. Consider using distilled water to refill Tank.
Rower Belt slipping off Belt/ Bungee Pulley.	Bungee not under enough tension. Recoil not strong enough.	Tighten Bungee Cord following the instructions in "Reattaching the Rower Belt" section of this manual at “Step 5”.
Inconsistent readings on the Monitor for 500meter split time and SPM (strokes per minute).	Sensor gap Faulty Sensor Sensor has moved out of position Wiring harness	Use the battery cover of the Monitor as a “Gap Tool” to check the gap between Sensor Head and Magnetic Ring, or see if the Sensor Head has moved out of position. Please contact your nearest FLUID customer service center for details.
The Monitor does not illuminate after battery installation.	Batteries installed incorrectly or need replacing.	Replace/reinstall batteries in correct position and try again. If the LCD screen fails to illuminate, try rotating the batteries slightly in the Monitor. If this fails, contact your local service center.
The Monitor screen illuminates, but does not register when rowing.	Loose or failed connection. Sensor gap too wide	Check that the Monitor lead is connected properly. If it is connected then contact your local service center. Check Sensor gap.
The Monitor LEVEL is not synchronized with the Tank LEVEL.	Monitor LEVEL needs to be recalibrated.	Please refer to "Calibration Procedure" page 13 of this manual.

Storage Support Bracket Instructions

A Storage Support Bracket Kit for upright storage can be purchased separately.

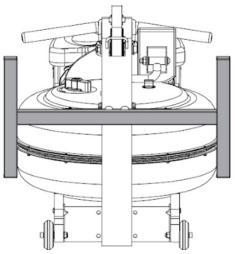
STEP 1

Install the Z Bracket onto the Storage Base.
Note: Do not tighten the Knob and the Bolt.



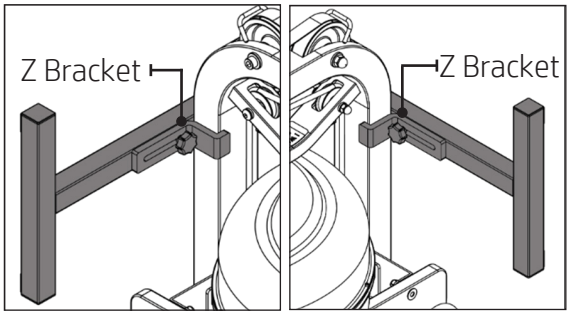
STEP 2

Install the Bracket onto the Rower as shown.



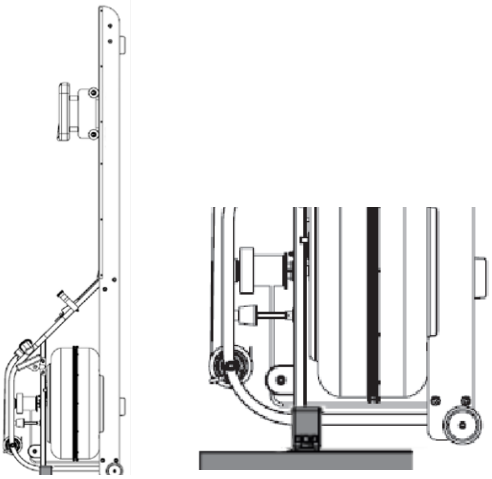
STEP 3

Tighten the Z Bracket Knob to fix to the Rower.
Note: Ensure the Z Bracket is Under the middle crossbar secure



STEP 4

Stand the Rower up vertically with the main frame on the floor. Using the 8mm Allen Wrench tighten the Bolts.



International Warranty

HOME USE

Tunturi New Fitness BV warrants that the **APOLLO XL(model APWX)**, purchased from an authorized agent and in its undamaged original packaging, is free from defects in materials and workmanship. Tunturi New Fitness BV or its agent will, at their discretion, repair or replace parts that become defective within the warranty period, subject to the specific inclusions and exclusions below.

Main Frame – 5 Year Limited Warranty

Tunturi New Fitness BV will repair or replace the Metal Main Frame of the Rower should it fail due to any defect in materials or workmanship within 5 years of the original purchase. Warranty does not apply to frame coating.

Polycarbonate Tank & Seals – 5 Year Limited Warranty

Tunturi New Fitness BV will repair or replace the polycarbonate Tank or seals should they fail due to any defect in materials or workmanship within 5 years of the original purchase.

Mechanical Components (of a non-wearing nature) – 2 Year Limited Warranty

Tunturi New Fitness BV will repair or replace any mechanical component should it fail due to any defect in materials or workmanship within 2 years of the original purchase.

Specific Inclusions

Seat Frame

Seat Rails

Shaft and Impeller Assembly

All Other Components (of a wearing nature) – 2 Year Limited Warranty

Tunturi New Fitness BV will repair or replace any component should it fail due to any defect in materials or workmanship within 2 year of the original purchase.

Specific Inclusions

Bungee Recoil Cord

Hand Grips & Footstraps

Polyester Rowing Belt

Seat and Seat Runners

All Pulleys, Rollers & Bearings

All rubber components

Monitor & Speed Sensor (excluding replaceable batteries)

Footplates (pivoting & sliding)

General Exclusions

Damage to the finish of any part of the machine

Damage due to neglect, abuse, incorrect assembly or use of the machine

Any charges for freight or customs clearance associated with the return or dispatch of parts

Any damage to or loss of goods during transport of any kind

Any labour cost associated with a warranty claim

General Conditions

- The serial number of the machine must be correctly registered with Tunturi New Fitness BV or one of its appointed distributors
- Tunturi New Fitness BV reserve the right to examine any part where replacement is claimed under warranty
- Warranty period applies only to the original purchaser from the date of purchase and is not transferable
- The product must be returned to your place of purchase in original packaging with transportation, insurance and associated charges paid for by you and risk of loss or damage assumed by you
- Tunturi New Fitness BV makes no other warranties except as stated here and expressly disclaims all warranties not stated in this warranty. Neither Tunturi New Fitness BV nor its associates shall be responsible for incidental or consequential damages
- Manufacturer's warranty automatically commences upon sale of the product to end user or upon the expiration of one (1) year from month of manufacture, whichever occurs first

Einführung

Glückwunsch zum Kauf ihres Rower Rudergerät.

FLUID ist stolz Ihnen den Rower als einen Teil einer exklusiven Reihen von Produkten für den heim und den kommerziellen Gebrauch welche alle die patentierte einstellbare Flüssigkeitswiderstandstechnologie verwenden.

Unsere einzigartige Kombination aus Präzisionsstahl und Holzrahmen welche nur die aller beste Qualität von Amerikanischer Esche verwenden, gefällt und gewachsen mit Hilfe der neuesten Technologien für nachhaltige Bewirtschaftung und kommrn nur aus erneuerbaren Nutzwäldern.

Beachten Sie bitte das leichte unterschiede in der Farbgebung der hölzernen Seitenschienen sowie der Querstreben bei Sitz und Hauptrahmen normal sind und einfach auf das natürlich Wachstum zurück zu führen sind. Die Künstlerhand von Mutter Natur macht mit leichten Veränderungen der Maserung und Farbe jeden einzelnen Rower einzigartig und ist entworfen um sich in jede Umgebung nahtlos einzufügen.

Bitte befolgen sie die Anweisungen genau um sicher zu stellen, das sie einen korrekten Zusammenbau, die richtige Tankbefüllung, die richtige Wasserbehandlung sowie für die korrekte Wartung ausführen und die Sicherheitshinweise eingehalten werden. Zugang zu unserem weltweiten Vertriebs – und Servicenetzwerk können mittels unserer Webpage unter www.fluid-eu.com erhalten.

Überprüfen Sie den Inhalt der Verpackung 1 und Verpackung 2 um sicher zu gehen, dass alle Teile vorhanden sind und korrekt sind bevor Sie mit dem Zusammenbau beginnen.

Trainieren mit dem Rower

1. Wie bei jedem Fitnessgerät sollten Sie vor dem Trainingsbeginn mit Ihrem Rower Ihren Arzt kontaktierenFollow instructions provided in this manual for correct foot position and basic rowing techniques.
2. Folgen Sie den Anweisungen in dieser Bedienungsanleitung in Bezug auf die korrekte Fußposition und die grundlegende Rudertechnik.
3. Eine detailierte Beschreibung von Rudertechniken finden Sie auf unserer internationalen Internetseite unter www.fluid-eu.com

Sicherheit

Sicherheitsinformationen

- Bitte lesen Sie vor der Benutzung dieses Geräts unbedingt das GESAMTE Benutzerhandbuch und ALLE Anweisungen durch. Das Rower ist ausschließlich für Verwendung gemäß der Beschreibung in diesem Handbuch vorgesehen.
- ALLE WARNHINWEISE MÜSSEN VOLLSTÄNDIG VERSTANDEN WERDEN.
- Wir empfehlen allen Benutzern von Rower Trainingsgeräten, vor dem Gebrauch folgende Informationen zu beachten.
- Wie für jedes andere Fitnessgerät gilt: Lassen Sie sich vor Beginn des Trainings mit dem Rower medizinisch untersuchen.
- Falsches oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen oder Gesundheitsproblemen führen..
- Bei Zeichen von Verschleiß an den Riemen, Scheiben oder Gummiseilen muss das Gerät sofort angehalten werden. Es darf erst wieder verwendet werden, wenn die entsprechenden Teile repariert oder ausgetauscht wurden.
- Kinder dürfen sich nicht unbeaufsichtigt in der Nähe des Gerät aufhalten.
- Bewege den Sitz nach vorne, bevor du den Ruderer in eine vertikale Position bringst.
- Der Rower kann aufrecht aufbewahrt werden. Befolgen Sie dazu die Anweisungen im Kapitel „Grundlegende Vorgehensweisen“ in diesem Handbuch.
- Wenn Einstellungshilfen aus dem Gerät herausragen, können sie die Bewegung des Benutzers beeinträchtigen.
- Das Gerät darf bei gefülltem Tank nicht unter dem Gefrierpunkt aufbewahrt werden. Das Wasser dehnt sich aus, wodurch Komponenten beschädigt werden können.
- Die Konsole ist so konzipiert, dass sie genaue Echtzeit-Trainingsdaten liefert. Zu Ihrer Gesundheit und Sicherheit sollten Sie sich jedoch nicht ausschließlich auf diese Messwerte verlassen. Wenn Sie sich unwohl fühlen, beenden Sie das Training sofort und konsultieren Sie einen Arzt.
- Legen Sie immer eine rutschfeste Matte unter das Gerät, um die Rutschgefahr zu verringern.
- Überprüfen Sie den Tank vor jeder Verwendung auf Anzeichen von Undichtigkeiten. Wenn ein Leck festgestellt wird, stellen Sie die Benutzung des Geräts sofort ein.
- Überprüfen Sie das Gerät regelmäßig und wechseln Sie die Batterien bei Bedarf, um einen sicheren Betrieb zu gewährleisten.

Richtige Verwendung

- Das Gerät dar keinesfalls zweckentfremdet werden. Es ist unter Beachtung der Rower Herstelleranweisungen zu benutzen, um Verletzungen zu vermeiden.
- Falsches oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen führen. Konsultieren Sie vor Beginn eines Trainingsprogramms einen Arzt. Wenn beim Training Schwäche, Schwindelgefühl oder Schmerzen auftreten, brechen Sie das Training SOFORT ab, und konsultieren Sie einen Arzt.
- Halten Sie Körperteile (Hände, Füße, Haare usw.), Bekleidung und Schmuck von beweglichen Teilen fern, um Verletzungen zu vermeiden.
- Befolgen Sie im Hinblick auf die korrekte Fußhaltung und die grundlegende Rudertechnik die Anweisungen in diesem Handbuch.
- Weitere Hinweise zur Rudertechnik finden Sie auf unserer internationalen Website. www.fluid-eu.com

Inspektion

- Geräte, die beschädigt sind und/oder an denen Teile verschlissen oder gebrochen sind, dürfen nicht benutzt werden. Verwenden Sie für alle Rower-Geräte ausschließlich Rower-Ersatzteile.
- Ausgefranste Seilzüge und Riemen stellen ein großes Verletzungsrisiko dar. Tauschen Sie Seilzüge oder Riemen stets beim ersten Anzeichen von Verschleiß aus (bei Fragen hierzu wenden Sie sich bitte an Rower).
- GERÄTEWARTUNG - Dieses Gerät muss vorbeugend gewartet werden, um den ordnungsgemäßen Betrieb sicherzustellen und das Verletzungsrisiko zu minimieren. Das Gerät muss regelmäßig untersucht werden.
- Stellen Sie sicher, dass Einstellungs-, Wartungs- oder Reparaturarbeiten ausschließlich von qualifizierten Personen durchgeführt werden.
- VERWENDEN SIE KEIN ZUBEHÖR, DAS ZWAR FÜR DIE VERWENDUNG MIT ROWER GERÄTEN ZUGELASSEN, ABER OFFENSICHTLICH BESCHÄDIGT ODER VERSCHLISSEN IST.

- Überprüfen Sie alle Riemen, Scheiben und Gummiseile regelmäßig auf Zeichen von Verschleiß und tauschen Sie sie gegebenenfalls aus.
- Warten Sie das Gerät regelmäßig gemäß der Anweisungen in diesem Handbuch.
- Tauschen Sie defekte Teile umgehend aus und verwenden Sie das Gerät erst wieder, wenn alle Reparaturarbeiten abgeschlossen sind.

Warnhinweise für die Bedienung

- Kinder vom Rower Gerät fern halten. Eltern oder andere Personen, die mit der Beaufsichtigung von Kindern betraut wurden, müssen Kinder stets im Auge haben, wenn das Gerät in der Gegenwart von Kindern benutzt wird.
- Benutzer des Geräts dürfen keine locker sitzende Bekleidung oder Schmuck tragen. Außerdem sollten Benutzer lange Haare zurückbinden und den Kontakt mit sich bewegenden Teilen vermeiden.
- Alle umstehenden Personen müssen sich fern von Personen, beweglichen Teilen und befestigtem/n Zubehör und Komponenten halten, während die Maschine benutzt wird.
- **WARNUNG** Stecken Sie Ihre Finger nicht in den Tank!
- **VORSICHT** Nach dem Rudern Übung, lassen Sie bitte das Gerät für 5 Minuten sitzen, bevor Sie es für die Lagerung.
- **VORSICHT** Die Kalibrierungsmarkierung auf dem Tank (Aufkleber) darf nicht überschritten werden. Ansonsten kann Wasser austreten.
- **WARNUNG** Beim Training auf diesem Rudergerät müssen die Füße immer sicher mit den Fußriemen fixiert werden und der bewegliche Teil der Fußstütze muss in den passenden Position einrasten!

⚠ ACHTUNG

- Achten Sie darauf Ihre Hände und Finger von bewegten Teilen fernzuhalten so wie es in der Betriebsanleitung erklärt wird.
- Der Rower kann zum leichteren Verstauen senkrecht gestellt werden. Stellen Sie dazu sicher, daß eine geeigneter und sicherer Platz dafür verwendet wird wie z. Bsp. in der Ecke eines Raumes oder gegen eine Wand.
- Es wird empfohlen, die Maschine nicht direktem Sonnenlicht auszusetzen. Dies kann zu beschleunigter Alterung des Kunststoffmaterials führen, die Lebensdauer der Tankhülle verringern und sogar zu Verformung und Bruch führen.

⚠ HINWEIS

Wenn der Lagerbereich nicht eben ist, wird eine zusätzliche Vorrichtung benötigt (separat erhältlich), um den Ruderer in stabiler vertikaler Lagerposition zu halten.

Aufbau

Spezifikationen

Produktklasse: HC

Bremssystem: Geschwindigkeitsunabhängig

Nettogewicht: 32.70kg (72.09lb)

Bruttogewicht: 39.96kg (88.10lb)

Min Benutzergewicht: 333cm (131.09”) Länge x 172cm (67.71”) Breite

Abmessungen: 2130mm (83.86”) Länge x 540mm (21.26”) Breite x 560mm (22.04”) Höhe

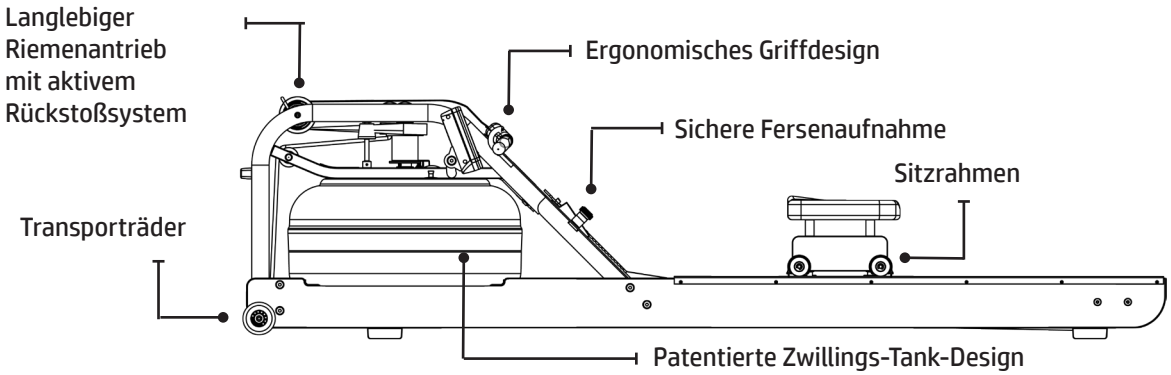
Max Benutzergewicht: 150kg (330lb)

Kompakter Fußabdruck: 2130 x 540mm or upright 560 x 540mm

Einbau

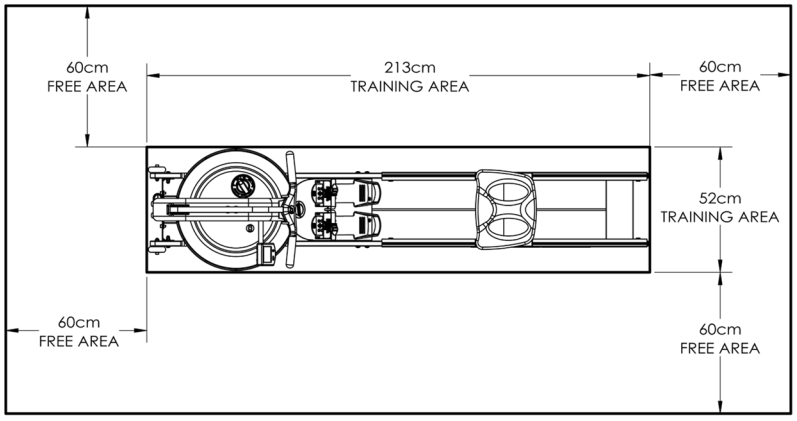
- Stellen Sie das Gerät für das Training auf eine stabile, ebene Fläche.
- Überprüfen Sie alle Riemen, Scheiben und Gummiseile regelmäßig auf Zeichen von Verschleiß und tauschen Sie sie gegebenenfalls aus.
- Warten Sie das Gerät regelmäßig gemäß der Anweisungen in diesem Handbuch.
- Tauschen Sie defekte Teile umgehend aus und verwenden Sie das Gerät erst wieder, wenn alle Reparaturarbeiten abgeschlossen sind.

Produkt Höhepunkte



Bewegungsbereich und Trainingsbereich

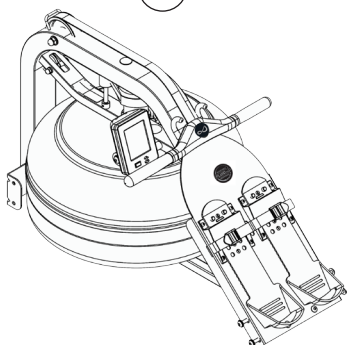
Der Bewegungsbereich muss im Aufstiegsbereich mindestens 23.62” (60 cm) größer sein als der eigentliche Trainingsbereich. Dazu zählt auch der Bereich Für den Notabstieg.



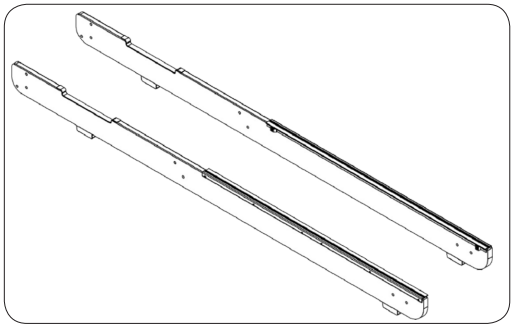
Hinweis: Rower ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet

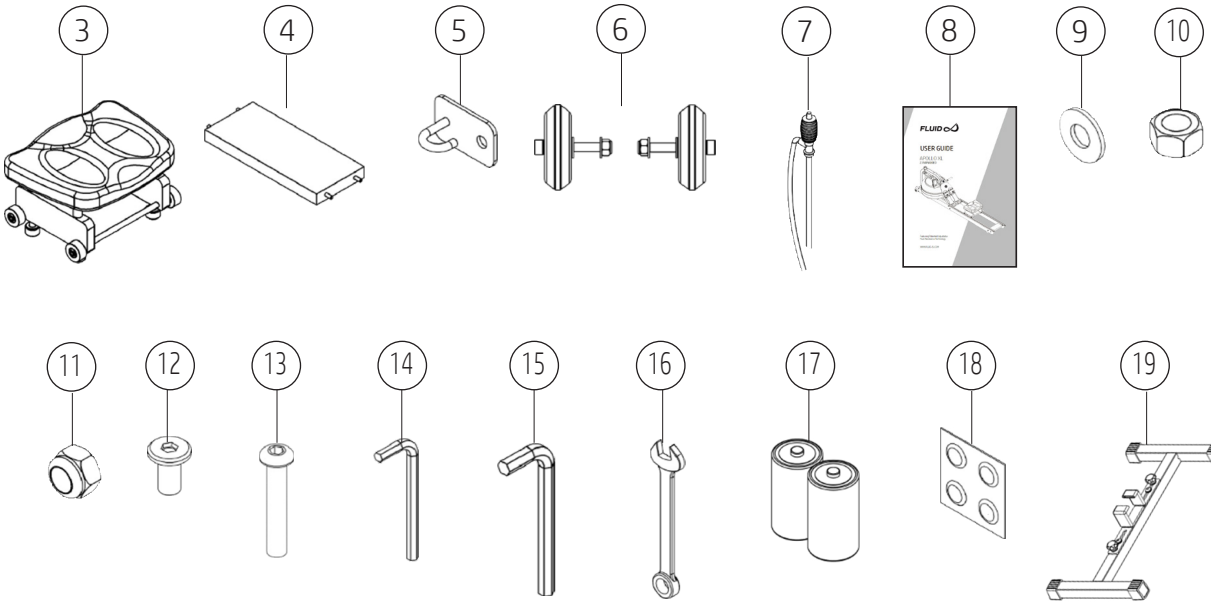
Inhalt der Rower Packung

1 Inhalt Verpackung 1



2 Inhalt Verpackung 2





Element	Anzahl	Beschreibung	Element	Anzahl	Beschreibung
1	1	Hauptrahmen	5	1	Gummizug-Hakenbefestigung
2	2	Seitliche Schiene links / rechts	6	2	Transportrad-Baugruppe
3	1	Rudersitz	7	1	Handpumpe
4	1	Hintere Strebe	8	1	Bedienungsanleitung
Hardware KIT					
9	16	M8-Unterlegscheibe	14	1	5mm Inbusschlüssel
10	8	M8-Standardmutter	15	1	6mm Inbusschlüssel
11	8	M8 Nyloc Nut	16	1	13mm Schraubenschlüssel
12	4	M8 Stoppmutter	17	2	D Cell Batterien
13	8	M8x45mm-Schraube	18	4	Tablette zur Wasseraufbereitung
Optionale Ausrüstung (nicht im Lieferumfang enthalten)					
19	1	Optionaler Ständer	21	1	Griff zur Messung der Herzfrequenz durch Berührung
20	1	Erhöhungsset	22	1	Smartphone-Halter

Montageanweisungen

SCHRITT 1 Hintere Strebe und Transportrad-Baugruppe an der Sitzschiene installieren

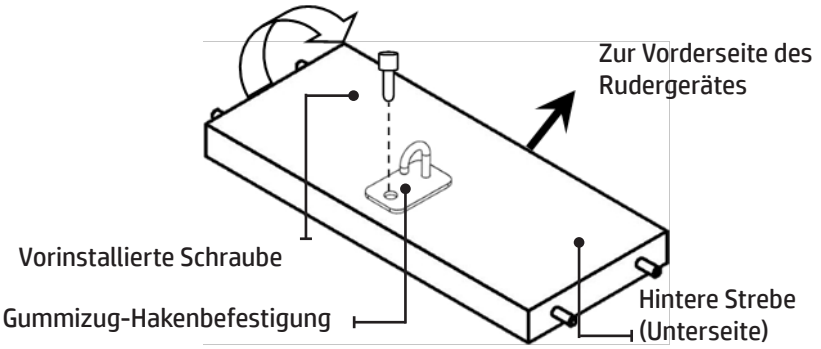
ERFORDERLICH

Seitliche Schiene links / rechts [2]
Hintere Strebe [4]
Gummizug-Hakenbefestigung [5]
Transportrad-Baugruppe [6]
4 x Schraube, M6x15mm [12]

A) Beginnen Sie mit der hinteren Strebe, an der Unterseite finden Sie eine vorinstallierte Schraube. Nehmen Sie die Gummizug-Hakenbefestigung aus dem Montageset und installieren Sie sie wie abgebildet an der hinteren Strebe. Hinweis: Die Ausrichtung von Strebe und Haken muss stimmen, damit das Ende des Gummizugs wie durch den Pfeil in der Abbildung dargestellt (er zeigt auf die Vorderseite des Rudergerätes) gehalten wird.

WARNING

Hintere Strebe zur Korrektur der Ausrichtung vor Montage an den seitlichen Schienen drehen.

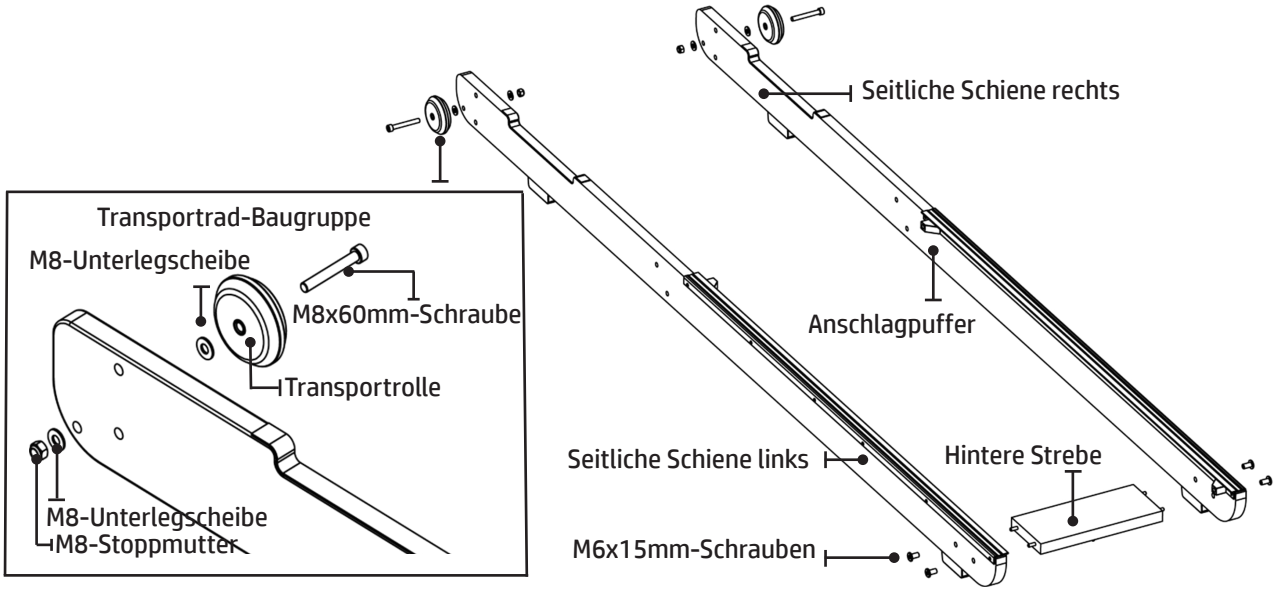


HINWEIS

Transporträder müssen wie nachstehend abgebildet an der Außenseite der Sitzschienen montiert werden.
Ziehen Sie die Transportradachse nicht zu fest, da das Transportrad andernfalls blockieren könnte.

B) Verbinden Sie dann die seitliche Schiene links und die Seitliche Schiene rechts [2] mit 4 x M6x15mm-Schraube [12] und der hinteren Strebe [4]. **NICHT FESTZIEHEN.**
Tipp: Anschlagpuffer zeigt bei der richtigen Montage zur Innenseite der Schiene.

C) Sobald die hintere Strebe und die seitlichen Schienen montiert sind, montieren Sie die Transportrad-Baugruppe [6] an den seitlichen Schienen links/rechts [2]. Hinweis: Eine Unterscheibe an der Außenseite und eine Unterlegscheibe an der Innenseite der seitlichen Schiene.

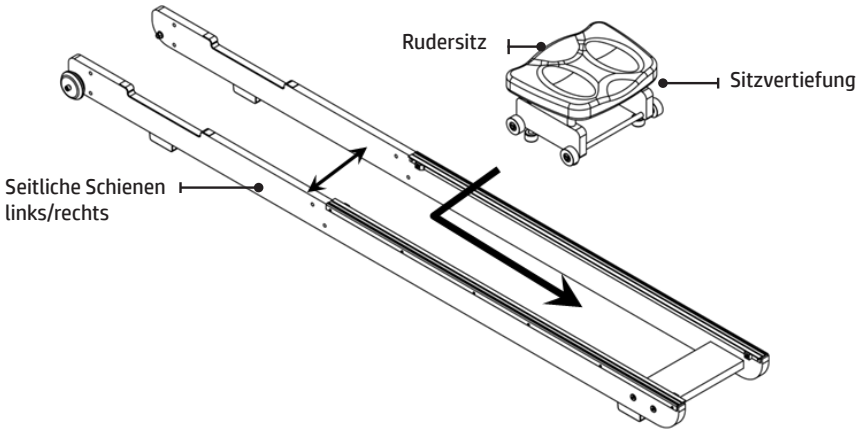


Montageanweisungen

SCHRITT 2 Rudersitz und oberen Hauptrahmen montieren

ERFORDERLICH
Seitliche Schiene links/rechts [2]
Rudersitz [3]

Installieren Sie den Sitz, indem Sie die seitlichen Schienen links/rechts [2] leicht ausbreiten und den Sitz [3] in die Schiene absenken.
Hinweis: Die Sitzvertiefung muss nach hinten zeigen.



SCHRITT 3 Rudersitz und oberen Hauptrahmen montieren

ERFORDERLICH
Hauptrahmen [1]
Seitliche Schienenbaugruppe [2]
16 x M8-Unterlegscheibe [9]
8 x M8-Standardmutter [10]
8 x M8 Stoppmutter [11]
8 x M8x45mm-Schraube [13]

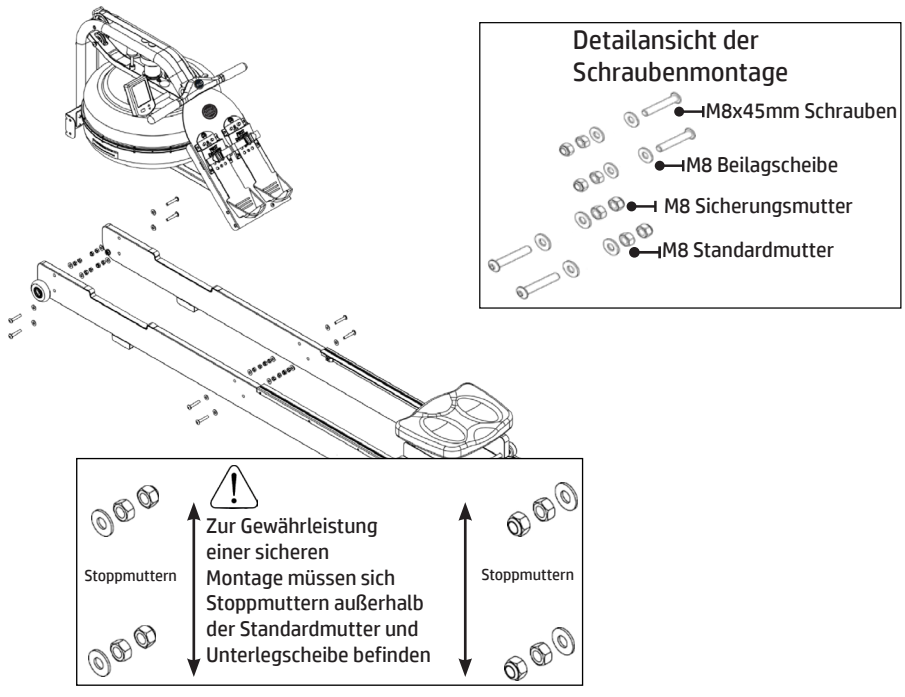
Installieren Sie dann den Hauptrahmen [1] wie abgebildet an der seitlichen Schienenbaugruppe [2]. Sie benötigen **8 x M8x45mm-Schraube [13], 16 x M8-Unterlegscheibe [9], 8 x M8-Standardmutter [10] und 8 x M8-Stoppmutter [11].** Befestigen Sie zunächst die untere vordere Halterung, dann das Fußbrett, aber NICHT FESTZIEHEN. Möglicherweise sind die Schrauben der unteren Halterung schwer zugänglich. Sie können diese Schrauben vollständig festziehen, sobald das Rudergerät vertikal steht; richten Sie sie also zunächst einfach nur aus und fädeln Sie die unteren Schrauben/Mutter locker ein.

⚠ CAUTION

Zur Gewährleistung einer sicheren Montage müssen sich Stoppmuttern außerhalb der Standardmutter und Unterlegscheibe befinden.

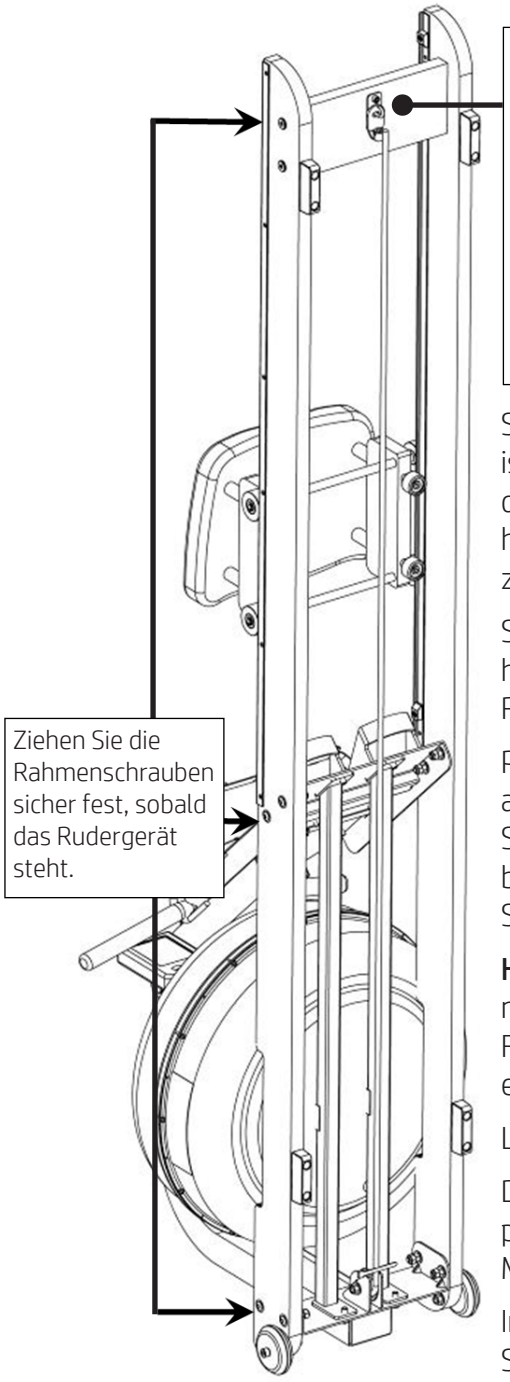
⚠ HINWEIS

Reinigen Sie Räder und Schienen wöchentlich mit einem weichen, trockenen Tuch; dadurch können Sie den Verschleiß an Rädern und Schienen reduzieren



Montageanweisungen

SCHRITT 4 Anbringen des Bungee-Codes und Abschließen der Ruderer-Montage



Ziehen Sie Gummizug und Hakenende wie abgebildet an die Gummizug-Hakenbefestigung[5].



⚠ Schneiden Sie den Kabelbinder des Gummizugs nicht durch, bevor der Gummizug wie hier abgebildet an der Rückseite des Rudergerätes angebracht ist.

Sobald der Gummizug an der hinteren Strebe angebracht ist, ziehen Sie die Schrauben an, die das Fußbrett und den Hauptrahmen an den seitlichen Schienenschrauben halten, da sie aus der vertikalen Position leichter zugänglich sind.

Senken Sie die Rückseite des Rudergerätes in die horizontale Position und prüfen Sie auf angemessenen Rückstoß des Gummizugs.

Prüfen Sie Sitzrollen/Läufer auf Schmutz, bevor Sie sich auf den Sitz setzen. Kleine Gegenstände zwischen den Sitzrollen und Läufern können die Räder oder Lauffläche beschädigen. Prüfen Sie die Läufer vor jeder Nutzung auf Schmutz und reinigen Sie sie regelmäßig.

Hinweis: Die Rahmenschrauben des Rudergerätes müssen regelmäßig auf festen Sitz geprüft werden. Führen Sie dies am Ende des ersten Monats und dann erneut alle 12 Monate durch.

Lagern Sie das Produkt an einem geeigneten Ort.

Der Rahmen kann mit jeder hochwertigen Möbelpolitur poliert werden. Dies hilft noch zusätzlich die feine Maserung der Oberfläche hervor zu heben.

Installieren Sie zwei D Cell-Duracell-Batterien und prüfen Sie die Computerfunktion. Einzelheiten finden Sie im Abschnitt zum Computer dieser Anleitung.

Verwenden Sie Ihr Rudergerät auf einem flachen, ebenen Untergrund, damit das Gerät nicht wackelt und/oder vorzeitig verschleißt.

Bedienungsanweisungen

Tank mit regelbarem Widerstand

Der von FLUID entwickelte und patentierte Tank mit regelbarem Wiederstand bietet ein echtes mehrstufiges Erlebnis. Wasser wird zwischen Speicher- und Aktivkammern des Tanks mit regelbarem Widerstand bewegt. Ihr neues Ruderergometer kann durch Drehen des Reglers auf den gewünschten Widerstand des jeweiligen Nutzers eingestellt werden.

Erste Schritte

Wählen Sie zur Erzielung eines minimalen Widerstands „1“ am Tankregler. Es erfordert 10 Züge, den zentralen Tank (Speichertank) zu füllen, wodurch eine minimale Wassermenge im Außentank (Aktivtank) verbleibt. Dieser Vorgang ist immer erforderlich, wenn minimaler Widerstand gewünscht wird. Rudern Sie intensiv und kraftvoll bei einem gleichmäßigen Tempo (20 bis 25 Züge pro Minute [ZPM]), wahren Sie dabei eine gute Form. Sie können den Widerstand beim Rudern anpassen. Ihr Ruderergometer passt sich fast sofort an die Erhöhung des Widerstands an; dies erfordert jedoch bis zu 10 Züge.

Ihre Routine entwickeln

Sobald Sie die gewünschte Stufe erreicht haben, können zum Variieren des Trainings Änderungen an der Anzahl Züge pro Minute oder an der Intensität vorgenommen werden. Die meisten Ruderer nutzen Intervalltraining, bei dem ein Zeitraum geringer Intensität mit kurzen Intervallen hoher Intensität kombiniert wird. Ihr FLUID-Ruderergometer ermöglicht spontane Änderungen zur Erzielung mehrerer Widerstandsprofile während eines einzigen Trainings. Weitere Informationen zu Trainingsroutinen finden Sie auf unserer Website unter www.fluid-eu.com

Befüllung des Tanks und Wasseraufbereitung

ERFORDERLICH
Siphon [7]

⚠ VORSICHT

Der Widerstandsregler muss zur Realisierung einer exakten Füllkapazität auf „Max“ eingestellt werden.

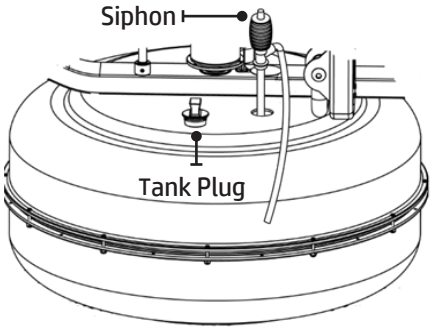
⚠ WARNUNG

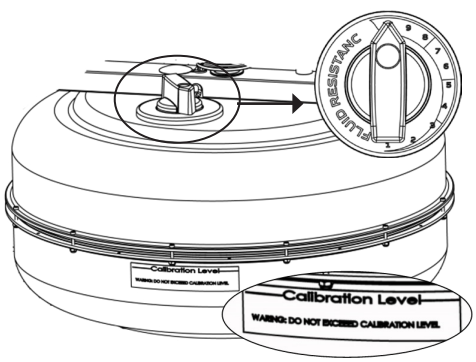
Füllen Sie den Tank nicht über den maximalen Füllstand von 20 Litern hinaus. Beachten Sie den Tankstandaufkleber im unteren Bereich des Tanks.

⚠ HINWEIS

In Gebieten, in denen die Qualität des Leitungswassers als schlecht bekannt ist, empfiehlt FLUID die Verwendung von destilliertem Wasser.

A) Entfernen Sie den Gummi-Füllverschluss an der Oberseite des Tanks
B) Platzieren Sie einen großen Eimer Wasser neben dem Rudergerät. Positionieren Sie den **Siphon [7]** mit dem robusten Schlauch im Eimer und dem flexiblen Schlauch im Tank.
Hinweis: Achten Sie vor dem Füllen darauf, dass das kleine Entlüftungsventil am Siphon geschlossen ist.
C) Drücken Sie zum Starten des Füllens den Siphon zusammen. Wichtig: Füllen Sie den Tank nicht übermäßig.
D) Sobald er voll ist, öffnen Sie das Ventil an der Oberseite des Siphons, damit überschüssiges Wasser entweichen kann.
E) Durchlaufen Sie gleich nach der Befüllung die folgenden Schritte zur Wasseraufbereitung und setzen Sie dann den Tankverschluss wieder auf.

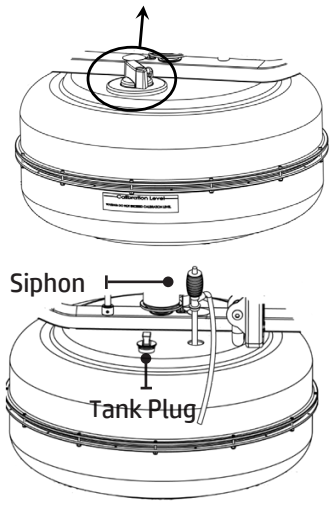




Level 1: Diese Einstellung hält zur Erzeugung eines leichten Widerstands Wasser in der Reserve.
Level 10: Diese Einstellung sorgt dafür, dass für größten Widerstand die maximale Menge Wasser das Schwungrad erreicht.

Removing/Changing Tank Water





A) Stellen Sie den Reglergriff auf „1“ ein.
B) Machen Sie mindestens zehn Züge, um den Speichertank so weit wie möglich zu füllen.
C) Entfernen Sie den Tankverschluss.
D) Stecken Sie das feste Ende des Siphons in den Tank und den flexiblen Schlauch in einen großen Eimer.
E) Leeren Sie den Tank (ca. 40 % des Wassers bleiben zurück), füllen Sie ihn dann wieder auf, indem Sie die Schritte im Abschnitt zur Tankbefüllung dieser Anleitung befolgen.

Hinweis:

- Das Ventil an der Oberseite des Siphons muss für eine angemessene Entleerung geschlossen sein.
- Durch die Wasseraufbereitung müssen Sie das Wasser im Tank nicht wechseln, sofern Sie den Aufbereitungsplan einhalten.
- Zusätzliche Tabletten zur Wasseraufbereitung sind nur erforderlich, wenn sich das Wasser sichtbar verfärbt hat.
- Durch die Aussetzung von Sonnenlicht reduzieren Sie die Lebensdauer von Tabletten zur Wasseraufbereitung. Wenn Sie das Rudergerät von direktem Sonnenlicht fernhalten, verlängert sich die Zeit zwischen den Wasseraufbereitungen.
- Ca. 40 % des Tankwassers bleiben zurück. Ohne Demontage kann der A/R-Tank nicht vollständig entleert werden.

HINWEIS: Für einfaches, schnelles und effizientes Befüllen und/oder Entleeren des Tanks bieten wir optional eine batteriebetriebene Pumpe an (über USB aufladbar). Wir empfehlen diese Option besonders für gewerbliche Einrichtungen mit mehreren Geräten, die gelegentlich Tanks ablassen und nachfüllen müssen. Um den Kauf abzuschließen, wenden Sie sich an den nächstgelegenen Vertriebspartner von Tunturi New Fitness BV oder besuchen Sie unsere Website unter www.fluid-eu.com für weitere Informationen.

⚠**HINWEIS** Es wird dringendst empfohlen, ein Tuch als Tropfauffang unter den Flüssigkeitstank zu legen, wenn der Tankverschluss für die Wasseraufbereitung geöffnet wird.

Nachhaltige Wasseraufbereitung und grundlegende Bedienung

Verwenden Sie ausschließlich die mit diesem Gerät gelieferten Tabletten zur Wasseraufbereitung. Weitere Tabletten erhalten Sie bei einem FLUID-Händler in Ihrer Nähe.

Die Zeitabstände der Wasseraufbereitung für den FLUID ROWER variieren je nach Sonnenlichteinstrahlung auf die Flüssigkeitstanks, betragen erfahrungsgemäß aber 8 bis 12 Monate neben einem hellen, sonnenbeschienen Fenster und zwei Jahre oder länger an dunkleren Stellen. Sollten Sie leicht getrübtes Wasser vorfinden, geben Sie eine Wasseraufbereitungstablette hinzu.

So stellen Sie den Widerstand ein

Wählen Sie die gewünschte Flssigkeitswiderstand

HINWEIS: Der am Tank ausgewählte Flüssigkeitswiderstand wird automatisch auf die Konsole angezeigt.

Lassen Sie beim Einstellen des Widerstands Niveaus zwei Schläge eine Zunahme und zehn Schläge eine Abnahme des Widerstands zu



MINIMUM

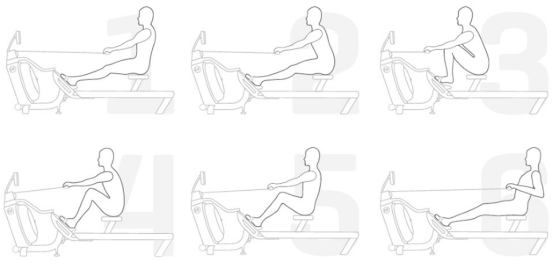


MAXIMUM

Bedienungsanweisungen

Rudertraining beginnen

Ein vollständiger Ruderschlag ist in sechs Phasen unterteilt



1. Sitzen Sie mit ausgestreckten Beinen und geradem Rücken und beugen Sie sich in den Hüften leicht nach vorne, wobei die Arme ausgestreckt sind und die Hände sich auf Höhe der unteren Rippen befinden. Schwingen Sie wieder zurück.
2. Beugen Sie sich mit ausgestreckten Beinen und geradem Rücken in den Hüften leicht nach vorne; Arme sind nach vorne ausgestreckt. Beugen Sie sich vorwärts und gleiten Sie nach vorne. Hinweis: Die Hände sollten sich jetzt auf Kniehöhe befinden, Beine bleiben ausgestreckt.
3. Bewegen Sie die Beine nach vorne, sodass die Schienbeine möglichst senkrecht stehen. Der Rücken bleibt bei leicht nach vorne gebeugter Haltung gerade, wobei die Arme weiterhin nach vorne ausgestreckt sind. Jetzt beginnt sofort der kräftige DURCHZUG.
4. Die Knie werden halb durchgedrückt, wobei der Sitz bis in die Mitte der Ruderschienen fährt; Rücken und Arme sind weiterhin gerade. Führen Sie den Ruderschlag weiter.
5. Die Knie werden fast durchgedrückt; der Rücken bleibt gerade, lehnt sich in den Hüften aber leicht nach hinten. Die Arme sind gerade. Drücken Sie jetzt ganz durch.
6. Die Beine sind jetzt ganz ausgestreckt. Der Rücken ist gerade und leicht nach hinten gelehnt; ziehen Sie jetzt die Arme bis auf Brustnähe zurück, wobei die Unterarme in eine horizontale Position kommen und die Ellbogen sich in der Nähe des Brustkorbs befinden. Das ist der Endzug.

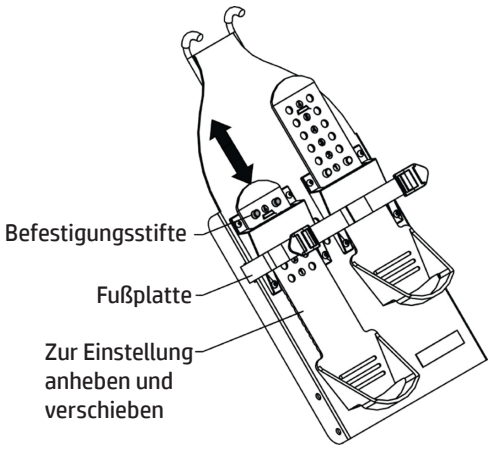
Weitere Informationen über die korrekte Rudertechnik und Trainingstipps finden Sie auf unserer Website www.fluid-eu.com

⚠ **VORSICHT:** Konsultieren Sie vor Beginn eines Trainingsprogramms immer einen Arzt. Brechen Sie sofort ab, wenn Sie sich benommen oder schwindlig fühlen.

⚠ **VORSICHT:** Nicht einseitig rudern.

Fußstütze anpassen

Die Fußplattenrutsche bietet Platz für die meisten Fußgrößen und ist so konzipiert, dass Ihre Füße während des Ruderns sicher fixiert werden. Die Füße sollten so positioniert werden, dass der Fußgurt den Abschnitt des Fußes abdeckt, der sich natürlich beim Rudern beugt (z. B. die Fußsohle).



ZUR ANPASSUNG:

Heben Sie die Oberseite der Fußplattenrutsche von den Montagezapfen an und schieben Sie sie vertikal zwischen den Markierungen 1-6, um sie an Ihre Fußlänge anzupassen. Sichern Sie sie, indem Sie die Fußplattenrutsche wieder auf die Montagezapfen haken und fest nach unten drücken, um sie in Position zu verriegeln. Legen Sie Ihre Füße auf die Fußplatten und ziehen Sie die Fußriemen fest, um sicherzustellen, dass Ihre Füße fest gegen die Fersenhalterungen sitzen.

Hinweis: Die Fersenhalterung sollte sich beugen, um Ihrem Fuß ein natürliches Drehen während des Ruderns zu ermöglichen.

⚠ **WARNUNG:**

Beim Training auf diesem Rudergerät müssen die Füße immer sicher mit den Fußriemen fixiert werden und der bewegliche Teil der Fußstütze muss in den passenden Position einrasten.

Automatisch einstellbarer Bluetooth-Monitor

Automatischer Start: Beginnen Sie mit dem Training, um das Gerät zu aktivieren.
Zurücksetzen aller Werte: Halten Sie die Taste ZURÜCKSETZEN 3 Sekunden lang gedrückt.
Automatisches Abschalten: Nach 5 Minuten. Alle Werte sind nach dem Neustart auf Null zurückgesetzt.

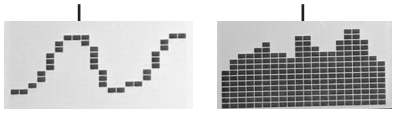


DURCHSCHN.-ZEIT 500 M:
Zeit im Durchschnitt, um 500 Meter zurudern.

WATT: Die Leistungseinheit wird pro Ruderschlag aktualisiert.

ENTFERNUNG: Wird jede Sekunde aktualisiert.

LEISTUNGSKURVE: Durch Drücken von ZURÜCKSETZEN wird anstelle der Leistungskurve die kumulierte Leistungskurve angezeigt.



SPM: Die Schläge pro Minute werden mit jedem Ruderschlag aktualisiert

PEGEL: Passt den Pegel gemäß Verstellknopf am Tank automatisch an.

PULS: Kompatibel mit Herzfrequenzsensor Polar H7/H10 und FLUID-Herzfrequenzgriff (optional).

KAL: Kalorien, die bei aktueller Wattleistung pro Stunde verbrannt werden. Zeigt die insgesamt verbrannten Kalorien beim Trainingsstopp an.

ZEIT: Automatischer Start nach abgelaufenen Zeit.

WATT: Misst die Spitzenleistung in Watt und berechnet die Kraft und Beschleunigung, um die Leistung eines Nutzers genau zu bemessen.

TRAININGSDATEN: Die pro Trainingseinheit erfassten Daten werden in einer Leistungskurve und einer kumulierten Leistungskurve angezeigt, sodass Sie Vergleiche für einen effektiven Trainingsfortschritt in Echtzeit ziehen können.

AUTO-PEGELANPASSUNG: Das eingebaute Potentiometer passt die Widerstandsstufe des Computers gemäß der Position des Verstellknopfes am Tank automatisch an.

BLUETOOTH-KONNEKTIVITÄT: Jedes Rudergerät ist mit modernster Konsolentechnologie ausgestattet, sodass Bluetooth-Konnektivität mit einem beliebigen kompatiblen Smart-Gerät gegeben ist. Auf Einbindung in Ruder- und Fitness-Apps ausgelegt, unterstützt die Konsole mit effektivem Trainingsfortschritt, der Aufzeichnung und dem Vergleich von Daten für Teilnehmer von Wettkämpfen. (Einschließlich FLUID-Ruder-APP, die über die FLUID-Website verfügbar ist)

HINWEIS: Das Empfängerset für die Herzfrequenz mitsamt Brustgurt müssen separat erworben werden.

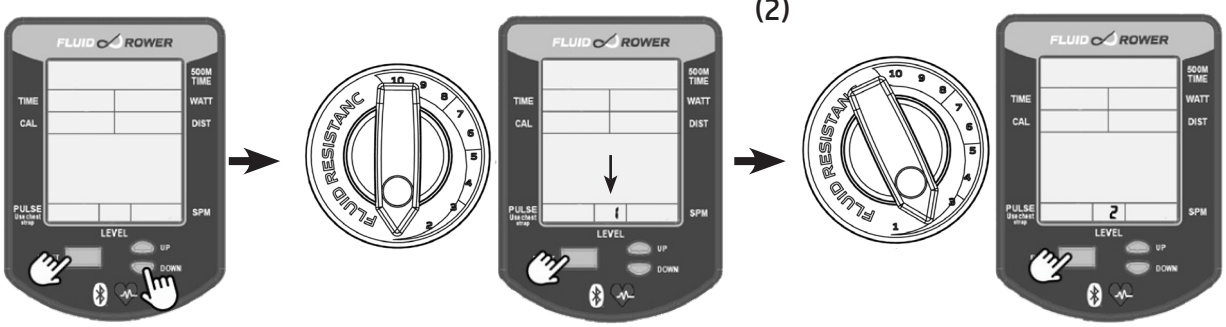
BATTERIE WARNUNG: Um ein Auslaufen der Batterien zu verhindern, nehmen Sie diese aus dem Monitor heraus, wenn Sie beabsichtigen, das Gerät länger als 30 Tage lang nicht zu verwenden.

WARNUNG: Systeme zur Herzfrequenzüberwachung könnten falsche Werte anzeigen. Übermäßiges Trainieren kann schwere Verletzungen oder den Tod zur Folge haben. Wenn Sie sich einer Ohnmacht nahe fühlen, hören Sie sofort mit dem Training auf!

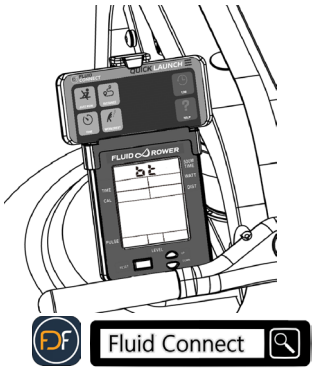
Kalibrierung

1) Halten Sie die Tasten "ZURÜCKSETZEN" und "RUHEN" 5 Sekunden lang gedrückt. Es wird „ STUFE 1“ angezeigt
Drehen Sie den Einstellgriff auf STUFE 1.Halten Sie die Tasten"ZURÜCKSETZEN".Der Monitor zeigt jetzt STUFE"2".Dass die Kalibrierung für STUFE 1 abgeschlossen ist.
2) Drehen Sie den Einstellgriff auf STUFE 2. Halten Sie die Tasten "ZURÜCKSETZEN". Der Monitor zeigt jetzt STUFE"3".Dass die Kalibrierung für STUFE 2 abgeschlossen ist.
3) Wiederholen 3,4,5,6,7,8,9,10, Stufe 10 Drücken Sie Reset. Level 10 bleibt erhalten. Dass die Kalibrierung für abgeschlossen ist.

(1)



Konnektivität für Konsole und APP



1. Lade die App "Fluid Connect" im [App Store] oder [Google Play] herunter.
2. Während der Monitor EINGESCHALTET ist, wird Bluetooth gestartet, um eine Verbindung zum Telefon/Pad herzustellen.
3. Schalte die FLUID CONNECT App auf deinem Telefon ein.
4. Drücke ein beliebiges Workout-Symbol, die App sucht nach dem verfügbaren Monitor in der Nähe.
5. Wähle den Monitor aus, den du verbinden möchtest.
6. Nachdem der Monitor mit der App verbunden ist, wird auf dem Monitorbildschirm nur "BT" angezeigt.

Bluetooth-Herzfrequenz koppeln

HINWEIS : Das Empfängerset für die Herzfrequenz mitsamt Brustgurt müssen separat erworben werden.



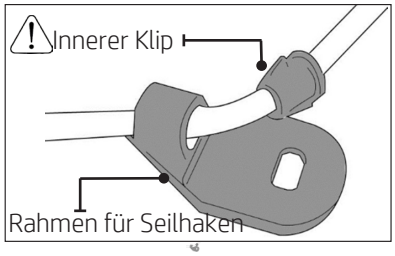
Herzfrequenz

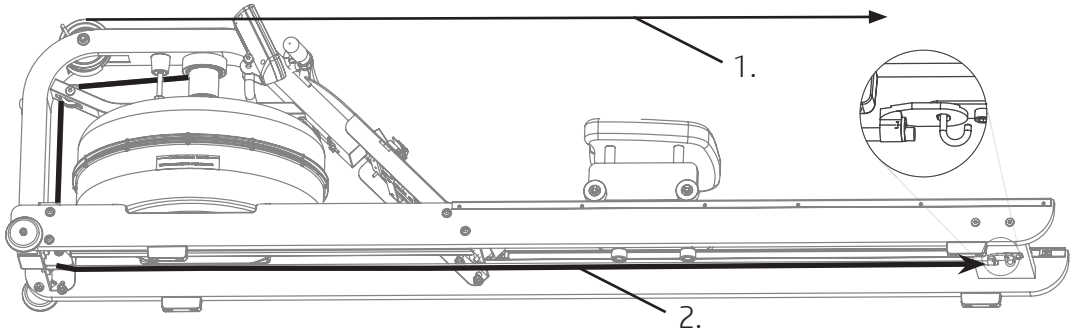
Die Konsole koppelt sich automatisch mit dem nächstgelegenen Bluetooth-Herzfrequenzsensor. Bei Abschluss der Kopplung springt die Konsole zum Startbildschirm zurück und beginnt mit der Anzeige der Herzfrequenz.

Herstellererklärung
Tunturi New Fitness BV erklärt, dass das Produkt den folgenden Normen und Richtlinien entspricht:
RoHS-Richtlinie (2011/65/EU)
Allgemeine Produktsicherheitsverordnung (GPSR) – (EU) 2023/988
Batterieverordnung (EU) 2023/1542
Hiermit erklärt Tunturi New Fitness BV, dass der Funkanlagentyp: Apollo XL den Anforderungen der Richtlinie 2014/53/EU entspricht.
Die Konformitätserklärung mit allen Normen und Richtlinien kann auf unserer Website heruntergeladen werden: https://doc.tunturi.com
Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1 1311 XE
Almere
The Netherlands

Abnehmen des Rudergurtes

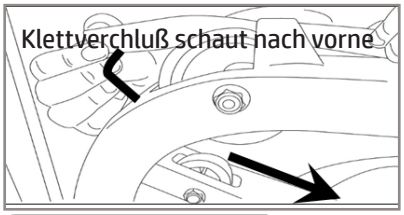
1. Um den Gurt abzunehmen ziehen sie einfach weiter als die normale Ruderlänge ist bis sich der Gurt von der Gurtrolle zu lösen beginnt.
   Tipp: Sie können das öffnen des Klettverschlusses hören, sobald sich der Gurt zu lösen beginnt.
2. Nehmen sie den Haken aus der Halterung am hinteren Fuß und drücken sie den inneren Klip nach unten. Drücken sie das Seil durch den Klip bis es frei wird. Dadurch wird ermöglicht, dass das Seil komplett aus dem Hauptrahmen und dem Gurtrad ausgeführt wird und sich somit spatter wieder richtig dort anbringen läßt, sobald der Rudergurt wieder in der richtigen Position ist.





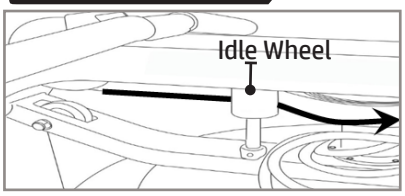
Montieren des Rudergurtes

SCHRITT 1



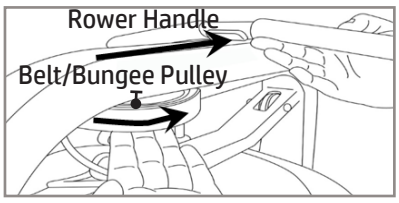
Beginnen sie mit dem Wiedereinbau des Gurtes in dem sie den Gurt wieder auf die Rolle aufrollen. Achten sie dabei darauf, dass der Klettverschluß nach vorne sieht, so wie in der Abbildung dargetellt.

SCHRITT 2



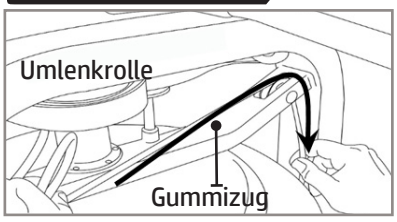
Als nächstes fädeln sie den Gurt um das Leerlaufrad. Sobald der Grut um das Leerlauf-rad geführt ist befestigen sie ihn am Gurt und Seilrad. Die korrekte Stelle ist mittels eines klar sichtbaren Rand gekennzeichnet.

SCHRITT 3



Rollen sie den Rudergurt solange auf die Gurt/Seilrolle auf bis sich der Rudergriff auf seiner vordersten Position befindet.

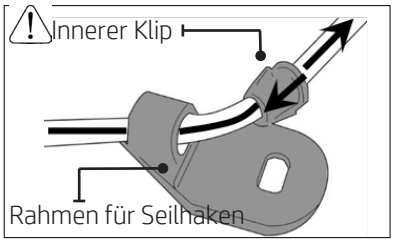
SCHRITT 4



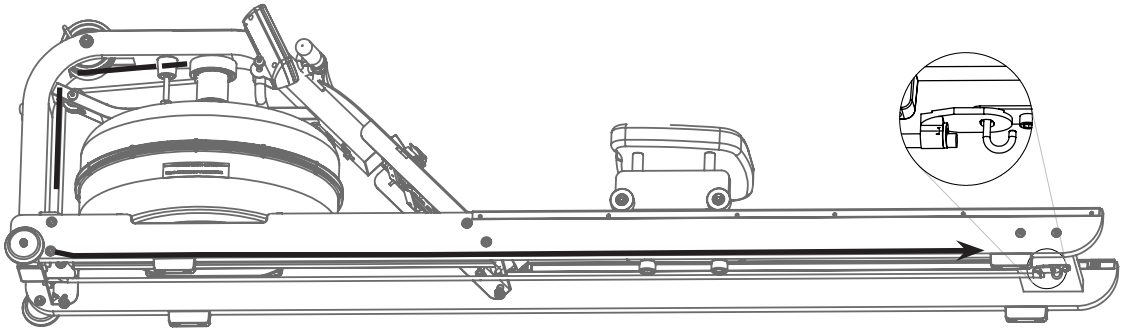
Fädeln sie das Seil (auf der anderen Seite des Leerlaufrades) zurück durch die Umlenkrolle und den mittleren Fuß. Befestigen sie den Rahmen für den Seilhaken wieder und haken sie das Seil am dafür vorgesehenen Haken an der hinteren Querstrebe ein.

SCHRITT 5 Das Wiederanbringen des Ruderbands

Die Rückzugstärke kann sehr einfach an die individuellen Bedürfnisse eingestellt werden. Um Einstellungen vorzunehmen schieben sie einfach den inneren Klip nach unten aus dem Rahmen für den Seilhaken und ziehen sie die gewünschte Länge an Seil durch und fixieren sie den Rahmen mit dem Klip wieder am Seil.



Hinweis: Bevor sie den inneren Klip und den Rahmen für den Seilhaken wieder montieren können sie zuerst unter leichter Spannung einen Knoten am mittleren Fuß machen. Dies erleichtert die Montage des Klips und des Rahmnes für den Seilhaken.



Wartung

Sämtliche vorbeugenden Wartungsarbeiten müssen regelmäßig durchgeführt werden. Indem routinemäßige vorbeugende Wartungsarbeiten durchgeführt werden, wird ein sicherer, störungsfreier Betrieb sämtlicher FLUID-Geräte unterstützt.
FLUID ist nicht verantwortlich für die regelmäßige Überprüfung und Wartungsarbeiten Ihrer Geräte. Unterweisen Sie sämtliches Personal bezüglich Geräteüberprüfung und Wartungsarbeiten und betreffend.
Meldung/Protokollierung von Unfällen. Mitarbeiter von FLUID stehen Ihnen zur Verfügung, um alle möglichen Fragen zu beantworten.

⚠ **VORSICHT** Wischen Sie den Tank, die Schienen und die Sitzräder mit sauberem Wasser ab und reinigen Sie sie.

Position	Zeitrahmen	Anweisungen
Sitz und Sitzschienen	Wöchentlich	Sitzschienen mit einem fusselfreien Tuch abwischen.
Rahmen	Wöchentlich	Rahmen mit einem fusselfreien Tuch abwischen.
Tankgehäuse	Wöchentlich	Verwenden Sie nur Wasser und ein sauberes Tuch, um den Tank zu reinigen. Verwenden Sie KEINEN chemischen Reiniger, um den Tank zu reinigen.
Tank und Wasseraufbereitung	12 Monate bis 2 Jahre	Siehe Anweisungen unter „Wasseraufbereitungsverfahren“ in diesem Handbuch.
Gummiseil	Alle 100 Betriebsstunden auf Spannung und erschleißerscheinungen überprüfen.	Das Gummiseil hält normalerweise viele Jahre. Kontaktieren Sie zum Austausch des elastischen Riemens bitte den Kundendienst vor Ort oder suchen Sie auf www.fluid-eu.com nach Unterstützung.
Ruderriemen	Alle 100 Betriebsstunden auf Spannung und erschleißerscheinungen überprüfen.	Der Ruderriemen hält normalerweise viele Jahre. Zum Austausch des Ruderriemens bitte den Kundendienst vor Ort kontaktieren oder auf www.fluid-eu.com nach Unterstützung suchen.

Fehlerbehebung

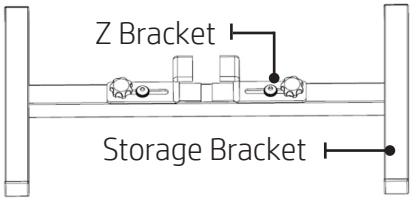
Fehler	Mögliche Ursache	Lösung
Das Wasser verändert die Farbe oder enthält Schwebstoffe.	Das Rudergerät ist direktem Sonnenlicht ausgesetzt und es wurde keine Wasserbehandlung durchgeführt. Das verwendete Leitungswasser ist von schlechter Qualität.	Stellen Sie den Pacific Rower an einer Stelle ohne direktes Sonnenlicht auf. Führen Sie die Wasserbehandlung oder einen Wassertausch durch so wie im Kapitel “Wasserbehandlung und Tankbefüllung” erklärt.
Der Rudergurt rutscht von der Gurtrolle.	Der Gummizug hat nicht genug Spannung. Rückzug ist nicht stark genug eingestellt.	Erhöhen Sie die Spannung des Gummizugs so wie im Kapitel “Austausch des Gummizugs“ erklärt.
Instablie Anzeigen auf dem Rower Computer für 500 meter split time and SPM (Ruderschläge pro Minute).	Sensorabstand fehlerhafter Sensor Sensor wurde aus der korrekten Position geschoben Problem mit der Verkabelung	Verwenden Sie die hintere Abdeckung des Computer als Werkzeug um den Abstand zwischen dem Sensorkopf und dem magnetischen Ring zu überprüfen bzw. kontrollieren Sie ob der Sensorkopf nicht aus seiner korrekten Position verschoben worden ist. Bitte kontaktieren Sie Ihren nächstes FLUID Kundenservicezentrum für weitere Details.
Die Anzeige des Rower Computers zeigt nach einem Batterie-wechsel nichts an.	Die Batterien sind nicht richtig eingelegt oder bereits verbraucht.	Legen sie neue Batterien in richtiger Position nochmal ein. Falls die LCD Anzeige noch immer nichts anzeigt ver-suchen Sie die Batterien leicht im Gehäuse zu drehen. Sollte danach immer noch keine Anzeige er-scheinen kontaktieren Sie bitte Ihren Fachhändler.
Die Anzeige des Rower Computers zeigt nach einem Batterie-wechsel nichts an.	Lockere oder gar keine Verbindung.	Check that the Monitor lead is connected properly. If it is connected then contact your local service center. Check Sensor gap.
Der Monitor LEVEL ist nicht mit dem Tank LEVEL synchronisiert.	Der Monitor LEVEL muss neu kalibriert werden.	Bitte beachten Sie die "Kalibrierungsverfahren" auf Seite 30 dieses Handbuchs.

Anweisungen zur Aufbewahrungsstützhalterung

Eine Aufbewahrungsstützhalterung für aufrechte Aufbewahrung kann separat erworben werden.

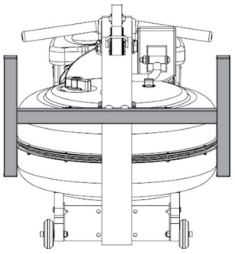
SCHRITT 1

Installieren Sie die Z-Winkel auf die Speicherbank.
Hinweis: den Knopf und die Schraube nicht festziehen.



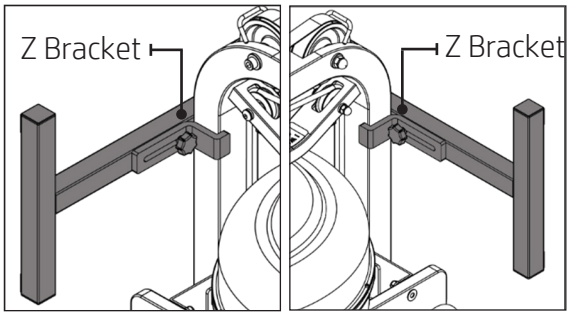
SCHRITT 2

Installieren Sie die Halterung auf die Ruderer, wie dargestellt.



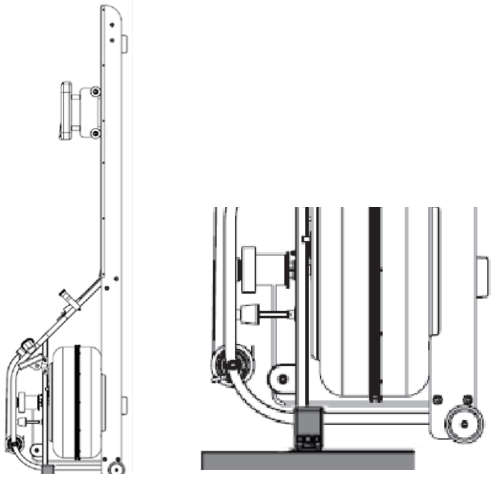
SCHRITT 3

Ziehen Sie die Halterung Z-Knopf, um die Ruderer zu beheben.
Hinweis: Sicherstellen, dass die Z-Winkel ist vor dem Anziehen sicher.



SCHRITT 4

Stehen die Ruderer vertical Verwenden 8mm Innensech skantschlüssel
(im Produkt-Kit im Lieferumfang enthalten),
um die Schraube festziehen.



Garantie

HEIMGEBRAUCH

Tunturi New Fitness BV garantiert, dass der **APOLLO XL(model APWX)**, sofern in unbeschädigter Originalverpackung bei einem autorisierten Händler gekauft, frei von Material- und Herstellungsfehler ist. Tunturi New Fitness BV oder seine Händler werden nach ihrem eigenen Ermessen fehlerhafte Teile innerhalb der Garantiezeit so wie in den unten angefuhrten Bedingungen dargestellt reparieren oder austauschen.

Metall- und Holzrahmen - 5 Jahre eingeschränkte Garantie

Tunturi New Fitness BV repariert oder ersetzt den Metallhauptrahmen des Gerätes falls dieser auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 5 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleidet. Diese Garantie gilt nicht für die Oberflächenbeschichtung des Rahmens.

Polykarbonattank und Dichtungen - 5 Jahre eingeschränkte Garantie

Tunturi New Fitness BV repariert oder ersetzt den Polykarbonattank oder die Dichtungen, falls diese auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 5 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleiden.

Mechanische Komponenten (nicht verschleißend) – 2 Jahre eingeschränkte Garantie

Tunturi New Fitness BV repariert oder ersetzt alle mechanischen Komponenten, falls diese auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 2 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleiden.

Speziell in die Garantie eingeschlossen:

Laufschienen für Sitz aus

Stainless Schaufelrad - Einheit aus rostfreiem Stahl

Alle anderen Komponenten (verschleißend) – 2 Jahre eingeschränkte Garantie

Tunturi New Fitness BV repariert oder ersetzt alle anderen Komponenten, falls diese auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 2 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleiden.

Speziell in die Garantie eingeschlossen

Gummizug
Handgriffe und Fußriemen
Rudergurt aus Polyster
Sitz
Alle Riemenscheiben, Rollen und Lager
Alle Teile aus Gummi
Computer & Geschwindigkeitssensor (außgenommen der ersetzbaren Batterien)
Fußrasten (schwenken & gleiten)

Generell von der Garantie ausgeschlossen

Oberflächenschäden an allen Geräteteilen

Durch Nachlässigkeit, Missbrauch und falsche Benutzung des Gerätes verursachte Schäden

Alle Fracht- oder Zollgebühren in Verbindung mit Rücksendung oder Versendung von Teilen

Alle Schäden aller Art oder Verluste von Teilen während des Transportes jeglicher Art

Alle Arbeitskosten in Verbindung mit einer Garantieforderung

Allgemeine Bedingungen

- Die Seriennummer der Maschine muss korrekt bei Tunturi New Fitness BV oder einem der autorisierten Händler registriert sein.
- Tunturi New Fitness BV behält sich das Recht vor, alle Teile, für die im Rahmen der Garantie ein Austausch gefordert wird, zu untersuchen.
- Die Garantie gilt nur für den Erstkäufer ab dem Kaufdatum und ist nicht übertragbar.
- Das Produkt muss in seiner Originalverpackung an den Ort des Kaufes zurückgeschickt werden, wobei Sie für Transport-kosten, Versicherung und damit verbundene Gebühren aufkommen und das Verlust- oder Beschädigungsrisiko tragen.
- Tunturi New Fitness BV gewährt keine weiteren Garantien als die hier aufgeführten und weist alle nicht in dieser Garantieurkunde genannten Garantien zurück. Weder Tunturi New Fitness BV noch seine Partner werden für weiter direkte oder indirekte Schäden haftbar gemacht.
- Die Herstellergarantie beginnt automatisch ab dem Moment des Kaufes des Produktes zum Endverbraucher oder nach einem (1) Jahr gerechnet vom Monat der Herstellung, je nach dem was zuerst Eintritt.



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

WWW.FLUID-EU.COM

CONTACT US
For customer support please visit
fluid-eu.com

TUNTURI NEW FITNESS B.V.
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

P.O. Box 60001
1320 AA Almere
The Netherlands

info@tunturi.com
www.tunturi.com