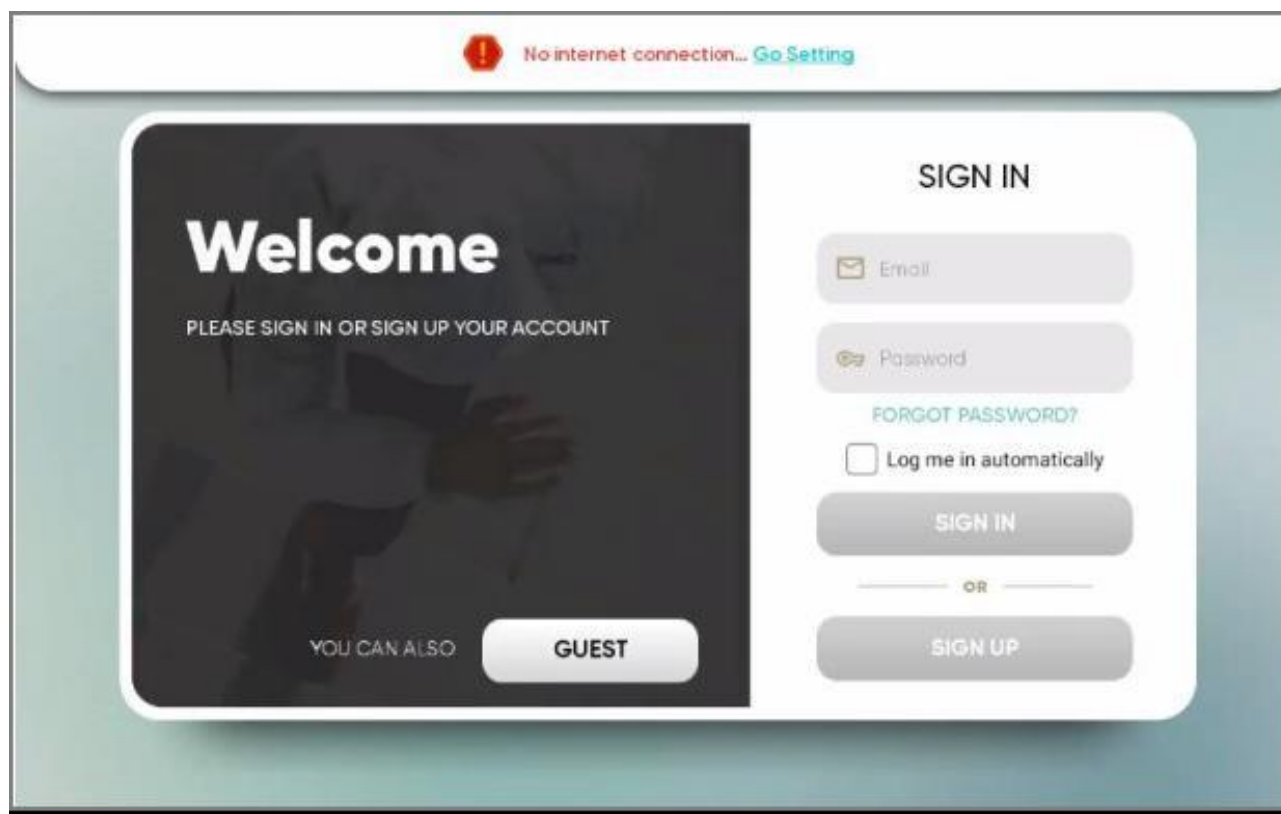




Návod k použití

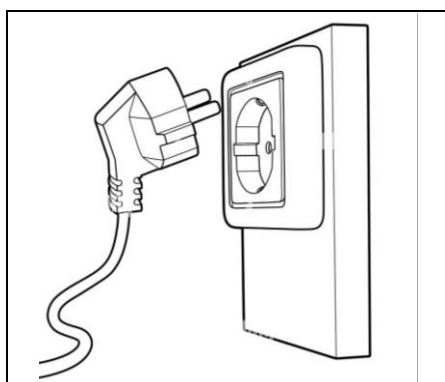
OBECNÉ POKYNY

Tento elektronický monitor je navržen tak, aby byl snadno a intuitivně ovladatelný. Zprávy, které se zobrazují na obrazovce, provedou uživatele celým cvičením. Doporučujeme, aby si v trenér posilovně pečlivě přečetl tuto část, aby se plně seznámil s ovládáním elektronického monitoru a mohl jej správně ukázat uživateli.

PŘIPOJENÍ PO ZAŘÍZENÍ

Nejprve zapojte hlavní napájecí kabel transformátoru do uzemněné elektrické zásuvky 230 V, jak je znázorněno na obr. 1.

Obr.1



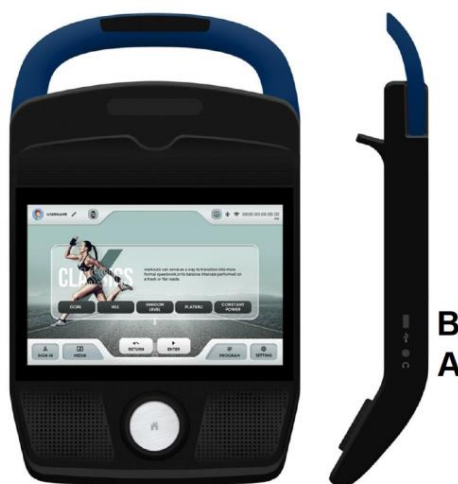
AUDIO ZAŘÍZENÍ

Připojte audio prvky tak, jak je znázorněno na obr. 2

A.- Konektor pro sluchátka

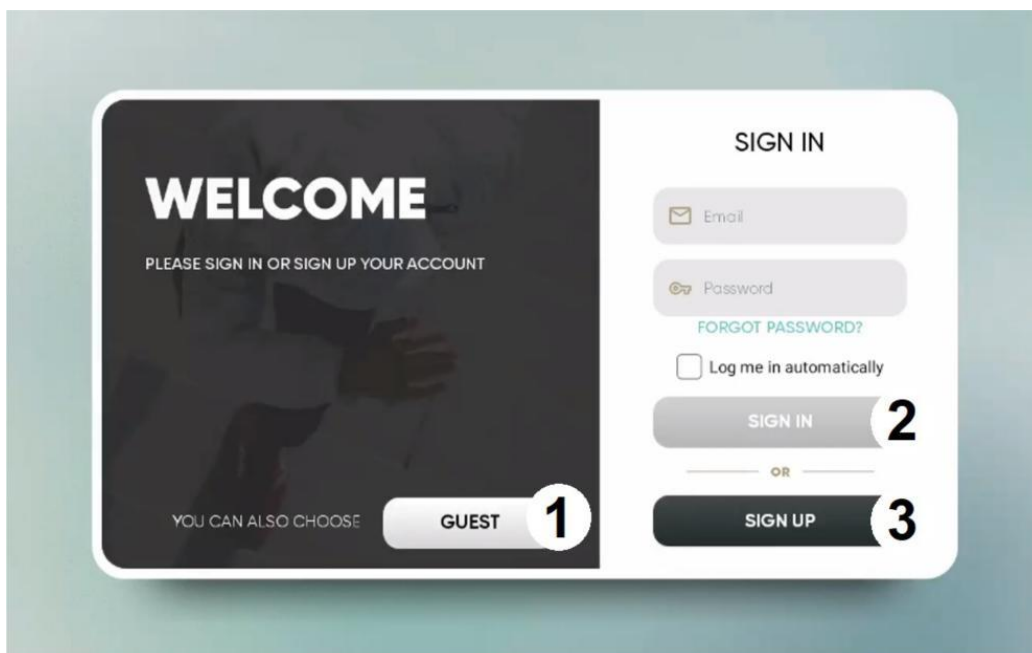
B.- USB konektor

Obr.2



ZAPNUTÍ.-

Obrazovka



Jakmile je zařízení připojeno k napájení a zapnuto, zobrazí se úvodní obrazovka, obrazovka 0. Chcete-li vybrat možnost, stiskněte:

1 – GUEST. Chcete-li se přihlásit jako host a vstoupit do hlavního menu, obrazovka 1. Pokud nejste přihlášení jako registrovaný uživatel, data nebudou nahrána do vašeho účtu. Obrazovka 1

Obrazovka

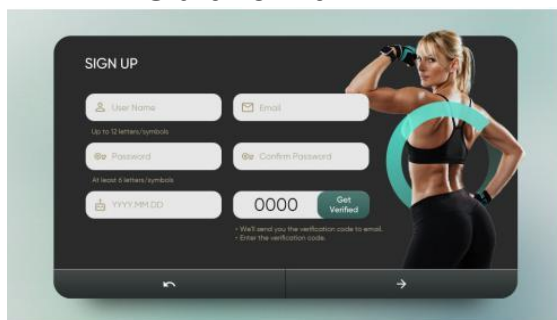


2.- LOG IN. Chcete-li se přihlásit jako registrovaný uživatel a vstoupit do hlavního menu, obrazovka 1. Uživatel musí mít účet na platformě BH Fitness. Uživatel se může identifikovat pomocí e-mailové adresy a hesla. Zaškrtněte políčko, chcete-li si zapamatovat zadané informace.

3.- SIGN UP Chcete-li vytvořit nový účet na platformě BH Fitness. Uživatel musí vytvořit účet s názvem o délce maximálně 12 znaků, e-mailovou adresou, heslem a datem narození. E-mailem obdržíte ověřovací kód, který budete muset zadat pro aktivaci účtu. Uživatel bude muset zadat výšku, pohlaví, váhu a vybrat si avatara. Obrazovka 3 a obrazovka 4.

Zadané údaje můžete upravit v levém horním rohu hlavního menu. Obrazovka 5.

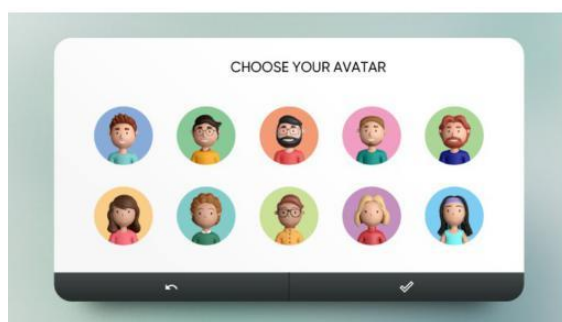
Obrazovka 2



Obrazovka 3



Obrazovka 4

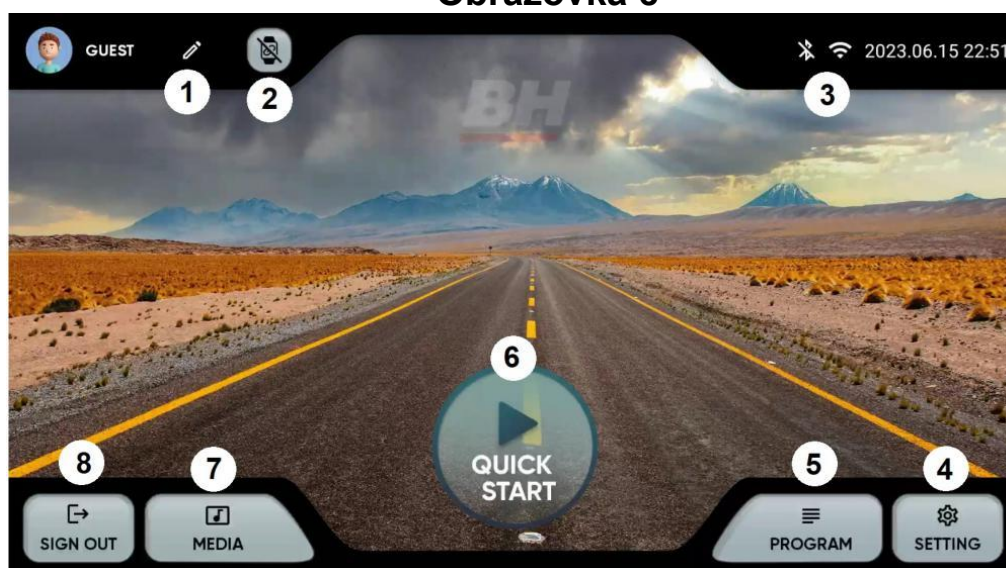


Obrazovka 5



NÁVOD K POUŽITÍ.-

Obrazovka 6



V hlavním menu, obrazovka 6, vyberte požadovanou možnost:

- 1.- Edit profile.** Umožňuje upravit údaje uživatele.
- 2.- Devices.** Umožňuje připojit pulzní senzory Bluetooth.
- 3.- BT Connection / wifi.** Bluetooth a wifi připojení.
- 4.- Setting.** Parametry konfigurace zařízení.
- 5.- Programs.** Programy se specifickými a programovatelnými profily.
- 6.- Quick start.** Spusťte cvičení přímo bez nastavení jakýchkoli parametrů.
- 7.- Media.** Integrované aplikace a zrcadlo.
- 8.- Sign out.** Vráť se na úvodní obrazovku.

Obrazovka 7



Na hlavní obrazovce stiskněte tlačítko nastavení v levém pravém rohu (1), aby se zobrazily různé možnosti:

2.- Connectivity setting: Wifi nebo Bluetooth.

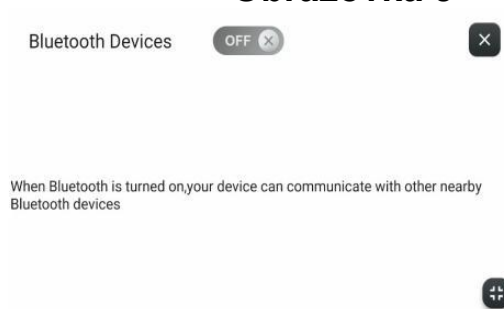
Wi-Fi. Klepnutím v pravém horním rohu obrazovky 7 zapněte Wi-Fi. Chcete-li se připojit k síti Wi-Fi, vyberte síť a zadejte heslo.

Bluetooth. Klepnutím v horní části obrazovky 8 zapněte Bluetooth a vyberte kompatibilní audio zařízení.

Obrazovka 8



Obrazovka 9



3.- Machine configuration. Na této obrazovce můžete nakonfigurovat následující možnosti: Datum, Čas, Jas, Hlasitost, Jazyk, Displej, Režim spánku, Automatické přihlášení, Dětská pojistka a Zapnutí/vypnutí zvukového signálu. Obrazovka 10. Obrazovka 11 se zobrazí v dětské pojistce, když odstraníte bezpečnostní klíč. Stisknutím levého horního rohu se vrátíte do hlavního menu.

Obrazovka 10



Obrazovka 11



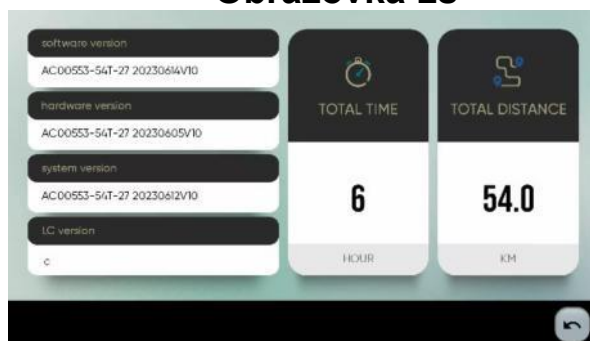
4.- App updates. Ujistěte se, že máte nainstalovanou nejnovější verzi aplikací. Pokud je k dispozici aktualizovaná aplikace, rozsvítí se tlačítko pro aktualizaci.

Obrazovka 12



5.- Information. Verze softwaru a celkový čas a ujetá vzdálenost.

Obrazovka 13



MEDIA.-

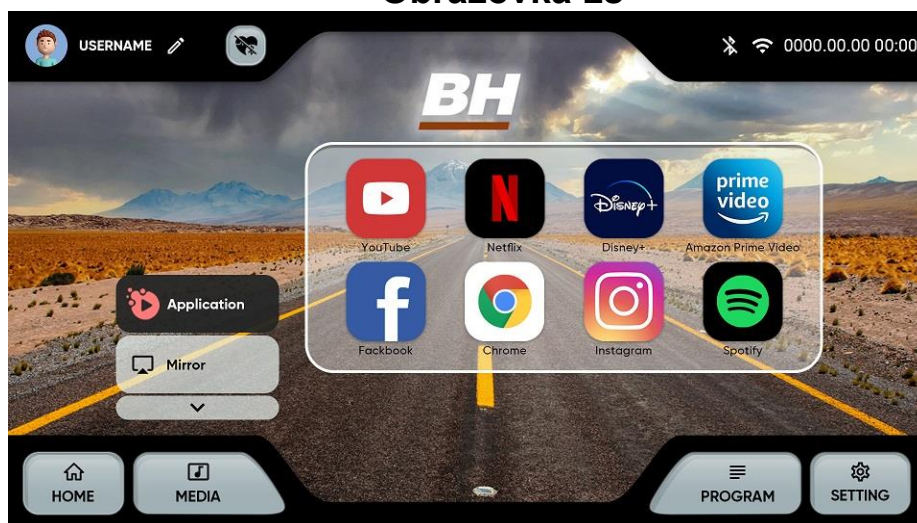
Obrazovka 14



V hlavním menu klikněte na možnost MÉDIA v dolní části (1) a zobrazí se následující možnosti:

2.- Applications. Kliknutím na ikonu otevřete vestavěné aplikace. Obrazovka 15. Pravidelně kontrolujte, zda jsou vaše aplikace aktuální. Obrazovka 12. Poznámka: Nelze instalovat nové aplikace, které nejsou zahrnuty v seznamu předinstalovaných aplikací.

Obrazovka 15



3.- Mirror. Vyberte operační systém svého zařízení. Obrazovka 16. Ujistěte se, že zařízení má připojení k Wi-Fi.

iOS: Zapněte zrcadlení na svém zařízení. Obrazovka 17.

Android: Stáhněte si aplikaci ANPLUS Screen Mirroring a postupujte podle pokynů. Obrazovka 18.

Obrazovka 16



Obrazovka 17



Obrazovka 18



PROGRAMY.-

V hlavním menu, obrazovka 6, vyberte PROGRAM a na monitoru se zobrazí obrazovka 19. Můžete si vybrat ze seznamu programů různých typů.

Obrazovka 19



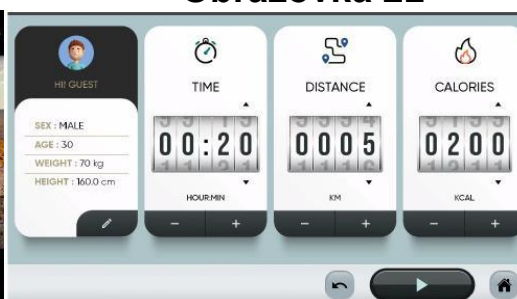
Tento monitor má následující programy:

- 1.- QUICK START:** Spustíte cvičení přímo bez zadávání parametrů.
- 2.- CLASSICS:** CÍL, KOPEC, NÁHODNÝ SKLON, PLATEAU, KONSTANTNÍ WATTY. Vyberte program a zadejte parametry pomocí tlačítek + a –. Stiskněte tlačítko přehrávání v dolní části obrazovky pro spuštění, obrazovka 21.

Obrazovka 20



Obrazovka 21



- 3.- INTERVALS :** KLASICKÝ, HIIT, VLASTNÍ. Vyberte program a zadejte parametry pomocí tlačítek + a –. Stiskněte tlačítko přehrávání v dolní části obrazovky pro spuštění, obrazovka 23.

Screen 22



Screen 23



4.- USER PROGRAM. Vyberte program. Můžete zvolit předchozí profil (1) nebo vytvořit nový (2). Zadejte požadovaný profil sklonu a rychlosti a stiskněte (3) pro spuštění.

Obrazovka 24



5.- VISION RUN : TROPICAL, BEACHES, FORESTS, MOUNTAINS. Vyberte program a zadejte parametry pomocí tlačítek + a –
Stiskněte tlačítko přehrávání v dolní části obrazovky, aby se spustilo, obrazovka 26.

Obrazovka 25



Obrazovka 26



6.- H.R.C : 60 %, 70 %, 80 %. Vyberte maximální puls vypočítaný jako 220 minus věk a poté vyberte parametry pomocí tlačítek + a –.
Klepnutím na levý dolní roh začněte, obrazovka 28.

Obrazovka 27



Obrazovka 28



7.- FITNESS TEST : Fyzický test YMCA.

Klepněte na levý dolní roh a začněte, obrazovka 30.

Na konci získáte výsledek, který vám ukáže vaši fyzickou kondici. Tabulka na obrazovce 31 poskytuje základní hodnoty založené na VO2 max.

Obrazovka 29



Obrazovka 30



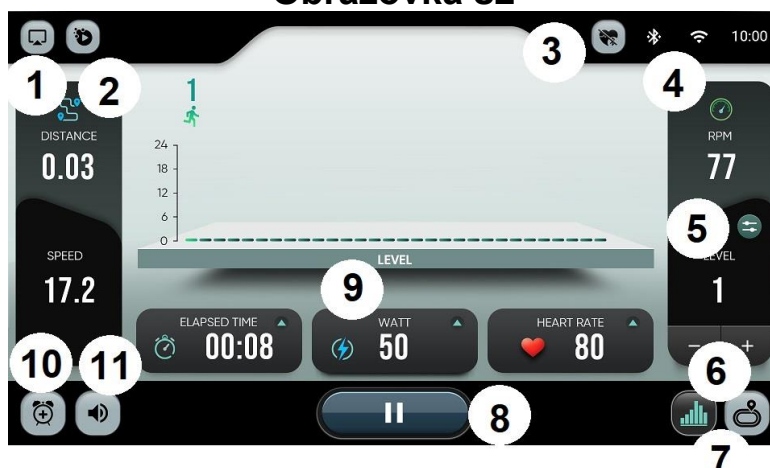
Obrazovka 31

VO2 MAX Chart for males and very fit females							
AGE	VeryPoor	Poor	Below Average	Average	Above Average	Good	Excellent
18-25	< 30	30-36	37-41	42-46	47-51	52-60	> 60
26-35	< 30	30-34	35-39	40-42	43-48	49-56	> 56
36-45	< 26	26-30	31-34	35-38	39-42	43-51	> 51
46-55	< 25	25-28	29-31	32-35	35-38	39-45	> 45
56-65	< 22	22-25	26-29	30-31	32-35	34-41	> 41
65+	< 20	20-21	22-25	26-28	29-32	33-37	> 37

TRÉNINKOVÉ KURZY

Po výběru cvičení začne odpočítávání a zobrazí se následující obrazovka:

Obrazovka 32



1.- ZRCADLENÍ

2.- Aplikace

3.- Připojené zařízení

4.- Bluetooth/Wifi připojení

5.- Tlačítka pro rychlé nastavení úrovně

6.- Level UP / Level DOWN. Pomocí šipek zvyšujte nebo snižujte úroveň po krocích o 1.

7.- Zobrazení. Přepíná zobrazení mezi profilem odporu a okruhem.

Obrazovka 33

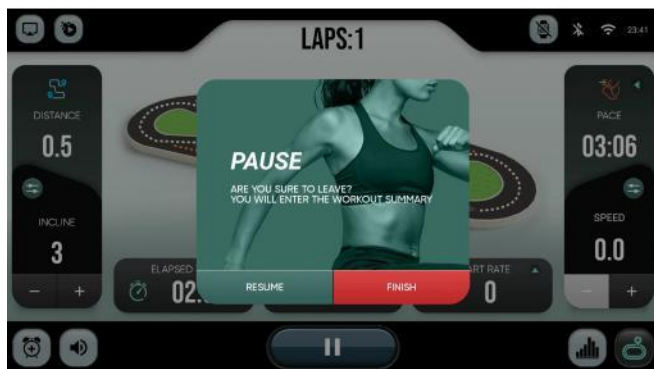


Obrazovka 34



8.- Pauza. Cvičení na chvíli přerušte. Po dokončení cvičení se na obrazovce zobrazí souhrn. Pokud je uživatel přihlášen, data se nahrají do cloudu.

Obrazovka 35



Obrazovka 36



9.- Profil úrovně

10.- Hlasitost

11.- Alarm

SPOLEČNOST BH SI VYHRAZUJE PRÁVO BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ ZMĚNIT SPECIFIKACE SVÝCH VÝROBKŮ.

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



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

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